

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@學校伙伴計劃」有關 愛、守、望·陽光行動(聖道迦南書院) Love、Care、Hope – Be Your Sunshine Action (STCC)	計劃編號 2016/0591 (修訂版)
--	-------------------------

基本資料

學校/機構/個人名稱 童軍知友社賽馬會啟業青少年服務中心

受惠對象

- (a) 界別: 幼稚園 小學 中學 特殊教育(請剔選, 可剔選一項或多項)
- (b) 學生: 400 (人數)* 及 中一至中四 (級別/年齡)*
- (c) 老師: 15 (人數)*
- (d) 家長: 45 (人數)*
- (e) 參與學校(不包括申請學校): 基督教中國佈道會聖道迦南書院
- (f) 其他(請列明): 聯校活動參與學校包括有聖若瑟英文中學、福建中學、聖文德書院
*如適用, 請列明

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。)
學校致力培育學生自信、尊重及負責任的良好品格, 並建立同學積極進取方面的價值觀。故此我們期望透過活動:
- 提升學生抗逆力及各種促進精神健康的保護因素
 - 加強抗逆能力低的學生正面思維能力
 - 建立同學互相扶持守望文化
 - 令學生珍惜生命, 發展獨特潛質, 促進學生的社交及情意發展
- (b) (i) 請表明學校的需要及優先發展項目。
(請剔選適當空格, 可剔選一項或多項)
- 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) 提昇學生抗逆力, 增強正面思維能力
- (ii) 請提供相關的背景資料以論證(b)(i)中所提及的需要。
(請剔選適當空格, 可剔選一項或多項)
- 學校發展計劃:
藉著聖經真理, 透過實踐愛的教育, 建立充滿創意、積極信的校園, 協助學生建立和諧的社群關係, 發揮獨特潛質, 在知識、品德、情意方面的成長, 成為負責任、情理兼備、胸襟廣闊、追求卓越的青年。好心情計劃可讓同學增加彼

此分享及分展和諧社群。

- ☑ 調查結果: 根據校方過往之情意及社交表現評估套件(APASO)分析, 擬定了推行活動的級別。除數據外, 本社亦與學校主要人員, 包括校長、輔導團隊、教師及社工進行訪談得知, 初中同學較易受情緒及朋輩影響, 而高中同學則面對較大的學業壓力, 訪談結果與數據亦見吻合。評估數據及理解詳見附件
- ☑ 文獻研究綜述: 香港青少年精神健康問題高達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) 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)。透過「與人分享」、「正面思維」及「享受生活」, 讓學生參與推廣心理健康, 讓同學保持樂觀思維, 有助他們解決困難, 甚至會改善健康及在過程中守護大使能與有需要的同學, 建立信賴關係, 讓同學能與守望大使分享其困難和快樂, 亦從中找到幫助支援。

另一方面, 於2016年11月由教育局成立的防止學生自殺委員會發佈的最終報告中亦指出「自殺是一個複雜的社會問題, 並涉及多種成因及因果關係。多項危險因素累積起來並產生相互作用, 會增加一個人的自殺傾向。保護因素可平衡危險因素, 提高個人的抗逆力。自殺涉及個人危險因素與保護因素複雜的相互影響。」報告亦指出, 世衛(2014年)提出的保護因素有「有凝聚力和相互扶持的社區及相同的價值觀、健康密切的關係及家人的支持」。根據台灣同類研究, 青年人遇挫折時, 通常會向同輩分享, 但回饋的情況往往不理想。加入守望大使訓練, 加強他們正向溝通及分享的能力, 對有需要的同學是很有幫助的。

- ☑ 學生表現評估: 透過與學老師會面得知, 初中同學與同學之間的分享較少, 互相支持的氣氛較弱! 對於有需要的同學來說, 身邊的同學亦不懂如何協助, 因此協助同學建立互相分享支持的氣氛十分重要。另外, 是次計劃也根據學校2016年進行的APASO結果, 對服務對象進行調查。詳見附件。
- ☑ 相關經驗: 本社曾一直推行以防治青少年自殺為主題的以愛守望系列活動, 並且獲 _____ 資助, 於不同的中學內提供活動。另一方面, 本社多年一直與不同中學, 因應同學的需要, 提供不同的相關的訓練, 尤其是以童軍特式的歷奇訓練協助同學在逆境中合作解決問題及建立個人自信, 對應同學的成長及強他同學的抗逆力有很大的幫助。

☐ 其他(請列明) _____

- (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。
(例如: 話劇及音樂能有效刺激學生對閱讀的興趣, 並有助他們的多元智能發展。)

1. 經驗學習

參加者透過親身體驗, 然後工作者進行解說, 學習反思, 造就個人改變及實踐。而 Kolb 提倡的經驗學習, 便是經驗及意識、演譯及反思、綜合及判斷、應用及測試等四個不斷循環的階段。進行實踐後反思, 可以透過四個 What: What、So What、Now what、Then what; 或是 Greenaway 的 5F 解說: 事實 (Fact)、感受 (Feelings)、發現 (Findings)、將來 (Future) 及自由 (Freedom), 幫助參加者多角度演譯經驗, 探索箇中意義。整個計劃著重經驗學習, (包括訓練營、社區服務/分享、學校服務等) 以協助同學找出事實、加強互相表達感受、建立信任關愛群體, 也了解當中的感受, 嘗試發現以往忽略的地方, 最後再找出自己將來的發展。

2. 締造正向關愛校園氛圍方面：

- A. 以多元手法，透過訓練學長作為支援同學的網絡，培訓他們成為守望者，建立一個支援的網絡，陪伴一班抗逆力較低的學生一同成長，從中協助初中同學學會如何面對逆境問題。另外，以主動分享的活動模式，建立一個以校為本的正向分享平台，定期提供不同的正面人生訊息或者關懷和愛的訊息；並透過陽光大使的正面分享，建立一個關愛互助的校園。
- B. 計劃不但著眼於學生發展，也針對不同持份者的需要（如老師及家長），讓他們能認識青年人的需要，共同為關愛校園的建立作出貢獻。

3. 引入「陽光大使」概念：

透過工作坊，提升持份者認識抗逆力較低的青少年的需要及困難，掌握表達愛與關懷的技巧，協助有需要的青少年。

透過「陽光大使」訓練，培訓關懷初中同學的學長成為「陽光大使」，對抗逆力較低的青少年需要及危機有更深人的認識，一方面能於學校成為初中同學的「陽光大使」。另一方面，亦有助於社會締造互助互愛的氛圍。

(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。)

- 本社與協作學校共同訂定、策劃並推行活動。由本計劃聘用的人員會出席所有計劃活動，並與協作學校保持溝通，與學校輔導團隊或學校社工/心理專家推展計劃下的各項工作，以確保計劃能達到目標，並切合協助學校的需要，以及辦學信念及使命。
- 為使計劃的成效得以加強和延續，本社在計劃完成後，向校方提交前測及後測的實證和數據，以便學校跟進。
- 有關潛危學生(如需要個別輔導的學生)會專介校內輔導人員(如學校輔導團隊、學校社工或教育心理學家)即時跟進。
- 本社須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。
- 本社使用多重數據蒐集方法以辨識低抗逆力的學生，包括APASO，壓力量表，抗逆力問卷內容，老師、學校社工及輔導團隊之分析。

校本層面：

1. 挑選合適的中二及中三同學作朋輩陽光大使，與參加(聯校)陽光大使訓練的中四同學一同接受訓練，學習如何透過製作皮革及汽球作品，協助推行正向逆境訓練小組，共同建立彼此分享的互助校園氣氛。
2. 於中四挑選合適的學長，於聯校訓練中培訓成陽光大使的訓練，並於學校協助推行正向生命活動。
3. 陽光大使計劃中，包括強化面對逆境能力之正向生命戶外小組，當中陽光大使與有需要的初中同學一同經歷小組歷程。當中包括透過5F的訓練，讓有需要的同學與陽光大使一同體驗不同的訓練活動(包括戶外訓練)，透過體驗及分享，建立積極的正向思維能力。
4. 為了加強同學對正面生命的看法，在小組後期會加入義務工作服務，讓同學可以透過服務經驗，增強他們對生命的看法；亦有舉辦正向思維講座，提升學生對正向思維的認識。
5. 於敬師日送贈小心意予老師，促使學生學習感恩及欣賞。
6. 為家長提供講座及性格透視工作坊，協助家長對子女的精神健康有進深的了解；同時亦協助家長掌握及早識別子女面對困擾的技巧。
7. 出版經驗分享小冊子，讓參加的同學的得著能與學校其他同學一同分享。
8. 於教師培訓方面，校方表示去年因學童自殺情況嚴重，已於2017年9月4日邀請導師，為全體老師舉行以「校園零欺凌」為題之工作坊；及將於2018年1月15日舉行以『危

機處理』為題之工作坊。本計劃社工會在本年度教職職員會議上發放有關提升學生精神健康之訊息。

聯校層面

1. 聯校陽光大使訓練營，讓陽光大使建立一個更大的支持網絡。

(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)
17年9-10月 (籌備期間所有支出由申請人支付)	與學校聯絡及籌備	商議合乎校本需要的活動。	副校長、輔導主任	1星期	申請機構現職社工； 學校老師：招募、校內行政工作
17年10月 (籌備期間所有支出由申請人支付)	於學校宣傳，招募學長作聯校陽光大使	a. 內容重點： 於學校宣傳，招募相關學長。 b. 預期學習成果： 指定時間內招募足夠參加者參與計劃。	a. 對象： 中四同學 b. 人數：15人 c. 挑選準則： 負責老師或輔導團隊將透過面試，挑選15位態度積極及抗逆能力高的同學參與聯校陽光大使計劃。	2星期	申請機構現職社工； / 統籌宣傳活動(資歷： -文憑或以上 -註冊社工 -0至1年培訓青少年經驗) 學校老師：招募、校內行政工作
17年11月	敬師日(校本)	a.內容重點：由同學構思及設計心意咭或小擺設送予老師。 b.預期學習成果：同學認同活動能讓他們表達出對老師的關懷及鼓勵。	a.對象：老師及學生 b.人數：100人 c.挑選準則：根據老師及輔導團隊的建議，推薦學生參與活動，由同學向老師發送贈心意	1日 於小息、午膳及放學舉行	統籌社工/統籌及負責推行活動 學校老師：招募、校內行政工作
17年11月	朋輩陽光大使訓練(校本)	a. 內容重點： 為提高學生投入度，故選擇了一些對學生較新鮮及完成後可以保留(成品/技巧)的媒介：皮革製作及扭氣球，以增加參加者的投入感。 訓練重點是透過輕鬆的學習手法，協助參加訓練的中四及中二中三同學盡	a. 對象： *中四同學(聯校陽光大使) *中二及中三同學(朋輩陽光大使) b. 人數：聯校陽光大使 15人(中四) 人數：朋輩陽光大使 15人(中二及中三) c. 挑選準則： 由負責老師或輔導	8節，每節45分鐘	統籌社工/統籌及負責推行活動 學校老師：招募、校內行政工作

		<p>快建立互相合作及互相照顧的分享態度，學習如何帶領參加者認識校內同學的喜好而設計製品：如小飾物，然後送贈校內同學，將學到的與他人分享及建立校內的支援氣氛。</p> <p>氣球製作方面，中二至中四大使均需學習如何在校內展示汽球製成品，討論如何建立陽光大使於校內正面愉快的形象及建立開心愉快的校園氣氛。</p> <p>b. 預期學習成果：</p> <p>透過富趣味的互動學習過程，讓所有陽光大使均明白如何建立正面愉快的形象及學校氣氛；同時明白如何透過製作皮革及汽球，與其他有需要的同學建立彼此分享及互相幫助的關係。</p>	<p>團隊，透過面試挑選 15 位態度積極及抗逆力高的中四同學擔任聯校陽光大使；及 15 位中二及中三同學擔任朋輩陽光大使。</p>		
17 年 11 月	『真·心聲』系列』 (校本)	<p>a. 內容重點：透過心意卡互送，讓同學表達對彼此的關懷及鼓勵，凝造「有愛校園」的氣氛。</p> <p>b. 預期學習成果：同學認同活動能讓他們表達出對彼此的關懷及鼓勵。</p>	<p>a. 對象：全校學生</p> <p>b. 人數：200 人</p> <p>c. 挑選準則：無需挑選參加者，由學生自由決定參與</p>	1 節，每節 1 小時	統籌社工/統籌及負責推行活動 學校老師：招募、校內行政工作
18年2月	陽光大使聯校訓練 (聯校)	<p>a. 內容重點：以歷奇輔導手法訓練學長成為陽光大使，學習如何陪伴初中同學成長。</p> <p>b. 預期學習成果：</p> <p>同學表示活動讓他們了解初中同學的需要及如何表達關懷。</p>	<p>a. 對象：中四同學</p> <p>b. 人數：15 人 (聯校活動合共 60 人)</p> <p>c. 挑選準則：負責老師或輔導團隊將透過面試，挑選 15 位態度積極及抗逆力高的中四同學參與計劃。</p>	2 日 (13 小時)	統籌社工/統籌及負責推行活動； 歷奇導師 學校老師：招募、校內行政工作
18 年 3 月	『真·了解--性格透視親子溝通工作	<p>a. 內容重點：透過性格透視訓練協助家長與子女建立良</p>	<p>a. 對象：全校學生家長</p> <p>b. 人數：18 人</p>	3 小時	性格透視培訓師(level 1)認證/ 統籌社工/統籌

	坊』 (校本)	好的溝通。 b.預期學習成果： 家長認同活動有助了解親子溝通模式，從而促進親子關係。	c.挑選準則： 透過班主任推薦於班中壓力較大(按壓力量表觀察)的學生家長參加/其他有興趣家長亦可自由參與		及負責推行活動 學校老師：招募、校內行政工作
18年3-4月	正向生命戶外活動(校本)	a. 內容重點： 透過 5F 的訓練，讓有需要的同學與陽光大使一同體驗不同的訓練活動(包括戶外訓練：行山及原野烹飪)，透過於大自然的體驗及分享，建立積極的正向思維能力 b. 預期學習成果： 同學表示活動讓他們了解初中同學的需要及如何表達關懷。	a. 對象： 朋輩陽光大使及中二及中三同學 b. 人數： 30 人 c. 挑選準則： 根據老師及輔導團隊的建議，部份中二及中三同學面對不同的挑戰及適應困難，需要建立正向及抗逆力，因此由班主任透過抗逆力量表作參考，觀察各班學生壓力狀況，推薦及邀請抗逆力稍弱的同學參加與 15 位中二及中三陽光大使共同參與活動。	4 日(36 小時)	統籌社工/統籌及負責推行活動； 學校老師：招募、校內行政工作
18年6月	『初中正向思維講座』 (校本)	a.內容重點： 以講座形式帶出正向思維的重要性。 b.預期學習成果： 同學認同活動讓他們明白正向思維的重要性。	a.對象： 中一至中三同學 b.人數： 320 人 c.挑選準則： 根據老師及輔導團隊的建議，初中同學需要提昇抗逆力以面對不同挑戰，因此建議中一至中三級同學參與活動。(可見附頁校情分析)	1 小時	統籌社工/統籌及負責推行活動 學校老師：招募、校內行政工作
18年7月	『提升子女精神健康』家長講座』 (校本)	a.內容重點： 提升家長對子女壓力來源的認知；加強處理壓力的能力。 b.預期學習成果： 家長認同活動提升他們對子女壓力來源的認知，從而讓他們協助處理子女的壓力。	a.對象： 全校學生家長 b.人數： 20 人 c.挑選準則： 透過班主任推薦於班中壓力較大(按壓力量表觀察)的學生家長參加/其他有興趣家長亦可自由參與	1.5 小時	統籌社工/統籌及負責推行活動 富處理精神科個案經驗之講者 學校老師：招募、校內行政工作
18年4-5月	『陽光大使』服務計劃(義工服務)	a.內容重點： 透過展板於校內推展關愛文化，協助參加者與同輩分享正面訊息，成為同輩間	a.對象： 參與「正向生命小組」及中二中三學生 b.人數： 30 人 c.挑選準則： 曾參	3 節 (3 小時)	統籌社工/統籌及負責推行活動 學校老師：招募、校內行政工

	(校本)	的「陽光」來源。 b. 預期學習成果： 同學認同活動有助分享正面訊息。	加正向生命小組之學生		作
18年7月	「陽光大使分享集」分享會 (校本)	a. 內容重點： 總結經驗，將正向經驗結集成書，出版分享小冊子，與校內同學共同分享成果。當中包括分享集介紹及同學分享。 b. 預期學習成果： 同學認同分享會讓他們回顧計劃的成果。	a. 分享會對象： 中二及中三學生 派發對象： 全校 b. 分享會人數： 200人 派發： 800 c. 挑選準則： 曾參加計劃的陽光大使/初中學生/根據老師及輔導團隊的建議，由於中二及中三同學為中學階段的基礎，希望能後不同方面鞏固其正面的思維，故此活動將邀請中二及中三同學參加。	1小時	統籌社工/統籌及負責推行活動 學校老師：招募、校內行政工作

(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):

校長全力支持有關計劃，並定時監察本計劃的推行。是次有10位老師與本社共同籌劃本計劃。而班級老師亦會參與推行的活動，了解及識別學生需要，並為有需要的學生作出轉介。於個別活動完結後，社工會與負責老師進行檢討，跟進計劃進度。中期檢討會將由校長、相關專責小組老師及本社於計劃中期召開，跟進計劃推行情況。於計劃完結時將召開檢討會，討論服務有否延續的需要及跟進情況。

(ii) 老師在計劃中的角色: (請剔選適當空格，可剔選一項或多項)

領袖

協作者

開發者

服務受眾

其他(請列明) _____

(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 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	0.5名註冊社工 薪金x12個月 (包括強積金) \$10,847.5 x 12 = \$130,170.00 *由機構提供人手以到校形式提供服務(非駐校形式)	\$130,170.00	資歷: -文憑或以上 -註冊社工 -0至1年培訓青少年經驗 主要工作: 負責舉辦及帶領各項活動、預備教

			材、統計工具及撰寫報告等工作
ii) 服務	敬師日(校本) 活動物資：\$3,000.00 導師費：\$0	\$3,000.00	以購買合適材料製作小禮物
	朋輩陽光大使訓練(校本) 皮革物資(包括皮革製作工具、皮革)：\$3,000.00 (\$100.00x30人) 扭氣球物資(不同種類的氣球及練習用氣球)：\$1,500.00 (\$50.00x30人) 氣球展示架製作物資：\$900.00 導師費：\$0	\$5,400.00	加強活動趣味，強化建立關係的原素
	「真·心聲」系列(校本) 心意木牌製作 木牌：\$1300.00 木牌裝飾：\$700.00 木架(展示用)：\$500.00 點唱紙印製：\$500.00 導師費：\$0	\$3,000.00	有意義的紀念品能表達欣賞之情及印刷點唱紙能將同學的心聲具體地表達
	陽光大使訓練(聯校) (活動費用由4間中學分擔，每間學校的支出，按學校的服務數量再調節) 營費：\$250.00x17人(15學生；2工作人員)=\$4,250.00 參加者交通：\$500.00 物資：\$100.00 營地設施(活動室、冷氣費、音響)租用：\$500.00 導師費：\$0	\$5,350.00	營會比室內活動更能有效地讓參加者學習、經歷及成長
	「真·了解」性格透視親子溝通工作坊(校本) 性格透視評估問卷：\$900.00 (\$50x18人) 活動物資：200.00 導師費：\$0	\$1,100.00	以合適的評估工具提升參加者對自己的認識，合適的場地佈置，有助提升參加者的參與度
	正向生命戶外活動(校本) 戶外活動導師：\$9,600.00 (\$300.00x8小時 x4日) 戶外活動物資：\$12,400.00 (\$100x4日 x31人(30學生+1工作人員)) 參加者交通：\$7,600.00(\$1,900 x 4次來回)	\$29,600.00	加強活動趣味，於大自然及戶外作訓練，以增加同學的參與，強化建立關係的原素
	「初中正向思維」學生講座(校本) 講者費用：0 活動物資：\$300.00	\$300	協助初中同學訂立合理期望
	「提升子女精神健康」家長講座(校本) 講者費用：\$1,040 (1小時 x\$1,040.00) 活動物資：\$300.00	\$1,340.00	邀請富處理精神科個案經驗之講者，有效提升參加者的學習質素
	「陽光大使」服務計劃(校本) 展板製作連設計：\$2,400.00 (\$400x6)	\$3,000.00	展板必須購買基本物資

	塊) 小組物資：\$600.00 (\$200×3 節) 導師：\$0		
	「陽光大使分享集」分享會(校本) 導師費：0 製作分享集：印製連設計收費 \$12,000.00 (\$15.00×800 本)	\$12,000.00	分享集結合不同的正能量，有助學校廣泛建立正面的氛圍
iii) 一般開支	雜項（如：、交通費、影印文具等）	\$740.00	以支援郵遞、文具及交通方面的需要
	審計費	\$5,000.00	聘請核數師費用
		\$200,000.00	

* 請刪除不適用者

附註：本社選擇服務供應商時，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。
(請剔選適當空格，可剔選一項或多項)
- 觀察：觀察學生參與計劃活動的興趣及表現
- 重點小組訪問：訪問教師及學生，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：了解同學對對抗逆境的想法
- 學生表現在評估中的轉變：有80%參與的同學提昇了抗逆能力
- 其他(請列明)：本社在計劃完成後，會向校方提交前測及後測的實證和數據，以便學校跟進。如需要個別輔導的學生，本社負責人員會轉介校內輔導人員即時跟進。
- (ii) 請列明計劃的產品或成果。
(請剔選適當空格，可剔選一項或多項)
- 學與教資源
- 教材套
- DVD
- 其他(請列明) 分享小冊子

資產運用計劃(現階段不適用)

(IV) 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：

計劃進度管理		計劃財務管理	
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	財政總結報告 01/05/2018 - 31/10/2018	31/01/2019