



計劃總結報告

計劃編號：2016/0577

甲部

計劃名稱：「尊重生命，逆境同行」-- 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：寶安商會王少清中學)

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：梁穎紅女士

受款人姓名：洗啟智先生

高級經理(青少年服務)

服務總監

簽署：_____

簽署：_____

日期：30/9/2018

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(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	學生需要調查	達標	<ul style="list-style-type: none"> ● 全級127位學生完成問卷 ● 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。
	目標二： 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 成長與家庭－我們這一家	達標	目標一：反思與家人的親子關係，96%達致 目標二：提升對父母角色的體諒與理解，96%達致 目標三：掌握改善和家人關係的方法，96%達致 學生們對活動整體評價平均有4.2分 (5分為最滿意)
		「正向人生路」樂觀思維工作坊 朋輩關係處理－友共情	達標	目標一：檢視自己的溝通模式，提升對自己的了解，99%達致 目標二：掌握朋友衝突的處理方法，99%達致 學生們對活動整體評價平均有4.3分 (5分為最滿意)
		「正向人生路」樂觀思維工作坊－ 網絡「無」欺凌	達標	目標一：了解如何善用互聯網為98%達致 目標二：明白如何在網上保護自己及免傷他人則為97%達致 學生們對活動整體評價平均有4.3分 (5分為最滿意)
		「正向人生路」樂觀思維工作坊－ 正向看逆境	達標	目標一：了解保持正面態度有助面對逆境，99%達致 目標二：掌握以正向面對逆境的方法，99%達致 學生們對活動整體評價平均有4.4分 (5分為最滿意)
		派發通訊(中一及中四)	達標	通訊以正向心理學為主題，以簡單淺白方法加強學生精神健康的認識；學生歡迎附送的貼紙及心意卡，向他人表達關心，建立關愛氣氛達到提升學生抗逆力及精神健康的技巧和策略
	目標三： 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	“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，100%達致 目標二：分享正面處理精神健康的方法給同學，100%達致 學生們對活動整體評價平均有4.4分 (5分為最滿意)
		“迎刃有餘”歷 奇成長挑戰營	達標	目標一：建立團隊間的互相支援，100%達致 目標二：提升解難能力，100%達致 目標三：提升面對挑戰的信心，100%達致 學生們對活動整體評價平均為3.9分 (5分為最滿意)
		“知己知彼”精 神健康增潤小組	達標	A組： 目標一：提升對思想陷阱的認識，100%達致 目標二：明白思想陷阱與情緒反應及行為的相互關係，100%達致 目標三：學習面對思想陷阱的方法，100%達致 整體評價4.7分 (5分為最滿意)

				B組： 目標一：提升對思想陷阱的認識，100%達致 目標二：明白思想陷阱與情緒反應及行為的相互關係，100%達致 目標三：學習面對思想陷阱的方法，100%達致 整體評價4.5分（5分為最滿意）
		小組分享會	達標	學生在小組內分享個人情緒及生活壓力，組內的互助氣氛及朋輩支援，能有助參加者整理經驗並促進其建立正面積極的信念
		聯校結業典禮/校本分享嘉許禮	達標	目標一：重溫計劃的活動和學習重點，100%達標 目標二：深化自己的抗逆能力，100%達標 整體評價4.1分（5分為最滿意）
家長及老師	目標一： 支援家長及老師對學生精神健康及抗逆力的認識及掌握應對技巧	強化教師團隊活動：學童自殺—及早識別與有效處理工作坊	達標	目標一：提升對學童情緒困擾/自殺辨識的敏銳度，95%達致目標 目標二：認識處理學童情緒困擾/自殺的策略與技巧，100%達致目標 目標三：增加了處理精神健康有需要的學生的信心，97%達致目標 教師對活動整體滿意度平均為3.5分（5分為最滿意）
		家長支援服務：「逆風前航」—提升子女抗逆力家長講座	達標	目標一：提升他們對青少年抗逆力的認識，100%達致 目標二：提升協助子女面對逆境能力的策略，100%達致 整體評價達4.3分（5分為最滿意）
		派發通訊(家長及老師)	達標	通訊以「七好大法」為主題，讓家長及老師認識維持情緒健康的要素，提升精神健康的策略。

2. 計劃影響

- 拓寬學生的視野

學生在參與計劃中活動時，能嘗試未曾參與過的歷奇項目，認識自己的強弱項，挑戰自己；參與小組、義工服務、小組分享會時，內容包括製作星空瓶、冷靜瓶、皮革手帶，讓學生有不同的新嘗試，拓寬視野。

- 加強學生的成功感

在“迎刃有餘”歷奇成長挑戰營中，學生挑戰歷奇項目，透過團隊合作及努力解難，最後成功完成挑戰，達到目標，增加學生的成功感及效能感。學生也於“蜜蜜送”義工服務計劃內，學習情緒病的病徵，成為精神健康大使，於校內進行義工服務，能將有關知識帶回校園，推廣關注精神健康的訊息，同時自製星空瓶，送予老師及同學，傳播關愛文化，服務過程及師生的正面反應提升學生成功感。

- 促進學生發揮專長及潛能

學生於各個團隊活動中也有機會展現出學業以外的不同能力如領導才能、溝通技巧、解難能力、及運動天份等。準備義工服務的過程，同學協助製作手工、設計服務攤位，均展現出創意、藝術的才能，同時作出不同崗位的嘗試，發掘不同方面的潛能。在聯校結業典禮/校本分享嘉許禮中，本校同學更協助設計劇本並演出，盡展演藝天份，擔任大會義工的同學也展現出應變能力及責任感，兩者均獲得各方的讚賞。

- 訓練學生適應社會發展的需求
社會急促發展，青少年於人際相處、壓力管理、解難能力上的需求均提升，計劃內的「正向人生路」樂觀思維工作坊，能教導學生在家庭、朋輩關係的相處技巧，例如教導被邀請排斥別人時如何拒絕，學生在情景處理時能應用技巧，反映出一定程度的進步。因應科技發達而造成網絡欺凌或網上的相處問題，工作坊透過模擬個案讓學生檢視自己的取態，並能學習在網上保護自己的方法，工作坊也擴闊學生面對逆境時及解難的思考角度，適應多變的社會。除工作坊以外，部份同學也參與「蜜蜜送」義工服務計劃及“知己知彼”精神健康增潤小組，學生在當中認識更多情緒及壓力的處理方法，以及拆解引致負面情緒的想法，均加強較有服務需要的學生適應社會發展的需要。
- 為教師提供更多培訓機會，促進教師的專業發展
計劃內「強化教師團隊活動：學童自殺 – 及早識別與有效處理工作坊」為教職人員進行專業培訓，分析學童出現自殺危機的先兆，提高對學童自殺的敏悅度，以及透過分組討論和演練，掌握基本輔導對話技巧，整體促進教師的全面發展，加強日常校園內對學生的情緒支援。
- 改善學習氣氛
計劃以體驗形式拓展學生課堂以外的學習經歷，如“迎刃有餘”歷奇成長挑戰營、“蜜蜜送”義工服務計劃，讓學生學習溝通技巧、人際關係處理、解決難題、設計義工服務、學習精神健康知識等等，大大提高學習的動機及深化學習成果。
- 提升學校整體形象
計劃推動以正向思維面對困難，以及以多角度思考解決困難的方法，擴闊學生思維；同時透過小組及義工活動，於校園內宣揚互助及關愛的訊息，加強正面及關愛氛圍，長遠為學校建立健康校園的形象。

3. 自我評鑑計劃成本效益

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) +/- %
職員薪酬	149,808.00	135,363.89	-9.64%
服務	14,400.00	9,600.00	-33.33%
一般開支	35,792.00	40,428.70	+12.95%

4. 可推介的成果及推廣模式

項目詳情 (例如 種類、名稱、數量等)	舉辦的推廣活動 (例如 模式、日期等)及反應
活動通訊 (兩期) (學生 256 本、家長及老師 325 本)	於 2018 年 4 月及 7 月分別於校內派發予 256 名學生、250 名家長及 60 名老師，學生及老師普遍歡迎通訊，對通訊感覺正面。

5. 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	3/10/2017	學校聯繫及籌備			1	工作人員與學校緊密合作，訂立適切學生及計劃需要的時間及方案。
問卷	10/10/2017	學生需要調查	127			學生合作完成問卷，共收回 127 份問卷，結果顯示為有需要學生進一步跟進。
工作坊	18/10/2017	「正向人生路」樂觀思維工作坊 (成長與家庭)(共 4 節)	113			大部份參加者積極參與活動，討論認真；學生對活動感覺正面，認為內容設計有趣，特別是播放影片及音樂的環節。
培訓	25/10/2017	強化教師團隊活動：學童自殺 – 早識別與有效處理工作坊			38	教師普遍理解自殺風險因素及明顯徵兆，也能運用輔導回應技巧，唯於角色扮演部份，講者給予更多提示，參加者才能即時給予適切回應予扮演有自殺傾向的學生。
宿營	1/12/2017, 9/12/2017-10/ 12/2017, 19/12/2017	“迎刃有餘” 歷奇成長挑戰營	16			營會第一天，組員初時關係疏離，小組凝聚力於活動內開始建立。第二天組員間的支援明顯增加，組員會互相給予意見、願意為小組犧牲，反映小組關係加深，增加朋輩支援。部份參加者在歷奇活動期間情緒起伏，工作人員已與他們單獨傾談處理。
工作坊	14/12/2017	「正向人生路」樂觀思維工作坊(朋輩)	112			大部份參加者喜歡活動內的互動遊戲，同學積極參與，對题目的回應也恰當，個別班內懷疑有朋輩不和情況，但初步觀察未需要即時介入處理。
小組	15/1/2018, 22/1/2018, 29/1/2018, 2/2/2018	“蜜蜜送” 校本義工培訓及服務計劃	15			大部份組員具備較基本的精神健康知識；同時對新知識感興趣。組員初時對精神病人有較負面想法，參與活動後對此有反思，小組內容能提升組員對精神健康的認識。服務當日，校園內也有其他攤位，組員較不專注，部份同學較被動，需要工作人員陪同派發禮物，服務能在校園宣傳正面處理精神健康的方法。
工作坊	16/1/2018	「正向人生路」樂觀思維工作坊(網絡欺凌)	121			各班在討論部份氣氛熱烈，反應真實；對工作人員講解的網絡行為，也表達有共鳴，能反思個人網絡行為，內容設計也貼近現實。
小組	19/1/2018, 30/1/2018, 8/2/2018, 10/5/2018, 4/6/2018	小組分享會	13			小組分享會分組進行，工作人員期間了解同學的校園生活、朋輩關係、自我形象、家庭關係等，大部份同學樂於分享，讓組內了解更多，也發現彼此的共同性；工作人員發現部份同學有負面情緒或困擾，已個別介入處理。

工作坊	1/2/2018	「正向人生路」樂觀思維工作坊(正向看逆境)	119			參加者很喜歡活動的各個部份，例如音樂及影片、導師的講解、活動獎品、及面對逆境的方法，設計適切不同學生的需要。
派發通訊	25/4/2018, 4/7/2018	派發通訊(第一期：中一及中四，第二期：家長及老師)	256	250	60	學生普遍歡迎通訊，提起內容的獨特性、附頁的貼紙特別有反應。其他級別同學之後表示想拿通訊，反映此校學生對通訊感覺正面。
小組	19/4/2018, 26/4/2018, 3/5/2018, 10/5/2018	“知己知彼”精神健康增潤小組(A)	8			小組關係良好，組員踴躍發言，對小組有歸屬感。組員特別喜歡思想陷阱劇場，能自行發揮，應用所學創作對白，大部份組員能明白及分別7種思想陷阱的概念及應用拆解技巧。組員製作冷靜瓶的過程達到減壓效果。
小組	17/5/2018, 21/5/2018, 31/5/2018, 4/6/2018	“知己知彼”精神健康增潤小組(B)	8			學生於歷奇訓練營已認識，小組關係有一定基礎；組員慢慢在小組中增加表達自己。組員較易明白生活化的例子，分辨生活中的非理性思想，並擴闊思想困難的角度。
講座	5/5/2018	家長支援服務：「逆風前航」—提升子女抗逆力家長講座		34		家長在初時的互動環節較為被動，互動遊戲後氣氛變得熱鬧。過程中家長積極回應，也有家長主動分享自己子女的情況作提問，家長普遍滿意講座。
典禮	6/7/2018	聯校結業典禮/校本分享嘉許禮	15	14	3	同學及家長傳遞儀式的四粒骰子時反應熱烈，回顧計劃的部份引起共鳴，氣氛良好，整體而言結業禮順利完成，學生及家長反應正面。

6. 困難及解決方法

	困難	解決方法
6.1	由於接近家長支援服務：「逆風前航」—提升子女抗逆力家長講座原定日期，家教會將舉辦另一講座，較多家長均需出席，時間上難以負荷兩個講座，預計招募情況會因而不理想。	學校與社工積極配合，將講座改期至較適合時段，並同時開放給全校各級家長參與，增加參與人數；學校也使用電子回條的方式招募，取代原先派發回條的方法，讓家長能直接及即時收到講座資訊。
6.2	蜜蜜送義工服務在學校一大型活動內舉行，學生注意力被分散，不能集中進行服務，而且校園內的攤位及資訊太多，服務受眾的注意力分散於不同部份，令關於精神健康知識的推廣不如預期效果。	社工讓學生分組進行服務，一組進行服務期間，另一組可以到其他地方參觀，完成服務的同時，也能滿足學生的需要。為吸引受眾，學生帶著小禮物及心意卡，主動在校園內遊走，宣傳義工服務，令更多人注意本攤位的資訊。
6.3	營會內，部份學生在活動期間有情緒，未能繼續活動。	社工安排人手繼續活動，並由計劃社工即時與學生個別處理情緒，以及事後跟進。

6.4 財政調動

變更項目	預算款項	*調動後款項	備註
「正向人生路」樂觀思維工作坊	活動物資 \$250 x 16節= \$4,000	活動物資 \$265 x 15節 + \$268.3 x 1節= \$4243.3	由活動「正向人生路」樂觀思維工作坊(服務費)調動\$243.3 至此活動
“蜜蜜送”校本義工培訓及服務計劃	活動物資 \$100x6節=\$600 小手作材料費 (食品材料, 包裝材料, 心意卡材料等)\$1200 影印\$200 總數: \$2000	活動物資 \$100x5節 +\$260.3x1節 =\$760.3 小手作材料費 (食品材料, 包裝材料, 心意卡材料等)\$1200 影印\$200 總數: \$2160.3	由「正向人生路」樂觀思維工作坊(服務費)調動\$160.3 至此活動
「迎刃有餘」歷奇成長挑戰營	\$11,000	\$11,438.3	由活動「迎刃有餘」歷奇成長挑戰營(服務費)調動\$438.3 至此活動
“知己知彼”精神健康增潤小組	\$1,000 活動物資 \$125 x 4節 x 2 組= \$1,000	\$2773.4 活動物資 (\$125x 3節 +1011.7x1節) x 2組 = \$2773.4	由活動「迎刃有餘」歷奇成長挑戰營(服務費)調動\$1773.4 至此活動
家長支援服務:「逆風前航」—提升子女抗逆力家長講座	活動物資 \$2,000	活動物資 \$2592.4	由活動「正向人生路」樂觀思維工作坊(服務費)調動\$592.4 至此活動
聯校結業典禮校本分享嘉許禮	活動物資 \$3,000	活動物資 \$6715	由學生需要調查調動\$0.3 至此活動; 由活動「正向人生路」樂觀思維工作坊(服務費)調動\$4 至此活動; 由活動「迎刃有餘」歷奇成長挑戰營(服務費)調動\$588.3 至此活動; 由活動小組分享會調動\$1507.5 至此活動; 由強化教師團隊活動: 學童自殺—早識別與有效處理工作坊(一般開支)調動\$0.5 至此活動; 由強化教師團隊活動: 學童自殺—早識別與有效處理工作坊(服務費)調動\$1000 至此活動; 由雜項調動\$614.4 至此活動 ($\$0.3+\$4+\$588.3+\$1507.5+\$0.5+\$1000+\$614.4=\3715)
活動通訊(兩期)	\$2500	\$2800	由雜項調動\$263.3 至此活動 (額外\$36.7 由機構補貼)

*優質教育基金已知悉並同意有關變動