

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」-燃點生命 (好心情@學校微型計劃)	計劃編號 2016/0847(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(請剔選，可剔選一項或多項)
- (b) 學生：(1)初級預防活動 約385 (人數)*及 中一至中三級(級別/年齡)*
(2)次級介入活動 20 (人數) 中二 (級別/年齡)
- (c) 老師： 全體約59人 (人數)*
- (d) 家長： 邀請約200人(中一至中二級) (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「燃點生命」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，透過家長講座來強化家庭的支援；
 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。

(請剔選適當空格，可剔選一項或多項)

- 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(Bonding)
- 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。

(請剔選適當空格，可剔選一項或多項)

- 學校發展計劃: 2016-2019其中一項的學校發展計劃是以建立學校為一個有效的學習社群，以學生能擁有健康及平衡的學生生活為目標。此外在輔導學生成長的方面，則以建立學生正面的價值觀，自我形象及對生命積極的態度為目標。
- 調查結果: 學校於年初時曾參與由 _____ 與 _____ 進行的「情緒與身心健康調查」，結果顯示在過去半年中有接近二成學生感到焦慮，而當中約有一成達到抑鬱程度。此外在處理問題的方法上，學生中有1%表示曾多次割傷自己，這反映出不少學生抗逆力不高，在面對壓力和焦慮時，會以負面的方法處理，令老師及社工感憂慮。
- 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)

次級介入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。
(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。)

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，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)

故此，本計劃的小組將會由專業社工領導，透過小組互動支援的特質，為被篩查出有需要的學生提供情緒上的支持，及讓他們從小組中學習技巧，處理成長中面對的問題。而且小組活動內容經過精心設計，透過模擬人生歷程的遊戲，讓學生反思生命的價值；透過走訪生命鬥士及義工服務，讓學生感受到受訪者在逆境下自強不息的精神，在增加對別人生命歷練的了解後，體會到自己所擁有的並非必然，從而學習珍惜身邊人與事，提升個人的責任感，促進個人成長。還有小組另一特色是加入怡情園藝及歷奇活

動的環節。按照美國園藝治療協會對園藝治療的定義，透過園藝活動能讓參加者獲得社交、情緒、身體、認知、精神及創意方面的效益。所以小組活動中將加插栽種植物和欣賞自然的環節，讓學生與自然界、植物間產生心靈對話，於身體、心理有療癒效益。還有小組亦安排了戶外活動，藉著歷奇活動的體驗，讓學生在導師同輩的支持鼓勵下，勇敢面對挑戰，學習解決困難的方法，從而突破個人的信心領域，增強抗逆力。

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. 透過怡情園藝讓學生舒緩身心、以自然或人造景觀環境組成的元素，讓學生察覺生命的美好。
5. 學生在導師同輩的支持鼓勵下，透過歷奇活動的體驗，提升解難的能力，增強抗逆力。
6. 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	中二級
11月-12月/2017	「閃亮人生」抗逆故事學生講座(1.5小時,生命鬥士分享如何積極面對人生,讓學生學習正向人生的態度,亦讓	中一至中三

	中一學生加強適應的信心)	
9月-10月/2018	「開心家庭」情緒教育家長講座(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	「燃點生命」學生成長小組(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) 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)	被篩選出來的中二學生
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
6-7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

(b) 請說明教師及校長在計劃中的參與程度及其角色。

(i) 參與的教師人數及投入程度(時間、類別等):

全校約59位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(pt11) x 1/2 x 12個月 x1.05(MPF) x 1.0294	\$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. 「閃亮人生」抗逆故事學生講座 (1節) -講員嘉賓費用(\$800X2人) \$1600 -活動物資(文具印刷) \$400	\$2000	邀請生命鬥士分享克服逆境、積極人生的故事，從而學習面對壓力挑戰、掌握抗逆力的元素 (CBO/CBB)
	3. 「開心家庭」情緒教育家長講座 (1節) -講員嘉賓費用(\$800X1.5小時) \$1200 -活動物資(文具印刷) \$1800	\$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。
	4. 「燃點生命」成長小組(20節) 成長小組(8節) -物資(道具、文具、活動材料) \$3500 -印刷 \$500 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 戶外活動(2節) -入場費(\$100@X26) \$2600 -來回交通費 \$2000 -活動物資 \$400 義工服務(2節) -活動物資 \$1000 -服務物資 \$1000 深入面談(4節) -印刷 \$500 -物資 \$500	\$26000 \$4000 \$14000 \$5000 \$2000 \$1000	透過小組集會、營會及分享讓學生認識自我需要及正面的思維模式，並深度學習如何提升抗逆元素 (CBO/CBB)。
	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，提升教師處理學生情緒困擾問題的意識和技巧
	5. 嘉許禮(1節) -物資 \$1500 \$1500	\$3000	展現學校、家長、學生的連繫；及提出欣賞及感恩的價值
	iii) 一般開支	1.會計核數	\$5000

3. 雜項		\$5694	
-郵費	\$4694		
-宣傳物品	\$1000		
申請撥款總額 (\$):		<u>\$200,000</u>	

* 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。

資產運用計劃(現階段不適用)

(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