

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」-與「好心情@學校」計劃有關 | 2016/1019 (修訂版) |

基本資料

申請機構：聖雅各福群會
協作學校：聖公會聖馬利亞堂莫慶堯中學

受惠對象

- (a) 界別：中學
- (b) 學生：初級預防活動：約700人（中一至中六級）
次級介入活動：約25人（中一及中二級）
- (c) 老師：約50人
- (d) 家長：約100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」計劃，即對所有學生作一般性預防，本建議計劃以問卷篩選有需要的學生，並提供點對點到校「次級支援」支援活動；
 - 3. 提升學生抵抗及處理逆境能力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及掌握提供支援的技巧。
- (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：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：協作學校致力透過不同途徑培養關愛文化，讓學生培養以下良好品格以增強承載力及歸屬感：
 - 1. 建立健康正確的自我形象
 - 2. 自律自重、責任感
 - 3. 學習與同儕相處：欣賞別人、互相尊重、了解
 - 4. 團隊精神、盡責承擔
 - 5. 學習積極思想
 - 6. 服務社群
 - 7. 關心社會、愛護國家
 - 8. 定期反省個人於上述方面的自我成長
 - 調查結果：協作學校學生意見調查顯示，學生的負面情感出現情況較全港平均多，亦不善於表達及尋求協助，面對測考時常感到壓力。校方的「學生情意及社交表現評估」(APASO)顯示，學生的負面情感出現情況較全港平均多，特別中一(1.88)及中二(2.06)對比全港高(全港中位數：中一：1.71及中二：

1.85)。日常教師觀察，亦發現學生不善於表達及尋求協助，面對測考時常感到壓力。

- ☑ 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%）

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)。

次級預防旨在篩查出需要提高精神健康的人群，並對這些有需要的人士進行有針對性的干預，從而減少患病風險。相較於初級預防，次級預防具有高效益低成本的優越性。研究已經顯示，對青少年抑鬱的次級預防項目的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預防項目已被開展。例如，The Penn-Resiliency Program (PRP; Gillham et al., 1990) 篩查出高抑鬱傾向的學生，為他們作出干預，並改變他們對負面生活經歷的看法，以及這些事件所引發的情緒問題。該項目有效提高了青少年面對負面生活經歷的抗逆力及預防了抑鬱症狀。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，也可用來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。

- ☑ 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. 初級預防與次級支援

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。

3. 正向課程

正向教育可定義為一種同時注重快樂和傳統技能的教育模式」（Seligman et al., 2009）。正向教育源於正向心理學，著眼於個人的身心健康和幸福豐盛的人生。它結合了心理學的科學理論和優良的教學方法，幫助每個人邁向豐盛幸福的人生（Geelong Grammar School, 2011）。策劃以正向心理學為本的課程，計劃包括中二至三的正向教育課及大型活動，系統化培養學生的正向心理、解難技能及個人品格。

(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. 本計劃對應學生需要，提升學生的抗逆能力／精神健康，令他們更容易適應不同的學習階段。
2. 計劃將由本機構與學校共同協作推展，機構提供充足人力資源。
3. 本機構將採用實證為本的原則，透過量化及質化的方式評估學校的需要。例如以「前測」及「後測」的方式收集可量化的評估數據；與學校的主要人員，如校長、輔導團隊、教師、教育心理學家、社工和家長進行訪談；檢視學校近期的「學生情意及社交表現評估」數據、校本問卷調查結果和學校發展計劃等，以識別學校的需要。
4. 本機構將與協作學校共同訂定、策劃並推行計劃活動。由本計劃聘用的人員將出席所有計劃活動。該等人員將與學校保持溝通，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，並切合協作學校需要，以及辦學信念和使命。
5. 為使計劃的成效得以加強和延續，本機構將在計劃完成後，向校方提交前測和後測的實證和數據，以及辦學信念和使命。
6. 本機構除了運用「學生需要調查(HKSIF 1.1)」外，還會透過教師及社工觀察、並蒐集家長意見，以辨認低抗逆力的學生。
7. 潛危學生（如需要個別輔導的學生），將轉介校內輔導人員（如學校輔導團隊、學校社工或教育心理學家）即時跟進。
8. 為提升計劃成效的延續性，本計劃會有不同形式的教師培訓，如安排全體教師參加相關主題的教師發展活動、學生成長支援組別的培訓，或於教職員會中就相關課題的分享、級會的交流等，讓教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。
9. 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。

10. 前線社工均具備具體執行計劃的基本能力及技巧，本機構將為負責計劃的社工提供相關培訓，確保服務質素及成效；
11. 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。
12. 本機構將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：1/2018 至 12/2018

| 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) |
|--|--|--|--|--|
| 1/2018 項目 1：學校聯繫及籌備 | 了解計劃內容及目的 | 全體老師 | 2 小時 | 本計劃的註冊社工 資歷： ●註冊社工（助理社會工作主任 Assistant Social Work Officer, ASWO） ●學士學位或以上學歷 ●具備兩年或以上獲取資格後的人校 青少年社會工作經驗 ●需具備心理健康教育及正向思維培 訓經驗 |
| 1/2018 項目 2：學生需要調查 | 運用「學生需要調查 (HKSIF 1.1)」問卷，輔以 教師、學校社工等輔導人 員的觀察，識別中一至中 二在抗逆力方面需要支援 的學生。 | 中一至中二 | 2 星期 | 本計劃的註冊社工 |
| 1-11/2018 項目 3：正向心理之 快樂原來很簡單講座 講座 | 「正面思維」心理健康講 座(中一至中三及中四至中 六)，讓學生認識正向元 素，學習正向和積極心理 的重要和掌握令自己放鬆 的技巧。 | 中一至中三 及中四至中 六 | 2 節/每節一 小時 | 本計劃的註冊社工 嘉賓講者負責主講 資歷：逆境自強人士或需具備心理 健康教育及正向思維培訓經驗人士 |
| 1-11/2018 項目 4：家長心理健 康工作坊 | 子女情緒面面觀，讓家長 了解青春期子女的情緒需 要，增強家長以正向和健 康的方式管教兒女，亦提 升家庭關係和抗逆力。 | 全校家長 | 1 節/2 小時 | 本計劃的註冊社工 導師負責主持 資歷：註冊社工，並需具備心理健 康教育及正向思維培訓經驗 |
| 1-11/2018 項目 5：老師培訓 | 以體驗式活動，經歷學生 的情緒需要，讓老師掌握 相關技巧以識別抗逆力較 低的學生，從而回應他們 在心理、情緒和發展方面 的需要。 | 全體老師 | 2 小時 | 本計劃的註冊社工 導師負責主持 資歷：註冊社工，並需具備心理健 康教育及教師抗逆力培訓經驗 |
| 1-11/2018 項目 6:情緒支援學生 小組活動 | <u>項目 6.1：啟動禮</u> 透過介紹活動的規劃及鼓 勵參加者，讓同學了解活 動的理念及投入當中，老 師的參與也增加參加者對 學校的歸屬感 <u>項目 6.2：戶外體驗日</u> | 25 位同學 (以「學生 需要調查 (HKSIF 1.1)」問 卷，輔以教 師和社工的 觀察和家長 | <u>項目 6.1：啟 動禮</u> 1.5 小時 <u>項目 6.2：戶 外體驗日</u> 6 小時 | 1. 本計劃的註冊社工 2. 額外社工 由於營會活動著重歷奇體驗和組員 間的互動與分享，加上挑選的對象 抗逆力較低，需要多一位社工帶領 小組，從而有更佳的觀察、回應及 解說(debriefing)，針對每個組員不同 |

| 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) |
|------------|---|----------------|--|---|
| | <p>透過大自然的環境，讓同學了解自己的身心靈需要，好好的活在當下，學習放鬆</p> <p><u>項目 6.3：小組活動</u> 第 1 節： 透過體驗、小組分享和社工的解說(debriefing)，互相認識、建立關係</p> <p>第 2 節： 透過體驗、小組分享和社工的解說(debriefing)，讓同學認識情緒及背後需要</p> <p>第 3 節： 透過體驗、小組分享和社工的解說(debriefing)，學習抗逆力的元素：連繫感(Bonding)</p> <p>第 4 節： 透過體驗、小組分享和社工的解說(debriefing)，學習“Self-esteem”，“Self-efficacy”，“Family support”，and “Positive affect”以提升學生抗逆力。</p> <p>第 5 節： 透過體驗、小組分享和社工的解說(debriefing)，解難技巧及及鬆弛技巧(Relaxation exercise)，以提升學生抗逆力</p> <p>第 6 節： 透過體驗、小組分享和社工的解說(debriefing)，重整所學及為日後訂立目標</p> <p><u>項目 6.4：2 日 1 夜宿營</u> 透過營會活動、歷奇體驗、分享和社工的解說(debriefing)，讓學生認識自己的性格強項、建立互助支援網絡，了解個人情緒需要，更有信心面對日後挑戰</p> <p><u>項目 6.5：義工活動</u> 透過籌備活動及服務有需要的群體，讓學生在有意義的工作中感覺到自己的貢獻，從而增加積極的態度和與人的聯繫，促進個人的抗逆力。 服務對象：長者等弱勢社群</p> | <p>的意見篩選</p> | <p><u>項目 6.3：小組活動</u> 每節 1.5 小時，共 6 節</p> <p><u>項目 6.4：2 日 1 夜宿營</u> 活動時間大約 12 小時</p> <p><u>項目 6.5：義工活動</u> 3 小時</p> | <p>的需要，提升營會有關增強抗逆力的效益。</p> <ul style="list-style-type: none"> ●職責：負責構思和執行計劃 ●資歷：註冊社工及需具備策劃及帶領青少年活動經驗 <p>3. 活動工作員 由於營會活動著重歷奇體驗和組員間的互動與分享，物資預備及場地設置工作繁多，活動工作員可以協助有關工作及留意學生的安全，從而讓社工更專注提升學生抗逆力的工作(如觀察、回應學生、進行小組解說等)</p> <ul style="list-style-type: none"> ●職責：協助執行計劃 ●資歷：需具備支援青少年活動經驗 |

| 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) |
|------------------------------------|--|----------------|------------|---|
| 1-11/2018 項目7：中二、中三級 正向課程 | <p><u>第1節：幸福元素</u> 認識正向中的5個幸福元素（PERMA），包括正向情緒、全情投入、人際關係、意義和成就感，從而計劃豐盛生活</p> <p><u>第2節：性格強項</u> 透過性格強項測驗，認識每個性格強項的特點，從而認識自我及發展潛能，並運用於日常生活中，特別是面對困難與挑戰</p> <p><u>第3節：抗壓</u> 透過活動、影片及小組分享，讓學生認識抗壓</p> <p><u>第4節：溝通 ACR</u> 透過體驗、小組分享和社工的解說(debriefing)及角色扮演，認識有效的溝通技巧</p> <p><u>第5節：重溫及總結</u> 透過體驗、小組分享和社工的解說(debriefing)及成果分享，讓學生整理在不同活動歷程中的經驗</p> | 中二及中三級 | 5節/每節1.5小時 | <p>1. 本計劃的註冊社工</p> <p>2. 額外社工 由於活動需要同一級同時進行，除了負責社工外，也需要額外社工人手協助到不同的班別進行活動 ●職責：負責構思和執行計劃 ●資歷：註冊社工及需具備策劃及帶領青少年活動經驗</p> |
| 1-11/2018 項目8：正向教育周 | <p><u>攤位活動</u> 透過遊戲和解難活動，增強學生的自信心和能力感，亦提供機會讓他們放鬆，經歷愉快的感覺(Flow)，從而提升抗逆力。以感恩關愛為主題，提升學生正能量及感恩文化，用行動鼓勵身邊人及感染其他人</p> | 全校 | 3節/每節1.5小時 | <p>1. 本計劃的註冊社工</p> <p>2. 額外導師 由於攤位較多及需要協助帶領大使籌備活動，導師可協助觀察同學的表現及協助活動進行 ●職責：負責構思和執行計劃 ●資歷：註冊社工及需具備策劃及帶領青少年活動經驗</p> <p>3. 活動工作員 由於大型活動物資預備及場地設置工作繁多，活動工作員可以協助有關工作及留意學生的安全，從而讓社工更專注提升學生抗逆力的工作(如觀察、回應學生、協助攤位運作等) ●職責：協助執行計劃 ●資歷：需具備支援青少年活動經驗</p> |
| 1-11/2018 項目9：「正面思維」及「享受生活」活動通訊 | 印製精神健康／提升抗逆力通訊並總結活動計劃，以小冊子向學生和家長傳遞關愛生命的信息。 | 全校學生和家長 | 不適用 | 本計劃的註冊社工 |
| 12/2018 項目10：活動檢討及評估 | 透過問卷及質性訪談了解計劃的成效。 | 全校學生、家長及教職員 | 不適用 | 本計劃的註冊社工 |

(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50位教師參與培訓工作坊，協作識別學生需要及提供支援等，並為有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(\$) | |
| i) 員工開支 | 0.3 社工薪金 \$32,033 x 0.3x 12個月 x 1.05(MPF) | 121,085 | 註冊社工（助理社會工作主任 Assistant Social Work Officer, ASWO） 學士學位或以上學歷 具備兩年或以上獲取資格後 的入校青少年社會工作經驗 需具備心理健康教育及正向 思維培訓經驗 |
| ii) 服務 | 項目 1：學校聯繫及籌備 | - | |
| | 項目 2：學生需要調查 | 1,000 | 分析數據及印刷費用 |
| | 項目 3:正向心理之快樂原來很簡單講座(2 節) • 導師費用: \$1,000/小時 x 1 小時 x 2 節 • 活動物資:\$300 X 2 節 | 2,600 | |
| | 項目 4：家長心理健康工作坊(1 節) • 導師費用: \$1,000/小時 X 2 小時 • 活動物資:\$500 X 1 節 | 2,500 | |
| | 項目 5：老師培訓 (1 節) • 導師費用: \$1,000/小時 x 3 小時 • 活動物資:\$300 X 2 節 | 3,600 | |
| | 項目 6.1：啟動禮(1 節) • 活動物資:\$500 X 1 節 項目 6.1 小計：\$500 | 37,700 | 項目 6： (1 位計劃社工+1 位社工+1 位服務活動工作員) |
| | 項目 6.2：戶外體驗日 • 農莊營費(25 x \$150)= <u>\$3,750</u> • 導師費(1 位外聘服務社工)：\$300/小時 x 6 小時 = <u>\$1,800</u> • 1 位活動工作員：\$200/小時 x 6 小時= <u>\$1,200</u> • 活動物資 <u>\$1,000</u> • 來回交通費(\$1,200x2)= <u>\$2,400</u> 項目 6.2 小計：\$10,150 | | |
| | 項目 6.3：小組活動(6 節) • 小組活動導師費用(6 節)(1 位社工：\$300/小時 x 1.5 小時 x 6 節= <u>\$2,700</u> • 1 位活動工作員：\$200/小時 x 1.5 小時 x 6 節= <u>\$1,800</u> • 小組活動物資費用(6 節)(\$400/節 x 6)= <u>\$2,400</u> 項目 6.3 小計：\$6,900 | | |
| | 項目 6.4：2 日 1 夜宿營 • 營費(25 x \$250)= <u>\$6,250</u> • 導師費(1 位社工)：\$300/小時 x 12 小時= <u>\$3,600</u> • 1 位活動工作員：\$200/小時 x 12 小時= <u>\$2,400</u> • 宿營活動物資 <u>\$1,000</u> • 來回交通費(\$1,200x2)= <u>\$2,400</u> | | |
| | | | |

| 預算項目 | 開支詳情(包括各項目的細項開支) | | 理據 |
|-----------|---|------------------|----------------------------------|
| | 項目 | 款額(\$) | |
| | 項目 6.4 小計：\$15,650 | | |
| | 項目 6.5：義工服務 <ul style="list-style-type: none"> • 義工活動來回交通費 \$2,000 • 義工活動物資 \$1,000 • 1 位活動工作員：\$200/小時 x 3 小時 = \$600 • 小組活動導師費用 (1 位社工)：\$300/小時 x 3 小時 = \$900 項目 6.5 小計：\$4,500 | | |
| | 項目 7: 中二/中三級正向課程 <ul style="list-style-type: none"> • 小組活動導師費用(5 節)(3 位社工：\$300/小時 x 每節 1.5 小時 x 5 節 = \$6,750) • 小組活動物資費用(5 節)(\$400/節 x 5) = \$2,000 | 8,750 | 項目 7： (1 位計劃社工+3 位社工) |
| | 項目 8：正向教育周 <ul style="list-style-type: none"> • 攤位物資費用(\$800 x 8 個) = \$6,400 • 1 位活動工作員：\$200/小時 x 1.5 小時 x 3 節 = \$900 • 活動導師費用(1 位社工)：\$300/小時 x 1.5 小時 x 3 節 = \$1,350 | 8,650 | (1 位計劃社工+1 位社工/手工藝導師+1 位服務活動工作員) |
| | 項目 9：「正面思維」及「享受生活」小冊子 | 5,000 | 印刷費及設計費 |
| | 項目 10：活動檢討及評估 | - | |
| iii) 一般開支 | 1. 會計核數 | 5,000 | |
| | 2. 雜項 | 4,115 | 文具、影印 |
| | 申請撥款總額(\$): | \$200,000 | |

註：本機構將遵照優質教育基金〈人事管理及採購指引〉進行報價或招標，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：70%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。

- 學與教資源

參考文獻

1. American Association of Suicidology 2014. Depression and Suicide Risk. Retrieve from <https://www.suicidology.org/portals/14/docs/resources/factsheets/2011/depressionsuicide2014.pdf>
2. Brown GW., et al. Social support, self-esteem and depression. Psychological medicine, 1986, 16.04: 813-831.
3. Esposito CL, Clum GA. Psychiatric symptoms and their relationship to suicidal ideation in a high-risk adolescent community sample. J Am Acad Child Psy 2002;41(1):44-51
4. Gerber M, Brand S, Feldmeth AK, et al. Adolescents with high mental toughness adapt better to perceived stress: A longitudinal study with Swiss vocational students. PersIndiv Differ 2013;54(7):808-14
5. Gillham J., Reivich K., Jaycox L., et al. The Penn Resiliency Program. Philadelphia: University of

- Pennsylvania; 1990.
6. Horowitz JL, Garber J. The prevention of depressive symptoms in children and adolescents: a meta-analytic review. *J Consult Clin Psychol.* 2006; 74:401–415.
 7. Lam LCW., et al. Prevalence, psychosocial correlates and service utilization of depressive and anxiety disorders in Hong Kong: the Hong Kong Mental Morbidity Survey (HKMMS). *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 2015, 50.9: 1379-1388.
 8. Muris P. Relationships between self-efficacy and symptoms of anxiety disorders and depression in a normal adolescent sample. *Personality and individual differences*, 2002, 32.2: 337-348.

遞交報告時間表

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 1/1/2018 - 30/6/2018 | 31/7/2018 | 中期財政報告 1/1/2018 - 30/6/2018 | 31/7/2018 |
| 計劃總結報告 1/1/2018 - 31/12/2018 | 31/3/2019 | 財政總結報告 1/7/2018 - 31/12/2018 | 31/3/2019 |

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 | | | | | |