

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」— 好心情校園計劃 (好心情@學校微型計劃)	計劃編號 2016/1013 (Revised)
---	-----------------------------

基本資料

機構名稱：香港神託會 (協作學校：香港神託會培基書院)

受惠對象：(a) 界別：中學 (b) 學生：(1) 初級預防活動 約 530 人(中一至中三級) (2) 次級介入活動 約 20 人(中一及中三級) (c) 老師：全校老師(80 人) (d) 家長：預計 80-90 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。

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，即對所有學生作一般性預防，本建議計劃以問卷篩選，以及老師和社工的恆常觀察，辨識有需要的學生，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提供支援的技巧。

(b) (i) 請表明學校的需要及優先發展項目。

- 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。

- 學校發展計劃：透過**班本體驗活動協助班主任為學生創造快樂校園 (Joyful school) 經驗及朋輩支持 (Peer-support)**關係。

學校在 2017-2018 學年參加了由衛生署舉辦的「成長新動力」計劃，幫助中二級學生以正面的態度及技巧來面對成長的挑戰。「成長新動力」計劃的形式會以班際工作坊進行，內容涉及情緒管理、良好人際關係的建立、溝通技巧、壓力處理、自我認識和接納、分析及解決問題技巧、處理逆境及建立健康生活模式等。這正好與本「好心情@學校」計劃有相容的地方，是故為了資源有更好的運用和互補，本計劃主要服務對象則是中一及中三學生，形式同樣會以班際和小組形式進行，內容則主要涉及認識精神健康和提升抗逆力，培養正向思維。由此，是次計劃不會主力為中二學生投入班級活動，但為了更整全地運用資源，發揮互補作用，本計劃亦會為中二學生安排午間活動。

計劃亦會為全校家長、學生和老師提供有關精神健康和提升抗逆力的講座，故此全校師生都會受惠。

- 調查和觀察到的現象：本校教師/學生/家長意見觀察顯示，過去兩年學生的抗逆能力和精神健康較從前為弱，學生面對與家人相處和朋輩相處等問題常感到壓力，APASO顯示部份初中生感到孤單。訓導組和學校社工接獲學生：

j。此外，老師觀察有不少初中生

- 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。

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(建議修訂HKSIF1.1問卷)及老師和社工的日常觀察，邀請抗逆力較低、支援網絡較弱之學生參加「抗逆力培訓」計劃。如果有需要的學生超過二十名，學校會另撥資源增辦更多次級預防課程，確保有需要的學生都得到支援。

☑ 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。

(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。

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. 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。

- i. 個人能力與技巧 (Competence) – 通過「培訓/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
- 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) 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
- iii. 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

(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。)

- a. 透過班本體驗活動協助班主任為學生創造快樂校園 (Joyful school) 經驗及朋輩支持(Peer-support)關係。
- b. 透過體驗活動及親子工作坊為 20 名有精神健康需要的中一及中三學生提供次級預防的發展小組。(secondary intervention developmental group)

1. 由校長帶領學校推行校本計劃，對應學生的情緒和精神健康需要。
2. 計劃將由學校與社會服務機構(NGO)共同協作推展，NGO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，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。

(ii) 主要推行詳情

計劃時期：12/2017 至 11/2018

月份/年份	內容/活動/節目															
12/2017	<p>活動名稱：學生需要調查 (HKSIF1.1) [前測] 日期：12/2017 具體內容及預期學習成果：中一及中三學生完成問卷，然後作分析。 對象、人數及挑選準則：全體中一級及中三級學生 負責人員：計劃兼職註冊社工及學校老師</p>															
12/2017	<p>活動名稱：學生全級活動服務—班際競技比賽 日期：20/12/2017 (共 1 節，每節 4 小時) 具體內容及預期學習成果：透過班際競技比賽讓學生經驗到同儕的互相合作、幫助及堅持所發揮的力量，過程中社工及導師進行解說，鼓勵學生積極建立正面的同儕支援網絡。 對象、人數及挑選準則：全體中一至中三級學生 負責人員：計劃兼職註冊社工 導師：兩名具有一級拔河教練及裁判證書的註冊社工；一名持有低結構歷奇一級教練資格的註冊社工</p>															
12/2017-4/2018	<p>活動名稱：學生班級活動服務 日期：22/1/2018, 9/2/2018, 5/3/2018, 16/4/2018 (中一級) 日期：11/12/2017, 15/1/2018, 26/3/2018, 23/4/2018 (中三級) (每級 5 班，每班 4 節，共 20 節，每節 1 小時；兩級共 40 節) (*活動安排可參考圖表 1) 時間：1500-1600</p> <table border="1" data-bbox="240 909 1501 1305"> <thead> <tr> <th data-bbox="240 909 360 947">課節</th> <th data-bbox="360 909 552 947">活動</th> <th data-bbox="552 909 1501 947">具體內容及預期學習成果</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="240 947 360 1061">第一節</td> <td data-bbox="360 947 552 1061">健球</td> <td data-bbox="552 947 1501 1061">健球活動強調隊友之間的合作和默契，各人優點和缺點的互補能力及互相信任。透過此活動促進班內同學的合作和互動，幫助他們建立正向關係、團隊精神和關愛文化。</td> </tr> <tr> <td data-bbox="240 1061 360 1140">第二節</td> <td data-bbox="360 1061 552 1140">桌遊</td> <td data-bbox="552 1061 1501 1140">透過桌遊 (步步為營)，培養學生的情商和智商，提升解決問題的能力和策略思考，學習以積極的態度去處理逆境和挑戰。</td> </tr> <tr> <td data-bbox="240 1140 360 1227">第三節</td> <td data-bbox="360 1140 552 1227">無限畫框</td> <td data-bbox="552 1140 1501 1227">透過多元創作活動讓同學了解只要堅持和願意開放心靈尋求支援，身邊同儕會是一個良好的同伴，助你渡過難關。</td> </tr> <tr> <td data-bbox="240 1227 360 1305">第四節</td> <td data-bbox="360 1227 552 1305">低結構歷奇</td> <td data-bbox="552 1227 1501 1305">透過歷奇活動讓同班同學一同經歷挑戰和困難，透過互相協力完成任務來加深同學體驗群體的力量和互相幫忙的重要性。</td> </tr> </tbody> </table> <p>對象、人數及挑選準則：全體中一級及中三級學生 負責人員：計劃兼職註冊社工 導師：一名具備帶領無限畫框活動之工作經驗的註冊社工；一名持有低結構歷奇一級教練資格的註冊社工；一名具備帶領健球活動之工作經驗及健球一級教練資歷的註冊社工；一名具備帶領桌遊活動之工作經驗的註冊社工</p>	課節	活動	具體內容及預期學習成果	第一節	健球	健球活動強調隊友之間的合作和默契，各人優點和缺點的互補能力及互相信任。透過此活動促進班內同學的合作和互動，幫助他們建立正向關係、團隊精神和關愛文化。	第二節	桌遊	透過桌遊 (步步為營)，培養學生的情商和智商，提升解決問題的能力和策略思考，學習以積極的態度去處理逆境和挑戰。	第三節	無限畫框	透過多元創作活動讓同學了解只要堅持和願意開放心靈尋求支援，身邊同儕會是一個良好的同伴，助你渡過難關。	第四節	低結構歷奇	透過歷奇活動讓同班同學一同經歷挑戰和困難，透過互相協力完成任務來加深同學體驗群體的力量和互相幫忙的重要性。
課節	活動	具體內容及預期學習成果														
第一節	健球	健球活動強調隊友之間的合作和默契，各人優點和缺點的互補能力及互相信任。透過此活動促進班內同學的合作和互動，幫助他們建立正向關係、團隊精神和關愛文化。														
第二節	桌遊	透過桌遊 (步步為營)，培養學生的情商和智商，提升解決問題的能力和策略思考，學習以積極的態度去處理逆境和挑戰。														
第三節	無限畫框	透過多元創作活動讓同學了解只要堅持和願意開放心靈尋求支援，身邊同儕會是一個良好的同伴，助你渡過難關。														
第四節	低結構歷奇	透過歷奇活動讓同班同學一同經歷挑戰和困難，透過互相協力完成任務來加深同學體驗群體的力量和互相幫忙的重要性。														
1/2018	<p>活動名稱：教師培訓 日期：12/1/2018 (共 1 節，1.5 小時) 具體內容及預期學習成果：教師培訓講座將會分為三部分，先講解計劃的內容及主題，以「歡樂」(Joyful) 及「朋輩支持」(Peer support) 作為計劃的主調，並指出本計劃主題如何支援學生面對壓力及提升同學的抗逆力以促進學生的精神健康保護。第二部分將會讓教師體驗本計劃所使用的手法 (例如無限畫框活動)，同時讓教師也能透過不同手法減輕工作壓力。及後，會提供精神健康保護講座，讓教師也能夠透過日常的教學工作時識別有精神健康需要的學生，提高教師支援這些學生的技巧，以及講解及時作出支援和轉介的重要性的方法。 對象、人數及挑選準則：全體教師 負責人員：計劃兼職註冊社工 導師：一名具備帶領無限畫框活動之工作經驗的註冊社工</p>															
1/2018-5/2018	<p>活動名稱：發展性小組活動服務—Teens Wings (次級預防工作) 日期：19/1/2018, 26/1/2018, 2/2/2018, 9/2/2018, 14/2/2018 (第一組) 日期：13/4/2018, 20/4/2018, 27/4/2018, 4/5/2018, 11/5/2018 (第二組) (每組共 5 節，每節 1.5 小時) 時間：1600-1730 具體內容及預期學習成果：小組將會引入無限畫框並作為主要手法，內容主要以減壓為主，透過多</p>															

	<p>元創作活動讓小組組員認識自己的強項，並在一個較輕鬆的情景下檢視自己現在的身心靈狀態，透過社工和導師的解說，鼓勵組員積極面對自身的處境，以培養他們的正面思維和抗逆能力。同時，透過小組組員互勵互勉，進一步強化他們的同儕支援網絡。</p> <p>對象、人數及挑選準則：共兩組，每組 10 名學生。透過學生需要調查 (HKSIF1.1)，以及老師和社工的恆常觀察，辨識有需要參與發展性小組活動的學生</p> <p>負責人員：計劃兼職註冊社工 (將會入組作為協助人手)</p> <p>導師：一名具備帶領無限畫框活動之工作經驗的註冊社工</p>
2/2018 及 5/2018	<p>活動名稱：家長親子活動</p> <p>日期：24/2/2018 及 12/5/2018 (共 2 節，每節 3 小時)</p> <p>具體內容及預期學習成果：活動於每期發展性小組活動完結後進行，內容會有親子無限畫框工作坊、低結構歷奇活動及小組組員片段分享片段。活動期望能提供促進親子互動交流的機會，透過社工和導師的解說，讓家長了解子女的成長心聲，並學習與子女建立正向關係的技巧。</p> <p>對象、人數及挑選準則：發展小組的家長，20-30 人</p> <p>負責人員：計劃兼職註冊社工 (將會入組作為協助人手，並帶領歷奇活動)</p> <p>導師：一名具備帶領無限畫框活動之工作經驗的註冊社工</p>
6/2018	<p>活動名稱：學生全級活動服務—Life Channel</p> <p>日期：21/6/2017 (中一級及中三級，每級 1 節，每節 2 小時)</p> <p>具體內容及預期學習成果：LIFE CHANNEL (生命自選台)，是給予中學生一套模擬人生的選擇遊戲。本活動應用經驗學習法 (Experiential Learning)，將學生正在面對及人生不同的重要階段濃縮於兩小時，並以大約 10 個攤位體驗遊戲形式展現出來。透過參與模擬活動，學生可更具體地經歷人生幾個重要階段及預設的逆境環節，從而啟發他們思考規劃人生、及面對逆境的心態及抉擇。學生為自己進行人生規劃，並以遊戲比喻人生，完成各種自己訂立的任務。著重體驗活動帶來的啟發性，所以於活動之後，即時安排分組解說環節，按學生人數及學校需要，大約分為 9 組。透過分享經歷及體會，學生可以重溫之前的經驗，並透過回饋 (Feedback) 作出反省。</p> <p>對象、人數及挑選準則：全體中一級及中三級學生</p> <p>負責人員：計劃兼職註冊社工</p> <p>導師：九名具備帶領 Life Channel 之活動經驗的註冊社工，負責帶領攤位體驗遊戲和分組解說環節</p>
7/2018	<p>活動名稱：全校家長講座</p> <p>日期：7/2018 (分初中家長及高中家長兩場講座，每場 1.5 小時)</p> <p>具體內容及預期學習成果：針對初中和高中家長的需要，透過專業人士講座幫助家長了解青少年的需要、生活處境、壓力來源等，並讓家長認識如何為子女建立健康正面的成長環境、提升子女情緒管理和抗逆力的方法，以及遇上孩子有精神健康問題的求助途徑。</p> <p>對象、人數及挑選準則：分初中和高中家長兩場講座，預計共有 60 名家長參與</p> <p>負責人員：計劃兼職註冊社工</p> <p>講者：一名資深註冊社工</p>
8/2018	<p>活動名稱：中一適應活動—School Hunt</p> <p>日期：8/2018 (共 1 節，2 小時)</p> <p>具體內容及預期學習成果：從小學進入中學階段，將會是新入學學生所面對人生中最大的轉折之一，他們對陌生的學校環境感到不熟悉；對學習模式的轉變感到難適應；對進入新的社交圈子或結識新的同儕關係感到徬徨無助等等，這都是對升中學生的各種挑戰。活動希望以輕鬆手法，用整個校園作為活動平台及空間，滲入「校園生活適應」的元素 (如：學校文化、學習態度、社交、生理心理發展、角色轉變) 來設計 6-7 個校園定向攤位任務，讓新生透過以小組形式來完成不同任務，藉此讓他們透過此活動來增加對學校的認識，以及增加班內同學有不同的互動機會，從而協助他們面對升中的轉變。</p> <p>對象、人數及挑選準則：全體新入學中一學生</p> <p>負責人員：計劃兼職註冊社工 (統籌及協作人員)；機構將安排 3-4 位義工協助活動的推行 (不收費)</p> <p>導師：兩名具備帶領相關活動經驗的註冊社工，負責帶領攤位活動和解說環節</p>
10/2018	<p>活動名稱：學生午間活動</p> <p>日期：10/2018 (共 4 節，每節 1 小時)</p> <p>具體內容及預期學習成果：中二級將會以午間活動形式進行，教師會邀請學生善用午飯時間參加桌遊體驗小組，小組將會透過桌遊凝聚不同別班同學參與，讓學生感受桌遊所帶來的「喜樂」校園氛圍。同時間，透過此一平台建立跨班別的同儕關係，幫助同學強化及開展新的同儕關係，以達到深化及互補「成長新動力」計劃的目標。</p>

	對象、人數及挑選準則：中二級學生（自由參與及老師邀請），預計有 20 名學生參與 負責人員：計劃兼職註冊社工；機構將安排 3-4 位義工協助活動的推行(不收費)
12/2017-11/2018	活動名稱：班主任資源中心 日期：12/2017-11/2018 具體內容及預期學習成果：設立一個網上班主任資源中心，提供有助班主任在班中營造歡樂氣氛的教材，包括小遊戲、影片、簡報、文章等，班主任可自由取用。活動期望可支援班主任推行班級經營，在課室內營造關愛氣氛，建立良好的師生和同學關係，強化學生在校內的支援網絡。 對象、人數及挑選準則：全體教師 負責人員：計劃兼職註冊社工及學校老師
11/2018	活動名稱：學生需要調查（HKSIF1.1）[後測] 日期：11/2018 具體內容及預期學習成果：中一及中三學生完成問卷，然後作分析。 對象、人數及挑選準則：全體中一級及中三級學生 負責人員：計劃兼職註冊社工及學校老師

備註：本機構將採取安全措施確保計劃參與者的安全，以及遵守教育局〈戶外活動指引〉和其他相關的安全指引。

(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80位教師參與培訓工作坊，中一至中三班班主任和輔導組老師（約40人）會擔任核心成員，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: 協作者 服務受眾

本機構將與協作學校共同訂定、策劃並推行計劃活動。如在計劃期間辨識到潛危學生(如需要個別輔導的學生)，計劃人員將把該等學生轉介至校內輔導人員（如學校輔導團隊、學校社工或教育心理學家）作即時跟進。

(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	開支情況	
	項目	款額(\$)
1. 員工開支	1.1. 聘請一名兼職註冊社工 (10 個月薪金連強積金) 資歷：須持有社會工作副學士/高級文憑或以上資歷，並具備一年或以上青少年服務工作經驗 \$21,880 x 1.05(強積金) x 10 個月 x 0.5(半職)	\$114,870
2. 服務	2.1. 學生全級活動服務—班際競技比賽 兩名具有一級拔河教練及裁判證書的註冊社工；一名持有低結構歷奇一級教練資格的註冊社工(導師及賽制設計服務費) \$600x1 節 x4 小時 x3 名=\$7,200	\$7,200
	2.2. 學生班級活動服務 一名具備帶領無限畫框活動之工作經驗的註冊社工 \$600x1 節 x5 班 x2 級 x1 小時=\$6,000 一名持有低結構歷奇一級教練資格的註冊社工 \$600x1 節 x2 班 x2 級 x1 小時=\$2,400 一名具備帶領健球活動之工作經驗及健球一級教練資歷的註冊社工 \$600x1 節 x5 班 x2 級 x1 小時=\$6,000 一名具備帶領桌遊活動之工作經驗的註冊社工 \$600 x1 節 x1 班 x2 級 x1 小時=\$1,200	\$15,600
	2.3. 教師培訓 (1.5hrs/1 節，共 1 節) 一名具備帶領無限畫框活動之工作經驗的註冊社工 \$600x1 節 x1.5 小時=\$900	\$900
	2.4. 發展性小組活動服務—Teens Wings(次級預防工作) 一名具備帶領無限畫框活動之工作經驗的註冊社工 \$600x5 節 x1.5 小時 x2 組=\$9,000	\$9,000
	2.5. 家長親子活動	\$3,600

	一名具備帶領無限畫框活動之工作經驗的註冊社工 \$600x2 節 x3 小時=\$3,600	
	2.6. 學生全級活動服務—Life Channel 九名具備帶領 Life Channel 之活動經驗的註冊社工 \$600x1 節 x2 小時 x2 級 x9 名=\$21,600	\$21,600
	2.7. 全校家長講座 一名資深註冊社工 \$600x2 節 x1.5 小時=\$1,800	\$1,800
	2.8. 中一適應活動 兩名具備帶領相關活動經驗的註冊社工 \$600x1 節 x2 小時 x2 名=\$2,400	\$2,400
3. 一般開支	3.1. 活動物資費用	
	3.1.1. 學生全級活動服務—班際競技比賽	\$2,160
	3.1.2. 學生班級活動服務	\$5,400
	3.1.3. 學生午間活動	\$1,800
	3.1.4. 教師培訓	\$1,100
	3.1.5. 發展性小組活動服務—Teens Wings	\$2,700
	3.1.6. 家長親子活動	\$900
	3.1.7. 學生全級活動服務—Life Channel	\$2,680
	3.1.8. 全校家長講座	\$200
	3.1.9. 中一適應活動—School Hunt	\$500
	3.2. 會計核數	\$5,000
	3.3. 雜項(文具、交通費、影印費)	\$590
	申請撥款總額(\$)	\$200,000

備註：在選擇服務供應商時，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。

- 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: 80%或以上的參與學生提升了抗逆力。

備註：為使計劃的成效得以加強和延續，本機構將在計劃完成後，向校方提交前測和後測的實證和數據，以便學校跟進。

(ii) 請列明計劃的產品或成果。

- 學與教資源 教材套

(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 1/12/2017—31/5/2018	30/6/2018	中期財政報告 1/12/2017—31/5/2018	30/6/2018
計劃總結報告 1/12/2017—30/11/2018	28/2/2019	財政總結報告 1/6/2018—30/11/2018	28/2/2019

(V) 資產運用計劃

不適用於本計劃。

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, 16.04:13-831.
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: 337-34

圖表 1

中一級學生班級服務活動日期：

班別 活動時期	Faith	Joy	Grace	Love	Peace
22/1/2017	鍵球 (Kin Ball)	桌遊 (Board game)	無限畫框	無限畫框	無限畫框
9/2/2018	無限畫框	無限畫框	桌遊 (Board game)	鍵球 (Kin Ball)	鍵球 (Kin Ball)
5/3/2018	低結構歷奇 (Low-event)	低結構歷奇 (Low-event)	鍵球 (Kin Ball)	桌遊 (Board game)	低結構歷奇 (Low-event)
16/4/2018	桌遊 (Board game)	鍵球 (Kin Ball)	低結構歷奇 (Low-event)	低結構歷奇 (Low-event)	桌遊 (Board game)

中三級學生班級服務活動日期：

班別 活動時期	Faith	Joy	Grace	Love	Peace
11/12/2017	鍵球 (Kin Ball)	桌遊 (Board game)	無限畫框	無限畫框	無限畫框
15/1/2018	無限畫框	無限畫框	桌遊 (Board game)	鍵球 (Kin Ball)	鍵球 (Kin Ball)
26/3/2018	低結構歷奇 (Low-event)	低結構歷奇 (Low-event)	鍵球 (Kin Ball)	桌遊 (Board game)	低結構歷奇 (Low-event)
23/4/2018	桌遊 (Board game)	鍵球 (Kin Ball)	低結構歷奇 (Low-event)	低結構歷奇 (Low-event)	桌遊 (Board game)

