



多管齊下 促進學生精神健康

教育局首席教育主任 (特殊教育) 劉穎賢博士

世界衛生組織指出「沒有精神健康就沒有健康」(there is no health without mental health)，以突顯精神健康的重要性。在日常生活，兒童和青少年經常面對不同的轉變或困難，例如：升學、考試、患病、與家人的關係、交友等。良好的心理健康有助應對生活上的各種挑戰。不少研究指出精神健康是可以透過教育和生活經驗加以培育，學校和家庭的生活體驗為兒童和青少年心理健康發展奠定良好的基礎。因此，教育局非常重視學生的普及性精神健康推廣工作，包括在不同層面透過整體規劃學校課程、積極推動不同的成長和輔導計劃、為學生提供多元出路，以及加強家校合作等，提升他們面對逆境和處理困難的能力。

學校課程和其他學習活動，促進全人發展

教育局一直鼓勵學校通過整體規劃課程和其他學習活動，為學生提供整全的學習經歷，培養他們的正面價值觀及面對逆境的能力。現時不同科目/課程已包含相關學習內容，例如小學常識科、初中生活與社會課程、高中通識教育科，以及德育及公民教育課程，讓學生獲得精神健康相關的知識，培養正向思維和解難能力，明白有需要時盡快尋求專業協助是正確的做法。本局多年來持續提供相關學習材料及教師專業發展課程，支援學校。此外，我們亦強調全方位學習對學生擴闊視野、強化抗逆能力、保持心理和精神健康的重要。例如：學生透過擔任健康大使，既可服務他人，亦能多認識自己，培養同理心和堅毅樂觀的生活態度。教育局亦大力推動不同的成長計劃，如為小學而設的「成長的天空」計劃、在中學推行的「多元智能躍進」和「學生大使-積極人生」計劃等，藉歷奇、團隊及解難訓練促進學生的抗逆力，培育他們自尊自律、勇於承擔和敢於求變的態度。

建立多元化升學和就業出路

升學和就業是不少學生面對的難關。現時香港有21間本地學位頒授院校，共提供約300個學士學位課程和約400個副學位課程。另外，學生可因應其志向和能力選擇其他課程，例如毅進文憑課程和在香港開辦的非本地課程等。政府更致力推廣職業專才教育，鼓勵年輕人按自己的能力和興趣選擇升學途徑或投身不同行業。受惠於公帑資助和自資界別的发展，現時適齡人口組別中約百分之五十的年輕人能夠在本港修讀學位程度的課程；連同副學位學額一併計算，現時已有近百分之八十的年輕人在本港修讀專上課程。此外，政府近年落實了一系列措施，進一步增加同學們接受資助高等教育的機會，例如由2018/19學年起，大學教育資助委員會資助的「高年級學士學位課程」收生學額已增加至每年5 000個；透過「指定專業/界別課程資助計劃」提供每屆約5 000個資助學額，讓學生修讀配合本港人力需求指定範疇的自資學士學位和副學位課程；以及由2017/18學年起向修讀香港自資學士學位課程及指定內地學士學位課程的學生提供免入息審查資助。

家校合作，關愛學生

家長對子女的健康成長舉足輕重，而在協助學生面對壓力或情緒問題時，家校緊密合作更是不可或缺。有見及此，「家庭與學校合作事宜委員會」積極向學校及家長推廣《快樂孩子約章》，舉辦有關培育正向孩子及親子溝通的講座；近年並聯同家長教師會聯會及地域校長會舉辦講座，讓家長學習如何識別和支援受情緒或壓力困擾的學生。教育局亦積極鼓勵各地區家長教師會聯會及學校的家長教師會響應《快樂孩子約章》，舉辦相關活動。此外，教育局亦推出名為「家長智Net」的家長教育專題網頁，方便幼稚園及中小學家長獲得支援學童身心發展的資訊，包括親子關係、管教子女、如何處理子女的情緒及精神健康問題等。更值得一提的是，教育統籌委員會成立的「家校合作及家長教育專責小組」檢視了現行推廣家校合作及家長教育的方式，亦探討如何避免過度競爭。「專責小組」已就制定家長教育的課程架構、推行全港性的「正向家長運動」提出建議，希望能夠盡快落實，造福孩子。

提升學生的精神健康，實有賴社會上不同人士的響應。我們寄望大家能繼續攜手合作，多一點具體行動去關心和支助身邊的年輕人，為他們提供正向的成長環境，讓他們積極面對人生，活出精彩。

二〇一九年五月十五日

修訂日期: 2019年5月15日