



計劃總結報告

計劃編號：2017 / 0520

甲部

計劃名稱：生命彩虹。關愛守望「好心情@學校」微型計劃

機構/學校名稱：香港基督少年軍臻訓中心（協作學校：十八鄉鄉事委員會公益社小學）

計劃進行時間：由 12/2018 (月/年) 至 11/2019 (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

### 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
- 加強學生/教師的成功感
- 促進學生發揮專長及潛能
- 訓練學生適應社會發展的需求
- 為教師提供更多培訓機會，促進教師的專業發展
- 改善學習氣氛
- 促進學校團隊精神及提升學校整體形象
- 引發與其他學校/專業團體的協作機會

### 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)
- 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
- 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)
- 以較低成本達致相同效益的其他辦法

### 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(請列出日期、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。

### 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)。

### 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。



1. 能否達成目標

表一：目標是否達到

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
1) 通過堅毅力培訓，轉化學生成長中的負面經驗及情緒，以至提升學生的自我效能感，從而建立學生的正面思維。	正向心理問卷調查	全部達到	<p>於正向心理問卷當中，共有 83 位參與了本計劃之小二及小三同學（實驗組）交回前測及後測問卷。另有 645 位非參加者（對照組）交回前測及後測問卷。</p> <p>根據以上問卷結果，實驗組的跌幅比對照組為低，反映了本計劃於維持自我效能感、社交技巧、抗逆力及精神健康有一定的幫助。</p> <p>由以上結果可見，通過堅毅力培訓，有效轉化學生成長中的負面經驗及情緒，以至提升學生的自我效能感，從而建立學生的正面思維。</p>	N.A.
	好心情★關愛日	全部達到	透過在學校擺放展板及攤位，同學們更了解好心情主要的三大元素，同時，同學們在當天活動中都表現投入，並積極參與。	N.A.
	關愛彩虹課	全部達到	跟據計劃統籌活動員觀察及學校老師和授課導師的評價，參與計劃學生的自我效能感，正面思維，及正面分享文化均有顯著提升。	N.A.
	堅毅彩虹露營	部份達到	根據活動後問卷調查數據所得，近七成學生對是次活動滿意。當中超過八成學生認為活動能讓他們勇於嘗試解決問題和提升了我的解難方法。另外，近八成學生活動後認為當遇到問題後會懂得找別人幫助。	N.A.



	關愛彩虹日營	部份達到	根據活動後問卷調查數據所得，近九成學生對是次活動滿意。當中八成學生認為活動能讓他們提升了我的社交力能力。超過七成學生表示活動讓他們明白情緒管理的重要性。	N.A.	
2)	通過對老師的專業支援，提升老師認識自己和其他具不同性格特質的師生 以及相處之道，從而建立 正面管教及關愛校園的文化。	教師工作坊	全部達到	當日活動透過繩網活動和合作活動，提升老師支援學生精神健康知識及處理技巧，從而增進教師彼此之間關係，有助推動學校建立正面、健康和有活力的校園氣氛，以及回應他們在心理、情緒和發展方面的需要，從中帶出精神健康的關注和同工之間互相合作應付學生精神健康問題。問卷結果顯示，所有老師對活動都表示滿意。	N.A.
3)	通過對家長的專業支援，提升家長對子女關愛及與學校協作的的能力，從而建立家庭成為學生全人成長的正向能量。	家長互相支持小組	90%達到	根據活動後問卷調查數據所得，是次小組全部參加者滿意活動，當中有近九家長表示參與是此活動，能提升了減壓方法、更懂得正面地與子女相處和明白如何從正面管教子女。	N.A.

## 2. 計劃影響

跟據正向心理問卷調查的結果、學校老師及計劃社工的觀察、以及活動後的問卷調查結果等資料，本計劃成功透過關愛彩虹課、堅毅彩虹露營、關愛彩虹日營、好心情★關愛日、教師工作坊、家長互相支持小組等多元化的活動手法，拓寬了學生、其家長及教師的視野，加強了學生及教師的成功感，有效促進學生發揮專長及潛能；活動能達到預期 1.通過堅毅力培訓，轉化學生成長中的負面經驗及情緒，以至提升學生的自我效能感，從而建立學生的正面思維；2.通過對老師的專業支援，提升老師認識自己和其他具不同性格特質的師生，以及相處之道，從而建立老師之間的分享互助的團隊精神及 3.通過對家長的專業支援，提升家長對子女關愛及與學校協作的的能力，從而建立家庭成為學生全人成長的正向能量之目標。

## 3. 自我評鑑計劃成本效益

表二: 預算核對表

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) +/- %
薪金(staff cost)	88,200	88,200	0%
服務(services)	72,000	72,000	0%
一般開支(general expenses)	39,800	39,997	+0.49%



#### 4. 活動一覽表

表四: 活動一覽表

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
		學校	教師	學生	其他 (請註明)	
教師工作坊	透過歷奇體驗，增進教師彼此之間關係，加強教師面對挑戰的對應能力。同時加強教師支援學生精神健康知識及處理技巧，有助推動學校建立正面、健康和有活力的校園氣氛。 20/12/2018 時間: 1030-1600 校外	1	60 人	/	/	參與老師表示活動能增進教師間的關係並提升對精神健康的關注。並認為活動能讓教師更懂得如何促進學生精神健康的正面發展。認為參與活動有實際的幫助。
關愛彩虹課	透過四大主題的體驗學習活動，包括: 興趣、人際、運動及大自然，提升參加者情緒/壓力管理技巧、應對逆境的能力、解難能力、自我效能感、對自己正面的看法、溝通表達的技巧、與人相處/人際關係/建立個人支援網絡的技巧等。 4/12, 11/12, 18/12/2018 8/1, 15/1, 22/1, 29/1, 19/2, 26/2, 5/3, 12/3, 19/3, 26/3, 9/4, 30/4, 7/5, 14/5, 21/5, 4/6/2019 時間: 1325-1435 1/4/2019 時間: 1030-1200 校內	1	1	230 人	/	學生在課堂中都表示滿意活動和投入參與其中，並透過回顧及反思，學會「自我學習」、「欣賞別人」及「與人分享」，有助建立正面思維。
家長互相支持小組	透過小組活動，協助提升家長管教技能與學習減壓，了解如何支援子女的精神健康。 22/5, 29/5, 4/6/2019 1330-1500 校內	1	/	/	40 人(家長)	參加者表示小組能有效提升他們的管教技巧並學懂如何放鬆。同時發現透過合適的管教模式有助了解子女的性格，學會欣賞子女，有助建立良好的親子關係。



好心情★關愛日	透過問答形式的攤位活動，提升學生與人分享、正面思維及享受生活的概念，以及提倡關愛文化及個人責任。 22/5, 23/5, 24/5/2019 1)1040-1055 2)1230-1255 校內	1	2	770 人	/	學生積極投入攤位的遊戲，能更了解好心情主要的三大元素，包括與人分享、正面思維及享受生活。同時表示攤位內容有趣，若日後有同類型活動也會願意參與。
堅毅彩虹露營	透過兩一日夜的營會活動，提升學生的解難能力和面對逆境的能力。從而提升精神健康、正向思維和抗逆力。 21-22/6/2019 1200-翌日 1400 校外	1	2	32 人	/	參加者表示活動提升了他們的解難能力，認為活動能讓參加者學會嘗試解決問題及建立求助文化。有助提升參加者的精神健康、正向思維和抗逆力。
關愛彩虹日營	透過歷奇及定向活動，提升參加者的社交及處理衝突的技巧。協助參加者建立同理心及學會尋找解決面對衝突的方法。從而提升參加者的精神健康、正向思維和抗逆力。 18/5/2019 0900-1530 校外	1	2	29 人	/	參加者表示活動提升了他們的社交技巧，同時明白到情緒管理在社交及處理衝突時的重要性。參加者認為參加該活動有實際的幫助。

## 5. 困難及解決方法

### ➤ 關愛彩虹課

為配合校本需要及學校日程，關愛彩虹課由原定 4 組 x1.5 小時 x10 次，合共 60 小時，現改為 4 組 x1 小時 x19 次，及一次彩虹體驗日為 5 組 x1.5 小時，合共 83.5 小時。

### ➤ 「家長互相支持小組」

為配合校本需要及學校日程，小組由原定 2018 年 12 月舉行，順延在 2019 年 5 月 22 日開展。

### ➤ 好心情★關愛日

為配合校本需要及學校日程，原定 1 日活動 1-2 小時，現改為 3 日活動每日半小時，合共 1.5 小時。