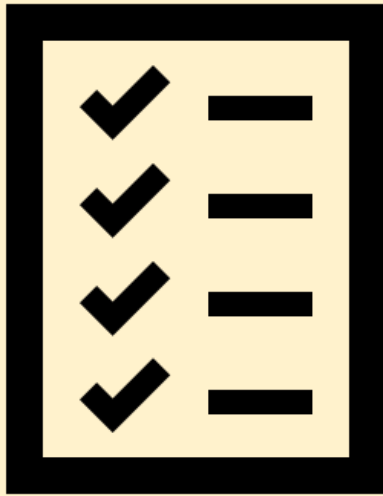


教育局訓育及輔導組 小學「全方位學生輔導服務」經驗分享

2025年4月11日

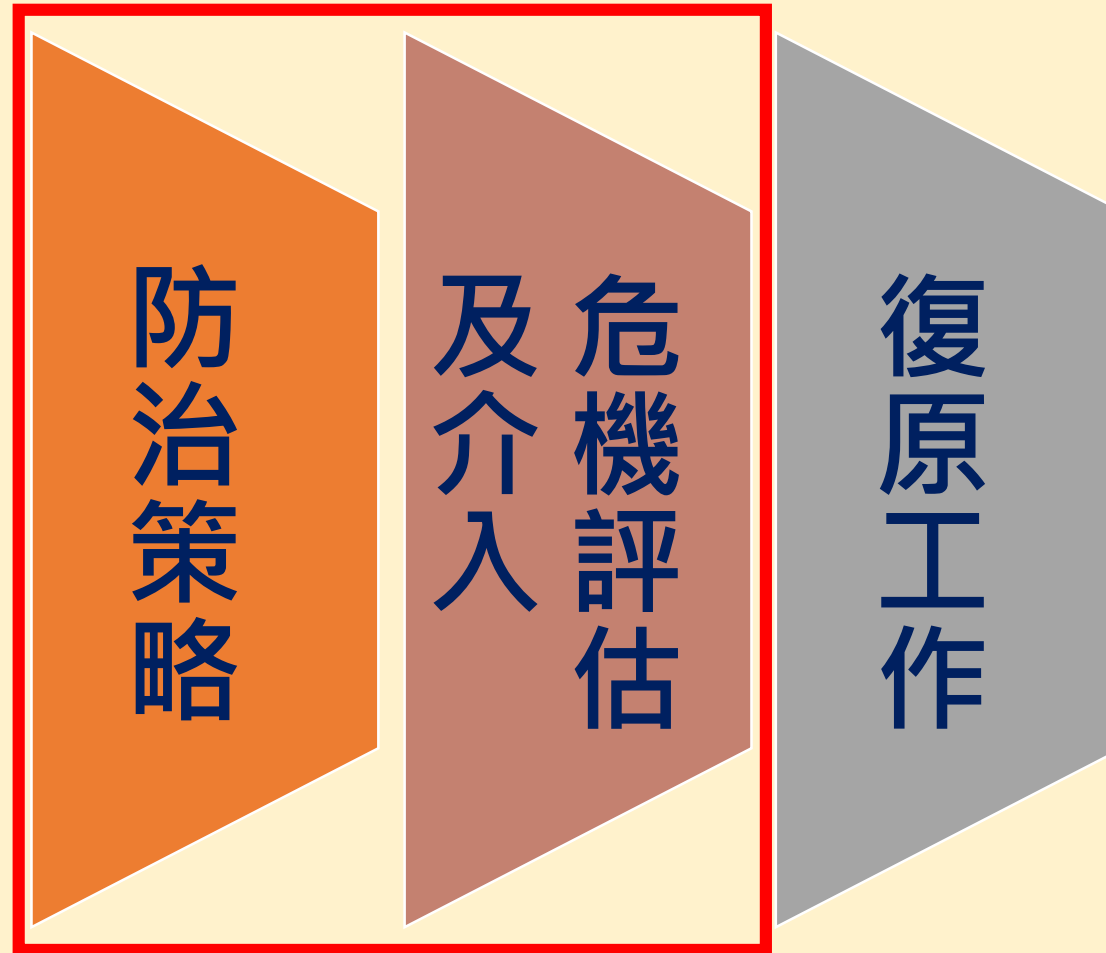
香港聖公會福利協會 服務總監 譚芷筠

分享要點



- 危機介入的概念
- 5T危機評估策略
- 危機的預防工作

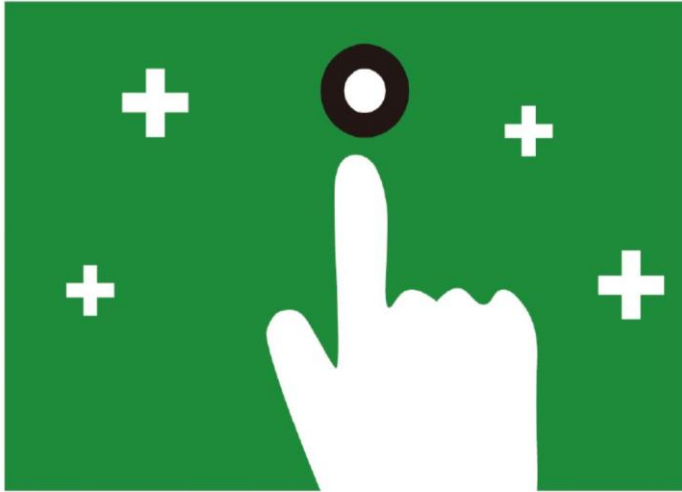
危機管理的不同階段



定義

學校危機處理

危機善後介入工作及心理支援應用手冊
(適用於學生及教職員傷亡事件)



教育局特殊教育分部
教育心理服務(九龍一)組
二零二三年九月

學校危機（教育局, 2023）

- 學校危機可以包括學生 / 教職員自殺或自傷行為、意外死亡、嚴重受傷、又或者是暴力事故或自然災害。
- **事故為學校帶來混亂，削弱學校的穩定性**，令師生感受到威脅、失落、失去安全感、感到無助。

教師角色

- 管理層及合適的教職員：擔任**學校危機處理小組的成員，作出有關危機處理的重要決定，並監察、協調及支援相關事宜**。
- 教職員：為受影響學生進行**特別班主任課**。

自然復原能力

報章圖片

報章圖片

報章圖片

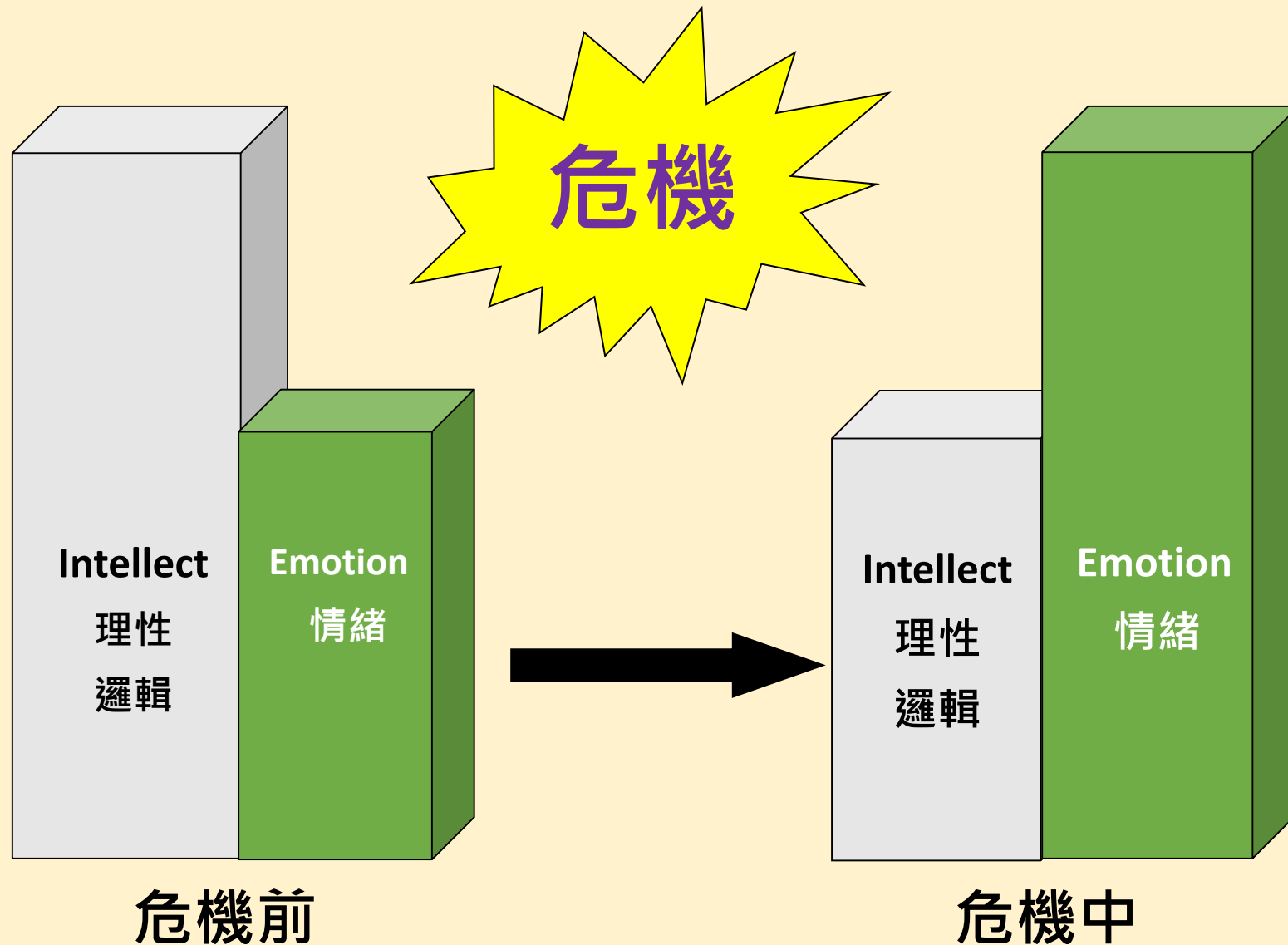
家庭層面

個別班級層面

整間學校層面

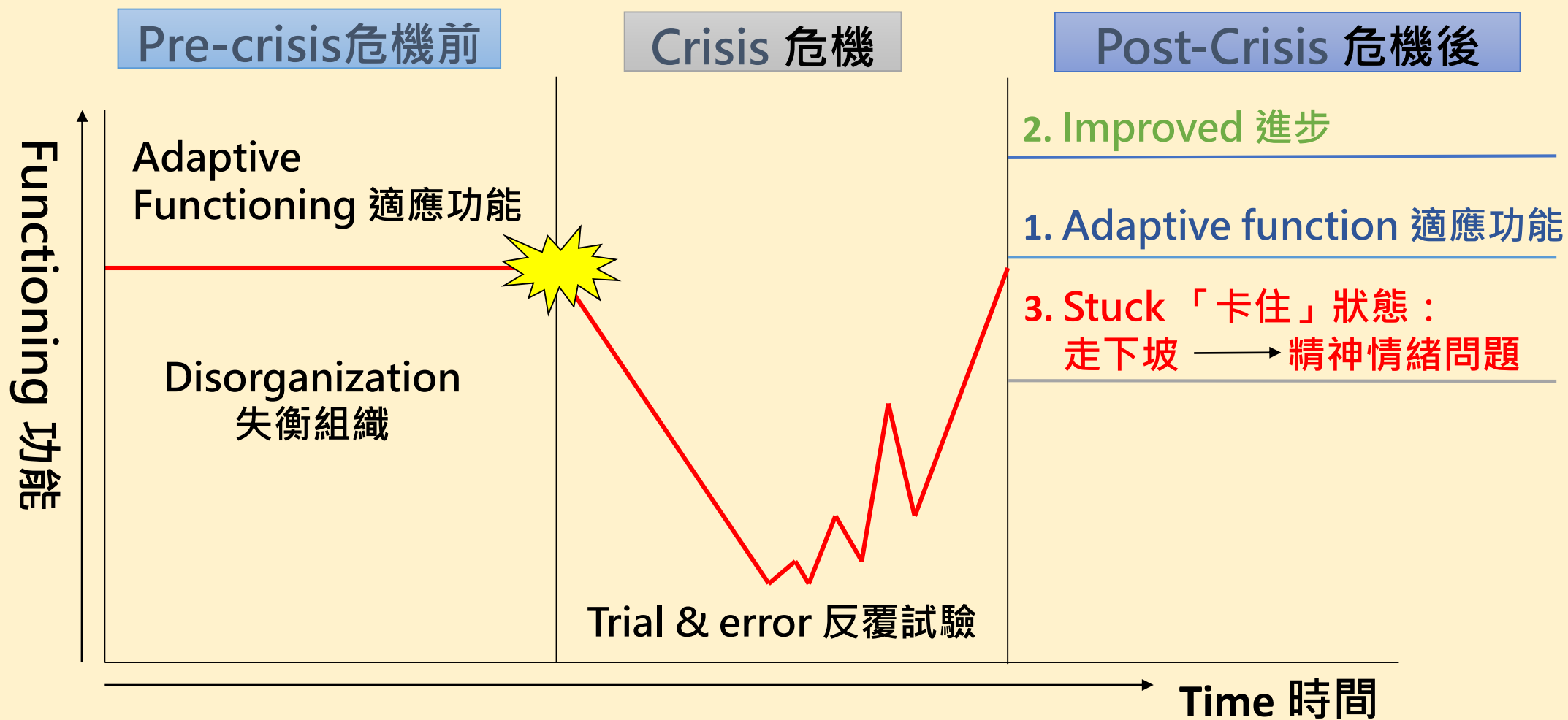
教育局《學校危機處理》手冊：不恰當的介入，或為受影響程度不同人士進行統一程度的支援措施，有可能窒礙他們的**自然復原能力**。因此，學校在處理危機上的每個判斷都十分重要。

危機對當事人的影響



- 避免做重大決定
- 預備應對不同持分者的情緒及要求

危機發生後可能出現的狀況



危機發生後可能出現的狀況

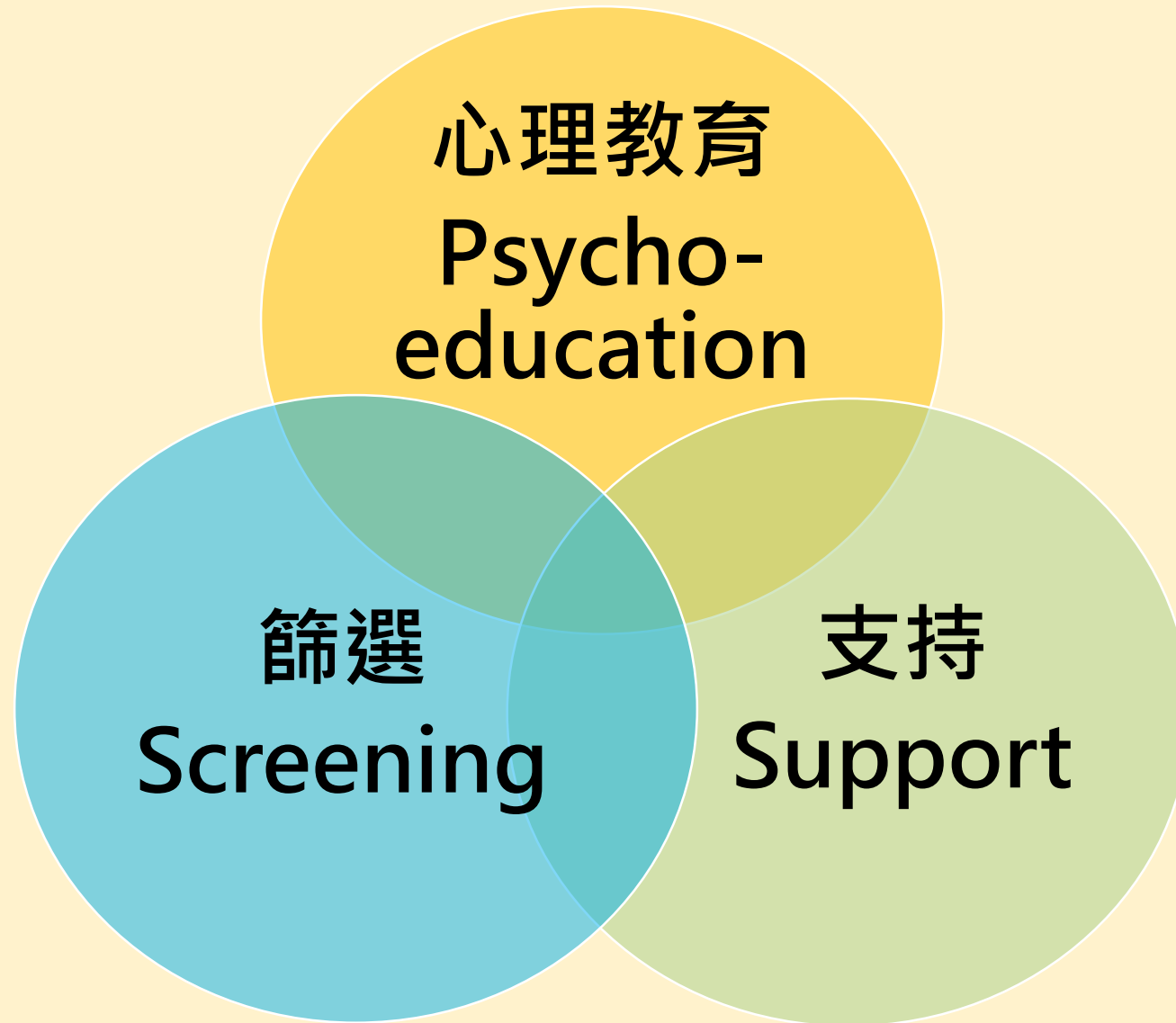
1. Adaptive function 適應功能

2. Improved 進步

3. Stuck 卡住的狀態

- 自然復原能力
- 判斷受影響的程度
- 分流並提供合適的支援
- DO NO HARM

危機介入目標



危機介入目標

篩選
Screening

- 透過傾談、觀察或問卷
- 識別可能受影響的對象
- 評估受影響的程度，進行分流



鑽石山不幸事件支援錦囊

危機介入目標



支持
Support

- 透過不同的介入方式(Type)，為當事人提供支持
- 感性層面：傾談、陪伴、同行
- 理性層面：資訊及可見的路徑

危機介入目標

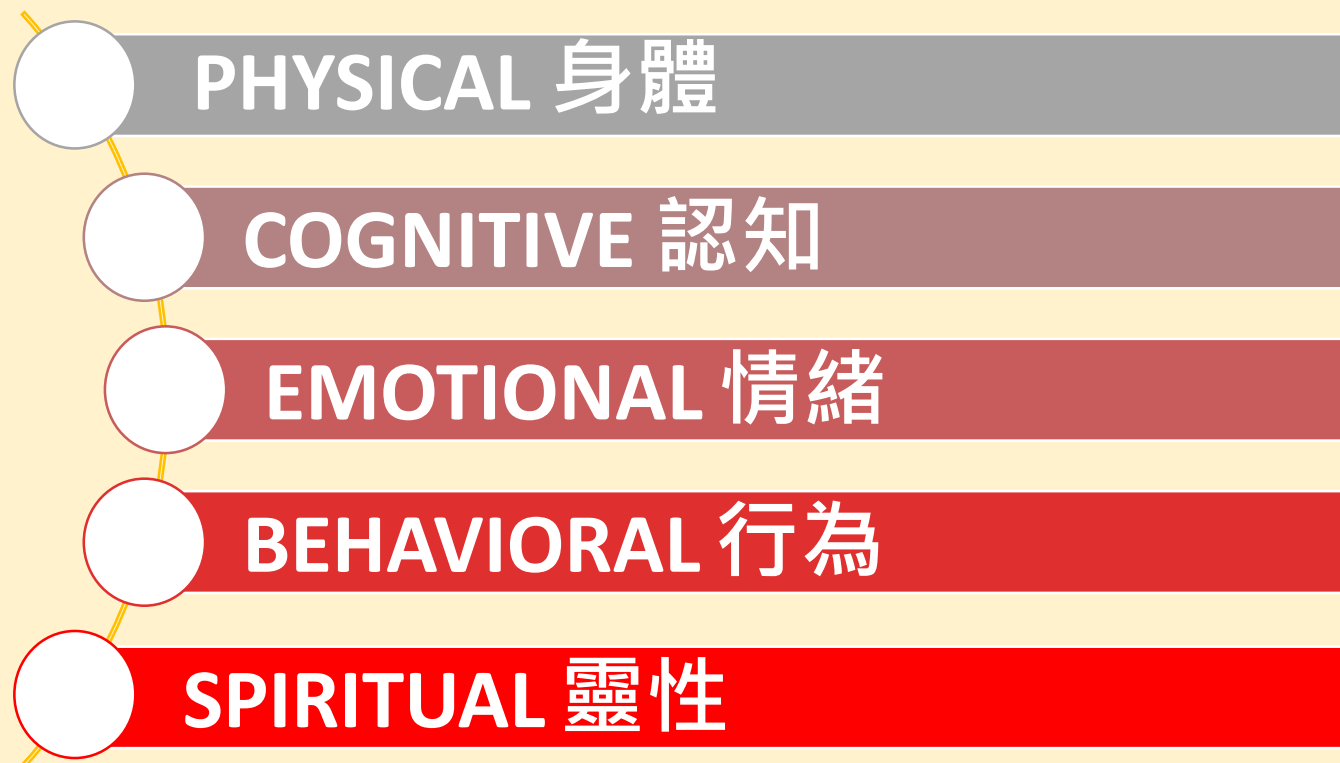
心理教育
Psycho-
education

- 在危機事故發生後，出現壓力反應，是一般人在不尋常事故後所出現的(1)常見壓力反應
- 透過(2)適當的壓力管理，大部分反應都能夠紓緩
- 若有關反應隨時日持續或加劇，則需要(3)進一步介入

正常化 Normalization

(1) 常見的壓力反應

心理教育
Psycho-
education



留意不良的壓力反應

(2) 適當的壓力管理

心理教育
Psycho-
education

S

Sensible eating 均衡飲食 – 給予家長相關資訊

T

Time to enjoy life 享受生活

R

Rest and relaxation 稍息 – 校政上的配合

E

Exercise 運動

S

Social support 支援網絡 – 提供及營造平台

S

Satisfying expressions 情感表達 – 支持及篩選

(3) 進一步介入

心理教育
Psycho-
education

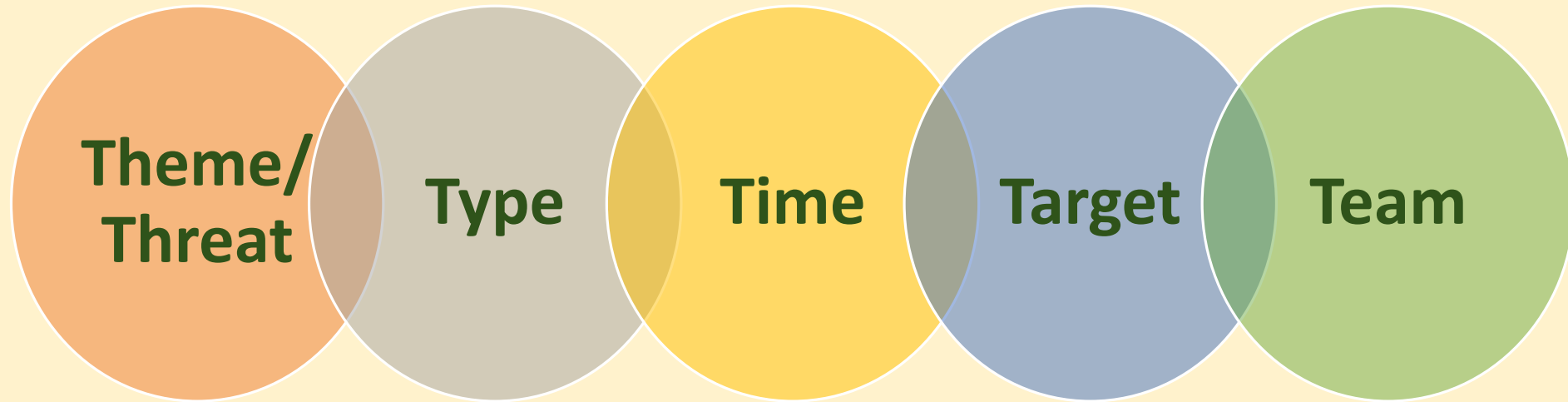
- 壓力反應持續多於一個月，或於一個月內持續變差
- 影響工作及日常生活
- 對死亡或與死亡有關的事情存有憧憬

重點：危機介入的概念



- 危機介入不是心理輔導
- 介入目標：篩選、心理教育、支持
- 基礎認知有助介入的工作

5T危機評估策略



危機介入評估 – Theme

- 事件性質：意外或**人為**
- 事發地點：組織外或**組織內**
- 嚴重程度：受傷或**死亡**
- 特別關注：**兒童及青少年、壓力**

危機介入評估 – Threat

- 引發壓力反應
- 引發流言及對學校的質疑
- 媒體特別關注：行政管理混亂、職場欺凌
- 雪上加霜 - 次危機
- 部署

危機介入評估 – Target

- 識別可能受影響的對象
- 按受影響程度訂定介入優次
- 留意同質性
- 識別受影響對象的三大因素
 - 個人與危機事件的關係
 - 個人脆弱程度
 - 危機引發的反應

危機介入評估 – Target

三大因素：個人與危機事件的關係

- 親歷危機事件 / 處身現場 (Physical proximity)
- 與當事人關係 (Emotional proximity)

危機介入評估 – Target

三大因素：個人脆弱程度

- 個人經歷：創傷事件
- 應對能力：性格、情緒管理、壓力處理、解難能力、特殊教育需要等
- 支援系統薄弱

危機介入評估 – Target

三大因素：危機引發的壓力反應

- 引發不良性的壓力反應
- 不合宜的應對行為
- 干擾日常生活運作

危機介入評估 – Time

- 介入的迫切性
- 何時介入
- 監察媒體反應
- Wait & See

危機介入評估 – Type 及 Team

- 介入方式 – 單向及雙向
- 單向：會議、周會。雙向：個人、小組、特別班主任課
- 團隊：專業、行政、對外連繫

重點：5T危機評估策略



- 藍圖：提供介入的方向及框架
- 持續更新資料及訊息，作出判斷
- 同理：危機專業與校情的平衡
- 同心：沒有最好，只有在可掌握及估算範圍內作當下最合適的判斷
- 同行：管理團隊、前線老師
- 接受自己的狀態，裝備自己及團隊

學童自殺多元成因分析

- 香港大學香港賽馬會防止自殺研究中心，則指出2023年初至11月中旬，香港共有306名學童輕生，其中37人死亡，其餘列企圖自殺。分析顯示，學童自殺成因依次為學校因素（37.3%）、家庭因素（28.8%）及精神健康因素（18.3%）。
- 政府審視近期中、小學學生自殺身亡的個案，分析當中曾出現的風險因素，主要來自人際關係（包括家庭、社交或感情方面的問題）及個人的問題（如學習及學校適應、抑鬱情緒及精神病）。（2023年11月22日立法會三題蔡若蓮博士的書面答覆）

學童自殺多元成因分析

- 你學校的狀況如何？
- 你如何評估你學校的狀況？
 - A P A S O
 - 輔導個案性質
 - 危機事故性質
 - 訓育紀錄
 - S E N學生資料庫
 - 學生成長檔案
- 校風及支援 > 三年關注事項、年度計劃 > 對應狀況？



出路？

- 國際上和本港的相關研究均指出，自殺是一個複雜的問題，由多項風險及保護因素互相影響而成，因而不能歸因於單一因素
- 政府會繼續檢視和優化現有為學生提供的服務及支援，加強學生精神健康的保護因素，減少風險因素對學生的影響。（2023年11月22日立法會三題蔡若蓮博士的書面答覆）
 - (1) 識別風險因素 – 老師的角色
 - (2) 加強保護因素 – 家長教育及兒童精神健康

老師的預防角色與策略部署



監察觀察

定期關注學生變化
特別留意高風險學生
建立班級支援網絡
鼓勵同學間互相關懷



溝通關懷

主動與學生建立信任關係
營造開放溝通氛圍
使用積極聆聽技巧
避免批判性回應



評估支援

專業培訓提升危機處理能力



轉介合作

及時轉介個案
與家長保持緊密聯繫

識別高風險學生：警示信號與觀察重點



行為變化

突然變得沉默寡言、退縮
逃避社交活動
曠課或經常遲到早退
學業表現急劇下滑



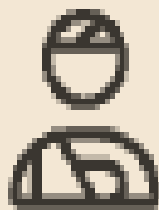
情緒徵兆

長期情緒低落、易怒
無望感、空虛感
表達「活著沒意思」等負面想法



物質處理

送贈珍貴物品、處理個人遺物
寫「告別信」
在社交媒體暗示輕生的內容



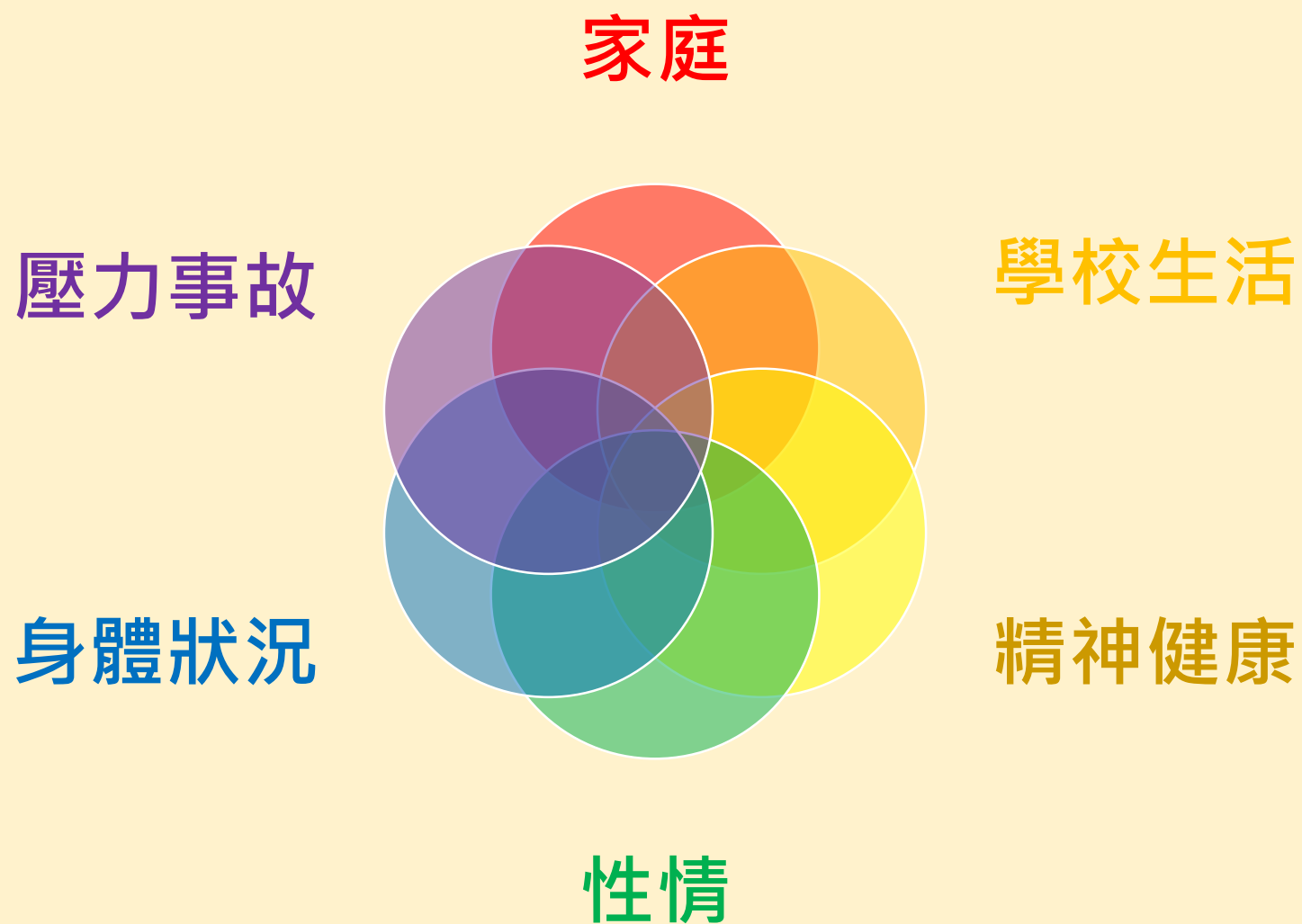
身體跡象

自殘痕跡、長期失眠
食慾改變
精神不振、身體不適投訴增加

平台：關愛名單及學生個人檔案

- 讓老師認識風險因素
- 請各班主任與科任老師就風險因素制定需關愛學生名單
- 關愛名單可供該班科任閱覽，了解學生並提供支援
- 就特定分數以上的學生，學校社工會加以了解，按需要提供支援
- 建立學生個人檔案

平台：關愛名單及學生個人檔案



認識風險因素

家庭

- 有家人曾經自殺
- 虐兒紀錄
- 家庭關係複雜
- 家庭衝突

學校生活

- 離群
- 欺凌
- 學習問題

壓力事故

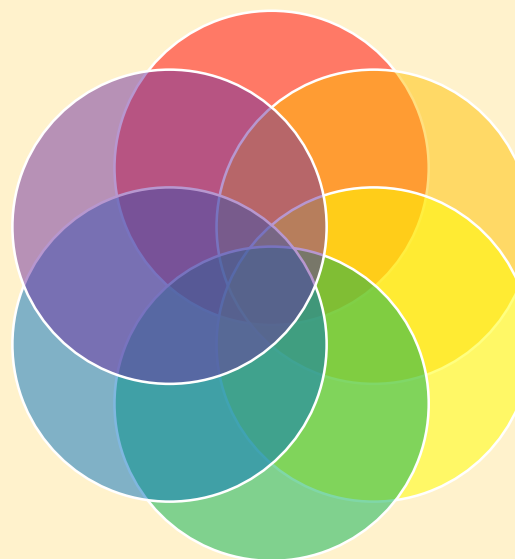
身體狀況

家庭

學校生活

精神健康

性情



認識風險因素

精神健康

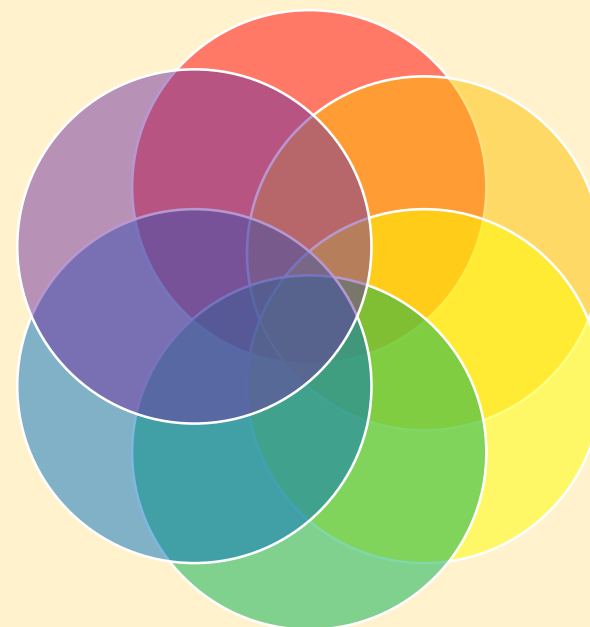
- 抑鬱症/父母情緒病
- 藥物/酒精濫用
- 曾企圖自殺

性情

- 衝動 /暴力傾向
- 完美主義，害怕失敗
- 固執
- 解難技巧弱

壓力事故

身體狀況



家庭

學校生活

精神健康

性情

認識風險因素

身體狀況

- 睡眠問題
- 長期疾病
- 踏入青春期

壓力事故

- 生活的大改變
- 失去重要的人或事物

壓力事故

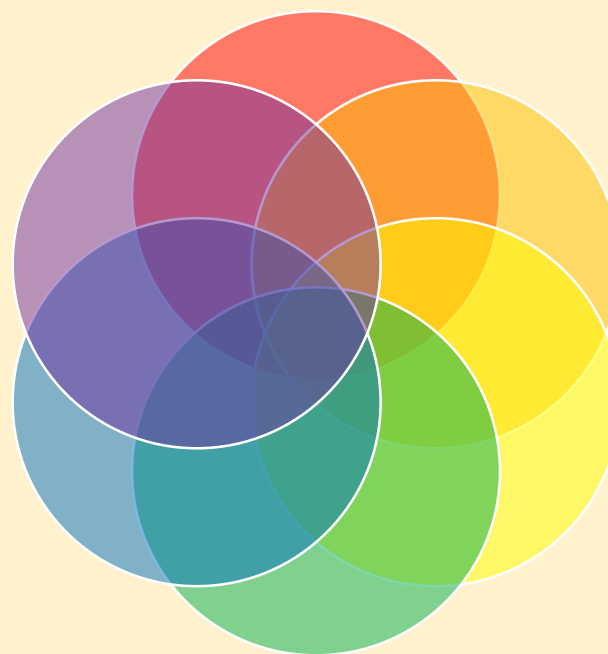
身體狀況

家庭

學校生活

精神健康

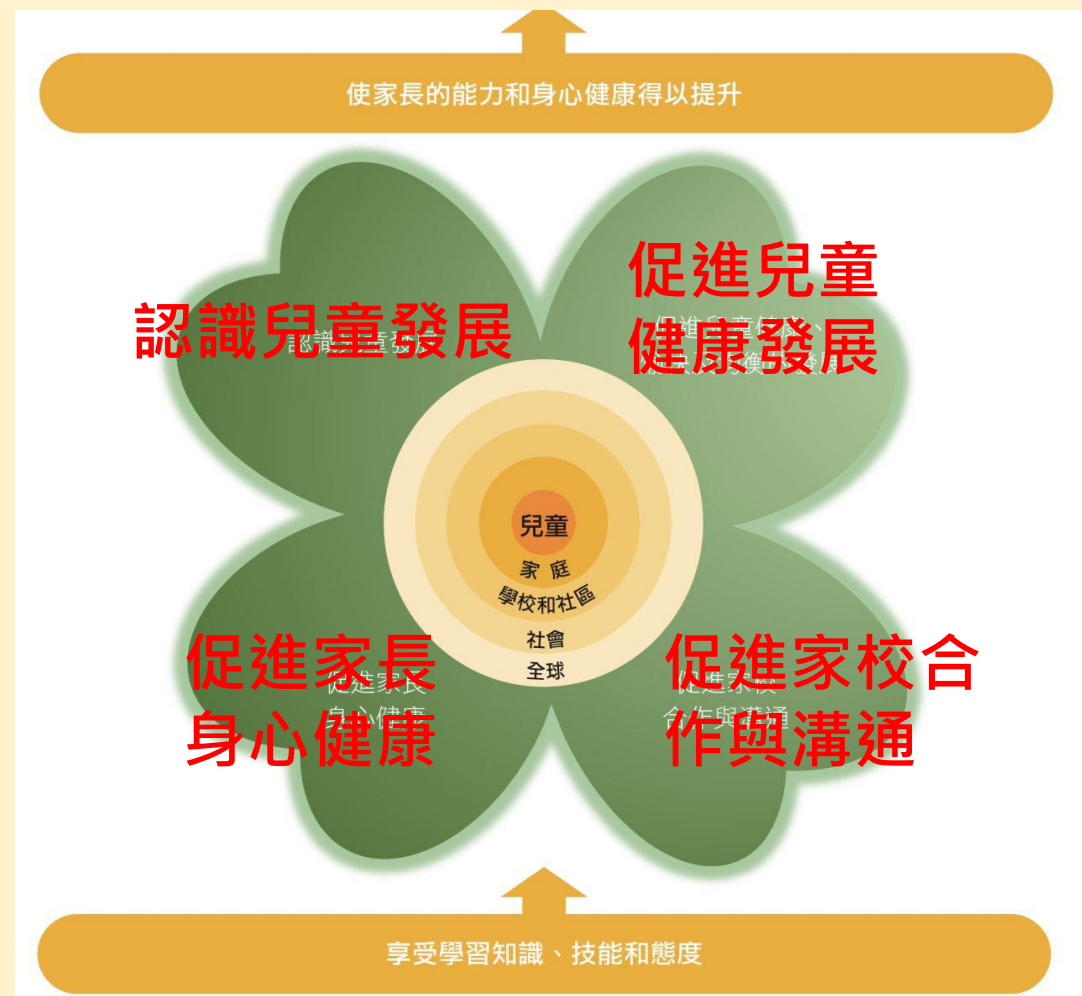
性情



家長教育：關鍵一環

- 各階段心理發展及情緒需求
- 建立合理期望與目標

- 家長身心健康
- 認識親職壓力
- 壓力管理
- 有效的家庭溝通



- 兒童精神健康發展
- 正向培育子女
- 壓力和抗逆力

- 家校合作夥伴關係
- 有效溝通－重要的支援防線

家長教育：關鍵一環

家長教育課程架構 (小學)



教育局

2022年12月

表 1：十個促進兒童精神健康的建議

- | | |
|-----|------------|
| 1. | 維持良好的父母關係 |
| 2. | 充足休息及放鬆 |
| 3. | 調校對子女的期望 |
| 4. | 鼓勵自由遊戲 |
| 5. | 參與閒暇活動 |
| 6. | 擁抱和保護大自然 |
| 7. | 與子女傾談和親子互動 |
| 8. | 每日進行運動 |
| 9. | 確保充足睡眠 |
| 10. | 定期進行親子伴讀 |

家長教育：關鍵一環



- 建立態度
- 提供活出知識技能的平台

- App：GRWTH
- 場景設置：電子屏幕、網頁、壁報
- 活動中滲入元素：旅行大抱抱、家長日愛的語言、欣賞卡