

計劃總結報告

計劃編號：2016/0733

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：香港中國婦女會中學)

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：陳淑儀女士

受款人姓名：冼啟智先生

高級經理(青少年服務)

服務總監

簽名：_____

簽名：_____

日期：24 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. 目標的實踐

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
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初中學生	安排中二同學填寫學生需要調查 1.1 (HKSIF)	達標	- 全級 146 位學生完成問卷 - 完成評估後，精神健康及抗逆力有較大需要的同學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 - 正向看逆境	達標	目標一) 讓參加者了解保持正面態度有助面對逆境 98% 參加者表示達標 目標二) 讓參加者掌握以正向面對逆境的方法 98% 參加者表示達標
		「正向人生路」樂觀思維系列 - 成長與家庭 - 我們這一家	達標	目標一) 讓參加者反思自己與家人的親子關係 95% 參加者表示達標 目標二) 提升參加者對父母角色的體諒與理解 97% 參加者表示達標 目標三) 讓參加者掌握改善家人關係的方法 95% 參加者表示達標
		「正向人生路」樂觀思維系列 - 友共情	達標	目標一) 活動能讓參加者檢視自己的溝通模式，提升對自己的了解 97% 參加者表示達標 目標二) 讓參加者掌握朋輩衝突的處理方法 97% 參加者表示達標
		「正向人生路」樂觀思維系列 - 網絡「無」欺凌	達標	目標一) 了解如何善用互聯網 99% 參加者表示達標 目標二) 明白如何在網上保護自己及免傷他人 99% 參加者表示達標
		活動通訊(兩期)	達標	目標一) 加強學生對青少年抗逆力及精神健康的認識 100% 參加者表示達標 目標二) 提升學生應對青少年的抗逆力及精神健康的技巧和策略 100% 參加者表示達標
	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	個人探索小組	達標	目標一) 提升情緒管理的技巧和能力 100% 參加者表示達標 目標二) 加強解難的技巧和能力 100% 參加者表示達標 目標三) 學習和應用有效的減壓方法 100% 參加者表示達標
		「迎刃有餘」歷奇成長挑戰營	達標	目標一) 提升解難能力 100% 參加者表示達標 目標二) 深化對抗逆境的能力 100% 參加者表示達標 目標三) 強化朋輩間的互相扶持 100% 參加者表示達標

		“蜜蜜送”校本義工培訓及服務	達標	目標一) 提升正面處理精神健康的方法的認識 100% 參加者表示達標 目標二) 分享正面處理精神健康的方法給同學 100% 參加者表示達標
		校本嘉許禮	達標	目標一)重溫在活動中的體驗和成長 100% 參加者表示達標 目標二)鼓勵自己將成功經驗應用於日常生活 100% 參加者表示達標
		小組分享會	達標	目標一)深化階段性學習整理 100% 參加者表示達標 目標二)加強正面積極的信念 100% 參加者表示達標
家長	目標一： 支援家長對學生精神健康及抗逆力的認識及掌握應對技巧	「破風」親子日營 (校內篇)	達標	目標一) 促進親子溝通及解難能力 100% 參加者表示達標 目標二) 學習欣賞家人 100% 參加者表示達標 目標三) 提升家庭的凝聚力及家庭關係 100% 參加者表示達標
		校本嘉許禮	達標	目標一)重溫子女在活動中的體驗和成長 100% 參加者表示達標 目標二)鼓勵子女將成功經驗應用於日常生活 100% 參加者表示達標
		活動通訊(兩期)	達標	目標一) 加強家長對青少年抗逆力及精神健康的認識 100% 參加者表示達標 目標二) 提升家長應對青少年的抗逆力及精神健康的技巧和策略 100% 參加者表示達標
老師	目標一： 支援老師對學生精神健康及抗逆力的認識及掌握應對技巧	教師工作坊 - 學童自殺 -- 及早識別與有效處理工作坊	達標	目標一) 提升對學童情緒困擾/自殺辨識的敏銳度 98% 參加者表示達標 目標二) 認識處理學童情緒困擾/自殺的策略與技巧 98% 參加者表示達標 目標三) 增加了處理精神健康有需要的學生的信心 87% 參加者表示達標 100%參加者表示會嘗試運用學到的方法和技巧
		活動通訊(兩期)	達標	目標一) 加強老師對青少年抗逆力及精神健康的認識 100% 參加者表示達標 目標二) 提升老師應對青少年的抗逆力及精神健康的技巧和策略 100% 參加者表示達標

2. 計劃對學習成效、專業發展及學校發展的影響計劃影響

2.1 學生方面:

- 本校中二學生參加計劃初級預防活動後，都表示活動有助加強他們正面面對逆境的態度，同時掌握不同的方法，運用不同的資源去面對逆境。
- 參加次級預防介入的學生，透過個人探索小組，提升了情緒管理、解決困難、正面思考及壓力處理的技巧和策略，有助強化學生的正向思維及抗逆力。義工培訓及服務，讓同學掌握精神健康的知識，通過服務的過程，向同學、老師、家長及校外人士傳送正向能量。歷奇挑戰營有效提升學生之間的連繫及歸屬感，加強學生的支援網絡，有助提升他們面對逆境的技巧和勇氣。
- 從學生填寫的前後測、活動檢討表、老師、家長及計劃主任的觀察，學生透過參加本計劃後在自我效能及對精神健康的認知，均有一定的提升。

2.2 教師方面:

本計劃的老師參加了「學童自殺--及早識別與有效處理」工作坊，有助提升教職員對學生情緒困擾/自殺辨識的敏銳度，認識了處理的策略與技巧，增加了處理精神健康有需要的學生的信心，參加老師均表示會嘗試運用學到的方法和技巧。

2.3 家長方面:

家長透過參加親子日營、校本嘉許禮及活動通訊，能掌握參加學生在計劃中的經歷及轉變，使他們明白關注學生的精神情緒健康，陪伴學生經歷成長的重要性，及掌握提升抗逆力的技巧及策略。

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

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	171,800.77	+14.68%
服務	15,400.00	10,000.00	-35.06%
一般開支	34,792.00	39,997.60	+14.96%

3.1 按直接受惠人士數目計算的單位成本

實際支出: \$ 221,798.37 元

受惠人數: 900 人

(學生: 300 人, 教師: 60 人, 家長: 240 人, 校外人士: 300)

受惠人士數目計算的單位成本: \$ 246.4 元/ 每人

3.2 計劃所建構的學習課程及資料的延續性

- 計劃資料會整理及歸檔，協作學校可以向申請機構借用，作將來校內活動的參考。
- 計劃內收集的學生資料、活動檢討及參加者意見，均已整理及交給學校作報告及跟進之用，以便學校將來作相關培訓及支援。

4. 成品及推廣模式，及外間對那些推廣活動的反應

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
活動通訊 (兩期) 1. 「快樂七式」 2. 「搵假 KOL」 (各 300 本)	兩期活動通訊為學 生、家長及老師提供 精神健康策略資 訊，協助加強學生抗 逆力。	- 於 2018 年 4 月及 7 月派發 給初中學生，家長及老師 - 學生、家長及老師普遍歡迎 通訊，對通訊內容感覺正 面，認為部份內容能代表他 們的心聲	- 值得推廣 - 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	活動日期/ 時期	概略說明	參加人數				參加者的回應
			學生	家長	教師	其他(請 註明)	
問卷	10. 2017	學生需要調查 (HKSIF1.1)	146				共收回 146 份問卷，為有需要學生 進一步跟進
會議	16.10.2017 5.2018 7.2018	學校聯繫及籌備			1	1 (學校社 工)	計劃主任與學校緊密合作，訂立適 切學生及計劃需要的時間及方案
培訓	26.10.2017	教師工作坊 - 學童 自殺 -- 及早識別與 有效處理工作坊			53		<ul style="list-style-type: none"> · 有部分技巧有用 · 欣賞情境角式扮演 · 培訓很實用 · 練習了情緒分析 · 可以減少理論，增加練習的時間
工作坊	16.10.2017	「正向人生路」樂觀 思維工作坊：成長 與家庭 - 我們這 一家	147				<ul style="list-style-type: none"> · 反思自己對父母的認識 · 教會我很多改善家人關係的方法 · 講者對主題有明確清晰的解釋 · 時間不足
工作坊	11.12.2017	「正向人生路」樂觀 思維工作坊：正向 看逆境	145				<ul style="list-style-type: none"> · 講解得十分詳盡及準備充足 · 影片非常切合主題 · 用了遊戲、圖片及影片等說明正 向看逆境 · 可增加多一些互動小遊戲 · 時間不足

工作坊	22.1.2018	「正向人生路」樂觀思維工作坊：朋輩關係處理 - 友共情	147				<ul style="list-style-type: none"> · 能夠讓我掌握朋輩衝突的處理方法 · 了解自己 · 內容多元化，貼近生活 · 講解仔細 · 時間可以多一點
工作坊	12.3.2018	「正向人生路」樂觀思維工作坊：網絡「無」欺凌	138				<ul style="list-style-type: none"> · 如何避免成為網絡被欺凌者及杜絕成為旁觀者 · 如何善用網絡 · 有實際例子 · 時間不足
小組	27.11 - 18.12.2017	個人探索小組(A組)	10				<ul style="list-style-type: none"> · 喜歡小組的短片及團體活動 · 學會放鬆活動
小組	29.11 - 20.12.2017	個人探索小組(B組)	9				<ul style="list-style-type: none"> · 喜歡影片觀賞 · 可以一齊傾計
日營	23.12.2017	「破風」親子日營(校內篇)	16	19	2		<ul style="list-style-type: none"> · 可以互相了解和表達心聲 · 互動部份，令大家投入 · 氣氛十分好
小組	6.2 - 28.3.2018	“蜜蜜送”校本義工培訓	19				<ul style="list-style-type: none"> · 可以親自體驗 · 能為全級同學製作紀念品
服務	23-24.3.2018	“蜜蜜送”校本義工服務	146	20	50	300 #	<ul style="list-style-type: none"> · 認識有關精神健康的資訊 · 活動過程輕鬆愉快
宿營	28 - 29/3/2018	“迎刃有餘”歷奇成長挑戰營	15		1		<ul style="list-style-type: none"> · 活動刺激 · 各種挑戰所帶來的啟示加教練的講解 · 自我解難活動 · 旅程比較短
小組	16/5/2018	小組分享會	19				<ul style="list-style-type: none"> · 希望明年可以繼續參加
嘉許禮	26/5/2018	校本嘉許禮	19	20	7		<ul style="list-style-type: none"> · 參加者表示活動能帶出正向訊息，甚具鼓勵 · 活動能令學生體會在家在學校沒有機會的事情 · 活動內容豐富
出版	4-7/2018	活動通訊 (兩期)	300	240	60		<ul style="list-style-type: none"> · 學生、教師及家長普遍歡迎通訊，對通訊感覺正面 · 認為能加強對學生精神健康及抗逆力的關注

#校外人士

6. 計劃實施時所遇到的困難及解決方法

6.1 財政調動

變更項目	預算款項	*調動後款項	備註
個人探索小組	個人探索小組 \$150 x 4節 x 2組 = \$1,200	活動物資 \$155.95 x 4節 x 2組 = \$1,247.6	由教師工作坊的活動物資調動\$47.6至此活動
小組分享會	活動物資 125 x 8節 = \$1,000	活動物資 142.15 x 8節 = \$1,137.2	由歷奇成長挑戰營的服務(導師費)的剩餘款項調動 \$137.2 至此活動

*優質教育基金已知悉並同意有關變動