

計劃總結報告

計劃編號：2016/1051

甲部

計劃名稱：「尊重生命，逆境同行」(「好心情@嘉諾撒書院」微型計劃)

機構/學校名稱：_____

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： 18 DEC 2018

日期： 18 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。

優質教育基金總結報告填寫指引

在填寫計劃評鑑時，請詳述以下各點。以下指引提供參考，讓計劃負責人／小組反思計劃的成效。

1. 能否達成目標

評鑑是否已達致計劃書內列明的各項目標時，須包括以下項目(有關資料可按本附件內表一的格式，或以簡短段落形式書寫)：

- 目標陳述
- 與目標相關的活動
- 目標達成程度
- 目標達成的證據或指標
- 如不能達成目標，須列出原因

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(中二學生)	透過「尊重生命、逆境同行-香港中學生健康」問卷為工具，識別抗逆力較低、精神健康較弱之學生，並提供點對點到校「次級介入」支援活動	部分達到	20位學生在問卷結果中顯示為「建議參與計劃」，表示抗逆力、精神健康較弱	是次問卷調查為自願性質，全級141名學生中，有111名學生參與，當中30名學生因未獲得家長同意而沒有參與調查。而在20名被識別出來的學生只有5名參與「次級介入」活動。
「初級預防」：對所有學生作一般性預防	「正面思維」心理健康學生講座	全部達到	為中一至中三級提供正向心理講座	
「次級介入」：支援活動，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	心晴天使：成長小組	全部達到	所有學生認為對「以不同角度看事情、情緒管理及正面思想有幫助滿意度90%	
	心晴天使：義工訓練及探訪	全部達到	所有學生認為有助認識長者需要、增強與人溝通、合作及與實踐義工精神	



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。	「情緒管理與正向管教」家長講座： 正向親子溝通	全部達到	所有家長認為講座有助認識主題，亦達到講座目標	
	老師培訓：認識及幫忙患有抑鬱症的學生	全部達到	超過80%教師認為講座有助認識主題 80%教師表示對了解如何幫助患有抑鬱症的學生有幫助	

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：

－ 拓寬學生的視野

本計劃目的在於促進學生的社交和情感發展，以多導向手法作介入，讓學生透過體驗不同活動增強抗逆力的。在成長小組中，以「 」作為「 」手法，使學生學習正面思想帶來的正面果效，減低遇到負面情況時帶來的壓力。在小組中，加入了藝術相關活動，教導學生在遇到壓力時，嘗試以不同方式減低及面對壓力。在日營訓練，學生學習及經歷團隊合作完成指示；及小組分享中，讓她們分享及抒發生活壓力並給予正面鼓勵及肯定，讓她們明白建立外在資源，如朋友、老師及家人能有效解決成長及精神困擾。而在參觀活動及義工探訪中，學生透過接觸精神病康復者、長者及體驗視障人士生活的活動，反思及檢視自己的生活，建立內在個人正面及積極信念。

－ 加強學生的成功感 及 促進學生發揮專長及潛能

配合學校的發展計劃，活動設計著重增強學生良好的習慣和正向的個人素質，使他們建立正向積極的人生價值觀。活動鼓勵學生分享學業成績以外的成功經驗，如部份成績較遜色的學生在演奏樂器有出色的表現，是學校樂團的成員，她們表示在樂團更能獲得成功感。亦有學生在美工勞作方面較有天分，受邀協助設計小組標誌，並獲得其他組員認同。因學生有機會發揮專長，有助增強她們的成功感，讓她們看到自己的潛能，不會單單因學業成績差而帶來情緒壓力，能看到自己值得欣賞的地方。

－ 訓練學生適應社會發展的需求

為增強學生面對學業、家庭及人際關係壓力的能力，本活動安排了以正向心理學理論基礎的「快樂傳人」朋輩講座作「初級預防工作」，以增加學生對情緒、壓力的認識，並讓她們由自我認識到關心身邊的人與事，建立積極快樂的人生觀，又能讓他們明白了解他人及回應需要的方法。超過80%的參與學生認為講座有助增進相關知識。

－ 為教師提供更多培訓機會，促進教師的專業發展

計劃亦裝備老師認識及幫忙患有抑鬱症的學生，強化對學生支援。透過教師培訓講座，讓老師掌握相關技巧和知識，以識別抗逆力較低或精神健康較弱的學生及如何回應學生在心理、情緒和發展方的需要。超過80%的參與教師認為講座有助他們認識相關主題，當中亦有超過80%教師表示對了解如何幫助患有抑鬱症的學生有幫助。



- 引發與其他學校/專業團體的協作機會

計劃亦包括提昇家長對青少年子女正向溝通的認識及支援能力，透過「情緒管理與正向管教」家長講座，協助家長讓家長掌握相關技巧和知識及加強他們在家庭中回應青少年在心理、情緒和發展方的需要和提供支援。所有家長認為講座有助認識主題，亦達到講座目標。

3. 自我評鑑計劃成本效益

受款人必須填寫本附件內表二的預算核對表，與報告一併遞交。關於預算項目的分類辦法，請參照計劃協議書附件二。

請就以下各方面評鑑計劃的成本效益：

- 資源的運用(例如器材、申請學校/參與學校的人力資源等)
專業專職照顧
為與協作學校共同訂定、策劃並推行計劃活動，本機構聘用了專業社工人手(半職社會工作員)提供專業專職照顧及回應同學的情緒需要及照顧受情緒困擾的學生及支援其家長。該半職社工出席所有計劃活動，並與學校輔導團隊及學校社工保持溝通，以確保計劃能達到目標。該社工亦以個案及正向心理理論活動作手法，加強學生與健康成人的連繫，從而提供情緒識別及支援。
- 按直接受惠人士數目計算的單位成本
- 計劃所建構的學習課程及資料的延續性
在是次計劃中，抗逆力較低、精神健康較弱的中二學生被識別出來，部份學生更被邀請參與「次級」之活動。學生的意見有助學校團隊持續策劃、改良活動，在下一學年推行最適切學生需要之活動，以維持學生對精神健康的認知及促進正向學校文化。完成是次計劃的學生亦可參與延續性活動，強化面對逆境的態度及能力。
雖然根據「香港中學生健康」問卷的結果，識別出來的學生中只有 20 名參與「次級」活動，但學校仍然可以結果作參考，留意相關學生之情況並在需要時及早作出轉介。
- 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)
本計劃為「好心情@學校 - Joyful@School 之尊重生命·逆境同行」，故每年均需注資使計劃得以延續。
- 以較低成本達致相同效益的其他辦法

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	137,844	54,031.4	-60.8%
服務開支	37,380	14,678.5	-60.7%
一般開支	21,376	18,999.6	-11.1%
總數	196,600	87,709.5	-55.4%



4. 可推介的成果及推廣模式

在評鑑計劃的成品及推廣價值時應包括以下項目。(有關資料可按本附件內表三的格式列出)：

- 成品說明 (例如種類、名稱、數量等)
- 評鑑成品的質素及推廣價值
- 已舉辦的推廣活動 (請列出口期、模式等)，以及參加者/受眾對活動的反應。
- 有關由優質教育基金加以推廣的成品的價值及其可行性，以及建議的推廣模式。

請同時扼要說明計劃的成功因素/經驗，以及延續計劃的可行性。

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
NA			

5. 活動一覽表

請列出計劃進行期間舉辦的活動詳情，例如活動種類、內容、參加人數及參加者的反應(有關資料可按本附件內表四的格式，或以簡短段落形式書寫)。

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
		教師	學生	其他 (請註明)	
「香港中學生健康」問卷	日期：16/11/2017(學校課室) 問卷調查 - 識別抗逆力較低、精神健康較弱之學生		中二全級(4班)		
「正面思維」心理健康學生講座	日期：29/11/2017(學校禮堂) 「快樂傳人」朋輩講座 - 提升學生對抗逆力及精神健康的認識 - 以正向心理建立積極快樂的人生觀及關心身邊的人事		418 中一至中三全級(12班)		學生投入講座，內容及分享均吸引他們
老師培訓講座	日期：20/03/2018(學校活動室) 認識及幫忙患有抑鬱症的學生 - 讓老師掌握相關技巧和知識，以識別抗逆力較低或精神健康較弱的學生 - 回應學生在心理、情緒和發展方的需要。	46			超過80%教師認為講座有助認識主題 80%教師表示對了解如何幫助患有抑鬱症的學生有幫助



家長講座	日期：28/04/2018(學校活動室) 「情緒管理與正向管教」家長講座：正向親子溝通 - 讓家長掌握相關技巧和知識 - 加強家長在家庭中回應青少年在心理、情緒和發展方面的需要和提供支援。			家長 (50人)	所有家長認為講座有助認識主題，亦達到講座目標
「正面思維」及「享受生活」-「心晴天使 (Sunshine Angels)」計劃					
活動介紹	日期：20/11/2017(學校活動室) 啟動禮 - 讓學生互相認識 - 了解活動之目標及內容		12		學生能檢視自己過往的目標及成效，並再次訂定目標
日營營會	日期：24/11/2017(香港中華基督教青年會新界會所) 訓練日營 - 透過歷奇活動，增強學生間的團隊合作		11		所有學生積極投入營會活動及分享
學生小組	日期：27/11/2017, 11/12/2017, 05/03/2018, 16/04/2018 心晴天使成長小組 - 認知行為訓練 - 正向思想和積極生活的認識 - 面對逆境之道及求助之道		11 共 37 人 次		所有學生認為對「以不同角度看事情、情緒管理及正面思想有幫助滿意度90%
義工服務	日期：16/01/2018 預備及訓練 - 積極的方式改善負面情緒及解決		6		所有學生積極投入訓練及分享
義工服務	日期：18/01/2018 探訪服務 - 強化品格優點 - 學習建立正面信念		8		所有學生認為有助認識長者需要、增強與人溝通、合作及與實踐義工精神
小組分享環節	日期：12/03/2018, 19/03/2018, 08/02/2018, 03/05/2018 心晴天使小組分享 - 讓學生分享在「心情天使」成長小組得著、所學 - 給予學生正面鼓勵、肯定		11 共 37 人 次		學生願意分享及投入參與，又一同製作手工。



外出參觀	日期：18/05/2018 明愛全樂軒(荃灣) - 讓學生了解社區精神復康服務 - 透過精神病康復者分享，讓學生建積極快樂的人生觀，提升抗逆力 黑暗中對話(美孚) - 透過經驗視障人士的生活，欣賞及珍惜現有生活，建立正面思想		9		學生投入參與，亦積極向相關人士發問。 活動過後，學生表示對失明人士的了解增加及明白他們生活的困難，從而反思自己的生活
結業禮	日期：04/07/2018(學校課室) 活動總結 - 與學生回顧活動、給予鼓勵 - 檢討及評估		7		所有出席學生對是次活動都感到滿意，並寫下「正面思維」及「享受生活」的分享

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。

- 在計劃推行期間，最難控制的是學生的活動出席率。因活動的舉行時間與其他課外活動重疊，如該活動需要進行練習作比賽準備，學生會優先選擇出席其他課外活動，如校隊、樂團等。因此，在未能掌握出席率的情況下，較難按學生的進度及需要編排及修改活動內容。建議如學校重做計劃時，應將活動納入恆常的課外活動中，讓學生預早編排活動及決定參加與否。
- 在財務預算方面，當中有四項未有支出，分別是「香港中學生健康」問卷、老師培訓、啟動禮及義工服務。前三項支出均使用了學校資源進行，因時間緊迫，問卷在校內印製；啟動禮的活動物資亦使用了學校的物品，如畫紙、畫筆及顏色等，沒有額外添置其他物資，及老師培訓由學校教育心理學家負責提供，故該三項支出均為零。另外，義工服務與其他機構合辦，有關探訪物資由該機構安排，故沒有是項開支。