

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」- 迎難而上(好心情@學校微型計劃) | 計劃編號 2016/0840 (修訂版) |
|---------------------------------------|----------------------------|

基本資料

學校／機構／個人名稱：基督教香港信義會屯門青少年綜合服務中心
(協作機構：佛教沈香林紀念中學)

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：(1)初級預防活動約 170 人(中一至中三級)
(2)次級預防活動約 110 人(中一至中三級)
- (c) 老師：55 (人數)*
- (d) 家長：200 (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低之初中學生；
 2. 有別於現行各種「初級預防」(Primary Prevention) 計劃，即對所有中一至中三學生作一般性預防，本計劃建議以問卷篩選有需要的學生，並提供全面的「次級預防」(Secondary Prevention) 支援活動；
 3. 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；
 4. 提高成年人士(家長及老師)對精神健康／抗逆力的認識及掌握跟進輔導技巧。

深化生命教育，提升學生對生命的價值，以回應學校三年計劃之發展目標

由於本校學生在今年和去年，兩個學年中，有多位學生出現情緒不穩或思想負面的情況。而在校本評核的數據中亦顯示，今年中一及中二學生自我形象偏低，因此本校參加「好心情@學校」的目的，希望可以充份利用此計劃，提升初中學生的自我形象，堅強地面對逆境，特別是下學年中二及中三級的學生；並希望透過此計劃，幫助老師掌握如何協助受情緒困擾的學生，老師能透過多元化的活動，幫助學生建立自信，走出困境。

- (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)：增強學生對校歸屬感，提升學生抗逆力，預防學生精神健康困擾，增強師生正向生命能量

(ii) 請提供相關的背景資料以論證(b)(i)中所提及的需要。

(請剔選適當空格，可剔選一項或多項)

- 學校發展計劃: 學校三年計劃之關注重點為「善於學習、盡展潛能」。未來發展的其中兩項目標為：1. 深化生命教育(Life education)及生涯規劃(Career education)，協助學生建立正面的人生觀及訂立生涯目標。2. 推展「自主學習」(Self-regulated learning)，把課堂還給學生，讓他們成為學習主人。本計劃著重回應中一至中三級學生的需要，特別是生命教育部分，以對應近年學生學業成績表現參差、成就感不足、抗逆能力較弱及較多情緒管理困難的狀況。再者，缺課同學數目增加，疑似精神健康困擾的同學數目亦有上升趨勢。根據2017年學校的學生情意及社交表現評估問卷調查結果及教師觀察顯示，對比全港數據，校內中一中二同學自我概念及情緒穩定性偏低，中一學生表示缺乏餘閒及消遣活動，中三同學較多焦慮及壓力管理問題。整體學生對尋求別人協助的意識偏低，與人相處方面對人的信任感亦不足，朋輩關係欠密切。中三及以上學生對生活和前路顯得迷惘，對未來方向感混沌，生涯規劃指導方面有待加強。
- 調查結果: /
- 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%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)。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需要提高精神健康的組群，並對這些有需要的人士進行有針對性的干預，從而減少患病風險。相對於初級預防，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被開展。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抑鬱情況。
- 學生表現評估: 透過識別工具(修訂TKSIF)(The Knowledge and Skills Inventory for Resilience) (Zhang, J.X., & Schwarzer, R. 2015. Measuring optimistic self-beliefs)，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。計劃亦會邀請初中班主任推薦同學參加。學校亦會引入已認證短式易填寫的中文版「一般自我效能感量表」(The General Self-Efficacy Scale) (Zhang, J.X., Schwarzer, R. 2015. Measuring optimistic self-beliefs)，以「前測」及「後測」的方式收集就學生自我效能感可量化的評估數據，以評估計劃的介入成效。在每次獨立活動，計劃社工亦設獨立活動問卷，以收集參加者的質性意見，務求以實證為本的原則評檢活動介入的成效。為使計劃的成效得以加強和延續，在計劃完成後，信義會將提交以上的實證和數據，以便學校跟進。
- 相關經驗: 本計劃將參照協作機構基督教香港信義會屯門青少年綜合服務中心(簡稱：信義會)的服務提供經驗，過去曾與學校協辦的成功計劃，並結合機構在推行生命教育、精神健康教育、正向心理、劇場教育的優勢，加上學校人員的意見，設計一系列以學生、家長和老師為對象的初級預防及次級預防計劃。
- 其他(請列明)學生輕生自殺問題蔓延: 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；對於近年更多隱性精神健康問題和學生拒學的個案，校方及社工需要更多時間介入及處理。「次級預防」計劃幫助及早識別有潛在需要的學生，使問題得到預防。

(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，同時實施。及早進行「初級預防」可照顧較多學生，但支援較普遍，未能有效針對學生的個別需要。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所造成可能永不磨滅的創傷。「次級預防」亦進一步提升學生抗逆力、促進「正向認知」、「正面思維」及「享受生活」，並建立正面文化。

2. 抗逆力(Resilience)

過去本地應用以CBO(Competence, Belongingness, Optimism)作為發展及培養抗逆力的框架，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, Bonding & Belief)，更加入提高抗逆力的元素，如：Self-esteem, Self-efficacy, Family support and Positive affect；同時亦利用「認知行為訓練」(CBT)的手法提升學生抗逆力，以有效解決他們成長及精神健康的困擾。

2.1 個人能力與技巧(Competence)：通過「經驗學習及訓練」(Experiential Learning and Training)來裝備/提升個人能力來處理/減低或克服逆境帶來的損害。

2.2 外在的支持及資源(Bonding)：透過「策略」(Strategically network building)以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。

2.3 內在個人正面及積極的信念與力量(Belief)：利用「整理經驗」(Experience consolidation)在不同活動歷程中對個人之反省及檢視，以建立個人/未來的信念。

(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. 計劃將由學校與基督教香港信義會屯門青少年綜合服務中心(簡稱：信義會)共同協作推展，信義會提供充足人力資源。
2. 以校本班課及級別活動為主。
3. 信義會與學校共同訂定、策劃並推行計劃活動，本計劃所聘請之社工將出席所有計劃活動，此社工亦會安排由信義會專業督導人員督導，共同與學校輔導組及課外活動組老師會面，制定到校時間及各活動細節及程序，確保計劃按定立目標推行，計劃社工會按信義會要求就每項活動妥善記錄策劃及檢評資料。在部分較大型的活動，信義會亦會提供人力支援以協助計劃社工推行服務。
4. 由於計劃包括初級預防及次級預防的工作，推展計劃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。
5. 計劃社工將為目標中三學生提供個別跟進，每人最少兩節，在計劃推行過程中，潛危學生(需要個別輔導的學生)將轉介校內輔導人員(如學校輔導組、學校社工或教育心理學家)即時跟進。
6. 信義會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)、社會福利署戶外活動安全指引及其他相關的安全指引。
7. 信義會選擇服務供應商時，會遵照優質教育基金(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、公平及具競爭力的方式進行。

(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 | 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) |
|-------------------------------|---------------|--|--------------------------------------|---------------------------------|-----------------------------------|--|
| 10/2017 中旬開始 | 學生需要調查 | HK SIF 及班主任推薦 | 抗逆力較低及/或自我效能感不足的學生能被選出，計劃社工再個別或小組跟進。 | 中三級共 20 人，班主任 / 老師推薦 | 約 10 日內完成 | <ul style="list-style-type: none"> ■ 好心情@學校微型計劃聘用計劃社工(下稱：計劃社工)負責 |
| 19/12/2017 | 教師培訓(青少年精神健康) | 與老師分享精神健康的知識及早期精神健康異常的徵狀，以及如何應用急救的理念以緩解精神問題的影響 | 老師都表示可掌握更多有關精神健康及急救技巧的知識 | 全體教師約 55 位 | 下午 1 節共 2 小時 | <ul style="list-style-type: none"> ■ 計劃社工為協調及聯絡人。 ■ 主講導師須由具精神健康急救教授資格並兼具社會工作專業訓練之人員擔任。 |
| 04/01/2018 | 班主任訓練工作坊 | 以模擬學生個案角色扮演，以協助班主任更深入掌握緩解學童情緒困難之方法/步驟 | 班主任表示工作坊實用，能增加他們處理相似處境的技巧和信心 | 教師約 30 多位，有班主任職務的老師為主 | 下午 1 節共 2 小時 | <ul style="list-style-type: none"> ■ 計劃社工為協調及聯絡人。 ■ 擬邀臨床心理學家/須具至少五年或以上具精神健康或心理輔導經驗的資深註冊社工擔任講員。 |
| 10/2017 -08/2018 | 個別學生跟進 | 就每位同學設定目標，計劃社工協助檢視目標進度，引導同學邁向自己的目標。 | 每位同學在個人設定的目標方面都有不同程度的進步。 | 被篩選工具篩選出來或由班主任 / 老師推薦的中三同學 20 位 | 每人 2 節，共 40 節，每節 1 小時 | <ul style="list-style-type: none"> ■ 計劃社工主責。 |
| 23/03/2018 及 24/03/2018 | 「校本生命故事」系列 | 以互動形式提供生命故事理念、基 | 學生與長者溝通互動，親手 | 中三學生共 55 人 | 55 人分成兩組， 23/3/2018 訓練兩組共 2 | <ul style="list-style-type: none"> ■ 計劃社工協調及安排。 ■ 外購長者服 |

| | | | | | | |
|-------------------------------|----------------------------|---|---|---|---|--|
| | - 輕裝生命故事 DIY | 本訪談技巧、撰寫及製作等訓練；安排長者與學生進行小組訪談，與長者共同製作生命故事冊 | 製作專屬長者的生命故事冊，讓同學以立體方式認識老齡化的歷程，去除固有對長者的偏見與誤解，從而提升同學的溝通及訪談技巧及同理心。 | | 節， 24/3/2018 訪談兩組共 2 節。 整個計劃共 4 節 | 務單位提供是項服務。須由富經驗的專項註冊社工擔任導師。 |
| 08/12/2017 及 18/12/2017 | 與生命教育相關之體驗活動及探訪長者 | 實地體會人生不同歷程及從長者生活反思自己的生命目標 | 參加同學有不同程度的體會，學習珍惜生命，愛惜光陰，重新檢視自己的人生方向 | 中三學生共 55 人 | -08/12/2017 與生命教育相關體驗活動(連同車程約 5 小時) 1 次，共 1 節 -18/12/2017 下午 2:20-4:00 探訪長者 1 次，共 1 節 -整個計劃共 2 節 | <ul style="list-style-type: none"> ■ 計劃社工主責，協調、聯絡及解說。 ■ 一位活動助理(須中六程度以上)協助長者探訪部分。 ■ 另加兩位班主任。 |
| 待定 (星期六) | 「生命你好!」人生旅程體驗活動及機構探訪(善寧服務) | 藉著旅程，使同學認識生死處境，及如何以正面態度面對生死問題 | 參加同學藉著活動，體會人生終結前後的歷程，摒除忌諱，表達他們對人生、生死的看法，體會生命無常，同時學會更珍惜生命及能活在當下 | 中三學生共 20 人(同學報名/經班主任/老師/駐校社工推薦。參加者亦需出席面談以了解參加者之期望及背景是否合適) | -「生命你好!」人生旅程體驗活動(1 節)及機構探訪(1 節) -整個計劃共 2 節 | <ul style="list-style-type: none"> ■ 計劃社工主責。 ■ 另加 1 位須具最少兩年青少年服務個案經驗社工。 |

| | | | | | | |
|--|----------------|---|--|-----------------------------|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ■ 28/11/2017 (2017-18 年度中四級) ■ 10/2018 (2018-19 年度中一級) ■ 10/2018 (2018-19 年度中三級) <p>(註：2017-18 年度中一、中二及中三級將由學校自行安排經費於 20/09、16/10 及 30/10/2017 舉行)</p> | 樂活校園成長活動 | 團隊協作活動及遊戲，共同/分組完成任務 | 增強學生對學校歸屬感，提升與人合作能力，及體會到與人共同完成任務的快樂 | 各級學生約共 200 人，按所屬級別，活動當日全體出席 | 舉行時間為下午 2:20-3:35，三級分別不同日期舉行 3 次共 3 節 | <ul style="list-style-type: none"> ■ 計劃社工主責。 ■ 另每次加 3 位須具至少兩年青少年服務經驗的註冊社工。 |
| 01/12/2017 | 「幸福秘笈」正向心理學生講座 | 學習以「認知行為手法」以提升抗逆力，以應對成長及生活的挑戰。 | 學生表示了解正面思維如何讓自己保持正面情緒，以及學會應對個人的負面思想，處理情緒，面對困難。 | 中一至中三學生 200 人 | 1 節，每節 1 小時，共 1 小時 | <ul style="list-style-type: none"> ■ 計劃社工協調行政安排及聯絡講員。 ■ 邀請須具至少三年青少年服務經驗及曾帶領正向心理活動的註冊社工擔任講員。 |
| 01/06/2018 | 人生抉擇互動劇場演出 | <ul style="list-style-type: none"> - 計劃社工與校方商定主題，例如與「家庭」、「學業」及「夢想」等相關的劇目，以互動劇場及演後解說形式，為學生帶出主題引發思考，從而增強其多角度思維及判斷能力。 | <ul style="list-style-type: none"> - 同學透過生活化的劇場素材，呈現年青人所關注的自身問題及其掙扎。 - 希望藉此引發多角度思考，及更多生活的可能性，以提升人生抉擇的能力。 | 中一至中三學生 200 人 | 1 節，每節 1 小時 20 分 (演出及演後解說) | <ul style="list-style-type: none"> ■ 計劃社工聯絡及安排 ■ 邀請青少年才藝服務單位擔任演出項目。 ■ 須由富劇場工作經驗的導師及註冊社工協助策劃是項表演之活動內容。 |
| 2018 年 6 月底至 7 月初 | 即興劇場比拼活動 | - 透過即興劇場手法，讓參加的同 | - 以即興劇場遊戲為媒介， | 中一至中三學生 200 | 1 節，1 小時 10 分 | ■ 計劃社工聯絡及安排。 |

| | | | | | | |
|-------------------------|-------------|---|---|--|----------------------------|--|
| | | <p>學在沒有特定劇本及指定角色的情況下，由觀眾給予角色及場景，在十秒時間內，要與隊員演出好戲。旨在提昇同學解決困難能力和不輕易放棄的精神。 (註：即興劇場是易學有趣的劇場手法，適合任何人士，參加者既在比拼亦同時與人合作，講求創意及想像力。)</p> | <p>通過此方式，讓同學體會面對困難有各種應變方法，只要存有正面思維及不放棄精神，總有方法。</p> <p>- 即興劇場活動講求即興、創意及帶出正面訊息，預期學生透過積極投入參與，藉此建立正向思考模式，自強不息的奮鬥精神。</p> | 人 | | <ul style="list-style-type: none"> ■ 帶領導師 1 位，須具即興劇場教授資歷 ■ 須具演出經驗的劇場助教 4 位。 ■ 期望導師可以帶領現場之即興劇場演員示範及進行演後解說。 |
| 11/07/2018 | 朋輩支援訓練工作坊 | <p>提升同學辨識情緒及精神健康問題的意識，提供相關社區資源資訊。鼓勵同學學習聆聽及互助，在有需要時，也可向信任的人求助。</p> | <p>- 增強參加者對情緒及精神困擾的早期徵狀之認識。</p> <p>- 學習支援友儕的方法及認識社區的服務及求助資源。</p> | 中一至中三學生 50 人 (由老師推介學生參加) | 1 節，1.5 小時 (上午 9:30-11:00) | <p>計劃社工協調及安排。</p> <p>另加兩位註冊社工(須具至少兩年青少年服務經驗的)擔任講員及分組導師</p> |
| 18/12/2017 及 19/01/2018 | 「生活無障礙」抗逆計劃 | <p>透過殘疾生命鬥士的分享，同學學習他突破限制的堅毅精神。另亦安排班課活動讓同學體驗生活限制如何使自己迸發力量。</p> | <p>參加同學都有正面回響，除了欣賞分享嘉賓的堅毅，對檢視自身生活，不為自己設限。</p> | 中一學生 70 人 (中一學生年紀最小，希望從小可啟發他們面對生活的態 | 1 節禮堂堂課，3 節班課 共 4 節 | <p>(1) 禮堂周會：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 邀請殘疾人士機構派出生命鬥士作講員。 - 安排另一位註冊社工(須具兩年青少年服務經驗)協助解說。 |

| | | | | | | |
|-------------|----------------------|--|--|--|------------|---|
| | | | | 度，以有機會在生命裡成就無限可能。) | | (2) 班課活動(共三班): - 需要三位導師入班，其中一位為計劃社工，另兩位須為註冊社工(須具最少兩年青少年服務經驗) |
| 待定 (星期六) | 參與反思生命體驗活動，經驗黑暗和視障情況 | 同學透過到訪虛擬場境進行生命體驗活動。並設視障導賞員介紹，經驗黑暗和視障的心情及思緒。 | - 參加同學能理解及感受到視障人士的限制和潛能(敏銳之感官和觸覺) 從中體會到不怕困難及存有希望的重要性。 | 中二學生 48 人(8 人一組，分 6 組) 3 次外出活動，每次出 2 組學生。 分組方式由老師安排。 | 3 次活動共 3 節 | 計劃社工負責協調及安排及執行 每次 1 位老師出席。 |
| 10/02/2018 | 「幸福秘笈」正向心理家長講座 | 讓參加者明白正面思想的特性，如何在生活中建立「快樂」，講座亦希望家長認識如何協助子女培養正面思維，增強解難能力。 | 參加家長表示認識了正面思想的力量及明白如何建立正面思想及在生活中協助子女的方法。 | 中一至中三級家長 70 人 | 1 節 1 小時 | 邀請須具至少 3 年青少年服務及曾帶領正向心理活動經驗的註冊社工擔任講座講員。 計劃社工協調行政安排及聯絡講員。 |

(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):

全校教職員 55 人都有機會出席教師培訓工作坊，主要中一至中三級班主任參與計劃內活動。校長連同學校學生成長委員會將與協作機構信義會保持緊密聯絡及會議，以商討計劃的推行、定期檢討及修正計劃的方向。

(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 | 半職註冊社工薪金 \$11,487 (含MPF)X 12=\$137,844 | 137,844 | 計劃主要聯絡及執行人員 |
| ii) 服務 | 1. 教師培訓(青少年精神健康) - 講員費: \$1,040 x 2小時=\$2,080 - 活動物資費: \$300 (包講義、文件夾) ■ 共支出: \$2,380 | 2,380 | 與學校共同商討以達成對下學年校本需要的了解及設定活動推行形式、內容及進程。 |
| | 2. 班主任訓練工作坊 - 講員費: \$1,040 x 2小時+\$2,080 - 活動物資費: \$200 (包講義、文件夾) ■ 共支出: \$2,280 | 2,280 | |
| | 3. 學生需要調查(HKSIF1.1) (共支出: \$0) | 0 | |
| | 4. 個別學生跟進 (共支出: \$0) | 0 | |
| | 5. 樂活校園成長活動 第一次: 2017年11月28日(中四); 第二次: 2018年10月(中一); 第三次: 2018年10月(中三) - 額外人手: 3位社工服務費: (\$500 x 3 x 3=\$4,500) - 活動物資費(包括: 大繩、彩筆、急救用品、歷奇訓練物品) \$600 x 3=\$1,800 ■ 共支出: \$6,300 | 6,300 | |
| | 6. 「幸福秘笈」正向心理學生講座 講員費: \$800 x 1小時= \$800 活動物資費(包括: 印講義)\$200 | 1,000 | |
| | 7. 與生命教育相關體驗活動及探訪長者 (外出包車費及入場費)及探訪長者。 人數: 參加者: 中三學生55人, 1位社工、1位活動助理, 2位教師。 ■ 車費: \$1,300 ■ 活動助理服務費: \$200 x 2=\$400 ■ 體驗館入場費: \$100 x 57=\$5,700 (2位隨團免費) | 7,600 | |

| | | | |
|--|--|--------|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> ■ 活動物資費(包括：文件夾、講義)\$200 ■ 共支出：\$7,600 | | |
| | <p>8.「生活無障礙」抗逆計劃 講員費：\$600 x 1小時=\$600 講員車馬費(來回)：\$500 (此為殘障人士，故須「的士」往來) 額外人手(1次講座及2次班課)：3位社工服務費\$500 x 3=\$1,500 活動物資費(包括：文件夾、講義) \$100 x 3=\$300</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 共支出：\$2,900 | 2,900 | |
| | <p>9.「幸福秘笈」正向心理家長講座 講員費：\$800 x 1小時=\$800 活動物資費(包括：印講義)\$160</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 共支出：\$960 | 960 | |
| | <p>10.「校本生命故事」系列-輕裝生命故事·DIY (參加者：55位同學，分兩組) (\$200 x 55=\$11,000)</p> <p>(註：外購服務已包括工作人員提供生命故事理念、基本訪談技巧、撰寫及製作等訓練及製作長者生活故事冊物資費用；也安排長者與學生進行小組訪談，與長者共同製作生命故事冊等)</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 共支出：\$11,000 | 11,000 | |
| | <p>11. 參與反思生命體驗活動，經驗黑暗和視障情境(外出活動：連車費及入場費，參加者共48人，分三次出外)</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 車費:\$1,000 x 3=\$3,000 ■ 入場費(黑暗旅程+30分鐘分享環節，參考星期六體驗館收費價目) <ul style="list-style-type: none"> - 第一次： \$130(學生) x 16 + \$220(成人) x 2=\$2,520 - 第二次： \$130(學生) x 16 + \$220(成人) x 1=\$2,300 - 第三次： \$130(學生) x 16 + \$220(成人) x 1=\$2,300 <p>(註：三次計劃社工都會出席，故只需要</p> | 10,120 | |

| | | | |
|---------------------|---|----------------|-----------------------|
| | 入場一次，付一次入場費就可) ■ 共支出：\$10,120 | | |
| | 12. 人生抉擇互動劇場 ■ 外購青少年才藝服務： - 包1位專職劇場人員及1位註冊社工擔任編導及策劃： (\$800+\$500=\$1,300) - 青年演員共6位，每位\$300，共\$1,800； - 物資費(如：道具及服裝)共\$900； ■ 全包共\$4,000。 | 4,000 | |
| | 13. 「生命你好!」人生旅程及機構探訪 (外出包車費及導賞費用) - 人數：20位學生，2位社工 - 額外人手：1位社工，2節 - \$500 x 2=\$1,000 - 車費：\$1,500 - 導賞：\$150 x 20=\$3,000 - 活動物資費(包括：印講義) \$300 ■ 共支出：\$5,800 | 5,800 | |
| | 14. 即興劇場示範活動 - 講員費：\$800 x 1小時=\$800 - 助教服務費：\$150 x 4=\$600 - 活動物資費(包括：演出道具)\$500 ■ 共支出：\$1,900 | 1,900 | |
| | 15. 朋輩訓練工作坊 - 人手：2位社工服務費\$500 x 2=\$1,000 - 活動物資費\$200 (包括印製講義、文儀用品) ■ 共支出：\$1,200 | 1,200 | |
| iii) 一般開支 | 1. 核數費 2. 雜項 | 2,000 2,716 | 雜項費用包括一般影印、文具開支及物資補充。 |
| 申請撥款總額 (\$): | | 200,000 | |

* 請刪除不適用者

(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：觀察參加者參與計劃活動的興趣及表現。
- 重點小組訪問：_____
- 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%或以上的學生提升了抗逆力。
- 其他(請列明) 個別活動自設活動後參加者問卷，以了解參加者對目標達成度及活動滿意度之意見。

(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) _____

(IV) 報告遞交時間表

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

參考文獻:

1. American Association of Suicidology 2014, Depression and Suicide Risk. Retrieve from <http://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 suicide ideation in a high-risk adolescent community sample. *J Am Acad Child Psy* 2002;41(10:44-51
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. *Pes Indiv 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; 74:401-405.
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, 32:337-348.