

書面質詢
何潤生議員
關注師生心理健康

近年來，受多種社會因素影響，學生的身心健康問題日益突出，特別是心理健康方面，促進學生身心健康已成為刻不容緩的任務。早前，澳門中華學生聯合總會聯同聖若瑟大學社會發展觀察中心發佈的“澳門中學生精神健康調查二〇二五”報告結果顯示，超過七成學生基於學習及相關人和事感到壓力，超過四成人面對壓力時出現煩躁、焦慮、抑鬱等情緒，更有部分人表示有自我傷害想法，僅極少數人主動尋求情緒支援服務。除此之外，調查又指出受訪學生平均每晚僅睡七小時，當中逾三成四睡眠時數不足六小時，兩成八人對自己最近的睡眠狀態表示不滿意或非常不滿意，兩成四表示睡眠問題已干擾日常生活。由此可見，澳門中學生在心理健康和睡眠狀況方面亟待重視與改善。

另一方面，根據2015年的PISA 研究報告，教師在減緩學生測驗焦慮扮演着重要的角色。如果教師能在學生遇到困難時，提供個人協助，他們的焦慮感會較為緩解，但事實上，很多情況下教師在遇到困難時也未能很有效的作出排解紓緩。教師往往需要承受繁重的工作量，這種長時間勞動可能導致倦怠感的積累，使得他們在精力有限的前提下難以開拓視野，進一步探索或參與有益於身心健康的活動。這樣不僅可能影響教師的個人狀態，還會波及到他們在教育過程中提供學生支援的能力。

為此，本人提出以下質詢：

一、請問有關當局，在新學年有何新的計劃，以進一步增強學校發現師生心理健康需求的能力，並更快地掌握師生的心理問題、進行初步干預及危機轉介？會否進一步加強跨界別合作，結合校內的跨專業團隊、校外的社區支援網絡和醫療服務，打造校內外互補的心理健康團隊，協助學校為有需要的師生提供及時且適當的心理支援服務？

二、睡眠不足會直接影響學生的認知功能與情緒穩定性，長此以往，會

削弱他們應對學習與生活壓力的能力，也可能對身心健康造成更深遠的負面影響。針對學生常見的作息問題，請問有關當局會否採取多元化的改善措施，例如：舉辦睡眠衛生講座及工作坊、設計趣味互動遊戲、制作通俗易懂的資訊指南、提供專業支援服務等，以提升學生及其家長、教師對良好睡眠習慣的重要性與相關知識的認識，並為學生提供專業且有效的解決方案，幫助他們提升睡眠品質、調整情緒狀態，逐步養成規律的作息習慣，以達到身心健康與學業發展的良性平衡？

三、在教學內容的融合上，請問有關當局會否研究將心理健康教育與愛國主義教育、中華優秀傳統文化教育等有機結合，例如：透過弘揚抗戰精神和長征精神培養學生的心理素質、舉辦以理想信念及生命意義為主題的專題討論和講座、提升傳統文化與心理健康教育資源的質量與內容等，把價值引領融入心理成長全過程，讓愛國主義教育、中華文化教育與心理健康教育形成協同效應？