

計劃名稱：

思動計劃 – 在學校推動積極的精神健康文化

**1. 支援服務統籌單位**

教育局 質素保證及校本支援分部 校本專業支援組

**2. 網絡統籌機構**

香港大學 精神醫學系

**3. 目標**

計劃旨在：

- 加強教師對精神健康的認識(當中包括：因社會事件而經常暴露於壓力事件所引致的精神問題，例如：急性壓力症，創傷後壓力症等)，及處理學生因壓力而出現的情緒和行為問題的知識和技巧
- 透過提升身心健康和處理精神健康問題的能力，在中學提倡正面的精神健康文化
- 提升對精神健康的意識，營造友善的校園環境
- 加強學生對於心理健康及疾病的理解、應付壓力和情緒的技巧及對有精神病患(尤其是思覺失調)的人士的同理心

**4. 支援重點**

- 在參與學校推動正面精神健康文化
- 按每間參與學校的需要，推動正面的精神健康
- 發展學生精神健康領袖計劃，為學生領袖提供持續性個人發展架構
- 建立跨校精神健康網絡
- 設立網上平台以推廣精神健康

**5. 支援模式**

- 到校講座
- 3 節知識及應對技巧學生工作坊及 3 節教師專業培訓工作坊
- 6 星期與康復者接觸體驗及 3 天大學研究體驗
- 1-2 個專題實踐計劃以推廣正面精神健康文化
- 「米青年」精神健康大使計劃
- 為教師舉辦分區的心理康復研討會

**6. 對參與學校的期望**

- 每所參與學校須對討論精神健康問題持開放及正面態度，並委派 2 至 3 位教師作為核心成員，在校內致力推廣正面精神健康文化
- 參與學校支持在學校舉行有關精神健康的活動
- 參與學校支援跨校精神健康網絡，與其他參與學校交流經驗
- 參與學校的代表全年必須出席最少 2 次會議，與網絡統籌機構及其他參與學校制定策略及擬定工作計劃等工作
- 參與學校為有關教師安排固定的時段以出席會議及參加不同的專業發展活動
- 參與學校須恪守法律上的責任，並在任何情況下，遵守版權條例，以

## 發展校本學與教材料