



校園危機處理

02

## 校園危機處理

### 1. 如何处理危机事故所带来之压力？

#### · 什么是「危机事故」？

危机事故是指发生在社区内的突发事件或情境，事故涉及人身安全，或事故影响范围广泛以及有关事故导致经历或知悉事件的人心理上受到伤害、情绪不安等。交通意外、邻居自杀、疫症爆发等都是一些例子。

#### · 「危机事故压力反应」是什么？

在危机事故发生后，由于个人惯常应付事情的模式已无法如常运用，当事人可能会产生一些强烈的心理反应，如变得冷漠、麻木，还可能出现一些不适的身体讯号，这些在面对不寻常处境时会出现的正常反应，称为「危机事故压力反应」。

#### · 危机事故压力反应包括哪些方面？

可能会出现以下的情况：

- 身体 头痛、肠胃不适、食欲改变、作噩梦、失眠、呼吸困难
- 情绪 忧郁、焦躁不安、易发脾气、害怕独处、无助、欠缺安全感
- 认知 思想混乱、不能专心、多疑、记忆力变差、难以作决定
- 行为 行为倒退、哭泣、攻击、从同侪关系中退缩、对日常活动丧失兴趣、对环境十分警觉

#### · 如何处理这些压力反应？

若您或您周遭的亲友出现了上述的情况，建议可有如下的处理：

- 合宜的饮食，如多吃蛋白质、碳水化合物及天然氨基酸的食物。
- 适量的运动，可改善睡眠及平衡身体内产生压力的物质。
- 进行松弛活动，可减轻焦虑、压力及头痛等症状。
- 适当的与信任的人倾诉，能舒缓情绪及获得别人的支持，并能让自己对情况更加清晰和了解。

#### · 何时需要寻找专业辅导

如出现：

- 感到事故重现眼前
- 持续逃避接触与该事故有关的人、地点或事物。
- 持续出现过度警觉、反应过敏的情况。

若这些状况持续超过30天，而且影响了日常生活，便需要寻求专业人士协助。

### 2. 校园危机事故支援小组

#### · 什么是「校园危机事故」？

校园危机事故是指与学生相关的发生在校园内外的突发事件，事故涉及人身安全，或事故影响范围广泛以及有关事故导致经历或知悉事件的人心理上受到伤害、情绪不安等。例如：学生交通意外、学生自杀、校园暴力事件。

#### · 为什么要成立「校园危机事故支援小组」？

学生就学期间，正是身心逐渐发育的阶段，如遭遇校园危机事故，处理恰当与否，将直接影响到学生的心理健康和成长，因此成立「校园危机支援小组」有其必要性。小组可负责协调及运用校内及校外资源，减低危机事故对学校、学生及校内师生员工所造成负面影响。

#### · 「校园危机事故支援小组」服务对象

在本澳中小学及幼稚园就读的学生、学生家长及学校的教职员。

#### · 「校园危机事故支援小组」成员

小组成员由教育暨青年局及其他各辅导服务机构选派具相关专业资格的学生辅导员组成，组员共17人，当中正副召集人3人，其余14人分成两个小组。

#### · 「校园危机事故支援小组」角色

「校园危机事故支援小组」为一独立运作的组织，在恪守保密原则的前提下，须向发生事故的学校及教育暨青年局负责。当小组成员参与小组工作时，均已跨越机构的界限，仅以小组的名义提供危机介入服务。

#### · 如何启动「校园危机事故支援小组」？

若学校内发生危机事故，需要小组支援，可按以下程序启动小组：

##### 1. 学校内有驻校学生辅导员

学校通知驻校辅导员，由辅导员所属之辅导机构联络小组召集人，召集人收集资料，并与机构按危机事故之状况(如受事件影响之人数或牵涉层面是否广泛等)决定是否启动小组。

##### 2. 学校没有驻校学生辅导员

学校通知教育暨青年局，局方通知小组召集人，召集人联络校方并向相关人士收集资料，并与学校按危机事故之状况(如受事件影响之人数或牵涉层面是否广泛等)决定是否启动小组。

#### · 「校园危机事故支援小组」启动后的工作安排

- 由小组召集人联络组长，共同制定危机处理计划，确定所需人手数目。
- 组长按计划所需的人手数目联络各小组成员。
- 由召集人通知各小组成员所属的机构。
- 由召集人主持召开介入前简介会，向各小组成员分派工作。
- 开始行动处理事件。
- 在每项工作完成后，小组组员向组长汇报事件的处理状况、特别发现及后续支援，小组组长则向召集人及校方汇报工作进展。
- 危机处理的各项完成后，对于有需要进行事后辅导的个人或班级，在与校方商讨后，由驻校学生辅导员负责跟进，若学校没有驻校学生辅导员，则由教育暨青年局教育心理辅导暨特殊教育中心提供跟进服务。

#### · 如需要进一步查询

请于办公时间内联络本局辖下教育心理辅导暨特殊教育中心，

地址：美丽街31号2楼，

电话：28401010，或电邮：cappee@dsej.gov.mo

