



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



2018

資優生朋輩輔導計劃
2018年7至9月



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，亦要學習與別人溝通、相處和合作。基於資優學生的獨特性，其情意需要亦須得到額外照顧。有鑒於此，「資優計劃」每年都舉辦不同的活動和項目，協助和加強資優學生的情意發展，「結伴同行——2018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，一方面讓擔任大哥姐的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，更加了解自己的強弱項，學會妥善管理自己的情緒，明白聆聽、溝通和合作的重要性，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。

「2018資優生朋輩輔導計劃」能順利完成，全賴各位家長的信任和 support、參加學員的積極參與和投入，大哥姐的熱心和付出，以及香港唐氏綜合症協會同工的協助，還有唐氏綜合症朋友的參與。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，推廣服務他人的精神。

資優計劃
二零一八年九月八日

目錄

活動背景 2

活動簡介及內容 4

活動概況 4

第一階段：資優生朋輩輔導員培訓 5

第二階段：資優生朋輩輔導活動 6

開幕禮及日營 7

工作坊 8

義工服務 10

分組名單及成長心聲

紅組：59最叻 12

黃組：Minion Banana Cheese 18

藍組：無敵藍 24

綠組：最綠8人組 30

導師心聲 35

活動留影 36

活動背景



「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，包括資優學生方面，「資優計劃」不但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

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。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。老師及家長，在個人與群性發展方面均得到適當的培育和協助。



結伴同行——2018資優生朋輩輔導計劃

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。在培育資優增潤課程，以滿足資優學生的特殊學習需要。

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

活動簡介及內容

「結伴同行——2018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」，對象是就讀大專或高中的「資優計劃」學員，目的是培訓他們成為朋輩輔導員（大哥哥）。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」，服務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》，以記錄及檢視每位年幼資優生在工作坊及服務日的得著及個人表現——強項及需改善之處。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》，讓他們檢視自己的表現，反思得著，並嘗試提出日後改善的方法。



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 (2017-18年度)	小三至小五	中四至大專
人數	23人	13人
配對比例	活動以小組形式進行，大哥哥與小朋友的比例為1:1.8	
內容	大哥哥培訓、朋輩輔導活動（日營及工作坊）、義工服務及開幕禮	
日期	二零一八年七月中至九月中	
地點	香港中文大學校園	

第一階段：資優生朋輩輔導員培訓

大哥姐的培訓於二零一八年七月中開展，四節培訓均由「資優計劃」的導師負責帶領，以工作坊形式進行。培訓主題分列如下：

日期	內容
七月十九日（星期四）	工作坊一 互相認識、自我認識、朋輩輔導員的角色及工作
七月二十四日（星期二）	工作坊二 認識年幼資優生的特質、建立小組技巧
七月二十六日（星期四）	工作坊三 設計和帶領活動技巧、小組解說技巧
七月三十一日（星期二）	工作坊四 處理衝突技巧、場地視察和第二階段活動的分工

透過培訓，讓大哥姐更明白自己和其他資優生的特質，提升他們擔任小組領袖的能力，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。





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二零一八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
八月二日（星期四）	開幕禮及日營
八月九日（星期四）	工作坊一：學習有效的溝通態度和技巧
八月十四日（星期二）	工作坊二：認識服務對象和設計活動技巧
八月十六日（星期四）	工作坊三：認識帶領活動技巧和籌劃義工服務活動
八月十八日（星期六）	義工服務：服務唐氏綜合症人士
九月八日（星期六）	綵排及閉幕禮

開幕禮及日營

八月二日，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、大姐姐和年幼資優生一同手牽手，承諾結伴同行。開幕禮後，家長參加活動簡介會，而學員隨即進行日營活動。透過集體遊戲，讓參加的年幼資優生打破隔閡。然後，年幼資優生分作紅、黃、藍、綠四組，由各組的大姐姐負責帶領。透過破冰遊戲、自訂小組名稱及商討活動規則，讓每組組員與大姐姐互相認識、建立合作關係；同時透過「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。



工作坊

三節工作坊均是理論與實踐並重，由大哥哥負責設計及推行；每節均有特定主題。第一節工作坊，大哥哥透過遊戲、小組討論和應用等活動，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，並學會體察別人的感受。第二節工作坊，邀請了香港唐氏綜合症協會的社工到訪，介紹唐氏綜合症人士的特質、相處時應有的態度和技巧，從而讓學員能全面考慮設計活動時須注意的事項。大哥哥亦透過小組遊戲，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，大哥哥讓年幼資優生透過帶領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



開心大合照



無分彼此，攜手同行 ▲

年幼資優生與唐氏綜合症人士互相交流 ▶



◀ 致送心意卡





■ 紅組：Do-Re-Mi計時炸彈



■ 黃組：傳糖速遞



■ 綠組：菠蘿鯊魚特工隊



■ 藍組：猜電視

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」今年再度與香港唐氏綜合症協會合作，邀請12位唐氏綜合症人士到訪香港中文大學，樂聚半天。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，建立初步的友誼。抵達會場後，參加者分作四組，組內互相介紹自己，並透過熱身遊戲「呼、嘍、嘩」，打破彼此的隔閡。然後，各組年幼資優生分別向在場的唐氏綜合症人士及其他組別，帶領自己小組所設計的遊戲活動——紅組的「Do-Re-Mi計時炸彈」、黃組的「傳糖速遞」、綠組的「菠蘿鯊魚特工隊」和藍組的「猜電視」，讓大家快樂地享受相處時光。最後，大家一同分享小食，年幼資優生更送上親手製作的心意卡，表達心意。透過服務，年幼資優生能接觸不同的社會人士，體會他人的需要和長處，發揮關愛的精神；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。



紅組：59最叻

朋輩輔導員

陳宇立 (Ivan)

李詠鈞 (Jojo)

吳敏茵 (Venus)

組員

徐僖彤 (Mika)

鍾之言 (Bianca)

謝朗希 (Matthew)

楊逸謙 (Kelvin)

葉思澄 (Florence)

張涵釗 (Eddy)

分組名單及成長心聲



徐僖彤 (Mika)

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?

到目前為止我達到了以下的目的,

- 認識唐氏朋友
- 學習與別人合作
- 體驗和學習新事物

11. 你日後會繼續關注唐氏綜合症人士嗎? 你認為自己還可以為唐氏綜合症人士做些什麼?

我日後會繼續關注唐氏朋友的。我還會邀請朋友一起參加幫助唐氏朋友的義工活動讓他們得到更多關心。

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

在大電視遊戲中，發現溝通技巧是非常重要的。如果表達不清楚，會讓人誤會，好不容易才完成任務。

如果套用在和唐氏朋友溝通的時候要有耐心，用簡單、直接的對話來溝通，有時還需要說多一遍讓他們明白。

除了幫助他們還可以鼓勵他們多嘗試

2. 參加本項目後，你學到些什麼?

學到了合作，帶領遊戲的技巧等。

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?

發現唐氏綜合症人士很熱情而且也和一般人差不多



楊逸謙 (Kelvin)

2. 參加本項目後，你學到些什麼?

我學到合作

10. 你覺得自己和唐氏綜合症人士有什麼相同與不同之處?

他們自跟我們一樣，在某些方面擁有自己的才能

11. 你日後會繼續關注唐氏綜合症人士嗎? 你認為自己還可以為唐氏綜合症人士做些什麼?

會如日後再遇上唐氏朋友我會在他們有需要時協助他們。

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

要學懂尊重別人



謝朗希 (Matthew)



張涵釗 (Eddy)

2. 參加本項目後，你學到些什麼？

我學到跟唐氏綜合症人士相處
技巧

4. 在服務學習環節中，你如何幫助唐氏綜合症人士？

我們一起帶領遊戲，跟他們一起玩。

8. 與唐氏綜合症人士一起活動/相處，有什麼令你印象深刻的事件/活動？

他們懂得感恩。



2. 參加本項目後，你學到些什麼？

我學到要關心不同人，
如果外表不好看，也要
關心他們。

(請列出三個你希望來年達成的目標) ✓

- 別人不會嘲笑唐氏朋友
- 可以多點見到唐氏朋友
- 如果可以有多點這些活動，我也很想參加。



葉思澄
(Florence)



2. 參加本項目後，你學到些什麼？

我學到與人溝通的技巧和帶領遊戲的技巧，還
學會了唐氏朋友的特徵。

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

- 我會見到有需要人士便幫助他們。

- 我不要害怕唐氏朋友

- 我會利用別人的長處來分配工作。

- 我會更加樂於助人



鍾之言 (Bianca)



朋輩輔導員感想



吳敏茵 (Venus)

我是紅組的大姐姐Venus! 很高興參加了「朋輩輔導計劃」，認識了各位小朋友和大哥姐，不僅小朋友，我也在此計劃中獲益良多。

日營時，我很擔心該如何帶領小朋友完成各項活動，也不清楚他們的性格，不知道該怎樣相處。幸好小朋友都很合作，令首日的活動進行得順順利利。那天最難忘的必定是「跳大繩」的遊戲，「跳大繩」對成年人來說也毫不容易，真的沒想過我們組能夠在第一次測試便成功了，實在令我刮目相看。儘管天氣炎熱，小朋友們都十分積極和投入，聽見他們歡樂的笑聲，我也真的被感動了。

隨著一次又一次的工作坊，我們變得熟絡了，小朋友因此勇於表達自己的意見，更認識到大家的擅長之處，隨後學會善用他們各自的優點在各個活動中盡力而為。過程中，小組難免會有意見不合的時候，嘗試過失敗後，他們漸漸懂得分工、互相忍讓、尋求共識，最重要是互相尊重。希望他們記得這寶貴的經歷，學懂互相取長補短，在日後學以致用。

相信服務日對各位小朋友來說都是一個挑戰，十分欣賞他們當天的主動和耐性。帶領遊戲時，小朋友更應用了我們教過的技巧，令所有人都樂在其中，成為了一班好領袖。我深信他們都成長了，希望他們將來也多多利用自己的優勢，幫助身邊的人。

最後要感激各位輔導員和小朋友，帶給我一個充實又難忘的暑假，希望小朋友們在此計劃中玩得開心之餘，有所得著。



李詠鈞 (Jojo)

歷時一個半月的「資優生朋輩輔導計劃」霎眼間完結，這段時間我不但認識了眾位大哥哥和資優小朋友，更與他們共同創造了不少難忘的回憶。

回想起日營當天，紅組的小朋友整體合作順利，甚少令人操心。由設計組名到進行「中大奪寶行」的活動，他們都自動分工，擔當不同的角色——擅長數學的負責數獨遊戲、熟悉中大環境的負責帶領小隊、喜歡畫畫的負責設計組徽等。隨著三節的工作坊，小組員間變得熟絡，亦漸漸變得主動和投入，樂於擔當活動中不同的崗位。儘管小組員偶然因各有主見而發生磨擦，但當需要團隊合作時，他們仍願意互相溝通，細心聽取且接納別人的意見，並於活動後欣賞自己和他人。最令我難忘的是，組員們於服務日成功化身為小領袖，獨當一面的為唐氏朋友策劃和帶領遊戲。各人在遊戲中擔當不同的職責，順利讓其他小朋友和唐氏朋友互相認識。

另外，我最欣賞小組員在服務日與唐氏朋友互動的態度：有的積極主動地關心他們，更與他們分享自己預備的零食；即使有的在活動開始時抗拒接觸唐氏朋友，但經過小組內的相處和遊戲，他們也慢慢與唐氏朋友打成一片，樂在其中。最後，小組員更把自製的立體心意卡送給唐氏朋友，展現出友愛精神。

與小朋友一樣，這計劃令我獲益匪淺。第二次擔當活動中的「大姐姐」令我學會和應用了許多調解和處理衝突的技巧，亦從合作遊戲中欣賞小朋友的優點。感謝 Ms. Fong 的悉心策劃、每位大哥哥的配合，以及一群可愛活潑的年幼資優生，給予我另一個充實難忘的暑假！



陳宇立 (Ivan)

瞬間「資優生朋輩輔導計劃」已到尾聲。短短數星期內，我見到每位小朋友都成長了很多，而我也從中學到不少。

一開始的日營，我看到每位小朋友都具有自己的長處，但同時也各有短處。雖然我們贏了「中大尋寶行」，但當中存在不少指責、爭執和不信任。現在見到你們能夠接納對方的意見、互相支持、信任及鼓勵，將每個人的長處發揮出來，互補各人的短處，愉快地合作，這些已經比輸贏更重要！更難得的是 Florence, Mika, Bianca, Eddy, Matthew同Kelvin，你們真的成長了很多，希望你們能夠記得在這裡所學到的東西，將來學以致用！

最後，很感激與我一起照顧小朋友的大哥哥們，令活動一切順利。同時多謝阿方給我這個機會參加這個活動。

黃組：Minion Banana Cheese

朋輩輔導員

梁芷瑜 (Osanna)

蘇安雯 (Anna)

尹淦樑 (Chris)

余海琦 (Elsa)

組員

陳皓鈞 (Jasper)

陳筠喬 (Eugenie)

馮律晞 (Hailey)

李睿哲 (哲哲)

蕭晞妍 (Hayley)

姚碾佚 (Ansel)





陳皓鈞 (Jasper)

2. 參加本項目後，你學到些什麼？

與人溝通，幫助其他人

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. 多與不同的人溝通
2. 在討論的時候多發表意見
3. 設計遊戲時考慮難易度
4. 帶領活動時需臨時應變
5. 溝通時，要注意禮貌
6. 討論時，需尊重別人的意見
7. 設計遊戲時考慮突發情況
8. 別人說話時要專心聆聽
9. 要主動跟唐氏朋友談話。

2. 參加本項目後，你學到些什麼？

我學到與人合作的重要。

10. 你覺得自己和唐氏綜合症人士有什麼相同與不同之處？

我們相同的地方：我們都可以很友善
 我們不同的地方：我發現他們跳舞很
 棒而我不會跳舞



陳筠喬 (Eugenie)

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

我覺得我可以更主動接觸唐氏朋友，多加關懷他們。活動當天有一則小插曲。本來我是遊戲的司儀，突然有位唐氏朋友想跟我一起玩遊戲，幸好有一位組員原意跟我交換位置。美中不足的是其實有另一位年紀較小的組員也很想做司儀，要是那位組員能多多相讓，那就更圓滿了。我希望能多參加類似的活動，學習更加主動，學習如何令自己和其他朋友學懂同心協力的重要。



蕭晞妍 (Hayley)

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?
 初初參加這個活動,我認為本項目的目的只是玩耍,但現在,除了玩耍,還有很多深奧的事要學。
2. 參加本項目後,你學到些什麼?
 參加本項目後,我學到不同的溝通技巧,我還學到不可以不停說話,要聽別人說他們的意見。
11. 你日後會繼續關注唐氏綜合症人士嗎?你認為自己還可以為唐氏綜合症人士做些什麼?
 日後,我會繼續關注他們,我認為可以跟多點人說他們的需要,使更多人明白他們。



馮律晞 (Hailey)

2. 參加本項目後,你學到些什麼?
 我學會了與同組成員合作,及對唐氏綜合症人士更了解。
11. 你日後會繼續關注唐氏綜合症人士嗎?你認為自己還可以為唐氏綜合症人士做些什麼?
 我日後會參加一些為唐氏綜合症舉辦的義旗籌款活動,或參加一些活動令社會人士更加認識唐氏綜合症人士,使他們融入社會。

2. 參加本項目後，你學到些什麼？

學到怎樣溝通和態度技巧玩一些簡單的遊戲、合作等。

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

多些意見、多點思考提出有用意見
過分認真Take it easy 從多角度思考明他人感受



李睿哲 (哲哲)



2. 參加本項目後，你學到些什麼？

我學到了要聽取別人的意見，不要胡亂責罵別人。

9. 你對唐氏綜合症人士有什麼想法？

他們是善良、天真並沒有惡意。但外表奇特，所以沒有人想和他們做朋友。

11. 你日後會繼續關注唐氏綜合症人士嗎？你認為自己還可以為唐氏綜合症人士做些什麼？

我日後會繼續關注他們，我希望將來做個好醫生，找出解決唐氏綜合症的方法。



姚碾佚 (Ansel)

朋輩輔導員感想



梁芷瑜 (Osanna)

雖然這不是我第一次與小朋友相處，但因經驗不足，在活動開始時候亦難免有點緊張。不過，黃組的氣氛非常和諧，組內的小朋友都互相合作，並會盡最大的努力做好每一項活動。經過三節的工作坊後，黃組的小朋友更為熟絡，並更積極地表達自己的意見，令我感到十分喜悅。同時，最令我感動的是小組員的成長，尤其在服務日當天主動照顧唐氏朋友。希望各位可以將所學到的技巧應用到日常生活當中，繼續發揮所長。

最後，我想藉此多謝所有大姐姐和 Ms. Fong 的協助，讓我從中獲益良多。



蘇安雯 (Anna)

我很榮幸能夠參與今年的「資優生朋輩輔導計劃」，亦很感謝每一位和我一起參加的大姐姐和每位小資優生，當然還有不可缺少的Ms. Fong。

經過剛開始的4節大姐姐工作坊，令我這位完全沒有和小朋友相處經驗的參加者學會了不少技巧，包括如何化解小資優生間的衝突、如何設計遊戲、如何令小資優生們反思、如何建立關係等。最重要的，是令我明白更多小資優生的特質。但無論怎樣參詳簡報上的資料，或是從有經驗的大姐姐口中聽說上幾年的經驗，都及不上今年我親身的體驗和參與感受深刻。

我十分幸運能遇到一群獨立的小組員，每位組員都有過人之處。我們組中有很好的領導者，很聰明的「軍師」，很自律的紀律監察員，還有接納性高和積極參與的追隨者們。作為大姐姐，非常欣慰能看見組員間在每項活動中互相幫助，互相遷就，互補長短的各種行為。令我最難忘的當然是在他們面對唐氏朋友時，靈巧地將在工作坊內學到的技巧發揮出來，為唐氏朋友們設計精彩的遊戲，並用心地對待每位唐氏朋友。

向來每次服務活動都是幫助者受益最大，這次活動亦不例外。與其說我是個「幫助者」——幫助小資優生和唐氏朋友們，不如說是我是個「被幫助者」——被他們幫助。透過這幾次與小組員的相處，我培養出了耐性、毅力和更顧及他人的態度，當我和身邊其他人相處的時候才發現自己原來被這群小資優生改變了。

此次活動已經來到尾聲，感激的說話不再多說，只希望大家會因參與服務活動而再次遇上。



余海琦 (Elsa)

最初我是出於好奇和貪玩，才報名參加今次「朋輩輔導計劃」。但到現在，我想說：我非常不捨得各位——與我一起協助年幼兒資優生和唐氏朋友的大哥姐，以及MBC的小組員。

朋友們，多謝你們一直包容我的幼稚，尤其是我負責做主持那天，謝謝你們維持秩序，讓工作坊得以順利完成。更感謝你們送給我的生日驚喜——那張生日卡和生日派對，讓我差點感動落淚，在此我衷心感謝你們的心意。此外，我特別感謝Osanna、Anna和Chris的幫助，帶領MBC組員成長。與你們一起的日子，讓我深切體會到幸福的感覺，亦令我有所成長，更學懂珍惜美好的時光。

MBC各位小組員，我都想跟你們說聲：我愛你們！你們均十分可愛，與你們相處，也讓我感到幸福！還記得你們整天嚷著要我唱Let it go，希望在最後的閉幕禮中，能唱給你們聽。我在這次活動中，見到大家的成長，由最初男女不相容，到現在能不分性別，一同合作。我相信你們能學懂更多人與人之間相處合作的道理，成為更成熟的資優生！

對於唐氏朋友，我也想向你們說句感謝！你們的出現，讓我見到唐氏朋友的真性情——友善又可愛。希望社會能消除對你們的偏見，與你們融洽相處！

過去兩個月，是我人生中刻骨銘心的時光。感謝你們每位，為我的成長增添養份。希望兩年後能夠回來再見你們。Let's keep friendship forever, shall we?



尹淦樑 (Chris)

「資優生朋輩輔導計劃」是一個包含付出與收穫的活動。不論是大哥姐還是小朋友，在計劃中不僅是參與一個義工服務，更是透過活動及反思，讓自己有一個成長的機會。

在進行義工服務前，我們黃組花了不少時間和心思去籌備，希望令唐氏朋友能有一個快樂又難忘的下午。小組員的主動，固然令我十分欣喜，但同時各人的成長卻令我更為深刻。在籌備的過程中，各人不免有自己的看法，大家都會希望自己的意見能被接納。如何讓每人的意見都能被聽見，同時又設計出最適合的活動，是一個很難拿捏的平衡，過程中大家都要學習犧牲精神；同時，當小組要設計遊戲予一群我們不太熟悉的唐氏朋友時，亦是同理心的練習，如何易地而處去了解他們，甚至是我們自身的難處和限制。幸好，在服務日當天看到大家臉上的笑容，就知道組員們的努力是有成果的。

「結伴同行」意味著我們有目的地與自己的同伴，共同完成一件有意義的事情。盼望這次活動成為我們成長路上的起點，繼續互相學習，日後在生活上遇到不同的人也能融洽相處。

藍組：無敵藍

組員

郭雪盈 (Mavis)
劉彥鋒 (Ivan)
柯卓琳 (Elma)
彭祖楠 (祖楠)
鮑浩庭 (Thomas)
曾美欣 (Yan)

朋輩輔導員

鍾焯峯 (Thomas)
何珈宜 (Jessie)
葉詠儀 (Winnie)





郭雪盈 (Mavis)

2. 參加本項目後，你學到些什麼？

帶領遊戲及設計遊戲

4. 在服務學習環節中，你如何幫助唐氏綜合症人士？

設計一個適合的遊戲給唐氏朋友。

(請列出三個你希望來年達成的目標)

希望唐氏朋友可以得到更多人的關懷及幫助
可以參加更多有意義的課外活動。
長大長高以後幫助更多人。



2. 參加本項目後，你學到些什麼？

關於唐氏綜合症的特徵、溝通和團
體精神。

9. 你對唐氏綜合症人士有什麼想法？
他們不值得被歧視，
因為他們和我們一樣，
只是要付出多點努力學習。

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

- 多些與大眾溝通
- 要控制我的情緒
- 會言或寫些表達自己
- 勇躍嘗試



柯卓琳 (Elma)



劉彥鋒 (Ivan)

2. 參加本項目後，你學到些什麼？

I learnt about Down Syndrome. 😊

11. 你日後會繼續關注唐氏綜合症人士嗎？你認為自己還可以為唐氏綜合症人士做些什麼？

I will keep helping them in the future.

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. I want to be more brave.
2. I want to be less easily sidetracked.
3. I want to help more people.
4. I NEED to help more people.
5. I want to be more caring.



彭祖楠 (祖楠)

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？

參加本項超出我預訂的目的。

2. 參加本項目後，你學到些什麼？

我學到怎樣與人相處。

7. 與唐氏綜合症人士一起活動/相處，你有什麼感受？

我覺得很難忘，因為他們很友善。

2. 參加本項目後，你學到些什麼？

學會和人相處，溝通

8. 與唐氏綜合症人士一起活動/相處，有什麼令你印象深刻的事件/活動？

在「猜電視」的時候，大家都很投入。

11. 你日後會繼續關注唐氏綜合症人士嗎？你認為自己還可以為唐氏綜合症人士做些什麼？

會

為他們去告訴其他人，唐氏朋友只是做任何事情都要比別人付出多一倍的努力而已！



曾美欣 (Yan)



11. 你日後會繼續關注唐氏綜合症人士嗎？你認為自己還可以為唐氏綜合症人士做些什麼？

我會認為我可以跟不懂的解釋甚麼是唐氏綜合症人士。

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

我為自己定下的改善方法是這樣：
我要更加主動，積極參與談話會和其他組員更合作等等。
另外我還會嘗試細心聆聽別人的意見，也會嘗試表達自己的意見。



鮑浩庭 (Thomas)

朋輩輔導員感想



葉詠儀 (Winnie)

這次是我第二次參與「資優生朋輩輔導計劃」，讓我從中獲益良多。

看到這次計劃中的學生由最初互不認識，到最後互相合作，跨過每個挑戰，我真的覺得我們付出的辛勞並非白費。另外，從大哥哥和小朋友中，我學會感恩。記得有一位學生說過：「我覺得唐氏朋友很幸福，因為他們縱然年紀大也很易快樂。」這句有如當頭棒喝，簡單不就是人生最幸福的事嗎？在計劃期間，我曾留院，失聲了。很感激身旁的大姐姐一直的支持、鼓勵和包容，我們才能成功地把活動辦得有聲有色。加上，我經驗尚淺，有賴同行大姐姐的協助，才使活動得以成功。最後多謝 Ms. Fong 的邀請，使我有這段難忘的回憶。



何珈宜 (Jessie)

這是我第二年參與中大的「資優生朋輩輔導計劃」，有幸可以認識一班大哥哥和小朋友，一起度過一個充實的暑假。

「無敵藍」組裡的每位小朋友都有著不一樣的個性。還記得大家第一天的日營活動中，小組員在商量組名以及「中大奪寶行」時均各持己見，說不上是一個很團結的小組。之後一起經歷了三次的工作坊和服務日，當中有過大大小小的爭執，甚至失敗。但最後小朋友們變得很專注以及投入活動，十分積極回答問題和分享自己的想法，甚至主動讚賞其他組員，並反思自己當天做得不足的地方。小組員在幾次活動中的成長與轉變，實令大姐姐感得十分欣慰。

在服務日當天，「無敵藍」組帶領了多位唐氏朋友進行了「猜電視」的遊戲。他們由策劃遊戲內容，分配崗位（如主持人、遊戲示範員等），設計遊戲中的題目和規則，到當天帶領活動，都比起日營時團結合作很多。希望他們能學習到更多與人溝通合作的技巧，好好發揮他們超凡的能力，幫助身邊有需要的人，為社會出一分力。

最後，很感謝 Ms. Fong 和多位大姐姐的包容和提點。「資優生朋輩輔導計劃」並不只令小學員成長，同時亦為我們大姐姐提供了一個很好的學習機會。由當初剛剛認識時對對方的不信任，到後來經歷不同的磨合、合作，令我們成為一個積極出色的團隊。每次活動後的反思和討論都令我獲益良多。很感激在「資優生朋輩輔導計劃」中與你們一起學習、一起成長！



鍾焯峯 (Thomas)

時光荏苒，又要為本年度的「朋輩輔導計劃」畫上句號。事實上，我得以參加這個計劃的緣由也可稱得上是機緣巧合。收到「資優計劃」的電郵，得知有機會可在難得閒暇的暑假作一點義工服務。沒想太多，我使用手機填妥報名表格，按下了發送鍵。過了若干星期，那個發送鍵竟還真的替我換來一封取錄通知書。

甫進入這個大家庭時，我如一張白紙，對朋輩輔導並沒有太多的經驗。幸得各位組員和阿方指教，終於得以在日營與各位資優學員開展朋輩輔導工作。

身為本年度藍組的朋輩輔導員，在日營的第一天，眼見藍組的組員好像不太合得來，甚或出現組內爭執，實讓我有點沮喪和不知所措。可是，資優生的變化實在難以估計，而這也證明了原來我一切的擔心也是多餘。在每一次的工作坊，我都能夠見證他們的進步與成長。他們由本身暗言傷人，到後來願意合作玩遊戲，到最後能夠成功設計一個適合唐氏綜合症人士玩的遊戲，箇中的改變實在令我感動不已。

最後，希望各位同伴能夠記住這段美好的時光，他日有機會再度合作。同時，也希望未曾參與此活動的資優學員可以踴躍參與，你們必定會獲益良多！





綠組：最綠8人組

朋輩輔導員

梁凱琪 (Kiki)

李培政 (Jackson)

黃喆 (Andrea)

組員

何泓豪 (Thomas)

江健熙 (Julian)

李熙晴 (Stephanie)

李家嵐 (Abby)

呂啟維 (Kayson)



江健熙 (Julian)

2. 參加本項目後，你學到些什麼？

參加本項目後，我學到分工合作的重要，如果不合作的話，遊戲就不能完成。

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？

參加本項目令我成長了，學到了分工合作和互相幫助的重要，所以我會繼續參加其他類似的活動。

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

未來的願：

你好嗎？你在未來生活得好嗎？

我在資優生朋輩輔導計劃中得到了很多經驗和啟發。在這活動中，我發現了唐氏朋友十分愛音樂，喜歡跳舞。他們也很樂於助人，例如大哥哥搬椅子時，他們會幫忙。當我拿不到零食時，他們也會主動幫忙。

我在這活動中，得到了很多經驗。我下一次會想一些更好玩更刺激的遊戲，又不會太難玩又不能運用到音樂元素的遊戲是最好。太難玩的話，偷了或玩不到的話，唐氏朋友會不開心，另外

我們不能設計要走路太多的遊戲，所以下一次要為他們設計一個簡單的遊戲，讓

(請列出三個你希望來年達成的目標) 1. 要積極做人 2. 工作速度快點 3. 每年都要成長

大家開心。

現在的熙上
二一八年
八月二十三號

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？
達到我的目的，因為我有新朋友和見識多了。

2. 參加本項目後，你學到些什麼？

我學了合作和積極參與。

11. 你日後會繼續關注唐氏綜合症人士嗎？你認為自己還可以為唐氏綜合症人士做些什麼？

不要歧視他們。



李熙晴 (Stephanie)



李家嵐 (Abby)

2. 參加本項目後，你學到些什麼？

參加本項目後，我學到團體精神。

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？

與資優朋輩一起籌劃及推行服務工作過程中，一起跳舞是讓我印象深刻的事情。

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

我會為自己定下以下的改善方法：1. 不要用爭拗來解決問題 2. 體諒別人 3. 專心聆聽別人說話 4. 積極參與活動 5. 有責任感 6. 尊重別人。






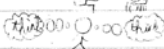
2. 參加本項目後，你學到些什麼？

學到怎樣與朋輩相處、合作和溝通。

7. 與唐氏綜合症人士一起活動/相處，你有什麼感受？

我覺得他們很天真，有些很熱情，有些不喜歡說話。

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. 要與人合作 
2. 別人說話時要安靜 
3. 要有耐性 
4. 要多思考 



何泓豪 (Thomas)

2. 參加本項目後，你學到些什麼？

合作。

4. 在服務學習過程中，你如何幫助唐氏綜合症人士？

我會他們做一些他們不會做的事情

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

我上講時更專心一點，那才會知道該做甚麼，注意甚麼，也要安靜一點。如果不安靜的話，會騷擾別人，令自己和其他人聽不到老師的說話。我們總是遊戲時要互相幫助，不然就會少幫，然後就完成不了。最後，我們應合作，我們可完成遊戲。



呂啟維 (Kayson)



朋輩輔導員感想



黃喆 (Andrea)

今次活動留給我一個一世難忘的記憶。通過今次的活動，除了經驗和學識到與不同人溝通的技巧，也認識到不同的朋友。

除了能幫助不同人，我亦加深認識自己：通過主持工作坊和帶領年幼的資優生及唐氏綜合症人士，我發現自己有領導才能，亦擅長與人溝通。這個活動令我更自信，亦令我能更深一層了解別人的感受。

我很高興能夠幫助到年幼資優生，和他們相處及帶領他們認識有不同需要的人。見證到年幼的他們一步一步地變得成熟，對其他人由抗拒到接納；給了我很大的安慰和推動力。



李培政 (Jackson)

雖然小朋友有時吵吵鬧鬧，不聽指令，令我不知所措，但他們卻是非常可愛，並有獨特的個性和充沛的精力。一方面想教他們禮貌和聽指示，但另一方面又不想束縛他們的童真，盼望他們能自由發揮，創出無限可能。其實我自己小時候也和他們一樣調皮，望著他們就好像見回多年前的自己，所以即使他們不乖，也不覺生氣。意想不到，在最後的服務日，當他們接觸唐氏朋友時，突然變得懂事了，甚至主動關心唐氏朋友，令我感到很欣慰。

朋輩輔導員感想



梁凱琪 (Kiki)

「最綠八人組」由5位PGT朋友和3位大哥哥組成，從口號的66666到組徽的一棵大樹，都表達出我們組的創意、活潑和齊心。

我十分欣賞組員經常合作地完成活動，在第一天日營的「解人結」活動中，3位男生主動要求蒙眼做任務，他們的捨己精神令我敬佩；在5位組員合作下，他們只花了2分鐘左右就解到結，十分厲害！在三次的工作坊中，我們組的表現都很不錯。雖然有時候會發生些意見上的爭執，但磨合後大家都能成功地作出好的方案。在服務日，我們要接觸一班唐氏朋友，起初組員都表達有點害怕，但結果兩位女生都非常勇敢，在火車站已經有勇氣與他們握手，並拖著唐氏朋友的手一同步行上山。男生們在遊戲中也願意幫助唐氏朋友，很值得讚賞。當日我們組帶的「菠蘿鯊魚特工隊」活動非常成功，大家都投入帶領，我在旁看著真的很感動！

短短數次活動裡，PGT朋友玩遊戲的堅持、樂天的性格，都足以令我仿效。這次我也突破自己，負責主持了其中一次工作坊，預備過程中擔心過一班小朋友會不願意聽我「講書」，但結果大家都專心聆聽而且積極回答問題，釋除了我的擔心。

活動之所以成功，一定不可忘記感謝Ms. Fong，從大哥哥的工作坊，到這5次的活動，以及每次活動後的反思時間，Ms. Fong 都擔任很重要的角色。同時也多謝另外12位大哥哥，很高興認識你們，並與你們合作。最後也多謝PGT的同事背後默默的付出。真的很榮幸與你們共度這個暑假，一起學習、做活動、服務和成長。



導師心聲

方淑怡 (Ms. Fong / 阿方)

每年我都會問自己：「資優生朋輩輔導計劃」值得年復年地舉辦嗎？

透過分析過去兩年的資料，我們知道這個計劃讓參加的資優生提升自信心和社交技巧、更學會控制自己的情緒，並通過與朋輩合作，懂得考慮他人的需要和接納他人的意見，同時增加對唐氏綜合症人士的認識，學會欣賞他人。有著這些具體印證，讓我們有信心繼續舉辦此項活動，以讓更多年幼資優生及大哥哥有所得著。

今年，有幸招募了13位大哥哥，當中以高中生為主。你們均屬經驗少的一群，但卻有細膩的觀察和一顆期望學生向好的心。猶記起日營後，你們均緊張地報告小學員的情況，擔心他們不成熟地處理衝突，導致組員間不太合作。但經過彼此分享，了解到這是小組探索期的正常現象，明白要耐心引導，並學會欣賞小朋友的優點，從他們強處出發，鼓勵他們正向發展。在大家的點撥及鼓勵下，小朋友很快已掌握與人合作的態度和技巧，一次較一次的進步。事實上，各位大哥哥，你們也把每天活動後解說中所學所得，應用到第二次的活動中，可見你們認真的態度和勇於實踐的精神，活現了資優生的優點，亦成為年幼資優生的模範！當然，輔導技巧是一生所學的課題，但以你們好學肯試的精神，一定會越做越好！在此我深深感謝你們的參與、協助和身教，讓小組員切實地明白尊重、體諒、妥協和合作的重要。

小學員，你們雖身為活動的參加者，但在服務日當天，卻搖身變為主持及執行者，在大哥哥的協助下，推行自己小組設計的遊戲。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，36人的隊伍浩浩蕩蕩到港鐵大學站迎接12位唐氏朋友，面對陌生的服務對象，部分小組員主動打破隔閡，牽著唐氏朋友的手同往會場。經過小組內的互相認識，便由59最叻組（紅組）組員主持第一個遊戲「Do-Re-Mi計時炸彈」，透過組員精心設計的模仿或口頭題目，讓所有參加者輕鬆地互相認識，也讓唐氏朋友有個平台，一展他們所長。還記得有兩位唐氏朋友即場耍拳嗎？Minion Banana Cheese（黃組）設計了「傳糖速遞」，讓各組合作傳送物品。黃組更設計了兩個不同難度的傳物要求，提升刺激度推高氣氛。最綠八人組（綠組）則考慮到唐氏朋友熱愛隨歌起舞的特性，並融合了資優生愛刺激的特質，故挑選兩首音樂片段，混合成「菠蘿鯊魚特工隊」，讓大家一同跳跳唱唱，打成一片。無敵藍組（藍組）創作了「猜電視」遊戲，先讓各組分成兩小隊，一隊以動作或聲音演繹指示卡上的字詞如動物、職業或運動，另一小隊負責猜，過程中釋放出參加者愛模仿的特性。遊戲過後，大家一同分享小食，最後小組員向組內唐氏朋友送上自製的心意卡。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，還有唐氏朋友的參與，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「結伴同行」的2018暑假，並把所得的領悟和技巧應用於日常與人相處之時！



共融



積極

同行



合作





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



電話：2603-7444 / 2603-7485

網頁：<http://www.fed.cuhk.edu.hk/pgt/>

香港中文大學教育學院資優計劃版權所有