

## 內部：計劃詳情

### 計劃內容

#### 1. 背景

- 1.1 本校為柴灣區內較有歷史之中學。根據訓導處(以下簡稱本處)及社工對本區學生分析，我校學生成長於環境較複雜之社區及問題較多的家庭，構成行為、情緒、朋輩關係及學業等問題。「情緒教育」、「自我接納」、「自訂目標」、「發展自我」、「培養公民及國民意識」、「培養正確價值觀」及「回饋社群」等各方面教育均極為迫切。
- 1.2 本校公民教育組在 2006-2007 年度在不同級別推行不同類別的成長課程。中一級為「共創成長路」賽馬會青少年培訓計劃；中二級與中三級為「成長新動力」課程。中四級學生雖然曾在 2003 至 2005 兩年間學習「成長新動力」課程，但該課程未能在 2005-2006 年度延續，故有需要為中四級學生提供相關的學術性及非學術性之個人成長及輔導活動。本計劃正為達致此目標而設。
- 1.3 參考本校在 2003-2005 年兩年內進行之學生情意問卷調查結果，發現中四學生在整體自我概念和成就感兩範疇之回應分歧甚大。最明顯的 4T 班在兩範疇內均有下降表現，反映校方需要照顧此情況及作措施配合。另 4N 班則有大幅度的正面增進數據，反映他們兩方面均有良好基礎成為「學業拔尖」計劃的對象。其餘兩班則需要另類活動以協助他們在適當範疇內發展。詳細數據見下表：

表一：整體自我概念

班別	03-04 年度 平均值	04-05 年度 平均值	03-04 年度 標準差	效果強度	備註
4C	2.69	2.92	0.89	0.26	小幅度改善
4G	2.92	3.04	0.36	0.67	中幅度改善
4N	3.04	2.95	0.47	0.94	大幅度改善
4T	2.80	2.56	0.52	-0.46	中幅度轉差

表二：成就感

班別	03-04 年度 平均值	04-05 年度 平均值	03-04 年度 標準差	效果強度	備註
4C	2.32	2.67	0.47	0.74	中幅度改善
4G	2.19	2.24	0.44	0.11	改變可忽略
4N	2.46	2.78	0.48	0.67	中幅度改善
4T	2.50	2.33	0.45	-0.037	小幅度轉差

- 1.4 「學業拔尖」概念亦為本校本年及未來幫助學生發展之目標。本校深信在自信心和成就感方面偏高的學生，有較強的基礎和心理質素，以面對更高的學業成績要求。

#### 1.5 推行計劃的準備

本校擁有多年負責籌劃及推行活動之經驗。亦具備有與不同機構協作之工作關係。單就本計劃而言，本計劃之籌備小組成立後，即開始進行 a) 數據蒐集 b) 中四級活動發展要點釐訂 c) 配套計劃背後理念確立及 d) 計劃內容設計等相關程序。另一方面，招募計劃合作伙伴及推行者亦為準備部份之一。

#### 1.6 有利推行計劃的因素

本校一向與區內及區外的青少年服務機構有緊密接觸及聯繫，以求更有效地引入幫助本校學生成長的活動和服務。該等協作關係成為支援本計劃之實質力量。另一重要支援力量為本校校友。本計劃得到許多畢業後在社會上不同工作層面的校友和正在大學就讀的校友鼎力支持。除協助設計和策劃活動外，更輔助推行。目的在回饋母校，以朋輩身份，通過不同活動(例：補課、成長小組、宿營等)建立關係，進而以模範

作用引導師弟師妹的多元發展。校友們均有多年青少年工作及家長教育的經驗，能確定本計劃內之活動成效。

## 1.7 數據蒐集

### 1.7.1. 自信心數據

在中四學期初，全體中四級學生均需填答 W.W.Hudson 之自信心問卷。經分析後，本處能掌握學生之自信心程度，繼而將他們分類為不同需要的組別。

### 1.7.2. 學生成績指標

本處根據中三級年終試學生成績表現(名次排列序)，將他們分為不同學習能力的組別。

完成數據蒐集程序後，再根據學生的自信心及學習能力的表現分成下表顯示的三個組別：

組別	自信心	學習能力
1	高	高
2	一般	一般
3	低	低

該等組別學生自然成為三項不同類別活動的受眾。分組結果將與背景部份所描述之 1.3 項相符。

## 2. 計劃設計理念

本計劃設計理念之組成元素如下：

### 2.1 自尊感

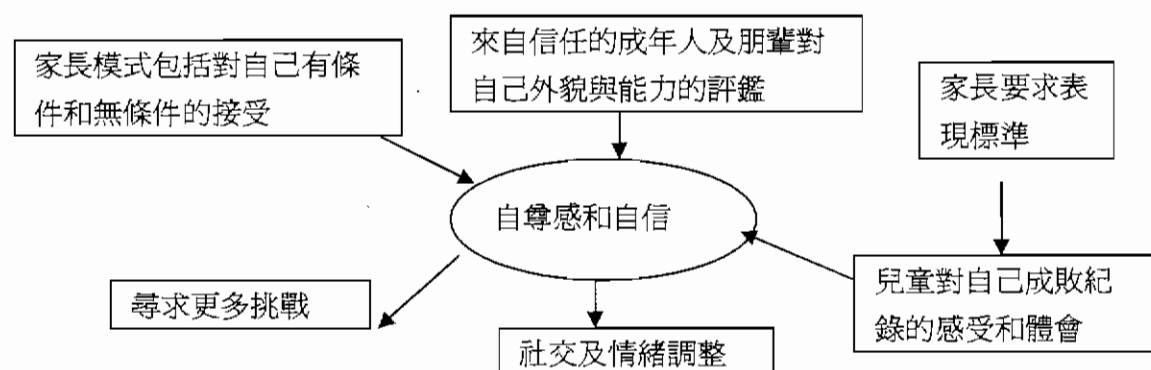
自尊感(self-esteem)是所有兒童及青少年健康成長的重要支柱。有學者將它定義為我們感受自己應當如何的看法(Jaffe, 1998)，這種看法直接影響我們的外在和社交行為甚至對自己的信心。

有學者更認為自尊感由兩個相關部份組成(Nathaniel Branden, 1971)，它們的關係如下：

$$\text{自尊感} = \text{自信} + \text{自重}$$

而自信心亦等同於一個人的自我能力感。自重則是自我價值的觀感。兩者程度若為偏高，則有高的自尊感。

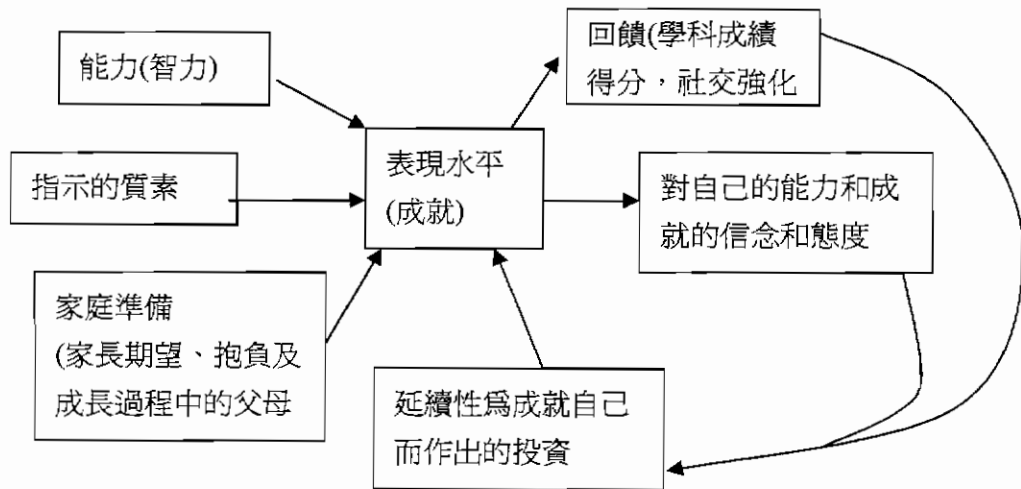
自尊感亦可由多方面的因素影響(Jaffe, 1998)。圖解如下：



由此可見，青少年的行為及情緒兩方面的表現受自尊感和自信程度影響。老師和家長們若能增強他們的自尊感和自信，則可預見他們有更大的正面成長(正面的社交和情緒調整)和敢於尋求多挑戰。其他影響青少年自尊感和自信的人包括他們信任的成年人和朋輩。

## 2.2 自尊與成就

根據 Jaffe, 1997 所描繪的成就循環，自我能力感(self-efficacy)及不同形式的回饋(例如：學科成績得分，社交強化行爲、獎勵)和青少年對自己的能力和成就的信念和態度，能影響他們爲新成就而作出的延續性投資。圖解如下：



學校應該通過提供學業及非學業之活動機會，讓學生有能力在兩大範疇下獲得成就感。因爲成就可以增強自尊及自信(Jaffe, 1998)。在照顧學生自我觀念及自尊感提升方面，本校亦有參考東華三院社會服務科於 1995 年出版之「提升青少年自尊感導師手冊」內概述之「提升學生自尊感的目標」之五種元素——「安全感」、「獨特感」、「聯繫感」、「方向感」和「能力感」。要成功培養各種元素，學校的學習環境、培養學生的自我認同、社交能力、訂立目標能力、推行達成目標方法、自我欣賞及促進朋輩間的相互支持和鼓勵均有直接的影響。

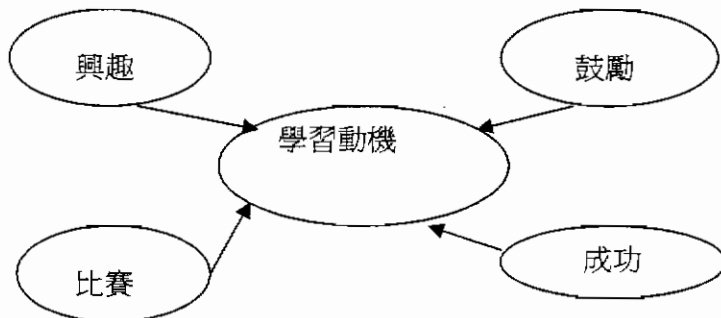
## 2.3 歷奇活動

2.3.1 近年來，歷奇活動以不同形式推廣發展個人能力及自信方面的效用實在不容置疑。歷奇活動的最主要目的是「增進自我概念」，包括以下元素(Prouty, Radcliffe and Schoel, 1998):

a) 互信 b) 確立目標 c) 接受挑戰 d) 解難能力 e) 登峰造極的經驗(peak experience)

另一方面，歷奇活動作爲協助青少年培植正面的自我概念，有研究數據支持(Clifford, 1967, Hopkins 1982, Hopkins, 1985, 徐漢明等, 2001)。故此結合歷奇活動在學術和非學術的小組活動中，均能正面影響參加者有關方面發展。

2.3.2 歷奇活動亦能增強參加者的學習動機。因爲青少年的學習動機受下圖所示之因素影響：



明顯地，比賽和成功都是歷奇活動中最強的兩項元素。

每人均擁有的力爭上游的意識是一種原動力。它除可以加強青少年的學習動力外，亦可改善他們的學術和非學術的成績表現。在比賽中，這種動力被刺激及發揮至最高境界，令參加者獲得登峰造極的良好感覺。這種感覺令他們不斷追求更佳表現而達致成功。成功產生之滿足感又能產生興趣，進而加強學習效率，以達致更佳成就。成功也是最好的鼓勵。(鄧繼強, 1989)

#### 2.4 成就動機

據高尙仁 (1995) 引用 Atkinson & Birch (1978)的看法，一個人的成就感建基於成就動機。它是兩種慾望混合的總和：「成功希望」(hope of success) 及「失敗懼怕」(fear of failure)。成功希望高而失敗懼怕低的人才算得上有成就動機。

而有高成就動機的人也有高成就需求，為人也較積極進取。(高尙仁, 1995)

另一方面，本校亦明白青少年的基本需要——「自我實現」的重要性。若要達致「自我實現」，學生們必需擁有成就感和成就動機(Achievement motivation)。影響個人成就感動機的因素眾多 (Jaffe, 1998)。其中與學校及個人有關的包括：

- a) 享受學習 b) 肯為工作付出努力 c) 自信效能 d) 對學習存在正面態度及投入 e) 樂於接受挑戰 f) 因應個人能力而訂立實際可行目標 g) 渴望成功
- h) 對社會集體有歸屬感 i) 對朋輩標準有高要求 j) 校方提供具刺激性學習材料及任務 k) 有作出準確選擇的能力 l) 協助學習的機會 m) 學校學生人數 n) 指示的質素及 o) 學生對老師的感知

#### 2.5 家長因素

家長和家庭能夠影響青少年的性格發展和個人多元發展之作用備受肯定。而他們在子女的自尊感和學業的影響力亦備受重視。

孩子自尊心的強弱全然植基於們對自己的評價，尤其父母的重視與否對他有很大的影響。(Jan Dargatz, 1996)

在學業方面的影響(Jaffe,1998)，指出重點如下：

- a) 家長與子女之緊密關係。
- b) 家長正面對待學生的校內成績和課業。
- c) 家長對子女的成就有實際的期望。
- d) 家長表示對子女的校內活動及學業情況有興趣關注和參與。
- e) 家長參與家教會會議及其他學校的活動。
- f) 家長以身作則，成為子女的閱讀、工作習慣的模範或榜樣。
- g) 家長鼓勵子女與有成就表現的朋輩交朋友。
- h) 家長與子女的良好溝通及情感上的聯繫。
- i) 家長自信有能力做好培育子女的工作。

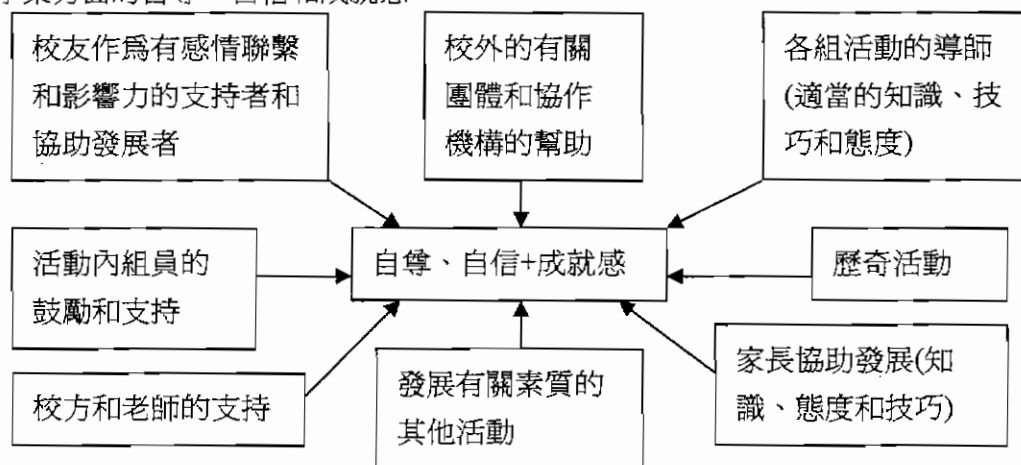
#### 2.6 朋輩因素

朋輩或年青人重視的成年人能夠正面地影響他們的自尊和自信。此等作用見第一欄的自尊、自信因素表。

近年來，本校有如許多本地的學校在校內推行「朋輩輔導——大哥哥大姐姐計劃」及安排本校高年級同學在功課或活動中作低年級同學的導師，原因是他們在與受眾的關係建立後，便可在各方面贏得信任而樂意在他們的引領下進行活動。

## 2.7 總設計理念圖

經參考 2.1 至 2.6 項的因素後，本處總結出下列情況來發展來年的中四級學生在學業和非學業方面的自尊、自信和成就感：



## 3. 計劃目標

### 3.1 學生方面

#### a. 學生個人成長方面：

- 增加自我認識和接納
- 增進自我形象及提升自尊感
- 發展多元智能

#### b. 學生群體生活方面：

- 透過團隊及群體活動，體驗互助的重要性及合作方法。
- 建立良好社交技巧
- 建立朋輩支援網

#### c. 公民及國民意識方面：

- 自我概念增進後，能理解及認識國民責任
- 對社會(香港)及國家的發展作出貢獻

### 3.2 老師方面

- 增進與各參加者之關係
- 增進老師協助籌劃及帶領活動的知識和技巧
- 掌握發展學生多元智能的技巧
- 「以身作則」為各學生樹立榜樣

### 3.3 校友方面

- 增進與母校師弟妹關係
- 幫助母校做好學生之預防性及發展性工作
- 「以身作則」為各學生之楷模

## 4. 對象及預期受惠人數

本校中四級學生、家長 (約 320 人)；中六級學生 (約 15 人)；本校校友 (約 20 人)；本校老師 (約 10 人)；各項活動受關注及受惠人士。

## 5. 教師及校長參與計劃的程度

### 5.1 校長

校長張麗雯博士為本計劃之顧問。張校長深明發展學生潛能之需要及技巧，不但鼎力支持本計劃，並不時給予許多寶貴意見。

### 5.2 老師

#### 5.2.1. 計劃負責人

- 籌備、設計及推行各項活動
- 召開不同階段的工作會議
- 監察活動推行
- 推行活動評估

#### 5.2.2. 其他輔導老師

- 協助籌劃活動（例：開預備會）
- 協助推行活動（例：帶隊）
- 協助評估工作

#### 5.2.3. 中四級班主任

- 協助進行問卷調查
- 協助推行活動下之各項細則（例：發出家長信及收回條）

## 6. 推行方案時間表及預期成效

### 6.1 計劃活動總表

進行期：由 2006 年 9 月 1 日開始推行至 2008 年 8 月 31 日止。

計劃項目	對象		性質						組合及增強因素					
	學生	家長	學術	非學術	義工服務	歷奇	經驗分享	講座及工作坊	自信心	自我價值觀	自我概念	成就感	學業成績	公民及/或民族意識
學峰敢登攀	自信心及學習能力偏高 適合「拔尖」		√			√	√	√	√	√	√	√	√	
生活及工作教育建構工程	全體學生。 小組活動另選適合參加者		√	√		√	√		√	√	√	√	√	
資優家長夢工場		√					√	√						

## 6.2 組合計劃內容

本計劃內之各項組合計劃內容見下表：

6.2.1. 學峰敢登攀		
宗旨	本計劃以本校校友作為楷模導師，期望學生能通過學習導師的思考方法、學習態度及解難技巧，自我塑造出一套屬於自己的解難及思維模式。	
目標	i) 強化並提升參加者自信心 ii) 提升參加者分析、判斷及自我解難能力 iii) 引導學生評估及認識自我學術水平 iv) 引導學生確立明確學術目標 v) 在原有基礎上使參加者的學習能力得以發展及提升 vi) 塑造參加者學術思維模式 vii) 增強參加者各科的知識掌握	
活動內容撮要	計劃分四個階段進行，分別是： <ul style="list-style-type: none"> <li>i) 「關係建立，解難技巧灌輸」</li> <li>ii) 「自我評估、目標確立、學術知識教授」</li> <li>iii) 「技巧運用、個人素質強化」</li> <li>iv) 「學術知識、應試技巧強化」</li> </ul>	
項目推行時間	階段 1	14/11/2006 - 17/2/2007
	階段 2	18/2/2007 - 23/6/2007
	階段 3	1/8/2007 - 1/9/2007
	階段 4	1/9/2007 - 31/8/2008
對象	25-30 位學習能力高及自信心強之中四文、理科生	
預期成效	階段一：幫助學員提升成功感 階段二、四：豐富學員學術知識 階段三：擴闊學員生活圈子	

6.2.2. 生活及工作教育建構工程		
宗旨	本計劃宗旨在於協助中四級同學審視個人興趣及能力，進而關注自己前途發展。	
目標	生活教育建構工程旨為協助同學認識升學就業的出路，了解自己的興趣及能力，並藉著模擬放榜讓同學體會成績與前途的關係。幫助同學確立升學目標，提升他們定立學習計劃的動機，為將來會考作好準備。	
活動內容撮要	本計劃共有 4 個項目包括啟動禮暨工作坊、模擬放榜、歷奇訓練日營及 Café 工作體驗。各個項目均按參加者需要設計，循序漸進讓參加者認識升學就業的出路。	
項目推行時間	啟動禮暨工作坊	1/2007
	模擬放榜	2/2007
	歷奇訓練日營	3/2007
	Café 工作體驗	3/2007 ~ 4/2007



對象	160 位中四級學生
預期成效	<ul style="list-style-type: none"> <li>i) 增加學生的成功感及自信心</li> <li>ii) 能夠自訂發展目標及方向</li> <li>iii) 自信心增強</li> <li>iv) 樂於承擔責任</li> <li>v) 學生學習動機有所提升</li> <li>vi) 自我發展意識有所增強、對升學及就業的認識亦有所提升</li> </ul>

6.2.3. 資優家長夢工場					
宗旨	本計劃宗旨在於協助中四級學生家長認識家庭環境因素及家長態度如何幫助子女的學業及非學業發展。				
目標	<ul style="list-style-type: none"> <li>i) 第一次講座及工作坊 <ul style="list-style-type: none"> <li>a) 通過女子學業成績有優異表現的家長(校友家長)的個人經驗介紹和分享，為其他在校學生的家長提供發展子女的方法。</li> <li>b) 通過專家介紹理念和方法，提升及改善家長協助子女爭取佳績的技巧。</li> </ul> </li> <li>ii) 第二次講座及工作坊 <ul style="list-style-type: none"> <li>a) 通過子女個人發展有表現的家長(校友家長)的個人經驗介紹和分享，為其他在校學生的家長提供發展子女的方法。</li> <li>b) 通過專家介紹理念和方法，提升及改善家長協助子女多方面個人成長技巧。</li> </ul> </li> </ul>				
活動內容撮要	以專題講座及校友家長經驗分享會模式舉辦兩次活動，以協助兩類組別家長成為子女發展的最佳支援者。				
階段推行時間	<table border="1"> <tr> <td>1. 「如何發展子女－學業篇」</td> <td>10/2/2007 (星期六)</td> </tr> <tr> <td>2. 「如何發展子女－多元成就篇」</td> <td>17/2/2007 (星期六)</td> </tr> </table>	1. 「如何發展子女－學業篇」	10/2/2007 (星期六)	2. 「如何發展子女－多元成就篇」	17/2/2007 (星期六)
1. 「如何發展子女－學業篇」	10/2/2007 (星期六)				
2. 「如何發展子女－多元成就篇」	17/2/2007 (星期六)				
對象	<table border="1"> <tr> <td>1. 「如何發展子女－學業篇」</td> <td>「學峰敢登攀」及「成長彩虹路」(非本計劃內之津貼活動)家長(約 160 人)</td> </tr> <tr> <td>2. 「如何發展子女－多元成就篇」</td> <td>全體中四家長(約 60 人)</td> </tr> </table>	1. 「如何發展子女－學業篇」	「學峰敢登攀」及「成長彩虹路」(非本計劃內之津貼活動)家長(約 160 人)	2. 「如何發展子女－多元成就篇」	全體中四家長(約 60 人)
1. 「如何發展子女－學業篇」	「學峰敢登攀」及「成長彩虹路」(非本計劃內之津貼活動)家長(約 160 人)				
2. 「如何發展子女－多元成就篇」	全體中四家長(約 60 人)				
預期成效	<ul style="list-style-type: none"> <li>i) 參加者能夠更清楚理解家長的職責。</li> <li>ii) 參加者能明白自己與子女正面成長的重要性和關係。</li> <li>iii) 參加者能夠更有信心地執行家長角色。</li> <li>iv) 參加者能夠掌握協助子女發展的正面態度、技巧和方法。</li> </ul>				

## 7. 財政預算

### 7.1 「學峰敢登攀」開支及申請撥款表

項目	申請撥款
<b>服務</b>	
1. 階段 1: 攀石及教練費 HK\$5,400 x 0.5	HK\$ 2,700*
2. 階段 1: 野戰場地及教練費 HK\$10,350 x 0.5	HK\$ 5,175*
3. 階段 1: 2 日 1 夜訓練營費用 HK\$15,000 x 0.5	HK\$ 7,500*
4. 階段 1: 導師費 (協助推行 4 個活動, 共 24 小時, 每小時\$190, \$190 x 24 小時 = \$ 4,560) x 0.5	HK\$ 2,280*
5. 階段 2: 導師費用 (4 名導師, 每名導師進行 15 課, 每課兩小時, 每小時 \$190) x 0.5	HK\$11,400*
6. 階段 3: 三日兩夜學習營 HK\$20,000 x 0.5	HK\$ 10,000*
7. 階段 3: 暑期學習考察日 HK\$2,500x 0.5	HK\$ 1,250*
8. 階段 3: 導師費 (協助推行 3 個活動, 共 30 小時, 每小時\$190, 190 x 30 小時 = \$5,700)x 0.5	HK \$2,850*
9. 階段 4: 夜行活動 HK\$1,000x 0.5	HK\$ 500*
10. 階段 4: 導師費用 (4 名導師, 每名導師進行 15 課, 每課兩小時, 每小時 \$190)x 0.5	HK\$ 11,400*
11. 全期活動策劃費 (總活動統籌及階段執行者, 負責策劃執行整個計劃, 共 140 小時, 每小時 \$250, \$250 x 140 小時 = \$35,000) 餘額由學校支付	HK\$ 27,000
<b>一般開支</b>	
1. 階段 1: 獎項設計費用	HK\$ 300
2. 階段 1: 團衣 (60 件)	HK\$ 3,600
3. 階段 1: 活動獎項 (階段性獎項)	HK\$ 1,600
4. 階段 3: 導師費用(校外機構)	HK\$ 4,000
5. 階段 3: 其他雜項	HK\$ 4,234
6. 階段 2+4: 補充教材 (學生 4 科筆記連釘裝; 參考書及有關資料)	HK\$ 18,640

7. 階段 4: 學業獎項	HK\$ 3,000
8. 其他雜項支出	HK\$ 12,816
9. 照片沖晒費	HK\$ 2,000
<b>總數:</b>	<b>HK\$132,245</b>

#### 7.2 「生活及工作教育建構工程」開支及申請撥款表

項目	申請撥款
<b>服務</b>	
1. 啟動禮暨升學就業出路講座	HK\$ 1,800
2. 模擬放榜	HK\$ 7,500
3. 輔導日營(25 人) HK\$4,690 x 0.5	HK\$ 2,345*
4. 工作體驗(15 人) HK\$1,220 x 0.5	HK\$ 610*
<b>一般開支</b>	
1. 雜項支出	HK\$ 1,870
2. 影印費	HK\$ 130
<b>總數</b>	<b>HK\$ 14,255</b>

#### 7.3 「資優家長夢工場」家長交流講座及工作坊開支及申請撥款表

項目	申請撥款
<b>服務</b>	
1. 講者津貼(以每小時計算) 4 小時 x \$500	HK\$2,000
<b>一般開支</b>	
1. 講座資料: 編寫及整理	HK\$1,000
2. 印刷 220 份(每份約 4 單張)	HK\$600
2. 教材物料	HK\$300
3. 紀念品(講者及家長) 約 20 份*(2 次)	HK\$3,000
4. 攝影及沖印費	HK\$400
5. 茶點(飲品及小吃) 每人約\$8	HK\$1,800
<b>總數</b>	<b>HK\$9,100</b>

\* 學校/學生支付一半費用

#### 7.4 預算總計

本計劃申請撥款總數為 **HK\$ 155,600**。

## 8. 計劃成效

### 8.1 評鑑參數及方法

#### 8.1.1. 各項目主要評估方法如下表：

項目	活動意見調查問卷	導師觀察與評分	自信心問卷	出席率(80%或以上)
學峰敢登攀	✓	✓	✓	✓
生活及工作教育建構工程	✓	✓		✓
資優家長夢工場	✓			

所有數據將作詳細分析以反映計劃之成功程度及參加者之有關表現和意見。

#### 8.1.2. 表現指標及成效衡量見下表：

表現指標	成效衡量
(i) 參加者平均出席率	80%或以上
(ii) 參加者評鑑活動對其正面之影響程度分數(配合計劃達致設定水平)	70%或以上參加者就各活動目標成效評3分或以上。(滿分為5分)
(iii) 參加者評鑑活動對其作出正面之影響之描述	70%或以上參加者描述活動對其所作出之正面影響或幫助。
(iv) 參加者評鑑自己對活動之喜歡程度	70%或以上評7分或以上。滿分為10分
(v) 導師觀察各人在活動內表現之評鑑	70%或以上的導師評鑑各參加者之表現得分在3分或以上。(滿分為5分)

## 8.2 計劃成效延續

### 8.2.1 計劃如何令學校／學生／教師／校長或教育界整體受惠

#### 8.2.1.1 完成計劃後，本校將設計一名為「啓航路繽紛」計劃網頁，涵蓋下列部份：

- 完整計劃書
- 各項計劃推行證據（例：相片及錄像）
- 各項計劃報告
- 參加者感想
- 登入者「討論區」

另將發信通知全港各中、小學校該計劃之網址及鼓勵同工登入，並期望可與他們分享組織有關活動的技巧及經驗。

8.2.1.2 計劃內之受眾學生應能從計劃活動中獲得正向發展。若有部份學生被老師或班主任識別為有延續發展需要學生，本處會因應其需要而作出轉介於或提供其他相關服務。

8.2.1.3 校長及老師方面則可通過帶領活動而更能理解學生心理狀態及需要。另一方面，他們亦可將計劃設計、活動組織等相關知識和技巧運用到其他校內工作層面，使學校及學生直接受益。

### 8.2.2 成效延續方法

本活動之主要延續方法如下：

- 跟進學生發展（例：推行相關活動，服務；監察有關方向發展）
- 訓練參加者成為新一屆活動輔助導師

若是項計劃於首屆推行後，未能獲取新一年之優質教育基金津貼，本處將嘗試

向家長教師會或校友會申請津助，以求延續。

### 8.3 推廣／宣傳方法

#### 8.3.1. 校內推廣及宣傳

是項計劃成果將在校方刊物「校園通訊」內及「頒獎禮」、「開放日」活動中以展版介紹。

#### 8.3.2. 網址推廣及宣傳

方法見 8.2.1.1 項

## 9 參考資料

- Clifford, E. & Clifford, M. (1967). Self-concept before and after survival training. *British Journal of Social & Clinical Psychology*, 6.
- Hopkins, D. (1982). Changes in Self-concept as a result of adventure training. *CAPHER Journal*, 48(6).
- Hopkins, D. (1985). Self-concept and adventure, *Journal of Adventure Education*, 2(1).
- Jaffe L. Michael (1988). New York: Adolescence, John Wiley and Sons, Inc.
- Jan Dargatz. (1996). *52 Simple Ways to Build Your Child's Self-esteem & Confidence*. 蕭順涵譯。台灣：生命潛能文化事業有限公司。
- Nathaniel Branden. (1971). *The Psychology of Self-esteem*. New York: Bantam Books.
- Prouty, D., Radcliffe, P. & Schoel, J. (1988). *Island of healing: A guide to adventure based counseling*. Hamilton: Project Adventure Inc.
- 東華三院社會服務科 (1995)。《提升青少年自尊感導師手冊》。香港：新雅文化事業有限公司。
- 高尚仁 (1996)。《心理學新論》。香港：香港商務印書館。
- 浸會愛群社會服務處 (2000)。《心智教育計劃中二級課程教師手冊》。香港：A&T Advertising Production。
- 徐漢明、陳國榮、陳國邦、吳冠朗、曾廣源、林玉鳴、林嘉麗編 (2001)。《歷奇為本輔導概念與實踐》。香港：香港小童群益會。
- 勞錦樞 (2000)。真我的風采計劃書。
- 鄧繼強 (1998)。《兒童心理的輔導》。香港：香港專業人員協會。
- 謝清美 (2004)。《愉快學習·啟動孩子學習潛能》。香港：越己堂。