



計劃總結報告

計劃編號：2016/0582

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：葵涌蘇浙公學)

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：吳惠玲女士
高級經理(青少年服務)

簽署：_____

日期：24 DEC 2018

受款人姓名*：冼啟智先生
服務總監

簽署：_____

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. 能否達成目標

本計劃期望達致以下目標：

- (a) 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；
- (b) 以「初級預防」手法，對指定級別學生作全面預防教育工作；
- (c) 以「次級介入」手法，以識別工具甄選有較大服務需要的學生，提供校本支援活動；
- (d) 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；
- (e) 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。

表一：目標是否達到

對象	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中二級學生	學生需要調查 (HKSIF1.1)	達致	1. 全級122位學生完成問卷。 2. 完成評估後，精神健康及抗逆力有較大需要的學生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」樂觀思維系列-朋輩關係處理	達致	目標一：活動能讓學生檢視自己的溝通模式，提升對自己的了解為 99%達致。學生們對活動整體評價平均有 2.4 分。（3分為最滿意）
	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	“迎刃有餘”歷奇成長挑戰營	達致	目標一：提升學生自信心，增強面對逆境的能力為 100%達致。 目標二：透過遊戲互動，強化組員間互相扶持的意識，以面對逆境和困難為 95%達致。 目標三：體驗團隊共同面對逆境，了解團隊分工的重要性為 100%達致。學生們對活動整體評價平均有 2.6 分。（3分為最滿意）
		個人探索小組 (共 2 組)	達致	目標一：加強人際關係的認識和能力為 100%達致。 目標二：加強解決難題的認識和能力為 100%達致。 目標三：加強情緒管理的認識和能力為 100%達致。 目標四：加強積極樂觀的認識和能力為 100%達致。學生們對活動整體評價平均有 2.6 分。（3分為最滿意）



對象	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	達致	目標一:在校園分享關愛訊息為 100%達致。 目標二:透過校內服務,提升對學校的歸屬感為 100%達致。 學生們對活動整體評價平均有 2.6 分。(3 分為最滿意)
		小組分享會	達致	目標一:發掘自己的快樂源頭為 100%達致。 學生們對活動整體評價平均有 2.6 分。(3 分為最滿意)
		聯校嘉許禮	達致	目標一:重溫在活動中的體驗和成長為 100%達致。 目標二:鼓勵自己將成功經驗應用於日常生活為 95%達致。 學生們對活動整體評價平均有 2.5 分。(3 分為最滿意)
家長	目標一:支援家長對學生精神健康及抗逆力的認識和掌握應對技巧	「逆風前航」—提升子女抗逆力家長講座	達致	目標一:認識子女面對逆境表現為 100%達致。 目標二:明白提升子女抗逆力的方法為 98%達致。 家長們對活動整體評價平均有 2.6 分。(3 分為最滿意)
		「破風」親子活動(校內篇)	達致	目標一:認識「愛之語」與促進親子溝通的關係為 100%達致 目標二:促進親子溝通為 100%達致。 家長們對活動整體評價平均有 2.7 分。(3 分為最滿意)
		「風雨同途」家長工作坊	達致	目標一:認識「愛之語」與促進親子溝通的關係為 100%達致。 目標二:明白提升子女抗逆力的要訣為 100%達致。 家長們對活動整體評價平均有 2.7 分。(3 分為最滿意)
老師	目標一:支援老師對學生精神健康及抗逆力的認識和掌握應對技巧	「臨危不亂」—校園危機處理工作坊	達致	參加者均認為工作坊能加深對危機處理的了解,評價由 3.8 至 4.2 分不等。(5 分為最滿意)

學生 家長 老師	目標一： 支援學生、家長 及老師對學生精 神健康及抗逆力 的認識和掌握應 對技巧	活動通訊 (第一期)	達致	1. 以小冊子形式，向中一至中三級學生派發有關提升精神健康策略資訊。
		活動通訊 (第二期)	達致	1. 以小冊子形式，向家長及老師派發有關加強青少年抗逆力及提升精神健康策略資訊。

2. 計劃影響

計劃對學習成效及專業發展方面有正面影響：

(a) 學習成效

本計劃就學生抗逆力/精神健康的範疇，運用「初級預防」手法，透過主題式講座，主要為中二級提供全面預防教育工作。學生對有關促進社交發展的課題感到興趣及有切身關係，故此表現投入。透過不同的活動手法，讓學生更加掌握如何以正面態度面對困難。部分學生更能進一步反思課題內容與自己的關係，並訂下改善目標。

在學年初，本計劃運用具科學實證基礎的甄別工具(學生需要調查HKSIF1.1)，並加上校長、副校長、班主任、輔導老師及學校社工在校內與學生的接觸觀察，甄選一些較有需要之學生及其家長參加「次級介入」活動，包括個人探索小組、歷奇成長挑戰營、校本義工服務、小組分享會等。在整個計劃期間，被甄選的學生在校內擔當「心晴大使」的角色，透過不同活動形式學習精神健康知識，藉此提高投入程度，減低標籤效應，最終得以有效增強正向信念及自我效能感。「心晴大使」除了在學生活動期間經歷朋輩間互相扶持，本計劃更期望透過家長活動及親子活動，以強化其支援系統，藉以增強抗逆力。在計劃最後階段，「心晴大使」在進行校本義工服務及聯校嘉許禮期間，也能發揮正面角色，積極宣揚關愛及抗逆文化。部分參加者更願意在校園延續計劃理念，以個人正面經驗影響身邊人。

(b) 專業發展方面

本計劃為全校教師提供一次工作坊，名為「臨危不亂」—校園危機處理工作坊。是次工作坊目的是期望透過探討校園危機事件及模擬情境演練，提升校內教職員對校園危機意識。100%教師認同工作坊內容有助他們掌握危機介入技巧和策略，並有信心在校內協助處理校園危機。相信此等活動能有助提升教師專業水平，為日後有效處理校園危機事宜有著正面作用。推行計劃過程，計劃主任就個別需要學生的情況，適時與學校社工及相關教師聯絡並作即時跟進，藉著專業間之合作交流，不但能提升專業知識，對於日後學生成長工作的發展亦有所裨益。

3. 自我評鑑計劃成本效益

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) +/- %
職員薪酬	149,808.00	145,943.79	-2.58%
服務	12,400.00	12,400.00	0
一般開支	37,792.00	37,600.10	-0.51%

活動的資源運用 (包括人力、時間及器材等)

有關計劃的實質開支將詳列於「財政總結」報告。

就人力資源運用方面：活動的推行實有賴具備專業知識的同工，故此本計劃主要投放較多資源於人力方面，包括聘請計劃主任、活動助理、教師工作坊導師，以及成長挑戰營導師，以致能有效地傳達有關「尊重生命」的訊息，實踐與受惠對象「逆境同行」。除此以外，計劃亦運用本會現有的人力資源，包括中心高級經理提供專業督導及監察、學校社工協調與跟進個別學生需要、文職同事協調工作，大大提升推行服務的質素與成本效益。

整個計劃直接受惠學生931人次，家長266人次，教師150人次。

4. 可推介的成果及推廣模式

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
300本「快樂七式」小冊子	小冊子旨於為學生提供精神健康策略資訊，並加強抗逆力。	於2018年3月派發給300名中一至中三學生	小冊子已派發給參與學校作參考之用。
300本「擺假KOL」小冊子	小冊子旨於為家長及老師提供精神健康策略資訊，加強支援學生抗逆力。	於2018年7月派發給300名家長及老師	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		概略說明 (例如: 主題、地點等)	參加人數				參加者的回應
			學生	家長	教師	其他 (師長等)	
問卷	活動: 日期: 地點: 內容:	學生需要調查(HKSIF1.1) 11/10/17 課室 安排同學填寫學生需要調查(HKSIF1.1)。	122	0	0	0	在老師及計劃社工協助下, 是次調查能順利完成。學生認真填寫問卷, 以致能有效準確識別有需要同學, 鼓勵他們參與次級介入活動。
講座	活動: 日期: 地點: 內容:	「正向人生路」樂觀思維系列-朋輩關係處理 30/10/17 禮堂 運用正向生命教育介入手法, 以朋輩關係處理作主題式講座, 讓學生明白如何於朋輩中尋找自我定位而不失友誼。	122	0	0	0	學生對講座題目感到興趣, 由於內容與受惠對象有切身關係, 故此他們表現投入。除了聆聽講座內容, 大部份參加者也願意參與互動遊戲, 例如: 小測驗、討論、遊戲等, 以加深對內容的思考。
活動通訊	活動: 日期: 地點: 內容:	活動通訊 第一期及第二期 3/2018 ~ 7/2018 / 以單張/電子媒體形式, 向學生、家長及老師, 提供加強青少年抗逆力, 及提升精神健康的策略。	300	200	100	0	大部份受惠對象對通訊內容表示滿意, 並能於日常運用有關精神健康知識。
工作坊	活動: 日期: 地點: 內容:	「臨危不亂」- 校園危機處理工作坊 19/10/17 禮堂 透過模擬校園危機事件, 提高校內教職員對校園危機意識、學會危機介入技巧和策略、增強處理危機的信心。	0	0	49	0	老師欣賞情景模擬及經驗分享部份。他們認為貼近真實的情境能有助探討問題, 並能啟發對處理危機的思考。
講座	活動: 日期: 地點: 內容:	「逆風前航」- 提升子女抗逆力家長講座 24/11/17 禮堂 運用講座形式, 協助家長掌握抗逆力的概念及提升子女面對逆境能力的策略。	0	44	0	0	大部份家長表現專注投入, 對部份內容及影片有較深刻體會。但由於時間略為緊迫, 以致未能對課題作更全面的剖析。



歷奇成長挑戰營	活動: 日期: 地點: 內容:	“迎刃有餘”歷奇成長挑戰營 (包括營前會及營後會) 10/4/18 ~ 14/4/18 香港基督教女青年會 - 梁紹榮 度假村 運用歷奇體驗式宿營活動, 提升參加者的抗逆力。	21	0	0	0	學生在訓練營的表現十分投入及積極。縱然部分活動內容具挑戰性及艱辛, 但他們也表現堅毅。過程亦見證朋輩間互相扶持的表現, 有明顯的進步。在眾多活動當中, 大部分學生對訓練營的經歷最為深刻。
小組	活動: 日期: 地點: 內容:	個人探索小組(第一組) 10/11/17 ~ 24/4/18 課室 運用小組形式讓參加者認識和學習情緒管理、解難和減壓方法。	9	0	0	0	學生積極投入活動, 出席情況理想。他們比較喜歡以互動遊戲及分享討論的形式學習。部分學生正面的表現更成為其他人的榜樣, 其影響力也非常顯著。在個人層面, 大部分學生也有不同程度的進步。
小組	活動: 日期: 地點: 內容:	個人探索小組(第二組) 10/11/17 ~ 24/4/18 課室 運用小組形式以認知行為治療法, 提升參加者對自己精神健康的認知, 並引領同學檢視自身慣常思考模式及予以改進。	12	0	0	0	
小組	活動: 日期: 地點: 內容:	小組分享會 9/5/18 ~ 11/5/18 課室 透過小組分享, 協助參加者整理經驗並促進其建立正面積極的信念。	21	0	0	0	學生透過製作小手作以整理全年計劃的得著, 他們大都願意改善及加強自己的抗逆能力。部分參加者有信心在校園延續計劃理念, 以個人正面經驗影響身邊人。
義工培訓及服務	活動: 日期: 地點: 內容:	“蜜蜜送”校本義工培訓及服務 20/4/18 ~ 27/4/18 課室及有蓋操場 透過校內義工培訓, 當中包括互動遊戲、簡報、資訊及短片分享, 以提升參加者對青少年精神健康認知及拆解常見精神病患謬誤。另外, 為鞏固和諧校園氣氛, 加深互勉文化, 義工培訓環節將包括小手作(小禮品/ 朱古力/ 小食)和心意卡製作, 提供平台予參加者, 分享小手作及心意卡, 宣揚關愛互勵文化, 共建友愛校園。	21	0	0	0	學生積極投入預備校內義工攤位。雖然部份參加者不熟悉如何製作曲奇, 但他們也願意耐心學習, 並努力完成, 最後能預期在校內攤位日派發。於攤位日當天, 大部分學生也盡力發揮其角色, 積極宣揚校內關愛及抗逆文化。



工作坊	活動: 「風雨同途」家長工作坊 日期: 4/5/18 地點: 學校圖書館 內容: 協助家長檢視其管教子女的觀念及價值觀、學習和提升和諧的家庭關係及家庭抗逆力的策略。	0	9	0	0	家長認真學習相關知識，並願意作真誠分享及積極參與討論。故此能達致預期學習成果，建議可加長活動時間，讓家長更能掌握內容及有信心運用相關知識。
親子日營	活動: 「破風」親子日營(校內篇) 日期: 4/5/18 地點: 學校圖書館 內容: 運用經驗學習法，透過一系列歷奇活動，促進家長及孩子間正面思考及學習互相體諒和欣賞。	16	9	0	0	縱然部分參加者對親子活動形式較為陌生，但他們很快便能明白及適應活動要求，以致能投入享受親子相處時間。
嘉許禮	活動: 「心晴大使」計劃 閉幕禮暨嘉年華 日期: 30/6/18 地點: 理工大學 內容: 讓參加者共聚一堂，共同回顧及深化在計劃內的學習及嘉許在計劃內表現出色的參加者。	19	4	1	0	活動當日天氣炎熱，但學生也積極投入。作為被嘉許的一份子，他們表現欣喜及自信。與此同時，學生當日需要負責一個攤位遊戲，帶出精神健康訊息和減壓方法。於預備及進行期間，他們表現認真盡責。

6. 困難及解決方法

推行計劃期間，部份活動項目、財政安排等，也因應學校需要及個別狀況而作出調整，詳情如下：

(a) 活動項目調整:

變動項目	變動詳情	變動理據
1 強化教師團隊活動	工作坊題目由「如何及面對辨識有精神健康困擾的同學」，更改為「臨危不亂」－校園危機處理工作坊。工作坊目的及內容則維持不變。	讓參加者對工作坊題目有更清晰的理解，並對活動內容訂下合理的期望。

(b) 財政調整:

變動項目	變動詳情	變動理據
1 # “迎刃有餘”歷奇成長挑戰營	調撥\$412.1 至“蜜蜜送”校本義工培訓及服務。	為配合活動需要，製作的小手作數量亦有增加，故活動物資費用亦相應作出調整。
2 # 強化教師團隊活動	調撥\$988.6 至「小組分享會」。	為配合活動需要，物資開支亦相應作出調整。



3 #	聯校/校本嘉許禮	<ol style="list-style-type: none"> 1. 10 個計劃，包括: 2016/0581、2016/0582、2016/0585、2016/0703、2016/0704、2016/0721、2016/0775、2016/0806、2016/0807、2016/0825，舉行聯校嘉許禮，名為：「心晴大使」計劃閉幕禮暨嘉年。 2. 預算的項目及理據除了包括活動物資外，欲增加其他項目，例如：有關閉幕禮場地用品租借，音響設備、場地佈置、攤位設置租借及製作、展板設計及製作、宣傳品設計及製作、活動刊物設計及製作、獎項物品、影音製作、攝影錄影服務、接送參加者往返場地交通費等。 3. 由於此項為聯校活動，故此所有活動總支出將以一個總數列出，並註明每計劃的支出。 	<p>因為「心情大使」聯校閉幕禮暨嘉年華的規模較大，參加人數亦較校本嘉許禮為多，故此預算項目亦相應增多，以致能夠順利推行，並讓更多參加者得以受惠。</p>
--------	----------	---	---

#優質教育基金已知悉並同意有關變動