

近期英國政府強化學生心理健康之作為

駐英國代表處教育組

正當數百萬青少年及孩童，因新冠肺炎疫情衝擊威脅其心理健康之時，英國政府在 2021 年 3 月 5 日宣布將投入 7,900 萬英鎊，以強化對孩童及青少年心理健康支持網絡。這項計畫預計可以造福約 3 百萬居住在英格蘭的孩童，使其能夠透過學校或社區的「心理健康支持小組」獲得適當的協助。

根據最新的英國國民保健署(National Health Services, 簡稱 NHS) 研究顯示，因為新冠肺炎疫情影響，每 6 位青少年及孩童之中，就有 1 位有心理健康方面的問題，與過去每 9 位只有 1 位的程度相比，比率大幅增加，這也顯示過去這一年的疫情及反覆的封城措施，對青少年及孩童造成的負面心理影響甚鉅。

這項計畫將優先擴充「心理健康支持小組」的數量，預計將從目前的 59 個小組，在 2023 年 4 月前增加到 400 個小組，以有效照應各級學校的心理健康相關議題需求。「心理健康支持小組」的工作樣態多元，包含：讓孩童可用簡訊的方式向其居住地的「心理健康支持小組」尋求諮詢；另外「心理健康支持小組」也提供家庭諮詢服務，特別是針對家長照顧其子女心理衛生的各項問題，提出專業意見。除此之外，也提供學校層級的心理健康方案，如家長訓練課程及學校教師輔導工作坊，以支持家長及教師對其子女和學生的照顧。

疫情期間，「心理健康支持小組」以虛擬線上的方式，協助青少年度過難捱的封城困境，同時也提供親師生各項心理諮詢。比較成功的案例，如在 Kent 郡，「心理健康支持小組」提供困於生計的父母親 20 分鐘的電話諮詢，另外也為學校教師提供隨撥隨到、不需預約的虛擬線上面談，讓教師在尋求專業支持之後，更有動力協助其學生強化心理健康。

這項計畫希望擴大社區心理健康諮詢服務的容量，能夠再多容納 2 萬 2,500 名新的個案，為其提供語言治療和認知行為治療(cognitive behavioural therapy)的服務。除此之外，做為國民保健服務的長期計畫之一，這項心理健康支持計畫，也將加速兌現過往英國政府擴展心

理衛生健康網絡的承諾。英國政府預計在 2024 年之前，擴充其整體心理健康支持網絡，以容納 34 萬 5 千名新的個案。英國政府也承諾，任何有需要心理諮詢的孩童或青少年，皆可透過 24 小時專線獲得幫助，英國政府也將負擔這些個案後續處理所需要的費用。

針對飲食失調的孩童或青少年，這項計畫預計可以提供 2 千名新的個案服務，就近在其居住的社區獲得幫助。英國國民保健署也規劃快速診療服務，目標在接獲通報 48 小時之內，掌握個案飲食失調的狀況，並在 2 週內介入且提供必要的醫療服務。

為了提供父母親更多資訊，引導孩童及青少年處理心理衛生議題、排解壓力、焦慮及各種不確定感，英格蘭公共衛生署（Public Health England）也特地製作了一系列的線上資源，供需要者取用（註 1）。

另外，為了加強跨部會的合作，讓此計畫的實施收立竿見影之效，教育大臣 Gavin Williamson 偕同青年心理衛生大使 Alex George 博士，以及來自健康及社會福利部（the Department for Health and Social Care）、英格蘭國民健康署（NHS England）和英格蘭公共衛生署（Public Health England）的官員共同組成行動小組（Action Group），協調推動上述心理衛生支持計畫。此行動小組除了關注青少年之間與日遽增的飲食失調和自傷行為，也將協助教育從業人員提昇其心理健康狀態。

行動小組的成員在會議中都同意，政府應該跨部會合作，以利各項心理衛生政策的推動，行動小組除了希望校與校之間、學年及學年之間能做好橫向連結之外，行動小組也會檢視現行補助機制，希冀協助各級學校在專款專用的原則下，使有需要的孩童及青少年，都能夠順利地獲得心理衛生機構協助。因應疫情趨緩，校園重新開放，行動小組也將協助數百萬的學生，在安全無虞且心理健康獲得充分支持的狀況下，讓生活重回常軌。

各級學校教師的心理衛生也是行動小組關注的焦點，因此行動小組決議，以 8 百萬英鎊的經費設置相關課程，協助教師排解因輔導學生而產生的心理和情緒壓力；此外也提供免費的線上心理訓練課程，協助教師進修專業知能，以瞭解在經歷緊急狀態或危機過後，如何提供學童有效的心理支持。

註 1：此線上資源網站為 Every Mind Matters：<https://www.nhs.uk/oneyou/every->

mind-matters/

撰稿人/譯稿人：駐英國代表處教育組

資料來源：Gov UK, 5 Mar 2021, £79 million to boost mental health support for children and young people, <https://www.gov.uk/government/news/79-million-to-boost-mental-health-support-for-children-and-young-people>

Gov UK, 9 Mar 2021, New Action Group to boost mental health education, <https://www.gov.uk/government/news/new-action-group-to-boost-mental-health-education>

