



計劃總結報告

計劃編號：2015 / 0226

甲部

計劃名稱：由『心』出發：一個結合藝術治療與學校輔導以提升中學生個人成長的計劃

機構/學校名稱：香港中文大學 教育心理學系

計劃進行時間：由 9/2016 (月/年) 至 8/2017 (月/年)

乙部

填寫此部份報告前，請先詳閱讀「優質教育基金計劃總結報告填寫指引」。

請另頁(A4紙)書寫，就以下項目作出總結報告：

1. 達成目標
2. 計劃對學習成效、專業發展及學校發展的影響
3. 自我評鑑計劃的成本效益，需清楚列出有關指標及衡量準則
4. 成品及推廣模式，及外間對那些推廣活動的反應
5. 活動一覽表
6. 計劃實施時所遇到的困難及解決方法

計劃負責人姓名：蕭鳳英

受款人姓名*：蕭鳳英

簽名：_____

簽名：_____

日期：16.11.2017

日期：16.11.2017

*計劃總結報告須經「網上計劃管理系統」提交。一經提交，報告將被視為已經由校監/機構主管或代表機構簽署優質教育基金撥款協議書的人士確認。

1. 能否達成目標

表一：目標是否達到

說明目標	與目標相關的活動	達標程度	達到目標的證據或指標	未能達到目標的理由
為學校輔導引入藝術治療新元素，多元地關顧學生的心理需要	- 中一情緒及個人成長工作坊	完全達到	問卷調查 個別訪問 觀察	
支持學校的中一新生輔導工作，培訓高年級學生領袖關愛中一新生	- 教師大使工作坊 - 學生大使工作坊 - 中一講座 - 中一情緒及個人成長工作坊	完全達到	問卷調查 個別訪問 觀察	
促進教師的個人及專業發展	- 教師大使工作坊	完全達到	出席人數 問卷調查	
促進學校之間輔導工作的交流及分享	- 聯校分享座談會	大致上達到	出席人數 觀察	

2. 計劃影響

本計劃開展之前，大部份參與的師生均未接觸過藝術治療，而透過這個計劃，他們不單對藝術治療有所認識，並親身見證到藝術治療的成效，甚至啟發他們日後從藝術治療的角度去思考 and 處理難題，進而令他們在這方面的潛能得以充分發揮。對有志於從事學生輔導的教師來說，本計劃亦為他們帶來一個新路向，可以考慮進修藝術治療作為日後處理學生問題的其中一種有效工具。就學校整體而言，本計劃引導參與的學校建立關愛的文化，並透過網上平台為學校與學校之間提供新的分享及協作機會。

四所學校的老師大使均為校內的輔導組成員或輔導老師，他們認為透過此活動更明白個別中一的需要，並藉此活動引發學生對自己成長方面有更深入的討論。但本計劃未有跟進老師如何協助或輔導個別有需要的個案。

3. 自我評鑑計劃成本效益

受款人必須填寫本附件內表二的預算核對表，與報告一併遞交。關於預算項目的分類辦法，請參照附件二。

作為一個試驗計劃，各方面的資源均有莫大限制，目前難以評估能否運用更低的成本向其他學校推行類似計劃，而保持計劃資料的延續性亦只能透過互聯網頁上的分享，暫時未有額外的資源讓計劃在完結後繼續發揮其影響力及推廣至其他學校。

表二: 預算核對表

預算項目 (根據協議書附表 II)	核准預算 (甲)	實際支出 (乙)	變更 [(乙)-(甲)] / (甲) +/- %
服務 (合共\$78,325)			
輔導員	\$72,000	\$72,000	0%
計劃助理	\$6,325	\$6,215	-2%
一般開支 (合共\$47,675)			
工作坊(學生大使及教師)、 工作坊(中一學生)、校內展覽、	\$26,241	\$26,549	1%
聯校分享會、 資源光碟	\$5,000	\$5,000	0%
審計費	\$16,434	\$16,434	0%
CUHK行政費			
總額: \$126,000	\$126,000	\$126,198	0%

4. 可推介的成果及推廣模式

見表三

表三: 計劃成果的推廣價值

項目詳情 (例如 種類、名稱、數量等)	成果的質素 及推廣價值評鑑	舉辦的推廣活動 (例如 模式、日期等) 及反應	是否值得優質教育基金推介及可供推介的可行性? 如值得, 請建議推廣模式
網上資源	可讓參與的四間中學以外的學校就如何運用藝術治療協助中學生進行自我認識及輔導有啟示	於2017年8月於中大網頁內發放	

5. 活動一覽表

請列出計劃進行期間舉辦的活動詳情，例如活動種類、內容、參加人數及參加者的反應(有關資料可按本附件內表四的格式，或以簡短段落形式書寫)。

表四: 活動一覽表

活動性質 (例如 座談會、 表演等)	概略說明 (例如 日期、 主題、地點等)	參加人數				參加者的回應
		學校	教師	學生	其他 (請註明)	
教師大使工作坊	03/09/2016 09:30-13:30 香港中文大學	4	14	/	/	100%受訪者「同意」或「非常同意」工作坊內容實用、豐富、有趣，並認同工作坊有助提升他們對心理學及藝術治療的認識和專業及個人成長。他們均表示會考慮在日後工作上應用工作坊的活動。(附件 1)
學生大使工作坊	馬陳端喜 01/09/2016, 02/09/2016 13:30-17:30 中聖書院 07/09/2016, 09/09/2016 14:00-18:00 譚李麗芬 10/09/2016, 17/09/2016 09:30-13:30 高雷 21/11/2016; 28/11/2016 16:00-18:00	4	1 1 1 1	5 6 4 6	/	約七成半受訪者「同意」或「非常同意」工作坊內容有趣，認同自己在工作坊投入參與活動和討論。同時，他們認同工作坊有助增加他們對自己的認識，並讓他們對心理學及藝術治療有基本的認識和體驗。若將來有同類工作坊，他們均表示有興趣參加。(附件 2)

中一講座	譚李麗芬 08/09/2016 16:10-17:10	4	6	33	/	此乃額外安排，讓中一生初步認識計劃的內容及安排上的細節
	中聖書院 13/09/2016 15:30-16:30		4	57		
	馬陳端喜 26/09/2016 12:25-13:25		5	47		
	高雷 06/10/2016 14:55-15:40		6	60		

<p>中一情緒及個人 成長工作坊</p>	<p>譚李麗芬 23/09/2016 14:55-15:55; 21/10/2016 13:55-14:55; 04/11/2016 13:55-14:55; 18/11/2016 14:55-15:55 中聖書院 07/10/2016; 21/10/2016; 28/10/2016; 16/12/2016 16:00-17:00 馬陳端喜 (A 組) 03/10/2016; 19/10/2016; 09/11/2016; 16/11/2016 16:00-17:00 (B 組) 05/10/2016; 26/10/2016; 09/11/2016; 16/11/2016 16:00-17:00 (C 組) 12/10/2016; 31/10/2016; 14/11/2016; 16/11/2016 16:00-17:00 高雷 09/02/2017; 16/02/2017; 23/02/2017; 02/03/2017 14:55-16:00</p>	<p>4</p>	<p>4</p>	<p>33</p>	<p>/</p>	<p>綜合共 164 位學生問卷調查的結果，學生在「抗逆力」和「希望感」兩個範疇的平均分在工作坊後均有輕微的上升，前者增幅為 2.81，而後者為 0.36，唯兩者的增幅在統計學上並無明顯的差異。此外，學生的自評解難能力、受他人的支持和幫助的程度、對中一適應中一校園生活的信心在工作坊後均有輕微的上升，然而它們的增幅在統計學上亦無明顯的差異。</p> <p>綜合共 62 位學生個別訪問的結果，他們喜歡工作坊的原因包括：1. 表達形式特別、2. 鼓勵同儕互動、3. 促進自主、4. 增強自我認識、5. 有助調節情緒和 6. 燃點對藝術的興趣。部份受訪學生完成工作坊後在身體、社交、學習和心靈四方面有以下改變，包括：(身體)更覺察自己的身體；(社交)願意開放自己、結交新朋友、學會互助和以禮待人；(學習)發掘自己的潛能、提升學習動機、訂立學習目標；(心靈)學會控制情緒、處理衝突、人變得比較冷靜和開朗。</p>
				61		
				48		
				22		

校內展覽	譚李麗芬 27/3-31/3 中聖書院 2/5-5/5 馬陳端喜 24-28/4 高雷 31/5 - 2/6	4	全校老師	全校學生	/	
聯校分享座談會	中大	4	3	7	/	除正式的聯校分享會外，四校的負責老師亦有至少兩次的互相到訪參觀校內展覽

6. 困難及解決方法

本計劃 (包括預算、時間表及過程等) 與原來版本大致上相同。

優質教育基金資助
 由「心」出發：一個結合藝術治療與學校輔導以提升中學生個人成長的計劃
 教師大使培訓工作坊

問卷調查結果 (n= 14)

第一部份：參加者背景

性別：6 男(43%)，8 女(57%)

職位：3 主任(當中 1 位兼任輔導員)(21%)，10 教師(71%)，1 輔導員(8%)

教學年資：

在 10 名教師當中，他們的教學年資如下：

2 人(20%)少於 5 年，1 人(10%)6-9 年，2 人(20%)10-14 年，5 人(50%)15 年或以上

第二部份：參加者回饋

	非常不同意	不同意	中立	同意	非常同意
1. 我認為工作坊的內容實用。	0	0	0	9 (64%)	5 (36%)
2. 我認為工作坊的內容豐富。	0	0	0	7 (50%)	7 (50%)
3. 我認為工作坊的內容有趣。	0	0	0	7 (50%)	7 (50%)
4. 工作坊有助提升我對心理學及藝術治療的認識。	0	0	0	9 (64%)	5 (36%)
5. 工作坊有助我的專業及個人成長。	0	0	0	8 (57%)	6 (43%)
6. 我會考慮在日後工作上應用工作坊的活動。	0	0	0	10 (71%)	4 (29%)

7. 工作坊中我最喜歡/難忘/覺得最有意義的部份及原因：

- 身體繪圖(7 位)
- 互相寫信
- 有親身體驗的機會
- 從習作中再了解活動設計
- 人體繪畫，可多作自我認識(2 位)
- 自我認識及探究
- 能透過各項活動認識自我
- 未來拼貼畫
- 大型活動印象比較深刻，而且活動鋪排有層次
- 有反思，繪圖再化成文字，內容豐富有趣

8. 工作坊帶給我在學校輔導及學生相處層面的靈感/點子：

- 音樂的運用
- 發掘學生內在能力的重要性
- 有些靈感/點子可在班中進行
- 能夠
- 未有
- 用顏色
- 運用不同方法，多些了解學生想法
- 大使培訓，生涯規劃

9. 預計學生對藝術個人成長活動的反應及事前準備：

- 初時會不適應
- 準備材料
- 新鮮(2位)、好奇、興奮
- 反應：清楚了解自己
- 有些學生較害羞於表達自己

10. 其他建議/感想：沒有

優質教育基金資助

由「心」出發：一個結合藝術治療與學校輔導以提升中學生個人成長的計劃
學生大使培訓工作坊

問卷調查結果 (n = 21)

第一部份：參加者背景

性別：10 男(36.4%)，11 女(73.3%)

年級：中三至中五

第二部份：參加者回饋

	非常不同意	不同意	中立	同意	非常同意
11. 我認為工作坊的內容有趣。	0	0	2 (9%)	15 (72%)	4 (19%)
12. 我在工作坊投入參與活動和討論。	0	0	4 (19%)	10 (48%)	7 (33%)
13. 工作坊有助增加我對自己的認識。	0	0	5 (24%)	12 (58%)	3 (14%)
14. 工作坊讓我對心理學及藝術治療有基本的認識和體驗。	0	0	5 (24%)	11 (52%)	5 (24%)
15. 若將來有同類工作坊，我有興趣參加。	0	1 (5%)	4 (19%)	8 (38%)	8 (38%)

16. 工作坊中我最喜歡/難忘的活動及原因：

- 畫自己的活動好難忘，第一次和朋友一起畫對方 (x 8)
- 分享，因為其他同學的分享很有趣 (x2)
- 在顏色當中認識不同的情緒 (x2)
- 未來拼貼圖，知道自己未來想做的東西 (x4)

小結：參加者對人體繪畫最感興趣，認為能透過活動表達自己，同時享受與朋友互相畫對方並於小組作分享。其次多參加者提及的是未來拼貼畫，有助啟發自己未來發展方向。亦有參加者學會以顏色表達不同情緒。

17. 我對自己成為學生大使的期望和感受：

- 我希望可以和中一更投契，最好能幫助他們，希望以後可以再參加類似活動 (x5)
- 希望可以令更多中一新生投入校園 (x3)
- 幫助人很開心，希望可以做得更好 (x2)
- 好開心，可以對心理學更有認識，希望可以做得更好 (x4)
- 投入
- 成為聆聽者

小結：參加者期望能幫助中一同學投入校園，樂於接觸課外知識(如心理學)，擴闊眼界。

18. 試舉出幾項你擁有的特質/優點，有助你執行大使的任務(如協助中一同學適應校園生活、在校園推廣精神健康等)：

- 願意幫助人，健談，希望可以透過這活動學習如何與人相處 (x4)
- 接受能力高 (x2)
- 耐性
- 有照顧過低年級同學的經驗 (x3)
- 說笑話
- 開朗活潑，有責任感，能與同學玩耍
- 畫畫好，性格開朗，幽默，有責任心 (x3)
- 細心
- 開放，可以有效與中一溝通

小結：參加者普遍認為自己性格開朗、有耐性、有責任心、樂於助人。部份參加者已有照顧低年級同學的經驗。

19. 我希望計劃導師和學校在以下的方面給我更多支持，讓我對執行大使的任務有更大的信心：

- 我希望屆時可以有雪糕吃，可以與導師做朋友，能夠傾訴。(x4)
- 畫畫和溝通 (x3)
- 更多活動 (x3)
- 延長吃飯時間
- 增加活動，希望增進在這方面的認識 (x3)
- 自助餐，打邊爐，BBQ (x2)

小結：參加者期望導師加插更多活動，以增進他們對心理學或藝術治療的認識。亦有參加者期望導師舉辦聚會(如 BBQ、自助餐、打邊爐)，他們可能希望在課堂以外有其他機會與同學和導師聯誼。有一位參加者反映吃飯時間太短，建議延長。

20. 其他建議/感想：

- 覺得很有趣，在這裡很舒服
- 可以讓更多人參與 (x3)
- 縮短活動時間 (x2)
- BBQ，幫助聯誼

優質教育基金資助

由「心」出發：一個結合藝術治療與學校輔導以提升中學生個人成長的計劃
中一學生 工作坊

活動成效

- 量化數據： 抗逆力
希望感
- 質性：自我價值、解難能力、接受他人支持/幫助的程度、適應中一校園生活的信心、在學校令學生感到快樂和難過的事情

參與學校及人數 (119 男, 42 女 = 164)

	馬陳端喜	譚李麗芬	高雷	中聖
男生	28	27	22	42
女生	19	6	0	17
	1	0	0	2
共	48	33	22	61

抗逆力和希望感

(人數：87)	平均值	標準差	t檢驗	p-值
抗逆力 ¹	(前測) 55.48	16.791	-1.558	>.05
	(後測) 58.29			
希望感 ²	(前測) 16.30	6.245	-.532	>.05
	(後測) 16.66			

¹ 問卷甲部項目 1-35，每題最高分為 3，最高總分為 105。

² 問卷甲部項目 36-41，每題最高分為 3，最高總分為 30。

兩者的平均值均有上升，而抗逆力的升幅較明顯，但數值上的改變在統計學上無明顯的差異

自我價值

以 10 分為滿分，整體上我覺得自己值：

(人數：87)	平均值 (前測)	平均值 (後測)
問卷乙部項目 2 評分	6.43	6.38

學生的自我評分的平均值在活動後稍微下跌，但數值上的改變在統計學上無明顯的差異。

綜觀學生自我評分的原因，有超過三成人的回應偏向正面(如：「我覺得我聰明」、「我認識到很多朋友」、「我對自己有信心」、「我感覺良好」、「我樂於助人」、「我專注」等)。

有兩成人的回應偏向負面(如：「我沒記性」、「我不樂觀」、「我缺乏自信」、「我在某方面未能做好和容易發脾氣」、「我不夠好」、「我很少幫助他人」等)。

自評解難能力

以 10 分為滿分，整體上我認為自己解決困難的能力值：

(人數：85)	平均值 (前測)	平均值 (後測)
問卷乙部項目 3 評分	5.94	5.99

學生的自我解難能力評分的平均值在活動後稍微上升，但數值上的改變在統計學上無明顯的差異。

當學生被問及個人解難能力時，有超過六成學生採取內外歸因來解釋自己的解難能力。正面內向歸因的例子包括：「我有很多想法」、「我覺得我很容易解決問題」、「我覺得我很聰明」、「我善於解決問題」。而負面外向歸因的例子則包括：「我不夠冷靜」、「我經常犯錯」、「我容易放棄」、「我不是時常都能靠自己解決問題」、「我不懂怎樣聰明地解決問題」。

只有極少數的學生以他人來解釋自己的解難能力，如：「我在學校與朋友解決問題」、「我會找同學/老師幫助」、「我甚少得到他人幫助」等。

自評對適應中一校園生活的信心

(人數：87)	平均值 (前測)	平均值 (後測)
問卷乙部項目 5 評分	6.39	6.54

學生的評分的平均值在活動後稍為上升，但數值上的改變在統計學上無明顯的差異。

當學生被問及對適應中一校園生活的信心時，最高百份比(約兩至三成人)認為社交是最關鍵的因素，如：「我有朋友的支持」、「老師對我好」、「同學友善」、「我遇到一個『大姐姐』，她很照顧我」、「我覺得別人不尊重我」、「我沒有很多朋友」等。此百份比在後測有顯著的上升。

最少百份比(少於一成人)認為學業是影響他們適應中一校園生活的最關鍵因素，如：「太多功課」、「取得好成績」、「我有高平均分」、「我不肯定是否能夠升中二」等。

注意有近四至五成的回應未能分類。

共 62 位學生(51 男、11 女) 接受個別訪問。

訪問內容包括：

你最喜歡哪一節工作坊？原因？

- 你喜歡以這個表達藝術的活動形式來探索、認識和表達自己嗎？
 - 你認為這跟平日課堂或其他活動形式(如純交談輔導、團體遊戲)有甚麼分別？
- 完成四節工作坊，你有甚麼得著/改變？

學生最喜歡的工作坊(總受訪人數：72)

依次序為：

1. 身體繪圖(共 39 票)
2. 我的未來拼貼畫(共 20 票)
3. 我的 Pizza：顏色輪(共 9 票)
4. 解難漫畫(共 4 票)

學生對工作坊的回應

部份學生喜歡表達藝術活動的原因

特別的表達的形式：「用較間接的方式」、「有時候難以用言語表達」、「有創意，別人需要猜我的意思」

鼓勵互動：「平時上課互動較單向」、「分組工作」、「容讓同學在班上做分享」、「鼓勵分工合作(如：害羞的同學負責寫，外向的同學負責匯報)」

促進自主：「自由設計」、「平時上課由老師主導」、「不用跟隨既定框架」、「能為自己的創作做主」、「平時上課只顧抄黑板」

增強自我認識：「刺激我思考(如：我喜歡怎樣的生活、我夢想的未來)」

有助調節情緒

燃點我對藝術的興趣：「我喜歡視藝。活動有助啟發我創作自己的作品」

部份學生認為此工作坊與平日課堂或其他活動形式的分別

比較輕鬆：「不像平日上課般要達到一定要求」、「在較少壓力下我的記性更好」

比較有趣

容讓同學在課堂上傾談/走動/自由分組

在學習和玩耍中取得平衡

受訪學生在四節工作坊後的改變

身體

「覺察自己的身體，睡眠更充足。」

社交

「結交新朋友。」

願意多開放自己。」

「明白朋輩互助的重要。」

「學會以禮待人。」

學習

「我變得更有動機學習。」

「我發掘到自己的潛能。」

「我訂立了學習目標。」

「我找到自己學習上的弱點和解決方法。」

心靈

「我變得更冷靜。」

「我學會控制情緒。」

「我在學校裡更開朗。」

「現在當我與家人產生衝突時，我比較冷靜。」

學生的建議/意見

時間安排：工作坊與課後活動的時間相撞、在堂上未有足夠時間完成作品(建議刪減活動，集中完成 1-2 個活動)、希望有更多時間做分享、希望工作坊準時完成

增加互動活動 VS. 增加個人活動：同學意見不一，但普遍支持前者
(在活動設計上宜考慮同學各有不同特性，有人喜歡群體工作，有人卻喜歡獨立工作)

加插不同的藝術元素：現行活動多以繪畫為主，建議加插其他活動，如：摺紙

容許自由分組以結識其他班的同學

導師宜更嚴厲，如：要求同學清理好桌面才離開

優質教育基金資助
由「心」出發：一個結合藝術治療與學校輔導以提升中學生個人成長的計劃
聯校分享會

人數： 3 教師, 7 學生

		非常 不同意	不同意	中立	同意	非常 同意
1.	我認為聯校分享會的內容豐富。			2 (20%)	5 (50%)	3 (30%)
2.	聯校分享會促進我與其他學校師生的交流和學習。			1 (10%)	7 (70%)	2 (20%)
3.	我認為計劃總結的資料很有參考價值。			2 (20%)	6 (60%)	2 (20%)
4.	我喜歡延續表達藝術治療體驗活動。			3 (30%)	6 (60%)	1 (10%)
5.	整體而言，我認為本計劃開闊了學校輔導的可能性和多元化。			1 (10%)	7 (70%)	2 (20%)
6.	如將來有類似的學校輔導及表達藝術成長計劃，我有興趣參加。			3 (30%)	6 (60%)	1 (10%)

其他回應：

- 老師
 - 給自己更多思考如何推行輔導
 - 可以的話，計劃可加長一點，或加日營
 - 有助更多角度認識學生
- 學生
 - 喜歡藝術治療的體驗
 - 喜歡不同畫畫的活動
 - 可以用畫畫表達我的目標
 - 人體繪畫可讓我回憶童年
 - 是次活動使沒有藝術細胞的人也可接觸藝術