

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 「尊重生命，逆境同行」真鬆趣，有愛同行(好心情@學校微型計劃)	計劃編號 2016/0628 (修訂版)
---	----------------------------

基本資料

學校／機構／個人名稱：基督教香港信義會學校社工組  
(協作學校：元朗商會中學)

受惠對象

(a) 界別：幼稚園 小學 中學 特殊教育

(b) 學生：(1) 初級預防活動 約 408 位 (人數) 中一至中三級學生  
(2) 次級預防活動 約 20 位 中一級學生

(c) 老師：約 65人

(d) 家長：約 80人

(e) 參與學校(不包括申請學校): 1

(f) 其他(請列明): \_\_\_\_\_

\*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。)

1. 及早識別及支援抗逆力低之初中學生；
2. 在校內建立求助文化，從而消除負面標籤；
3. 有別於現行各種「初級預防」(Primary Prevention) 計劃，即對所有學生作一般性預防，本計劃以問卷篩選有需要的學生，並提供點對點到校「次級預防」(Secondary Prevention) 支援活動；
4. 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；
5. 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跟進輔導技巧。

(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)：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。

(請別選適當空格，可別選一項或多項)

學校發展計劃 (2015-2018):

1. 提昇學與教質素；
2. 培育學生建立積極及有意義的人生

☑ 調查結果：2016/17 情意及社交表現問卷(APASO)調查結果顯示本校中一學生的身心健康須要關注。學生在此項表現較全港一般學校略高，顯示學生受考試及學業困擾，經常感到擔心和煩亂。另一方面，中一中二學生缺少適當消遣，幫助減壓。14.95%的受訪學生不同意「喜歡遊戲」，高於全港平均 5.36%，數字輕微偏高。近年觀察，學生出現嚴重情緒問題及精神健康問題有增長趨勢，部分學生更需要接受精神科醫生治療及正在休學中。

☑ 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%至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有需要提高精神健康的人羣，並對這些有需要的人士進行針對性的干預，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陸續展開。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。該項目有效提高青少年面對負面生活經驗的抗逆力及預防抑鬱症狀。可惜，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的抑鬱情況。

☑ 學生表現評估：透過多種數據蒐集方法(如活動後問卷、小組訪問、老師回應)及識別工具(建議修訂HKSIF)，工具版權屬香港中文大學醫學院健康行為研究中心所有，由九龍樂善堂贊助。邀請抗逆力較低、危機因素較高之學生參加「抗逆力培訓」計劃。

☑ 相關經驗：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。

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)每年有超過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「次級預防」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。

(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. 初級預防(Primary Prevention)與次級預防(Secondary Prevention)

多年以來，不少本地及外國學者均強調「初級預防」和「次級預防」，兩者必須並重及同時實施。及早進行「初級預防」可照顧較多學生，但支援較一般性，未能有效針對學生的需要。國際文獻已指出「次級預防」成本效益遠高於治療式及補救式的工作，避免個人因問題產生後造成可能永不磨滅的創傷。「次級預防」亦能提升學生抗逆力、促進「正向認知」，「正面思維」及「享受生活」，和建立正面文化。

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, Belief Bonding)，加入提高抗逆力的元素，如「自尊 (Self-esteem)」，「自我效能感 (Self-efficacy)」，「家庭支援 (Family support)」，和「正向情感 (Positive affect)」；同時亦利用「認知行為訓練」(CBT)的手法提升學生抗逆力，有效解決他們成長及精神健康方面的困擾。

I. 個人能力與技巧(Competence) - 通過「培訓/訓練」(Experiential Learning and Training) 裝備/提升個人能力，減低或克服逆境所帶來的損害

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)，反省及檢視在不同活動歷程中所得的經驗和啟示，以建立個人和對未來的信念

III. 外在的支持及資源(Bonding) - 透過「策略」(Strategically network building)，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

(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。)

(例如：計劃採用戲劇教育的策略，並利用受歡迎的歌曲，以有趣和互動的方式喚起學生對閱讀的興趣。)

1. 由機構駐校服務督導與校長、輔導主任商討，由校長帶領學校推行校本計劃，對應學生的心理和成長需要；
2. 計劃由本組與學校共同合作推展，會提供充足人力資源；
3. 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(有關工具和程序可於 2017-2018 學年初提供予參加學校及 NGO 使用)；
4. 活動項目將參考(UAP)設計，以積極向上、富趣味性的形式呈現和開展。過去及現時不少 NGO 社工有提供相關服務計劃的經驗，包括中、小學的「成長的天空」及「共創成長路」，前線社工均具備具體執行計劃的基本能力及技巧。NGO 將為負責計劃的社工提供相關培訓，確保服務質素及成效；
5. 由於計劃包括初級預防及次級預防的工作，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。
6. 在活動進行中若發現潛危學生(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；
7. 同時，藉以上相關的刊物和活動，為學生提供相關社區支援熱線的資料，並鼓勵學生向信任的人尋求協助，加強求助的文化；
8. 學校社工在計劃完成後，向校方提交前測和後測的實證和數據，以便學校跟進；
9. 本會將負責計劃參與者的安全，採取適當的安全措施，以及遵守教育局之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:(11/2017)至(10/2018)

日期	計劃活動	具體內容及預期學習成果內容	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)
11/2017	學校聯繫及籌備	會議	教師	/	
1/2018-5/2018	「有愛同行」老師培訓	<p><u>具體內容</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 簡介計劃及教授服務重要概念</li> <li>- 簡介識別低抗逆力的學生，及回應他們在心理、情緒和發展方面的需要。</li> </ul> <p><u>預期學習成果內容</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 能認識計劃內容及服務重要概念</li> <li>- 能認識識別低抗逆力的學生，及回應他們在心理、情緒和發展方面的需要</li> </ul>	-65名老師 x 1節=65 人次	約1小時	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 計劃負責社工及臨床心理學家專業資格</li> <li>- 大學資歷及有豐富(3年或以上)培訓老師及專業助人者經驗</li> <li>- 向老師提供培訓</li> </ul>
1/2018-5/2018	中一班主任及輔導老師的工作坊	<p><u>具體內容</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 簡介提升良好精神健康元素及方法</li> <li>- 討論支援學生建立正向成長的技巧</li> </ul> <p><u>預期學習成果內容</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 能良好精神健康元素及方法</li> <li>- 能學習支援學生正向成長的技巧</li> </ul>	10位老師 x1節=10位 老師	約1小時	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 計劃負責社工及資深社工</li> <li>- 大學資歷及有豐富(5年或以上)培訓老師及專業助人者經驗</li> <li>- 向老師提供培訓</li> </ul>
11/2017-12/2017	學生需要調查(HKSIF 1.1)	問卷調查	中一學生 30人x5班x1 節=150人次	每節1小時，共5 小時	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 計劃負責社工及學校負責老師統籌派發、填寫及收集問卷程序</li> </ul>
12/2017-4/2018	「有愛同行」學生大使訓練	<p><u>具體內容</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 簡介計劃及教授服務重要概念</li> <li>- 讓學生大使明白朋輩支援對中一學生的重要性</li> </ul>	-學生大使 培訓： 1. 20人x2 節=40人次 2. 10人x2 節=20人次	4節，每 節1.5小 時，共6 小時	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 計劃負責社工</li> <li>- 編訂活動內容及主講等</li> </ul>

		<u>預期學習成果內容</u> - 能認識計劃內容及服務重要概念 - 能明白朋輩支援對中一學生的重要性	共60人次 - 校方推薦合適學生		
1/2018-2/2018	「有愛同行」中一同樂日	<u>具體內容</u> - 學生大使受訓後與中一學生進行增加校園歸屬感、正面支持關係的活動  <u>預期學習成果內容</u> - 能與被識別的中一參加者與增加校園歸屬感、正面支持關係的活動	中一同樂日:136人x1節=136人次	約2小時	- 計劃負責社工 - 編訂活動內容及主講等
3/2018	中一抗逆區	<u>具體內容</u> - 學生大使受訓後與被識別的中一參加者進行增加朋輩關係、彼此認識的活動  <u>預期學習成果內容</u> - 能增加彼此認識	中一抗逆區: - 中一學生: 20人 x 1節 = 20人次 - 學生大使: 10人 x 1節 = 10人次 共30人次  - 在學生需要調查(HKS「次級預防」IF 1.1)中篩選20位有需要的中一學生參與計劃	約1.5小時	- 計劃負責社工編訂活動內容及主講等
11/2017-07/2018	「真·鬆趣」心理健康講座	<u>具體內容</u> - 以講座形式，讓學生認識自我需要及正面的思維模式，掌握抗逆力的元素，並明白面對逆境仍有選擇及有方法可應對的重要性。  <u>預期學習成果內容</u> - 能認識自我需要及正面的思維模式 - 能認識抗逆力的元	中一至中三學生 408人 x 1節 = 408人次	約1小時	- 計劃負責社工編訂講座內容及主講等

		素			
1/10/18-3/2018	「有愛同行」家長心理健康講座	<u>具體內容</u> - 協助家長認識子女的需要，學習如何協助子女處理壓力及溝通技巧等，並明白家庭關係及支持對子女培育抗逆力的重要及策略，以提升家長培育子女之能力  <u>預期學習成果內容</u> - 能認識培育子女健康情緒、朋輩支援及正向思維的方法技巧 - 能提升培育子女之能力	家長 40人 x 1節 = 40人次	1小時	- 計劃負責社工及註冊社工大學資歷及有豐富(3年或以上)培訓家長及青少年經驗 - 負責講座內容及主講等
11/2017-08/2018	「真·鬆趣」逆境同行挑戰計劃	<u>小組及日營</u> <u>具體內容</u> - 以成長小組及日營形式進行，讓學生認識自我需要及正面的思維模式，並深度掌握抗逆力的元素 - 學習CBT處理壓力模式：觀念重整、解難能力及鬆弛技巧  <u>預期學習成果內容</u> - 能認識自我需要及正面的思維模式 - 能認識抗逆力的元素 - 能學習CBT處理壓力模式	在學生需要調查中篩選20位有需要的中一學生參與計劃  <u>小組：</u> 10人 x 每組10節 x 2組 = 200人次  <u>日營：</u> - 20人 x 2節 = 40人次	<u>小組：</u> 10節，每節1.5小時，2組共30小時  <u>日營：</u> 2節，每節4小時，共8小時	<u>小組：</u> - 計劃負責社工 - 編訂內容及主講等  <u>日營：</u> - 計劃負責社工及註冊社工或歷奇導師 大學資歷及有豐富(2年或以上)培訓青少年經驗 - 負責帶領日營活動
11/2017-08/2018	「真·鬆趣」逆境同行挑戰計劃	<u>運動才藝活動工作坊：</u> 教授基本的躲避盤接盤及進攻技巧，透過訓練及比賽，培養參	<u>運動才藝活動工作坊：</u> - 10人 x 每組4節 x 2組 =	<u>運動才藝活動工作坊：</u> 4節 x 2組，每節	<u>運動才藝活動工作坊：</u> - 計劃負責社工及 - 運動才藝

		<p>加者運動家的精神及情緒管理</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <u>認識運動的樂趣</u></li> <li>2. <u>培育自信心</u></li> <li>3. <u>提升團隊精神</u></li> <li>4. <u>減低壓力</u></li> </ol> <p><u>預期學習成果內容</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <u>能認識運動的樂趣</u></li> <li>- <u>能培育自信心</u></li> <li>- <u>能提升團隊精神</u></li> <li>- <u>能減低壓力</u></li> </ul>	80 人次	1.5 小時, 共 12 小時	<p>導師具運動才藝資格</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 大學資歷及有豐富(3 年或以上)培訓青少年經驗</li> <li>- 提供培訓</li> </ul>
11/2017-08/2018	「真·鬆趣」逆境同行挑戰計劃	<p><u>體驗活動</u></p> <p>透過寮屋生活體驗，讓生活安逸的青少年體驗資源貧乏的生活環境，從而對自己現時的生活作出反省</p> <p><u>預期學習成果內容</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <u>能認識寮屋清貧的生活</u></li> <li>- <u>能對現時的生活作出反省。</u></li> </ul>	<p><u>體驗活動</u></p> <p>20 人 x 1 節 = 40 人次</p>	<p><u>體驗活動</u></p> <p>1 節 4 小時，</p>	<p><u>體驗活動</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 計劃負責社工及註冊社工</li> <li>- 大學資歷及有豐富(2 年或以上)培訓青少年經驗</li> </ul>
11/2017-10/2018	「真·鬆趣」挑戰計劃之個別面見	<p><u>具體內容</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 跟進學生於全年活動中學習果效及應用於日常生活中。</li> <li>- 配合填寫網上強項測驗問卷結果，發揮學生個人強項</li> </ul> <p><u>預期學習成果內容</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 能認識個人強項加以發揮</li> <li>- 鞏固學生在計劃中的學習經驗加以應用</li> </ul>	<p>20 位參與計劃學生</p> <p>20 人 x 2 節 = 40 人次</p>	<p>1 節, 約 40 分鐘, 40 節, 共 26.7 小時</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 計劃負責社工</li> <li>- 以個別面談方式就計劃內容及學生表現引導學生成長</li> </ul>
01/2018-06/2018	「有愛同行」家長講座	<p><u>具體內容</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 協助家長認識子女的需要，學習如何協助子女處理壓力及溝通技巧等，並明白家庭關係及支持對子女培育抗逆力的重要及策略，以提升家長培育子女之能力</li> </ul> <p><u>預期學習成果內容</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 能認識培育子女健康情緒、朋輩支援及正向思維的方法</li> </ul>	<p>中一學生之家長</p> <p>20 人 x 1 節 = 20 人次</p>	<p>約 1 小時</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 計劃負責社工</li> <li>- 編訂講座內容及主講等</li> </ul>

		技巧 - 能提升培育子女之能力			
11/2017-07/2018	「真·鬆趣、有愛同行」FUN享日校園活動	<u>具體內容</u> - 由參加計劃的同學於校內推廣正向情緒及健康生活訊息，推廣精神健康活動 - 鼓勵師生互相欣賞及關懷，建立校園正面積極互助文化 - 校園活動包括正向訊息攤位、即影即有自拍活動、心意咭、簽名活動、愛心小禮物製作等  <u>預期學習成果內容</u> - 能認同活動能讓學生及師生間能表達關愛支持，建立關懷校園 - 能認識正向情緒及健康生活訊息	校園活動：100人次(8節)=800人次  學生大使及中一學生輪流擔任義工，共8節，共80人次	8節，每節1小時共8小時	- 計劃負責社工 - 統籌及負責互動攤位 - 活動前邀請及預備部份計劃學員協助展覽運作
09/2018-10/2018	「真·鬆趣、有愛同行」感恩嘉許禮	<u>具體內容</u> - 透過正面及公開的嘉許，表揚參加者積極參與，肯定其改變，從而確立其內在個人正面及積極的信念與力量 - 透過由參加者向家長及老師表達感恩，協助建立其支援系統以支持其成長  <u>預期學習成果內容</u> - 能透過嘉許而增強自信，建立起正面及積極的信念與力量 - 能感受到同學的感恩，及更願意支持同學的成長	中一學生：20人x 1節=20人次  教師、家長：30人 x 1節=30人次	1.5小時	- 計劃負責社工 - 編訂活動內容及推行等
09/2018-10/2018	活動檢討及評估	<u>具體內容</u> - 透過重點小組訪問、活動前和活動後的問卷調查等形式，檢討有關計劃的成效及意見	學生、老師、家長	/	- 計劃負責社工 - 負責收集、分析及撰寫檢討報告等

09/2018-10/2018	與學校輔導組總結經驗	<u>具體內容</u> - 透過與負責老師會議作經驗交流，檢討有關計劃的成效及意見	老師、社工	/	- 計劃負責社工 - 負責安排會議、收集、分析及撰寫檢討報告等
-----------------	------------	--	-------	---	------------------------------------

(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65位教師參與培訓工作坊，協作識別學生需要及個別輔導等，並為有需要的學生作出轉介

(ii) 老師在計劃中的角色：（請別選適當空格，可別選一項或多項）

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\$200,000.00元

預算項目*	開支詳情（包括各項目的細項開支）	款額（\$）
i) 員工開支	1. 半職社工薪金（具1年或以上年資） \$11,487(含強積金) x 12個月	\$137,844
ii) 服務	1. 「有愛同行」老師培訓 - \$1,040 x 1小時(臨床心理學家，具培訓老師及專業助人者經驗)	\$1,040
	2. 中一班主任及輔導老師的工作坊 - \$1,000 x 1小時（資深社工，具培訓老師及專業助人者經驗）	\$1,000
	3. 「有愛同行」家長心理健康講座 - \$1,000 x 1小時 = \$1,000(註冊社工及具培訓家長及青少年經驗)	\$1,000
	4. 「真·鬆趣」逆境同行挑戰計劃 運動才藝活動導師 - \$500 x 1.5小時 x 4節 x 2組 = \$6,000	\$6,000
	5. 「真·鬆趣」挑戰日營 - 日營訓練導師費(社工) \$500 x 8小時 = \$4,000 - 營地歷奇導師費 \$350 x 2小時 = \$700	\$4,700

	6. 真鬆趣·逆境同行體驗活動 社工 - \$500 x 4 小時= \$2,000	\$2,000
iii) 一般開支	1. 「有愛同行」老師培訓物資	\$500
	2. 中一班主任及輔導老師的工作坊物資	\$340
	3. 「有愛同行」學生大使訓練物資 學生大使工作紙及資料：\$800 訓練及遊戲物資：\$900 學生大使證書：\$300 程序物資：\$200	\$2,200
	4. 「有愛同行」中一同樂日物資 - 遊戲道具：\$1000 - 場地佈置：\$1000 - 活動程序物資等：\$900 - 展示板及活動物資：\$250x4=\$1,000	\$3,900
	5. 中一抗逆區物資	\$1,000
	6. 「真·鬆趣」心理健康講座物資	\$400
	7. 「有愛同行」家長心理健康講座物資	\$300
	8. 「真·鬆趣」逆境同行挑戰計劃 <u>成長小組物資</u> (10人1組，每組10節) (物資包括：眼罩、繩、圖畫簿、色紙、顏料、畫筆、啤牌、呼拉圈、氣球、教育性棋類、文具等) - \$3,000(10節) x 2組 = \$6,000  <u>體驗活動</u> - 體驗活動收費 \$75 x 20人 = \$1,500 - 交通(租用旅遊車) \$2,500 x 1輛 = \$2,500 - 程序物資 = \$800	\$10,800
	9. 「真·鬆趣」逆境同行挑戰計劃 運動才藝活動物資：(物資包括：躲避盤、運動手套、色帶、護墊、繩、訓練用品等)	\$3,000
	10. 「真·鬆趣」挑戰日營費用 - 營地費用 \$100 x 20人 = \$2,000 - 交通(租用旅遊車) \$2,500 x 1輛 = \$2,500 - 老師及分組導師營費 \$100 x 3人 = \$300 - 遊戲道具=\$1,000 - 歷奇活動物資 = \$1,000 - 文具、色紙、工作紙：\$500	\$7,300
	11. 「有愛同行」家長講座物資	\$500
	12. 「真·鬆趣、有愛同行」FUN享日校園活動物資 - 心意卡：\$1,000 - 即影即有相紙：30盒x10張x\$4 = \$1,200 - 相機及電池：\$800	\$7,000

	- 攤位佈置及程序物資：\$500 x 4個攤位 = \$2,000 - 製作展板及程序物資等：\$250 x 8個展板 = \$2,000	
	13. 「真·鬆趣、有愛同行」感恩嘉許物資 - 包括製作證書：\$500 - 場地佈置：\$500 - 嘉許物資：\$750 - 感恩物資：\$750 - 程序物資等：\$500	\$3,000
iv) 行政雜項	如交通費、影印文儀、參考書籍(精神健康、抗逆力、青少年管教等，書籍用作設計活動內容)等	\$4,176
v) 審計費		\$2,000
申請撥款總額(\$):		\$200,000

\* 請刪除不適用者

### (III) 資產運用計劃

類別	項目/說明	數量	總值	建議的調配計劃(註)
視聽器材	現階段不適用			
書籍及視像光碟	參考書籍	約10本	\$2,000	留在單位供設計學校活動時使用
電腦硬件	現階段不適用			
電腦軟件	現階段不適用			
樂器	現階段不適用			
辦公室器材	現階段不適用			
辦公室家具	現階段不適用			
體育器材	現階段不適用			
其他	現階段不適用			

註：供學校/團體/其他計劃使用(請提供在計劃結束後會接收被調配的資產的部門/中心的詳情，以及預計有關資產在活動中的使用情況)。

### (III) 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 1/11/2017 - 30/4/2018	31/5/2018	中期財政報告 1/11/2017 - 30/4/2018	31/5/2018
計劃總結報告 1/11/2017 - 31/10/2018	31/1/2019	財政總結報告 1/5/2018 - 31/10/2018	31/1/2019

(IV) 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：觀察學生參與計劃活動的興趣及表現。
- 重點小組訪問：以便利抽樣形式 (Convenience Sampling) 向參與計劃的老師/學生進行訪問，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預防的學生，量度他們抗逆力的改變。
- 學生表現在評估中的轉變：80%或以上的參與學生提升了抗逆力及社交能力。

其他(請列明) \_\_\_\_\_

(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)

- 學與教資源
- 教材套
- DVD
- 其他(請列明) \_\_\_\_\_

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. Pers Individ 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.
10. 2016/17 情意及社交表現問卷(APASO)調查結果，元朗商會中學。