

2019-2020 年度「喜樂同行 - 尊重生命、逆境同行」計劃 - Joyful@LPY

活動日期及時間	活動名稱	對象	人數	時數	活動形式及設計內容	目的
11/2019 至 5/2020 (DAY 2) (1450-1600pm)	「正面思維」講座/工作坊/劇場 [一級預防活動]	中一至中三	360	1.5小時 (兩節)	以「正面思維」為題，透過互動劇場手法，讓學生體會劇場主角的情緒、感受和困境，運用集體智慧和經驗為主角提供可行的選擇，嘗試改變故事的結局，激發學生一起反思如何應付和面對生活難題	以積極態度去尋求可行方法從而解決生活中的困境等正面訊息，例如中一適應壓力、中二朋輩壓力及中三學習壓力等，建立校園正向思維氣氛。
11/2019-5/2020	聆心加油站 [一級預防活動]	中一至中六	全校	2節	以「逆境中覓方向，喜樂同行」為題於雨天操場擺設展板、加油留言站、派發印有 正向思維訊息的文件夾、匙扣或信紙等 ，建立分享美好正面思維的校園氣氛和支援網絡	向學生宣揚以積極態度去尋求可行方法解決生活中的困境等正面訊息，建立校園正向思維氣氛。及加強學生對精神健康的關注和明白如何提升自己的抗逆力
19-20/1/2020 (0900am-1600pm)	樂天同行家長加油站 [一級預防活動]	家長	全校	1節	以「正向情緒方程式」為題，透過於 家長日擺設互動攤位 、壓力測試、展板及派發家長通訊，向家長傳遞和推廣正向思維處理情緒的方式和重要性，解構個人壓力的來源	讓家長認識有效識別情緒困擾的途徑和資源
10/2019 至 5/2020 (1000am-1200nn)	家長工作坊 [一級預防活動]	家長	20	6節	以「正向教養，重視身心」為題，透過互動工作坊、體驗遊戲及影片播放形式，協助家長認識子女的需要和生活處境、掌握處理壓力及親子溝通的技巧	讓家長認識正向教養理念、明白自身情緒對於管教效能的影響，增加家長對自身的察覺力，協助家長明白家庭關係及支持，對培育子女抗逆力的重要性
8-11/10/2019 (0800-0830am)	學生需要調查 (HKSIF 1.1或其他問卷) [二級介入活動]	中二	140	1節	透過識別工具(HKSIF 1.1問卷或其他問卷)，以及學生問卷、教師和社工觀察等多種方法邀請抗逆力較低、支援網絡較弱之學生參加「抗逆力培訓」小組 (利用早讀時段各班在課室內進行問卷)	
10/2019 至 5/2020 (1550-1700pm)	生命教育小組 [二級介入活動]	中二/ 中三	10-20	10節	提升解難能力、學習情緒管理、強化個人信念、增加自信心及分享等，並發展正向人際關係，擴闊社交支援網絡	
4/2020 至 6/2020	參觀活動/日營訓練 [二級介入活動]	中二 中三	20	1-2節	透過小組、日營、工作坊等體驗及分享形式，讓中二學生建立「正面思維」觀念，學習面對逆境的態度及調節情緒的方法，並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，並透過團體互動，協助學生認識及接納自己、提升解難能力及抗逆力，加強情緒管理技巧，深化朋輩間的支援網絡	
4/2020 至 6/2020	義工服務 (1節籌備聚會；1節義工服務學習工作坊；1節義工服務)[二級介入活動]	中二 中三	20	3節	透過籌備義工服務及工作坊的學習體驗，協助學生了解對象的特性及與其相處的技巧，從對象的角度出發評估需要，學習服務設計技巧，並藉此回饋社會	加強學生對精神健康的關注和明白如何提升自己的抗逆力

2019-2020 年度「喜樂同行 - 尊重生命、逆境同行」計劃 - Joyful@LPY

7/2020	嘉許禮[二級介入活動]	中二 中三 家長 班主任	20 5	1小時	總結經驗，分享成果及所學，為未來訂下目標