

計劃總結報告

計劃編號：2016/0704

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：棉紡會中學)

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「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. 中二全級共95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	1. 「正向人生路」樂觀思維系列—成長與家庭	達致	目標(一): 反思與家人的親子關係為97%達致。 目標(二): 提升對父母角色的體諒與理解均為95%達致。 目標(三): 掌握改善和家人關係的方法均有91%達致，學生們對活動整體評價平均有2.4分。 (3分為最滿意)
		2. 「正向人生路」樂觀思維系列—朋輩關係處理	達致	目標(一): 檢視自己的溝通模式，提升對自己的了解為99%達致。 目標(二): 掌握朋輩衝突的處理方法為99%達致，學生們對活動整體評價平均2.6分。 (3分為最滿意)
		3. 「正向人生路」樂觀思維系列—逆境處理	達致	目標(一): 讓參加者了解負面思想對自己的影響為97%達致。 目標(二): 活動能讓你認識一些正面的方法去面對自己的問題或困擾為96%達致，學生們對活動整體評價平均有2.5分。 (3分為最滿意)



<p>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</p>	<p>4. 「正向人生路」樂觀思維系列—網絡欺凌</p>	<p>達致</p>	<p>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97.5%達致,學生們對活動整體評價平均有2.7分。 (3分為最滿意)</p>
	<p>“迎刃有餘”歷奇成長挑戰營</p>	<p>達致</p>	<p>目標(一): 提升同學自信心,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,共同面對逆境為100%達致。 目標(三): 體驗團隊共同面對逆境,了解團體分工的重要性為100%達致,學生們對活動整體評價平均有2.9分。 (3分為最滿意)</p>
	<p>個人探索小組(共2組)</p>	<p>達致</p>	<p>目標(一): 提升情緒管理的技巧和能力為100%達致。 目標(二): 加強解難的技巧和能力為100%達致。 目標(三): 學習和應用有效的減壓方法為100%達致,學生們對活動整體評價平均有3分。 (3分為最滿意)</p>
	<p>“蜜蜜送”校本義工培訓及服務</p>	<p>達致</p>	<p>目標(一): 提升正面處理精神健康的方法的認識為100%達致。 目標(二): 分享正面處理精神健康的方法給同學為100%達致,學生們對活動整體評價平均有3分。 (3分為最滿意)</p>
	<p>校本嘉許禮</p>	<p>達致</p>	<p>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100%達致,學生們對活動整體評價平均有2.9分。 (3分為最滿意)</p>
	<p>聯校嘉許禮</p>	<p>達致</p>	<p>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100%達致,學生們對活動整體評價平均有3分。 (3分為最滿意)</p>



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	面對困難「家」點 愛	達致	目標(一): 認識子女面對困難的表現為 100%達致。 目標(二): 明白幫助子女解決困難的方法 為 100%達致，家長們對活動整 體評價平均有 2.4 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	「學童自殺」一及 早識別與有效處理 教師工作坊	達致	目標(一): 提升學童情緒困擾/自殺辨識的 敏感度為 100%達致。 目標(二): 認識處理學童情緒困擾/自殺策 略與技巧為 100%達致。 目標(三): 增加了處理精神健康有需要的 學生的信心為 100%達致，參加 者對活動整體評價平均有 2.8 分。 (3 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、中二級學生 和教師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，向家長及教師派發有 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，透過主題式講座及工作坊，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及提升抗逆力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不同逆境。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)，並加上班主任、輔導主任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，以強化其支援系統，藉以增強抗逆力。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「學童自殺」一及早識別與有效處理教師工作坊。是次工作坊目的是期望透過探討學童自殺事件及模擬情境演練，加深校內教職員對自殺信號的理解。100%教師認同工作坊內容有助他們提升對學童自殺辨識的敏銳度，掌握辨識自殺信號的技巧和介入策略，並有信心在校內協助同類事件。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	139,815.61	-6.67%
服務	10,400.00	4,000.00	-61.54%
一般開支	39,792.00	45,992.20	+15.58%

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1168人次，家長289人次，教師152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月派發給中一、二級學生及教師。	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教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名家長及教師。	小冊子已派發給參與學校作參考之用。

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

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 (請註明)	
會議	活動: 學校聯繫及籌備 日期: 11/10/17 地點: 校長室 內容: 落實計劃的時間表及商討學校的參與及支援。	0	0	4	0	高級經理、校長、輔導教師及學校社工商討來年計劃的安排、落實計劃的時間表以及學校支援, 以便日後更順利執行活動。
問卷	活動: 學生需要調查(HKSIF1.1) 日期: 24/10/17 地點: 課室 內容: 安排同學填寫學生需要調查(HKSIF1.1)。	95	0	0	0	在教師及計劃社工協助下, 是次調查能順利完成。大部份學生認真填寫問卷, 學生大多都能理解問卷內容, 部分學生需要教師或社工的協助下完成整份問卷。
工作坊	活動: 「正向人生路」樂觀思維系列-成長與家庭 日期: 7/11/17 ~ 29/11/17 地點: 課室 內容: 運用正向生命教育手法介入手法, 以成長與家庭作主題式講座, 讓學生明白如何在青少年成長中協調個人成長與家庭帶來的角力。	91	0	0	0	學生投入參與, 積極參與小組討論。除了對題目的認知, 部份同學願意作自我反思, 並分享個人體會, 特別喜歡以音樂及影片作介入方法, 課堂氣氛融洽。
工作坊	活動: 「正向人生路」樂觀思維系列-朋輩關係處理 日期: 14/11/17 ~ 13/12/17 地點: 課室 內容: 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。	88	0	0	0	學生參與積極投入, 學生對是次活動題目特別感興趣及投入, 他們特別喜歡參與互動形式的遊戲, 例如朋友小測試、角色扮演等, 有助加深對內容的認識, 學生希望能播放更多影片。
講座	活動: 「正向人生路」樂觀思維系列-逆境處理 日期: 13/11/17 地點: 禮堂 內容: 運用正向生命教育手法介入手法, 以逆境處理作主題式講座, 讓學生明白如何在成長帶來的挑戰及困頓中活得自在、游刃有餘。	244	0	0	0	學生參與反應踴躍, 特別喜愛互動遊戲, 如: 傳球及問答環節, 亦喜愛觀看短片及故事分享, 幫助加深對內容的了解, 了解更多負面思想對自己的影響。



工作坊	活動: 「正向人生路」樂觀思維系列-網絡欺凌 日期: 28/11/17 ~ 20/12/17 地點: 課室 內容: 運用正向生命教育手法介入手法,以網絡欺凌作主題式講座,讓學生明白如何善用不密可分的互聯網,保護自己亦免傷害他人。	87	0	0	0	學生參與反應踴躍,特別喜愛生活中不同的實例分享,網絡欺凌小測試亦幫助同學反思在日常生活中是否曾經參與過網絡欺凌,及了解其負面影響,同時他們亦了解如何善用互聯網及提高他們在網上自我保護的意識。
活動通訊	活動: 活動通訊 第一期及第二期 日期: 3/2018 ~ 7/2018 地點: / 內容: 以單張/電子媒體形式,向學生、家長及教師,提供加強青少年抗逆力,及提升精神健康的策略。	253	253	94	0	學生、教師及家長收到後反應正面,認為通訊內容切合他們的需要,形式及實用程度亦足夠吸引他們使用。
歷奇成長挑戰營	活動: “迎刃有餘”歷奇成長挑戰營(包括營前會及營後會) 日期: 20/3/18 ~ 17/4/18 地點: 西貢青協訓練營 內容: 運用歷奇體驗式宿營活動,提升參加者的抗逆力。	19	0	1	0	學生在訓練營期間積極投入參與活動,特別在宿營及營後會,表現特別合作及踴躍,特別喜愛團體合作的水上活動。進行歷奇活動期間,學生亦比以往活動表現得更堅韌,不輕易放棄,在朋輩間亦互相提供協助及支持,及願意主動配合工作人員及導師,遵守秩序。
工作坊	活動: 學童自殺-及早識別與有效處理教師工作坊 日期: 3/1/18 地點: 禮堂 內容: 透過工作坊,短講和技巧訓練,提升教師對學童自殺辨識的敏銳度和介入的能力。	0	0	47	0	教師參與投入、踴躍,特別對個案分析及模擬情景感興趣,滿意講者的充足專業準備,亦喜歡練習不同的提問技巧,欣賞有實景嘗試。
講座	活動: 面對困難「家」點愛 日期: 1/12/17 地點: 學校 內容: 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	36	0	0	家長參與表現踴躍、正面,認為講座主題有助他們了解如何為子女提供協助及鼓勵,共同克服困難,講者表達方式亦簡單易明,有助他們理解講座內容。
小組	活動: 個人探索小組(第一組) 日期: 28/2/18 ~ 21/3/18 地點: 課室 內容: 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。	10	0	0	0	學生十分投入於小組活動,他們喜歡製作小手作,玩遊戲及觀看影片。學生亦十分主動參與及享受學習過程,他們會積極學習不同的小組訊息,如:壓力管理、情緒、解決問題之方法等。



小組	活動: 個人探索小組(第二組) 日期: 2/3/18 ~ 23/3/18 地點: 課室 內容: 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。	10	0	0	0	學生投入參與活動,特別喜愛製作小手作及觀看影片,踴躍就著主題內容發表意見。他們理解的能力高,會就著內容作出個人反思,亦能分享在日常生活如何運用所學技巧的例子。
義工培訓及服務	活動: “蜜蜜送”校本義工培訓及服務 日期: 23/4/18 ~ 18/5/18 地點: 課室及有蓋操場 內容: 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。	20	0	0	0	學生透過舉辦校內的義工手作及遊戲攤位,學習了正面的精神健康資訊,學生特別喜愛共同製作小手作及心意卡,再以心晴大使身份在校內推廣及體驗式學習精神健康資訊,與更多師生一同製作手作。 攤位當天反應熱烈,學生擔任工作人員,更邀請學校師生一同投入參與,氣氛熱烈,並能營造正面關愛互相勉勵的文化。
嘉許禮	活動: 校本嘉許禮 日期: 29/6/18 地點: 禮堂 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。	18	0	2	0	學生十分滿意當天的活動安排,學生在籌備的過程中,如司儀訓練、練習講稿、綵排,參與反應踴躍,用心準備具校本特色的嘉許禮,而在頒獎環節時,氣氛投入、正面。 學生以新穎及有趣互動形式向其他級學生推廣正面健康精神訊息,鼓勵自己及他人將成功經驗應用於日常生活,共同分享彼此的學習成果,互相勉勵。
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。	12	0	2	0	學生透過帶領及遊玩不同的遊戲攤位,重溫在整個計劃活動中的體驗及得著,與其他學校的學生互相分享其成長,並互相鼓勵將成功經驗應用於日常生活。同時,嘉許禮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。

6. 困難及解決方法

推行計劃期間，部份活動項目、節數、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) 活動項目及節數調整：

變動項目	變動詳情	變動理據
1 # 「逆風前航」— 提升子女抗逆力家長講座	只修改講座名稱，其目的不變由「逆風前航」—提升子女抗逆力家長講座 改為 面對困難「家」點愛。	因與校方商討過後，校方希望講座的名稱能按校本需要，而選用比較容易理解的名稱，讓他們容易明白講座目的，內容形式上也增加了互動程度，提升家長參與的動力，因此只修改講座名稱，其目的不變。
2 # 校本及聯校嘉許禮	學校除了參與校本嘉許禮外，亦有參與聯校嘉許禮，因此新增了聯校嘉許禮的項目。 與學生籌備工作及練習，增加了兩節節數。	因學校計劃原先選擇校本嘉許禮是希望特別嘉許及關顧學生的需要，後來學校認為聯校嘉許禮亦有其特色及正面成效，能更鞏固學生的學習成果，因此經校方及社工討論後，學生均參與了校本及聯校嘉許禮。 校本嘉許禮預算開支足夠支援聯校嘉許禮，不需要額外預算開支。 因學生需要籌備及練習校本嘉許禮，因此社工需用額外兩節節數與學生練習，如司儀訓練、練習講稿、綵排等。

#優質教育基金已知悉並同意有關變動

(b) 財政調整：

變動項目	變動詳情	變動理據
1 # 「逆風前航」— 提升子女抗逆力家長講座	一般開支調配: 餘下\$1865 調配到校本嘉許禮。	校本嘉許禮預算開支較多，因參與對象包括全校師生。
2 # 「正向人生路」樂觀思維系列	一般開支調配: 餘下\$3012.8 調配到“蜜蜜送”校本義工培訓及服務計劃。	“蜜蜜送”校本義工培訓及服務計劃預算開支較多，初部構思會有兩節時段在校內擺放攤位，需要較多預算。
3 # 學童自殺—及早識別與有效處理老師工作坊	一般開支調配: 餘下\$1892 調配到“蜜蜜送”校本義工培訓及服務計劃。	“蜜蜜送”校本義工培訓及服務計劃預算開支較多，初部構思會有兩節時段在校內擺放攤位，需要較多預算。
4 # “蜜蜜送”校本義工培訓及服務計劃	一般開支調配: 餘下\$134.2 調配到校本嘉許禮。	校本嘉許禮包含不同互動性的活動，參與對象亦包括中一及中二級學生，所需物資較多，因此預算開支較大。
5 # 個人探索小組	一般開支調配: 餘下\$1033.2 調配到校本嘉許禮。	校本嘉許禮包含不同互動性的活動，參與對象亦包括中一及中二級學生，所需物資較多，因此預算開支較大。



6 #	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