

計劃總結報告

計劃編號：2016/0711

甲部

計劃名稱：「尊重生命，逆境同行」(好心情@學校微型學校)--：與「好心情@學校」計劃有關

機構/學校名稱：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： 28 DEC 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. 能否達成目標

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	未能達到目標的理由
及早識別及支援抗逆力低之初中學生	學生需要調查	全部達到	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 學生需要調查於 2017 年 10 月進行，大部份學生能認真地完成問卷。</li> <li>➢ 透過篩選問卷，共 17 名中二學生在結果中顯示為抗逆力較低及危機因素較高。</li> <li>➢ 老師認為問卷大致上能篩選出合適計劃的學生，當中部分學生自我形象及自信心偏低。</li> </ul>	
以問卷篩選有需要的學生，並提供點對點到校「次級介入」支援活動	逆境同行挑戰計劃(抗逆力小組)	全部達到	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 是次計劃邀請了 20 名中二學生，當中 17 名在篩選問卷中顯示抗逆力較低及老師認為較有成長需要的學生參與抗逆力小組，以提供點對點的「次級介入」支援活動。</li> <li>➢ 老師亦邀請 3 位較正面積極的學生參與抗逆力小組，以減低標籤效果。</li> </ul>	
提升學生抵抗及處理逆境能力及各種促進精神健康的保護因素	1. 「正面思維」開心快樂學生心理健康工作坊	達到 84% 以上	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 根據問卷調查及學生課堂的回應，學生對活動很感興趣及有深刻的體驗，明白到正向關係的重要原素。</li> <li>➢ 學生對於工作坊能「增加我認識班內同學的機會」、「鼓勵我多分享自己想法/感受」、「提升我對他人感受/需要的覺察」及滿意講者表現的評分平均為 4.2/5。</li> </ul>	
	2. 逆境同行挑戰計劃(抗逆力小組)	全部達到	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 參與抗逆力小組之學生皆填寫了前後問卷，當中反映學生在「抗逆力」和「精神健康」兩個範疇皆有正面轉變。</li> <li>➢ 學生在「抗逆力」方面的平均數由 18.26 提升至 28.68，以 paired t-test 計算，其結果顯示學生在參與小組後「抗逆力」有顯著進步。</li> <li>➢ 其中亦以一般健康問卷(GHQ)量度學生精神健康狀況，分數愈高代表心理受困擾的程度愈高。學生在參與小組後 GHQ 的平均數由 18.37 下降至 10.68，反映學生有顯較佳的精神健康狀況。</li> </ul>	

	3. 正面文化嘉許禮	全部達到	<ul style="list-style-type: none"> <li>18 位同學及 2 位老師出席嘉許禮，分享計劃成果，計劃同學除獲得計劃證書以肯定其成長和努力，表現良好者更獲個別表揚。</li> </ul>	
	4. 「正面思維」及「享受生活」活動通訊	全部達到	<ul style="list-style-type: none"> <li>活動通訊概括計劃的情況，並且鼓勵同學互助互愛，保持正面積極態度面對挑戰及逆境。</li> <li>通訊透過學校內聯網傳閱給全體師生及家長。</li> </ul>	
提高支援學生成長人士(家長及老師)對學生的抗逆力的認識及掌握跟進輔導技巧	1. 老師培訓	全部達到	<ul style="list-style-type: none"> <li>從老師回應表中反映，分享讓老師明白正向心理的應用平均分達 4.5/5 (1-5 分，5 分最高)；內容十分貼近學校的生活事件讓老師易於明白，並能以積極的思維融入日常的教學工作平均分為 4.4/5；讓他們學習如何發掘學生的長處，以及關心的方法平均分為 4.5/5。</li> </ul>	
	2. 「正面思維」開心快樂家長心理健康講座	未能達到		校方未能安排時間舉行有關活動。
	3. 逆境同行家長工作坊	未能達到		由於學生的家長較多是雙職父母，甚至需要在內地工作，校方表示沒最終有家報名出席活動。

## 2. 計劃影響

在學生層面，此計劃透過「初級預防」活動如講座、工作坊等，提升了學生抵抗及處理逆境的能力，辨識思想陷阱和建立積極正面思維。此外，計劃亦透過有效的篩選問卷識別出抗逆力較低和較有成長需要的中一學生，參與「次級介入」支援服務。當中學生經歷不同的體驗活動，加深對自我的認識，掌握更多解難方法和鬆弛技巧，並建立其校內支援網絡，以加強其精神健康的保護因素。老師和家長在支援學生擔當重要的角色，故計劃亦提供了相關培訓以提升其對學生情緒問題的認識和處理技巧。

### ➤ 拓寬學生的視野

抗逆力小組的學生在小組活動中體驗很多的第一次，如參與義工服務認識到作為義工時應該有的態度和注意的事項，亦了解更多社區裏不同群體的特性和需要。學生在服務中對長者有更深入的了解和認識，從而擴闊視野，學習到更多平時上課未能涉獵到的事物。

### ➤ 加強學生的成功感

學生在學業上面對有很多的挫敗和比較，平時難以得到肯定。在抗逆力小組訓練中，學生會遇到不同的挑戰和解難項目，但透過共同協作和不斷嘗試後，經歷到完成了看似「不可能」的事後獲得很大的滿足感和成功感。在正面文化嘉許禮中，由老師頒發不同的獎項予計劃學生，給予學生更多肯定和欣賞，這對他們的成長十分關鍵。

### 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) +/- %
員工開支	\$146,312.00	\$137,362.02	-6.12%
服務	\$41,100.00	\$22,702.00	-44.76%
一般開支	\$12,588.00	\$4796.65	-61.07%

### 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
不適用			

### 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)	
學校會議	於 2017 年 10 月 與負責計劃之老師籌備 和商討活動安排		2			負責老師表示對計劃更清晰和更掌握，亦了解如何作出配合。
學生需要調查	於 2017 年 10 月 進行學生需要調查	✓	3	78		78 名學生完成問卷

學生問卷調查前測	於 2017 年 11 月 29 日進行學生問卷調查前測	✓	1	20		20 名計劃學生完成前測問卷
「正面思維」關心快樂學生心理健康工作坊	於 2017 年 12 月 6 日進行「正面思維」關心快樂學生心理健康工作坊	✓	3	78		<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 工作坊運用圖片、影片等帶動學生討論及反思。學生能投入及積極分享。</li> <li>➢ 從回應表中反映學生對工作坊的意見和感想都是正面的，如學生表達「老師說得很好，讓我很快認識很(多)同學」、「很開心，增加了友誼的知識」等。</li> </ul>
老師培訓	於 2018 年 3 月 28 日由資深講者到校分享「正向情緒學習之旅」	✓	60			<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 老師十分滿意講座的形式、內容和講者表現，亦認為講座能達到有關目標。</li> </ul>
抗逆力小組	於 2017 年 11 月 29 日至 2018 年 06 月 01 日完成	✓		20		<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 學生經歷不同活動過程中，學習共同面對挑戰和解難，加強了彼此關懷和支持的氣氛。</li> <li>➢ 在完成多個個人突破挑戰後，學生的自信心亦明顯有所提升。</li> <li>➢ 在分享中鼓勵學生多作互相欣賞，發掘彼此強項與優點，從而建立正面自我形象和價值。</li> <li>➢ 學校老師亦認為活動能培養學生更有責任感，和更願意接受任務挑戰。</li> </ul>
活動檢討、評估及跟進	2018 年 6 月負責計劃社工到校與學校代表進行會議檢討活動成效		2			<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 校長及 1 位負責計劃老師共同出席，檢討中皆表達了對計劃感到滿意，並期望來年再度合作。</li> </ul>

## 6. 困難及解決方法

學生層面和老師層面的活動皆能順利在 2017-2018 學年推行。

由於參加抗逆力小組學生的家長較多是雙職父母或需到內地工作，故未能抽空參與逆境同行家長工作坊，按校本及學生需要，更改了活動為學生親手製作皮革散子包送予家人。活動促進學生反思家人為自己的付出，並以手作禮物和心意卡作回饋感謝家人。學生表示平日難於啟齒對父母表達謝意，籍著活動能把心底說話寫上，有效促進彼此關係和溝通。

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