

支援受移民活動影響學生的心理健康與福祉策略

俄勒岡州各地加強移民執法行動，已為許多學生和家庭營造出充滿深刻不確定性與恐懼的環境。在過去十八個月內，由於移民執法力度增強，學生、家庭及學校教職員可能出現社交、情緒及生理上的反應，例如壓力、焦慮及過度警覺。奧勒岡州教育廳 (Oregon Department of Education, ODE) 希望提出幾項策略，供學區與學校領導階層參考，以確保受移民執法活動影響最深的學生與家庭，能夠獲得並了解相關的資源、服務與支援。



#1 取得照護

學區工作人員可透過讓資源、支援與服務既醒目又易於取得來提供協助。確保輔導員、社工及學校心理師的聯絡資訊在校內以多種語言呈現，使用友善的措辭，並強調保密性與安全性。資訊可透過傳單、電子郵件或其他大眾傳播方式分享。最佳實務作法包括配置具文化回應能力的學校教職員，特別是與學生／家庭已有關係的人員，主動聯繫並詢問哪些支援、服務及資源可能有所幫助。

如果學區無法獲得具文化回應能力的學校輔導員、學校社工或學校心理師，那麼提供文化特定心理健康照護的社區組織可能會有很大的幫助。雖然要列出全奧勒岡州所有支援兒童與家庭的社區組織頗具挑戰性，但以下資源或許能提供協助。

- [全州社區心理健康計畫](#)，提供位於奧勒岡州 36 個郡的心理健康服務方案。
- [Familias en Accion](#) 專注於奧勒岡州拉丁裔家庭的健康與福祉，特別著重社區健康教育與糧食不足問題。
- [奧勒岡州拉丁裔健康聯盟 \(Oregon Latino Health Coalition\)](#) 可透過俄勒岡州取得免費健康保險。

- [Raices de bienestar](#) 在希爾斯伯勒 (Hillsboro) 與梅德福 (Medford) 提供具文化特色的心理健康服務與培訓，並開設著重於文化回應式照護、創傷與療癒知情實務的訓練及教育課程，同時為 BIPOC 員工提供支援。
- [211 資訊 \(211 Info\)](#)：全州性的資訊與轉介服務，協助尋找如心理健康照護、住房、食物補助及水電費援助等服務。
- [988 自殺與危機生命線](#) 提供服務，並有西班牙語選項，供任何需要傾訴的人使用。關於 988 的說明：此專線專為面臨心理健康困擾、情緒壓力、藥物使用問題，或只是想找人聊聊的人們而設立。您不需要正經歷危機才能尋求支援。

#2 提升心理健康素養

提升教職員的心理健康素養與文化回應性實務，有助於因應學生的需求。提升全體員工的心理健康素養有所助益，以便能及早識別壓力、創傷壓力及焦慮的徵兆與症狀。透過提升心理健康素養，教職員能辨識最需要支援的學生，並協助他們取得所需的資源。員工也能在辨識社群需求的同時，投入深思熟慮的實踐，例如針對採取生存策略的學生。文化回應實踐包括理解歷史與文化、價值觀與經驗。

所有學校教職員，包括分類人員、持證人員及行政人員，均可接受訓練，以辨識常見心理健康問題的徵兆，如焦慮、憂鬱、壓力及過度警覺。為員工提供工具，使其能進行支援性、不帶批判的對話，及早將學生連結至專業服務，防止可能影響福祉的社交與情緒問題惡化。以下是一些易於取得的資源，專注於提升心理健康素養：[心理健康是健康 \(Mental Health is Health\)](#) 以及[心理健康素養 \(Mental Health Literacy\)](#) 工具，用以建立這項基礎知識。[奧勒岡州創傷知情照護中心 \(Trauma Informed Oregon\)](#) 有許多免費且易於取得的資源。[文化回應教導 \(Culturally Responsive Teaching\)](#) 提供更多資訊與策略，以支援學生與家庭。

#3 實施轉型社會情緒學習 (Transformative Social Emotional Learning, TSEL)

標準的社會情緒學習 (SEL) 側重於個人調節，而轉型社會情緒學習 (TSEL) 則關注集體福祉及讓學生能夠茁壯成長的系統性條件。這個框架特別有助於提升自我覺察與社會覺察。

如果您的團隊對這種方法較不熟悉，請先從[框架概覽](#)開始，了解如何將 TSEL 與學生未滿足的社交情緒需求相結合。

使用[學習與成長條件指南](#)來支援與營造正向學習環境相關的關鍵實踐。對於系統中的成年人來說，[社會覺察與歸屬感資源](#)提供了一條途徑，以更深入理解並培養對近期移民執法行動受影響者生活經驗的真誠同理心與團結。

如需更多資訊或支援，請聯絡 ODE.HealthySchools@ode.oregon.gov。

