

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
好心情@學校

| | |
|--------------------------|-------------------------|
| 計劃名稱 「喜樂校園計劃-何文田官立中學」 | 計劃編號 2016/0633 (修訂版) |
|--------------------------|-------------------------|

基本資料

學校／機構／個人名稱： 香港小童群益會健康校園計劃 / 何文田官立中學

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：__825人__ (人數)*及__全校/ 12-18歲__ (級別／年齡)*
- (c) 老師：__50人__ (人數)*
- (d) 家長：__30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): _____

計劃推行時期：1/10/2017-30/9/2018

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) 以預防性的介入手法，透過不同活動促進學生的精神健康
- (2) 加強學生的正面聯繫，營造關愛、具支持的校園氣氛
- (3) 運用正向心理學，提升學生的正面思維，學習感恩
- (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。
(請別選適當空格，可別選一項或多項)
- 學校發展計劃: 學校來年的其中一關注事項是提升學生對精神健康的關注，從而加強學生的抗逆力，與好心情計劃方向十分配合。
- 調查結果: 計劃與老師進行訪談，老師表示從學校輔導組，學校社工，各老師及家長的觀察，認為應加強全校學生的抗逆力，初中及高中學生分別感到很大壓力，希望透過不同活動支援學生，提升學生抗逆力。
- 文獻研究綜述:
- 在香港，愈來愈多兒童和青少年在公營界別診斷有精神健康問題。上

述情況可從醫管局兒童及青少年精神科服務的個案數目反映出來。這類個案的數目由二零一一至一二年度的18 900宗增至二零一五至一六年度的28 800宗，五年內增幅超過五成。

- 面對青少年抑鬱及焦慮問題，傳統治療多以認知行為介入手法為主，以協助個人減低焦慮和抑鬱症狀為目標。而正向心理學則注重發掘、培養和發揮青少年的正面心理特質，增強他們面對困難和解決問題的態度及能力(Seligman, Steen, Park, & Peterson, 2005)。
- 正向心理學是一門透過以驗證為基礎的社會科學，以研究個人品格強項、建立正面情緒和快樂感為重點。相對傳統心理學將焦點放在解釋負向情緒的發展或影響；正向心理學則著重全人發展，以發掘、培養和發揮個人的長處和潛能為目標，推動個人發展正面的元素如樂觀、愉快和互愛等，積極面對生活中的壓力和挑戰，從而邁向圓滿的人生(湯國鈞、姚穎詩、邱敏儀 (2010)。喜樂工程。香港：突破出版社)。
- 而推廣精神健康是預防自殺工作的重要一環，因為藉此可讓公眾更清楚維持心理健康的重要性，以及增強他們對精神健康問題的意識。
- 根據食物及衛生局「精神健康檢討報告」(2017)建議學校繼續加強校本「健康校園政策」，促進和維持學生的生理、心理及社交健康，並向他們灌輸正面的價值觀及培養積極主動的態度和技巧，以面對個人成長的挑戰，從而提高學生應對逆境的適應力和抗逆能力，促進他們的心理健康。而本計劃正正回應需要，以推廣「與人分享」、「正面思維」和「享受生活」的訊息，同時裝備學生面對挑戰的能力。

學生表現評估: _____

- 相關經驗: 香港小童群益會(下稱本會)一直致力倡議及推動關注兒童及青少年精神健康、正面情緒，建立一個正面的社會環境，塑造身心健康的兒童及青少年。於關注兒童及青少年精神健康的工作上，本會本著「預防及教育」、「倡導及支援」、「及早識別及早介入」及「強處為本，建構正面生活」的預防及支援工作，向兒童及青少年提供全面精神健康支援服務。

其他(請列明) _____

- (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。
- 是次計劃是回應「好心情@學校」計劃，以運用「正向心理學」的理念，建立一個安全而又具支持作用的校園環境。健康促進學校的理念就是要學校加強學生對精神健康和福祉的認識，以及提升學生的社交和情緒控制能力。
 - 正面的聯繫有助減低孤獨感，加強解決問題的能力，以及有效減少自殺的意圖。校本活動設計乃參照世界衛生組織(WHO, Preventing Suicide- A global imperative) 2014針對預防自殺的行動策略中，採用“通用性“介入(Universal Prevention Intervention), 重點提升校園關愛文化，鼓勵傾訴及求助意識。

(II) 推行計劃詳程

(a) 請描述計劃的設計，包括：

(i) 計劃會將「與人分享」、「正面思維」和「享受生活」的元素加入活動當中，令校園生活變得更健康、開心和充實。

*S=sharing 「與人分享」 M=mind 「正面思維」 E=enjoyment 「享受生活」

| 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) |
|--------------------|----------------|--|---|------------------------------------|---|
| 10/2017 | 「愛在當下」生命劇場 | 透過生命劇場，探討生命的價值，人與人的連繫與關愛，促使學生以積極樂觀的心態面對成長歷程的起跌，同時喚醒同學朋輩間「多分享」互相支持，減低孤獨感及加強希望感及連繫感，從而建立互相支持及關愛的校園環境。 | 全校學生 825人 校長及老師均認為全校同學都有需要加強連繫，所以挑選全校同學一同受惠。 | 1節 | 由劇團演出短劇，由社工總結主題、帶領學生反思。 資歷： (註冊社工，具一年或以上社會服務工作經驗) (有演出經驗之劇團) |
| 10/2017 -5/2018 | 「快樂就在轉角」校本關懷行動 | 培訓學生分享有關健康主題及攤位設計，在校內早會上學生分享不同有關健康主題，如學習感恩，接納及關愛的心，促使學生學習正面思維及了解個人保護因素的重要。 以分享訊息及進行感恩週攤位活動來營造關愛、具支持的校園氣氛，讓同學感受「快樂就在轉角」。 | 全校學生、 老師 校長及老師均認為全校師生都需要共同參與，學習正面思維，所以挑選全校師生一同受惠。 | 8節 (訓練 4節) (活動 4節) | 由社工培訓學生及策劃活動 資歷： (註冊社工，具一年或以上社會服務工作經驗) |

| | | | | | |
|--------------------|---------------------------------|--|--|------------------------------------|--|
| 11/2017 -7/2018 | 「TEEN 天 Power Up」成長 小組 | <p>針對抗逆力較低的初中及高中學生，提供成長小組以正向心理（Positive Psychology）作為核心架構，並配合各校學生組合需要而設計重點內容。</p> <p>小組與園藝小組合作教授種植技巧</p> <p>小組以種植有機園圃活動推行，學生及家長從中互相學習正向心理內的重點，包括：</p> <p>認識性格優點 (Character strengths)</p> <p>加強正面思維 (Positive thinking)</p> <p>學習感恩(Gratitude)</p> <p>加強朋輩互助(social support)</p> | 15-20 名學生及家長 | 10節 | <p>由社工培訓學生及策劃活動</p> <p>有機園圃導師教授栽種技巧</p> <p>資歷：</p> <p>(註冊社工，具一年或以上社會服務工作經驗)</p> <p>(有教授園藝工作經驗)</p> |
| 10/2017 -2/2018 | 「同途有 愛」家長 老師培訓 | <p>在教師發展日邀請講者向老師講解辨識及處理抗逆力較低學生的技巧。</p> <p>在家長教師晚會或家長日邀請講者講解辨識及處理抗逆力較低學生的技巧。</p> <p>家長、老師作為守護者 (Gatekeeper)對於及早察覺或辨識抗逆力較低學生相當重要，裝備與掌握基本要點 (QPR)對及早辨識有幫助。</p> <p>QPR: Question, Perceive, Refer in Suicide Prevention</p> <p>老師及家長會學習到辨識及處理抗逆力較低學生的技巧，令他們日後可及早介入，支援及處理抗逆力較低學生在情緒和發展方面的需要，加強預防性的工作。</p> | <p>全校老師 50人</p> <p>家長20位</p> <p>校長、老師家長均認為他們都需要學習辨識及處理抗逆力較低學生的技巧，所以希望各全校老師及有需要的家長進行培訓。</p> | 4節 (老師 2節) (家長 2節) | <p>由社工策劃活動及進行分享</p> <p>講者講解辨識及處理抗逆力較低學生的技巧</p> <p>資歷：</p> <p>(註冊社工，具一年或以上社會服務工作經驗)</p> <p>(講者需有相關主題講義經驗)</p> |

| | | | | | |
|--------------------|-----------------------|--|--|----|------------|
| 12/2017 -6/2018 | I- CARE@S chool | 為學生、家長及老師的生活雜誌/社交媒體/通訊,內容主要以提倡正面思維、促進身心健康的小貼士、小玩意、或教材等。 每學期編輯及出版一期,共兩期;最後以PIE方式結集以促進精神健康的小貼士。 | 全校學生、老師及家長 透過家長的反映、校長、老師的建議及學校社工的觀察需要全校學生、老師及家長參與 | 2期 | 由社工負責編輯及出版 |
|--------------------|-----------------------|--|--|----|------------|

(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):

全校老師(約50人)會參與「同途有愛」老師培訓工作坊

(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) _____

如活動中發現潛危學生(需要個別輔導的學生),本計劃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)作即時跟進。

(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 | 半職社工 薪金 \$23,224 x 1/2 x 12個月 x1.05(MPF) | \$146,312 | <ul style="list-style-type: none"> ● 協調整體計劃的進展 ● 行政及財政工作 ● 與協辦學校聯絡及宣傳 ● 推行小組活動 ● 帶領小組討論 |

| | | | |
|--------------|---|---|---------------------------------------|
| | | | ● 出版通訊 (註冊社工，具一年或以上社會服務工作經驗) |
| ii) 服務 | (1)「愛在當下」生命劇場 ➢ 編寫劇本 1本 ➢ 演員演出 1次 (40分鐘) | \$2,000 \$3,000 | ● 需要聘用劇團，編寫劇本及演出 |
| | (2)「快樂就在轉角」校本關懷行動 ➢ 分享日(4節) ➢ 培訓小組活動物資(8節) | \$6,000 \$6,000 | ● 於校內進行4節活動，製作小禮物供校內師生，傳送喜樂關愛的訊息。 |
| | (3)「TEEN天Power Up」成長小組(15-20人)家長學生有機園圃(10節) ➢ 活動物資(包括種植用品) ➢ 導師(\$330 X 1.5小時) x 10次 ➢ 禮物 ➢ 參觀其他園圃車費2次 | \$12,000 \$4,950 \$2,000 \$1,200 | 小組以正向心理為架構，並結合園藝手法，協助學生及家長建立良好正面的心理基礎 |
| | (4)「同途有愛」家長老師培訓 老師工作坊1次(50人) ➢ 邀請資深教授培訓(\$1020 x 2小時) ➢ 活動物資 家長工作坊1次(20人) ➢ 邀請資深教授培訓(\$1020 x 2小時) ➢ 活動物資 | \$2,040 \$1,000 \$2,040 \$1,000 | 註冊社工或持有大學學位資歷，需具有相關服務及講座經驗。 |
| | (5)I-CARE@School(兩期) ➢ 封面設計及印製刊物1000份 | \$2,000 | |
| iii) 一般開支 | 會計核數 雜項(文具等) | \$5,000 \$3,458 | |
| 申請撥款總額 (\$): | | \$200,000 | |

* 請刪除不適用者

本計劃選擇服務供應商時，須遵照優質教育基金（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) | <p>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)</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> 觀察:社工在活動中進行觀察，了解同學是否提升學生的正面思維，學習感恩。</p> <p><input type="checkbox"/> 重點小組訪問: _____</p> <p><input type="checkbox"/> 活動前和活動後的問卷調查: _____</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> 學生表現在評估中的轉變: 以抽樣形式在學生，進行質化及量化問卷，以評估學生的保護因素是否提升，包括加強正面校園聯繫及加強正面思維。</p> <p><input type="checkbox"/> 其他(請列明) _____</p> |
| (ii) | <p>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)</p> <p><input type="checkbox"/> 學與教資源</p> <p><input type="checkbox"/> 教材套</p> <p><input type="checkbox"/> DVD</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> 其他(請列明) 最後會以9間官校的出版精神健康的小貼士通訊(I-CARE@school) 集合編制成小冊子</p> |
| (iii) | <p>計劃成效延續</p> <p>為使計劃的成效得以加強及延續，本計劃完成後會以匯報形式及撰寫計劃成效報告書，向校方提供成效數據，以便學校可更進。</p> |

(IV) 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 | 沒有 | | | |
| 書籍及視像光碟 | 沒有 | | | |
| 電腦硬件 | 沒有 | | | |

| | | | | |
|-------|----|--|--|--|
| 電腦軟件 | 沒有 | | | |
| 樂器 | 沒有 | | | |
| 辦公室器材 | 沒有 | | | |
| 辦公室家具 | 沒有 | | | |
| 體育器材 | 沒有 | | | |
| 其他 | 沒有 | | | |

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)。

(V) 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 – 31/3/2018 | 30/4/2018 | 中期財政報告 1/10/2017 – 31/3/2018 | 30/4/2018 |
| 計劃總結報告 1/10/2017 - 30/9/2018 | 31/12/2018 | 財政總結報告 1/4/2018 - 30/9/2018 | 31/12/2018 |