

十一、輔導常用表件

(一)處理校園創傷危機介入層面

<p>校長和老師方面</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 商討及計劃如何將危機事件告知同學、家長、社區人士、傳媒、社會大眾等。 2. 依據／參考校園危機回應計劃手冊(若有的話)，撰寫備忘錄、家長信、講稿、講義、指引、通訊、新聞稿等，檢視所提供資訊的一致性，以便儘快在適切的情況下派發。 3. 準備接受有關部門如警方、執法人員、醫院、受害者家人的查詢。 4. 安排特發危機事件壓力處理研討(critical incident stress debriefing) 助教職員減低壓力及增強其對同學提供支援的能力。 5. 設立簽到及離校紀錄系統，檢視同學、老師每天的出席率、回校及離校時間。 6. 認識/學習如何辨識同學的高危反應(high risk reaction)，特別是受害人的親戚和好朋友、目睹慘劇者、精神病康復者、有自殺傾向／行為者、剛經歷生離死別者、多日缺席者、支援系統不足或薄弱者和處於惶恐者。 7. 安排定時教職員分享時段作情緒表達、分析事件對他們正面及負面的影響及在有需要時對過份投入事件的教職員作出特別的協助。 8. 鼓勵教職員儘快回復校園各方面的正常運作，但容讓彈性處理同學及教師的需要及困擾。 9. 多運用正面及灌注希望的確定言語／詞，共同建構重建校園計劃，分享對將來的看法、感受及期望。 10. 籌辦受害者追思活動，讓同學、家長及教職員用各自的方式作追思，包括詩、詞、歌、照片、音樂、紀念物等。 11. 制定較長期的跟進計劃回應師生及家長不斷衍生的需要，包括通訊的安排、延遲出現的壓力徵狀(symptoms of delayed stress)的處理、適切支援服務的轉介、週年紀念活動的籌備及跟進。
<p>一般同學方面</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 提供機會讓同學與輔導人員接觸，以使其感到溫暖、被肯定及支持。 2. 協助同學分辨與事件有關的事實及不符事實的傳聞，邀請同學表達／分享對事件的看法及感受，將恐懼、憤怒、失望及傷痛的感受正常化。 3. 提供機會讓同學公開討論對創傷及死亡的感受及想法，分享過往親友或寵物離逝的經歷，評估他們的自我中心的程度、對創傷及死亡神奇的想法(magical thinking)、對自殺的潛在想法和計劃等，鼓勵同學寫一封辭別信給離逝者，亦可鼓勵鼓勵將一些他們曾與離逝者經歷的美好片段整理成紀念冊送給離逝者的家人。

一般同學方面	<ol style="list-style-type: none"> 4. 讓同學明白他們是無須因慘劇而感自責，亦引導同學明白慘劇因意外、天災或犯案者不負責的行為而導致，鼓勵及肯定同學以健康及有建設性的方式處理傷痛。 5. 鼓勵同學與家人、老師及朋友分享自己在慘劇中的經歷或感受，亦可試用寫作或其他藝術形式將記憶片段、感受等表達出來，與人分享。 6. 邀請同學寫每日活動日記，將作息、獨處、玩遊戲機、上網、與友伴一起的時間等作紀錄，供家人及老師參考。 7. 鼓勵同學若發現慘劇導致的困擾影響到學習時，需向師長或輔導員尋求協助。 8. 運用慘劇徵狀評估清單作每週性評估，找出有延遲出現的壓力徵狀的同學作跟進或轉介。
家長方面	<ol style="list-style-type: none"> 1. 特別留意受害人的親戚和好朋友、目睹慘劇者、精神病康復者、有自殺傾向／行為者、剛經歷生離死別者、多日缺席者、支援系統不足或薄弱者和處於惶恐者，提供支持及求助資訊，有需要時作出特別的跟進和輔導。 2. 協助有關同學找出身邊可作傾訴及提供支持和協助的人選，如師長、家人、教會牧師、輔導員等，鼓勵向人傾訴及尋求協助。 3. 邀請臨床心理學家、精神科醫生及／或社工為他們作精神及情緒狀態方面的評估，辨識處於高危狀態的同學作即時的介入，並與其家人／重要他人保持緊密的接觸以支持同學渡過危機。 4. 辨識因事件引致傷痛而依靠酒精、毒品、藥物作情緒發洩／逃避的同學作出跟進及處理，鼓勵他們運用其他較健康的方式處理情緒，如做運動、冥想、聽音樂、與朋友分享、寫作等，有需要時轉介他們向提供濫用酒精、毒品、藥物的機構求助。 5. 辨識因事件而產生的報復或攻擊性行為的同學作出跟進及處理，鼓勵同學以建設性的方式將憤怒的情緒表達，如做運動、打壁球、打沙灘等，若處於高危狀態，則需即時作出輔導、轉介或通知有關部門作出處理。
需要特別關顧的同學方面	<ol style="list-style-type: none"> 1. 安排黃昏／晚間家長聚會／小組，讓他們表達對慘劇的關注、擔心及其情緒反應，提醒家長需留意部份同學可能會出現極端及延遲出現的壓力反應(acute and delayed stress reactions)，鼓勵家長多了解子女在慘劇發生後的日常生活狀況，對事物的想法及感受。 2. 鼓勵家長與教師建立較緊密的溝通，以便更能掌握同學在慘劇發生後不同階段的反應。 3. 在慘劇發生後約一個月，開始為家長提供有關極端及延遲出現的壓力反應的教育資訊，以便及早辨識可能出現極端及延遲出現壓力反應的同學進行跟進。