

**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」- Teen+正能量體驗計劃 (「好心情@學校」微型計劃)	計劃編號 2016/0658 (修訂版)
---	----------------------------

**基本資料**

機構名稱： 基督教香港信義會太和青少年綜合服務中心  
協作學校： 香港道教聯合會圓導學院第二中學

**受惠對象**

- (a) 界別：幼稚園 小學 中學 特殊教育(請別選，可別選一項或多項)
- (b) 學生：初級預防活動約 600 (人數)\* 級別：中一級\*120人、中二級\*120人  
中三級\*120人、中四級\*120人  
中五級\*120人  
次級預防活動約20 (人數)\* 級別：中一級
- (c) 老師：70 (人數)\*
- (d) 家長：80 (人數)\*
- (e) 參與學校(不包括申請學校)：1 (數目及類型)\*
- (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較低之初中學生，提升學生抗逆力及解難能力；
  2. 為中一至中三學生進行「初級預防」校本服務，以問卷篩選有需要學生，提供「次級預防」支援服務，建立「正向思維」之校園文化；
  3. 提高家長及老師對「正向思維」的認識，加強對學生的成長支援。
- (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，增加正向生命力量

- (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： \_\_\_\_\_

- 調查結果：<sup>1</sup>根據基督教家庭服務中心於2015年進行《中學生焦慮及抑鬱情緒與個人、家庭及學校之相關因素研究》發現，在12,518名受訪中學生之中有37.6%學生於受訪前過去的四星期內經歷輕微抑鬱症狀。當中有抑鬱症狀的學生，有49.2%學生曾有自殺或自殘的想法。大部份經常出現焦慮症狀的學生中有86.8%學生感到功課壓力很大，有88.5%學生對學業成績感到不滿意，有75%學生認為自己的學業成績較其他同學差。有56.1%經常出現焦慮症狀的學生表示很少感到家人的支持；有34.7%學生表示很少感到朋友的支持。研究認為家長及師長多關愛、聆聽青少年情緒需要；鼓勵青少年於社區及學校參與體驗活動，建立正面思維，與朋輩建立支援網絡，有助促進心理健康。
- 文獻研究綜述：<sup>2</sup>根據美國正向心理學家馬丁·沙利文(Dr. Martin Seligman)關於提升理想心理質素及生活滿意度之研究提出，助人提升生命中的正向元素，以抵擋負面情緒，加強保護因素，能增強解難能力及抗逆力。研究認為品格優點、樂觀感、希望感、感恩、正向情緒、正面人際關係、充實人生、意義人生及成就感等概念能有助建立青少年正向心理素質。

<sup>3</sup>協助青少年自小培養抗逆力(Resilience) 對其健康成長是非常重要的，培養青少年建立抗逆力三大元素為效能(Competence)、信念(Belief)及聯繫(Bonding)。「效能」是指面對困難時自我控制能力、情緒處理調適能力、處理衝突能力及解決問題能力。「信念」能影響個人面對困境的態度與信心，對事情的樂觀感及對自己能力估計的信心。樂觀感來自「正向思維」信念，需要自小培養及建立。「聯繫」是每個人的心理需要，也是歸屬感及安全感的來源。「聯繫」有助擴闊青少年支援網絡，建立抗逆基礎。從精神健康角度，每個人都希望得到接納與認同，這是歸屬感的源頭。因此無論在家庭、學校或是社區，鼓勵青少年與他人加強聯繫，以強化其系統及網絡的「保護因素」。

- 學生表現評估：根據學校多方面資料及數據以量化方式評估學生表現及校本需要，將以香港中文大學「抗逆力及精神健康」問卷評估學生需要，於2014-15年度學校APASO「學生情意及社交表現評估」數據分析，於「機會」方面初中學生認為學習不同事情的機會較低；「社群關係」方面初中學生對於被接納、尊重、信任、重視等評價較低；「負面情感」方面高中學生的負面情感分數顯示負面情感較大。

於2016-17年度「駐校服務需要評估問卷」收集老師的意見，老師觀察學生需要分別是學習動機、生涯規劃、自信心、沉迷上網。

1 基督教家庭服務中心，2015年，《中學生焦慮及抑鬱情緒與個人、家庭及學校之相關因素研究》，香港。

2 基督教香港信義會生命天使教育中心，2014年，《「快樂巨升」紓減學生焦慮計劃》，香港。

3 廖文秀，2005年，《家長童學培養抗逆力由幼兒開始》，香港。

根據2016-17年度學校社工處理學生個案，個案以「學校及教育問題」為首位，佔整體個案30%，學生不容易掌握課堂內容，在學業上失去興趣和動機，難以取得成功感及能力感。因此，他們學習態度愈來愈散漫及失去信心，甚至拒絕學習、逃避上學。其次是「情緒問題」個案，佔整體個案23%，學生的情緒問題主要來自壓力下感到焦慮和情緒不穩定。學生的壓力和情緒困擾大都來自學業成績及家庭方面，學生因處理學生會事務而承受了很大的壓力。成績較理想的學生對自己的成績有較高的期望，面對成績與自己期望有落差時容易感到壓力及焦慮，亦有學生因為與同學比較成績而產生壓力及負面情緒。第三是「朋輩關係」個案，佔整體個案20.3%，其中三分二是欠缺與朋輩相處的社交技巧，三分一是與朋輩發生衝突。部份學生是因為性格固執，不容易從其他角度去明白事情，難以理解別人的想法和感受而出現相處上的差異和困難。也有學生因為性格內向及害羞，不夠勇氣與同學有更多的交談及互動。至於與朋輩發生衝突的個案，分別是因為學生對友誼的想法及期望，以及性格差異等而出現衝突；亦有情況是學生被同學排斥及杯葛。

此外，學校社工觀察中一級學生需要適應成長轉變，在學習、社交及家庭關係方面出現不少困難及挑戰，個別自信心較低、想法較負面、家庭支援及社交網絡較弱的學生，他們面對困難時抗逆力較低，與人相處容易出現衝突，需要不同層面的支援及跟進，有助他們於校園建立正面文化，提升他們的抗逆能力。

從質化方式評估學校需要學方面，學校社工於家長訪談及小組觀察家長於親職管教、子女相處及個人生活壓力等不同需要。學校社工與校長、輔導主任、學生支援老師團隊、教育心理學家定期進行服務會議，就學校發展計劃之關注事項及學生的情況，識別有需要學生。此外根據老師、社工及教育心理學家之觀察，及早識別抗逆力較低、危機因素較高之學生，為學生、家長及老師提供「初級預防」及「次級預防」支援服務。

- 相關經驗：曾於2002-2005年期間與學校合作推行「成長的天空」計劃，以抗逆力理念，透過歷奇為本輔導手法 (Adventure-based Counseling) 及經驗學習模式 (Experiential Learning) 為中一學生推行校本輔導活動。

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

計劃於學校推行，及早進行「初級預防」服務，以校本活動廣泛接觸中一至中三學生，以了解學生特性及評估需要，亦透過活動推廣「正向思維」及「抗逆力」的訊息。為針對「保護因素」較弱的初中學生，以「次級預防」支援服務提升學生「抗逆能力」，培養「正向思維」，加強學生精神健康「保護因素」。以不同層面支援，於校園及家庭建立正面文化。

2. 經驗學習(Experiential Learning)計劃透過經驗學習，運用不同介入手法，誘發學生參與動機及主動學習，於體驗過程，發掘自己的長處，加強解難能力，在反思及轉化過程將經驗實踐於學習、家庭、人際相處不同的生活場景。

## (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. 由本計劃聘用的人員(計劃社工)應出席所有計劃活動。該等人員(計劃社工)應與學校保持溝通，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，並切合申請人的需要，以及辦學信念和使命。
2. 為使計劃的成效得以加強和延續，申請人應在計劃完成後，提交前測和後測的實證和數據，以便學校跟進。
3. 除運用HKSIF1.1，還會透過老師及社工觀察，並蒐集家長意見，以辨識低抗逆力的學生。
4. 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。
5. 學校社工於家長訪談及小組觀察家長於親職管教、子女相處及個人生活壓力等不同需要。
6. 班課以「正向心理學」理論為基礎，從正面情緒、投入生活、正向人際關係、生活意義及成就感，提升生活快樂感，推廣「正向思維」訊息。製作「好心情」打氣卡及「正向思維」資訊，推廣「正向思維」訊息，並提供相關社區支援資訊，加強對學生的支援。
7. <sup>4</sup>「才藝為本輔導模式」(Talent-based Coaching Approach)認為「人人都需要一個舞台」，故計劃提供學習及表演機會給予學生發展空間，透過才藝觀摩、經驗累積、才藝培訓及表演平台四個進程，學生在自我探索及了解過程發掘長處，肯定個人能力，提升正面自我評價。加強他們內在心理素質，有助建立正向人際關係及正面思維。
8. 社工以不同解難訓練為主題加強學生團隊合作及解難能力。並以解難及射擊體驗模式進行，當中亦安排不同訓練主題，學生會分組並以設定解難主題及處境作討論，運用提示學習以正面積極態度解決困難。社工以射擊為體驗媒介，每節定有不同解難主題及學習重點，培訓學生的專注力及紀律、訂定目標，發掘自己及他人長處、互相信任及互補不足，學習有組織及有策略解決困難。導師根據實用射擊總會「操作安全條例」，於校內指定的場地進行體驗，強調安全為首要條件，學生必須遵從導師指示及佩帶安全裝備，強調射擊體驗「只對靶不對人或生物」的原則，提升學生安全及自我保護意識，加強他們內在心理素質，有助建立正向人際關係，發揮合作團隊精神，建立正向校園文化。
9. 以家長講座加強家長對「正向思維」的了解，支援青少年子女成長需要，協助子女跨越壓力及促進親子身心健康及彼此溝通。

10. 老師工作坊以「正向思維」概念，以<sup>5</sup>「生命自覺」(Focusing)為主題，老師透過體驗及自省過程認識內在自我，學習在表面負面的地方看到正面的能量，接觸個人潛能，協助老師保持身心良好狀態外，更提升老師非言語之表達，加強老師辨識抗逆力較低的學生之敏感度，有助回應學生心理、情緒和發展方面的需要。

(ii) 主要推行詳情

計劃時期:11/2017(月份/年份)至10/2018(月份/年份)

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)
11/2017	老師簡介會	內容： - 簡介計劃 預期成果： - 老師了解推行理念、目標及老師角色	校長及全校老師 70 人	節數：1 節 時間：每節 30 分鐘	持社工副學士或同等學歷及有經驗之註冊社工負責
11/2017-06/2018	「初級預防」校本服務：「Teen+ 正能量」正向思維班課	內容： - 「正向心理學」理論為基礎 - 從正面情緒、投入生活、正向人際關係、生活意義及成就感，提升生活快樂感 預期學習成果： - 認識正向心理學幸福理論，提升學生快樂感 - 學習不同自助方法，增強學生解難能力，舒減負面情緒 - 建立「正向思維」，認識社區支援資訊 - 80%參加者正向思維有正面的轉變 - 80%參加者對活動滿意	中一級：120 人各班進行 2 節班課，8 節 中二級：120 人各班進行 2 節班課，8 節 中三級：120 人各班進行 2 節班課，8 節	節數：24 節 時間：每節 50 分鐘	計劃社工於每節班課，以互動形式帶出訊息，帶領學生分組討論 老師觀察學生於班課表現
11/2017	「初級預防」支援服務：「生命激流」體驗	內容： - 透過於日營全日體驗不同的	中四全級學生 123 人	節數：2 節	計劃社工以分組形式帶領學生經歷

	<p>日營</p>	<p>人生任務，以「生、老、病、死」為主題的生命教育</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 社工簡介活動主題(Briefing)，學生經歷生命中所面對的困難及挑戰</li> <li>- 社工與學生解說(Debriefing)活動的經驗，讓學生反思人生意義，學習以正面態度面對人生，培養學生自省及珍愛生命的品德</li> </ul> <p>預期學習成果：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 反思當中的經驗及發掘內在潛能，以正面態度面對人生</li> <li>- 建立「正向思維」，認識社區支援資訊</li> <li>- 80%參加者抗逆力有正面的轉變</li> <li>- 80%參加者正向思維有正面的轉變</li> <li>- 80%參加者對活動滿意</li> </ul>		<p>時間： 每節 4 小時，共 8 小時</p>	<p>不同成長任務，於活動解說過程學生分享個人感受，肯定他們正面表現，推廣「正向思維」訊息</p> <p>老師觀察學生於活動表現，並參與活動及小組分享</p>
<p>06/2018</p>	<p>「初級預防」校本服務：「添加正能量」老師工作坊</p>	<p>內容：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 「生命自覺」為主題，老師透過體驗及自省過程認識內在自我，學習在表面負面的地方看到正面的能量</li> <li>- 專業導師以小組形式帶領，老師分享非言語之表達</li> </ul> <p>預期學習成果：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 加強老師辨識抗逆力較低的</li> </ul>	<p>全校老師 70人</p>	<p>節數：1 節</p> <p>時間：每節 3 小時</p>	<p>由業內知名專業人士帶領「生命自覺」工作坊</p> <p>導師具以下資歷：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 註冊生命自覺導師資格</li> <li>- 具大學任教經驗/資深培訓經驗</li> </ul> <p>由培訓導師及計劃社工帶領老師小組分享</p>

		<p>學生之敏感度,有助回應學生心理、情緒和發展方面的需要</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 建立「正向思維」之校園文化</li> <li>- 80%參加者認為能增加對「正向思維」的認識</li> <li>- 80%參加者認為能加強對學生的成長支援</li> </ul>			
01-03/2018	「初級預防」校本服務:「添加正能量」老師培訓	<p>內容:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 以小組形式進行,老師認識「正向心理學」理論</li> <li>- 認識青少年精神及情緒健康</li> <li>- 加強老師辨識抗逆力較低的學生及回應學生心理需要之技巧</li> </ul> <p>預期學習成果:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 加強老師辨識抗逆力較低的學生之敏感度,有助回應學生心理、情緒和發展方面的需要</li> <li>- 建立「正向思維」之校園文化</li> <li>- 80%參加者認為能增加對「正向思維」的認識</li> <li>- 80%參加者認為能幫助對學生的成長作出支援</li> </ul>	<p>中一級老師約10人</p> <p>由校方安排有需要之老師參與</p>	<p>節數:1節</p> <p>時間:每節1.5小時</p>	<p>由計劃社工負責,以小組形式進行,帶領老師分享及討論如何辨識抗逆力較低的學生及回應學生心理需要之技巧</p>
02-05/2018	「初級預防」支援服務:「心向晴」午間活動	<p>內容:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 以互動遊戲及展板介紹,讓學生認識關注精神健康的重要</li> </ul> <p>預期學習成果:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 認識舒減負面情緒方法</li> <li>- 推廣身心健康及</li> </ul>	<p>中一至中五級學生約600人</p>	<p>節數:3節</p> <p>時間:每節40分鐘,共2小時</p>	<p>由計劃社工帶領互動遊戲、介紹關注精神健康的資訊,認識舒減負面情緒方法</p>

		積極生活態度 - 建立「正向思維」，認識社區支援資訊			
04-08/2018	「初級預防」支援服務： 「面對逆境@YY2」朋輩支援活動	內容： - 於學校活動室/課室進行，根據學校安全指引進行活動，由社工及老師負責活動 - 學生會分4組，社工活動簡介(Briefing)，以「精神健康」為主題的解難活動 - 社工提供不同提示讓學生解決每項任務，完成所有任務後，社工與學生解說(Debriefing)活動的經驗，學生討論如何解決逆境，認識精神健康的重要  預期學習成果： - 加強朋輩支援，建立包容及關愛朋輩關係 - 推廣身心健康及積極生活態度 - 80%參加者正向思維有正面的轉變 - 80%參加者對活動滿意	中一至中五級學生24人 學生自行報名參加 老師及社工按需要挑選朋輩支援較弱的學生參與 為使更多學生受惠，未曾參與本計劃其他小組之學生優先	節數：1節4組(同時進行) 時間：每節1小時	計劃社工分小組帶領解難體驗活動，與學生討論面對逆境之解決方法、認識精神健康之重要，加強朋輩彼此支援
10/2018	「初級預防」校本服務：「家添正能量」正向思維家長講座	內容： - 認識正向心理學 預期學習成果： - 提升生活快樂感 - 認識青少年精神健康及情緒需要	中一級學生家長70人	節數：1節 時間：每節45分鐘	計劃社工負責主講及帶領家長討論



		<ul style="list-style-type: none"> <li>- 支援青少年子女成長需要，協助子女跨越壓力</li> <li>- 促進親子身心健康及彼此溝通</li> <li>- 80%參加者認為能增加對「正向思維」的認識</li> <li>- 80%參加者認為能加強對學生的成長支援</li> </ul>			
11/2017-07/2018	「次級預防」支援服務：「Teen+ 正能量」才藝體驗小組	<p>內容：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 學生參與雜耍訓練</li> <li>- 社工簡介小組要求及期望 (Briefing)</li> <li>- 學生於小組經歷個人成長，反思個人經歷，加強個人面對困難之「抗逆力」</li> <li>- 社工觀察學生於小組表現，以解說(Debriefing)協助學生轉化經驗，肯定學生正面表現及轉變</li> </ul> <p>預期學習成果：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 發掘個人長處及能力 (Competence)</li> <li>- 自省歷程建立積極信念 (Belief)</li> <li>- 透過公開表演肯定個人能力，建立團隊合作及增加對學校的歸屬感 (Bonding)</li> <li>- 80%參加者抗逆力有正面的轉變</li> <li>- 80%參加者有正向思維正面的轉變</li> <li>- 80%參加者對活</li> </ul>	由問卷篩選或老師、學校社工及家長轉介有需要學生10人 學生自行報名參加 老師及社工按需要挑選朋輩支援較弱的學生參與 為使更多學生受惠，未曾參與其他小組學生優先	節數：30節 才藝訓練26節 才藝表演及預備4節 時間：每節1小時，共30小時	由專業導師教授雜耍技巧，導師具多年教授雜耍及參加公開比賽經驗 計劃社工於每節小組觀察學生表現，發掘學生長處，協助學生檢視失敗過程，鼓勵學生再作嘗試，安排學生參與校內及公開表演，建立學生於團隊的歸屬感，協助學生轉化經驗，肯定學生正面表現及轉變

11/2017-08/2018	「次級預防」支援服務：「Teens Spirit」解難體驗小組	<p>動滿意</p> <p>目標:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 培訓學生的專注力及紀律、訂定目標，發掘自己及他人長處、互相信任及互補不足，學習有組織及有策略解決困難</li> <li>- 提升學生安全及自我保護意識為原則，加強學生內在心理素質，有助建立正向人際關係，發揮合作團隊精神，建立正向校園文化等</li> </ul> <p>內容/形式：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 小組於校內指定場地以解難體驗模式進行(包括射擊及密室逃脫體驗)，讓學生就預設的解難主題及處境，運用提示學習以正面積極態度解決困難*</li> <li>- 每節設有不同解難主題及學習重點，學生分為2組，以5人一組形式討論不同主題</li> <li>- 社工每節均簡介體驗活動的要求及期望(Briefing)</li> <li>- 學生於小組經歷個人成長，社工協助學生反思個人經歷，加強個人面對困難之「抗逆力」</li> </ul>	<p>由問卷篩選或老師、學校社工及家長轉介有需要學生</p> <p>中一至中三學生10人</p> <p>學生自行報名參加</p> <p>老師及社工按需要挑選自信心及抗逆力較弱的學生參與</p> <p>為使更多學生受惠，未曾參與本計劃之學生優先</p>	<p>節數：10節</p> <p>體驗活動的要求與奇望簡介及基本訓練 1節</p> <p>解難體驗(射擊) 8節</p> <p>解難體驗(密室逃脫) 1節</p> <p>時間：每節1.5小時，共15小時</p>	<p>小組由2位社工負責，1位是計劃社工，另1位社工需要負責射擊體驗</p> <p>導師需要持有以下資歷：</p> <p>具註冊社工資歷</p> <p>具射擊教練資格負責設計及帶領活動</p> <p>具多年於不同學校帶領學生參與射擊體驗之經驗*</p> <p>計劃社工於學校帶領學生進行體驗活動</p> <p>計劃社工/老師於每節小組觀察學生表現</p> <p>計劃社工發掘學生長處，訓練學生解難能力，協助學生檢視失敗過程，鼓勵學生再作嘗試</p> <p>計劃社工帶領學生參與每節解難活動，建立學生於團隊的歸屬感及合作，協助學生轉化經驗，肯定學</p>
-----------------	---------------------------------	---	---	---	--

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- 社工觀察學生活動的情況，於每節小組後進行活動解說(Debriefing)，協助學生轉化經驗，肯定學生正面表現及轉變</li> <li>- 每節社工/導師與學生人手比例為2:10</li> </ul> <p>預期學習成果：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 提升個人能力及解難能力(Competence)</li> <li>- 訓練反思個人面對困難之態度，建立個人正面及積極信念(Belief)</li> <li>- 建立團隊合作及互信朋輩關係(Bonding)</li> <li>- 80%參加者抗逆力有正面的轉變</li> <li>- 80%參加者於正向思維方面有正面的轉變</li> <li>- 80%參加者對活動滿意</li> </ul>			<p>生正面表現及轉變</p> <p>*射擊解難體驗部分導師根據實用射擊總會「操作安全條例」簡介活動安全守則及留意事項，確保學生於校內安全環境及指定場地下進行體驗活動。</p> <p>學生必須遵從導師指示及佩帶安全裝備，並強調射擊體驗「只對靶不對人或生物」的原則</p>
11/2017-09/2018	「次級預防」支援服務：「學生加油站」	<p>內容：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 評估學生成長需要，跟進及支援學生於學習、社交、家庭方面的情况</li> </ul> <p>預期學習成果：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 學生學習不同方法，增強解難能力</li> </ul>	由問卷篩選或老師、學校社工及家長轉介有需要學生中一至中三學生 20人	<p>節數：40節</p> <p>時間：每節50分鐘，共33小時20分鐘</p>	計劃社工以訪談形式個別跟進學生，如發現學生為潛危學生，即時轉介校內輔導人員跟進(輔導老師、學校社工)
11/2017-9/2018	「次級預防」支援服務：「家長諮詢站」	<p>內容：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 個別跟進及支援家長，了解家庭需要</li> </ul> <p>預期學習成果：</p>	由問卷篩選或老師、學校社工及家長轉介有需要學生之	<p>節數：40節</p> <p>時間：每節30分鐘，</p>	計劃社工以訪談或電話聯繫家，如發現學生為潛危學生，即時轉介校



			<p>力，建立個人正面及積極信念</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 於小組經歷個人成長，反思個人經歷，加強個人面對困難之「抗逆力」</li> </ul>
「Teens Spirit」 解難體驗小組	<p>射擊解難體驗導師費用(1節簡介/基本訓練 + 8節射擊體驗)：</p> <p>1名\$500/1小時(每節1.5小時)</p> <p>\$500 x 1.5小時 x 9節</p>	\$6,750	<p>導師需要持有以下資歷：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 具註冊社工資歷</li> <li>- 具多年青少年服務經驗，並於不同學校帶領學生參與射擊體驗，負責設計及帶領活動</li> <li>- 具射擊教練資格</li> <li>- 具多年射擊教練經驗</li> <li>- 以射擊體驗，以不同解難主題提升學生解難能力，建立個人正面及積極信念</li> <li>- 於小組經歷個人成長，反思個人經歷，加強個人面對困難之「抗逆力」</li> </ul>
「添加正能量」 老師工作坊	<p>導師費用(1節)：</p> <p>2名\$840/小時(每節3小時)</p> <p>\$840 X 3小時 X 2名</p>	\$5,040	<p>導師需要持有以下資歷：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 具註冊生命自覺導師資格</li> <li>- 具社會工作碩士或以上之學歷</li> <li>- 具大學任教經驗/資深培訓經驗負責設計及帶領</li> <li>- 由培訓導師及計劃社工帶領老師小組分享</li> <li>- 老師透過體驗及自省過程認識內在自我，學習在表面負面的地方看到正面的能量</li> <li>- 加強老師辨識抗逆力較低的學生之敏感度，有助回應學生心理、情緒和發展方面的需要</li> </ul>
「面對逆境 @YY2」朋輩支援活動	<p>導師費用(1節)：</p> <p>3名\$500/小時</p> <p>\$500X1小時X3名</p>	\$1,500	<p>導師需要持有以下資歷：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 註冊社工，具資深青少年服務及帶領解難體驗活動之經驗</li> <li>- 透過解難體驗活動，讓學生討論面對逆境之解決方法、認識精神健康</li> </ul>

			之重要，加強朋輩彼此支援
「生命激流」體驗日營	日營費用 \$25X123人(學生) \$25X12人(老師及社工)	\$3,375	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 預計於社福機構營辦之營地進行</li> <li>- 學生於戶外營地以輕鬆心情參與體驗活動</li> <li>- 社工帶領日營體驗活動</li> <li>- 班主任老師一同參與體驗活動，觀察學生情況，協助分組討論</li> </ul>
	營地房間租用 大型活動室\$500/1小時X4小時=\$2,000 活動室\$100/小時X2小時X4間=\$800	\$2,800	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 上午租用營地大型活動室為全級中四學生進行體驗活動，大型活動室能容納123人進行團隊體驗活動</li> <li>- 下午租用營地4間活動室，全級學生分為4組(每班1組)形式參與生命教育體驗活動，每間活動室需要容納約30人進行活動</li> <li>- 社工帶領學生參與不同的人生任務，經歷生命中所面對的困難及挑戰</li> <li>- 社工分組與學生作活動解說，學生反思當中的經驗及發掘內在潛能，以正面態度面對人生</li> </ul>
iii) 設備			
iv) 工程			
v) 一般開支			
「Teen+正能量」正向思維班課	程序物資 體驗活動\$500 遊戲材料\$500 文具\$500 印刷教材\$500	\$2,000	主要支出為印刷教材、文具、體驗活動及遊戲材料
「Teen+正能量」才藝體驗小組	雜耍程序物資(雜耍用具、文具、印刷教材) 專業訓練用扯鈴 \$280 x 10人=\$2,800 轉碟 \$80 x 10人=\$800 遊戲活動材料、文具、印教材\$400	\$4,000	<p>主要支出為印刷教材、雜耍用具(如扯鈴及轉碟)、文具、遊戲活動材料 每位學生必須使用1套專業訓練用扯鈴及1套轉碟</p> <p>專業訓練用扯鈴軸心必須為不銹鋼，確保扯鈴速度及安全性。</p>
「Teens Spirit」解難體驗小組	程序物資及射擊體驗活動 保護裝備租用(8節) \$100/人 x 10人 x 8節	\$8,000	主要支出由導師提供實用射擊裝備租用及消耗性物資費用 包括紙板、射擊用具、保

			護裝備、眼罩
	解難體驗活動程序物資 道具及物資\$750/每組X2 組(每組5人分2組)=\$1,500 印刷教材、工作紙、文具、 遊戲物資\$500	\$2,000	主要支出為印刷教材、工 作紙、文具、遊戲物資
「生命激流」體驗 日營	旅遊車費用： \$1,400/輛X3	\$4,200	
	程序物資 體驗活動及遊戲材料 \$800X4班	\$3,200	主要支出為印刷教材、文 具、體驗活動及遊戲材料
「心向晴」午間活 動	程序物資 互動遊戲物資\$500 展板製作物資\$500	\$1,000	主要支出為印刷教材、工 作紙、文具、互動遊戲材 料及展板物資
「面對逆境 @YY2」朋輩支 援活動	程序物資(解難體驗道具 及物資) \$800/每組X4組(每組6人 分4組)=\$3,200 遊戲物資\$300	\$3,500	主要支出為印刷教材、工 作紙、文具、遊戲物資
「添加正能量」 老師工作坊及培 訓	程序物資 體驗活動物資\$500 文具、印刷教材\$500	\$1,000	主要支出為印刷教材、文 具、體驗活材料
「家添正能量」 正向思維家長講 座	程序物資(文具、印刷教 材)	\$1,000	主要支出為印刷教材、文 具、體驗活動及遊戲材料
「打氣卡」	「打氣卡」印刷費 \$0.24 X 1000張X4款	\$960	主要開支為印刷費用，分 別於不同時段派發不同 款式「打氣卡」
核數費	核數費	\$2,000	
雜項	雜項： 紙張、運輸費、少量交通 費	\$831	
vi) 應急費用			
<b>申請撥款總額 (\$):</b>		\$200,000	

\* 請刪除不適用者

本計劃於選擇服務供應商時，必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：社工推行活動時觀察學生參與之表現，若學生個別情況需要作出跟進及輔導，再透過學生面談了解及評估情況以作出適切跟進。

重點小組訪問：\_\_\_\_\_

活動前和活動後的問卷調查：參考「成長的天空」計劃活動「前測」及「後測」評估問卷，以收集量化的評估數據，此為實證及整全之評估問卷，支援服務活動前後分別收集學生、家長及老師問卷，以評估

「抗逆力」及「正向思維」成效。於校本服務之家長講座、學生工作坊、班課及老師工作坊則收集活動後之意見，以評估「正向思維」成效。

- 學生表現在評估中的轉變：80%參加者抗逆力有正面的轉變；80%參加者正向思維有正面的轉變；80%參加者對活動滿意。  
家長及老師評估：80%參加者認為能增加對「正向思維」的認識，80%參加者認為能加強對學生的成長支援。
- 其他(請列明) \_\_\_\_\_

(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)：活動匯報分享，總結學生之活動經驗及心聲，讓學生、家長、老師了解計劃的進程及活動成效，以及認同學生正面表現及轉變。整合學生活動經驗及心聲、活動內容、學生學習成果及成效檢討存檔，建立活動成效報告，以作日後繼續推行相關活動之參考。

#### (IV) 報告遞交時間表

##### 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

#### (V) 資產運用計劃(現階段不適用)