

計劃總結報告

計劃編號：2016/0925

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：聖類斯中學）

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
高級經理（青少年服務）

簽名：

日期：24 DEC 2018

受款人姓名*：冼啟智先生

簽名：

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	<ul style="list-style-type: none"> ● 中二全級共有121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」樂觀思維工作坊 朋輩關係處理 – 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 指標：97%參加學生表示活動能達此目標 目標二：掌握朋友衝突的處理方法 指標：95%參加學生表示活動能達此目標
		「正向人生路」樂觀思維工作坊 正向看逆境	達標	目標一：了解保持正面態度有助面對逆境 指標：99%參加學生表示活動能達此目標 目標二：讓參加者掌握以正向面對逆境的方法 指標：99%參加學生表示活動能達此目標
		「正向人生路」樂觀思維工作坊 網絡「無」欺凌	達標	目標一：了解如何善用互聯網 指標：99%參加學生表示活動能達此目標 目標二：明白如何在網上保護自己及免傷他人 指標：98%參加學生表示活動能達此目標
		「正向人生路」樂觀思維工作坊 成長與家庭 – 我們這一家	達標	目標一：反思與家人的親子關係 指標：98%參加學生表示活動能達此目標 目標二：提升對父母角色的體諒與理解 指標：98%參加學生表示活動能達此目標 目標三：掌握改善和家人關係的方法 指標：98%參加學生表示活動能達此目標
		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 指標：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 指標：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	“蜜蜜送”校本義工培訓及服務計劃	達標	目標一：提升正面處理精神健康的方法的認識 指標：91%參加學生表示活動能達此目標 目標二：分享正面處理精神健康的方法給同學 指標：90%參加學生表示活動能達此目標
		「迎刃有餘」歷奇成長挑戰營	達標	目標一：提升解難能力 指標：95%參加學生表示活動能達此目標 目標二：深化對抗逆境的能力 指標：100%參加學生表示活動能達此目標 目標三：強化朋輩間的互相扶持 指標：100%參加學生表示活動能達此目標



		個人探索小組	達標	<p>目標一：有助提升情緒管理的技巧和能力 指標：100%參加學生表示活動能達此目標</p> <p>目標二：提升解難技巧和能力 指標：100%參加學生表示活動能達此目標</p> <p>目標三：認識到有效的減壓方法 指標：100%參加學生表示活動能達此目標</p>
		小組分享會	達標	<p>目標一：深化階段性學習整理</p> <p>目標二：加強正面積極的信念 參與同學於活動中能互相配合；當同學分享其學業上的挑戰時，其他同學均願意聆聽，並與社工一同探討方法，以及於計劃中所講解過的解難及正向思維等方式，建立合適的應對方法</p>
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	家長支援服務： 「逆風前航」－提升子女抗逆力家長講座	達標	<p>目標一：提升家長對青少年抗逆力的認識 指標：97%參加家長表示活動能達此目標</p> <p>目標二：提升協助子女面對逆境能力的策略 指標：98%參加家長表示活動能達此目標</p>
		活動通訊(兩期)	達標	<p>目標一：加強家長對青少年抗逆力及精神健康的認識 指標：100% 參加者表示達標</p> <p>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 指標：100% 參加者表示達標</p>
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	強化教師團隊活動：「臨危不亂」－校園危機處理工作坊	達標	<p>目標一：加深對危機處理的了解 指標：98%參加老師表示活動能達此目標</p> <p>目標二：加強教職員之間的協作 指標：85%參加老師表示活動能達此目標</p> <p>目標三：有把握將工作坊內容，於生活中應用出來 指標：94%參加老師表示活動能達此目標</p>
		活動通訊(兩期)	達標	<p>目標一：加強老師對青少年抗逆力及精神健康的認識 指標：100% 參加者表示達標</p> <p>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 指標：100% 參加者表示達標</p>

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：

- 所有中二級學生參加計劃的初級預防活動後，均表示活動有助他們提升正面面對逆境的態度及能力、反思並了解如何處理朋輩間的衝突、明白網絡欺凌的嚴重性、以及重新檢視與父母的關係，提升改善關係的動機。
- 參與次級預防介入的學生，透過個人探索小組，提升了情緒管理及解難的技巧和能力，亦學習到有效的減壓方法；於義工訓練及服務當中，學生掌握到精神健康的知識，同時透過服務，向同學、老師、家長及校外人士傳遞正能量。而歷奇挑戰營體驗則強化了學生之間的連繫，從而有助他們建立支援網絡，增加信心和技巧以面對逆境。
- 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

- 於是次計劃中，老師參加了「臨危不亂—校園危機處理工作坊」，活動有助老師對學生自殺辨識的敏銳度，掌握處理危機的策略和技巧，並提升教職員間在面對危機時的協作能力。參與教職員均表示掌握並會嘗試運用有關技巧及方法。

2.3 家長方面

- 計劃設有家長講座及活動通訊，協助家長了解青少年的特質和成長挑戰，並協助青少年提升抗逆力的技巧和策略。

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) +/- %
員工開支	\$149,808	140,584.46	-6.16%
服務	\$18,400	11,000.00	-40.22%
一般開支	\$31,792	39,025.00	+22.75%

3.1 按直接受惠人士數目計算的單位成本

實際支出: \$190,609.46 元

受惠人數: 900 人

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

受惠人士數目計算的單位成本: \$211.8 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. 「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	10.2017	學生自我效能評估	121				共收回 121 份問卷，為有需要學生進一步跟進。
會議	10.2017	學校聯繫及籌備			1		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。
工作坊	12.10.2017	「正向人生路」樂觀思維工作坊： 朋輩關係處理－友共情	123				大部份參與同學表示活動能助他們檢視自己的溝通模式，提升對自己的了解，並掌握朋輩衝突的處理方法。有同學指內容符合現實校園生活，既讓他們了解如何控制情緒，亦懂得更多與人相處的方法
工作坊	13.10.2017	「正向人生路」樂觀思維工作坊： 正向看逆境	123				大部份參加者表示活動有助了解保持正向態度面對逆境的方法。有同學表示活動內容詳細、簡單易明，令他們明白如何保持正面態度
工作坊	25.10.2017	「正向人生路」樂觀思維工作坊： 網絡「無」欺凌	127				大部份參加者表示活動有助他們了解如何善用互聯網，以及如何在網上保護自己及免傷他人。有同學指活動讓他們明白到網絡欺凌的嚴重性，亦能讓他們學習到如何不被欺凌
工作坊	23.11.2017	「正向人生路」樂觀思維工作坊： 成長與家庭－我們這一家	118				大部份參加者表示活動讓他們反思與家人的關係，提升對父母的諒解和掌握改善關係的方法。有參加者對活動中所採用的影片及歌表示欣賞，有助他們反思與父母的關係
小組	05.02.2018- 05.03.2018	個人探索小組	21				所有參加者均表示活動有助提升情緒管理、解難能力及有效的減壓方法
小組	20.10.2017- 12.11.2017	「蜜蜜送」校本義工培訓及服務計劃	19			300#	大部份參加者表示活動有助認識正面處理精神健康的方法，亦可以分享正面處理精神健康的方法給其他同學
小組	20.04.2018- 18.05.2018	小組分享會	10		1		於活動過程中，參加者與社工及老師一同參與活動，拉近三方間的關係。參加學員較願意於活動中作分享，於當中尋找解決困難的建議和方法
家長講座	21.10.2017	家長支援服務： 「逆風前航」－提昇子女抗逆力家長講座		82			大部份參與家長均表示活動有助提升對青少年抗逆力的認識，並協助子女面對逆境的策略。有家長表示活動中的影片選材佳，加上問答環節，讓他們能掌握有關能力



培訓	20.03.2018	強化教師團隊活動：「臨危不亂」-校園危機處理工作坊			60	大部份參與教師表示活動能加深對危機處理的了解，並加強教職員之間的協作。有教師指訓練內容寫實，能讓他們投入情境思考，所教授的內容亦實用
訓練營	22.12.2017- 23.12.2017	「迎刃有餘」歷奇成長挑戰營	25			大部份參加者均表示活動有助提升解難能力、深化對抗逆境的能力，以及強化朋輩間的互相扶持。同學多表示活動有趣，亦享受晚上到岸邊進行靜觀活動，這些都有助在活動中掌握有關能力
活動通訊	04-07.2018	活動通訊	240	300	60	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

不適用