



香港基督教服務處

學校社會工作服務 學校支援服務

香港基督教服務處

全人關心 卓越創新

學校社會工作服務 - 學校支援服務

處理子女受大埔火災不幸事件引發的情緒

小學生家長篇

近日大埔發生嚴重火災事件，有不少家庭受影響，加上電視及網路不斷報導有關的新聞和資訊，孩子都可能因為不同原因產生不安情緒，家長可以參考以下資料與子女進行傾談，協助他們消化事件及處理個人情緒。

孩子可能因突發事件而出現以下反應：

1. 倒退行為 (如：尿床)
2. 易怒、易哭或容易想起一些不開心的事件
3. 黏人或爭取父母/其他人注意力
4. 怕黑、怕夜晚或發惡夢
5. 逃避上學

如孩子出現上述情況，家長可以：

1. 陪伴在孩子左右，讓孩子感到安全
2. 讓孩子就事件表達自己的感受和看法 (可以利用圖畫、文字或遊戲)，接納並確認孩子的反應是正常的
3. 讓孩子保持生活的常規，如用膳和作息時間等，但亦可按情況容許某些彈性
4. 與孩子一起探討及尋找正面的方法去面對恐懼和不安，如：唱歌、看圖書、玩玩具或找人傾訴等。同時協助孩子舒緩不安情緒
5. 接受孩子可能出現年齡倒退的行為 (如：不肯獨睡等)，但同時鼓勵孩子回復適齡的行為
6. 為孩子維持一個安定和舒適的環境，增加孩子的穩定性和安全感
7. 以身作則，留意自己的言論，適當地表達和處理自己對事件的感受和看法



同時，家長應避免：

1. 繼續讓孩子觀看相關片段或報導
2. 就事件發表一些過激或武斷的說話
3. 否定或輕視孩子的恐懼和感受（例如：「不用怕，沒有甚麼值得害怕的。」）



如有需要，家長可聯絡以下輔導機構之外，亦可向學校老師或社工尋求協助：

社會福利署	2343 2255	24 小時
醫院管理局 精神健康專線	2466 7350	24 小時
「情緒通」精神健康支 援熱線	18111	24 小時
「童你心」家長專線	2866 6388	星期一至四：14：30 – 16：30
路德家長專線	3622 1111	星期一、三及五：10：00 - 12：00 星期二、四：16：00 - 18：00 Whatsapp：6587 0881
香港紅十字會 心理支援熱線 (因應大埔火災而啟動)	5164 5040	服務時間： 26/11: 20:00 - 00:00 27/11: 10:00 - 22:00 28/11: 10:00 - 22:00