



因應學校由 2023 年 2 月起逐步有序恢復全日面授課堂，教育局於 2023 年 1 月 26 日在「校園·好精神」網站推出「校園復常·好精神」專頁

(<https://mentalhealth.edb.gov.hk/tc/promotion-at-the-universal-level/promotional-resources-for-schools/95.html>)，為學校及家長提供多元化的實用資源（如錦囊、資源包及短片等），協助他們提升一般學生的適應力、及早識別有精神健康風險的學生，以及就學生的不同需要（包括有精神病患的學生及跨境學童等）提供針對性支援，幫助學生重拾正常的學習和社交生活。有關的資源如下：

用途		實用資源
針對學生的不同需要	有自閉症的學生	<p>「全日上學去 - 協助有自閉症的學生適應全日面授課堂」教師及家長錦囊 (學校及家長適用)</p> <p>學校及家長可透過具體的建議行動清單，與有自閉症的學生一起迎接校園生活。</p>
	有精神病患的學生	<p>「關愛孩子好精神」家長教育系列 (學校及家長適用)</p> <p>簡介不同種類之精神病患的徵狀、處理方法及家校支援策略 (均備有中文、英文及八種少數族裔語文版本)。</p>
及早識別有精神健康風險的學生		<p>「認識及支援有自我傷害行為的學生」專頁 (學校及家長適用)</p> <p>如何制定校內的及早識別及支援機制、即時介入策略及跟進建議等。</p>
		<p>「如何幫助有自我傷害行為的學生」家長小冊子 (家長適用)</p> <p>讓家長及早留意警號，協助子女處理其困擾。</p>
提升一般學生的適應力		<p>「協助學生適應全日面授課堂」資源包 (中學及小學適用)</p> <p>整合不同團體的資源，從安全感、熟悉感、寬容與調節及情緒調節四方面支援學生重新適應全日制校園生活。</p>

[「協助子女適應全日面授課堂」小貼士](#) (家長適用)

讓家長儘早與子女建立常規，以及妥善分配作息時間。

[「壓力處理我有計」家長教育短片](#) (家長適用)

裝備家長的策略技巧，以正面的態度協助子女提升逆境智商，增強心理韌性。