

慈恩學校  
2023-2024 年度  
有關學生離世事件

敬啟者：

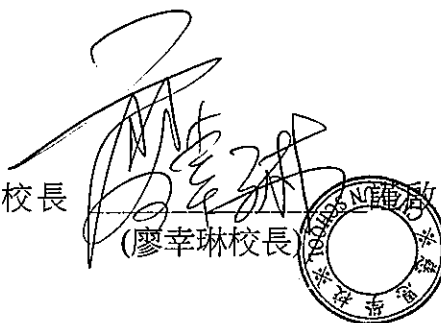
在 2024 年 1 月 14 日傍晚，一名 17 歲寄宿學生在校內昏迷，送院後不幸離世。全校教職員和宿舍職員都深感惋惜和難過。校方即時已委派學校社工、輔導委員會主席和宿舍專責導師向家長提供陪伴及支援。

就此事件，學校已即時啟動「危機處理小組」，由教育心理學家、學校社工及教師輔導情緒受困擾的學生，並提供協助。學校會密切關注全校學生的情況，並適時作出跟進。

請各位家長在這段時間多留意 貴子女的表現，並給予適切的安慰。同時，亦請家長多與子女溝通，了解他們的需要，並表達關心。如有需要，請向輔導委員會主席或學校社工尋求協助，或致電學校（電話：2386 2010）。

此致  
貴家長

慈恩學校署任校長



(廖幸琳校長)

二零二四年一月十五日

---

求助熱線

- 醫務衛生局「情緒通」：18111

附件：

- 危機發生後常見的初期反應（兒童）
- 危機發生後常見的初期反應（青少年）
- 危機發生後常見的初期反應（成人）
- 危機事件引發的持續及嚴重反應
- 家長如何協助子女面對危機事件

## 危機發生後常見的初期反應(兒童)

面對危機事件，兒童在生理、認知、情緒、行為和社交方面出現下列反應是常見的。在大多數的情況下，如兒童有家人、師長和朋輩的支持，這些常見的反應大約會在數天至數星期內減退。若留意到兒童有過分強烈或持續的反應（詳見參考資料 1D），家長及教師應尋求輔導人員的支援。

生理方面	認知方面
身體不適（如頭痛、腸胃問題等）	難以集中精神
飲食模式改變（如食量突然增加或減少）	反覆想起創傷事故的場面
睡眠困難	發惡夢
疲累，提不起勁	自責、擔心
感到緊張狀態（如心跳加速、出汗、肌肉緊張等）	不理解死亡的概念（如相信逝世者會回來或未能意識到所有生物均會死亡）
情緒方面	行為方面
感到哀傷（如悶悶不樂、沉默寡言）	談及／重複詢問與死亡有關的話題
感到驚慌，缺乏安全感或容易受驚（如怕黑、怪獸、陌生人等）	重複的行為表現，如在遊戲中反覆地重演創傷事故的場面、不斷重提創傷事故等
感到憤怒、失望、內疚、無助	逃避接觸有關創傷事故的事物
情緒不穩定，容易有起伏（如容易煩躁、發怒、哭泣、鬧情緒等）	倒退行為，表現與年紀不符（如遺尿／遺便、吮手指、言語困難等）
感到麻木	學業成績或功課表現退步
	不願意上學
社交方面	
出現或有比平常較多的依賴行為（如經常緊隨父母或照顧者，害怕與他們分離）	
表現疏離或抗拒（如不合作、較常發脾氣、大哭、尖叫、出現攻擊行為等）	
表現退縮，不願意與其他人玩耍或說話	

## 危機發生後常見的初期反應(青少年)

面對危機事件，青少年在生理、認知、情緒、行為和社交方面出現下列反應是常見的。在大多數的情況下，如青少年有家人、師長和朋輩的支持，這些常見的反應大約會在數天至數星期內減退。若留意到青少年有過分強烈或持續的反應（詳見參考資料1D），家長及教師應尋求輔導人員的支援。

生理方面	認知方面
身體不適(如頭痛、腸胃問題等)	難以集中精神、思想混亂、判斷或組織能力減弱
飲食模式改變(如食量突然增加或減少)	反覆想起創傷事故的場面
睡眠困難	變得善忘，或者記憶力減退
疲累，提不起勁	發惡夢
緊張狀態(如心跳加速、出汗、肌肉緊張等)	自責、擔心
情緒方面	行為方面
感到哀傷(如悶悶不樂、沉默寡言)	逃避接觸有關創傷事故的事物
感到驚慌，缺乏安全感	言語或行為有攻擊性
感到震驚、憤怒、失望、內疚	出現對抗行為
情緒不穩定，容易有起伏(如容易煩躁、發怒、哭泣、鬧情緒等)	倒退行為，表現與年紀不符(如不注重個人衛生、逃避責任等)
感到麻木	學業成績或功課表現退步
	不願意上學
社交方面	
離群獨處，不願意與其他人接觸	
容易與人產生衝突	

## 危機發生後常見的初期反應(成人)

面對危機事件，成人（包括家長和教職員）在生理、認知、情緒、行為和社交方面出現下列反應是常見的。在大多數的情況下，如有家人、同事和朋輩的支持，這些常見的反應大約在數天至數星期內減退。若留意到自己或身邊的人有過分強烈或持續的反應（詳見參考資料 1D），應尋求輔導人員的支援。

生理方面	認知方面
身體不適（如頭痛、腸胃問題等）	難以集中精神、思想混亂、判斷或組織能力減弱
飲食模式改變(如食量突然增加或減少)	反覆想起創傷事故的場面
睡眠困難	變得善忘，或者記憶力減退
疲累，提不起勁	發惡夢
緊張狀態(如心跳加速、出汗、肌肉緊張等)	自責、擔心
情緒方面	行為方面
感到哀傷(如悶悶不樂、沉默寡言)	逃避接觸有關創傷事故的事物
感到驚慌，缺乏安全感	言語或行為有攻擊性
感到震驚、憤怒、失望、內疚	工作表現倒退，不願意上班
情緒不穩定，容易有起伏（如容易煩躁、發怒、哭泣、鬧情緒等）	
感到麻木	
社交方面	
離群獨處，不願意與其他人接觸	
容易與人產生衝突	

## 危機事件引發的持續及嚴重反應

學校需持續評估危機事件對學生的影響程度，從而在不同的階段識別有需要的學生及教職員，為他們提供適切的支援。如發現學生或教職員出現下列較嚴重的反應，便需要尋求輔導或專業人員的支援。

- 反應嚴重干擾了其日常生活的運作(例如：嚴重失眠、逃學/缺課、失憶、對四周事物表現麻木，不聞不問、失去食慾等)
- 反應加劇(例如：感到越來越驚慌、憂慮、警覺、自責、無助、絕望等)
- 反應過於強烈(例如：極度恐懼、憤怒)，甚至出現精神問題的警號(例如，嚴重抑鬱、妄想、幻覺、出現怪異的想法和影像等)
- 出現不合宜的應對行為(例如：濫用藥物/吸煙、嚴重對抗/挑釁權威、有自殺或殺人的念頭、以殘暴方式洩憤或傷害他人等)

## 家長如何協助子女面對危機事件

危機事件可能會令子女感到哀傷、憤怒、焦慮或驚慌，這些反應都是常見的。家長透過聆聽、溝通和支持，可以協助子女處理哀傷或不安的情緒。你的子女現在最需要的是：

### 安全感和支持

- 家長需保持冷靜
- 給予子女更多的關注
- 多陪伴子女，給予他們安全感
- 不要對子女隱瞞事實
- 子女如希望參加喪禮，須確保他們已有足夠的心理準備，如有需要，由你本人或其他成年人陪同出席
- 留意子女在行為或情緒上的變化
- 如果子女怕黑，不敢單獨睡眠，發噩夢，不要取笑他們或只安慰他們說不用怕
- 和子女討論可行的辦法，例如：安排家人陪伴子女、睡覺時保留適量的光線、將房門打開等。如果子女太年幼，亦可讓子女抱著心愛的布娃娃睡覺

### 你的聆聽

- 切勿要求子女「不准講」或「不要再提」，勉強壓抑不安的心情反而會做成更長久的傷害
- 鼓勵子女說出心裡感受，耐心聆聽他們的傾訴，然後加以安慰。不要急於給予意見或教導
- 鼓勵子女運用不同方式表達自己的感受（例如：講故事、繪畫、做手工等）
- 如果子女感到內疚（例如：埋怨自己沒有察覺死者有輕生的念頭、埋怨自己未能阻止意外的發生），應該聆聽他們的傾訴，並指出自殺的徵兆有時不易被察覺，或意外有時很難避免。他們可能會為不幸的事件難過，但他們不需為別人的選擇或行為負責。（如適用）
- 向子女說明他/她的感受是正常的，並無不妥，藉此消除他們的疑慮

### 穩定的環境

- 儘快回復正常的生活程序和活動，避免不斷重複收看或閱讀相關的新聞或網頁資訊
- 安排有益身心的活動，例如聽音樂、運動，協助子女放鬆自己，讓他們把注意力投放在其他的事情上

## 尋求協助

- 如果你對子女的情緒反應有任何疑慮，請聯絡學校教師或輔導人員