



心流

編者話：

隨着防控疫情的措施逐步放寬，大家會否有種如釋重負、苦盡甘來的感覺呢？新冠疫情持續了兩年半，各行各業的人都不能倖免；而這段「坐困愁城」的日子，不但考驗了大家的耐性、韌力和應變能力，也可能讓大家有更多機會探索香港的好去處、提升自己的技能或多學了一兩門手藝。正在看本期《心流》的你，在閱畢老師在疫情下的心路歷程後，也許也會看到自己的影子——「關關難過關關過，前路漫漫亦燦燦」，大家都在不同渠道默默努力，慢慢重回正軌。

疫情固然為成年人添加了不少勞苦重擔，但相信長腿叔叔們也十分關注因疫情失去不少寶貴校園生活的孩子。就讓我們也透過本期《心流》，一起聆聽及分擔他們的苦與憂，並從不同渠道了解孩子可能感興趣的活動、話題和溝通習慣，找到更多向孩子表達關懷的切入點。

長路漫漫 疫情下的老師和學校

Shirley



老師有話說

新冠疫情由2020年初帶來第一次學校停課，到現在已超過兩年半的時間，期間經歷長短不一的停課和網課階段，學校老師應付每次的轉變可說是疲於奔命。筆者身為老師，在這段期間親歷其境，就讓我和大家回顧一下這「難能可貴」的經歷吧！

混亂階段

回想2020年的第一次停課，「手足無措」應該是最佳形容詞。當局宣佈緊接著農曆新年假期後開始停課，實在殺大家一個措手不及。當時已經開始放年假，大家都沒有預料到有此一著，甚麼假期功課、課外預習，也都預備不了。除了面對不明確的停課日程，還要應付很多行政工作，大家也沒有經驗，只能「摸著石頭過河」，見招拆招，逐項處理。

隨著停課日期延長，學校開始要為學生的學習籌謀，當然不可真的「停課」吧！不是所有老師都有網上授課的經驗，於是這期間就變身成老師的「學習時段」。由最簡便的上載教材到網上讓學生自學；到上載錄影講課片段，讓學生聽得更加投入；到真正的網上實時授課。隨著停課日子越長，大家的應變策略就越多！筆者相信，當中的歷程對某些老師來說就像上了一系列進修課，不少老師由一竅不通，到成為各個網上會議及授課平台的「專家」，有些老師甚至猶如坊間的KOL一樣，錄影、剪片等「一腳踢」！



回歸面授階段

隨著疫情緩和，學校迎來一次又一次恢復面授的挑戰！為何說是「挑戰」？因為你永不知道每一次的面授課堂可以維持多長時間，可能待師生都適應了面授課的節奏，突然又因為疫情的反彈而再次回歸網課！面授期間除了擔心疫情會否在學校擴散，更要追趕課程進度，還要處理學生的情緒問題。學生們長時間在家網課，當要回到學校接受面授課時，便需要一些時間重新習慣上學的時間表和日程。學生們要再次適應校園生活，難免會感到困惑、緊張和疲累。故此，老師也要在授課之餘，保持警覺，留意學生的情緒，以便提供適時的幫助。

總括來說，兩年多的抗疫日常雖然讓老師們倍感壓力，但也給予老師們一個難得的機會。倘若沒有網課的經歷，可能我們不會熟練地使用各類網上平台、網站進行會議和授課。在半天上課的日子，老師們可以參加更多的進修課，因而有所得著。其實反正日子就是要繼續，只要正面一點，就當作是個寶貴的機會讓我們裝備自己，也不失為一件好事。常說「有危必有機」，疫情會令我們人心惶惶，使一切生活計劃和日程都被打亂，但如果我們能好好利用這段時間進修，不論是在工作上或是日常生活上也會有所獲益。

學校層面 難關重重

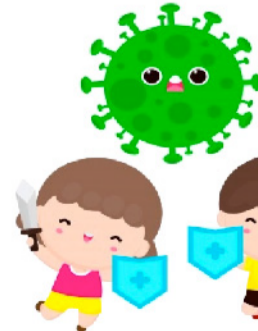
除了老師的個人成長，筆者作為學校的一份子，也和大家分享一下學校在抗疫期間的點滴！

早期停課階段，學校會議從未間斷，主要討論如何讓學生繼續學習，也要考量如何處理因長時間停課和上網課而需要改變的評核模式。究竟是繼續進行紙筆考試，還是變成網上考核？又或是只進行持續評估，不用考試？要在不影響學生學習的情況下為他們爭取最佳的利益，實在是一大難題。



為了應對疫情的影響，老師在回校授課的日子，也同時有大量的額外預備工作需要處理。無論是購置溫度計、消毒用品，甚至聯絡到校的消毒服務公司等，這些都是負責老師們最急切要解決的問題，亦因為這個情況，我們對相關產品和服務的了解也增進不少。此外，疫情也令學校的人手分配受到影響。只要一有老師確診，班級的課堂安排便成為一大難題，亦因如此，額外的臨時行政工作也大幅增加！

總之，在這兩年多的日子，無論是學校管理層還是老師個人的經歷，其實也相當「豐富」。由最初的混沌到後期的「處之泰然」，相信也為教育界的員工提供了一個很好的學習平台，同時也體現了香港人不怕艱苦、勇於承擔、勇於接受挑戰的特點！



後記：兩年多的抗疫日常，大家都感到疲累吧！這兩年多感受太深，片言隻語實未能盡錄。猶幸我身在教育界，所受的影響已比其他行業少。走到今天，疫情再次回落，大家都期待各行各業可以慢慢回復正常。願大家能懷著感恩正向的信念，繼續堅持！

疫情影響了我的學校生活……

屯門青少年綜合服務中心
註冊社工 何嘉敏姑娘

疫情影響著我們，不難想像學生在當中亦受著不同程度的影響及變化。今次我們邀請了幾位小學生，寫下他們的感受及想法，就讓我們聽聽學生的心聲吧！

體育 跑步 呼吸
育
木氣



要戴口罩上學
圖



~~吃飯~~ 吃飯很辛苦，病也很危險
怕感染新

疫情對我來說首當其衝影響的是學業，因為要居家上課，所以難免有少少退步。

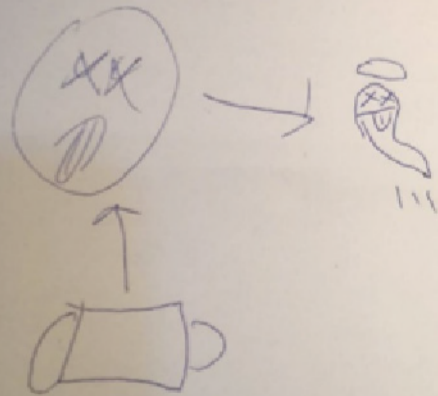
要上 Zoom
學生們都可能會
上 ~~課~~ 看影片
學習退步



課程減少，不能在學院吃飯，老師教的知識減少了好多。

1) 做運動時要除掉 mask
2) 疫情 danger 時要 Zoom
回校考試時成績差啱

在上課時，戴着口罩，~~十分~~辛苦



了解青少年 從Youtube、手遊和潮語入手

北區青少年綜合服務中心

註冊社工 朱嘉敏姑娘

不知大家對青少年喜歡的事物有多熟悉呢？今期帶大家認識時下最受歡迎的YouTuber、遊戲和潮語，從中你或許能更了解青年人的想法和興趣！



首先向大家介紹2022年香港5大訂閱數Youtuber，有興趣可以在YouTube中找尋看看，那便可以多了解為何他們會如此受歡迎了。

1. Emi Wong 健身達人 訂閱人數：460 萬 	2. Coffee 林芊妤 演員及註冊瑜伽導師 訂閱人數：152 萬 	3. 點 Cook Guide 烹飪 訂閱人數：101 萬 	4. Jason(大 J) 遊戲影片及影像網誌 訂閱人數：98.8 萬 	5. 笑波子 打機、開箱、潮流熱話、MV等 訂閱人數：91.3 萬 
--	--	---	--	---

再來就是青少年世界不可或缺的遊戲了，介紹給大家2022年全球最受歡迎的手機遊戲，讓大家感受一下青少年對遊戲的熱忱！

1. 王者榮耀(Honor of Kings) 簡介：多人線上快節奏競技對戰為主的遊戲，分1對1、3對3、5對5等多種方式的對戰。同時亦有冒險模式和闖關模式。 <ul style="list-style-type: none">● 2016年總下載次數逾2億次。● 2022年全球遊戲收入排名第一。  	2. 原神(Genshin Impact) 簡介：故事講述玩家扮演「旅行者」角色，與遊戲角色派蒙一同遊歷七國尋找自己失散的親人。這遊戲是一款動作角色扮演遊戲，以抽卡的方式抽取角色，基本角色免費及道具收費制。 <ul style="list-style-type: none">● 2022年下載次數約1.15億次。● 2022年全球遊戲收入排名第二。 	3. PUBG MOBILE：絕地求生M 簡介：PUBG=Players' Unknown Battleground (絕地求生)，又稱「食雞」，是以「大逃殺」概念的射擊遊戲，每場以100個玩家為上限。玩家要在沒有給予任何裝備的狀態下開始遊戲，並需要在遊戲自行開箱、撿拾或在其他被淘汰玩家身上搜集道具，讓自己能存活到最後成為贏家。 <ul style="list-style-type: none">● 2021年下載次數達10億次。● 2022年全球遊戲收入排名第三。 
--	---	--

相信每個時代都有屬於它們的潮語，不知大家還記得多少個自己年代的潮語呢？

現在就介紹數個2022年的潮語給大家認識啦！

1. Siu 4

即「笑死」，指思想上的死亡，而非肉體上的死亡。

2. Firm

「掂、穩陣」的意思，源於YouTube Channel JFFT成員日常用語。

3. 世一

是「世界第一」的簡化版，主要是粉絲用來讚美自己偶像和自己所愛之物的抒發型動詞。

4. 收到你

有「我明白你的想法」或「接受你的意見」等，用來表示肯定。

5. 師傅愛你

源於電視節目「七師傅」口頭禪，被網民引用，有表達支持和加油的意思。

