**附件13**

# 学生小组辅导内容

1. 引入小组内容

* 辅导人员自我介绍
* 简介小组目的及规则 (包括保密及互相尊重等原则)

1. 简单交代事件

* 交代校方已掌握的事实
* 澄清失实的报导，例如报章的资料
* 如事件涉及自杀死亡，应向学生解释事件已交由警方调查，不适宜作出任何揣测；辅导人员应指出自杀通常不是由单一原因所造成，大部分个案背后有复杂及长远的因素相互影响；同时辅导人员亦应提醒学生遇到困难时应主动寻求协助

1. 解答学生疑问

* 让学生发问，回答问题时应避免描述不必要或令人不安的细节
* 只给予已核实的基本资料及事实
* 尽量回答学生的问题。倘若不知道或不确定答案，可待肯定答案后，才告知他们

1. 鼓励学生分享在情绪、认知、生理、社交和行为方面的反应

* 可以用以下提问(举隅)了解学生的反应：

1. 「你最近的睡眠质素怎样？胃口怎样？」
2. 「你最近的精神怎样？」
3. 「你有甚么感受和反应？」
4. 「你现在觉得怎样？」

* 鼓励学生分享**当下**的想法及感受，不要要求他们讲述其亲历事件的经过
* 若学生描述令人不安的细节，辅导人员应引导学生集中分享**当下**的反应
* 让学生认識到伤心、内疚、愤怒等不安的情绪都是常见的反应
* 让学生体会到其他人都有相近的经历和反应，他们并不孤单，更可互相支持(如适用)
* 提醒学生如果有持续或过分强烈的反应(参考资料1D)，必须寻求协助

1. 分享危机事件发生后恰当的应对策略

* 分享恰当的应对策略 (参考资料 3)
* 如有需要，可练习一些松弛方法或其他相关的应对策略(参考资料 4)
* 若危机事件涉及自杀行为，应让学生明白自杀并非解决问题的恰当方法

1. 了解学生的社交支援系统，确保他们得到适当的支援

* 可以用以下提问(举隅)了解学生的支援系统：
* 「你的家人对这件事有什么反应？」
* 「他们如何与你倾谈？」
* 「当你情绪不安时，你会做什么帮助自己纾缓情绪？」
* 「如果你有持续不安的情绪，你会与谁倾谈？你会如何寻求协助？」
* 确保他们得到适当的支持：
* 告诉学生你乐意帮助他们
* 协助学生了解自己的社交支援系统，如家人、朋友、学校社工/辅导人员等，让学生知道可以在何处寻求协助
* 鼓勵学生彼此支持，如遇情绪困扰或困难时，可以找老师或学校社工等帮助。假若知道某些学生有情绪困扰，亦应该告诉老师和学校社工
* 介绍社区资源(如与精神健康相关的资讯、辅导服务)
* 識别缺乏支援的学生，以便日后跟进

1. 了解及观察学生的反应，識别有需要的学生作进一步的了解及支援

* 留意某些学生是否有过分强烈的情绪或行为反应(如抑郁、愤怒、自责或埋怨)
* 如事件涉及自杀死亡，留意有没有学生认同死者的自杀行为
* 留意当事人的好朋友、男/女朋友、兄弟姊妹或与当事人不和的同学对事件的反应和行为表现
* 按需要将有激烈情绪反应的学生转介给学校社工或辅导教师
* 有关如何处理学生的情绪反应，教师可细阅参考资料 2