

升中成長支援： GO, GROW, GLOW

保良局何壽南小學

曾美蘭主任

黃家欣主任

洪偉杰主任

5.5.2017

背景

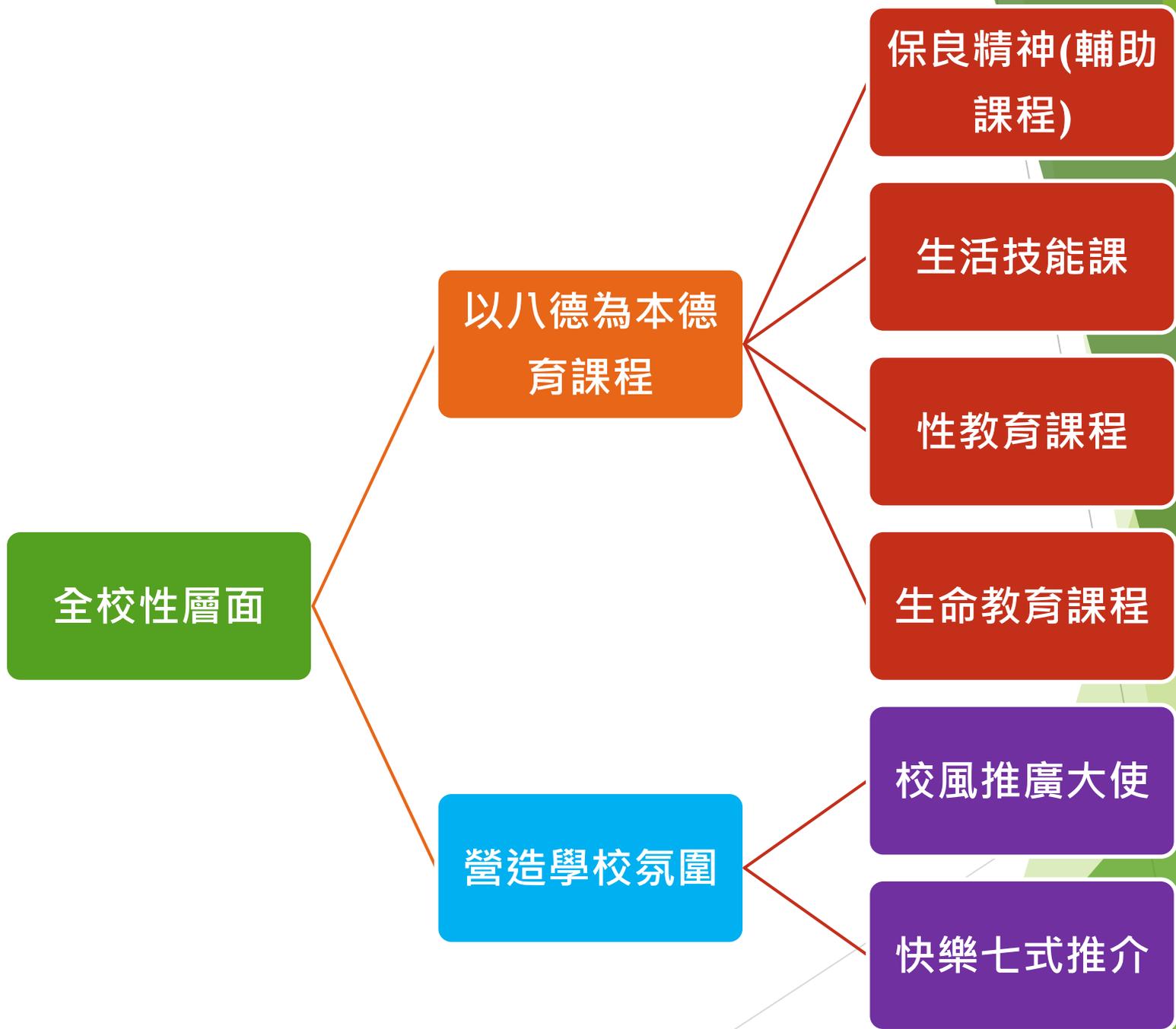
- ▶ 因社會的現象、學生的需要
 - ▶ 網絡資訊的影響
 - ▶ 社會的變化
 - ▶ 家庭的變化
 - ▶ 各種的壓力

理念

- ▶ 全校參與
- ▶ 需要為本（集體、個人）
- ▶ 重視體驗式學習及回饋與反思
- ▶ 全方位輔導
（課堂內、外；跨課程）
- ▶ 跨專業協作
（院校、社福機構、政府部門）

推行層面

- ▶ 全校
- ▶ 級本
- ▶ 班本
- ▶ 個人
- ▶ 家長



級本層面

五年級

- ▶ 攜手ACTION服務大行動
- ▶ 面對逆境生命教育課程
- ▶ 志向探索活動

攜手ACTION服務大行動

► 目的：

1. 透過服務和與長者的互動中感受愉悅，實踐關愛他人和培養同理心。
2. 於準備及活動中，學習與同學互相協調，提升領導及組織活動才能。
3. 了解社區的人和事，加強與社區的人的溝通和聯繫。
4. 累積更多社區服務經驗，提升正面觀感。
5. 豐富學生在社會服務方面的其他學習經歷 (OLE)。

攜手ACTION服務大行動

▶ 形式

- ▶ 安排全級五年級學生同日進行服務
(同心協力，共同實踐)
- ▶ 於上學期試後活動日進行
(時間充裕，避免影響課時，
學生更能專心投入)
- ▶ 同日分班探訪不同的長者中心
(增加班本凝聚力)
(為增加學生於服務時的愉快經歷，
建議探訪日間長者中心)

攜手ACTION服務大行動

▶ 事前準備工作

▶ 準備全級義工服務制服

(同心協力，實踐「保良愛心遍社區」)

▶ 準備小禮物及所需物品 (表演及活動)

▶ 安排社工於德育課時段(三節)入班訓練學生

▶ 認識長者現狀

▶ 教導學生與長者溝通的技巧

▶ 探訪前的準備 (活動分工及排練)

攜手ACTION服務大行動

▶ 活動當天的安排

- ▶ 出隊前最後綵排及預備

- ▶ 每班安排班主任、一名社工及一名輔導組老師一起出隊進行服務，以更全面支援及鼓勵學生

▶ 探訪活動內容

- ▶ 遊戲（作為熱身，打開溝通渠道）

- ▶ 表演（增加學生的成就感，促進互動）

- ▶ 禮物送贈（增加共同話題）

攜手ACTION服務大行動

▶ 事後檢討工作

- ▶ 學生於班內分享與長者相處的感受和得著
- ▶ 學生填寫問卷，反思個人表現及得著
- ▶ 教師觀察學生活動中及活動後的表現
- ▶ 家長於單元評估中評估學生於日常生活中關愛他人的表現

面對逆境生命教育課程

配合高小學生的需要（小五）

- 青春期的心理轉變
- 升學的壓力（呈分試 / 升中）
- 學童自殺新聞

幫助學生學習：
處理情緒、面對逆境

面對逆境生命教育課程

參與「協助小學規劃生命教育計劃」的啟發

體驗式活動 (一起走進紙圈裡)

多感觀學習 (細嚐苦瓜的味道)

面對逆境生命教育課程

目標：

- (1) 讓學生明白事情從不同角度看，可看出不同的意義。
- (2) 讓學生明白到對事件的想法會直接影響到自己的情緒及行為反應。
- (3) 學生能夠嘗試改善或接納一些不能突破的限制，透過改變認知模式而培養樂觀感。
- (4) 學生能夠明白及嘗試於面對逆境時有樂觀的想法。

面對逆境生命教育課程

- ~ 透過體驗活動讓學生經歷不同的情緒反應 **(一起走進紙圈裏)**
- ~ 檢視活動中及活動後的情緒
(老師即時為學生拍照攝照片，並於活動後展示，讓學生知道其於活動時的情緒表現)
- ~ 指出情緒表現如何影響行為及結果
情緒 → 行為 → 後果

面對逆境生命教育課程

- ~ 透過感觀活動，加深學生對「以苦瓜比喻人生」的感受
(細嚐苦瓜的味道)
- ~ 指出面對同一境況可有不同的想法
教導「面對逆境ABC」
- ~ 延伸活動：生命勇士分享
及情緒教育講座

志向探索活動 (生涯規劃系列)

目的：讓學生多了解自己的能力和升學就業取向，因應學生不同的性格及興趣等作出選擇。

形式：於下學期試後活動進行，邀請「遊樂場協會」到校，以攤位及走站形式進行。

內容：

- ~ 學生先透過問卷認識個人的興趣及專長
- ~ 學生觀看有關各職業要求的展板
- ~ 學生為個人定立目標
- ~ 學生利用有限的資金進行進修，以獲得職業要求的技能

級本層面

六年級

- ▶ 生涯規劃講座
- ▶ 校園社企講座
- ▶ 升中面試準備
- ▶ 升中適應
- ▶ 標竿人生計劃

生涯規劃講座 (生涯規劃系列)

- 目的：
- ~ 讓學生了解自己的 ability、興趣、特質所適合發展的方向。
 - ~ 讓學生了解不同類型的工作及明白各行業均對社會有貢獻。

校園社企講座 (生涯規劃系列)

- 目的：
- ~ 增加學生對社會企業及相關機構的認識。
 - ~ 鼓勵學生敢於創新，向夢想進發。

升中面試準備 (升中預備系列)

目的：

1. 為升中面試作好心理及實質上的準備
2. 教導舒緩壓力方法

升中適應 (升中預備系列)

目的：

1. 為升中作好心理及實質上的準備 (了解中學生活)
2. 加強中學適應技巧

標竿人生計劃

目標

- ▶ 鼓勵學生就學業、升中等方面訂立目標

執行方法

- ▶ 由實踐至內化
- ▶ 學生於學期中訂立目標
- ▶ 定期作自評
- ▶ 老師和家長定期檢視學生的進展
- ▶ 訓導主任每月與全級學生作小結

學期尾總結 - 頒獎禮

- ▶ 設立三組的獎項(達標、進步、優異)，
肯定學生成果

班本層面

- ▶ 升中適應講座
- ▶ 六年級安排副班主任
 - ▶ 協助任教德育課
 - ▶ 協助升中選校安排
 - ▶ 協助跟進「標竿人生計劃」

個人層面

- ▶ 學生個別需要輔導
 - ▶ 因應個別需要提供不同的輔導
 - ▶ 情緒輔導
 - ▶ 提供個別升中資訊及支援

情緒輔導

▶ 即時補救處理

- ▶ 依教育局的危機處理手冊
- ▶ 註校社工評估學生的情緒
- ▶ 社工和班主任聯絡家長
- ▶ 訓導主任入班，提點該班學生如有情緒問題的支援途徑，初步評估班中同學的情況

情緒輔導

▶ 個案跟進

- ▶ 社工與家長面談，了解學生的家庭狀況和提供建議
- ▶ 社工與班主任進行特別班主任課
 - ▶ 教導學生正確表達情緒的方式和舒緩情緒的方法
 - ▶ 通過學生的自評問卷辨別需要特別注意的學生
- ▶ 為個別的學生開設情緒小組
- ▶ 定期接觸，化負面情緒為正能量

提供個別升中資訊及支援

- ▶ 為有特殊學習需要學生提供支援
- ▶ 社工與有關老師定期會議，交流處理學生情緒方法
- ▶ 空降支援：提供突發性的情緒處理
- ▶ 安排學生上匡導班課程
- ▶ 社工提供相關的升中資訊
- ▶ 陪伴學生和其家長到心儀的中學參觀

家長層面

家長會

- ▶ 小五家長會：「升中實務」講座
- ▶ 小六家長會：「升中新挑戰」講座

家長講座

- ▶ 「塑造自信100分的孩子」家長講座
- ▶ 「見焦拆焦」家長講座

家長小組

- ▶ 「與暴風少年共舞」家長小組

小五家長會：「升中實務」講座

- ▶ 目的：讓家長與其子女一起為升中做好準備
- ▶ 形式：講座
- ▶ 內容：向家長提供如何協助子女選擇合適的中學、與子女一起準備升中面試及個人資料夾的資訊

小六家長會：「升中新挑戰」講座

- ▶ 目的：讓家長明白子女在成長階段的需要，並一起為升中做好準備
- ▶ 形式：講座
- ▶ 內容：向家長講解小學升中的子女會面對的心理和社交問題

「塑造自信100分的孩子」

家長講座

- ▶ 目的：提升學生的自尊感和自信心
- ▶ 形式：短講、體驗活動、短片及個案討論
- ▶ 內容：向家長分享何謂自尊感和如何運用鼓勵提升子女的自信心

「見焦拆焦」家長講座

- ▶ 與醫院管理局「兒情」計劃專案社工合辦
- ▶ 目的：辨識和及早支援精神壓力大的學生
- ▶ 形式：講座
- ▶ 內容：講解何謂焦慮情緒及如何處理有關情緒

「與暴風少年共舞」家長小組

- ▶ 目的：協助家長明白子女青春期的轉變、加強與子女溝通和處理親子衝突的技巧
- ▶ 形式：短講、短片及個案討論
- ▶ 內容：
 - ~ 向家長分享青少年子女青春期的生理和心理轉變
 - ~ 教授家長面對子女有情緒及親子衝突時，如何適當地回應

總結

- ▶ 善用外界的資源
- ▶ 同心同德，建立團隊精神
- ▶ 校本精神，為學生成長需要作規劃
 - ▶ 升中適應
 - ▶ 生涯規劃
 - ▶ 人際溝通
 - ▶ 抗逆能力
 - ▶ 自我成長與反思