

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」(「好心情@學校」微型計劃)	計劃編號 2016/0921 (由「網上計劃管理系統」編配)
--	---

基本資料

學校／機構／個人名稱：聖雅各福群會(協作/參與學校：香港聖公會何明華會督中學)

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 約人 中一至中三級
(2)次級介入活動 約20人中一或中二級
- (c) 老師：約60人
- (d) 家長：約600人

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. 及早識別及支援有情緒困擾初中學生；
 2. 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，本建議計劃以問卷篩選有需要的學生，並提供點對點到校「次級介入」(Secondary Intervention)支援活動；
 3. 提升學生處理逆境能力及各種促進精神健康的保護因素；
 4. 透過大使計劃，提升學生的朋輩支援，建立一個樂於關懷及互相連結的網絡，共同面對成長的挑戰。
- (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)
- 促進學生的社交和情感發展
- 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。
(請剔選適當空格，可剔選一項或多項)
- 學校發展計劃：學生近年積極推行正向教育，特別在中四級推行正向旅程培育計劃。計劃結合課程、歷奇、義工服務等元素，幫助學生認識及發揮自己的性格強項，從而面對生活挑戰。
- 調查結果：APASO問卷及衛生署的問卷調查均反映，本校的師生關係非常良好，高出全港平均值，有良好的師生關愛基礎。
- 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人群，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被開展。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。該項目有效提高了青少年面對負面生活經歷的抗逆力及預防了抑鬱症狀。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抑鬱情況。與此同時，根據2010 - 2011年度蘇格蘭的研究，大使計劃對有情緒困擾的年青人提供支援，令社會支持網絡增加，自尊心和社會功能增強。

☑ 學生表現評估: 透過識別工具(建議修訂HKSIF)，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: 本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。

突破機構、香港中文大學醫學院公共衛生及基層醫療學院及香港小童群益會自1996年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)每年於超過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。

聖雅各福群會於2009年開創SUN Teens精神健康服務，為青少年的精神健康提供專業的支援，為家長、老師及學生提供服務，包括輔導、小組及教育工作，每年服務人次高達7000人。

在2016年更開展了正向教育服務，在本校透過外展訓練、課程及服務學習來建立學校的正面文化，學生的抗逆力也得以提升。

☑ 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; 學校缺乏足夠資源，難於邀請合適社福的機構提供專業服務支援。此外，透過正向大使訓練，提升同學及老師的精神健康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)與次級介入(Secondary Intervention)

多年以來，不少本地及外國學者均強調「初級預防」和「次級介入」，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，未能有效針對性學生的需要。國際文獻已指出「次級介入」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。「次級介入」亦為預防自殺提供了新的方向，如提升學生抗逆力、促進「正向認知」、「正面思維」及「享受生活」，並建立正面文化。

2. 生命嚮導正向大使同行計劃

以生命嚮導(Life Mentor)的理念，培訓同學年成為心靈健康嚮導(Life-mentor)，於網上及社區上推廣正面精神健康信息。

所謂「生命嚮導」，是指承諾利用同行者身份樹立正面榜樣等手法，使青少年獲益於他人在生命經歷中積累的豐富知識和技巧。

正向大使可扮演以下角色(Mentoring in Youthline, 2009)

- 1)資源提供者—聯繫其參與學校有利精神健康及身心的活動。2)領導者—協助領導青少年成長正向計劃，建立不同網絡，帶動關心低年級同學的成長和情緒需要，鼓吹正面積極的風氣和生活價值觀。3)活動策劃者—協助舉辦有關提升青少年精神健康的小組活動及學校正向活動。

(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. 由校長帶領學校推行校本計劃，對應學生需要，提升的學生抗逆能力/精神健康，令他們更容易適應不同的學習階段。
 2. 計劃將由社會服務機構(NGO)與學校共同協作推展，機構提供充足人力資源。
 3. 學校採用實證為本的原則，除了「學生需要調查(HKSIF 1.1)」外，還透過檢視學校近期的「學生情意及社交表現評估」，另外本校亦會以「前測」及「後測」的方式收集可量化的評估數據；與學校的主要人士，如校長、輔導組、教師、社工和家長進行訪談，從質性角度評估學校的需要。務求以多種數據/意見蒐集方法，以辨認低抗逆力學生。
 4. 在辨認低抗逆力學生的過程中，若發現潛危學生(如需要個別輔導的學生)，學校會轉介輔導組、學校社工或教育心理學家，作即時跟進。
 5. 為提升計劃成效的延續性，學校會有不同形式的教師培訓，如安排全體教師參加相關主題的教師發展活動、學生成長支援組別的培訓，或於教職員會中就相關課題的分享、級會的交流等，讓教師掌握相關技巧以識別抗逆力較低的學生，並回應他們在心理、情緒和發展方面的需要。
 6. 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，可於2017-2018學年初提供予參加學校及NGO使用。
 7. 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；
 8. 由於計劃包括初級預防及次級介入的工作，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。
 9. 學校以參與學生的安全為首要考慮，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。

(ii) 主要推行詳情

主要推行詳情

計劃時期： 1/2018 至 12/2018

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)
1/2018 項目 1: 學校聯繫及 籌備	了解計劃內容及目的	60人(全體 老師)	2小時	本計劃的註冊社工(資歷同上)
1/2018 項目 2: 學生需要調 查	查(HKSIF 1.1)問卷識別 中三至中五在抗逆力方 面需要支援的學生。	中一至中 二	2星期	本計劃的註冊社工(資歷同上)
1-6/2018 項目 3: 「PERMA」 快樂原來很簡單講 座	「正面思維」心理健康講 座(中一至中三及中四至 中六)，讓學生認識正向 元素，學習正向和積極心 理的重要和掌握令自己 放鬆的技巧。	中一至中 三及中四 至中六(共 600人)	2節/每節 一小時	註冊社工(資歷同上) 資歷：註冊文憑/學位社工，並 需具備心理健康教育及正向思維 培訓經驗
1-6/2018 項目 4: 生命嚮導， 以愛同行講座	透過逆境過來人的分享 及小故事，認識自強的方法， 學習找尋生命的意義	中四至中 六(共 200 人)	1節/每節 一小時	逆境自強人士或需具備心理健康 教育及正向思維培訓經驗人士

<p>1-6/2018 項目 5: 家長心理健康工作坊</p>	<p>子女情緒面面觀, 讓家長了解青春期子女的情緒需要, 增強家長以正向和健康的方式管教兒女, 亦提升家庭關係和抗逆力。</p>	<p>全校家長</p>	<p>1 節/2 小時</p>	<p>註冊社工 (資歷同上) 資歷: 註冊文憑/學位社工, 並需具備心理健康教育及正向思維培訓經驗</p>
<p>1-6/2017 項目 6: 老師培訓</p>	<p>以體驗式, 經歷學生的情緒需要, 讓老師掌握相關技巧以識別抗逆力較低的學生, 從而回應他們在心理、情緒和發展方面的需</p>	<p>60 人(全體老師)</p>	<p>2 小時</p>	<p>註冊社工 資歷: 註冊文憑/學位社工, 並需具備心理健康教育及教師抗逆力培訓經驗</p>
<p>1-6/2018 項目 7: 情緒支援學生小組活動</p>	<p>項目 7: 情緒支援學生小組活動 <u>項目 7.1: 戶外體驗日</u> 透過大自然的環境, 讓同學了解自己的身心靈需要, 好好的活在當下, 更透過靜觀練習, 學習放鬆</p> <p><u>項目 7.2: 小組活動</u> 第 1 節: 透過體驗、小組分享和社工的解說(debriefing), 互山相認識、建立關係 第 2 節: 透過體驗、小組分享和社工的解說(debriefing), 讓同學認識情緒及背後需要 第 3 節: 透過體驗、小組分享和社工的解說(debriefing), 學習抗逆力的元素: 連繫感(Bonding) 第 4 節: 透過體驗、小組分享和社工的解說(debriefing), 學習"Self-esteem", "Self-efficacy", "Family support", and "Positive affect" 以提升學生抗逆力。 第 5 節: 透過體驗、小組分享和社工的解說(debriefing), 解難技巧及及鬆弛技巧(Relaxation exercise), 以提升學生抗逆力 第 6 節: 透過體驗、小組分享和社工的解說(debriefing), 重整所學及為日後訂立目標</p>	<p>25 位同學(以「學生需要調查(HKSIF 1.1)」問卷, 輔以教師和社工的觀察和家長的意見篩選</p>	<p>小組: 6 節/每節 1.5 小時 戶外活動: 2 節/每節 3 小時</p>	<p><u>項目 7.1</u> 1. 本計劃的註冊社工 (資歷同上) 2. 額外機構社工) 由於營會活動著重歷奇體驗和組員間的互動與分享, 加上挑選的對象抗逆力較低, 需要多一位社工帶領小組, 從而有更佳的觀察、回應及解說(debriefing), 針對每個組員不同的需要, 提升營會有關增強抗逆力的效益。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 職責: 負責構思和執行計劃 ● 資歷: 註冊社工及需具備策劃及帶領青少年活動經驗 <p>3. 活動工作人員 由於營會活動著重歷奇體驗和組員間的互動與分享, 物資預備及場地設置工作繁多, 活動工作人員可以協助有關工作及留意學生的安全, 從而讓社工更專注提升學生抗逆力的營會輔導工作(如觀察、回應學生、進行小組解說等)</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 職責: 協助執行計劃 ● 資歷: 需具備支援青少年活動經驗
<p>1-6/2018 項目 8: 正向大使培訓計劃</p>	<p>項目 8: 正向大使培訓計劃 <u>項目 8.1: 2 日 1 夜宿營</u> 透過營會活動、歷奇體驗、分享和社工的解說(debriefing), 讓大使認識</p>	<p>25 位中三至中五大使</p>	<p>小組: 6 節/每節 1.5 小時 戶外活動: 5 節/每節 3</p>	<p>1. 本計劃的註冊社工 (資歷同上) 2. 額外社工 由於營會活動著重歷奇體驗和組員間的互動與分享, 加上挑選的對象抗逆力較低, 需要多一位社</p>

	<p>自己的特質、建立團隊精神及關係，更有信心面對日後挑戰</p> <p><u>項目 8.2：小組活動</u></p> <p>第 1 節： 透過體驗、小組分享和社工的解說(debriefing)，認識大使的責任及素質</p> <p>第 2 節： 透過體驗、小組分享和社工的解說(debriefing)及角色扮演，認識正向溝通技巧</p> <p>第 3 節： 透過體驗、小組分享和社工的解說(debriefing)及角色扮演，認識聆聽技巧</p> <p>第 4 節： 透過體驗、小組分享和社工的解說(debriefing)，認識正向元素及推動方法</p> <p>第 5 節： 透過體驗、小組分享和社工的解說(debriefing)，學習如何設計正向活動</p> <p>第 6 節： 透過體驗、小組分享和社工的解說(debriefing)，透過成果分享，讓學生整理在不同活動歷程中的經驗</p>		<p>小時</p>	<p>工帶領小組，從而有更佳的觀察、回應及解說(debriefing)，針對每個組員不同的需要，提升營會有關增強抗逆力的效益。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 職責：負責構思和執行計劃 ● 資歷：註冊社工及需具備策劃及帶領青少年活動經驗 <p>3. 活動工作人員)</p> <p>由於營會活動著重重歷奇體驗和組員間的互動與分享，物資預備及場地設置工作繁多，活動工作人員可以協助有關工作及留意學生的安全，從而讓社工更專注提升學生抗逆力的營會輔導工作(如觀察、回應學生、進行小組解說等)</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 職責：協助執行計劃 ● 資歷：需具備支援青少年活動經驗
<p>1-6/2018 項目 9:正向大使同行活動(義工服務)</p>	<p><u>義工活動</u> 透過籌備活動及服務有需要的群體，讓學生在有意義的工作中感覺到自己的貢獻，從而增加積極的態度和與人的聯繫，促進個人的抗逆力。</p>	<p>40 位同學 (小組及大使學生)</p>	<p><u>2 節/每節 3 小時</u></p>	<p>1. 本計劃的註冊社工(資歷同上)</p> <p>2. 額外社工 由於營會活動著重重歷奇體驗和組員間的互動與分享，加上挑選的對象抗逆力較低，需要多一位社工帶領小組，從而有更佳的觀察、回應及解說(debriefing)，針對每個組員不同的需要，提升營會有關增強抗逆力的效益。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 職責：負責構思和執行計劃 ● 資歷：註冊社工及需具備策劃及帶領青少年活動經驗 <p>3. 活動工作人員 由於營會活動著重重歷奇體驗和組員間的互動與分享，物資預備及場地設置工作繁多，活動工作人員可以協助有關工作及留意學生的安全，從而讓社工更專注提升學生抗逆力的營會輔導工作(如觀察、回應學生、進行小組解說等)</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 職責：協助執行計劃 ● 資歷：需具備支援青少年活動經驗
<p>1-6/2018 項目 10:正向大使分享(早禱)</p>	<p><u>正向大使分享(早禱)</u> 透過早禱分享及小遊戲，讓大使將正面信息給</p>	<p>全校</p>	<p>4 節/每節 30 分鐘</p>	<p>本計劃的註冊社工(資歷同上)</p>

	予同學，鼓勵同學參與，並從中提升公眾演說技巧，提升成為大使的信心。			
1-6/2018 項目 11：正向教育周	攤位活動 透過遊戲和解難活動，增強學生的自信心和能力感，亦提供機會讓他們放鬆，經歷愉快的感覺 (Flow)，從而提升抗逆力。	全校 人)	3 節/每節 2 小時	1. 本計劃的註冊社工(資歷同上) 2. 額外導師 由於攤位較多及需要協助帶領大使籌備活動，導師可協助觀察同學的表現及協助活動進行 ● 職責：負責構思和執行計劃 ● 資歷：註冊社工及需具備策劃及帶領青少年活動經驗 3. 活動工作員 由於大型活動物資預備及場地設置工作繁多，活動工作員可以協助有關工作及留意學生的安全，從而讓社工更專注提升學生抗逆力的營會輔導工作(如觀察、回應學生、協助攤位運作等) ● 職責：協助執行計劃 ● 資歷：需具備支援青少年活動經驗
11/2017-6/2018 項目 12：「正面思維」及「享受生活」活動通訊	印製精神健康/提升抗逆力通訊並總結活動計劃，以小冊子向學生和家長傳遞關愛生命的信息。	全校學生 和家長。	不適用	本計劃的註冊社工(資歷同上)
10/2018 項目 13：活動檢討及評估	透過問卷及質性訪談了解計劃的成效。	全校學 生、家長及 教職員	不適用	本計劃的註冊社工(資歷同上)

(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60位教師參與培訓工作坊，協作識別學生需要及提供支援等，並為有需要的學生作出轉介。

(ii) 老師在計劃中的角色:

- 領袖 協作者
 開發者 服務受眾

(c) 請詳列計劃的預算和主要開支項目的理據。

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	社工薪金 \$32,033 x 0.3 x 12 個月 x 1.05(MPF)	121,085	註冊文憑/學位社工 需具備兩年或以上青少年 服務經驗
ii) 服務	項目 1：學校聯繫及籌備		
	項目 2：學生需要調查	1,000	分析數據及印刷費用
	項目 3：「PERMA」快樂原來很簡單講座(2 節) (\$1,000 /小時 X 2 小時)	2,000	註冊社工(資歷同上) 資歷：註冊文憑/學位社 工，並需具備心理健康教 育及正向思維培訓經驗
	項目 4：生命嚮導，以愛同行講座 (\$1,000 /小時 X 1 小時)	1,000	逆境自強人士或需具備心 理健康教育及正向思維培 訓經驗人士
	項目 5：家長心理健康工作坊 \$1,000 /小時 X 2.5 小時	2,500	註冊社工(資歷同上) 資歷：註冊文憑/學位社 工，並需具備心理健康教 育及正向思維培訓經驗

	<p>項目 6：老師培訓 (1 節) (\$1,000/小時 x3 小時)</p>	3,000	<p>資歷：註冊文憑／學位社工，並需具備心理健康教育及教師抗逆力培訓經驗</p>
	<p>項目 7.1：戶外體驗日</p> <ul style="list-style-type: none"> • 農莊營費(25 x\$150)=<u>\$3,750</u> • 導師費(1 位外聘服務社工：\$1000/節(每節 3 小時)x2 節)=<u>\$2,000</u> • 1 位活動工作人員：\$500/節(每節 3 小時)x2 節=<u>\$1,000</u> • 宿營活動物資 <u>\$1,000</u> • 來回交通費(\$1,200x2)=<u>\$2,400</u> <p style="text-align: right;">項目 3.1 小計：\$10,150</p>	17,950	<p>項目 7-9： (1 位計劃社工+1 位社工+1 位服務活動工作人員)</p> <p>註冊文憑／學位計劃社工(需具備兩年或以上青少年服務經驗)</p> <p>註冊文憑／學位社工(需具備策劃及帶領青少年活動經驗)</p>
	<p>項目 7.2：小組活動</p> <ul style="list-style-type: none"> • 小組活動導師費用(6 節)(1 位社工：\$600/節(每節 1.5 小時)x6 節)=<u>\$3,600</u> • 1 位活動工作人員：\$300/節(每節 1.5 小時)x6 節=<u>\$1,800</u> • 小組活動物資費用(6 節)(\$400/節 x6) <u>\$2,400</u> <p style="text-align: right;">項目 3.2 小計：\$7,800</p>		<p>資深服務活動工作人員(需具備青少年服務經驗)</p>
	<p>項目 8.1：2 日 1 夜大使營</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2 日 1 夜宿營營費(25 x\$250)=<u>\$6,250</u> • 2 日 1 夜宿營導師費(1 位社工：\$1000/節(每節 3 小時)x5 節)=<u>\$5,000</u> • 1 位活動工作人員：\$500/節(每節 3 小時)x5 節=<u>\$2,500</u> • 宿營活動物資 <u>\$1,000</u> • 來回交通費(\$1,200x2)=<u>\$2,400</u> <p style="text-align: right;">項目 3.1 小計：\$17,150</p>	24,950	
	<p>項目 8.2：小組活動</p> <ul style="list-style-type: none"> • 小組活動導師費用(6 節)(1 位社工：\$600/節(每節 1.5 小時)x6 節)=<u>\$3,600</u> • 1 位活動工作人員：\$300/節(每節 1.5 小時)x6 節=<u>\$1,800</u> • 小組活動物資費用(6 節)(\$400/節 x6) <u>\$2,400</u> <p style="text-align: right;">項目 3.2 小計：\$7,800</p>		
	<p>項目 9：正向大使同行活動(義工服務)</p> <ul style="list-style-type: none"> • 義工活動來回交通費<u>\$2,000</u> • 義工活動物資<u>\$1,000</u> • 1 位活動工作人員：\$300/節(每節 1.5 小時)x2 節=<u>\$600</u> • 小組活動導師費用((1 位社工：\$600/節(每節 1.5 小時)x2 節)=<u>\$1,200</u> 	\$4,800	
	<p>項目 10：正向大使分享(早禱)</p> <ul style="list-style-type: none"> • 活動物資費用(4 節)(\$400/節 x4) <u>\$1,600</u> 	1,600	

	項目 11: 正向教育周 • 攤位物資費用(\$800/個 x8 個)=\$6,400 • 1 位活動工作人員: \$300/節(每節 1.5 小時)x3 節=\$900 • 活動導師費用((1 位社工: \$600/節(每節 1.5 小時)x3 節=\$1,800)	9,100	項目 7-9: (1 位計劃社工+1 位社工+1 位服務活動工作人員) 註冊文憑/學位計劃社工(需具備兩年或以上青少年服務經驗) 註冊文憑/學位社工(需具備策劃及帶領青少年活動經驗) 資深服務活動工作人員(需具備青少年服務經驗)
	項目 12: 「正面思維」及「享受生活」小冊子	4,000	印刷費及設計費
	項目 13: 活動檢討及評估 • 活動物資費用(2 節 x \$500/節 x2)	1,000	
iii) 一般開支	1. 會計核數	5,000	
	2. 雜項	1,015	文具、影印
	申請撥款總額(S):	\$200,000	

- 機構選擇服務供應商時，將嚴格遵照優質教育基金《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) 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

(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

(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: 觀察學生參與計劃活動的興趣及表現。
- 重點小組訪問: 訪問教師/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: 對被篩選出來參加次級介入的學生，量度他們抗逆力的改變。
- 學生表現在評估中的轉變: 75%或以上的參與學生提升了抗逆力。75%正向大使願意將正向文化帶到校園

(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

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
9. Proven effect in mentorship program for persons with mental illness:http://www.mentalhealth.org.uk/content/assets/PDF/publications/need_2_know_peer_support1.pdf

遞交報告時間表

本校承諾準時按以下日期遞交合規格的報告：

計劃管理		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 1/1/2018 -30/6/2018	31/7/2018	中期財政報告 1/1/2018 -30/6/2018	31/7/2018
計劃總結報告 1/1/2018 -31/12/2018	31/03/2019	財政總結報告 1/7/2018 -31/12/2018	31/03/2019

資產運用計劃

類別	項目／說明	數量	總值(HK\$)	建議的 調配計劃	理據
本計劃不適用					