逆境自強｜福建中學(小西灣)中五女生重病致記憶衰退陷低谷　憑堅毅與師生關愛重拾自信獲獎

升學教育
撰文： 王明芳
發布時間： 2026/08/08 08:00
最後更新： 2026/08/09 04:28

熱門 世界盃2026 黎彼得 暑假好去處 超市大搜查 蜘蛛俠4 陳凱琳 DSE 香港小姐2026

【福建中學（小西灣）】福建中學（小西灣）早前舉行散學禮，邀請「中電新世代·新動力獎勵計劃2026」得獎者、中五甲班翟子晴同學，向全校師生分享自己的抗病經歷。她在重病後一度面對身體及心理雙重挑戰，幸得學校、師長及同學全力支援，最終逐步重拾學習信心，並獲獎項肯定，成為關愛校園的生動例子。校方表示，翟子晴的故事充分體現學校建設「積極進取、充滿關懷」校園文化的宗旨 。

▼點擊圖片放大

+3

翟子晴在分享中憶述，兩年前因突如其來的疾病需入住深切治療部，接受長達三個月的治療及休養，期間錯過大量課堂。病後她更出現記憶力下降、情緒不穩等後遺症，令日常生活及學習大受影響。她形容，當時的自己彷彿跌入低谷，重新翻開課本時感到茫然，溫習及答題速度亦明顯變慢，曾一度感到自卑和焦慮 。

不過，翟子晴強調自己並非獨自面對難關。學校在她最困難的時刻即時啟動學生支援機制，班主任及科任老師密切跟進她的情況，不但沒有催促她追回學業進度，反而先協助她穩定身體及心態，再循序漸進補回課程。多位老師更主動抽出課餘時間為她補課，並按她的需要設計合適的溫習方法；學校輔導組亦提供情緒支援，定期與她傾談，幫助她紓緩壓力 。

除了老師的陪伴，同學之間的支持同樣成為她重新站起來的重要力量。翟子晴表示，同學自發組成學習小組，輪流陪伴她溫習、分享筆記，並主動關心她的身體狀況。她形容，正是這些鼓勵與陪伴，讓她重新建立信心，亦令她明白學校並不單以分數衡量學生，而是重視每一個人的成長步伐 。

為了不辜負身邊人的期望，翟子晴開始調整步伐，將學習目標拆解成小任務，每日堅持重複溫習，逐步累積進步。雖然過程並不容易，但她憑著堅持慢慢走出陰霾，身體狀況及學業表現亦逐漸回升。她坦言，目前運動和學業仍未完全回復至最佳狀態，但已重新找回自信和前進動力，並會帶著希望繼續努力 。

福建中學（小西灣）校長梁健文博士表示，翟子晴同學的經歷正好反映學校關愛教育的成果，亦是師生守望相助的最佳例證。他指出，學校一直致力營造「積極進取、充滿關懷」的校園文化，重視學生身心健康與學術發展並重，並鼓勵教師因材施教，建立緊密的師生聯繫。校方期望，全校學生都能從翟子晴的故事中學會堅毅與感恩 。

「中電新世代·新動力獎勵計劃」旨在表揚在逆境中展現堅毅精神、積極面對困難的青少年。校方表示，翟子晴的獲獎不僅是她個人努力的成果，亦反映學校多年來推動關愛校園文化的成效，未來將繼續推動全人教育，讓每位學生在充滿支持的環境中茁壯成長 。