

**優質教育基金**  
**(適用於不超過200,000 元的撥款申請)**  
**乙部 - - - 計劃書(修訂版)**

<b>計劃名稱</b> 樂在四邑	<b>計劃編號</b> 2017/0857 (由「網上計劃管理系統」編配)
---------------------	---

**基本資料**

學校／機構／個人名稱：香港四邑商工總會新會商會學校

**受惠對象**

- (a) 界別:小學
- (b) 學生: 300 (人數)\*及小一至小六 / 6至15歲 (級別／年齡)\*
- (c) 老師: 30 (人數)\*
- (d) 家長: 50 (人數)\*
- (e) 參與學校(不包括申請學校): \_\_\_\_\_ (數目及類型)\*
- (f) 其他(請列明): \_\_\_\_\_

\*如適用，請列明

**計劃書**

**(I) 計劃需要**

- (a) 請簡要說明計劃的目標，並詳述建議計劃如何影響學校發展。

本計劃旨在透過學生活動、家長工作坊及教師培訓等，達成以下目標：

- 一、提昇學生的快樂指數，讓學生健康愉快成長。
- 二、促進學生學習以積極、正面的態度面對生活及學習。
- 三、建立「健康、包容、友愛」的工作及學習環境，促進各方關係。

就回應目標一及二：透過<四邑小特工>、周會及專題小組等活動，提升學生對正向心理的認識、並學習以積極、正面的態度面對問題，讓正向心理融入校園。面對無間斷的學習及操練，學生容易感到乏力，並影響其學習動機及情緒，容易與同學發生衝突。因此，建立一個正面、鼓勵、關愛的校園氣氛，有助學生改善學習，亦能提升其抗逆力。

就回應目標三：透過教師培訓，增加教師對正向心理的認識、學習如何有效地與各部門及有特殊學習需要之學生相處。教師的處事方法及言行舉止往往是學生的參考，因此擁有正面的心理素質及處事態度是十分重要。同時，良好的師生關係有助學生學習，並能為學校建立正面的形象。

就回應目標三：透過家長工作坊，提升家長對學校活動的參與及對其子女的接納。家長對子女的品行、學習有高要求是可理解的，但部分家長的要求遠超學生能力水平、或將有關問題歸咎於校方。於對抗及感到無力的氣氛下，親子及家校關係亦大受影響。

在各方面的配合下，學生、家長及教師的思維將更趨正面，校園環境將愈見健康。

(b) (i) 請表明學校的需要及優先發展項目。

促進學生的社交和情感發展

(ii) 請提供相關的背景資料以論證(b)(i)中所提及的需要。

(請別選適當空格，可別選一項或多項)

學校發展計劃:

本校的學校發展計劃(2017-2020)關注事項分別有(1) 優化課堂教學，照顧個別差異，提升學與教效能；及 (2) 建立關愛共融校園，培養學生的自律精神。由於本校有特殊學習需要的學生人數眾多，佔全體學生的 24%，同時亦有不少非華語及新來港學生。因此，建立包容、尊重及友愛的校園環境是十分重要的。

調查結果:

文獻研究綜述:

### 人生八階理論

根據心理學家艾力遜(Eric Erikson)提出的生命循環觀點，人的一生按年齡分為八個階段，而每個階段都會面對不同的心理危機(Newman, 2009)。小學生正處於人生八階之第四階段，他們開始建立社交圈子，重視自己的存在感；同時，亦愛模仿身邊的成人。當學生得到成功經驗時，他們會變得更有求知慾及活力。可是，學生於此階段亦較自我中心。於群體中遇到排擠時，便會產生自卑的情緒；或容易感覺自己能力不足，未能輕鬆應付學習等。因此，處於此時期，學生會容易感到危險威脅。面對各式各樣的轉變，若不能適應過來，學生便會容易感到失落。如果情況持續，更可能會影響其精神健康。因此，學生的精神健康是值得關注的。

### 正向心理學理論

正向心理學理論是心理學的一個新分支，它著重全人發展，相信個人、群體和社會都是充滿生機和希望的，並提倡在問題與正面之間取得平衡，著重研究、分析和找尋人類的優點及潛能。心理學家沙利文博士(Dr. Martin Seligmsn)提出，愉快有意義的人生在乎我們能否發掘及運用自己的優點及長處，投身於有價值的目標和事情上 (湯國鈞, 2010)。沙利文博士亦指出，人要得到真到的快樂，必須向歡樂、滿足感及有意義的人生出發。當中有三個重點，第一為能夠正面地面對過去、現在及將來，透過建立樂觀、感恩等正面情緒去享受歡樂；第二為發掘自己的長處及美德，投入生活、應用在人生的不同領域中，建立滿足與充實的生活，締造積極的人生；第三則為能夠將自己的長處及美德應用在超越個人範圍的地方，為不同群體提供服務或貢獻，建立有意義的人生(湯國鈞，2010)。

正向心理學理論透過培養個人的正面情緒，增強學生面對困難的能力，並從成功處理問題的經驗中令其對自己及生活感到滿意。此理論正好配合學生的需要，他們因為需要面對各種挑戰而導致情緒低落；此理論便可協助學生接受自己的過去及現在，發展美好的將來及得到愉快的生活。

相關經驗:

於 2016-2017 學年，本校致力推廣校園關愛文化，推出不同措施及各式活動，照顧師生及家長的身、心靈健康。根據〈情意及社交表現評估〉結果顯示，於 2017-2018 學年，學生的負面情感指數有改善表現，由 2.22 分(16/17 學年)改善至 2.04 分(17/18 學年)。由於可見，推動更多正向活動將有助學生改善情緒。

參考資料：

- Newman, B.M. & Newman P.R. (2009). *Development through life: A psychological approach*. Belmont: Wadsworth Cengage Learning.
- 湯國鈞 姚穎詩 邱敏儀：〈喜樂工程：以正向心理打造幸福人生〉。香港：突破出版社，2010 年。

- (c) 請詳述如何以創新的意念或實踐方法來提升、調適、配合及/或補足學校現行的做法，以促進學校發展，滿足其獨特需要。

(例如：話劇及音樂能有效刺激學生對閱讀的興趣，並有助他們的多元智能發展。)

**現行不足：**學校的〈SUPER BEE〉獎勵計劃使用多達十年以上，學生已不太重視有關獎勵(加積點/操行分)及其影響力愈趨下降。

**創新意念：**改以〈四邑小特工〉獎勵計劃，將校內活動/學習成績統合，當學生表現良好時，可於獎勵冊上得到老師簽名/蓋印。校方會於每月進行獎勵換領攤位，加強同學做出良好表現的動機。同時，以密集形式進行活動，有助提升計劃於校內的普及性。計劃有助學生建立正面的行為，亦能培養教師欣賞學生的氣氛。

**現行不足：**家長對學校的信任度不高，影響家校合作。

**創新意念：**設立家長義工團隊及增設家長活動，增加家長對學校活動的參與及家長和老師接觸的機會，改善關係。

**現行不足：**教師處理學生情緒的技巧不足。

**創新意念：**增加相關主題之教師工作坊。於活動後，請教師選擇其中一種技巧運用到教學中，並就運用前/後填寫問卷及分享。此活動有助確保老師嘗試運用有關技巧。

## (II) 計劃可行性

- (a) 請描述計劃的設計，包括：

- (i) 方式／設計／活動(申請人宜提供計劃/活動的安排，或提供教學的內容。)

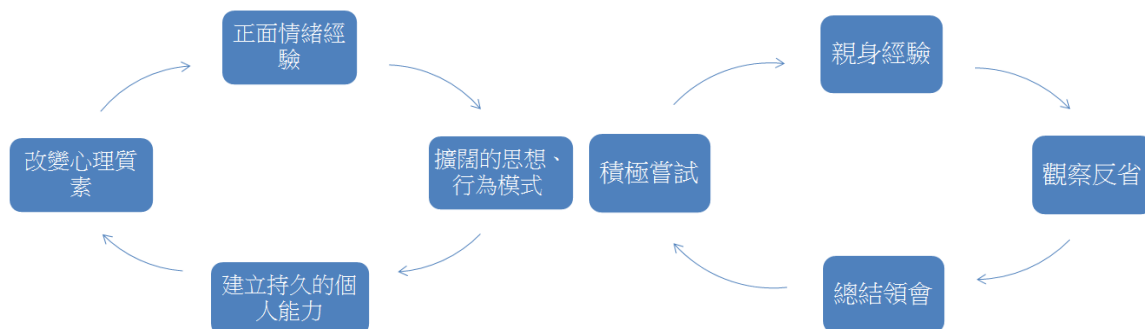
此計劃會以正向心理及體驗式學習法作為核心，配合整全的活動、獎勵計劃、工作坊及分享會作推展。

正向心理學相信情緒、社交及心理健康都是達到幸福快樂的途徑來的，當中細項包括：快樂、感恩、樂觀、懂得細味、存有好奇心、有勇氣、會幫助別人及尋找到人生意義(湯國鈞，2010)。另外，理論亦相信正面情緒是可以培養的，只要我們抱著正面的態度去思考，我們便會得到更多成功的經驗，從而產生更多正面的情緒。

體驗式學習法指學生透過經驗的重組與改變，而進行有目的、有組織的學習活動，令

其達成知識、能力的增長或行爲、態度的改變。理論相信經驗是學習的基礎，也可刺激學習。當學生發現從<四邑小特工>、分享會所得的經驗是有助他們面對生活時，只要他們練習及持久使用新的知識，並把技巧內化，從而更有效地達到目標，改革情緒健康。

### 正向心理學 體驗式學習法



計劃會於活動、獎勵計劃、工作坊及分享會中傳遞有關正向心理的資訊及與學生、家長及教師進行練習，讓各持分者亦學習及練習擴闊思想、行為模式的機會，透過親身經驗和分享，將正向心理及情緒融入生活之中。

#### (ii) 主要推行詳情

計劃時期:01/2019至12/2019

月份／年份	內容／活動／節目	受惠對象／參與者
01/2019-12/2019	<p><b>&lt;四邑小特工&gt;</b></p> <p>目標對象：全校學生（全體參與）</p> <p>節數：獎勵計劃-（18/19學年）下學期、（19/20學年）上學期；獎勵活動/正向文化攤位-每月1次</p> <p>內容：每名學生均會得到獎勵冊一本，教師會就學生的學習及行為表現給予獎勵印章/簽名，學生可以有關印章/簽名於每月活動攤位中獲鼓勵。同時，獎勵冊內亦有有關正向的資料及練習，讓學生於閒暇時間亦可學習有關知識。</p> <p>預期學習成果：(1) 學生的自信有所提升、懂得欣賞自己；(2) 學生能清晰講述正向心理學的元素</p> <p>評估方法：學生問卷</p> <p>參與計劃人員：全體教職員</p>	

01/2019-12/2019	<p><b>&lt;四邑小特工&gt;嘉許禮</b></p> <p>受惠對象：全校學生、教師</p> <p>節數：(18/19學年)下學期、(19/20學年)上學期，共2節</p> <p>內容：邀請教師及學生分享每個學期的經驗，並公開表揚表現良好的同學，加強其他同學進步的動機。</p> <p>預期學習成果：(1) 提升學生的正面情緒及校園正向氣氛；(2) 學生的自信有所提升、懂得欣賞自己</p> <p>評估方法：教師及學生回饋</p> <p>參與計劃人員：全體教職員</p>
02/2019-05/2019	<p><b>正向小組</b></p> <p>受惠對象：特選學生</p> <p>挑選準則：教師推薦及以自尊心量表結果選出分數較低之學生</p> <p>節數：1組，共10節</p> <p>內容：向學生分享正向心理的元素，當中包括：快樂、感恩、樂觀、懂得細味、存有好奇心、有勇氣、會幫助別人及尋找到人生意義；並透過活動及練習，加強學生將有關技巧應用到日常生活的能力。同時，校方將提供可靠求助資訊和渠道。</p> <p>預期學習成果：學生的自尊心有所提升、推廣求助文化</p> <p>評估方法：學生問卷</p> <p>參與計劃人員：社工(資歷：具學位及駐校經驗註冊社工)、學生輔導員</p>
01/2018-07/2019	<p><b>社區義工活動</b></p> <p>受惠對象：高小特選學生</p> <p>挑選準則：教師推薦、抗逆力較低而未有參選成長的天空之學生</p> <p>節數：(18/19學年)下學期、(19/20學年)上學期，共2節</p> <p>內容：讓學生參與社區服務，增加其幫助別人的機會。</p> <p>預期學習成果：(1) 提升學生的正面情緒及其自信心；(2) 每名參與學生都能發掘到自己一項優點；(3)提升學生抗逆力及精神健康</p> <p>評估方法：學生問卷、教師回饋</p> <p>參與計劃人員：社工(資歷：具學位及駐校經驗註冊社工)、學生輔導員</p>
01/2019-12/2019	<p><b>&lt;心事信箱&gt;</b></p> <p>受惠對象：全校學生</p> <p>內容：學生可將自己感到快樂/不快樂的事情寫到校方提供的紙上，班主任、駐校社工及學生輔導員會定時處理有關情況及學生需要。</p> <p>預期學習成果：校園內的求助文化有所提升</p> <p>評估方法：學生、家長及教師回饋</p> <p>參與計劃人員：社工(資歷：具學位及駐校經驗註冊社工)</p>
01/2019-12/2019	<p><b>師生共聚日</b></p> <p>受惠對象：全校學生、教師</p> <p>節數：每兩月1次，共5節(除7、8月)，全校13班，共65節</p>

	<p>內容：教師會利用成長課時間與學生進行分享活動，當中可包括：生日會、分享及遊戲活動，加強師生關係。</p> <p>預期學習成果：師生關係有所改善</p> <p>評估方法：學生、家長及教師回饋</p> <p>參與計劃人員：全體教職員</p>
01/2019–12/2019	<p><b><u>正向家長工作坊</u></b></p> <p>受惠對象：全體(有興趣)之家長</p> <p>節數：(18/19學年)下學期、(19/20學年)上學期，共2節</p> <p>內容：分享有關正向的管教技巧，加強家長對子女的理解及改善親子關係。</p> <p>預期學習成果：(1) 家長能學習到一種正向的管教技巧</p> <p>評估方法：家長回饋</p> <p>參與計劃人員：社工(資歷：具學位及駐校經驗註冊社工)、學生輔導員</p>
01/2019–12/2019	<p><b><u>學生周會</u></b></p> <p>受惠對象：全校學生</p> <p>節數：(18/19學年)下學期、(19/20學年)上學期各6節，共12節</p> <p>內容：由訓輔組成員及教師輪流分享有關正向心理的資訊及經驗。高年級主題：精神健康；低年級主題：品格培養</p> <p>預期學習成果：(1) 學生對精神問題的認識得以提升；(2)學生的品行有正面改善</p> <p>評估方法：學生及教師問卷</p> <p>參與計劃人員：全體教師</p>
01/2019–12/2019	<p><b><u>正向家長義工團</u></b></p> <p>受惠對象：全校家長、師生</p> <p>節數：每2個月3節(除7、8月)，共15節</p> <p>內容：於校內組織家長義工團，邀請家長協助舉辦正向之攤位活動、分享會及工作坊，加強家校合作及家長對正向心理的理解。</p> <p>預期學習成果：(1) 家校關係有所改善；(2) 學生能記錄到一項感恩事項；(3) 提升學生抗逆力及精神健康</p> <p>評估方法：學生、家長及教師回饋</p> <p>參與計劃人員：全校家長、師生</p>
01/2019–12/2019	<p><b><u>正向教師培訓工作坊</u></b></p> <p>受惠對象：全校職員</p> <p>節數：2節</p> <p>內容：邀請講者分享有關識別抗逆力較低學生的技巧，如何將輔導技巧運用於處理學生問題中，以正面的態度回應學生在心理、情緒和發展方面的需要。</p> <p>預期學習成果：(1) 教師能有效回應學生的心理、情緒及發長需要</p> <p>評估方法：學生、家長及教師回饋</p>

	參與計劃人員：社工(資歷：具學位及駐校經驗註冊社工)
06/2019	中期檢討
03/2020	遞交總結報告、財政報告

(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):

1. 校長及訓輔組成員會擔任核心團隊，負責商議、監察計劃進展。
2. 全校老師參與計劃，包括：獎勵及鼓勵學生、於周會時段作分享及參與教師培訓等。
3. 校長擔任領導及促進者，協助老師參與活動。校長輔導經驗豐富，為社會工作學系畢業，並修畢輔導學碩士課程及善於進行遊戲治療。

(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)

協作者 服務受眾

(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\$199,500元

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	計劃助理	\$13,500 X 1.05 MPF X 12月=\$170,100	- 負責處理文書、聯絡、設計、推行活動/小組及數據整合。
ii) 服務	教師培訓	\$1,200 X 3小時X 2次=\$7,200	- 邀請教師工作坊講者。
iii) 設備	數碼攝影機及攝錄機	\$4,500	- 拍攝及錄影活動照片。
	手持穩定器	\$1,500	
iv) 一般開支	獎勵計劃印章/貼紙	\$1,500	- 印制獎勵冊、為老師提供獎勵印章/貼紙，以推行活動。 - 每月推行獎勵計劃/正向文化活動
	印刷費	\$5,500	
	文具及文儀用品	\$4,200	
審計費用		\$5,000	
<b>申請撥款總額 (\$):</b>		<b>\$199,500</b>	

### (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，可別選一項或多項)

觀察:

由老師及家長作觀察及回饋，了解學生的情緒、鼓勵及包容氣氛是否有轉變

活動前和活動後的問卷調查:

於活動前、後向全校學生發放問卷，了解其快樂指數是否有轉變

其他(請列明)

學生於<情意及社交表現評估>的數據是否有轉變

(ii) 請列明計劃的產品或成果。

(請別選適當空格，可別選一項或多項)

學與教資源

- 潛危學生（如需要個別輔導的學生）將轉介校內輔導人員（如學校輔導團隊、學校社工或教育心理學家）即時跟進。
- 選擇服務供應商時，將遵照優質教育基金〈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。

遞交報告日期時間表：

總結報告：1/1/2019-30/12/2019, 遞交日期為 31/3/2020

財政報告：1/1/2019-30/12/2019, 遞交日期為 31/3/2020