



俄勒冈州教育局 | 俄勒冈州卫生局 该学年以安全和归属感为中心

交流工具包

2023 年 8 月

尊敬的教育领导者和合作伙伴们，大家好！

OHA 和 ODE 共同开发了这套交流工具包，目的是在学生重返校园时对学校教职员工、学生及其家庭给予支持，同时指导他们做出个人健康和安全的决定，包括选择是否佩戴口罩。工具包中的材料以过渡时期的心理健康和幸福、归属感、安全以及尊重选择为中心。与 [ODE 的心理健康综合模式](#) 相一致，其目标是营造一个安全、给予帮助和温馨的校园环境，防止与学生和家庭选择是否在学校佩戴口罩有关的欺凌和骚扰行为。

新学年的开始对于每个家庭和各位教职员工来说始终是一个过渡时期。新学年可能会带来喜悦、兴奋、期待、压力和紧张等情绪。对于常规和环境的任何变化，这些反应都是完全可以理解的，而且学校小区的每个人都可能会有不同程度的感受。

我们邀请您利用这些信息和资源，与教职员工、学生、家庭和小区开展对话和交流。我们有责任确保学校环境的安全和温馨。我们还必须确保最常遭受欺凌的学生，包括残疾学生以及黑人、土著人、拉丁美洲女子/拉丁美洲人/拉美血统的人/拉丁美洲裔、有色人种、部落成员和/或 LGBTQ2SIA+ 群体成员，在学校感到安全和受欢迎。本工具包中的范本旨在说明学校对学生、家庭和小区顺利渡过这一过渡时期给予支持。这些可定制的信息为学校领导和教职员工便于开展有关安全和归属感的对话及营造相互关爱和相互联系的文化氛围开创了良好的开端。

如果您对本工具包有任何疑问，或希望在使用本档提供的某些交流工具时获得更多想法和思路，请联系 ODE.HealthySchools@ode.oregon.gov。

给教育工作者和学校领导的重要信息

我们有责任确保为每一位学生和教职员工**创建一个安全、温馨的校园环境**。这包括尊重个人关于人身安全的决定，其中包括佩戴或不佩戴口罩。

出于各种原因，部分学生和教职员工会选择继续在学校佩戴口罩。每个人都有权做出这样的决定，学校需要支持个人继续佩戴口罩，并营造一个尊重个人有权决定佩戴口罩的环境。

每个人都应该得到公平、尊重和有尊严的对待。俄勒冈州因其多样性而变得尤其坚强。在文化、宗教、思想、种族、能力、健康决定以及其他形式的身份认同方面的差异为我们小区的实力和丰富多彩做出了贡献。这包括可以选择佩戴或不佩戴口罩。

我们同舟共济。当教室或小区中任何一个人受到不尊重对待时，我们所有人都会受到伤害。重要的是，我们要相互支持和安慰，分享准确及时的公共卫生信息，做出有利于我们小区的明智决定，尤其是在过渡和压力时期更要齐心协力。

欺凌、歧视和他者化等行为不属于学校或小区。善良、同情、共鸣和理解是应对过渡、压力和不确定时期最有力工具。现在，我们的小区应该团结起来，共同为学生营造一个安全、健康、快乐的成长环境。



给教育工作者促进安全、包容性空间和对话的提示

注意只分享准确的信息，并明确反驳错误信息。关于人、事件、反应和感受的准确信息是强大的、有力量的。就如何避免感染和疾病传播，应向青少年提供真实的、符合其年龄的信息。探索青少年可以对自己的健康和安全的健康和安全做出决定的方法。

理解许多学生在这一时期和其他过渡时期可能会经历恐惧、不确定和其他感受。许多学生、教育工作者及其家人都受到了大流行病的负面影响，经历了损失和创伤性压力，可能会有各种各样的感受。

留出时间和空间让青少年探讨自己的感受。与青少年谈论他们的感受。利用活动、角色扮演、创意/艺术作业和讨论等方式，探讨他们对事件的感受以及他们对来自不同文化或生活方式的不同群体的感受。

树立同情心、同理心、善良和接受差异的榜样。青少年会从生活中的成年人那里获得情感暗示。避免对任何群体发表负面言论。



使用包容性语言和做法，并对不符合学校价值观或政策的行为或价值观做出解释。青少年可能会将负面言论泛化到班级和小区的学生身上。对有不同想法或行为的人表现出怀疑，对个人或小区发表敌意的、伤害性的评论和讽刺，或欺凌、网络欺凌，或在身体/情感上威胁或伤害他人，这些都会给学习环境造成压力和不安全。

注意自己的言论和偏见，帮助青少年意识到他们的态度和偏见。这是一个自我反省、理解他人以及提供有关偏见的性质和影响的教育机会。让学生和成人了解你们对尊重所有人的期望，以及对仁慈和同情的期望，并以身作则。

如果您发现学生或教职员工发表歧视性或不友善的言论，一定要大声疾呼并采取行动。成人有责任打断并安全地面对有害言辞。这意味着，每当听到有害的言语时，都要始终如一地大声说出来。如果对有害言辞发出不一致的响应，则会发出这样的信息，即污名化、他者化和种族主义是可以接受的。成年人可以将这些事件作为一个机会，来解释为什么某种言论是不可接受的，探讨他人可能会如何理解这种言论，并提供替代行为和赔偿机会。



立即制止骚扰或欺凌行为。明确表示任何形式（当面、网络、社交媒体等）的欺凌、骚扰和其他有害行为都是不可接受的。向有欺凌行为的人提问；找出其行为的理由。提出正确的行为并给予其他信息/教育，以说明应对潜在的感受或担忧。

用微小肯定反击微小冒犯。微小肯定是微妙的认可，帮助个人感受到被重视和被包容。这包括承认轻度诽谤，在个人举报轻度诽谤、欺凌、歧视或其他行为时给予支持，以及直接面对不公平、敌意或偏见行为。

鼓励学生/青少年寻求帮助。成人应鼓励学生/青少年（欺凌者、被欺凌者、目睹欺凌者）告诉可信赖的成人，或公开反对欺凌、骚扰或微词（如果他们觉得这样做安全的话）。

确保教职员工、家长、看护人和小区成员在任何时候都受到尊重和保护。学生可能不是唯一有可能遭受来自同辈人或学生的公开偏见或微词攻击的人。确保教职员工和成年人了解自己的权利，在遇到此类行为时如何做出适当的反应，以及如何向学校领导表达自己的担忧。

强调不同群体的正面、熟悉的形象。找出青少年认识的、在他们生活中具有积极意义的不同种族、宗教和/或生活方式的人。这些人可以是邻居、朋友、学校工作人员、医疗保健专业人员、宗教团体成员或当地商人。讨论青少年的许多共同特点、价值观和经历。

与青少年一起阅读有关偏见、宽容和仇恨的书籍。有很多、很多适合不同年龄段的故事可以帮助青少年思考和确定他们对这些问题的感受。请与图书管理员一起选出推荐书籍。



给家长、看护人和家庭的重要信息：

我们都有责任确保为每位学生和教职员工营造一个**安全和温馨的校园环境**。这包括尊重个人在健康和安全方面的决定，其中包括佩戴或不佩戴口罩。

每个人都应该得到公平、尊重和有尊严的对待。

我们同舟共济。当班级或小区中任何一个人受到不尊重时，我们所有人都会受到伤害。因此相互支持和相互安慰非常重要。

分享来自可靠来源的准确信息。准确及时的公共卫生信息对于做出有利于家庭和小区的明智决策至关重要。使用青少年能够理解的语言向他们解释正在发生的事情也非常重要。

欺凌、歧视和他者化不属于学校或小区。善良、同情、同理心和理解是应对过渡、压力和不确定时期最有力工具。在我们的学校，小区可以团结起来，共同为青少年营造一个安全、健康、快乐的成长环境。



教育工作者的资源

关爱与联系：在学校和学校小区内建立稳固、积极关系的资源。

俄勒冈州课堂智慧：支持学生和学校教职员工心理和情绪健康的工具。

每个学生的归属感，关于欺凌问题的指导意见

欺凌（和网络欺凌）是不受欢迎的攻击性行为，涉及个人之间真实或感知的权力不平衡。这种行为已经或有可能长期重复发生。欺凌者利用自己的权力--如体力、获得令人尴尬的信息、种族或阶级特权或受欢迎程度--来控制或伤害他人。

学校和其他环境中的欺凌往往反映了整个社会的系统性压迫。权力失衡会随着时间的推移和在不同的情况下发生变化，即使涉及的是同一个人。欺凌者和被欺凌者都会受到负面影响，包括：学业成绩的挑战、社交孤立以及负面的身心健康影响。

在俄勒冈州，有多项支持在学校环境中的学生和教职员工了解和应对欺凌行为的政策。这些政策强调保护性因素，如积极的同伴互动、社交能力（社交和情感学习）、数字公民身份和性教育，可以显著减少欺凌行为。

学校安全与预防系统：以 ESD 为基础的学校安全与预防专家，在自杀预防、干预和后期预防、行为安全（威胁）评估、使用 SafeOregon 举报热线以及积极的校园文化和氛围支持（包括预防欺凌、网络欺凌、骚扰、恐吓和性暴力）等领域为学校 and 校区提供以公平为中心、具有文化敏感性的支持。

俄勒冈州安全举报热线：为俄勒冈州的学生、家庭、学校教职员工和小区成员以及执法人员创建的计划，用于举报和应对学生安全威胁问题。可通过电子邮件、电话、短信、移动应用程序或门户网站等多种方式提交举报。

俄勒冈州青少年自杀预防计划：青少年自杀预防资源和可用计划汇编列表。

学习正义 - 在学校大声说出来：应对日常偏见、成见和刻板印象的资源。



为青少年和家庭提供的资源

[学习正义--大声说出来袖珍卡](#)：应对日常偏见、成见和刻板印象的资源。

[俄勒冈州学生之声](#)：增强青少年在教育中的发言权。

[Stopbullying.gov - 青少年领袖工具包](#)：青少年开展预防欺凌活动的资源。

[Uplift 青年时代活动](#)：虚拟峰会每隔几个月举行一次，请查看网站上的日历，了解即将举行的活动。

[俄勒冈州安全举报热线](#)：为俄勒冈州的学生、家庭、学校教职员工和小区成员以及执法人员创建的计划，用于举报和应对学生安全威胁的问题。可通过电子邮件、电话、短信、移动应用程序或门户网站等多种方式提交举报。

[俄勒冈州青少年自杀预防计划](#)：青少年自杀预防资源和可用计划汇编列表。

求助热线

- 24 小时全国预防自杀热线：988.
- [Youthline](#) 是青少年之间的危机和求助热线。请致电 1-877-968-8491 或发送短信 "teen2teen" 至 839863。
- 全天候危机短信热线：发送短信 "OREGON" 至 741741。
- [Trevor 项目](#) 为 LGBTQ 青年提供信息和支持。请致电 1-866-488-7386 或发送短信 "START" 至 678-678。

用于在学校张贴的信息图表和传单样本



OHA 面向学校的 "这里欢迎戴口罩"传单

[英语 - 高中](#)

[英语 - 小学和初中](#)

[OHA "这里欢迎戴口罩"标志](#)



OHA 尊重我戴口罩

[英语](#)

[西班牙语](#)



[CDC 洗手资源](#)

- 包括海报、视频、贴纸、数据单
- 可提供多种语言