

香港新冠肺炎疫情持續，經濟持續低迷更影響了社會氛圍，各界需要以積極信念去面對。16歲的中五女生施舜均，是本年度「中電新世代·新動力獎勵計劃」得主之一，以表揚其困境中的樂觀堅毅精神。由於母親患上躁鬱症困擾，她的家中爭吵不斷，從小就面對家庭暴力，令她多次想離家出走，經常祈禱「如果自己從沒出世就好了」。最嚴重的一次，母親與她爭執而病發失控，手執鐵鎚歇斯底里大喊：「殺死你！」令她感到生命受威脅。走過艱難的成長路，讓舜均學習到换位思考及真誠溝通的重要性，開始懂得體諒並正視母親病情，並以欣賞、接納及包容的心，好好守護家人。

◆香港文匯報記者 鍾健文



◆施舜均 受訪者供圖



◆得獎學生一同為來賓表演，傳遞正能量。

香港文匯報記者 攝

# 捱過家暴終成長 女生堅毅獲表揚

## 曾被躁鬱母執鐵鎚威脅 藉閱讀學懂溝通包容

由香港青年協會主辦，中華電力作為活力夥伴的「中電新世代·新動力獎勵計劃」頒獎禮昨日舉行，表揚20名勇於面對生活困境、積極求進的青少年，為社會注入正能量。他們經歷不同的成長挑戰，部分曾遇上惡疾、家庭困擾，甚至曾有輕生念頭，但縱使面對人生挫折，也樂於接受，勇於改變。他們各獲一萬元獎學金，供鼓勵進修或報讀課程之用。

### 曾祈禱「若自己無出世就好了」

就讀仁濟醫院羅陳楚思中學的舜均是其中一名得獎者。她昨日在頒獎禮上分享道，她的母親患有家族遺傳性躁鬱症，經常情緒不穩。父母爭吵不斷，令她長期在不安環境中成長，「從小就是家庭暴力的受害者，誤以為打人、失控管教方式是很平常的。這令她幼時已覺得自己的出生是一個錯誤，經常想離家出走脫離父母，甚至祈禱「如果自己沒有出世就好了」。

過去兩年多疫情持續，舜均及家人經常被迫留在家中。疫情帶來的壓力，令她母親變得愈來愈敏感。舜均曾因為不想洗碗，在深夜被母親趕出家門，只能往朋友家中借宿一宵，待天亮後聯絡父親處理。

最嚴重的一次，母親病發失控，令舜均感到生命受威脅。她憶述，有一次自己與母親口頭爭執，繼而刺激到母親想打自己。她馬上躲進房間，但母親卻窮追不捨，一邊不斷用椅子和鐵鎚敲打房門，一邊歇斯底里地大喊：「殺死你！」

「這段時期的日子十分艱難……」舜均並沒有責怪母親。在社工支援下，她開始對躁鬱症有更深入了解後，漸漸明白母親因成長經歷而影響情緒狀態，「都是身不由己」，於是正視母親的病情，避免激起她的情緒。

升上中學後，舜均接觸到更大的世界，讓她「心裏與家人關係的缺失被填滿」。她不僅與同學建立良好關係，變得更自信和樂於助人，更通過閱讀抒發情緒。

舜均說，閱讀讓她學會换位思考，明白到要冷靜情緒後才能進行有效溝通。她又從書中讀到「讓未來的你感謝現在的自己」，這個理念成為其生活中的提點和人生座右銘，令她學習去欣賞、接納及包容家人，為生活中每一件小事感恩。

舜均也意識到溝通的重要性。她認為，很多家庭問題和矛盾就是源於溝通不足，「如果忽視與家人建立良好關係，可能在成長中會造成缺失，甚至成為一



◆「中電新世代·新動力獎勵計劃」頒獎禮。 香港文匯報記者 攝

的遺憾。……如果我們可以將心比己去思考，放下面子並敞開心扉，就可以修補和改善彼此關係。」

### 助幼妹在溫暖和愛之中成長

愛妹妹的舜均又提到，雖然自己童年經歷已不能改變，但仍可以盡力營造環境，幫助幼妹擁有應有的童年，「希望她能在溫暖和愛之中成長」。

「You are not alone (你並非孤身一人)！」舜均希望以自身的經歷，為所有因家庭關係經歷徬徨無助的人打氣，鼓勵他們透過互相真誠溝通和坦誠相待，以和平方式解決問題，維繫自己與家人間的寶貴關係。



◆林雅嵐 香港文匯報記者 攝

## 輪椅女生開畫展 以藝術助情緒受困者

在本年度獲獎者中，同樣曾在生死邊緣掙扎，但在最後都能堅強面對、勇敢克服困難的，還有瑪利諾修院學校(中學部)中五生林雅嵐。曾被譽為跆拳道明日之星的她，原來長期受抑鬱症困擾。兩年前，她選擇以跳軌結束生命，獲救後失去右眼，臉面破碎，雙腳被截肢需要以輪椅代步，但在家人和朋友的關心和陪伴下，她樂觀面對轉變，繼續投入繪畫創作，去年更舉辦個人畫展，希望以藝術幫助同樣受情緒困擾的人走出困境。

雅嵐從小重視學業，並醉心於繪畫和跆拳道運動，表現卓越。但她在中一時因未能入讀心儀中學，感到令家人和朋友失望，加上難以適應新環境，漸漸患上抑鬱症，由於她不敢尋求協助，多年來隱瞞病情，令自己的抑鬱情緒愈來愈嚴重，更開始以自殘釋放情緒。

兩年前，17歲的雅嵐選擇以跳軌來結束自己的生命，猶幸最終被救回，但已失去右眼，臉面破碎，雙腳被截肢需要以輪椅代步，人生從此不一樣。

在醫院治療期間，雅嵐身心感到極度痛苦。她分享道，自己當時經常抱怨自己的經歷和發脾氣，幸得到家人及朋友的關心、安慰、支持與幫助，令她慢慢變得更加堅強，留醫治療10個月後的她，在出院後決定敞開心扉，重拾畫筆抒發感情和記錄自己感受到的情緒轉變，展現即使有情緒病或身體不健全，也能活出精彩生活。

雅嵐於2021年舉辦個人畫展，透過分享自己的畫作與經歷，勉勵一眾同樣受到情緒困擾的人走出困境。她未來希望繼續朝視藝術方向發展，以自身經歷為他人帶來正面影響及希望，同時也期望探索和發展輪椅使用者也能參與的運動。

◆香港文匯報記者 鍾健文



◆楊濟源積極投入田徑活動。 受訪者供圖

## 迷途青年學沖咖啡 「沖」出人生目標

中華聖潔會靈風中學中四生梁智杰，年紀輕輕已經能沖出一手好咖啡，但誰又會想到原來這源自他兩年前誤交損友誤墮法網被捕，被判18個月感化令這一場經歷？



◆梁智杰 受訪者供圖

今屆「中電新世代·新動力獎勵計劃」另一位得主梁智杰在頒獎禮上分享道，由於父親在內地做生意，哥哥到台灣地區升學，母親在港要夜班工作，他甚少受到家庭管教。不喜歡上學的他，經常夜晚上到處流連，一天比一天晚歸，更因此結識了一群自稱「黑社會」的「朋友」，經常與人打架，最後因干犯刑事罪行被捕，被判18個月感化令。

在開展感化令初期，由於缺乏朋友及家人的陪伴，他感到十分孤獨及迷惘，智杰起初對社工及感化官的輔導和活動安排都不感興趣，冷淡以對。幸得外展社工的陪伴和感化官的循循善誘，學校也開恩保留其學籍，智杰開始重投校園生活，「那時才明白有書讀不是必然，學懂要珍惜。」

這段期間，智杰更重新找到自己的人生目標：在機緣巧合下，他受感化官邀請參與「感動咖啡室」活動，開始接觸及愛上咖啡沖調，「覺得沖意式咖啡是一件很有

型的事。」其後，他開始努力學習不同的咖啡沖調技巧及調配味道，在不斷練習下，短短半個月時間就掌握到天鹅和心形等精美的拉花圖案。

### 家人放棄生意學業 回港陪伴自己

後來，智杰因為與他人發生肢體碰撞被圍毆而被延長3個月感化令，但此時父親和兄長毅然放棄在外的生意和學業，回港用心陪伴他，聽他傾訴，令他感受到家人都很關心自己，「原來我在他們的心目中是這麼重要的。」這，令他深深明白珍惜人與人之間的關係的重要性。

智杰已經由心改變，憑自己努力考進學校的精英班，並全心投入在咖啡製作這個人生新方向。他表示會以成為專業咖啡師為目標，抱著以生命影響生命的理念開設咖啡室，將其視為咖啡文化的格言，幫助更多青少年，同時推廣關懷社區的風氣。

他希望透過沖咖啡這興趣，將關懷分享給社會上的弱勢群體，貢獻一己之力回饋社會，以及用自身經歷，勉勵在人生路途上感到迷惘的青少年，協助他們建立正面的人生觀。

◆香港文匯報記者 鍾健文

## 獲社工師生幫助 聽障生信可圓夢

## 聽障生信可圓夢

天主教慈幼會伍少梅中學中五生楊濟源，自出生已有嚴重聽障及語言障礙，在兩歲時仍未能叫爸爸媽媽，後來即使可以說話，也無法達到正常發音標準。中一時，他由內地來港，要同時面對學習廣東話及英文的障礙，困難不足為外人道也。不過，在學校社工、老師和同學幫助下，濟源的廣東話及英文持續進步，自信心逐漸提升，又積極投入舞獅和田徑等活動。他深信，縱使聽障不能改變，但自己仍然可以實踐夢想。

濟源正面樂觀精神，令他成為另一位獲「中電新世代·新動力獎勵計劃」表揚的學生。他在昨日頒獎禮上分享道，自己自幼已因聽障及語言障礙而影響學習和與同學相處，不時感受孤單及焦慮，中一初來港時更完全聽不懂廣東話，而學校也安排言語治療、無線調頻系統及透明口罩等支援，才開始聽得清楚及理解別人的說話。

由於廣東話及英文較普通話複雜，濟源坦言最初學習時感到非常吃力 and 挫敗，曾經想放棄學業，所幸老師和同學

都很友善，會為他翻譯不懂的字詞語句。

### 運用網上資源自學廣東話英語

疫情下，人人都要戴口罩，對濟源讀唇及理解別人講話再添一層困難，故他開始運用網上資源自學廣東話和英語，「會練習粵語9聲，高低音和鼻音等，目標是學好廣東話。」幾經努力，如今他不單廣東話好很多，還因為自己進步所帶來的滿足感而提升自信，變得喜歡上課，課餘還會參加舞獅和田徑等活動。雖然他目前在與人溝通方面仍會遇上困難及障礙，但都會耐心表達及主動說出需要，務求能相互理解。

濟源坦言，明白自己改變不了聽障，但深信仍然可以實踐夢想，希望將來可

報讀產品廣告設計及英文課程，繼續積極面對挑戰。在頒獎禮上，他更即場以英文清晰地誦讀，向大家分享他從網上看到的一句，讓他深受鼓舞的名言：「A little more persistence, a little more effort, and what seemed hopeless failure may turn to glorious success. (多一點堅持，多一點努力，看似絕望的失敗，將漸漸變成光榮的成功。)」

◆香港文匯報記者 鍾健文