

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 校園有晴 (「好心情@學校」微型計劃)	計劃編號 2016/1072 (修訂版)
-----------------------------	-------------------------

基本資料

學校／機構／個人名稱：天主教聖母聖心小學 (協作機構：大埔浸信會社會服務處)

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：725 (人數)*及小一至小六 (級別／年齡)*
- (c) 老師：50 (人數)*
- (d) 家長：280 (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) 1. 透過與人分享、正面思維、享受生活三大元素，推廣學生的心理健康；
2. 「初級預防」(Primary Prevention) 活動，針對所有學生作一般性預防，「次級介入」(Secondary Intervention) 支援活動針對抗逆力較低學生；
3. 提升學生抵抗及處理逆境能力(如解決問題、處理朋輩或家庭關係、適應環境、管理情緒等) 及各種促進精神健康的保護因素；
4. 提高支援學生成長人士(家長及老師)對學生的抗逆力的認識、發展學生的長處及掌握支援學生及家長的技巧。
- (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
- 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。
(請剔選適當空格，可剔選一項或多項)
- 學校發展計劃：本校來年的關注事項是：建立正確的價值觀，活出愛主愛人的精神，懂得尊重環境及承擔一己的責任，為學生提供全面而均衡之全人教育。本計劃讓學生建立「與人分享」、「正面思維」、「與人分享」的生活要素，同時讓學生透過外出參觀體驗活動強化各項價值觀，推動全人發展。
- 調查結果：本校教師／學生／家長意見調查顯示，學生抗逆能力／精神健康情況尚可，處於全港常模，惟部份學生對學校歸屬感較低，自尊心較低，未能於校園活動及學習得到滿足感，期望透過此計劃，讓同學學會正向面對人生。
- 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%)

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。

- 學生表現評估：按每級的需要，安排不同類別的初級預防和次級介入活動。
- 相關經驗：本計劃將參考過去已驗證之中學(社會福利署)「共創成長路」、小學(教育局)「成長的天空」之學生需要和活動程序以作計劃。

公共衛生及基層醫療學院及香港小童群益會自1996年受社會福利署委託研發「次級預防」項目 - 成長的天空計劃(中學)，及後於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(小學)每年於超過200多間小學進行，並由超過20間社福機構提供支援。研究顯示計劃能提升學生的抗逆力、自尊、學習熱誠等保護因素。

本校的協作機構自2004年起為多間學校提供專業到校支援服務，有多年推位學生、家長、教師活動經驗，足以支援學校推行是次計劃。

- 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，難以邀請合適社福的機構提供足夠的專業服務支援。

- (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) 與次級介入 (Secondary Intervention)

多年以來，不少本地及外國學者均強調「初級預防」和「次級介入」，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，但支援較普遍，未能有效針對學生的需要。國際文獻已指出「次級介入」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。「次級介入」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。

- i. 個人能力與技巧 (Competence) - 通過「培訓/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

- ii. 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
- iii. 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

(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. 計劃將由學校與社會服務機構(NGO)共同協作推展，NGO會提供充足人力資源。
2. 計劃主要分為生活課、生命體驗參觀活動、成長小組、親子活動、家長講座及教師培訓各部份。專業社工將利用互動的體驗活動、多媒體媒介、生活常見情境討論等方法推行所有活動，而生命體驗參觀活動，更會將一般的參觀，結合學生的成長需要及解說活動，讓學生能鞏固參觀活動的生命體驗和反思，建立正面價值觀。班主任並會於生活課及生命體驗參觀活動全程觀課，能將要點透過班主任課再進行專題深化，協助老師推行班級經營回應學生需要。
3. 透過問卷和老師觀察辨識低抗逆力的學生，推薦他們參加成長小組。
4. 過程中如發現潛危學生(如需要個別輔導的學生)，將轉介給學校輔導老師跟進。

(ii) 主要推行詳情

計劃時期: 11/2017(月份/年份)至08/2018(月份/年份)

日期	計劃活動	具體內容及預期學習成果	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)
下學期	「正向人生」生活課	以正向思維，加強學生抗逆力	224名學生 小三、六全級	小三及小六各6節，每節1小時，兩級共12小時	每節每班1名註冊社工(具入校服務或相關兒童及青少年工作經驗)
下學期	逆風高飛小組	以小組形式，讓學生從活動中學習抗逆力和與人溝通的技巧	20名學生 小三及小六有較大需要學生各10位	小三及小六各8節，每節1.5小時，兩級共24小時	2名註冊社工(每組1名共2名，具入校服務或相關兒童及青少年工作經驗)
下學期	挪亞方舟生命教育之旅	-讓學生認識生命的意義 -讓學生學習愛護環境、尊重生命	144名學生 小一全級	1節，共3小時	6名註冊社工(具入校服務或相關兒童及青少年工作經驗)

下學期	科學園激發科普潛能之旅	-讓學生以科普探知生命 - 讓學生學習愛護環境、尊重生命	136名學生 小二全級	1節,共3小時	6名註冊社工(具入校服務或相關兒童及青少年工作經驗)
下學期	科學園激發科普潛能之旅	-讓學生以科普探知生命 - 讓學生學習愛護環境、尊重生命	124名學生 小三全級	1節,共3小時	6名註冊社工(具入校服務或相關兒童及青少年工作經驗)
下學期	米埔親親大自然靜觀之旅	- 提升學生對環境及自然的認識 - 讓學生學習愛護環境、尊重生命	120名學生 小四全級	1節,共3小時	6名註冊社工(具入校服務或相關兒童及青少年工作經驗)
下學期	民航處夢想高飛之旅	-讓學生藉此探求自我目標和理想 - 讓學生學習愛護環境、尊重生命	101名學生 小五全級	1節,共3小時	6名註冊社工(具入校服務或相關兒童及青少年工作經驗)
下學期	T PARK 源區愛惜大自然之旅	- 提升學生對環境及自然的認識 - 讓學生學習愛護環境、尊重生命	100名學生 小六全級	1節,共3小時	6名註冊社工(具入校服務或相關兒童及青少年工作經驗)
上學期	「棋樂無窮」親子桌遊工作坊	- 以不同的桌上遊戲促進親子溝通技巧及學習正面生命或品德教育	40名學生 40名家長 四十對小一至小三親子	1節,共2小時	2名註冊社工和4名活動工作人員(具入校服務或相關兒童及青少年工作經驗)
上學期	如何輕鬆愉快地管教子女家長講座	- 學習有效的管教技巧 - 認識親子溝通技巧(情緒管理)	100名家長 全校家長	1節,共2小時	1名資深註冊社工(豐富兒童及青少年工作經驗、豐富親職/家長工作坊經驗; 學士修訂)

		技巧)			於29/9/2017或以上學歷);及1名註冊社工(具相關兒童及青少年工作經驗、親職/家長工作坊經驗)
上學期	如何善用互聯網及社交媒體培育子女家長講座	-讓家長明白互聯網及社交媒體對青少年的重要性 -指導家長如何培育子女善用互聯網及社交媒體的技巧	100名家長 全校家長	1節,共2小時	1名資深註冊社工(豐富兒童及青少年工作經驗、豐富親職/家長工作坊經驗;學士或以上學歷);及1名註冊社工(具相關兒童及青少年工作經驗、親職/家長工作坊經驗)
下學期	與問題家長(情緒易起波動、疏忽照顧子女等)作有效溝通教師工作坊	-處理投訴的概念架構:學校系統/教師裝備/了解家長/學生為本 -非一般家長的心態和信念 -親師衝突的成因	50名教師 全體教師	1節,共2.5小時	1名資深註冊社工(豐富兒童及青少年工作經驗、豐富親職/家長工作坊經驗;學士或以上學歷);及2名註冊社工(具相關兒童及青少年工作經驗、親職/家長工作坊經驗)

註：本校會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。

(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):

由校長帶領副校長及輔導主任專責推行校本計劃，對應學生需要。參與老師包括各級班主任(生活課及生命教育參觀)、全體教師(與家長有效溝通)。

(ii) 老師在計劃中的角色: (請剔選適當空格，可剔選一項或多項)

- 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 \$197,100- 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) 服務	「正向人生」生活課(小三、六全級)	\$ 38,400-	小三、六共八班,每班六節,每節一小時 導師費每節\$800 (8班共): \$800 x 6 x 8 = \$ 38,400-
	逆風高飛小組(小三及小六情緒易起波動、消極、容易產生負面情緒的學生各10位)	\$ 19,200-	小三及小六各一組,每節1.5小時,每組8節 導師費每節\$1200- (2組共): \$1200 x 8 x 2 = \$ 19,200-
	挪亞方舟生命教育之旅(小一全級)	\$28,300-	活動費及旅遊巴: \$18,700- 導師費每位\$2400 (4位) 3小時: \$2400 x 4 = \$9,600-
	科學園激發科普潛能之旅(小二全級)	\$12,700-	活動費及旅遊巴: \$3,100- 導師費每位\$2400 (4位) 3小時: \$2400 x 4 = \$9,600-
	科學園激發科普潛能之旅(小三全級)	\$12,700-	活動費及旅遊巴: \$3,100- 導師費每位\$2400 (4位) 3小時: \$2400 x 4 = \$9,600-
	米埔親親大自然靜觀之旅(小四全級)	\$29,500-	活動費及旅遊巴: \$19,900- 導師費每位\$2400 (4位) 3小時: \$2400 x 4 = \$9,600-
	民航處夢想高飛之旅(小五全級)	\$13,480-	活動費及旅遊巴: \$3,880- 導師費每位\$2400 (4位) 3小時: \$2400 x 4 = \$9,600-
	T PARK源區愛惜大自然之旅(小六全級)	\$14,850-	活動費及旅遊巴: \$5,250- 導師費每位\$2400 (4位) 3小時: \$2400 x 4 = \$9,600-
	「棋樂無窮」親子桌遊工作坊(四十對小一至小三親子)	\$6,400-	導師費每位\$1600(2位社工和4名活動工作人員) 2小時: \$1600 x 2 + \$800 x 4 = \$6,400-
	如何輕鬆愉快地管教子女家長講座(全校家長)	\$2,040-	導師費2小時: \$2,040-
	如何善用互聯網及社交媒體培育子女家長講座(全校家長)	\$2,040-	導師費2小時: \$2,040-
	與非一般家長作有效溝通教師工作坊(全體教師)	\$4,600-	導師費每位\$2,300(共2位) 2.5小時: \$2,300 x 2 = \$4,600-
ii) 一般開支	核數費用	\$ 5,000-	
	「正向人生」生活課(小三、六全級)	\$ 850-	物資費(八班共): \$ 850-

			購買文具、紙張、影印費等
	逆風高飛小組	\$ 240-	物資費 (兩組共): \$ 240- 購買文具、紙張、影印費等
	挪亞方舟生命教育之旅 (小一全級)	\$1,000-	物資費: \$1,000- 購買文具、紙張、影印費等
	科學園激發科普潛能之旅 (小二全級)	\$900-	物資費: \$900- 購買文具、紙張、影印費等
	科學園激發科普潛能之旅 (小三全級)	\$900-	物資費: \$900- 購買文具、紙張、影印費等
	米埔親親大自然靜觀之旅 (小四全級)	\$1,000-	物資費: \$1,000- 購買文具、紙張、影印費等
	民航處夢想高飛之旅 (小五全級)	\$1,000-	物資費: \$1,000- 購買文具、紙張、影印費等
	T PARK源區愛惜大自然之旅 (小六全級)	\$1,000-	物資費: \$1,000- 購買文具、紙張、影印費等
	「棋樂無窮」親子桌遊 工作坊	\$1,000-	物資費: \$1,000- 購買文具、棋、桌上遊戲等
申請撥款總額 (\$):		\$197,100-	

註：本校選擇服務供應商時，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、公平及具競爭性的方式進行。

(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: 觀察學生參與計劃活動的興趣及表現。
- 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。
- 活動前和活動後問卷調查: 對參加的學生，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。

(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

註：為使計劃的成效得以加強和延續，本校在計劃完成後，保留活動前和活動後的問卷調查數據，作日後的跟進和持續發展。

註：資產運用計劃

由於本計劃中沒有超過單價 \$1,000 以上的資產，故此現階段不適用。

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
計劃進度報告 1/11/2017 - 30/4/2018	31/5/2018	中期財政報告 1/11/2017 - 30/4/2018	31/5/2018
計劃總結報告 1/11/2017 - 31/8/2018	30/11/2018	財政總結報告 1/5/2018 - 31/8/2018	30/11/2018