



本年度工作重點

後疫情的精神健康

ACT for Youth — 中學生焦慮情緒與心靈彈性

- 學校社會工作辦事處於二零二三年二月二十四日舉行網上研究發佈暨實務工作分享會，分享本會「ACT for Youth」的研究結果。發佈分享會設專題講座，邀請本會顧問梁詩明博士擔任主講嘉賓，分享如何從接納與承諾治療理論分析青少年的情緒糾結。當天簡介整個活動計劃的設計理念及內容，並由社工及曾參與小組的青年人分享他們的感受與得著，參與的人數共有 129 人。



- 此外，於 2019 年起，駐校服務以「接納與承諾治療法」為理論基礎，進行了不同形式的服務實踐。當中包括小組、工作坊及網上情緒教育短片等，藉此協助青年人處理負面情緒。過去一年，就此計劃中的輔導小組進行了服務評估研究，除了檢視輔導的成效外，也針對中學生的焦慮、情緒效能感、心靈彈性等多個元素進行探討，期望進一步了解青少年成長的需要，以便提供更適切的服務。



Y Connect 教師心靈忙·休點

- 於二零二三年初，本處為四間駐校中學，包括：東華三院甲寅年總理中學、裘錦秋中學（葵涌）、香港道教聯合會鄧顯紀念中學以及基督教女青年會丘佐榮中學，共 236 位老師提供「Y-Connect 教師心靈忙·休點」計劃。計劃由本單位策劃，連繫本會多個部門合作，讓老師「足不出校」，便可體驗多元化的抒壓活動。活動目的讓老師們舒緩情緒，同時提升他們對個人精神健康的關注，亦從中增加對女青年會服務的認識。
- 計劃順利完成，9 成參與老師滿意計劃，亦有老師表示工作坊內容豐富、導師專業及細心，讓他們可以在忙碌的工作中暫時停下來休息，享受箇中樂趣，達至減壓和舒緩情緒的目標。





精神健康與藥物治療同工培訓

- 隨著疫情緩和，社會逐漸復常，自九月學校全面復課後，無論在學習和人際相處上，學生也需要重新適應。在這段時間，不少學生有着不同的情緒問題和自傷行為。學校社會工作辦事處於二零二三年五月十日舉行同工培訓，讓學校社工多掌握現時青少年精神健康狀況和常見的病況，亦了解藥物治療對青少年的幫助和影響。榮幸邀請到本會資深精神科顧問蔡定國醫生分享其專業意見及指導，令同事獲益良多。
- 是次培訓設有小組分享討論，駐校社工分享對精神健康的關注，以及新世代藥物及青少年用藥的情況。另外，亦有討論社工的角色及如何與學校配合支援等，促進學校社工的專業交流。活動合共有 41 名同工參與，同事投入討論及分享，整體滿意度為 100%。



聯校教師講座 – 立法強制舉報懷疑虐待兒童個案

- 於二零二三年三月二十八日就「強制舉報懷疑虐待兒童個案機制」的立法，向本會駐校學校的老師提供法律講座，裝備老師提高及早識別和處理懷疑虐待／疏忽照顧兒童個案的能力。講座邀請本會法律顧問莊耀洸律師，就強制舉報責任的內容提供寶貴的意見，讓學校教師對有關懷疑虐待兒童個案強制舉報規定的建議有基本認識，為法例的執行作好準備。
- 講座內容包括：概述有關懷疑虐待兒童個案強制舉報規定的要求、解說新法例對老師、學校的責任，以及學校與社工協作需注意地方。講座設有個案討論環節，參與的教學人員與講者互動，氣氛良好。是次共有 87 名教師參與是次講座，包括校長、副校長、訓輔主任等，講座整體滿意度為 98.4%。





賽馬會抗逆有「家」計劃家長講座



- 學校社會工作辦事處與香港理工大學賽馬會抗逆逆境有「家」計劃分別於 2022 年 12 月 07 日和 2023 年 3 月 15 日合辦兩個免費網上家長講座，對象為初中學生家長。首個講座題目為《如何與活在網絡世界的孩子同行》，當天講座先由本會學校社會工作辦事處單位主任黃麗婷姑娘作簡短分享，接著由 EDIT Workshop 教育中心暨培訓機構創辦人、資深青少年及家庭教育工作者陳志耀先生主講。

- 兩位講者表示當孩子開始進入青春期，父母仍有其不可取替的角色，協助孩子在現實世界中建立積極、正面的自己是非常重要的。講者分享在學校工作中的輔導經驗，讓家長明白孩子背後的需要，講解如何處理孩子因網絡而引伸的管教問題。另外，講者於講座中分析網絡世界吸引孩子的原因，亦分享了網絡世代的教養原則，裝備家長協助孩子在現實世界中建立自己。
- 是次講座共有超過 380 位家長在網上參與，他們均來自全港不同的學校，講座亦設有問答環節，以便針對性回應家長的需要，家長反應熱烈。
- 親子溝通一直是家長關注的題目，所以在三月有另一個講座，題目是《孩子「順應與反叛」的背後-與孩子溝通的技法與心法》。講座的第一個部分是由本會學校社工凌少芝姑娘分享青少年與家長相處的現況及曾經處理過的一些個案情況，讓家長了解及掌握多一點青少年情緒背後的成因。然後由資深家庭及心理治療師伍詠光先生講解青少年的情緒、防衛機制及處理衝突方法，繼而讓家長學習和練習如何運用同理心溝通，建立融洽關係。
- 是次網上講座接近有 1500 名中小學的家長參與，反應十分踴躍，反映能貼合家長的需要。





北區聯校社區大使計劃 (甲寅及鄧顯)



- 過去數年因疫情關係，同學參與社區活動的機會大大減少，對他們個人成長及社交發展亦帶來負面影響。有見及此，學校社工在 22-23 學年期間，於東華三院甲寅年總理中學及香港道教聯合會鄧顯紀念中學共舉辦了兩期「北區聯校社區大使計劃」，希望透過訓練同學成為社區大使，一方面加強同學與社區間之連繫，同時藉著籌辦有意義的社區參與活動，從而提升同學的能力感。

● 本計劃以聯校形式推行，兩期共招募了 37 位初中同學參加，內容除了教導同學如何籌劃及帶領活動之外，亦深入了解區內不同服務對象的需要，並將所學的實踐在社區活動之中。本計劃分別與區內不同機構合作，包括本會秀群松柏長者服務中心、Y Care 新創建青健坊（北區）長者日間護理中心以及李志達紀念學校，並籌辦了四項有意義的社區參與活動，如與長者一同合作推行「V RUNNER」及「樂活與拍住上」芬蘭木棋長幼共融活動、為有認知障礙症之長者舉辦「老友記運動會」，以及為高小學生籌辦之「小五 GO GO GOAL 生涯探索之旅」。

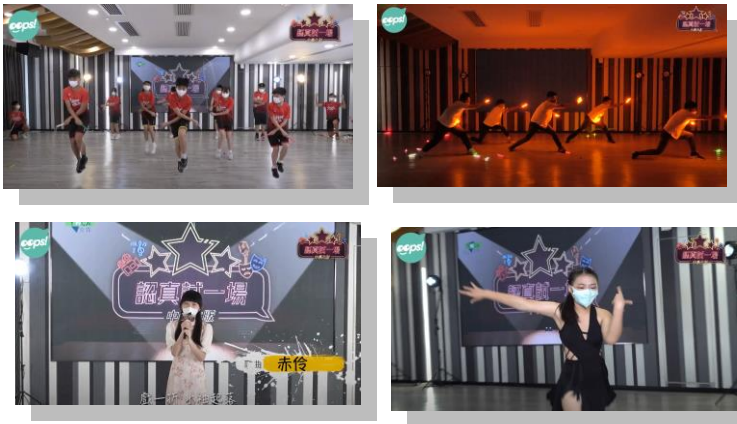
- 參與同學認同活動不但能促進他們對區內不同服務對象的認識和關注，並從中發掘個人潛能，有助提升個人自信心。參與同學亦表示於整個訓練及活動籌劃過程中，透過彼此間之交流與合作，不單有助擴闊視野，亦豐富了個人學習經歷。





創新服務

認真試一場節目播放



- 疫情下大量表演項目被取消，同學們缺乏很多表演和比賽的機會。有見及此，女青 Virtual Centre 製作了一個網上節目，名為《認真試一場 中學生版》。希望提供一個平台給擁有不同才藝的中學生去展現自己和分享他們的故事，讓同學在節目中勇於嘗試自我挑戰，從準備舞台的過程以及與其他表演者的交流中有所得着。

- 於 2022 年 9 月份，《認真試一場 中學生版》正式於各大網上平台播放，學校社會工作辦事處有四間學校被選出，製作及拍成節目，包括迦密愛禮信中學的跳繩隊、南亞路德會沐恩中學的御宅藝、王肇枝中學的拉丁舞表演、以及東華三院李嘉誠中學的戲腔演唱。
- 節目中推廣多元文化，讓更多人認識青少年擁有特別的才藝。此外，節目亦展現表演者舞台背後的付出和努力、是甚麼啟發了他們學習這項才藝，以及如何克服當中遇到的困難，藉著節目與大家分享屬於他們的故事。

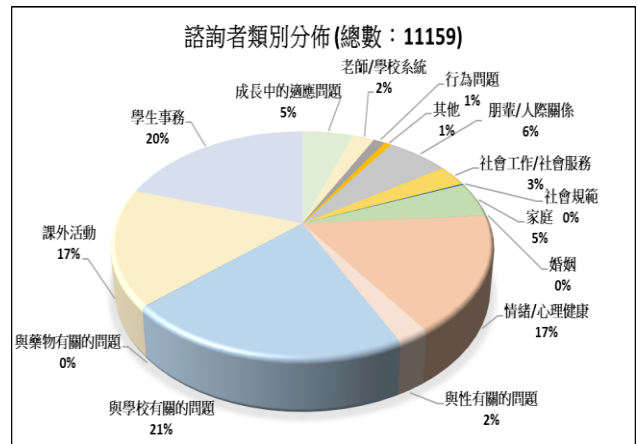
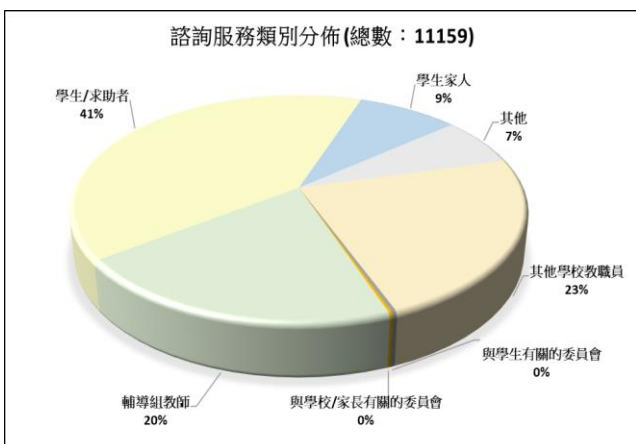
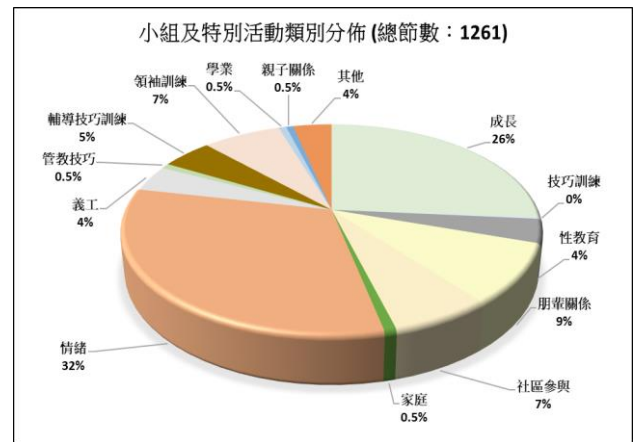
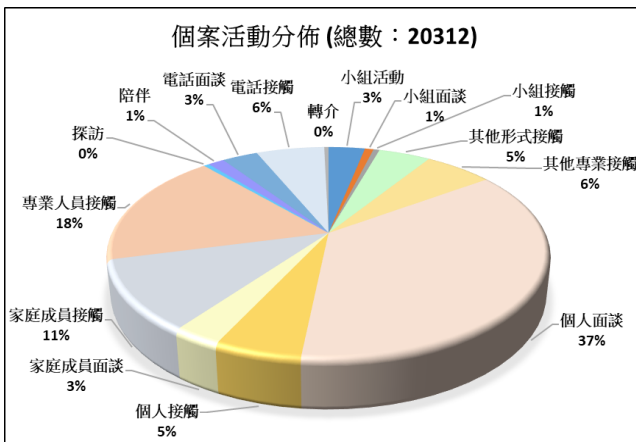
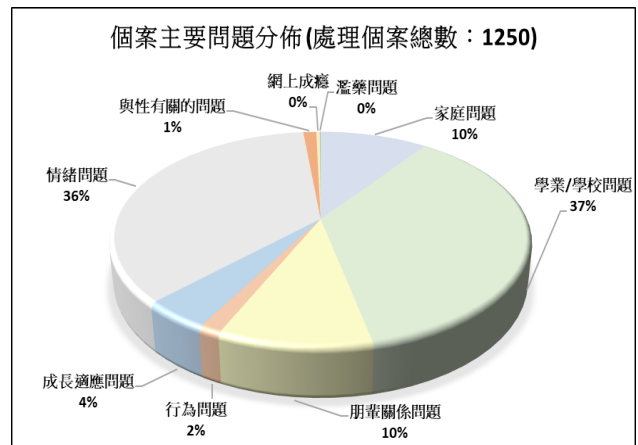
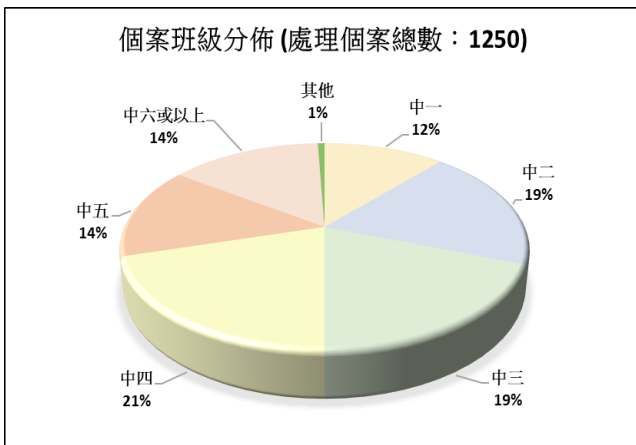
社交媒體及網上工作

- 社交媒體及網上工作不只在於讓公眾人士更了解本會學校社工服務，亦讓同學們獲得實用信息、與學校社工保持溝通。
- 本處社交媒體平台在 2022 年 9 月至 2023 年 6 月 期間定時發佈了多類型的主題帖文，當中包含有關學習【如何擺脫懶惰？】、精神健康【將壓力變甜品】及人際溝通【如何輕鬆打開話匣子？】等等。在追蹤人數方面，Facebook 和 Instagram 專頁相比 2022 年初都有上升趨勢。
- 在 2023 年 3 月中六學生應考 DSE 期間，便計劃了推出「Stand by you」DSE 學生支援系列帖文，透過社交媒體平台發佈了 4 款主題帖文及 1 款打氣帖文，支援 DSE 考生。當中包括如何更專注有效率準備 DSE、心靈放鬆法及應考前準備等等，希望減輕同學們的考試壓力和一起渡過考試難關。
- 此外，學校社工亦會不時透過社交媒體平台，分享一些實用資訊和遇到突發性的新聞或事情該如何應對，減輕同學在事件中受到的影響。





服務數字統計 (1. 9. 2022-31. 8. 2023)





香港基督教女青年會
學校社會工作辦事處

2022-2023 工作報告

地址：九龍白田邨裕田樓地下 3-6 號
電話：2715 9558
傳真：2713 1625
電郵：ssw@ywca.org.hk
網址：www.ywca.org.hk

YWCA. YWCA. YWCA. YWCA. YWCA. YWCA. YWCA. YWCA. YWCA. YWCA. YWCA. YWCA.

生命的栽培 Enhancement of Life

服務使用者回應及對服務滿意程度

- 為改善服務質素，本處主要從三方面索取服務使用者意見，包括個案及活動評估、服務諮詢會及周年服務檢討會議。個案服務對象在問卷反映「滿意」及「十分滿意」整體服務的程度，合共 99.8%；另外，小組及活動評估中反映「滿意」及「十分滿意」整體服務的程度，合共 97.5%，成績理想。
- 學校社工於 2023 年 1 月至 3 月在各校進行了共 13 次之「服務諮詢會」，出席人次共 131 人。學校社工以「服務諮詢會」之指引及表格，搜集學生之意見。另外，學生就社工提供的服務、學生需要及社工室設施提供了寶貴的意見，各校會按學校實際的情況跟進及回應。
- 此外，總主任已於 2023 年 6 月至 8 月與學校人員進行周年服務檢討會議，與校方一同檢視服務數字、探討未來服務重點。總主任與學校分享女青年會過去年度曾推展的計劃。



服務發展與整合

精神健康服務

- 「疫後復常模式」開始後，無論教師及學生都在重新適應全日復課，在這段時間，學生需要追趕學習的進度，重新投入校園生活及人際關係，當中壓力實在不少。在學校社工的前線服務中，發現學生有不同的情緒問題和自傷行為，針對不同程度精神健康照顧需要的學生，本處一直重點發展及推行理論與研究為本的「ACT」及「遇上小繁星 2.0」小組，以助學生建立正面價值觀，應付逆境。
- 本年度「遇上小繁星 2.0」小組已於會內 22 間中學順利推行，以建構正面的自我概念為目標，讓學生有「掌舵」生命故事的機會，發掘已擁有面對逆境的內在資源、能力及價值。
- 除了提供學生的治療性小組外，本處亦希望於其他學校繼續為老師提供舒緩情緒的「Y Connect 2.0 教師心靈忙·休點」，提升老師對精神健康關注。



生涯規劃服務

- 在 22/23 學年，學校社工服務繼續與本會的生涯發展服務隊攜手合作，於 33 間提供駐校社會工作服務的中學進行 22 個月個案介入，深入跟進學生的生涯發展需要，今期的女青故事講述了一名社工與學生同行的經歷，令學生從迷惘中找到方向，並且開始計劃人生。
- 本學年為五所中學舉辦生涯發展小組，讓高中學生透過個別面談、小組活動及工作體驗來認識自己，了解自己對工作和生活的盼望和夢想，並探索多元出路，訂立事業和人生目標。此外，本會在 7 月 9 日亦舉行了「職志遊樂場」職業體驗活動，讓學生進一步體驗各行各業的工作實況與要求，鞏固學生的生涯發展。當天的職業體驗活動包括咖啡拉花、無酒精調酒 (Mocktail)、攝影攝錄、手工製作與營銷、寵物美容及泰拳體驗，活動中導師亦分享他們深刻的工作體驗及入行要求，並即場解答學生的問題。

特殊學習需要支援服務

- 為協助有注意力不足及過度活躍症的初中學生，本處舉辦了「最強大腦」執行技巧訓練小組，期望透過桌上遊戲及其他目標為本的體驗活動，提升參加者學習執行技巧的動機，並透過執行技巧，將要做的事情分析步驟，按序完成，從而建立良好的習慣，改善學習及生活的情況。
- 本處繼續為聖公會蔡功譜中學及迦密愛禮信中學提供 SEN 學生之駐校社工服務，本學年主力強化個別學生的跟進，並為他們設計不同的個別訓練計劃；同時以「家庭為本」概念加強與家長的聯繫及支援，期望學校與家庭合作改善學生的學習及生活情況，並曾在聖公會蔡功譜中學舉辦兩次「升中適應 GO Easy」家長工作坊，合共 15 名家長參與。



香港基督教女青年會
學校社會工作辦事處

2022-2023 工作報告

地址：九龍白田邨裕田樓地下 3-6 號
電話：2715 9558
傳真：2713 1625
電郵：ssw@ywca.org.hk
網址：www.ywca.org.hk

YWCA YWCA YWCA YWCA YWCA YWCA YWCA YWCA YWCA YWCA YWCA YWCA

生命的栽培 Enhancement of Life

女青故事

生涯規劃

兆康，一名中三學生，自小父母離異，與母親相依為命。然而，母親在兆康小五時身體出現毛病，情況一直惡化，至他中二時不幸過身，兆康最後被安排寄養服務。工作人員中一已開始認識兆康，一直跟進他的情況，到中三時兆康因為需要選科而開始與他進行生涯規劃。起初見面時，兆康表示自己沒有什麼興趣，只喜歡打遊戲機，不覺得自己有什麼出色，各科成績平平，對於中四修讀什麼科目更是毫無頭緒。

兆康的童年並不易過，分別經歷了父母離異及母親患病離世，童年生活多花光應付這些危機。到了兆康升讀中三，他在寄養家庭中安穩下來，亦需面對選科抉擇，所以開始思考自己的興趣、能力及未來生活等等問題，這令兆康感到迷惘，擔心揀錯科目會影響人生的發展。

在介入之初，兆康特別需要新的經歷以了解自己並與周遭結連，繼而才有能力探索自我的生涯目標，並作出規劃及管理。工作人員第一步就是安排不同類型的活動，如職業體驗、小組活動等等，讓他有新的經驗去探索自己的喜好及能力。

此外，在兆康的生活中發生過很多不可預測的危機，例如父母離異，母親患病等等。在這些危機中，人往往需要新的價值觀 (Value)、態度 (Attitude)、技能 (Skill) 及知識 (Knowledge)，統稱 VASK，才能順利過渡。工作人員與兆康回顧他的經歷，從中發掘他擁有的 VASK，肯定他的成長。在危機之初，兆康都有「為什麼是我？我該如何？」的疑問，這引起兆康的危機感及焦慮。工作人員肯定兆康在面對危機時的情緒反應，這是人之常情，而危機背後當然是「有危亦有機」。工作人員慢慢引導兆康欣賞自己的付出，從抱怨到一步一步應付，慢慢解決危機，重建較為平穩的生活，順利過渡。工作人員協助兆康理解這些經歷是他重要的人生資產，將來有助他在工作世界中應對困難，是他生涯規劃的寶貴經歷，值得與其他人分享。

回顧兆康過往的經歷令他更有能力面對現在的挑戰：短期來說是選科，長遠一點是他比同年同學更快面對的獨立生活，這兩個問題都引起他的焦慮及混亂。工作人員先讓他看到這是成長歷程中必然會遇到的挑戰，是成長的機會，一如他過往的經歷，而過渡的關鍵在於積極的價值觀及態度，並一步一步的建立自己的技巧及知識來應付新的挑戰，這回應工作人員與他一直建立的 VASK。最終，兆康希望中六後接受社工專業訓練，他會修讀文商科，並計劃高中選修「應用學習科目：實用心理學」。兆康預計未來未必會一帆風順，但他對自己的能力及前路已有所認定，暫時走出迷失的狀態，更有能力繼續探索未來。

生涯真的能規劃嗎？我相信某程度是可以的，但更重要是需思考一下自己需要怎樣發展，才能令人生有意義及達致自我實現；然而，各種規劃總會受個人，社群，甚至世界的影響，生涯總有他的流動性，要到達彼岸，青少年需要有健康的身份認同 (identity)，才能有好的生涯規劃，並承受生涯中無可避免的風浪。生涯規劃並不單是協助學生選擇職業，而是與他們經營人生，為他們的全人發展打好基礎。



香港基督教女青年會
學校社會工作辦事處

2022-2023 工作報告

地址：九龍白田邨裕田樓地下 3-6 號
電話：2715 9558
傳真：2713 1625
電郵：ssw@ywca.org.hk
網址：www.ywca.org.hk

YWCA. YWCA. YWCA. YWCA. YWCA. YWCA. YWCA. YWCA. YWCA. YWCA. YWCA. YWCA.

生命的栽培 Enhancement of Life

鳴謝本年度合作伙伴

2022-2023 贊助及合作之個人或團體

● 蔡定國醫生 (本部顧問)	● 吳穎英醫生 (本部顧問)
● 盧定欣女士 (本部顧問)	● 崔永康教授 (本部顧問)
● 莊耀洸律師 (本部顧問)	● 楊偉強博士 (本部顧問)
● 梁詩明博士 (本部顧問)	● 周秀蘭女士
● 香港道教聯合會鄧顯紀念中學	● 東華三院甲寅年總理中學
● 南亞路德會沐恩中學	● 王肇枝中學
● 沙田崇真中學	● 梁文燕紀念中學 (沙田)
● 上水官立中學	● 東華三院李嘉誠中學
● 迦密愛禮信中學	● 裘錦秋中學 (葵涌)
● 聖公會林護紀念中學	● 聖公會蔡功譜中學
● 孔教學院大成何郭佩珍中學	● 基督教女青年會丘佐榮中學
● 社會福利署大埔及北區青少年服務地方委員會	● 保安局禁毒處
	(排名不分先後)