

## 計劃總結報告

計劃編號：2016/0639

## 甲部

計劃名稱：喜樂校園計劃—將軍澳官立中學

機構/學校名稱：將軍澳官立中學 香港小童群益會

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：\_\_\_\_\_

受款人姓名\*：\_\_\_\_\_

簽名：\_\_\_\_\_

簽名：\_\_\_\_\_

日期：20 DEC 2018

日期：20 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。

## 優質教育基金總結報告填寫指引

在填寫計劃評鑑時，請詳述以下各點。以下指引提供參考，讓計劃負責人／小組反思計劃的成效。

### 1. 目標達成

本計劃以運用「正向心理學」的理念，建立一個安全而又具支持作用的校園環境。健康促進學校的理念就是要學校加強學生對精神健康和福祉的認識，以及提升學生的社交和情緒控制能力。

目標如下：

- (1) 以預防性的介入手法，透過不同活動促進學生的精神健康。
- (2) 加強學生的正面聯繫，營造關愛、具支持的校園氣氛。
- (3) 運用正向心理學，提升學生的正面思維、學習感恩。

表一：目標達成

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) 以預防性的介入手法，透過不同活動促進學生的精神健康。	「愛在當下」生命劇場	100%	全校學生出席是次活動	/
	「同途有愛」家長培訓	70%	量性問卷結果顯示，家長對工作坊的形式感到滿意	/
		100%	量性問卷結果顯示，家長學到培養孩子正面情緒的方法	/
	「同途有愛」老師培訓	100%	全校老師出席是次活動	/
		100%	量性問卷結果顯示，老師學到正面情緒及正向思考的概念	/
	「TEEN天Power Up」成長小組	100%	學生在量性評估的回應中，顯示以下其一項或多項有關抗逆力的量度標準有進步： 1. 樂觀感 2. 自我效能感 3. 歸屬感 4. 感恩態度	/
	「I-CARE@School」	100%	製作了I-CARE小冊子並向全校老師和學生派發，他們在質化評估訪問中都表示刊物讓他們認識更多關於精神健康的知識	/
(2) 加強學生的正面聯繫，營造關	「TEEN天Power Up」成長小組	100%	學生在量性評估的回應中，顯示以下其一項或多項有關抗逆力的量度標準有進步：	/

愛、具支持的校園氣氛。			1. 樂觀感 2. 自我效能感 3. 歸屬感 4. 感恩態度	
	「愛在當下」生命劇場	70%	量性問卷結果顯示，學生感受到與人連繫可改變個人情緒及被明白的重要性	/
		73%	量性問卷結果顯示，學生表示自己會嘗試多點關心其他同學	/
	「快樂就在轉角」校本關懷行動	100%	量性問卷結果顯示，設計及製作攤位的同學表示可以透過攤位活動給學校同學減低學習壓力	/
	「同途有愛」老師培訓	100%	量性問卷結果顯示，老師學到如何與他人，例如學生、同事、家人建構正面關係。	/
(3) 運用正向心理學，提升學生的正面思維，學習感恩。	「TEEN天Power Up」成長小組	100%	學生在量性評估的回應中，顯示以下其一項或多項有關抗逆力的量度標準有進步： 1. 樂觀感 2. 自我效能感 3. 歸屬感 4. 感恩態度	/
	「快樂就在轉角」校本關懷行動	100%	學生在量性評估的回應中，顯示學到正向心理學的基本概念，包括認知重整法、感恩。	/
	「同途有愛」老師培訓	100%	量性問卷結果顯示，講座的整體滿意度達十成，老師認為工作坊能夠讓他們了解什麼是正向思考；	/
	「同途有愛」家長培訓	100%	家長表示能夠鼓勵他們學習樂觀和感恩，然後陪同學生一同實踐。	
	「I-CARE@School」	100%	製作了I-CARE小冊子並向全校老師和學生派發，他們在質化評估訪問中都表示刊物讓他們認識更多關於正向心理學的知識	/

## 2. 計劃影響

影響範疇	評鑑準則	相關證據或指標
------	------	---------

1. 學習成效	1. 拓寬學生/教師的視野	透過「TEEN 天 Power Up」成長小組和「同途有愛」老師培訓的多元化體驗活動，讓學生和老師學習一些課堂以外的新技能，例如咖啡拉花、鏞射槍戰、保鮮花製作、瑜珈、香薰治療。而小組義工服務則讓學生了解到流浪動物在社會的狀況，讓他們能走出校園，嘗試到書本以外的體驗。
	2. 加強學生/教師的成功感	在「快樂就在轉角」校本關懷行動，學生學習了正向心理學的知識後，透過攤位向全校推廣，老師和其他學生都能夠見證及參與他們學習的成果。所有參與學生都表示非常享受設計及製作攤位的過程，看見同學玩得開心感到很成功。  在「同途有愛」老師培訓的減壓活動日，最多老師表示咖啡拉花最讓他們感到成功感，因為是一個十分新鮮的體驗，對於愛好咖啡的老師來說感覺十分好。
	3. 促進學生發揮專長及潛能	「TEEN 天 Power Up」成長小組強調組員的性格強項，並運用不同小組活動給組員發揮，例如各式各樣的團隊遊戲、動靜及藝術興趣培訓活動及義工服務。  在「快樂就在轉角」校本關懷行動，由設計、佈置、到帶領攤位都是由學生自己完成，喜好運動的學生選擇籃球為攤位遊戲，喜好手工藝的學生做水晶瓶，喜好攝影的學生選擇為同學拍攝即影即有相片，活動的自由度能夠給學生發揮自己專長及潛能。
2. 專業發展	1. 為教師提供更多培訓機會，促進教師的專業發展	「同途有愛」老師培訓邀請了穎匙培訓顧問有限公司的導師林淑穎小姐作為講者，主題為正向情緒學習之旅。量性問卷結果顯示，老師認為工作坊能夠讓他們了解什麼是正向思考和正面情緒，如何與他人，例如學生、同事、家人建構正面關係。有老師認為是次工作坊是一個反思自己的時間，學習到的正面說話技巧，例如 I-Message、尋解者語言、正面肯定，能增加個人的可能性，在處理教學工作時，能與學生更有效及正向的溝通。另外，也明白到與負面情緒並存的重要，然後嘗試改寫負面句子以提昇正面情緒。
3. 學校發展	1. 營造關愛、具支持的校園氣氛	超過六成學生在觀賞「愛在當下」生命劇場後，學到關心他人及察覺他人情緒的方法，也感受到被人明白、與人連繫可改變個人情緒，所以表示自己會嘗試向別人分享自己的感受，以及多點關心其他同學，透過正面溝通去建立互愛關係。

### 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	\$146,312.00	\$132,340.81	-9.5%
一般開支	\$6,648.00	\$5,830.75	-12.3%
服務	\$47,040.00	\$40,442.10	-14.0%

計劃的成本效益：

(A.) 資源的運用(例如器材、申請學校/參與學校的人力資源等)：足夠

(B.) 按直接受惠人士數目計算的單位成本：計劃實際支出為\$178,613.66，服務人士包括 798 名學生+120 名家長+64 名老師，因此每人單價約為\$181.9。

(C.) 計劃所建構的學習課程及資料的延續性：

「I-CARE@School」能在日後與精神健康相關的活動中作為參考資料；「TEEN 天 Power Up」成長小組及「快樂就在轉角」校本關懷行動的成功經驗，亦能用於日後設計吸引學生生活動作參考，而「心連心。愛校園嘉年華會」更可納入為學校的每年恆常活動。

(D.) 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)：沒有

(E.) 以較低成本達致相同效益的其他辦法：沒有

### 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
----------------------------	------------------	-----------------------------------	---

200 份 I-Care 小冊子	<p>I-Care 小冊子以 A5 尺寸印製，共有 8 個頁面，內容包括正向心理學簡介、快樂感的建立、喜樂校園計劃簡介及活動計劃。</p> <p>派發 I-Care 小冊子令學校的老師和學生更詳細了解計劃的內容和活動，而介紹正向心理學及技巧部分，讓學生對正向心理學有更多的認識，了解到有關快樂感建立的方法。</p>	於 2018 年 3 月份出版，於下學期「快樂就在轉角」校本關懷行動向學生派發。	I-Care 小冊子值得基日推廣，如可上載於基金的網頁內或基金於一些分享會／研討會中派發，可以令服務更有持續性。
600 份 I-Care 小冊子	<p>I-Care 小冊子以 A5 尺寸印製，內容包括幸福感的建立：「PERMA」五大幸福元素、24 個性格強項、喜樂校園計劃活動回顧。</p> <p>派發 I-Care 小冊子令學校的老師和學生更詳細了解計劃的內容和活動，而介紹正向心理學及技巧部分，讓學生對正向心理學有更多的認識，了解到有關幸福感建立的方法。</p>	於 2018 年 9 月份出版，於班內向學生派發。	I-Care 小冊子值得基日推廣，如可上載於基金的網頁內或基金於一些分享會／研討會中派發，可以令服務更有持續性。

計劃的成功因素/經驗及延續計劃的可行性：

(1) 計畫能夠回應及配合學校發展需要

學校的發展計劃為培養學生七種首要的價值觀和態度：「堅毅」、「尊重他人」、「責任感」、「國民身份認同」、「承擔精神」、「誠信」和「關愛」為發展方向，旨在幫助同學建立個人自信心、人生目標和理想。而計劃正正配合學校以「尊重他人」、「責任感」、「承擔精神」、「關愛」為主題的發展計劃。

在「愛在當下」生命劇場，學生學習關心他人的方法，劇場強調每個人感受關心的方法都不同，有些人可能需要被聆聽、有些人可能不想把自己的情緒說出來而只需要陪伴，所以「尊重」每個人面對困難的做法也是「關愛」的一種。參與「快樂就在轉角」校本關懷行動培訓的每位學生都有一個角色去製作攤位，為營造關愛、具支持的校園氣氛出一分力，服務學校。另一方面，根據學校老師的觀察和評估，都認為部分中二同學的參與活動程度不太高，而精神健康和抗逆力亦較低。「TEEN 天 Power Up」成長小組的流浪動物義工服務，讓他們了解流浪動物惡劣的居住環境後，幫忙狗場清潔，培養為他人服務的「責任感」。

5. 活動一覽表

表四：活動一覽表

活動性質 (例如 座談會、表演等)	概略說明 (例如 日期、主題、地點等)	參加人數				參加者的回應
		學校	教師	學生	其他 (請註明)	
「愛在當下」 生命劇場	19/1/2018—學校禮堂	1	20	536		學生十分專注觀看劇團的演出，在互動環節的反應一般，初中同學較高中同學踴躍回應，有高中同學於問卷中反映希望劇場內容有更深入的內容，例如介紹抑鬱症的症狀、探討自殺問題等等
「TEEN 天 Power Up」成長小組	6/3/2018- 學校課室	1	2	10		學生表示很喜歡和投入小組中的各項活動，特別是寵物義工，是一個新嘗試而且讓他們明白流浪動物的狀況，了解到生命的可貴，要養動物就要負責任，亦表示會與家人、同學、朋友分享是次經驗。更有同學發現自己沒有以前那麼怕狗，希望能夠再來做義工。
	12/3/2018- 學校課室					
	26/3/2018- 咖啡拉花興趣培訓，學校課室					
	26/4/2018- 鐺射槍戰興趣培訓，					
	15/5/2018- 保鮮花製作興趣培訓，學校課室					
	6/7/2018- 阿棍屋寵物義工					
「同途有愛」 家長及老師 培訓	8/12/2017- 中一家長講座，學校禮堂	1	52		家長： 106	講座的整體滿意度達十成，家長認為講座能夠讓他們了解正面情緒和學習培養正面情緒的方法，並且能夠鼓勵家長學習樂觀和感恩。
	22/1/2018- 老師培訓工作坊，學校 6 樓小禮堂					75%以上的老師表示會希望再次參與相關主題的講座或工作坊。
	11/2/2018- 家長一人一故事劇場，學校 6 樓小禮堂					家長表示感到新奇，而且分享的內容多與自己的經歷相似，所以感到很有共鳴，希望日後可以再參與類似劇場。
	1/6/2018, 老師減壓活動日，學校					老師表示能夠釋放他們日常的壓力，學習到新知識和新興趣，也會嘗試在日常生活中嘗試再做這些減壓活動，以維持身心健康。
「快樂就在 轉角」 校本關懷行動	21/11/2017, 27/11/2017, 5/12/2017- 上學期訓練小組，學校課室	1		550		負責設計及製作攤位的同學全都表示享受設計及製作攤位的過程，有同學於量性問卷表示能夠與同學一起合作完成這個攤位，很有成功感和滿足感，認為攤位遊戲能夠在校推廣正向
	12/12/2017- 上學期攤位，學校有蓋操場					

	S/2/2018, 6/3/2018, 12/3/2018- 下學期訓練 小組, 學校課室					心理學, 也能營造關愛、具支持的校園氣氛, 希望可再次參與同類活動。
	20/12/2017- 下學期攤位、學校有蓋操場					
I-CARE@School	03/2018—學校	1	52	200		學生認為 I-CARE 小刊物讓他們認識了一些關於正向心理學的知識。

## 6. 困難及解決方法

### 6.1 計劃時間表的變更 (包括取消、延期或增加的活動)

#### 「愛在當下」生命劇場：

根據計劃書，劇場原本訂於2017年10月進行，但因為要配合學校及劇團雙方的時間表，所以最後改於2018年1月19日進行。

#### 「同途有愛」家長老師培訓

根據計劃書，培訓原本訂於2017年10月至12月進行，但因為要配合學校的時間表，所以最後家長和老師培訓均分開各兩次活動去完成計劃的節數，包括家長一人一故事劇場於2018年2月11日進行；老師培訓工作坊於2018年1月22日進行；老師減壓活動日於2018年6月1日進行。

### 6.2 財政預算項目的調撥

項目	批准預算支出	調撥後預算支出	原因
「快樂就在轉角」校本關懷行動 ➤ 攤位物資	\$8000	\$1000	由於攤位對象為全校學生，故禮物及活動物資需要額外款項以預備足夠數量，故將攤位物資的剩餘款項撥入禮物及活動物資項目。
「快樂就在轉角」校本關懷行動 ➤ 禮物	\$3000	\$3500	
「快樂就在轉角」校本關懷行動 ➤ 活動物資	\$3000	\$4000	
「同途有愛」老師減壓活動日 ➤ 交通費	\$2000	\$0	因學校老師時間上未能出席共3小時的減壓活動日，只能分開兩次進行，所需費用加為\$10500。而由於活動全於校內進行，故將交通費及攤位物資的剩餘款項撥入老師減壓活動日。
➤ 減壓活動項目	\$3000	\$10500	