

## 給家長的一封信～讓我們共同守護每一位孩子

親愛的家長您好：

今日本校發生了一起教師不幸墜樓事件，學校對於失去優秀同仁感到悲痛萬分，師生們共同經歷了令人震驚、遺憾與悲傷的一天。在事件發生當下，學校立即對同仁進行急救，並陪同送往醫院進行治療。學校立刻針對目睹過程及現場的班級師生給予情緒上的關懷，並召開危機小組會議，擬定後續處理方針，包括對學生說明事件與學校處理情形，並將與外部資源一同合作，後續將針對全校師生的需求安排個別會談、安心團體與班級輔導。

因為孩子可能於下課時間知道或聽聞這件不幸的消息，孩子們可能會感到驚嚇、不知所措、難過或恐懼不安，或伴隨著一些生理不適的反應，例如：腹痛、胸悶、做惡夢、煩躁等症狀，上述這些身心反應在事件發生後出現，都是正常的，因此學校懇請家長，讓我們一起相互陪伴、彼此關心，並給予了解與安慰。

倘若上述身心不適的反應，持續超過兩星期以上，請家長務必與導師及輔導室聯繫，我們將個別關懷孩子，協助他們進一步處理內心的不安、焦慮與恐懼，避免對他們的學習及生活適應造成嚴重的影響。

以下提供您陪伴孩子的方法：

### 一、勿重複瀏覽相關新聞報導及影片

重複瀏覽新聞報導及影片，可能對您自己與孩子造成內在的不安、焦慮與恐懼，因此，請家長避免重複閱讀相關新聞。

### 二、引導孩子表達，瞭解他們的狀態與想法

#### (1) 表達關心

例如：「你知道學校發生什麼事嗎？」、「你現在還好嗎？」、「你有沒有嚇到？」、「你認識這個老師嗎？」、「你感覺怎麼樣？」。讓孩子安心的把想說的話說完，不必急著打斷他，或回答孩子的疑惑，只要好好聽孩子說，就是最好的陪伴。

#### (2) 穩定安心的陪伴

當孩子說出心中的感覺後，可以透過言語表達關心，給予孩子安全感，例如：「我很在乎你」、「我很希望你每天都平平安安的」、「你對我而言很重要」。另外，也可以透過肢體上的安撫，例如：擁抱、輕拍孩子的背、牽住孩子的手，讓孩子感到安心，或者攜帶安心的小物品在身上，例如：平安符等，讓孩子感覺到被保護。

#### (3) 將注意力放在讓自己放鬆、安心的事物上

除了減少瀏覽相關新聞報導外，您可以協助孩子將注意力轉移至興趣上，或一起做一些能夠讓心情放鬆、平靜與安心的活動。

#### (4) 維持日常生活作息

請家長讓孩子維持穩定的生活作息，因為規律的作息，可以讓孩子感到安心與自在，此外，請特別留意孩子是否出現食慾不振、失眠或惡夢等現象。

### 三、不評論當事人、不探究事件細節

有些孩子們會有許多的疑問及困惑，包括「老師怎麼了？」、「他是不是自己跳下來的？」等等，此時可以告訴他們已知的資訊，但對於不了解的細節則不必深入探問與評論。重要的是，關心孩子們的心情，例如：「我也不曉得他怎麼了，但我想你聽到這些事情一定很震驚與難過，但沒關係，我會陪你一起面對」。

我們無法預知生命中會發生什麼事，也十分惋惜失去一位優秀的教學同仁，但學校會提供師生安心的環境，陪伴大家一起面對這件事帶來的影響，減少流言對當事人及深愛他的親友所造成的傷害，因此希望家長給予孩子多一些關懷與支持，陪孩子度過難過的時刻。若您需要進一步的討論與諮詢，也請您主動與學校聯繫。

感謝有您，讓我們共同守護南科的每一位師生。

國小部輔導室 5052916 轉 2823

中學部輔導室 5052916 轉 6411

國立南科國際實驗高級中學國小部 敬啟 112.06.09