

優質教育基金

(適用於不超過 200,000 元的撥款申請)

計劃詳情 (修訂版)

計劃名稱 桌遊起動樂基愛 - 與「好心情@學校」計劃有關	計劃編號 2017 / 0856
---------------------------------	---------------------

基本資料

學校／機構／個人名稱

復和綜合服務中心 (協作學校：聖公會基愛小學)

受惠對象

- (a) 界別:小學 (小一至小六)
- (b) 學生: 669
- (c) 老師: 48
- (d) 家長: 218

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。)

目的：透過桌上遊戲為主題推行一系列學生、家長、教師及親子活動，培養學生正面興趣、提升學生「節制」的美德及建立家校正向文化，並從桌遊中學習正面思維及與人分享的信念。

目標：1) 培養學生對正向情緒的認知

2) 建立學生「節制」的特質

3) 提升教師及家長運用正向表達及鼓勵學生的能力

4) 提升學生間、師生間及親子間之相處技巧

(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)

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

(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:

於 2018 - 2021 年度，本校計劃推廣校園正向文化，透過提供相應活動予學生、家長及教師，從中讓學生學習正向思維及與人和諧共處，故申請此計劃正好配合校本發展需要。

文獻研究綜述:

小學生精神健康現況

根據浸信會愛群社會服務處 (2017) 的調查發現，13.2%受訪小學生受抑鬱情緒困擾，並推算每 7 名小學生便有一位出現抑鬱的徵狀，而超過兩成受訪小學生亦表示因功課量、升中轉變

及學業成績而經常感到壓力。同時，調查亦發現心理彈性不足、朋輩排擠、學業壓力及家庭溝通質素差均會加劇小學生抑鬱發病的機會。

正向心理學

美國正向心理學家 Seligman 提出正向心理學旨在發掘個人優點和培養天賦，並轉化成正向思考及態度，助人掌控逆境與提升面對困難的能力(Compton, 2005)。其中，正向心理學可從正向情緒、正向特質及正向系統等三方面作出支援。首先，Seligman 解釋正向情緒是指愉悅、高興及溫暖等主觀感受，而這些情緒讓人有更闊的心智視野來處理逆境困難(洪蘭, 2009)。在正向特質方面，Peterson & Seligman (2004)提出六大美德共二十四項可測量的長處，包括智慧與知識、勇氣、靈性及超越、仁愛、公義和節制。其中，他們指出「節制」一直被忽視作為美德的重要性，它能緩和人們的行動，免受因過度而引發的壓力，具體特徵包括寬恕和憐憫、謙卑和謙虛、謹慎及自我調節。

最後，締造正向的家庭及學校氛圍，例如建立師生間、學生間及親子間的正向相處態度、正向語言及良好溝通，均有助催化學生建立正向情緒與特質，達至協同效應(王沂釗, 2005)。通過強化個人與系統的正向因子，相關研究發現能有助學生提升自信、學習動機、創意力，達至自我實現(郭淑珍, 2010)

桌上遊戲

桌上遊戲泛指一切平面上進行的遊戲，包括卡片桌戲、圖版及骰牌遊戲等(王芯婷, 2013)。大多桌遊的性質屬規則性遊戲，強調玩家共同制定及遵守規則，過程亦講求玩家間的合作或競賽，而認知心理學家 Piaget 亦解釋這類遊戲具備社會性意義(吳幸玲, 2003)。因此，近年各地愈來愈多教育及心理學學者探討將桌上遊戲應用在科目學習及社交與情緒能力訓練的功用性，大多研究均取得正面成果(陳介宇、王沐嵐, 2017)。外國學者亦指出桌上遊戲所需要的情感發展程度與中童期所需的發展程度相約，通過觀察兒童進行遊戲，能反映其情感發展、心智表徵及與人關模式和預測，輔導人員更能協助兒童在輕鬆的環境下學習處理困難和衝突(Oren, 2008)。

學生表現評估:

根據 APASO 調查數據，雖然學校學生表現略高於常模，但學生的負面情緒及社交行為方面的支援亦需要正視。

相關經驗：

本中心具有多年到校輔導服務及駐校服務的經驗，在每年服務約 100 間中／小學到校服務中，亦不乏運用桌遊媒介作社交、情緒及自信心等支援小組，成效顯著。

(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. 推動桌上遊戲普及有別過往學校之切入點，強調「遊戲」對兒童成長、社交及情商發展的重要性，通過提升學生的遊戲時間、質素及家長對「玩」的新理解，達至享受生命、與人分享及正面思維的大方針。
2. 成長課以更互動、更有趣的桌遊方式進行體驗式學習，並由註冊社工詳細教授冷靜情緒及正向情緒的知識，有助大提升全校學生的精神健康意識，達至以初級預防之目的。

(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。）

1. 以推廣桌上遊戲為本計劃的中軸，於計劃初期培訓桌遊大使運作桌遊天地及流動桌遊箱服務，吸引學生參與的興趣及意慾。同時，計劃亦從提供教師、家長工作坊反思「玩」的功用性，從而建立家校正向文化。
2. 在計劃中至後期，計劃會以班本成長課、級本及親子體驗活動，強化學生學習正向情緒及正向特質 - 「節制」，達至次級預防。至於有特別支援需要之學生及其家庭則會進行平行小組改善親子關係及強化正向相處方式。
3. 校方輔導人員會全期觀察學生參與活動情況，為識別之潛危學生，作重點輔導支援。
4. 潛危學生（如需要個別輔導的學生）應轉介校內輔導人員（如學校輔導團體、學校社工或教育心理學家）即時跟進。

(ii) 主要推行詳情

計劃時期：11／2018（月份／年份）至 10／2019（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）
老師支援					
11/2018	正面文化講座	- 讓老師學習正向心理學的知識及應用技巧 - 如何識別抗逆力較低的學生，回應他們在心理、情緒和發展方面的需要	48 名教職員	共兩節，每節 3 小時	1 名大學教授（豐富正向心理學知識及具學校培訓經驗）
家長支援					
11/2018-1/2019	Play 住教子工作坊	- 讓家長反思「玩」的功能性 - 教授家長使用桌遊與子女建立關係、處理子女行為及特殊需要問題	150 名家長（全校家長）	共三節，每節 1.5 小時	1 名資深註冊社工（豐富兒童及青少年經驗、豐富親職/家座工作坊經驗；學士或以學歷）
3/2019-5/2019	愛玩親子平行小組	- 為親子關係欠佳之家庭（如：受網絡沉溺問題困擾）提供親子平行小組，教授家長正面管教方法、培養子女正面興趣及提升親子協商技巧 - 挑選準則： 1. 由班主任觀察有需要的學生 2. 經學校社工評估其家庭背景 3. 最後由學生輔導主任推薦	8 名學生 8 名家長（8 對小四至小六的親子）	共兩組，每組 6 節，每節 1 小時	1 名註冊社工（具入校服務或相關兒童及青少年經驗）

1/2019-4/2019	親子自由玩同樂日	<ul style="list-style-type: none"> - 透過自由、自主及無規則的遊樂場設備，讓家長學習欣賞子女的創造力，從而促進親子關係 - 挑選準則： <ol style="list-style-type: none"> 1. 由班主任觀察有需要的學生； 2. 經學校社工評估其家庭背景； 3. 最後由學生輔導主任推薦。 	全校親子 80 名學生 80 名家長	兩節， 每節 4 小時， 共 8 小時	4 名遊戲師(具入校服務或相關兒童及青少年經驗)
學生支援					
10/2018-9/2019	桌游天地	<ul style="list-style-type: none"> - 設立桌遊室邀請學生小息時進行桌遊活動，培養學生正面興趣 - 與校本 Super Star 獎勵計劃扣連，提升學生正向態度與行為 	全校學生	全期	校方輔導人員
10/2018-9/2019	流動桌遊箱	<ul style="list-style-type: none"> - 提供桌遊箱租借服務予合資格班別，促進班內正面溝通交流 - 與校本秩序獎勵計劃扣連，提升班級正面氣氛 	全校學生	全期	校方輔導人員
6/2019	班際歡樂遊比賽	<ul style="list-style-type: none"> - 通過競賽活動，讓學生欣賞別人的長處及凝聚班級 	全校學生	六級， 每級 1 節， 每節 1 小時	校方輔導人員
10/2018-3/2019	棋樂大使訓練計劃	<ul style="list-style-type: none"> - 教授學生桌遊規則、帶領技巧及了解不同年級學生的需要 - 透過安排校內桌遊大使服務獲得成就感，並從而強化自控的能力 - 挑選準則： <ol style="list-style-type: none"> 1. 高年級學生並非為風紀、圖書館管理員及大哥哥大姊姊計劃成員； 2. 參考學生問卷，由班主任推薦成績稍遜及課堂秩序較弱之學生； 3. 學生輔導主任或學校社工評估有社交及情緒支援需要之學生 	16 名小四至小六學生	兩組， 每組 6 節， 每節 1.5 小時	1 名註冊社工（具入校服務或相關兒童及青少年經驗）
10/2018-9/2019	玩出正向 EQ 成長課	<ul style="list-style-type: none"> - 按學生每級學習程度設計及執行成長課教材套，以桌上遊戲教導學生冷靜情緒及正向情緒的認知 	全校學生	六級， 每班 2 節， 每節 1 小時	1 名註冊社工（具入校服務或相關兒童及青少年經驗）
11/2018	級本活動 - 童眼看校園	<ul style="list-style-type: none"> - 以放大版懷舊遊戲設計 3 小時體驗活動，讓學生在遊戲中學習與人相處、分享及互相幫助的信息 	100 名小一生	一節共 3 小時	4 名註冊社工（具入校服務或相關兒童及青少年經驗）
12/2018	級本活動 - 猜畫生命恩賜	<ul style="list-style-type: none"> - 以桌遊 - 猜猜畫畫為藍本設計 3 小時體驗活動，利用學生的外表作為畫布，經歷及反思生命痕跡所賜予的意義，學習積極面對人生及憐憫他人 	100 名小二生	一節共 3 小時	4 名註冊社工（具入校服務或相關兒童及青少年經驗）

5/2019	級本活動 - Dixit 頌親恩	- 以桌遊 - Dixit 隻言片語為藍本設計 3 小時體驗活動，讓學生了解父母的辛勞及提供機會讓學生以行動服侍家長，報答親恩	100 名小三生	一節共 3 小時	4 名註冊社工（具入校服務或相關兒童及青少年經驗）
3/2019	級本活動 - 共融遊樂場	- 通過學生扮演殘疾人士體驗桌遊時所遇到的不便，從中學習體諒及尊重個體差異	100 名小四	一節共 3 小時	10 名註冊社工（具入校服務或相關兒童及青少年經驗）
4/2019	級本活動 - 生命之旅貧富宴	- 以桌遊 - 生命之旅為藍本設計 3 小時的人生貧富宴，讓學生在活動中體驗貧富不均的現象，並從中學習珍惜所有	125 名小五學生	一節共 3 小時	6 名註冊社工（具入校服務或相關兒童及青少年經驗）
5/2019	級本活動 - 一切從 CV 開始	- 以桌遊 - CV 人生履歷為藍本設計 3 小時的模擬人生活動，讓學生明白珍惜生命，學習好好規劃人生	100 名小六學生	一節共 3 小時	6 名註冊社工（具入校服務或相關兒童及青少年經驗）
12/2018	迷「網」滋味講座 - 低小篇	- 教導學生使用互聯網的正面態度及行為 - 鼓勵有過度上網的學生向學校社工及學生輔導主任求助，並提供求助渠道和資訊	300 名小一至小三學生	一節共 1 小時	校方輔導人員
4/2019	迷「網」滋味講座 - 高小篇	- 教導學生明白過度上網對個人生活的影響及學習節制上網的方法 - 鼓勵有過度上網的學生向學校社工及學生輔導主任求助，並提供求助渠道和資訊	300 名小四至小六學生	一節共 1 小時	校方輔導人員

(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）:

申請機構／申請者應與協作學校共同訂定、策劃並推行計劃活動。由本計劃聘用人員應與學校保持溝通，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，並切合協作學校的需要，以及辦學信念和使命。

由校長率領學生輔導老師、學校社工及相關老師團隊一同開會，共同商討學生的需要及計劃的內容；期望於實踐計劃期間能互相配合；並負責監察計劃進展。

(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)

協作者

服務受眾

請詳列計劃的預算和主要開支項目的理據。

(c) 申請撥款: 港幣 \$200,000元

申請人選擇服務供應商時，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，確保採訪程序是以公開、公平及具競爭性的方式進行。

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	一名註冊社工	\$101,934	月薪及強積金：\$24,270 X 1.05 X 10

	副學士及具2年以上年資		個月X0.4 = \$101934 負責：撰寫及主領成長課、主領家長工作坊、撰寫計劃報告及統籌計劃
	一名註冊社工 副學士畢業	\$45,328.5	月薪及強積金：\$21,585 X 1.05 X 10 個月X0.2 = \$45328.5 負責：統籌級本活動、主領學生小組及進行採購
ii) 服務	正面文化講座	\$3,000	導師費：\$3,000 x 1 講者
	親子自由玩同樂日	\$11,000	導師費：\$2000x4 主領=\$8000 物資及運輸：\$3000
iii) 一般開支	核數	\$5,000	
	桌遊天地	\$9,000	添置桌上遊戲費用：\$150x50 副=\$7500 優化課室，添置儲物櫃費用：\$1500
	桌遊流動箱	\$11,577.5	添置桌上遊戲費用：\$463.1x 25 班
	班際桌遊比賽	\$600	文具及相關物資費：\$100 x 6 級
	棋樂大使訓練計劃	\$360	筆記及教材：\$30 x 2 組 x 6 節
	玩出正向 EQ 成長課教材套	\$4,000	排版及印刷費：\$4,000
	玩出正向 EQ 成長課	\$1,500	物資費：\$30 x 2 節 x 25 班
	級本活動 - 童眼看校園	\$700	文具及相關物資費：\$700
	級本活動 - 猜畫生命恩賜	\$700	文具及相關物資費：\$700
	級本活動 - Dixit 頌親恩	\$700	文具及相關物資費：\$700
	級本活動 - 共融遊樂場	\$700	文具及相關物資費：\$700
	級本活動 - 生命之旅貧富宴	\$2,750	物資費：\$500 材料費：\$10 貧宴 x100 人+\$50 富宴 x 25 人= \$2,250
	級本活動 - 一切從 CV 開始	\$700	文具及相關物資費：\$700
	Play 住教子工作坊	\$90	筆記及教材：\$30 x 3 節
	愛玩親子平行小組	\$360	筆記及教材：\$30 x2 組 x6 節
申請撥款總額 (\$):		200,000	

(III) 計劃的預期成果

(i) 請說明評估計劃成效的方法。

- 觀察：由參與計劃的學生輔導主任、社工、班主任及老師觀察參加者在計劃活動的投入度及表現。
- 重點小組訪問：訪問教師及家長對計劃的成效及意見。
- 活動前和活動後的問卷調查：在桌遊大使訓練計劃及愛玩親子平行小組進行，量度參加者的正面改變。

學生及家長表現在評估中的轉變：75%或以上的參與學生及家長提升了正向思維、與人分享及享受生活三方面的能力。

為使計劃的成效得以加強和延續，申請人應在計劃完成後，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。

教材套

(IV) 遞交報告日期時間表

- 進度報告1/11/2018-30/4/2019, 遞交日期為31/5/2019；
- 中期財政報告1/11/2018-30/4/2019, 遞交日期為31/5/2019；
- 總結報告：1/11/2018-31/10/2019, 遞交日期為31/1/2020；
- 財政報告：1/5/2019-31/10/2019, 遞交日期為31/1/2020。

參考資料：

1. Compton, W. C. (2005). *Introduction to Positive Psychology*. Belmont, CA, US: Thomson Wadsworth.
2. Oren, A. (2008). The use of board games in child psychotherapy. *Journal of Child Psychotherapy*, 34(3), 364-383.
3. Peterson, M., & Seligman, C. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. Washington, DC, New York: American Psychological Association ; Oxford University Press.
4. 王沂釗 (2005)。〈幽谷中的曙光－正向心理學發展與希望理論在輔導上的應用〉。《教育研究月刊》，第134期，頁106-117。
5. 王芯婷 (2013)。〈桌上遊戲運用於兒童培力團體之初探〉。《社區發展季刊》，第4期，頁94-106。
6. 吳幸玲 (2003)。《兒童遊戲與發展》。台北：揚智文化。
7. 洪蘭 (2009)。《真實的快樂》。台北：遠流。
8. 浸信會愛群社會服務處 (2017)。〈「香港小學生抑鬱狀況研究調查」 一成呈抑鬱 兩成感壓力 全港逾30,000 小學生情緒健康堪憂〉。擷取自網頁
https://www.bokss.org.hk/content/press/38/buddies_report_final.pdf
9. 郭淑珍 (2010)。〈正向心理學的意涵與學習上的應用〉。《銘傳教育電子期刊》，第2期，頁56-72。
10. 陳介宇、王沐嵐(2017)。〈臺灣桌上遊戲研究與文獻之回顧分析〉。擷取自網頁
<https://sites.google.com/site/taiwanbgstudy/home>