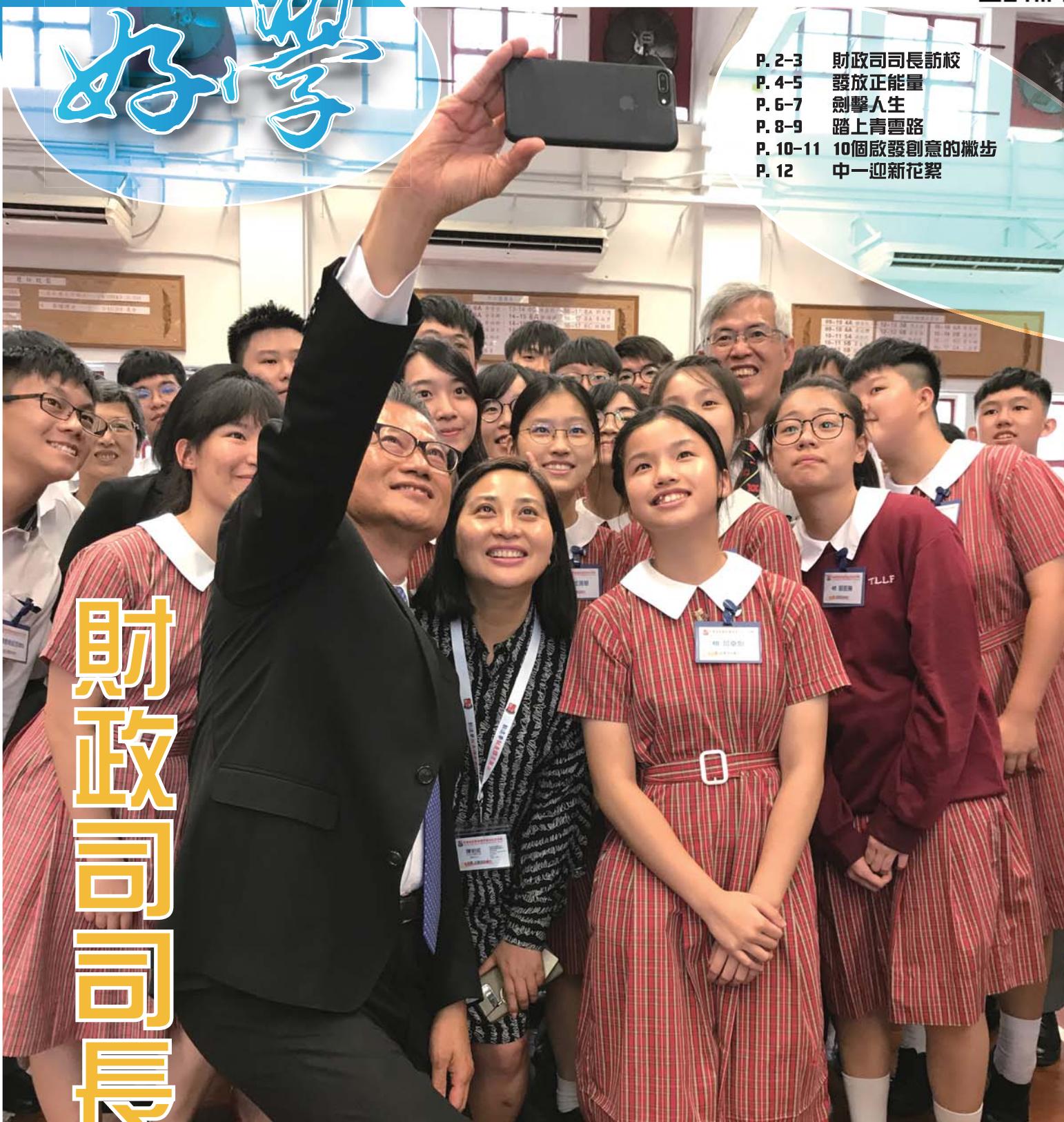




好
學

財政司司長訪校

財政司司長陳茂波先生GBS, MH, JP於2018年7月5日聯同屯門民政事務署專員馮雅慧女士JP探訪本校，當日同學向司長介紹多項STEM項目及示範科研成果，司長還親身體驗駕駛同學設計的可載人太陽能車。在「與司長對話」環節中，同學更有機會向司長直接提問，實在獲益良多。



- P. 2-3 財政司司長訪校
P. 4-5 發放正能量
P. 6-7 劍擊人生
P. 8-9 踏上青雲路
P. 10-11 10個啟發創意的撇步
P. 12 中一迎新花絮

編者的話 子曰：「見賢思齊焉。」《論語·里仁》意思是見到德才兼備的人就要向他學習，希望和他看齊。最近，我們的同學可謂與「財政司司長」相當有緣份，分別得到寶貴的機會親身與現任財政司司長陳茂波先生及前財政司司長曾俊華先生進行訪談。他們倆皆平易近人，而且對年青人的關懷更是溢於言詞。今期「好學」為大家帶來兩位香港政壇及財經界的重量級人物的專訪，希望同學能夠學習他們的智慧和做人處事的態度，以他們為榜樣，努力裝備自己，將來為香港發光發熱。

與司長對話



擔任財政司以來，
你覺得最有成就感
的事情是什麼呢？

何卓怡 (5A)

不經不覺已擔任財政司司長一年了，回望過去不敢說有什麼大成就。在這年內，我主要集中處理幾件事：第一是金融安全，對大家而言，可能比較陌生，例如我們的貨幣，港元的穩定，銀行系統等。銀行體系穩定，經濟環境便會穩定，市民的工作亦會相對穩定。第二是推動經濟發展，最近推行得比較快的有金融和創新科技。在金融方面，同股不同權的公司上市，加上發展債務市場，此舉令香港在國際間十分矚目。我們亦看見很多公司排隊上市，令香港金融市場領先亞洲其他地區，與倫敦、紐約媲美是我們更遠的目標。在創新科技方面，我們在預算案中投放更多的資源在四個範疇中，包括人工智能、金融科技、智慧城市及生物科技，希望這四個範疇的發展能為我們的年青人締造更好的發展機會。

根據現時經濟發展的狀況及趨勢，你對我們年青人未來的發展有什麼建議？



馮婉怡 (6A)

這是一個很大的題目，我覺得大家可按自己的興趣，聚焦精力，尋找自己感興趣和熱衷的事物。人生很長，工作生涯也很長，所以要做一些開心，又有興趣的工作，那便會做得更好。在尋找的過程中，要掌握很多基本的事情，例如語文能力、互相尊重、與別人和睦共處，這些都是待人接物的重要課題，我們都需要學習的。剛才我提到的國際視野，就是要多一些，聽多一些，接觸不同的事物，我認為這是重要的。一個有國際視野和跨文化能力的人，能與不同國籍的人相處、溝通、合作、互相尊重。這樣的話，無論將來社會發展如何，你也一定可找到自己喜歡的生活和工作。

以上僅為「與司長對話」的部分答問內容，同學如欲閱讀當日整個答問環節的精彩內容，可掃描右側的條碼。



相信司長曾經到訪不少國家，如果要選一個地方，你會建議我們去哪個國家交流或發展呢？



麥偉城 (5A)

其實我建議你不要只去一個國家，有機會可以多去幾個地方。你選擇去哪個國家交流與你的興趣有莫大關係，例如在科研方面，不同國家和大學有不同的長處，要視乎你的興趣作出選擇。另外，多走幾個地方，多看不同文化背景的人對事情的看法，可刺激我們從不同角度去思考問題，所以多與不同的人交往、到不同的地方生活，是開拓視野的不二法門。

陳司長平時會用甚麼方法減壓？

麥朗程 (6B)

做運動。當我勤做運動時，我的精神狀態會比較好，頭腦更清醒，心境開朗，笑容也更多。另外，我有宗教信仰，我信基督教。在工作上，我知道我要盡力，但很多事不是一個人可以做得到，做得好，我會將困難放在祈禱中，求神帶領我。第三，要有些知心朋友，三兩個，甚至一個都夠。遇到困難時，找他們傾訴。他們不一定能給你意見，但他們可聽你訴苦，可讓你說出你的困難，甚至借出肩膀給你依靠。



陳司長對科技大感興趣，親身試玩VEX機械人。



沈清華 (6A)

現時各地積極透過文化產業發展軟實力，例如韓國有出名的K-pop、美國有荷里活電影、日本有動漫。香港過去都有出色電影和流行音樂，不過近年的文化產業明顯大不如前。陳司長會怎樣發展香港的文化產業呢？



這正是政府要動腦筋解決的問題。早在幾年前，政府已打算發展創意文化產業。政府曾撥款協助電影及設計產業發展，今年預算案除了繼續資助這兩個項目外，還增撥5億元予博物館購買本地藝術家作品，又會資助藝術團體到國內及海外演出，讓年青人及藝術家有更多的表演機會，促進交流及擴闊本地藝術團體的視野。如果你們有建議，歡迎告訴我，我已開始籌備下年度的財政預算案。多謝你！



陳司長在立人堂試駕同學研發的可載人太陽能車，面露笑容。



同學在日營中發揮團隊精神，穿過繩網陣。



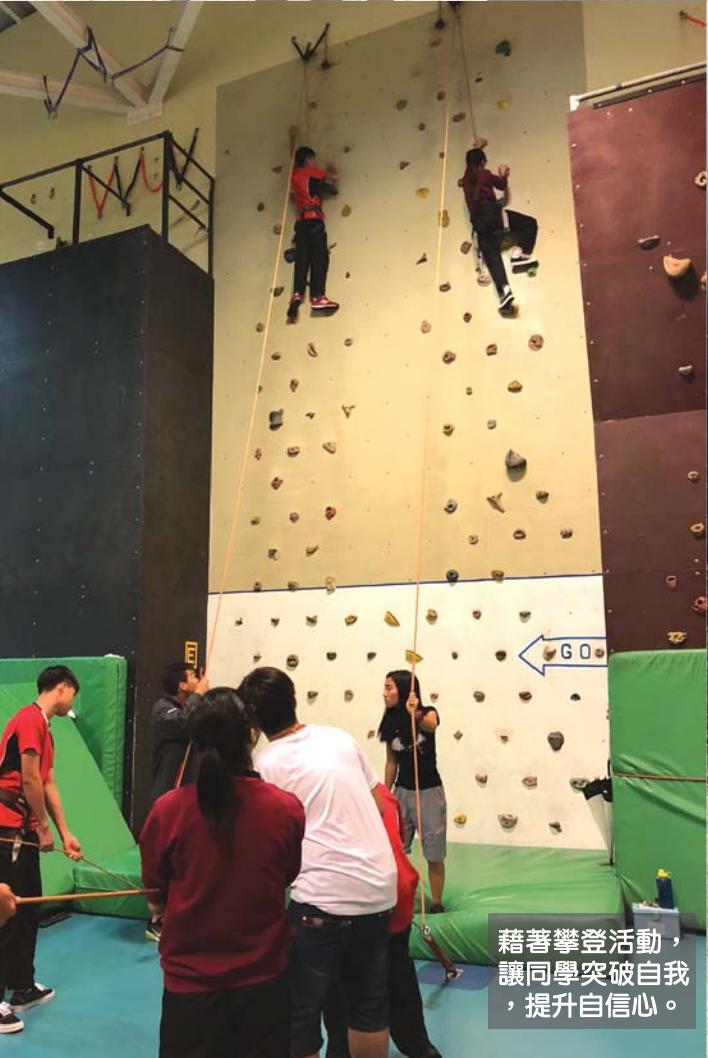
同學在活動中學習與人相處和溝通。



同學成功完成任務，做出指定動作，信心十足。



同學在導師指導下，成功遊走山澗，克服困難，磨練出鬥志。



藉著攀登活動，讓同學突破自我，提升自信心。



老師、社工及同學齊齊合照，一起出發遊龍門郊遊徑。



透過小組活動，提升同學的解難能力。



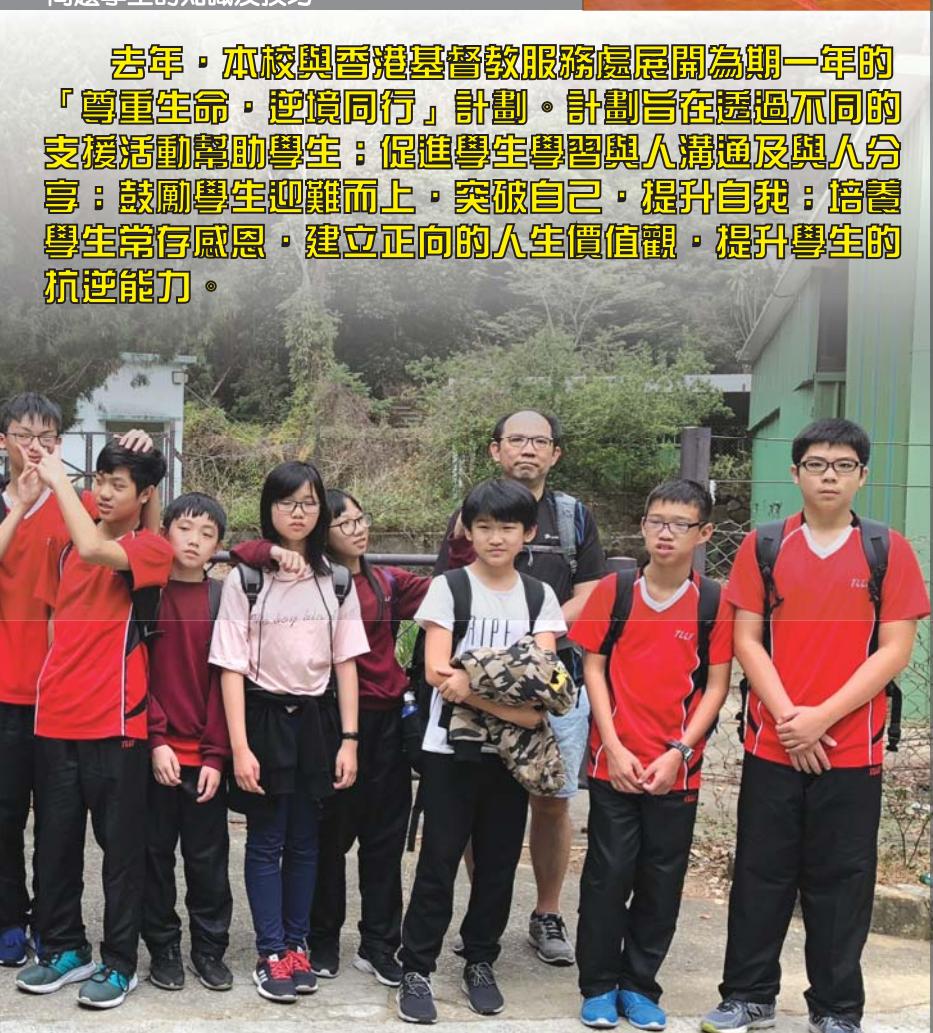
資深社工為家長舉辦工作坊，教授正向管教之道。



社工在教師培訓工作坊講解有關處理有情緒問題學生的知識及技巧。



暑期中一迎新活動多籬籬，參與人數衆多，攤位遊戲設計別具心思，同學們反應熱烈，齊齊發放正能量。



劍擊人生



曾俊華先生專訪

撰文 | 莊漢龍(6A) 樊子健(6A) 關迦諾(6A) 陳浩元(6A)

曾俊華先生，前財政司司長，喜愛劍擊、咖啡、法國電影。他有點不同意，「其實我喜歡法國電影是一個誤會，相比起法國電影，我更喜歡意大利電影。」他笑著說。

我們一直以來都經常在政壇上見到曾先生的身影，而在他卸下財政司的重任後，忙碌的生活依舊沒有停止。曾先生最廣為人知的嗜好便是劍擊，而劍擊在他的人生中到底有什麼重要之處呢？這次他難得成為我們一眾學生的專訪對象，希望我們能從中找到答案。



|| 良師益友的陪伴，成為他劍擊人生的重點 ||

「在大學的時候，我的教練發展出重劍的新劍擊模式。」曾先生在專訪中談到他在大學生活中的劍擊教練Eric Solle時，表現得很是自豪。從曾先生的語氣中，我們能感受到他對這位教練的感激。

他畢業後，回去麻省理工做劍擊助教，協助教練。他憶述，印象最深刻的是當時遇上一位來自瑞典的新同學Johan Harmenberg。那位同學用了一年時間學會了教練的劍擊模式。在第二年，那位瑞典同學暫停學業，專心練習劍擊，最終贏得多屆世界賽冠軍，包括1980年莫斯科奧運金牌，並出了一本書《Epee 2.0: Birth of the New Fencing Paradigm》專門研究這種劍擊模式。在訪談中，他不止一次讚賞這位友人的堅持不懈和劍擊成就，令我們深感他們之間的友誼。而Harmenberg堅持不懈的奮鬥亦與曾先生的人生態度互相呼應，就是不甘於安逸，要力求上進。上進心是個人成長路上的動力，令自己不忘當初目標，追求更高的境界和成就。

=從學生到老師：劍擊人生的轉捩點=

從做學生到做教練，當中經歷了甚麼改變？曾先生表示自己做教練後就不參加比賽。「教練看事情的角度、看法與參賽者有很大的不同。」他說道。他在1982年回到香港，其後每逢週六都會以教練的身份回到他的母校喇沙書院義教。

作為一位教練，他認為每個人的資質是不同的，「各人的能力不同而會令其教法、學法有所不同」，他又認為最重要的是培養學生的創造力。因為即使劍擊世界亦會轉變，學生有創造力，才能切合世界的需要。



曾先生認真回答同學每個問題。



曾先生平易近人，和同學一起selfie合照。

曾先生憶述，曾經參加過不同的比賽，他認為劍擊與人生一樣，最重要的是發現自己的弱點。只有知道自己的弱點在哪兒，才能夠讓自己慢慢去改進，把弱點化成強點。

有人曾經說過：「不要擔心失敗，但這失敗必須是一個很美麗的失敗。」他認為當正處於失敗之時，便能在過程中學習、吸取教訓，令自己不再重蹈覆轍，犯下同樣的錯誤。

接觸劍擊幾十年，他認為同學要有廣闊的視野。比起書本上的知識，他認為親身經歷更能令自己有深刻的體會。「當自己親身經歷過後，知道過程是怎樣，得着會更大。」他說道。

=心態決定境界=

除了劍擊以外，曾先生還有學習中國武術。他指出很多人習武不為打倒別人。「學習武術多年，師傅教最多的是武德。」武德包括很多東西，例如包容別人、明白天外有天、不要自滿等，但最重要的是寬容、接納其他事物。也許這種心態讓他退休以後沒有停下來，現在曾先生與朋友開IT公司，又參與電台節目製作。人生永無止境，就是他從劍擊領悟的道理。

「Press teen 通識學生記者計劃2018」

6A莊漢龍、樊子健、關迦諾、陳浩元、莫曉麒及5A陳國友參加了香港電台通識網舉辦的「Press teen 通識學生記者計劃2018」，獲得寶貴的機會訪問曾俊華先生。該計劃的目的是透過體驗式學習，鼓勵同學做主導，合組採訪隊伍，專訪不同社會人士，增加同學對採訪工作、社會議題和相關社會人士的認識。

生涯規劃 你要知，適時行動 勿遲疑

資料來源：教育局及學友社

每年公開試放榜時，老師們都會收到同學各式各樣的查詢。有些同學對自己的前路一無所知，毫無準備。相反，有些同學則滿有信心地講述自己的夢想大計，唯細談之下，才驚覺「夢想」只是「做夢」，未有考慮自身條件及外在要求，使現實與期望有很大落差。更甚的是，很多同學只著眼於入讀哪類課程，為求有書讀而「見步行步」。

為整治這種「頭痛醫頭，腳痛醫腳」的心態，適切的生涯規劃是不二法門。透過規劃及實踐人生中各種短、中、長期的目標，提升自我認知及價值，尋找合適的發展位置。生涯規劃是一個不斷流動循環的過程，以訂立目標及實踐為技巧，但並不只著眼於目標能否達成，而在於構想及實踐過程中不斷加深對自己的認知，進而建立善於適應轉變的心態與能力。越早開展生涯規劃，對同學成長越有利。可是，知易行難，中學生又應該如何著手規劃自己的人生呢？

仍在就讀中學的你，可能只忙着應付眼前課業，未有心思規劃遙遠未知的人生。但請細心想想，沒有長遠目標去解決眼前問題，就只能被動應對。如果我們即將與同學一同經營年宵攤檔，我們還會見步行步、空槍上陣嗎？當然不會！雖然我們不是商界鉅子，但至少我們會先坐下來細心規劃。我們會先評估有多少本錢可投資，分析同業競爭情況、營運成本、貨源、編訂工作日程及分工等。我們還會定期與伙伴作檢討，評估成效，再而修訂計劃及部署。同樣地，我們也要主動經營自己的人生，生涯規劃就是制訂我們的人生計劃書。一般而言，生涯規劃主要包括知己、知彼、訂立目標，以及裝備自己等介入點。

規劃人生由自己出發

當看見別人夢想成真時，我們或會露出羨慕的目光，但理想生活並不能複製，適合別人的不代表適合自己。個人志趣、能力、價值觀等範疇，以及身處不同的成長階段，均影響我們當時的人生選擇。只有對自己有所了解，才能衡量外在環境有甚麼能夠滿足個人需要，為自己作出最適合的選擇。因此，全面認識自己及找到定位，可說是整個生涯規劃重要的第一步。



當了解生涯規劃的意義及重要性後，同學們可能還要一些時間消化及整理。以下是一些具體的方向，大家可因應自身的需要作參考：

1

中一級
同學初到本校，
可能需要一定時間適應，
可嘗試以下兩點：

- 做好時間管理，多利用時間表及行事曆，檢視所訂的事項是否按時完成。
- 多參加課外活動，豐富體驗，了解自身的興趣及特質。

2

中二級同學：

- 參加義務工作，發揮個人專長，學習如何有效地與人溝通合作的技巧，理解人與人之間的異同。
- 培養良好的個人品德，才能取信於人，例如言行真誠、重承諾、盡責任及待人謙遜有禮等。
- 鞏固語文基礎，以便初步規劃中三選科。



中三級
可以說是人生的「立志期」，同學對自己的人生、升學、前路、夢想會有多方面的思考，正處人生的交叉點。

- 參與升學就業探索體驗，看看現實生活的工作情況，與自己所憧憬的是否有落差。
- 利用坊間的探索工具，如專為初中學生編寫的綜合生涯輔導工具—《尋找生命的色彩》(https://cd1.edb.hkedcity.net/cd/lwl/ole/article/JISP2010_chi.pdf)，反思自身從其他學習經歷中所得的體會，確認高中學習目標。
- 檢察自己的技能、才能和興趣，配合由不同渠道所獲取的高中選修科目資訊，如老師諮詢或參加選科講座等，為中四時的選修科目作出一個知情及負責任的抉擇。

掌握現狀 審時度勢

規劃人生總不能脫離客觀現實，無論同學選擇甚麼出路，最終大部分都要投身社會，所以同學必須了解客觀形勢，以免因「三分鐘熱度」而「入錯行」，或更甚者投身以後才發現現實與想像有很大落差。故此在生涯規劃中，掌握客觀環境亦是不可或缺的一環。

訂立目標 制訂行動預案

夢想，看似遙不可及，所以我們要從現實的層面去設定一些可以令夢想成真的理想狀態。但如何才可以達致理想狀態呢？訂立短、中、長期目標去指引我們計劃的行動和策略。有了目標，我們易於檢視進度，知道距離理想狀態已經完成了多少，或者還有多少事情須要做。每當達到一項又一項的目標，看到事情有進展，成功感和滿足感便油然而生，令我們有動力去持續實踐目標。然後可以在已取得的基礎上，開展下一階段的規劃，夢想最終也會成真。



裝備自己，自我完善

不落實執行，計劃就失去其意義。同學經過知己、知彼及訂立目標的過程後，應該會意識到現在的自己與所訂的目標存在或多或少的距離。當中，我們明白到自己的不足、客觀環境的變化及要求，我們便可有的放矢地裝備自己，向目標進發。裝備自己是生涯規劃中的行動與反思環節，在不同階段性目標的實踐過程中，驅使我們在各種層面來裝備自己，長遠加強自我認知，達至自我完善。



中六級
同學還

有半年時間便要
應考DSE，最主
要的當然是積極備戰。

1. 認識不同升學平台的申請操作要求，唯不要忘記多汲取書本以外知識和經驗，增強理解、表達與溝通能力。

2. 報讀各機構開辦的課程前，宜先了解課程的詳細資料，同學可參考政府的資歷名冊，了解辦學機構性質、課程的資歷水平、認受性等資料。

3. 於大學聯合招生 (JUPAS) 選科時，不少同學為求得到錄取，於排列課程時只著眼課程過往的入學分數是否稍低，亦有同學為了「錢途」而忽略了個人的興趣和能力。請緊記，入讀不是自己有興趣的課程，在日後修讀時往往會舉步維艱。

4. 放眼海外。根據教育局的統計資料，香港中學畢業生的熱門升學地點依次有：台灣、英國、內地、澳洲、美國、加拿大，同時本地也有不同的銜接課程幫助同學升讀當地大學。若有意到海外升學，要先與家人商量經濟能力，再選定留學地點，決定入讀哪間大學及因應興趣選讀課程。由於升學手續及辦理簽證需時，同學宜及早向有關諮詢機構或透過海外升學博覽蒐集升學資訊，包括當地的學制、大學的水平及排名、課程的認受性等。

5. 同學若失意於DSE，亦不妨考慮先投身職場或參加公私營機構提供的職業訓練計劃，找到發展方向後按需要持續進修。



中五級同學開
始為著來年考

大學作準備，故須留意以

下各點：

1. 評估所收集的升學資料，收窄選擇範圍。
2. 準備學生學習概覽 (SLP)，反思自身經歷，認真並負責任地撰寫個人自述，包括認清心儀的學系，突出自己的興趣及特點如何配合所選學系等。
3. 面試技巧的練習及履歷表的擬寫同樣重要。
4. 讀書少不免有壓力，故適時的減壓方法也是必需的。同學可多做運動，聽音樂，保持心境開朗。在忙到不可開交時，做幾個深呼吸，讓身體緩下來，重新找到節奏做事，才能發揮最大精神把工作完成。

總括而言，生涯規劃並不是一個一成不變的劇本，不應以能否達到目標為標準，而是循環不息的自我認知與自我完善的過程。人生地圖中，我們可選擇最適合自己的目的地，無論出路如何抉擇，都只是途徑而非終站。途徑無分好壞優劣，希望同學們都能把握機遇，按生涯規劃來檢視坐標，規劃未來，成就人生。

升學及就業輔導委員會

1 點子都是偷來的 STEAL LIKE AN ARTIST

藝術家如何看世界？「我唯一會研究的藝術是我可以偷學起來的那種。」— 英國傳奇搖滾樂手大衛·寶兒(David Bowie)

我們可以先找到值得偷學的東西，再換下個目標，但要注意：

1. 進來是垃圾，出去也是垃圾。
(Garbage in, garbage out)
我們要蒐集好的創意，蒐集越多，就有越多好創意可供選擇。
2. 自我教育。(School yourself)
你要對自己生活的世界感到好奇：進行調查，打破沙鍋問到底，要鑽得比人深，才能獨占鰲頭。
3. 偷學來的要收好。(Save your thefts for later)
要養成習慣記下自己的想法和觀察，用筆記本抄錄書中你喜歡的段落，寫下和別人的對話。

2 別等了解自己才開始

DON'T WAIT UNTIL YOU KNOW WHO YOU ARE TO GET STARTED

如果要等到了解自己或知道人生目標以後才開始發揮創意，那麼你可能仍是無所事事，試著要找到自我定位，卻一事無成。唯有透過創造及工作，才能了解自己。

一開始，我們可由仿效心中的偶像來學習，從模仿中窺探他們的內心，了解他們眼中的世界。若你只模仿人家的表面功夫，卻不了解其風格如何得來，你的創作也只是冒牌貨，你要把他們的作品轉化成你自己的。

GOOD THEFT	BAD THEFT
偷得好	偷得糟
錦上添花	每況愈下
研究	略讀
偷學很多人	偷學一個人
引用	剽竊
轉化	模仿
重整	偷竊
REMIX	RIP OFF

3 大膽去做你喜歡做的事 DO THE THINGS YOU LOVE TO DO

想想你喜歡的作品、你心目中最有創意的大師，他們哪裡還未臻完備？有什麼東西沒做出來？有哪些可以做得更好？如果他們現在還活著，今天他們會做出什麼作品？如果你所有喜愛的藝術家攜手合作，由你來主導這個團隊，又會完成什麼作品？

大膽去做，畫你自己想欣賞的藝術，開創你想經營的生意，玩你想聽的音樂，寫你想讀的書，打造你想用的產品，做你想看到有人做好的工作。

4 雙手萬能 USE YOUR HANDS

離開電腦。看看正在用電腦的人，他們動也不動，一整天坐在電腦前有害健康、有害創作。我們要活動活動，感覺我們不是只用腦，而是用身體力行創造，只動腦的作品不會出色。

雖然用電腦來整理思緒很方便，用來把想法預備好，發佈到全世界也很方便，但若用來產生創意就不怎麼有用了！



10個

5 網絡無國界， 距離帶來靈感

GEOGRAPHY IS NO LONGER OUR MASTER

在日常環境裡，大腦會變得安逸，所以你必須顛覆現況，可以在異地生活一段時間，與生活習慣不同的人相處。旅行讓世界變得新鮮，也讓大腦更賣力運作。

6 放空及嗜好很重要 MEDITATION & HOBBIES ARE IMPORTANT

想要有創意的人，就需要有時間無所事事。最棒的點子多在無聊的時候想出來的。如果你沒有靈感了，就去洗洗碗，散步走遠一點，盯著牆上某一點看吧！

擁有嗜好非常重要，嗜好是專屬於你的創意，你不會想拿嗜好賺錢或出名，只是圖個開心。嗜好是付出，但不求回報，卻為你的工作提供養份。

7

絕招：做好東西就要與人分享 THE SECRET: DO GOOD WORK AND SHARE IT WITH PEOPLE

要使自己的創作成名，第一步是創造佳作，非常困難，沒有捷徑。每天持續創作，起初你的作品肯定很糟，失敗後，再進步。第二步是與人分享，把作品在網路上公開。

有時不必一切都與人分享，有時只要透露一點點內容，分享一張草稿或簡圖，讓人一窺創作過程就好。事實上，並非只有成品才能放上網路與人分享，網路也能夠孕育尚未完全成形的想法，培育大家還沒開始的作品。

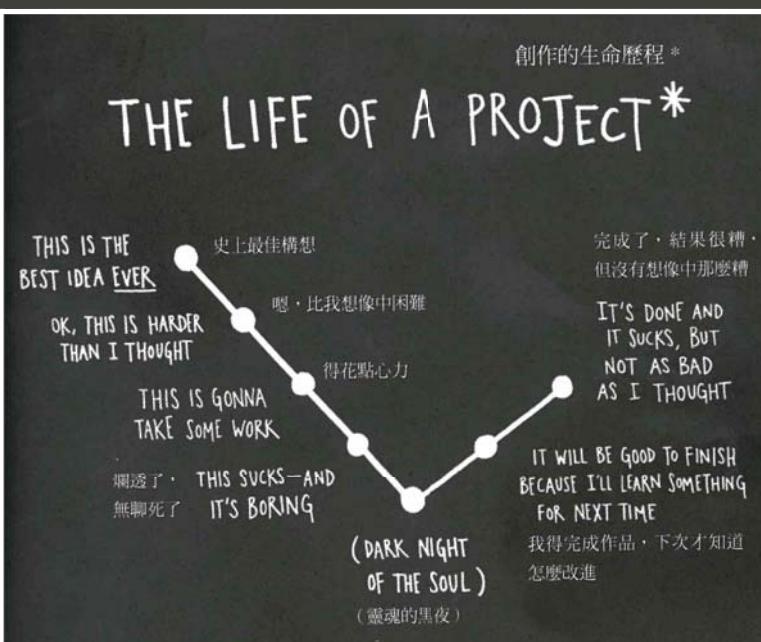


啟發創意的撇步

資料來源：《點子都是偷來的 - 10個沒人告訴過你的創意撇步》奧斯汀·克隆

在這個資訊科技高速發展的數碼時代，在未來10年，人工智能(Artificial Intelligence)、虛擬實境(Virtual Reality)及擴增實境(Augmented Reality)等科技將取代大部份的工作，如銀行出納員、售貨員等。準備投身工作世界的你，怎樣才能增強競爭力？

培養創新思維可能是其中之一的出路。它為你提供成功所需的素質，更可以讓你成為一個非凡的領導者。這裡有10個啟發創意的建議，你大可將之據為己有。



9

要耐無聊(這樣才能把事情做好) BE BORING (THE ONLY WAY TO GET WORK DONE)

「生活維持常態與規律，工作才有衝刺的動力和原創靈感。」—法國現實主義作家/福樓拜(Gustave Flaubert)

1. 善用行事曆(Get yourself a calendar)
它能幫你規劃工作、訂定明確目標、維持日常進度。每天完成工作，就在當天畫個大「X」。
2. 留下記錄(Keep a log book)
除了記錄未來要做的事，也必須記錄過往事件，在日誌上羅列出自己每天所做的事、正在進行的計劃、到哪裡吃午餐、看了什麼電影便可。這種日誌所能發揮的效果會令你驚訝，幾年過後翻看裡頭的小細節就能幫你記起大的細節。



10

創意是一種減法 CREATIVITY IS SUBTRACTION

在資訊爆炸與超載的時代，能領先一步的人，勢必是因為懂得取捨，才能專注於真正重要的事物。擁有無窮無盡的構想，反而令人動彈不得，自以為無所不能才最令人害怕。

創意不只是我們選擇添加的事物，更是我們選擇放下事物。

「我們歡迎你！我們歡迎你……」 中一迎新花絮

每年的七月下旬都是譚李麗芬中一迎新的大日子，我們特別為這班新同學泡製了一連五天的迎新活動，希望他們對我校有初步認識，早點融入譚李麗芬的大家庭。這幾天的活動有動有靜，知識與趣味兼備，同學們都樂在其中。就讓我們一起回顧活動的精彩一刻吧！



我要放飛機！

