

授家長守門絕技 同心保護孩子

教育局推預防自殺便覽 及早察覺子女精神健康問題

疫情回穩後，全港學校經過4月的特別假期及復活節後已恢復面授課堂，學生重回校園逐步重拾正常學習和社交生活，有個別學生可能受到學業、家庭或朋輩關係等問題困擾。為加強支援青少年面對逆境，教育局正分別針對家長、學校及學生群體，從多方面加強「守門人」角色，同心協力守護孩子，包括推出預防青少年自殺家長便覽，協助他們及早察覺子女精神健康問題或自殺警號。局方又將於未來兩星期為全港家長舉辦網上分享會，提升其對青少年自殺的認識，加強家長作為「守門人」的技能。

◆香港文匯報記者 高鈺

教育局教育心理學家陳惠敏昨日以「家校同行 守護生命」為題，在網上專欄《局中人語》撰文，分享與各界攜手幫助青少年面對逆境。她引述研究指，良好社交技巧能讓孩子建立親密人際關係並以較佳精神狀態面對逆境，因此家長應注重培養孩子建立正面人際關係的能力，並學習擁抱人際互動中有機會出現的不安與挫敗。

她提到，家長有可能因為不了解孩子說話或行為所引致的長遠影響，令孩子情緒及精神健康惡化，甚至帶來悲劇。為此，教育局近日製作了預防青少年自殺家長便覽，以協助他們了解青少年自殺的警號、保護因素、危險因素及支援他們的方法，便覽已上載「校園·好精神」(mentalhealth.edb.gov.hk)。

遇警號速尋專業支援

她提醒家長應不時重溫當中的實用資訊，以及時察覺問題和適切支援孩子，一旦留意到問題甚至自殺警號時，需要盡快尋求學校及社區專業支援。教育局還將聯同社會福利署，在6



◆教育局聯同社會福利署，在10日及17日舉辦兩場網上分享會。

月10日及17日分別為中學及小學的家長舉辦兩場全港性的「家校同行 守護生命」網上分享會，以加強家長作為「守門人」的技能，幫助他們及早識別及支援子女的精神健康需要。

下月再辦網上工作坊

7月及10月，局方會再舉辦「『家』多點守護」網上工作坊，提升家長對子女精神健康的認識及加強對子女的支援。局方昨日又上載了新一輯小冊子，幫助家長了解思覺失調、飲食失調症和對立性反抗症等精神病患的徵狀、處理方法及家校支援策略。為協助教師及早識別有自殺風險的

學生，陳惠敏表示，教育局致力向他們提供「守門人」訓練，包括開辦60小時的專題課程，而局方在4月已舉辦兩場全港網上研討會，聚焦恢復面授關注學生精神健康議題，共有來自690間中小學1,600多名校長、輔導老師及學校社工等參與。

在友儕層面，教育局亦為中學生開展「學生守護大使」計劃，完成培訓的學生會成為「守護大使」，懂得關心及應對有情緒困擾朋輩的實用技巧，並會在學校舉辦不同形式的精神健康推廣活動，加強老師和同學對精神健康的認識和關注。



預防警號及保護因素

- | 警號 | |
|-------------------------|----------------------------------|
| ◆在言談、文章或美術作品中表達死亡或自殺的意念 | ◆呈現生理徵狀，例如：越來越多身體不適症狀，睡眠或飲食習慣改變等 |
| ◆尋找自殺方法 | ◆情緒變化、顯著的情緒不穩 |
| ◆安頓好各樣事情，例如：轉送心愛物品 | ◆專注及思考能力減弱、出現負面思維 |
| ◆像要訣別般向家人或朋友說再見 | ◆行為改變，例如：離群孤立、參與高危或自毀行為 |

保護因素及家長提升孩子抗逆力相應方法

守護孩子精神健康 預防青少年自殺

孩子在青少年時期會經歷身心成長的重大轉變。當孩子面對轉變中的挑戰和逆境時，他們有機會感到困擾、焦慮和絕望，甚至出現自殺意念。家長應孩子這段時期的重要守護者，留意到孩子出現自殺警號時，家長應盡快尋求學校及社區的專業支援，切勿掉以輕心或替孩子保密。本冊子闡述了青少年自殺的警號、保護因素、危險因素及支援他們的方法，助家長提升對青少年自殺的認識，讓他們一同守護孩子精神健康，預防青少年自殺。

你知嗎嗎嗎？
你孩子了解有關他們有沒有自殺的念頭是不會讓他們實行自殺計劃的；反之，擔心時這並與孩子一同談論這並有助孩子感到受關懷和理解，更能舒緩他們的壓力。

危險因素
危險因素是指在不同方面有可能增加個人自殺傾向的因素。家長認識這些危險因素有助了解孩子的自殺風險。

- 生理：精神疲弱、貧血等
- 心理：無望感、自卑心低等
- 認知：解難技巧、完美主義等
- 環境：過往有自傷或自殺、家庭結構改變等
- 家庭關係：家庭衝突、被家人身體或精神虐待等
- 同儕關係：被排擠孤立、與朋友關係破裂或疏離等

保護因素
家長可以積極提升孩子的保護因素，減低孩子的自殺風險。以下是一些重要的保護因素和提升孩子抗逆力的方法：

- 多陪伴孩子、讓孩子知道你關心他及指責
- 與孩子有優質的親子時間，建立良好的關係
- 鼓勵及協助孩子結交朋友及尋求友誼
- 引導孩子從不同角度看待事情及學習有效的解難技巧
- 為孩子示範如何抒發情感、解難及照顧自己
- 協助孩子發展興趣，並了解自己的強項

資料來源：教育局《守護孩子精神健康 預防青少年自殺》家長便覽

升小「叩門」重自信 注意孩子儀容禮貌

香港文匯報訊（記者 金文博）2022年度小一統一派位昨日放榜。疫情下，今年《小一註冊證》會再次經郵寄派遞予家長，已登記手機號碼者亦會獲發短訊通知。雖然今年小一升學滿意率近九成，但仍有部分家長於放榜後前往「叩門」，把握讓子女入讀心儀小學的最後機會。有幼稚園校長表示，該校今年學生派位情況較理想，校方在放榜前已為不少家長寫好推薦信備用，惟大多數最終「派不上用場」。對少數有意「叩門」者，她提醒在面試前應注意孩子的儀容和禮貌，最重要的是讓小朋友表現出自信，即使遇上不懂的問題也懂得禮貌回應。

校長：家長應寫自薦信展誠意
荃灣商會朱昌幼稚園校長林翠玲昨日在接受香港文匯報訪問時表示，今年該校派位結果整體不錯，只有少數人未獲派心儀學校，事實上放榜前夕已有不少家長請她寫好推薦信備用，「惟多數都派不上用場」。

對需要為孩子「叩門」的家長，她建議除幼稚園的推薦信外，家長自己也應為子女寫自薦信，以展示誠意和對學校的欣賞，及讓校方了解子女性格特點，同時還要準備好小朋友的學習資料及課外活動獎狀等。

她又提醒，在「叩門」面試前，家長應注意孩子的儀容和禮貌，衣着乾淨整潔之餘，也可打扮得可愛一點，面試前則要為孩子練習自我介紹，最重要的是



◆有校長建議，家長在叩門前應注意孩子的儀容和禮貌。圖為2020年家長及學生在聖芳濟書院排隊叩門。資料圖片

表現出自信，若然遇上不懂回答的問題，也能禮貌得體地回應。

香港路德會社會服務處「路德家長專線」及「點蟲蟲熱線」單位主管李詩敏提醒，家長在「叩門」爭取入學機會的同時，也要調節期望和心態，以免將負面情緒傳給孩子。

以籃球啟發基層學生 良師展人道精神獲獎

現為小學教師的梁國成，早年曾加入香港男子籃球代表隊，並於2012年成立非牟利組織「希望種子籃球亞洲」，多年來為天水圍、深水埗及觀塘社區提供籃球訓練課程，讓住在兒童之家、領取綜援或關愛基金家庭的兒童及青少年免費參與。梁國成去年獲頒發「香港人道年獎」，以表揚其創立「希望種子籃球亞洲」關顧基層兒童及邊緣青年的努力。人道精神的宗旨是為了減輕或防止別人的疾苦，出於善意而自願地向有需要的人伸出援手；而透過運動提升學生自信，令他們勇於尋夢，正是人道精神的具體表現。

況得以改善。」
小女孩的轉變帶動了家舍的其他孩子一同參加籃球訓練，梁國成自此在天水圍開始義教籃球，後來參加人數愈來愈多，兩年後他與一些志同道合的準老師及大專學生成立「希望種子籃球亞洲」，將籃球義教服務擴展至深水埗。當時梁國成還是甲一籃球員及教師，私人時間都用來義教，「真的很忙碌！但兒童之家的孩子周末如果沒有活動就只能留在家舍，參加籃球班起碼可以讓他們出外走走。」他與一眾義工均希望以籃球義教服務，幫助孩子透過運動建立正面的人生觀及自信心。

感恩有良師提攜，讓他透過籃球找到自我價值。
今日他也成為了別人的老師，和學生亦師亦友。無論在課堂上或球場上，他總以自己的座右銘「要堅持才有希望」激勵學生，「小朋友需要鼓勵，更要學懂堅持，培養不輕言放棄的心態。」多年來他見證籃球改變了很多孩子的人生，例如有流連街頭的青年成為出色的籃球教練，令他深信只要讓孩子建立自信，培養出堅毅的性格，他們就有能力去尋找自己的梦想。

梁國成希望用這些故事，感染更多人參與人道服務，「人道精神不一定是救災救難，運用自身長處讓其他人發展潛能，得到應有的尊重，亦是實踐人道精神的途徑。」他的心願是希望基層孩子找到自身價值，即使身處黑暗也能見到希望，他亦鼓勵更多人與有不同需要的孩子同行，令他們找到自己的未來。

由香港紅十字會主辦的「香港人道年獎2022」現正接受提名，提名期將在6月24日截止，詳情請參閱：<https://www.red-cross.org.hk/ha>。◆香港紅十字會

THE 亞洲大學榜 清華北大再奪冠亞

香港文匯報訊（記者 高鈺）泰晤士高等教育（THE）昨日發布其2022年度亞洲大學排名，內地的清華大學和北京大學再次佔據首二名，而香港則有6所大學入圍內100強，其中以香港大學排名最高，位列第四，中文大學及科技大學亦同屬亞洲十大之一，分別排第七及第九。

今年的THE亞洲大學排名榜共有來自區內31個國家和地區600多所大學參與，透過教學、研究、論文引用、國際化及業界收入5大類共13項指標作出評鑑。內地

大學今年表現優異，其中清華連續4年蟬聯榜首，北大則連續3年獲第二名，復旦大學亦首次躋身第十位。整體而言，內地共30所大學進入亞洲前100名，其中22所名次與去年持平或有提升。

在香港方面，港大及中大名次與去年一樣，分別排亞洲第四及第七，科大微跌一位至第九。理工大學由去年的23位上升至今年的15位，城市大學由19位降至24位，而另一所上榜的浸會大學則由62位下降至今年的91位。

鄭若驊向教師講解正確法治觀念

香港文匯報訊（記者 高鈺）律政司司長鄭若驊昨日出席由勵進教育中心和教育局合辦的「鞏固法治」教師培訓課程，向約100名校長和教師講解正確的法治觀念和香港的法律制度，幫助他們理解憲法和基本法的關係，以及國家安全的重要性。

鄭若驊昨日以「香港特區如何鞏固法治社會」為題，向教師闡述香港法律制度下成文法及普通法的基本原則、法治精神和司法獨立的重要性。她首先指出成文法及普通法的不同特點，並表示普通法是支撐着「一國兩制」下香港資本主義的基礎之

一，而正確理解憲法應用於香港的法律位階，實屬必要。

她指出，基本法第二十五條已清楚訂明「法律面前人人平等」的法治精神，任何鼓吹違法行為均是違背法治原則，又向教師們解釋，香港的法律一直尊重和保障基本法下的權利和自由，但同時必須緊記這些權利和自由並非絕對，在包括基於公共秩序及保障他人權利和自由的情況下，可以受到限制。

透過培訓，鄭若驊期望教師能進一步了解憲法、基本法及國家安全的重要性，從而向學生傳授正確的知識。



考評局表示，高峰期間考卷掃描中心動用約140名工作人員。

掃描中心高峰期140人處理DSE答卷

香港文匯報訊（記者 高鈺）文憑試筆試已於上月14日順利完成，考評局昨日表示，今年約有70萬份答卷需要批改。為配合網上評卷，該局在筆試進行期間已展開考卷掃描，高峰期間考卷掃描中心動用約140名工作人員，每日運作16小時進行考卷掃描。

考評局介紹，在文憑試筆試結束

後，全港各試場的答卷均會運送到考評局的掃描中心。工作人員須點算答卷數目，再將每份考卷逐一拆開，並清理「擦膠碎」等碎屑才去掃描，之後還會進行兩個階段的隨機抽樣檢查，確保掃描影像清晰。至於多項選擇題的答題紙會與一般試題答題簿分開掃描。若發現異常個案，會經最少3名工作人員獨立處理。