

加拿大中小學校長呼籲須注意學生與教職員心理健康

駐加拿大代表處教育組

加拿大安大略省（以下簡稱安省）中小學校長表示，很多學校沒有得到足夠的資源來幫助那些仍在與新冠疫情後遺症奮戰的學生。在人民教育協會（People for Education）的 2022-23 年度安省學校調查（Annual Ontario School Survey）的回應中，校長們提報了校園中出現越發普遍的行為問題、學生難以自我調節以及一系列未獲解決的心理健康問題。

People for Education 的新數據（基於安省所有 72 個教育局管轄的 1,044 所學校問卷調查回應）顯示，在過去十年中，無法獲得心理專業幫助的學校比例翻倍，而城鄉差距嚴重影響學校獲得社工、心理健康/成癮專家以及兒童和青年工作者等資源的機會。

根據世界衛生組織的數據，2030 年時，心理健康障礙將成為世界上導致身心障礙的主要原因，未能解決的青少年心理健康問題會延伸到成年期，損害身心健康並降低擁有充實正常成年生活的機會。

加拿大統計局最近的數據顯示，全國 12 至 17 歲年輕人的心理健康狀況總體下降。2019 年，73% 的 12 至 17 歲年輕人認為他們的心理健康狀況非常好或極好，但 2022 年的數據已經下降到 61%。

多倫多市公共衛生局的一份新報告也令人擔憂，因兒童和青少年自殘的急診室就診人數增加近 30%。該報告引用成癮和心理健康中心（Centre for Addiction and Mental Health，簡稱 CAMH）的調查數據，其中 59% 的安省學生表示，新冠疫情使他們對未來感到沮喪，39% 的學生表示，疫情使他們的心理健康狀況惡化。

為回應人們對青年心理健康的廣泛關注，CAMH 正在建立一個「加拿大青年心理健康洞察平台（Canadian Youth Mental Health Insight Platform，CYMHI）」，該平台不僅將促進研究和知識共享，還將提供一個媒合平台，將需要幫助的青年與當地的專業服務媒合。

雖然單靠學校無法治愈精神疾病，但可以開啟心理健康服務和支持的第一扇大門。

心理健康和福祉是學校目前面臨的最大挑戰

在新冠疫情開始時，安省學校的大部分重點都放在防疫和遠距教學的實務上。2023 年，校長們則提報心理健康和福祉支持是他們的首要任務。

多倫多市的一位小學校長說：「由於新冠疫情，學生的需求顯著增加：自我調節、識字、算術、心理健康。由於新冠疫情的影響，許多學生正在經歷更多挑戰。」

2022-23 年度安省學校問卷調查的結果包括：

95% 的學校提出需要或多或少的額外資源來促進學生的心理健康和福祉。

只有 9% 的學校通報說他們有定期的心理健康/成癮專家或護理師專業協助，而 46% 的學校報告說完全沒有相關資源。

28% 的中小學通報說他們無法通過線上或實體會面獲得心理健康專業的幫助，此為 2011 年數據的兩倍。

93% 的學校通報需要支持人員，例如助教、行政人員和校工。

56% 的小學和 64% 的中學通報學校有和當地心理健康機構合作，有校長認為此類型的合作可以為學生及其家人提供他們急需的支持，並減輕教師的一些額外壓力。

有校長甚至提出讓所有學校都有全職（不同於每週一次或每月一次）社會工作者和心理諮詢師，這對學生、學生家庭和教職員都會非常有益。

城鄉資源差異

城鄉差異嚴重影響學校獲得心理健康相關資源的水平。相對於城市學校，農村學校比較無法接觸到心理諮詢師、社工和心理健康專家。

正如安省西南部的一位校長所提出的：「位在鄉下地方意味著我們的學生與他們的家庭無法公平地獲得專業服務。學生家長需要開車到最近的城市進行評估和多數的相關治療，他們需要有車、汽油錢和時間，我們沒有可用的公共交通工具。」

員工倦怠導致惡性循環

校長們還對教職員的心理健康和福祉表示嚴重關切。有許多的問卷回復表示，教職員都感到精疲力竭，這導致員工心理健康問題增加，進而導致缺勤率增加，留任員工壓力增加。

在某些情況下，校長報告說學校有心理健康工作者的資源，但他們的社區卻沒有。

改善資源和教育工作團隊的建議

在問卷回應中，校長們向教育廳概述以下三個關鍵訊息：

專注於為人力資源提供資金，尤其是支持教職員的心理健康和福祉。

增加獲得家庭和社區支持資源的機會。

認知疫情對學校與社區造成的困難。

自疫情開始以來，人民教育協會和其他機構建議安省政府成立一個由所有教育相關單位組成的工作小組，包括教育官員、教師聯合會、校長委員會、教職員工會、幼教組織、公共衛生、校董會、學生組織、安省學校心理健康機構、教育學院院長和原住民教育協會。

校長對 2022-23 問卷調查的回應描繪了一個系統及其中的人員承受著巨大壓力的畫面。如此的教育工作小組可以評估資金是否充足，以及教職員和學生是否得到完善政策和資源的支持，以解決安省公立學校目前日益增長的心理健康和福祉支持需求。

撰稿人/譯稿人：陳怡君

資料來源：「Principals sound the alarm about students' mental health」，

Education News Canada， 2023 年 2 月 28 日。

<https://educationnewscanada.com/article/education/level/k12/3/1007524/principals-sound-the-alarm-about-students-mental-health.html>