

丙部. 計劃詳情

1. 目的及目標

短期目的：支援初中學生情緒及心靈成長，尤以針對具邊緣成長問題（例如：自信心低、情緒不穩定、社交衝突較多）之青少年，使他們學習以正面方向積極面對生活。

長期目的：參與計劃學生能夠達到正向心理學所提出的重要理念，就是懂得在個人的思想、心態、信念、情感、目標、行為和關係的改變來達致真正及長遠的快樂，在生活中得到滿足感，並把這正向積極的生活態度感染同儕，共同健康成長。

計劃目標：

- (1) 參與學生、家長及老師掌握正向心理學基本概念，透過活動懂得讓自己的生活得到長久快樂。
- (2) 學生積極建立健康快樂生活，減少不良的生活習慣（例如：沉迷上網、校園違規問題），改變一些生活習慣而得到長遠快樂（例如：投入課外活動、禮貌地對待師長）。
- (3) 學生認識自己的個人優點、特質及長處，並在生活中加以發揮，優化個人及社交生活。
- (4) 學生懂得以樂觀思維面對生活困難，以減少負面情緒出現，而整體快樂指數顯著提升或保持高水平。

2. 計劃的需要

青少年的現況

近年，青少年援交、濫藥及網上沉迷的問題，引起了社會上的關注。許多補救性、治療性工作計劃的推行，例如增設更多戒毒中心、舉辦相關課題的工作坊等等，的確有助避免問題惡化。我們相信，如果能於青少年成長期間，向他們灌輸正面的生命意義及價值觀，並協助建立一套較為正向的生活態度，他們就能裝備自己，以便面對每天的成長挑戰。

青少年是人生之中一個獨特的時期，充滿著成長的欣喜，身體上各部份也達到最後的成熟期，心智上也逐漸發展成為獨立的成人。

根據艾力遜 (Erikson) 的發展理論，青少年階段為人格發展中最重要的階段，其發展任務是自我認同 (Self Identity)，即自我認識、自我接納及要求別人認同，建立自我身份 (鄭、盧、黃，2004)。對自己生存產生疑惑，會問「究竟自己是甚麼？」、「我有甚麼優點及缺點，我將來會怎樣？」。所以他們非常留意他人對自己的評價，開始學習與人相處，包括與異性相處等。

當然，廿一世紀的青少年，較七八十年代的，需要接受更多成長的挑戰。面對家庭結構改變、教育改革、資訊科技發達的影響下，青少年難免會因為這些外在的環境因素而阻礙了他們的成長及發展，以致其發展任務未能完成。

根據社福團體最近調查顯示，本港青少年援交問題呈年輕化趨勢，年紀最小的是就讀小六的男生；而援交的範圍也不斷擴大，連名校的女生也有參與 (成報，2011)。由此可見，這群年青人未能找到當前的目標，並認為援交能夠確定自己的存在價值，從中更能得到回報，以證明自己的能力。

另外，一項調查顯示逾五成初中生有情緒問題，近四成更出現抑鬱情況，逾兩成更有嚴重抑鬱情況，包括於訪問前一星期內持續出現「覺得自己比不上別人」、「難以集中精神工作」等症狀，並由學業成績、與同學相處等問題引起。(明報，2011)。這反映了青少年於教育改革後，亦承受了不少升學壓力，而這份壓力，往往困擾他們的身心健康。

本機構學校社會工作的服務狀況

本單位的服務數字亦反映了現今的青少年所面對的不同挑戰。去年(即2010年4月至2011年3月)，於11所駐校服務的中學當中，有接近三分之一的個案主要出現行為問題，例如屢次違反校規及肆意破壞學校公物。其次，也有大約20%的個案經常面對不少家庭及朋輩之間的衝突，甚至會因一時的衝動，出現暴力行為；當中的學生也與童黨接觸，經常於街上遊蕩。

此外，於2011年4月至今，在超過400個個案當中，有多於1成個案面對情緒困擾，例如會因與家人及朋輩之間的衝突而變得情緒低落，部份更有自殺念頭。

從學校社工的觀察，我們的學生的自信心偏低，會認為自己比不上他人，當中尤其以低年級的同學為多，他們面對困難或逆境的能力亦相對低，無法從生活中、學習中取得自我認同，便會對自己的個性及角色混淆不清，產生混亂，令他們欠缺目標及方向。他們為了完成這個成長任務，例如獲得成功感及滿足感，可能會以反叛行為來確定自己的存在價值，例如濫藥、結交童黨等等。有些青年人更會放棄自己，退縮在自己的安全世界裡，變成足不出戶的隱蔽青年。

除了補救性的支援服務外，我們認為一個全面性、發展性的計劃是更有需要的。在過去的數個學年，本單位已就正向心理學作多方面嘗試，例如：在兩所中學推行「青年步樂」正向心理培育試驗計劃，目的是透過多元化的小組活動，讓低年級學生認識正向心理學，從而了解如何達致快樂，以至掌握處理負面情緒及逆境的技巧，活動得到校方及學生的認同，他們的快樂指數亦有所提升，證明計劃有一定的成效。

總括而言，我們認為青少年總會遇上不同挑戰，只要能於他們的成長階段灌輸一個較正向的生活態度及價值觀，他們便更有能力去克服困難和面對逆境。

參考文獻：

1. 鄭漢光，盧鐵榮，黃成榮(2004)。少年偏差行為的自我及社會心理因素載於青年研究學報，第七卷，第二期。香港：香港青年協會出版。
2. 成報，2011年10月26日。援交漸趨年輕化 向社會家長敲響警鐘。
3. 明報，2011年8月28日。逾半初中生抑鬱 願求助不足一成。

3. 申請人的能力

香港國際社會服務社學校社會工作服務可追溯至1964年，當時為提供服務，而機構於1981年接受政府資助，正式開展學校社會工作服務。現時服務單位擁有30多位專業社工服務全港11間中學及7間小學。

學校社會工作服務的早期發展由個案輔導服務為主，因應不同學生有不同程度的需要和栽培，服務單位近年於服務中學積極舉行不同主題的計劃，為青少年人提供更全面的支援服務：

- 2008-2012 「青年步樂」正向心理培育試驗計劃
- 2006-2012 「共創成長路」計劃
- 2005-2006 「健康天地-Healthyland」身心靈健康計劃
- 2001-2005 「成長的天空」計劃
- 2004-2005 「魔界三步曲-Magic of Your Hands」多元智能發展計劃
- 2003-2004 「E-Power」健康情緒教育計劃

本機構擁有豐富籌辦活動經驗，曾參加以上計劃的學生均取得良好表現，他們在情緒、社交、自信心各方面得到進步，反映計劃有顯著成效。

另外，本機構在 2008-2011 學年根據「正向心理學」概念於兩所服務學校推行試驗計劃，結果得到正面成效及寶貴經驗。其次，本機構學校社會工作服務單位於過往數年以「正向心理學」為發展服務總綱，所有社工均接受全面的「正向心理學」訓練，具備能力傳遞正確「正向心理學」的理念及內容。最重要是不少服務學校認同「正向心理學」理念有利學生成長，部分學校甚至安排所有老師接受「正向心理學」訓練。根據以上狀況，正處於成熟階段以推行「正向心理學」活動，現計劃於 2012-2013 年度嶄新地推行「青年步樂」計劃至 9 所學校。

有別於本港其他青少年服務機構發展背景，本機構並沒有青少年綜合服務中心，所以以上服務計劃成功推行，除了得到學校老師合作及社區人士支持外，更重要是得到額外人手資源配合學校社工共同籌辦，方能成事。

4. 對象

受惠對象： 9 所中學學生，受惠人次 69,250。

直接對象： 9 所中學的中一及中二具邊緣成長問題（例如：自信心低、情緒不穩定、社交衝突較多）之學生（每學校約有 20 名核心參加學生受惠），及其家長、學校老師與學校其他學生。參與計劃學校名單如下：

- 仁濟醫院靚次伯紀念中學
- 何文田官立中學
- 長洲官立中學
- 協恩中學
- 佛教慧因法師紀念中學
- 培英中學
- 慈幼英文學校（中學部）
- 新界鄉議局大埔區中學
- 嘉諾撒聖瑪利書院

「青年步樂」學生雜誌： 上述 9 所中學所有學生，以及中華基督教會基智中學。

各項活動對象及受惠人數已列在第八項「推行方案及預期受惠人數」表格上。

5. 理念架構

正向心理學(Positive Psychology) 近年的興起，補足了一向以治療、精神疾病為主流的心理學。正向心理學的倡導人沙利民博士(Dr. Martin Seligman)，被視為正向心理學之父，認為應該以科學方法探求人類的潛能和優點，人能夠以快樂來抗衡負面情緒及逆境（湯、姚、邱，2010）。

正向心理學的範疇廣闊，包括不同正向能量如樂觀、希望、感恩及神馳等，而有關的研究及實際應用不少，例如有研究顯示發展樂觀及希望感有效減低抑鬱和焦慮的出現；發展過動症兒童的正面思維及能力，是有效提高他們生活品質的新方向（湯、姚、邱，2010）。

青少年正處於建立自我形象階段（Erikson, 1963），他們追求自我自主，著重「快感」。就對本機構服務學生所觀察，不少學生透過參與校園及公益活動，例如校隊、運動及學會活動等得到「快感」；但也有不少學生的生活引起師長擔憂，例如社交態度過分被動、焦慮、逃避學習、沉迷打機、貪求物質享受，偷竊及援交等行為。正向心理學直接以「快樂」為旗號容易吸引學生共鳴，提倡由追求「快感」之態度轉化成追求「喜樂」--一種長期快樂之生活態度。

「青年步樂」是一項「喜樂」工程，工程首階段（即此計劃）先由個人特質成長開始處理。根據沙利民博士所研究，認識並加強發揮個人長處（signature strengths）及美德（virtues）對個人快樂有密切關連。另外，正向心理學先驅 Chikszentmihalyi (1997)研究發現，當一個人投入一項活動至差不多忘我境界，而這項活動能夠給予高程度的挑戰，同時，參與者亦有足夠能力處理的情況下，他便能自我不斷地給予滿足感，並會追求挑戰更高層次的技巧，這種心理狀態稱為“神馳 - FLOW experience”，是快樂的最高境界。常處於神馳狀態底下的人會較積極面對生活、妥善面對逆境、有條理及有生活目標等。

「青年步樂」計劃是以上述兩項理念設計一系列活動，我們透過工作坊協助學生尋找自己的個人長處及美德，透過興趣活動（例如：魔術班、小丑班、無伴奏合唱、即興油畫(Art Jam)、塗鴉、甜品班、瑜珈班、跳舞班等）使他們親身感受「神馳」的心理狀態，驅使他們投入學校生活，讓他們於身、心、社、靈方面得正面改變。

為長遠支援學生健康成長發展，本機構學校社會工作服務單位已構思將於未來五年全面推行正向心理學的服務藍圖。「青年步樂」首項「喜樂」工程以個人修煉為主，根據沙利民博士（2002）所研究及倡導的個人正向心理發展包涵多方面，「青年步樂」把此劃分三階段推行（見下表），期望學生參與三階段後能夠達到計劃的長遠目的，一如正向心理學所提出的重要理念，就是懂得在個人的思想、心態、信念、情感、目標、行為和關係的改變來達致真正及長遠的快樂，在生活中得到滿足感，並把這生活態度感染身邊的人，包括校園同儕。

「青年步樂」三階段項目：

| | 正向心理學理念 |
|-------------------------------------|--|
| 第一階段（此申請計劃） 個人心理成長 2012-13 年度 | <ul style="list-style-type: none"> ➤ 正向心理學基本理念 ➤ 發展個人長處及美德 ➤ 神馳 ➤ 樂觀思維 |

| | 正向心理學理念 |
|------------------------------|--|
| 第二階段 正向人際關係 2013-15 年度 | <ul style="list-style-type: none"> ➤ 知足感恩 ➤ 寬恕放下 ➤ 經營愉快關係 ➤ 樂助他人 |
| 第三階段 建立生命意義 2015-17 年度 | <ul style="list-style-type: none"> ➤ 建立人生意義 ➤ 生涯規劃 ➤ 靈性生活 |

參考資料：

1. Csikszentmihalyi, M. (1997). *Finding flow*. New York: Basic Books.
2. Erickson, E.H. (1963). *Childhood and society* (2nd ed.). New York: Newton.
3. Seligman, M. (2002). *Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment*
4. 湯國鈞、姚穎詩、邱敏儀 (2010)。《喜樂工程—以正向心理學打造幸福人生》。香港：突破

6. 創意

- 「正向心理學」為心理學界近十年重點發展項目，已顯示其重要價值，值得在中學推行。
- 以「快樂」為主題，是學生生活主旨，易吸引學生共鳴，成效也較其他主題活動為高。
- 計劃重視交流，舉行聯校嘉年華及展覽，帶動互相學習及積極參與氣氛，強化改變自己生活的動機。
- 計劃以體驗方式導入正向心理學理論，並強調互動及老師、家長的介入，有利學生學習。

7. 校長及老師參與計劃的程度

- 校長及學校老師支持此計劃在校內推行
- 安排老師參與諮詢會暨訓練工作坊及嘉許禮
- 安排全校學生參與快樂指數問卷調查
- 甄選合適之學生參加活動
- 鼓勵參與計劃學生之家長參與計劃活動
- 招募家長參與講座
- 安排校內及課後活動時間及場地
- 定期進行檢討

8. 推行方案及預期受惠人數

| 活動名稱 | 目的 | 內容 | 預期受惠人數 |
|-----------|---|---|--------------------------------------|
| 聯校教師代表諮詢會 | 向學校代表介紹計劃，並與老師討論如何在學校層面協助學生建立正面的價值觀。 | <ul style="list-style-type: none"> ➢ 由專業社工及臨床心理學家舉辦工作坊，以提高老師對正向心理學的樂觀理論、感恩及正面情緒的認識，使老師幫助學生尋找積極的生活方式，建立正面的價值觀。 ➢ 備有筆記，供出席老師於校內之輔導/ 訓輔組會議中分享有關正向心理學的重點內容。 | 約 80 位老師代表 =1 節; 80 人次 |
| 全校學生講座 | 建立全校學生對正向心理學的認識，加強學生對感恩、快樂及 24 種美德的概念 | <ul style="list-style-type: none"> ➢ 由專業社工向學生提供講座，增加他們對正向心理學的認識，從而增加他們對感恩、快樂及美德等概念的認識，推動他們在日常生活中展現感恩心和樂觀感。 | 900 人 X 9 校 X 1 節 =9 節; 8,100 人次 |
| 快樂指數問卷調查 | 讓全校學生認識自己的快樂指數，從而提升學生對計劃的認識 | <ul style="list-style-type: none"> ➢ 全校同學參與快樂指數問卷調查。 | 900 人 X 9 校 X 1 節 = 9 節; 8,100 人次 |
| 家長講座 | 讓家長認識有關正向心理學的樂觀理論，並認識如何發掘學生的美德和長處。 | <ul style="list-style-type: none"> ➢ 由專業社工向家長分享青少年的需要，並從正向心理學的角度向家長闡述有關發掘學生的美德和長處的理論，使家長協助學生建立正面的人生。 | 150 人 X 9 校 X 1 節 =9 節; 1,350 人次 |
| 聯校啟動禮 | 向參與此計劃的核心學生介紹計劃的目的，並由專業社工向學生分享正向心理學的概念 | <ul style="list-style-type: none"> ➢ 由專業社工向學生介紹計劃的目的 ➢ 分享正向心理學中心思想及概念。 | 20 人 X 9 校 =1 節; 180 人次; |
| 教師培訓工作坊 | 向所有老師提供正向心理學理論培訓工作坊，使老師在學校層面協助學生了解自己的快樂指數，建立正面的情緒和價值觀 | <ul style="list-style-type: none"> ➢ 透過工作坊，學習沙利民博士 (Dr. Martin Seligman) 的正向心理學理論；並讓老師掌握如何強化學生正面情緒的方法，增加學生快樂指數，減少負面情緒。 | 約 80 位老師代表 =1 節; 80 人次 |

| 活動名稱 | 目的 | 內容 | 預期受惠人數 |
|----------|--------------------------------------|---|------------------------------|
| 學生課後成長小組 | 鞏固學生對正向心理學的認識，並協助學生發掘自己的美德，並進一步認識感恩。 | <p>第一節：</p> <p>正向心理學基本理念</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ 介紹正向心理及尋找快樂之元素。 ➤ 介紹達到快樂的條件及成功的例子。 ➤ 快樂方程式。 <p>第二及三節：</p> <p>發展個人長處及美德</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ 何謂「性格優點」：六項美德及廿四項性格優點。 ➤ 填寫「優點問卷」(VIA TEST)。 ➤ 「性格優點」與積極人生。 <p>第四節：神馳</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ 何謂「神馳」。 ➤ 「神馳」與積極人生。 ➤ 「神馳」的好處。 ➤ 分享日常生活中如何運用自己的優點以致達至「神馳」。 <p>第五及六節：樂觀思維</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ 認識逆境智商及抗逆力。 ➤ 逆境實證故事分享。 ➤ 認識「樂觀思維」：事件的正反面及樂觀思維實踐。 ➤ 認識「思想轉念法」建立樂觀思想：分別及認識事件(A)、想法(B)、情緒(C)、提出質疑(D)，以至自我調整(E)。 | 20人 X 9校 X 6節 = 54節; 1,080人次 |

| 活動名稱 | 目的 | 內容 | 預期受惠人數 |
|-------------------|---|---|---|
| 快樂體驗活動(持續正向心理工作坊) | 從創意或文化活動中，協助發掘學生的強項，從活動中體驗快樂。另外，透過活動中學生互相合作，讓他們懂得體諒別人和培養感恩心。 | <ul style="list-style-type: none"> ➢ 每間學校選取一項創意藝術及文化教育活動，每項活動約 20 人。 ➢ 活動包括魔術班、小丑班、跳舞班等。 ➢ 以興趣活動作為引子，讓他們得到神馳經驗。 ➢ 於每次活動結束後，藉活動中的快樂體驗，引發他們改變自己生活，得到更多快樂經驗。 | 20 人 X 9 校 X 4 節 = 36 節; 720 人次 |
| 正向展覽 | 向全校學生及老師介紹正向心理學的理論，分享成果。 | <ul style="list-style-type: none"> ➢ 由參與計劃之學生製作有關活動展板，從活動的剪影中介紹正向心理學的樂觀和感恩理論，使所有服務學校的學生及老師亦能分享及了解正向人生。 | 10 所中學 = 10 節; 約 9,000 人次 |
| 親子日營 | 讓參加此計劃的學生家長認識學生所學習有關正向心理學的樂觀理論、感恩及正面情緒的領受，並將之應用於個人、家庭層面上。另一方面，培養家長、學生的同理心，並發掘彼此值得欣賞的地方。 | <ul style="list-style-type: none"> ➢ 透過遊戲的互動，加強家長與子女的親密感，並讓家長認識學生於小組所學習有關正向心理學的樂觀理論。 ➢ 另一方面，從遊戲中體驗個人於順境、逆境中所產生的不同情緒及反應，並應用從小組學習的積極、樂觀、感恩的心來面對各種情況。最後，促進彼此表達和欣賞。 | 60 學生及家 X 2 節 = 2 節; 120 人次 |
| 聯校嘉年華 | 使學生發揮自己的強項，並透過活動嘉許學生，藉此鼓勵學生在日常生活中實行感恩和美德。 | <ul style="list-style-type: none"> ➢ 由參與學校的學生利用此平台發揮自己的強項，強化他們於計劃之中所發掘的長處和美德。 ➢ 另一方面，透過學生的表演、攤位等活動，鞏固他們所學，而且把正向人生的訊息向社區人士推廣開去。 ➢ 同時，邀請學生的家長參與嘉年華，見證學生的轉變。 | 活動預備： 學生：20 人 X 9 校 X 2 節 = 18 節; 360 人次 活動當日： 學生 20 人， 家長 20 人 = 2 節, 80 人次 社區人士: 5000 人 |

10. 預期產品及成果

- 提供 550 套教材套包括電子版讓老師及社工參照。
- 印製 10,000 本「青年步樂」學生雜誌，廣泛傳遞正向心理教育。
- 參與學生、家長及老師掌握正向心理學基本概念，透過活動懂得讓自己生活得到長久快樂。
- 學生積極建立健康快樂生活，減少不良習慣（例如：沉迷上網、校園違規問題），或改善一些生活態度，從而得到長遠快樂（例如：投入課外活動訓練、禮貌對待師長）。
- 學生認識自己的個人優點特質及長處，並在生活中加以發揮，優化個人及社交生活。
- 學生懂得以樂觀思維面對生活困難，因而負面情緒減少出現，而整體快樂指數顯著提升或保持高水平。

11. 預算

| | HK(\$) | HK(\$) |
|---|------------|------------|
| (1) 職員薪金 | | |
| 1 名全職持有文憑、副學士或以上的社工 薪酬：\$15,900 x 1.05 (MPF) x 12 個月 x 1 名 | 200,340.00 | |
| 職員薪金小計： | | 200,340.00 |
| (2) 服務 | | |
| 聯校啟動禮 | | |
| 啟動禮場地 | 1,000.00 | |
| 活動物資 | 1,000.00 | |
| 小計： | | 2,000.00 |
| 聯校教師諮詢會 | | |
| 教師培訓工作坊講義製作及印刷 | 800.00 | |
| 小計： | | 800.00 |
| 青年步樂學生雜誌 | | |
| 設計、製作及印刷刊物 (\$1.1 x 10000 本) [本單位資助 \$11,000.00] | 0.00 | |
| 小計： | | 0.00 |
| 學生課後成長小組 | | |
| 課後成長小組活動物資、教案及禮品等 (\$1,000 (6 節) x 9 校) | 9,000.00 | |
| 小計： | | 9,000.00 |
| 教材套 | | |
| 設計、製作及印刷教材套 (\$70 x 550 套) | 38,500.00 | |
| 郵費 (\$10 x 550 間學校及社福機構) | 5,500.00 | |
| 小計： | | 44,000.00 |
| 教師培訓工作坊 | | |
| 教師培訓工作坊講義製作及印刷 | 500.00 | |
| 教師培訓講者(臨床心理學家/資深社工) (\$800 x 3 小時) | 2,400.00 | |
| 活動物資 | 500.00 | |
| 小計： | | 3,400.00 |

| | | |
|--------------------------------------|-----------|-------------------|
| 家長講座 | | |
| 活動物資及教案 (\$400 x 9 校) | 3,600.00 | |
| 小計： | | 3,600.00 |
| 學生講座 | | |
| 活動物資及教案 (\$3 x 100 名學生 x 9 校) | 2,700.00 | |
| 小計： | | 2,700.00 |
| 親子日營 | | |
| 學生營費 (\$ 50 x 30 x 70%) | 1,050.00 | |
| 家長營費 (\$ 50 x 30 x 50%) | 750.00 | |
| 場地租用 (\$500) | 500.00 | |
| 旅遊車 (\$1,300 x 70%) | 910.00 | |
| 活動物資 (\$800) | 800.00 | |
| 社工及老師營費(\$50 x 5) | 250.00 | |
| 小計： | | 4,260.00 |
| 正向展覽 | | |
| 活動物資 (\$400 x 9 校) | 3,600.00 | |
| 小計： | | 3,600.00 |
| 快樂體驗活動 | | |
| 導師 (\$600 x 2 名 x 4 節 x 9 校 (x 70%)) | 30,240.00 | |
| 活動物資 (\$300 x 9 校) | 2,700.00 | |
| 小計： | | 32,940.00 |
| 聯校嘉年華 | | |
| 場地及設施租用 | 10,000.00 | |
| 嘉許證書及禮物 | 3,000.00 | |
| 社區教育攤位物資 | 26,000.00 | |
| 小計： | | 39,000.00 |
| 服務開支小結： | | 147,170 |
| (3) 其他開支 | | |
| 雜項 | 6,000.00 | |
| 審計費 | 5,000.00 | |
| 其他開支小結： | | 11,000.00 |
| 優質教育基金總批款額： | | 356,640.00 |
| | | 上調至 |
| | | 356,700.00 |

資產管理計劃

| 類別 | 項目／說明 | 數量 | 總值 | 建議的調配計劃 |
|--------|-------|----|----|---------|
| 現階段不適用 | | | | |

遞交報告時間表

本機構承諾準時按以下日期遞交合規格的報告：

| 計劃管理 | | 財政管理 | |
|--------------------------------|------------|--------------------------------|------------|
| 報告類別及涵蓋時間 | 報告到期日 | 報告類別及涵蓋時間 | 報告到期日 |
| 計劃進度報告 1/9/2012 - 28/2/2013 | 31/3/2013 | 中期財政報告 1/9/2012 - 28/2/2013 | 31/3/2013 |
| 計劃總結報告 1/9/2012 - 31/8/2013 | 30/11/2013 | 財政總結報告 1/3/2013 - 31/8/2013 | 30/11/2013 |

12. 評審參數及方法

方法：

- 在每次活動完成後，學生、老師需填寫活動意見表，以協助社工掌握參加者的意見和感受。
- 小組活動的學員在參與小組前及後填寫前測及後測問卷 (Pre & Post Test)，以了解小組學員的轉變及活動成效。
- 校長及老師的觀察，評估活動成果。
- 定期進行檢討會議，評估計劃成效及修訂教材。
- 按優質教育基金的要求，每半年遞交進度報告，並於計劃完結時，遞交整體評估終結報告。

參數：

- 70%學生、家長及老師認為掌握正向心理學基本概念。
- 70%學生認為：能認識個人的優點及長處；建立了一些正面習慣；減少負面情緒。
- 70%學生整體快樂指數中有顯著提升或保持高水平；在前後測中有 20%增長。

13. 計劃成效及延續

計劃結束後，參與學生依然保持已改變的生活態度，正面及積極建構快樂人生，並願意參與「青年步樂」第二階段及第三階段活動計劃，進深學習打造幸福人生。

14. 推廣/ 宣傳方法

- 由學校社工向中學校長宣傳及推介此活動。
- 參與計劃的學校社工將進一步向學校老師宣傳及推介此活動。
- 參與計劃的學校社工將聯同學校老師在校內向學生宣傳及推介此活動。
- 本機構將會向本單位服務的 10 所中學(每位學生)及其他機構派發對話學生篇。
- 本機構將會向全港 450 所中學及 100 間社福機構派發教材套。

