

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 「尊重生命，逆境同行」-燃亮生命 (好心情@學校微型計劃)	計劃編號 2016/0843 (修訂版) (由「網上計劃管理系統」編配)
-----------------------------------------------------	-------------------------------------------------------

基本資料

學校／機構／個人名稱：

(協作學校：)

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345 (人數)*及 中一至中三級(級別/年齡)*
(2)次級介入活動 20 (人數) 中一或中二 (級別/年齡)
- (c) 老師：約20人 (人數)*
- (d) 家長：約40人 (人數)*
- (e) 參與學校(不包括申請學校)： / (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。)
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，本計劃以問卷篩選有需要的學生，並提供到校「次級介入」(Secondary Intervention)支援活動，透過「燃亮生命」成長小組(次級介入的支援活動)，來提升學生的抗逆力與正向情緒；
 3. 提升家長認識成長中子女的情緒需要，透過家長活動來強化家庭的支援；
 4. 提升老師對學生抗逆力的認識，掌握處理學生情緒困擾的技巧；
 5. 透過研究、倡導及宣傳提升學生對精神健康的關注。
- (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(提升學生抗逆力，增強正向生命能量)
 1. 個人層面：能力感(Competence)、正面及積極的信念(Belief)
 2. 人與人層面：聯繫感(Bonding)
- 促進學校管理／領導，以及老師的專業發展／健康
 1. 提升老師識別及處理學生情緒困擾的能力，藉此建立學生的外在支持及資源
- 其他(請列明)

提升家長認識青少年子女的情緒發展及需要，增強家庭的支援 (Family Support)

(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，可剔選一項或多項)

- 學校發展計劃: 根據2015/16-2017/18 學校發展計劃，梁植偉中學的關注事項為1. 照顧學生多樣性，提升學與教效能，2. 建立健康關愛校園，推展生涯規劃教育。在建立健康關愛校園方面，目標是希望培養學生良好生活習慣、建立正面價值觀及人生態度，並建立校園關愛、欣賞文化，加強學生對學校的歸屬感。2017-2018學年，學校將以「發展潛能，規劃人生」為德育主題，鼓勵學生發展潛能，擴闊學生視野及體驗。
- 調查結果: 根據本校持分者問卷調查 (APASO)顯示，梁植偉中學學生在「整體滿足感」一項低於香港學生常模，其中以初中，特別是中一同學的差距最為顯著；相反，「負面情感」一項則高於香港學生常模，其中以中一及中二學生的負面情緒較嚴重。根據老師觀察，學生面對學業、家庭及朋輩相處等問題時常感到壓力，更有學生有抑鬱傾向，甚至有自殘的舉動，須轉介予社工或教育心理學家。此外，輔導組反映個別學生曾揚言有輕生的念頭，個別中一女生更透露有意參與網上「藍鯨遊戲」，情況值得關注。
- 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重要因素之一。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)。外國研究指出，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人群，並對這些有需要的人士進行有針對性的介入，從而減少患病風險。相較於初級預防，次級介入具有高效益低成本的優越性。研究顯示，對青少年抑鬱的次級介入項目效果比初級預防項目顯著(Horowitz & Garber 2006)。

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的抑鬱情況。

- ☑ 學生表現評估: 透過識別工具(建議修訂HKSIF), 邀請抗逆力低、危機因素較高之學生參加「尊重生命, 逆境同行」計劃。

- ☑ 相關經驗: 為一多元化服務機構, 服務香港已超過97年, 現時共有八十多個服務單位, 事工服務伸展到各階層。本會青少年服務包括綜合服務隊、學校社工服務、外展社會工作及青年就業等服務等, 現時為32間中學提供駐校服務。

本會過往亦曾成功向貴基金申請以協助青少年成長, 包括小社會模式推行的生命騎士(中學版)、生命小騎士(小學版)計劃、Fly得起生涯規劃計劃、Teen使闖世界禁毒教育計劃及「陽光學堂」輟學危機學生非正規學習輔導服務。因此本會有信心如獲貴基金撥款, 定必成功推行本服務, 以讓青少年得益。

另外, 本會亦有推行成長的天空(小學)及生命教育(中學)的經驗, 此兩項計劃均有應用「次級介入」的概念, 能有效執行提升學生抗逆力、自尊及生命熱誠等。

- ☑ 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; 學校缺乏足夠資源, 難於邀請合適的機構提供專業支援服務。此外, 現有的學生支援計劃以「初級預防」為主, 甚少透過「次級介入」針對學生低抗逆力的情況, 提升精神健康的認知和促進正向學校文化。

- (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。

不少本地及外國的學者均強調「初級預防」和「次級介入」, 兩者必須共重, 同時實施。及早進行「初級預防」可照顧較多學生。而「次級介入」成效遠高於治療式及補救式的工作, 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。

另外, 此計劃引入CBB(Competence, Bonding & Belief)概念(Benard, 1998), 更加入提高抗逆力的元素, 如“Self-esteem”, “Self-efficacy”, “Family support” and “Positive affect”。希望透過「生命教育」, 「培養學生(1)在個人理智、情感、意志和身體各方面的平衡發展及(2)與自己、他人和環境建立互相尊重、能溝通和負責任的關係, 最終達致成熟和快樂的人生為目標的訓練。」(周惠賢、楊國強, 2002, 頁33)

小組活動內容方面, 會加入表達藝術治療及專注覺察的元素, 讓參加者更加了解當下自己在身體上和情緒上的需要, 並以不同的形式表達, 接受、擁抱個人的需要, 欣賞、珍惜此刻的美麗。

本機構會與協作學校共同訂定、策劃並推行計劃活動。本機構亦會與學校輔導團隊及/或學校社工及/或教育心理學家保持溝通, 以確保計劃能達到目標, 並切合協作學校的需要, 以及辦學信念和使命。

(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. 計劃由本會_____和學校共同協作推展，雙方保持緊密的聯繫以確保計劃順利及有效推行。
2. 計劃包括初級預防及次級介入的工作，以篩選工具(Screening Tool)及早識別有需要的學生以進行跟進。
3. 透過小組活動、人物專訪及義工服務，由此感受受訪者抗逆及自強不息的精神，增加對別人生命歷練的了解，體會自己所擁有的並非必然，加強其自我反思能力，學習珍惜身邊人與事，從而提升個人的責任感，促進個人成長。
4. 小組活動內容方面，會加入表達藝術治療及注專覺察的元素，讓參加者更加了解當下自己在身體上和情緒上的需要
5. 潛危學生（如需要個別輔導的學生）會轉介校內輔導人員（如學校輔導團隊、學校社工或教育心理學家）即時跟進。

(ii) 主要推行詳情

計劃時期:(11月份／2017年)至(10月份／2018)

月份／年份	內容／活動／節目	受惠對象／參與者
8月/2017	學校聯繫及籌備	學校負責老師
11月/2017	辨識低抗逆力學生 1.學生需要調查(HKSIF1.1) 2.老師觀察及推薦	中一及二級
11月-12月 /2017	「成長同行」學生正向心理 健康工作坊(1.5小時,透過入 班工作坊,與學生分享正面 積極的人生態度,亦令中一 學生加強中學適應)	中一至中三
11月/2017-1 月/2018	「管教多自在」家長正向心 理健康講座(1.5小時,以分享 會形式進行,與家長分享如 何與子女共建積極人士的態 度)	初中家長
11月/2017-6 月/2018	「燃亮生命」成長小組(透過 不同活動體會自己所擁有的 並非必然。當面對壓力時, 勿輕視生命價值,提升自我 價值及建立正面的自我形 象。) 成長小組(8節)(約8-12小時)	被篩選出來的中一/二學 生

	營會(4節)(約24小時) 戶外活動(2節)(約7小時) 義工服務(2節)(約3-4小時) 深入面談(4節)(約8-10小時)	
1月-5月/2018	逆境同行教師培訓工作坊 (約2小時，讓教師掌握相關技巧以識別抗逆力較低的學生，並回應他們在心理、情緒和發展方面的需要以制定相關策略)	學校老師
6月/2018	嘉許禮	小組參加者、老師
7月/2018	活動檢討及評估	學校負責老師和社工

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):

初中班主任老師及輔導組老師參與培訓工作坊，協助識別學生需要及作個別跟進等，並為有需要的學生作出轉介。

(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 200,000.00 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	半職社工 薪金 \$22,560 x 1/2 x 12個月x1.05(MPF)	\$146306	聘請社工負責籌備及推行活動、與校方協調、跟進學生情況等。
ii) 服務	1. 學生需要調查 -活動物資(印刷、文具) \$1000	\$1000	
	2. 「成長同行」學生正向心理 健康講座(1節) -印刷費用 \$500 -活動物資(文具、材料)\$1500	\$2000	透過活動及分享讓學生認識自我需要及正面的思維模式，並學習抗逆力的元素(CBO/CBB)的掌握。
	3. 「管教多自在」家長正向心理 健康講座(1節) -印刷費用 \$500 -活動物資(文具、活動材料) \$2500	\$3000	協助家長認識子女的需要、生活處境、壓力處理及與子女溝通的技巧。協助家長認識子女的需要、生活處境、壓力處理及與子女溝通的技巧。
	4. 「燃亮生命」成長小組(20節)	\$26000	透過小組集會、營會活

	成長小組(8節) -物資(道具、文具、活動材料) \$3500 -印刷 \$500	\$4000	動及分享讓學生認識自我需要及正面的思維模式，並深度學習抗逆力的元素 (CBB)的掌握。	
	營會(4節) -宿營費(\$450@X26)\$11700 (20學生+6老師/社工) -來回交通費 \$1800 活動物資 \$500	\$14000		
	戶外活動(2節) -入場費(\$100@X26) \$2600 -來回交通費 \$2000 -活動物資 \$400	\$5000		
	義工服務(2節) -活動物資 \$1000 -服務物資 \$1000	\$2000		
	深入面談(4節) -印刷 \$500 -物資 \$500	\$1000		
	4. 逆境同行教師培訓工作坊 (1節) -講員費用 \$1500 -印刷費用 \$2000 -物資 \$3000 -材料 \$1500	\$8000		透過專業分享及訓練，提升教師處理學生精神健康問題的意識和技巧
	5. 嘉許禮(1節) -物資 \$1500	\$3000		
iii) 一般開支	1.會計核數	\$5000		展現學校、家長、學生間的連繫；及提出欣賞及感恩的價值
	2.雜項 -郵費 \$4694 -宣傳物品 \$1000	\$5694		
申請撥款總額 (\$):		\$200,000		

* 請刪除不適用者

*選擇服務供應商時，本機構定遵照優質教育基金〈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、公平及具競爭性的方式進行。

*本機構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〉和其他相關的安全指引。

(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: 1. 觀察學生參與計劃活動的興趣及表現；
2. 學生出席率。
- 重點小組訪問: 訪問教師/學生，收集對於推行計劃及成效的意見。
- 活動前和活動後的問卷調查: 向被篩選出來參加次級介入的學生，量度他們抗逆力的改變。
- 學生表現在評估中的轉變: 80%或以上的參與學生提升了抗逆力
- 其他(請列明) _____

(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) _____

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 01/11/2017 – 30/04/2018	31/05/2018	中期財政報告 01/11/2017 – 30/04/2018	31/05/2018
計劃總結報告 01/11/2017 – 31/10/2018	31/01/2019	財政總結報告 01/05/2018 – 31/10/2018	31/01/2019

資產運用計劃 (現階段不適用)