

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	計劃編號
「尊重生命，逆境同行」方濟精神 - 與「好心情@學校」計劃有關	2016/0623 (修訂版)

基本資料

機構名稱：香港路德會社會服務處 (協作學校：聖芳濟各書院)

受惠對象

- (a) 界別:中學
- (b) 學生: (1) 初級預防活動 約350人 及 中一至中三級
(2) 次級支援活動 約 20人 及 中二級
- (c) 老師: 約 60 人
- (d) 家長: 約 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的初中學生；
 - 2. 有別於現行各種「初級預防」計劃，即對所有學生作一般性預防，本計劃以問卷，並加上教師和社工的觀察等，篩選有需要的學生，並提供點對點到校「次級支援」活動；
 - 3. 提升學生促進精神健康的保護因素，以增加他們抵抗及處理逆境能力；
 - 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工作。

- (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：學校希望透過多元化學習，讓學生建立對生命的尊重及促進他們的正向發展。
 - 調查結果：情緒健康已成為校內主要個案問題之一，學校社工於2016-2017學年的個案服務數字顯示，與情緒/心理健康相關的個案佔整體個案約24%，為第二大主要類別個案。與情緒/心理健康相關的個案中，初中學生個案比例較高，他們普遍面來自家庭、學業、交友等問題時出現緊張、焦慮、逃避及抑鬱等不同情緒反應，個別學生曾出現自殺意念，情況值得關注。

2016年學生情意指標結果指出初中級的「整體滿足感」、「社群關係」平均數比香港常模數據都較低，「負面情感」則比香港常模數據較高，本處盼透過計劃，加強初中學生的抗逆能力，讓他們面對逆境時有足夠能力和信心面對和處理，以助他們面對高中的挑戰。另一方面，不少教師表示中二學生的朋輩相處問題持續，當中涉及朋輩欺凌，部分被欺凌學生的情緒受到困擾，因此實有需要為中二學生提出更全面的支援活動。學校期望透過此計劃，加強初中學生的抗逆能力，讓學生建立積極面對困難的信心及支持系

統，有助學生日後面對高中的壓力和挑戰。

- ☑ 文獻研究綜述：香港青少年精神健康問題普遍。高達11.32%青少年患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最重要的因素之一。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，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）。

次級支援旨在篩查需提高精神健康的人群，並對他們進行針對性的支援，從而減少患病風險。研究顯示，對青少年抑鬱的次級支援項目效果比初級預防項目顯著(Horowitz & Garber, 2006)。目前，全世界有很多針對青少年抑鬱的次級支援項目，如The Penn-Resiliency Program (PRP; Gillham et al., 1990) 篩查出高抑鬱傾向的學生，支援並改變他們對負面生活經歷的看法，及事件引發的情緒問題，因而有效提高青少年面對逆境的抗逆力及預防抑鬱症狀。香港尚未開展此類項目。

以往研究顯示，自尊、自我效能感、社會支持、積極的壓力和情緒應對策略與低抑鬱水平有顯著相關性（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，也可預測和預防青少年抑鬱情況。

- ☑ 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「次級支援」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。本處多年為學校提供學校社會工作服務，雙方合作關係良好，因此，本處充分掌握學校校情和學生需要，可為學生提供更適切的服務。

(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」與「次級支援」：不少學者均強調「初級預防」和「次級支援」同樣重要，兩者須同時實施。「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。文獻指出「次級支援」有助提升學生抗逆力、促進「正向認知」、「正面思維」及「享受生活」，從而建立正面文化。雖學校現時已有「初級預防」及「次級支援」，惟資源所限，「次級支援」活動只能在中一及中三級推行，中二級未能涵蓋。強化「次級支援」活動可更全面提升師生對精神健康的認知和促進正向學校文化。
2. 以識別工具辨識潛危學生：本計劃運用學生需要調查 (HKSIF 1.1)作識別工具，有關資料可更掌握每名學生的情況。現時學校的「次級支援」活動主要由老師及社工轉介，暫時未有完整的機制及具科學實證的工具，用作識別學生在抗逆能力及精神健康方面的需要，一些有潛在危機的學生因而可能被遺漏。本處和校方皆期望計劃可識別抗逆力較低或/及精神健康較易受到困擾的潛危學生，在他們發生行為問題前及早支援。班主任、學校社工及教育心理學家亦可透過識別工具關心和即時跟進班上的潛危學生。此外，校方可優化及早識別及介入機制，有助更快介入學生的需要。
3. 抗逆力：過去本地以CBO (Competence, Belongingness, Optimism) 作為發展抗逆力的框架，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)，並加入提高抗逆力的元素，如“Self-esteem”，“Self-efficacy”，“Family support”，

and “Positive affect”；同時利用認知行為提升學生抗逆力，以解決他們的情緒困擾。

(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。)

1. 計劃將由本處與學校共同協作推展，本處將提供充足人力資源，校長則帶領學校推行校本計劃，對應學生需要而推展適切的活動。由本計劃聘用的社工將出席所有計劃活動，並與學校保持溝通，與學生輔導組及 / 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。
2. 以「成長的天空」計劃為藍本，更新篩選工具－學生需要調查 (HKSIF 1.1)及具實證的校本程序，可於2017-2018 學年初提供予參加機構及學校使用。除了運用HKSIF1.1外，本計劃還會透過教師和社工觀察，並蒐集家長意見，以辨識低抗逆力的學生。
3. 活動項目以富趣味性及積極的形式進行。本處社工有提供相關服務計劃的經驗，如「共創成長路」計劃，前線社工均具備具體執行計劃的基本能力及技巧。本處亦會為負責計劃的社工提供相關培訓，確保服務質素及成效。
4. 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。
5. 為使計劃的成效得以加強和延續，本處會在計劃完成後，向校方提交前測和後測的實證和數據，以便學校跟進。
6. 潛危學生（如需個別輔導的學生）會被轉介校內輔導人員（如學校輔導團隊、學校社工或教育心理學家）作即時跟進。
7. 本處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。

(ii) 主要推行詳情

計劃時期: 11/2017 – 10/2018

日期	計劃活動	具體內容	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	學校聯繫及籌備	<ul style="list-style-type: none"> 向教師及學校社工介紹「尊重生命，逆境同行」計劃內容及甄選方法 	認識挑選準則：人際/家庭關係疏離、自信心弱、想法較消極的學生	訓輔老師及中二班主任及學校社工	會議 1節，約半小時	<u>協調及介紹：</u> 計劃註冊社工 <u>社工資歷：</u> <ul style="list-style-type: none"> 高級文憑/副學士或以上資歷 註冊社工 兩年或以上青少年工作經驗

11/2017	簡介計劃理念及內容	<ul style="list-style-type: none"> 於早會向全校師生享抗逆力概念及計劃內容 	預期可讓全校師生初步認識抗逆力概念及全年計劃內容	全校師生 約 800 人	早會 1 節，約半小時	分享：計劃註冊社工
11/2017	進行學生調查	使用 HKSIF 1.1 進行學生需要調查，尋找抗逆力較低的學生	透過問卷調查、老師、社工及家長的意見篩選出抗逆、力較弱的學生作為潛在的次級支援參加者	中二學生 約 130 人	課後輔導時間 1 節，約半小時	<p>監督及安排：計劃註冊社工及中一中二級班主任</p> <p>收集問卷、資料輸入及統計、製作報告：計劃註冊社工</p>
11/2017-3/2018	活動 1：「正面思維」開心快樂心理健康講座	<ul style="list-style-type: none"> 為每級安排不同內容的講座 中一級講座幫助學生學習處理因適應新學環境壓力而出現的負面情緒 中二級講座協助學生處理人際衝突及建立正向社群支援網絡 中三級講座則指導學生如何面對人生逆境 	<ul style="list-style-type: none"> 讓各級的初中學生分別能適應轉變、逆境，處理人際衝突，建立正面社群支援網絡 	中一至中三級學生 約 350 人	每級使用 2 節課堂 (共 6 堂) 每節課堂，約半小時	<p>協調及安排講座流程：計劃註冊社工</p> <p>主講分享：校外講員</p> <p>講員資歷：</p> <ul style="list-style-type: none"> 高級文憑/副學士或以上資歷 註冊社工
12/2017-4/2018	活動 2：「正面思維」小組及「享受生活」- 逆境同行挑戰計劃 (抗逆力活動)	<ul style="list-style-type: none"> 以不同形式活動學習正面思維、情緒管理及面對困難的方法 認識「品格優點」及正面信念如何有效減低負面情緒 應用正面思維於團隊合作活動內 	<ul style="list-style-type: none"> 學生能明白情緒健康及朋輩支援的重要性 認識「品格優點」及正面信念對減少負面情緒的重要 培養團隊精神及抗逆能力 	中二級 (20人) 挑選準則：利用學生需要調查/班主任推薦等尋找抗逆力較低的學生	「正面思維」小組 12 節 每節，1.5 小時 「享受生活」- 逆境同行挑戰計劃營前簡介會(2 次)2 節	<p>協調及帶領小組活動：計劃註冊社工</p> <p>協調日營活動程序、主持、分組導師及團隊活動、反思及總結：計劃註冊社工</p> <p>帶領營地活動：營地合資格歷奇導師社工</p>

					日營(2次)4節 1節,約4小時	
3/2018	活動3：老師培訓	<ul style="list-style-type: none"> 讓老師了解情緒健康的重要 認識情緒管理及促進情緒健康的策略 	<ul style="list-style-type: none"> 老師能認識促進學生精神健康的策略 	全校老師 約60人	教師發展日 1節,約1.5小時	<u>安排及主持</u> ：計劃註冊社工 <u>講員</u> ：校外講員 <u>講員資歷</u> ： <ul style="list-style-type: none"> 高級文憑/副學士或以上資歷 註冊社工 兩年或以上培訓老師經驗
12/2017 - 4/2018	活動4：家長培訓工作坊	<ul style="list-style-type: none"> 協助家長認識子女的需要、壓力處理及與子女溝通技巧,以促進家庭的正面文化 教導家長學習認知行為處理壓力的模式及鬆弛技巧 	<ul style="list-style-type: none"> 家長能認識促進學生精神健康的策略,促進親子正向溝通 	20名參與次級學生組員之家長	2節,每節1.5小時	<u>安排及主持</u> ：計劃註冊社工 <u>講員</u> ：校外講員 <u>講員資歷</u> ： <ul style="list-style-type: none"> 學士或以上資歷 註冊社工 兩年或以上培訓家長經驗
6-7/2018	活動5：正面文化分享會	20名參與計劃之學生於早會分享情緒健康的建立方法	<ul style="list-style-type: none"> 提升參與計劃之學生的自信 讓全校師生認識建立健康情緒的方法 推動校園求助文化 	全校師生 約800人	早會 1節,約半小時	<u>分享</u> ：20名參與計劃之學生 <u>籌劃</u> ：計劃註冊社工
7-8/2018	活動檢討及評估	綜合檢討問卷,收集訪問意見,進行計劃檢討及編寫報告	<ul style="list-style-type: none"> 能了解不同計劃持分者對活動成效的意見 	學生組員 約20人 家長 約10人	不適用	計劃註冊社工

			<ul style="list-style-type: none"> 能評估組員參與次級支援計劃後抗逆力方面轉變 	班主任及輔導老師約 10 人		
--	--	--	---	----------------	--	--

(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):

- 校長帶領策劃本計劃及監察計劃進度，引進教師和社工交流合作。
- 全校約60位教師參與培訓工作坊，協作識別學生需要及提供支援，並為有需要學生作出轉介。

(ii) 老師在計劃中的角色:

協作者

(c)

服務受眾

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 \$23,224/月 x 0.5 x 12個月x1.05(強積金) *由機構提供人手以到校形式提供服務 (非駐校模式)	\$146,312	計劃註冊社工主要工作： <ul style="list-style-type: none"> • 安排篩選工具、資料輸入及整理、製作報告 • 進行前測及後測及數據調整 • 聯絡及協調教師及學生 • 設計及帶領學生活動 (如小組及戶外活動)、統計參與活動人數 • 安排及進行教師/家長培訓準備檢討及財政報告 社工資歷： <ul style="list-style-type: none"> • 高級文憑/副學士或以上資歷 • 註冊社工，具兩年或以上青少年工作經驗
ii) 服務	活動 1：「正面思維」開心快樂心理健康講座 (中一至中三) (3 節) 講員費用\$1,040 x1 小時 x3 =\$3,120 活動物資(如印刷教材、心意卡)： \$480	\$3,600	讓學生面對轉變、逆境及人際關係衝突時都能應用正面思維模式，並學習處理壓力的模式及鬆弛技巧。
	活動 2：「正面思維」小組及「享受生活」-逆境同行挑戰計劃 (抗逆力活動) 2.1 小組工作坊 <ul style="list-style-type: none"> • 小組物資費(如印刷工作紙、手工材料、活動道具、遊戲材料及心意卡等) \$800/每節(1.5 小時) x 12 節 =\$9,600 	\$30,600 <u>\$9,600</u>	透過群體小組活動、戶外活動及分享，讓學生認識正面思維模式、個人品格強項及正向朋輩支援網絡如何促進情緒健康。

	2.2 日營活動 「享受生活」- 逆境同行挑戰計劃 (抗逆力活動 2 次) <ul style="list-style-type: none"> 日營收費：\$100 x 25 人 (學生 20 人+老師及社工共 5 人) x 2 次=\$5,000 學生來回交通費：\$2200 x 2 = \$4400 教練費：\$400/小時 x 3 教練 x 4 小時 x 2 次= \$9,600 活動物資：\$2,000 	\$21,000	
	活動 3：老師培訓 <ul style="list-style-type: none"> 活動物資（如印刷教材、活動道具、心意卡、相片）：\$886 講員費用：免費 (講員所屬機構願意免費提供服務) 	\$886	讓老師認識情緒健康的重要及如何促進學生精神健康策略。
	活動 4：家長培訓工作坊 (2 節) <ul style="list-style-type: none"> 講員費用 \$1,000/小時 x 1.5 x 2 次= \$3,000 活動物資（如印刷教材、活動道具、心意卡、相片）：\$700 	\$3,700	協助家長認識子女的需要、壓力處理及與子女溝通技巧，以促進家庭的正面文化。 家長學習認知行為處理壓力的模式及鬆弛技巧。
iii)	1. 會計核數	\$5,000	
一般 開支	2. 雜項（如：影印費、文具、交通費、運輸費）	\$9,902	
申請撥款總額 (\$):		\$200,000.00	

*本處於選擇服務供應商時，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) 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: 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。
- 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。

- 其他(請列明) 將整個活動整理為資料冊，交優質教育基金存檔。

(IV) 遞交報告時間表

本處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 – 30/10/2018	31/1/2019

資產運用計劃

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