



幫助評估  
學生狀況  
的工具：



七種情緒病自我測試  
香港中文大學香港健康情緒中心



凱斯勒心理困擾量表 (K10)  
陪我講 ShallWeTalk



3分鐘心理健康小測驗(GAD-7 & PHQ-9)  
香港紅十字會

## 總結及建議

就著與平行心間以及精神健康綜合社區中心的同工交流後，我們都理解到雖然現行的做法確實沒有正規的銜接予中學的離校生/畢業生，這當中涉及很多複雜的因素，而作為青年工作者的我們，現階段仍然是可以：

1. 於恆常的服務中，增加青少年對情緒及精神病的認識；
2. 在可行的情況可多聯繫相關的精神健康服務單位作直接的服務交流，透過真實的接觸，減少青少年對他們的標籤及誤解；以及
3. 及早於學生未離校前，主動與相關的精神健康服務單位接觸，商討有關的服務銜接。

我們相信在各單位群策群力下，能令有精神健康服務需要的學生得到更適切的幫助。

參考自香港中文大學「中學生精神健康實例與研習小冊子」



督印人 鍾詠雯姑娘  
編輯 植嘉穎姑娘、鄭曉鋒先生、葉汝新先生  
印量 4300本

號外

互動校園除實體刊物外，大家可透過以下IG或Facebook看到啦，由第46期開始，互動校園以電子期刊與大家見面，請大家預先追蹤我們的IG及讚好我們的Facebook，以便大家獲取新的資訊。

中心網頁：<http://fosssw.sahkfos.org/home>

Facebook：<https://www.facebook.com/sahkfossswu/>

Instagram：<https://www.instagram.com/fos.sswu/>

誠邀你成為我們的中心會員：



少年會員(12-14歲)  
青年會員(15歲或以上)



附屬會員(知心友)  
家長/成人會員

讀者回應



香港童軍總會  
童軍知友社

學校社會工作服務

地址：新界元朗水邊圍邨盈水樓平台201-203室

查詢電話：2443 3640 傳真：2443 2522

電郵：sswadmin@sahkfos.org

網址：<http://fosssw.sahkfos.org>



抱負

成為香港最優秀的青少年服務機構之一，致力培育青少年健康成長、造福社會。

使命

創造有利條件，以協助青少年建立自我、貢獻社群。

價值觀  
我們重視

- 青少年在發展自我的過程中，面對一些困難和阻力，這些困難如處理得宜，可以成為他們成長的動力和助力。
- 青少年擁有獨特的潛能，在其成長與發展的過程中，必須透過體驗和實踐，不斷地探索和發揮。
- 青年人對社會發展的承擔，青少年須透過關懷別人，投入社群，以完善的人格，回饋社會。
- 良好的成年人榜樣，在青少年建立自我的過程中，擔當著正面而重要的角色。家庭是培育青少年成長的地方，強化家庭功能有助培養積極正面、關懷社會的新一代。
- 社會工作的核心價值。
- 童軍運動的方法，有效地促進青少年身心發展。

10/2023

ISSUE  
44

非賣品

## 對有精神健康需要的 離校/畢業生的支援

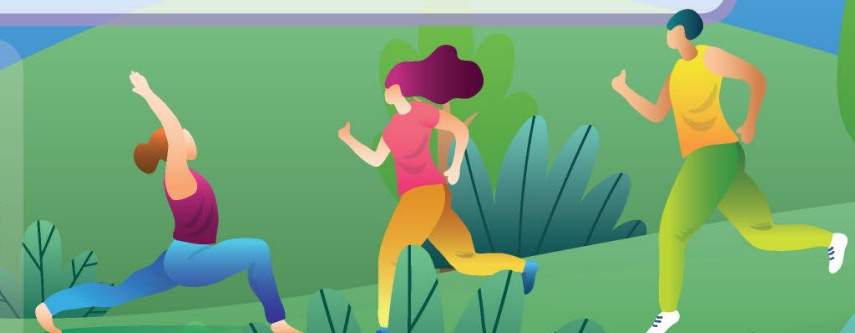


### 前言

青少年精神健康近年仍是學界以及整個社會高度關注的議題之一，有關的討論衍生了不少的支援服務或計劃，旨在希望可以預防或盡早介入，提升青少年有關方面的能耐。然而根據我們前線社工日常與服務對象的接觸和觀察，現時對有精神健康需要的中學離校或畢業生的支援，現多依賴案主本身擁有的資源協助，或是個別同工的主動聯繫接洽，似乎尚欠一些正規的銜接，故這期互動校園讓我們一起探討一下這個主題，當中我們亦邀請了相關青少年精神健康服務單位的前線同工進行訪談，就著這個議題互相交流看法，並會介紹其中兩個現行主要的精神健康服務：平行心間（香港賽馬會資助）及精神健康綜合社區中心（社會福利署資助）。

### 目錄

|                       |       |
|-----------------------|-------|
| 前言                    | P:1   |
| 現時對有精神健康需要的離校/畢業生的支援  | P:2   |
| 賽馬會平行心間計劃簡介           | P:3-4 |
| 同工訪問                  | P:5-6 |
| 我們如何支援有精神健康需要的離校/畢業生? | P:7-8 |





## 現時對有精神健康需要的離校/畢業生的支援

在成長的過程中，青少年會經歷一連串的生理和心理轉變，精神健康狀況亦容易受到自身或外在的環境因素所影響。國際和本地的研究都顯示青少年的精神病患率較其他年齡組別高。因應相關的青少年精神健康需要，教育局在2017/18學年開始便將「學習支援津貼」涵蓋有精神病患的中、小學生，以便學校加強照顧這些學生在學習、社交、情緒和行為上的需要。

中、小學生有精神健康需要時可以向學校老師、社工或輔導人員求助，相關服務屬於政府的常規福利政策。然而，當中學生離開校園，他們便不屬於服務範圍之內。以中六畢業生為例，當他們升讀大專院校後，便需要自行尋求輔導服務支援。現時本港的大專院校一般都設有學生輔導服務，並屬於院校的學生事務處的轄下。院校會有內部程序跟進有精神健康需要的學生，但相關學生需要自行主動求助，而現時亦未有正式的機制協助中學或社福機構轉介相關有需要的學生接受輔導。離校生也有類似情況，現時老師或學校社工只能夠轉介相關學生接受社區內的精神健康支援服務，但仍未有正式機制評估及跟進相關青少年的精神健康狀況。

在現時的政策下，老師或社工一般只能夠勸勉有精神健康需要的離校/畢業生主動尋求社區或院校的支援服務，或在他們的同意下嘗試協助轉介他們到合適的社區精神健康服務。但鼓勵離校/畢業生主動尋求服務往往相當困難。根據2015年香港精神健康調查，16至25歲青少年使用精神健康服務的比率只有15.4%，是所有年齡組別中最低。啟勵扶青會於2021年底進行的調查也顯示有六成受訪的14至24歲青年面對精神健康問題時不曾主動求助。當離校/畢業生遇到精神健康需要時，他們很容易會因為沒有足夠的認知或社會負面標籤等因素而拒絕尋求專業服務，導致他們得不到適切的支援。整體而言，如果中學老師和社工需要支援精神健康需要的離校/畢業生的話，他們往往處於很被動狀態，需要依靠離校/畢業生自己或其家人主動尋求服務。即使老師和社工希望作出轉介，現時也沒有清晰的指引或機制幫助前線同工應對相關情況。

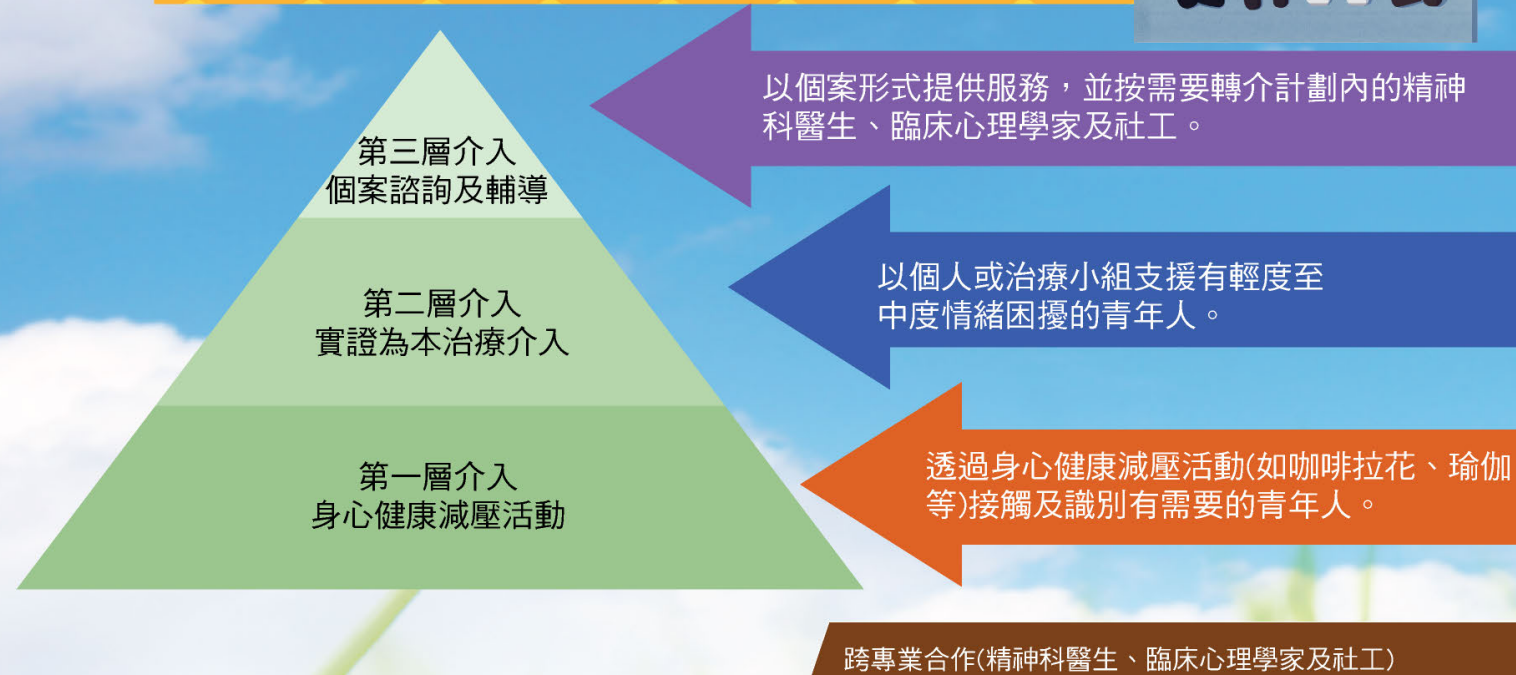
### 參考資料

1. Lo, S. M., Wong, H. C., Lam, C. Y., & Shek, D. T. (2021). An innovative multidisciplinary healthcare model in student mental health: Experience in Hong Kong. *Applied Research in Quality of Life*, 16, 301-313.
2. 精神健康檢討報告 2017  
[https://www.healthbureau.gov.hk/cn/press\\_and\\_publications/otherinfo/180500\\_mhr/mhr\\_background.html](https://www.healthbureau.gov.hk/cn/press_and_publications/otherinfo/180500_mhr/mhr_background.html)
3. 香港青年發展藍圖 2022  
<https://mwyo.org/tc/L6tjll>
4. 啟勵扶青會 調查揭示年青人有精神困擾也不願向人求助 啟勵扶青會推出「呼喚喚語」精神健康支援轉介服務 啟導年青人找適切方法解憂 (2022)  
<https://kely.org/cnt/media-centre/press-release>
5. 教育局  
<https://mentalhealth.edb.gov.hk/tc/whole-school-approach/policy-highlights.html>



## 賽馬會平行心間計劃簡介

「賽馬會平行心間計劃」由香港賽馬會慈善信託基金於2019年策劃及撥捐2億9,500萬港元，以跨界別方式聯同六間非牟利機構和香港大學聯合推行，並在全港建立八間「平行心間」供青少年尋找方便他們的專屬空間。計劃的目標為12至24歲為主的青年人建立一套專為他們而設的身心靈健康服務模式，並為受到初期情緒困擾的青年人提供早期介入及支援服務。



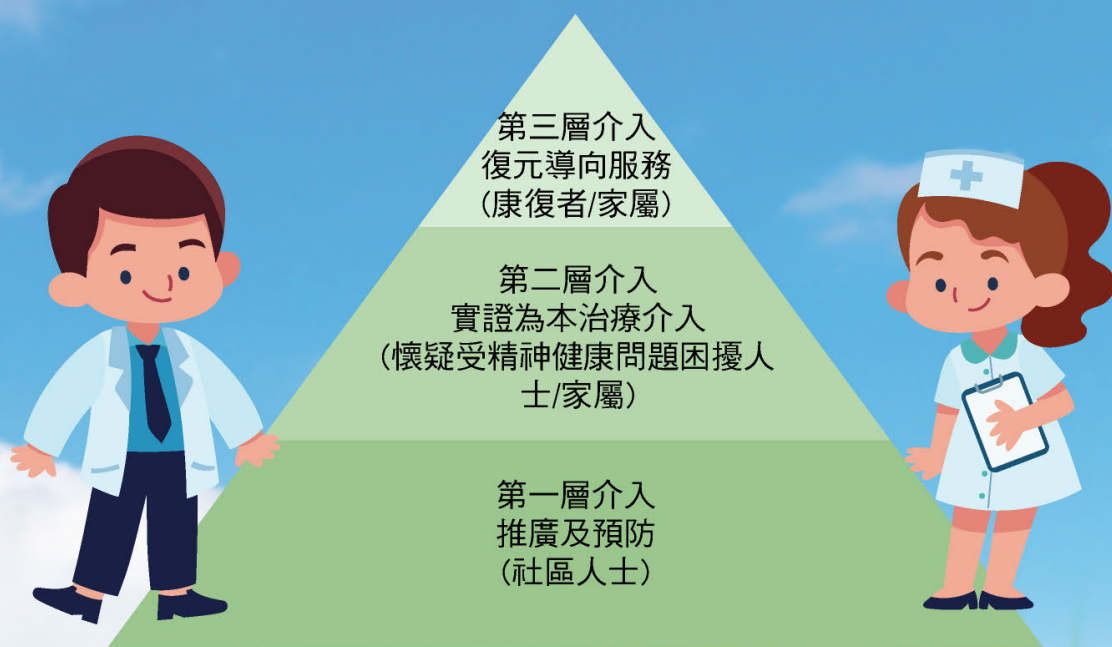
「地區為本一站式服務」及「青年友善」是計劃內的核心原則，青年人可按自己的意願自行聯絡「平行心間」的社工認識適合自己需要的服務。而學校老師及社工可以根據個別有需要青年人的狀況，轉介他們接受服務。除了個案層面的合作外，學校老師及社工亦可以聯絡「平行心間」商討合作，為學校內的學生提供適切的身心健康減壓活動。

資料轉自平行心間網頁及「如何在社區建立無標籤的青少年精神健康服務模式」



## 精神健康綜合社區中心(ICCMW)簡介

為加強對精神復元人士提供的支援及協助他們盡早融入社區生活，社署於2010年十月起於全港各區開展精神健康綜合社區中心，為有需要的精神復元人士、懷疑有精神健康問題的人士、他們的家人／照顧者及居住當區的居民，提供由及早預防以至危機管理的一站式、地區為本和便捷的社區精神健康支援服務。



跨專業合作 (臨床心理學家、社會工作員、職業治療師、精神科護士、精神健康教育主任、朋輩支援工作員及活動工作員)

現時全港合共有28間精神健康綜合社區中心，自2019-2020年度起，政府亦把精神健康綜合社區中心的服務對象延展至有精神健康需要的中學生，12歲或以上懷疑有精神健康問題的人士可自行或經由社工、醫生、輔助醫療人員或政府部門職員轉介接受服務。學校老師及社工亦可邀請中心到校舉辦教育性活動(如學生工作坊、講座或精神健康流動宣傳車等)，加強學生對精神健康的認識。

資料轉自社會福利署網頁及立法會有關青年精神健康服務的《資訊述要》

## 同工訪談

### 賽馬會平行心間(明愛-荃灣)

而是次編輯小組探訪賽馬會平行心間(明愛-荃灣)，並由賽馬會平行心間(明愛-荃灣)高級督導主任CHERRY及社工阿朗帶領參觀。阿朗表示單位由明愛賽馬會梨木樹青少年綜合服務的閱覽室撥出空間設立。

阿朗指出空間內設施以青少年為主導及設計，例如：青少年可隨意使用中心茶水間的器具手沖咖啡。另外，青少年亦可隨意於電視中選擇觀看串流平台內的電視節目或電影。此外，職員亦會聆聽青少年的聲音修改空間佈置，如：於藝術治療畫廊展示青少年的作品。另外，職員亦會聆聽青少年的意見更改設施用途，如：增設自修空間。而CHERRY及阿朗分享當中最受青少年歡迎的設施為「放空」空間。青少年可與職員預約，於個人空間內休息。

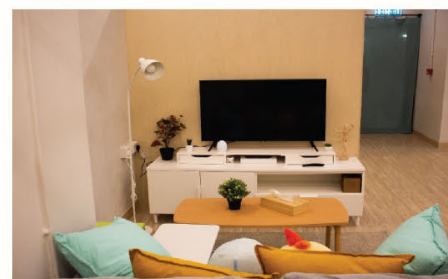


阿朗認為平行心間能做到青少年協作，分享深刻經歷，並表示現時資深青少年會員會主動協助職員向新會員(入會人士)介紹平行心間服務及進行入會程序。另外，當青少年出現困難，甚至出現情緒問題，青少年也較傳統服務更願意向同工分享內心的想法，並尋求支援及協助。此外，他們亦能轉介青少年接受精神科醫生評估及臨床心理學家心理治療，及早處理青少年精神健康問題。



就著本期期刊探討離校生的支援主題，CHERRY表示他們於賽馬會平行心間(葵青)亦有專為有上學困難的青年人推行「心靈休整」多元才藝日間計劃，協助他們建立安全感，並提供接納和自主學習環境。此外，阿朗亦分享他們不時與大專合作推行計劃，於大專進行簡單評估及減壓活動，讓青少年意識自己的精神狀態，反應也不錯，加強青少年留意自身的精神健康。另外，他們亦會與中學合作，進行不同形式的教師工作坊，讓教師認識平行心間工作，並推動教師轉介有需要青少年接受相關的服務。

最後，CHERRY及阿朗均認為青少年主導模式的平行心間服務為將來青少年服務改革有重要示範作用，並認為青少年主導模式為大勢所趨。同工亦認為「賽馬會平行心間計劃」可達致計劃的目標，專為青少年而設的身心靈健康服務，並培育新一代青年工作者。因此，他們亦期望「賽馬會平行心間計劃」能持續下去。



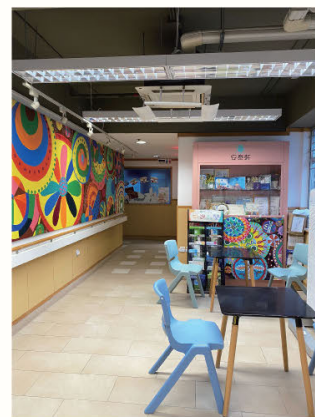
最後，CHERRY及阿朗均認為青少年主導模式的平行心間服務為將來青少年服務改革有重要示範作用，並認為青少年主導模式為大勢所趨。同工亦認為「賽馬會平行心間計劃」可達致計劃的目標，專為青少年而設的身心靈健康服務，並培育新一代青年工作者。因此，他們亦期望「賽馬會平行心間計劃」能持續下去。

## 新生精神康復會安泰軒(天水圍)

編輯小組是次探訪新生精神康復會安泰軒(天水圍)，並就青少年精神健康服務與1位前線社工及2位精神健康教育主任交流，在此感謝SHERMAN、IVY、ARIS接受我們的邀請。



SHERMAN分享其單位內大約有100個青少年(24歲或以下)個案，當中以女性佔多數。個案大多由家人或社工轉介，懷疑出現情緒及精神方面徵狀，需評估轉介精神科支援。她亦表示現時因平行心間營運，能有效支援出現壓力及初期情緒徵狀的個案。另一方面，多個非政府機構(e.g.駐校社工、醫務社工等)亦會轉介出現較嚴重精神及情緒問題的個案予精神健康綜合社區中心跟進，及早支援有需要青少年。因此，SHERMAN認為平行心間能有效運用社會資源，與精神健康綜合社區中心雙互補足。



此外，IVY表示他們亦加強到校服務，讓青少年認識精神健康綜合社區中心服務，並增加青少年對精神健康的關注，如：運用VR技術讓青年人體驗復元人士的感官世界。此外，他們亦進行一系列中學計劃，培訓中學生到中心進行義工服務，以增加大眾對情緒及精神病的認識。另外，ARIS指出，他們亦於中心組織義工組「青MINE青年義工隊」，推廣青少年精神健康服務，減少大眾標籤。

由於近年青少年精神健康問題令人擔憂。因此，有關精神健康的服務不斷增加，以支援有需要的青少年，如之前提到的賽馬會平行心間計劃、Open喻。此外，SHERMAN亦表示跨專業合作的重要性，並分享公立醫院排期的確需時。因此，坊間亦有不同的資源可



加快有情緒及精神方面需要的青少年盡快與臨床心理學家、精神科醫生見面，進行評估及治療，如：周大福慈善基金、賽馬會心理e療站 (E Clinic)等，可及早協助青少年進行醫療體系進行治療。

最後，IVY亦期望能多與學校交流，並入校進行活動，一方面以增加青少年對情緒及精神病的認識，減少大眾標籤。另一方面，亦及早識別有需要學生作支援。



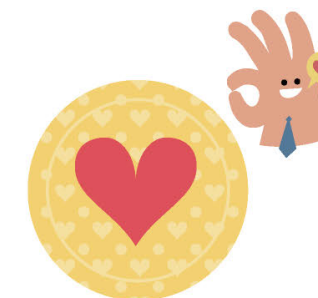
## 我們如何支援有精神健康需要的離校/畢業生?

### 1. 可嘗試先了解相關學生的狀況，包括：

- 學生涉及哪些類別的精神健康/情緒問題
- 相關問題的嚴重程度(如會否涉及自殺或危險行為)
- 相關問題對學生的日常、學習及社交生活的影響程度
- 學生現時的社交及家庭狀況
- 學生過往曾否接受專業人士(如醫生/心理學家)的評估
- 學生對接受服務或轉介的意願

### 2. 老師轉介將離校/畢業學生時的考慮因素：

- 學生對專業人士/接受服務的印象
- 問題的嚴重程度和持續性
- 學生意願，包括：
  - ◎對精神健康及尋求服務的認識
  - ◎是否願意分享和有被聆聽的需要
  - ◎對接受專業人士支援的理解
  - ◎家長的意願(如相關學生未滿18歲)



## 處理有精神/情緒需要之學生參考流程



如學生涉及自殺或危險行為，危害學生性命，必須立即送院治療，並轉介社工跟進。