13.0 精神健康政策

（一）理念

過去數年，社會受疫情影響，為學生帶來前所未有的挑戰。在逐步回復正常校園生活的過程中，學生需適應學習及社交模式的轉變，並可能因學業測考及成長壓力而影響情緒與精神健康。有見本港學童精神健康需求日益迫切，本校將積極運用教育局及社區資源，推行多元化的校本及班本支援活動，培養學生正面價值觀，強化抗逆力，以促進全人發展。

（二）目的

本政策以「全校參與」模式為基礎，透過「普及性」、「選擇性」及「針對性」三大支援層面，全面推動學生精神健康發展。旨在提高學生、教職員及家長對精神健康的認知與敏感度，減少污名標籤，並加強及早識別機制；同時為有精神健康風險的學生提供適切介入，並確保有確切需要的學生能獲專業轉介及支援服務。

（三）政策內容

1. 營造關愛共融的校園文化，定期為教師及職員提供精神健康相關培訓及工作坊，增強他們識別及支援有情緒需要學生的能力。
2. 加強家長教育，透過實體及線上講座、親子工作坊及資源套，協助家長掌握情緒支援及有效溝通技巧，共同支援子女成長需要。
3. 建立系統化學生輔導機制，包括三級支援架構，並與校外專業機構協作，提供適時輔導及跟進服務。
4. 推動多元化校本活動，如生命教育課、靜觀練習、朋輩支援計劃及團隊歷奇活動，協助學生建立正向價值觀、情緒調適及抗逆能力。

（四）檢討及修訂

1. 本校將每年對精神健康政策進行全面檢討，並透過問卷調查、持份者會議及專業機構評估，收集教職員、學生及家長意見，因應社會變化和學生需要作出適切修訂，以確保政策之適切性與有效性。

（五）參考資料

1. 「校園．好精神」學生精神健康資訊網站
https://mentalhealth.edb.gov.hk/tc/

2.《4Rs 精神健康約章》專頁
https://mentalhealth.edb.gov.hk/tc/promotion-at-the-universal-level/promotional-resources-for-schools/121.html

3. 精神健康諮詢委員會「陪我講 Shall We Talk」專題網頁
https://www.shallwetalk.hk/zh/