

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」- 正向人生計劃 (「好心情@學校」微型計劃) 「Respect Life, Overcome Adversities」- Positive LifeScheme (「Joyful@School」Mini Application)	計劃編號 2016/0981 (修訂版)
---	----------------------------

基本資料

機構名稱：基督教香港信義會北區青少年綜合服務中心

協作機構：香海正覺蓮社佛教馬錦燦紀念英文中學

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：初級預防活動約 330 (人數)* 級別：中一至中三級*
次級預防活動約 20 (人數)* 級別：中二級
- (c) 老師：60 (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。)

- 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；
- 為中一至中三學生進行「初級預防」校本服務，以問卷篩選有需要之中二學生及提供「次級預防」支援服務，建立「正向思維」之校園文化；
- 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。
- 提升家長及老師對精神健康的認識和處理的能力。

(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) 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。

(請剔選適當空格，可剔選一項或多項)

- 學校發展計劃：_____
- 調查結果：校內有關「情緒及精神健康」的個案數目亦逐年增加；於16/17學年，駐校社工表示當中有16個個案是有情緒和精神健康的問題，而當中亦開始出現被斷診為有精神病及需要接受治療，嚴重影響個案的日常生活(包括學習、社交、家庭關係等)，

除了密集的個案輔導外，同時亦需緊密與家庭和轉介相關專業醫療輔導人員共同支援個案。

近年的學生情意及社交表現評估的問卷數據中，初中學生的情緒和社群關係都較弱；16-17年的數據中，發現中二級在情緒穩定性的分數是初中三級中最低；此外，中二級學生的負面情緒和社群關係在近三個學年中都是最低分數的一級；故此，全面及有效地處理精神健康的問題，實在刻不容緩。

☑ 文獻研究綜述：¹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。

☑ 學生表現評估：透過「學生需要調查(HKSIF 1.1)」及早識別抗逆力較低、危機因素較高之學生參與「次級預防」活動。(註：問卷工具的版權屬所有，由贊助)。

☑ 相關經驗：本計劃將參考過往學校曾推行之「共創成長路」計劃，透過歷奇為本輔導手法(Adventure-based Counseling)及經驗學習模式(Experiential Learning)，為初中學生提供校本輔導活動，藉以提升學生之抗逆力。

☐ 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。

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。因為及早進行「初級預防」可照顧較多學生，但對於已出現情緒困擾的學生，「次級預防」會更為合適。

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/對未來的信念。

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。

3. 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，體驗過程中，

¹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。

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. 計劃將由本中心聘用的人員出席所有計劃活動。中心與香海正覺蓮社佛教馬錦燦紀念英文中學共同訂定、策劃並推行計劃活動。計劃社工會與學校保持溝通，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，以及辦學信念和使命；
 2. 為使計劃的成效得以加強和延續，本中心會在計劃完成後，提交前測及後測的實證和數據，以便學校跟進；
 3. 以共創成長路(PATH)為藍本，更新篩選工具 (Screening Tool)及具實證的校本程序；除了運用HKSIF1.1，還會使用多種數據蒐集方法，包括透過老師及社工的觀察，並蒐集家長意見以辨識低抗逆力的學生；由於計劃包括初級預防及次級預防的工作，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；
 4. 如發現潛危學生(如需要個別輔導的學生)，計劃社工會轉介校內輔導人員(如學校輔導團隊、學校社工或教育心理學家)即時跟進；
 5. 講座以「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；
 6. 以運動體驗為支援手法，訓練學生團隊合作及解難能力，過程中亦協助學生發掘自己及他人長處，學習以正面態度面對生活困難；又以家長講座加強家長對「正向思維」及「正向管教」的了解和掌握，支援青少年子女成長需要；
 7. 老師工作坊以「正面文化，逆境同行」為題，協助老師認識學生的需要、生活處境及協助學生提升抗逆力的方法；
 8. 本中心須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〉和其他相關的安全指引。

(ii) 主要推行詳情

計劃時期：07/2018 至 06/2019 (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)
07/2018	學校聯繫及籌備簡介會	內容： 向校長、老師及學校社工介紹此計劃內容及甄選方法。 預期學習成果： - 出席者能掌握並認同計劃內容。 - 可協助邀請次級預	全校 約 60 人	1 節 30 分鐘	<u>統籌、協調及推行計劃：</u> <u>計劃社工</u> 持社工副學士或同等學歷及有經驗之註冊社工

		防參加者。 介紹挑選準則：人際/家庭關係較疏離、自信心較弱、想法較自我的學生。			
10/2018	老師培訓 (一)	內容： 讓老師掌握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，以及提升學生抗逆力的方法。 -推動學生建立正面校園文化及減低老師與學生之間的溝通差異，按學生需要作出適當支援。 預期學習成果： 孕育正面及關愛校園氣氛； 師生增加正向溝通，關顧學生心理精神等需要，全面作出適度的支援。	全校老師 60人	1節 2小時	培訓： 聘請業內知名的講師/專業人士提供有關培訓 資歷： 有豐富培訓老師工作經驗； 對此課題有專業的認識 計劃社工 (協助推行)
04/2019	老師培訓 (二)	內容： -增加老師對學童精神健康的認識 -讓老師學習關心抗逆力較低學生的輔導技巧 預期學習成果： 理解年青人的需要，以正面角度發掘青少年的特性，並關顧學生心理精神等需要，全面作出適度的支援。	訓輔組老師 約15人	1節 共2小時	培訓： 聘請業內知名的講師/專業人士提供有關培訓 資歷： 有豐富培訓老師工作經驗；對此課題有專業的認識 - 計劃社工 (協助推行)
07/2018	學生需要調查 (HKSIF 1.1)	內容： - 分享有關抗逆力概念及計劃內容 -簡介如何填寫問卷 預期學習成果： - 讓學生初步認識抗逆力概念及全年計劃內容；	準中二級全級學生 (約110人) 挑選準則： 16-17 學生情意及社交表現評估數據中，發現中	各班1節 每節40分鐘 4班x1節=4節	問卷調查 資歷： 計劃社工/或各班主任

		<p>- 學生完成有關調查，並透過調查結果掌握學生心理、情緒和發展方面的需要，於其中篩選20位有較大成長需要的學生參與次級預防的活動</p>	<p>二級 在情緒穩定性的分數是初中三級中最低；同時中二級學生的負面情緒和社群關係在近三個學年中都是最低分數的一級，故中二級精神支援需要較大。</p>		
10/2018 - 01/2019	「正面思維」快樂心理健康學生講座	<p>內容：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 透過講座，讓學生認識自我需要及正面的思維模式，並學習抗逆力元素(CBB)。 在逆境中，學習CBT處理壓力模式 - 觀念重整 (cognitive restructuring)、解難能力(Coping skills)及鬆弛技巧 (Relaxation exercise)。 - 另鼓勵學生向能夠信任的人尋求協助，並提供相關社區支援熱線的資料予學生參考。 <p>-主題：</p> <ul style="list-style-type: none"> 中一（正向思維及情緒管理） 中二（正向思維及壓力處理） 中三（正向思維及逆境解難） <p>預期學習成果：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 學生能了解自我需要，正面面對成長挑戰。 - 學生能掌握正面處理壓力及解難技巧，從而提升抗 	<p>中一至中三級全級(約330人)</p> <p>挑選準則：</p> <p>近年的學生情意及社交表現評估的問卷數據中，初中學生的情緒和社群關係都較弱；</p>	<p>3節（中一至中三級，每級各一節）</p> <p>每節 1.5 小時</p>	<p>培訓：</p> <p>聘請註冊社工提供有關培訓</p> <p>資歷：</p> <p>有豐富青少年工作經驗；對此課題有專業的認識</p> <p>- 計劃社工(協助推行)</p>

		<p>逆力。</p> <ul style="list-style-type: none"> - 學生了解個人及社區資源，以在必要時尋求協助。 			
10/2018 - 03/2019	「正面思維」快樂心理健康家長講座	<p>內容：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 加強家長認識情緒健康，如何協助子女疏解負面情緒，學習提升子女抗逆力； - 認識子女的需要，學習不同的溝通方法； - 認識社會資源及求助方法。 <p>預期學習成果：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 使家長認識子女需要、生活處境、壓力處理及與子女溝通的技巧，提升家庭抗逆力。 	全校家長	2 節 每節 2 小時	<p>聘請業內知名的講師/專業人士提供有關培訓</p> <p>資歷： 有豐富培訓老師工作經驗； 對此課題有專業的認識</p> <p>計劃社工 (協助推行)</p>
04/2019 - 05/2019	建立正面文化 - 逆境同行家長培訓工作坊	<p>內容：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 進深了解「正向心理學」及「正向管教」的原則和實踐 - 處理壓力模式及掌握情緒管理技巧 <p>預期學習成果：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 使家長進深掌握處理「負面情緒」技巧及有效處理壓力方法。 	20 位家長	5 節 每節 2 小時	<p>聘請專業人士提供有關培訓</p> <p>資歷： 有豐富培訓老師工作經驗； 對此課題有專業的認識</p> <p>計劃社工 (協助推行)</p>
07/2018	<p>「正面思維、享受生活」- 逆境同行挑戰計劃：</p> <p>- 營前簡介會及宿營訓練</p>	<p>內容：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 透過營會及宿營體驗(團隊活動、歷奇挑戰)，讓學生認識自我需要及正面的思維模式，並以團隊溝通和合作完成不同的歷奇挑戰活動； - 另外，在逆境中，學習 CBT 處理壓力模式：觀念重整 (cognitive restructuring)、解難能力(Coping skills)及 	<p>準中二級需要學生 (約 20 人)</p> <p>挑選準則： - 各準中二級班主任透過學生需要調查作參考及日常觀察</p>	<p>節數：共 5 節</p> <p>營前簡介 1 節</p> <p>宿營 4 節</p> <p>簡介會 1 小時</p> <p>宿營每節 3 小時</p>	<p>計劃社工負責整項活動之統籌、跟進及協調；</p> <p>宿營訓練： 計劃社工負責主領；需分 2 組進行小組活動及分享討論(計劃社工負責 1 組，另一組由註冊社工負責)及 1 節體驗活動由 1 名具「高 /</p>

		<p>鬆弛技巧(Relaxation exercise)</p> <p>預期學習成果： -讓學生認識自我需要及正面的思維模式。 -協助學生發掘個人強項與優點，以積極方法面對生命上各種難題、提升自信心。 -讓學生獲得正面經歷，學習良好的溝通和朋輩互助。</p>		共 13 小時	<p>低結構歷奇或繩網」資格之導師帶領</p> <p>每節社工/導師與學生人手比例為 1:10</p>
09/2018 - 12/2018	<p>「正面思維」- 逆境同行挑戰計劃： - 成長小組 (1)</p>	<p>以藝術創意體驗方式進行</p> <p>目標： - 透過藝術創意方式，加強情緒表達，促進自我了解及個人成長，讓學生反思個人經歷，加強個人面對困難之抗逆力；</p> <p>內容/形式： - 小組以體驗模式進行(藝術體驗)，讓學生運用正面積極態度表達情緒及解決困難 - 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」 - 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 - 每節社工/導師與學生人手比例為 2:10</p> <p>預期學習成果：</p>	<p>中二級需要學生(約 10 人)</p> <p>與成長小組(2)的對象不同</p> <p>挑選準則： - 各中二級班主任透過學生需要調查作參考及日常觀察，並按學生的特性如性格文靜或有興趣藝術創作的編入此組別。</p>	<p>6 節</p> <p>時間：每節 1.5 小時，共 9 小時</p>	<p>小組由 2 位社工負責，1 位是計劃社工，另 1 位社工需要負責藝術體驗：</p> <p>* 藝術體驗導師需要持有以下資歷： 具藝術/教育/心理碩士或相關資歷，具多年負責青少年藝術體驗之經驗人士負責設計及帶領小組。</p> <p>計劃社工於每節小組觀察學生表現，發掘學生長處，協助學生檢視創作過程，鼓勵學生多作嘗試，於小組創作過程建立學生的團隊合作及歸屬感，協助學生轉化經驗，肯定學生正面表現及轉變。</p>

		<p>-提升個人強項及表達情緒能力 (Competence)</p> <p>-訓練反思個人面對困難之態度，建立正面思維(Belief)</p> <p>-建立組員的互信和朋輩支援網絡 (Bonding)</p>			
09/2018 – 12/2018	「正面思維」 - 逆境同行挑戰計劃：- 成長小組 (2)	<p>以射擊體驗方式進行</p> <p>目標：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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。 - 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。 <p>內容/形式：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 小組於校內指定場地以體驗模式進行(射擊體驗)，讓學生就預設的目標，挑戰自己，運用正面積極態度克服困難* - 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」 - 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 - 每節社工/導師與學生人手比例為 2:10 <p>預期學習成果：</p>	<p>中二級需要學生(約 10 人)</p> <p>與成長小組 (1) 的對象不同</p> <p>挑選準則：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 各中二級班主任透過學生需要調查作參考及日常觀察，並按學生的特性如性格活躍或有興趣射擊體驗的編入此組別。 	<p>6 節</p> <p>時間：每節 1.5 小時，共 9 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> <ul style="list-style-type: none"> 具射擊教練資格負責設計及帶領活動 具多年於不同學校帶領學生參與射擊體驗之經驗* <p>計劃社工於學校帶領學生進行體驗活動</p> <p>計劃社工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，肯定學生正面表現及轉變</p> <p>*射擊解難體驗部分導師根據「操作安全條例」簡介活動安全守則</p>

		<ul style="list-style-type: none"> - 提升個人能力及解難能力 (Competence) - 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) - 建立團隊合作及互信朋輩支援網絡 (Bonding) 			<p>及留意事項，確保學生於校內安全環境及指定場地地下進行體驗活動。</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>
02/2019 – 05/2019	「正面思維、享受生活」午間活動	<p>內容：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 藉學生會報，向全校師生宣揚正面文化。 2. 藉減壓運動體驗如躲避盤、地壺或拋波、打氣咭、攤位等，向全校推廣正向生活和壓力處理，並建立校園關愛文化。 <p>預期學習成果：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 向全校師生分享運動有益身心正面訊息； - 營造健康關愛校園氛圍，並傳遞「正面思維」、「與人分享」和「享受生活」的訊息。 	全校師生	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學生匯報 (1次) 2. 午間活動 (3次，每節45分鐘) 	<p>計劃社工負責</p> <p>導師資歷： 導師負責運動體驗，需具有關運動項目之一級教練資格； 運動體驗導師根據各運動的活動特性，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地下進行體驗活動。</p> <p>計劃社工於學校帶領學生進行體驗活動。</p> <p>計劃社工於每節小組觀察學生表現。</p>
06/2019	「正面文化、逆境同行」綜合晚會	<p>內容：讓參加「次級預防」的學生邀請兩位重要人士出席是次的晚會，透過輕鬆的互動，增強學生與身邊人的聯繫和支援，並嘉許學生正面表現及轉變。</p> <p>預期學習成果：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 推展健康人生，提升個人心靈質素及正能量 	20位「次級預防」學生、40位朋輩及老師、學校社工、輔導組老師及中二級班主任	<p>1節</p> <p>1.5小時</p>	<p>計劃社工負責</p> <p>挑選重要人士的準則：必須為參加「次級預防」的學生信任和容易接觸，亦對該生有正面影響。</p> <p>該生挑選後，會由計劃社工傾談及簡介活動的目的，為表重視是次活動，如人選適合，會以邀請</p>

					咭正式邀請出席。
06/2019	1. 計劃總結、成效評估及檢討 2. 重聚日	內容： - 檢視整個計劃成效，是否達到預期目標/果效； - 參與計劃之學生轉變及跟進。 預期學習成果： - 完成檢視整個計劃成效； - 分析參與計劃之學生轉變及跟進。	校長及相關老師 / 1節 20位「次級預防」學生 / 1節	2節 每節1小時	計劃社工負責

(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):

1. 全校有60位老師參與老師培訓，協助及早識別需要學生，並作出轉介或參與此計劃。
2. 安排老師簡介會，全校老師能了解計劃目標及推行安排，協調課堂及配合活動安排，鼓勵有需要學生及家長參與計劃。
3. 觀察「次級預防」的學生於活動及課堂之表現，在綜合晚會中，透過分享過程中的學習和得著，肯定及嘉許學生正面表現及轉變；
4. 老師協助處理學校行政安排及聯繫工作，以致服務能順利推行。

(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 \$184,200 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	半職社工薪金 \$11,487 (包括強積金) x 12個月	\$137,844	聘請社工副學士或社工學士學歷；有至少一年青少年工作經驗之註冊社工負責統籌及推行計劃之活動 - 安排篩選工具、資料輸入及整理、製作報告 - 進行前測及後測及數據整理 - 聯絡及協調老師與學生 - 設計及帶領學生活動(如小

			組、戶外活動、義工服務等)、 統計參與活動人數 - 安排及進行老師/家長工作坊 - 整理檢討及財政報告
ii) 服務	老師培訓 (一) 講員費：\$1,040 x 2小時	\$2,080	培訓： 聘請業內知名的講師/專業人士 提供有關培訓 資歷： 有豐富培訓老師工作經驗； 對此課題有專業的認識 計劃社工 (協助推行)
	老師培訓 (二) 講員費：\$1,040 x 2小時	\$2,080	培訓： 聘請業內知名的講師/專業人士 提供有關培訓 資歷： 有豐富培訓老師工作經驗； 對此課題有專業的認識 計劃社工 (協助推行)
	「正面思維」快樂心理健康學生 講座 (中一至中三學生) 講員費：\$500 x 1.5小時 x3節 (包括程序物資)	\$2,250	資歷： 有豐富青少年工作經驗；並曾 有主講此課題經驗的註冊社工 透過講座，協助學生 - 了解自我需要，正面面對成長 挑戰。 - 掌握正面處理壓力及解難技 巧，從而提升抗逆力。 - 了解個人及社區資源，以在必 要時尋求協助。
	「正面思維」快樂心理健康家長 講座 (中一至中三學生家長) 講員費：\$550 x 2小時 x2節 (包括程序物資)	\$2,200	資歷： 有豐富家長工作經驗； 對此課題有專業認識的資深社 工 計劃社工 (協助推行) 透過講座，協助家長認識子女 的需要、生活處境、壓力處理 及與子女溝通的技巧。
	建立正面文化 - 逆境同行 家長培訓工作坊 講員費：由學校資助 程序物資：\$500	\$500	資歷： 有豐富培訓家長工作經驗的註 冊社工；對此課題有專業的認 識 計劃社工 (協助推行) 透過工作坊，協助家長了解「正 向心理學」及「正向管教」原

			則和實踐；處理壓力模式及掌握情緒管理技巧。
「正面思維、享受生活」午間活動 1 次由計劃社工負責 2 次由外聘導師負責 導師費：\$500 x 2 次 x 1 名 = \$1,000	\$1,000		藉運動體驗、打氣咭、點唱、攤位等，向全校推廣正向生活和壓力處理，並建立校園的關愛文化。
「正面文化、逆境同行」綜合晚會 活動物資（包括「感恩人生」展板三塊\$1,000 及手工物資\$2,000）	\$3,000		讓參加「次級預防」的學生邀請兩位重要人士出席是次的晚會，透過輕鬆的互動，增強學生與身邊人的聯繫和支援，並嘉許學生正面表現及轉變。 計劃社工負責。
「正面思維」- 逆境同行挑戰計劃：成長小組（1） 專業藝術導師費用(4 節)： \$700/1 小時(每節 1.5 小時) \$700 x 1.5 小時 x 4 節= \$4,200 藝術體驗之程序物資： \$75 x 10 人 x 4 節= \$3,000 （第 1 及第 6 節會有彼此認識及總結學習經驗，故不會進行藝術體驗）	\$7,200		導師需要持有以下資歷： -具藝術專業文憑及註冊社工資歷，有多年負責青少年藝術體驗之經驗人士負責設計及帶領小組 -學生以藝術創意方式加強情緒表達，肯定個人能力，建立個人正面及積極信念 -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」
「正面思維」- 逆境同行挑戰計劃：-成長小組（2） 射擊導師費用(4 節)： \$500/1 小時(每節 1.5 小時) \$500 x 1.5 小時 x 4 節 = \$3,000 射擊體驗之程序物資： \$100/人 x 10 人 x 4 節 = \$4,000 （包括由導師提供實用射擊裝	\$7,000		導師需要持有以下資歷： -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。 -具 ...教練資格。 -具多年射擊教練經驗。 -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。

	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) (第1及第6節會有彼此認識及總結學習經驗,故不會進行射擊體驗)		- 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」。
	「正面思維、享受生活」- 逆境同行挑戰計劃: -營前簡介會及宿營訓練 4節 宿營費用: \$270@x25 = \$6,750 (20名學生+5老師/社工) 來回交通費 \$2,000 歷奇導師費 \$400 x 3小時 x 1名 \$1,200 社工導師費 \$500 x 13小時 x 1名 \$6,500	\$16,450	宿營訓練: 計劃社工負責主領;需分2組進行小組活動及分享討論(計劃社工負責1組,另一組由註冊社工負責)及2節體驗活動需由1名具「高/低結構歷奇或繩網」資格之導師帶領。
iii) 一般支出	核數報告	\$2,000	
	雜項:文具、影印、運輸費、少量交通費、光碟等	\$596	
申請撥款總額 (\$):		\$184,200	

* 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。

(請剔選適當空格,可剔選一項或多項)

- 觀察: 社工推行活動時觀察學生之參與表現。若學生個別情況需要作出跟進及輔導,將會轉介予專業人士,如學校社工跟進。
- 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」計劃活動前後評估問卷。此為實證及整全之評估問卷,於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、學生講座及老師培訓則收集活動後之意見,以評估活動成效。
- 學生表現在評估中的轉變:
80%參加者的抗逆力有正面轉變; 80%參加者的正向思維有正面轉變;
80%參加者對活動內容表示滿意。
家長及老師評估: 80%參加者表示對「正向思維」的認識有所增加; 80%參加者認為計劃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): 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，肯定學生正面表現及轉變。另外，整合活動內容、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

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 01/07/2018-31/12/2018	31/1/2019	中期財政報告 01/07/2018-31/12/2018	31/1/2019
計劃總結報告 01/07/2018-30/06/2019	30/09/2019	財政總結報告 01/01/2019-30/06/2019	30/09/2019

(V) 資產運用計劃：現階段不適用