

家長溝通及支援

家長溝通及 支援

- 家長特別通告及資源
- 家長簡報會

家長簡報會內容

- 一. 講述與危機事件有關的資料
- 二. 講解學校就危機事件作出的應變措施和安排
- 三. 說明校方將會採取的措施，以避免同類型事故再次發生（如適用）
- 四. 講述有關自殺徵兆的資料（如適用）
- 五. 概述「家長參考資料」的要點，讓家長知道如何協助子女面對事件和處理情緒（參考資料五及六）
- 六. 強調家長支援子女的重要性
- 七. 強調家校合作的重要性
- 八. 介紹支援機構或人員的資料
- 九. 以個別或小組形式接見有需要的家長

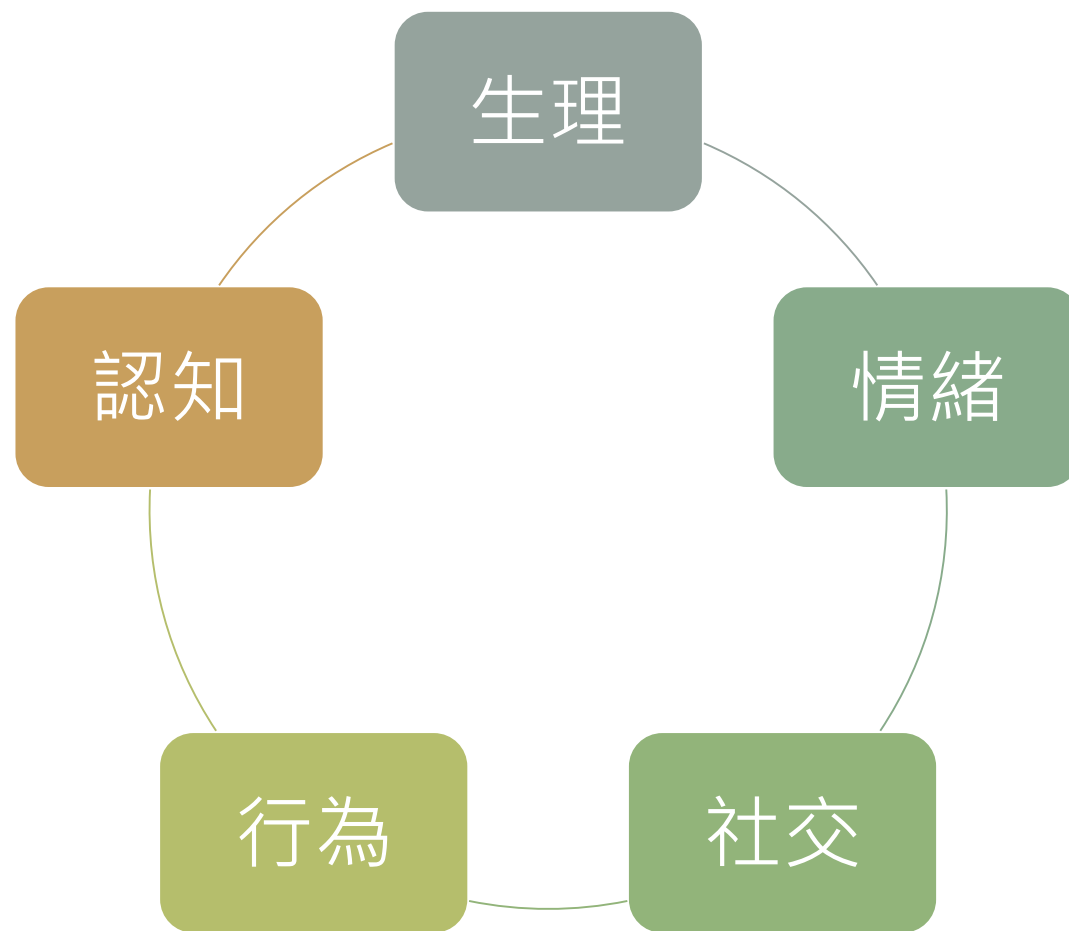
家長會流程 (舉例)

1. 報告危機事件後學生支援進度 (學校副校長)
2. 常見反應及歷程 (教育心理學家)
3. 需進一步轉介警號 (教育心理學家)
4. 親子溝通錦囊 (學校社工/輔導人員)
5. 結語 (學校社工/輔導人員)
6. 參考資料 (學校社工/輔導人員)

陪伴子女渡過危機事件

與子女同行

常見反應及歷程 (教育心理學家)



常見反應及歷程 (教育心理學家)

有關哀傷歷程的迷思

- ▶ 我避談死亡，可以減少子女的哀傷。
- ▶ 給予子女哀傷的權利。
- ▶ 讓子女的感受可以釋放出來及好好處理。

- ▶ 青少年子女與成人經歷的哀傷歷程是相同的。
- ▶ 每個人都是獨特的，有自己的形式去經歷哀傷。
- ▶ 青少年正處於尋求自我認同及獨立自主的發展階段，可能會有自己表達和處理哀傷的方式。

- ▶ 我需要堅強，不能向子女展現情緒。
- ▶ 成人是子女的榜樣。
- ▶ 坦誠展現情緒能讓子女明白有情緒是正常反應，繼而容許自己表達。
- ▶ 運用機會讓子女建立支援系統。

常見反應及歷程 (教育心理學家)

家長可以做的是

- ▶ 給予聆聽和對話的時間
- ▶ 誠懇地回答子女的提問
- ▶ 預計及接受可能的**情緒起伏**
- ▶ **接納**子女的倒退行為、不責罵或比較
- ▶ 給予子女**空間**，除非有傷害自己或他人的風險
- ▶ 鼓勵透過寫作、美術、音樂及運動等方法宣洩情緒
- ▶ 重建**日常生活規律**
- ▶ 鼓勵子女有適量的休息及運動
- ▶ 鼓勵子女尋找朋輩網絡的支援
- ▶ 留意一些**高危行為**

親子溝通錦囊
(學校社工/輔導人員)

貼士一：回應子女的感受



- ▶ 家長能表示了解子女的痛苦，便更能幫助他
 - ▶ 反映他的感受
 - ▶ 「他不在你很寂寞」
 - ▶ 「你看起來很想念他」
 - ▶ 「這個消息很突然，過程不容易」
 - ▶ 覺得有人明白，子女會感到安慰
 - ▶ 父母的理解有如急救護理，能治癒受創的感受
-

貼士二：陳述「我」的感受



- ▶ 以「我……」為開首，並把自己當時的感受表達出來
- ▶ 避免使用“憤怒”和“激心”等
- ▶ 多用“害怕”、“擔心”、“迷惘”和“焦急”等
 - ▶ 表現對子女的**關心**和**憂慮**
- ▶ 先不要指責行為或爭論對錯