

支持受移民活动影响学生的心理健康与福祉策略

俄勒冈州各地加强移民执法行动，已为许多学生和家庭营造出充满深刻不确定性与恐惧的环境。在过去十八个月内，由于移民执法力度增强，学生、家庭及学校教职员可能出现社交、情绪及生理上的反应，例如压力、焦虑及过度警觉。俄勒冈州教育厅 (Oregon Department of Education, ODE) 希望提出几项策略，供学区与学校领导阶层参考，以确保受移民执法活动影响最深的学生与家庭，能够获得并了解相关的资源、服务与支持。



#1 取得医疗照护

学区工作人员可通过让资源、支持与服务既醒目又易于取得来提供协助。确保辅导员、社工及学校心理学家的联络信息在校内以多种语言呈现，使用友善的措辞，并强调保密性与安全性。信息可通过传单、电子邮件或其他大众传播方式分享。最佳实务作法包括配置具文化响应能力的学校教职员，特别是与学生/家庭已有关系的人员，主动联系并询问哪些支持、服务及资源可能有所帮助。

如果学区无法获得具文化响应能力的学校辅导员、学校社工或学校心理师，那么提供文化特定心理健康照护的小区组织可能会有很大的帮助。虽然列出全俄勒冈州所有支持儿童与家庭的小区组织颇具挑战性，但以下资源或许能提供协助。

- [全州社区心理健康计划](#)，提供位于俄勒冈州 36 个县的心理健康服务方案。
- [Familias en Accion](#) 专注于俄勒冈州拉丁裔家庭的健康与福祉，特别着重社区健康教育与粮食不足问题
- 俄勒冈州拉丁裔健康联盟 (Oregon Latino Health Coalition, ORLHC) 可通过俄勒冈州取得免费健康保险，
- [Raices de bienestar](#)，在 Hillsboro 与 Medford 提供具文化特色的心理健康服务与培训，并开设着重于文化响应式照护、创伤与疗愈知情实务的训练及教育课程，同时为 BIPOC 员工提供支持。

- [211 Info](#): 全州性的信息与转介服务，协助寻找如心理健康照护、住房、食物补助及水电费援助等服务。
- [988 自杀与危机生命线](#) 提供服务，并有西班牙语选项，供任何需要倾诉的人使用。关于 988 的说明：这条专线专为面临心理健康困扰、情绪压力、药物使用问题，或只是想找人聊聊的人们而设立。您不需要正经历危机才能寻求支持。

#2 提升心理健康素养

提升教职员的心理健康素养与文化响应性实务，有助于因应学生的需求。提升全体员工的心理健康素养有所帮助，以便能及早识别压力、创伤压力及焦虑的征兆与症状。透过提升心理健康素养，教职员能辨识最需要支持的学生，并协助他们取得所需的资源。员工也能在辨识社群需求的同时，投入深思熟虑的实践，例如针对采取生存策略的学生。文化响应实践包括理解历史与文化、价值观与经验。

所有学校教职员，包括分类人员、持证人员及行政人员，均可接受训练，以辨识常见心理健康问题的征兆，如焦虑、忧郁、压力及过度警觉。为员工提供工具，使其能进行支持性、不带批判的对话，及早将学生连接至专业服务，防止可能影响福祉的社交与情绪问题恶化。以下是一些易于取得的资源，专注于提升心理健康素养：[Mental Health is Health](#)，以及 [Mental Health Literacy](#) 工具，用以建立这项基础知识。奥勒冈州创伤知情照护中心 (Trauma Informed Oregon, TIO) 有许多免费且易于取得的资源。[Culturally Responsive Teaching](#) 提供更多信息与策略，以支持学生与家庭。

#3 实施转型社会情绪学习 (Transformative Social Emotional Learning, TSEL)

标准的社会情绪学习 (SEL) 侧重于个人调节，而转型社会情绪学习 (TSEL) 则关注集体福祉及让学生能够茁壮成长的系统性条件。这个框架特别有助于提升自我觉察与社会觉察。如果您的团队对这种方法较不熟悉，请先从 [框架概述 \(Framework Overview\)](#) 开始，了解如何将 TSEL 与学生未满足的社交情绪需求相结合。

使用 [学习与成长条件指南 \(Conditions for Learning & Thriving guide\)](#) 来支持与营造正向学习环境相关的关键实践。对于系统中的成年人来说，[社会觉察与归属感资源 \(Social Awareness and Belonging resource\)](#) 提供了一条途径，以更深入理解并培养对近期移民执法

行动受影响者生活经验的真诚同理心与团结。

如需更多信息或支持，请联络 ODE.HealthySchools@ode.oregon.gov。

