



計劃總結報告

計劃編號：2016/0877

甲部

計劃名稱：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：聖士提反女子中學)

計劃進行時間：由 10/2017 (月/年) 至 9/2018 (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「學生自我效能感評估」	達標	- 全級有170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、自我效能感較低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 97% 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 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 100% 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 100% 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) 反思自己與家人的親子關係 98% 參加者表示達標 目標二) 提升對父母角色的體諒與理解 97% 參加者表示達標 目標三) 掌握改善家人關係的方法 96% 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) 檢視自己的溝通模式，提升對自己的了解 98% 參加者表示達標 目標二) 掌握朋輩衝突的處理方法 97% 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 94% 參加者表示達標 目標三) 學習和應用有效的減壓方法 94% 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 94% 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

		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	家長講座	達標	大部份參加的家長表示講座能協助他們促進親子溝通及提升解難能力、學習欣賞家人、及增強家庭的凝聚力及家庭關係
		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 – 及早識別與有效處理學生情緒工作坊	達標	目標一) 提升對學生情緒困擾辨識的敏銳度 100% 參加者表示達標 目標二) 認識處理學生情緒困擾的策略與技巧 100% 參加者表示達標 目標三) 增加處理相關學生情況的信心 100% 參加者表示達標
		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:

- 是次中二級學生參加計劃初級預防活動後，都認同活動有助加強他們反思自己對親情、友情的關係，更甚是網絡欺凌的情況，學習從不同的角度看事情，整體提升了面對逆境的態度。
- 次級預防介入的參加學生，通過個人探索小組，在情緒管理、解決困難、正面思考及減壓的技巧和策略方面都有所學習，增強了有關正向思維及抗逆方面的能力。
- 從歷奇成長挑戰營中，參加者面對逆境的技巧和勇氣得到提升，組員之間的支援網絡(連繫及歸屬感)亦得以提升強化。
- 義工培訓及服務讓參加者通過服務的過程，學習團隊的彼此配合，透過製作小禮物向同學、老師表達關心、傳送正向能量。
- 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認知的敏銳度，均有一定的提升。當中有部份學生的後測結果表現較弱，經與校方商討，將透過小組及學校社工的輔導支援相關學生。
有部份參與同學因個人對學業的追求，不能抽時間參與小組，在活動開始不久便退出，有關情況已與學校溝通，在尊重學生選擇的同時，老師與學校社工亦會對有關同學持開放方式的支援。

2.2 教師方面:

本計劃的老師參加了「及早識別與有效處理學生情緒教師工作坊」，透過案例分享及討論，有助提升教職員對學生情緒困擾的辨識及處理的信心。

2.3 家長方面:

家長透過講座，增強了親子溝通、解難能力，及提升家庭的凝聚力及家庭關係。

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	176,789.42	+18.01%
服務	15,400.00	9,000	-41.56%
一般開支	34,792.00	41,011.30	+17.88%

3.1 按直接受惠人士數目計算的單位成本

實際支出: \$ 226,800.72 元

受惠人數: 600 人

(學生: 300 人, 教師: 70 人, 家長: 230 人)

受惠人士數目計算的單位成本: \$ 378 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，以便學校將來用作相關培訓及支援。

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. 「擺假 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	20.10.2017	學生自我效能感評估	170				共收回 170 份問卷，為有需要學生進一步跟進
會議	1.11.2017, 15.1 & 16.5.2018	學校聯繫及籌備			2	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	27.10.2017	家長工作坊(家長講座)		20			<ul style="list-style-type: none"> 講座能協助促進親子溝通 提升解難能力、學習欣賞家人 提升家庭的凝聚力及家庭關係
培訓	29.8.2018	教師工作坊			56		<ul style="list-style-type: none"> 很滿意角色扮演環節 講者的經驗分享 有案例、講解用心、準備充足 切合老師的需要 小組商討時間可以多些希望有多些不同個案參考
工作坊	27.10.2017	「正向人生路」 樂觀思維工作 坊：正向看逆境	167				<ul style="list-style-type: none"> 從不同的角度看事情 內容有趣 影片深刻 短片有助反思 希望有多些活動
工作坊	8.12.2017	「正向人生路」 樂觀思維工作 坊：網絡「無」 欺凌	162				<ul style="list-style-type: none"> 通過事實案例分析 有提供自救方法 認識到欺凌者與被欺凌者的觀點 時間不足
工作坊	14.12.2017	「正向人生路」 樂觀思維工作 坊：成長與家庭 — 我們這一家	177				<ul style="list-style-type: none"> 令我反思自己如何對父母 適合現在中學生常見的情況，很實用 可以從中學到很多如何跟家人相處的方法 能詳細地指出改善家人關係的方法 想有更多小組互動活動
工作坊	9.3.2018	「正向人生路」 樂觀思維工作 坊：朋輩關係處 理 - 友共情	164				<ul style="list-style-type: none"> 理解處理憤怒的方法 可以學到朋輩衝突的處理方法 希望加單獨面談時間

小組	23.11-14.12.2017	個人探索小組	18				<ul style="list-style-type: none"> 滿意有解壓的方法 喜歡活動氣氛 希望可以幫別的同學解壓 期望活動空間較大
宿營	31.1.2018, 10-11/2/2018	“迎刃有餘”歷奇成長挑戰營	16		1		<ul style="list-style-type: none"> 遊戲好玩 住宿、膳食都很好 希望是3天2夜
小組	5.3 - 22.3.2018	“蜜蜜送”校本義工培訓	13				<ul style="list-style-type: none"> 能製作小禮物關心同學和老師 明白了團隊精神是十分重要 發現一個細小的物品，也需要發自內心的努力來完成 即使是小小的關懷，別人也可以很開心
服務		“蜜蜜送”校本義工服務	170		70		
小組	7.5, 9.5, 10.5 & 24.9.2018	小組分享會	18				<ul style="list-style-type: none"> 新一年想繼續參與進階活動 能在活動內與同學彼此認識感到愉快
出版	4-7/2018	活動通訊 (兩期)	300	230	70		<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。

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
樂觀思維工作坊	活動物資 \$200x4節 x 5班 =\$4,000	活動物資 \$249.4 x 4節 x 5班= \$4,988	由樂觀思維工作坊的服務(導師費)的剩餘款項調動\$988至此活動。
家長工作坊(2節)	\$1,500	此項變更沒有運用任何經費	因只有2人報名，與學校協商後，改為家長講座(一節)，此項變更沒有運用經費。

*優質教育基金已知悉並同意有關變動