計劃撮要

計劃名稱： 「喜樂同行 – 尊重生命、逆境同行」校本計劃	計劃編號： 2017/0543 (修訂版)

機構名稱： **香港小童群益會**

(The Boys' & Girls' Clubs Assoication of Hong Kong - Healthy School Programme (Kowloon District Government Schools)

(1) **目的：** 透過「喜樂同行 – 尊重生命、逆境同行」校本計劃，以全方位提升學生的抗逆力及精神健康，促進他們學習、社交及生活環境的適應。

目標：i. 提升學生抵抗及處理逆境、情緒壓力及精神困擾的能力；

ii. 加強各種促進學生精神健康的保護因素；

iii. 提高支援學生成長的有關人士(家長及老師)對學生精神健康需要的認識，及掌握支援及關懷技巧。

(2) **對象：** 預期受惠人數：全校老師、學生及家長，每年約 400 人，兩年共約 800 人；其中部份較大需要的中一、中二、中四或中五學生，更能夠透過一級及二級預防的程序，提升個人抗逆能力及精神健康。

(3) **推行方案：**

i. 進行時期： 2/2019 –1/2021

ii. 過程/時間表：

第一階段	2/2019	● 為計劃社工及老師提供培訓，內容包括學生篩選工具之應用。
第二階段	2/2019	● 籌備及辨識有需要的學生 ● 社工與學生及老師建立關係
第三階段	2/2019- 8/2019	● 為學校提供一級預防的活動 ● 為被篩選出來的學生提供二級預防的活動 (2018-19 學年中一及中二學生) ● 為個別有特別需要的學生作出適當的轉介
第四階段	8-9/2019	● 中期檢討及修訂服務程序
第五階段	10/2019	● 為社工及老師提供培訓 ● 籌備及辨識有需要的學生
第六階段	10/2019- 12/2020	● 為學校提供一級預防的活動 ● 為被篩選出來的學生提供二級預防的活動(2019-20 學年中一及中二學生) ● 為個別有特別需要的學生作出適當的轉介
第七階段	1/2021	● 終期檢討及撰寫報告

iii. 與其他機構 / 伙伴協作：潔心林炳炎中學

(4) **產品及成果：**

i. 為老師及社工提供每學年 2 小時有關促進精神健康的培訓；

ii. 發展及整理中一、中四及中五之一級預防的成長課資料及二級預防的程序資料；

iii. 辨識及照顧潛藏成長需要的學生，並提供支援，協助他們更有效適應學習環境；

iv. 協助老師辨識及支援學生的需要；

v. 營造關顧及感恩的校園文化；

vi. 將搜集的資料數據及經驗整合，作為建立日後支援學生成長的服務之實証參考。

(5) **預算：**

i. 半職社工薪金連強積金、及員工培訓	$ 305,802.00
ii. 服務開支 (活動程序、營費、交通費、場地費、教練費等)	$ 83,000.00
iii. 一般開支 (核數、雜項)	$ 11,198.00
總開支	$ 400,000.00

(6) **評鑑方法及準則：**

i. 活動前和活動後的問卷調查：對於被篩選出來參加二級介入的學生，量度他們抗逆力及精神健康有正面的改變

ii. 抽樣調查：70%或以上中一學生感到活動有助提升抗逆力

iii. 校方檢閱：校長、老師及社工對於整體校園氣氛及學生學習環境有正面的改善

iv. 教師觀察：80%或以上學生表示對精神健康有更深的認識及改善

計劃詳情 (計劃編號；2017/0543 (修訂版))

計劃詳細資料

一. 背景分析

1.1 改善精神健康、提升抗逆力

- *加強一級預防活動*

本計劃聚焦於中一或中二學生的二級支援，一小部分資源亦會用於一級支援，其中一個目的是建立學校的感恩文化(見理論部分) ，為老師、家長及高年級學生提供一些訓練或活動。本計劃以學校為本，著重二級支援，同時融合了一些一級預防的項目。

-

- *二級支援活動*

這個二級支援目的旨在提升學生的抗逆力及減低精神壓力。這框架包括四大範疇: 關愛聯繫，情緒管理，解難能力及積極思維。

- *其他好處: 多界別夥伴關係，能力建立和更好的學習*

透過這個分享平台，有關經驗的整理及總結將成為珍貴的社會資源。老師和社工將更有能力促進學生的精神健康及幫助較有需要的學生，亦會更意識到精神健康的重要性，以及重新思考如何平衡學生的不同成長需要。學校會培養一些擁有更高抗逆力和感恩文化的學生。良好的精神健康和幸福感的推廣可以增加學習動力，提高教學成效和學校表現。

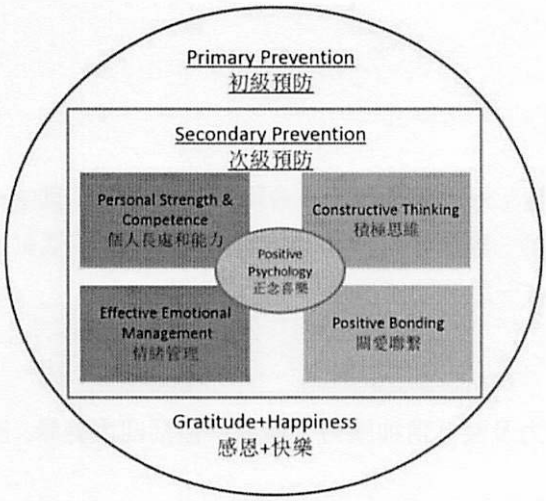
1.2 理論框架

- *抗逆力: 一個證據為本可以改善精神健康的因素*

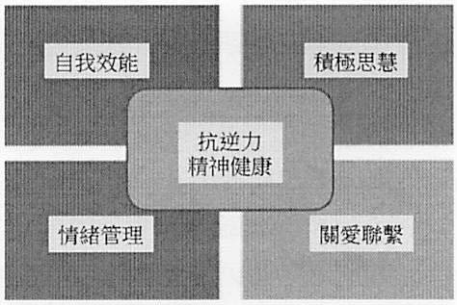
抗逆力的定義為從逆境中反彈並成功應對壓理情況的能力 (Connor & Davidson 2003)。研究顯示它可以預防各種精神健康問題 (Prince-Embury & Saklofske 2014)，包括抑鬱症 (Connor & Davidson 2003); 及透過支援得以提升 (Prince-Embury & Saklofske 2014)。SRLWTAP計劃二級支援的概念框架，包括三個主要範疇：關愛聯繫、能力(解難能力)及信念(積極思維)。研究指出，關愛聯繫、解難及積極思維與抗逆力及或降低患上精神健康問題(如抑鬱症)的風險顯著有關 (Brown et al., 1986; Cairns et al., 2014; Dumont & Provost 1999; Ehrenberg et al., 1991)。根據2017-2018年度「尊重生命、逆境同行」計劃的經驗，這些範疇將會稍作修訂。

概念框架 (根據 2017-2018 年度「尊重生命，逆境同行」計劃作修訂)

「喜樂同行 - 尊重生命、逆境同行」(修訂)



「尊重生命、逆境同行」(2017 - 2018)



- *減低精神壓力的社會心理因素*

除上述三個範疇，第四個範疇(情緒管理)旨在減低精神壓力。負面情緒的例子有傷心、羞愧、內疚、擔憂等。這些情緒與精神健康問題有密切關係 (Watson et al., 1988)，包括抑鬱症(Watson et al., 1988)。良好的情緒管理能有效降低青少年的負面情緒和精神健康問題 (Gross & Muñoz 1995)。認知是情緒管理的第一步，很多學生並未察覺自己的情緒。老師和社工將會在一些工作坊中接受管理情緒的培訓。此外，以往研究顯示，自尊、自我效能感、社會支持、積極情緒、積極的壓力和情緒應對策略與低抑鬱水平有顯著的相關性 (Brown et al 1986； Gerber et al 2013；Muris 2002)。這些都是青少年抗逆力的來源和預防精神健康問題的保護因素。一個本地大型干預研究指出正面情感(情緒)的增加，自我效能(能力)，自尊和家庭支援能減少抑鬱症狀 (Yang et al., 2018)。本計劃的二級支援將整合這四個範疇來加強有關保護因素。

- *感恩文化*

感恩能夠減低精神健康問題的風險 (Diener 1984)，例如每日記錄三件值得感恩的好事 (三年好事練習)能有效地增強感恩文化 (Seligman et al., 2006)。這種支援措施是積極心理支援措施的一部分 (Seligman et al., 2006)。因此，我們必須在校內培育感恩文化。

1.3 學校簡介、需要及特色:

本校為一所天主教女子中學，着重基督信仰的氛圍，關注滋潤學生心靈。本校全力推行小組協作，自主學習，希望強化學生學習能力及動機；另外鼓勵學生參與活動，讓其才能得以展現，從而提升學生之自信心及自我效能感。

本校位於橫頭磡區，大部份學生來自基層家庭，支援不足，部份甚至非常薄弱。

近年需關注的學生有以下需要：

1. 家庭照顧
   - 父母忙於工作，未能與子女多溝通，對子女有所忽略。
   - 家長未懂與女兒溝通，未能建立親子關係，女兒表現反叛。
   - 學生由祖父母照顧，欠缺管教及溝通技巧，有縱容的情況，相方關係欠佳。
2. 精神健康
   - 父母易發脾氣，子女情緒受影響，又或不知不覺中感染了父母的脾性。
   - 學生未能恰當處理學習壓力，影響身體健康，亦有畏縮情況。
   - 學生未懂與人相處，自我中心，容易與別人有社交問題，個別學生常有缺席情況。
3. 社交
   - 多為家庭中為獨女，因父母未有適切指導，說話行為表現自我。
   - 多於網絡上與人交往，結識陌生人，容易誤入不法份子的陷阱。
   - 利用網絡溝通，用詞未必恰當以至引起紛爭。
4. 個人發展
   - 學生多來自基層家庭，欠缺支援，能力未得到適當發展。缺乏自信心，於一些學習活動上未能盡情發揮。

本校學生所具有的優良特性：

1. 樂於服務
   - 對有需要的同學，樂於陪伴及給予協助。
   - 於服務活動中，能向有需要人士表達尊重及關懷
2. 勇於嘗試
   - 同學願意參與不同類型的活動，積極投入活動，從體驗中獲得成長。
3. 樂於合作
   - 同學於課堂及活動常有協作機會，往往能共同商討，分工合作，互相幫助完成任務。

本校關注事項之一為透過生命教育建立正面的價值觀。**「喜樂同行 – 尊重生命、逆境同行」**校**本計劃**的目的為提升學生抗逆能力和精神健康，促進「正向認知」、「正面思維」及「享受生活」，以建立正面校園文化，理念與本校發展計劃一致。

二. 計劃內容

本計劃將達致以下目標：

1 整體目標：透過校本計劃，以全方位提升學生的抗逆力及精神健康，以加強他們學習、社交及生活環境的適應。

2 具體目標：及早識別及支援抗逆力較低及精神壓力較高之初中學生

- 利用問卷，辨識潛在抗逆力較低及精神壓力(mental distress) 較高危的中一學生

2.1 提升學生抵抗及處理逆境、情緒壓力及精神困擾的能力、及加強各種促進精神健康的保護因素

- 一級預防活動，透過全校性及級/型的活動，培育學生處理逆境、情緒壓力及精神困擾的知識及技巧，並利用校園活動及項目推動正面、關懷、感恩及積極的文化，創造有助學生健康學習成長的保護因素；
- 二級支援活動，透過篩選有需要的學生，提供點對點支援培訓小組活動，提升學生個人自信、解難及社交能力，加強人際關係、培養正面信念及人生觀，及改善個人精神健康。另亦為曾參與二級支援的學生在一或兩年後提供跟進「增潤服務」(Booster Service)，利用校本的課程，加強他們的抗逆能力及確保良好的精神健康。

2.2 提高支援學生成長的有關人士(家長及老師)對學生的精神健康需要的認識

- 為老師提供「正向教育」培訓，支援學生精神健康知識及關懷學生技巧。
- 由負責社工為老師及家長提供「正向教育」培訓，提升他們對學生精神健康知識及關懷技巧，並成立支援學生健康成長的合作伙伴。

3 對象及預期受惠人數

3.1 一級預防活動

- 對象： 中一、中四或中五學生、老師及家長
- 人數： 每年約 400 人，兩年共約 800 人

3.2 二級支援

- 對象： 辨識有潛在需要(抗逆力較低及精神壓力較高)的學生，包括首年及次年之中一及中二的學生。
- 人數： 每年約 120 學生，兩年共約 240 人接受甄選；並為其中約 20%被分類為抗逆力較低及精神壓力較高的學生提供二級支援活動。

4 教師及校長參與計劃的程度

本計劃希望營造關顧的校園文化，校長及教師均扮演重要角色：

4.1 校長角色

- 由校長統籌及監督計劃進行，在財政及行政管理上給予支持，協助負責社工及教師完成工作。

4.2 教師角色

- 全校約 60 位教師參與培訓工作坊，協助識別學生需要及提供支援等，並為有需要的學生作出轉介
- 輔導主任負責聯絡各學校及相關人士，以便安排活動；

- 中一及二班主任協助識別及招募學生參與二級支援的活動，與負責社工合作推動計劃，並參與有關活動；
- 中一、中四或中五班主任協調負責社工推行一級預防的入班活動；
- 上述班主任協助負責社工進行活動檢討及跟進學生。

4.3 學校角色

- 學校計劃以額外資源分三學年優化計劃，包括提供深化一級及二級支援活動予計劃學生。

5 工作計劃及進度表

5.1 計劃特色

- 本計劃強調校本，「校本」的意思是以學校 - 服務對象為本的意思。整體活動期望能回應學校和學生的需要，配合學校發展方向及政策，協助學校提升學生的抗逆力及精神健康，實現全人教育。基於以校為本的理念，在進行活動過程中，協作機構將跟學校緊密聯繫，了解學校期望、學生需要以及學生在校內的生活狀況等，透過這些合作及了解，令計劃發揮更大的效能。
- 強調學生擁有的優點，重點不在於解決毛病及不足；確認學生有內在的自我校正及成長潛能。課程內容不著重指出學生的問題或不足，而是鼓勵與肯定學生的表現，包括：學生能突破自己固我的模式、用新的方式看事物、與別人溝通等。本計劃將以一個「積極的冒險」作為宣傳訊息，篩選調查的結果為非診斷性，避免任何標籤效應。
- 透過活動參與，學生將體會受尊重及成功克服挑戰的滿足感。這些體驗及影響將遠遠超越活動期間，有助學生內化有關能力，促進他們日後個人成長及發展。

5.2 本計劃為兩年之支援學生計劃，由 2019 年 2 月至 2021 年 1 月，包括 7 個重要階段

- 第一階段： 2/2019
  - 為老師提供培訓，內容包括學生篩選工具之應用。
- 第二階段： 2/2019
  - 籌備及辨識有需要的學生
  - 社工與學生及老師建立關係
- 第三階段： 2/2019-8/2019
  - 為老師、家長及學生提供一級預防的活動
  - 為被篩選出來的學生提供二級支援的活動 (2018-19 學年中一及中二生)
  - 為個別有特別需要的學生作出適當的轉介
- 第四階段： 8-9/2019
  - 中期檢討及修訂服務程序
- 第五階段： 10/2019
  - 為社工及老師提供培訓
  - 籌備及辨識有需要的學生
- 第六階段： 10/2019 – 12/2020
  - 為老師、家長及學生提供一級預防的活動
  - 為被篩選出來的學生提供二級支援的活動 (2019-20 學年中一及中二生)
  - 為個別有特別需要的學生作出適當的轉介

- 第七階段： 1/2021
  - 終期檢討及撰寫報告

5.3 計劃內容

主要推行詳情

計劃時期: **第一年**：2019 年 2 月 至 2020 年 1 月

第二年：2020 年 2 月 至 2021 年 1 月

推行期	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(每年)	負責人員(請列明資歷及參與程度)
2/2019	- 籌備及辨識有需要的學生 - 社工與學生及老師建立關係	- 會議 - 學生需要調查 - 計劃前與參加者面談(如適合)	有關老師、中一及部份中二級學生	/	計劃社工
2/2019-8/2019, 10/2019-12/2020	**一級預防活動**				
	1. **老師培訓**	增強教師辨識、處理學生情緒健康問題的信心和技巧	全校老師	1節x 2 小時	1 位社工、教育心理學家或臨床心理學家或精神科醫生
	2. 家長講座/家長教育活動	讓家長認識正念及抗逆力的元素，學習與成長中的子女「喜樂同行」。	全校家長	1 節 x 1 小時	1 位社工、教育心理學家或臨床心理學家或精神科醫生
	3. **學生講座**	透過遊戲、體驗活動及分享討論等，讓學生建立積極樂觀思維。	其中一級	1 節 x1 小時	1 位社工或教育工作者
	4. **入班工作坊 #1** (建議於長假期前或考試前舉行)	以「抗逆力」、「感恩文化」、「正面心理」的主題，培育學生處理逆境、情緒壓力及精神困擾的知識及技巧。	全級中一、中四或中五	1 節 x 4 班 X 1 小時	4 位社工
	5. **「正面思維」及「享受生活」活動通訊**	單張/電子媒介	全校	1 期	計劃社工
	二級支援活動				
	1. **「喜樂同行」小組 #2** - 啟動禮(1節x1.5小時) - 成長小組(2節x1.5小時) - 午間小聚(2節)	- 透過遊戲、體驗活動及分享討論等，強化參加者的解難能力、情緒管理及社交能力等。 - 其中關懷家人	20-25 名中一學生	12 節	計劃社工

	- 義工服務(1節x1.5小時) - 宿營訓練(4節/16小時,兩日一夜) - 關懷家人活動(1節/3小時) - 體驗/戶外活動(1節, 半日)	活動，是透過輕鬆愉快的體驗活動，促進親子關係。			
	2. 家長培訓工作坊	讓家長認識子女的成長需要，學習鼓勵和欣賞子女，從而建立正向積極的家庭。	20-25 名「喜樂同行」小組參加者的家長	1 節 x 1 小時	1 位社工、教育心理學家或臨床心理學家或精神科醫生
	3. 正面文化嘉許禮	讓參加者總結計劃的得著，強化參加者及其家長面對逆境，喜樂同行的信心。	「喜樂同行」小組參加者及其家長	1 節 x 2 小時	計劃社工
	4. **抗逆增潤小組** - 成長小組(2節x1.5小時) - 體驗/戶外活動(1節, 半日) - 義工服務(1節x1.5小時)	透過遊戲、體驗活動及分享討論等，增強「正面思維」觀念，強化面對逆境的態度及方法，並實踐分享培養積極面對人生挑戰的態度，以建立正面及積極的信念和力量。	10-12 名中二學生	4 節	計劃社工
	5. 為個別有特別需要的學生作出適當的轉介		「喜樂同行」小組及「增潤小組」的參加者	按需要	計劃社工
8-9/2019, 1/2021	活動檢討、評估及跟進	會議	有關老師	1節x 1小時	計劃社工

備註：申請人會負責計劃參與者的安全，採取安全措施，以及遵守教育局 〈戶外活動指引〉和其他相關的安全指引。

#1：一級預防活動 – 入班工作坊建議各級課題

中一	自我	他人
辨識	課題 (一) **自我察覺 (self-awareness)** - 認識及覺察自己的情緒 - 認識及接納自己的優點和缺點	課題 (三) **社交覺察 (social awareness)** - 同理心 - 欣賞他人的優點 - 感謝他人的付出
調節	課題 (二)	課題 (四)

	自我管理 (self-management) - 管理自己情緒，懂得表達及調節情緒 - 控制衝動的情緒 - 為自己學習和生活制定目標	社交技巧 (relationship management) - 建立及維繫良好人際關係 - 有效的溝通技巧 - 堅定及正面的拒絕

中四/中五	自我	他人
辨識	課題 (一) 自我察覺 (self-awareness) - 識別及調節情緒，並能健康表達 - 對過去的生活經驗/經歷抱有正面評價	課題 (三) 社交覺察 (social awareness) - 了解個人獨特的生命意義 - 求同存異、彼此尊重
調節	課題 (二) 自我管理 (self-management) - 壓力/焦慮處理 - 時間管理 - 認清方向、追求理想	課題 (四) 社交技巧 (relationship management) - 領袖風格和影響力 - 衝突管理

(參考理論：社交情意學習 social emotional learning 及正向心理 positive psychology)

#2：二級支援活動 - 「喜樂同行」小組活動流程

- 配合「識別工具」的二級支援的活動程序，將照顧學生的特性及需要，考慮有效聯繫(ENGAGE)學生參與程序，並按照他們的學習歷程設計活動，例如參考「成長的天空」計劃的經驗歷程 KET – Knowledge、Experience、Transformation，合共 12 節，分別包括：

節數	活動內容	主題	抗逆力				精神健康
			自我效能	情緒管理	關愛聯繫	積極思維	積極正念
1	啟動禮	建立聯繫	☺		☺☺☺	☺	
2	戶外活動	解難能力及建立聯繫	☺☺		☺☺☺	☺	
3	成長小組	情緒管理及正面情感	☺	☺☺☺	☺	☺	☺
4-7	宿營訓練	團隊合作及個人成長	☺☺☺	☺☺	☺☺	☺	
8	成長小組	個人信念培養、解難能力及積極思維	☺☺	☺	☺	☺☺	☺☺
9-10	午間小聚	解難能力及自信提升	☺☺	☺☺	☺☺	☺☺	☺☺
11	義工服務	個人信念培養、解難能力及積極思維	☺☺		☺	☺	☺

12	關懷家人活動	建立聯繫 – 家庭與學校	☺		☺☺☺	☺☺	☺

- 提昇抗逆力(Resilience)及積極正念(Positive Mind)
  - ◆ **自我效能及情緒管理**(Competence / Capacity & Emotional Control) – 通過「培訓/訓練」(Experiential Learning and Training)來裝備/提升個人能力及情緒控制，減低或克服逆境帶來的損害；
  - ◆ **積極思維** (Belief) – 利用「整理經驗」(Experience consolidation) 不同活動歷程中對個人之反省及檢視，以肯定個人信念/未來的信念(Transformation)，加強個人內在的正面及積極的信念與力量；
  - ◆ **關愛聯繫** (Bonding)– 透過「策略」(Strategically network building) 以協助連結不同的支援系統，包括；家庭/家人、社區/社區人士、學校/老師、同學/朋輩等等，加強外在的支持及資源。

5.4 創新和新元素

- 本計劃參考 2017-2018 年度「尊重生命，逆境同行」計劃，優化了原有概念框架，引入幾項新服務元素，包括增潤小組、建立學校感恩文化，並將計劃推廣至其他級別學生。

6 產品、預期成果及成效

6.1 產品：

- 為老師提供每學年 2 小時培訓；
- 發展及整理中一、中四或中五之一級預防的成長課資料及二級支援的程序資料

6.2 預期成果

- 辨識及照顧潛藏成長需要的學生，並提供支援及跟進，協助他們更有效適應學習環境
- 協助老師辨識及支援學生的需要
- 營造關顧及感恩的校園文化
- 期望學生參與二級支援後，能提升抗逆力，減輕精神壓力。這些正面變化會因為增潤小組及增強了的支持性環境而持續下去。

7 財政預算

預算項目	開支詳情 (包括各項目的細項開支)		理據
	項目	款額 ($)	
i) 員工開支	1/2職文憑或副學士社工x24月(連強積金) $24,270 ,x 1/2 x 1.05(MPF) x 24	$305,802	聘請持認可社會工作文憑或副學士或以上學歷之註冊社工；並具青少年服務經驗。
ii) 服務	**一級預防活動**		
	1. 老師培訓 (1節x2小時x2年)	$6,000	包括：導師費(時薪約$1020/小時)、活動物資(如印刷、材料/教

			具、文具及小禮物等)
	2. 家長講座/家長教育活動(1節x1小時x2年)	$4,000	包括：導師費(時薪約$1020/小時)、活動物資(如印刷、材料/教具、文具及小禮物等)
	3. 學生講座 (1節x1小時x2年)	$4,000	包括：導師費(時薪約$1020/小時)、活動物資(如印刷、材料/教具、文具及小禮物等)
	4. 入班工作坊 (1 節 x1 小時 x2 年)	$4,000	包括：導師費(時薪約$740/小時)、活動物資(如印刷、材料/教具、美勞用品、心意卡、小禮物、USB隨身碟等) 、多媒體軟件安裝及文具等
	5. 「正面思維」及「享受生活」活動通訊 (1 期 x2 年)	$4,000	包括：紙張、設計及印刷
	二級支援活動		
	1. 喜樂同行小組(12 節 x2 年) (20 人)	$43,000	
	1.1. 啟動禮(1節x1.5小時)		包括：活動物資(如美勞用品、文具、印刷、小禮物等)、材料/教具及沖曬等
	1.2. 成長小組(2節x1.5小時)		包括：活動物資(如美勞用品、魔術用具、電影光碟、小禮物等)、文具、印刷、材料/教具及沖曬等
	1.3. 午間小聚(2節)		包括：活動物資(如美勞用品、文具、桌上遊戲 、小禮物等)、材料/教具及沖曬等
	1.4. 義工服務(1節x1.5小時)		包括：交通費、運輸費、材料/教具、活動物資(如美勞用品、文具、小禮物、佈置等)、印刷及沖曬等
	1.5. 宿營訓練(4節/16小時,兩日一夜)		包括：活動物資(如美勞用品、歷奇活動用具、小禮物等)、材料/教具、交通費、運輸費、營費/入場費、設施及場地租用、教練費/導師費(時薪約$300/小時)、文具及印刷等
	1.6. 關懷家人活動(1節/3小時)		包括：活動物資(如材料/教具、心意卡等)、交通費及導師費(時薪約$300/小時)等
	1.7. 戶外活動(1x半日)		包括：活動物資(如美勞用品、印刷、歷奇活動用具等)、材料/教具、交通費、運輸費、營費/入場費、設施及場地租用、教練費/導師費(時薪約$300/小時)、文具及印刷等
	2. 家長培訓工作坊(1 節 x1 小時 x2 年)	$4,000	包括：導師費(時薪約$1020/小時)、活動物資(如文具、印刷等)
	3. 正面文化嘉許禮(1 節 x2 小時 x2 年)	$4,000	包括：活動物資(如文具、小禮物、佈置等)、運輸費、印刷及沖曬等

	4. 增潤小組(4 節 x2 年) (10-12 人)	$10,000	
	4.1. 成長小組(2節x1.5小時)		包括：活動物資(如美勞用品、魔術用具、小禮物等)、材料/教具、文具、印刷及沖曬等
	4.2. 體驗/戶外活動(1x半日)		包括：活動物資(如美勞用品、印刷、歷奇活動用具等)、材料/教具、交通費、營費/入場費、日營膳食費、設施及場地租用、教練費/導師費(時薪約$300/小時) 及文具等
	4.3. 義工服務(1 節 x1.5 小時)		包括：交通費、運輸費、活動物資(如美勞用品、文具、小禮物、佈置等)、材料/教具、文具、印刷及沖曬等
iii) 一般開支	1. 雜項	$6,198	包括：員工舟車費、運輸費、急救用品、辦公室文儀器材、印刷、員工招聘及設計軟件安裝費等。
	2. 會計核數	$5,000	
	申請撥款總額 ($):	$400,000	

備註：申請人選擇服務供應商時，會遵照優質教育基金《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。

三. 計劃成效

3.1 整體計劃之評估

- **校方檢閱**：校長、老師及社工對於整體校園氣氛及學生學習環境有正面的改善。

3.2 二級支援的評鑑參數及方法

- 成效：參加者抗逆力、自我效能、社會支援及正面情感的改善，及精神壓力和負面情感的減低。
- 問卷調查：參與二級支援的學生需填寫前、後問卷或增潤小組後的問卷調查。70%或以上感到活動能改善他們對精神健康的認識及有助提升抗逆力；簡單的過程評估如以過程問卷、老師及社工觀察等：70%學生對自我的評分(抗逆力方面)有所提升。

3.3 一級預防

- 抽樣調查：在服務級別中抽出兩班學生進行簡單問卷調查；在完成一級預防後進行，70%或以上參與學生感到活動有助提升抗逆力。
- 教師觀察：80%或以上學生表示對自我精神健康有更深的認識及改善。

備註：為使計劃的成效得以加強和延續，申請人會在計劃完成後，向校方提交前測和後測的實證和數據，以便學校跟進。

資產運用計劃

類別	項目／說明	數量	總值	建議的調配計劃 *(註)*
視聽器材				計劃結束後會將計劃的相片/影片及活動程序等資料記錄到 USB 隨身碟給予學校存檔。
書籍及視像光碟				
電腦硬件	USB 隨身碟	4 支	$400	
電腦軟件	多媒體軟件 creative cloud 單一應用程式 HK$148/月	12 個月	$1776	
樂器				
辦公室器材				
辦公室家具				
體育器材				
其他				

註： 供學校／團體／其他計劃使用(請提供在計劃結束後會接收被調配的資產的部門／中心的詳情，以及預計有關資產在活動中的使用情況)。

遞交報告時間表

本人/本校/本機構承諾準時按以下日期遞交合規格的報告：

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 1/2/2019 - 31/7/2019	31/8/2019	中期財政報告 1/2/2019 - 31/7/2019	31/8/2019
計劃進度報告 1/8/2019 - 31/1/2020	29/2/2020	中期財政報告 1/8/2019 - 31/1/2020	29/2/2020
計劃進度報告 1/2/2020 - 31/7/2020	31/8/2020	中期財政報告 1/2/2020 - 31/7/2020	31/8/2020
計劃總結報告 1/2/2019 - 31/1/2021	30/4/2021	財政總結報告 1/8/2020 - 31/1/2021	30/4/2021