

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」 - 與「好心情@學校」計劃有關	計劃編號 2016/0448 (修訂本)
-------------------------------------	-------------------------

基本資料

學校名稱：九龍真光中學（與協作機構合辦）

受惠對象

- (a) 界別：中學
- (b) 學生：(1) 初級預防活動約 700 人(全校) (2) 次級支援活動約 20人(中一及中二)
- (c) 老師：60 人
- (d) 家長：20 人

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。

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，即對所有學生作一般性預防，本建議計劃以問卷調查篩選有需要的學生，並提供點對點的「次級支援」(Secondary Support) 支援活動；
3. 提升學生抵抗及處理逆境能力及各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及掌握跟進技巧。

(b) (i) 請表明學校的需要及優先發展項目。

- 促進學生的社交和情感發展
- 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。

學校發展計劃: 為了回應學生需要及社會趨勢，本校上年以「正面文化」的培育作為學校的關注事項。學校從全校層面、組別層面及老師層面推行不同類型及深度的「正面文化」培育活動，希望增強學生面對逆境的能力，從而有效解決她們成長過程中的困擾。來年學校亦將以“Optimism Leads to Power”作為學校的年度主題，以突顯正面文化在學校教育理念中的重要性及急切性。

調查結果: 學生在面對學業、朋輩關係等問題常感到壓力。面對新高中學制的學習壓力，教師留意到部份高中學生有情緒困擾的問題。跟據學校社工的跟進個案數字顯示，平均每級約有十位同學現正接受社工的輔導。中五級的情況較為嚴重，個別學生更需要定期接受教育心理學家或精神科醫生的跟進，情況令人擔憂。而於 APASO(2015)的數據顯示本校高中同學(S4-S6)的 negative affect 對比全港為高(全港:1.94，本校: 2.23)。而初中同學General Satisfaction 從2012的2.72(高於全港)下跌至2015的2.51(低於全港)，這點亦值得校方關注。

相關經驗: 本計劃將參考過去已驗證之中學(社會福利署)、小學(教育局)「成長的天

空」之學生需要篩選問卷和活動程序、突破機構、香港中文大學醫學院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。研究顯示計畫能提升學生的抗逆力、自尊、學習熱誠等保護因素。

本校致力推動校園的正面教育。現與外間機構合作，為學校中一及中二級的學生提供正面教育的課程。作為「初級預防」的項目，課程運用24種性格優勢作為理論基礎，讓學生學習面對不同逆境時仍能保持正面思考的方法。

- 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；教師工作沈重，疲於照顧不同背景學生的各種需要；學校缺乏足夠資源，難於邀請合適社福的機構提供專業服務支援。此外，現有的學生支援計劃以「初級預防」為主，甚少透過「次級支援」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。

1. 初級預防 (Primary Prevention) 與次級支援 (Secondary Support)

多年以來，不少本地及外國學者均強調「初級預防」和「次級支援」，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，而「次級支援」則提升學生抗逆力、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) 作為抗逆力的框架，但經多年實踐，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" 及 "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) 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。
- (III) 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。

(II) 計劃可行性

- (a) 請描述計劃的設計，包括：

(i) 方式/設計/活動

1. 由校長帶領學校推行校本計劃，協調不同科組及班主任的工作。

2. 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。校方會與協作機構共同訂定、策劃並推行計劃活動。由本計劃聘用的人員會出席所有計劃活動，該等人員會與學校保持溝通，與學校輔導團隊及/或學校社工及/或教育心理學家推展計劃下的各項工作，以確保計劃能達到目標，並切合學校的需要，以及辦學信念和使命。
3. 以成長的天空 (UAP) 為藍本，更新篩選工具 (Screening Tool) 及具實證的校本程序，可於 2017 - 2018 學年初提供予參加學校及 NGO 使用。
4. 活動項目將考 UAP 設計，以積極向上、富趣味性的形式呈現和開展。過去及現時不少 NGO 社工有提供相關服務計劃的經驗，包括中、小學的成長的天空及共創成長路，前線社工均具備具體執行計劃的基本能力及技巧。NGO 將為負責計劃的社工提供相關培訓，確保服務質素及成效。
5. 由於計劃包括初級預防及次級支援的工作，根據過去的經驗所得，推展計劃時可減低對參加學生的標籤效應，有助有需要的學生接受及參與計劃。
6. 潛危學生會轉介校內輔導人員(如學校輔導團隊、學校社工)即時跟進。
7. 校方選擇服務供應商時，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。
8. 校方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》和其他相關活動的安全指引。

(ii) 主要推行詳情

計劃時期:(9/2017)至(8/2018)

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)
8 月	與協作機構聯繫及籌備	由校長領導及策劃	全體老師	約五天	學生事務組
全 學 年	建立正面文化 – 班本活動資助	透過不同平台如早會、校會、班主任時間等，建立學生正面文化	全校	早會: 每日 校會: 全年約10次	學生事務組
	「正面思維」及「享受生活」活動通訊	出版刊物	全校	1-2次	學生事務組
	以正向思維作主題的作文比賽及作品輯錄	出版刊物	每班選取1至2篇	1-2次	學生事務組
	真光人「正向教育」課程	透過正規課程如正向思維、愛校教育、素質教育、情緒教育，培養學生成為正向的真光女兒	中一至中二	全年每級14節	學生事務組
	各級工作坊:「正面思維」開心快樂心	於班主任課設正向思維課	中三至中五	每級兩次	學生事務組、協作機

	理健康				構
	校長課	於宗教課和同學分享如何面對壓力，強化同學的心理素質	中六	每班一次	校長
	感恩活動	於家政堂學習做一 Thank you dish / dessert 給家人	中一	一次	學生事務組
		寫一封Thank you letter 給小學老師	中二	一次	
		班本感恩活動 (如感恩樹)	中三至中五	班本決定	
		於家長日前寫Thank you card 給父母	中四	一次	
		惜別會	中六	50分鐘	
		謝師宴	中六	一次	
	中六打氣站	於九月pre-mock後的一個下午至黃昏，透過不同正向活動，讓同學學習有效健康的壓力管理方法	中六級	7小時	學生事務組、協作機構
9月	建立正面文化 – 逆境同行老師培訓工作坊 (抗逆力活動)	於教師培訓日進行逆境同行工作坊，增強老師的抗逆力	全體老師	3小時	學生事務組、協作機構
10月	學生需要調查 (HKSIF 1.1)	為同學評估，找出有需要的同學 (如低抗逆力的學生)，給學校社工跟進	中一及中二		學生事務組、協作機構
	中四學習日	此學習日設於十月初，除了讓同學認識DSE課程，掌握學習技巧外，亦透過活動增強同學的解難能力。	中四級	6小時	學生事務組、協作機構
	建立正面文化 – 逆境同行家長培訓工作坊 (抗逆力活動)	於家長周年大會，設工作坊，協助他們建立技巧，與子女同行	家長 (約30人)	1小時	家教會、協作機構
10月至6月	學生成長小組	為中一及中二有需要同學提供抗逆力提升小組活動 挑選準則：根據學生需要調查 (HKSIF 1.1) 結果，輔以教師及社工觀察作參考。	中一及中二 (約20人)	一星期一次 (按個別需要調節)	學生事務組、協作機構
11月	學生學習支援計劃	於統測後，請學生對個人學習、品行、學習習慣及才藝培育作反思，從而制定個人的學習計劃，老師為每一學生檢	全校	一天	學生事務組

		視其此計劃，並作建議			
	體驗學習日	黑暗中學習 綠色體驗 電影欣賞 透過以上活動，裝備學生個人心理素質	中一 中二 中三	各級3小時	學生事務組、協作機構
1月	中一級正向思維宿營	讓學生發揮朋輩間互助精神	中一級	2日一夜	學生事務組、協作機構
	中六級「奮發會」茶聚/ High Table Tea	老師於最後上課天為中六同學打氣的茶聚	中六級	三小時	學生事務組
	中五正向思維營	透過此「正面思維」及「享受生活」- 逆境同行挑戰計劃，提昇學生的抗逆力	中五級	2日一夜	學生事務組、協作機構
2月	中六級「級夕」/ “Graduation Evening”	此為畢業晚會及薪火相傳的活動，提昇同學的積極信念和盼望	中六級	三小時	學生事務組
3月	活動檢討評估	檢討及反思	全體老師	三小時	學生事務組、協作機構
6月	策劃來年活動	制定來年主題及關注事項	校務委員會	五天	校長

(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 60 位教師參與培訓工作坊，協作識別學生需要，並為需要的學生作出轉介。

(ii) 老師在計劃中的角色：協作者、服務受眾

(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(\$)	
員工開支	半職社工薪金 \$22,560 X 1/2 X 12 月 X 1.05 (強積金)	142,128	註冊社工
一般開支	建立正面文化 – 班本活動資助	2,000	物資
	「正面思維」及「享受生活」活動通訊、以正向思維作主題的作文比賽及作品輯錄	500	物資
	電影欣賞(一次)、各級工作坊:「正面思維」開心快樂心理健康、感恩活動、個別輔導	5,500	物資
	建立正面文化 – 逆境同行老師培訓工作坊(抗逆力活動)	1,000	物資
	中六打氣站	5,000	物資
	學生需要調查(HKSIF) 1.1	1,000	
	中四學習日	1,000	物資
	建立正面文化 – 逆境同行家長培訓工作坊(抗逆力活動)	1,000	物資
	中一級正向思維宿營	10,000	津貼營費

體驗學習日(建立個人/未來的信念)	4,000	物資
學生學習支援計劃	1,000	物資
中六級「奮發會」茶聚/ High Table Tea	1,000	物資
中五正向思維營	12,000	津貼營費
中六級夕	1,000	物資
核數師費用	5,000	
雜項	6,872	
申請撥款總額 (\$):		\$200,000.00

(III) 計劃的預期成果

(i) 請說明評估計劃成效的方法。

- 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。
- 活動前和活動後的問卷調查：活動前和活動後的問卷調查：對被篩選出來參加次級支援的學生，量度他們抗逆力的改變。

(ii) 請列明計劃的產品或成果。

- 學與教資源
- 教材套

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
計劃總結報告 1/9/2017 - 31/8/2018	30/11/2018	財政總結報告 1/9/2017 - 31/8/2018	30/11/2018

資產運用計劃

類別	項目/說明	數量	總值(HK\$)	建議的調配計劃
本計劃不適用。				