



計劃總結報告

計劃編號：2016/0916

甲部

計劃名稱：好心情@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 04/2018 (月/年) 至 9/2018 (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：28.12.2018

日期：28/12/2018

*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. 達成目標

本計劃目標如下：

目標	與目標相關的活動	達成程度	達成目標的證據或指標	未能達到目標的理由
1. 及早識別及支援抗逆力低之初中同學	<p>計劃選取需要較大的中二、中三同學作為支援對象。</p> <p>整個中二、中三級別須填蔡醫團隊提供的篩選問卷，在當中挑選合適的同學。</p> <p>另外，基於校本原則，會參考學校社工和老師的意見，主動找出抗逆力較低之同學一起參加活動，為學生提供及早識別及預早介入的支援服務。</p>	達成	<p>全部中二、中三同學皆能完成篩選問卷，當中27名中二同學及19名中三同學的問卷結果顯示為陽性(positive)，其中7位同學願意參與好心情計劃。</p> <p>另外14位同學則經由老師及駐校社工推薦，被揀出的同學比原定20人多了一名，因校方及社工均認為其有及早支援的需要，而同工考慮過計劃的資源足夠應付21人，所以最後接受該人數之更改，並已知會QEF有關之變更。</p> <p>至於經問卷篩選出來、結果同為陽性、但又拒絕參與活動的同學，已由學校社工個別留意及跟進，因此，能達到及早識別及支援的目標。</p>	/
2. 提供點對點到校「次級介入」支援活動	<p>負責同工親身到梁季彝中學，全年為經篩選出來的同學提供到校的「次級介入」的支援小組、活動，包括：一節啟動禮、八節成長小組、一次宿營、一次外出體驗活動、兩次義工訓練及服務、一次親子活動、個別勉勵.....</p>	部分達成	<p>順利地向學生提供了相應的服務，全部活動都已經順利完成，同學在學期完結之前的平均出席率達80%，然而，同學在暑假期間的平均出席率只有51%。</p> <p>有關同學回應方面，同學的</p>	<p>在暑假期間同學易撞其他活動或需回大陸，因此出席率較</p>



					問卷回饋都十分正面，問卷詳情會在評估下面其他目標時再詳細描述之。	低，若再有機會可考慮把所有的活動全安排於學期完結之前。
3. 提升學生抵抗和處理逆境能力及各種促進精神健康的保護因素	計劃應用蔡元雲醫生團隊的CBB作為發展及培養抗逆力的理論框架 a.能力感 b.聯繫感 c.正面思維 以提升學生抗逆力。	能力感 Competence	<p>在成長小組中的解難任務及在宿營中的歷奇活動，讓學生有突破自我機會。</p> <p>義工服務的策劃及服務過程中，讓學生能夠多角度嘗試解決問題，從而提升能力感。</p> <p>透過在筆記簿中互相欣賞去肯定學生的能力及付出。</p>	達成	<p>根據同工觀察，學生在很多解難任務中，均能發揮到自身的解難能力，例如在宿營中，學生能夠互相合作去做早餐、在原野烹飪中能夠根據各自強項分工合作、在高空浮木中靠著堅持能夠完成挑戰，同學表示沒想過自己可以完成，過程中突破到自己，提升了能力感。在義工服務中又表示，長者肯聽自己說話很開心，有能力能夠幫到有需要的人也很高興。</p> <p>另外，在收集了的活動後檢討問卷中顯示63.6%學生「非常同意」小組提升了面對困難的能力，36.4%則表示「很同意」。</p>	
		聯繫感 Bonding	<p>小組成員： 透過啟動禮讓學生</p>	部分達成	<p>同工觀察到有組員由最初對其他組員互不認識到後來主動溝通，亦有本身認識的組員由最初不太接納其他人到</p>	學校社工逐個打電話去邀請家長出席



	<p>互相認識、成長小組中的互相合作任務及「秘密天使」任務及在筆記簿中讓同學寫出互相欣賞的地方，讓同學間互相關懷和欣賞。</p> <p>宿營中透過二人及群體合作的歷奇活動及夜行探洞挑戰以提升學生之間的友伴關係。</p> <p>與家人：除了在家長工作坊中讓家長了解其在提升子女抗逆力的角色外，親子活動中也透過親子互動遊戲，讓</p>	<p>懂得包容；在小組中亦主動執行「秘密天使」任務去關心他人；在宿營的歷奇活動時組員互相打氣支持，又能在卡中寫出對組員的欣賞和感謝的說話，包括對彼此的照顧，平時在簿中也能去欣賞自己、欣賞他人。由此可見，組員能在小組中建立網絡以及聯繫感不錯。</p> <p>在活動後檢討問卷中，54.5%同學表示「非常同意」活動擴闊了社交圈子，餘下的45.5%表示「很同意」。由此可見，小組可以促進與人之聯繫。</p> <p>另外，根據觀察，在家長工作坊中，家長能夠嘗試去欣賞孩子的長處，在親子活動中，有家長分享到在遊戲過程中學懂了親子溝通需要互相去聆聽和包容。</p> <p>而在中二中三班主任的教師聚焦小組中，老師能夠留意及提出學生在CBO方面的情況，特別是在強項方面，也有機會在第二次小組中聽到工作員分享學生在活動的情況。教師表示明白到協助學生提升抗逆力，需要多看學生強項，在陪伴學生成長的過程中也需要堅持和等候，而教師願意在學生有需要時為他們打氣。</p> <p>由此可見，在活動中，同學之間的聯繫感被促進了，家</p>	<p>活動，在駐校的努力下，雖然學生家長工作忙碌，但仍</p> <p>有6名家長可出席活動，其他家長則未能出席活動。</p> <p>而由於聚焦小組的形式為小組，只能邀請參加者之班主任出席。</p> <p>由於在整體資源分佈上，相比起學生，在家長及教師的資源上相對較少，因此只能針對部分服務對象作工。</p> <p>因此，為讓更多家長及教師能夠參與其中，建</p>
--	---	---	---



		<p>其了解其溝通的習慣如何。</p> <p>與老師： 在兩次教師聚焦小組中，大家透過分享與學生的相處，發掘學生強項。</p> <p>在啟動禮中也有邀請老師出席，讓老師參與其中，支持學生。</p>			<p>長及教師也有機會去了解學生另一面，改變他們對學生的看法，對他們的相處和聯繫感有幫助。然而，能夠參與活動的只有部分家長及教師，其他家長及老師與學生之聯繫感有待加強。</p>	<p>議調整資源分配，例如增加資源舉辦家長及教師培訓講座，讓更多家長及教師受惠，促進和子女及學生的聯繫感。</p>
	<p>正面思維Belief</p>	<p>除了舉辦給整個初中的正向心理學生講座，讓學生認識正向心理以多角度思考外，工作人員也透過小組活動，時常滲入正向心理的元素，包括：互相欣賞、二十四個性格強項，讓學生對自己及對</p>	<p>完全達成</p>		<p>在講座中大部分學生表示可以學到甚麼是正向心理及如何變得更樂觀。</p> <p>組員在小組中也有很多機會被欣賞及被他人認同，同學也表示收到卡很開心，自我形象和自我認同感得以改變。</p> <p>參觀生命歷程館後，很多同學在感想簿中表示覺得生命無常，時間有限，要學會珍惜，又表示原來長者也是很有貢獻的，改變了對長者的印象。</p> <p>在小組整體檢討問卷中顯示，72.7%學生表示「非常同意」活動使其思想正面</p>	<p>/</p>



			<p>他人的想法更正面。</p> <p>在外出活動中，去了何文田生命歷程體驗館讓學生反思生命，學習珍惜所有。</p>		<p>了，其餘的27.3%則表示「很同意」。由此可見，小組促進學生的正面思維，令學生可以從多角度看待事情。</p>	
<p>4. 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</p>	<p>計劃邀請了本會專業發展主任李淑娟女士舉辦了家長講座及家長工作坊和教師聚焦小組，讓家長及教師認識抗逆力，並讓其了解自己在協助學生提升抗逆力的角色。</p>		<p>完全達成</p>	<p>在家長講座中，講員以「培育子女抗逆力…只因愛」為主題，家長在問卷中反應正面，表示對抗逆力的了解多了，又表示「我身為家長是否有教導他們學習抗逆能力? 另外，好似首歌內容“他們是一個人”給他們知道在家中重要性……」，「有關抗逆力的了解，有更多的認識，而且枕頭的比喻十分好，在交流中認識更多有關處理子女問題的方法」。</p> <p>在家長工作坊中，全部出席家長都「非常同意」及「很同意」工作坊能提升其對抗逆力的認識和對其掌握。</p> <p>教師方面，在中二中三班主任的教師聚焦小組中老師們共同探討過抗逆力是甚麼，也探討了學生在CBO方面的情況，特別是在強項方面，並具體提出了他們可以如何支持學生及提升學生抗逆</p>	<p>/</p>	



		<p>力，例如給予她發揮的機會、鼓勵他多參與不同的群體活動.....教師多了機會去反思其在提升學生抗逆力的角色。</p> <p>由此可見，家長及老師對抗逆力的認識及掌握提升了。</p>	
--	--	--	--

2. 計劃對學習成效 / 專業發展 / 學校發展的影響：

拓寬學生/教師的視野	計劃舉行多次講座，由上述第一部分結果可見，活動能夠讓學生認識正向心理，在這方面學習更多知識及技巧，教師及家長對抗逆力的認識也加深了，由此可見，計劃拓寬學生及教師的視野。
加強學生的成功感	在成長小組的過程中，學生透過成功解難、與他人合作的任務、及在簿中欣賞自己及欣賞他人的過程中，加強學生的成功感。
促進學生發揮專長及潛能	在計劃中，有很多新嘗試給學生，例如在南丫島青年營中，學生初次嘗試原野烹飪，由打火石到砍柴到製作食物，都由學生一手包辦，他們能夠發揮其擅長煮食和照顧人的一面，在過程中更被人欣賞，促進了學生發揮專長及潛能，加強自我肯定。他們也是初次嘗試歷奇活動中的高空浮木，自我突破及讓學生發掘自己勇於嘗試和互相支持的一面。
引發與其他專業團體的協作機會	該計劃有很多時候需要與校外資源協作，例如生命歷情體驗館、義工服務的長者中心、學生講座的香港心理衛生會.....透過合作，可令學校掌握更多的協作資源，日後有需要可再聯絡相關團體。

3. 自我評鑑計劃成本效益

預算核對表

預算項目	核准預算 (甲)	實際支出 (乙)	變更 [(乙)-(甲)] / (甲) +/- %
職員薪酬	146,312 元	127,794.47 元	+12.66%
服務	46,920 元	35,609.5 元	+24.11%
一般開支	6,768 元	5,289.2 元	+21.85%
總計	200,000 元	168,693.17 元	+15.65%

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



優質教育基金
Quality Education Fund

計劃所建構的資料的延續性	是次為期一年的計劃參與教師共25人,學生共362人,家長共73人,單位成本約為\$366.72。
當其他學校重做計劃時,不須另外注資的開支項目(包括計劃的開辦成本、備用成品等)	本計劃的小組素材及一些合作伙伴的資料經已收集,日後可參考相關資源以致令小組有延續性。
以較低成本達致相同效益的其他辦法	本計劃根據小組經驗編寫了小組素材,如小組流程表,並有影片製作成果,可讓其他人分享。
	是次計劃已把成本降至最低。

4. 可推介的成果及推廣模式

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
「好心情活動通訊」	通訊主要分享是次計劃的內容及學生在小組過程中的成果及表現,其內容包括: -計劃介紹 -活動詳情 -各項活動花絮 -同學分享 -校長、老師及計劃社工心聲	通訊已於2018年9月7日向中一至中三派發,分享計劃成果,目前為止已向同學派發約500本「好心情活動通訊」	/
「好心情活動短片」usb	此usb載有所有活動的相片及學生製作的短片	在活動完結時,所有活動花絮會被輯錄成短片上載於USB中,再交給各位組員作總結之用。	/

5. 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
		家長	教師	學生	其他 (請註明)	
家長講座	家長講座邀請到香港小童群益會專業發展主任 李姑娘	69名初中家長	25名教師			<ul style="list-style-type: none"> 講員用枕頭比喻抗逆力,並在最後分享歌曲作鼓勵。 家長表示李姑娘的演講加強了其對子女關愛的了

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



	<p>於2017年6月10日在學校以主題「培育子女抗逆力…只因愛」舉辦家長講座。</p>					<p>解，而且枕頭的比喻十分好，在交流中認識更多有關處理子女問題的方法，加深了對抗逆力的了解，明白人生不如意事十常八九，對子女不能太強求，又反思其身為家長是否有教導他們學習抗逆能力，另外，好像首歌內容"他們是一個人"給他們知道在家中重要性……</p> <p>家長在講座中獲益良多。</p>
學生問卷調查	<p>學生需要問卷於27/10/2017在學校進行。</p>			186名中二及中三級學生	1名駐校社工、各班主任作協調	<p>在駐校社工和老師的協助下順利進行了問卷調查。</p> <p>透過篩選問卷，共46名中二及中三學生在結果中顯示為抗逆力較低和危機因素較高。當中有7名學生最終參加成長小組。</p> <p>其餘小組成員，由駐校社工與中二、三班主任提議選出。</p> <p>最後，成功甄選了21名學生參與成長小組。</p>
老師培訓(聚焦小組一&二)	<p>老師培訓以聚焦小組形式進行，邀請參加者班主任出席，主題圍繞如何協助提升學生抗逆力，於26/2/2018及24/8/2018舉行。</p>		12名老師		香港小童群益會專業發展主任李淑娟姑娘、1名計劃社工、1名駐校社工	<p>聚焦小組邀請了香港小童群益會專業發展主任李淑娟姑娘主持</p> <p>中二中三班班主任的教師聚焦小組中，老師們共同探討過抗逆力是甚麼，也探討了學生在CBO方面的情況，特別是在強項方面，並具體提出了他們可以如何支持學生及提升學生抗逆力，例如給予她發揮的機會、鼓勵他多參</p>



						與不同的群體活動.....教師多了機會去反思其在提升學生抗逆力的角色。
學生講座	講座邀請到香港心理衛生會教育主任曾媚女士主領講座，主題為「正向心理」，對象為初中學生，讓其認識正向心理，講座於19/12/2017在學校舉行。			362名初中學生	香港心理衛生會教育主任曾媚女、1名計劃社工、1名駐校社工	<ul style="list-style-type: none"> - 講員用短講及短片讓學生認識正向思維，並學習如何多角度思考。 - 同學在講座過程中願意答問題，願意與講員互動。 - 問卷方面：在講座的内容、表達形式、導師表現及整體滿意程度4個範疇，在1-10分中，超過70%達6分以上。 - 在開放式題目中大部分學生表示對正向心理的認識多了，令其更開心樂觀，令其反思一下以前發生過的事，開始覺得也不是很壞，甚至有學生表示「明白如何提升快樂感，令我取消了一輕生念頭」，可見學生在講座中有一定的得著，也一定程度上幫到有需要的學生，唯學生表示講座時間較長，也可加入更多短片。
啟動禮	計劃藉著「好心情計劃啟動禮」於27/2/2018放學後在學校開啟。		1名校長及7名教師	19名中二、三學生	1名專業發展主任(機構代表)、1名計劃社工、1名支援社工、1名駐校	<ul style="list-style-type: none"> - 超過90%學生有出席是次啟動禮，校方也有來支持學生。 - 雖然是第一次見面，但由於大部分同學對大家都有一定程度的認識，因此都主動參與，例如認真寫期望、答問題、玩遊



					社工	戲.....對新認識的同學、工作人員也能遊戲中增加了對組員的認識，並大概了解到組員之間的關係。
成長小組	八節成長小組由6/3/2018開展，至5/6/2018完結，每個星期二於放學後在課室進行。			21名中二、三學生	1名計劃 社工、1 名支援 同工、1 名駐校 社工	<p>計劃同工及支援同工共同帶領21名學生進行成長小組。</p> <p>由於小組組員為一半新組員，一半本身有參加其他活動的組員，在早期的活動，新組員表現得較被動，所以活動初期策劃上會希望促進兩者間的聯繫感，著重分組活動，也設立秘密天使任務，增加聯繫感。</p> <p>組員在活動中表現投入，學生肯嘗試，能力感也高，每項任務都幾乎能完成，在每節小組完結後，從組員的簿中可看出，組員開始去欣賞他人，無論是認識的還是不認識的。</p> <p>因此，新舊組員間的關係得以加強。</p>
宿營	宿營訓練於26-27/3/2018在青協南丫青年營進行，以個人突破及團隊合作為主題。		2名老師	19名中二、三學生	1名計劃 社工、1 位支援 同工、1 名駐校 社工	<p>在宿營時，由於已經過了三節成長小組，所以在一開始啟導遊戲時，組員已經很投入，在原野烹飪及歷奇挑戰中無分彼此地互相照顧及支持，大家都肯主動擔任一些角色，為小組付出，最後又願意寫卡去欣賞同學。在高</p>



						<p>空歷奇中同學都能夠突破自我去挑戰。由此可見，他們在宿營中的參與度很高。</p>
外出活動	外出活動於19/7/2018 在何文田進行		1名老師	11名中二、三學生	1位計劃社工、1位駐校社工及1名支援同工	<p>在體驗館時，學生很享受每個遊戲，特別是人生抉擇站，他們積極地去爭取分數，亦勇於接受睡棺材挑戰。</p> <p>事後學生在簿中的回應表示活動有意義，經歷許多生命歷程；在問題中反思自己，他們也表示對死亡的看法正面了，學會珍惜時間和身邊人，不要留下遺憾，讓其知道自己的人生應該要做甚麼，並想和家人說多謝。</p> <p>由此可見，是次活動十分成功，不過由於在暑假中進行，只有11名學生可出席。</p>
義工活動	義工服務在11/8/2018邀請到長者中心的長者到小童群益會秀茂坪中心進行，讓學生學習關心有需要的人及學習同理心。		1名老師	10名中二、三學生	1位計劃社工、1位駐校社工及1名支援同工	<p>同學在活動中表現出有承擔及有耐性的一面，他們在事先用了兩節的時間去學習啫喱花製作，用以之後教授長者，他們在服務日時也努力去嘗試了解長者的說話，也表現出有愛心和耐心的一面。</p> <p>同學中在簿中表示在服務中幫到有需要的人，又有長者願意聽自己說話表示很開心，甚至得到長者的照顧很意外。</p> <p>總的而言，同學的回應很正面，不過由於在暑</p>



						假中進行，只有10名學生可出席。
親子活動	親子活動在25/8/2018星期六下午於學校小禮堂進行，促進團隊及親子關係。	6名家長		13名中二、三年級學生	1位計劃駐校社工、1位駐校社工及1名支援同工	<p>在團體遊戲中，同學及家長能夠投入其中，在「椅子上的排球賽」時全部參加者都積極取勝，「機械人大戰」時家長及學生溝通加上指揮，合作無間，令氣氛十分很刺激，在最後的分享環節，同學十分樂意分享及回顧在小組中的得著，讓家長了解其在小組的表現，家長也有分享與小朋友相處的情況及了解溝通及聆聽的重要。</p> <p>由此可見，是次親子活動很成功。</p>
個別勉勵	同工於21/8、23/8及31/8/2018在中心與學生進行個別勉勵，作活動後跟進。			15名中二、三年級學生	1位計劃駐校支援社工	<p>同工在剪片活動後及全部小組完結之後與學生進行個別深度面談及勉勵，與學生回顧在小組中的得著及針對學生個別需要，勉勵學生。</p> <p>學生都很願意分享，包括小組中的感受、個人社交問題、家庭……同工也有與學生討論如何改善、促進。</p> <p>同工最後會把討論內容與駐校商討，以便其跟進個案。</p> <p>然而有些在活動後期已淡出的同學，未有機會跟進。</p>

6. 困難及解決方法

由於不想影響到學生上課的時間，所以今年大部分的其他活動，如體驗館、義工服務、剪片……都安排在暑假進行，同學對這些活動的得著及感受很深刻，然而，由於暑假，很多同學撞了其他活動，因此未能出席，著實浪費。因此，建議活動全部在學期內進行，為求每個

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

另外，根據需要，小組加多了很多額外的節數，例如，兩節預備義工、三節剪片、三節個別勉勵……因此，若會繼續，希望在計劃時就需要加入這些額外的節數，為求有足夠的資源去進行活動。