

優質教育基金
(適用於不超過150,000 元的撥款申請)
乙部 --- 計劃書

計劃名稱 由「心」出發：一個結合藝術治療與學校輔導以提升 中學生個人成長的計劃	計劃編號 2015/0226 (由「網上計劃管理系統」編配)
---	--------------------------------------

基本資料

學校/機構/個人名稱

香港中文大學教育學院教育心理學系副教授蕭鳳英 (申請人)

受惠對象

(a) 界別: 幼稚園 小學 中學 特殊教育(請別選)

(b) 學生:

四所中學[#]

	對象	人數	四所中學合計
1	中三、中四年級學生 (學生大使)	4	4 x 4=16
2	中一年級學生	60	60 x 4= 240
3	全校學生	360	360 x 4=1440
		總數	1,696

(c) 老師:

	對象	人數	四所中學合計
1	輔導組教師、班主任、以及其他有 興趣教師 (教師大使)	4	4 x 4=16
2	全港中學教師	29, 438	/
		總數	29, 454

(d) 家長: / (人數)*

(e) 參與學校(不包括申請學校): 四所[#]本地中學 (數目及類型)*

[#]最少四所中學已表示願意及準備好參加，若計劃成功獲得優質教育基金資助，我們將邀請更多學校參與其中的活動，如學生及教師大使工作坊、聯校分享座談會。已表示願意及準備好參加的學校如下：

(f) 其他(請列明): /

計劃書

(I) 計劃需要

(a) 計劃的目標，並如何影響學校發展:

- 為學校輔導引入藝術治療新元素，多元地關顧學生的心理需要
- 支持學校的中一新生輔導工作，培訓高年級學生領袖關愛中一新生
- 促進教師的個人及專業發展
- 促進學校之間輔導工作的交流及分享

- (b) (i) 請表明學校的需要及優先發展項目。
- 提升學與教，以促進學生在科目／學習範圍／共通能力發展上的知識
 - 促進學生的社交和情感發展
 - 促進學校管理／領導，以及老師的專業發展／健康
 - 其他(請列明) _____
- (ii) 請提供相關的背景資料以論證(b)(i)中所提及的需要。

(請別選適當空格)

- 學校發展計劃: _____
- 調查結果:

「兒童死亡個案檢討委員會」於2015年發表的報告(社會福利署, 2015)顯示, 2010至2011年度共有238個18歲以下的兒童及青少年死亡個案, 其中87個個案死於非自然, 而當中自殺個案佔35宗, 較2008至2009年度的統計結果為高, 情況令人關注。自殺個案的原因包括對未來的憂慮、家庭問題、拍拖感情問題、朋輩關係及學業問題等等, 報告建議學校及社區採取跨界別及跨專業的預防措施, 透過教育活動來培養學生的正向思維及積極態度, 妥善處理成長過程中的各種困擾。

- 文獻研究綜述:

*青少年的發展心理: 根據發展心理學, 12至18歲的青少年正處於情感複雜而敏感的青春期的, 既要適應生理上的轉變, 又要尋找自我及理想, 以及開始與他人建立密切的關係 (Erikson, 1959), 容易感到混淆、迷惘及出現強烈的情緒起伏, 故此教導他們建立正面的自我價值及期望、審視各方面的人際關係以及運用正面的方法來宣洩情緒至為重要。

*藝術治療與青少年: 藝術是促進個人成長及協助情緒宣洩與轉化的心理治療工具之一 (Allen, 1994; Malchiodi, 2007), 旨在利用圖像及素材等媒介來表達內在的經歷、情緒及想法。文獻研究指出, 「藝術」(非語言表達) 與傳統心理治療的「語言對話」(語言表達) 互相結合使用會提供一個全面、多元、愉悅而有效的治療方式 (Riley, 2001), 亦更切合青少年強調「表達自我」、「自我掌控」、「發揮創造力」的心理發展需要, 降低他們對心理輔導活動的戒心 (Kahn, 1999)。藝術治療應用於個人及小組心理輔導層面皆可, 其中小組藝術治療有助建立互相支持及鼓勵的群組, 降低個人被困於本身煩惱的孤立無助感, 並為組員帶來新觀點和希望 (Malchiodi, 2007)。

*藝術治療在學校的應用: 外國有藝術治療應用於學校輔導的經驗, 文獻研究建議學校採用 “Art-as-therapy” 的模式 (Kahn, 1999), 即輔導人員作為「促進者」(Facilitator) 而非「闡釋者」(Interpreter), 透過藝術創作來鼓勵學生的「自我」(Ego)及身份 (Identity) 發展, 亦能輕易配合人本主義、認知行為及焦點解決治療等心理輔導理論來使用, 彰顯成本效益。針對青少年心理發展, 藝術治療經常關注的主題包括對性的興趣、依賴/獨立、自主與控制、私隱、未來與生涯規劃、性別角色、自我身份確立、自我覺察及自尊等等 (Rubin, 2011)。

*香港的學校輔導發展: 香港的學校輔導在近幾十年間經歷重要轉變, 由補救性質過渡至預防、成長及全校參與性質。文獻研究顯示, 融洽關愛的學校文化、良好的教師關係、團隊合作、教師參與、領導層的支持及有效的溝通等都是全校性學校輔導成功的元素, 而生命教育可以透過美術、音樂等藝術形式進行並融入課堂之中 (Hui & Lo, 1997; Yuen, Chan, & Lee, 2014)。故此, 我們希望為本港的學校輔導引入藝術治療的新元素, 並強調學生領袖培訓、教師專業發展及交流、全校參與等, 為學校輔導提供新的可行性。

學生表現評估: _____

相關經驗:

本計劃的申請人(PI)為一位註冊臨床心理學家及遊戲治療師/督導，於中文大學教育心理學系負責教授與學生輔導的相關科目及課程，對研究及輔導學生的成長及明白他們的心理需要有一定的經驗。在2015年的新學年，PI聯同一位輔導員於兩所本地中學試行為期六週的初中心理與藝術先導計劃，一方面要測試藝術治療對於促進初中學生個人成長的助力，另一方面要針對過往心理治療與學校教育鮮有相輔相成，正好利用這個計劃作為連結兩者的橋樑。

一所學校的參與學生主要為中一、二有特殊學習需要 (SEN) 的學生 (11人)，另一所學校的參與學生則為一般中一學生 (16人)。計劃旨在提升學生自我表達及溝通能力、抒發情緒及增加教師對學生身、心狀態的了解。計劃採用以個人逐漸導入群體的設計，利用不同的藝術素材，主題包括「自畫像」、「我的黏土」、「五元素圖畫」、「未來拼貼畫」、「合作藝術」及「我們的島」。每節活動均有學生分享時間，而活動結束後亦有教師討論環節。

從這先導計劃觀察所得，初中學生的自尊、自我認識及洞察力普遍偏低，他們愛說話、充滿活力、愛仿效同儕，卻不擅於聆聽別人及以口語來表達內心的情緒感受；他們的作品大多反映他們踏入青春期的矛盾心理狀態，如心理的不平衡、壓力緊張、寂寞、對性的好奇、對興趣及夢想的追尋等。在活動過程中，學生在自我表達及人際溝通的表現均有進步，如一些在計劃初期不擅於分享感受的學生在計劃後期願意畫/寫出一些內心感受，一些較內向被動的學生開始放膽跟其他性格相異的同學交談、合作。

參與學校的負責老師均表示有關的心理及藝術活動增加了他們對於學生內心狀態的了解 (有時有別於學生表面所流露的)，從而能給學生更好的關顧。他們又表示有關的藝術活動能提供學生一個學習以外放鬆身心的途徑，對於學業成績較差的學生而言更有助發掘他們的才能和夢想。

我們總結經驗，認為 (一) 應加強心理教育、全校參與及教師專業發展的元素，讓學生及教師對心理與藝術有基礎的認識，有助他們在過程及作品中獲得更多啟發，亦有助心理與藝術在學校的可持續發展。(二) 我們建議小組人數設定為四人，有助氣氛營造及讓每個學生有更多時間作分享探索，達到更大效益。(三) 小組的學生活動時間設定為一小時，適中地配合學校及參加者的時間。

其他(請列明) _____

- (c) 請詳述如何以創新的意念或實踐方法來提升、調適、配合及/或補足學校現行的做法，以促進學校發展，滿足其獨特需要。

現時學校的輔導工作傾向以言語為主導及認知行為層面，由駐校社工組織的活動亦傾向以改善學生人際關係及解決困難為主，較少觸及學生的自省能力及對內在經歷的連結及探索。心理與藝術的結合正為學校輔導及學生個人成長提供新途徑，既切合學生的心理發展 (如上文所述)，亦配合他們的多元智能發展 (Gardner, 1983) 及教育局課程發展議會提倡的學習宗旨 (建立健康的生活方式，並培養對體藝活動的興趣和鑑賞能力) (課程發展議會, 2002)。

教師作為前線工作者，平日有最多的機會跟學生接觸及相處。教師大使經過培訓，在「學生發展範疇」的專業能力有所提升，更能察覺和了解學生的不同需要。當在「情緒及個人成長工作坊」中遇到有需要協助或輔導的中一學生個案時，教師大使能夠更有效地在與學生的日常互動或生命成長課／德育課時給予合適的關顧，並運用合適的「工具」（如圖畫）來留意學生的進展，給予學生適時的反饋和引導，有需要時轉介駐校社工或心理學家跟進。

參考：

- Allen, P. B. (2014). *Art is a way of knowing: A guide to self-knowledge and spiritual fulfillment through creativity*. Boston: Shambhala Publications.
- Erikson, E. H. (1959/1980). *Identity and the life cycle*. New York: Norton.
- Gardner, H. (1983). *Frames of mind: The theory of multiple intelligence*. New York: Basic Books.
- Hui, E. K. P., & Lo, R. C. C. (1997). A whole-school approach to guidance: A Hong Kong experience. *Pastoral Care in Education*, 15(2), 22-28.
- Kahn, B.B. (1999). Art therapy with adolescents: Making it work for school counselors. *Professional School Counseling*, 2(4), 291-298.
- Malchiodi, C. A. (2007). *The art therapy sourcebook*. New York: McGraw-Hill Education.
- Riley, S. (2001). Art therapy with adolescents. *Western Journal of Medicine*, 175(1), 54-57.
- Rubin, J. A. (2011). *Child art therapy*. Hoboken: John Wiley & Sons.
- Social Welfare Department. (2015). *Second Report of Child Fatality Review Panel. The Government of the Hong Kong Special Administrative Region*.
- Yuen, M.T., Chan, R.T.H., & Lee, B.S.F. (2014). Guidance and Counseling in Hong Kong Secondary Schools. *Journal of Asia Pacific Counseling*, 4, 103-112.
- 課程發展議會. (2002). 基礎教育課程指引 - 各盡所能·發揮所長 (小一至中三). 香港特別行政區政府.

(II) 計劃可行性

(a) 請描述計劃的設計，包括：

(i) 方式／設計／活動

計劃分三階段：

(一) 第一階段：2016年暑假（九月）—培育及認知

對象：升中三、中四年級學生（學生大使）

內容及形式：由教師推薦學生，每校名額四名，參加為期兩天的「學生大使工作坊」，旨在讓學生認識基本心理學及藝術治療的知識、在體驗藝術治療活動的過程中加深對自我的認識及促進個人成長（包括情緒覺察及管理、人際關係及溝通、個人模式及獨特性、希望和理想等），同時增強輔導的基本微技巧，以裝備學生於新學年協助推動校園輔導活動。

教師對象：輔導組教師、班主任、以及其他有興趣教師（教師大使）

內容及形式：每校名額四名，參與為期兩天的「教師大使工作坊」，旨在讓教師認識心理學及藝術治療的理念及元素，兩者與學校輔導的連結、效用及實踐，以及運用藝術治療活動來回顧教師專業生涯的發展，促進教師的專業及個人成長。

(二) 第二階段：2016-2017學年上學期—發展及實踐

對象：中一學生、學生大使、教師大使

內容及形式：配合學校中一新生輔導計劃，在計劃加入心理及藝術治療的元素，由學生

大使及教師大使聯同學校相關人員共同推動，藝術治療輔導心理學家擔任嘉賓講者／導師及給予意見，內容包括：

-中一講座：旨在讓中一學生對個人成長及藝術治療有初步的認識

- 在二零一六年十月初或中舉行，講座主要分為兩個部份：第一部份由藝術治療輔導心理學家擔任嘉賓講者，介紹和分享心理與藝術治療的內容；第二部份由學生大使及教師大使負責，分享他們在暑期工作坊的體驗和心得。

-中一情緒及個人成長工作坊：旨在促進中一學生對自己的認識、情感的覺察及表達，培養正面積極的人生態度，以及與同儕建立融洽的人際關係。

- 在二零一六年十月尾至十二月初進行，中一學生將以小班形式，分四班，每班四組，每組約四人進行共四節，每星期一節（一小時）的工作坊，時間配合學校安排。由藝術治療輔導心理學家擔任主持導師，由學生大使或教師大使分別擔任每組的促進者，進行藝術治療活動及分享討論。

-評估及反思：旨在讓學生大使及教師大使總結經驗，分享心得和在推行活動中的個人成長，並評估對中一學生情緒及個人成長的成效。

- 在二零一七年一月進行（一小時），由具藝術治療專業的輔導員擔任主持，由學生大使或教師大使分享。

(三) 第三階段：2016-2017學年下學期—總結及展望

對象：全校學生、學生大使、教師大使、全港教師

校內展覽：旨在讓全校師生認識藝術治療、提升他們對心理健康的關注、營造校園關注心理健康的文化，以及與全校師生分享計劃的成果。

- 在二零一七年三月至四月進行，展覽為期約兩個星期，由學生大使或教師大使負責整個統籌和製作。

聯校分享講座會：旨在促進不同學校的交流和分享，展示各校獨特性及互相交流、學習。

- 在二零一七年七月的其中一個週六早上舉行，由教授及藝術治療輔導心理學家擔任主題講者，並邀請各參與學校的學生大使和教師大使演講作經驗分享。

網上資源：將心理及藝術治療的基本概念及參與學校的經驗整理為網上資源，供全港中學教師欣賞和參考。

- 在二零一七年七月至八月發放。由各參與學校提供資料，計劃助理負責整理。

(ii) 主要推行詳情 計劃時期:(9月/2016)至(8月/2017)

年/月	內容/活動/節目	受惠對象/參與者
2016年(九月)	培育及認知 <ul style="list-style-type: none"> ● 學生大使工作坊 ● 教師大使工作坊 	<ul style="list-style-type: none"> ● 升中三、中四年級學生(4x4=16) ● 輔導組教師、班主任、以及其他有興趣教師(4x4=16)
2016-2017學年 上學期	發展及實踐 <ul style="list-style-type: none"> ● 中一講座(九月中) ● 中一情緒及個人成長工作坊(十月尾至十二月) ● 評估及反思(十二月或一月) 	<ul style="list-style-type: none"> ● 中一級學生(60 x 4= 240) ● 學生大使(16) ● 教師大使(16)
2016-2017學年 下學期	總結及展望 <ul style="list-style-type: none"> ● 校內展覽(三至四月) ● 聯校分享講座會(七月) ● 網上資源(七月至八月) 	全校學生(360) x 4=1440 學生大使(16) 教師大使(16) 全港中學教師(29,450)

		(學校數目) = \$220 ● 中一情緒及個人成長工作坊： $4(\text{節}) \times 4(\text{班}) \times 4(\text{學校數目}) \times \$55(\text{時薪}) = \$3,520$ ● 評估及反思： $1(\text{小時}) \times \$55(\text{時薪}) \times 4(\text{學校數目}) = \220 ● 聯校分享講座會： $2(\text{小時}) \times \$55(\text{時薪}) = \110 ● 網上資源： $25(\text{小時}) \times \$55(\text{時薪}) = \$1,375$ 合共：\$6,325	及場地安排、預備物資、協助小組的推行、整理資料及協助製作資源光碟。建議由中文大學的本科學生擔任助理，以給予學生課外實習的經驗。
ii) 一般開支	a. 學生及教師大使工作坊 b. 中一情緒及個人成長工作坊 c. 校內展覽 d. 聯校分享講座會 e. 資源光碟 f. 審計費 g. CUHK 行政費 (15% 總額)	a. 材料及筆記費用：\$100 (每人) $\times (16 + 16) = \$3,200$ b. $\$1,300(\text{每班}) \times 4(\text{班}) \times 4(\text{學校數目}) = \$20,800$ c. $\$500(\text{每間學校}) \times 4 = \$2,000$ d. \$161 e. $\$20(\text{每間學校}) \times 4(\text{學校數目}) = \80 f. \$5,000 g. \$16,434 ($\$109,566 \times 15\%$) 合共：\$47,675	工作坊的材料及筆記費用；展覽的材料費；聯校分享講座會的單張印刷；資源光碟的費用 指定費用 中文大學行政費 (整項計費的15%)
申請撥款總額 (\$):		<u>126,000</u>	

(III) 計劃的預期成果

(i) 評估計劃成效的方法:

- 觀察：觀察教師及學生在過程中的反應及變化
- 重點小組訪問：教師及學生在過程中的變化
- 活動前和活動後的問卷調查：設計學生大使、教師大使及中一學生問卷，在活動前後供學生大使、教師大使及中一學生填寫，以評估他們：
 - (學生大使)：基本心理學及藝術治療知識、個人成長、輔導的基本微技巧；
 - (教師大使)：心理學及藝術治療的理念及元素、學校輔導、教師專業發展；
 - (中一學生)：對自己的認識、情感的覺察及表達、正面積極的人生態度、人際關係的生涯等幾方面的得著。
- 學生表現在評估中的轉變：除了上述問卷式的總結性評估外，亦會在

計劃編號:2015/0226 (修訂本)

過程中評估學生的表現與轉變，形式以「自我認識」為題的反思寫作。

 其他(請列明) _____

(ii) 計劃的產品或成果:

(請別選適當空格)

 學與教資源 教材套 DVD 其他(請列明) 網上資源

(IV) 遞交報告時間表

本校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
計劃總結報告 01/09/2016 - 31/08/2017	30/11/2017	財政總結報告 01/09/2016 - 31/08/2017	30/11/2017