

## 教得健康支援中心 計劃詳情

局部 計劃詳情

第 1 頁

計劃編號：2008/0431（修訂版）

英文名稱：Support Centre for Teachers' Mental Health

在本文內，

- (i) 教師和校長，通稱為教師。若有需要分辨時，會另加說明。
- (ii) 本計劃會租用獨立場所，設立的「教得健康支援中心」，以下簡稱「中心」。

**I. 背景（有關教師精神健康的理念架構）****1. 教師精神健康質素嚴重偏低**

自 2000 年以來，便有二十多位老師因工作壓力而輕生，單單零八年至今年二月已有八位同工自殺離世，顯示情況日益嚴重。2008 年 4 月，教協會委托香港中文大學亞太研究所進行一項「本港教師工作壓力與經常焦慮症調查」，報告(教協報 556 期<sup>1</sup>)顯示，有高達 13% 受訪教師因壓力患上經常焦慮症，較其他行業的病發率 (4.1%) 高三倍。由此推算，全港 5.3 萬多名教師中，便有近 7,000 名患上經常焦慮症，教師成為情緒病的「高危行業」，不幸隨時可能再發生。

**2. 教師是健康校園生活的維護者**

教育本應是以生命影響生命的事業。若令教師長期處於沉重的壓力之下，他們實難以有足夠的心力，去照顧學生和同事的需要，終會造成缺乏關愛與和諧的校園生活。

**3. 教師精神壓力的根源**

學校在推動教育政策時，往往以達標為本，急於求成，未能兼顧以人為本的關愛的精神，以致出現異化情況。

3.1 2008 年 7 月，「本港教師工作壓力與經常焦慮症調查」，調查結果關於教師壓力來源見下表<sup>2</sup>：

**教師工作壓力的平均分及標準差**

工作	平均分*	標準差
自評外評	78.36	16.851
照顧學生的情緒及行為問題	74.44	16.194
平日的教學工作	69.04	16.207
新高中課程的校本評核	68.49	21.560
學校之間的競爭壓力	67.12	23.135
縮班殺校危機	64.80	30.222
語文基準試評核要求	63.61	29.166

\*由 0 至 100 分，0 分代表壓力最低，100 分代表壓力最高，評分愈高表示壓力愈大。

3.2 2007 年，教協會進行的「教育政策十年之最」的網上問卷調查。結果公布中指出，十年教育，四大痛點：縮班殺校（它嚴重扭曲了教育生態，破壞教育穩定）、自評外評（耗用教師大量精力，令教師身心俱疲，無法專注教學）、語文基準（對教師整個專業的尊嚴也傷害至深）、融合教育（配套支援不足，以致許多有特殊需要的學生得不到有效照顧，教師亦難為無米之炊，效果適得其反）。

3.3 1995 至 2005 年間本港關於教師壓力的調查和研究<sup>3</sup>，亦反映了和上述 3.1 及 3.2 一致的教師精神壓力來源。而所導致的工作壓力不但未有改善，可能更有增加之勢。

<sup>1</sup> <http://www.hkptu.org.hk/ptu/director/pubdep/ptunews/556/m01a.htm>

<sup>2</sup> <http://www.hkptu.org.hk/ptu/director/pubdep/ptunews/547/m01a.htm>

<sup>3</sup> <http://www.hkptu.org.hk/education/newsdgrd/20051120-hkptu-appendice.doc>

#### 4. 教師的期盼

在上述 3.2 的「教育政策十年之最」的網上問卷調查結果中，「減輕教師壓力」是教師一個重要的期盼，背後是反映對實現優質教育的渴望。減輕教師不必要的工作壓力，給予教師充分的空間，讓教師發揮專業能力，專注教好學生，是改善教育的一大關鍵。

#### 5. 切合教師需要的支援

##### 5.1 從問題根源入手：

- (a) 改善校園工作的生態，推動互信的合作關係；
- (b) 在管理文化中，注入人本精神，建立健康開懷的校園文化；
- (c) 關注教師個人成長發展，包括職前及在職的心理健康培訓；

5.2 在醫護方面，要提高教師(及其家人)對情緒病的認識和警覺性，使能作出及時的應變及幫助。

5.3 建立多元而互動的支援網絡，要能相輔相成地發揮治標和治本的效益。

### II. 計劃目標和目的

配合前段所述 (即是 I. 背景 - 5. 切合教師需要的支援)，本計劃的相應目標如下：

1. 建立支援網絡，提供預防性(preventive)、補救性(remedial)及發展性 (developmental)的服務 ← I-5.3
2. 協助改善學校的工作環境和生態，提高精神健康的質素 ← I-5.1
3. 提高校長及教師在工作上的精神健康意識 ← I-5.1
4. 提高同工／同事自助及互助的意識和信心 ← I-5.1 及 I-5.2
5. 裝備校長、教師及其家人對情緒病及抑鬱症的辨識，使能及早對病人作出適當的幫助 ← I-5.2
6. 裝備校長、教師及其家人，在工作中支援情緒病及抑鬱症患者 ← I-5.2

### III. 創意 (設立「教得健康支援中心」的理念架構)

本計劃會租用獨立場所，設立「教得健康支援中心」，提供具以下特質的服務。

#### 1. 有機的支援系統網絡

- 1.1 指向目標：使前述的 II-1 至 6 各項目標能夠互動有機地完成
- 1.2 說明：建構「互助網絡」、「活動支援網絡」及「醫護顧問網絡」(用者費用自付)，使情緒支援有機化、系統化。
  - (a) 連結各網絡的專長和經驗，為教師打造能夠相輔相成，達致最高效益的服務。
  - (b) 例一：
    - ⇒ 建構「醫護顧問網絡」時，配合「互助網絡」，聽取義工意見，尋求最合適的醫護服務；
    - ⇒ 轉介受助者後，「互助網絡」繼續關注並安排跟進受助者的進展，好讓用者得到最合宜的治療；亦收集成功的個案作參考。
  - (c) 例二：透過「互助網絡」得到裝備的教師，回到學校，能否發揮效能，有賴校長和同事的理解和合作。基於人本精神的和諧協作校園文化，才會在突發事件時，得校長支持，安排同事代課，讓校園心理衛生關注員，全情投入，照顧同事；平常亦願意聽取關注員的意見，為教師舒緩壓力。所以，建構「互助網絡」時，須以「活動支援網絡」配合，在校園文化工作坊中，注入提高校園精神健康質素的意識和活動。
  - (d) 校園文化跟校園精神健康質素，有千絲萬縷的關係；亦最能影響服務的效能。「中心」作為一個中立的機構，監察支援服務的質素，協調三個網絡的運作，配合不同的校園文化差異，提供到位有效的綜合服務。
- 1.3 預期成果：(a) 建立「互助網絡」、「活動支援網絡」及「醫護顧問網絡」的互動機能；網絡之間互相配合，持續強化並深化支援服務；  
 (b) 提供到教師／學校最樂意參與的支援模式／項目；  
 (c) 打造到教師／學校認為最有效的支援項目／項目。

## 教得健康支援中心 計劃詳情

第 3 頁

## 2. 設置舒緩教師壓力的園地(蒲點)

- 2.1 指向目標：前述的 II-1. 建立支援網絡，提供預防性、補救性及發展性的服務  
 II-3. 提高校長及教師在工作上的精神健康意識  
 II-6. 裝備校長、教師及其家人，在工作中支援情緒病及抑鬱症患者
- 2.2 說明：租用獨立單位，設立「中心」，  
 (a) 佈置成閒適的園地，寧靜、尊重私隱，得用者信任，並樂於使用。  
 (b) 仿咖啡座的氣氛，提供(小組)遊戲用品，用者可以與朋友或家人結伴到訪，在輕鬆的環境中，尋求支援。  
 (c) 亦能為參與義務諮詢工作的老師，提供一個舒心的環境，支持他們為求助者擺脫情緒困擾。  
 (d) 當用者上門，查找可用的服務時，會讓他們有著選購健康食／用品的感覺，營造教師照顧精神健康，就如同照顧身體，是應有的自愛心態。
- 2.3 預期成果：  
 (a) 教師能夠用正向的心態面對精神健康的問題；  
 (b) 能夠在自己、同事、學生和家人的情緒出現問題時，願意面對；  
 (c) 更重要的是，認識到情緒受困擾時，不要把自己孤立起來，向外求助是自然而必需的。

## 3. 發揮同工/同事自助及守望相助的潛能

- 3.1 指向目標：前述的 II-4. 提高同工／同事自助及互助的意識和信心  
 II-5. 裝備校長、教師及其家人對情緒病及抑鬱症的辨識，使能及早對病人作出適當的幫助  
 II-6. 裝備校長、教師及其家人，在工作中支援情緒病及抑鬱症患者
- 3.2 說明：(a) 同工或同事對於教師的情緒壓力，最能理解，最能有同理心；他們已有提供支援的首要條件；在技巧上加以裝備後，便能事半功倍。  
 (b) 「中心」提供培訓，建立的義務諮詢團隊，接聽求助熱線，發揮教育界內部的守望相助精神。  
 (c) 「中心」籌組校園心理衛生關注員培訓班，為學校裝備一至兩位教師，實行同事互助，使能及早發現問題；遇突發事件，亦可先作應急支援，繼而尋求外援。
- 3.3 預期成果：(a) 「中心」建立的義務諮詢團隊(約 40 人)，兩年內提供 3000 個熱線輔導；  
 (b) 以團隊的運作經驗為基礎，成員作為種子，繼續壯大；  
 (c) 成員回到學校，亦能帶動同事的互助意識；  
 (d) 義務諮詢團隊成員包括退休教師、校長及教師，在共同目標下，可以打破不同角色和位置的局限，為改善校園文化提供重要的參考觀點、個案及資料；  
 (e) 校園心理衛生關注員除了提供應急支援，亦能掌握校園精神健康的狀況，協助建構教得健康的校園文化。

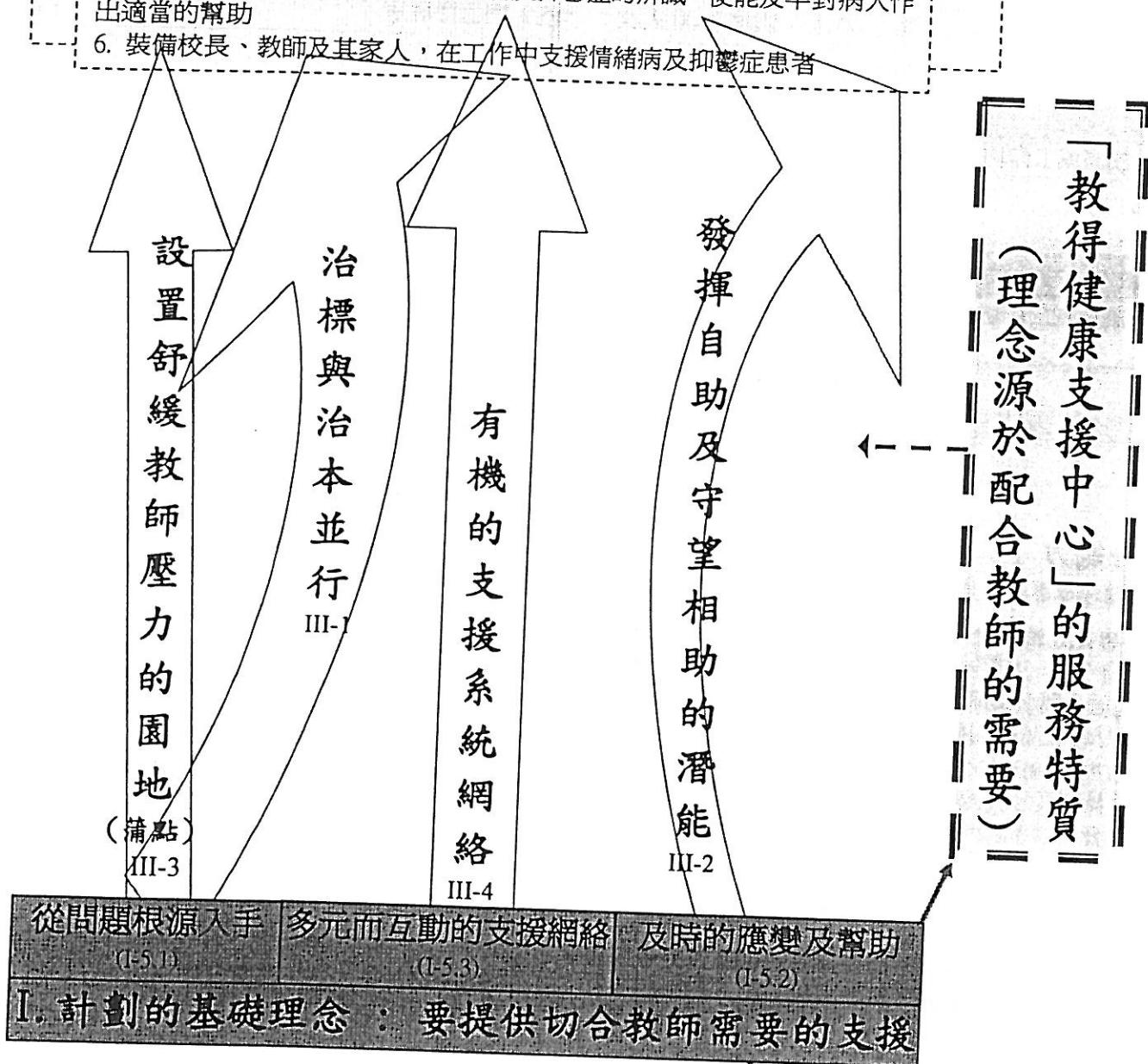
## 4. 治標與治本並行的情緒支援

- 4.1. 指向目標：前述的 II-1 至 6
- 4.2. 說明：「中心」的服務，不是分開列出獨立的治標或治本項目，而是以“寓治本於治標”的理念而訂立。例如，目標  
 II-3. 提高校長及教師在工作上的精神健康意識  
 II-4. 提高同工／同事自助及互助的意識和信心  
 II-5. 裝備校長、教師及其家人對情緒病及抑鬱症的辨識，使能及早對病人作出適當的幫助 和  
 II-6. 裝備校長、教師及其家人，在工作中支援情緒病及抑鬱症患者  
 四項若缺 5 和 6，則 3 和 4 就可能淪為空泛的理想而已；反過來說，若缺 3 和 4，則 5 和 6 的裝備可能變成無用武之地。  
 但是，要達致標、本並治，還靠理念 1，網絡的互動機能。沒有網絡互動的理念，指向治標和治本的服務，可能結果仍是分散而不能發揮綜合功能的項目。
- 4.3. 預期成果：(a) 治標服務帶動對治本服務的重視和要求；  
 (b) 有治標技巧裝備的教師，在實戰中，更懂得在治本服務尋求出路，提出建議；

最後，以下圖綜合本文件的第 I、II 和 III 節的論述，展示「中心」的設計源起和運作目標的關係。

## II. 「中心」運作指向的目標

1. 建立支援網絡，提供預防性、補救性及發展性的服務
2. 協助改善學校的工作環境和生態，提高精神健康的質素
3. 提高校長及教師在工作上的精神健康意識
4. 提高同工／同事自助及互助的意識和信心
5. 裝備校長、教師及其家人對情緒病及抑鬱症的辨識，使能及早對病人作出適當的幫助
6. 裝備校長、教師及其家人，在工作中支援情緒病及抑鬱症患者



「中心」的設計源起與運作目標  
關係說明圖

## 教得健康支援中心 計劃詳情

第 5 頁

## IV. 服務對象及預期受惠人數

## 1. 服務對象：

1.1 核心服務對象(佔 90%)：中、小學校長及教師((中、小學教師人口約 5 萬<sup>4</sup>)1.2 周邊服務對象(佔 10%)：中、小學校內支援人員(例如行政人員、文員等)<sup>5</sup>

各服務項目的受惠人數預估如下：

(目標數字以兩年為期而達至，項目 2 至 4 為用者直接受惠項目，受惠人數約共 9600 人次)

建構互助網絡

建構活動支援網絡

延伸互助網絡

建構醫護顧問網絡

2. 培訓義務諮詢員	5. 線上支援
2.1 培訓退休或在職教師，支援同工的情緒	5.1 電話熱線查詢 4,000 個電話
2.2 組成諮詢及面談團隊	5.2 網上抒解室 7,000 人次
2.3 心理衛生培訓班	5.3 支援網頁瀏覽 5 萬人次
3. 到校支援	6. 溫馨提示
3.1 校園文化講座或工作坊	出版 6 期季刊 每期 5 萬份
3.2 減壓活動	7. 面談或轉介專業服務 (費用用者自付) 500 人次
4. 分區、聯校或公開活動	8. 提供醫護顧問名單
4.1 情緒支援講座或工作坊	個別及小組諮詢服務(費用用者自付) 250 人次
4.2 康體活動	9. 《計劃》成果發佈會交流活動 3 次 共 300 人次

## V. 申請人的能力

計劃將由香港教育專業人員協會及香港小童群益會「校園危機支援計劃」聯合主辦。

1. 香港教育專業人員協會 (以下簡稱：教協會 <http://www.hkptu.org/mainindex.php>)

教協會創會 36 年，是全港最大的教師工會，能配合本計劃的強項如下：

1.1 擁有超過 8 萬名教師會員。一向致力維護香港教師的權益與操守，學校網絡覆蓋廣泛，並與教師會員保持良好的溝通渠道。

1.2 教協會歷來關注教師工作壓力，持續進行相關的調查研究，客觀反映教師的困難，發出警號。

1.3 教協會員制度分設教師及校長會員，對於學校運作情況瞭如指掌，能充份理解不同位置的難處。

1.4 教協會設有以下部門，協助抒緩教師或校長的工作壓力：

(a) 「權益及投訴部」，由 4 位專責職員、資深校長及老師，為教師解答疑難、處理投訴及跟進個案，清楚掌握教師的權責。

(b) 「教師減壓熱線」，已成立 16 年。由資深校長及老師負責接聽電話，為老師提供減壓及疏導服務，如求助老師有需要亦會將個案轉介專科醫生。

(c) 「醫務中心」，受理「教師減壓熱線」轉介的個案，提供心理、精神、中醫、西醫及物理治療服務。

<sup>4</sup> 教育局，2007/08 學年教育統計資料 <http://www.edb.gov.hk/index.aspx?langno=2&nodeid=1039><sup>5</sup> 計劃中包含周邊服務對象的必要 在學校的工作中，校內行政人員或文員等，是和教師緊密合作的伙伴。根據校長的反映，他們在支援教師的工作時，亦分擔了教師部分的壓力。當他們的壓力不被關注，積壓起來，就會讓已經壓力超標的校園，更形惡化。所以，若要改善學校的工作生態時，本計劃必須兼顧校內支援人員。

另一方面，家屬、朋友及校內行政同事是教師最常接觸的人，亦是最多機會及最容易察覺教師情緒上出現問題的人。若教師不幸患上情緒病，他們亦是最能對教師作出支持及協助的人。故計劃中有部份項目是歡迎教師的家屬、朋友及校內行政同事參加或查詢，例如：校外舉行的講座、電話諮詢服務、網絡抒解服務及網頁等。

## 教得健康支援中心 計劃詳情

第 6 頁

- 1.5 教協會曾與香港小童群益會於 2000 年合作「校園危機支援計劃」，計劃目的為支援中學老師在處理校園危機時的信心、應變措施及能力。計劃為期三年並獲優質教育基金撥款二百多萬。計劃至今仍有部份項目繼續運作，為學校提供服務。
- 1.6 教協會與教育、社工及醫護團體素有合作。以往主辦的活動或計劃，都能切合教師的需要，提供到受用的支援。這些已有的合作關係或經驗，有助於建立或整合本計劃要提供的服務網絡。
2. 香港小童群益會「校園危機支援計劃」(<http://www.sscmss.org>)  
 香港小童群益會創立於 1936 年，當時的主要服務對象為流連街上的失學貧童，於戰後 1951 年正式登記成註冊團體。本著「培育新一代 攜手搶未來」的宗旨，以建立兒童為本的社會為前提，因應各階層的兒童及青少年在成長路上的不同需要，致力推展多項創新計劃。其中一項計劃便是以服務老師為本的「校園危機支援計劃」。當中的運作經驗是作為本申請計劃的基礎，能配合此計劃的強項如下：
- 2.1 「校園危機支援計劃」是一項跨專業的合作計劃。由「香港小童群益會」及「香港教育專業人員協會」攜手合辦。計劃於去年榮獲優質教育基金頒發「傑出計劃獎」。
- 2.2 該計劃一直協助中小學校長及老師在預防及處理校園危機的培訓工作，能清楚具體掌握教師在情緒支援上的需求。
- 2.3 成立九年已為超過三百五十間中小學，以及幼稚園進行到校培訓，對校園文化有深入的認識。
- 2.4 該計劃更為澳門教育局的輔導人員，以及內地如北京大學教育學院等，協助校長及單位領導人提供有關危機訓練課程。對於學校領導層的處境和需求，亦能深切體認。
- 2.5 在專為教師和校長而進行的小組諮詢及個別輔導服務方面，該計劃亦累積了豐富的經驗。計劃過去為多所學校提供危機諮詢及調解服務，例如：制定危機指引、學生欺凌事件、教職員性侵犯事件、學童突發死亡的處理、傳染病以至停課的公關工作，以及家長糾紛及索償事件等。
- 2.6 在諮詢輔導方面，該計劃曾經提供以下的服務，能治標與治本並行，符合本申請計劃的服務方向：
- (a) 在過去一年，曾與本會藝術治療師合作，以「藝術治療」的方式為老師進行「個人成長小組」，旨在藉各樣的藝術塑材(例如：繪畫、塗鴉、陶泥等)，協助老師探索自己的內心世界、聆聽自己的呼喚，以提升自我價值、學習善待自己及發掘內在資源，重拾原有生命力。
  - (b) 個別輔導方面，如遇合適的個案，將轉介予本會藝術治療師，進行「藝術治療」。藝術治療的好處是透過視覺形式取代口語交流，也因此繞過了個案的防衛。
  - (c) 另外，本會專業培訓及發展中心將新增設「沙遊治療」，是項個案輔導可讓老師在說不出自己困難、痛苦或衝突的來源或解決方案，或是對問題缺乏理智上的了解時，提供一個機會用意像(image)來呈現發生在個人內在或外在世界的狀況，這種治療有助於個案，從經歷著受害者的角色變成是一個生命的創作者。沙遊在外國快速成為成人、夫妻、家庭和團體的一種工具，能提供治療、個人成長、促進溝通，以及解決問題。
- 2.7 過去一年，該計劃為五十多所學校提供到校服務的名單（略舉如下），從中可見接觸學校類型廣泛：  
**小學名單**
- |                |                 |
|----------------|-----------------|
| ● 聖士提反女子中學附屬小學 | ● 宣道會宣基小學       |
| ● 香港嘉諾撒學校      | ● 慈雲山天主教小學      |
| ● 五旬節靳茂生小學     | ● 華富邨寶血小學       |
| ● 保良局陳溢小學      | ● 大埔舊墟公立學校（寶湖道） |
| ● 哥士打政府小學      | ● 聖安當小學         |
| ● 哥士打政府小學      | ● 仁愛堂田家炳小學      |
| ● 彩雲聖若瑟小學上午校   | ● 中華基督教合一堂學校    |
- 中學名單**
- |              |                 |
|--------------|-----------------|
| ● 聖保羅男女中學    | ● 香港真光中學        |
| ● 嘉諾撒聖瑪利書院   | ● 旅港開平商會中學      |
| ● 循道中學       | ● 東華三院黃笏南中學     |
| ● 聖保羅書院      | ● 保祿六世書院        |
| ● 中華基督教會基朗中學 | ● 何東中學          |
| ● 佛教茂峰法師紀念中學 | ● 東華三院伍若瑜夫人紀念中學 |

**VI. 為計劃作出的準備**

## 1. 教協會

**教得健康支援中心 計劃詳情**

第 7 頁

- (a) 在 2008 年委托香港中文大學亞太研究所進行一項「本港教師工作壓力與經常焦慮症調查」，以了解教師工作壓力的來源、情況及他們對情緒病的處理方法；
  - (b) 跟進上述調查，成立「教得健康關注組」，整合會內歷來的調查結果及支援教師的經驗，籌劃建構支援網絡；
  - (c) 透過通訊網絡，呼籲教師關注過度壓力做成的情緒問題，提高警覺性；
  - (d) 同時亦進行系統性的補救暨預防工作，反映教育政對教師做成的壓力，進行多方的溝通探討；
  - (e) 整合會內歷來的調查結果及支援教師的經驗，籌劃建構支援網絡；
2. 香港小童群益會「校園危機支援計劃」按以往為學校服務的豐富經驗，建議過往行之有效的服務項目，及其可改進或推廣的方向。
3. 兩個合辦機構
- (a) 開始歸納及整理以往的求助個案，分析老師面對的問題、解決方法及結果，以便日後為計劃提供充足的參考資料；
  - (b) 各自聯絡所屬部門或有經驗的專業顧問，為日後工作作出準備；
  - (c) 合辦機構各派出有經驗的校長、老師、社工及專家組成一個籌備小組，待計劃審批後，即可開展宣傳工作。
  - (d) 物色設立「中心」的地點場所。「中心」接聽的電話或接見的個案內容敏感，涉及教師的私隱，故必需有一個獨立的地方，以便進行處理及跟進。  
「中心」需要租用一個獨立於合辦團體的單位，務使「中心」的運作，既不會受制於合辦機構的運作模式和時間，亦有利於營造一個中立的專業的形象，增加「中心」的親和力，更加強求助者對中心的信賴。

## 教得健康支援中心 計劃詳情

第 8 頁

## VII. 進行方案及時間表 (具體運作構思及活動舉隅見附錄一)

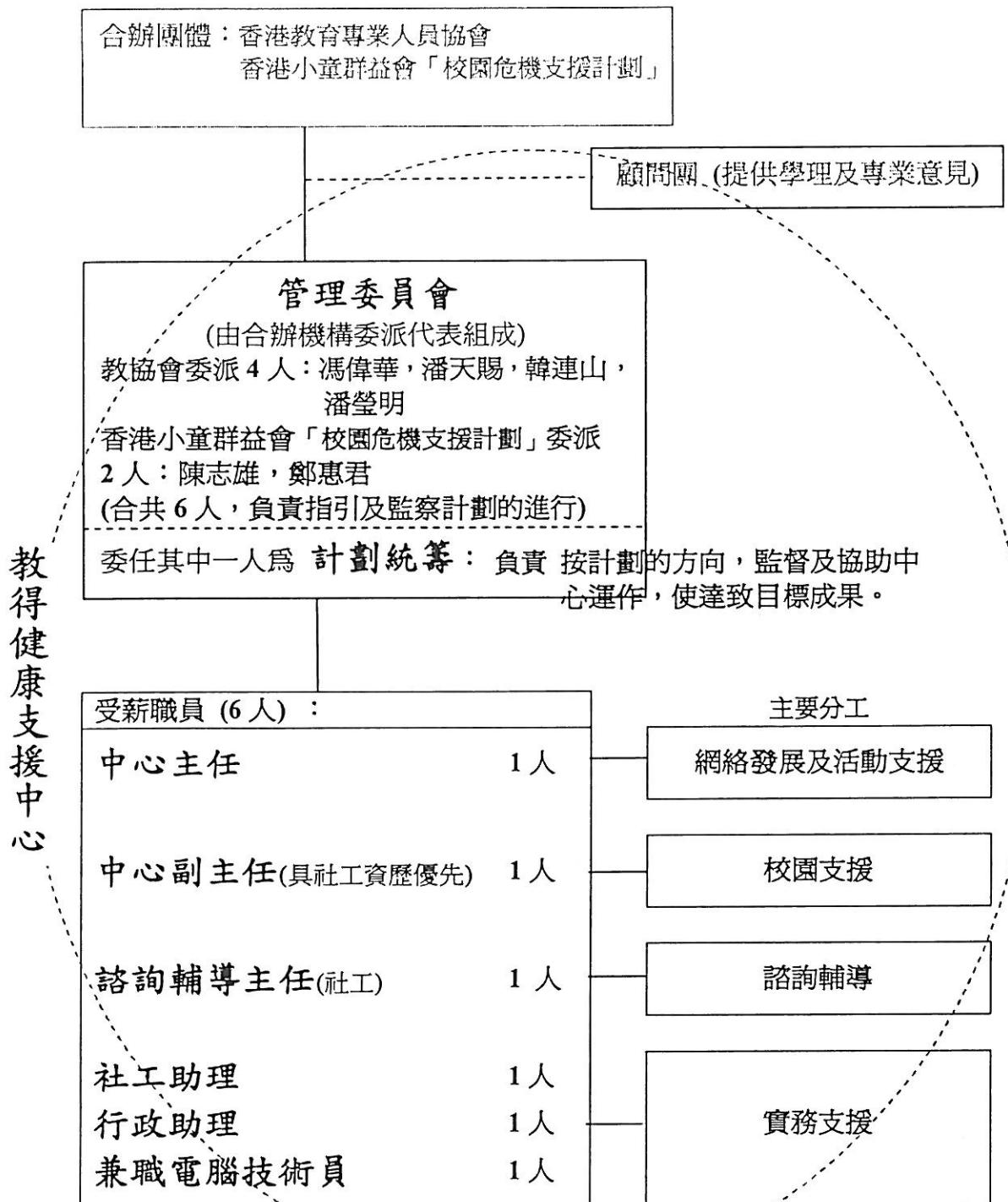
受薪職員任期*	推行日期		階段 * 支援重點	建構互助網絡		建構活動支援網絡				延伸互助網絡		醫護顧問網絡			成果 3 次發佈會(共 300 人 次)	
				「中心」		校內	到校	支援	聯校	活動	線	上	支援	溫馨提示	提供顧問	
	年份	月份		培訓 80 名義務諮詢員	組成 40 人諮詢及面談團隊	培訓心理衛生關注員 (500 人次)	40 次校園文化 (1600 人次)	減壓活動 (80 間, 2800 人次受惠)	10 次情緒支援 (1000 人次)	康體活動 (200 間, 600 人次受惠)	電話查詢熱線 (4000 個)	網上抒解室 (7000 人次)	出版季刊 (5 萬份)	個別諮詢	小組輔導	用者費用自付
																(合共 250 人次受惠)
2010 年 2 月	第一周期	10 至 10 年	籌備開展及預防	✓ ✓ ✓			↑ ↑	✓			↑ ↑	✓			↑ ↑	✓*
		11 至 11 年	補救及發展													
2011 年 1 月	第二周期	12 至 12 年	深化及預防	✓ ✓ ✓												
		1 至 1 年	補救及發展	✓ ✓ ✓												
		2	遞交〈終期檢討〉報告													

圖例：

✓	舉辦相關活動 (或更新網頁)
↑ ↓	由用者決定何時取用 (或與用者商訂何時舉行) 該項服務

## VIII. 組織架構及職權範圍

### 1. 組織圖



## 教得健康支援中心 計劃詳情

第 10 頁

## 2. 運作模式

## 2.1 管理委員會的職權範圍：

- (a) 按照計劃的目標，向「中心」發出工作指引
- (b) 委任其中一人為計劃統籌，指導及協助「中心」職員的工作
- (c) 透過審閱文件，聽取計劃統籌及中心主任的意見，並定期(約兩個月一次)舉行會議，監察「中心」的運作方向、進度、財政狀況及成效
- (d) 向合辦團體及顧問團匯報計劃進展及收取他們的意見
- (e) 向「中心」提供策略層面的建議
- (f) 視乎情況所需，調校「中心」的運作方向

## 2.2 計劃統籌的職權範圍：

- (a) 按管理委員會的議決，指導及協助「中心」職員的工作
- (b) 定期(約每兩周一次)與「中心」職員商議工作情況
- (c) 統籌評鑑工作
- (d) 向管理委員會匯報「中心」的運作情況

## 2.3 「中心」(受薪)職員資歷要求及工作範圍：

	職 位	資歷要求	工作範圍
甲	中心主任	具行政統籌及組織活動的經驗	<p>專責網絡發展 (a) 簽組網絡及活動支援： (b) 宣傳推廣 (c) 策劃及推行活動 (d) 評估教師的精神健康意識 (e) 評估教師的工作壓力 (f) 評鑑網絡並提出發展的建議 (g) 強化網絡之間的互動效益</p> <p>兼顧人事管理：促進及保持同事間的良好溝通和合作</p>
乙	中心副主任	具組織活動的經驗，具社工資歷優先	<p>專責校園支援：(a) 簽組校園支援活動 (b) 宣傳推廣 (c) 檢討校園支援的工作 (d) 強化校園支援的工作</p> <p>兼顧財政：定期匯報財政狀況</p>
丙	諮詢輔導主任	具諮詢輔導及組織活動的經驗	<p>專責諮詢輔導：(a) 簽組義工團隊 (b) 策劃義工培訓課程或活動 (c) 協助義工團隊發揮功能 (d) 安排轉介嚴峻的個案 (e) 檢討個案及「中心」的諮詢服務 (f) 檢討義工團隊的發展情況 (g) 強化「中心」的諮詢服務</p>
丁	行政助理	具行政助理能力／經驗	協助「中心」的行政工作，例如：(a)文書工作，(b)簿記，(c)聯絡，(d)場地，(e)評鑑資料搜集 及 (f)編寫宣傳推廣的網頁和刊物等
戊	社工助理	具社工助理能力／經驗	主要協助(丙)諮詢輔導主任的工作，例如：(a)籌備及帶領活動，(b)聯絡，(c)場地，(d)評鑑資料搜集 及 (e)編寫宣傳推廣的網頁和刊物等
己	兼職電腦技術員	具資訊科技能力	(a) 建立及維護電子網絡 (b) 製作網頁 (c) 開發網上互動空間

## 教得健康支援中心 計劃詳情

第 11 頁

## IX. 財政預算

## 教得健康支援中心 財政預算

1. 員工開支		細項	收入	(支出)	優質教育基金支助金額
中心主任		(\$28000x24 月+24000(強積)	\$0.00	(\$696,000.00)	(\$696,000.00)
中心副主任		(\$24000x24 月+24000 強積)	\$0.00	(\$600,000.00)	(\$600,000.00)
諮詢輔導主任		(\$28000x24 月+24000 強積)	\$0.00	(\$696,000.00)	(\$696,000.00)
社工助理		(\$17000x24 月+20400 強積)	\$0.00	(\$428,400.00)	(\$428,400.00)
行政助理		(\$8000x24 月+9600 強積金)	\$0.00	(\$201,600.00)	(\$201,600.00)
電腦兼職		(\$50/小時 x1200 小時)(包強積金供款)	\$0.00	(\$60,000.00)	(\$60,000.00)
合共			\$0.00	(\$2,682,000.00)	(\$2,682,000.00)
2. 設備		細項	收入	(支出)	優質教育基金支助金額
租用單位費用		\$10,000x24 月	\$0.00	(\$240,000.00)	(\$240,000.00)
購買電腦		\$6000x5 部(連軟件)	\$0.00	(\$30,000.00)	(\$30,000.00)
枱椅 5 套		\$2000x5 套	\$0.00	(\$10,000.00)	(\$10,000.00)
文件鋼櫃		5 個(3'x4')	\$0.00	(\$3,000.00)	(\$3,000.00)
會議室枱及椅		1 枇 4 椅 x2 套	\$0.00	(\$4,000.00)	(\$4,000.00)
申請電話機組		5 條街線及 6 個機頭	\$0.00	(\$12,000.00)	(\$12,000.00)
租用電話線		24 個月	\$0.00	(\$4,000.00)	(\$4,000.00)
申請傳真機		電話線+機頭	\$0.00	(\$4,000.00)	(\$4,000.00)
購買傳真機		一部	\$0.00	(\$1,000.00)	(\$1,000.00)
租用影印機		\$700x24 月	\$0.00	(\$17,000.00)	(\$17,000.00)
雜項(如上網費、會議枱/椅、一般用品等)			\$0.00	(\$10,000.00)	(\$10,000.00)
合共			\$0.00	(\$335,000.00)	(\$335,000.00)
3. 服務		細項	收入	(支出)	優質教育基金支助金額
3.1 建構互助網絡					
a. 培訓義務諮詢員(共 80 受訓)					
講者費		(\$800/小時 x8 小時 x5 天 x 3 次)	\$0.00	(\$96,000.00)	(\$96,000.00)
租用場地及設備		\$4000x5 天 x3 次	\$0.00	(\$60,000.00)	(\$60,000.00)
b. 組成諮詢及面談團隊					
熱線團隊舟車費		\$300x1000 人次	\$0.00	(\$300,000.00)	(\$300,000.00)
c. 心理衛生培訓班					
講者費		20 班(每班約 25 人)	\$100,000.00	(\$240,000.00)	(\$140,000.00)
租用場地及設備		\$2000x20 場	\$0.00	(\$40,000.00)	(\$40,000.00)
場地佈置及雜項		\$300x20 場	\$0.00	(\$6,000.00)	(\$6,000.00)
		小計	\$100,000.00	(\$742,000.00)	(\$642,000.00)
3.2 建構活動支援網絡					
到校					
a. 校園文化講座或工作坊		(\$7000x40 次)(每次 40 人)	\$120,000.00	(\$280,000.00)	(\$160,000.00)
b. 輕鬆課餘班		(\$3000x80 次)(每校 35 人)	\$80,000.00	(\$240,000.00)	(\$160,000.00)
分區、聯校或公開活動					
c. 講座及工作坊					
講者費		10 次(每次 100 人)	\$60,000.00	(\$60,000.00)	\$0.00
租用場地及設備		\$2000x10 場	\$0.00	(\$20,000.00)	(\$20,000.00)
場地佈置及雜項		\$300x10 場	\$0.00	(\$3,000.00)	(\$3,000.00)
d. 好校長分享講座					
講者費		(\$800x2 人 x2 次)(50 人)	\$0.00	(\$3,200.00)	(\$3,200.00)

## 教得健康支援中心 計劃詳情

第 12 頁

租用場地費及設備	(\$2000x2 場)	\$0.00	(\$4,000.00)	(\$4,000.00)
場地佈置及雜項	(\$200x2 場)	\$0.00	(\$8,000.00)	(\$8,000.00)
e.康體活動				
評判舟車費	(\$500x3 人)(200 間次參與)	\$0.00	(\$12,000.00)	(\$12,000.00)
租用場地費	\$2000x8 次	\$0.00	(\$16,000.00)	(\$16,000.00)
租用音響設備	\$5000x8 次	\$0.00	(\$40,000.00)	(\$40,000.00)
獎盃	\$500x8 套	\$0.00	(\$16,000.00)	(\$16,000.00)
場地佈置及雜項	\$1000x8 區	\$0.00	(\$8,000.00)	(\$8,000.00)
		小計	\$260,000.00	(\$698,200.00)
				(\$438,200.00)
3.3 延伸互助網絡				
a.出版季刊				
印製費	6 期(每期 50,000 份)	\$0.00	(\$130,000.00)	(\$130,000.00)
公文袋費	1300 個 x6 期	\$0.00	(\$10,000.00)	(10,000.00)
編輯費	\$500x6 期	\$0.00	(\$3,000.00)	(\$3,000.00)
郵費	(6 期)	\$0.00	(\$50,000.00)	(\$50,000.00)
兼職費	\$800x6 期	\$0.00	(\$4,800.00)	(\$4,800.00)
		小計	\$0.00	(\$197,800.00)
				(\$197,800.00)
3.4 建構醫護顧問網絡				
a.面談或轉介專業服務	500 人次	\$750,000.00	(\$750,000.00)	\$0.00
b.提供個別或小組諮詢服務	\$600x250 人次	\$150,000.00	(\$150,000.00)	\$0.00
c.計劃成果發佈會				
講者費	(\$1000x3 位)x3 次	\$0.00	(\$9,000.00)	(\$9,000.00)
租用場地費及設備	(\$2000x3 場)	\$0.00	(\$6,000.00)	(\$6,000.00)
場地佈置及雜項	(\$200x3 場)	\$0.00	(\$600.00)	(\$600.00)
d.專業顧問費	\$2000x10 人次	\$0.00	(\$20,000.00)	(\$20,000.00)
		小計	\$900,000.00	(\$935,600.00)
				(\$35,600.00)
3.5 核數師費用		\$0.00	(\$10,000.00)	(\$10,000.00)
		合共	\$1,260,000.00	(\$2,593,600.00)
				(\$1,323,600.00)

4. 工程	細項	收入	(支出)	優質教育基金支助金額
基本裝修費用	燈盤 7 個 x \$700	\$0.00	(\$4,900.00)	(\$4,900.00)
	門鎖	\$0.00	(\$800.00)	(\$800.00)
	冷氣 x2 部	\$0.00	(\$10,000.00)	(\$10,000.00)
	掃油	\$0.00	(\$12,000.00)	(\$12,000.00)
	燈製 \$650x10 個	\$0.00	(\$6,500.00)	(\$6,500.00)
	間會議室 2 間	\$0.00	(\$35,000.00)	(\$35,000.00)
	雜項等(如：清拆及安裝費用、 更換水電錶、大門、地板)	\$0.00	(\$20,000.00)	(\$20,000.00)
	合共	\$0.00	(\$89,200.00)	(\$89,200.00)

5. 一般開支	細項	收入	(支出)	優質教育基金支助金額
文具		\$0.00	(\$20,000.00)	(\$20,000.00)
各項活動宣傳費		\$0.00	(\$75,000.00)	(\$75,000.00)
各項活動材料費		\$0.00	(\$8,000.00)	(\$8,000.00)
運費		\$0.00	(\$5,000.00)	(\$5,000.00)
水電雜費	\$1500x24	\$0.00	(\$36,000.00)	(\$36,000.00)
雜項(如申請水電錶、招聘廣告、經紀佣金等)		\$0.00	(\$20,000.00)	(\$20,000.00)
	合共	\$0.00	(\$164,000.00)	(\$164,000.00)

## 教得健康支援中心 計劃詳情

第 13 頁

細項	收入	(支出)	優質教育基金支助金額
應急費用	\$0.00	(\$57,345.00)	(\$57,345.00)
應急費用	\$0.00	(\$57,345.00)	(\$57,345.00)
合共	\$0.00	(\$57,345.00)	(\$57,345.00)
總結算	\$1,260,000.00	(\$5,911,145.00)	(\$4,651,145.00) (上調至\$4,651,200.00)

## X. 評鑑方法

- 在計劃統籌帶領之下，「中心」在設計活動時，已經配合該活動的目標，選訂合宜的評鑑方法。
- 在推行活動時，由社工助理及行政助理協助搜集資料數據，送交中心及顧問作分析。
- 所收集的資料，包括：問卷、錄音、影像及文字的紀錄等。
- 計劃統籌負責彙編評鑑報告。
- 對應本計劃的目標而進行的六個評鑑主題表列如下：

名稱	主旨 (對應本計劃的目標 <sup>7</sup> )	主要 方法	資料搜集 方法	資料搜集期
1. 意識評估	評鑑教師／校長對精神健康的認識和警覺性 (1, 3-4)	量性	(前／後測) 問卷調查	(a)相關的活動／課程前後 (b)計劃展開的前、中、後期(計劃共兩周期，共調查 5 次)
2. 壓力評估	2.1 檢視教師的工作壓力來源和輕重度 (1, 2)	量性	(前／後測) 問卷調查	計劃展開的前、中、後期
	2.2 探討各種抒緩壓力的方法的效用 (1, 2)	質性	(a)觀察 (b)面談	計劃的中、後期(計劃共兩周期，共分三期搜集資料)
3. 個案檢討	3.1 評鑑處理方法是否合宜 (1, 2)	質性	(a)觀察 (b)面談	(a)每 3 個月一次小檢討 (b)半年一次綜合檢討
	3.2 探討個案成因及預防策略 (1, 2)	質性	(a)觀察 (b)面談	計劃的中、後期(計劃共兩周期，共分三期搜集資料)
4. 課程檢討	評估各項課程的效益 (1-6)	量性	出席統計 及 問卷調查	完成課程後(在取得講者及參與者同意後，亦會錄影課程進行情況，作質性分析用)
5. 活動檢討	評估各項課程的效益 (1-6)	量性	出席統計 及 問卷調查	完成活動後(在取得講者及參與者同意後，亦會錄影活動過程，作質性分析用)
6. 網絡檢討	評鑑兼行治標與治本的策略成效 (1)	量性 及 質性	(a)個別面談 (b)小組面談 (c)會議紀錄 (d)上述 1 至 5 項的資料	計劃的中、後期(計劃共兩周期，共分三期搜集資料)

<sup>7</sup> 為方便對照，在此重複列出本計劃的目標：

- 建立支援網絡，提供預防性(preventive)、補救性(remedial)及發展性 (developmental)的服務
- 協助改善學校的工作環境和生態，提高精神健康的質素
- 提高校長及教師在工作上的精神健康意識
- 提高同工／同事自助及互助的意識和信心
- 裝備校長、教師及其家人對情緒病及抑鬱症的辨識，使能及早對病人作出適當的幫助
- 裝備校長、教師及其家人，在工作中支援情緒病及抑鬱症患者

## XI. 計劃成效(如何為學校/老師/校長或教育界整體增值)

香港教師承受的工作壓力已到了極之嚴重的地步。不論教師的工作時數、教師罹患情緒病的數據，以至教自殺的情況，在在顯示香港教師承受的壓力已到了不容忽視的局面。教協會及小童群益會合辦的「教得健支援中心」，目的就是希望協助校長、教師、行政人員及親屬懂得輕鬆過活、認識情緒病、提供專業支援、此關愛，共建和諧生活圈子。我們深信，「中心」的設立，可為教育界提供一片暫歇的綠洲，讓教師稍事休神清氣爽後，再一同攀越萬重山。

計劃預期的成效包括：

- 「中心」把本來分散的教師心理衛生支援工作，連結成有生命力，具守望相助精神的有機系統；
- 為校園及家園建立和諧及互相關愛的生活；
- 為學校提供一系列健康的服務及訊息，讓校長、老師、行政人員及親屬了解健康生活及適時放鬆的重要性；
- 使患病的教師得到支援，不致孤單面對；
- 為有需要的教師提供專業的醫護服務名單，讓他們選取合用者，得以治療，盡快回復身心健康，繼續投入教學工作，令校園回復正常運作；
- 安排有經驗的社工、醫生、顧問及退休教師共組顧問團，發揮集體力量，將經驗與相關的專業人士分享。

## XII. 計劃的延續

當計劃完結後，

- 「中心」建構了的三個有機互動網絡——「互助網絡」～「活動支援網絡」～「醫護顧問網絡」——所建立的跨界別合作模式，會成為非常有實用價值的參考範例；
- 合辦機構透過這次計劃，對老師的情況加深了了解，亦可與相關專業團體分享經驗；
- 合辦機構的社工、專業醫生可繼續舉辦醫療及情緒講座，讓老師及親屬對情緒病有所認識；
- 校長、老師、行政人員及親屬透過參與「中心」舉辦的活動，已對情緒病及減壓方法有所認識，若身邊同事及朋友出現情緒問題，他們已可即時進行關心及了解；
- 原有網頁將會繼續供全港老師、市民瀏覽。

總括而言，「中心」的工作經驗可以化整為零地推廣；但是，壯大「中心」效能的可能方法，有待運行兩年後，根據評鑑報告，方能提出。

其中一個可以延續「中心」服務的方式是：若有足夠數目的學校願意付出費用，購買「中心」的服務，「中心」將按收取成本價而能提供的規模運作。