

優質教育基金
(適用於不超過200,000 元的撥款申請)
乙部 --- 計劃書

計劃名稱 <p style="text-align: center;">「尊重生命，逆境同行」 (「好心情@學校」微型計劃)</p>	計劃編號 2016/0666 (修訂版)
---	-----------------------------------

基本資料

機構名稱: 基督教香港信義會屯門青少年綜合服務中心

協作學校: 保良局百周年李兆忠紀念中學

受惠對象

- (a) 界別: 幼稚園 小學 中學 特殊教育(請別選, 可別選一項或多項)
- (b) 學生: (1)初級預防活動約380人(中一至中三級)
(2)次級預防活動約16人(中一級)
- (c) 老師: 約55 (人數)*
- (d) 家長: 約500 (人數)*
- (e) 參與學校(不包括申請學校): 1 (數目及類型)*
- (f) 其他(請列明):/

*如適用, 請列明

計劃書

(I) 計劃需要

- (a) 請簡要說明計劃的目標, 並詳述建議計劃如何影響學校發展。
(例如: 透過講故事、唱歌和話劇, 增加幼稚園學童對閱讀的興趣。)
透過是項計劃能有效促進學生正面思維及正向生活態度, 提昇學生抗逆能力:
1. 及早識別及支援抗逆力低之初中學生;
 2. 有別於現行各種「初級預防」(Primary Prevention) 計劃, 即對所有中一至中三之學生作一般性預防。本計劃以問卷篩選有需要的學生, 並提供全面的「次級預防」(Secondary Prevention) 支援活動;
 3. 增強學生抵抗及處理逆境能力及各種促進精神健康的保護因素;
 4. 促進支援學生成長人士(家長及老師)對學生的抗逆力的認識及掌握跟進輔導技巧。
- (b) (i) 請表明學校的需要及優先發展項目。
(請別選適當空格, 可別選一項或多項)
- 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): 提升學生抗逆力, 增強正向生命能量
- (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, 可別選一項或多項)

- 學校發展計劃: 學校收生屬第一組別學生, 學生於小學時大多成績優異, 升上中學後不少會遇到學習上的適應問題, 影響情緒及自信心。從2016-17年度學校社工的個案顯示, 全校82個案中有39位(47.6%)主要問題分類是就學/教育問題, 22位是初中生。情緒問題是第二位, 共21位(25.6%)。2016-17年度中一、二及三的個案數字分別為10位、12位及21位, 共43位, 佔總個案數字(82位)52.4%), 不容忽視。本年共624位同學參加了香港中文大學的精神健康狀況調查, 高危學生有25位, 有少數同學表示曾有自我傷害行為, 如: 以拳打牆、扯頭髮等, 雖經社工了解及介入後跟進的同學數字回落, 同學的情緒管理及壓力處理問題仍值得關注。此外, 各級學生有一些拒絕上學的情況, 反映同學隱性情緒困擾需要注意, 此類同學相對地被動亦較收藏自己, 增加了教師及社工處理的難度。本年度學校配合教育局推動了「正向校園」計劃, 希望學校進一步加強正面文化, 老師對學生有正面鼓勵, 亦增加了提升同學之個人效能感和與人協作分享的活動體驗。而學校首度為初中同學推行休整活動日, 效果良好。

調查結果: /

- 文獻研究綜述: 香港青少年精神健康問題普遍, 高達11.32%的青少年患有臨床診斷標準的精神健康問題(如: 抑鬱症和焦慮症)(Lam et al 2015)。近期三個大型獨立調查用非臨床診斷工具發現, 40%到60%的香港青少年有抑鬱症狀, 較國外多一半(美國: 28.7%; 墨西哥: 14.8%)。

青少年抑鬱是預測自殺意念和自殺行為的最重要的因素之一。高達70%到90%死於自殺的青少年在生前被診斷出精神健康問題(主要為抑鬱)(Esposito & Clum 2002)。外國研究指, 約十分之一的抑鬱症患者最後以自殺結束生命(American Association of Suicidology 2014)。

次級預防旨在篩查出需要提高精神健康的組群, 並對這些有需要的人士進行有針對性的干預, 從而減少患病風險。相對於初級預防, 次級預防具有高效益低成本的優越性。研究已經顯示, 對青少年抑鬱的次級預防項目的效果比初級預防項目顯著(Horowitz & Garber 2006)。目前, 全世界有很多針對青少年抑鬱的次級預防項目已被開展。

以往研究顯示, 自尊、自我效能感、社會支持、積極情緒、積極的壓力和情緒應對策略, 與低抑鬱水平有顯著的相關性(Brown et al 1986; Gerber et al 2013; Muris 2002)。這些都是青少年抗逆力的來源和預防精神健康問題的保護因素, 也可用來預測和預防青少年抑鬱情況。

- 學生表現評估: 透過識別工具(修訂HKSIF)(註: 工具的版權), 邀請抗逆力較低、危機因素較高之學生參加「抗逆力培訓」計劃。計劃亦會邀請中一班主任在每班5個參加名額中推薦1位同學參加。學校亦會引入已認證短式易填寫的中文版「一般自我效能感量表」(The General Self-Efficacy Scale) (Zhang, J.X., Schwarzer,

R.2015. Measuring optimistic self-beliefs), 以「前測」及「後測」的方式收集就學生自我效能感可量化的評估數據, 以評估計劃的介入成效。在每次獨立活動, 計劃社工亦設獨立活動問卷, 以收集參加者的質性意見, 務求以實證為本的原則評檢活動介入的成效。為使計劃的成效得以加強和延續, 在計劃完成後, 信義會將提交以上的實證和數據, 以便學校跟進。

- 相關經驗:本計劃將參考過去已驗證之中學(社會福利署)、小學(教育局)「成長的天空」之學生參加「抗逆力培訓」計劃。

成長的天空計劃(中學)
於2001至2004年間把計劃推展至小學, 團隊成功制訂出「香港學生資料表格」的評估工具以識別青少年的發展需要, 及發展出一套全面的成長輔導訓練計劃。現時, 成長的天空計劃每年於超過200多間小學推行, 並由超過20間社福機構提供支援。基督教香港信義會屯門青少年綜合服務中心具有豐富營辦「成長的天空」計劃(小學)的經驗, 已有超過十年與區內小學協作「成長的天空」計劃(小學)。是年, 亦跟區內兩間小學協作, 提供小四及以上學生的三年計劃。研究結果顯示計劃能提升學生的抗逆力、自尊、學習熱誠等保護因素。

- 其他(請列明)學生輕生自殺問題蔓延: 學生面對社會、家庭、學校及朋友等多重的逆境和挑戰, 精神健康易受影響; 教師工作沉重, 疲於照顧不同背景學生的各種需要; 對於近年更多隱性精神健康問題和學生拒學的個案, 校方及社工需要更多時間介入及處理。「次級預防」計劃幫助及早識別有潛在需要的學生, 使問題得到預防。

- (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。

(例如: 話劇及音樂能有效刺激學生對閱讀的興趣, 並有助他們的多元智能發展。)

1. 初級預防(Primary Prevention)與次級預防(Secondary Prevention)

多年以來, 不少本地及外國學者均強調「初級預防」和「次級預防」, 兩者必須並重, 同時實施。及早進行「初級預防」可照顧較多學生, 但支援效益較普遍, 未能有效針對學生的個別需要。國際文獻已指出「次級預防」成本效益遠高於治療式及補救式的工作, 避免個人因問題產生後所造成可能永不磨滅的創傷。「次級預防」亦為預防自殺提供了新的方向, 如提升學生抗逆力、促進「正向認知」、「正面思維」及「享受生活」, 並建立正面文化。

2. 抗逆力(Resilience)

過去本地應用以CBO(Competence, Belongingness, Optimism)作為發展及培養抗逆力的框架, 但經過多年實踐, 現時所提出之計劃將更新有關概念為CBB(Competence, Bonding & Belief), 更加入提高抗逆力的元素, 如: Self-esteem, Self-efficacy, Family support and Positive affect; 同時亦利用「認知行為訓練」(CBT)的手法提升學生抗逆力, 以有效解決他們成長及精神健康的困擾。

2.1 個人能力與技巧(Competence): 通過「經驗學習及訓練」(Experiential Learning and Training)來裝備/ 提升個人能力來處理/ 減低或克服逆境帶來的損害。

- 2.2 外在的支持及資源(Bonding)：透過「策略」(Strategically network building)以協助建立不同的支援系統，包括：家庭/家人、社區/社區人士、學校/老師、同學/朋輩等等。
- 2.3 內在個人正面及積極的信念與力量(Belief)：利用「整理經驗」(Experience consolidation)在不同活動歷程中對個人之反省及檢視，以建立個人/未來的信念。

(II) 計劃可行性

(a) 請描述計劃的設計，包括：

(i) 方式／設計／活動(申請人宜提供計劃/活動的安排，或提供教學的內容。)

(例如: 計劃採用戲劇教育的策略，並利用受歡迎的歌曲，以有趣和互動的方式喚起學生對閱讀的興趣。)

1. 計劃將由申請學校與基督教香港信義會屯門青少年綜合服務中心(簡稱: 信義會)共同協作推展，信義會提供充足人力資源。
2. 信義會與學校共同訂定、策劃並推行計劃活動，本計劃所聘請之社工將出席所有計劃活動，此社工亦會安排由信義會專業督導人員督導，共同與學校輔導組及課外活動組老師會面，制定到校時間及各活動細節及程序，確保計劃按定立目標推行，計劃社工會按信義會要求就每項活動妥善記錄策劃及檢評資料。在部分較大型的活動，信義會亦會提供人力支援以協助計劃社工推行服務。
3. 以成長的天空計劃(UAP)為藍本，更新篩選工具(Screening Tool)及具實證的校本程序，並設於2017-2018學年採用。
4. 活動項目將參考UAP設計，以積極向上、富趣味性的形式呈現和開展。信義會一直有提供相關服務的經驗，包括：小學的「成長的天空」及中學的「共創成長路」計劃，執行社工人員均有提供上述計劃的基本能力及技巧。信義會將為負責計劃的社工提供培訓及督導工作，確保服務質素及成效。
5. 由於計劃包括初級預防及次級預防的工作，推展計劃可減低對參加學生的標籤效應，有助有需要的學生接受及參與計劃。
6. 計劃社工將為目標中一學生提供個別跟進，每人最少三節，在計劃推行過程中，潛危學生(需要個別輔導的學生)將轉介校內輔導人員(如學校輔導組、學校社工或教育心理學家)即時跟進。
7. 信義會將負責計劃參與者的安全，採取安全措施，以及遵守教育局(戶外活動指引)、社會福利署戶外活動安全指引及其他相關的安全指引。
8. 信義會選擇服務供應商時，會遵照優質教育基金(人事管理及採購指引)進行報價或投標，確保採購程序是以公開、公平及具競爭力的方式進行。

(ii) 主要推行詳情 計劃時期: 10/ 2017至 09/ 2018

日期	計劃活動	具體內容	預期學習成果	對象、人數及挑選準則	時數/日數	負責人員(請列明資歷及參與程度)
2017年 10月中旬開始	學生需要調查	HK SIF1.1 及班主任/老師推薦，從中一四班學生中篩選20位同學。	抗逆力較低及/或自我效能感不足的學生能被選出，再由校方透過家長邀請學生參加「逆境同行挑戰計劃」	中一級4班，每班選出5位學生，並設班主任及老師推薦	約10日內完成	好心情@學校微型計劃聘用計劃社工(下稱：計劃社工)負責
5/12/2017 (中二級) 17/1/2018 (中一級) 7/5/2018 (中三級)	入班成長班課活動	中一級：學習與人溝通的原則，學習善用語言及非語言的溝通。 中二級：認識每人的性格特點及如何善用於與人相處中 中三級：學習管理情緒及如何保持心境平靜	中一級：學生更能有效地表達自己、接收訊息及回應別人 中二級：學生表示對自己的優勢增加了解並應用在人際關係中 中三級：學生表示學會自我調適自己的方法，以保持心理健康。	中一、二、三各班同時進行	12節，每節40分鐘	每級4位註冊社工(具至少兩年青少年服務經驗的)同時間分別入班。(其中一位為計劃社工)
19/10/2017	「正面思維」心理健康講座(學生篇)	學習以「認知行為手法」以提升抗逆力，以應對成長及生活的挑戰。	學生表示了解正面思維如何讓自己保持正面情緒，以及學會應對個人的負面思想，處理情緒，面對困難。	中一至中三學生380人;中四至中六學生共390人	2節，每節1小時，共2小時	邀請具至少五年青少年服務經驗的資深註冊社工擔任講員。計劃社工協調行政安排及聯絡講員。

3/11/2017	「逆境同行挑戰計劃」啟航禮	以簡介會形式，讓參加者在校長及老師的鼓勵下，堅定意志，參與一連串的成长挑戰活動。	參加者經過啟航禮後對即將參與的計劃內容及目標有更多認識，並準備好心態迎接未來的挑戰。	學生需要調查，及老師班主任推薦。4班，每班5人，共20人。	1節，每節1小時	計劃社工為統籌人，另2位註冊社工(具至少兩年青少年服務經驗的)/活動助理(中六程度或以上)協助。另校長1位及8位中一級班主任。
3/11,17/11,1/12/2017; 19/1,9/2,2/3,9或 16/3/2018	學生成長小組	以'CBB'(Competence, Bonding & Belief)為小組參照架構，協助參加同學提升效能感、樂觀及歸屬感。參加者將分兩組並由兩位社工帶領。	學生表示在小組歷程中對自己及組員增加認識，建立了彼此信任的關係。另一方面，對比活動前，無論學生及社工導師都評價同學在效能感、樂觀感及歸屬感方面都有正向改變。	同上，分2組，每組10人，分組方式將參考班主任意見由計劃社工分組。	2組，每組7節，每節1小時	計劃社工以及另一位社工(具至少兩年青少年服務經驗的)為小組導師
10/2017-8/2018	「逆境同行挑戰計劃」個別跟進	就每位參加同學設定目標，計劃社工協助檢視目標進度，引導同同學邁向自己的目標。	每位同學在個人設定的目標方面都有不同程度的進步。	參加「逆境同行挑戰計劃」的同學20位	每人3節，共60節，每節1小時	計劃社工主責
18/11/2017	「正面思維」心理健康講座(家長篇)	讓參加者明白正面思想的特性，如何在生活中建立「快樂」，講座亦希望家長認識如何協助子女培養正面思維，增強解難能力。	參加家長表示認識了正面思想的力量及明白如何建立正面思想及在生活中協助子	中一至中三級學生及家長200人	1節1小時	邀請資深社工(具至少7年青少年服務經驗)擔任講座

			女的方法。			講員。 計劃社 工協調 行政安 排及聯 絡講員。
2/12 或 9/12/2017	逆境 同行 挑戰 日營 (全日)	以「經驗學習及訓練 方式」,引入低結構歷 奇任務,讓同學體會 如何與組員連結,克 勝困難。	參加者表示 了自己的能 力及需要克 服的部分, 能建立/修正 個人目標和 方向。 參加者亦表 示可體會和 實踐到團隊 協作的力 量。	參加 「逆 境同 行挑 戰計 劃」的 同學 20 位	全日 兩節 8 小 時	計劃社 工為統 籌人,另 加兩位 社工(具 至少兩 年青少年 服務 經驗的) 或歷奇 教練(具 低結構 網陣教 練證書 及急救 證書)協 助帶組 及帶領 歷奇任 務,及 1 位活動 助理(中 六程度 或以上) 連同 2 位 老師共 26 人
16/12/2017	愛心 之旅 服務 日	參加者將到訪區內社 會服務機構,藉同學 共同策劃義工服務, 增強他們合作能力, 提升效能感及與人聯 繫能力。同學亦可藉 此提升關心社會的意 識。	參加者表示 對服務對象 的需要及處 境增加了認 識,認同預 備服務進一 步提升了與 同學的協作 能力,亦覺 得自己做得 不錯。	參加 「逆 境同 行挑 戰計 劃」的 同學 20 位	1 節 共 4 小時 (1 小 時預 備、2 小時 服務 及 1 小時 解說 及檢 討)	計劃社 工為統 籌人,另 加一位 社工(具 至少兩 年青少年 服務 經驗的) 協助帶 組,及 1 位活動 助理(中 六程度 或以上)
21/12/2017	全體 教師	參加老師藉體驗活動 學習如何給予別人正	參加老師表 示對給予別	全體 教師	全日 2	計劃社 工為籌

	培訓工作坊	面回饋，以及提升參與解說活動的技巧及能力，成為更有效能的項目/活動帶領人，促進學生成長。	人正面回饋的方法及技巧增加了認識，並更有信心帶領學生解說活動。	約 55 位	節，每節 4 小時，共 8 小時	備工作小組成員，連同 5 位註冊社工(具至少三年青少年服務經驗的)及 1 位歷奇教練(具低結構網陣教練證書及急救證書)共同策劃及推行是次工作坊。
3/2-4/2/2018	「逆境同行挑戰計劃」歷奇訓練營(兩日一夜)	以「經驗學習及訓練方式」，引入高結構歷奇任務，讓同學進一步體會如何與組員一起進行挑戰，踏出生活的安舒區。	繼上次的挑戰日營後，參加者進一步參與設定的高結構歷奇任務，表示增加了面對困難的勇氣，同時對自己的信心亦增強了。	參加「逆境同行挑戰計劃」的同學 20 位	兩日一夜宿營共 5 節，每節 3 小時	計劃社工為統籌人，另加兩位社工(具至少兩年青少年服務經驗的)/歷奇教練(具低結構網陣教練證書、高結構網陣技術證書及急救證書)協助帶組及帶領歷奇任務，及 1 位活動助理(中六程度或以上)連同 2 位老師共 26 人。

3/2018	中一 中三 級班 主任 及輔 導組 老師 培訓	對象為即將在學校 3 月份的學生 Fun Day 為中一及中三級同學帶組的老師，進一步重溫多種給予回饋及解說的工具	參與老師已可理解更多解說的案例，及掌握了在不同處境之應對方法，每位老師亦至少掌握一種給予回饋及解說可使用的工具。	中一 中三 及班 主任 及輔 導組 老師 25 人	1 節， 放學 後 1.5 小時	計劃社工為統籌人，另加兩位社工(具至少三年青少年服務經驗的)協助帶組
9/3 或 16/3/2018	「逆境同行挑戰計劃」畢業禮	與同學一起回顧在計劃的學習，鞏固成功經驗，延展到日後的生活。在畢業禮亦會邀請學校老師嘉許有正向表現的同學，亦勉勵所有參加者持續努力。	參加同學可分享到個人的成功片段，並表達到在生活或學習層面個人正面的成長部分，並肯定自己會延續在計劃的學習於生活各層面。	參加「逆境同行挑戰計劃」的同學 20 位，共 20 人。	1 節， 每節 1 小時	計劃社工為統籌人，另 2 位註冊社工(具至少兩年青少年服務經驗的)/活動助理(中六程度或以上)協助。另校長 1 位及 8 位中一級班主任。
05/2018	家長 工作 坊	邀請「逆境同行挑戰計劃」的參加者家長及其他有興趣家長出席，增強家長協助子女面對壓力，克服逆境的技巧和能力。	參加者表示明白青少年的精神壓力問題，並掌握了促進子女精神健康的策略，將會在家庭實踐。	中一 至中 三級 學生的 家長 30 人(邀 請「逆 境同 行挑 戰計 劃」的 參加 者家 長出 席，以 及其 他家 長自 由報	1 節 共 2 小時	邀請資深社工(具至少 7 年青少年服務經驗)擔任講座講員。計劃社工協調行政安排及聯絡講員。

				名出席)		
08-09/2018	朋輩支援訓練工作坊	提升同學辨識情緒及精神健康問題的意識，提供相關社區資源資訊。鼓勵同學學習聆聽及互助，在有需要時，也可向信任的人求助。	參加者表示對情緒及精神困擾的早期徵狀增加了認識，明白支援友儕的方法，以及認識了社區的服務及求助資源。	中一至中三學生 50 人 (由老師推介學生參加，如學校的學長計劃訓練)	1 節 2 小時	計劃社工及多兩位註冊社工 (具至少兩年青少年服務經驗的) 擔任講員及分組導師。

請說明教師及校長在計劃中的參與程度及其角色。

- (b) (i) 參與的教師人數及投入程度 (時間、類別等):
 全校教職員 55 人都有機會出席教師培訓工作坊，中一級班主任會參與更多「逆境同行挑戰計劃」的活動。校長連同學校輔導組將與協作機構信義會保持緊密聯絡及會議，以商討計劃的推行、定期檢討及修正計劃的方向。
- (ii) 老師在計劃中的角色: (請別選適當空格，可別選一項或多項)
- 領袖 協作者
- 開發者 服務受眾
- 其他(請列明) _____
- (c) 請詳列計劃的預算和主要開支項目的理據。

申請撥款: 港幣 200,000 元

預算項目*	開支詳情 (包括各項目的細項開支)		理據
	項目	款額 (\$)	
i) 員工開支	半職註冊社工薪金 \$11,487 (含MPF) X 12 = \$137,844	137,844	計劃主要聯絡及執行人員
ii) 服務	1. 全體教師培訓工作坊 額外人手，包括 5 位社工服務費: \$500 X 2 節 X 5 = \$5,000 及 1 位歷奇教練服務費: \$200 X 8 小時 = \$1,600，共 \$6,600，活動物資費(包括: 文件夾、彩筆、歷奇活動訓練物品、桌遊物資、名牌、急救用品、印筆記): \$2,400，共支出 \$9,000	9,000	與學校共同商討以達成對下學年校本需要的了解。
	2. 中一中三級班主任及輔導組老師培訓 額外人手，2 位社工服務費: \$500 X 2 = \$1,000，活動物資費(包括: 印筆記、文件夾): \$300，共支出: \$1,300	1,300	

3. 學生需要調查(HKSIF1.1) (共支出: \$0)	0
4. 入班成長班課活動 額外人手, 3位社工服務費: \$500X3班X3級 =\$4,500, 活動物資費(包括: 印筆記): \$135X12次 =\$1,620, 共\$6,120	6,120
5. 「正面思維」心理健康講座 (學生篇) (講員費共: \$1,040X2=\$2,080)	2,080
6. 「逆境同行挑戰計劃」啟航禮 額外人手, 2位社工服務費: \$500X2=\$1,000, 活動助理服務費: \$200, 活動物資費(包括: 文件夾、名牌、印筆記): \$300, 共支出\$1,500	1,500
7. 學生成長小組 額外人手, 1位社工服務費: \$500X7節=\$3,500, 活動物資費(包括: 文件夾、印筆記): \$300X7X2=\$4,200, 共支出\$7,700	7,700
8. 「逆境同行挑戰計劃」個別跟進 (共支出: \$0)	0
9. 「正面思維」心理健康講座 (家長篇) 講員費: \$1,040, 活動物資費(包括: 文件夾、講義): \$660, 共\$1,700	1,700
10. 「逆境同行挑戰計劃」日營(全日) 20位學生、1位計劃社工、2位老師、2位社工/歷奇教練及1位活動助理 日營營費: \$46X26=\$1,196 旅遊巴: \$1,100 租用活動室: \$50X6=\$300 歷奇活動物資租用費: \$400X2=\$800 額外人手: 2位社工/歷奇教練及1位活動助理服務費: \$200X8小時X2+\$300X2節=\$3,800 其他活動物資(包括: 熱身活動訓練用具、急救物品、印筆記/工作紙): \$868 共支出: \$8,064	8,064
11. 愛心之旅服務日 額外人手: 1位社工服務費: \$500, 1位活動助理服務費: \$200, 活動物資費(包括: 筆記、環保袋、急救用品): \$1,100, 共支出\$1,800	1,800
12. 「逆境同行挑戰計劃」歷奇訓練營 (兩日一夜) 20位學生、1位計劃社工、2位老師、2位社工/歷奇	13,318

	<p>教練及1位活動助理</p> <p>住宿營費(每間團體營一廳兩房住14人): \$1,484X2間=\$2,968 旅遊巴: \$1,100 租用活動室: \$50X3=\$150 歷奇活動物資租用費: \$1,100 額外人手: 2位社工/歷奇教練及1位活動助理服務費, \$200X2X15小時+\$300X5節=\$7,500 其他活動物資費(包括: 印營刊、筆記、文件夾、急救用品): \$500 共支出: \$13,318</p> <p>13.「逆境同行挑戰計劃」畢業禮 額外人手, 2位社工服務費: \$500X2=\$1,000, 活動助理服務費: \$200, 活動物資費(包括: 文件夾、名牌、印筆記): \$300, 共支出\$1,500</p> <p>14.家長工作坊 講員費: \$1,040X2小時=\$2,080, 活動物資費(包括: 文件夾、印講義): \$420, 共\$2,500</p> <p>15.朋輩支援訓練工作坊 額外人手: 2位社工服務費: \$500X2=\$1,000, 活動物資費(包括: 印講義、文件夾): \$600, 共支出: \$1,600</p>		
		1,500	
		2,500	
		1,600	
iii) 一般 開支	<p>1. 核數費</p> <p>2. 應急費用</p> <p>3. 攝影</p>	<p>2,000</p> <p>1,885</p> <p>89</p>	應急費用 包括一般 影印及文 具開支
申請撥款總額 (\$):		200,000	

資產運用計劃

類別	項目/說明	數量	總 值	建議的調配計劃(註)
視聽器材				現階段不適用
書籍及 視像光碟				
電腦硬件				
電腦軟件				
樂器				
辦公室器材				

辦公室家具	
體育器材	
其他	

註：供學校／團體／其他計劃使用(請提供在計劃結束後會接收被調配的資產的部門／中心的詳情，以及預計有關資產在活動中的使用情況)。

如計劃中沒有超過單價 \$1,000 以上的資產，可列明現階段不適用

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 1/10/2017 - 31/03/2018	30/04/2018	中期財政報告 1/10/2017 - 31/3/2018	30/04/2018
計劃總結報告 1/10/2017 - 30/09/2018	31/12/2018	財政總結報告 1/04/2018 - 30/09/2018	31/12/2018

(III) 計劃的預期成果

(i) 請說明評估計劃成效的方法。

(請別選適當空格，可別選一項或多項)

觀察：觀察參加者參與計劃活動的興趣及表現。

重點小組訪問：_____

活動前和活動後的問卷調查：對被篩選出來參加次級預防的學生，量度他們抗逆力的改變。

學生表現在評估中的轉變：80%或以上的學生提升了抗逆力。

其他(請列明) 個別活動自設活動後參加者問卷，以了解參加者對目標達成度及活動滿意度之意見。

(ii) 請列明計劃的產品或成果。

(請別選適當空格，可別選一項或多項)

學與教資源

教材套

DVD

其他(請列明) _____

參考文獻：

1. American Association of Suicidology 2014, Depression and Suicide Risk. Retrieve from <http://www.suicidology.org/portals/14/docs/resources/factsheets/2011/depressionsuicide2014.pdf>
2. Brown GW., et al. Social support, self-esteem and depression. Psychological medicine, 1986, 16.04:813-831.
3. Esposito CL, Clum GA. Psychiatric symptoms and their relationship to suicide ideation in a high-risk

- adolescent community sample. *J Am Acad Child Psy* 2002;41(10):44-51
4. Gerber M, Brand S, Feldmeth AK, et al. Adolescents with high mental toughness adapt better to perceived stress: A longitudinal study with Swiss vocational students. *Pes Indiv Differ* 2013; 54(7):808-14
 5. Gillham J., Reivich K., Jaycox L., et al. *The Penn Resiliency Program*. Philadelphia: University of Pennsylvania; 1990.
 6. Horowitz JL, Garber J. The prevention of depressive symptoms in children and adolescents: a meta-analytic review. *J Consult Clin Psychol*.2006; 74:401-405.
 7. Lam LCW., et al. Prevalence, psychosocial correlates and service utilization of depressive and anxiety disorders in Hong Kong ; the Hong Kong Mental Morbidity Survey(HKMMS). *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 2015, 50.9:1379-1388.
 8. Muris P. Relationships between self-efficacy and symptoms of anxiety disorders and depression in a normal adolescent sample. *Personality and individual differences*, 2002, 32:337-348.