

計劃總結報告

計劃編號：2016/0725

甲部

計劃名稱：「尊重生命，逆境同行」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	透過篩選問卷，121位中二學生中共有34位在問卷結果中顯示為抗逆力較低和危機因素較高。 老師認為問卷大致上能篩選出合適計劃的同學；當中部分學生面對家庭、學業等問題時感到壓力，自我形象偏低和情緒管理較弱，需要關注。	-
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	老師透過問卷結果及個別面談了解學生想法和意願後，最終邀請了18名在需要調查問卷中顯示抗逆力較低、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，及加入2位較正面積極的自薦參加者以減低標籤效果。 而小組整體出席率達83%。	-
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	「正面思維」開心快樂學生心理健康工作坊	達到80%以上	從學生回應表中反映，80%學生表示工作坊使學生增加認識班內同學的機會，有助他們建立朋輩間的支援網絡；81%學生同意工作坊有助提升學生對他人感受或需要的覺察，及有78%學生表示工作坊鼓勵了他們多分享自己想法或感受。部份學生亦分享工作坊使他們有開心快樂的經驗，促進正面思維。	
	逆境同行挑戰計劃(抗逆力小組)	達到90%以上	學生回饋 從學生意見回應表中，全部學生表示滿意整個計劃活動。94%學生同意小組有助提升解決困難的信心；88%的同意有助掌握同輩解決問題及溝通的技巧；94%同意有助與他人建立正面的人際關係，以及有助提升自我覺察和調節自我情緒，亦同意小組有助建立正面的思維。有小組學生表示：「學會感恩及掌握情緒」、「釋放了自己，自信了很多，願意與他人分享不開心的事」、「學會團隊互相幫助」等正面回饋。 從「個別勉勵」時間的分享中，小組學生表示小組內容豐富且有趣，活動過程中他們在輕鬆及正面的環境下，可學習並適應與他人相處，使他們加深了同輩間的認識、接納各人的異同及特質，亦提升到自我認同及樂觀	

			<p>感。</p> <p>小組前後測問卷結果</p> <p>從前後問卷結果顯示小組學生在「抗逆力」和「精神健康」兩範疇皆有顯著的正面轉變。</p> <p>學生在「抗逆力」方面的平均值由20.2提升至26.21，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。</p> <p>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的平均值由17.79下降至14.47，反映學生有較佳的心理健康表現。</p> <p>老師意見</p> <p>從活動檢討會議中，老師表示小組活動能回應小組學生的需要，提供讓他們嘗試及面對挑戰的平台。尤其宿營訓練後，參加者的自我形象及積極性有所提升，部份小組學生更有顯著的進步並延伸至校內表現。</p>	
	正面文化嘉許禮	達到90%以上	從出席嘉許禮的家長回應表中，全部家長同意活動有助了解子女在校或活動情況，亦同意活動有助提升子女的人際關係，建立支援網絡。90%家長同意活動有助子女面對困難及接受挑戰的能力。其中有家長表示：「幫助成長，有獨特的方式，非常有效。」	
	「正面思維」及「享受生活」活動通訊	全部達到	老師表示通訊能發放正面訊息給學生之用，內容上刊登了計劃活動花絮及正面理解逆境的元素，有助學生整合計劃活動經驗，使正面效果延續至其日後生活上。	
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	老師培訓	達到90%以上	從教師意見回應表中，94%教師表示工作坊有助提升他們對抗逆力理念的認識；90%同意有助分析學生的心理需要；90%能掌握情緒管理的方法；88%能掌握提升學生抗逆力的方法。有教師分享：「方法實際可行，有借鏡的方法」、「能提醒如何建立盼望的語言」等正面回饋。	
	逆境同行家長工作坊	全部達到	由於考慮到人數情況而改作由負責社工與家長個別面談。有家長分享其面談有助了解子女在校情況及增加對於子女個人特質的了解，亦提升回應子女成長需要的方法掌握。	
	「正面思維」開心快樂家長心理	達到90%	從家長意見回應表中，91%家長從講座認識到子女在成長中面對的困難，92%指講座能協助	

	健康工作坊	以上	掌握鼓勵子女的方式，95%表示會加強運用正面思考。有家長分享：「很有得著」、「一起做好子女成長教導工作」、「很好，快樂是家庭最重要的，會多鼓勵子女」等正面回饋。	
--	-------	----	--	--

2. 計劃影響

按照證據為本的方法，從以下角度評鑑計劃對學習成效／專業發展／學校發展的影響：

● 促進學生發揮專長及潛能

小組運用多元化活動於小組內推廣正面思維，提升其處理逆境能力及自我形象。過程中工作人員以強項為本作為介入模式，學生在小組歷程中在被接納、鼓勵欣賞的氣氛下面對不同大小的挑戰並達致自我發現，如其中宿營訓練，學生挑戰了不同低結構歷奇挑戰時，透過共同協作和不斷嘗試後，鼓勵他們突破原有的舒適圈，發揮個人所長完成小組挑戰、從中學習到運用自身能力及建立支援網絡，完成整個小組歷程。

● 加強學生的成功感

透過問卷調查，94%學生認為是次小組有助提升解決困難的信心，並有 93%學生認為有助建立正面的思維，學生表示活動豐富，經歷不同的挑戰及自我發現的過程中提升了自信，而完成小組後，有 94%學生認為更能覺察自我及調節自我情緒。

尤其在正面文化嘉許禮中，學生互選出不同的獎項嘉許彼此的努力和成長，亦在老師和家長的見證下，對每學生的個人特質再加以肯定及寄語希望，對學生成長十分重要。

● 促進教師的專業發展

學校老師經過培訓活動，增加了對於正向心理學基礎理念的認識及能掌握更多提升正面情緒的方法。問卷調查中，94%的教師對提升抗逆力理念及正面思維有更深理解，有 90%的表示更能分析到學生的心理需要，表示願意協助提升學生抗逆力。而實行計劃的老師及工作人員有緊密聯繫，亦持續觀察學生情況，使計劃能順利進行。

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 元	122,151.22 元	-16.51%
服務開支	41,100 元	22,908.6 元	-44.26%
一般開支	12,588 元	4917.25 元	-60.94%

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	不適用	不適用	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)	
老師培訓	於 2018 年 6 月 7 日到校提 供講座，以「提升學生抗 逆力及情緒管理技巧」為 主題。講者以正向心理學 為基礎，與教師討論有關 協助培養學生抗逆習慣、 處理負面情緒，幫助學生 建立積極和樂觀的態度。		55			講者以生動風趣的態度帶動教師們討 論，亦會加插短片將學術理論與日常情 況扣連，使教師更能投入培訓當中。教 師們表示講者活用生活例子，將正向心 理學的理论深入淺出；處理學生情緒 的方法亦實際可行且具啟發性，有助教 師日後處理學生情緒情況。
學生需要調 查	於 2017 年 9 月 22 日學生 由老師指引下完成問 卷填寫。			121		校方認為問卷大致上能篩選出合適計 劃的同學，加上輔導組老師與相關班主 任平日的觀察，有助甄選出合適的學生 人選參與抗逆力小組，並提供次級介入 支援。
「正面思維」 開心快樂家 長心理健康 工作坊	於 2018 年 5 月 4 日到校提 供講座，講者以「建立正 面積極家庭」為主題，闡 釋親子間正向溝通的重要 性和技巧要素。			120	100 (家長)	講者在過程中加入了不同的短片整台 每部份，家長表示所選的短片十分動容 亦感到被理解，能讓家長對支援子女有 更深的反思；另講者會以家長及子女 的角度討論親子關係和正向溝通，使家 長較容易理解和掌握溝通方式，亦鼓勵 到家長加強對子女的讚賞和肯定，建立 正面家庭。

<p>「正面思維」 開心快樂心 理健康工作 坊</p>	<p>由註冊社工團隊於2017年10月12日到校進行入班形式的工作坊。透過遊戲、體驗活動及分享討論等，促進學生社交和情感發展，提升學生對自我或他人需要的覺察，亦試從不同角度理解情緒反應和回應方法。</p>		122		<p>工作坊的過程多運用了圖片、影片等帶動學生討論及反思，增加學生間的了解和對需要和感受的覺察，過程中有見學生能投入及積極分享，促進他們多分享個人想法。而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「今次活動令我覺得獲益良多」、「這次工作坊令我更加懂得怎樣與人相處」等等。</p>
<p>逆境同行挑 戰計 劃(抗逆力小 組)</p>	<p>抗逆力小組於2018年1月至7月期間推行，小組以強化小組學生自身效能感，達至提升抗逆力為主要介入目標。小組會進行不同的團隊遊戲、低結構歷奇訓練、表達藝術手作等讓小組學生發揮個人特質及了解個人需要，從中給予小組學生正面鼓勵和肯定，亦帶動他們對解決問題、社交溝通及情緒管理的討論和反思。</p>		20 中二 學生		<p>小組初期小組學生間較疏離，透過工作人員加入多元化的活動，組員的投入度明顯提升，小組中後段部分的整體出席率穩定。尤其宿營訓練是大部分小組學生喜愛的活動，他們表示內容豐富且發揮到小組合作性，老師和工作員亦觀察到宿營訓練後小組凝聚力明顯加強。</p> <p>小組學生表示小組有趣和有意義，活動形式豐富，能增進同學間的感情；而小組後段因小組凝聚力強，工作人員於組內加強有關內在需要和掌握情緒方面的討論，有小組學生分享學會感恩及掌握情緒、學會自我釋放，感到自信有所提升，較願意與人分享內在感受。</p> <p>另工作員為更能了解小組學生，繼而給予肯定及鼓勵，故個別勉勵由原定的4節增加至6節，使小組學生能按照熟悉的子群出席個別勉勵，小組學生能在更安心的氣氛下分享更多個人想法，工作員依據個別學生情況給予支援及鼓勵。</p> <p>老師和工作員觀察到透過多元化活動介入並營造互相信任接納的氛圍，有助使過程中小組學生間溝通和聯繫大為增加，組員願意分享更多個人想法和感受，亦會給予他人鼓勵，提升了小組學生的自我形象及建立其支持網絡。</p>
<p>建立正面文 化-逆境同行 家長工 作坊</p>	<p>工作坊訂於2018年4月28日，由於小組之家長大多為在職而未能抽空出席，故改以個別面談的形式，由主責小組的社工與家長進行面談，分享學生於小組中發揮的強項特質，及討論家長與學生的相處，促進其親子間的正向溝通。</p>			3 (家長)	<p>學校反映大部份小組學生家長為在職，故家長未能安排時間出席，最終出席家長較預期少。</p> <p>而家長表示子女過往較少分享在校情況，從面談中能了解到更多子女在學校活動、社交上的情況。另工作員面談中所提供的正向溝通方式、協助子女面對成長挑戰的方法亦實際可行，家長表示有提醒之用。</p>

「正面思維」及「享受生活」活動通訊	通訊以列印版本派發給抗逆力小組學生及訓輔組老師，並會以電子版本上載到學校網頁予學校家長或公眾人士瀏覽。	30	30		老師表示通訊有助小組學生回顧活動經驗，另會於早會上讓小組學生分享活動成果予其他學生，並鼓勵學生到學校網頁閱覽通訊。
正面文化嘉許禮	嘉許禮於2018年7月5日晚進行，一同回顧整個小組歷程的花絮片段後，在校長、各班主任、家長見證下，依據小組進程中的表現和投入參與對小組學生逐一欣賞和鼓勵，亦讓學生代表分享參與小組的深刻片段和感言。嘉許禮為學生總結小組經歷及給予了肯定。	8	19	13 (家長)	老師及工作人員均表示感受到小組學生的成長，於嘉許禮中亦對小組學生真誠而具體欣賞其個人特質，對他們作出肯定，家長亦表示小組提升學生面對困難的能力，有助學生成長。而學生代表的分享中表示過程中感到與組員結伴同行、跨越挑戰，強化其互相欣賞鼓勵的正面積極態度。
活動檢討、評估及跟進	活動檢討會於9月24日與計劃負責的3位老師進行，就計劃活動設計上的合宜度、小組學生的轉變及跟進、計劃推行時的困難進行檢討。	3			<p>老師表示計劃內容設計適宜，能配合該校學生需要，內容亦涵蓋面廣。除小組活動豐富外，個別勉勵環節亦使小組學生能有空間分享更多心事，使其學生有所舒解，另宿營訓練亦效果顯著。惟學生多課餘活動，而小組節數亦較多，使學生較難兼顧，老師人手投放上亦有所困難。</p> <p>老師表示小組過程有助發現更多小組學生的內在需要，而在小組進程中部分學生有明顯進步，甚延伸至班上表現及考試成績。</p> <p>跟進學生情況方面，老師表示將挑選部分小組學生擔任校內的心情大使，使其學生進步得以延續，亦能將正面訊息推廣至整校園。</p>

6. 困難及解決方法

如實際推行的計劃(包括預算、時間表及過程等)與原來計劃有出入，須在此部分解釋原因。

- 部份活動因配合校本需要及校內活動，故推行時間與計劃書所預計有出入，但最終全部順利進行。
- 小組之家長大多為在職，而未能抽空出席逆境同行家長工作坊。由於可出席工作坊之家長較少，工作人員評估以小組形式未能達到預期目標的效果，故改以個別面談的形式，由主責小組的社工與家長進行面談。面談中工作人員分享學生於小組中發揮到的強項特質及表現，及討論家長與學生的相處情況，依據個別家長的親子關係進行討論及建議，從而促進其親子間的正向溝通。