

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 「好心情@學校」計劃 - 「心程邨」同盟 (聖母無玷聖心書院)- 與「好心情@學校」計劃有關	計劃編號 2016/1067 (修訂版)
---	--------------------------------

基本資料

機構名稱: 基督教香港崇真會沙田綜合服務中心 (協作學校: 聖母無玷聖心書院)

受惠對象

- (a) 界別: 中學
- (b) 學生: 約770人 (中一至中六)
- (c) 老師: 約50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。
(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. 透過生命故事網站及正能量成長故事展覽, 向學生灌輸正面思維, 以提升學生的抗逆力;
 2. 透過抗逆及堅毅活動, 提升學生的解決問題的技巧;
 3. 透過正向心理單張, 加強教師對正向心理的認識及關注。
- (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:

學校因應多年以來「情意及社交表現評估」(APASO)的比對, 認為2017-18學年需要加強學生生命的強韌力及正面的人生態度, 此項申請計劃正好配合校本的需要, 可為學生及教師安排相關的活動。

文獻研究綜述:

馬丁·沙利文博士 (Seligman 2011)是正向心理學領域的先驅, 他的「福祉理論」(well-being theory) 包括了積極的情感, 參與, 意義, 積極的關係和成就。然而, 人們在生活當中難免遇到大大小小的挫折, 以致對自己的能力及際遇感到懷疑, 認為事事不順而又沒有能力逆轉而產生壓力。「優勢為本」介入模式(strengths-Based Approach)強調人的內在能力及優勢, 透過肯定自己而學習愛自己與別人。

本計劃採用「優勢為本」為介入模式, 通過發掘及強調個人強處的活動, 建立個人的能力感。此外, 在活動中亦應用園藝的元素, 讓人透過接近植物或參加與植物有關的活動來改善生理、心理及社關的素質。不少文獻及研究亦指出, 人們通過與植物的接觸, 能產生愉快的情緒(Elings 2006) 及改善情緒的果效(Gonzalez, Harting & Patil et al (2010)).

參考文獻

1. Seligman, Martin E.P. Doing the Right Thing: Measuring Well Being for Public Policy. *International Journal of Wellbeing Vol. 1, No. 1.* (2011).
2. Elings M (2006) *People-plant interaction: physiological, psychosocial, sociological effects on plant on people.* In Hassink J van Dijk M (eds) *Farming for Health.* Springer, Netherlands, pp43-55.
3. Gonzalez MT, Harting T, Patil GG et al (2010) *Therapeutic horticulture in clinical depression: A prospective study of active components.* J Adv Nurs 66:2002-2013.

學生表現評估:

學校APASO之數據，初中的同學的「自我概念」評分有較大加強的空間，加上據教師的觀察，現今青少年的生活條件較為充裕，當中不少因被過份照顧而解難能力較為薄弱。中二級同學經過中一的適應期，至中二階段表現顯得有點鬆懈，學校希望透過預防性的訓練，加強學生的堅強意志和毅力，使他們可以克服在學習上遇到的困難，長遠增強他們面對逆境的能力。另外，學生整體在「努力」上評分理想，惟「讚賞」及「獎勵」未達相近的水平，反映同學多以自己的方法處理在學習及生活上遇有的困難，故此需要加強校園的正向氣氛，鼓勵同儕間及教師多運用讚賞增加正向情緒。

相關經驗:

本機構於多間中小學派駐社工提供學校社工服務，每學年均為校內學生舉辦生命教育活動、壓力評估測試和跟進、及有關精神健康的小組或講座。在提升學生對壓力的管理，及支援壓力較高的學生上素有經驗。

(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。

- 本計劃善用資訊科技，以故事形式呈現學生在交友，學校及家庭遇到的不同故事及處理方法，之後再將之配合青少年慣用的溝通平台互聯網及手機平台，用以來發放相關故事及資訊，務求能有效加強正面思維及精神健康資訊的推廣，讓同學更容易掌握箇中的訊息。
- 校方表示，在上學年已安排在 2017-18 學年初(2017 年 9 月)，為教師舉行抗逆力的工作坊，故此校方認為不宜於本年度再以工作坊或講座等形式安排相關主題的培訓。校方認為，定期給予教師相關資訊或實務例子，更有助教師建立正向思維的模式及應用於日常生活及教學中。故此，與校方商討後，學校建議印製生命故事期刊，當中包括正向心思資訊及實踐故事，派發給同學及教師，以增加校園的正向氣氛。而教師工作坊則安排在 2018 年 8-10 月期間進行。

(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。）

➤ **生命故事網站**

互聯網是一個廣受青少年歡迎、不受時間及地域限制且互動的資訊平台，近年亦被教育界廣泛使用作教學用途。本計劃透過建立「生命故事」的網站，定期上載以交友、校園及家庭生活為主題的故事，配合生動的視像畫面提升吸引性及可觀性。同學更可透過手機應用程式定期得到網站的資訊，充份發揮本網站教育學生的目的。此項目更配合網站宣傳品的製作，以鼓勵學生、教師及家長瀏覽。

➤ **生命故事期刊**

為配合生命故事網站，並鼓勵學生及教師將正向心理的技巧運用在學習、教學或生活當中，本計劃將會印製生命故事期刊，派發給同學及教師，以增加校園的正向氣氛。

➤ **堅毅訓練(中二全級性活動及小組日營活動)**

現今青少年的生活條件較為充裕，不少更由傭人或祖父母協助照顧，常常給予青少年過份的照顧，造成青少年的解難能力較為薄弱的現象。他們當遇到困難不懂尋求及運用合適的解決方法，此等情況亦呈現在校園及家庭生活當中，造就龐大的輔導需要。

學校的中二級學生，渡過了中一的適應期，正藉青春建立自我形象及能力感的重要里程碑，故此學校擬透過堅毅形式的訓練，培訓學生堅強的意志和毅力，及加強他們面對困難時的強韌力，長遠增強他們面對逆境的能力。

➤ **人力安排**

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，並切合協作學校的需要，以及辦學信念和使命。

➤ **潛危學生之跟進**

潛危學生（如需要個別輔導的學生）應轉介校內輔導人員（如學校輔導團隊、學校社工或教育心理學家）即時跟進。

➤ **安全**

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。

➤ **服務評估**

運用 HKSIF 1.1 及向教師及社工蒐集意見，以辨識低抗逆力的學生，安排支援小組作出跟進。小組會運用前後測的方法評估學生的正向情緒及思維的轉變。此外，為使計劃的成效得以加強和延續，將在計劃完成後，向校方提交前測和後測的實證和數據，以便學校跟進。

(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)
12/2017 至 10/2018	生命故事網站	內容： - 以植物來設計主題卡通人物及創作有關青少年在校園及家庭中的生活故事，帶出正面思考，解難等的生活技巧及智慧 - 解難錦囊：由不同人士撰寫的文章或拍攝的短片，分享解難智慧 - 翠趣生活：運用大自然的元素提供生活小情趣，例如健康飲食資訊、手工藝製作 預期成果： - 提升服務對象的解難知識、建立生活趣味	全校師生、家長及公眾瀏覽	全期	購買專業服務設計及建立網站，之後由計劃聘請的社工邀請各界人士如臨床心理學家等提供文章，編製生命故事及管理網站
12/2017 至 10/2018	手機應用程式	內容： - 設有網站及手機應用程式介面，鼓勵青少年瀏覽及分享計劃網站的資訊 預期成果： - 提升服務對象的解難知識、建立生活趣味	全校師生、家長及公眾下載	全期	購買專業服務設計及建立手機應用程式。計劃聘請的助理確保網站資訊可於手機應用程式內閱讀
11/2017	正能量宣傳品	內容： - 製作及派發計劃宣傳品(紀念品及單張)予校內師生 預期成果： - 推廣生命故事網站；宣傳正向思維的訊息	全校師生(820人)	一個月	計劃聘請的社工編輯
11/2017 至 10/2018	生命故事期刊	內容： - 印製生命故事期刊，當中包括正向心理資訊及生命故事。 預期成果： - 增加校園的正向氣氛 - 鼓勵學生及教師將正向心理的技巧運用在學習、教學或生活當中	全校師生(820人)	共2期	由計劃聘請的社工編輯
1/2018 至 04/2018	中二堅毅計劃	內容： - 每班安排一次4小時的龍舟體驗 - 導師解說，帶領學生反思及分享 - 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。本機構將提供足夠的安全裝備供所有參加者使用，包括救生衣。	中二級學生(人)	每班一次，4小時(共四班)	計劃聘請的社工安排及出席活動。戶外活動需額外一名社工協助 所有工作人員均具備足夠安全知識，並熟悉划龍

ii) 服務	製作正能量宣傳品	\$4,920 (\$6 x 820份) (紀念品及單張)	宣傳正向思維的訊息及推廣生命故事網站。
	生命故事期刊	\$3,000 (\$1500 x 2期)	推廣正向思維的訊息及生命故事
	堅毅龍舟訓練	\$32,000 (活動費) (\$200 x 160人)	租用龍舟、教練及舵手費
		\$6,400 (\$1,600 x 4輛)	旅遊車費
		\$1,400 (額外社工支援) (\$700 x 1人x 2節)	全級性戶外活動需額外支援人力
	堅毅日營訓練	\$4,400 (\$110 x 40人)	營費
		\$7,700 (\$220 x 35人)	營地訓練項目(包括設施及教練)
		\$1,200	活動物資
		\$2,300	旅遊車費
		\$7,000 (額外社工支援) [\$700 x 5人x 2節 (一節4小時)]	分6組進行培訓，活動需額外支援人力， 全程參與訓練。
教師工作坊	\$2,800 (導師費) (\$700 x 1小時x4人)	由本計劃社工主講 分組進行角色扮演及討論需額外4名社工協助。 所有社工的資歷：註冊社工、有豐富的教師培訓經驗	
製作生命教育網站及手機程式	\$5,000	外購網站設計及手機程式，之後的製作及上載成命故事由計劃的同工負責。	
iv) 一般開支	文儀及影印	\$1,932	
	核數費用	\$5,000	
申請撥款總額 (\$):		150,100	

備註：本機構選擇服務供應商時，將遵照優質教育基金〈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。(請別選適當空格，可別選一項或多項)



觀察:



本計劃將記錄「生命故事」網站的瀏覽人次，預計人次不少於2500人次



作人員將會觀察及記錄同學參與「生命教育」成長課期間的反應及投入程度作為衡量成效的另一指標



活動前和活動後的問卷調查:



社工或輔導員會為參與「堅毅計劃」的參加者進行前後問卷的測試，以評估比對活動的成效



於各單項活動完成後派發檢討問卷收集參加者對活動的意見



學生表現在評估中的轉變:



社工或輔導員會為參與「堅毅計劃」的同學進行前後問卷的測試，以評估學生抗逆力和正面思維的變化。

(ii) 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)



其他(請列明) 建立主題網站及手機應用程式內容供公眾瀏覽

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		財務管理	
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 01/11/2017-30/04/2018	31/05/2018	中期財政報告 01/11/2017-30/04/2018	31/05/2018
計劃總結報告 01/11/2017-31/10/2018	31/01/2019	財務總結報告 01/05/2018-31/10/2018	31/01/2019

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					