

17. 校方2017年10月18日舉行了教師危機演練(CRISIS DRILL) 工作坊, 邀請了精神科醫生講解學生精神病情況、如何避免挑起同學情緒及如遇到自殺或有危機個案, 老師如何協助學生疏導情緒等, 故此, 本學年未有特定安排培訓工作坊。
18. 「陽光大使」支援低年級同學時, 計劃團隊應確保教師/導師為他們提供充足的監督。學生大使如確認有潛危學生時, 應明白需要通知成人, 以及清楚求助的渠道。

聯校層面

1. 「陽光大使」聯校訓練營, 讓陽光大使建立一個更大的支持網絡。
2. 舉辦陽光校園巡禮, 並出版經驗分享小冊子, 讓參加同學的得著能與其他同學一同分享。

(ii) 主要推行詳情

計劃時期: (10/2018)至(09/2019)

| 學生層面 | | | | | |
|-----------------|-----------------|--|---|-------------------|--|
| 日期 | 計劃活動 | 具體內容及預期學習成果 | 對象、人數及挑選準則 | 時數/日數 | 負責人員(請列明資及參與程度) |
| 18年9月 (前期工作) | 宣傳活動 | a.內容重點: 於學校宣傳, 招募相關學長 b.預期學習成果: 指定時間內招募足夠參加者參與計劃 | a.對象: 中三或以上學長 b.人數: 15人 c.挑選準則: 負責老師或輔導團隊將透過面試, 挑選15位態度積極及抗逆能力高的中三或以上同學參與計劃。 | 2星期 | 負責社工負責統籌及推行宣傳活動 -文憑或以上 -註冊社工 -0至1年培訓 青少年經驗 |
| 18年10月 | 「陽光大使」啟動禮 | a.內容重點: 透過陽光大使啟動禮活動, 增加同學對精神健康的認識。由校長頒發委任狀, 以肯定陽光大使在校內的角色, 宣揚正面思維的重要。陽光大使會送贈心意咭給同學, 以宣揚校園正面的訊息。 b.預期學習成果: 同學認同活動能: 1.增加同學對精神健康的認識。2.讓他們了解陽光大使的角色及工作。3.宣揚校園正面的訊息。 | a.對象: 全校 b.人數: 全校 c.挑選準則: 全校同學。 | 1小時10分鐘/ 共1節。 | 負責社工負責統籌及推行活動/負責老師, 對學生作出肯定 |
| 18年10月 | 「陽光大使」聯校訓練營(聯校) | a.內容重點: 以歷奇為本及經驗學習的方法, 訓練學長成為陽光大使, 學習如何陪伴初中同學成長。訓練內容包括 1. 慰問 2. 聆聽及回應技巧 3. 遇到有潛危同學或當同學感到疑惑時的處理方法(包括通知或陪伴同學告知特定社工或老師) b.預期學習成果: 同學表示活動讓他們了解初中同學的需要及如何表達關懷。另外, 老師亦會與同學同行, 一起分享, 一起經歷, 強化校內支援網絡。 | a.對象: 中三或以上學長 b.人數: 15人 c.挑選準則: 由負責老師或輔導團隊透過面試, 挑選15名態度積極及抗逆力高的同學參與計劃。 | 共13小時/ 2日, 共3節 | 負責社工負責統籌及推行活動/負責老師與學生一起進行活動 |
| 18年11月-19年2月 | 「陽光大使」訓練小組 | a.內容重點: 以關愛領袖訓練形式, 提升參加者之關愛及帶領初中同學的技巧, 學習如何陪伴及帶領初中同學成長。強化聯校訓練營中 1. 慰問 2. 聆聽及回應技巧 3. 遇到有潛危同學或當同學感到疑惑時的處理方法(包括通知或陪伴同學告知特定社工或老師) b.預期學習成果: 同學表示活動讓他們了解初中同學的需要 | a.對象: 中三或以上學長 b.人數: 15人 c.挑選準則: 由負責老師或輔導團隊透過面試, 挑選15名態度積極及抗逆力高的同學參與計劃。 | 每節1.5小時/ 共2節 | 負責社工負責統籌及推行活動 |

| | | | | | |
|-----------|-----------------------|--|---|--|-----------------------------|
| | | 及如何表達關懷。 | | | |
| 19年1月 | 『陽光行動』伴你同行計劃 | <p>a. 內容重點：透過小組及宿營活動，讓陽光大使認同自己的身份以及培養關愛他人，宣傳精神健康的信息。</p> <p>b. 預期學習成果：同學認同分享正面思想的重要性。</p> | <p>a. 對象：「陽光大使」訓練小組學長及初中同學</p> <p>b. 人數：30人</p> <p>c. 挑選準則：「陽光大使」訓練小組學長及由負責老師或輔導團隊透過面試，挑選15名抗逆力較低的學生。</p> <p>負責同工會留意同學情況，定期向負責老師報告小組同學的情況，如發現學生有潛在危機，會立刻與學校老師協作，及轉介給學校社工以提供適切協助。</p> | <p>宿營：共13小時/2日3節</p> <p>小組：3節(每節1.5小時)</p> | 負責社工負責統籌及推行活動 |
| 19年1-5月 | 『陽光』校園義工隊 | <p>a. 內容重點：學習籌備活動技巧，將正向、支持鼓勵及感恩文化融入點唱活動，設計攤位活動，以凝造『正面』和『有愛校園』的氣氛。強化陽光大使形象，建立「可與我分享、可與我傾訴」活動期間，同學會派發校內輔導人員的聯絡方法給同學，讓同學明白「身邊會有人願意陪伴支援你」鼓勵同學向身邊人求助，建立求助文化。</p> <p>活動過程，負責老師將支援學生推行活動</p> <p>b. 預期學習成果：同學能設計正向及感恩攤位活動於輕輕鬆鬆在趙中推行。</p> | <p>a. 對象：『陽光行動』伴你同行計劃</p> <p>b. 人數：30人</p> <p>c. 挑選準則：參加『陽光行動』伴你同行計劃的同學</p> | 每節1.5小時/共6節 | 負責社工負責統籌及推行活動/負責老師，支援學生推行活動 |
| 19年2月-7月 | 輕輕鬆鬆在趙中 | <p>a. 內容重點：由陽光校園義工隊推動，推行點唱及義工隊設計的攤位，凝造有愛校園的氣氛。</p> <p>b. 預期學習成果：同學能感受到攤位帶出的正向、支持鼓勵及感恩的訊息。</p> | <p>a. 對象：全校</p> <p>b. 人數：100人</p> <p>c. 挑選準則：全校學生均能參與，無需挑選。</p> | <p>點唱：每節30分鐘/每月1節，共6節</p> <p>攤位：1時/1節</p> | 負責社工負責統籌及推行活動 |
| 18年10月-6月 | 「陽光專頁@趙中」網絡平台 | <p>a. 內容重點：開拓學校為本網絡平台，透過青年人喜歡參與的網絡平台：Instagram/snapchat，發放正面訊息及分享，由陽光大使，負責老師及負責社工跟進更新情況。</p> <p>另外會透過精神健康單張，多渠道發放有關資訊</p> <p>b. 預期學習成果：同學認同網絡平台有助分享正面訊息。</p> | <p>a. 對象：全校同學</p> <p>b. 人數：100人</p> <p>c. 挑選準則：無需挑選參加者，由學生自由決定參與活動。</p> | <p>宣傳：1小時/1節</p> <p>專頁運作：每月1節</p> | 負責社工負責統籌及推行活動/負責老師跟進更新情況 |
| 18年11月 | 「Friend Friend 關愛」工作坊 | <p>a. 內容重點：透過工作坊，讓同學認識關心朋友或同學的方法，發揮互助互愛的精神。</p> <p>b. 預期學習成果：同學認為活動能讓他們認識關</p> | <p>a. 對象：中五同學</p> <p>b. 人數：140人(4次班房活動)</p> <p>c. 挑選準則：根據老</p> | <p>每次1.5小時/共4節(每班一節)</p> | 負責社工負責統籌及推行活動 |

| | | | | | |
|--------|------------------|---|---|----------------------------------|--------------------------|
| | | 心朋輩的方法，發揮互助互愛的精神。 | 師及輔導團隊建議，因為中五會面對不同的挑戰(如：學科和前途挑戰等)，所以同學之間的支援十分重要，因此建議全體中五同學參與活動。 | | |
| 18年12月 | 『互助互愛』工作坊 | a.內容重點： 透過不同的興趣活動，讓同學建立信任和互相支持的支援網絡。 b.預期學習成果： 同學認同活動能建立同學之間信任和互相支持的支援網絡。 | a.對象： 中六學生 b.人數： 120人 c.挑選準則： 根據老師及輔導團隊的建議，因為中六同學面對DSE考試壓力，所以同學互相支持和鼓勵十分重要。因此建議全體中六同學參與活動。 | 每次1.5小時/ 共4節 (每班一節) | 負責社工負責統籌及推行活動 |
| 19年2月 | 『校園』齊打氣 | a.內容重點： 透過打氣活動，讓同學表達彼此的關懷和鼓勵。活動將會中一同學送贈心意咭給中六同學。中六同學亦會寫心意咭給中一同學。 b.預期學習成果： 同學認同活動能鼓勵及支持中學文憑試學生。 | a.對象： 中六同學及中一同學 b.人數： 120人 c.挑選準則： 無需挑選參加者，由中一同學向中六同學派發心意咭。由中六同學寫心意咭給中一同學。 | 籌備：2節 活動：1日 (包括小息、午膳及放學時間) | 負責社工負責統籌及推行活動 |
| 19年7月 | 陽光校園巡禮 (聯校活動) | a.內容重點： 總結各校經驗，把學校具備『陽光氣息』的活動，以攤位形式表達；各校同時分享自己學校的活動成果。當中包括活動分享、同學及講者分享。配上各種的攤位以及同學的表演，宣揚精神健康的信息。 b.預期學習成果： 同學認同分享會讓他們回顧計劃的成果。校方代表出席對同學成果作出肯定 | a.對象： 曾參加計劃的陽光大使及初中同學 b.人數： 每校30人 c.挑選準則： 曾參加計劃的陽光大使/初中學生/根據老師及輔導團隊的建議，推薦學生參與活動 | 2小時/ 1節 | 負責社工負責統籌及推行活動/校方代表出席支持學生 |

家長層面

| 日期 | 計劃活動 | 具體內容及預期學習成果 | 對象、人數及挑選準則 | 時數/日數 | 負責人員(請列明資及參與程度) |
|-------|----------------------------------|--|---|--------------|---|
| 19年4月 | 「真了解」性格分析親子溝通工作坊 (校本)自我認識壓力管理 | a.內容重點： 透過性格分析，協助家長更了解子女性格特質，以適當的方法溝通，有效協助子女舒緩壓力。 b.預期學習成果： 家長認同活動有助了解親子溝通模式，從而促進親子關係。家長對不同脾性核心需有更多認識，舒緩引起壓力的壓力源，讓子女的情緒狀態更穩定。 負責老師可於活動後支援家長的對子女在校的疑問 | a.對象： 全校學生家長及子女 b.人數： 30人(分15組;每組2人:1名14歲以上子女及1名家長) c.挑選準則： 透過班主任推薦於班中壓力較大的學生家長參加/其他有興趣家長亦可自由參與。 | 3小時/ 1節 | 導師 具1年家長培訓經驗社工 /負責社工負責統籌及推行活動/負責老師解答參加者疑問 |
| 19年7月 | 「提升子女精神健康」家長講座 | a.容重點： 邀請專業醫生講解精神健康及壓力的關係，提升家長對子女壓力來源的認知；加強處理壓力的能力。 b.預期學習成果： 家長認同活動提升他們對子女壓力來源的認知，從而讓他們協助處理子女的壓力。 | a.對象： 初中家長 b.人數： 有興趣的家長可自由報名參與，名額不限 c.挑選準則： 毋須挑選 | 1.5小時/ 1節 | 負責社工負責統籌及推行活動/負責老師解答參加者疑問/ 專業醫生講解 |

| | | | | |
|--|--|------------------------|--|--|
| | | 負責老師可於活動後支援家長的對子女在家的疑問 | | |
|--|--|------------------------|--|--|

b) 請說明教師及校長在計劃中的參與程度及其角色。

(i) 參與的教師人數及投入程度(時間、類別等):

計劃由趙聿修紀念中學校長定期監察，一位老師專責安排及大約2位老師參與，協助統籌及識別學生需要，並為有需要的學生作出轉介。於個別活動完結後，社工會與負責老師進行檢討，跟進計劃進度。中期檢討會將由校長與老師及本社於計劃中期召開，跟進計劃推行情況。於計劃完結時將召開檢討會，討論服務有否延續的需要及跟進情況。

(ii) 老師在計劃中的角色: (請別選適當空格，可別選一項或多項)

- 領袖 協作者
 開發者 服務受眾
 其他(請列明) _____

(c) 請詳列計劃的預算和主要開支項目的理據。

申請撥款: 港幣 \$200,000.00 元

| 預算項目* | 開支詳情 (包括各項目的細項開支) | | 理據 |
|---------|--|----------------------------|--|
| | 項目 | 預算 | |
| i) 員工開支 | 0.5名註冊社工薪金x12個月(包括強積金) \$11,500.00 x 12 = \$138,000.00 *由機構提供人手以到校形式提供服務(非駐校形式) | \$138,000.00 | 主要工作: 負責舉辦及帶領各項活動、與老師緊密聯繫、預備教材、統計工具及撰寫報告等工作 |
| ii) 服務 | 「陽光大使」啟動禮 活動物資: \$2,650.00 委任證書(設計連印刷): \$1,000.00 導師費: \$0 | \$3,650.00 | 負責社工負責統籌及推行活動 |
| | 「陽光大使」聯校訓練營(聯校) (活動費用由7間中學分擔，每間學校的支出，按學校的服務數量再調節) 宿費: \$270x17人 (15學生: 2工作人員)=\$4,590.00 營地設施(活動室、冷氣費、音響)租用: \$600.00 參加者交通: \$600.00 導師費: \$350 x 4小時 x 1人=\$1,400.00 物資: \$1,500.00 | \$8,690.00 | 負責社工負責統籌及推行活動 |
| | 「陽光大使」訓練小組 活動物資: \$600.00及導師費: \$0 | \$600.00 | 負責社工負責統籌及推行活動 |
| | 「陽光行動」伴你同行計劃 宿費: \$270x35人(30名學生: 5工作人員) =\$9,450.00 參加者交通: \$2,000.00 營地設施(活動室、冷氣費、音響)租用: \$2,000.00 歷奇活動: \$100x30人=\$3,000.00 校內小組活動物資: \$2,000.00 導師費: \$300x3堂=\$900.00 | \$19,350.00 | 加強活動趣味，加強支援網絡的原素 歷奇活動能加強互助關係，增加組員間的連繫感。 |
| | 「陽光」校園義工隊 活動物資: \$1,000.00及導師費: \$0 | \$1,000.00 | 義務工作必須購買基本物資 |
| | 輕輕響在聽中 1. 點唱活動 點唱紙印刷: \$200.00 活動物資: \$350.00 2. 攤位活動 活動物資: \$2,000.00 導師費: \$0 | \$550.00 \$2,000.00 | 印刷點唱紙能將同學的心聲具體地表達 以攤位遊戲宣揚正面訊息，建立有愛校園的氣氛 |
| | 「陽光專頁@趙中」網絡平台 宣傳印刷: \$1,000.00及宣傳物資: \$500.00 精神健康單張\$2.5x1000張=\$2,500.00 | \$4,000.00 | 支援宣傳活動 印製實體單張，多渠道發放有關資訊 |

| | | | |
|-----------|---|--------------|--|
| | 導師費：\$0 | | |
| | 「Friend Friend關愛」工作坊 活動物資：\$1,000.00及導師費：\$0 | \$1,000.00 | 以活動遊戲的形式，讓同學認識關心別人的方法 |
| | 「互助互愛」工作坊 活動物資：\$2,000.00及導師費：\$0 | \$2,000.00 | 以活動遊戲的形式，建立同學彼此的支援網絡 |
| | 「校園」齊打氣 活動物資：\$2,000.00 心意咭：\$1,000.00 | \$3,000.00 | 提供物資以製作關懷的擺設及心意咭，讓中一及中六同學感受關愛的氣氛 |
| | 「陽光校園」巡禮(聯校活動) (活動費用由7間中學分擔，每間學校的支出，按學校的服務，巡禮活動中的展板及背幕費用協議由本計劃支出) 攤位物資：\$1,000.00 製作分享集：\$30x150=\$4,500.00 參加者交通：\$600.00 展板製作：\$500.00 / 背幕：\$1,000.00 | \$7,600.00 | 分享活動成果有助結合不同的正能量，有助學校宣揚精神健康的信息。因各校距離較遠，所以提供交通予參加者。 |
| | 「真·了解」性格分析親子溝通工作坊(校本) 活動物資：\$1,000.00及導師費：\$0 | \$1,000.00 | 以合適的場地佈置，有助提升參加者的參與度 |
| | 「提升子女精神健康」家長講座 講者費用：\$1040x1.5小時=\$1,560.00 講座物資：\$0 | \$1,560.00 | 邀請專業醫生講解精神健康訊息，提高參加者對青少年精神健康的認識，有效提升參加者的學習質素 |
| iii) 一般開支 | 雜項(如：郵費、影印、文具、交通費等) | \$1,000.00 | 以支援郵遞及文具方面的需要 |
| | 審計費用(核數) | \$5,000.00 | 聘請核數師費用 |
| | 總申請撥款： | \$200,000.00 | |

* 請刪除不適用者

附註：本社選擇服務供應商時，須遵照優質教育基金「人事管理及採購指引」進行報價或投標，確保採購程序是以公開、公平及具競爭性的方式進行。

(III) 計劃的預期成果

- (i) 請說明評估計劃成效的方法。
(請別選適當空格，可剔選一項或多項)
- 觀察:觀察學生參與計劃活動的興趣及表現
 - 重點小組訪問: 訪問教師及學生，收集對於推行計劃及成效的意見
 - 活動問卷調查: 了解同學對抗逆境的想法
 - 學生表現在評估中的轉變: 有80%參與的同學提升了抗逆能力
 - 其他(請列明) 本社在計劃完成後，會向校方提交檢討的實證和數據，以便學校跟進。
- 如需要個別輔導的學生，本社負責人員會轉介校內輔導人員即時跟進。
- (ii) 請列明計劃的產品或成果。
(請別選適當空格，可剔選一項或多項)
- 學與教資源
 - 教材套
 - DVD
 - 其他(請列明) 分享小冊子

資產運用計劃：現階段不適用

(IV) 遞交報告時間表

本機構(童軍知友社)承諾準時按以下日期遞交合規格的報告:(由優質教育基金提供)

| 計劃管理 | | 財政管理 | |
|---------------------------------|-----------|---------------------------------|-----------|
| 報告類別及涵蓋時間 | 報告到期日 | 報告類別及涵蓋時間 | 報告到期日 |
| 計劃進度報告 1/10/2018 - 31/3/2019 | 30/4/2019 | 中期財政報告 1/10/2018 - 31/3/2019 | 30/4/2019 |

| | | | |
|---------------------------------|------------|--------------------------------|------------|
| 計劃總結報告 1/10/2018 - 30/9/2019 | 31/12/2019 | 財政總結報告 1/4/2019 - 30/9/2019 | 31/12/2019 |
|---------------------------------|------------|--------------------------------|------------|