



本年度工作重點

裝備同事、提供創新、專業及青年參與的服務

「遇上小繁星 2.0」實務及研究結果分享會

- 「遇上小繁星 2.0」於 2024 年 1 月 18 日舉行實務及研究結果分享會，在會上分享小組於本會 20 間中學推行的研究結果。「遇上小繁星 2.0」小組以敘事治療為理論基礎作介入手法，藉此協助青年人建立正面的自我概念，改變單一化價值觀、建立朋輩分享文化，幫助高危學生走出負面陰霾。
- 「遇上小繁星 2.0」小組以建構正面的自我概念為目標，讓學生發掘已擁有面對逆境的內在資源、能力及價值，幫助學生建立支援及應付逆境的能力。是次研究發現，參與小組的大約 6 成學生在精神健康及自我概念上有所提升。
- 實務及研究結果分享會內容包括 1) 研究結果和理念架構 2) 小組活動體驗及程序內容，及 3) 實務經驗心得分享。每一位參加者獲得一套三盒的小組輔導咭、小組活動冊子及活動程序內容。是次分享會共 43 名同工出席，當中除了研究發佈，亦由同工分享帶領小組的內容及心得，透過體驗遊戲及資源分享讓參加者可以有一套以實證為本介入高危學生的手法。



「接納與承諾治療」培訓講座



- 因應青少年精神健康問題日益嚴峻，由學校社工組成的「ACT For Youth 中學生精神健康實務介入工作小組」於 2023 年 11 月 8 日特別邀請了資深臨床心理學家萬家輝博士與同工分享以接納與承諾治療 (ACT) 去處理精神健康個案。於培訓講座中，深入淺出地分享 ACT 四個核心信念，及六個核心原則，並以比喻(metaphors)貫穿介紹如何實踐當中的原則。
- 當日有 43 名來自不同綜合青少年服務中心及學校社工同工參與講座，萬博士深入淺出地介紹 ACT 以及運用個案實例分享，同工們都反映萬博士的講解非常清晰、比喻生動，令他們獲益良多。而根據檢討問卷結果，100% 參與同工都對講座內容及講員感到滿意。





學校社工專業培訓

- 為了提升學校社工的專業水平，我們舉辦了一系列的培訓活動。首先，我們安排了 7 位駐校社工參加「保護兒童證書課程」，並在完成課程後，於 2024 年 3 月 20 日舉辦了一場「保護兒童實務分享會」。這次分享會共 25 名學校社工參加，他們學習了「向兒童提問事件」及「如何撰寫好的保護兒童報告」等技巧，參加者表示工作坊對他們的工作非常有幫助。
- 在 4 月 10 日至 11 日，我們舉辦了「校園危機處理學校社工工作坊」，旨在訓練社工如何應對校園危機。在工作坊中，學校社工討論了兩個典型的校園危機事件，包括學生校內墮樓身亡及突發意外身亡。社工需要掌握處理這些危機的原則，如即時處理、提供適切支援，確保學生及教職員的心理健康等。我們希望通過這個工作坊，學校社工能夠掌握危機處理的技巧，為師生提供適切的支援，與在校師生共同渡過校園危機。
- 此外，我們亦關注青少年開學後的適應和焦慮問題，以及性別困擾。我們於 2023 年 10 月 18 日和 2024 年 5 月 8 日舉辦了個案研討會，邀請了本會顧問蔡定國醫生來討論這些問題，並提供專業意見和協助。每次研討會均有 30 多人出席，透過個案研討會，參加者能增進處理個案的知識及技巧，以輔助年青人身心得以健康地成長。
- 透過這些培訓活動，我們希望能夠增強學校社工的專業知識和技能，以更有效地服務學生和處理各種挑戰。





特色服務

CLAP2.0 22 個月生涯發展個案介入實務經驗分享會



- 學校社會工作辦事處駐校社工由 2021 年初一直參與「賽馬會鼓掌·創你程計劃(CLAP)」，並以計劃中的「青少年發展與介入框架」個別跟進特殊學習需要(SEN)學生的生涯發展。
- 在這一年多的時間，我們建立了 22 節的個案介入活動，讓同事每月與學生會見面，在過程中駐校社工與個案建立了深厚關係，亦累積了不少協助學生發展的實務智慧，因此我們特別舉辦了兩次經驗分享會，收集同事實務上的經驗，期望整理後再發佈。
- 這兩次經驗分享會分別在 2023 年 8 月 18 日及 10 月 26 日舉行，合共 32 名同事參與，討論由資深同事帶領，並由工作人員筆錄整理，參與同事均踴躍發表自己的經驗及意見，促進改善生涯發展服務；分享會備茶點，讓同事在輕鬆的氣氛下分享。

青少年有意義社區參與

本計劃旨在栽培青少年發展潛能，讓他們能夠從社區考察及與社會企業交流中獲得有意義的想法和創意點子，並將其實踐於社區服務中，為社區帶來實質和正面影響。此計劃在六間駐校服務中試行，共有 69 名中學生參與，受惠的社區人士超過 200 人。以下是其中兩個計劃的簡介：

(一) 社區見習修理師

- 本計劃招募了 12 位香港道教聯合會鄧顯紀念中學同學參加，內容包括教導參加者基本家居維修技巧，例如：油油、換電制和換門鎖等等，以及如何策劃社區服務，深入了解服務對象的需要和如何善用所學的維修技巧實踐在服務當中。本計劃分別與區內不同單位合作，包括本會賽馬會青健坊(沙頭角)和復修辦館，並籌辦了兩次在沙頭角的社區服務，與維修師父為長者「油鐵閘」，從而實踐社區關懷。參加者認同活動十分有意義，除了學習到實用的生活技巧外，也廣闊他們的視野。





(二) 服務學習計劃-高中生社區服務

- 本計劃與上水官立中學合辦，透過運用參加者個人才能，回應社區上的需要。他們發現學校鄰近有私營護老院，參加者於是利用個人運動興趣及音樂才能，設計社會服務，期望讓長者有充實的生活。
- 於計劃初期，參加者經過多次會議，學習活動設計技巧，並於 2023 年 8 月 25 日到訪院舍視察環境及認識院舍長者的狀況以設計兩節活動，包括 9 月 26 日由學生帶領 11 位長者進行伸展及防跌運動。當中發現不少長者的認知能力有限及衰退，學生於是利用反應燈，設計相關訓練，於 2024 年 2 月 6 日再次拜訪院舍，讓長者試用不同程度的反應燈練習，並收集長者意見。



K/DA 電競比賽

- 此活動由青年作主導，透過 14 節小組，5 位裘錦秋中學(葵涌)學生由 2024 年 4 月起學習及實踐 Design Thinking 概念，並為比賽籌備，包括宣傳、招募、擬定活動詳情、比賽運作及直播等。學生主動向老師請教製作比賽流程、自行摸索如何印製海報、落區派傳單及致電不同學校社工，邀請學生參賽。學生透過自主規劃比賽來提升他們的組織活動及溝通能力，學習團隊合作及公平競技的精神。
- 正式比賽安排於 2024 年 7 月 13 日於青衣綜合社會服務處舉行，共有 21 人參加，包括裘錦秋中學(葵涌)、王肇枝中學和迦密愛禮信中學及社區人士。比賽氣氛良好，參加者享受電子競技的交流，亦體現了青年人對於電子競技的熱情和專業態度。





Under 30 創點計劃 2023-24

- 此計劃旨在鼓勵本部年青同事於工作中實踐其新意念。以下是本單位其中一個參與計劃。
- 近年目睹各樣有關年輕人輕生的新聞報導，實在對青少年精神健康的狀況感到關注及憂心。我們相信要達至精神健康，懂得覺察自己的情緒及建立正面的身份認同是重要的基石。故此，學校社工在 23-24 學年期間，於聖公會林護紀念中學及迦密愛禮信中學兩校舉辦了「Self Love 自肥企劃」，希望藉此讓青少年學習覺察、表達和回應自己情緒，並提供平台讓青少年發展潛能，學習自我欣賞及接納自己。
- 「Self Love 自肥企劃」計劃分為兩部分，第一部分為在校內舉辦以「自愛」、「關注情緒健康」等主題的 Self Love Month。學校社工以不同藝術媒介介入，不僅於兩校分別舉辦了「星之花正念工作坊」、「流體畫工作坊」，還誠邀舞蹈治療師及引導想像及音樂治療導師入校舉辦「引導想像及音樂治療工作坊」及「形體舞蹈工作坊」，讓學生透過音樂、舞蹈及藝術手作的媒介連結身心，提昇學生對內在情緒需要的覺察。兩校共有 103 人次參與工作坊，反應熱烈。
- 計劃第二部分與區內聖公會麥理浩夫人中心合作，兩校共 15 位同學參與中心舉辦的社區導賞，在加強他們與社區之連繫及對區內的認識後，還讓同學們參與中心旗下之聖誕市集，親自籌備兩個攤檔，發揮創意及技能，自行製作帶有「自愛」意思的貨品售賣，嘗試將自我欣賞訊息推至社區，營造社區關懷文化。當日反應良好，產品獲街坊讚賞，兩校也有師生前來支持。
- 參與的學生認同本計劃能提昇他們對自我情緒的覺察，亦讓他們學習欣賞及接納自己，更能嘗試以新的角度認識自己。學生亦分享，共同由零開始構思到實踐再到完成整個市集項目是很難得的新體驗，不但增加了他們對區內環境及居民需要的認識，亦促進了同學間、甚而兩校間年青人的正面社交連繫，讓他們嘗試互相欣賞、支持和協作，也欣賞自己從中的付出。





創新服務

Dears & Tears 青年音樂祭

- 根據教育局資料顯示，2023 年度青少年自殺個案持續上升，隨著中學生精神健康問題日益嚴重，女青為此推出為期兩年的「青少年擁抱情緒計劃」，透過音樂治療、藝術治療、精神健康工作坊等一系列活動，提升參加者對青少年心理健康的關注，讓他們找到紓緩負面情緒的方法，建立良好的心理狀態。
- 計劃頭炮是 2024 年 5 月 5 日舉行之「Dears & Tears 青年音樂祭」。事前先以票選方式，收集 1,800 位中學生心目中的十大情緒「救命歌」，於音樂會上公佈結果，並由歌手梁釗峰（釗峰）、陳健安（On 仔）及其他青少年一同獻唱，以歌聲發放正能量，以音樂療癒青少年的心靈。兩位表演嘉賓 On 仔和釗峰都認為聽歌可以紓緩情緒，有助青少年走出情緒困局。



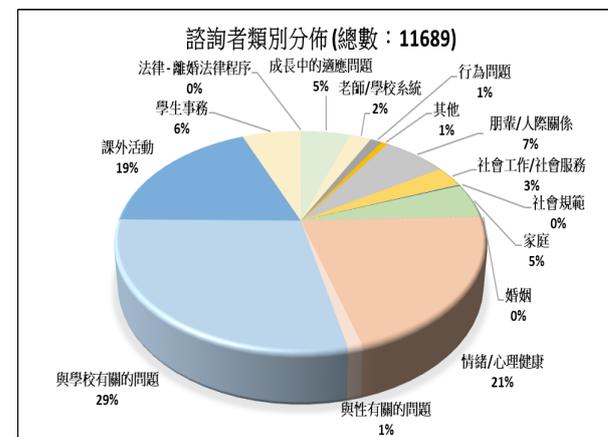
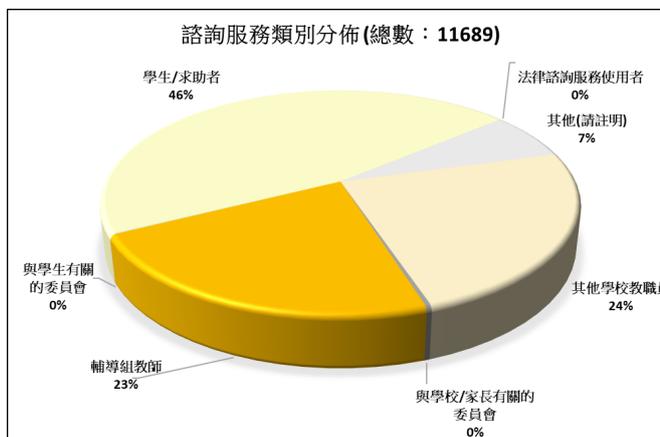
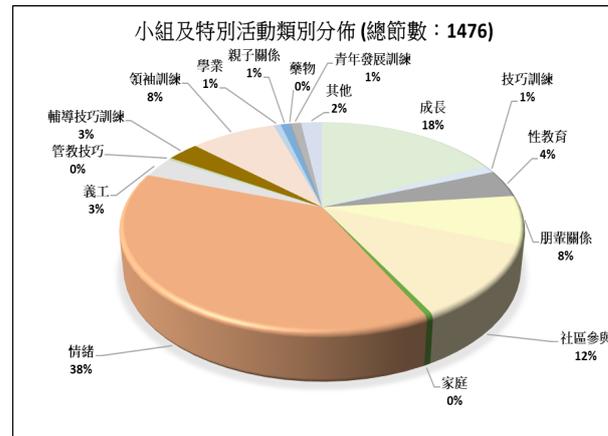
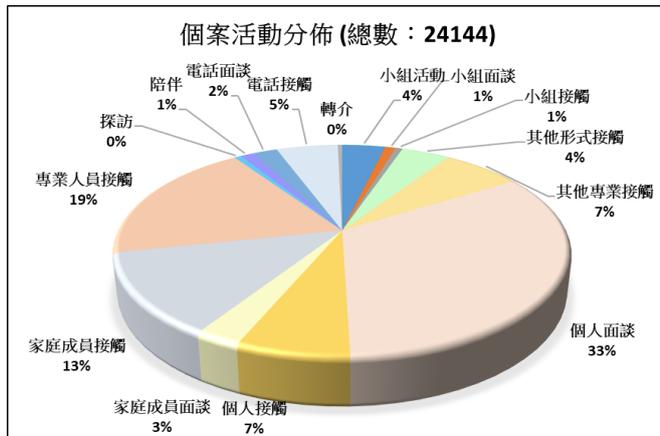
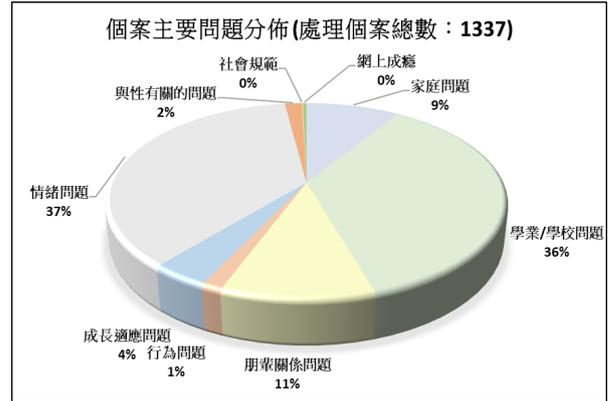
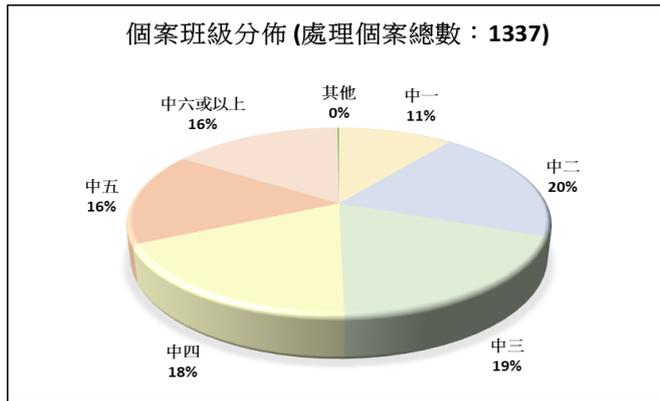
服務使用者回應及對服務滿意程度

- 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 99.6%；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 96.72%，成績理想。
- 學校社工於 2024 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 126 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 2024 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。





服務數字統計 (1. 9. 2023-31. 8. 2024)





服務發展與整合

精神健康服務

- 根據教育局資料顯示，2023 年度青少年自殺個案持續上升，隨著中學生精神健康問題日益嚴重，我們會繼續提升學生對自身心理健康的關注，讓他們找到紓緩負面情緒的方法，建立良好心理狀態。
- 新學年我們會重點參與「賽馬會擁抱生命系列 2.0 - 青少年擁抱情緒計劃」，協助青少年透過情緒小組及表達藝術活動，找到紓緩情緒的方法。計劃除了服務初中生，同時會為老師和家長提供情緒教育工作坊，除了認識青少年的情緒，亦學習照顧自己的情緒，使他們更有信心與青少年同行。
- 此外，家長的精神健康對子女有著重要的影響，新學年我們會透過不同的家長體驗活動及工作坊來紓緩家長的壓力，促進親子關係，增強親子情感聯繫。活動包括「Comfort 鬆」調香減壓香水工作坊及「心靈綠洲」生態瓶工作坊，活動透過呼吸練習及製作香水或生態瓶，讓家長可以放慢及專注於身體的五感，投入當下，從而達致心靈的平靜，紓緩壓力。此外，「發現子女的美好」家長工作坊會透過敘事取向卡片協助家長反思自己對子女的期望，增強情感聯繫。



社交媒體網上工作及提倡網絡同理心



- 社交媒體在學校社工服務中扮演了重要角色。除了提高公眾對學校社工服務的認知外，更重要是能夠與學生保持良好溝通，了解他們的需求和關注，並提供實用的資訊和建議。
- 在 2023 年 9 月至 2024 年 5 月期間，學校社工在社交媒體平台上定期發佈了各種主題的帖文，涵蓋時間管理、人際溝通、自我認識等議題，深受學生歡迎。在各社工的推廣下，Instagram 專頁的追蹤人數也有了大幅增長，反映學生對這些資訊的需求。
- 除了一般的資訊分享，學校社工更積極地回應網絡世界的新挑戰。本年度，我們推出了「網絡同理心貼紙相」活動，以貼近學生的方式提高他們對網絡欺凌的認知，培養他們的同理心，並讓他們了解遭遇網絡欺凌時的應對方法。
- 未來，學校社工將繼續善用社交媒體平台，與學生保持緊密聯繫，適時提供各種生涯規劃、應考和暑期建議等實用資訊，協助他們面對人生路上的各種挑戰。社交媒體已成為學校社工服務的重要渠道，有助於拉近與年青人的距離，提升服務成效。
- 此外，在這個數碼時代，網絡同理心是建立一個更加和諧社會的關鍵，它鼓勵學生在線上互動時保持尊重和理解。未來我們會教育學生應對網絡欺凌、線上線下支援學生實踐互相關懷及尊重，期望透過網絡同理心的實踐，可以減少誤解和衝突，為網絡世界帶來更多的善意和支持。





女青故事

青少年網絡欺凌

「初中生小美（化名）自開學起被人於 Instagram 上的 Secret page 匿名投稿發佈其資訊，主要內容圍繞攻擊其外觀、打扮、聲線。一開始小美因生氣而投稿反擊，引起網絡罵戰，並一面倒出現攻擊小美的言論。其後每逢小美出席學校活動，都會被人於 Secret page 抨擊，更有人以小美的照片作自己大頭貼嘲笑，漸漸小美情緒開始崩潰，感到無助沮喪，懷疑自我，不想上學，並於一次假期間獨自在商場欄杆旁呆滯良久後蹲下大哭，令家人洞悉情況嚴重，尋求社工支援。」

在數碼時代中，網絡欺凌現象愈趨普遍。面對網絡欺凌，青少年情緒易受牽動，在言語攻擊下易出現危機，開始懷疑自我價值。當小美在網絡世界遭遇無情的欺凌時，她的生活被陰影籠罩，社工在此刻先接納及理解她的感受，接著邀請案主思考自己的優點，從而建立正面自我價值。社工邀請小美訪問身邊朋友分享一個欣賞她的地方。小美帶了『溫柔』、『善解人意』、『有同理心』幾個形容詞回來面談，對此感到驚喜、喜悅，可見朋輩支援網絡的重要性。

小美家長初時認為朋輩間的閒言閒語是常有的事，因此只叫小美不要再查看社交網站，令小美覺得沒有被理解。直到小美情緒開始崩潰，家人才意識到問題嚴重並向學校求助。此時，社工與家長溝通了解小美在家中的情緒狀況，鼓勵家長多傾聽小美的說話，嘗試從青少年的角度，接納她的情緒。最終，小美與家長的溝通改善了，亦打開了理解和支援的大門，讓小美感到不再孤單。

此外，社工也與小美一起向學校提出建議，讓她知道學校可介入處理，在過程中校方擔當了重要的角色。因情況持續，小美蒐集了相關截圖證據，經過數次訓導和輔導協助調查和問話後，相關同學得到相應懲處及告誡，並以信件及訊息向小美道歉，其後也沒有再發生相關事宜，小美漸漸得以恢復以前的校園生活。家長的參與和學校的合作，為小美提供了一個更安全、更支持的環境。

青少年面對網絡欺凌問題時，往往有三種應對的類型：忽略型、對抗型及尋求支援型，大多青少年為前兩者。在處理網絡欺凌時，我們可教導青少年以正確途徑面對，而非作出反擊或啞忍。我們又可教育青少年自我保護途徑，如封鎖干擾者、將社交媒體設為私人帳號等等，若情況持續就需要尋找專業的幫助。小美的故事強調了社會各界，包括家庭、學校和社工必須共同努力，建立一個更包容和支持的校園，亦需要與被欺凌的青少年同行，共同解決問題。





香港基督教女青年會
學校社會工作辦事處

2023-2024 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.

生命的栽培 Enhancement of Life

鳴謝本年度合作伙伴

2023-2024 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 (任期至 2023 年 12 月 31 日)
● 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
● 基督教女青年會丘佐榮中學	● 保安局禁毒處
● 社會福利署大埔及北區青少年服務地方委員會	(排名不分先後)

