

***K&K Charity Limited***

K&K Charity is a charitable foundation established by K&K Property in 2015 to support youth, education and the underprivileged. The foundation offers scholarship and opportunities to talented youngsters for eye-broadening education and training, and funds the underprivileged to acquire new knowledge and skills for the fast-changing world.

***'Dare to DREAM' K&K Charity Funding Scheme******APPLICATION INSTRUCTIONS***

Please read and follow the instructions to complete the application.

**'Dare to DREAM' Funding Scheme** is for newly-initiated pilot project providing direct services in Hong Kong. These projects should not be funded by the government or other funding bodies. The maximum funding for each project is **HK\$200,000**. Successful applicant should work closely with the foundation's staffs to work out a long-term and sustainable plan.

**Selection criteria** include

- a) Meeting social or community needs
- b) Cost-effectiveness
- c) Clear output and outcome measurement
- d) Comprehensive project planning
- e) Experiences, track record and resources of the agency

Application procedure is simple, you are required to complete the application form completely in **either Chinese or English** and **upload** through K&K Charity Website: [www.kkcharity.org](http://www.kkcharity.org).

Deadline of the application is **7 April 2017 18:00**.

For any enquiries about this application, please contact Mr Kenneth Wong on 2217-5825 or email to [kenneth.wong@kkcharity.org](mailto:kenneth.wong@kkcharity.org).

Copyright 2017 K&K Charity Limited Reserved. Date of First Use: February 2017

## K&K Charity Limited

### 'Dare to DREAM' K&K Charity Funding Scheme Application Form

---

#### Agency Name

香港表達藝術治療服務中心

---

#### Project Name

(English) Ink Out Loud

(Chinese) 墨筆作聲

---

#### Project-in-charge / Contact Person

Name (English) Li Wai Chong Janet (Chinese) 李慧莊

Post Title 中心創辦人

Tel. No. 98076278

Fax 30203139

Email info@hkexat.org

---

#### Agency Background

Registered as charitable institutions or trusts under Section 88 of the Inland Revenue Ordinance

☒ Established under other Ordinance (Please specify: Incorporated under the Companies Registry (Cap32))

Member of The Hong Kong Council of Social Service

Member of WiseGiving

---

#### Project Summary

近年香港出現不少青少年自殺個案，反映了本地青少年的精神健康需要更多的關注與支援。

此計劃針對現今青少年的精神健康改善需要訂立兩大目標：

- 以表達藝術治療小組手法，讓青少年抒發情緒，改善其焦慮情況。
- 透過將青少年創作的藝術作品發佈予大眾，讓大眾了解青少年的多面性及獨特性，減少青少年面對由社會偏見所引申之壓力。

是次計劃將為十五間學校中觀察到有至少兩項焦慮表徵的中一至中三青少年，提供表達藝術治療小組，透過現代水墨畫及中國書法抒發情緒，改善其焦慮狀況。所有治療小組將由註冊的藝術治療師帶領，為其提供專業的治療服務。青少年在小組內創作的藝術作品將以書冊及網絡形式發佈，透過作品傳遞著青少年對生命、生活及社會環境的想法及感受，令大眾對他們處境有更實在及全面的理解，減少社會偏見引起的環境壓力。

**■ Rationale**

---

近年香港頻密地發生青少年自殺事件，反映了本地青少年面對的焦慮及壓力程度之高，已到了臨界點。青少年之精神健康及成長發展需要大眾的關注，並作出適當的支援。不少本地調查都反映青少年的精神壓力相當高，如香港兒科基金於2016年中發表的調查顯示62%的受訪青少年於過去六個月內感到不开心或無故哭泣。63%受訪青少年有睡眠問題及27%受訪青少年有自殘或自殺念頭。基督教家庭服務中心於2011年至2014年進行的調查表示12%受訪學生有時出現焦慮表徵，5.7%經常出現焦慮表徵。香港青年協會於2015的調查研究亦得出相似結果：12.7%受訪學生有輕度至嚴重的焦慮傾向。以上調查研究皆反映本地青少年的情緒及精神健康有改善及強化的需要。

過度焦慮能夠為青少年的身體、情緒、社交及自我發展帶來嚴重的負面影響。焦慮能令人出現身體反應，如吞嚥困難、暈眩、心跳及呼吸加速、疲乏、頭痛及肌肉崩緊。焦慮能影響青少年的情緒穩定，出現易怒及抑鬱情緒，而情緒不穩能影響到他們的社交及朋輩關係，妨礙他們建立健康的自我形象及關係中的身份認同。焦慮會導致青少年的專注力下降，長遠會導致早發記憶力衰退及失眠，影響其學術表現。而以上影響皆有礙青少年的自我發展，難以建立自我肯定。此計劃基於以上研究結果及可見影響，以表達藝術治療小組為介入手法，減輕青少年焦慮程度及提升情緒健康。

青少年焦慮情況之形成與社會因素互為影響，因此除了調節青少年之個人能力，從社會角度作出改變亦甚為重要。香港青年協會於2010年曾就本地中年及老年人士對青少年的觀感作出調查。1/3受訪人士表示對青少年有負面印象、多於60%受訪者表示「不明白時下年輕人的想法」、85%認為港青「被寵壞」。此外，受訪者對青少年的品行表現觀感亦負面，只有「自信」一項達標，其餘9項品行，包括誠信、勤奮、尊重別人及責任感等，皆未達基本水平。調查表示上一代與現今青少年在視野、人生經歷及價值觀均有差異，並對青少年缺乏了解，因而造成隔膜。跨代差異造成的「代溝」演變成負面標籤、否定及偏見，對青少年於社會所承受的社會壓力及生活焦慮具有關鍵性。此計劃冀望能為上一代及現今青少年建立溝通的橋樑，推動青少年透過藝術表達個人想法及感受，再將他們的作品帶到社會大眾，令大眾對青少年有更全面及真實的認識，從而達至溝通及和解，減輕青少年身處於社會環境所遇到的壓力。

**■ Target Service Users**

---

- 由學校匯報觀察到有兩項或以上焦慮徵狀、中一至中三的青少年。
- 社會大眾

## ■ Approach

### 表達藝術治療

表達藝術治療是一種融合視覺藝術、音樂、戲劇、舞動及文字創作等藝術媒介的治療模式，透過藝術參與及創作達至身、心、靈治療效果。表達藝術治療是一種心理治療方式，提供了非語言的表達及溝通機會，並為參與者提供安全的空間與媒介抒發情緒及想法。

此計劃所推行的表達藝術治療手法源自大師Paolo J. Knill的理論。Paolo提出創作者的想像力及投入美感的創作過程，能為他於藝術體驗中建立另類世界(Alternative world)的經驗。於另類世界之中創作者將獲得有別於日常生活的新體驗，當新體驗符合創作者的想像邏輯並能夠描述之，新體驗便能夠擴大創作者的range of play，為其發掘個人資源及發展個人長處。當創作者回到日常生活，並嘗試解讀新體驗中的想像邏輯，他便能夠將新體驗的意義帶到日常生活之中，從而為其生活帶來改變。表達藝術治療的經驗，能為青少年帶來暫離外在壓力源與個人限制，透過藝術表達、抒發及創造，使他真切感受個人能力，當其感受到個人能力，並能有效將個人想法及感受傳遞時，便比以前更能駕馭引起焦慮的事情。

現代水墨畫及中國書法將會是此計劃中主要的表達藝術治療媒介。現代水墨畫是沿襲傳統東方水墨畫使用筆及墨，但其更強調偶然性、隨機性、過程性的效果。它主張脫離傳統技法的限制，強調過程的多元性、實驗性及自我解放。它重視創作過程中的心靈展現及內在經驗，在創作中與現實保持一定的距離。這點與Paolo所提倡的另類世界經驗同出一轍，能為創造者擺脫固有限制，達至自由表達及情緒抒發的目的。此外，水墨創作與書法的過程具有減低焦慮情緒的作用已獲得研究認證，因此青少年參與活動其中已能減低焦慮。此計劃中，青少年將參與現代水墨畫及書法創作，透過創作抒緩情緒並說出內心說話。

### 從社會層面打破大眾對青少年的刻板印象

青少年所創作的作品不單是說出內心話，也是與社會對話。青少年的水墨及書法作品將印刷成書刊派發予大眾人士。印刷此書刊的目的是建構青少年與大眾之間增加認識的機會。前段曾提及調查顯示上一代普遍對青少年有負面觀感或偏見。社會學將偏見定義為一種社會態度，偏見是基於不正確及不全面的資訊下形成的觀感，具有以偏蓋全及過度強調一個群組中成員的共同性，忽略成員的個人特質。是次計劃透過為大眾提供另類資訊，讓大眾了解青少年的多面性，並顯露青少年的獨特性，減少以偏蓋全。青少年的作品能讓大眾看到他們能發揮傳統藝術所需要的特質，如耐性及平靜；同時能看到新生代在作品中的創意、創新及活力。他們的作品也盛載著他們對生命、生活及社會環境的想法及感受。書冊將他們的所思所想帶到更遠，有助大眾對他們處境有更實在及全面的理解。

## ■ Contents

### 表達藝術治療小組

本計劃將為中一至中三，具有至少兩項焦慮表徵的青少年進行表達藝術治療小組。旨在減輕參加者的焦慮程度及提供抒緩情緒及抒發感受的機會。每個小組由十名成員組成，為期六節，每星期一節，每節長度為九十分鐘。所有小組均由註冊藝術治療師所帶領。視覺藝術(現代水墨畫)及創意寫作(中國書法)將為小組主要運用的藝術介入媒介，但亦會因應組員需要適度運用其他藝術媒介，包括音樂、戲劇、舞蹈及動作等，務求達至最佳的治療效果。此計劃將於下個學年度開始前完成學校招募，目標為招募十五間學校參與此計劃，約一百五十名青少年獲得專業的表達藝術治療服務。

### 發佈書冊

書冊的內容為青少年於小組內完成，盛載他們對生命、生活及環境的感受及看法的藝術作品。計劃將邀請青少年為作品寫簡介，讓他們演繹自己作品，將其盛載的訊息更加清晰地傳遞予觀眾。印刷並發佈書冊的目的是為大眾提供更多關於青少年的處境及想法的資訊，讓大眾更了解青少年的多面性及個人的獨特性。本計劃期望印刷二千本書冊，並於服務以中、老年人士為主的服務機構派發以接觸到跨世代的目標群眾。書冊的電子版亦將同步於電子媒體及社交網站發佈，冀希望能將青少年的聲音帶到更遠。

---

## **B** Evaluation Methods

### 1. 小組前後問卷測驗

參加者將於小組前及小組後進行名為焦慮自我評估量表Generalized Anxiety Disorder 7-item (GAD-7)的問卷測驗，以觀其焦慮狀況在參加表達藝術治療小組後的轉變。

### 2. 口頭訪問

治療師將於小組完成後為參加者進行口頭訪問，了解他們對於藝術創作過程的感受及轉變，並了解他們在整個治療期中的焦慮情況。

### 3. 讀者閱後訪問

中心職員將聯繫數個服務中、老年人士的機構，於派發書冊當日邀請服務使用者閱讀書冊，並即時訪問其觀感及對青少年的看法，以了解跨世代人士觀看青少年的藝術作品後的觀感。

## C

## Income

### Total Income (i)

Expense (please break down into details)

\$	1,000
\$	135,000
\$	10,500
\$	18,700
\$	25,000
\$	1,000
\$	3,000
\$	5,800

\$

\$

\$

\$

\$

\$

\$

\$

\$

\$

\$

\$

\$

\$

\$

\$

\$

\$

\$

\$

**Total Expense (ii)****Funding Amount Requested (ii - i)**

**D** Declaration

On behalf of the Executive Board of our Agency, I confirm that all information provided in this application form and other related documents (if any) are, to the best of my knowledge, accurate and complete.

**Signature**



Name: 李慧莊  
Post Title: 中心創辦人  
Date: 6/4/2017

**Agency Stamp**

