



有教無戾

校園欺「零」計畫

和諧大使服務手冊

目 錄

計畫總監序言

第一章	背景和理念	1
第二章	研究評估	
	2.1 研究程序	5
	2.2 研究和評估工具	6
第三章	和諧大使計畫活動內容	
	3.1 選拔和諧大使	17
	3.2 和諧大使計畫訓練課程.....	18
	3.3 守護對象紀錄手冊.....	33
	3.4 推動和諧校園活動範例.....	36
	3.5 老師/社工/輔導人員的角色	44
第四章	研究結果及討論	47
第五章	一般相處情況處理.....	51
第六章	參考文獻.....	57
附件	1. 選拔和諧大使物資表	
	2. 和諧大使計畫訓練課程物資表	
	3. 守護對象紀錄手冊	

計畫總監序言

「有教無『戾』——校園欺『零』計畫」主要的目的是透過全方位跨系統取向協助學童減少校園暴力和欺凌行為。本計畫除了應用認知行為治療法小組讓有攻擊傾向的學生減少操控型（真正的欺凌者）攻擊行為和反應型（誤認為欺凌者）攻擊行為，拆解及重建他們的思考模式；另外，亦協助攻擊型受害者和退縮型受害者，重建對校園的安全感、確認對自我價值和自尊感的提升。還有，從朋輩輔導的介入面，挑選高年級的學長成為「和諧大使」，與低年級有攻擊行為傾向的學童接觸，讓朋輩的認同(Peer Conformity)和建立模仿對象(Model)，達致關愛、和諧校園文化的建立。



相信「大姐姐大哥哥」計畫在校推行是屢見不鮮的事，但往往欠缺整體訓練內容和有系統跟進的推行政程序。所以，本教材套的目的是分享本計畫五年來推行「和諧大使」計畫所累積而得的經驗，希望透過此教材套提供有系統、具效能的朋輩輔導給教師和社工使用，藉此減輕前線教育同工和社工的工作量及壓力，使更多學童得到關愛和祝福。

現附上整個「和諧大使」計畫的課程詳情，並附有光碟，以真實的演譯供同工參考。

最後，願上帝的慈愛和恩典常與你們和眾師生同在，多結聖靈的果子。日後亦可以成為別人的祝福！

A handwritten signature in black ink, appearing to read '馮麗妹' (Fong Lai Mei).

馮麗妹博士

香港城市大學應用社會科學系助理教授

第一章

背景和理念

香港城市大學「有教無『戾』 — 校園欺『零』計畫」(Project CARE: Children and Adolescents at Risk Education) 是一個以多元跨系統模式 (Ecological Approach)，透過學童個人、朋輩、老師和家長層面來協助有攻擊行為或受到朋輩欺凌的高危學生，減少其暴力或欺凌的行為，同時處理被欺凌的經驗。**和諧大使計畫**，是透過朋輩領袖和高危學生的接觸和相處，從中感染低年級的學童如何正面地處理人際關係和朋輩相處的情況。藉此締造一個充滿和諧關愛氣氛的校園文化。

青少年成長階段的需要

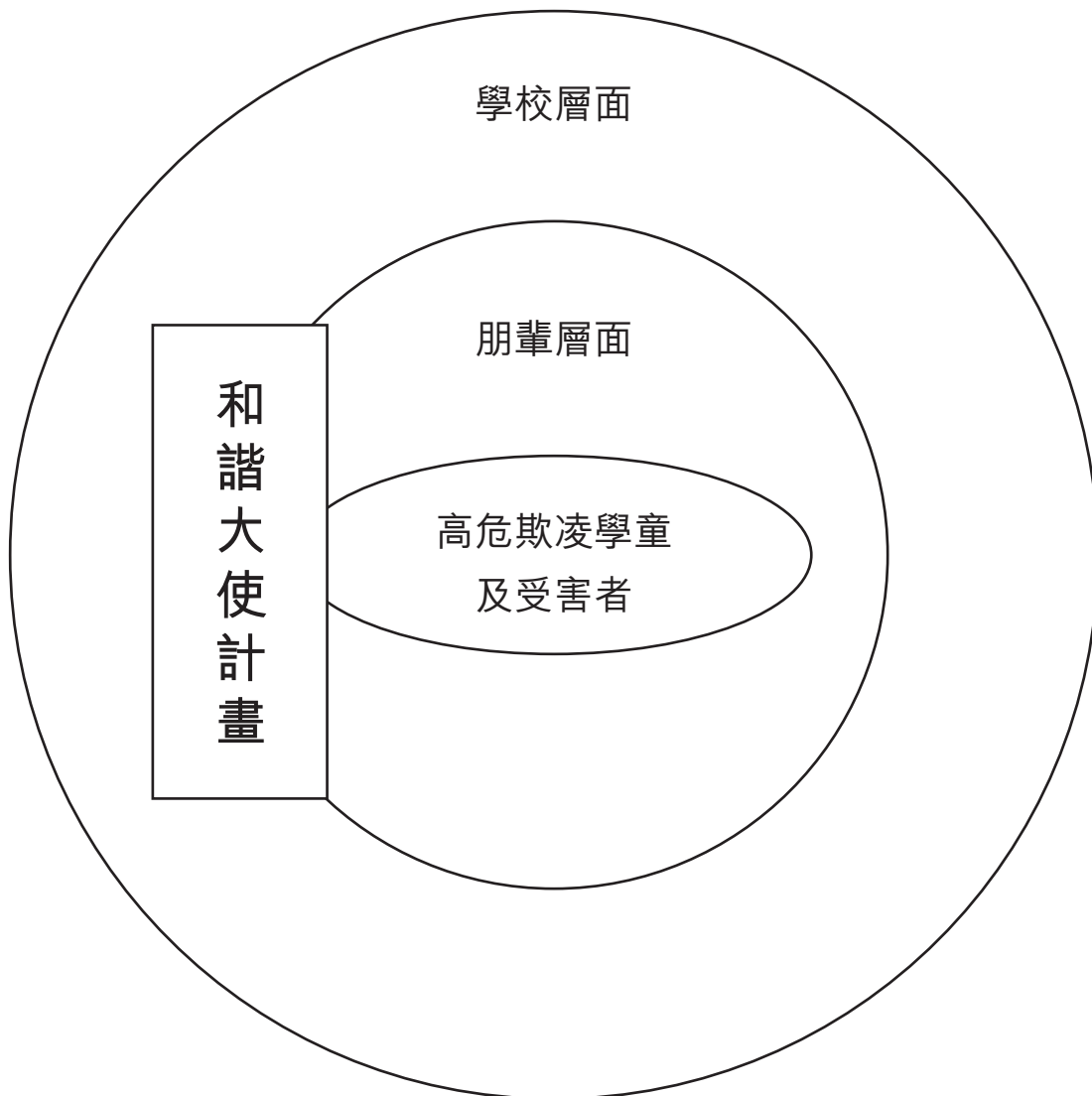
根據 Erikson (1968) 社會心理發展階段理論 (Psychosocial development stage theory)，青少年期 (12-18歲) 的學童正藉經歷尋找身份認同 (identity verse identity confusion) 的重要階段 (developmental task)，故十分注重塑造個人的獨特性，及建立個人價值觀，青少年會透過模仿 (modeling)，學習及塑造合適自我的身份認同及建立自我價值；但同時亦重視朋輩認同 (peer conformity)，青少年會透過不同的群體，建立出個人的朋輩網絡。

朋輩關係對青少年來說，是指一班人中，彼此有友誼的關係，有類似的興趣、價值觀念，且認同彼此的行為標準，並會對所屬群體有歸屬感。在青少年期的學童，朋輩大都是年齡相近的同學或居住相近的朋友。而在青少年成長期間，朋輩的影響力比家人還要大。青少年會透過朋輩交往，學習到人際相處的技巧和建立社交網絡，從而被別人認同和發展連繫感，以致建立自我身份和價值。相反，當被朋輩排斥和拒絕時，他們就會產生不被接納和疏離的感覺，沒有朋友的青少年是孤獨、苦悶和自卑的。

朋輩層面介入

學校是學童渡過青少年期的地方，同時亦是朋輩的主要來源，故透過和諧大使計畫推動高年級的學長去關懷低年級的高危學童，有助提供一個正面和友善的模仿對象給他們效法。亦可為高危的學童增強對學校的聯繫和歸屬感，而學長亦藉著他們過往的經歷，較能明白理解低年級學弟妹所經歷和面對的事情，比社工、老師的角色和身份，更能進入守護對象的天空和心境，較易於建立一個緊密而互信互諒的朋輩關係。

以下是朋輩層面介入的概念圖：



第二章

研究評估

(Assessment Criteria)



2.1 研究程序

I. 學生

- a. 篩選** 篩選程序在和諧大使活動計畫推展的初期進行，參與學校的學生均會被邀請填寫一份篩選問卷，以評估他們是否適合成為和諧大使活動計畫的守護對象(即潛在的兩類型攻擊者)。篩選問卷包含不同的自填量表，能夠反映學生的想法、行為和情緒，從中挑選出潛在的兩類型攻擊者進入前測。

從篩選問卷中抽選潛在兩類型攻擊者的主要步驟為：(1)受欺凌分數較低的學生——受欺凌分數低於學校 1 分標準差（即 1 Standard Deviation）；及(2)攻擊行為分數較高——全校受訪學生中，攻擊行為分數最高的三十名學生。根據這個篩選標準，所挑選出來的學生存有潛在的兩類型攻擊行為，而且同時不受朋輩欺凌，即「純攻擊者」。

- b. 前測** 除根據篩選問卷的分數外，學校老師也會推薦他們心目中的兩類型攻擊者進入前測。每間學校約有30名被評估為兩類型攻擊者之學生獲邀參與學生前測，而前測主要以問卷形式進行（量性 (Quantitative)），以加深對學生的認識及作更詳細的評估。學生前測後，該30名屬於兩類型攻擊者正式成為和諧大使活動計畫的守護對象。
- c. 後測** 和諧大使活動計畫的守護對象，會於計畫完結後的一個月內，填寫一份後測問卷，以評估他們在計畫完結初期的情況。守護對象亦於計畫完結三個月後，進行三個月、六個月、一年及兩年後測，用以跟進他們於計畫完結後的情況。

2. 家長

- a. 篩選** 學生被篩選期間，他們的家長亦同時填寫一份家長問卷，讓工作人員藉此對學生作初步認識，內容包括：家長對子女暴力行為、情緒管理、管教模式的評估，以及一些家庭背景資料（包括家庭狀況、童年經歷、健康狀況等）。
- b. 前測** 選出和諧大使活動計畫的守護對象後，他們的家長均會被邀請參與家長前測訪談，希望對守護對象作進一步了解。家長前測除了填寫量性問卷外，亦包括約半小時的質性訪談，務求更深入地了解家長對學生的看法及學生與家人關係等。
- c. 後測** 於計畫完結後，守護對象的家長(最少一位)會被邀請到學校進行家長後測訪談及填寫家長後測問卷。此外，家長亦會在計畫完成後的三個月、六個月、一年及兩年後，共四次協助填寫跟進問卷。

註：“兩類型攻擊者”即指反應型及操控型攻擊者

3. 老師

- a. 前測 選出和諧大使活動計畫的守護對象後，學校會為每一位守護對象選出三位與該守護對象相熟的老師，請他們進行老師前測，該老師可能是守護對象的班主任、科任老師或訓輔老師，他/她必須對該守護對象的想法、行為及情緒有相當的掌握。由於資源所限，三位老師中只有一位會同時進行前測訪談及前測問卷，其餘兩位老師則只需完成老師前測問卷。另外，於老師前測時，老師會被要求於計畫進行期間，多加觀察守護對象的想法、行為及情緒，以便在老師後測中評估守護對象的情況。
- b. 後測 於計畫完結後，三位與守護對象相熟的老師會被邀請參與老師後測。其中一位會進行老師後測訪談及填答老師後測問卷，其餘兩位老師則只需完成老師後測問卷。

2.2 研究和評估工具

1. 學生研究工具

— 主要研究工具（作篩選用）

a. 反應型和操控型攻擊問卷

研究工具來源：The Reactive and Proactive Aggression Questionnaire (RPQ; Raine, Dodge, Loeber, Gatzke-Kopp, Lynam, & Reynolds, 2006)

此問卷是用來量度學生的反應型和操控型攻擊的指數。題目的設計參考自一些老師評定的反應型和操控型攻擊的項目 (Dodge and Coie, 1987; Brown, Atkins, Osborne, & Milnamow, 1996)，以及一些關於反應型和操控型攻擊的概念性和理論性的文獻 (Dodge and Coie, 1987; Meloy, 1988; Vitiello et al. 1990; Barratt, 1991)。

在反應型和操控型攻擊的概念上，題目除了反映身體上和言語上的攻擊外，還包括一些動機和環境因素所形成的攻擊行為，例如：為表現自己的優越感與其他人打架、在被人挑釁時表現得憤怒等。

學生將會對每項描述作出評分：0分代表從不、1分代表有時、2分代表經常來表示該項行為在其生活中發生的經常性。最後，將23項題目的分數相加起來，所得之總分為「綜合攻擊指數」。另外，亦可分別計算出兩個子項的分數，包括：「反應型攻擊指數」和「操控型攻擊指數」。

此問卷原稿為英文版本，於2006年曾被香港使用作試驗研究，因此翻譯成中文譯本。參加是次研究的為香港四間位於不同地區及不同級別的中一至中三學生，為數1,430人。該研究結果顯示，問卷的內一致信度分別為 0.88（綜合攻擊指數）；0.82（反應型攻擊指數）；0.87（操控型攻擊指數）。

b. 多角度受朋輩欺凌問卷

研究工具來源：Multidimensional Peer Victimization Scale (MPVS; Mynard & Joseph, 2000)

此量表屬於一個多角度的自我評估量表，以16項題目量度學童在身體（例如：打破或毀壞我的東西）、言語（例如：說一些話去奚落我）、社交排斥（例如：不讓我參與他們正在進行的活動）和財物破壞方面被欺凌的頻率。

每項行為上，學生需就過去三個月內事件發生的頻密次數作出評分(0分代表從不、1分代表1次、2分代表2次、3分代表3次、及4分代表4次或以上)。16項分數總和為該學生的「綜合被欺凌指數」。另外，亦可分別計算出四類被欺凌的平均分以作比較：「身體欺凌」(4項)、「言語欺凌」(4項)、「社交排斥欺凌」(4項)和「財物破壞欺凌」(4項)。基於此量表只描述校園內發生的情境，所以，量度之範圍只限在學校內被欺凌的情況。

—其他學生研究工具

除了上述兩個主要的研究工具，學生問卷當中還包括了其他量表，以對學生的認知及行為作全面的評估。這些量表包括：

a. 「認知—情感—身體」同理心量表

研究工具來源：Cognitive-Affective-Somatic Empathy Scale (CASES; Raine, n.d.)

「認知—情感—身體」同理心問卷（簡稱CASES）是一份量度學生在各方面的同理心程度，總共有60項題目。問卷分開六個分量表，包括：「正面身體反應」（例如：看到別人享用美味的甜點會讓我垂涎）、「負面身體反應」（例如：當我聽到鬼故事時，會雞皮疙瘩）、「正面情緒」（例如：看着小狗玩耍，使我感到快樂）、「反面情緒」（例如：看到消瘦挨餓的小孩，會讓我感到難過）、「正面認知」（例如：我通常都知道別人玩得快樂的原因）及「負面認知」（例如：當兩個人爭論的時候，我能看出各人的觀點）。學生以0分代表很少、1分代表有時及2分代表經常表示對題目的認同程度。

b. 分裂性人格量表（簡表）

研究工具來源：Schizotypal Personality Questionnaire-B (SPQ; Raine et al., 1991; 1995)

過往不少研究均指出分裂性人格與反社會行為的關聯性 (Raine et al., 2006)。分裂性人格量表（簡表）是一份共22項題目的量表，旨在評估學生的人格分裂傾向。SPQ一共包括三個分量表：「認知—感官障礙」（例如：如我有時覺得別人能看穿自己的思想）、「人際關係障礙」（例如：我有點不友善和冷漠）及「組織力障礙」（例如：我是個奇怪、不尋常的人）。學生以0分代表否及1分代表是表示對個別題目的認同程度。

c. 簡短毅力量表

研究工具來源：Brief Grit Scale (Duckworth & Quinn, 2009; Duckworth, Peterson, Matthews, & Kelly, 2007)

操控型攻擊者一直被認為是一群以暴力來達到目標的攻擊者。為進一步了解彼此的關係，我們加入了簡短的毅力量表 (Brief Grit Scale)。這是一個量度對追尋長遠目標的毅力和熱誠的簡單量表，共有8項題目（例如：我會完成任何著手去辦的事情）。學生以1-5分表達他們對個別題目的認同程度。

d. 逃離道德標準機制量表

研究工具來源：Mechanisms of Moral Disengagement Scale (MMD; Bandura, Barbaranelli, Caprara & Pastorelli, 1996)

Bandura et al. (1996) 提出，當一個人進行違反社會規範的行為時，他們經常為自己所作所為尋找理由，將行為合理化。為了解欺凌者如何將他們的欺凌行為合理化，我們在評估當中加入了「逃離道德標準機制量表」。這是一個共有32項題目的量表，問卷共有8個分量表，包括：「道德化」（Moral Justification；例如：為了保護朋友而打鬥是可以接受的）、「委婉」（Euphemistic language；例如：掌摑或推撞別人只不過是開玩笑的一種方法）、「有利比較」（Advantageous Comparison；例如：相比起打人，只是破壞一些財物根本算不上甚麼）、「轉移責任」（Displacement of Responsibility；例如：如果小孩的生活環境很差，即使他們使用暴力行為亦不能責怪他們）、「分散責任」（Diffusion of Responsibility；例如：如果是全體決定而作出傷害性的事，責怪當中任何一個孩子都是不公平的）、「扭曲後果」（Distorting Consequences；例如：因為不會造成任何傷害，所以說一些無關重要的謊話是可以接受的）、「推諉責任」（Attribution of Blame；例如：如果孩子在校內打鬥和惹事生非，這是老師的過失）和「動物化」（Dehumanization；例如：有些人應當被當作動物般看待）。學生以1-3分表達他們對個別題目的認同程度。

e. 憤怒表現量表

研究工具來源：State-Trait Anger Expression Inventory (STAXI; Spielberger, 1991)

「憤怒表現量表」量度學生憤怒的經驗及表達。「憤怒狀態」(State-Anger)及「憤怒特質」(Trait-Anger)是量度憤怒經驗的不同向度。「憤怒狀態」是評估學生於特定時間下的憤怒程度；「憤怒特質」則再分為兩個分量表：「憤怒性格」(Anger Temperament)及「憤怒反應」(Anger Reaction)。「憤怒性格」是量度學生於沒有受刺激下所感受到的憤怒程度，而「憤怒反應」則評估學生於受到刺激下所感受到的憤怒程度。由於「憤怒狀態」與本研究的關係不大，所以，只有「憤怒特質」被應用於反應型攻擊者的前測及後測中。學生評估每項描述發生在他們身上的頻密程度：1分代表幾乎沒有、2分代表有時、3分代表經常及4分代表幾乎天天都是。

「憤怒表現量表」中另有3個分量表量度學生的憤怒表達，分別是「憤怒外洩」(Anger-out)、「憤怒內抑」(Anger-in) 及「憤怒控制」(Anger Control)。「憤怒外洩」評估學生以攻擊行為向其他人或死物發洩憤怒的傾向；「憤怒內抑」量度學生把憤怒抑制的頻密程度；「憤怒控制」則測量學生會花多少心力於控制憤怒上。學生評估每項描述發生在他們身上的頻密程度：1分代表幾乎沒有、2分代表有時、3分代表經常及4分代表幾乎天天都是。根據學生於3個分量表上的得分，計算出「憤怒表達」的指數，得分愈高的人傾向以抑制或/和發洩的方法面對自己的憤怒。以下為計算「憤怒表達」指數的方法：

$$\text{「憤怒表達」} = \text{「憤怒外洩」} + \text{「憤怒內抑」} - \text{「憤怒控制」} + 16$$

f. 行為/ 對立違抗性障礙問卷

研究工具來源：Conduct Oppositional Deviant Disorder Scale (COD; Raine, 2009)

「行為/ 對立違抗性障礙問卷」的23項題目提供了DSM-IV (APA, 2000) 當中有關對立違抗性障礙(Oppositional Deviant Disorder)和行為障礙(Conduct disorder)兩種與青少年有關障礙的快速診斷評估。此量表量度學生是否已進行違法的行為（例如：失去了他們的脾氣、故意激怒人），或更嚴重的行為問題（例如：欺負或威脅他人、偷東西）。他們基於一個3分的量表回答各項問題（0分為從來沒有、1分為有時、2分為經常）。問卷中包括了問題的開始時間和學生對自己整體表現的影響。

g. 違規過程篩選問卷

研究工具來源：The Antisocial Process Screening Device (APSD; Frick & Hare, 2001)

違規過程篩選問卷共有20項題目，主要量度有關學生的嚴重違規、攻擊性行為，以及精神狀態的特性。學生就各項描述作出評分，例如：把我的錯誤推卸給別人，0分代表最不適當，1分代表有時適當，2分代表完全適當。當中包含三項評估項目：「感情麻木」C (Callous-unemotional Traits)、「自戀」N (Narcissism) 及「衝動」I (Impulsivity)，這些都是跟學生違規行為起因有關的因素。

h. 青少年——自陳量表(十一至十八歲)

研究工具來源：Child Behavior Checklist — Youth Self-Report (CBCL-YSR; Achenbach, 1991)

此量表廣泛地用於量度青少年的8種內在和外行在行為，學生對每項描述作出評分，例如：我經常爭辯，0分代表不準確，1分代表接近或間中準確，2分代表非常準確或經常準確。把所有屬於該行為分量表的題目得分加起來，得出的總分即代表學生於該分量表上的得分。於八種分量表中，「攻擊行為」(Aggressive Behavior)、「焦慮/ 抑鬱」(Anxious / Depressed)、「專注力問題」(Attention Problem)及「違規行為」(Delinquent Behavior)分量表用於評估操控型攻擊者，而「攻擊行為」、「焦慮/ 抑鬱」及「專注力問題」分量表則用於評估攻擊型受害者。「攻擊行為」分量表量度學生

的攻擊性，得分愈高者，表示有愈嚴重的攻擊性行為；「焦慮/抑鬱」分量表用作評估學生的焦慮和抑鬱程度，得分愈高者，愈焦慮和抑鬱；「專注力問題」分量表則量度學生的專注力程度，得分愈高者，愈難以長時間維持專注力；最後，「違規行為」分量表評估學生進行違規行為的情況，得分愈高者，表示曾經進行違規行為的次數愈多。

此量表的效度經教統局之研究測試定為可靠，其中它和ECBI (Eyberg Child Behavior Inventory) 及PSI (Parenting Stress Index-short Form)在量度學生的行為問題上存在相關的同時效度，並且在不同的組別均擁有結構效度。是次研究所得的信度為0.87（攻擊行為）、0.88（焦慮/抑鬱）、0.77（專注力問題）及0.74（違規行為）。

2. 家長研究工具

除學生問卷外，每位學生家長均會在學期初被邀請就學生的行為、性格、思想等填寫問卷。家長問卷中的評估工具包括：反應型和操控型攻擊問卷——家長量表(RPQ; Raine, 2006)、行為/對立違抗性障礙問卷(COD Scale; Raine, 2009)、違規過程篩選問卷(APSD; Frick & Hare, 2001)、父母教養方式與類別問卷(PSDQ; Robinson et al., 2001)、社會問題解決量表（修訂版）(SPSI-R; D' Zurilla, Nezu & Maydeu-Olivares, 1996; Siu & Shek, 2005)、過份競爭態度量表(HAS; Ryckman, 1990)、家人關係形容詞清單(Adjective Checklist; Friedman & Goldstein, 1993)、家庭問卷——情緒過度投入分量表(Wiedemann et al, 2002)、凱斯勒心理困擾量表(K10; Kessler et al, 2002)和背景資料。

a. 反應型和操控型攻擊問卷——家長量表

研究工具來源：Reactive and Proactive Aggression Questionnaire P R S — Parent Rating Scale (RPQ; Raine et al., 2006)

「反應型和操控型攻擊問卷——家長量表」源自學生填寫的「反應型和操控型攻擊問卷」，題目跟學生填寫的問卷互相呼應，以家長的角度去評估學生是否屬於反應型攻擊者或操控型攻擊者，進一步了解學生的反應型和操控型攻擊性傾向。家長為每一項題目評分：0分為從不，1分為有時，2分則是經常。

b. 行為/對立違抗性障礙問卷

研究工具來源：Conduct Oppositional Deviant Disorder Scale (COD; Raine, 2009)

這23項題目提供了對於DSM-IV (APA, 2000)當中有關對立違抗性障礙(Oppositional Deviant Disorder)和行為障礙(Conduct disorder)兩種與青少年有關障礙的快速診斷評估。家長在此量表中報告學生是否已進行違法的行為（例如：失去了他們的脾氣、故意激怒人）或更嚴重的行為問題（例如：欺負或威脅他人、偷東西）。他們基於一個三分的量表回答各項問題，0分為從來沒有，1分為有時，2分為經常。問卷中包括了問題的開始時間和對學生的整體表現的影響。

c. 違規過程篩選問卷

研究工具來源：The Antisocial Process Screening Device (APSD; Frick & Hare, 2001)

違規過程篩選問卷共有20項題目，讓家長評估學生有關嚴重違規及攻擊性行為，以及精神狀態的特性。家長將會對學生各項描述作出評分，例如：把他的錯誤推卸給別人(0分代表最不適當，1分代表有時適當，2分代表完全適當)。當中包含三項評估項目：「感情麻木」C (Callous-unemotional Traits)、「自戀」N (Narcissism) 及「衝動」I (Impulsivity)，這些都是跟學生做出違規行為的起因有關的因素。

d. 父母教養方式與類別問卷

研究工具來源：Parenting Styles and Dimensions Questionnaire (PSDQ; Robinson et al., 2001)

父母教養方式與類別問卷(PSDQ; Robinson et al., 2001)是研究父母養育方式的常用問卷。本量表共有32項題目，分為7種養育方式，包括連接(Connection)、自主性(Autonomy)、規制 (Regulation)、口頭敵意 (Verbal Hostility)、身體脅迫 (Physical Coercion)、無理懲罰 (Non-reasoning/Punitive) 和放縱 (Indulgence)。樣本題目包括：「我能回應孩子的感受及需要」，「對孩子爆發怒氣」。家長以1分代表從不至5分代表總是評價自己的各種管教行為的常用程度。

e. 社會問題解決量表 (修訂版)

研究工具來源：Social Problem Solving Inventory-Revised (SPSI-R; D'Zurilla, Nezu & Maydeu-Olivares, 1996; Siu & Shek, 2005)

先前的研究也曾提及，反應型攻擊者在解決問題和面對困難時顯得衝動和缺乏技巧(Day, Bream & Pal, 1992)。由於父母是孩子學習解決問題的榜樣，因此，父母的解難方法也是研究攻擊行為上的相關課題。

社會問題解決量表 (修訂版) (SPSI-R; D'Zurilla, Nezu & Maydeu-Olivares, 1996; Siu & Shek, 2005)本來是一個有52項題目衡量個人解決問題能力的問卷，當中包括一些較正面的分量表 (例如：實證問題導向、合理解決問題) 和較負面的分量表 (例如：負面問題導向、衝動/粗心風格、逃避風格)。為著重了解家長解難方法和子女反應型攻擊行為的關係，我們在問卷中選出其中兩個分量表，包括：「負面問題導向」和「衝動/粗心大意」風格，合共20項題目，配合此研究的需要。家長就不同解決問題方式，以5分制 (1分代表完全不適合；2分代表有點不適合；3分代表有點適應；4分代表非常適合；5分代表完全適合) 給自己評分。

f. 過份競爭態度量表

研究工具來源：Hypercompetitive Attitudes Scale (HAS; Ryckman, et al., 1990)

父母對競爭所持的態度，很可能與學生的攻擊行為相關。過份競爭，定義為不惜一切代價競爭，以作為維持或加強自我價值的手段(Horney, 1937; 引用自Ryckman, 1990)。為評估父母的過份競爭傾向，過份競爭態度量表(HAS; Ryckman, et al., 1990)亦包括在家長問卷之中。問卷共有26項題目，用以評估不恰當競爭傾向的問卷，例如：我不能接受輸掉一場爭論或者輸掉一場比賽，這令我覺得自己沒有用。家長以5分量表（1分代表完全不符合；2分代表有點符合；3分代表一般符合；4分代表很符合；5分代表完全符合）回答各項題目。

g. 家人關係形容詞清單

研究工具來源：Adjective Checklist (Friedman & Goldstein, 1993)

家人關係形容詞清單(Adjective Checklist; Friedman & Goldstein, 1993)，是一個形容與其他家庭成員態度和關係的自我報告問卷。它共有20個形容詞，包括10個正面的形容詞（例如：善良、友好）和10個較負面的形容詞（例如：粗魯、懶惰）。基於這些形容詞，家長被要求對這些形容詞評分兩次，首先以自己對學生的態度作評分，繼而以學生對家長的態度作第二次評分。家長以1-8分的標準來評估各個形容詞，以表達彼此關係的合適程度。

h. 家庭問卷

研究工具來源：Family Questionnaire (Wiedemann et al., 2002)

家庭問卷原本用來衡量精神病患者與其他家人之間可能存在的溝通問題。為了評估學生的家庭氣氛，我們修改原問卷，並應用於目前的評估當中。原來的量表包括兩個分量表：敵對/ 臨界分量表(Hostile/Critical Subscale)和情緒過度投入量表(Emotional Over-involvement Subscale)。在此問卷中，我們只使用了10項情緒過度投入量表，1至4分的題目（1分代表從不、2分代表很少、3分代表有時、4分代表經常），而參考項目包括：我傾向因為他/ 她而忽視自己。

i. 凱斯勒心理困擾量表

研究工具來源：Kessler Psychological Distress Scale (K-10; Kessler et al., 2002)

Kessler Psychological Distress Scale (K-10; Kessler et al., 2003) 是一個簡單的心理壓力量表，對家長本身作一個抑鬱和焦慮症狀的簡短評估。K10涉及10個關於情緒狀態（如無故感到疲倦、緊張）的問題。家長可以1-5分（1分代表總是、2分代表經常、3分代表有時、4分代表很少、5分代表從不）回答問題。

3. 老師研究工具

當學生被選中進入和諧大使活動計畫以後，該學生的老師（通常是班主任或者科任老師）會被邀請填寫一份補充問卷，包括背景資料、反應型和操控型攻擊問卷——老師量表(Reactive and Proactive Aggression Questionnaire—Teacher Rating Scale (RPQ; Raine et al., 2006)、青少年行為——老師量表(Child Behavior Checklist—Teacher's Rating form (CBCL-TRF); Achenbach, 1991)、課室內行為量表 (Conners' Teacher Rating Scale (CTRS); Conners, 1973)、以及教師管教模式量表(Teacher Discipline Style Inventory (TDSI); Tomal, 1998)。這份問卷會被視作學生自填問卷以外的重要參考，從多角度了解學生情況。

a. 反應型和操控型攻擊問卷——老師量表

研究工具來源：Reactive and Proactive Aggression Questionnaire — Teacher Rating Scale (RPQ; Raine et al., 2006)

「反應型和操控型攻擊問卷——老師量表」源自學生填寫的「反應型和操控型攻擊問卷」，題目互相呼應，以老師的角度去評估學生是否屬於反應型攻擊者或操控型攻擊者，有助加深了解學生的反應型和操控型攻擊性。老師為每一項題目評分：0分為從不、1分為有時、2分則是經常。

b. 青少年行為——老師量表（十一至十八歲）

研究工具來源：Child Behavior Checklist—Teacher's Rating Form (CBCL-TRF) (Achenbach, 1991)

此量表是廣泛地用於老師量度青少年八種不同的內在和外在的行為，本計畫只選取其中的「攻擊行為」系列及「焦慮/抑鬱」分量表，以評估學生的攻擊性和焦慮程度。量度學生的「攻擊行為」程度，可辨別其進行欺凌行為的狀況和潛在危機；量度學生的「焦慮/抑鬱程度」，可辨別其被害時的狀況和潛在危機。如老師會對學生各項描述作出評分，例如：他/她經常戲弄他人（0分代表不準確、1分代表接近或間中準確、2分代表非常準確或經常準確）。把所有題目的得分加起來，得出總分，這代表該學生在「攻擊行為」及「焦慮/抑鬱程度」上的評分。

c. 課室內行為量表

研究工具來源：Conners' Teacher Rating Scale (CTRS) (Conners, 1973)

此量表常用於西方國家，以量度老師對於過度活躍及具行為問題學生的觀感。原版共有39項題目，分別量度4個不同的變項，但按照本計畫的特性，只選取其中2個分量表：「不集中被動」(Inattentive-Passive)及「焦慮張力」(Anxiety-Tension)，老師需就學生行為作出評分（0分代表完全沒有、1分代表少許、2分代表頗多、3分代表很多）。

d. 教師管教方式量表

研究工具來源：Teacher Discipline Style Inventory (TDSI; Tomal, 1998)

TDSI是一個評估老師控制課堂紀律方法的量表。量表評估老師在控制紀律上所擔任不同角色的比重，包括：執行者、放棄者、支持者、談判專家和談判者。老師以1分代表沒有到5分代表總是，表示自己某些行為的發生頻率（例如：我會盡量避免管教我的學生）。

	篩選問卷	前測	後測	三個月後測
學生	<ul style="list-style-type: none"> 反應型和操控型攻擊問卷 多角度受朋輩欺凌問卷 	<ul style="list-style-type: none"> 「認知—情感—身體」同理心量表 分裂性人格量表（簡表） 簡短毅力量表 逃離道德標準機制量表 憤怒表現量表 行為/ 對立違抗性障礙問卷 違規過程篩選問卷 青少年行為——自陳量表 	<ul style="list-style-type: none"> 反應型和操控型攻擊問卷 多角度受朋輩欺凌問卷 「認知—情感—身體」同理心量表 分裂性人格量表（簡表） 簡短毅力量表 逃離道德標準機制量表 憤怒表現量表 行為/ 對立違抗性障礙問卷 違規過程篩選問卷 青少年行為——自陳量表 	<ul style="list-style-type: none"> 反應型和操控型攻擊問卷 多角度受朋輩欺凌問卷 「認知—情感—身體」同理心量表 分裂性人格量表（簡表） 簡短毅力量表 逃離道德標準機制量表 憤怒表現量表 行為/ 對立違抗性障礙問卷 違規過程篩選問卷 青少年行為——自陳量表
家長	<ul style="list-style-type: none"> 反應型和操控型攻擊問卷——家長量表 行為/ 對立違抗性障礙問卷 違規過程篩選問 父母教養方式與類別問卷 家庭背景資料 	<ul style="list-style-type: none"> 社會問題解決量表（修訂版） 過份競爭態度量表 家人關係形容詞清單 家庭問卷——情緒過度投入分量表 凱斯勒心理困擾量表 	<ul style="list-style-type: none"> 反應型和操控型攻擊問卷——家長量表 行為/ 對立違抗性障礙問卷 違規過程篩選問 父母教養方式與類別問卷 社會問題解決量表（修訂版） 過份競爭態度量表 家人關係形容詞清單 家庭問卷——情緒過度投入分量表 凱斯勒心理困擾量表 	<ul style="list-style-type: none"> 反應型和操控型攻擊問卷——家長量表 行為/ 對立違抗性障礙問卷 違規過程篩選問 父母教養方式與類別問卷 社會問題解決量表（修訂版） 過份競爭態度量表 家人關係形容詞清單 家庭問卷——情緒過度投入分量表 凱斯勒心理困擾量表
老師		<ul style="list-style-type: none"> 反應型和操控型攻擊問卷——老師量表 青少年行為——老師量表 課室內行為量表 教師管教方式量表 	<ul style="list-style-type: none"> 反應型和操控型攻擊問卷——老師量表 青少年行為——老師量表 課室內行為量表 教師管教方式量表 	<ul style="list-style-type: none"> 反應型和操控型攻擊問卷——老師量表 青少年行為——老師量表 課室內行為量表 教師管教方式量表

第三章

和諧大使計畫 活動內容



3.1 選拔和諧大使

和諧大使由學校的高年級學生（中四至中六）擔任，學校老師先挑選有興趣及具潛質的學生作進一步面試，並用量表（附件 1.1）就大使所需的特質對候選人表現評分。面試約一小時，先由老師/ 社工/ 輔導人員介紹和諧大使活動計畫，並以小組形式進行面試（約十名候選人為一組）。面試內容包括自我介紹、情境討論、問卷填寫及分組合作遊戲。過程中老師/ 社工/ 輔導人員會觀察學生之創意能力、表達能力、分析能力、主動性、領導能力、合作性、溝通能力及應變能力。老師/ 社工/ 輔導人員可按學校需要選拔出多於十位的和諧大使，更可按實際情況安排及調節和諧大使與守護對象的比例。

(i) 自我介紹：

候選人作簡單介紹。

(ii) 情境討論：

討論內容包括對和諧校園的看法及情境處理(與守護對象相處)等問題。

- 例如：何謂和諧校園？如何能達到理想中的和諧校園？

(iii) 問卷填寫：

填寫問卷（附件1.2）以了解候選人的個人背景及參與意向，問題包括個人長處、籌辦活動的經驗及有意參加和諧大使之原因等。

(iv) 分組合作遊戲：

分組活動中，候選人需與其他候選人合作，運用提供的物料於限時內完成指定任務。

3.2 和諧大使計畫訓練課程

和諧大使計畫強調深入的朋輩輔導，協助守護對象解決情緒困擾及人際衝突等問題。在「和諧大使計畫訓練課程」的過程中，被挑選擔任和諧大使的同學，將接受為期兩天，一共四個階段的朋輩輔導技巧訓練。這個訓練課程是在和諧大使計畫中不可或缺的一部分。訓練課程可以達到以下的功能：

(i) 目的、內容及其角色：

讓和諧大使深入了解計畫理念、目的及其角色和責任。

(ii) 有效輔導技巧：

提高和諧大使對守護對象的思想、行為和情緒的認識，並使他們易於接納守護對象。同時，加強和諧大使的溝通及輔導技巧，藉以建立安全及信靠的關係。鼓勵和諧大使抱著循循善誘的態度感染守護對象，讓他們作出正面的改變。

(ii) 處理人際衝突的技巧：

教導和諧大使如何處理與守護對象之間的衝突，從而協助和諧大使與守護對象建立良好和互信的關係。同時，亦增強和諧大使應付突發事件的能力。

(iv) 舉辦活動的竅門：

培訓和諧大使籌辦大型活動的能力。透過彼此分工合作，同心協力地商議和策劃，推行適合守護對象的課餘活動，從而建立包容互助的團體精神。

以下是「和諧大使計畫訓練課程」流程例子：
「和諧大使計畫訓練課程」活動流程（範例參考）

訓練日數：第1天

日期：7/5/2011（星期六）

時間：上午10時至下午4時

地點：403室

訓練階段：第1階段、第2階段（共4個階段）

和諧大使人數：25人

工作人員人數：5人

首天課程訓練目的：

1. 簡介和諧大使活動計畫目的、內容及角色
2. 協助和諧大使清楚了解不同類型守護對象的特性
3. 讓和諧大使深入了解，各類型守護對象背後的想法和感受

活動（一）	簡介活動
時 間	10:00-10:05（5分鐘）
目 的	• 簡介和諧大使計畫之目的與內容
程 序	1. 歡迎和諧大使參加訓練課程 2. 介紹和諧大使計畫之目的、內容及角色： <ul style="list-style-type: none">• 建立和諧校園，並促進校園內的融洽氣氛• 發展和諧大使的不同潛能，包括：領導才能及個人成長• 協助守護對象解決個人問題，包括：行為及情緒問題• 和諧大使向守護對象朋輩輔導 3. 訓練課程為期兩天，分為四個階段，大致如下： <ul style="list-style-type: none">• 第1階段：清楚了解守護對象的特性、代入他們的想法和感受• 第2階段：學習輔導別人的應有的態度和操守• 第3階段：透過不同的情境訓練，應用輔導的基本理論和技巧• 第4階段：釐清和諧大使與守護對象的道德規範和彼此的界線
物 資	投影機、點名紙

活動（二）	破冰活動：「我來自那方」
時 間	10:05-10:15（10分鐘）
目 的	<ul style="list-style-type: none"> • 為參加者進行分組，以便往後活動進行 • 凝造氣氛，提升和諧大使的投入程度
程 序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 派發「國家居民紙」予和諧大使，當他們知道所屬「國籍」後，不可以透露其「國籍」給別人知道。 2. 和諧大使在活動時，需要盡力模仿他們所屬國家居民的「語言」。聽到聲音後，找出同伴圍成一組，並舉手示意。過程中，他們不得發出其他聲音。 3. 每組人數大約五人，分成共五組。完成分組後，和諧大使盡快組成一個圓圈，然後坐下。 4. 最快的一組為優勝隊伍，並獲得一份紀念品。 5. 工作人員分別帶領各組進行討論，內容大致如下： <ul style="list-style-type: none"> • 校園內有著不同類型的同學，就如不同國家居民一樣，有著不同的膚色和聲音。 • 由於和諧大使與守護對象生活在不同的環境，因此，要接觸守護對象是存在一定的難度，過程具有挑戰性。 • 和諧大使要保持積極開放的態度，去接納守護對象。
物 資	「國家居民紙」（附件2.1），紀念品乙份

活動（三）	「守護對象知多少？」
時 間	10:15-10:30（15分鐘）
目 的	<ul style="list-style-type: none"> • 評估和諧大使對守護對象的認識程度 • 讓和諧大使對守護對象有初步了解
程 序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 每組的和諧大使獲派一張白紙，並進行分享討論。 2. 討論的問題是「你心中的守護對象是怎樣？」 3. 和諧大使作答時，並不需要思考太久，只需參照以往的經驗，即時填寫答案。填寫答案後，每組均派和諧大使進行匯報。 4. 工作人員將和諧大使提供的答案進行分類，觀察他們傾向認為守護對象是屬於哪一類型的攻擊者或受害者。 5. 工作人員可藉此活動，了解和諧大使對哪一類型的守護對象的認識較多或較少。 6. 工作人員引導和諧大使反思這個活動，讓他們對守護對象的期望和現實情況距離減少，並了解整和諧大使計畫是充滿挑戰的。
物 資	白紙數張

活動（四）	認識守護對象的特性——退縮型受害者篇
時 間	10:30-11:30（1小時）
目 的	<ul style="list-style-type: none"> • 分辨不同類型的守護對象——退縮型受害者 • 教導和諧大使，全面分析「退縮型受害者」的特徵
程 序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 準備播放一段關於「退縮型受害者」的片段。片段中的當事人，被數名同學欺負，他的眼鏡亦被破壞。事後，當事人拒絕尋求協助，反而不停自責，認為自己沒有能力解決問題。 2. 片段播放前，和諧大使了解片段的重點，內容大致如下： <ul style="list-style-type: none"> • 評估當事人當時出現什麼想法 • 觀察當事人的行為反應及情緒反應 3. 觀看片段後，和諧大使進行分組討論，每組獲派一張問題卡。問題內容大致如下： <ul style="list-style-type: none"> • 「為何當事人會出現這些的想法？」 • 「為何當事人拒絕尋求協助之餘，還不停自責？」 • 「當事人在校園內，正面對什麼兩難的情況？」 • 「若當事人繼續用這種方式面對處境，會對他帶來什麼負面影響？」 • 「作為和諧大使，可以怎樣幫助當事人？」 4. 完成討論後，每組和諧大使各自將答案向全體參加者進行匯報，並把答案寫在白板上。讓其他組員可以進行分析和補充。 5. 工作人員總結當事人的特徵，大致如下： <ul style="list-style-type: none"> • 認知方面：怪責自己沒有自保能力 • 情緒方面：無助感、情緒消沉及自卑自憐 • 行為方面：被動、退縮及抑鬱 • 社交方面：逃避與人接觸
物 資	和諧大使服務手冊光碟——「訓練課程教材片段—退縮型受害者篇」

（註：完成活動四後，參加者將有15分鐘小休時間。）

活動（五）	認識守護對象的特性——攻擊型受害者篇
時 間	11:45-12:45（1小時）
目 的	<ul style="list-style-type: none"> • 分辨不同類型的守護對象——攻擊型受害者 • 教導和諧大使，全面分析「攻擊型受害者」的特徵
程 序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 準備播放一段關於「攻擊型受害者」的片段。片段中的當事人，被數名同學連番挑釁後，採取激烈的方法趕走他們。當事人認為只有這樣，才可以避免再受到滋擾。 2. 片段播放前，和諧大使了解片段的重點，內容大致如下： <ul style="list-style-type: none"> • 評估當事人當時出現什麼想法 • 觀察當事人的行為反應及情緒反應 3. 觀看片段後，和諧大使進行分組討論，每組獲派一張問題卡。問題內容大致如下： <ul style="list-style-type: none"> • 「為何當事人認為只有激烈的回應，才可以解決？」 • 「除了憤怒之外，當事人還有什麼情緒？」 • 「作為和諧大使，我們應如何理解她的處境？」 • 「若當事人以這方式來處理人際衝突，對她帶來什麼的影響？」 • 「她可能經常會因為情緒激動，作出報復性行為，作為和諧大使，應如何幫助她控制情緒？」 4. 完成討論後，每組和諧大使，各自將答案向全體參加者進行匯報，並寫在白板上。讓其他組員可以進行分析和補充。 5. 工作人員總結當事人的特徵，大致如下： <ul style="list-style-type: none"> • 認知方面：認為外在世界充滿危險性 • 情緒方面：情緒激動，容易失控 • 行為方面：透過作出攻擊性行為，來保護自己 • 社交方面：人際關係差，欠缺社交能力
物 資	和諧大使服務手冊光碟——「訓練課程教材片段－攻擊型受害者篇」

（註：完成活動五後，參加者將有1小時的午膳時間。）

第二階段

活動（六）	認識守護對象的特性——反應型攻擊者篇
時 間	14:00-15:00（1小時）
目 的	<ul style="list-style-type: none"> • 分辨不同類型的守護對象——反應型攻擊者 • 教導和諧大使，全面分析「反應型攻擊者」的特徵
程 序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 準備播放一段關於「反應型攻擊者」的片段。片段中的當事人，誤以為附近的同學取笑關於他的照片。當事人非常激動，推撞同學，並警告他們要立即把所有照片刪除。 2. 片段播放前，和諧大使了解片段的重點，內容大致如下： <ul style="list-style-type: none"> • 評估當事人當時出現什麼想法 • 觀察當事人的行為反應及情緒反應 3. 觀看片段後，和諧大使進行分組討論，每組獲派一張問題卡。問題內容大致如下： <ul style="list-style-type: none"> • 「為什麼當事人認為：只有以暴易暴才能解決問題？」 • 「他憑什麼確定別人正在取笑他？」 • 「他的推測是否客觀？為什麼？」 • 「作為和諧大使，應該如何幫協助他控制憤怒的情緒？」 • 「若當事人以這樣方式來處理人際衝突，對他會帶來什麼負面的影響？」（情緒、社交方面） 4. 完成討論後，每組和諧大使各自將答案向全體參加者進行匯報，並把答案寫在白板上。讓其他組員可以進行分析和補充。 5. 工作人員總結當事人的特徵，大致如下： <ul style="list-style-type: none"> • 認知方面：認定別人懷有敵意 • 情緒方面：非常衝動、情緒失控 • 行為方面：容易作出攻擊性行為 • 社交方面：人際關係差，欠缺社交能力
物 資	和諧大使服務手冊光碟——「訓練課程教材片段－反應型攻擊者篇」

活動（七）	認識守護對象的特性—操控型攻擊者篇
時 間	15:00-16:00（1小時）
目 的	<ul style="list-style-type: none"> • 分辨不同類型的守護對象—操控型攻擊者 • 教導和諧大使，全面分析「操控型攻擊者」的特徵
程 序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 準備播放一段關於「操控型攻擊者」的片段。片段中的當事人，與其他同學聯手，為難一名較弱小的同學，並故意搶去對方的手提電話，最後更蓄意破壞它，令對方難堪。 2. 片段播放前，和諧大使了解片段的重點，內容大致如下： <ul style="list-style-type: none"> • 評估當事人當時出現什麼想法 • 觀察當事人的行為反應及情緒反應 3. 觀看片段後，和諧大使進行分組討論，每組獲派一張問題卡，問題內容大致如下： <ul style="list-style-type: none"> • 「當事人欺負同學時，如何計畫整個過程？」 • 「她為什麼要為難別人，目的是什麼？」 • 「她搶去別人的手提電話後，又破壞它，為了得到什麼？」 • 「她作出違規行為時，背後有什麼想法？」 • 「她有否考慮到後果？」 4. 完成討論後，每組和諧大使，各自將答案向全體參加者進行匯報，並把答案寫在白板上。讓其他組員可以進行分析和補充。 5. 工作人員總結當事人的特徵，大致如下： <ul style="list-style-type: none"> • 認知方面：為求達到個人利益，作出違規行為 • 情緒方面：冷靜、欠缺同理心 • 行為方面：有計劃行動，持強凌弱 • 社交方面：喜歡連群結黨
物 資	和諧大使服務手冊光碟—「訓練課程教材片段—操控型攻擊者篇」

「首日訓練課程完成」

訓練日數：第2天

日期：14/5/2011（星期六）

時間：上午10時至下午4時

地點：403室

訓練階段：第3階段、第4階段（共4個階段）

和諧大使人數：25人

工作人員人數：5人

第二天課程訓練目的：

1. 教導和諧大使如何就各類型的守護對象作出針對性的介入
2. 透過不同的情境訓練，應用輔導的基本理論和技巧
3. 協助和諧大使了解與守護大使相處時常遇到的困難
4. 協助和諧大使認識與與守護大使相處時應有的態度和和技巧
5. 釐清和諧大使與守護對象的道德規範和彼此的界線

第三階段

活動（一）	內容重溫
時 間	10:00-10:15（15分鐘）
目 的	• 重溫首天訓練課程的內容重點
程 序	1. 將和諧大使繼續分成5人一組，進行有獎問答遊戲。 2. 工作人員向和諧大使進行發問，問題如下： <ul style="list-style-type: none">• 和諧大使活動計畫目的、內容及角色是什麼？• 守護對象常有的特性是什麼？• 守護對象可分為多少類型？• 一名情緒激動的守護對象，背後常見的想法是什麼？• 一名膽小退縮的守護對象，背後常見的想法是什麼？• 一名作出違規行為的守護對象，背後常見的想法是什麼？
物 資	獎品數份

活動 (二)	真人示範——和諧大使面談時常見問題
時 間	10:15-10:30 (15分鐘)
目 的	<ul style="list-style-type: none"> 讓和諧大使了解反面教材，避免重蹈覆轍 協助和諧大使掌握在介入面談時，應用的基本態度
程 序	<ol style="list-style-type: none"> 兩名工作人員先分別模仿「和諧大使」及「守護對象」，正在交談時的情境。(情境：「守護對象」與同學因誤會而吵架，情緒激動。) 扮演「和諧大使」的工作員，在交談期間，會作出一些錯誤示範，包括： <ul style="list-style-type: none"> 第一類型——「保護型」：和諧大使過份保護對方，不拒絕對方任何要求，不斷提供解決方法，沒有理會對方的感受。 第二類型——「專制型」：和諧大使不停警告和責罵對方，沒有協助對方客觀分析事件。 第三類型——「輕挑型」：和諧大使過於輕挑，甚至向著對方不斷開玩笑，令對方感到無所適從。 真人示範完畢後，進行小組討論，重點如下： <ul style="list-style-type: none"> 和諧大使這些負面示範，會出現什麼問題？ 若和諧大使持有這些態度來對待守護對象，對方有什麼影響？ 若你是和諧大使，你會如何處理？ 工作人員作出總結，帶出面談時基本的態度和行為，包括： <ul style="list-style-type: none"> 真誠 接納 準確的同理心 不批判

活動 (三)	「介紹A-B-C概念」
時 間	10:30-10:45 (15分鐘)
目 的	<ul style="list-style-type: none"> 讓和諧大使認識A-B-C概念及三者之間的關係 教導和諧大使更深入了解守護對象的想法
程 序	<ol style="list-style-type: none"> 運用A-B-C概念介紹表，介紹A-B-C概念及三者之間的關係。 運用撲克牌的4個圖案，讓和諧大使了解到，A-B-C概念中三者之間的關係：A=事件；B=想法；C=行動及感受，詳情如下： <ul style="list-style-type: none"> 「葵扇」代表「想法」(B)，是A-B-C概念中最重要； 「紅心」及「梅花」分別代表「情緒反應」和「行為反應」(C)，它們都是受到「想法」(B)的影響。 「階磚」是四種中最細，代表事件(A)。 從以上介紹，讓和諧大使了解「行為反應」及「情緒反應」，很大程度是受到「想法」影響，反映出「想法」的是重要性。
物 資	A-B-C概念介紹表 (附件2.2)

(註：完成活動三後，參加者將有15分鐘的小休時間。)

活動（四）	當和諧大使遇上「退縮型受害者」：小明的告白
時 間	10:45-11:30（45分鐘）
目 的	<ul style="list-style-type: none"> • 加強和諧大使對A-B-C概念的認識 • 讓和諧大使了解退縮型受害者的負面思想，如何導致他們出現退縮的行為及驚慌的情緒 • 透過情境練習，教導和諧大使如何針對性協助退縮型受害者
程 序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 兩名工作人員分別扮演小明，演繹「小明的告白」(附件2.3)。內容大致如下： 「今天對我小明來說，是一天非常黑暗的日子。早上派發中文試卷，我只得30分。中午是足球比賽，我因為身手不好，擺了「烏龍球」，連累球隊輸球，結果被其他同學打了一頓，還要我以後負責購買飲品。明天又要上學了！我真的很怕他們，生存對我來說，已經變得多餘。」 2. 和諧大使分成5人一組，分析小明背後的負面想法，以及如何處理這個情況。 3. 和諧大使就小明的處境進行分析，以及討論相應的處理手法。 4. 每組和諧大使派出一名代表，在限時10分鐘內，與扮演「小明」的工作員進行對話。 5. 其他工作人員從旁觀察和諧大使，然後進行評分。(評分標準可參評分紙附件2.4) 6. 工作人員詳細講解，處理「退縮型受害者」，介入策略大致如下： <ul style="list-style-type: none"> • 由於這類守護對象都較為被動，處理類似個案時，和諧大使應更主動去接觸他們，從而減少他們的不安感覺。 • 交談期間，和諧大使應多鼓勵他們作出嘗試，加強他們的信心。 • 改變他們的「內化歸因」(Internal attribution) 的思想傾向。
物 資	「小明的告白」（附件2.3）、評分表（附件2.4）、白紙數張

活動（五）	當和諧大使遇上「攻擊型受害者」：犯規的阿倫
時 間	11:45-12:30（45分鐘）
目 的	<ul style="list-style-type: none"> 讓和諧大使了解攻擊型受害者的負面思想，明白是甚麼原因導致他們選擇以報復的手法解決人際衝突，並了解他們經常充滿不安的感覺 透過情境練習，教導和諧大使如何針對性協助退縮型受害者
程 序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 工作人員播放「和諧大使」服務手冊光碟情境——「犯規的阿倫」，並從片段中帶出和諧大使，遇上破壞校園公物的守護對象。兩名工作人員同時準備扮演「阿倫」，以作情境練習的用途。 2. 情境內容：「阿倫於校內一直被同班同學整蠱及取笑。一天，他獨自經過有機園地，破壞了經常整蠱他的同學所種的盆栽。之後，阿倫忐忑不安，非常擔心老師得知後會處分他，因此，他主動將事件告知和諧大使阿文。」 3. 和諧大使分成5人一組，分析阿倫背後的負面想法，以及如何處理這個情況。 4. 和諧大使就阿倫的處境進行分析，及討論相應的處理手法。 5. 每組和諧大使派出一名代表，在限時10分鐘內，與扮演「阿倫」的工作員進行對話。 6. 其他工作人員從旁觀察和諧大使，然後進行評分。（評分標準可參評分紙附件2.5） 7. 工作人員詳細講解，處理「攻擊型受害者」，介入策略大致如下： <ul style="list-style-type: none"> • 和諧大使切勿協助守護對象隱瞞過錯，促使守護對象重犯。 • 和諧大使應鼓勵守護對象承擔責任。 • 教導和諧大使以身作則，公私分明，才是最好的學習榜樣。 • 由於這類守護對象都情緒較為激動，處理類似個案時，和諧大使應懂得教導他們如何控制激動的情緒。 • 這類守護對象，大多處於掙扎的狀態，既要報復，又怕被罰，他們總是擔心問題會一直影響他們下去。 • 改變他們的「外化歸因」(External attribution) 的思想傾向。
物 資	和諧大使服務手冊光碟——「犯規的阿倫」、評分表（附件2.5）

（註：完成活動五後，參加者將有1小時的午膳時間。）

活動（六）	當和諧大使遇上「反應型攻擊者」：情緒激動的阿欣
時 間	13:30-14:15（45分鐘）
目 的	<ul style="list-style-type: none"> • 讓和諧大使了解反應型攻擊者的敵意歸因 (Hostile Attribution Bias)，如何導致他們出現攻擊行為及激動的情緒 • 透過情境練習，教導和諧大使如何針對性協助反應型攻擊者
程 序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 工作人員播放「和諧大使」服務手冊光碟情境——「情緒激動的阿欣」，並從片段中帶出和諧大使遇上情緒激動的守護對象。兩名工作人員同時準備扮演「阿欣」，作情境練習的用途。 2. 情境內容：「就讀中二的阿欣，因話劇演出選角一事，與兩名好友阿思和阿敏吵了起來。阿欣認為兩人是故意針對她，令她失去演出機會。放學時，和諧大使阿儀看見阿欣獨自一人在課室，並情緒激動。」 3. 和諧大使分成5人一組，分析阿欣背後的負面想法，以及如何處理這個情況。 4. 和諧大使對阿欣的處境進行分析，及討論相應的處理手法。 5. 每組和諧大使派出一名代表，在限時10分鐘內，與扮演「阿欣」的工作員進行對話。 6. 其他工作人員從旁觀察和諧大使，然後進行評分。（評分標準可參評分紙附件2.6） 7. 工作人員詳細講解，處理「反應型攻擊者」，介入策略大致如下： <ul style="list-style-type: none"> • 由於這類守護對象偏重接受外界的敵意訊息，如：粗言穢語等。他們又時常曲解外在的訊息，理解和演繹上出現偏差，導致經常帶有憤怒情緒，誤以為對方對自己充滿惡意。 • 處理類似個案時，和諧大使應懂得教導他們如何客觀分析事情。 • 和諧大使應鼓勵這類守護對象，多運用五感（視覺、聽覺、味覺、嗅覺、觸覺）來分析事情。 • 以片段為例，當事人並沒有問過明白。可見她的判斷過於主觀。 • 這類守護對象，傾向認為別人會傷害他們。和諧大使要保持開放的態度，主動聆聽他們的想法，增加他們的安全感。
物 資	和諧大使服務手冊光碟——「情緒激動的阿欣」、評分表（附件2.6）

活動（七）	當和諧大使遇上「操控型攻擊者」：阿謙的計畫
時 間	14:15-15:00（45分鐘）
目 的	<ul style="list-style-type: none"> 讓和諧大使了解操控型攻擊者的負面思想，如何導致他們作出違規行為及缺乏同理心 透過情境練習，教導和諧大使如何針對性協助操控型攻擊者
程 序	<ol style="list-style-type: none"> 兩名工作人員扮演「阿謙」：「你好！我叫阿謙，我很希望成功，要證明自己的實力，如果我不夠強，就是一名廢人。我有一個計畫，就是在我班內找出一個弱小的同學出來，然後「整蠱」他一頓，再搶去他的金錢。我要在校園內證明自己有「料」，我一定要所有人都尊重我。」 和諧大使分成5人一組，分析阿謙背後的負面想法，以及如何處理這個情況。 和諧大使對阿謙的處境進行分析，及討論相應的處理手法。 每組和諧大使派出一名代表，在限時10分鐘內，與扮演「阿謙」的工作員進行對話。 其他工作人員從旁觀察和諧大使，然後進行評分。（評分標準可參評分紙附件2.8） 工作人員詳細講解，處理「操控型攻擊者」，介入策略大致如下： <ul style="list-style-type: none"> 由於這類守護對象，很多時都只著重個人利益和感受，甚少體會別人的感受。處理類似個案時，和諧大使應鼓勵他們考慮對方的感受。絕不可以透過一己私利，而作出傷害別人的事情。 和諧大使應擴闊他們的思考，讓他們知道，衡量別人的價值，不只是考慮他們的成就和能力。 這類守護對象，傾向忽略作出違規行為的嚴重性。和諧大使應清楚強調：任何人都要為他們的行為負責任。
物 資	「阿謙的計畫」（附件2.7）、評分表（附件2.8）

活動（八）	「兩難局面」——道德界線你要知
時 間	15:00-15:30
目 的	<ul style="list-style-type: none"> • 教導和諧大使釐清與守護對象的道德規範 • 讓諧大使更懂得清楚與守護對象之間的關係 • 教導和諧大使擁有正確的價值觀
程 序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 工作人員先預備4張情境紙。並將和諧大使分成4組（5-6人一組），每組分別獲派一張情紙，詳情如下： <ul style="list-style-type: none"> • 個案一：「若守護對象對和諧大使，或和諧大使對守護對象產生好感或喜歡了對方，應怎樣處理？」 • 個案二：「守護對象送禮物給和諧大使，應怎樣處理呢？」 • 個案三：「朋友想打聽你守護對象的秘密，和諧大使應怎樣回應？」 • 個案四：「守護對象情緒波動，有尋死的傾向，應怎去處理？」 2. 每組進行討論，限時5分鐘，並向全體匯報。 3. 和諧大使匯報時，內容需要清楚具體，當中包括： <ul style="list-style-type: none"> • 和諧大使會採取什麼具體方法及行動去處理？ • 方法必須至少分為三個步驟：「即時處理」、「跟進處理」及「長遠處理」。 • 採取這些行動，背後是基於什麼想法或理念？ • 採取這些行動後，預期得到什麼結果？ 4. 各組完成匯報後，由工作人員作出總結，詳情如下： <p><u>個案一：產生感情</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ 和諧大使絕對不可與守護對象發生朋輩以外的關係，如情侶。雙方更不可有親密的接觸，甚至有性關係等，以確保守護對象得到保障。 ✓ 雙方不應藉著「和諧大使計畫」來達到個人的目的與利益。 ✓ 和諧大使應於首次見面時，向守護對象確切地澄清關係。 ✓ 任何時候遇到困惑，都應盡快和老師及社工匯報。 <p><u>個案二：利益收受</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ 和諧大使絕對不可藉著與守護對象的關係，進行任何金錢或物質上的往來。 ✓ 若守護對象為表示謝意，向和諧大使送上心意禮物。和諧大使應認真考慮對方的動機。若禮物過於昂貴，和諧大使應鼓勵守護對象以另一合適途徑來表達心意，如自製一張別出心裁的答謝卡。 <p><u>個案三：保密協議</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ 和諧大使絕對不可隨意向第三者（如：好友）透露守護對象的私隱，個人資料及家庭背景。 ✓ 但是，若守護對象向和諧大使透露一些事情，是違反校規，甚至危及公眾。和諧大使理應立即向校方匯報。 ✓ 由於和諧大使並未受過專業培訓，和諧大使應與負責老師和社工保持良好的溝通，以獲得專業和客觀的意見。 <p><u>個案四：性命安危</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • 和諧大使絕對不可輕視守護對象的情緒變化。 • 若發現守護對象有尋死的跡象，和諧大使切勿單獨處理事件。 • 由於和諧大使並未受過專業培訓，因此，他們應盡快與老師和社工聯絡。
物 資	模擬情境紙（附件2.9）

活動（九）	計畫及籌備活動
時 間	15:30-15:55（25分鐘）
目 的	<ul style="list-style-type: none"> • 培訓和諧大使籌辦大型活動的能力 • 教導和諧大使如何周詳地計畫及籌備學生活動
程 序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 每組和諧大使並獲派一份模擬活動計畫書（計畫書內容範例請參考第3.4章） 2. 每組和諧大使進行討論，限時20分鐘 3. 和諧大使計畫活動時，必須作出周詳的考慮，詳情如下： <ul style="list-style-type: none"> • 活動目標必須清楚及具體 • 要活動內容成效高，必須能回應制定計畫時所訂下的目標 • 活動必須照顧參加者的個人能力，以作出安全的考慮 • 資金應用得其所，切勿浪費資源 • 計畫活動時，和諧大使應考慮所潛在的困難及應對方案 4. 完成討論後，和諧大使進行報告。表現最好的一組將獲得獎品。
物 資	模擬活動計畫書、獎品乙份

活動（十）	派發證書及個案跟進手冊
時 間	15:55-16:00（5分鐘）
目 的	<ul style="list-style-type: none"> • 肯定和諧大使在訓練期間所付出的努力 • 鼓勵和諧大使有計畫地進行跟進及介入。
程 序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 工作人員向每位和諧大使派發證書。 2. 工作人員講解如何使用「和諧大使手冊」（使用手冊方法請參考第3.3章）
物 資	證書、和諧大使手冊

「和諧大使訓練課程完成」

3.3 守護對象紀錄手冊

(i) 目的

為確保整個朋輩輔導過程順暢和達到預期果效，本計畫特意編製了一本和諧大使手冊，鼓勵和諧大使可以清晰地紀錄與守護對象之間的會面情況和遇到的困難，以便老師或社工可以及時了解，並作出適切的跟進。除此之外，本和諧大使手冊可讓老師和社工作參考之用，從而訓練出一班優秀的和諧大使去協助他們的學弟學妹。

(ii) 使用手冊的方法

和諧大使手冊的主要作用是協助和諧大使把與守護對象之間的會面情況清晰地紀錄下來，例如：記下會見的日期、時間、傾談內容、守護對象的情緒指數及其處理手法。除此之外，和諧大使需每兩個星期整理與守護對象的會面情況，並且作出總結。

每月第一個上學天及十五日，和諧大使需遞交大使手冊予負責老師，以供老師查閱及作出適當的跟進。負責老師需於一星期內給予意見，同時把和諧大使手冊發還給和諧大使。和諧大使應參考負責老師在手冊內所寫下的意見，並建議和諧大使依據老師提示作出改善或跟進，若有任何疑問，應主動聯絡該位老師，尋求進一步支援，能及早解決問題。

(iii) 校園和諧大使手冊內容（附件3）

1. 守護對象資料

- 名字
- 就讀班別
- 聯絡電話
- 興趣
- 社交網絡帳戶

2. 和諧大使守則

- 定期與守護對象作緊密聯繫
- 定期記錄「守護週記」，並準時於每個月第一個上學天及十五日將「守護週記」交予負責老師檢閱
- 避免與守護對象有不必要的身體接觸
- 尊重對方的私隱，不可隨意向第三者透露傾談內容
- 溫和而堅定地拒絕守護對象的不合理要求
- 盡量以商量語氣與守護對象傾談，切忌任意為守護對象作決定
- 接納守護對象是一個值得關心的人，但這不等於接受他犯規行為
- 若遇到緊急情況，如守護對象有任何自殺或自殘傾向，傷害他人身體，嚴重違反校規或犯法，請立即通知社工或負責老師

- 若遇上特別事故(如:守護對象向你表示好感或嚴重威嚇)時，也請告知負責老師
- 小心保管此「大使手冊」，除負責老師外，其他人不可閱讀此手冊，內容資料要絕對保密
- 如有任何老師或社工向你詢問有關守護對象之事時，請轉介至負責老師
- 守護對象除可以是被委派的同學外，任何人都可以是你的守護對象（包括：親人或朋友）

3. 小錦囊

- 以誠懇的態度，積極聆聽對方所說所想，真心關心守護對象。
- 以最大的愛心和耐性包容接納對方
- 身同感受：嘗試明白守護對象的心，鼓勵對方改善其行為。
- 引導守護對象考慮事情後果
 - 例如：你選擇這樣做，有可能會影響你…/ 有可能產生很大負面後果，你的朋友/ 家人都會很擔心你。
- 當守護對象情緒波動時，勸喻他/ 她暫時離開，轉移注意力。
 - 例如：出去散步逛逛、聽音樂、喝水
- 以「我訊息」表示關心或提醒後果
 - 「我訊息」三步驟：
 1. 把困擾你的行為描述出來
 - 只要描述，不要責怪。
 - 例如：「當我知道你這幾天沒有來上課時，…」
 2. 說出你對這件行為可能導致的結果有什麼感受
 - 例如：「我覺得很擔心…，也有點氣餒…」
 3. 然後把後果或是對你所造成的影響說出來
 - 例如：「擔心是不知道你發生了…氣餒是我覺得我們花了很多時間在討論你…似乎是無法幫你…」
 - 例子：「知道這事件時，我感到很擔心，我怕你會受傷」
- 用非言語方法來表達關懷
 - 例如：輕拍膊頭、適度點頭及眼神接觸
- 如何拒絕守護對象不合理的要求
 - 直接分析法：直接說明原因，如自己的狀況不許可，環境的限制
 - 轉移法：先表示同情或讚美，再提出理由拒絕
 - 用一群人來拒絕，如學校不會准許
 - 不開口法：搖頭微笑

備註：多欣賞守護對象的進步，多讚賞他們的正面行為。

4. 守護週記

- 守護對象名字
- 關心內容
 - 情緒問題

- 學業問題
- 家人關係
- 行為問題
- 健康問題
- 感情問題
- 老師關係
- 朋輩問題
- 自我形象
- 其他問題
- 曾用的守護行動
 - 送心意卡
 - 一起進餐
 - 聊天/探訪
 - 送小手作
 - 一起運動
 - 網上聊天
 - 其他
- 處理手法
 - 討論後果
 - 同理心
 - 分辨事件，感受及想法
 - 「我」訊息
 - 其他
- 情緒指數
 - 圈出0-10分來評估守護對象今天與你接觸前/後的心情指數
- 面談技巧
 - 開放問題
 - 內容反映

5. 中期檢討

- 和諧大使需紀錄守護對象的正面行為及其情緒
- 與守護對象傾談的內容
- 和諧大使在過程中的反思

6. 緊急求助熱線

7. 備忘錄

8. 大使之家聯絡表

3.4 推動和諧校園活動

(i) 目的：

推行了校園和諧大使計畫的學校，需於上下學期各舉辦不少於兩次活動，以促進和諧大使與守護對象的朋輩關係。

(ii) 活動一：聯誼活動

上學期的活動主題是讓和諧大使與守護對象作出聯誼，藉活動建立關係，以便日後作深一步的朋輩輔導。參與計畫的學校，需於十一月底前舉辦上學期的活動，並於活動舉行的十個上學天以書面形式遞交活動計畫書。老師或社工將於五個上學天內完成批核並作出回應。

上學期——活動計畫書內容（範例）

活動計畫書

- (1) 活動名稱
XX中學——和諧大使互動哈佬會
- (2) 理念
和諧大使計畫將會於整個學年舉行，和諧大使與被守護對象之間的關係是非常重要的，破冰活動有助建立彼此之間的關係，所以，是次活動將會以互相認識及建立關係為重。
- (3) 目標及具體目的
 - 3.1) 互相認識
 - 3.2) 建立關係
 - 3.3) 向活動計畫成員澄清計畫
- (4) 背景資料
 - 4.1) 活動性質：大食會
 - 4.2) 對象：十位和諧大使及十位守護對象
 - 4.3) 時期/ 日期：XX年XX月XX日
 - 4.4) 時間：X:XX至X:XX
 - 4.5) 地點：XX
 - 4.6) 參加人數：二十人
 - 4.7) 所需人手及分工：1名社工、十位和諧大使
 - 4.8) 所需資源：名牌、小禮物、食物、飲品等
- (5) 招募及宣傳
 - 5.1) 早會宣傳——XX、XX
 - 5.2) 海報——XX、XX
 - 5.3) 十位和諧大使親身邀請守護對象參加

(6) 工作程序時間表

日期	內容	物資	負責人
日/月/年—日/月/年	撰寫活動計畫書	計畫書	社工及十位和諧大使
日/月/年—日/月/年	準備和諧大使互動哈佬會	1. 宣傳海報 2. 家長通知書 3. 名牌 4. 活動小禮物 5. 食物、飲品	社工及十位和諧大使
* 活動(一) 日/月/年	互動哈佬會	場地、咪	社工
日/月/年	遞交活動計畫書	報告書	社工

* 視乎活動的次數

(7) 當日活動程序

* 活動(一)

時間	內容	物資	負責人
XX:XX-XX:XX	整理場地	/	社工及十位和諧大使
XX:XX-XX:XX	熱身遊戲	小禮物	十位和諧大使及十位被守護對象
XX:XX-XX:XX	分組遊戲	小禮物	社工、十位和諧大使及十位被守護對象
XX:XX-XX:XX	大食會	食物、飲品	社工、十位和諧大使及十位被守護對象
XX:XX-XX:XX	總結	心意卡	社工、十位和諧大使

* 視乎活動的次數

(8) 預期困難及應變措施

困難	應變措施
1. 難以配合三十五人的時間 2. 被守護對象不參加是次活動 3. 被守護對象抗拒參加和諧大使計畫，心中存有疑問為何選擇他 4. 難以與被守護對象建立關係 5. 被守護對象被動	1. 盡量配合、動用校方力量 2. 做多些宣傳的工作，例如海報及早會宣傳，和諧大使親自邀請被守護對象 3. 需要負責社工向被守護對象解釋計畫內容 4. 和諧大使們要多接觸、給予耐性、保持主動的態度 5. 和諧大使們要主動，並在適當時候多點邀請

(9) 財政預算

預算收入	預算支出
中心資助金額 \$ _____	1. 名牌 \$ _____ 2. 活動小禮物 \$ _____ 3. 心意卡 \$ _____ 4. 食物及飲品 \$ _____
總數：\$ _____	總數：\$ _____

(iii) 活動二：活動總結

下學期和諧大使及守護對象經歷了差不多一年的相處，是次活動目的在於彼此間分享在整個活動的得著，加深彼此互信的關係及反思過去大家接觸後的改變和成長。參與計畫的學校需於五月底前舉辦下學期的活動，並於活動舉行的十個上學天以書面形式遞交活動計畫書。老師或社工將於五個上學天內完成批核並作出回覆。

下學期——活動計畫書內容（範例）

活動計畫書

(1) 活動名稱

XX中學——和諧大使同心創新天

(2) 理念

和諧大使計畫將會舉行今個學年最後一個活動，和諧大使與被守護對象之經歷了一年的相處，是次活動目的在於分享他們整次活動的得著，從活動中鞏固他們的關係。

(3) 目標及具體目的

3.1) 關係鞏固

3.2) 從是日的活動引導各組員分享「和諧大使計畫」當中得到的得著

3.3) 建立共同回憶，令他們關係更好

(4) 背景資料

4.1) 活動性質：日營

4.2) 對象：十位和諧大使及十位被守護對象

4.3) 時期/ 日期：XX/XX/XX（暫定）

4.4) 時間：X:XX至X:XX

4.5) 地點：XX中學

4.6) 參加人數：二十人

4.7) 所需人手及分工：一名社工、十位和諧大使

4.8) 所需資源：小禮物、食物、飲品，其他活動物資由歷行會負責準備

(5) 招募及宣傳

5.1) 早會宣傳 — 由和諧大使負責

5.2) 十位和諧大使親身邀請被守護對象參加

(6) 工作程序時間表

日期	內容	物資	負責人
日/月/年—日/月/年	撰寫活動計畫書	計畫書	社工、十位和諧大使
日/月/年—日/月/年	和諧大使準備活動	1. 宣傳海報 2. 家長通知書 3. 活動小禮物 4. 食物、飲品	社工、十位和諧大使 及十位被守護對象
日/月/年—日/月/年	活動當日	場地	社工
日/月/年—日/月/年	遞交活動計畫書	報告書	社工

(7) 當日活動程序

日期	內容	物資	負責人
XX:XX-XX:XX	同學集合	/	十位和諧大使
XX:XX-XX:XX	活動介紹 啟導遊戲	小禮物	社工及十位和諧大使
XX:XX-XX:XX	目標訂立	小禮物	十位和諧大使和守護對象
XX:XX-XX:XX	歷奇遊戲	食物、飲品	十位和諧大使和守護對象
XX:XX-XX:XX	總結分享	心意卡	十位和諧大使和守護對象
XX:XX-XX:XX	收拾場地	垃圾袋	十位和諧大使和守護對象

(8) 預期困難及應變措施

困難	應變措施
1. 難以配合三十五人的時間 2. 被守護對象不參加是次活動 3. 活動時被守護者較被動時 4. 被守護對象難於表達和諧大使計畫當中的感受和得著	1. 盡量配合、動用校方力量 2. 做多些宣傳的工作，例如：海報、早會宣傳活動，讓和諧大使親自邀請被守護對象 3. 事前會與和諧大使們做簡介，令他們會更主動並在適當時候多點邀請 4. 由和諧大使先分享，與重提被守護對象的經歷，並鼓勵被守護對象分享當中感受

(9) 財政預算

預算收入	預算支出
中心資助金額 \$ _____	1. 活動費用 \$ _____ 2. 午膳 \$ _____ 3. 小禮物 \$ _____
總數：\$ _____	總數：\$ _____

(iv) 活動檢討書

完成活動後，需於兩個星期內遞交活動檢討書。

活動檢討書內容（範例）

XX中學
活動檢討書

檢討內容	檢討指標
1. 過程評估 <ul style="list-style-type: none">• 籌備• 招募及宣傳• 當日活動	<ul style="list-style-type: none">• 籌備：活動期間有否缺乏所需物資• 招募及宣傳：守護對象的出席率• 當日活動：當日活動的順利程度
2. 參加者反應 <ul style="list-style-type: none">• 投入程度• 滿意程度	問卷調查各方面的成效
3. 目標達成度 <ul style="list-style-type: none">• 互相認識• 建立關係• 向活動計畫成員介紹計畫內容	問卷調查各方面的成效

1.1) 檢討方法

方 法	內 容
觀察	<ol style="list-style-type: none"> 1. 籌備達標，活動過程沒有物資短缺 2. 招募及宣傳：出席率為X%，達標。和諧大使及被守護對象共三十五人，該天十位和諧大使全數出席，十六位被守護對象出席。 3. 當日活動：活動舉行大致順利，但和諧大使的主動性不足，令守護對象較為被動。 4. 參加者的投入情度：活動氣氛漸變良好，部份守護對象很投入，願意擔任介紹遊戲角色。但整個遊戲過程，有兩位同學全程沒有參與坐在一邊，和諧大使及社工已熱情地邀請，其他同學亦有協助鼓勵，但也不成功。 5. 互相認識（目標達成度）：這個目標大致完成，但整個活動過程和諧大使及守護對象都比較被動，需要社工邀請才會參與。 6. 建立關係（目標達成度）：這個目標不能完全達成，有待改善，因為部份和諧大使十分被動，沒有主動與被守護對象交談。 7. 向活動計畫成員介紹計畫內容：目標達標。和諧大使清楚明白自己的角色和職責，而守護對象亦明白自己參與計畫的裨益。
問卷	<p>和諧大使和守護對象參加人數共18人，共收回問卷共16份。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 食物滿意度：8分。 2. 遊戲滿意度：6.5分。 3. 當日活動安排：7分。 4. 和諧大使和被守護對象能互相認識：6分。 5. 對計畫的認識：7.5分 6. 意見：活動過程順利愉快，但希望同學可更投入。

1.2) 實際遇到的困難

內 容	改善方法
同學不想抽出放學時間參加活動，拒絕出席。	派發家長信及聯絡家長，聽取同學對遊戲及禮物的要求及意見。
部份同學的投入程度低。	主動邀請，直接詢問他們意見。

(v) 財務表格

學校在完成活動後，需於一個月內填寫財務表格。

財務表格（範例）

活動財務表格

1. 學校名稱	
2. 活動名稱	
3. 舉辦日期及時間	日期（日/月/年）： 時間：
4. 舉辦地點及場地類型	地點：
5. 參加人數	

支出表

項 目	金 額			附件編號	備註
	數量	單價	合計		
支出（請詳細列明）					
總支出					

負責學生：_____ 負責學生聯絡電話：_____

負責老師：_____ 負責老師聯絡電話：_____ 日期：_____

(vi) 中期檢討

- 於一月及四月的第一個上學天遞交中期檢討表（附於大使手冊）予負責老師或社工
- 中期檢討會（二月及五月第一個星期）
 - 出席者包括負責老師、和諧大使，並於檢討會前三天遞交會議議程給負責老師或社工
- 負責老師或社工需於一星期內給予意見及發還大使手冊

(vii) 總檢討會

- 和諧大使需於檢討會前三天遞交會議議程給負責老師或社工
- 和諧大使需於六月底前遞交所有文件予負責老師或社工（包括大使手冊、兩次活動計畫書及活動檢討表、活動相片及相關紀錄、大使及守護對象活動後感）

3.5 老師／ 社工／ 輔導人員的角色

(i) 協助活動推行

1. 協助和諧大使策畫及推行各種促進和諧校園氣氛之活動，就活動形式、活動內容、財政預算等各方面給予意見。
2. 督導和諧大使如期填寫及遞交活動計畫書、活動檢討表及活動索賠表格等有關文件。
3. 督導各活動的籌備進度，提醒和諧大使需按活動計畫書內的進度表準備及進行活動。
4. 督導和諧大使舉辦的活動當日的進行情況，並提供相關的技術支援。

(ii) 督導和諧大使與守護對象面談情況

1. 提醒和諧大使於每次面談後填寫「大使手冊」內的守護週記。
2. 評閱「大使手冊」內的守護週記及中期檢討表。
3. 定期與和諧大使聯絡，了解大使與守護對象的面談情況，如關係建立程度、守護對象對大使的信任程度等。
4. 就和諧大使與守護對象面談時遇到的困難提供意見及情緒支援。
5. 監督和諧大使與守護對象之間的互動，當和諧大使遇到困難和面對特殊情況時（例如：守護對象表示有自殺傾向或兩者互生情愫等）需立即介入及支援。

第四章

研究結果及討論



(i) 學生（即守護對象）出席率

根據以往的臨床研究，學生有高於50%的出席率才能掌握及理解和諧大使活動計畫內的基本內容 (Mitchell et al., 2007)。此外，過往文獻指出：出席率與計畫成效有明顯的關係——出席率越高，計畫的成效越高 (Greenberg, Johnson, & Fichtner, 1996; Stear, Prentice, Jones, & Cole, 2003)。因此，本研究的學生必須有高於50%的出席率，才可作為計畫合格的參加者；反之，則當作無效或退出計畫 (Dropout)。

(ii) 和諧大使活動計畫成效及分析

根據生態學模型 (Ecological Model)，每個人的認知、行為及情緒發展均受周圍的環境影響，例如：家庭、學校及社會 (Bronfenbrenner, 1979)。因此，本研究採用「三聯法」 (Triangulation)，即透過學生家長、學生老師及學生自身評估和諧大使活動計畫對學生的影響，希望能以多維度及準確地評估計畫的成效。因跟縱的研究數據仍未到收集及分析之時，所以家長及老師的研究結果均未能在此公佈。

透過「前測—後測」，即比較學生（即守護對象）進入計畫前與完成計畫後的表現，評估計畫對學生的想法、行為和情緒的影響。此研究同時是一個「縱向面研究」 (Longitudinal Study)，學生於完成計畫的三個月、六個月、一年及兩年後繼續接受量性評估，以了解和諧大使活動計畫對學生的長遠影響。

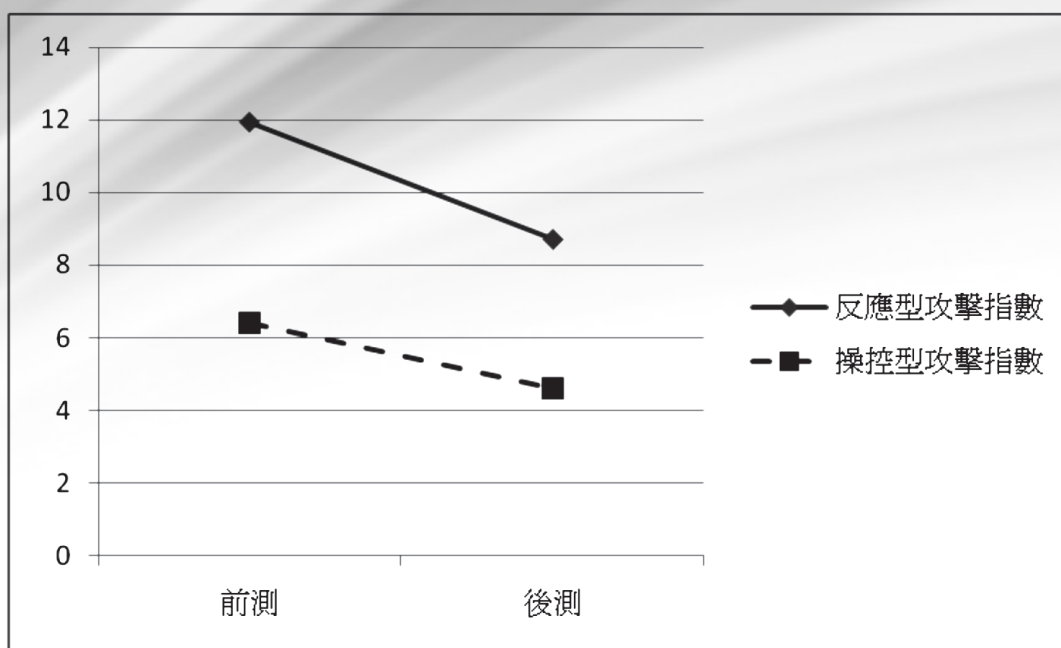
由於相關數據仍未到收集及分析之時段，所以三個月、六個月、一年及兩年後測研究結果暫時未能在此公佈。因此，只能在此提供前測及後測之數據分析。

以下是2009至2010年間，在中學進行的和諧大使活動計畫所收集到的數據分析結果。

和諧大使活動計畫：各學生自陳量表中的結果（前測—後測）

	前測—後測		
	有效人數	平均分數差距	t 值
反應型攻擊行為	98	3.22	7.52**
操控型攻擊行為	98	1.81	3.34*

p<0.05* p<0.01**



與和諧大使活動計畫開始前比較，守護對象於計畫結束後的操控型攻擊行為、反應型攻擊行為均顯著減少。這證明兩類型攻擊者減少以攻擊行為來解決問題，同時亦證明和諧大使活動計畫能有效幫助兩類型攻擊者。

(iii) 限制

1. 收集家長問卷及約見家長進行訪談極為困難，以致部份家長的數據及資料不完整。
2. 由於相關數據未到收取之時，所以研究結果集中於分析前測及後測的數據，故此未能有效分析和顯示和諧大使活動計畫的長期成效。

(iv) 總結

學生自陳量表的結果顯示，和諧大使活動計畫對兩類型攻擊者的成效超卓，適切地介入能有效地減少他們的操控型及反應型攻擊行為等問題。是項研究結果令人鼓舞，顯示朋輩輔導能有效改善兩類型攻擊者的情況，為他們帶來正面的影響。

註：“兩類型攻擊者”即指反應型及操控型攻擊者

第五章

一般相處情況處理



此章節介紹和諧大使與守護對象相處時的特別情境，讓老師/ 社工/ 輔導人員可參考一些情境處理重點，以助解答和諧大使面對守護對象時可能遇到的疑難。（詳情請參閱和諧大使服務手冊光碟）

情境一：

守護對象冷淡對待和諧大使—「冷漠的阿倫」

就讀中三的阿倫性格孤僻，逃避與人接觸，不會主動和其他同學談話。在學校裡，他獨自一人，很少參與校園活動，並且對和諧大使的主動接觸，表現得十分抗拒。有一天，阿倫經過走廊回班房時，和諧大使阿文主動上前表明身份，並邀請阿倫參加和諧大使舉辦的迎新活動。阿倫對活動不感興趣，而且冷待阿文，並拒絕其邀請，令阿文不知如何是好。

處理重點：

1. 運用「同理心」

這類被動退縮、隱藏自己的學生自覺被人看不起，對其他人缺乏信任。和諧大使需要投放更多時間和耐性，運用「同理心」代入守護對象的角度來了解守護對象行為背後的想法及當時的感受，讓守護對象逐漸放下戒心與和諧大使建立信任，使他們願意與和諧大使溝通。

2. 運用「我訊息」

和諧大使可以應用「我訊息」來表達自己的期望和感受（例如：我明白到你會覺得很不自然，與一個陌生人傾談；我感到你很突然，不知道為何有一個高年級的學長找你與你傾談。）應用「我訊息」的表達方式較「你訊息」為親切，使對方覺得不會受到批評和不被接納。反而，他們會覺得和諧大使明白自己的處境和感受。同時，和諧大使亦需保持開放的態度聆聽守護對象的分享，以促進雙方之間的溝通。

3. 運用開放式問題

這類型的學生經常會獨來獨往，不擅於與人溝通，因此，建議和諧大使應堅持主動的態度，以屢敗屢戰的精神跟守護對象接觸，並嘗試探索大家有否相同的嗜好，以助雙方建立初步的認識。

情境二：

守護對象向和諧大使發脾氣－「情緒激動的阿欣」

就讀中二的阿欣，因話劇演出選角一事，與兩名好友阿思和阿敏吵了起來。阿欣認為兩人是故意針對她，令她失去演出機會。放學時，和諧大使阿儀看見阿欣獨自一人在課室，情緒不太穩定。所以，阿儀嘗試主動接觸守護對象了解她當時的情況，但沒有細聽便勸導她，令阿欣覺得和諧大使並非真誠地去了解事件發生的始末，還對她的情緒帶來負面的影響，好像認為她生氣是不應該的，所以，阿欣憤怒地離去。

處理重點：

1. 保持不批判的態度

和諧大使應該持有不批判的態度來聆聽阿欣憤怒的事情。讓阿欣憶述所發生的情境，並拉闊阿欣接受外在訊息的方式（例如：阿欣只側重別人細聲講大聲笑，不知道談話內容的情況下，已認定對方有預謀，導致她失去了今次演出的機會）。阿欣的妄下判斷，令中立的事件變為充滿敵意，認定對方是有意串謀針對她。和諧大使應協助阿欣從多角度、多方向地思考，拉闊事件客觀的可能性，藉以讓阿欣減低對阿思、阿敏的敵意歸因。和諧大使應鼓勵阿欣從多角度去思考，而不會因別人的眉頭眼額便妄自判斷別人的動機，並與其他事件掛勾起來。

2. 運用「同理心」

由於這類型學生敵意歸因，在沒有客觀證據支持下，認定別人是故意及有心針對她，因此，面對假定別人針對她的情境時，她出現了激動的情緒。和諧大使需投放更多時間和耐性，運用「同理心」細心聆聽守護對象的分享，代入守護對象的角度並理解其當下的想法及感受，令她感覺到和諧大使是明白她及尊重她感受的。另外，和諧大使應盡量紓緩其激動情緒，令守護對象願意與和諧大使溝通該事情的處理方法，避免發生任何衝動行為。

3. 運用「我訊息」

和諧大使需運用「我訊息」向守護對象表達當下的想法及感受，並鼓勵守護對象先冷靜情緒，一同商討事情的其他可能性（例如：我明白你此刻感到很生氣，但我亦很擔心你會做出衝動的行為，而帶來負面的影響；不如我和你一起冷靜地想想事情可能存在著其他的可能性）。運用「我訊息」的表達方式較「你訊息」為親切，使對方覺得不會受到批評和不被接納。

情境三：

守護對象主動告知犯了校規，和諧大使的處理－「犯規的阿倫」

阿倫於校內一直被同班同學整蠱及取笑，常感到不服氣，並有報復傾向，想向欺凌者作出反擊，但又覺得自我能力不足，並處於道德規範與以暴易暴的掙扎之間，深感矛盾。一天，他獨自經過有機園地，破壞了經常整蠱他那位同學的盆栽，以發洩自己內心抑壓的情緒。之後，阿倫心情忐忑不安，既擔心老師得知後會對他作出懲罰，但又不知如何處理，因此，阿倫將事件告知和諧大使阿文。阿倫要求和諧大使協助隱瞞過錯，阿文初時拒絕其要求，但為了保持與阿倫的良好關係，最終也沒有主動向老師報告此事。

處理重點：

1. 運用「同理心」

這類型學生在事後認為自己的激進行為不適當，亦擔心被校方發現後會受懲罰。由於守護對象對其他人欠缺信任，當他知道和諧大使願意協助自己解決問題時，便主動求助，並希望和諧大使能隱瞞其過錯。和諧大使應先運用「同理心」細心聆聽守護對象的分享，代入守護對象的角度理解其處境及行為背後的動機，令他感覺到被明白及接納，願意與和諧大使進一步溝通及商討合適的處理方法。

2. 運用「我訊息」

和諧大使需運用「我訊息」向守護對象表達當下的感受及解釋不能隱瞞其過錯的原因（例如：我很感謝你信任我，把你的心事與我分擔，明白你這樣做只是想抒發你的對欺凌者的不滿，但我很擔心你不即時承擔責任會導致更嚴重的後果，我相信你亦不想事情會變成這樣。鼓勵守護對象承擔責任，讓他明白用這種轉移破壞物件的方法來發洩內心不滿是不正確的處理態度，並需為此承擔後果和責任。應用「我訊息」的表達方式較「你訊息」為親切，和諧大使以此表達對守護對象真摯的關心和支持，有助雙方建立互信關係，一起分析如何作出正確妥善的處理。和諧大使亦需讓守護對象明白到自己的鬱結是因為跌入了思想陷阱，以致抑壓著很多的負面情緒又無法抒緩。

3. 保持以身作則，公私分明的態度

和諧大使應以身作則，成為守護對象的學習榜樣，不應協助守護對象隱瞞過錯，並了解事件的嚴重性，向老師、社工或輔導人員報告。同時和諧大使需引導守護對象思考跌入思想陷阱所帶來負面的情緒和行為，並應改變其思想模式，才可以將情緒和行為由消極負面變為積極正面。和諧大使需與守護對象建立一個信任、具歸屬感的朋輩關係，讓守護對象對學校重建信心；並讓守護對象明白何謂客觀、「公平處理」及「懲罰」的校規原則，讓他們可以重建與老師間的信任，增強求助的動機，不會只是投訴、抱怨，而會積極面對問題及客觀中肯地處理人際之間的問題。否則，若和諧大使只是包庇對方的行為間接為守護對象帶來負面影響，反而令他錯誤地認為：做了違規的事是不用負責任，亦無助守護對象處理被同學欺凌之情況。

第六章

參考文獻



- American Psychiatric Association. (2000). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (4th ed., text rev.). Washington, DC: Author.
- Achenbach, T. M. (1991). *Integrative Guide for the 1991 CBCL/4-18, YSR, & TRF Profiles*. Burlington, VT: University of Vermont Department of Psychiatry.
- Bandura, A., Barbaranelli, C., Caprara, G. V., & Pastorelli, C. (1996). Mechanisms of moral disengagement in the exercise of moral agency. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 364–374.
- Barratt, E. S. (1991). Measuring and predicting aggression within the context of a personality theory. *Journal of Neuropsychiatry*, 3, S35–S39.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Brown, K., Atkins, M. S., Osborne, M. L., & Milnamow, M. (1996). A revised teacher rating scale for reactive and proactive aggression. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 24, 473–480.
- Conners, C.K. (1973). Rating scales for use in drug studies in children. *Psychopharmacology Bulletin*. Special issue—pharmacotherapy of children.
- D’Zurilla, T. J., & Nezu, A. M. (1996). Development and preliminary evaluation of the Social Problem-Solving Inventory. *Psychological Assessment*, 2, 156–163.
- Day, D. M., Bream, L. A., & Pal, A. (1992). Proactive and reactive aggression: An analysis of subtypes based on teacher perceptions. *Journal of Clinical Child Psychology*, 21, 201–217.
- Dodge, K. A., & Coie, J. D. (1987). Social-information processing factors in reactive and proactive aggression in children’s peer groups. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 1146–1158.
- Duckworth, A. L., Peterson, C., Matthews, M. D., & Kelly, D. R. (2007). Grit: Perseverance and passion for long-term goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(6), 1087.
- Duckworth, A. L., & Quinn, P. D. (2009). Development and validation of the short grit scale (Grit-S). *Journal of Personality Assessment*, 91(2), 166–174.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. New York: W. W. Norton.
- Frick, P. J., & Hare, R. D. (2001). *The Antisocial Process Screening Device (APSD)*. Toronto: Multi-Health Systems.
- Friedman, M., & Goldstein, M. (1993). Relatives’ awareness of their own expressed emotion as measured by a self-report adjective checklist. *Family Process*, 32, 459–471.
- Greenberg, J. B., Johnson, W. D., & Fichtner, R. R. (1996). A community support group for HIV-seropositive drug users: Is attendance associated with reductions in risk behavior? *AIDS Care*, 8, 529–540.
- Kessler, R. C., Andrews, G., Colpe, L. J., Hiripi, E., Mroczek, D. K., Normand, S. L. T., Walters, E. E., & Zaslavsky, A. M. (2002). Short screening scales to monitor population prevalence and trends in non-specific psychological distress. *Psychological Medicine*, 32, 959–976.
- Meloy, J. R. (1988). *The Psychopathic Mind: Origins, Dynamics, and Treatment*. Northvale: Jason Aronson.
- Mitchell, S. G., Edwards, L. V., Mackenzie, S., Knowlton, A., Valverde, E. E., Arnsten, J. H., Santibanez, S., Latka, M. H., & Mizuno, Y. (2007). Participants’ descriptions of social support within a multisite intervention for HIV-seropositive injection drug users (INSPIRE). *Journal of Acquired Immune Deficiency Syndromes*, 46, S55–63.

- Mynard, H., & Joseph, S. (2000). Development of the Multidimensional Peer-Victimization Scale. *Aggressive Behavior, 26*, 169–178.
- Raine, A. (1991). The SPQ: A scale for the assessment of schizotypal personality based on DSM-III-R criteria. *Schizophrenia Bulletin, 17*, 556–564.
- Raine, A. (2009). *COD Questionnaire* (unpublished manuscript).
- Raine, A., & Benishay, D. (1995). The SPQ-B: a brief screening instrument for schizotypal personality disorder. *Journal of Personality Disorders, 9*, 346–355.
- Raine, A., Dodge, K., Loeber, R., Gatzke-Kopp, L., Lynam, D., & Reynolds, C. (2006). The Reactive-Proactive Aggression Questionnaire: Differential correlates of reactive and proactive aggression in adolescent boys. *Aggressive Behavior, 32*(2), 159–171.
- Robinson, C. C., Mandlco, B., Olsen, S. F., & Hart, C. H. (2001). *The Parenting Styles and Dimensions Questionnaire (PSDQ)*. In Perlmutter, B. F., Touliatos, J., & Holden, G. W., *Handbook of Family Measurement Techniques: Vol 3*. Thousand Oaks: Sage.
- Ryckman, R. M., Hammer, M., Kaczor, L. M., & Gold, J. A. (1990). Construction of a hypercompetitive attitude scale. *Journal of Personality Assessment, 55*(3&4), 630–8.
- Siu, A. M. H., & Shek, D. T. L. (2005). The Chinese version of the Social Problem-solving Inventory: Some initial results on reliability and validity. *Journal of Clinical Psychology, 61*(3), 347–360.
- Spielberger, C. D. (1991). *State-Trait Anger Expression Inventory*. Odessa, Fla: Psychological Assessment Resources.
- Stear, S. J., Prentice, A., Jones, S. C., & Cole, T. J. (2003). Effect of a calcium and exercise intervention on the bone mineral status of 16-18-y-old adolescent girls. *American Journal of Clinical Nutrition, 77*, 985–992.
- Tomal, D. (1998). A five-styles teacher discipline Model. Paper presented at the annual meeting of the mid-western educational research association.
- Vitiello, B., Behar, D., Hunt, J., Stoff, D., & Ricciuti, A. (1990). Subtyping aggression in children and adolescents. *Journal of Neuropsychiatry, 2*, 189–192.
- Wiedemann, G., Rayki, O., Feinstein, E., & Hahlweg, K. (2002). The Family Questionnaire: Development and validation of a new self-report scale for assessing expressed emotion. *Psychiatry Research, 109*, 265–279.

附件

附件 1 選拔和諧大使物資表

附件 1.1：和諧大使特質測量表

學校名稱：_____ 日期：

參加面試者編號：_____ 負責同事：

	1 分爲最低分，5 分爲最高分					
1. 創意能力	1	2	3	4	5	備註：
2. 表達能力	1	2	3	4	5	
3. 分析能力	1	2	3	4	5	
4. 主動性	1	2	3	4	5	
5. 領導能力	1	2	3	4	5	
6. 合作性	1	2	3	4	5	
7. 溝通能力	1	2	3	4	5	
8. 應變能力	1	2	3	4	5	

附件 1.2：和諧大使計畫問卷

和諧大使計畫問卷

姓名：_____ 班別：_____ 性別：男 女

1. 自我介紹

2. 個人長處及短處

3. 過去籌辦活動/參與服務的經驗(校內或校外)

4. 參加計畫的原因

5. 對計畫的期望

6. 我希望能成為校園和諧大使 (請圈出合適數字):

非常不同意				普通				非常同意
0	1	2	3	4	5	6	7	8



法國人



美國人



韓國人

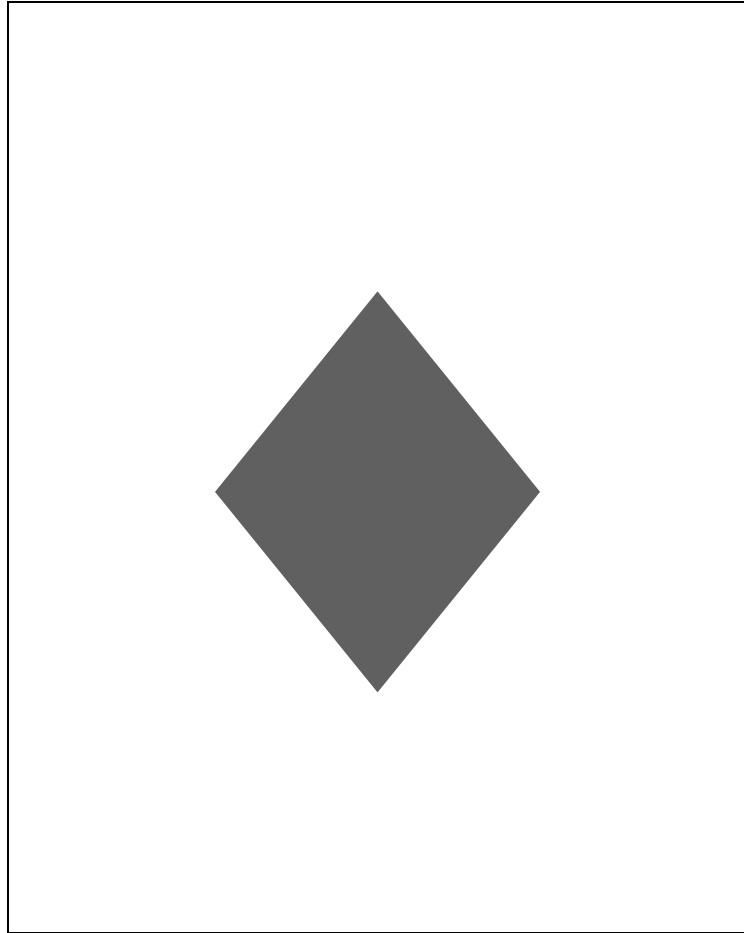


德國人

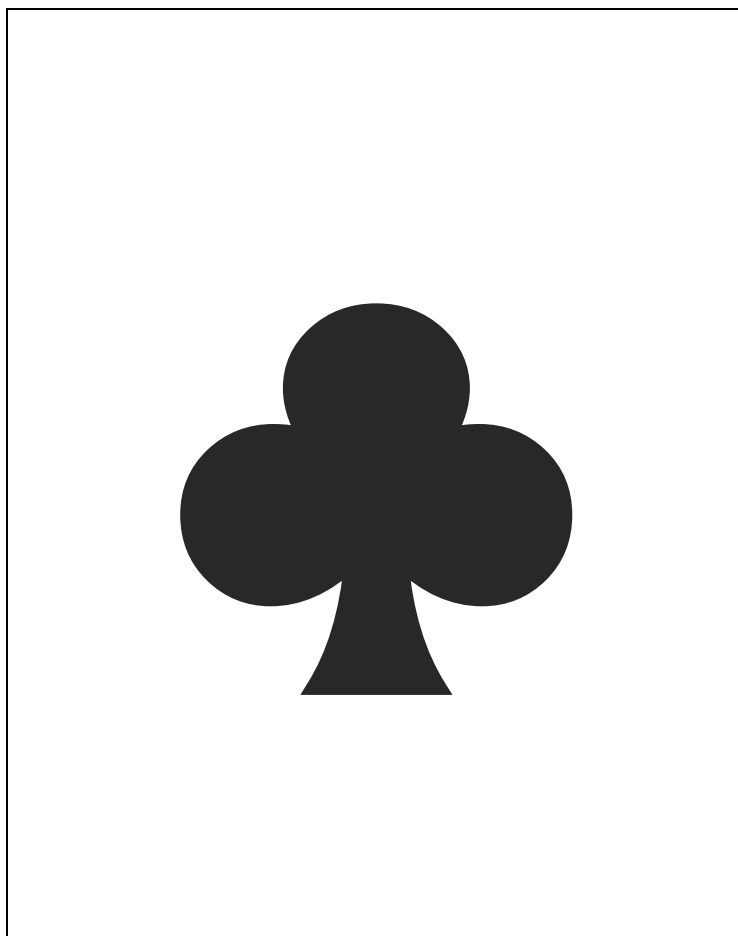


泰國人

附件 2.2

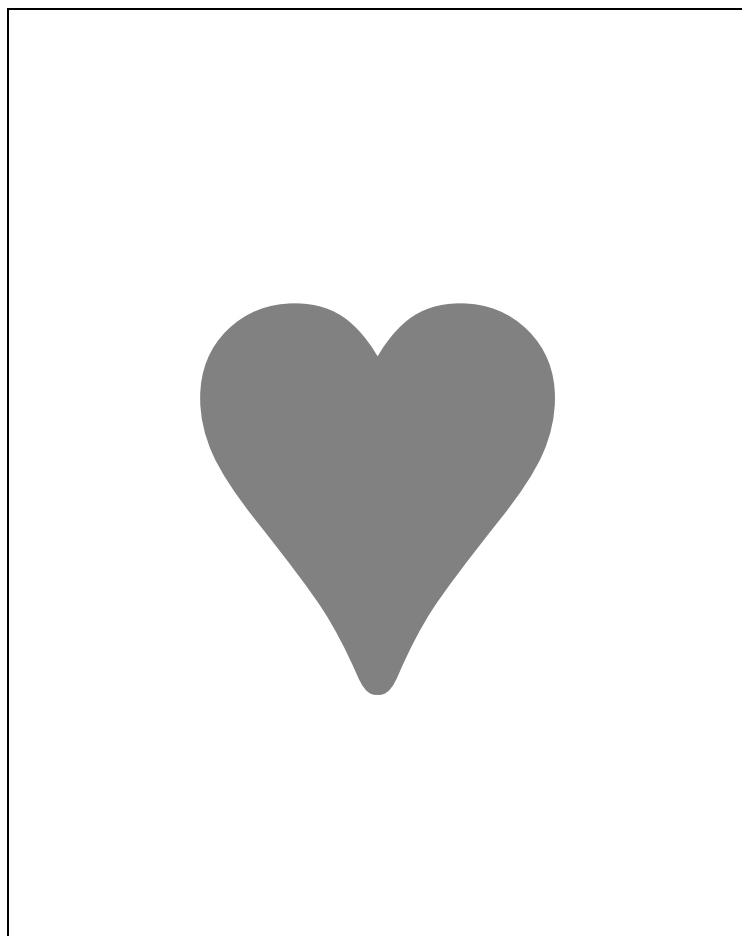


事件

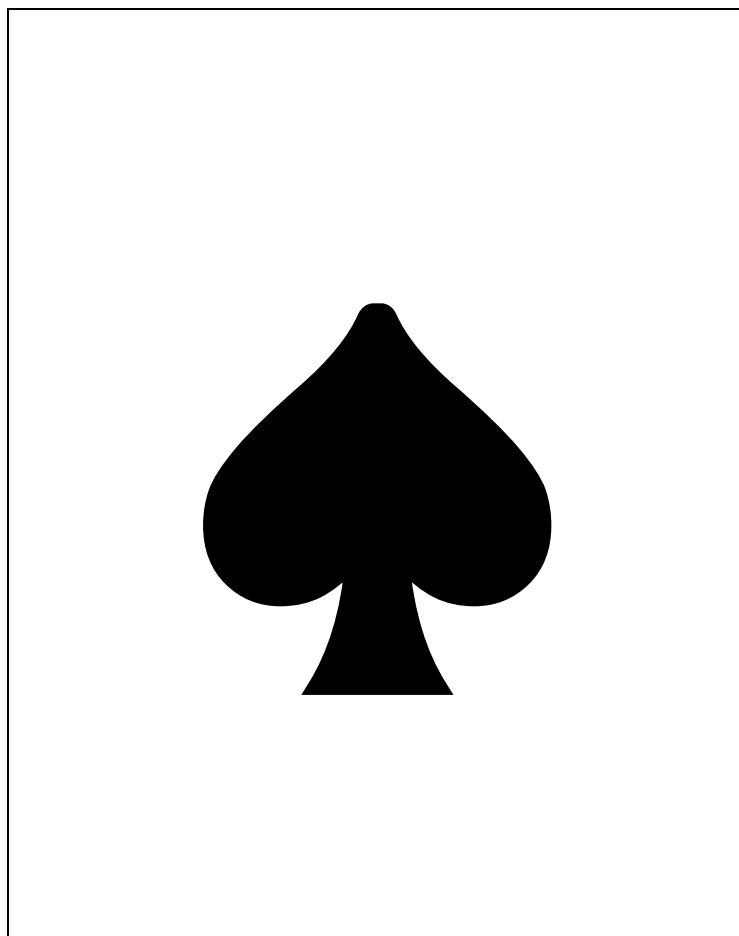


行為

附件 2.2



情緒



想法

小明的告白

「今天對我小明來說，是非常黑暗的日子。早上派發中文試卷，我只得 30 分。

中午足球比賽，我因為身手不好，擺了「烏龍球」，連累球隊輸球，結果被其他同學打了一頓，還要我以後負責買飲品。明天又要上學了！我真的很怕他們，生存對我來說，已經變得多餘.....」



情境紙-「小明的告白」—評分紙

「和諧大使」姓名:_____ ()

評分準則	分數
1. 使用了良好的溝通技巧。(例如:「我訊息」和「開放式問題」。)	1__2__3__4__5
2. 和諧大使有否回應守護對象的感受?	1__2__3__4__5
3. 和諧大使表達足夠的誠意?	1__2__3__4__5
4. 和諧大使提供的幫助是否能切中主題?	1__2__3__4__5
5. 和諧大使有否運用合適的身體語言。(例如:眼神)	1__2__3__4__5
總分	
建議改善地方:	

情境紙-「犯規的阿倫」—評分紙

「和諧大使」姓名:_____ ()

評分準則	分數
1. 使用了良好的溝通技巧。(例如:「我訊息」和「開放式問題」。)	1__ 2__ 3__ 4__ 5
2. 和諧大使有否回應守護對象的感受?	1__ 2__ 3__ 4__ 5
3. 和諧大使表達足夠的誠意?	1__ 2__ 3__ 4__ 5
4. 和諧大使提供的幫助是否能切中主題?	1__ 2__ 3__ 4__ 5
5. 和諧大使有否運用合適的身體語言。(例如:眼神)	1__ 2__ 3__ 4__ 5
總分	
建議改善地方:	

情境紙- 「情緒激動的阿欣」— 評分紙

「和諧大使」姓名: _____ ()

評分準則	分數
1. 使用了良好的溝通技巧。(例如：「我訊息」和「開放式問題」。)	1 ___ 2 ___ 3 ___ 4 ___ 5
2. 和諧大使有否回應守護對象的感受?	1 ___ 2 ___ 3 ___ 4 ___ 5
3. 和諧大使表達足夠的誠意?	1 ___ 2 ___ 3 ___ 4 ___ 5
4. 和諧大使提供的幫助是否能切中主題?	1 ___ 2 ___ 3 ___ 4 ___ 5
5. 和諧大使有否運用合適的身體語言。(例如：眼神)	1 ___ 2 ___ 3 ___ 4 ___ 5
總分	
建議改善地方：	

阿謙的計畫

你好！我叫阿謙，我很希望成功，要證明自己的實力。如果我不夠強，就是一名廢人。

我有一個計畫，就是在我班內找出一個弱小的同學出來，然後「整蠱」他一頓，再搶去他的金錢。

我要在校園內證明自己有「料」，我一定要所有人都尊重我。



情境紙-「阿謙的計畫」—評分紙

「和諧大使」姓名:_____ ()

評分準則	分數
1. 使用了良好的溝通技巧。(例如:「我訊息」和「開放式問題」。)	1__2__3__4__5
2. 和諧大使有否回應守護對象的感受?	1__2__3__4__5
3. 和諧大使表達足夠的誠意?	1__2__3__4__5
4. 和諧大使提供的幫助是否能切中主題?	1__2__3__4__5
5. 和諧大使有否運用合適的身體語言。(例如:眼神)	1__2__3__4__5
總分	
建議改善地方:	

模擬情境紙

個案一

「若守護對象對和諧大使，或和諧大使對守護對象產生好感或喜歡了對方，應怎樣處理？」

個案二

「守護對象送禮物給和諧大使，應怎樣處理呢？」

個案三

「朋友想打聽你守護對象的秘密，和諧大使應怎樣回應？」

個案四

「守護對象情緒波動，有尋死的傾向，應怎樣處理？」

拉闊天空全接觸獎勵計畫

校園和諧大使計畫



大使手冊

此冊屬於 _____

我是就讀於 _____ 學校



你要守護的對象是: _____

就讀班別: _____

聯絡電話: _____

興趣: _____

社交網絡帳戶: _____



你要守護的對象是: _____

就讀班別: _____

聯絡電話: _____

興趣: _____

社交網絡帳戶: _____



你要守護的對象是: _____

就讀班別: _____

聯絡電話: _____

興趣: _____

社交網絡帳戶: _____



02





要守護別人,先要讀清楚大使嘅守則

1. 定期與守護對象作緊密聯繫
2. 定期記錄「守護週記」,並準時於每個月第一個上學天及 15 號將「守護週記」交予負責老師
3. 避免與守護對象有不必要的身體接觸
4. 尊重對方的私隱,不可隨意向第三者透露傾談內容
5. 溫和而堅定地拒絕守護對象的不合理要求
6. 盡量以商量語氣與守護對象傾談,忌任意為守護對象作決定
7. 接納守護對象是一個值得關心的人,但這不等於接受他犯規行為
8. 若遇到緊急情況,如守護對象有任何自殺或自殘傾向,傷害他人身體,嚴重違反校規或犯法,請立即通知社工或負責老師
9. 若遇上特別事故(如:守護對象向你表示好感或嚴重威嚇)時,也請告知負責老師
10. 小心保管此“大使手冊”,除負責老師外,其他人不可閱讀此手冊,內容資料要絕對保密
11. 如有任何老師或社工向你詢問有關守護對象之事時,請轉介至負責老師
12. 守護對象除可以是被委派的同學外,任何人都可以是你的守護對象(包括:親人或朋友)

小錦囊

- 1 以**誠懇**的態度，積極**聆聽**對方所說所想，**真心關心**守護對象
- 2 以最大的**愛心**和**耐性**包容接納對方
- 3 **身同感受**（嘗試明白守護對象的心，鼓勵對方改善其行爲）
- 4 引導守護對象**考慮事情後果**

例如：你選擇這樣做，有可能會影響你…/有可能產生很大負面後果，你的朋友/家人都會很擔心你

- 5 當守護對象情緒波動時，勸喻他/她暫時離開，**轉移注意力**

例如：出去散步逛逛、聽音樂、喝水

小錦囊

6 以「我訊息」表示關心或提醒後果

「我訊息」三步驟

1. 把困擾你的行為描述出來

○ → 只要描述，不要責怪。

例如：「當我知道你這幾天沒有來上課時，…」

2. 說出你對這件行為可能導致的結果有什麼感受

例如：「我覺得很擔心…，也有點氣餒…」

3. 然後把後果或是對你所造成的影響說出來

例如：「擔心是不知道你發生了…氣餒是我覺得我們花了很多時間在討論你…似乎是無法幫你…」

例子：「知道這事件時，我感到很擔心，我怕你會受傷」

小錦囊

7 用非言語方法來表達關懷

例如：輕拍膊頭、適度點頭及眼神接觸

8 如何拒絕守護對象不合理的要求：

→ 態度溫和而堅定，不答應也不致於撕破臉

✦ **直接分析法**：直接說明原因，如自己的狀況不許可，環境的限制

✦ **轉移法**：先表示同情或讚美，再提出理由拒絕

✦ 用一群人來拒絕，如**學校不會准許**

✦ 不開口法：**搖頭微笑**

多欣賞守護對象的
進步，多讚賞他們
的正面行為。

守護週記

我守護對象是: _____

我同佢上次見面日期 ____/____/____



關心內容: (可選多項)

- | | |
|-------------------------------------|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 情緒問題 _____ | <input type="checkbox"/> 感情問題 _____ |
| <input type="checkbox"/> 學業問題 _____ | <input type="checkbox"/> 老師關係 _____ |
| <input type="checkbox"/> 家人關係 _____ | <input type="checkbox"/> 朋輩問題 _____ |
| <input type="checkbox"/> 行爲問題 _____ | <input type="checkbox"/> 自我形象 _____ |
| <input type="checkbox"/> 健康問題 _____ | <input type="checkbox"/> 其它問題 _____ |

會用的守護行動:

- | | | |
|-----------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 送心意卡 | <input type="checkbox"/> 一起進餐 | <input type="checkbox"/> 聊天/探訪 |
| <input type="checkbox"/> 送小手作 | <input type="checkbox"/> 一起運動 | <input type="checkbox"/> 網上聊天 |
| <input type="checkbox"/> 其他 _____ | | |

處理手法:

- | |
|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 討論後果 |
| <input type="checkbox"/> 同理心 |
| <input type="checkbox"/> 分辨事件, 感受及想法 |
| <input type="checkbox"/> 「我」訊息 |
| <input type="checkbox"/> 其他 _____ |

情緒指數: (圈出 0 - 10)

(評估守護對象今天與你接觸前/後的心情指數)

心情最差 _____ 心情最好 _____

前 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

心情最差 _____ 心情最好 _____

後 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

面談技巧

- | |
|-------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 開放問題 |
| <input type="checkbox"/> 內容反映 |

負責老師想說的話:

我想與大家分享的話:

負責老師閱讀後簽署:

中期檢討

守護對象的姓名: _____

(請於一月及四月的第一個上學天記錄一次守護對象正能量指數)

你認為守護對象正面行為增加的指數有多少?

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

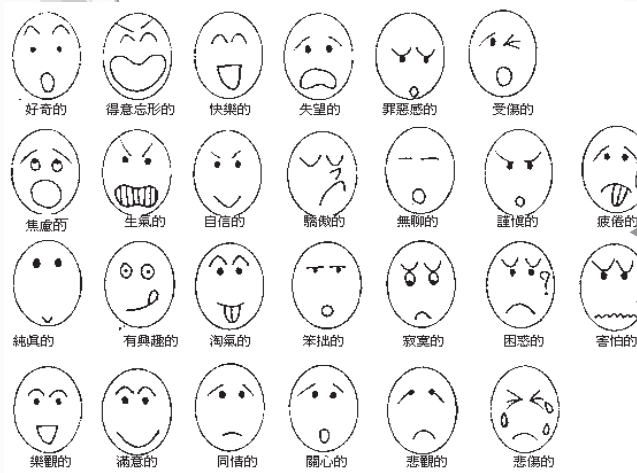
例子: 他再沒有以破壞物件的方式來表達憤怒情緒

1. _____

2. _____

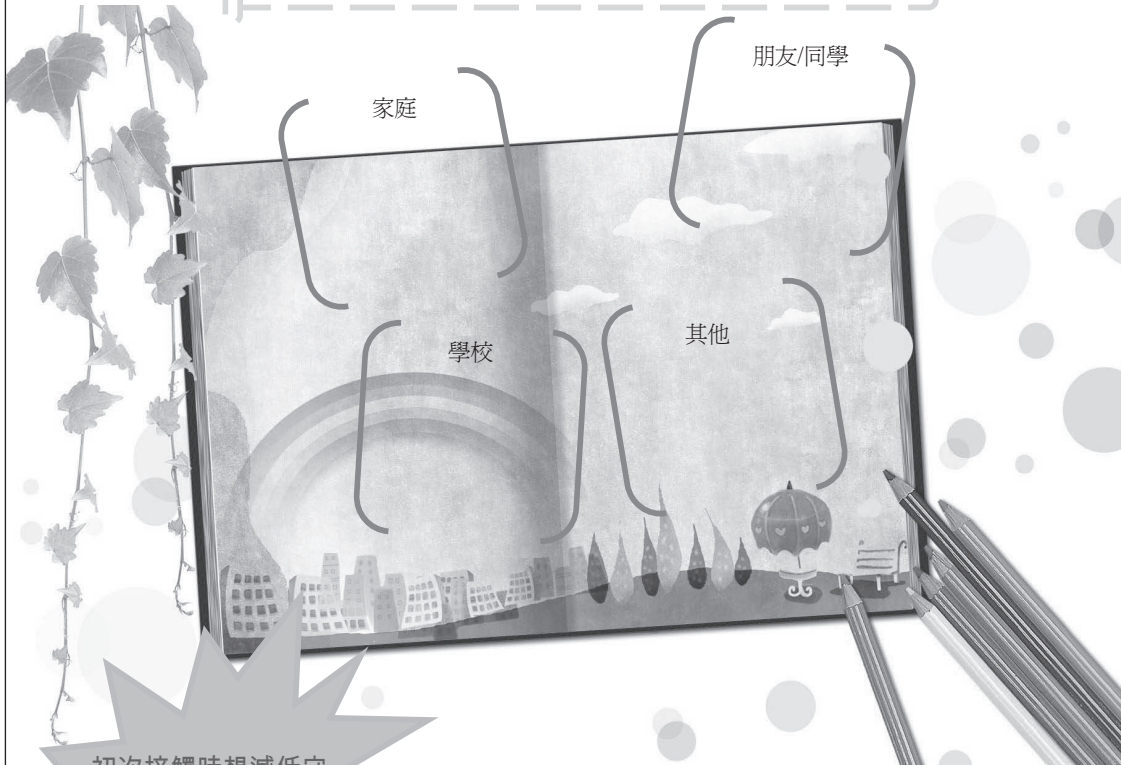
3. _____

請圈出守護對象最常出現的情緒:



溫馨小提示:
要獲得守護對象的
尊重,便要先關注
和尊重他們。

與守護對象傾談的內容 (可選多過一項)



初次接觸時想減低守護對象的抗拒，應多作嘗試，勿輕言氣餒！

感想/反思

1

2



若遇到任何疑難，請向負責老師或社工求助：

負責老師電話： _____

學校社工電話： _____

除此以外，你亦可向下列的機構求助：

- 香港撒瑪利亞防止自殺會(24小時)

2382 - 2222

- 向晴熱線(24小時緊急熱線)

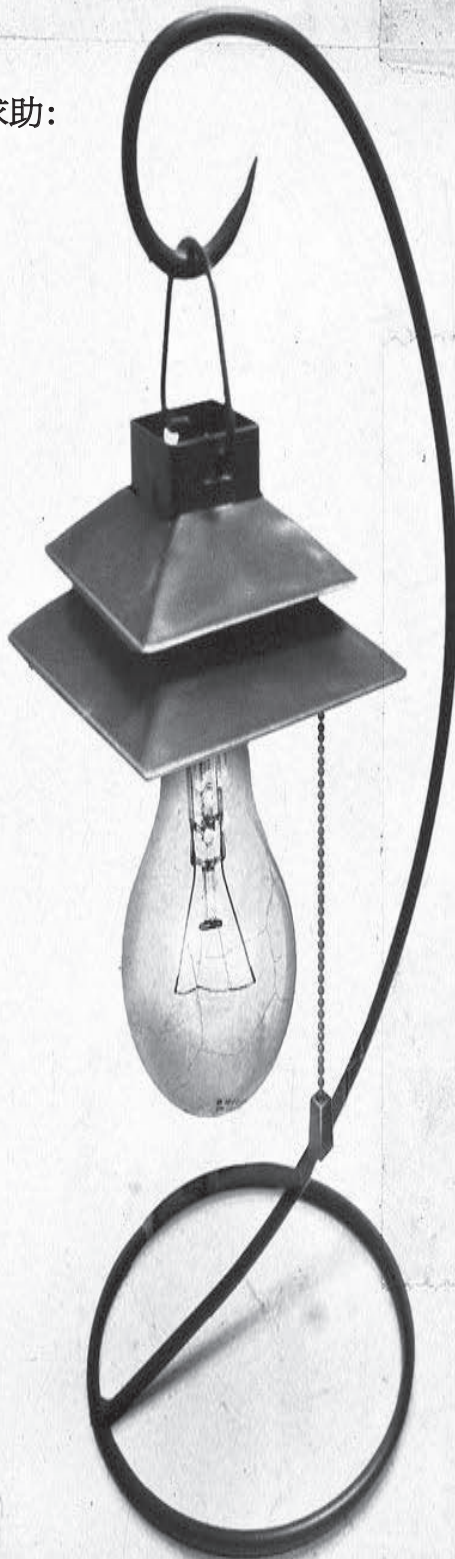
18288

- 香港青年協會(關心一線) {10am~2am}

2777 - 8899

- 突破輔導中心(少年熱線)

2302 - 1166





備忘錄

AIR MAIL

[Faint, illegible handwritten text]

[Faint, illegible handwritten text]

計畫總監：馮麗妹博士 香港城市大學應用社會科學系助理教授
承辦機構：香港城市大學
版次：2011年9月初版
ISBN：978-988-17052-7-3



人文社會科學院
College of Liberal Arts and Social Sciences



應用社會科學系
Department of
Applied Social Studies



優質教育基金
Quality Education Fund