

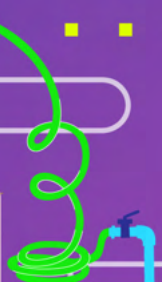


電子版雙月刊
歡迎自由奉獻

燭光

149期
三月MAR
二零二三年

步步為營才不會得意忘形



READY?



在「沉浸式」體驗中浮沉
提醒教會勿誤墮法網的一葉聯盟
認識「兒童性遊戲」
培養孩子的選擇能力
存在的理由——不能遺忘的名字



總編手記

步步為營才不會得意忘形 03

流行文化專題

在「沉浸式」體驗中浮沉 04

社關時事專題

提醒教會勿誤墮法網的一葉聯盟 06

性教育專題

認識「兒童性遊戲」 08

生命教育專題

培養孩子的選擇能力 10

存在的理由——不能遺忘的名字 12

LGBT+專題

同運議程LGBT+ Agenda 15

光影園地

電影小組：電影類型十講

第五講：超級英雄 17

活動回顧

有一天，孩子會「飛」

寶貝在瓦器生命教育計劃回顧 18

打機多面睇——機友的日常 20

照顧者需要被照顧嗎？ 22

機構快訊

明光社消息 24

請支持明光社

十捐款方法



轉數快 FPS

收款人「THE SOCIETY FOR TRUTH AND LIGHT」
ID：9436635



郵寄支票

抬頭「明光社」或「The Society for Truth and Light」



銀行入賬

恒生銀行戶口：283-2-338830
滙豐銀行戶口：178-8-057477



繳費靈

請致電18033 或登入ppshk.com 轉賬奉獻，
「明光社」商戶編號：9436

捐款方法



捐款後，請將銀行存款單 / 網上捐款記錄 / 繳費靈付款編號 / 成功過數頁面截圖，連同姓名、電話、電郵、地址，透過電郵、傳真、郵寄或WhatsApp至6484 4429交回本社。每次捐款\$100或以上，可獲發免稅收據。

www.truth-light.org.hk/support/entry



PayMe

請掃描QR碼



信用卡

請於網上下載捐款表格，填妥信用卡資料後寄回本社。
www.truth-light.org.hk/mdonate1/input
(如選擇其他方式，可減省銀行手續費用)



e-Banking

可以個人存款戶口或信用卡捐款，部份銀行可於網上直接過數，部份則需親到該銀行填寫表格，詳情請向個別銀行查詢。



每月自動轉賬

請於網上下載自動轉賬表格或致電索取，填妥後寄回本社。

燭光

ISSUE NO.149 mar 2023

出版：明光社

地址：九龍荔枝角長裕街8號億京廣場11樓1105室

電話：2768 4204 傳真：2743 9780

電郵：info@truth-light.org.hk

網址：www.truth-light.org.hk

facebook.com/Soc.of.TruthLight

instagram.com/truth.light.hk

youtube.com/@truthlight1997

督印人：雷競業博士

總編輯：蔡志森

執行編輯：陳希芝

編委會：何慕怡、吳慧華、張勇傑、郭卓靈、熊嘉敏、呂英華

設計：王盧碧君

顧問團：

蕭壽華牧師、何志滌牧師、梁林天慧博士、區玉君牧師、
吳宗文牧師、胡志偉牧師、余達心牧師、翁偉業先生、
羅秉祥博士、鄧偉棕律師、陳家樂律師、關德康律師

董事會：

雷競業博士、樓曾瑞先生、蕭如發牧師、康貴華醫生、
關啟文博士、鍾穎欣女士、丘志強律師、梁麗娟博士、
曾敬宗牧師、吳浩然校長、竺永洪先生、陳明泉牧師

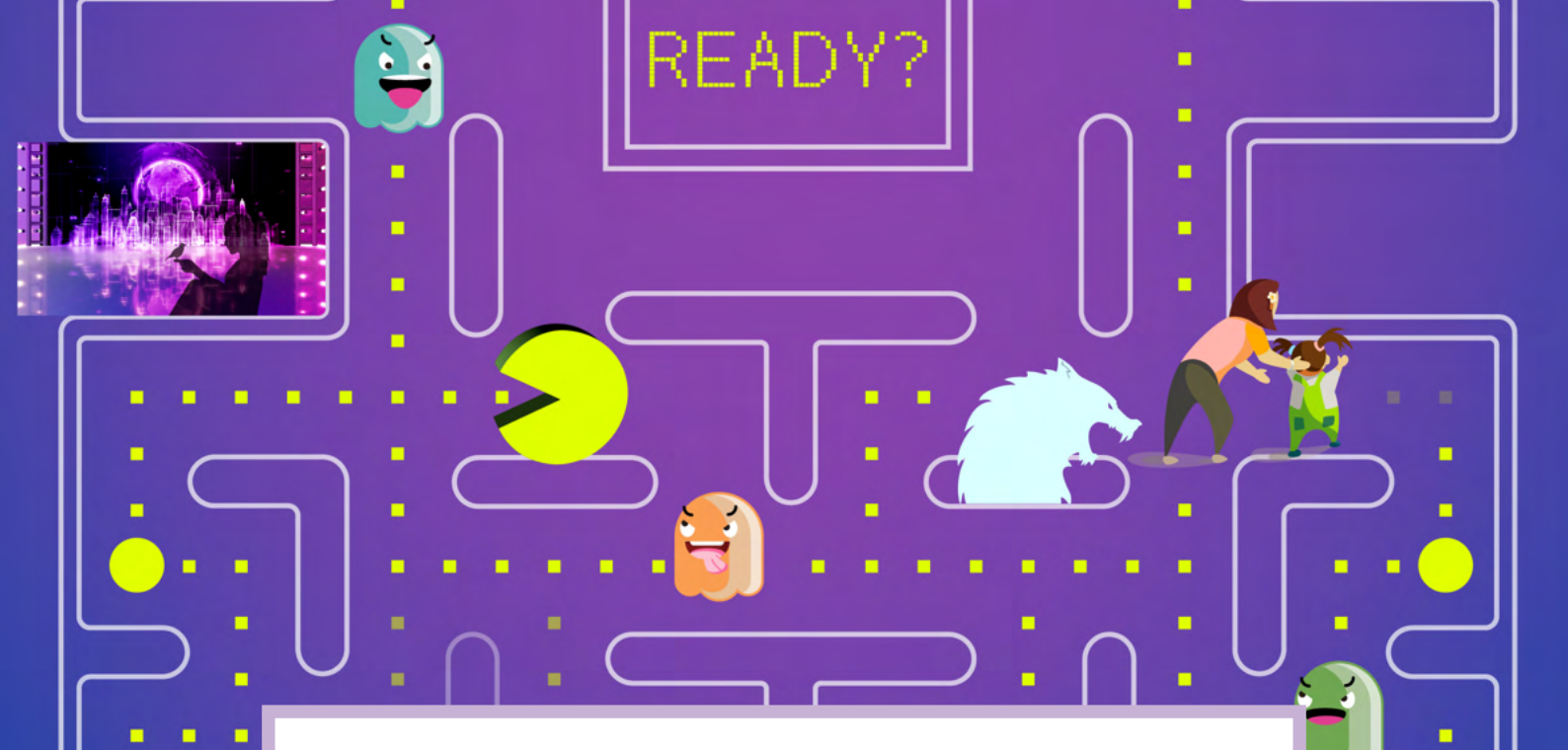
事工顧問：

傅丹梅女士

義務法律顧問：

陳家榮律師

★ 本刊所有文章，如欲轉載，請與本社聯絡。



步步為營才不會得意忘形

蔡志森
總幹事

傳道書九章12節說：「原來人也不知道自己的定期。魚被惡網圍住，鳥被網羅捉住，禍患忽然臨到的時候，世人陷在其中也是如此。」而在帖撒羅尼迦前書五章3節亦提醒我們：「人正說『平安穩妥』的時候，災禍忽然臨到他們，如同產難臨到懷胎的婦人一樣，他們絕不能逃脫。」因此，居安思危不單是教會和信徒，也是社會和所有市民應有的態度，特別是在人心難測，處處紅線和陷阱的年代。

一直以來，教會群體認為自己做的是天國的／屬靈的事工，與地上的／屬世的政權只會有屬靈爭戰，殊不知自己在公司法和稅務條例、建築物和消防條例等等，很多時都未能滿足法律的嚴格要求，根本不用宗教或政治理由，都有可能墮入法網，本期《燭光》希望能提醒大家快快為教會做「健康」檢查。至於家長，亦須留意在現今的社會風氣下，一些幼童耳濡目染，對性的問題一知半解，可能會遇上一些騷擾別人而不自覺，被人侵犯而懵然不知的情況，特別在這個強調讓子女在成長中多些自我探索的氛圍下，父母既要鼓勵子女學習選擇，亦要教導他們學習服從和考慮後果，如何平衡需要更多智慧。

此外，當網絡世界邁向元宇宙、人工智能不斷融入日常生活，沉浸式體驗成為了感受事物的新模式，這個世界愈精彩，但我們亦愈容易迷失在不同的名字和不斷改變的範式中，科技的發展令想追上潮流的人疲於奔命，拿捏不準，恐怕成也科技、敗也科技！知道自己的名字，知道自己是誰，知道自己應該如何選擇，知道自己身邊有何機遇與陷阱，是學會面對這個複雜世界的基礎，步步為營才不會得意忘形。❦

燭光——總編手記





在「沉浸式」體驗中浮沉

近期，有關「沉浸式」的遊戲、活動、服務，無論是網上形式或親身體驗，都在逐漸興起。根據牛津英語網上詞典的解說，immersive (沉浸式) 是一個形容詞，指「(沉浸式的遊戲、表演、藝術作品等) 圍繞著玩家或觀眾，使他們感覺完全融入體驗，通常會使用三維電腦圖像」，¹ 而按Google翻譯所講，immersive就是「身臨其境」。

我們可以理解，如果是在網上經歷沉浸式體驗，使用者可以戴上3D眼罩，觀看數碼技術所製作出來的環境，有全虛擬的「虛擬實境」(Virtual Reality)，亦可以是在現實的空間增加虛擬物件的「擴增實境」(Augmented Reality)；或將現實與虛擬世界融合在一起，創造出一個新環境，而這兩個世界的物件是能共存並同時進行互動的「混合實境」(Mixed Reality)。不同的模式，都讓使用

者完全沉浸其中，投入遊戲或故事，產生共鳴。由於減少了干擾，容易使人完全集中注意力在所看見的事物或經歷中。

而在現實中，亦可以製作沉浸式的環境，如日本東京豐洲新型態美術館teamLab Planets TOKYO，參觀者可以隨著360度的裝置和投影，使人沉浸於超現實的世界中，參觀者的身體反應，亦在同時間回應當時所見之景象，如置身花叢或河流之中。香港早前也有「尋找足印·莫內」沉浸體驗展，將印象派大師莫內 (Claude Monet) 的畫作投影於360度的空間，讓參觀者仿似走進了他的畫作之中。²

教學上的沉浸式活動

由於「沉浸式」活動可以使人們更為投入，並且體驗和理解到活動要表達的內容，吸引參與者的

1 "Immersive," Oxford Learner's Dictionaries, accessed March 6, 2023,

<https://www.oxfordlearnersdictionaries.com/definition/english/immersive?q=immersive>.

2 溫藹紅：〈莫內西九文化區展覽10月登場！展出約200幅畫作 置身浪漫光影花園〉，《香港01》，2022年9月16日，網站：https://www.hk01.com/食玩買/815450/莫內西九展覽門票詳情-開放時間-360度光影設計-展出約200幅畫作?utm_source=01articlecopy&utm_medium=referral (最後參閱日期：2023年3月6日)。





注意力，通過多感官的體驗來提高人們對事物的理解。為此，它可以是一種很好的教育工具。

當學生沉浸在環境當中，少了其他的干擾，他們會更集中、更有興趣和更投入地學習，而如果設計的美術效果理想，也可以增強他們的學習動機。而當他們專注地學習，就可以更容易記住所學習及所經歷過的內容，留有更深印象，加深記憶。而且使用沉浸式的學習，更可能透過科技帶領學生經歷以往的歷史，比起單憑想像，更為實在和準確。就如香港的古蹟及藝術館「大館」，就使用AR科技讓人回到過去，重看昔日監獄的內部結構和了解獄中生活。³另外，在沉浸式體驗的幫助下，參與者看到一些已經立體化和實在化的處境，就更容易理解和同情他人的境況，加強參與者的同理心。⁴

然而在教學當中，沉浸式的活動亦有其缺點。除了製作的成本高和時間長以外，對於一些學生來說，他們可能需要與人交談和合作，透過溝通學習互相協調和適應多變的處境，而早已設計好的沉浸式環境，對他們來說，可能不是最佳的學習場景。另外，亦有不少的學習是需要親身去實踐，真正「落手落腳」去體驗和建立使用真實工具的經驗。在虛擬的世界中，未必能提供最好的學習環境給這類科目。

關注「沉浸式」科技的使用

既然「沉浸式」方法能讓使用者留下深刻的印象，恍如親身體驗，如果將它應用在產品營銷上，與消費者建立了個人更緊密的關係，就更能針對消費者的喜好建立更立體的品牌形象，以及作出銷售策略上的調整。⁵此外，「沉浸式」方法如被使用在色情網絡遊戲與互動體驗當中，可以想像到其影響力著實不少，甚至可能會令用上癮。

「水能載舟，亦能覆舟」，科技是中性的，科技發展者大多想用它來便利用家、幫助用家，但亦有機會被立心不良的人用於不當之處上。我們應當細心留意科技的發展，並小心應用。🔥

資料庫

沉浸式體驗的潛藏風險

多年前的一套荷里活電影，講述男主角頸背的插口一旦與電腦系統接駁，便能在虛擬世界習武、學打功夫及克服對高度的恐懼，這些情節在未來似乎都有可能實現。除了電玩、教學、培訓及展覽外，沉浸式體驗還能在醫療方面提供輔助，甚至對克服恐懼帶來正面成效。科技發展迅速，但人們是否已預備好迎接虛實並存的世界？有大型數碼代理公司的前創作主管就分享到當中的潛在風險：當人們在虛擬世界分享有關自己行為方面的數據，這些數據一旦被竊取，會令他們的虛擬身份遭盜用，甚至在現實世界蒙受金錢損失。她提出當科技發展令人們的虛擬化身與現實世界的身份結連在一起時，例如容許人支付一些款項，更會令別有用心者帶來更多作惡的「機會」。如果VR和AR更多的應用在工作場所，例如僱員接受沉浸式培訓，或僱主透過有關技術監察下屬的工作表現，虛擬與現實的界線就會更模糊。她指出如長時間使用VR、AR等延伸實境技術，或會對人的精神健康帶來損害，雖然有關方面的研究不多，但眼前的網絡沉溺問題，以至社交媒體對年輕人的負面影響，都足以提醒人們有關風險的存在。⁶



3 U Magazine: 〈大館「數碼熨房」穿越歷史時空 沉浸式動畫重現域多利鐵窗生涯〉，U港生活，2023年2月20日，網站：<https://hk.ulifestyle.com.hk/topic/detail/20006059/>（最後參閱日期：2023年3月6日）。

4 蔡卓慧：〈逾八成參加賽馬會「見·同理」計劃城大學生同理心有所提升〉，香港城市大學，2020年2月11日，網站：<https://www.cityu.edu.hk/zh-hk/media/news/2020/02/11/over-80-cityu-participants-enhance-empathy-through-immersive-visualisation-youth-project>（最後參閱日期：2023年3月6日）。

5 〈沉浸式體驗營銷策略：讓企業品牌形象更立體〉，Compass Offices，2021年11月18日，網站：<https://www.compassoffices.com/zh-hant/about-us/blogs/immersive-brand-experience/>（最後參閱日期：2023年3月6日）。

6 Bernard Marr, "The Important Risks and Dangers of Virtual and Augmented Reality," *Forbes*, July 17, 2019, <https://www.forbes.com/sites/bernardmarr/2019/07/17/the-important-risks-and-dangers-of-virtual-and-augmented-reality/?sh=3d1176b53d50>.



提醒教會勿誤墮法網的一葉聯盟

現時香港堂會的數目約為一千三百多間，有五百多間堂會的崇拜人數是在100人以內，¹ 這些堂會所擁有的資源相對較少，加上面對移民潮、教牧同工離職轉職、人手短缺等情況，要維持運作也有一定困難，而隨著社會形勢的轉變，政府對於慈善團體的監管亦變得嚴謹，堂會和基督教機構面對的挑戰更不容忽視。一批有志服侍教會的專業人士，希望能好好運用恩賜，為教會（特別是資源較少的堂會和機構）提供專業意見，協助教會在新形勢下仍然站立得穩。金融業福音團契總幹事陳啟興牧師談到「一葉聯盟」（ALEAF）的成員，如何運用自己所屬界別的專業知識，來服侍有需要的堂會和機構。

一葉聯盟是由基督徒會計師團契、基督徒律師團契、工程及建造業福音團契、建築師規劃師團契

及金融業福音團契所組成，早在2020年，時值疫情期間，幾個團契已有合作，透過購買和派發飯券，支援一些餐廳和基層市民，並向他們傳福音。而近期聯盟更與神學院合作，透過幾次講座支援本港教會。

公司管治與土地契約

到底堂會和機構具體面對甚麼情況，需要聽取專業人士的意見和支援？陳牧師表示有兩方面的事務是教會最容易出問題，第一是財務或公司管治方面，第二是土地方面。他指現時愈來愈多教會想獨立，只有一百多人聚會的教會，如當中沒有專業人士在其中，就容易出問題。如在財務管理、公司管治的事務上，若要進行招標工作是要依照甚麼程序？在甚麼情況下教會的相關人士必須在文件上簽名？而有關土地方面的事務，一些「樓上教會」所

1 2019香港教會普查研究組等編：《2019香港教會普查簡報》（香港：香港教會更新運動，2020），頁27。



處的樓宇，是否容許舉辦宗教聚會？有些教會建立多年，當中有沒有僭建物？教會聚會人數日增，建築物內設施是否符合《消防條例》要求？陳牧師認為這都是目前教會需要留意，而聯盟早前與中國神學研究院合作，在2022年舉辦了五次講座，透過校友會聯絡教會的教牧同工、長執和領袖，向參加者教授《稅務條例》第88條有關讓慈善機構豁免繳稅須留意的細節、教會與銀行關係、樓宇結構、消防安全、土地契約等內容，而第六次講座亦將於今年5月推出。五次講座共接觸五百多人，曾參與講座的教牧同工和機構領袖人數也有二百多人，陳牧師形容參加者均緊張有關議題，有不少會繼續追問，想知道解決問題的方案，所以，聯盟會繼續與中神合作，在7月舉辦一次panel day，讓個別有需要的教會「問診」，並由相關的專業人士協助他們尋求解決方法。此外，講座內容未來或會拍攝成短片，以便教會使用。

留意異常大額奉獻

蒙召前曾在香港交易所工作近十七年的陳牧師，本身屬於金融界的專業人士，他提醒教會在財務管理方面，有一點需多加注意，「你的donation，這個現在很多人都不理，所謂know your donor（知道你的奉獻者是誰）這個好重要……有些人好低調，左手不讓右手知，你是要問的，這個是要保障你和保障教會，你一定要問。」假如有弟兄姊妹移居海外，但仍繼續奉獻給本地的堂會和機構，陳牧師指出如果有關奉獻是異常大額的奉獻，或者是不定期的大額奉獻，教會就要留神，當銀行對此提出查詢，教會必須解釋到由誰奉獻及奉獻者與教會的關係，如果未能提供相關的資料，銀行可能會懷疑相關款項與洗黑錢活動有關，並可能會凍結教會的戶口。他提醒堂會和機構，不要以為自己是宗教團體便不需要向銀行解釋，因為銀行

也有責任向金融管理局交代，他們自然會向客戶查詢有關事宜。他又建議教會到不同類型的銀行開設多個戶口，除了找一線大銀行，也可以到小型銀行開戶，這樣則會更穩妥。

近年稅務局、公司註冊處也關注慈善團體的活動是否符合公司章程中所寫的內容，陳牧師回應指，政府的確著緊這些事，對稅務局而言，慈善團體大致分為以下四類：救助貧困、促進教育、推廣宗教及可令社會得益但不屬於以上任何一類的其他慈善性質的宗旨，因此慈善團體本身是不能支持某些政治目的。此外，如果由身份敏感人物擔任堂會或機構的執事或董事，銀行或會關注有關情況，以了解會否為銀行帶來運作上的影響。他指銀行的作風必然是較為嚴謹，教會如決定委任有關人士，實在需要評估當中的風險。

專業與事奉

陳牧師分享到，他所接觸的堂會和機構領袖都未有為到以上事宜感到「很頭痛」，他希望教會能先了解問題的存在，然後再尋找對策。他提到中、大型教會有專業人士甚至專業團隊在其中，他並不擔心她們的情況，但小型堂會和機構則需要多些支援，而一葉聯盟希望幫助資源較少的教會，而在五次講座以後，有教牧同工曾聯絡他們求助，他會將個案轉介給相關的專業人士，透過電話提供意見，有時甚至會透過視像會議，或到有關場所了解情況。談到透過專業去服侍教會，陳牧師這樣說：

「我們是這幾個專業，其實香港有許多不同的專業，這些專業我們相信是上帝給予……上帝給我們這樣的訓練不是白白的，其實都是恩典來的，怎樣用、具體地服侍教會，這方面可能許多專業團體都可以想多些。」



受訪者陳啟興牧師提醒教會要know your donor，一旦遇上銀行的查詢，教會須向銀行解釋相關的奉獻來源。



認識「兒童性遊戲」



早前到訪一所小學負責一節性教育的課堂，老師向我表示有初小的男同學在洗手間內互相觀看對方的性器官。我們當然不鼓勵學生作出這些行為，但這行為在小學男生群體中也偶有發生，我們會稱這些行為做「兒童性遊戲」。

顧名思義，兒童性遊戲即是兒童進行與性相關的遊戲，是兒童探索這個世界的一種表現，可以是兒童單獨進行，或會出現於年齡相若並彼此認識的兒童中，相同性別和不同性別的兒童之間也會發生。兒童性遊戲通常是在沒有計劃，及在兒童自願的情況下進行，兒童一般都不會為此感到不舒服和不安，家長只需簡單介入就能停止相關遊戲。

其實兒童在成長過程中會透過觀察和接受教育來認識這個世界，建立對性、性別、身體界線的想法。參考美國兒童創傷壓力網絡（NCTSN）及美國青少年性行為中心（NCSBY）的資料，不同年齡的兒童會出現不同與性相關的活動。¹

4歲以下兒童常見的性活動：

- 用手觸摸或用物件玩弄私人部位（公眾和私人地方都會進行）

- 向人展示私人部位
- 嘗試觸摸母親或其他女性的乳房
- 裸露身體
- 嘗試觀看他人脫衣或裸露
- 詢問身體不同部位的功用
- 與年齡相若的兒童談論身體的功能

4至6歲兒童常見的性活動：

- 有目的地觸摸私人部位（私下或間中會在公眾地方進行）
- 與其他兒童一同探索私人部位
- 嘗試觀看他人脫衣或裸露
- 模仿約會行為（如：接吻、拖手）
- 談論私人部位，可能會使用一些他們聽過但不明白的「俗語」

7至12歲兒童常見的性活動：

- 有目的地觸摸私人部位（通常會私下進行）
- 嘗試觀看他人脫衣或裸露
- 觀看裸露或半裸露的相片、影片
- 注意個人私隱，不願在人前裸露
- 不願與成人談及有關性的事情
- 觀看媒體中有關性的資訊

¹ The National Child Traumatic Stress Network and the National Center on the Sexual Behavior of Youth, "Sexual Development and Behavior in Children," The National Child Traumatic Stress Network, last modified April, 2009, https://www.nctsn.org/sites/default/files/resources/sexual_development_and_behavior_in_children.pdf.



- 講色情笑話
- 開始被異性吸引，或對他們產生興趣

幼兒最常出現的性遊戲就是觸摸自己的性器官，即兒童自慰行為，男女童都會發生，但這與成人或青少年的自慰行為不同。**幼童觸摸性器官通常不是由性慾驅動，只是觸摸性器官為兒童帶來良好的感覺。**家長發現時不用驚訝，也不用責罵子女，可與子女進行其他活動分散其注意力，讓他們停止該行為，並教導恰當的禮儀，提醒他們不應在公眾場合和他人面對觸摸性器官。

同一道理，幼童觸摸母親或其他女性的乳房，觀看他人脫衣或裸露，都是在好奇心驅使下進行的性遊戲，並沒有不良的性動機，是兒童探索這個世界的其中一種表現。遇到這種情況，家長可溫柔地提醒子女這是不禮貌的行為。

雖然兒童性遊戲在一般情況下都不會為兒童帶來特別傷害，但家長也要正視兒童性遊戲的出現。家長可耐心地詢問子女作出有關行為的原因，讓他們表達自己的想法和疑問，藉此了解子女的心態及對性的認識程度，並教導子女對身體感到好奇是沒有問題的，但要保護自己的私人部位，尊重別人的意願，也要持守一些界線，與人保持適當的距離。

但有時兒童參與的性遊戲並不是那麼單純，例如年齡比較大的高小兒童，他們或會在媒體接觸到不少良莠不齊的性資訊，加上他們漸漸進入青春期的，對性開始產生興趣，他們參與性遊戲可能是受性慾驅使或為了欺凌其他孩子，如掀起女生的裙子，偷拍他人如廁等等。如發現子女有上述情況，家長應要求子女立刻停止相關行為，除上文提供的處理方法外，家長也要警誡子女不可再作出那些行為，並向受害者道歉。

有時兒童性遊戲或會涉及更嚴重的性侵犯行為，家長可留意以下幾點事項，以了解兒童之間的性遊戲是否涉及性侵犯行為。²

- 性遊戲是否超越兒童正常性發展階段應有的知識或行為？如幼稚園生模仿性行為的動作、用口接觸他人性器官等等。
- 參與性遊戲的兒童年齡差距有多大？如兩者年齡差距較大，例如12歲的兒童觸摸3歲兒童的私人部位，這情況就值得家長關注。
- 性遊戲是否涉及威嚇及暴力？
- 參與兒童有否出現強烈負面情緒？

如出現上述的情況，家長需第一時間停止相關行為，並了解子女是否遭到性侵犯，有需要可向相關的志願機構、子女就讀學校的老師和社工，或社會福利署保護家庭及兒童服務課，尋求協助。如事件涉及刑事成份，例如非禮、強姦等行為，更應報警處理。

明光社在兒童事務委員會「兒童福祉及發展資助計劃」的資助下，出版了《大手牽小手：保護兒童家長支援手冊》，幫助家長認識兒童性侵犯，並協助家長洞悉子女的異常情況，以便及早介入幫助面對性侵犯的兒童。手冊亦詳細列出相關性教育的重點內容，家長可參考手冊的內容，向子女進行適切的性教育，幫助孩子建立保護自己的意識和能力。本支援手冊的檔案已上載到明光社網站，歡迎家長下載。📄



下載支援手冊





培養孩子的選擇能力



網上討論區不時會有人發帖文，為到不同的選擇尋求網民的意見，例如「我和女朋友應否分手」、「我應否轉工」等等。現代生活講求簡單、快捷、享受、好玩，若我們希望孩子能夠在大小試探中站立得穩，家長實在需要有意識地、甚至刻意地引導孩子了解選擇背後的價值和意義。

幫孩子請假去旅行？

有時人長大了所作的選擇，看似憑直覺和當時的經濟能力去決定，其實各樣的生活選擇正反映著我們內心的價值觀，而這些選擇將會不自覺地、慢慢地塑造、強化我們的品格。例如家長應否為了去外地旅行，提早為孩子向學校請事假？對此有人會贊成也有人會反對，如何作決定視乎家長心裡認為成本效益重要，不想浪費機票、團費等，還是遵守規則、珍惜每個上課日更重要。我們是否願意為培育孩子的品格而付上代價，放棄一些方便和享受？

以建立孩子的品格為先

有時孩子做錯事，怯生生地對家長說：「媽媽，對不起，我不小心摔破了你的水杯。」這時家長可能會驚怒交集，但也需要冷靜下來看清楚，孩子雖然害怕被責罵和知道自己令媽媽失望，但他依然選

擇在家長未發現這個錯失之前，主動向家長認錯，因為他在隱瞞和誠實之間作出了選擇。當家長的目光轉向建立孩子的品格，就會有不一樣的回應，例如家長可以攬著已受驚的孩子，這樣回應：「媽媽知道水杯碎了是會感到不开心，但媽媽欣賞你的誠實和主動認錯，媽媽不會把這件事放在心上。我們一起想想有甚麼方法可避免類似情況出現？假如下次你再次遇到同類事件，也要和媽媽分享啊。」

如果父母心裡真的希望孩子有能力作好的選擇，有時需要刻意讓孩子去體會優質選擇所帶來的滿足感，例如建立自己、幫助到別人等等，這些發自內心深處的平安和喜樂，遠勝於選擇說謊，家長要讓孩子明白，說謊或者能讓我們逃避一時的責任，但卻種下更多的內疚和不安。

有時得放手讓孩子選擇

孩子的選擇總是簡單的，例如到餐廳吃晚飯時，選擇吃A餐還是B餐等……若在不涉及生命安危的前提下，家長請多包容放手，容許孩子體驗選擇前的思考過程，並學習為自己的選擇負責任。假若一家人獲邀請出席朋友的家庭聚會，孩子正在選擇帶甚麼玩具隨行，是很多配件的玩具車，還是巨型



資料庫

毛公仔？有時家長眼見這種情況，會過於心急，很快地憑著自身經驗就替他們拿主意，其實孩子需要從體驗中學習，事實上家長也不能永遠代孩子去作最後的選擇，家長的角色很多時是陪伴，並且幫助他們從不同角度去思考，擴闊他們的眼界。

若家長的目是以培養孩子的選擇能力為先，在遇到上述事件時，家長可問問孩子為甚麼在眾多玩具中挑選出這兩件玩具，孩子的答案可能是「最喜歡它們」、「想給朋友看看」、「可以一齊玩」等等。除了分享感受之外，家長可加以引導，讓孩子講出帶某件玩具外出的好處和壞處，問問孩子覺得自己有沒有足夠的能力去照顧帶出去的玩具？是否願意由離開家裡開始，直到回到家裡都妥善地照顧它？最後不論孩子作出了怎樣的選擇，家長也得讓孩子體驗這次選擇所帶來的喜悅和責任。

以欣賞的態度接納孩子的不足

既然孩子在學習作出選擇，總會有選擇錯誤或未如理想的時候，例如孩子堅持把巨型毛公仔帶去朋友的家，結果毛公仔卻不似預期中那樣受歡迎，孩子還要抱著它去經歷乘車時候的不方便、因毛公仔太重而弄得全身酸痛，甚至鬧起情緒來，請父母不要在這個時候取笑或戲弄孩子，講出令孩子洩氣的說話，例如「一早叫你不要帶它」、「都和你說過別人的家也有毛公仔」，難道我們希望孩子成為害怕作選擇的人嗎？特別在困難的時候，父母更要陪伴著孩子一起分擔，多多欣賞和接納孩子，例如讚賞孩子有願意分享的心、學懂堅持、勇於承擔、了解自己的想法等等。父母的接納也會讓孩子學懂雪中送炭，安慰別人和建立同理心。透過不同的生活體驗，孩子就在家長的引導下慢慢成長，作個懂得平衡、有承擔能力兼且成熟的人。❶

選擇助孩子 建構自己的身份

「選擇困難」這個詞對我們來說並不陌生，當走進餐室，面對印製精美、字體密密麻麻的菜單時，我們一時三刻可能都不知道選甚麼才好，成年人尚且會遇上這種情況，何況孩子呢？有些孩子不善於作決定，父母問他們有何選擇，他們會說：「不知道」，又或者不時改變主意，一時選紅色裙子，一時又選綠色，甚至因為面對做決定伴隨而來的壓力而哭起來。有臨床心理學家就指出，遇上這些情況，家長不免會想替孩子出主意，但她指出孩子可以透過練習去慢慢建立這種生活技能，而每次作決定，都能幫助孩子建構自己的身份，因為孩子的決定讓他表達了甚麼對他來說重要、他是誰，以及他喜歡怎樣展現自己。她又鼓勵家長若遇上無法作決定的孩子，不要事事急於替他選擇，反而要為他簡化選項，如請他二選一，讓孩子慢慢掌握作決定的技巧。¹



1 Eileen Kennedy-Moore, "When Your Child Can't Decide," Psychology Today, last modified June 28, 2019, <https://www.psychologytoday.com/us/blog/growing-friendships/201906/when-your-child-can-t-decide>.



存在的理由—— 不能遺忘的名字

燭光——
生命教育專題



這個世界有很多人被遺忘，從自己最後一位親人去世，只剩下自己一個時，他們的存在價值彷彿被抹去，因為世上沒有人知道他們是誰，他們住在哪裡，他們的名字是甚麼，然後他們就獨自孤伶伶地死去。人被拋進世界之中，活在一個充滿不同群體、不同身份的世界，故此，在解釋一個人的存在時，無法不提及其所屬群體、關係。當一個人的身份被遺忘，無法再用任何群體、關係去解釋其存在時，他就如消失在塵世之中，或許就只有上帝仍然知道他們的名字。

說起記憶和遺忘，不得不提及美國神經科學家 David Eagleman 在他的著作《死後四十種生活》中，一句很著名的說話：

「人的一生，要死去三次。第一次，當你的心跳停止，呼吸消逝，你在生物學上被宣告了死亡。第二次，當你下葬，人們穿著黑衣出席你的葬禮，他們宣告，你在這個社會上不復存在，你從人際關係網裡消逝，你悄然

離去。而第三次死亡，是這個世界上最後一個記得你的人，把你忘記，於是，你就真正地死去。整個宇宙都將不再和你有關。」¹

簡單一點來說，一個人真真正正的死亡，便是再沒有任何人記得其存在，但人是否必然會依照上述次序經歷三次死亡呢？

你的名字是？

事實上，所謂記得一個人，都不能夠離開他的名字。名字代表著一個人的存在、一個人對自己的認同以及提醒自己是誰的記號。若失去了名字，或許會令人經歷有如死亡的感覺。自古以來，人們對選取名字都非常講究，中國傳統便喜歡取一個「旺」、「吉利」的名字，他們相信命運的走向，取決於名字的選取。在《聖經》中，上帝亦賦予了名字有其獨特的意義，祂曾經將亞伯蘭的名字改為亞伯拉罕，將雅各的名字改為以色列。

在著名異世界動漫《關於我轉生變成史萊姆這檔事》中，就有很明顯關於名字的描述，主角到了



異世界，就發現許多不同種族的人本身都沒有名字，而主角一一為他們取名後，他們便進化了變得更加強大，他們開始知道自己是誰，自己為了甚麼而活；又如在經典動畫電影《千與千尋》之中，主角若記不起自己的名字是千尋，就會永遠找不到回家的道路了。名字，就是身份的認同，也是確認自己存在的最有力證據。最後在動畫電影《你的名字》之中，名字也是其中一個重要主題及敘述重點。電影的男女主角因時空交錯而認識對方，兩人活在不同的時空裡，當女主角的生命在其時間終結時，男主角便逐漸忘記她的名字，因為她的時間已經終止，已經不復存在。惟有在男主角喝了女主角製作的口嚼酒以後，才記起她的名字，才能感受到對方的存在，甚至令時間逆轉。

可能讀者會認為，談論了一大段有關名字與存在的意義，到底想說些甚麼呢？其實這裡想帶出的訊息非常簡單，就是名字對於一個人的重要性。當名字與一個人的存在意義有關聯時，可在現實的處境中，帶給我們一些有關名字的反思。

名字與社會關懷

在建立關係上，無可否認，記住別人的名字是一種禮貌的表現。若果認識了一個人，三番四次跟對方見面時，都無法記住別人的名字，除了會引發尷尬場面，也會令對方覺得不被重視，覺得你「無禮貌」。

人生來渴望被認同、渴望被記住，所以有些人，也會很在意別人是否記得自己的名字。筆者試

過去某間中學帶領同學之間的小組分享，活動是每兩個月一次，而第一次去到學校時，大家都有自我介紹，當然我也非常努力去記住他們的名字。在兩個月後，第二次與組員相聚之時，有一位同學刻意問我記不記得他叫甚麼名字，令我更明白有些人其實很在意別人是否記住他們的名字。故此，**記住別人的名字，不單是禮貌上的功夫，亦可以是一種關懷；當對方知道自己被記住時，他會感受到自己的存在獲得了肯定。**

而近來，因為受疫情影響的關係，令許多原本獨居的人士，失去外出娛樂的機會，他們被困在家中，無人知道他們的情況，這正正是我們需要去關注的問題，就是孤獨死的問題。有研究指出，在美國，有47%的65歲以上長者因受疫情、退休及喪偶的因素影響而感到孤獨。至於經常使用社交媒體而甚少與他人面對面接觸的年輕人，也有研究指在他們中間感到孤獨的人也不少。²

究竟孤獨死是甚麼呢？孤獨死是一個社會現象，指一個人獨居，與家人或親戚長期隔絕，他們因自殺或疾病而死亡，在死後多日，甚至是因其住所傳出臭味以後才被發現已離世。³ 這個現象自1970年代以後在日本社會出現，而在韓國，隨著人口逐漸老化，孤獨死也成為了韓國必須正視的社會現象，參照韓國政府公佈的數字，2017至2021年這五年間，男性孤獨死的人數每年都是女性的四倍以上。⁴ 但隨著時間的推移，孤獨死已經不限於在老年人中間才出現，它亦有年輕化的趨勢，而在韓國其

2 〈孤獨死 | 被孤立可增死亡風險近30%〉，《am730》，2022年8月14日，網站：

<https://www.am730.com.hk/健康/孤獨死-被孤立可增死亡風險近30-/333237>（最後參閱日期：2023年2月24日）。

3 洽敏：〈每天都有10人孤獨地死亡，當孤獨死成為南韓的日常〉，地球圖輯隊，2022年12月19日，網站：<https://dq.yam.com/post/15153>（最後參閱日期：2023年2月24日）。

4 〈南韓孤獨死五年增4成〉，星島頭條，2022年12月14日，網站：<https://www.stheadline.com/world-live/3177296/南韓孤獨死五年增4成>（最後參閱日期：2023年3月9日）。



中一宗令人震撼的孤獨死事件，就是一名28歲女性在家中獨自死去，其遺體倒臥在母親的遺照旁，但她的家仍然非常整潔，只因生活困難，身兼兩職的她仍舊承擔不了房租等等的雜費。⁵

許多地方都有著孤獨死這個社會現象，當然香港也不例外。兩年前播出的一集《星期日檔案》便訪問了數位孤獨老人，他們都指出，晚年時伴侶的離世，子女的成家立室，都令孤獨感隨之而來。他們有的早已與子女長時間失去聯絡，並且身患重病，加上疫情的關係，終日臥在床上，他們擔心死後無人為自己辦葬禮；有的獨自一人，縱然閒時會有家人購買日用品來探望自己，但心靈中的孤獨感也無法消解，需要依靠電視機發出的聲音來掩蓋孤獨感，像是有人陪伴一樣。⁶ **當一個人無人陪伴左右，並且年老及體弱多病，都會削弱他的求生意志，令他難以繼續對抗病魔。**

節目最後提到，在羅湖管制站旁邊的一個墓園中，豎立著一堆堆只寫上了數字的墓碑，而這些墓碑正代表了一些人，他們死後沒有人為他們料理身後事，沒有人認識他們，他們是一早被遺忘的生命，他們獨自離開了世界。而從事殯儀業的伍桂麟在節目中指出，其實獨居老人的孤獨感，來自於將來離開世界後，沒有人再記得自己的這種感覺。⁷ 當墓碑上只有一堆數字而非名字，沒有人記得那些孤獨的人的名字，或許從與世界隔絕的瞬間，他們便已經消失於塵世之中。故此，作為子女，父母若已經年紀老邁，應該對他們更多關心，時常探望他們，讓他們知道仍然有人記得他們，記得他們的名字。

心目中重要的人忘記了自己的名字，會令人感覺到失落，因為自己視對方十分重要，但原來只是一廂情願。當然，這種情況很少發生，但也並非沒有可能。除此之外，也有一些情況是不可抗力的，且令人更加難過——也就是當照顧者需要照顧一些患上腦退化的親人時，就如在照顧一個不認識自己的人。筆者也有一個年紀老邁的親人需要照顧，在照顧她的時候，她一度問起筆者的名字，那時頓感莫名其妙的失落，因為她不是刻意忘記自己，而是腦退化讓筆者逐漸在她記憶中消失。

名字非常重要，它讓一個人感覺到自己具體地存在於世上，一個人的名字不再存在，無人記起，這才是真真正正的死亡。David Eagleman提出的三個階段，理論上沒有錯，但現實的處境，有許多人孤獨地，未經過生理上的死亡、下葬，但整個社會和宇宙已經全然與他們無關，他們直達第三層次的死亡，甚至我們在照顧一些已經不認得自己的親人時，也在經歷類似第三層次的死亡。或許，為了讓人不感到孤單、不被遺忘，適時呼喚一下對方的名字，恰好可以讓人經歷一趟出死入生了。❶



5 何蔓琪：〈28歲女孤獨死3日始被發現 伏屍母遺照旁 網民看半份遺書已淚崩〉，《香港01》，2022年4月26日，網站：<https://www.hk01.com/開罐/762373/28歲女孤獨死3日始被發現-伏屍母遺照旁-網民看半份遺書已淚崩>（最後參閱日期：2023年2月24日）。

6 TVB NEWS official：〈星期日檔案-毋忘我〉，YouTube，2021年3月15日，網站：<https://www.youtube.com/watch?v=K5zY9kVM3xQ&t=1288s>（最後參閱日期：2023年2月24日）。

7 TVB NEWS official：〈星期日檔案-毋忘我〉。

同運議程 LGBT+ Agenda

全球

在蘇格蘭，男跨女人士Isla Bryson在尋求轉變性別前，其名字為Adam Graham，2023年1月，他因強姦兩名女子被判有罪，並遭還押在Cornton Vale女子監獄等候宣判，此舉引發大眾強烈抗議，在司法部介入下，Bryson被遷往男子監獄。這宗個案引發蘇格蘭政府重新審視男跨女罪犯遷往女子監獄的個案。另一名曾有暴力記錄的男跨女人士Tiffany Scott，在轉變性別前他名為Andrew Burns，他因騷擾一位13歲女童入獄，在獄中他成為了跨性別人士，不過，其外形沒有任何改變，且保留了男子生殖器官，他本來將被轉移到他所選擇與他性別相符的監獄裡，但其申請已遭擱置，因蘇格蘭政府宣佈，在進行緊急審查的同時，所有曾對女性作出身體暴力和性暴力的男跨女人士將不能還押於女子監獄。

蘇格蘭政府在2022年12月通過「性別認同改革法案」，允許申請人不用通過性別認同障礙的醫學診斷，只須以新的性別生活三至六個月便可以申請轉變性別，法案更將申請年齡從18歲降至16歲，讓申請人可以更快及更方便改變在官方文件上的性別。不過，英國政府擔心這可能會引發性別旅遊，即英國人到蘇格蘭拿取新的性別身份，然後回到英國其他地方，其法定性別會因兩地法制不同而有所分別。英政府亦擔心在蘇格蘭更改了性別的人士，會在蘇格蘭以外的英國地區要求享有不同權益，如進入只有女性才能進入的空間，亦擔心男性罪犯利用這個系統，令女性無法在單一性別空間裡受到保護。2023年1月，英國政府決定引用1998年《蘇格蘭法案》第35條，阻止蘇格蘭議會的「性別認同改革法案」進入御准階段，即是成為生效法例的最後階段。



男跨女人士Isla Bryson被判強姦罪成後，最初他被送到一所女子監獄關押，引起輿論抨擊（圖片來源：TalkTV的YouTube影片）。

2023年2月16日，西班牙國會議員最終通過了一項「跨性別法案」，允許市民從16歲起，只要通過簡單的行政聲明，便能改變其身份證明文件上的性別。在此以前，申請人是必須經由幾位醫生診斷患有性別焦躁症及進行最少兩年的荷爾蒙治療才可以申請更改性別；法案放寬了有關安排。法案甚至容許14至15歲的兒童作出有關申請，前提是他們在其法定監護人的陪同下進行相關手續，至於12至13歲的兒童如想轉換性別，則須獲法院允許。

2023年2月1日，芬蘭議會通過了一項新法，讓18歲及以上人士，毋須經過醫療和精神病學的審批程序，只須通過自我聲明，便能合法地改變性別。新法還廢除一項規定，有意改變性別的人士，在向政府申請承認其性別身份時，已毋須提交醫療證明，以表明他們是不育或已絕育的。芬蘭總統已於3月3日簽署該項新法。

此外，在2023年2月有報道指，芬蘭兒科學會在給該國社會和健康委員會的聲明中表示，毋須經過醫療或精神病學的審批，只須經過自我聲明便可更改性別的措施，不應擴展至未成年人。坦佩雷大學，即芬蘭最大的兒科性別診所的所在地，該大學的首席精神科醫生Riittakerttu Kaltiala接受了媒體的採訪，談到她不願向自認為跨性別的未成年者推薦手術和化學方面的變性服務。Kaltiala解釋：「雖





然『接受孩子本來的樣子很重要』，但也有必要認識到，孩子在生命中某個時刻，強烈地認為自己是另一個性別是很常見的事，有五分之四的孩子，他們在青春時期便會認定自己為跨性別」，因此監察其情況是明智的做法，讓孩子得以安心，同時亦要治療家人的焦慮和可能引發的相關問題。

位於美國科羅拉多州的蛋糕店店主及糕點師 Jack Phillips 曾拒絕為一對同性戀伴侶製作結婚蛋糕被指觸犯歧視法，但美國最高法院在2018年裁定他勝訴。不過在另一宗訴訟中，他因拒絕為男跨女人士 Autumn Scardina 製作慶祝性別轉變的蛋糕而被指觸犯歧視法，科羅拉多上訴法院於2023年1月26日裁定 Phillips 敗訴，理由是 Scardina 所要求製作的蛋糕，本身並沒有表達任何訊息或具有象徵意義。代表 Phillips、來自捍衛自由聯盟的律師表示，不應該在違背某人的核心信念下去強迫他表達一些訊息。Phillips 計劃提出上訴。



糕點師 Jack Phillips 因拒絕製作慶祝性別轉變的蛋糕而再次被指觸犯歧視法
(圖片來源: Alliance Defending Freedom 的 YouTube 影片)。

在印度南部喀拉拉邦，一名女跨男跨性別人士在2023年2月8日產下一名嬰兒，其伴侶是一名男跨女人士，這令他們成為印度首對跨性別伴侶，擁有跟自己血緣關係的孩子。

台灣內政部於2023年1月19日同意開放跨國 / 地區同性婚姻，其他地方的人如想與台灣的同性伴侶結婚，即使其國家或地區沒有允許同性婚姻，都可以在台灣登記結婚，包括港澳地區居民，但中國大陸因涉及登記程序、面談機制等，所以不在這次函釋中。

本地

代號 Q 的匿名人士及謝浩霖 (Henry) 為女跨男跨性別人士，她們所持的英國公民護照或英國國民 (海外) 護照，已將其登記性別改為男性，但因二人未完成由女轉為男的全套性別重置手術，遭入境處拒絕將其身份證上性別標記改為男性。二人認為相關政策侵犯人權並提出司法覆核，高等法院原訟庭及上訴庭先後裁定她們敗訴，她們在2022年3月向上訴庭申請上訴至終審法院的許可，案件於2023年1月4日在終院審理。

五名終院法官於2023年2月6日頒佈書面判詞，裁定涉案政策違反《香港人權法案》，一致裁定 Q 及 Henry 上訴得直，撤銷入境處不准許將其身份證上性別標記改為男性的決定。判詞指出政策不容許跨性別人士在未接受完整性別重置手術前，改變身份證性別標記，會導致更多混淆或尷尬情況，也令性別標記喪失識別功能。五位法官重申，不否認社會上對於如何適當地對待跨性別人士，的確遇到不少實在及困難的議題，但解決這些困難的辦法，與身份證的性別標記無關。

法官不接受以女跨男過渡時有機會出現逆轉並導致有關跨性別人士懷孕為由，才規定以完整性別重置手術作為更改性別標記的準則。法官認為女跨男人士接受的治療漫長且痛苦，她們不大可能決定回復其原生性別，而為了懷孕而回復原生性別的機會更微。判詞指是次判決只針對於女跨男個案，不適用於男跨女的情況。

政府發言人於2月7日表示，因應終審法院所作出的判決，正審慎研究並檢視有關更改身份證上性別的政策，在徵詢法律意見之後，再作出跟進行動，以遵守終院就本案作出的判決。📌

(資料截至2023年3月4日)



詳盡版

郭卓靈 / 項目主任 (傳媒及生命教育)

劇照



劇照

真人版電影中，花木蘭因著「氣」而獲得力量，並在戰場中取勝。

是次電影小組的分享，比較了新舊版本的《花木蘭》電影。

電影小組：電影類型十講 第五講：超級英雄

「超級英雄」電影不一定是《復仇者聯盟》系列電影，按《先讓英雄救貓咪》一書所指，「超級英雄」類電影是指：「一個有超能力的人發現自己身處在平凡人的世界；那種感覺有點像是格列佛 (Gulliver) 發現自己被綁在小人國的沙灘上。」¹即是主角有特別的能力，卻因為現有的處境而未能發揮。

是次分享嘉賓資深影評人王初福先生，把2020年的真人版《花木蘭》與1998年的動畫版作比對，既介紹了超級英雄電影的要素，亦探討兩者中哪一部比較能說好女性故事，帶出男女平等，兩性各有獨特之處等訊息。

初福指出，超級英雄類電影中的主角往往因為「非我族類」的原因，而不受尊重、不被理解，故事常強調他們的犧牲與成就。花木蘭代父從軍時，就是要應付她身邊的士兵，不可讓他們知道她女兒家的身份。而主角亦是「凡人英雄」：一、必須有她要完成的「特殊任務」，如成就豐功偉業或做好事；二、有「死對頭」要對付，雖有強大力量，但敵人的強大只是假象；三、主角要克服或接受「詛咒」，為獲得特別能力而要付出代價。

新版電影由動畫變為真人版，不但刪去了音樂劇元素，不少花木蘭與伙伴一起鍛鍊和成長的有趣經歷也被刪去了。原版花木蘭以其智慧、靈活和與伙伴一起合作以致最終能取勝的橋段，在新版本變為以「原力」（氣）取勝，其武功、力氣原來比男性更大，獨力就可以救到皇帝了。初福認為在「超級英雄」故事中，如此安排不是不可以，但就只是「花木蘭」這個獨特的角色才能做到，不是一般人可以學習得到，劇情安排只證明了她的氣力可以比男性大。故事最後更改變了原本李翔與花木蘭的一段姻緣，說明了女人不一定要結婚，因著皇上欣賞她的能力，她最後來到皇宮裡保護皇上。

最後初福也質疑，新版電影所強調的「真」，即對自己真誠，這雖然沒有錯，但「真」之後是否就能原力覺醒，擁有超凡的能力？反觀舊版電影除了發揮了女性特質的價值，更有助於男女平等，能鼓勵女性站起來。❗

分享嘉賓王初福先生

燭光——光影園地



收看講座

1 史奈德 (B. Snyder)：《先讓英雄救貓咪：你這輩子唯一需要的電影編劇指南》(Save the Cat!: The Last Book on Screenwriting That You'll Ever Need)，秦續蓉、馮勃翰譯（台北：雪夢千里文化創意事業有限公司，2016）。

有一天，孩子會「飛」

寶貝在瓦器生命教育計劃回顧

「有一天，孩子們會『飛』」是一條有關基層孩子夢想的短片標題，片中收錄了一群孩子分享他們想像自己在20年後將會過怎樣的生活，令人感動的是：他們的想，他們的望，並沒有因為他們來自基層家庭而受到限制。這條教育短片的製作，是「寶貝在瓦器」生命教育計劃中的一個環節。本計劃在華人永遠墳場管理委員會（華永會） - 2021年度慈善捐款「生命教育」計劃贊助下，在疫情肆虐的2021至2022年，為基層孩子開展了六個範疇的活動，讓他們認識自我價值、提升自信，並讓社會大眾更認識他們的需要及讓孩子體驗成為別人同行者的經歷，而當中的活動包括：義工培訓、「香港是我家」生活體驗、生命教育交流營、長幼關愛活動及工作坊、製作「我們都是寶貝」生命教育短片、以及舉辦嘉許禮暨關愛共融講座。

認識自己、等待高飛

「寶貝在瓦器」計劃的核心活動，是帶領約五十名孩子，在沒有父母的陪同下，到烏溪沙青年新村參加兩日一夜生命教育交流營。在這27個小時裡，孩子們參加了八個工作坊，當中透過遊戲的形式，讓他們模擬經歷一生的光景，從中他們能認識自己、發掘自己、建立自己。導師又帶領他們試著想像20年後的自己，引導他們去追尋夢想，向前奮進，成就自己的未來。

其實大部份參加這次交流營的孩子都是第一次在沒有父母照顧的情況下在外度宿。除了學習自理自立，比如自己整理床鋪、洗澡及刷牙，也要適應

沒有爸媽在身邊的恐懼，特別在晚上睡覺時的不安。事後聽到他們分享感受，從他們興奮雀躍的反應，深深感受到對他們來說，這是一次相當難忘的經歷。

受助者成為施助者

生命教育營內，有一個「我也可以祝福人」的環節。導師在當中引導孩子們分析長者的特點，從而了解他們所面對的困難，明白其需要，並且學習如何關心他們。離營後，孩子們參加了三個工作坊，學習表演魔術、體操，製作相架及心意卡，為探訪長者做好準備。

這些孩子們後來帶著心意與禮物，分別到深水埗公園、大埔寮屋探訪長者、街友及住房困難戶。三次的關愛活動先後有185人次的家長、孩子參與，亦有28人次的義工協助，而他們接觸的長者超過260人次。長者們及被探訪的家庭，見到孩子都相當落力，他們笑逐顏開、十分感動。長者們被祝福了，孩子們也被祝福了；受助者與施助者同被祝福。

走出社區、建立歸屬感

基層家庭的孩子，一般不容易走出社區。經濟考慮是其中一個原因，對香港的歸屬感又是另一個原因。「香港是我家」生活體驗為他們提供了擴闊生活的地理圈子與社交圈子的機會。我們安排了孩子及家庭去遊歷荔枝角、錦田、南丫島、大澳、荃灣，也參觀了水母館及環保園。對香港大部份的家庭而言，去離島旅遊並不是甚麼特別稀奇的活動；可是，對某些家庭而言，外遊的交通費卻是不輕的



基層家庭的孩子跟義工探訪長者，活動中他們彼此都被祝福。



參加南丫島一日遊的家長和孩子，在聆聽導賞員的講解。



參加交流營的孩子，在工作坊中想像一下自己在20年後會是怎樣。



本社總幹事蔡志森先生(左二)、華永會署理高級主任(企業事務)文佩珊女士(左三)、本社助理總幹事何慕怡女士(左四)、講員盧珏名博士(左五)與一眾參加者在嘉許禮暨關愛共融講座中拍照留念。

負擔。好幾個參與了活動的家庭表示，他們發現原來香港有某些地方，比如小島生活與鄉村的環境，與他們的老家有很多相像的地方，他們感到親切又溫馨，對香港的歸屬感，又增加了一層。

與基層家庭同行的人

從2021年12月到2022年9月，我們舉行了六次義工訓練活動，向有心與基層家庭同行的人，分享同行的技巧及要注意的事宜。受訓的義工總共有66人，他們來自教會、社工團體、專業團體及地區伙伴團體。受訓後，義工們積極參與各個活動。活動中，義工們與基層家庭，或閒話家常、或幫忙照顧孩子、或分享生命的喜與樂。活動結束後，有些義工與個別家庭建立了恆常的關係，時不時互通關懷祝福，還互送過節食品禮品。這正是計劃的美好成果，讓同行的心意延續下去。

2022年11月，正值計劃的尾聲，我們舉辦了兩場嘉許禮，頒發嘉許狀給參與的孩子，有家長在當日分享孩子的改變，公開地肯定他們的進步。其中一次嘉許禮中，我們邀請了資深社工盧珏名博士擔任講員主領關愛共融講座，分享題目為「長幼共融、總有您我」。台上家長對孩子的肯定鼓勵了孩子，也同時引發了台下孩子們踴躍上台分享。這個場景，豈不是對籌辦活動的我們一份最强的鼓勵與肯定。

最後，我們將整個計劃的各個活動剪輯成四條短片，分別是：「有一天，孩子們會『飛』」、「『幼』心關顧『老』『友』行動」、「孩子如何成長？」、「家長看子女的成長」，它們涵蓋了孩子的夢想、孩子關顧長者的情況，以及這些基層家庭孩子成長的需要。這四條短片已經上載到明光社網站，至今短片已接觸超過37,000人次。歡迎透過以下QR Code收看四條生命教育短片。

「縱使生活上處處受限制，我們鼓勵及幫助孩子去追夢，有夢想，便有動力向前進發，孩子的潛力永遠無法估計……」這是其中一條短片的結語，也是我們為基層孩子們獻上的祝福。💡



生命教育短片



睇多機打 機友之日常

對熱愛打機的青少年來說，每逢節日假期，都是相約好朋友一起打機的好日子，而在打機愛好者的家庭當中，總有時候家人之間會因為打機而產生磨擦，或許因為老一輩不懂得表達關心，年輕一輩又認為家長只顧著責罵自己。

明光社於2023年1月16日，即在農曆年假前，舉辦了一場「打機多面睇——機友之日常」網上講座，當中邀請了緊貼電子遊戲潮流的時下年輕人徐世諾先生，他以一個打機愛好者及作為兒子的角度，來講述對打機的看法，此外還有身為家長的歐陽家和先生，他以家長以及作為「機友」過來人的身份，分享一下玩電子遊戲和管理親子關係的經驗。他們兩位也會有一起對談的時間。

不能說停便停的遊戲

他們分別都分享了自己年輕時關於打機的一些家庭日常事。世諾指出自己中學時期，經常都會玩《英雄聯盟》這個即時戰略型遊戲，而這類型遊戲是一個講求團隊合作的遊戲，玩家與隊友一起開始，一起結束的，玩家在期間是無辦法中途停止的，必須完全摧毀地方隊伍的基地才能結束遊戲。當他在玩遊戲時，如正正遇上吃飯時間，就會很容易與家人產生磨擦，一方不能結束遊戲，一方又怪責他為何吃飯也不願結束遊戲。家和亦提出類似的情況，他指在自己的年代多數是玩一些RPG遊戲，

即是角色扮演和冒險的遊戲，而這類遊戲的特點就是在冒險的途中，需要去到某些地圖上的儲存點才可儲存，變相就是要玩家必須找到儲存點才可讓遊戲告一段落。另外，他又提到，有時候自己會想玩多一會兒，但等到艱巨的敵人出現時，又不能停止，所以父親為了阻止他繼續玩，便會剪掉電腦的能源線，到頭來他又會再買一條新的能源線，鬥爭便不斷地持續。不過，其實他們與家人之間都會有協商的時候，嘗試去互相遷就，問題才能勉強地解決。

走進孩子的遊戲世界

家和是本社的前項目主任，對於流行文化等議題亦有研究，他提出，坊間許多遊戲的背後，其實都反映了一些意識和價值。而作為家長，他也分享了如何讓孩子打機之餘，也可以讓孩子學習一些事情，以減少關係上的磨擦。他指出，家長除了先不要直接責罵孩子外，第一步是需要了解到底孩子玩的是甚麼遊戲，第二步是記下遊戲其實在玩甚麼，即是遊戲是如何運作的，陪孩子一起玩是能夠了解孩子在玩甚麼遊戲的其中一種方法，亦能更清楚地感受到遊戲的運作。了解遊戲多一點後，第三步便是思考一下該遊戲會有甚麼可能的危險，例如在遊戲中認識到陌生人，家長如發現遊戲有此潛在風險，可鼓勵孩子約相熟的朋友一起玩。第四步就是



如果家長發現遊戲中有一些不適合孩子的內容，就可以提出請他作出一些改變或調整一下玩法，例如改變和誰一起玩那個遊戲，或關閉血腥效果等等。若果遊戲內容無法改變，家長則可鼓勵孩子玩其他類似的遊戲，坊間亦有許多選擇，家長可以透過傾談而非責罵，跟孩子討論有關情況。最後一步，家長可鼓勵孩子嘗試在打機中認識自己，例如了解自己的偏好、選擇，其實家長也能在遊戲中更認識孩子，例如孩子在玩射擊遊戲時，選擇當狙擊手，而不是近身肉搏，表示孩子喜歡安全感，在敵人看不見的情況下擊殺敵人。

課金不課金？

討論遊戲，當然不少得討論有關課金的問題了。世諾在當中提到，在小學時期，因為不知道任何有關課金的途徑，所以都不會想課金的問題，加上家人對打機的限制亦非常嚴厲，更不用說課金了。而他到中學階段，開始有零用錢後，便為了課金而做一些金錢管理，但後來課金這件事被父母發現後，父母亦甚驚訝，他們想像不到孩子竟然為了「假」、「虛擬」的東西去付費。家和則容許孩子課金，但就會做一些金錢管理，以及與孩子一同分析：課金後能否真的提升到打機的遊戲體驗？他鼓勵家長最好為孩子設定一個課金的限額，課金時不能超出該限額。他認為讓孩子在小時候經歷一下如何在課金時知所節制是一件好事，這總比他長大了才學習好，也可避免他未來出現過度課金的情況。

電競世界的非法賭博活動

最後，隨著電競產業的盛行，也出現了一些電競賭博的活動。而家和指出，現實當中，香港並沒有合法的電競賭博活動，所以所有關於電競的賭博活動，都是「外圍」賭博，屬於非法活動。世諾也認識一些朋友有參與「外圍」電競賭博活動，而且因著用電子投注，非常方便，所以會令人很容易就

經常參與或上癮，如同現實中賭博成癮一樣。他認為在打機時注入賭博元素是很不健康的事。相信在未來，大家都需要正視電競賭博的問題，如大家對打機這課題感興趣，歡迎掃描QR Code，在網上重溫是次講座。❗



徐世諾先生認為，在打機時注入賭博元素是很不健康的事（照片由分享嘉賓提供）。



歐陽家和先生指，進入孩子的遊戲世界，可以讓家長更認識孩子（照片由分享嘉賓提供）。



收看講座



照顧者需要被照顧嗎？

燭光——活動回顧



2022年，平均每兩個半月便有照顧者因為耐不住壓力而出現倫常慘案。「照顧者」這個名稱看似是一個強者的角色，然而他們卻是一直被社會忽略、需要被照顧的一群。明光社於2023年2月23日晚上舉辦網上專題講座：「照顧者需要被照顧嗎？」當晚邀請了資深生死教育推廣者黃民牧師及靈實恩光成長中心總監羅啟康來分享。

香港照顧者的三大特色

社聯2021年的研究報告指，香港照顧者估計有112萬名。根據香港政府統計處的專題報告，香港共有204,200名殘疾人士及248,000名長期病患者是居住在住戶內及有別人照顧他們的日常生活，而在受訪的照顧者中，超過一半的照顧者因照顧而感到有精神壓力。黃民牧師指出香港照顧者有三大特色：一、「以老護老」，香港四成照顧者都是老人家，他們本身已是65歲，甚至70歲以上，他們的體力及健康都需要關注。二、香港的被照顧者大部份不是住在院舍，而是住在家中，照顧者受到的生活及經濟壓力很大。三、香港照顧者的普遍心態是：「這是我的家人，我不可以離開他們。」這個思維會加重他們的壓力。

照顧者的出路

黃牧師認為照顧者的生活圈子需要擴大，生活並非只面對及照顧家中的親人，故他鼓勵照顧者盡量使用社會上的暫託服務，以增加支援。此外，教會、NGO、政府等也有不同的服務，如長者地區照顧中心、日間照顧中心、綜合家居照顧、長者、殘疾人士暫託服務、照顧者生活津貼、社區照顧服務券、社區藥房、醫院基金、香港防癌會、醫院的醫務社工、無障礙的士、社區中心的社工、借用樂齡科技產品，如電動輪椅、眼部控制滑鼠、輪椅床等、房協的長者安居資源中心等，都是可以紓緩照顧者壓力的途徑。

尋找隱閉照顧者

羅啟康總監曾是嚴重智障學校的校長，他每天都接觸很多照顧者，學校的家長從孩子出生便成為照顧者，小孩子逐漸長大，家長的年歲也逐漸增長，羅總監體會到儘管男性的照顧者，身體也出現不少勞損的現象，心靈的勞累更令他們不敢走出社群。照顧者不敢去旅行，也與配偶缺乏拍拖的生活，因為他們放不下家中患病的親人，於是生活封閉，走不出框框。



為要尋找隱閉照顧者，讓他們感到世間還有愛，羅總監認為家訪十分重要。羅總監的團隊每年都會進行家訪，若他們發現有需要的家庭，便會聯繫有心人士，主動協助。他稱：「隱閉照顧者感到十分開心，因為有人知道他們的需要。這些隱閉的家長，好像是尋寶一樣，要自己慢慢找，走進他們的世界裡。」羅總監補充，家訪並非只是一次性，而是要持續的探訪，若你與他失去關係，會難以再去建立，他們會拒絕再去與你接觸。故此，他的團隊會與照顧者保持溝通，讓他們知道有一個出口、逃生門，在有需要時，他們才會懂得向他的團隊求救，才可以保持關係。而這些隱閉的家長普遍有一個觀念：「只要他們餓不死，是不會求人的，他們希望能用自己的手去生活。」然而，羅總監認為這種心態應該要轉變成：「接受幫助不等於是弱者。」而黃牧師亦認同稱：「照顧者應要有正面的心態，今天人們幫我，有一天，當我有能力時，可以幫助別人，社會要建立一個彼此關愛的氣氛。」

香港人長壽而不健康

現在香港社會結構跟以往不同，很多家庭沒有子女，而香港亦是全世界最長壽的地方，但卻有很多長期病患者。長壽而不健康會令我們的身體、心靈、經濟等都受影響。黃牧師續稱，他希望照顧者能走出來凝聚一個正面的力量，就如台灣有照顧者總會，以帶出他們的聲音，而這聲音可帶動社會留意被忽略的人。羅總監認為若有心人願意出來推動，政府又願意行先一步，這確實能幫助更多照顧者。

建立照顧者的平台

照顧者由於只集中照顧家人，會忽略其他身邊的親人，整個家庭會受影響，故此羅總監成立了無障礙敬拜，讓照顧者能從同路人中得到支援。建立平台後，原先只有10人參加，到高峰期超過600人參加。照顧者從中互相認識、分享，建立網絡，完了聚會後，更交換通訊，彼此建立更深的聯繫。若

他們住在同區，更可彼此扶持，可以幫助覆診、買餸、處理突發事情等，這些平台會慢慢地看到成果及效用。

教會的角色

黃牧師與羅總監均認為教會的角色對照顧者十分重要，教會可以多走一步去關心照顧者的心靈情緒，提供暫託等支援。此外，弟兄姐妹也要接納患病者及照顧者，不要歧視他們，要為他們願意走出來，不封閉自己而感恩。教會應有敏銳的心去尋找這些隱閉的照顧者，並成立支援小組及在慈惠奉獻中支援照顧者。

照顧者終會成為被照顧者

照顧者的出路其實很多，而路是人行出來的，只要照顧者願意踏出第一步，然後再慢慢尋找，他們便會發現有更多的出路。照顧者最終會成為被照顧者，需要其他照顧者去幫忙，故此我們要為日後的照顧者做好榜樣，開放自己，愛惜自己。

想看足本講座，請掃描QR Code。



羅啟康總監（中）與黃民牧師（右）談到香港照顧者所面對的困難與出路，旁為講座主持及本文作者。



收看講座

感恩與代禱：

1. 履新

項目主任 (多媒體及創作) 莊潔虹姊妹已於2023年2月27日履新，求主大大使用莊姊妹的恩賜！

2. 幸福孩童：保護孩童身心靈計劃

感恩兒童事務委員會資助開展本計劃，透過家長講座、親子工作坊、公眾教育短片、支援手冊、單張等，支援基層家庭，以提升孩子的幸福感及成功感，防止虐兒的情況及令孩子在健康的環境下成長。

3. 茶餘飯後的神學

3月開始，由本社總幹事蔡志森先生主持的影片專題系列：「茶餘飯後的神學」，邀請嘉賓探討生活中遇到的神學疑難，與大家一同反思信仰。

4. 招聘

• 兼職社工 / 輔導員 (14個月合約)

有超過10年家庭、婚前、婚姻及兒童輔導經驗，曾處

理離異再婚家庭、家暴、沉溺行為個案更佳，工作時間彈性。

• 兼職項目統籌經理 (14個月合約)

超過五年獨立處理、統籌、推廣、執行基金活動經驗，負責推行基金資助活動、與不同機構協調及跟進輔導個案。

• 資訊科技幹事 / 項目主任

中六以上或大專程度，曾修讀相關資訊科技證書 / 文憑課程，熟悉維修、保養及安裝電腦，能支援辦公室網絡及影音設備，處理網頁維護等工作。

請將履歷寄到本社，詳情請參閱本社網頁。

5. 經濟需要

2023年1至2月，本社の赤字已超過56萬元，求主親自供應並感動弟兄姊妹奉獻支持。

應邀主領聚會 (2023年1-2月；聚會形式：現場、直播、錄播)

學校

九龍城浸信會禧年小學	明愛莊月明中學
上水宣道小學	東華三院高可寧紀念小學
中華基督教會公理書院	香港道教聯合會
中華基督教會何福堂書院	青松中學
中華傳道會安柱中學	保良局甲子何玉清中學
中華傳道會李賢堯紀念中學	宣道會鄭榮之中學
五旬節林漢光中學	皇仁舊生會中學
五旬節聖潔會永光書院	迦密愛禮信中學
仁濟醫院林百欣中學	迦密聖道中學
元朗公立中學校友會小學	香港中文大學校友會聯會
世界龍岡學校劉皇發中學	陳震夏中學
佛教慈敬學校	香港四邑商工總會
沙田崇真中學	陳南昌紀念中學
拔萃男書院	香港扶幼會盛德中心學校

香港浸信會聯會小學
香港真光書院
香港神託會培敦中學
香港管理專業協會
羅桂祥中學
浸信會呂明才中學
基督教粉嶺神召會小學
救恩書院
陳瑞祺(喇沙)書院
陳樹渠紀念中學
循理會白普理基金
循理小學
圓玄學院妙法寺內明
陳呂重德紀念中學

新界西貢坑口區
鄭植之中學
滙基書院(東九龍)
聖士提反書院
聖公會呂明才中學
聖公會青衣邨何澤芸小學
葵涌蘇浙公學
嘉諾撒書院
瑪利曼中學
樂善堂王仲銘中學
樂善堂楊葛小琳中學
禮賢會彭學高紀念中學
寶覺中學
耀中國際學校

教會 / 機構

中國浸信會神學院
中國基督教播道會太古城堂
中國基督教播道會啟福堂
中華基督教會青衣志道堂
沙田靈光教會
東華三院
宣道浸信會
香港青少年服務處

財政收支報告 (2023年1-2月)

收 入	HK \$
資助辦公室按揭	21,632
研究中心奉獻及活動收入	27,863
奉 獻	811,679
學校講座	16,200
其他收入	38,014
總收入	915,388

支 出	HK \$
辦公室供款及利息	121,038
研究中心開支	79,523
薪金及強積金	1,015,787
經常性開支	166,950
非經常性開支	94,541
總支出	1,477,839

** 上述數字不包括賣旗收支及未經核數師審核，祇供參考 **

本期不敷 (562,451)
本年度累積不敷 (562,451)

