



中華人民共和國香港特別行政區政府總部教育局
Education Bureau
Government Secretariat, The Government of the Hong Kong Special Administrative Region
The People's Republic of China

香港九龍九龍塘沙福道 19 號 教育局九龍塘教育服務中心西座二樓 201 室 教育心理服務(九龍一)組
Educational Psychology Service (Kowloon 1) Section, Room W201, 2/F, West Block, Education Bureau KTESC, 19 Suffolk Road, Kowloon Tong, Kowloon, Hong Kong

本局檔號 Our Ref.: EDB(EPSK1)/23-10/3

電話 Telephone: 3698 4321

來函檔號 Your Ref.:

傳真 Fax Line: 2715 8056

致：全港中學校監及校長

各位校監／校長：

加強支援學生的精神健康

本信函旨在通知全港中學有關加強支援學生精神健康最新措施的詳情。

(一) 延續及優化以學校為本的「三層應急機制」(「三層應急機制」)

2. 政府透過教育局、醫務衛生局（醫衛局）及社會福利署（社署）的跨部門合作，由2023年12月開始實施「三層應急機制」，鼓勵學校、家長和社會各持份者攜手合作，結合校內的跨專業團隊、校外支援網絡和醫療服務，及早識別和支援有較高自殺風險的學生。

3. 政府在檢視機制的實施情況及聽取業界的意見後，在《2024年施政報告》宣布延續及優化「三層應急機制」至2025年12月底，強化校內跨專業團隊、校外支援網絡和醫療服務的協作及服務。優化措施由2024年11月1日起開始實施，有關詳情請參閱附件一。主要的優化措施包括：

(i) 第一層機制

- 為學校人員提供更多培訓，加強他們及早識別有較高自殺風險的學生及支援有精神健康需要學生的能力。
- 加強家長教育，強化家長在支援有較高風險學生的角色。
- 第二及第三層機制的專責人員會與學校人員及家長保持緊密的溝通，互相配合，照顧有自殺風險學生的精神健康需要，並會在適當時間，把個案轉交第一層機制的校內跨專業團隊跟進支援的工作。

(ii) 第二層機制

- 需要「校外支援網絡」隊伍協助的學校，無須透過教育局轉介，可以直接聯絡所屬地區的「校外支援網絡」隊伍。
- 「校外支援網絡」隊伍在了解有自殺風險學生的情況後，在有需要時，會為學生或其家庭配對及轉介其他社區支援服務，讓他們得到適切的校外支援。
- 「校外支援網絡」隊伍會就學生的個案，加強與學校人員緊密溝通，尤其是在提供應急介入服務後轉交學校跨專業團隊跟進的個案。
- 涵蓋參加「醫教社同心協作計劃」（「醫教社」）的公帑資助中學，以及非新發現有較高自殺風險的個案。

(iii) 第三層機制

- 為學校提供清晰的指引，釐清適合考慮轉介至醫院管理局（醫管局）精神科專科門診服務個案的準則。
- 學生在輪候精神科服務期間，可由學校安排接受第一層機制校內支援及第二層機制「校外支援網絡」的服務。

(二) 其他加強推廣校園精神健康的相關措施

(i) 加強學校人員培訓

4. 教育局與社署合作，已於2024年10月為中學舉辦兩場「守門人」研討會，以支援教師守護學生精神健康。此外，為加強學校人員及早識別和支援有較高自殺風險學生的能力，以及在學校促進學生的精神健康，教育局會於2024/25學年為學校舉辦多場專題培訓課程／工作坊，由精神科專科醫生、臨床／教育心理學家、註冊社工等不同專業人士與學校人員分享為學生提供情緒支援的實用應對技巧，介紹不同的輔導方法和介入策略，例如精神健康素養、基礎輔導技巧、班級經營策略、危機處理技巧、緊急情緒支援策略等。

(ii) 提供生活教育短片及教案

5. 教育局會於2024年11月向中學提供與學生精神健康相關的短片及教案，讓教師在課堂或相關的成長活動中與學生討論及分享，促進學生的抗逆力，協助他們融入校園生活及應對成長中的困難。短片及教案的內容圍繞「適應力」、「朋輩社交」、「情緒管理」及「抵抗壓力」等主題，而取材亦與學生的日常生活息息相關。教師可參考教案內的提問及主要信息，引導學生表達自己的看法和

感受，鼓勵學生以正面積極的態度應對壓力及調節情緒。同時，透過學生的分享，教師能更了解他們的需要，與他們一起探討解決問題的方法，並適時介入及提供支援。

(iii) 提供到校推廣精神健康的活動

6. 在 2023/24 學年，教育局與社署合作，安排非政府機構到訪共約 140 多所中學，舉辦與精神健康相關的活動，以提升學生對精神健康的意識，幫助學生建立正向思維及加強他們的適應能力。在 2024/25 學年，教育局會與社署繼續合作，安排非政府機構到訪有需要的中學，舉辦精神健康活動，例如精神健康講座、減壓小組等，為學校團隊注入能量，適切支援有精神健康需要的學生。我們鼓勵學校善用此支援服務，有需要的學校可以直接聯絡所屬地區的「校外支援網絡」隊伍商討活動安排細節。

7. 另外，教育局會與精神健康諮詢委員會的「陪我講 Shall We Talk」計劃合作，於 2024/25 學年為中學安排運動員到校分享正向思維及如何鍛練不怕困難的精神，以促進學生的抗逆力，有關詳情將會適時公布。

(iv) 加強正向家長教育

8. 教育局積極推展正向家長教育，呼籲家長正視子女的精神健康。為協助家長更掌握子女的健康發展及守護孩子精神健康的方法，教育局會持續舉辦主題式家長教育工作坊或講座，廣泛涵蓋不同主題，例如家長「守門人」工作坊、支援子女建立健康的生活方式、處理衝突、明智地使用數碼裝置、加強子女的適應力和抗逆力、幫助子女應對壓力和照顧有精神健康需要子女的技巧等。本局將於稍後通知學校有關安排。

9. 教育局亦會與家庭與學校合作事宜委員會（家校會）、家長教師會聯會及非政府機構合作舉辦「正向家長教育電影巡禮」，宣傳正向育兒的重要性，並安排家長教育專家與家長分享正向親子教育的知識及技巧。有關詳情將稍後通知學校，並於家校會網頁（<https://www.chsc.hk>）及「家長智 Net」網頁（parent.edu.hk）公布。

10. 政府將繼續加強跨部門協作，為學生建立有效的支援網絡及營造接納和關愛的社會文化，以及提升家長、教師和學生的精神健康素養，幫助學生積極面對個人成長的挑戰。

11. 如有查詢，請致電 3698 4311 與教育心理服務（九龍一）組蔣瑩女士聯絡。

教育局局長

（陳潔玲



代行)

- 附件一： 以學校為本的「三層應急機制」
- 附件二： 及早識別和支援有自殺風險的學生
- 附件三： 「校外支援網絡」隊伍聯絡名單
- 附件四： 「校外支援網絡」隊伍轉介表格及家長或監護人同意書
- 附件五： 自殺風險評估及處理參考指引
- 附件六： 轉介學生接受醫院管理局精神科服務校長轉介表格

二零二四年十一月一日

以學校為本的「三層應急機制」

第一層應急機制

第一層應急機制的目的是及早識別及支援有較高自殺風險的學生，並及早為相關學生提供適時的協助及尋求專業的輔導或治療服務。

教育局促請學校人員參考《識別、支援及轉介有自殺行為的學生—學校資源手冊》，初步識別較脆弱的學生及留意他們有否出現自殺警告訊號。如有需要，學校可安排較高風險的學生透過有效的篩查工具進行初步的精神健康篩查。經篩查後，學校輔導人員應展開跟進服務。學校應首先透過校內的跨專業團隊（包括輔導主任、輔導人員、學校社工和校本教育心理學家等）共同商議，靈活調動校內人手和資源，優先照顧和輔導有較高自殺風險的學生。我們建議學校人員參考《學校如何幫助有精神健康問題的學生》指引，為學生盡快提供支援，例如引導學生思考克服困難的應對技巧和身邊可尋求的支援、定期與學生會面和提供小組訓練、就鬆弛技巧及應對方法給予個別輔導、為學生安排合適的校本支援及活動，或為學生提供相關社區資源的資訊，轉介有精神健康需要的學生接受支援服務，詳情請參閱附件二。

第二層應急機制

第二層應急機制是政府以跨部門、跨專業及跨界別合作的方式組織「校外支援網絡」，為學校在短期內增強「外援」。負責的社工已接受如何支援有較高自殺風險的學生的專業培訓，可為有需要的學生提供適切的介入服務。如學校經上述第一層應急機制的識別及校本介入後，確認有較高自殺風險的學生需要「校外支援網絡」進一步的支援，學校可聯絡所屬區域的「校外支援網絡」（聯絡名單請參閱附件三）。如學校認為有需要轉介個案，須先取得有關家長或監護人的同意，將轉介表格及家長或監護人同意書（附件四）提交至所屬區域的「校外支援網絡」。

請留意，以往第二層機制只涵蓋未有參加「醫教社」的公帑資助中學，以及學校人手不足以應付的新發現個案。由2024年11月1日起，在優化的第二層機制下，即使是參加「醫教社」的公帑資助中學或非新發現的個案，學校亦可尋求「校外支援網絡」隊伍的協助。

「校外支援網絡」隊伍會盡快與有關學生接觸及安排跟進服務，包括透過個人、小組或線上形式，為學生提供評估、支援和輔導等應急介入服務，亦會按學生的需要與社區支援服務配對，為學生提供多樣化和適切的跟進服務，如綜合家庭服務中心、綜合兒童和青少年服務中心和精神健康綜合社區

中心。如「校外支援網絡」隊伍經接觸學生及評估後認為學生為高自殺風險，會與家長商討是否需要按下述第三層應急機制轉介醫管局精神科服務跟進處理。

第三層應急機制

第三層應急機制是由學校轉介有高自殺風險（而非只是有嚴重精神健康需要）的學生到醫管局接受精神科專科門診服務。學校可參考附件五的指引轉介符合條件的學生。學校與學生家長商議後，可簽發指定校長轉介表格（附件六），由家長陪同學生到精神科專科門診診所進行分流評估，以接受所需的治療和支援服務。學校人員亦可按需要陪同學生及家長前往，於分流過程中提供相關資料，以便醫護人員就學生的狀況作更全面評估。經分流及甄別後，如學生情況屬緊急並需要及早診治，醫管局會優先跟進。學校在作出轉介前，必須審慎衡量有關學生是否有高自殺風險，以免影響其他在醫管局精神科服務系統輪候的患者接受治療的機會。至於被評估為非緊急（穩定）個案的學生，在輪候精神科專科門診服務期間，可由學校安排接受第一層機制校內支援及第二層機制「校外支援網絡」的服務。如學生的精神狀況有變，可返回所屬的精神科專科門診診所再次接受評估以判斷是否需要提前診期，或到急症室求診。同時，醫管局已設立一條專為校長而設的電話諮詢熱線（電話號碼：2742 4508），以提供專業意見。

若學生身體有嚴重受傷、生命危險或需要即時支援，學校應立即啟動危機處理機制和採取迅速的行動，包括報警求助或將學生送往醫院接受治療。

及早識別和支援有自殺風險的學生

為及早識別和支援有自殺風險的學生，學校教師和社工可參考教育局出版的《識別、支援及轉介有自殺行為的學生 — 學校資源手冊》，循以下途徑識別出風險較高的學生：

《識別、支援及轉介有自殺行為的學生 — 學校資源手冊》：

<https://mentalhealth.edb.gov.hk/tc/early-identification-at-the-selective-level/resources-and-guidelines/25.html>



(一) 初步識別較脆弱的學生

識別可能較脆弱的學生，例如有以下危險因素的學生：

- 社交支援方面：家庭或朋輩關係欠佳，或支援網絡薄弱
- 情緒調控方面：情緒比較敏感、反應較大或較容易失控
- 應對技巧和態度方面：面對重大事件或創傷事件時傾向以消極逃避的方式應對
- 近期需面對重大的壓力事故：如留級、轉校、父母離異或關係轉差、曾經歷身邊重要的人離世或自殺
- 重複的自殘行為或過往曾企圖自殺

留意自殺警告訊號

從日常的觀察留意這些較脆弱的學生可能出現的自殺警告訊號，例如：

- 生理方面：如疲倦、越來越多身體不適症狀、反常地不注重個人衛生或外表儀容
- 行為方面：如缺席率上升、成績驟降、社交上變得離羣孤立
- 情緒方面：如情緒變化或顯著的情緒不穩、對日常活動失去興趣和動力
- 認知方面：較以往難以集中精神或保持思路清晰、經常出現自我批評的想法
- 與死亡和自殺有關的用語或行為：如在言談間或在社交媒體提及負面或無望的想法、轉送心愛物品、像要訣別般向家人或朋友說再見

（二）運用精神健康篩查工具

如有需要，學校亦可與學校輔導人員（包括社工、校本教育心理學家或相關精神健康專業人士等）磋商後，安排為有需要的學生進行精神健康篩查。學校教師和社工可參考以下常用的精神健康篩查工具，安排有關學生填寫量表：

- 衛生署學生健康服務「自我測試站：抑鬱情緒」：
https://scics.one.gov.hk/forms/dhs005/dhs005_tc.html
- 衛生署學生健康服務「自我測試站：焦慮情緒」：
https://scics.one.gov.hk/forms/dhs006/dhs006_tc.html
- 「陪我講 Shall We Talk」凱斯勒心理困擾量表 (K10)：
<https://www.shallwetalk.hk/zh/mental-health-information/psychological-distress-testing/>
- 斯賓思兒童情緒量表

（三）展開跟進服務

學校應注意，精神健康篩查工具量表結果分數應視為其中之一的參考，學校輔導人員應一併考慮學生在量表上個別題目的回應、其背景因素以及行為表徵，來決定與學生個別傾談和跟進個案的優先次序。學校輔導人員須與這些學生展開個別面談，作進一步的自殺風險初步評估，有關詳情可參考《識別、支援及轉介有自殺行為的學生 — 學校資源手冊》中第三章「回應自殺行為」的內容。

學校應首先透過校內的跨專業團隊（包括輔導主任、輔導人員、學校社工、校本教育心理學家等）共同商議，靈活調動校內人手和資源，幫助和輔導經識別為有需要支援的學生。我們建議學校人員參考《學校如何幫助有精神健康問題的學生》指引，支援有自殺風險的學生。

《學校如何幫助有精神健康問題的學生》指引：

https://mentalhealth.edb.gov.hk/uploads/mh/content/document/CHI_Guidelines%20to%20help%20MI%20students_20200717.pdf



學校的跨專業團隊須優先照顧和輔導有較高自殺風險的學生，如引導學生思考克服困難的應對技巧和身邊可尋求的支援、定期與學生會面和提供小組訓練、就鬆弛技巧及應對方法給予個別輔導、為學生安排合適的校本支援及活動（例如：有效思維小組），或為學生提供相關社區資源的資訊。學校須持續

及密切觀察學生的情況。學校亦應善用社區資源，轉介有自殺風險的學生接受支援服務，並透過精神健康教育活動或宣傳單張，讓所有學生知悉不同的求助渠道，包括社區求助熱線和輔導平台。

社區資源及求助熱線

<https://mentalhealth.edb.gov.hk/tc/early-identification-at-the-selective-level/helplines-and-community-resources.html>



「校外支援網絡」隊伍聯絡名單

如透過校內的跨專業團隊協調，靈活調動校內人手和資源，幫助和輔導有自殺風險的學生後，仍認為有需要轉介有較高自殺風險的學生到「校外支援網絡」跟進，可透過電話、傳真或電郵，直接聯絡所屬區域的「校外支援網絡」機構，轉介有較高自殺風險的學生。

區域	「校外支援網絡」機構
香港區 (包括中西區、東區、南區、灣仔區及離島區)	機構：聖雅各福群會 單位：6PM 網上青年支援隊 電話：2609 3228 傳真：2817 8910 電郵： cyberyouth@sjs.org.hk
東九龍 (包括觀塘區、黃大仙區及西貢區)	機構：香港明愛 單位：明愛連線 Teen 地 - 網上青年支援隊 電話：2117 0321 / 9377 3666 傳真：2117 1190 電郵： ycsteens@caritassws.org.hk
西九龍 (包括九龍城區、深水埗區及油尖旺區)	機構：香港小童群益會 單位：夜貓 Online 網上青年支援隊 電話：2396 9447 傳真：3529 1462 電郵： nitecat@bgca.org.hk
東新界 (包括北區、大埔區及沙田區)	機構：香港青少年服務處 單位：eSmiley - 一微笑網上青年支援隊 電話：3615 8331 傳真：3020 6224 電郵： esmiley@hkccys.org.hk
西新界 (包括荃灣區、葵青區、屯門區及元朗區)	機構：香港青年協會 單位：uTouch 網上青年外展服務 電話：2788 3444 傳真：2715 6086 電郵： utouch@hkfyg.org.hk

致：()「校外支援網絡」隊伍

校本三層應急機制

「校外支援網絡」隊伍 轉介表格

(2024 年 11 月 1 日起適用)

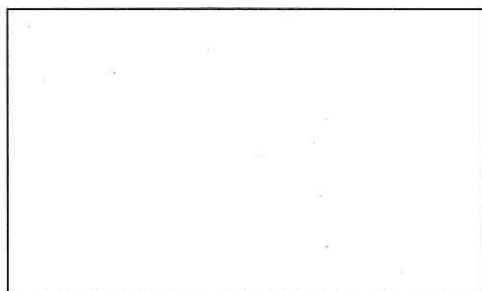
[*請學校將此表格及家長或監護人同意書提交至相應的隊伍。]

本校 _____ (學校名稱)經初步識別及校本介入，現把有較高自殺風險的學生個案，轉介接受社會福利署安排的「校外支援網絡」隊伍的服務。本校已取得並隨此表格夾附有關學生家長或監護人所簽署的家長同意書作此轉介。本校會協助安排「校外支援網絡」隊伍與有關學生於校內見面，包括適合進行個人實體或網上面談的場地。

學生姓名	性別／ 年齡	班別	聯絡電話	需要額外關注事項 (請勾選適當方格)	緊急事件 監護人姓名及 聯絡方法
1.				☐ 學習表現 ☐ 家庭情況 ☐ 特殊學習需要 ☐ 人際關係 ☐ 情緒/精神健康 需要 ☐ 其他(請說明):	

註：此轉介表格載有學生的個人資料，學校須妥善存檔，並確保收集資料的目的和方式、資料的使用、資料的保安及查閱等方面，均符合《個人資料（私隱）條例》的規定。

學校印章：



學校負責人簽署：_____

姓名：_____

職位：_____

聯絡電話：_____

日期：_____

校本三層應急機制

「校外支援網絡」隊伍

家長或監護人同意書

本人 _____ (家長 / 監護人*姓名) 同意 _____ (學校名稱) 轉介本人子女 / 受監護者* _____ (姓名) _____ (身份證號碼) 接受社會福利署安排的「校外支援網絡」隊伍的服務。

家長 / 監護人*簽署： _____

(聯絡電話： _____)

日期： _____ 年 _____ 月 _____ 日

*刪去不適用者

自殺風險評估及處理參考指引

自殺風險*	自殺念頭	自殺計劃／意圖	自殺企圖	情緒困擾	處理方案
輕微	不頻密、不強烈、維持短時間	- 沒有具體的自殺計劃 - 沒有明顯自殺意圖	沒有	輕微	安排第一層／第二層應急機制服務
高	較頻密、較強烈、較長時間	- 有較具體的自殺計劃 - 有較明顯自殺意圖	曾企圖自殺	頗嚴重	轉介至第三層應急機制服務；同時安排第一層及第二層應急機制服務跟進
極高	頻密、強烈、維持長時間	- 有具體的自殺計劃 - 為自殺做準備，包括工具、身後事安排等 - 自殺意圖強烈	曾使用高殺傷力的方式（例如上吊、燒炭、由高處跳下、服食過量藥物）企圖自殺，尤其是於近期發生	嚴重	考慮帶同學生前往急症室求診

* 自殺風險程度是動態的，或會因應保護因素（例如有足夠的解難技巧、良好的社交技巧、有效的壓力管理、正面的自尊感、身邊重要人物的支持、家庭聯繫及凝聚力等）及危險因素（例如有自我傷害行為、過往曾企圖自殺、精神健康問題、童年逆境經驗、負面思想／無望感、父母關係惡劣／家庭衝突、朋輩關係欠佳等）的多寡及改變而有所調整。保護因素會加強個人應付人生挫折的抗逆能力，危險因素則會增加個人的自殺風險。

校本三層應急機制

轉介學生接受醫院管理局精神科服務

校長轉介表格

(2024 年 11 月 1 日起適用)

本校 _____ (學校名稱) 現轉介就讀於本校 _____ (年級) 的學生 _____ (姓名) _____ (身份証號碼) 接受醫院管理局 (醫管局) 的精神科服務，請盡快為這位學生安排風險評估及跟進服務。

I. 第三層支援服務轉介的原因：(請選擇下列其中一項)

- ☐ 高自殺風險
- ☐ 高自殺風險，並有其他嚴重精神健康需要

轉介原因的詳細內容：(例如相關自殺念頭／威脅／企圖、心理精神狀況、行為表現等)

- 過往自殺念頭／威脅／企圖紀錄：[必須填寫]

類別	日期	詳細內容
自殺念頭／威脅／企圖 *		
自殺念頭／威脅／企圖 *		
自殺念頭／威脅／企圖 *		

[*請刪去不適用者]

- 其他有關自殺風險內容：

如有需要，請另加紙補充，並簽署作實

- 其他嚴重精神健康需要內容：

II. 學生曾就上述轉介原因所接受過的第一及／或第二層支援服務（包括校內或校外的服務，如學校社工、校本教育心理學家評估或支援服務等）：(可選多於一項)

☐ 第一層支援服務詳情：

☐ 個別面談：

☐ 小組訓練：

☐ 校本支援及活動：

☐ 其他，請列明：

☐ 第二層支援服務詳情：

☐ 「校外支援網絡」服務：

☐ 「醫教社同心協作計劃」服務：

☐ 其他，請列明：

如有需要，請另加紙補充，並簽署作實

III. 據學校所知，學生就上述轉介原因曾或正接受／已轉介的其他醫療服務（如私家精神科醫生、臨床心理學家等）：(請選擇下列其中一項)

☐ 沒有

☐ 有，請列明：

☐ 不清楚

IV. 聯絡資料：

	學校	家長／監護人*
姓名：		
職位／關係：		
電話：		

[*請刪去不適用者]

[備註：如學生情況緊急，學校可考慮帶同學生前往急症室求診。]

校長簽署：

日期：

校長姓名：

學校印章：

如有需要，請另加紙補充，並簽署作實