

精神健康問題會妨礙孩子的學習。學校的角色在於確保所有學生（包括有精神健康問題的孩子）都能公平地享受學習機會，幫助他們盡最大能力在教育上取得成功。家長在子女的教育方面擔當非常重要的角色，他們可以通過與專業人士合作，制定計劃將孩子的能力發揮得最好，以取得學業上的成功。

孩子的學校 可在兒童精神健康方面 提供的幫助

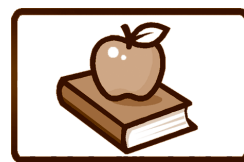
What to Expect From Your Child's School in
Children's Mental Health

家長能夠做些什麼

- ✿ 應與學校建立起持續性的定期聯繫，而不是僅在出現危機時才與學校聯絡。要準備與學校進行定期接觸。積極主動地告訴校方你較喜歡以何種方式與他們進行溝通。
- ✿ 與校方見面評估孩子的進展時，先討論進展良好的情況，然後討論擔心的問題。重要的是著眼於一直以來有成效的方面。在會面前先寫下一些問題（包括積極的反饋意見，及你擔心的問題），到見校方時拿出來討論，這樣將會減輕你的焦慮，也幫助你作好會面的準備。
- ✿ 如果你注意到孩子的行為在某方面令人擔憂，最好與學校聯絡，瞭解孩子在學校的功課或與其他孩子的交往是否也受到影響。
- ✿ 最好的做法是先聯絡孩子的老師，因為他們是最瞭解孩子的人。學校輔導員也是重要的聯絡人，家長可以要求與輔導員見面。校長是很好的提供資源者，也許能夠召集合適的教職員與你討論有關你孩子的問題，但校長通常並不是最瞭解你孩子的人。
- ✿ 需要知悉孩子學校檔案內的一切內容。如果檔案中有任何你想要的資料，可向校方詢問是否可以給你一份影印本。主動說明你可以過幾天才去取，這樣辦事人員可以在不很忙的時候幫你複印。尤其是當你要的是不只一份報告的影印本，或者報告的篇幅較長時，這點就格外重要。
- ✿ 瞭解你的權利與及所接受服務的所有條款和條件。仔細閱讀所有內容，務必保證你在承諾或簽字之前明白並完全同意所有條件。
- ✿ 如果孩子接受校外機構的服務，通常需要舉行綜合個案管理（ICM）會議，家長和學校都可以要求召開ICM會議。所有幫助你孩子的人都將在這些會議上會面。
- ✿ 參加會議時，你可以帶一位第三者，幫你傾聽會議上的發言並記筆記。我們建議你在事前通知學校：你將帶同多一個人參加會議。

家長需要學校那些幫助

- ✿ 以禮貌、體諒和尊重的態度對待家長所作的努力，並肯定家長在撫養孩子和與孩子共同生活過程中獲得的知識。
- ✿ 校方充分參與評估與策劃過程，目的為孩子制定一項日常管理計劃，以防止問題演變成危機。
- ✿ 向家長解釋問題時，使用簡單明瞭的語言，使家長無需為問清楚語言含義而感受到更大壓力。



孩子的學校 可在兒童精神健康方面

提供的幫助

學校能夠做些什麼

- ✿ 由於學校內有種種不同的緊張壓力和期望，孩子在校內的行為往往會有不同。學校可能會因為注意到一個問題而聯絡家長，但該問題在家可能並不明顯。學校和家長可以就此機會為了孩子而共同努力。
- ✿ 當老師最初發現問題時，他們往往會與家長商量，並嘗試用一些策略控制那些行為或在課室內為孩子提供支持。如果這些方法都起不了作用，老師則可能會尋求駐校服務部門的協助。
- ✿ 如果任課老師找到幫助學生的有效方法，可能就不需要進一步調查。然而，如果你的孩子仍然存在妨礙其學習的重大學業、社交或情緒困難，通常最好由家人與學校會面，討論下一步措施。
- ✿ 他們可能會做行為評估，以更好地瞭解你孩子行為的作用和模式，也可能會請你提供關於孩子在家行為的情況，這是要為孩子制定適當支援計劃的重要參考資料。
- ✿ 如果有需要與學校會面，與會者可能包括老師、校長和學校輔導員，可能還有諸如特殊教育助理等其他校方工作人員。他們會討論在幫助孩子時所經歷的困難，有時討論結果是，建議將孩子轉介至專家和/或當地的兒童和少年精神健康(CYMH)中心接受評估。家人在此階段最好也請教孩子的家庭醫生或兒科醫生，以排除孩子患有任何其他疾病的可能性。
- ✿ 孩子的在校老師可以為你提供有關孩子在校的行為和學習表現等寶貴資料。有了這些資料，家人就能夠更加全面地瞭解自己的孩子。

- ✿ 他們可能建議孩子接受心理教育測試，以確定孩子是否有任何學習困難。可能是某種學習障礙使孩子很難理解別人的期望或社交訊號，因此使孩子感到非常焦慮和有很多壓力。
- ✿ 如果你的孩子需要接受特殊教育，學校將與你一起為孩子制定個人化教育計劃(IEP)，根據你孩子的情況而特別設計一些配合需要的服務和介入服務。所有的學校都設有一名支援服務(或特殊教育)老師，可協助執行IEP個案管理。

學校需要家長怎樣配合

- ✿ 以禮貌、體諒和尊重的態度對待校方所作的努力。
- ✿ 提供有關孩子的資料：例如個性、長處、喜惡、弱處等等；孩子如何談論學校、朋友、有何令其覺得困擾的問題、他們所喜歡做的事情；在家中用些什麼方法來設定界限、鼓勵孩子、給孩子感覺安全的時間等。在家和在學校都給予同樣的訊息並使用同樣的方法，這一點對孩子來說非常重要。
- ✿ 為了在討論孩子的問題時確保孩子的私隱，如果家長能事先預約時間或先給老師一張字條，使老師能有所配合，這樣可以避免其他孩子或家長聽到你必須要和老師進行的談話內容。
- ✿ 有團隊合作精神，每個人都尊重和考慮到要對行動計劃達成一致意見，並且在有需要的情況下，同意調整計劃。
- ✿ 家長提供手上有關孩子的其他報告、評估等資料給學校，可有助學校去瞭解和幫助孩子。

The F. O. R. C. E. 兒童精神健康協會

家庭爭取權利與醫護平等組織

(Families Organized for Recognition and Care Equality)

兒童精神健康協會 (Society for Kids Mental Health)

 BC Partners for
Mental Health and
Addictions Information