

寶 覺 中 學
2023 - 2024 年度 學校通告第(5)號

各位家長：

教育局在 2023/24 學年推出加強推廣校園精神健康、及早識別和支援有精神健康需要的學生的措施及建議，供家長參考。此外，私隱專員公署就安全使用 AI 聊天機械人發出具體建議。請家長同心協力，一起守護學生的精神健康及個人資料私隱。

一、家長講座

1. 由教育局舉辦、賽馬會青少年情緒健康網上支援平台及香港撒瑪利亞防止自殺會主講的網上家長講座正接受報名(截止報名日期：2023 年 11 月 17 日)，詳情如下：
日期：2023年11月22日(三)[中學場次]
時間：晚上7:00至9:00
形式：網上研討會
題目：(a) 識別和支援有精神健康需要的學童的有效措施及個案分享
(b) 青少年對生命的迷思
語言：粵語
報名連結：<https://forms.gle/NMvX9kbiP7965rat5>

2. 由教育局舉辦、教育心理學家及臨床心理學家主講的實體家長講座正接受報名(截止報名日期：2023 年 12 月 3 日)，詳情如下：
日期：2023年12月9日(六)
時間：上午10:30至下午12:30[中學場次]
地點：五旬節聖潔會永光書院（九龍橫頭磡龍翔道155號）[實體模式]
題目：(a) 靜觀教養
(b) 平靜應對孩子的成長風暴
講者：賽馬會「樂天心澄」教育心理學家關匡宏先生
浸信會愛羣社會服務處臨床心理學家紀正楠先生
語言：粵語
報名連結：<https://forms.gle/gQt6mwFKKeyYzTpQi9>

二、有關精神健康的參考資源

1. 社區資源及求助熱線，可就學生精神健康問題，尋求社區專業支援服務。
https://www.edb.gov.hk/attachment/tc/student-parents/crisis-management/helpline-community-resources/community-resources-and-helpline_c.pdf
2. 「校園・好精神」網站專頁，為家長提供基本知識和支援策略，以便及早識別有需要的子女，並給予適切的支援。
(a) 「校園・好精神」網站專頁

<https://mentalhealth.edb.gov.hk/tc/>

- (b) 「自我關懷，創造幸福」資源

<https://mentalhealth.edb.gov.hk/tc/promotion-at-the-universal-level/promotional-resources-for-schools/106.html>

- (c) 陪您考試的日子 – 應對考試壓力相關資源

<https://mentalhealth.edb.gov.hk/tc/promotion-at-the-universal-level/promotional-resources-for-schools/83.html>

- (d) 認識及支援有自我傷害行為的學生

<https://mentalhealth.edb.gov.hk/tc/early-identification-at-the-selective-level/resources-and-guidelines/90.html>

三、私隱專員公署發出《使用 AI 聊天機械人「自保」十招》

根據本地調查，近八成香港青年曾經使用生成式人工智能（AI）工具，例如 ChatGPT。因應由生成式 AI 技術驅動的 AI 聊天機械人的使用日益普及，私隱專員公署發出的《使用 AI 聊天機械人「自保」十招》，可協助用戶保障其個人資料私隱，並更安全地使用 AI 聊天機械人，具體建議涵蓋以下範疇，每項建議的詳情可參閱附件單張：

- (a) 在登記或使用前

第 1 招：細閱私隱政策、使用條款及其他有關處理資料的政策

第 2 招：慎防假冒的 AI 聊天機械人的應用程式和釣魚網站

第 3 招：調整設定選擇拒絕分享聊天紀錄（如有的話）

- (b) 與 AI 聊天機械人對話時

第 4 招：不要分享自己及他人的個人資料

第 5 招：如有需要，提交改正或移除資料要求

第 6 招：對網絡安全威脅提高警覺

第 7 招：刪除聊天紀錄中不需要保留的對話

- (c) 安全及負責任地使用 AI 聊天機械人

第 8 招：謹慎使用 AI 聊天機械人提供的資料

第 9 招：不要分享機密資料和檔案

第 10 招：老師／家長應在同學與 AI 聊天機械人對話時從旁指導

陳淑雯校長謹啟

2023 年 11 月 10 日