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
好心情@張凝文正向抗逆之旅 – 與「好心情@學校」計劃有關	2016/1068（修訂版）

基本資料

申請機構： 聖雅各福群會
協作學校： 保良局金銀業貿易場張凝文學校

受惠對象
(a) 界別： 小學
(b) 學生： 約260人（小二至小五級，7至12歲）
(c) 老師： 約25人
(d) 家長： 約190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. 在「好心情@學校」計劃下，關心每個學生的身心健康發展是必需的，透過此計劃希望建立學生「正面思維」、「與人分享」和「享受生活」。
2. 與具推動校本正向教育經驗的社福機構協作，策劃以PERMA Model及發揮學生性格強項為本的正向教育計劃。計劃包括小三至小四正向教育課及大型活動，系統化培養學生的正向情緒、解難技能、抗逆力和個人品格。
3. 舉行大型活動，例如正向週，建立校園正面文化，舒緩學習壓力，減少負面情感。
4. 本計劃以問卷篩選及老師社工轉介有需要的學生，並提供到校「次級支援」，提升學生抵抗及處理逆境能力。
5. 重視家校合作，透過老師和家長認識正向教育，有助提昇學生身、心、靈之健康，促進全人發展。

計劃如何影響協作學校發展：
協作學校現時約有學生260人，當中有三成學生是保良局住宿的局童、有約三分之一學生有特殊學習需要，亦有部分是新來港學童及非華語學童，學生大多來自社經地位低的家庭，部份學生家庭背境複雜，缺乏父母照顧及關懷，不單學習動機低，更常出現情緒不穩定及破壞課堂秩序等行為問題，而本校涉及傷害自己和有自殺想法的個案亦有增加的趨勢， 學校除了加強補救性工作，積極地培養學生品格，還需推行正向教育，提升學生應付不同挑戰的技巧，包括管理情緒、建立正面思維、解決問題、處理朋輩／家庭關係及適應環境。

根據協作學校2016-2017 APASO數據，小三的整體滿足感(3.01)稍低於香港常模(3.11)。小四的負面情感(1.84)稍高於香港常模(1.67)。小五的負面情感(1.97)稍高於香港常模(1.64)，師生關係(2.91)稍低於香港常模(3.19)。小六師生關係(2.93)稍低於香港常模(3.14)。另外，小三的朋輩關係及解難技巧也低於常模，可見推行計劃協助學生面對逆境的重要性。

(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：透過正向教育，培養學生的正面思維，從而培養學生正確及良好的價值觀，並希望學生能以正面的態度去處理生命中所遇到的困難和挑戰。

(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：協作學校的周年計畫，以「於上週期關愛文化的基礎上，深化校本核心價值觀的修和妥協，以大我為重的精神。」為重點關注事項，由此可見，校方不但重視學生的學業，也重視學生品格的培養。校方由2012年開始，成立「成長課」統籌小組，按教育局提倡的首要七個價值觀如「堅毅」、「尊重他人」、「責任感」、「國民身份認同」、「承擔精神」、「誠信」及「關愛」為主，另以「欣賞」、「感恩」、「服務」和「關愛」及「修和」等五個校本重點培養的價值觀為輔，把「公民教育」、「價值教育」、「生命教育」三大項目作一個全面的整合，透過常規的成長課去推行，以為學生的成長作充足的準備。

☑ 文獻研究綜述：根據澳洲墨爾本大學Dianne Vella-Brodrick[1] (2013) 的研究，參加清晰明確的校本正向教育計劃中學生的精神健康及生活滿意度，明顯優於非參加者。參加者出現焦慮及抑鬱指數亦顯著減少約10%。反映校本正向教育計劃有助中學生面對現今的學業壓力，提升他們的精神健康。防止學生自殺委員(2016)亦建議學校向優質教育基金申請撥款，推動建立學生精神健康計劃。[2]

☑ 相關經驗：協作學校在2011年再次申請成長的天空計劃，協助訓練學生的抗逆力，可是能夠參加成長的天空計劃的學生數量不多，覆蓋的級別亦有限，本校現時的五年級只有一班，亦未合資格申請成長的天空計劃，學校期望更多的學生及家長可以受惠，所以計劃申請優質教育基金在校推行正向教育。

(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。

完整及全面化的計劃來促進學生的身心靈健康。此計劃以馬丁．沙尼文（Martin E. Seligman）的正向心理學為藍本，以發展個人長處、建立正面情緒和品格為重點，課程中透過多元化的活動（影片、互動遊戲、繪本等），讓同學認識及體驗正向教育的重要５大元素（正向情緒、全程投入、正向關係、意義及成就感），引導學生過充實、愉快、有意義的生活。

另外，透過次級預防，針對情緒困擾同學，提供小組活動及個別跟進，提升學生個人能力來處理困難，克服逆境帶來的負面情緒。

此外，計劃也關注孩子的支援系統，當中家長及老師的參與更是不可缺少的。因此，透過老師及家長的工作坊，讓家長、老師及學生心連心，強調建立孩子的健康人生，提升PERMA的5大元素，促進孩子身心靈的發展。

(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。

[1] Dianne Vella-Brodrick（2013）*Independent Evaluation on Positive Education*, the University of Melbourne and Monash University, Australia. https://www.ggs.vic.edu.au/ArticleDocuments/889/Research%20Report-GGS-August2014.pdf.aspx

[2] 防止自殺委員會(2016) 最終報告 https://goo.gl/QORwNA

2. 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。
3. 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。
4. 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。
5. 重視創意及師生關係：正向教育課以具創意趣味及多元化的活動體驗推行。小三及小四的師生共同參與正向教育課活動亦有助雙方了解，建立關係，鞏固學生正向心理的支援網。
6. 重視全校參與：舉行全校參與的正向週，建立校園正面文化，及促進師生關係，舒緩學習及生活壓力。
7. 重視教師的培訓工作：透過校內教師培訓，加深教師對PERMA Model的掌握，長遠讓教師擔起帶領正向教育課及策劃相關活動的角色，讓正向教育在校可持續發展。
8. 重視家長教育工作：透過親子正向歷奇及工作坊，讓家長了解孩子的需要，以發掘孩子的性格強項，並以正向溝通為原則，攜手創建健康的家庭環境，促進孩子愉快成長。

(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 需具備學校服務／兒童服務經驗
1-6/2018 項目 2：老師培訓 (I)及(II)	<u>具體內容</u> -邀請嘉賓講員分享正向教育的理念及運用 -以靜觀、身心靈活動提關注老師的精神健康 -透過體驗活動及性格強項測試，嘉賓及社工分享發揮孩子樂觀、希望的正面特質 <u>預期學習成果:</u> 1)認識正向教育的 5 個元素 (正向情緒、全程投入、正向關係、意義及成就感)及如何運用在教學中 2)認識性格強項及如何協助學生發揮以面對逆境 3)活在當下，運用正念提升正能量	全體老師	2 節/每節 2 小時	1. 本計劃的註冊社工 2. 嘉賓講員：註冊社工或講師 資歷：註冊文憑／學位社工／心理學講師，並需具備心理健康教育及正向教育培訓經驗
1-6/2018 項目3: 多元化正向課程--情緒小達人	<u>具體內容</u> <u>第一節: 情緒彩色怪獸</u> - 以話劇、繪本分享及體驗活動，認識不同情緒及沒有好壞之分，學習接納	負責老師、小三學生，共 35 人	4 節/每節一小時	1. 本計劃的註冊社工 2.額外機構(社工) 由於活動著重體驗和同學間的互動與分享，分為小組互

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)
	情緒及提升正面情緒 第二節: 我變成了一隻噴火龍 - 以話劇、繪本分享及體驗活動，認識負面情緒(特別是憤怒)，及持續憤怒對自己及他人的影響，學習以正確方法 (深呼吸練習、正向思維等)處理 第三節: 沒關係、沒關係 - 以短片、繪本分享及體驗活動，認識失落的情緒及運用正向思維、感恩之心去面對逆境 第四節: 快樂筒 - 以遊戲、繪本分享、角色扮演，鞏固及重溫學習，鼓勵學生於日常生活中實踐所學，訂立目標 **預期學習成果:** 1)認識基本情緒 (正負面情緒)及學習接納不同情緒 2)學習正確處理情緒的方法 3)正向思維的重要及實行方法			動，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)，針對每組學生不同的需要，提升學生對活動的投入感、參與度及學習
1-6/2018 項目 4: 多元化正向課程--抗逆不倒翁	**具體內容** 第一節: 自我欣賞效能感 -以話劇、繪本分享及體驗活動，認識自己已有的內在及外在資源，學習解難的能力及嘗試訂立目標 第二節: 支援網絡歸屬感 -以短片、繪本分享及體驗活動，明白主動關心他人的重要性，學習正確的人際相處技巧 第三節: 常存希望樂觀感 -以短片、繪本分享及體驗活動，培養樂觀感，運用正向思維對抗負面想法 第四節: 超級無敵大挑戰 -以問答遊戲及角色扮演，鞏固及重溫學習，鼓勵學生於日常生活中實踐所學，訂立目標 **預期學習成果:** 1)認識抗逆力及提升抗逆力的重要性 2)學習解決問題的方法及步驟 3)掌握正面思想、對抗負面想法	負責老師 、小四學生 ，共 43 人	4 節/每節一小時	1. 本計劃的註冊社工 2. 額外機構(社工) 由於活動著重體驗和同學間的互動與分享，分為小組互動，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)，針對每組學生不同的需要，提升學生對活動的投入感、參與度及學習
1-6/2018 項目 5：Be Smart 課後支援小組	**具體內容** 第一節: -透過遊戲、體驗活動及解說，同學與社工互相認識及經驗正向情緒 第二節及第三節 -體驗解難活動，認識及發揮性格強項面對逆境 第四節 -透過體驗活動，接納情緒及處理方法(靜觀、放鬆練習、運動等) 第五節 -透過體驗活動，認識正面溝通方法，與人建立良好關係	學校社工及老師推薦，情緒管理較弱，抗逆力低及家庭支援較少的學生 小二、小三一組: 共 6 人 小四、小五一組: 共 6 人	18 節，每節 1.5 小時 兩組共 36 節	本計劃的註冊社工

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)
	第六節 -總結小組所學及訂立目標 小組聚會 (共12節) **預期學習成果:** 透過社工為有情緒需要的學生舉行課後支援小組，運用正向心理學元素，改善他們的自信心，提昇自我形象及成功感，增加正面情緒及支援網絡,因而提升抗逆能力。			
1-10/2018 項目6：快樂正向教育週	**具體內容** -6個攤位，每個攤位以遊戲形式推廣正向信息:「品格對對碰」、「碌走負面情緒」、「活出正能量」、「拍出真的我」、「感恩樹」、「PERMA幸福元素」等 -借用及放置好心情展板於禮堂內展示 **預期學習成果:** 透過攤位活動，推廣正向教育的5個元素，提升正能量及感恩關愛文化，用行動鼓勵及感染他人	全校學生、老師及家長	共 6 小時	1.本計劃的註冊社工 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兒童活動經驗 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：需具備支援兒童活動經驗
1-11/2018 項目7: 童玩親子日營	**具體內容** 透過體驗活動，認識自己及家人的性格類型，了解大家的身心靈需要 ，學習閱讀孩子「心靈」的需求，掌握建立孩子的自信與快樂及有效處理情緒心法 **預期學習成果:** 1)了解自己與家人在壓力下的溝通模式 2)了解孩子需要的成長養分，協助打造愛與快樂的親子關係	學生、老師及家長 (25對家長及學生)	活動時間約7 小時	1. 本計劃的註冊社工 2. 額外社工 由於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)，針對每對親子不同的需要，提升的效益。 ● 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兒童活動經驗 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家長的安全，從而讓社工更專注提升親子關係(如觀察、回應學生、進行小組解說等) ● 職責：協助執行計劃 ● 資歷：需具備支援兒童年

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)
				活動經驗
1-11/2018 項目8: 家長正向溝通工作坊I &II	**具體內容** 透過個案分享、角色扮演和小組討論，初步掌握何調身心健康，從而察覺及接納自己和孩子的情緒，並從中學習有效的溝通方式，以另一角度(性格優點)去了解孩子，發揮所長，家人建 立更親密的關係 **預期學習成果:** 1)認識自己及孩子的情緒需要，提升孩子正面情緒及抗逆力 2)教導父母正向管教方法，以建立和提升孩 子的性格優點	25 位家長	2 節/每節 2 小時	1. 本計劃的註冊社工 2 導師資歷：註冊文憑／學位社工 ● 職責：協助執行計劃 ● 資歷：需具備支援兒童活動經驗、需具備心理健康教育及正向教育培訓經驗
12/2018 項目9：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) 項目	款額($)	理據
i) 員工開支	社工薪金(部份時間) ● $30,694x 1/3 x 12 個月 x1.05(MPF)	128,915	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 需具備學校服務／兒童服務經驗
ii) 服務	項目 1：學校聯繫及籌備	-	
	項目 2：老師培訓 (I)及(II) ● 導師費用: $1,040/小時 x2 小時 X 2 節=$4,160 ● 活動物資:$300 X 2 節=$600	4,760	導師: 註冊學位社工，並需具備心理健康教育及正向思維培訓經驗
	項目3: 多元化正向課程--情緒小達人 ● 導師（社工）費用: $300/小時 x 1 小時 x 4 節=$1,200 ● 活動物資：$500 X 4 節=$2,000 ● 正向小冊子： $8 X 40 本=$320	3,520	導師:註冊文憑／學位社工
	項目 4: 多元化正向課程--抗逆不倒翁 ● 導師費用: $300/小時 x 1 小時 x 4 節=$1,200 ● 活動物資: $500 X 4 節=$2,000 ● 正向小冊子: $8 X 50 本=$400	3,600	導師:註冊文憑／學位社工

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 5：Be Smart 課後支援小組（共 36 節） • 活動物資（$100 x 36 節）=$3,600	3,600	
	項目6：快樂正向教育週 • 活動物資 ($1,700 X 6 攤位)=$10,200 • 運送物資車費 ($300 X 2 次)=$600 • 1 位活動工作員：$200/小時 x 6 小時=$1,200 • 活動導師(1 位社工)費用：$300/小時 x 6 小時=$1,800	13,800	項目 6 & 7： (1 位計劃社工+1 位社工+1 位服務活動工作員) 外聘社工：註冊文憑／學位計劃社工，需具備兩年或以上兒童服務經驗 資深服務活動工作員：需具備兒童服務經驗
	項目7: 童玩親子日營 • 日營營費 (60 x$150)= $9,000 • 導師費 (1 位外聘服務社工：$300/小時 x 7 小時 =$2,100 • 1 位活動工作員：$200/小時 x 7 小時 =$1,400 • 活動物資：$1,000 • 來回交通費($1,200x2)= $2,400	15,900	
	項目8：家長正向溝通工作坊I &II • 導師費用: $1,040/小時 x2 小時 X 2 節=$4,160 • 活動物資:$300 X 2 節= $600	4,760	註冊社工/講師 資歷：註冊文憑／學位社工/心理學講師，並需具備心理健康教育/正向教育培訓經驗/家長服務經驗
	項目9：活動檢討及評估	-	
iii) 一般開支	1. 全校正向活動宣傳品	5,000	正向教育元素設計宣傳品，加深學生對正向教育的認識。
	2：「正面思維」及活動總結分享集	4,000	印刷費及設計費
	3. 會計核數	5,000	
	4. 雜項	7,145	文具、影印等
	申請撥款總額($)：	**$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)<u>計劃的預期成果</u>

(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。

☑ 學生表現在評估中的轉變：每項活動後，學生也需要填寫活動問卷及工作紙，以了解他們對於課題（情緒處理、抗逆力及性格強項等）的認識及應用

☑ 其他：在定期學校會議中，由級統籌帶領班主任檢討計劃成效及學生反應，並把意見轉交社福機構及輔導組的計劃負責人，作出適時的調整。

(ii) 請列明計劃的產品或成果。

☑ 學與教資源：整合正向教育課的教學資源，建立校本資源庫，供全校教師參考使用

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					