優質教育基金
Quality Education Fund

M:FR/C

| 計劃總結報告 | 計劃編號：2016/0487 |
|---|---|

甲部

計劃名稱　　：「尊重生命，逆境同行」我想我能

「好心情@學校」微型計劃

機構/學校名稱：

計劃進行時間：由 1/10/2017 *(月/年)* 至 30/9/2018 *(月/年)*

乙部

*填寫此部份報告前，請先詳閱讀「優質教育基金計劃總結報告填寫指引」。*

請另頁(A4 紙)書寫，就以下項目作出總結報告：

1. 達成目標
2. 計劃對學習成效、專業發展及學校發展的影響
3. 自我評鑑計劃的成本效益，需清楚列出有關指標及衡量準則
4. 成品及推廣模式，及外間對那些推廣活動的反應
5. 活動一覽表
6. 計劃實施時所遇到的困難及解決方法

計劃負責人姓名：_____　　受款人姓名*：_____

簽名：_____　　簽名：_____

日期：20-10-2018　　日期：20/10/2018

**計劃總結報告須經「網上計劃管理系統」提交。一經提交，報告將被視為已經由校監／機構主管或代表機構簽署優質教育基金撥款協議書的人士確認。*

# 優質教育基金總結報告

1. 能否達成目標

| 說明目標 | 與目標相關的活動 | 達標程度 | 達到目標的證據或指標 | 未能達到目標的理由 |
|---|---|---|---|---|
| 1. 及早識別及支援抗逆力低之初中學生 | • 學生需要調查 | 大部份達到 | 本計劃使用由香港中文大學提供的識別工具(HKSIF 1.1) 來篩選及辨識抗逆力較弱以及需情感支援的學生。另外，參考教師及學校社工推薦的學生名單，最終篩選出21名較為有需要的學生名單。透過逆境同行挑戰計劃，支援有需要的學生，讓他們從計劃中提昇個人抗逆力。 | |
| 2. 提升學生處理逆境的能力；促進及各種促進精神健康的保護因素 | • 「正面思維」- 開心快樂心理健康講座<br>• 逆境同行挑戰計劃<br>- 成長小組<br>- 黃埔紅磡定向及Running Games活動<br>- 親子活動<br>- 義工服務 | 大部份達到 | 為了達成此目標，本計劃有初級預防與次級預防兩方面支援學生。<br><br>**初級預防**<br>「正面思維」開心快樂心理健康講座<br>計劃社工邀請社工向學生講解各種情緒病的病徵，處理壓力的多種可行方法好像一些鬆弛技巧。<br><br>在學生訪問當中，他們均認為講座能讓他們加深對情緒病的認識。<br><br>**次級預防**<br>逆境同行挑戰計劃<br>本計劃一共邀請21位中二同學進行不同活動。在是次計劃初期，根據對學生的訪問，他們因初次參與此計劃而在活動當中感到不安，使其參與動機較低。經過在不同的體驗及團體活動後，體會到自身的不同需要，並增加了同學之間的共同經歷後，同學們逐漸建立其團隊氣氛和感情並互相支持，共同去面對不同挑戰，參與的動機亦大為增加，例如：在個別勉勵鐵三角小組當中，同學願意向同學分享自己的軟弱，讓同學互相支持。<br><br>在2018年 9 月進行了小組問卷，反映同學的改變及對小組的想法。從問卷結果顯示有78%認同 | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | | 計劃令自己更有信心面對不同挑戰，並普遍認為計劃令自己思考更正面、更懂得與人合作、更懂得管理自己情緒，另外根據中文大學提供的計劃事前及事後問卷結果亦顯示72%的學生在活動後的生活滿意程度有所上升或維持穩定。<br><br>由此可見小組可助這21位同學有更正面的改變，增加不同精神健康的保護因素，另亦提昇面對逆境的能力。 | |
| 3. 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相關輔導技巧 | 1. 建立正面文化 - 逆境同行家長培訓活動 | 大部份達到 | 本計劃邀請了「You Can」基督教家庭服務中心 – 到校提供「逆境同行家長工作坊」，透過豐富的經驗分享及不同真實個案，讓家長認識子女在不同階段的青少年成長需要及生活處境，而且亦教導家長如何陪同子女面對挑戰及壓力，及認識正向親子管教的技巧。<br><br>家長的參與十分投入，在過程中很主動地回答講者的問題，有家長分享自身教育子女的經驗，如與子女日常的相處模式等，讓其他家長作為參考。另外，根據家長的訪問結果，他們同意真實的個案分享，讓他們能更切身地認識一些正向管教的技巧。<br><br>問卷結果亦顯示參與的家長對是次培訓活動感到非常滿意，亦有家長認為對自己十分有幫助。 | |
| 4. 提升留級生重讀時的適應及讓學生發掘自己的興趣與潛能 | 1. 成長小組<br>2. 生涯規劃小組<br>3. 多元興趣班 | | <u>成長小組</u><br>計劃社工安排兩節成長小組，讓學生在小組當中定立一些非學術上的目標，並且於家長日透過檢視當中的成功經驗讓家長和學生發掘成長可能性，同時提升學生的自我有能感及家長對學生的信任，成為學生成長中的正面因子。<br><br><u>生涯規劃小組</u><br>另一節則利用生涯規劃卡，幫助學生將自己的想法具體化，透過遊戲後的分享和解說，檢討並增強學生的自信心和規劃力。<br>62% 學生同意生涯規劃卡能幫助他們認清自己 | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | | 的價值觀。<br><br>小組外更安排參觀VTC，讓學生了解職場上的需求和實況，從而找到更適切個人發展的方向。<br><br>多元興趣班<br>為擴闊學生的視野，計劃社工透過安排學生參與不同類型的興趣班: 當中有結他，甜品，咖啡拉花及化妝班。從問卷中顯示<br>73.53%學生同意興趣班能認識自己的興趣及能力。<br>由此可見，多元興趣班能令學生更認識自己興趣和喜好，即使認為類型不合適，也因曾嘗試而更清楚自己的喜好。 | |

2. 計劃影響

- 學習成效

  - 拓寬學生的視野

    本計劃重視以創新及具挑戰性活動來拓寬學生的視野，例如透過團隊挑戰 running game 活動，透過合作溝通解答謎題，在兩日一夜的宿營中也經歷不同的歷奇活動，同時亦進行了名為"一生人一次的活動"，給學生一個跳出思想框架的訓練。學生們均表示對活動感到新鮮及興趣，有助他們拓寬經歷。另外，為擴闊學生的視野，計劃社工透過安排學生參與不同類型的興趣班: 當中有結他，甜品，咖啡拉花及化妝班。從問卷中顯示 73.53%學生同意興趣班能認識自己的興趣及能力。
    由此可見，多元興趣班能令學生更認識自己興趣和喜好，即使認為類型不合適，也因曾嘗試而更清楚自己的喜好。

  - 加強學生成功感

    為了加強學生成功感，本計劃設有多元化的活動讓同學挑戰自我，像高結構歷奇活動如，巨人梯，飛天鞦韆等，學生在活動前對活動均感到擔心及困難，但在完成挑戰後均對自己的表現感到滿足。除此，工作員也在小組活動中以團體合作為軸心，留意參加者在活動過程中的表現，並在解說的部份為每一位參加者給予積極回應。根據工作員觀察和訪問所得，當學生面對各種挑戰時，雖然會遇到挫敗，但也會堅持嘗試，小組更會一起互相討論方法，互相支持鼓勵。活動除了能提昇學生的自信心，並令他們更願意去接受其他挑戰，也能增強小組的凝聚力。

  - 促進學生發揮專長及潛能

    本計劃程序設計重視促進學生發揮專長及潛能，是年計劃內有不少活動需要學生團隊合作，當中亦

考驗學生的分工，例如：一個活動在紅磡黃埔進行都市定向及商業大廈中進行團隊活動 Running Games。學生分成兩組進行並需要團隊合作才可完成的任務，學生從活動中不單發現彼此間既差異，更發現大家擁有不同的強項，亦學會彼此欣賞。從活動中學生更發現不同的強項造就團隊中不同的角色，在團隊任務中各人的付出都重要，要彼此合作配合才能成功。另外，在「我想我能」計劃的興趣班活動中，學生更可以實踐自己的興趣，了解及發揮自己的專長，更清楚自己的喜好及潛能，學生們均表示在計劃後有所得著。

- 訓練學生適應社會發展的需求

為了訓練學生適應社會發展的需求，活動亦發展學生不同方面的全人發展。在活動設計方面，除了我們主要以團隊合作作為活動的軸心外，我們亦會在不同的任務中加入一些與外界溝通的挑戰，如黃埔的定向任務。根據小組問卷結果顯示，學生普遍認為計劃使自己更有信心面對不同挑戰、更懂得與人合作、更懂得管理自己情緒。另外，在鑽三角的小組面談活動中，學生會分享自己在日常生活遇到的困難及問題，透過社工及小組成員交流亦有助學生學習恰當的方式處理問題。綜觀而言，以上的體驗能協助學生裝備好自己，更容易適應和面對將來社會上的不同挑戰及轉變。

- 專業發展

- 引發與其他專業團體的協作機會

本計劃聯繫了不同的專業團體為參與計劃的學生提供服務，如地區的精神健康綜合社區中心，關顧土瓜灣社區發展的組織"土屋"，提供家長工作坊的基督教家庭服務中心"You Can"服務計劃，提供學生心理健康講座的喜動校園計劃等。透過與不同組織的協作，為學校建立了與其它專業團隊的聯繫，讓校方能了解更多不同的社區資源，也為學生能在日後參與當中更多不同類型的活動。

3. 自我評鑑計劃成本效益

- 資源的運用(例如器材、申請學校/參與學校的人力資源等)

學校在人力資源、場地及器材方面所提供的支援充足。在活動開始前，駐校社工會協助預約場地及通知同學出席活動。在活動過程中，無論小組活動，戶外及大型活動均會有老師及駐校社工到場協作，令到活動能夠運作更順利進行。其次，學校亦有安排技術支援人員拍攝活動花絮，為服務使用者留下美好回憶。

- 按直接受惠人士數目計算的單位成本

直接受惠人士為 358 名中一至中三學生，其每單位成本等於$200,000 除於 358 人，即是約$558 每單位成本。

- 計劃所建構的學習課程及資料的延續性

由於今年度計劃是校內初次推行，因此計劃亦有不同的新嘗試，當中提供不少參考資料供計劃延續，例如: 程序活動、曾合作的機構、學校與機構的合作模式等，相信計劃延續會運作更暢順及彈性。

- 當其他學校重做計劃時，不須另外注資的開支項目(包括計劃的開辦成本、備用成品等)

在計劃中，由於本年度已購買了不同的活動程序物資，例如: 顏色筆、便利貼等其他文具或剩餘活動物資等，而這些物資皆是可重用，因此而不須另外購買。

- 以較低成本達致相同效益的其他辦法

在計劃中，部分活動由與其他機構合作舉辦，如講座等，當中涉及部分成本，因此計劃能考慮工作員參考以上活動後，自行舉辦同類型活動，以減少成本並達致相同效益。另外由於本機構亦有在不同區學校提供此計劃，因此本計劃能與其他區計劃同工交流，以物色成本較低之服務。

預算核對表

| 預算項目<br>*(根據協議書附表II)* | 核准預算<br>(甲) | 實際支出<br>(乙) | 變更<br>【(乙)-(甲)】/(甲)<br>+ / - % |
|---|---|---|---|
| 1) 職員薪酬 | 146312元 | 130427.04元 | -10.86% |
| 2) 服務 | 42500元 | 36390.5元 | -14.38% |
| 3) 一般開支 | 11188元 | 4690.35元 | -58.08% |

4. 可推介的成果及推廣模式

未包括此部份

5. 活動一覽表

| 活動性質<br>*(例如 座談會、表演等)* | 概略說明<br>*(例如 日期、主題、地點等)* | 參加人數 | | | 參加者的回應 |
|---|---|---|---|---|---|
| | | 教師 | 學生 | 其他(請註明) | |
| 學生需要調查 | 日期: 16/10/2017<br>時間: 12:25-1:00pm<br>地點: 學校<br>主題: 透過 HKSIF 問卷，及參考教師和學校社工的推薦，甄選學生參加逆境同行挑戰計劃。 | | 中二學生 | | - 本計劃使用由香港中文大學提供的識別工具(HKSIF 1.1) 來篩選及辨識抗逆力較弱以及需情感支援的學生。另外，參考教師及學校社工推薦的學生名單，最終篩選出 21 名較為有需要的學生名單。透過逆境同行挑戰計劃，支援有需要的學生，讓他們從計劃中提昇個人抗逆力。<br>- 根據觀察及老師回饋所得，學生均如實地填寫，並認真地完成問卷。 |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 「正面思維」-開心快樂心理健康講座 | 日期: 20/11/2017<br>時間: 1:20-2:30pm<br>地點: 學校<br>主題: 透過講座，讓學生認識各種情緒病的病徵，處理壓力的多種可行方法。 | | 358 名中一至中三學生 | | - 邀請喜動校園計劃的臨床心理學家為學生講解各種情緒病的病徵，處理壓力的多種可行方法。<br>- 講座尾聲由大專義工教授學生一同進行精神健康操。<br>- 根據觀察及老師回饋所得，學生均投入參與講座活動，亦對自身精神健康的狀況有更深的認識。 |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | • <u>親子活動</u><br>- 計劃社工安排了一次性的活動讓學生親自為家長烹調食物，學生表示從活動中體驗了家長日常要照顧他們時辛勞，因此更學會了多一份感恩和珍惜。<br>- 而參加了活動的家長亦因活動多了一個機會去見證子女的成長，有學生家長表示看到自己的女兒願意主動地去清潔碗碟感到大為驚訝，因為從來在家中學生都不曾這樣做。<br>- 家長透過活動對學生的認識更加立體，從而令彼此更懂得去欣賞同接納。 |
| 建立正面文化 – 逆境同行家長培訓活動 | 日期: 19/5/2018<br>時間: 2:00-4:00pm<br>地點: 學校<br>主題: 透過活動協助家長認識子女成長的需要、生活處境、壓力處理及與子女溝通正向管教的技巧。 | | | 9 名家長 | - 家長的參與十分投入，在過程中很主動地回答講者的問題，有家長分享自身教育子女的經驗，如與子女日常的相處模式等，讓其他家長作為參考。另外，根據家長的訪問結果，他們同意真實的個案分享，讓他們能更切身地認識一些正向管教的技巧。<br>- 問卷結果亦顯示 90%家長對是次培訓活動感到非常滿意，亦有家長認為對自己十分有幫助。 |

6. 困難及解決方法

- 計劃時間表的變更，包括取消、延期或增加的活動
  - 原定計劃包含「正面思維」開心快樂家長心理健康講座及教師培訓工作兩個部份，但由於需配合學校所擬定的日期進行，故活動已於2017年9月3日及2017年9月15日完成。但由於計劃的資助時段為2017年10月至2018年9月，而活動並不在該時段內進行，不能接受計劃的津助，故這兩個活動並沒有包含在這份檢討報告之內。
  - 在籌劃逆境同行家長工作坊期間，因大部份家長未能於原定的時間出席活動，為方便更多家長能順利參與，我們將活動改期至2018年5月19日進行。
  - 原定活動計劃通訊會印刷予全級中二級的學生，但為響應環保及活動通訊的廣傳性，最終決定通訊以電子版形式於校網發放。