



校長有情

津中樂道

我想和你好好的分享、聽音樂、鬆一鬆、一起運動、感受你的感受、玩一玩、一起發洩、笑一笑、一起放閃……這些都是我校早前舉辦減壓嘉年華攤位的主題。孩子踏進學校便會聽到悠揚悅耳的輕音樂，隨着早會派發的減壓禮物包，為期一周的減壓嘉年華便正式揭幕，小息、午息甚或上課時段，都看到孩子雀躍的身影，他們到流動車按摩鬆一鬆，參與不同的攤位遊戲，回味兒時擲彩虹的玩意，跳跳繩，舒展身心，還邊喝茶邊畫畫等等。其中最受歡迎的環節是爆谷大放送，來一點甜，提振心情。眼下一眾師生樂此不疲地放聲笑，盡情投入，是看得見的幸福。

我想和你好好的……

甄靄齡

學校為孩子舉辦減壓嘉年華，緣起於去年開始疫後復常，老師及社工觀察到孩子由網課回到實體課堂後出現一些壓力，他們需要重新適應陌生的學校環境、作息時間的轉變、與人交際的不自在等等，令他們感到焦慮或迷惘。去年舉辦了首次的減壓活動，反應熱烈效果奇佳，因此，本年以「我想和你好好的……」為題舉辦嘉年華，動員老師、社工、實習社工、教育心理學家、牧師及一些非政府組織，為孩子提供可以釋放壓力及抒發情緒的攤位活動，讓他們多加注意個人情緒、心理和社交健康，適時排解負面情緒。

「我想和你好好的……」是老師和社工對孩子

發出的邀請，相信這也是孩子的心聲，他們也需要父母、師長和朋輩的關心。一句微不足道的鼓勵，可能就轉化了孩子的負面情緒。要營造健康快樂的學習環境，不可能憑一兩次的活動便能達成。心靈的工作是需要用愛和時間去經營，讓孩子感受到被愛、被理解、被認同，心中才有平安和喜樂。因此要守護孩子，更應守護老師和社工。

我時常祈求智慧，要曉得如何平衡校內外的張力，釋放同工的空間，讓他們好好的和孩子互動。在短短幾年的中學生活，能陪伴孩子經歷高低起伏，讓天父的愛承托他們的生命，一起前行，正是我們作為教育工作者的使命。

本欄由香港津貼中學議會校長撰寫；本文作者為中華基督教會譚李麗芬紀念中學校長。