

**計劃總結報告**

計劃編號：2016/0553

甲部

計劃名稱：沿途有你 -- 與「好心情@學校」計劃有關

機構/學校名稱：香港家庭福利會 (協作學校：聖保羅書院)

計劃進行時間：由 10/2017(月/年) 至 09/2018(月/年)

乙部

填寫此部份報告前，請先詳閱「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

陳淑儀女士  
計劃負責人姓名：高級經理(青少年服務)  
簽名：\_\_\_\_\_  
日期：24 DEC 2018

洗啟智先生  
受款人姓名\*：服務總監  
簽名：\_\_\_\_\_  
日期：28 DEC 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。



## 1. 目標的實踐

表一：目標是否達到

	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
學生	目標一： 利用有效識別工具，及早識別精神健康及抗逆力有較大需要的初中學生	安排中二同學填寫「學生自我效能感評估」	達標	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 全級有191位學生完成問卷</li> <li>- 完成評估後，精神健康及抗逆力有較大需要的同學被識別出來讓社工及學校進一步跟進</li> </ul>
	目標二： 提升學生自我效能感，以加強他們處理逆境能力，促進精神健康	個人探索小組 (A組)	達標	目標一：能提升對精神健康的認知 指標：100%參加學生表示活動能達此目標 目標二：認識正向的思維模式及改進方法 指標：100%參加學生表示活動能達此目標
		個人探索小組 (B組)	達標	目標一：能提升對精神健康的認知 指標：100%參加學生表示活動能達此目標 目標二：認識正向的思維模式及改進方法 指標：100%參加學生表示活動能達此目標
		「迎刃有餘」歷奇成長挑戰營	達標	目標一：提升解難能力 指標：95%參加學生表示活動能達此目標 目標二：深化對抗逆境的能力 指標：90%參加學生表示活動能達此目標 目標三：強化朋輩間的互相扶持 指標：95%參加學生表示活動能達此目標
		“蜜蜜送”校本義工培訓及服務計劃	達標	目標一：提升正面處理精神健康的方法的認識 指標：95%參加學生表示活動能達此目標 目標二：分享正面處理精神健康的方法給同學 指標：90%參加學生表示活動能達此目標
		小組分享會	達標	目標一：深化階段性學習整理 目標二：加強正面積極的信念 參與同學於活動中均能分享個人的生活經驗，結合於計劃中曾探討的正向思維方式，於討論中找到正面面對生活不同挑戰的思維和方法
		活動通訊(兩期)	達標	目標一：加強學生對青少年抗逆力及精神健康的認識 指標：100% 參加者表示達標 目標二：提升學生應對青少年的抗逆力及精神健康的技巧和策略 指標：100% 參加者表示達標
		目標三： 對指定級別學生作全面預防教育工作	「正向人生路」樂觀思維工作坊 網絡「無」欺凌	達標



家長	目標一： 支援家長對學生 精神健康及抗逆 力的認識及掌握 應對技巧	「逆風前航一如 何提升子女抗逆 力」 家長講座	達標	目標一：增加家長對青少年抗逆力的認識 指標：98%參加家長表示活動能達此目標 目標二：掌握協助子女面對逆境能力的策略 指標：100%參加家長表示活動能達此目標
		活動通訊(兩期)	達標	目標一：加強家長對青少年抗逆力及精神健康的認 識 指標：100% 參加者表示達標 目標二：提升家長應對青少年的抗逆力及精神健康 的技巧和策略 指標：100% 參加者表示達標
教師	目標一： 支援老師對學生 精神健康及抗逆 力的認識及掌握 應對技巧	教師工作坊 「臨危不亂」校 園危機處理工作 坊	達標	目標一：加深教師對危機處理的了解 指標：96%參加教師表示活動能達此目標 目標二：加強教職員之間的協作 指標：96%參加教師表示活動能達此目標 目標三：能將訓練內容應用於日常 指標：96%參加教師表示活動能達此目標
		活動通訊(兩期)	達標	目標一：加強教師對青少年抗逆力及精神健康的認 識 指標：100% 參加者表示達標 目標二：提升教師應對青少年的抗逆力及精神健康 的技巧和策略 指標：100% 參加者表示達標

## 2. 計劃對學習成效、專業發展及學校發展的影響計劃影響

### 2.1 學生方面

- 中二學生均參加了計劃的初級預防活動，並表示活動有助他們了解自己處理衝突的風格，以及如何面對網絡欺凌以及其嚴重性。
- 參加次級預防介入的學生，透過個人探索小組，提升了情緒管理、解決困難、正面思考及壓力處理的技巧和策略，有助強化學生的正向思維及抗逆力。 義工培訓及服務，讓同學掌握精神健康的知識，通過服務的過程，向同學、老師推展於計劃中所學到的知識。 而歷奇成長挑戰營中，學生通過活動加強連繫，從而建立支援網絡，有助他們提升信心及技巧面對逆境。
- 從學生填寫的前後測、活動檢討表、老師、家長及計劃主任的觀察，學生透過參加本計劃後在自我效能及對精神健康的認知，均有一定的提升。

### 2.2 教師方面

- 於是次計劃中，老師參加了「臨危不亂—校園危機處理工作坊」，活動有助老師對學生自殺辨識的敏銳度，掌握處理危機的策略和技巧，並提升教職員間在面對危機時的協作能力。 參與教職員均表示掌握並會嘗試運用有關技巧及方法。

### 2.3 家長方面

- 計劃設有家長講座及活動通訊，協助家長了解青少年的特質和成長挑戰，並協助青少年提升抗逆力的技巧和策略。

此表格/指引可於優質教育基金網頁 <http://qef.org.hk> 下載。



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

表二：預算核對表

預算項目 (根據協議書附表II)	核准預算 (甲)	實際支出 (乙)	變更 [(乙)-(甲)] / (甲) +/- %
員工開支	\$149,808	140,550.14	-6.18%
服務	\$12,400	7,000	-43.55%
一般開支	\$37,792	43,027.20	+13.85%

3.1 按直接受惠人士數目計算的單位成本

實際支出: \$190,577.34 元

受惠人數: 600 人

(學生: 300 人, 教師: 60 人, 家長: 240 人)

受惠人士數目計算的單位成本: \$317.6 元/ 每人

3.2 計劃所建構的學習課程及資料的延續性

- 計劃資料會整理及歸檔，協作學校可以向申請機構借用，作將來校內活動的參考。
- 計劃內收集的學生資料、活動檢討及參加者意見，均已整理及交給學校作報告及跟進之用，以便學校將來作相關培訓及支援。

4. 成品及推廣模式，及外間對那些推廣活動的反應

表三：計劃成果的推廣價值

項目詳情 (例如 種類、名稱、數量等)	成果的質素 及推廣價值評鑑	舉辦的推廣活動 (例如 模式、日期等) 及反應	是否值得優質教育基金推 介及可供推介的可行性? 如值得，請建議推廣模式
活動通訊 (兩期) 1. 「快樂七式」 2. 「擺假 KOL」 (各 300 本)	兩期活動通訊為學生、家長及老師提供精神健康策略資訊，協助加強學生抗逆力。	- 於 2018 年 4 月及 7 月派發給初中學生，家長及老師 - 學生、家長及老師普遍歡迎通訊，對通訊內容感覺正面，認為部份內容能代表他們的心聲。	- 值得推廣 - 小冊子已派發給參與學校作參考之用

## 5. 活動一覽表

表四：活動一覽表

活動性質	活動日期/時期	概略說明	參加人數			參加者的回應
			學生	家長	教師	
會議	23.10.2017 1.2018 7.2018 9.2018	學校聯繫及籌備			2	計劃主任與學校緊密合作，訂立適切學生及計劃需要的時間及方案。
問卷	10.2017	學生需要調查	191			共收回 191 份問卷，為有需要學生進一步跟進
小組	20.11.2017 - 11.12.2017	個人探索小組(A 組)	12			所有參與同學均表示活動有助提升對精神健康的認知，以及認識正向思維及改進方法。有同學表示活動內容生動及「好玩」，有助他們更能掌握內容
小組	14.11.2017 - 05.12.2017	個人探索小組(B 組)	11			所有參與同學均表示活動有助提升對精神健康的認知，以及認識正向思維及改進方法。有同學指小組內容互動性強，遊戲及內容亦有趣，有助他們更能掌握內容
訓練營	18.01.2018- 21.01.2018	“迎刃有餘”歷奇成長挑戰營	21			大部份參與同學表示營會能提升他們的解難能力，深化抗逆力及強化朋輩間的互相扶持。有同學指當中的新興運動有趣，同時晚上的靜觀練習亦能讓他們可思索過往的生活經驗，整合計劃中學習過的知識
小組	22.01.2018- 08.02.2018	「蜜蜜送」校本義工培訓及服務計劃	23			大部份參與同學表示活動有助他們了解正面處理精神健康的方法，亦可分享所學知識予其他同學。有同學表示於過程中獲益良多，亦會盡力出席參與，反映同學的積極投入
小組	07.11.2017- 12.09.2018	小組分享會	23			大部份同學均願意於活動中分享其生活或學業中所面對的困難和挑戰；同學們和社工於討論中，運用了於計劃中所介紹過的正向思維模式，共同建立出面對挑戰的方法
工作坊	09.05.2018	教師工作坊 「臨危不亂」校園危機處理工作坊			27	大部份出席教師認為活動能加深對危機處理的了解，以及加強教職員間的協作。有參與教師指當中的個案分析及技巧分享仔細，有助他們掌握並應用於日常生活中



工作坊	23.04.2018	「正向人生路」樂觀思維工作坊 網絡「無」欺凌	164			大部份參加同學表示活動有助了解個人的衝突處理風格及方法，以及如何回應網上的衝突事件。有同學反映當中有影片及互動時間，加上選材有趣，令他們更有容易掌握內容
講座	14.04.2018	「逆風前航—如何提升子女抗逆力」家長講座		46		大部份參與家長表示活動令他們增加對青少年抗逆力的認識，同時亦有助掌握協助子女面對逆境的策略。有家長指講座內容深入淺出，貼近現實，所建議的方法能回應實際需要
出版	4-7/2018	活動通訊 (兩期)	300	240	60	學生、教師及家長普遍歡迎通訊，對通訊的感覺正面，認為能加強對學生精神健康抗逆力的關注

#### 6. 計劃實施時所遇到的困難及解決方法

不適用