

## 卑詩大學教育學院開設線上心理健康課程

駐溫哥華辦事處教育組

為協助輔導及改善青少年心理健康問題，加拿大卑詩大學(UBC)教育學院與 Nova Scotia 省 St. Francis Xavier University、Dalhousie University 以及西安大略大學(University of Western Ontario)合作，開設線上課程，提供給加拿大準教師學習基本的心理健康知識。

卑詩大學教育學院副院長 Wendy Carr 指出，精神障礙(mental disorders)大部分在青少年時期就能察覺，當教師具有足夠的心理健康知識，可即時提供學生相關的輔導和協助。

此一資源課程是由卑詩大學學者偕同精神科醫師 Stan Kutcher 兼 Dalhousie University 研究員共同研擬，計涵蓋四大領域：了解心理健康和精神障礙、減低污名化以及尋求有關協助的對象，同時也提供了廣泛的議題，包括精神病，抑鬱症和人類大腦發展。透過案例分析，教師能學習注意學生行為的變化，甚至是非常輕微的改變，如逐漸的社交退縮。此課程將在網上免費提供給全加拿大教育學系的學生。即使該課程並非學校正規課程所需，學生可將此作為一個自學的教學資源，有助於提升心理健康相關知識。

加拿大心理健康協會(Canadian Mental Health Association)估計，加拿大約有 3 百多萬名 12 至 19 歲青少年有罹患抑鬱症的風險。根據 2011 年加拿大心理健康委員會(Mental Health Commission of Canada)報告，心理疾病每年為國家造成 510 億元的財政負擔。

UBC 教育學院副院長 Wendy Carr 希望政策制定者能夠充分理解，讓教師具備這些知識，能及時掌握課堂上學生心理健康狀況，不僅能挽救生命，改善健康狀況，同時也能帶來經濟效益。她解釋，教師往往比專業人員和父母更早發現問題所在。誠然教師的職責並非診斷學生心理和精神狀況，也不是護理人員，但是他們有責任幫助學生尋求協助；因此，教師必須掌握學校和社區相關資源，並妥為運用這些資源來幫助學生。

資料來源：2017 年 11 月 8 日，Georgia Straight