

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 Resilience Boost | 計劃編號 2016/1106 (修訂版) |
|--------------------------|-------------------------|

基本資料

學校名稱：德望學校(中學部) (協作機構：香港明愛社會工作服務)

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：1200人(中一至六級)
- (c) 老師：
- (d) 家長：100人
- (e) 參與學校(不包括申請學校)：
- (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。
- 學生層面
增加學生對情緒、壓力的認識及感恩行動，學習建立正面思維及情緒。
協助提升學生自我效能感，從而提升抗逆力。
- 家長層面
協助家長在親子關係上，建立正向文化，從而加強對青少年子女支援能力。
- (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) _____
- (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:
Resilience Boost
由於APASO中顯示到學生的壓力指數偏高，加上近年學校提倡學生的正向情緒，所以學校希望透過不同活動去提升學生的抗逆力。
- 文獻研究綜述:
香港青年協會於2016年公佈「在學青少年壓力情緒」調查結果顯示，受訪的4,244名中小學生及大專生中，逾四成(40.7%)面對新學期有負面情緒，近三成(28.7%)受訪學生自評壓力偏高；逾三成一(31.5%)選擇在社交媒體發佈負面情緒。

著名心理學家沙尼文指出，正面情緒有助人面對壓力(Seligman,2002)當遇到困難時，正面情緒有助增強同學的抗逆力，減低焦慮。正面情緒有助同學建立和諧的人際關係，提升個人的投入和成就感，讓他們更體會人生的意義。

青少年透過強化內在保護因素(石丹理、李德仁, 2007, 130頁)，包括正面的身份認同、自我控制、社交能力、樂觀感、情緒穩定和利他主義是有助提升抗逆力。
- 學生表現評估:
由APASO中顯示到學生的壓力指數偏高。
- 相關經驗:
每年為高年級的學生舉行減壓活動。

- (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。

專業專職照顧

透過增加專業社工人手，專業專職照顧及支援同學的情緒需要。透過不同的活動，加強同學的抗逆力。

消除標籤效應

本計劃活動溶入課堂，無標籤效應，令同學容易投入。

提昇同學互助精神、增加正向情緒

活動提升同學他人的關心，通過助人增加正向情緒。

(II) 計劃可行性

- (a) 請描述計劃的設計，包括：

(i) 方式／設計／活動

計劃建議於2017年11月展開，通過課堂工作坊，建立學生抗叛力，面對新學期的挑戰。

透過增加專業社工人手(半職)接觸學生，加強學生與健康成人的連繫，從而提供情緒支援。

為有需要的同學，釋放壓力；並由專業社工人手(半職)帶領活動。

動員全校中一至中五的同學，學習關心社會及他人不同的需要，並以付諸行動，從而學習感恩及建立正向情緒。

潛危學生(如需要個別輔導的學生)將會轉介校內輔導人員(如學校輔導團隊或學校社工)即時跟進。

為提升計劃成效的延續性，本校已於去年為全校老師提供正向教育培訓，讓老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。

(ii) 主要推行詳情

計劃時期:(11/2017)至(10/2018)

| 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) |
|--------------------|------------------------------|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|-------------------------------------------------|-----------------------------------|
| 11/2017 -8/2018 | 課室探訪 | 接觸及認識學生，建立 關係 讓學生更了解同事的 工作，同時認識及建立 關係 | 學生 /1000 人 (中一 至 中 五 30班) | 每節: 50 分 鐘 共: 25 小時 | 社工(半 職) 每星期駐 校 2天 |
| 11/2017 -8/2018 | Relax Oasis 種 植小組 | 透過每個月一次種植 聚會，提升學生社交 技巧，給予一個釋放壓 力的平台 | 學生 /12人 (中一 至 中 三) | 學生小組: 11節 每節: 1.5 小時 共: 16.5 小 時 | |
| 1/2018- 2/2018 | S. 6 Farewell workshop | 中六同學畢業在即，透 過不同的活動，提升中 六同學面對困難及抗 逆力，讓她們有信心面 對將來的生活 | 學生 /180人 (中六 學生) | 工作坊: 2 節 每節: 1小 時 30分鐘 共: 3小時 | |

| | | | | |
|----------------|------------------------|--------------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------------------|
| | | | | |
| 1/2018-4/2018 | Pass it On | 透過傳遞愛心的活動，讓學生學習感恩，同時關心社會及身邊不同人的需要。 | 學生 /1000人 (中一至中五) 對象：小學生 | 活動前安排 (3月)-5節 兩次活動前訓練 (3月) 活動後跟進 (4月)- |
| 11/2017-5/2018 | Workshop on resilience | 透過不同的活動元素，例如藝術等，提升學生面對問題及困難的能力，從而增強學生的抗逆能力 | 學生 /280人 (中一至中三，中五，共24班) | 工作坊：每班1節， 每節：60分鐘 共：24小時 |
| 1/2018 | 「正向管教」家長講座 | 讓家長多認識正向教育及管教的方法，從而加強與子女的溝通，改善大家的關係。 | 家長 /100人 (中一及中二) | 1節, 1.5小時 |
| 8/2018-10/2018 | 計劃檢討及評估 | | | |

本校亦會採取安全措施以確保計劃參與者的安全，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):

- 校長及副校長共同策劃及監察進度，
- 老師及學校社工協助識別及轉介有服務需要的學生
- 教師於活動進行中協助提供回饋

(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 196,600.00 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 | 社工 (半職) 21880x12x0.5x1.05 | \$137844.00 | 擁有社工學位 加強專業專職照顧的理念 增加人手跟進配合本計劃理念的活動 |
| ii) 服務 | Workshop on resilience 工作坊: 每班 1 節, 每節: 60 分鐘 共: 24 小時 社工導師: \$1,040 x1小時x1位 x24班 | \$24960.00 | 由同一位資深社工負責, 擁有7年以上的輔導及培訓工作, 為青少年提供個人成長課程及活動。 |
| | 家長講座 1 節, 1.5 小時 社工導師: \$1,040 x1.5小時x2 位 活動助理 \$300x1.5小時x 2 位 | \$4,020.00 | |
| iii) 一般開支 | Workshop on resilience 小組物資 獎品(文具)大咭 紙、圖畫紙、咭仔、 獎品文具、印刷) \$400 x 24 場 | \$9,600.00 | |

| | | | |
|---------------------|-------------------------------------------------------------|--------------------------|--|
| | Relax Oasis 種植小組 手工物資例如種子、盆 \$228@ x11 | \$2,508.00 | |
| | S. 6 Farewell workshop 活動物資 獎品(文具), 汽球、 印刷等 | \$6,000.00 | |
| | 家長講座 活動物資 印刷筆記 | \$1,800.00 | |
| | 雜項: 影印 文具等 | \$1,868.00 \$3,000.00 | |
| vi) 審計費用 | 優質教育基金指定的開支預算 | \$5,000.00 | |
| 申請撥款總額 (\$): | | 196,600.00 | |

本校會於選擇服務供應商時遵照優質教育基金〈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。

* 請刪除不適用者

(III) 計劃的預期成果

- (i) 請說明評估計劃成效的方法。
(請剔選適當空格，可剔選一項或多項)

觀察:

重點小組訪問:

- 活動前和活動後的問卷調查:
學生在參加活動後，收集對活動的評價及意見
學生輔導小組的參加者填寫前後問卷以了解是否有改變

為使計劃的成效得以加強和延續，本校會在計劃完成後，透過協作機構提交前測和後測的實證和數據，學校亦會存檔，以便跟進。

- 學生表現在評估中的轉變:
學生輔導小組一由導師協助評估同學的轉變

其他(請列明) _____

(ii) 請列明計劃的產品或成果。
(請剔選適當空格，可剔選一項或多項)

- 學與教資源
 教材套
 DVD
 其他(請列明) _____

資產運用計劃 (現階段不適用)

遞交報告時間表

本人/本校/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 1/11/2017 - 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 - 31/10/2018 | 31/1/2019 | 財政總結報告 1/5/2018 - 31/10/2018 | 31/1/2019 |

Reference:

Seligman, M.E.P. (2002), *Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment*. New York, Free Press

石丹理、李德仁主編<青少年正面發展構念>。香港:商務印書館，2007。