

加拿大曼尼托巴省小學生受益於學校的心理健康課程

駐加拿大代表處教育組

為紀念「心理健康週」(Mental Health Week, 5月3-7日)和「全國兒童和青少年心理健康日」(National Child and Youth Mental Health Day, 5月7日), 加拿大曼尼托巴省(Manitoba)家庭廳長 Rochelle Squires、身心健康廳長 Audrey Gordon 與教育廳長 Cliff Cullen 等3位廳長於2021年5月7日共同宣布, 該省在296所學校4至6年級間擴大實施 Thrival Kits 方案已有明顯的成果, 現在已有超過28,000多名學生經由此方案獲得心理健康支持。

Thrival Kits 方案結合了基於實證的心理健康訓練, 例如靜觀冥想、個人反思、壓力減輕和應對策略以及人際關係技能的培養。此工具包(Thrival Kits)方案以英、法語提供, 是學童整學年課程的主題之一。曼省政府已投資140萬加元, 向該省所有4至6年級的學生發放此工具包。

曼省 Squires 和 Gordon 等2位廳長於4月16日宣布, 將提供 Thrival Kits 方案新的補助經費, 即是提供加拿大心理健康協會(Canadian Mental Health Association) 21,000加元, 用於新的網路資源, 而此補助經費包括在該省政府實施心理健康和成癮治療計畫總預算120萬加元內。

曼省兒童與青少年倡議者 Ainsley Krone 表示, 學校環境的重要性以及教室中師生之間的關係為開展以實證為基礎的心理健康活動創造理想的環境。廳長們亦表示, 加拿大心理健康協會最近加強線上支援來協助該方案的教學人員, 使他們能在 COVID-19 疫情期間繼續推行這項重要工作。

曼省政府於5月10日簽署一項紀念全國兒童和青少年心理健康日的宣言, 重申支持所有年齡層兒童、青少年與成人的心理健康和福祉的承諾。加拿大心理健康協會在該省的執行長 Marion Cooper 也對 Thrival Kits 方案獲得省府支持而能進一步開發線上教室表示肯定。

自2019年秋季, 曼省政府已宣布30項總計超過5,020萬加元的專案項目, 以改善全省各地的心理健康服務和成癮治療之護理服務。

這些項目包括促進校園心理健康以及支持家庭和原住民組織的計畫，創建同儕支持選項以及對支持性復健居所的投資。

撰稿人/譯稿人：Olivia Lin

資料來源：Manitoba Government, “Tens of Thousands of Students Benefit from Mental Health Promotion Project at Schools”, Education News Canada, May 10, 2021.

<https://educationnewscanada.com/article/education/level/k12/3/897579/tens-of-thousands-of-students-benefit-from-mental-health-promotion-project-at-schools.html>

