



結

伴

同

行

2016

2016資優生朋輩輔導計劃

2016年7—9月



香港中文大學教育學院資優計劃  
Program for the Gifted & Talented  
Faculty of Education, The Chinese University of Hong Kong

# 序

資優學生是獨特的一群，具有較高的學習能力或特殊才能，需要合適的課程去配合他們的認知發展。然而，資優學生也和同齡學生一樣需要其他人的關心、認同和鼓勵，亦要學會與別人溝通、相處和合作。基於資優學生的獨特性，他們的情意需要也須得到額外照顧。有鑒於此，「資優計劃」每年都舉辦很多不同的活動和項目，協助和加強資優學生的情意發展，「結伴同行——2016資優生朋輩輔導計劃」便是其中一項。

「資優計劃」希望透過是項計劃，一方面讓擔任大姐姐的高年級資優學生透過培訓活動，提高領導能力和自信心，發揮自己的才能，掌握輔助年幼資優生的技巧；另一方面讓年幼資優生在大姐姐和導師的指導下，更加了解自己的強項和弱項，學會妥善管理自己的情緒，明白聆聽、溝通合作的重要性，懂得欣賞和關心別人，並在與其他資優學員相處和共事的過程中，提升解決問題、與人溝通合作的能力；此外，透過服務唐氏綜合症人士，讓學員在參與服務的過程中，實踐所學，體會團結合作的力量、感受服務別人的快樂和認識弱勢社群的需要。

整項計劃雖只歷時兩個月，但相信通過緊湊和多元化的活動，以及學員的積極參與和學習，大家都会有很多體會和得著。活動花絮和參加者的心聲，已結集在本刊物中，讓大家細意回味和留念。

「2016資優生朋輩輔導計劃」能順利完成，全賴各位家長的信賴和支持、參加學員的積極參與和投入，大姐姐的熱心和付出，以及香港唐氏綜合症協會同工的協助。未來，我們會繼續舉辦類似活動，讓資優生在認知和情意方面得到全面的發展，並凝聚大家的力量，推動服務他人的精神。

資優計劃  
二零一六年九月十日

# 目錄

## 03 活動背景

## 05 活動簡介及內容

- 05 活動概況
  - 06 第一階段：資優生朋輩輔導員培訓
  - 07 第二階段：資優生朋輩輔導活動
- 08 日營及計劃簡介會  
09 工作坊  
11 義工服務

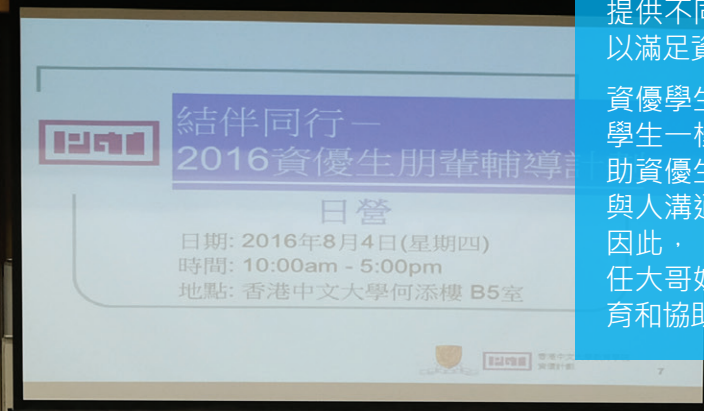
## 13 分組名單及成長心聲

- 13 紅組：紅貓
- 19 黃組：黃金比卡超
- 25 綠組：和平環保組
- 31 藍組：大藍洋

## 37 導師心聲

## 38 活動留影

# 活動背景



## 結伴同行—2016資優生朋輩輔導計劃

「資優計劃」致力促進資優教育發展和培育香港資優學生，工作主要涵蓋三大範疇，包括：(1) 資優學生服務、(2) 研究及資源發展和 (3) 家長、教師和學校專業服務。在培育資優學生方面，「資優計劃」不單提供不同形式的計劃項目，亦定期舉辦春季、暑期及冬季增潤課程，以滿足資優學生的特殊學習需要。

資優學生雖具有較高學習能力或特殊才能，但在成長過程中也與其他學生一樣會遇到各種困難，包括情緒管理、人際溝通等問題。如何協助資優生接納自己的獨特性和才能，同時讓他們學懂欣賞別人、善於與人溝通合作、發揮所長去服務別人，是資優教育不可忽略的一環。因此，「資優計劃」每年均特地舉辦「資優生朋輩輔導計劃」，讓擔任大哥哥及年幼的資優學員，在個人與群性發展方面均得到適當的培育和協助。



# 活動簡介及內容

「結伴同行——2016資優生朋輩輔導計劃」分兩個階段進行。第一階段是「資優生朋輩輔導員培訓」，對象是大專或就讀高中的「資優計劃」學員，目的是培訓他們成為朋輩輔導員。培訓內容包括加深朋輩輔導員對年幼資優生的認識，並讓他們掌握小組工作、策劃和推展活動的技巧。第二階段是「資優生朋輩輔導活動」，對象是就讀小學的資優生（年幼資優生），活動目的是由已接受相關培訓的朋輩輔導員（大哥哥）與年幼資優生結伴同行、建立關係，並透過大哥哥的協助、輔導和帶領年幼資優生參加日營、工作坊和義工服務等活動，讓年幼資優生加深自我認識，提升溝通、合作和解難能力，並藉著參與義工服務，深化和實踐所學的知識和技巧，建立服務他人的精神。

今年仍採用《我的成長印記》，以紀錄及評鑑每位年幼資優生在工作坊及服務日的得著及個人表現——強處及待改善之處。填寫前，每組的大哥哥會先跟年幼資優生檢討活動當天的表現，讓年幼資優生各自表達和聆聽其他組員及大哥哥對自己的意見，然後由年幼資優生自行填寫《我的成長印記》，讓他們評鑑自己的表現，反思得著，並嘗試提出自己日後改善的方法。

## 活動概況

	年幼資優生	朋輩輔導員（大哥哥）
對象	香港中文大學「資優計劃」學員	
年級	小三至小五	中四至大專
人數	22人	17人
配對	活動以小組形式進行，大哥哥與小朋友的比例為1:1.3	
內容	大哥哥培訓、朋輩輔導活動（日營及工作坊）、義工服務及閉幕禮	
日期	二零一六年七月下旬至九月中	
地點	香港中文大學校園	

## 第一階段：資優生朋輩輔導員培訓

大哥哥的培訓於二零一六年七月下旬至八月初進行，三節培訓均由「資優計劃」的導師負責帶領，以工作坊形式進行。培訓主題分別如下：

日期	內容
七月廿六日（星期二）	<b>工作坊一：</b> 互相認識、了解朋輩輔導員的角色及工作、自我認識、了解年幼資優生的特質
七月廿八日（星期四）	<b>工作坊二：</b> 建立小組、學習處理衝突和小組解說技巧
八月二日（星期二）	<b>工作坊三：</b> 設計及帶領活動、場地視察、策劃第二階段的分工安排

透過培訓，讓大哥哥更能明白自己和其他資優生的特質，提升他們擔任小組領袖的技巧，讓他們掌握建立小組、策劃和推展活動的技巧，為擔任「資優生朋輩輔導員」作好準備。





## 日營及計劃簡介會

八月四日，參加的學員及家長一同出席開幕禮。在家長的見證下，「資優計劃」總監陳麗君博士、大哥哥和年幼資優生一同手牽手，承諾結伴同行，努力做到「Peer Mentoring 互助友愛齊做到」。開幕禮完結後，家長進行計劃簡介會，而學員隨即進行日營活動。透過集體遊戲，讓年幼資優生打破隔閡。然後，年幼資優生分作四組——紅、黃、綠和藍組，由各組的大哥哥負責帶領。每組均透過破冰遊戲、自訂小組名稱及商討活動規則，讓組員與大哥哥互相認識、建立合作關係；同時透過「資優中大奪寶行」活動，讓小組學員訂定奪寶路線，並於指定地點完成連串任務，培養小組團隊合作精神及提升組員的創意解難能力。

## 第二階段：資優生朋輩輔導活動

是次計劃以「結伴同行」為主題，由大哥哥帶領年幼資優生於二零一六年八月至九月進行日營、工作坊、義工服務及閉幕禮等活動。一方面讓大哥哥實踐在培訓工作坊中所學的知識和技巧；另一方面讓年幼資優生在大哥哥的協助和輔導下，提升個人社交能力、明白團隊合作的重要性，並建立助人自助的人生態度。

活動內容如下：

日期	活動項目及內容
八月四日（星期四）	日營及計劃簡介會
八月十一日（星期四）	工作坊一：學習溝通態度和技巧
八月十六日（星期二）	工作坊二：認識服務對象和學習設計活動技巧
八月十八日（星期四）	工作坊三：掌握帶領活動技巧和籌劃義工服務活動
八月廿七日（星期六）	義工服務日及檢討 (服務對象為唐氏綜合症人士)
九月十日（星期六）	綵排及閉幕禮



## 工作坊

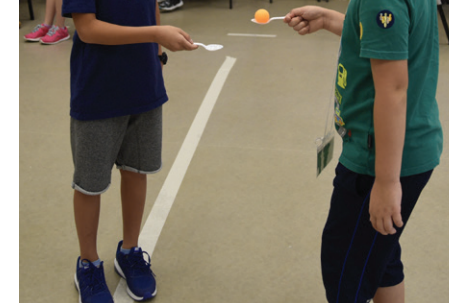
三節工作坊均是理論與實踐並重，由大哥姐負責設計及推行；每節均有特定主題。第一節工作坊中，大哥姐透過遊戲、小組討論和實踐學習等活動，讓年幼資優生明白與人溝通的應有態度，掌握有效溝通的技巧，並學會體察受眾的感受。第二節工作坊，邀請了香港唐氏綜合症協會的社工及一位唐氏朋友到場，介紹唐氏朋友的特質、相處時應有的態度和技巧，並透過與唐氏朋友現場對答，直接了解他們的需要和長處，以全面考慮設計活動的注意事項。當天工作坊，大哥姐亦透過小組遊戲，讓年幼資優生學習設計遊戲活動的技巧，為籌備義工服務作好準備。最後一節工作坊，大哥姐讓年幼資優生透過推展小遊戲來掌握帶領技巧，並輔助年幼資優生為義工服務日籌備及設計遊戲活動，藉此讓年幼資優生深化和實踐所學的知識和技巧。



工作坊一：學習溝通態度和技巧



工作坊二：認識服務對象和學習設計活動技巧



工作坊三：掌握帶領活動技巧和籌劃義工服務活動

## 義工服務

為讓資優生了解弱勢社群的需要，發揮自己的潛能服務社群，「資優計劃」今年與香港唐氏綜合症協會合作，邀請20位唐氏綜合症朋友到訪香港中文大學。年幼資優生及大哥哥先到港鐵大學站迎接服務對象，與他們一同步行到會場，以建立初步的友誼。當抵達會場，唐氏朋友分作四組與年幼資優生互相介紹自己的名字及喜好，打破彼此的隔閡。然後，年幼資優生分別向在場的唐氏朋友及其他學員，帶領自己小組所設計的遊戲——藍組的「音樂傳豆袋」、綠組的「中大電視」、紅組的「過橋」和黃組的「Musical Bands」，讓大家快樂地享受相處時間。最後，大家一同分享茶點，年幼資優生更送上親手製作的心意咭，藉以表達一點關心。透過服務，讓年幼資優生接觸不同的社會人士，體會他人的需要和長處，培養關愛的精神，並透過與組員合作推展遊戲活動，實踐工作坊所學的知識和技巧。



無分彼此，攜手同行



年幼資優生與唐氏朋友互相認識



分享茶點



藍組：音樂傳豆袋



綠組：中大電視



紅組：過橋



黃組：Musical Bands

開心大合照





## 紅組：紅貓

### 朋輩輔導員

池樂謙 (Kasper)  
葉穎欣 (Renee)  
鄧雋諾 (Cheryl)  
楊湛鏗 (Jacky)

### 組員

陳加晉 (Arron)  
周雋皓 (雋皓)  
蔡朗新 (Linus)  
劉灝林 (灝林)  
呂采澄 (采澄)

## 分組名單及成長心聲

### 陳加晉 (Arron)

2. 參加本項目後，你學到些什麼？

照顧別人

7. 與唐氏綜合症兒童一起活動/相處，你有什麼感受？

開心認識了不同的組群

### 劉灝林 (灝林)

2. 參加本項目後，你學到些什麼？

與不同人相處的技巧。

根據你在「朋輩輔導計劃」的經驗和發現，你會為自己定下以下的改善方法

1. 我發現有些人不像自己可以容易溝通，所以需要專心聆聽別人的話，還要清楚地表達自己的想法。
2. 在設計遊戲時的「WHIE」中的「E」——即，其實應該讓在任何事前都要想一想它……，應該怎樣做。
3. 在別人說話時不應插話。





蔡朗新 (Linus)

根據你在「朋輩輔導計劃」的經驗和發現，你會為自己定下以下的改善方法

I was a little worried the Down Syndrome friends were too emotional, but in the end I figured out that they were quite friendly. I also figured that they too had different talents.

11. 你日後會繼續關注唐氏綜合症兒童嗎？你認為自己還可以為唐氏綜合症兒童做些什麼？

Yes.

Tell other people to care more about them too.



周雋皓 (雋皓)

7. 與唐氏綜合症兒童一起活動/相處，你有什麼感受？

so happy 😊



呂采澄 (采澄)

2. 參加本項目後，你學到些什麼？  
溝通技巧。

(請列出三個你希望來年達成的目標)



1. 參加更多服務別人的活動。

2. 服務更多唐氏綜合症人士。

3. 做義工。



## 朋輩輔導員感想

### 楊湛鏗 (Jacky)

時間過得真快，不知不覺「資優生朋輩輔導計劃」又接近尾聲。我記得當我報名申請參加做「大哥哥」的時候，被問到對年幼資優生的看法，而我的回應大概是資優生是生活在兩個極端當中，資質優異和資質令人擔憂，一個合適的成长環境能爆發他們的小宇宙。而透過這次活動，我相信或多或少對年幼資優生有正面的影響。

當第一次見這群資優弟弟妹妹，我們都很陌生地介紹自己，以及含蓄地玩遊戲。可是，短短五個星期後的今天，我們已打破隔膜，玩得很投入。雖然他們有時只顧自己和坐不定，令大哥哥憂心，但當填寫小冊子或需要他們專心的時候，他們都會十分認真及專注，這都使大哥哥放心。

最難忘的事莫過於服務日，一開始我都擔心弟弟妹妹們能不能應付及帶領整個活動，畢竟他們大多都是首次照顧唐氏綜合症的人士。可是他們的表現令我出乎意料，他們竟能把早前在工作坊學過和做過的應用出來。他們不但主動和新朋友們認識談話，更細心地關心新朋友們的需要。帶遊戲時，雖然要即時修改規則，但他們都臨危不亂，即時作出應變，令我體會到他們的潛在能力。

最後，我很慶幸能在「資優生朋輩輔導計劃」擔任大哥哥。儘管時間短，但確實使我獲益良多，不單讓我學會照顧他人，還讓我結識了一班同伴及認識了一群可愛活潑的小弟弟小妹妹，今夏都是別具意義和難忘的。我相信雖然時光飛逝，但我們所經歷，所學會的都能使我們更上一層樓，發揮自我潛能。GO紅貓!!!

### 鄧雋諾 (Cheryl)

在參加這次「資優生朋輩輔導計劃」前，我有點擔心和緊張，因為我從未試過這樣長時間和近距離接觸唐氏綜合症人士，加上要擔當大姐姐這角色，一方面要鼓勵年幼資優生（PGT小朋友）主動接觸唐氏朋友，並與他們玩小遊戲，另一方面又擔心小組員設計的遊戲仍有不足，會令服務日舉行得不順暢。

不過經過工作坊後，我和小朋友都對唐氏綜合症有了更深的認識，發現唐氏朋友與我們一樣，也有不同性格、喜怒哀樂，更有一點是很值得我們學習，就是他們都很樂觀和直率，經常會看到他們把笑容掛在臉上。

我覺得透過這次活動，「朋輩輔導計劃」的大姐姐和PGT小朋友都獲益良多，學懂與不同人士相處，和更細心留意別人的需要。

經過多天的相處，和PGT小朋友建立了友誼，看著他們逐漸成長，變得愈來愈投入和主動，又在設計和帶領小遊戲時，盡顯他們細心和有創意的特質。希望他們在這活動中學會互相學習，取長補短，並以不同的角度看這世界！

### 葉穎欣 (Renee)

不經不覺，「資優生朋輩輔導計劃」又來到尾聲。還記得第一次與「紅貓」這群聰明的小朋友見面時，各小朋友的性格也大不同——每個都非常活潑，各有自己的看法，好像難以融合似的。因此，在活動進行時，總有一些小磨擦，例如在改組名時，每一位小朋友也很有自己的意見，花了一段長時間後才能達成共識。而在一些需認真討論的環節上，小朋友們好像漫不經心，讓哥哥姐姐們深感擔心。

然而，經過三次的工作坊後，這群小朋友卻有所改變，他們在相處上變得和諧了，與之前相比，確實多了幾分包容、接納、尊重。原來，透過工作坊的小遊戲和講解，真的能讓小朋友有所學習。他們後期的表現確實讓哥哥姐姐們放心了不少。

對我而言，能見證小朋友的正面改變和有所領悟，實感喜悅！期望小朋友們能把學到的，應用於日常生活中。

### 池樂謙 (Kasper)

我是第一次參加這類的義工服務！由於自己之前沒有面對小朋友的經驗，所以擔心自己不能應付。當參與後，便發現小組員與年幼時的自己差不多。通過相處，亦讓我明白到，只要願意耐心講解，小組員也願意聆聽及接受大姐姐的意見。此外，很鼓舞能見到小組員在活動期間有正向的轉變，讓我覺得沒有白費心機。最後，非常開心自己能克服害怕面對小朋友這個難題，更能讓他們有所成長。

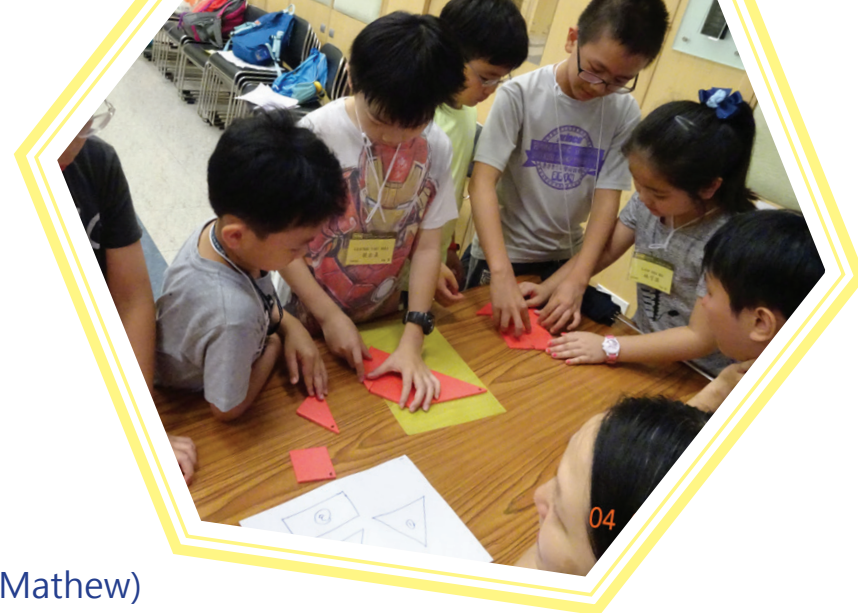
# 黃組：黃金比卡超

## 朋輩輔導員

何敏盈 (Kara)  
許懷德 (Arthur)  
李嘉晴 (Karithy)  
梁保瑜 (Sally)

## 組員

陳鈞堯 (Mathew)  
林可淇 (Anke)  
梁右熹 (右熹)  
蘇柏琮 (Ethan)  
譚樂謙 (謙謙)  
徐嘉培 (嘉培)



## 陳鈞堯 (Mathew)

參加「資優生朋輩輔導計劃」(以下簡稱「本項目」)是否達到你預訂的目的?  
Have you achieved your goals set in joining the "Gifted Peer Mentoring Scheme"?

Yes, I have achieved my goals in joining this scheme, which is how to communicate.

After joining this scheme, I learned how to deal with others patiently and talk slowly.

I found everyone has their strengths, so I have to appreciate others.

## 徐嘉培 (嘉培)

2. 參加本項目後，你學到些什麼？

我學到如何和別人合作。

12. 總的來說，參加本項目你有什麼感覺？以後會繼續參加其他類似活動嗎？

我覺得這項月很好。我以後會繼續參加類似活動。

## 譚樂謙 (謙謙)

2. 參加本項目後，你學到些什麼？

我學到了要認識社會上不同的人。

(請列出三個你希望來年達成的目標)

關心有需要人士

## 梁右熹 (右熹)

2. 參加本項目後，你學到些什麼？

我學到與人相處好的方法。

根據你在「朋輩輔導計劃」的經驗和發現，你會為自己定下以下的改善方法

親愛的梁右熹：  
仍然

在這次活動中，你已經做得很好，仍有3個改善的地方：

1 你可以對別人包容；

2 可以與人多溝通；

3 多些主動了解別人的需要。

只要你做到以上3點，你一定會更好。

祝

學業進步

梁右熹上

八月二十一日

## 蘇柏琮 (Ethan)

(請列出三個你希望來年達成的目標)

關心他人

多些幫助別人

對身邊的人好些

## 林可淇 (Anke)

11. 你日後會繼續關注唐氏綜合症兒童嗎？你認為自己還可以為唐氏綜合症兒童做些什麼？

會。如果我看見別人欠負他們，我會幫助他們。

12. 總的來說，參加本項目你有什麼感覺？以後會繼續參加其他類似活動嗎？

感到很開心，因為學會了很多書本上沒有白的知識，只要真心付出，別人會感受到。之後我會繼續參加，因為我還有很多東西需要學習。



## 朋輩輔導員感想

### 許懷德 (Arthur)

參加這次「資優生朋輩輔導員培訓及實踐」，對我來說是一個全新的體驗，因我以前從沒試過帶領一班小朋友自己籌劃義工服務的內容，再把它實踐出來。

記得在計劃開始前，我曾擔心自己是否勝任大哥哥的職務，幸好能夠在首三次給大哥哥的培訓工作坊中了解到資優生的特質及與他們相處的技巧等。在這些工作坊裏，我學習到很多待人接物的方法，亦認識到其他大哥哥，增強了自己的社交能力，擴闊了自己的社交圈子。

至於和資優小朋友相處的經歷則可以從日營說起。日營是我第一次見到他們的日子。黃組的小朋友給我第一印象是——非常活潑，又很有主見。面對着他們天馬行空的想法，有時真的好氣又好笑。望着他們為組名爭持不下的情景，我不禁懷疑我們能否順利渡過之後的工作坊及服務日。但隨着他們出席了一個又一個的工作坊，透過中間的遊戲，黃金比卡超組員的默契逐漸建立起來，到籌備活動時，更能考慮到複雜動作對唐氏綜合症朋友的難度，故最後決定採用簡單易明的Side Angle Side舞步。

看着小朋友們由完全不認識對方到能夠一起構思活動，見到他們有所得著，有所成長，令我感到很有滿足。同時很榮幸自己可以成為這個計劃的一分子，讓我也有所得著和成長，期望下次能夠再參與類似活動。

### 何敏盈 (Kara)

「資優生朋輩輔導計劃」原意是希望小朋友們有不同方面的成長，特別是與人合作和認清不同人的需要。對於一班這麼聰明的小朋友，學會從別人的角度思考的確是極為重要。經過第一天的日營，認識到自己組的小朋友各有不同性格，有些很主動，有些能為人設想，當然亦有些較難處理。不過，他們都是一班天真可愛的小朋友。

開始時，大家都比較文靜，怕怕羞羞的不敢有太多交流。經過慢慢的相處，大家開始變得熟絡，並敢於表達自己的意見。這是我們哥哥姐姐們希望見到的。

在活動中，我負責特別照顧其中一位小朋友。開始時，對我來說，他是個很大的挑戰。照顧他需要很多耐性和技巧，然而他也不一定「言聽計從」，令我感到氣餒，甚至質疑自己的能力。然而，很欣慰的是在服務日見到他的改變，他願意與組員合作，並為服務對象送上祝福，更把親手摺的摺紙送給我留念，真令人感動。

更重要的是，很感謝我組的哥哥姐姐，我們天衣無縫的合作令活動非常順利。謝謝你們。

### 李嘉晴 (Karithy)

首先我十分感謝PGT給予我寶貴的機會去成為「2016資優生朋輩輔導計劃」大哥哥的一分子，令我有一個十分難忘的暑假。

起初在培訓時，聽到Ms. Fong講解年幼資優生的特質，我也不禁擔心自己是否有足夠的能力去擔任一組年幼資優生的大哥哥，並讓他們在活動中有所得著。因此，在第一天日營時，我懷着戰戰兢兢心情，與年幼資優生見面。那時候，我才發現他們是一群很可愛的小朋友。之後每個活動，每位年幼資優生也發揮他們各自的長處，分工合作去畫畫、寫字、思考活動等。雖然他們會有爭執或衝突，也有控制情緒稍弱的時候，但他們也會聆聽大哥哥的意見，然後會與對方道歉，並再次攜手合作。他們在處事上，一次比一次的進步，令我感到十分鼓舞和有成功感。而且，有些年幼資優生更送自己親手摺的摺紙向我們表達謝意，令我們一眾大哥哥十分感動！

最後，我十分開心可以和年幼資優生在此計劃中一起進步，也十分感謝Ms. Fong、其他大哥哥以及一群可愛的年幼資優生！我希望下年也有機會參加同類活動。謝謝！

### 梁保瑜 (Sally)

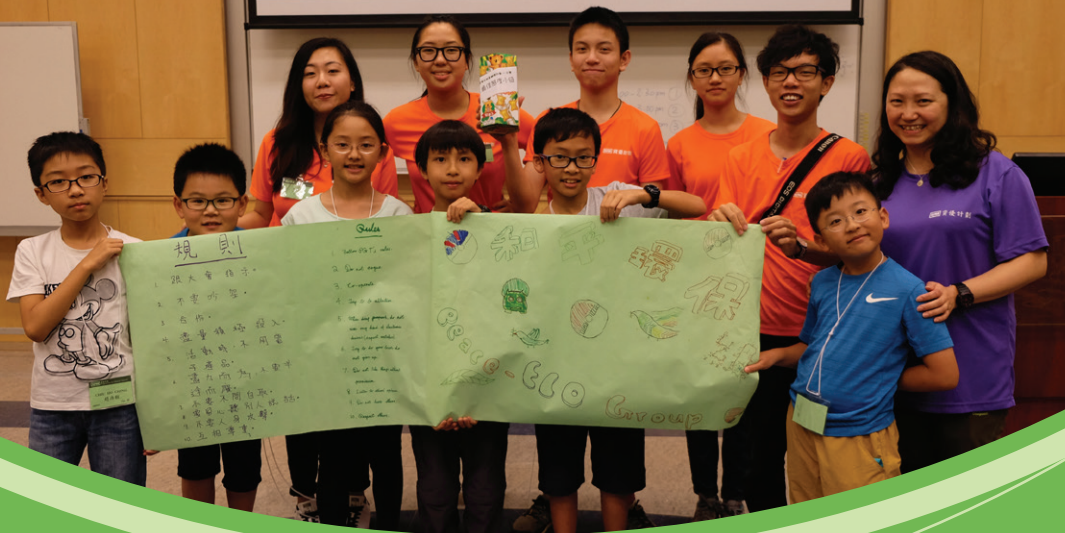
「資優生朋輩輔導計劃」雖只歷時一個多月，但我不單與大哥哥們建立了友誼，更和「黃金比卡超」的小朋友共同創造了不少難忘回憶。

從最初說起.....黃組的小朋友很活潑好動，一時愉快嬉戲，一時又激動爭論。有時大哥哥亦難以控制他們，此刻自己難免會煩躁反感。不過有賴Ms. Fong和大哥哥們各司其職，互相磨合，才令大家安然度過這些日子。

雖說照顧小朋友頗勞心勞力，但能夠看着他們在短時間裏成長進步，確是苦中一點甜。他們由當初調皮搗蛋變得有耐性地與人溝通，由當初不斷期待完結離開變得不捨得下課，由當初只想獨佔禮物變得願意分享光榮.....從很多很多的當初轉變成此刻的他們，不得承認他們變得成熟了！

老實說，我不是一個好的大哥哥，仍有很多地方可作出改善。不過要感謝資優計劃提供這平台及Ms. Fong給大哥哥莫大的空間，讓我們和小朋友有一個可以成長的地方，令我們從經驗裏學習。希望大家在此計劃完結後，繼續令自己變得比當初的進步。





## 綠組：和平環保組

### 朋輩輔導員

- 朱慧茹 (Daphne)
- 葉詠儀 (Winnie)
- 黎智維 (Thomas)
- 李詠鈞 (Jojo)
- 尹淦樑 (Christopher)

### 組員

- 張晉瑜 (Mark)
- 趙浩程 (浩程)
- 梁峯朗 (峯朗)
- 藍奕希 (奕希)
- 潘宏濫 (Darren)
- 楊子欣 (Crystal)

### 藍奕希 (奕希)

(請列出三個你希望來年達成的目標)

1. 多關心社會上有需要的人  
 2. 幫助他人  
 3. 去嘗試不同的朋友

6. 與資優朋輩一起籌劃及推行服務工作的過程中，有什麼讓你印象深刻的事情？  
 見到他人開心，自己也開心。

### 潘宏濫 (Darren)

1. 參加「資優生朋輩輔導計劃」(以下簡稱「本項目」)是否達到你預訂的目的？

Yes, I have achieved 2 goals:  
 1. I have learnt Leadership and cooperation skills.  
 2. I knew more about Down syndrome characteristics.

2. 參加本項目後，你學到些什麼？

1. As above  
 2. I also learnt patience and sharing.



### 楊子欣 (Crystal)

2. 參加本項目後，你學到些什麼？  
 和別人融合相處，並互相配合對方

根據你在「朋輩輔導計劃」的經驗和發現，你會為自己定下以下的改善方法  
 1. 說話大聲點  
 2. 努力幫組員思考  
 3. 積極回答問題

1. 參加「資優生朋輩輔導計劃」(以下簡稱「本項目」)是否達到你預訂的目的?  
 參加本項目對我個人建立服務他人的精神、提升溝通合作和解決能力。

2. 參加本項目後,你學到些什麼?  
 參加本項目,使我可以與朋輩結伴同行和建立關係。

趙浩程 (浩程)

根據你在「朋輩輔導計劃」的經驗和發現,你會為自己定下以下的改善方法

小事多嘗試,主動權小。今次看到唐氏綜合症的人,才了解他們是這樣的,是需要別人的幫助,所以我要多放眼世界,認識不同的人 and 事,擴展視野。



6. 與資優朋輩一起籌劃及推行服務工作的過程中,有什麼讓你印象深刻的事情?  
 我記得籌劃時,我們曾經提議,但在唐氏綜合症人士的角度去想,我們抉擇最好的抉擇。

根據你在「朋輩輔導計劃」的經驗和發現,你會為自己定下以下的改善方法

暑假快結束了,我發現自己有很大的領導才能。我喜歡領導大家去做事,例如在第一天「中大奪寶行」中,我在某些遊戲中擔任了領導的角色。我需要改善的地方包括:接納別人的意見。雖然自己見解是好,但也應接納別人的意見,以提出更好的意見。我希望在下一學年中改善我的弱點。我希望在暑假完結前,可以列出我的強點,以及列出怎樣去改善,為暑假劃上完美的句號。

朋輩輔導員感想

尹淦樑 (Christopher)

在計劃初期,小組員的相處出現不少磨擦,在討論時候,大都各持己見,難以得出共識。但經過幾次的訓練活動,大家都學習到如何尊重對方,亦懂得運用適當的方式表達自己的意見,由大跳大叫激動地發表意見,到可以「坐定定」一起討論,當中都可以見到小組員的不斷進步。

在「朋輩輔導計劃」中,我也與小組員一起成長。透過不斷相處,漸漸地了解到資優小朋友的特質和優點。我十分享受與他們一起為唐氏朋友準備的各種活動,助他們發揮自己的才能。最後看到服務日各人愉快的笑容,便知道大家的努力是值得的。作為大哥姐,我只以自己的經驗為組員們提供協助,但當要發揮創意構思活動時,小組員更似「大哥姐」呢!

在計劃中,我又認識到唐氏朋友的各種特質。唐氏朋友是一群活潑和充滿好奇心的「大細路」。與他們相處除了需要多一點精力,更要與他們多一點溝通,融入其中與他們一起享受整個活動。

最後,要特別感謝我的好隊友,在活動當中有時候我會太投入拍照和帶領活動,全靠她們關顧綠組內每一個組員的需要,又協助他們去完成活動,我才可以為他們拍下一幕幕值得留念的照片,更可以和他們一起玩遊戲,衷心感謝每一位。

## 朋輩輔導員感想

### 朱慧茹 (Daphne)

懷著忐忑不安的心情，初次以「大哥哥」的身分參與這個活動。原以為帶著小朋友會有很多問題，但經過幾次活動，發現小組員都很可愛，並各有獨特的地方。當面對問題時，他們都能在共識下解決。「大哥哥」們給我的感覺就像一個團隊，我們雖來自五湖四海，各有不同的想法，但因這個計劃令我們互相認識，更讓我們一起合作。猶記起第一天的培訓，要求記彼此的名字時，我只能記得一兩個名字，到今天大家都對彼此有一定的認識，更會開玩笑了！

除此之外，能認識一群可愛的小組員也讓我十分開心。儘管有時組員之間會有些矛盾，但是當需要整組一起合作時，每位小組員都能擔當不同的角色，以為組爭光而努力。短短幾次活動總覺得時間太少，在一起玩樂的時光流逝得太快。

另一難忘片段，就是能與小組員一起和唐氏朋友玩耍。這也是我第一次服務唐氏朋友，相處下來，發現他們和我想像的不一樣。我們就像朋友一樣聊天，講講自己的興趣愛好、唱唱歌跳跳舞。最令我難忘的是有一個唐氏朋友在臨走前將自己的零食與我分享。我想這就是做義工的意義！雖然得到的只是一小包餅乾，但卻讓我覺得十分值得和開心。

從這次的活動中，我不僅學到了很多技巧，而且認識了很多新的朋友。

### 李詠鈞 (Jojo)

「大家好，我哋係和平環保組.....」日營、工作坊、唐氏綜合症服務日等一切對我仍然記憶猶新.....

由日營初期，小組員為設計組名和訂立規則時，他們在討論中各持己見，不時發生磨擦，很難得出結論；到完成日營的活動和三節工作坊，小組員漸漸建立了信任，學會了體諒和接納他人的意見，並更積極參與餘下的活動，我很慶幸看到他們的進步。令我最深刻的是服務日當天，小組員籌備了「中大電視」，從他們清晰自信地講解和成功帶領遊戲，可見他們一步步地實踐和應用學到的技巧，更發揮到各自的長處；小組員主動邀請唐氏朋友參與，和他們一起樂在其中，更親手製作心意咭送給新朋友，此舉讓我十分高興和欣慰。

在幾節工作坊和服務日中，與小朋友一樣，我也有所得著。除了學習跟小朋友相處和欣賞他們的優點外，我還學會了聆聽多方面的意見、調解和處理衝突，以及關心每一位組員，亦從中鍛煉自己的耐性；透過設計及帶領工作坊，我更明白到應變能力和細心的重要性，於活動中與其他大哥哥的配合更是缺一不可。

「朋輩輔導計劃」轉眼間來到尾聲，這個活動令我獲益匪淺，見證了我和每位資優小朋友的成長。我很開心能夠認識每一位大哥哥，很感激沿途上有你們的幫助和配合。我衷心希望各小學員能夠珍惜這份難能可貴的友誼，並將計劃中所學到的知識和技巧學以致用，發揮你們的所長，有一個愉快的成長。再次感謝你們每一位！

### 黎智維 (Thomas)

After these few trainings, I have learnt that teaching children isn't as easy as you may think. Through the trainings, I have learnt to have patience but also certain strictness towards children, because they may be too hyperactive and get distracted easily. Sometimes children may get cheeky and play around, but we still need to kindly tell them to focus back on the activities instead of saying it in a rude way. Although sadly I cannot fully complete the program, still I have learnt a lot from it. Thank you for giving me an opportunity to join this meaningful programme!

### 葉詠儀 (Winnie)

今次「朋輩輔導計劃」中，我們要在數次工作坊中令資優生明白溝通、與人相處之道，並從服務日中實踐出來。我以朋輩輔導員身分參與其中，獲益良多，也百般滋味在心頭。

在接觸資優生前，我覺得他們智商奇高，難以親近，一直都以仰望的角度看待他們。故此，我一直視這次為自我挑戰。我以朋輩輔導員的身分跟他們一路走過日營、三個工作坊，以及服務日，讓我發現他們不是那麼難親近。在互相認識時，他們樂意主動介紹自己；在商量組名時，他們甚至邀請大哥哥加入討論。其實令到整組凝聚在一起的，正是我起初以為難以親近的他們。我漸漸地對他們改觀，並發現他們雖然聰明，但每個都是天真爛漫的小朋友——看到糖果時，他們會興奮；看到終點，他們明知不計時也會一股勁奔馳；聽社工講課時，他們會不專心。你可能會說他們根本就是小朋友嘛！為何要大驚小怪？！可是，這都是我接觸到他們之後才確切知道的！我相信社會上不少人跟當初的我一樣，對資優生存著不少誤解。其實，資優生是社會的瑰寶，要用心雕琢才能展露鋒芒。假如社會大眾不了解資優生，他們的才能便難以彰顯。在這活動後，我意識社會應多投入人手和資源栽培資優生，我亦對這類型的服務越感興趣。

在此感謝大家！多謝！





# 藍組：大藍洋

## 朋輩輔導員

陳駿耀 (Chris)  
周愷健 (Josh)  
朱碧嫦 (Laura)  
劉珈余 (Kelly)

## 組員

鄭駿泓 (駿泓)  
鄭巧仁 (巧仁)  
鍾競陶 (Julian)  
李晰祺 (晰祺)  
柯尚延 (尚延)



## 鄭駿泓 (駿泓)

2. 參加本項目後，你學到些什麼？  
我學到了和人相處的技巧和唐氏朋友的特點。
3. 你覺得自己在本項目中主要擔當了什麼角色？  
我認為我自己主要擔當了照顧唐氏小朋友的哥哥的角色。
4. 在服務學習環節中，你如何幫助唐氏綜合症兒童？  
我不介意他們，樂意接受他的擁抱和照顧更他吃茶點。

## 鄭巧仁 (巧仁)

2. 參加本項目後，你學到些什麼？  
跟人相處的技巧。

根據你在「朋輩輔導計劃」的經驗和發現，你會為自己定下以下的改善方法  
我在「朋輩輔導計劃」中，我發現唐氏朋友可能做不到一些動作，而且可能說話說得不太清晰，所以我要好好包容他們。他們也很熱情。  
當我日後遇到他們，我也會和他打招呼！  
透過這個計劃，我認為我做事情要更投入，因為在設計遊戲時，我有些時候會沒有耐性。

## 鍾競陶 (Julian)

2. 參加本項目後，你學到些什麼？  
我學到了跟唐氏朋友相處的方法。
4. 在服務學習環節中，你如何幫助唐氏綜合症兒童？  
我為他們帶來了一天的歡樂。
7. 與唐氏綜合症兒童一起活動/相處，你有什麼感受？  
我很幸福。

## 李晰祺 (晰祺)

6. 與資優朋輩一起籌劃及推行服務工作的過程中，有什麼讓你印象深刻的事情？

明白溝通的重要性。  
和哈作

8. 與唐氏綜合症兒童一起活動/相處，有什麼令你印象深刻的事件/活動？

1. 為他們翻詞譯某佳以明白的句子
2. 幫他們想辦法解
3. 開心地跟他們相處

11. 你日後會繼續關注唐氏綜合症兒童嗎？你認為自己還可以為唐氏綜合症兒童做些什麼？

我會繼續關注唐氏人士。我還可為他們提供更多陪伴、問候、溝通……



## 柯尚延 (尚延)

4. 在服務學習環節中，你如何幫助唐氏綜合症兒童？

自己學到的知識去幫助人也幫助

根據你在「朋輩輔導計劃」的經驗和發現，你會為自己定下以下的改善方法

不要小看唐氏綜合症人。

## 朋輩輔導員感想

## 陳駿耀 (Chris)

I am writing this email to express my feelings and thoughts about the PGT mentoring program.

First of all, let me sum up in two words: absolutely unforgettable. This was the first time I joined PGT mentoring scheme. I always thought I couldn't get along well with children as I didn't know what to say to them. I always thought teaching and guiding children is boring and frustrating. That's why I had never thought of being a teacher before.

However, after several activity days and workshops, my thoughts about children and teaching have changed drastically. Initially I thought I couldn't get along with the children in my group, but I found myself enjoyed interacting with them later on. They were all so pure, honest and authentic. I saw my younger self in them. And I realised I actually miss my younger self quite much, the Chris who was more optimistic, more enthusiastic and worry less. The more I talked to them, the more I saw myself in them. It's really quite magical. It's true that people said we can always learn somethings from children.

It was satisfying to see them started with not knowing how to cooperate to a point where they enjoyed playing every game together. It was even surprising to see them care and look after our friends with Down Syndrome with patience and love. To be honest, I always thought it was going to be a tough task for us on the last Service Day since the children in my group were quite self-centred sometimes. I was afraid that they would say somethings disrespectful to the people with Down Syndrome. Astonishingly, it didn't happen and our children were so caring to them. One of our children changed drastically, from a point when he said he would never interact with the people with Down Syndrome because he thought they are filthy, to a point which he enjoyed being hugged by a Down Syndrome child on the Service Day. Seeing this change in him was truly amazing and touching. It let me understand the essence of mentorship and guidance.

Finally, thank you Ms. Fong for your great support and guidance since day one. I am looking forward to next year PGT mentoring program.



## 周愷健 (Josh)

參加「朋輩輔導計劃」已經是第二年。相比往年所引起「我是誰」一類的問題，今年或許有了答案——在才性與品性之間，後者才是答案。沒錯，資優小朋友很聰明，但將來造就他們的，未必是聰明才智，而可能是待人接物的態度和方式，故此，更顯出「朋輩輔導計劃」的重要性。

藍組一直是令人心寬的一組。儘管今年大哥哥大姐姐數目遠比往年多，但挑戰仍在，對比起其他小組，藍組的確是最少令人操心的。他們雖然偶有小爭執和玩得過火的地方，但整體來說是合作順利而且安靜專注的。不過這並非最令人刮目相看的地方，因安靜專注未必是一種絕對好的品性，我說藍組令人心寬更非單純因為他們給藍組大哥哥的麻煩遠比其他組少，而是，雖則大哥哥在三次工作坊中聽著藍組五子說如何害怕或者抗拒唐氏朋友，但到了服務日，他們卻與唐氏朋友相處融洽，甚至打成一片，我心中真能以大慰來形容。我相信，在這次經驗中他們發現了一些以往未曾發現的，體驗了一些以往未曾體驗的，品性亦因而成長。他們還有可進步的地方，但在短短的計劃中能有所成長，已是非常難得的收穫。

感謝資優小朋友和大姐姐們給了我一段充實愉快的時光！

## 朱碧嫦 (Laura)

隨著暑假的結束，是次「資優生朋輩輔導計劃」亦來到尾聲。回想當初報名參加輔導計劃的原因，大概也只不過是想在悠長的假期中找一點事幹，並藉此有所得著，不致令自己的暑假就這樣白白過去。

開始時，擔心自己不能做好大姐姐的角色，一來是因為自己經驗尚淺，從未擔任過輔導員；二來是我將要面對的是一群資優小學員，其思考方式跟普通小朋友也許有所不同，擔憂跟他們難以親近。在最初小學員商量組名時，他們各位都有自己的想法，而且都堅持己見，不肯跟別人妥協，場面一度難以控制。幸好，他們最後都願意互相合作，把自己的創意整合起來，最終得出「大藍洋」這個組名。誠然，各位小學員在最初常有磨擦，有時更會爭持不下，但在一次次的磨合和我們大哥哥的教導中，他們明白到合作的重要性，不再那麼「死心眼」。看到小學員在服務日中努力的跟唐氏綜合症的朋友交流，拋下之前對他們的成見，並時刻細心地留意他們的需要，令我感到十分欣慰。

回顧整次活動，我尚有很多不足之處，處事亦稍欠圓滑，感謝我組員的包容和忍耐。

## 劉珈余 (Kelly)

當初看到「資優計劃」大哥哥的招募電郵，本着一試無妨的心態填寫報名表格，盼望自己能成為年幼資優生的榜樣，以「過來人」的身分向他們分享成長的一點一滴，互相勉勵。

猶記得當初與五位活潑、可愛又機靈的資優生見面時，彷彿見到當年的自己，眼神流露着對世界的好奇和期許。看到他們充滿稚氣的笑容，讓我回想起自己無憂無慮的童年，但願學員們的童真不會因歲月而磨蝕。

是次活動最具挑戰性之處在於五位學員須為唐氏綜合症的朋友策劃一次小遊戲，內容、形式不限，充份讓一眾學員發展潛能，服務社群。資優生於籌備活動期間須細心聆聽其它組員的意見，從而達至共識，並分工合作，各展所長，同心協力為唐氏朋友帶來美好回憶。看到「大藍洋」由起初的各執己見，寸步不讓，到最後學懂接納、包容和體諒，於活動當日更充份體現責任感、同理心和團隊合作精神，一眾大哥哥能夠見證着學員的進步和成長，真是倍感欣慰。

感謝學員的投入，拍檔們的努力和「資優計劃」的安排，讓我與「大藍洋」一起渡過一個充實的暑假。



# 導師心聲

方淑怡 (Ms. Fong)

雖然「資優生朋輩輔導計劃」年復年的舉辦，但每年因招募了不同的大哥哥和小組員，而為計劃注入不同的靈魂，各具特色。今年，獲得17位充滿熱誠和幹勁的大哥哥支持，以及22位活潑又聰明小學學員的參與，讓「結伴同行——2016資優生朋輩輔導計劃」能順利推展。

今年首次能招募到17位大哥哥參與，令我既驚且喜。喜——很高興能有充裕的人手，深信更能貼心地照顧年幼學員。而且，當中有三位是去年的大哥哥，他們豐富的經驗更能輔助年幼學員。驚——擔心培訓內容能否切合由中四至大專程度大哥哥的需要，時間是否足夠讓17人各自表達……懷著忐忑心情開展培訓活動。幸好，身為資優生的你，在極高的學習和反思能力下，只需稍加點撥，便能在短時間內有所領悟和啟發，為朋輩輔導員的身分作好準備！

大哥哥，你們的工作殊非容易，既要身負照顧組內五至六位小學員的責任，又要協助設計及帶領工作坊。在設計工作坊時，你們用心地設計每個環節，選取最適合的活動，讓小學員能在短時間內學習有效的溝通態度和技巧，認識到服務對象的特性，明白設計遊戲的考慮因素等。當進行小組合作活動時，小學員難免各持己見，但你們都努力調解，讓他們各自陳述，然後推選較佳的意見並執行，可見你們的耐性及接納之心。此外，當小學員間發生衝突時，你們又會循循善誘地勸說及教導。坦白說，你們以「過來人」的身分，確較了解他們，但那種接納及關顧，卻讓小學員從中學習，明白尊重、體諒、妥協和合作的精髓。你們的身教比什麼書面知識來得真實和具體。

小學員，你們雖身為活動的參加者，但在義工服務日當天，卻搖身變為領袖及執行者，肩負設計、推行遊戲活動給服務對象的重任。由本是依賴的一群，變身為認真而有承擔的小領袖。值得讚許！服務當天，40人的隊伍浩浩蕩蕩到港鐵大學站迎接20位的唐氏朋友，面對陌生的服務對象，部分小組員敢於打破隔閡，主動牽著唐氏朋友的手同往會場。通過大藍洋組員的「音樂傳豆袋」，讓參加者輕鬆地互相認識。和平環保組設計的「中大電視」，讓唐氏朋友發揮他們的模仿能力。紅貓組員更因應唐氏朋友的肢體活動限制，即時發揮彈性，修改規則，順利進行「過橋」遊戲。黃金比卡超組員播出 Side Angle Side 的錄像，在簡單舞步下，一同跳跳唱唱，更築成「人龍」打成一圈。最後，大家一邊分享茶點，一邊高唱流行曲，「平等、尊重、分享」自然流露。希望小學員透過此服務，明白到弱勢社群的需要和難處，同時學懂欣賞他人的強項，培育出謙卑體諒的心，為社會帶來更多正能量！

除了大哥哥及小學員，更要感謝家長們的支持。沒有你們的從旁教導，學員們未必能把體會到的體諒和合作精神延伸到日常生活，得到全面的成長。最後，感謝香港唐氏綜合症協會的配合及協助，讓我們學員有機會接觸不同的社群，明白他人的需要，學懂尊重。

最後，希望大家翻開這本紀念冊時，能記起我們一起走過的2016暑假，並把所得的領悟和體會應用於日常與人相處之時！



## 尊重共融



## 朋輩同行



## 合作互助



香港中文大學教育學院資優計劃  
Program for the Gifted & Talented  
Faculty of Education, The Chinese University of Hong Kong

