

提升學生精神健康的措施

教育局 教育心理服務(九龍)組

11.1.2019

加強推廣精神健康及支援有精神健康需要的學生

- 教育局通函第 126 /2017 號

- 推廣精神健康
- 專業發展課程
- 額外資源

教育局通函第 126 /2017 號

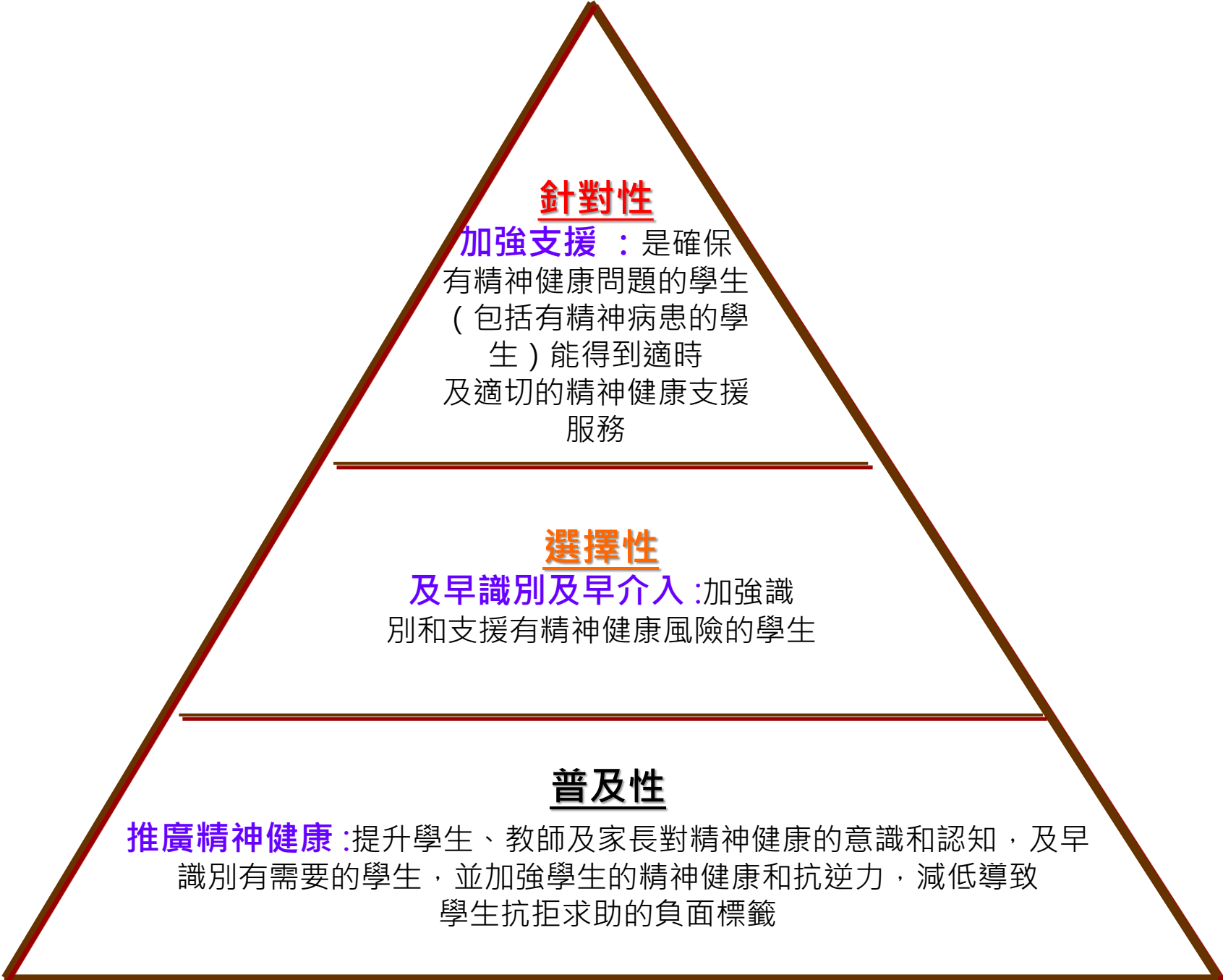
分發名單：各中、小學及特殊學校校長

副本送：各組主管—備考

加強推廣精神健康及支援有精神健康需要的學生

摘要

本通函旨在提醒學校推廣精神健康，以及採取適當措施加強支援有精神健康需要的學生，並公布於二零一七/一八學年推出的有關措施，包括推動「好心情@學校」計劃、籌辦教師專業發展課程、提供「學習支援津貼」等。



針對性

加強支援：是確保有精神健康問題的學生（包括有精神病患的學生）能得到適時及適切的精神健康支援服務

選擇性

及早識別及早介入：加強識別和支援有精神健康風險的學生

普及性

推廣精神健康：提升學生、教師及家長對精神健康的意識和認知，及早識別有需要的學生，並加強學生的精神健康和抗逆力，減低導致學生抗拒求助的負面標籤

「學習支援津貼」

- 二零一七施政報告已宣布，由二零一七/一八學年開始，教育局為協助公營普通中、小學照顧有特殊教育需要的學生而提供的「**學習支援津貼**」，**將會涵蓋有精神病患的學生**，以便學校有額外資源，加強照顧這些學生在學習、社交、情緒和行為上的需要。

特殊學習困難

智障

言語障礙

精神病

自閉症

注意力不足 / 過度活躍症

肢體傷殘

視障

聽障

支援有精神病患學生

- 精神病的種類繁多，於兒童及青少年階段的精神病有焦慮症、抑鬱症和強迫症等，當中亦有較嚴重的精神病，如思覺失調及鬱躁症，其病徵一般較為持續，影響範圍較廣。
- 一般來說，在獲得適當的治療和康復服務後，有精神病患的學生都能克服屬過渡性質的困難，逐漸康復，恢復正常的生活，但康復過程因人而異。

學校的角色

- 患有精神病的學生需要醫護專業人員的診治，他們通常都會有精神科醫生、臨床心理學家或醫務社工跟進。學校的角色主要是配合醫護治療和康復的要求，協助他們適應在學校的生活。

建立學校支援團隊

- 全校參與模式 融合教育 運作指南—第五章 學生支援小組

5.1 成員

「學生支援小組」的成員應包括：

- 校長、副校長或資深主任擔任統籌主任；
- 有特殊教育需要學生的班主任或科主任；
- 課程發展主任/學務主任、輔導主任、學校社工等，並按需要邀請家長、教育局專責人員等出席某些會議，包括個別學習計劃會議。

建立學校支援團隊

學生支援小組統籌主任

- 統籌主任應擔當領導的角色，**整體**統籌校內融合教育支援策略的制訂、推行及檢討，以加強學校推行融合教育的效能，讓有**特殊教育需要的學生**，包括有**精神病患的學生**受惠。

輔導主任

- 學校的輔導主任應繼續**擔當領導的角色**，統籌、制訂和推行校內支援**有精神病患學生**的策略，以照顧他們的社交、情緒、行為等各方面的需要，幫助他們適應校園生活。
- **學生支援小組需與輔導組協作**，因應個別學生的困難和情況，而**給予不同程度的學習支援和調適安排**，並一起檢視支援這些學生的策略和資源運用的成效。

輔導組/人員的角色

檢視支援有精神病患學生的校本政策

統籌計劃、推行及監察
給予有精神病患學生包括學習、社交及情緒方面的支援

建議調配校內外的資源
有效照顧學生的需要

參與決定學生需要的支援層次，並建議適切的方法及策略

與相關學校人員和不同專業緊密合作

確保學校保存適當的記錄及文件

按需要就資源運用及相關事宜向學生支援小組尋求諮詢

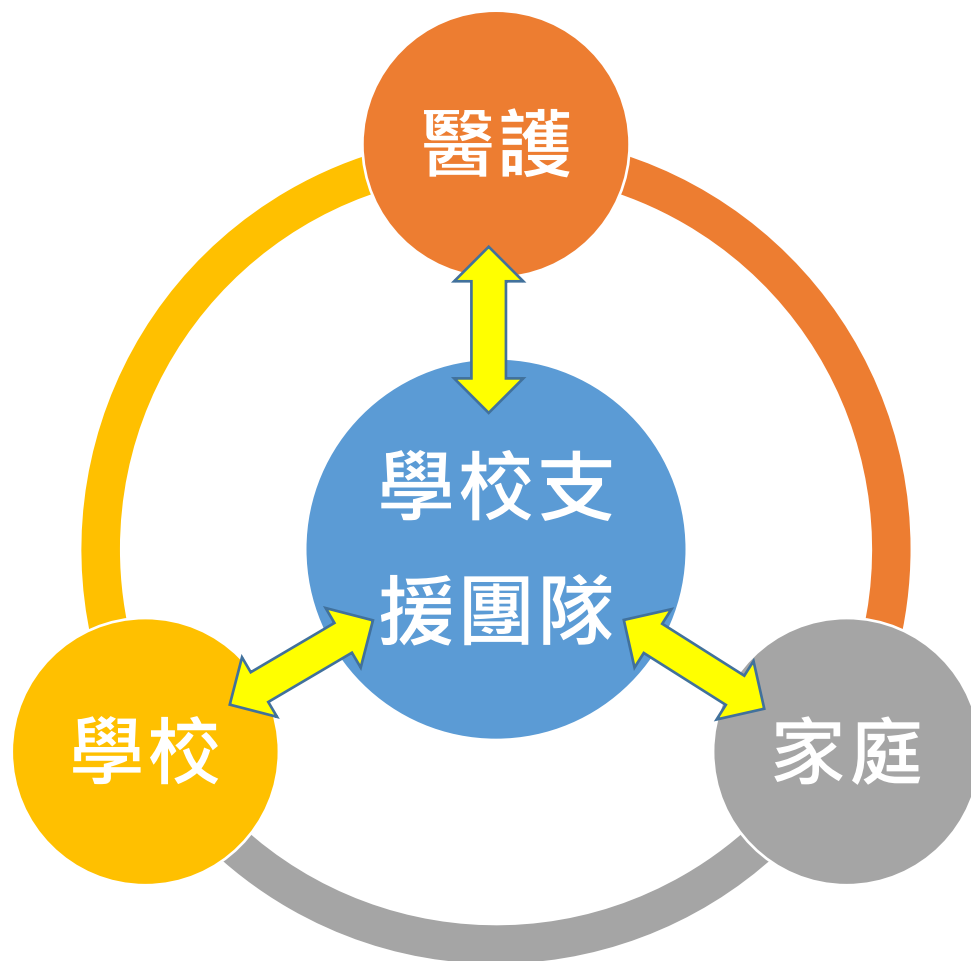
跨專業團隊協作

- 以跨專業團隊形式去計劃及評估為學生提供的支援策略，並定期監察、評估及檢討學生的情況和支援成效。
- 團隊的成員包括教職員(例如：訓輔老師、駐校社工、學生輔導人員、班/科系主任)及其他專業人士(例如：精神科醫生/護士、臨床心理學家、教育心理學家、家庭/醫務社工)。
- 除此之外，學校宜邀請家長及有關學生一同參與。

《學校如何幫助有精神健康問題的學生》指引

<http://www.edb.gov.hk/attachment/tc/student-parents/crisis-management/about-crisis-management/mentalhealthproblems-c.pdf>

家校及跨專業合作



建立支援系統

建立學校支援團隊

- 例如安排不同的學校人員擔任不同的角色(如給予關懷和支援、決策/安排資源等)

保持與不同協助者溝通， 了解進展

- 成立跨專業團隊(例如訓輔老師、駐校社工、學生輔導人員、班/科系主任、其他專業人士，如教育心理學家、精神科醫生、家庭/醫務社工)，讓不同持分者共同參與支援

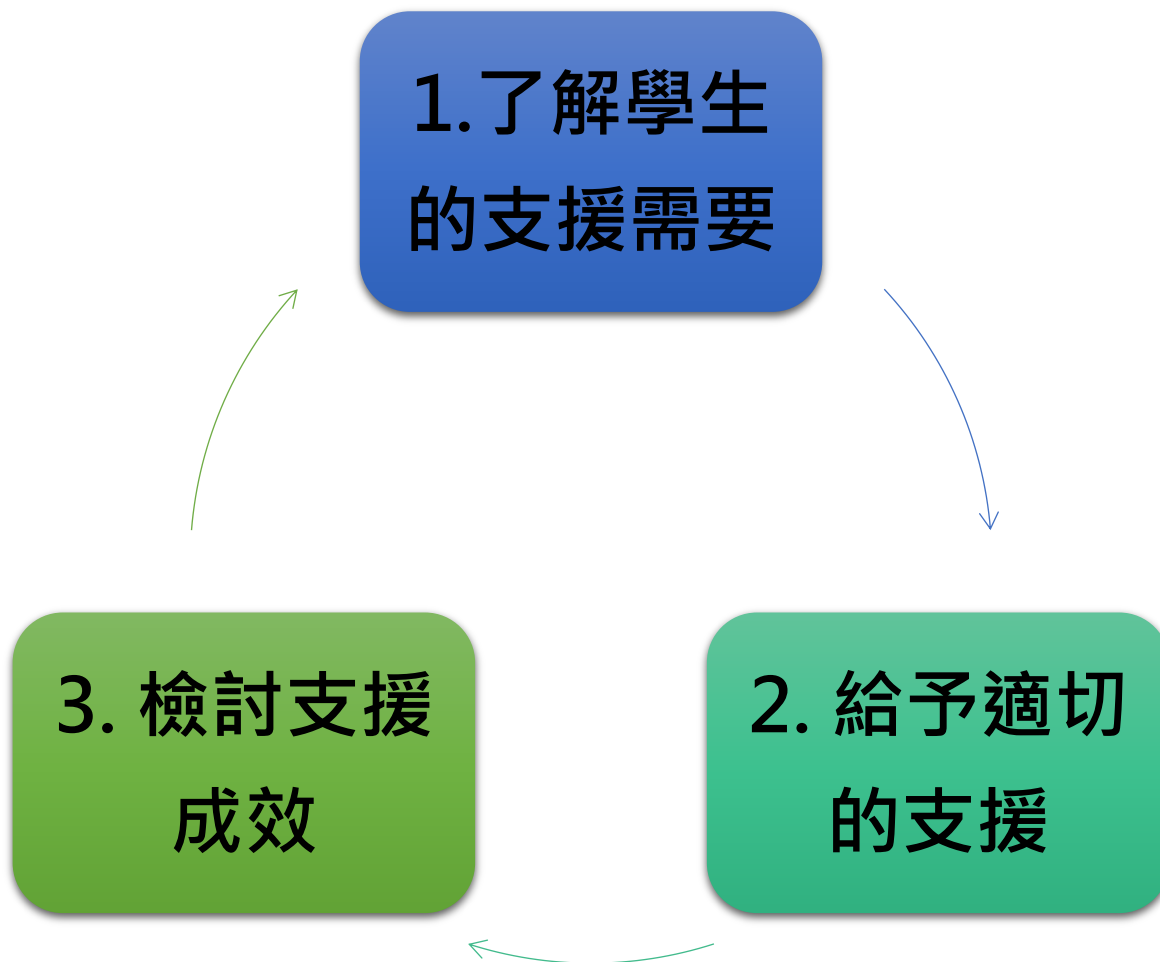
與家長建立互信、伙伴 關係

- 例如安排一位合適的學校人員作為聯絡人，與家長保持緊密的溝通和聯絡

了解受助學生的想法和實際需要、 商討支援方法

- 舉行個案/檢討會議，並邀請家長及有關學生一同參與，因應學生在不同階段的需要，計劃及評估為學生提供的支援策略，並定期監察及檢討學生的情況和支援成效，及商討突發事件的處理程序

校本輔導及支援



1. 了解學生的支援需要

有精神病患的學生在適應校園生活上的一般有甚麼困難？

- 上學方面？
- 課堂學習方面？
- 完成功課方面？
- 社交方面？
- 行為方面？

欠交功課

拒學

默不作聲

大哭大鬧

不停發問

成績退步

逃避活動

身體不適

離群獨處

對抗

精神病患

精神狀態欠佳

較難與人溝通、
建立社交關係

認知功能下降

有精神病患的學生在適應校園生活上的困難

(1) 精神狀態

- 部分患病學生可能受病徵或藥物的副作用影響而容易出現疲倦、渴睡、眼花、頭暈、行動緩慢、坐立不安等情況，以致他們在學校的表現有可能受到影響
- 例如：
 - 難以起牀上學或經常遲到
 - 經常因覆診或身體不適而請假
 - 難以完成或準時繳交功課
 - 較難專注課堂學習或活動
 - 情緒不穩定

有精神病患的學生在適應校園生活上的困難

(2) 認知功能下降

處理訊息速度	需要較長時間處理訊息，以致工作效率較慢
注意力	難以專注聽課或完成課業，也較難長時間集中精神
工作記憶	難以提取或儲存記憶中相關的資訊，經常遺忘指示，或難以跟從較複雜的指令
計劃及組織	難以有系統地應付學習上的要求，例如：在整理筆記和個人物品、計劃完成課業和編配溫習時間等方面出現困難
語言流暢度	語言表達和溝通方面出現困難，較難檢索和處理有關語言方面的資料，或以語言清晰的表達意見
語言學習/記憶	較難組織及記住透過語言傳遞的訊息
視覺記憶	文字和圖像方面的記憶力較差，容易忘記剛接觸過的視覺資訊



影響學習的進度



影響自信心

有精神病患的學生在適應校園生活上的困難

(3) 溝通和社交關係

- 部份患病學生可能出現一些徵狀，如對他人的**反應比較敏感、緩慢和沉默寡言**等。他們**對事物仍提不起興趣或缺乏動力**，影響他們跟其他同學或學校人員的溝通和相處。

有精神病患的學生在適應校園生活上的困難

(3) 溝通和社交關係

- 同時，**有些同學因不理解患病學生的情況，對他們的行為和態度較為負面**，患病學生可能會因此感到焦慮或情緒低落，進一步阻礙他們與人溝通和建立社交關係。
- 例如：
 - 不明白患病學生的病徵及藥物帶來的副作用，如疲倦、渴睡而取笑他；
 - 認為患病學生能力差會阻礙課堂的學習進度而不喜歡他；
 - 因患病學生出現的一些徵狀，如反應比較敏感、緩慢而疏遠他；
 - 擔心刺激患病學生而避免與他接觸。

2. 給予適切的支援

欠交功課

拒學

默不作聲

大哭大鬧

不停發問

成績退步

逃避活動

身體不適

離群獨處

對抗

精神病患

較難與人溝通、
建立社交關係

認知功能下降

精神狀態欠佳

協助學生融入師生及朋
輩之間的相處和溝通

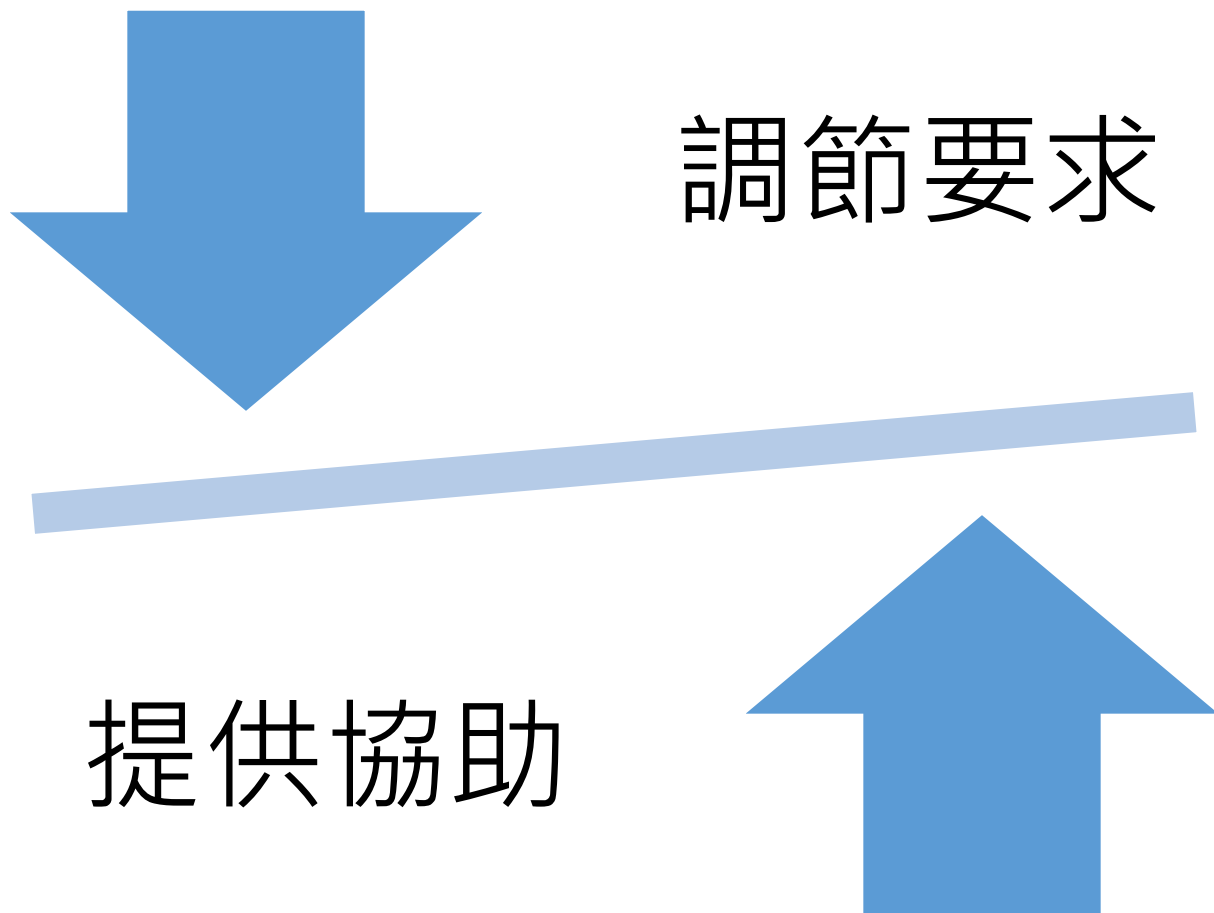
協助學生重新建立有
規律的校園生活

協助學生參與學習活動

a) 協助學生重新建立有規律的校園生活

- 上課時間
- 班房及課堂管理
- 課堂常規及自理
- 小息及午膳安排
- 課外活動

b) 協助學生參與學習活動

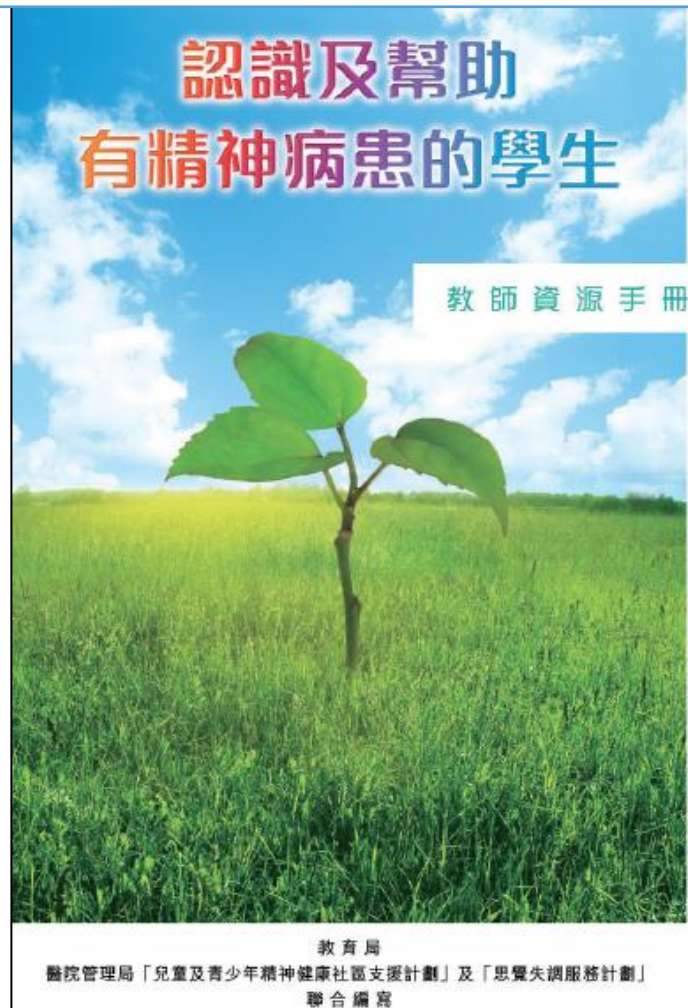


b) 協助學生參與學習活動

- 授課及講解
- 堂課
- 提問
- 小組討論
- 進行寫作練習

附錄一：

支援有精神病患的學生的策略舉隅



(b) 堂課	- 透過示範或指導，協助學生開展工作 - 將工作分成較細小部分 - 給予額外提示，例如：提示學生可參考書本上的某個章節/部分、提供數學算式或給予例題 - 提示學生分配及善用時間，如有需要，可容許學生運用計時器 - 以單面列印筆記及工作紙，讓學生可同時參考筆記及答題
(c) 提問	- 按學生的能力，提問是非題或開放式問題 - 提問前先給予預告，讓學生有充足的思考時間 - 容許學生以非語言方式回應提問，例如：點頭/搖頭，或到黑板指出/寫出答案 - 給予學生充足時間、指示或選項，以協助學生作出回應
(d) 小組討論	- 安排合適的同學與學生同組討論 - 按照學生的能力及狀態，協助學生在小組中參與討論
(e) 進行寫作練習	- 給予寫作大綱或框架，協助學生構思段落內容，並提供相關詞彙作提示 - 按學生能力，可減少字數要求
2. 功課安排	- 提供功課調適，儘可能減輕學生的功課壓力，例如：減少功課量或抄寫量、調節深淺程度、延長遞交期限或彈性處理交功課的日期 - 容許多元化的作答方式，例如：口頭匯報代替文字報告
3. 考試安排	按學生的需要及專業人員的建議提供特別考試安排，例如：安排監考員提醒學生專注作答、安排在特別室進行測考、特別座位安排、豁免考試（例如：口試）

- http://www.edb.gov.hk/attachment/tc/student-parents/crisis-management/about-crisis-management/Resource_Handbook_for_Schools_tc.pdf

b) 協助學生參與學習活動

- 功課安排

- 提供功課調適，儘可能減輕學生的功課壓力，例如：減少功課量或抄寫量、調節深淺程度、延長遞交期限或彈性處理交功課的日期等
- 容許多元化的作答方式，例如：口頭匯報代替文字報告

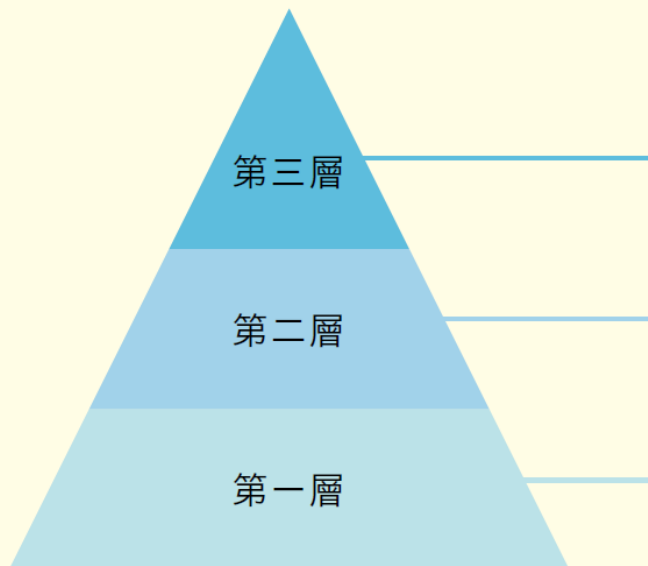
- 考試安排

- 按學生的需要及專業人員的建議提供特別考試安排，例如：安排監考員提醒學生專注作答、安排在特別室進行測考、特別座位安排等

c) 協助學生融入師生及朋輩之間的相處和溝通

- 建立互信的關係，令學生在有需要時較願意尋求協助
- 聆聽及給予鼓勵
- 安排朋輩支援
- 協助或指導學生之間應有的相處技巧和態度

透過三層支援模式促進學生的精神健康及支援有精神健康需要的學生：

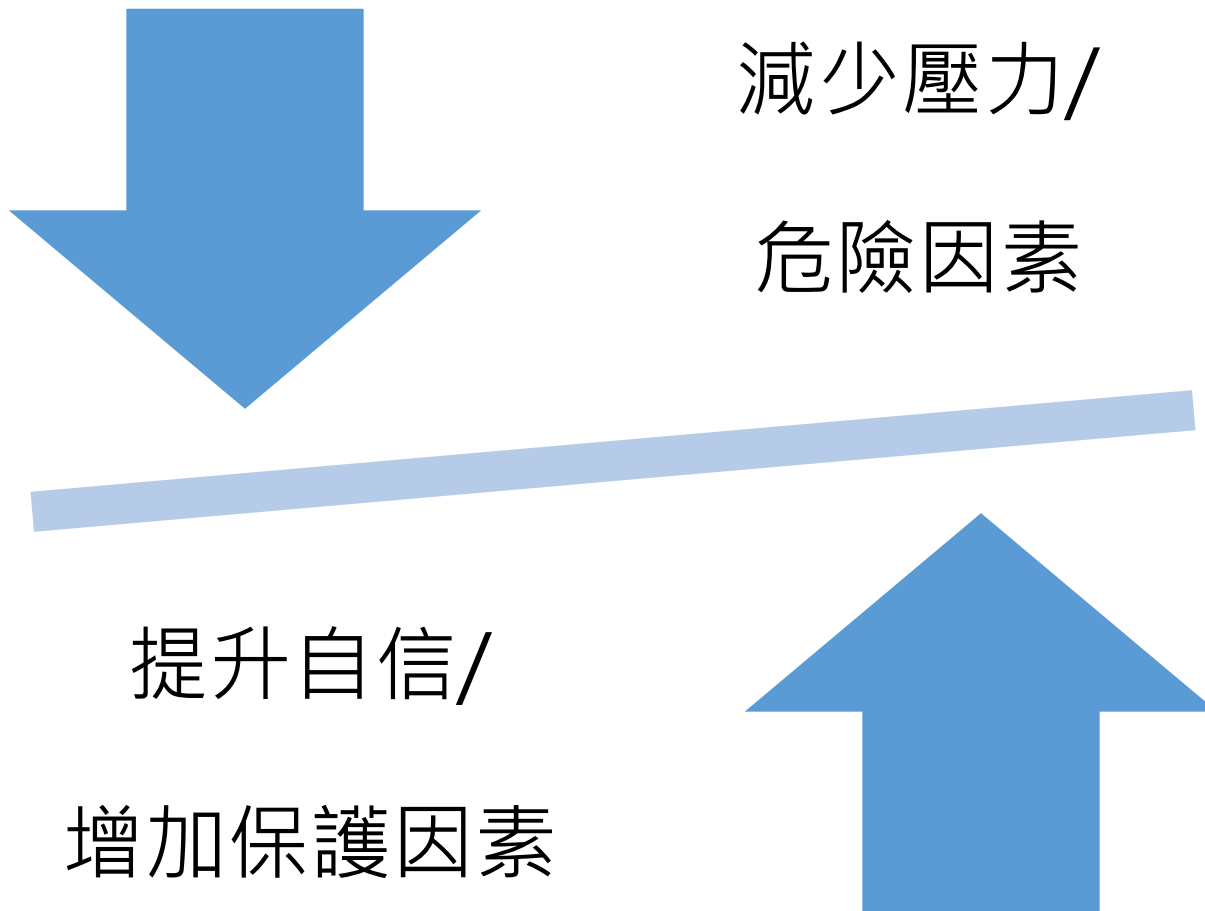


為有嚴重學習或適應困難的學生提供深入的專業評估及加強個別支援，包括訂定「個別學習計劃」。

為有持續學習或適應困難的學生，提供額外支援，例如：小組輔導。

及早識別較脆弱的學生，並透過優質課堂教學和輔導計劃，協助有短暫或輕微學習或適應困難的學生，避免問題惡化。

支援方向



班級層面的策略舉隅

- **全班式的成長/生活教育**
 - 例如教授全班同學處理情緒的方法，如辨別情緒、如何處理害怕、憤怒、擔憂等情緒
- **正向的師生溝通模式 (如回饋學習表現)**
 - 用正面的說話
 - 避免負面的處理方法
- **教導其他學生與有精神病患的學生相處的技巧**

小組/個人層面的策略舉隅

跟進學生的情緒變化

- 與學生溝通、定時傾談，或在需要時給予情緒支援
- 安排合適的空間，當學生情緒狀態較差時可在該處休息
- 記錄學生情緒的狀況
 - 有關資料可供家長及醫護人員參考
 - 如學生情況持續惡化，學校人員應與家長聯絡

提供輔導/訓練

- 心理教育

- 協助學生明白病徵對其學業及社交表現的影響，幫助學生找方法減少這些症狀對學校生活的影響

- 辨別情緒/處理情緒的方法

- 例如

- 教授處理憤怒情緒的方法——不開心時要用說話恰當地表達想法，而非用暴力、滋擾性或逃避等方式處理
 - 協助學生以正面思想取代負面思想，並教授正面自我對話的方法
 - 教學生情緒低落時要表達及尋求協助

- 社交解難技巧

- 提供個別的學習輔導

- 例如

- 學生需要進行專題研習計劃，可能需要個別指導學生定下短期目標，按部就班地完成

制訂個人學習計劃

- 如有需要，可為學生制訂個別學習計劃，訂定個別的學習目標，定期檢討

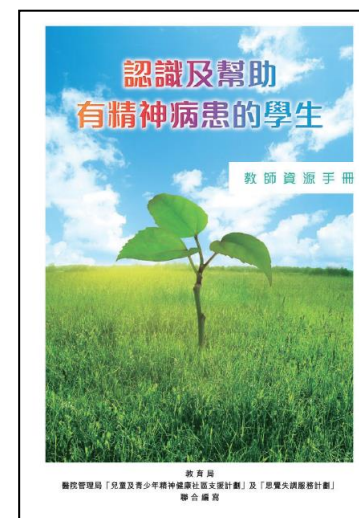
例子：

範疇	目標	預期學習成果
自理	改善個人衛生	• 能保持儀容整潔 (頭髮清潔、校服鞋襪乾淨) • 能保持個人物品(食具)清潔
	改善上學習慣	• 能回校上課
	提升運用社區資源的能力	• 能自行外出去易到達的地方(如家中附近的地鐵站)
社交	提升社交能力	• 能主動找人(老師或同學)出外午膳 • 能主動參與課外活動/興趣班
學習	鞏固中文科學習	• 能利用腦圖、點列摘錄課堂資料 • 能運用腦圖構思文章

參考資料及相關社區資源

教育局的資源

- 學校行政手冊
- 學校如何幫助有精神健康問題的學生指引
- 認識及幫助有精神病患的學生 – 教師資源手冊
- 學校處理學生自殺問題電子書：及早識別、介入及善後
- 全校參與模式 融合教育 運作指南
- 教育局通函第 126 /2017 號
- 教育局通告第 8 /2017 號



好心情@學校

- 衛生署和教育局在2016/17學年於全港中小學推動「好心情@學校」計劃，透過「與人分享」、「正面思維」及「享受生活」三個元素，提升學生對精神健康的關注和認識及適應不同環境改變的能力。

www.edb.gov.hk/joyfulatschool

好心情@學校

https://www.edb.gov.hk/tc/edu-system/special/resources/joyfulatschool/school_promotion_activity.html

致：教育局教育心理服務(九龍)組
(傳真號碼：2715 8056)
(經辦人：梁婉嬌女士)

附件一

「好心情@學校」計劃 (2018/2019)
「好心情@香港」生活情境漫畫 X-框 借用申請表



學校聯絡人姓名：_____ 職位：_____
借用日期：由_____年_____月_____日至_____年_____月_____日

本校申請借用下列的 X-框*：(請以✓表示，最多借用 5 項)

項目	物品名稱	申請借用	由教育局填寫 (✓可借出； x未能借出)	項目	物品名稱	申請借用	由教育局填寫 (✓可借出； x未能借出)
1	「考」驚驚			13	小確幸，大感動		
2	讀男不獨			14	自 high 無限 fun		
3	分數不似預期			15	粽有你鼓勵		
4	儲滿血打大佬			16	新丁友緣人		
5	俠義相助			17	難兄難弟		
6	撥亂反正			18	叉足電，再挑戰		
7	好嘢介紹返			19	升呢冇冇怕		
8	金翅開心鳥			20	升中大驚喜		
9	重新愛上我			21	熱血球隊		

「好心情@學校」計劃 - 優質教育基金

- 優質教育基金申請撥款的優化措施(2017年4月)
 - 提高微型計劃的撥款上限
 - 提高微型計劃的撥款上限至不超過200,000元
 - 免除「好心情@學校」計劃下以合作模式推行微型計劃的申請名額限制
 - 不受現行申請名額（每申請人每學年兩個）限制
 - 以鼓勵更多非政府機構/大專院校等與學校合作舉辦「好心情@學校」計劃及推出合適的精神健康相關活動

醫教社同心協作計劃 (Student Mental Health Support Scheme)

- 食物及衛生局聯同教育局、醫院管理局(醫管局)及社會福利署(社署)共同推出
- 跨專業團隊在每所學校成立，核心成員包括一名醫管局精神科護士、專責教師及一名學校社工，與醫管局的精神科醫療團隊、校本教育心理學家、相關教師和相關社會服務單位的社工緊密合作，為有精神健康需要的學生及他們的照顧者提供支援服務
- 由2016/17開始試驗計劃，本學年共有41間中小學參加

精神科專科門診服務

醫院/診所	地址	聯絡資料
雅麗氏何妙齡那打素醫院	新界大埔全安路 11 號	電話: 2689 3262 傳真: 2667 6353
葵涌兒童及青少年精神科中心	新界瑪嘉烈醫院專科門診部K座8樓	電話: 2959 8555 傳真: 2959 8801
瑪麗醫院	香港薄扶林道102號J座5樓	電話: 2255 3656 傳真: 2255 3993
屯門醫院	新界屯門青松觀路廿三號	電話: 2454 1744 傳真: 2468 5504
基督教聯合醫院	九龍觀塘協和街 130 號	電話: 3949 4866 傳真: 2205 1763
油麻地兒童及青少年精神健康服務 (備註: 請到葵涌兒童及青少年精神科中心辦理新症預約)	伊利沙伯醫院T座日間醫療中心新翼八樓	電話: 2384 9774 傳真: 3506 4389

醫院管理局 24小時精神健康專線 : 2466 7350

「兒情」計劃 - 兒童及青少年精神健康社區支援計劃

- 服務對象
 - 中小學、相關的青少年服務機構及地區團體 受輕度至中度焦慮、抑鬱情緒困擾的6 -18 歲兒童及青少年
- 服務範圍
 - 公眾教育講座、教育活動、展板介紹
 - 專業諮詢、提供社區資源配對服務建議
 - 小組治療
 - 個人輔導
- 聯絡查詢
 - 電話 2959 8094
 - 網址：<http://www3.ha.org.hk/CAMcom/>