



計劃總結報告

計劃編號：2016/1053

甲部

計劃名稱：「同心同行」好心情@學校計劃 - 與「好心情@學校」計劃有關

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
「次級」：為學生提供情緒支援，為受情緒困擾的學生提供個別或小組輔導	「與品格有約」學生小組	全部達到	出席率達97% 滿意度達93% 100%同意小組對情緒管理及建立正面思想有幫助	
「初級預防」：增加學生對情緒、壓力的認識，學習建立正面思維及情緒。	課室互動講座：『至正係我』學生講座	全部達到	超過80%學生認為對「認識自己」有幫助、留意自己的長處及明白如何提我抗逆力	
	課室互動講座：『管理好情緒』學生講座	全部達到	超過90%學生認為對「明白情緒本質」有幫助及明白如何留意自己的情緒反應及管理情緒	
「初級預防」：提昇學生對朋友的情緒危機的察覺力，學習支援及協助求助，建立互助的文化。	課室互動講座：『察覺朋友的需要』學生講座	全部達到	超過90%學生認為對「如何透過觀察、識別動作/語氣朋友的需要」有幫助及明白如何回應朋友的需要	
提昇對青少年子女情緒困擾的認識及支援能力。	家長講座：「情緒管理與正向管教」	全部達到	超過90%家長認為講座有助認識主題滿意度達90%	



增強老師認識及識別青少年精神困擾的認知，強化對學生支援能力。	「識別及輔導受情緒困擾之學生」教師講座	全部達到	超過90%老師認為講座有助認識主題滿意度達70%	
--------------------------------	---------------------	------	--------------------------	--

## 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/教師的視野

配合學校的「培育靈性生命，建立正向價值」的發展計劃，活動設計包含了品德的培養。以品格優勢(Virtues-in-Action – VIA)為內容，讓教師及學生了解培養品格的重要性，不只著重學業成績的培育，亦建構他們的內在品質、正向價值，擴闊了他們的視野。在中一級的「與品格有約」學生小組及中二級的「訂定目標」活動中，向學生介紹 24 個品格優點並進行品格優勢(VIA)問卷。所有中一小組成員及中二學生均進行了 VIA 問卷並了解自己的品格強弱項。

### - 加強學生的成功感 及 促進學生發揮專長及潛能

透過了解自己的品格優勢，學生在學習活動及使用電子設備的自我約束上訂立的目標。在活動中，所有中二學生均能以 VIA 為自己訂定目標，並能在下學期再次檢視自己過往的目標及成效，再次訂定新的目標。另一方面，教師亦能在家長日與學生及家長檢討品格優勢，並獲得正面回應及鼓勵學生積極發展品格優點並用於生活、學習當中，從而增加學生的成功感。在中一的小組活動中同樣以 VIA 作為介入方法，讓學生提高對品格優點的覺察，在活動中強化品格優點並互相觀察，學習建立正面信念。當中所有參與學生同意小組對建立正面思想有幫助。

### - 訓練學生適應社會發展的需求

為增強學生面對學業、朋輩關係、家庭、自我形象的壓力，本活動運用正向心理學理論設計社會心理(psychosocial)活動作「初級預防工作」，以增加學生對情緒、壓力的認識，學習建立正面思維及情緒，同時通過認識自己的性格強項，加強自我效能感。透過三個學生講座「至正係我」、「管理好情緒」及「察覺朋友的需要」，加深學生對正向思想和積極生活的認識、如何面對逆境之道及求助之道、積極的方式改善負面情緒及解決及讓學生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

計劃裝備老師認識及識別青少年精神困擾，強化對學生支援。透過「識別及輔導受情緒困擾之學生」教師講座，剖析學生常見情緒及輔導學生情緒的技巧。超過 90%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 70%教師表示滿意講座內容。

### - 改善學習氣氛

### - 促進學校團隊精神及提升學校整體形象

在「次級」層次，計劃中包含了三個學生小組，分別是中一級的「與品格有約」學生小組、中五級的朋輩支援訓練課程及中一與中五級學生一同進行的朋輩支援計劃學長及學弟妹活動。中一小組目標在強化品格優點及學習建立正面信念，中五級活動則提升自我認識及親和力及學習如何支援朋輩及回應同學的情緒，而中一與中五級的共同活動讓朋輩輔導員與中一同學連繫，並對中一同學作支援。在活動檢討中，所有學生均表示同意活動有助認識新朋友、建立歸屬感。他們亦同意活動對情緒管理有幫助。在與同學及學兄學姐建立關係後，中一學生更能適應學校生活。



- 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情緒困擾的認識及支援能力，透過「情緒管理與正向管教」家長講座，協助家長剖析青少年說話背後的情緒及需要，同時讓他們學習運用聆聽及正面說話及衝突處理步驟。

### 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介入手法，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，重讀中一及抗逆力較低的學生由老師及學校社工透過觀察其需要，推薦參加活動。活動針對參與學生的需要而訂，故未必能普及使用在不同學生中，但可按其需要微調活動內容。  
而學生的意見有助學校輔導團隊持續策劃、改良活動，學校重做計劃時可按學生需要，推行合適的活動，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。  
在中二級的訂定目標中，學生以品格優點訂立目標，其結果可延續至下學年再次檢視，讓學生再次訂定新的目標，讓學生在學業及約束自己上有長遠的目標。
- 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) (元)	實際支出 (乙) (元)	變更 [(乙)-(甲)] / (甲) +/- %
職員薪酬	137,844	54,031.39	-60.8%
服務開支	43,890	34,260	-21.9%
一般開支	14,866	12,271.5	-17.5%
總數	196,600	100,562.89	-48.8%



#### 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)  
學生在完成活動後，拍下短片講述對活動心聲，分享最深刻感受及得著。
- 評鑑成品的質素及推廣價值  
因計劃活動針對學生需要而定，影片內容集中講述學生對活動的心聲。在錄影片段後，未有加上任何後期製作，故只適用校本分享，未有計劃用於推廣相關活動。
- 已舉辦的推廣活動 (請列出日期、模式等)，以及參加者／受眾對活動的反應。  
影片曾在 2018 年 5 月 3 日舉行之嘉許典禮中播放，與老師、家長及其他高年級學生分享，參與人士均細心聆聽學生心聲及認同學生付出的努力。
- 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。  
NA
- 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。  
計劃之成功在於校方能將計劃活動編制入學校課外活動中。在計劃落實進行時，校方已將活動時間編排入學校時間表中，使學生能在參與課外活動時有作準備，又能讓負責之社工及老師及早作出工作安排，增加學生的參與率，使活動更有效達到其目標。校方亦將部份固有活動原素加入計劃中，如訓練學兄學姐作朋輩支援，讓中一學生在重讀或適應新環境時有同行者，遇到困難時有較成熟的同輩傾談及分憂。從學生的心聲分享中，最令他們深刻的地方是有其他學長同學與他們的共同經歷，故繼續在計劃中加入這個原素在助達到活動之目的。

#### 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)	
課室活動/講座	日期：12/10/2017(課室) 了解自己的品格優點 1 - 學生的強弱項 - 進行品格優勢(VIA)問卷		122 (中二)		學生完成 VIA 問卷及了解發展 VIA 的好處
課室活動/講座	日期：17/10/2017(課室) 了解自己的品格優點 2 - 24 個品格優勢 - 讓學生了解自己的品格優勢		122 (中二)		學生了解 VIA 的各種品格優勢內容及發放 VIA 結果



課室活動	日期：02/11/2017(課室) 訂定目標 1 - 讓學生以自己的品格優勢以學習計劃及在自我約束使用電子設備方面訂定目標		122 (中二)		所有學生以 VIA 為自己訂定目標
課室活動：	日期：12/04/2018(課室) 訂定目標 2 - 讓學生檢討之前訂立的目標及其成效，並再次訂立新目標		117 (中二)		學生能檢視自己過往的目標及成效，並再次訂定目標
課室互動講座	日期：02/11/2017 「察覺朋友的需要」學生講座 - 讓學生明白了解他人需要的方法 - 探討如何回應朋友之需要		116 (中三)		超過 90%學生認為對「如何透過觀察、識別動作/語氣朋友的需要」有幫助及明白如何回應朋友的需要
課室互動講座	日期：11&12/01/2018 「至正係我」學生講座 - 正向思想和積極生活的認識 - 面對逆境之道及求助之道		127 (中一)		超過 80%學生認為對「認識自己」有幫助、留意自己的長處及明白如何提我抗逆力
課室互動講座	日期：11&12/01/2018 「管理好情緒」學生講座 - 積極的方式改善負面情緒及解決		115 (中二)		超過 90%學生認為對「明白情緒本質」有幫助及明白如何留意自己的情緒反應及管理情緒
學生小組	日期：11/10/2017, 08/11/2017, 13/12/2017, 25/01/2018, 14/03/2018, 19/04/2018, 25/04/2018 「與品格有約」學生小組 - 強化品格優點 - 學習建立正面信念		14 (中一) 共 94 人次		出席率達97% 滿意度達93% 100%同意小組對情緒管理及建立正面思想有幫助
朋輩支援小組	日期：19/10/2017, 07/12/2017, 08/02/2018, 03/05/2018 同心同行朋輩支援計劃學長及學弟妹活動 - 通過活動讓朋輩輔導員與中一同學連繫，並對中一同學作支援		26 (中一及中五) 共 98 人次		出席率達97% 滿意度達100% 100%同意小組對認識新朋友、建立歸屬感及管理情緒有幫助



朋輩支援訓練課程	日期：26/10/2017, 25/01/2018, 08/03/2018, 21/05/2018 同心同行朋輩支援計劃訓練課程 - 通過活動提升自我認識及親和力 - 學習如何支援朋輩及回應同學的情緒		12 (中五) 共 45 人次		出席率達93% 滿意度達92% 100%同意認識自己、情緒及建立親和力有幫助
午間小聚	日期：22/02/2018, 01/03/2018, 08/03/2018, 15/03/2018, 12/04/2018, 19/04/2018, 26/04/2018, 17/05/2018, 24/05/2018, 31/05/2018 正向午間小聚 - 學長及小導師帶領中一學生製作甜品		共 118 人次 (中一、四、五)		參與學生表示感到滿足，既可享受甜品，亦可在該段時間放鬆，與相熟同學一起製作甜品 (以口頭形式訪問)
教師講座	日期：14/03/2018 「識別及輔導受情緒困擾之學生」 - 剖析學生常見情緒及輔導學生情緒的技巧	56			超過90%老師認為講座有助認識主題 滿意度達70%
家長講座	日期：03/05/2018 「情緒管理與正向管教」家長講座 - 剖析青少年說話背後的情緒及需要 - 學習運用聆聽及正面說話及衝突處理步驟	5	20		超過90%家長認為講座有助認識主題 滿意度達90%
嘉許典禮	日期：03/05/2018 同心同行朋輩支援計劃 - 總結活動及對學長進行嘉許	5	20	23	所有參加者對是次活動都感到滿意，受嘉許的學生亦感到鼓勵





活動名稱	日期	時間	地點	參與人數
了解自己的品格優點 1	12/10/2017	1445 - 1515	學校課室 (中二全級)	122
了解自己的品格優點 2	17/10/2017	0925 - 0955	學校課室(2C)	34
		1115 - 1145	學校課室(2D)	30
		1400 - 1430	學校課室(2A)	28
		1445 - 1515	學校課室(2B)	30
目標訂定	02/11/2017	1445 - 1545	學校課室 (中二全級)	122
	12/04/2018			117
課室互動講座：「察覺朋友的需要」學生講座	02/11/2017	1445 - 1545	學校課室 (中三全級)	116
課室互動講座：「至正係我」學生講座	11/01/2018	0900 - 1000	學校課室(1C)	32
		1005 - 1105	學校課室(1D)	32
	12/01/2018	1135 - 1235	學校課室(1B)	32
		1350 - 1450	學校課室(1A)	31
課室互動講座：「管理好情緒」學生講座	11/01/2018	1135 - 1235	學校課室(2C)	32
課室互動講座：「管理好情緒」學生講座 「與品格有約」學生小組	11/01/2018	1420 - 1520	學校課室(2D)	30
	12/01/2018	0900 - 1000	學校課室(2A)	24
	12/01/2018	1005 - 1105	學校課室(2B)	29
	11/10/2017	1445 - 1615	學校活動室	14
「與品格有約」學生小組 同心同行朋輩支援計劃 學長及學弟妹活動	08/11/2017	1445 - 1615 1445 - 1615	學校活動室 學校活動室	14
	13/12/2017			13
	25/01/2018			13
	14/03/2018			13
	19/04/2018			14
	25/04/2018			13
	19/10/2017			23
同心同行朋輩支援計劃 學長及學弟妹活動 同心同行朋輩支援計劃 訓練課程	07/12/2017	1445 - 1615 1445 - 1615	學校活動室 學校活動室	26
	08/02/2018			26
	03/05/2018			23
	26/10/2017			12
同心同行朋輩支援計劃 訓練課程 正向午間小聚	25/01/2018	1445 - 1615	學校活動室	12
	08/03/2018	1500 - 1600	學校活動室	9
	21/05/2018		學校家政室	12
	22/02/2018	1255 - 1355		5
正向午間小聚 「識別及輔導受情緒困擾之學生」教師講座	01/03/2018	1255 - 1355	學校家政室 學校演講廳	11
	08/03/2018	1255 - 1355		4
	15/03/2018	1255 - 1355		18
	12/04/2018	1255 - 1355		10
	19/04/2018	1255 - 1355		17
	26/04/2018	1255 - 1355		14
	17/05/2018	1255 - 1355		10
24/05/2018	1215 - 1315		14	





	31/05/2018	1215 - 1315		15
	14/03/2018	1530 - 1700		56
「情緒管理與正向管教」家長講座	03/05/2018	1900 - 2000	學校演講廳	20
同心同行朋輩支援計劃 嘉許禮	03/05/2018	2000 - 2100	學校演講廳	40

## 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。

- 「識別及輔導受情緒困擾之學生」教師講座  
為配合教師的工作及上課安排，「識別及輔導受情緒困擾之學生」教師講座的時間作出了相應調整，由 2 小時改至 1.5 小時，活動之內容的對象則維持不變。因應教師之數量，是次教師講座外邀了兩位資深社工負責，所需款項亦因此遞增\$1020。該款項將由學生講座中調撥，部份學生講座由社工(半職)負責，故有餘額付款該筆遞增款項。
- 課室互動講座：『察覺朋友的需要』學生講座  
因應學校課堂需要及調動，原定 4 小時的外購『察覺朋友的需要』學生講座的其中 3 小時由半職社工負責，故該項支出較低及只使用了 1 小時的社工導師費。
- 課室互動講座：『至正係我』學生講座 及 『管理好情緒』學生講座  
因應學校課堂需要及調動，原定合共 8 小時的外購『至正係我』學生講座及『管理好情緒』學生講座中，其中 4 小時由半職社工負責，故該項只使用了 4 小時的社工導師費。
- 正向午間小聚  
為配合學生的需求及興趣，活動內容由小手工或遊戲體驗改為甜品製作，並邀請了「同心同行計劃」學長擔任小導師，由他們帶領活動。小導師會先在老師或社工的帶領下嘗試製作甜品，再在正式製作時帶領其他中一學生。由於內容更改，所需時間亦作出了調整，改為 1 小時之活動。