

東華三院徐展堂學校

2024/25 學年「校園·好精神一筆過津貼」計劃書

教育局為了協助學校營造關愛和積極的校園文化，以及建立一個讓學生感到安全、輕鬆和被接納的學習環境，並且更有效和靈活地推廣學生精神健康，教育局會在 2023/24 學年為每所公營學校及直資學校提供6萬元的「校園·好精神一筆過津貼」，讓學校在校內推行提升學生及教師精神健康的校本措施。學校可運用這項津貼於 2023/24 及 2024/25 學年舉辦各種促進學生及教師精神健康的活動及計劃（例如：舉辦「精神健康日」、設計推廣精神健康的教學資源和提供情緒健康介入小組服務）、講座、工作坊或課程、設置「精神健康角」或「精神健康室」等。

項目編號	項目名稱及內容	預期目標	監察／評估	預算開支
1.	靜觀藝術療癒（講座、工作坊及物資） 對象：全校教職員 目的：為學校教職員提供講座及工作坊，讓教職員透過靜觀加上藝術表達認識及觀察自我的感覺，學習運用靜觀練習處理壓力，幫助自己回復內心平靜和輕鬆。	1. 幫助教職員舒緩壓力及焦慮情緒。 2. 透過集中注意力加上藝術表達，從而增強覺察力、平靜及耐心，避免被負面想法及情緒影響。	<ul style="list-style-type: none"> 問卷調查 觀察 分享 活動檢討報告 	\$15,000
2.	動物輔助治療（講座、工作坊及物資） 對象：全校師生 目的：為老師和學生提供講座分享，讓師生認識動物輔助治療，同時達到提升精神健康。	1. 認識動物輔助治療能提升精神健康、改善行為及心理徵狀。 2. 增加情緒穩定以及情感控制 3. 減輕焦慮以及抑鬱感。 4. 透過撫摸以及擁抱動物還讓人感到更平靜。	<ul style="list-style-type: none"> 觀察 分享 活動檢討報告 	\$15,000
3.	動物輔助治療（導賞團及物資） 對象：全校師生 目的：透過到訪動物輔助治療機構，以導賞團形式讓師生接觸動物，提升精神健康、改善行為及情緒控制。	1. 幫助老師和學生舒減壓力。 2. 透過與動物互動，學生能提升自信心，更能表達自己。 3. 學生參與導賞團活動後，更加懂得愛護動物，增加同理心。	<ul style="list-style-type: none"> 問卷調查 活動及反思工作紙 分享 活動檢討報告 	\$15,000
4.	正向情緒：樂觀思維（講座、工作坊及物資） 對象：全校師生 目的：為學校教師及學生提供講座及工作坊，讓教師及學生透過講座檢視個人的歸因模式，學習建立正向思維模式，減少普遍性、永久性、個人性的悲觀模式。	1. 幫助教職員及學生學習正向及樂觀模式，調節負面情緒。 2. 透過快樂程式，減少個人悲觀模式。	<ul style="list-style-type: none"> 問卷調查 活動及反思工作紙 分享匯報會 活動檢討報告 	\$15,000

2023/24 學年的累積盈餘/不敷：	\$60,000.00	
2024/25 學年 撥款額:	\$0.00	
預計總支出:	\$60,000.00	
預計盈餘/不敷之數:	\$60,000.00	(由上年盈餘支付)
2024/25 學年預計的累積盈餘/不敷:	\$0.00	