



香港中文大學校友會聯會張煊昌中學
CUHK FAA THOMAS CHEUNG SECONDARY SCHOOL

香港元朗天水圍天瑞邨
Tin Shui Estate, Tin Shui Wai, Yuen Long, Hong Kong.

電話 Tel: 2448 3111 電郵 E-mail: info@tcss.edu.hk
傳真 Fax: 2445 4746 網址 Website: http://www.tcss.edu.hk

本校檔號：109005SG/PA

各位家長：

日前在菲律賓馬尼拉發生的挾持人質事件，死傷者中有學生或他們的家人，我們相信亦有不少學生已透過傳媒的廣泛報導知悉事件，並或受到影響。

哀傷和不安，都是我們對不幸事件的一些正常反應。本校正密切關注事件或會對同學的影響，我們會為有需要的同學提供適切的輔導，疏導他們的情緒，協助他們從多角度思考事件，從中學習正面地處理自己的情緒，並珍惜身邊的親友。

我們籲請家長多加注意子女近日的情緒及行為表現(例如：是否較平日怕黑、失眠、做噩夢等)。家長可藉著關懷和細心聆聽，建立子女的安全感。家長亦可參考背頁的「如何面對創傷事件 - 給家長的建議」，因應子女的需要給予支持和鼓勵。

如家長發現子女持續出現情緒困擾，並影響他們的日常生活，請與班主任/駐校社工/輔導主任聯絡，尋求協助。如有其他查詢，請致電24483111 與本校聯絡。

校長

二零一零年九月一日



香港中文大學校友會聯會張煊昌中學
CUHK FAA THOMAS CHEUNG SECONDARY SCHOOL

香港元朗天水圍天瑞邨
Tin Shui Estate, Tin Shui Wai, Yuen Long, Hong Kong.

電話 Tel: 2448 3111 電郵 E-mail: info@tcss.edu.hk
傳真 Fax: 2445 4746 網址 Website: http://www.tcss.edu.hk

本校檔號: 109005SG/PA
1 Sept 2010

Dear Students,

**Reflection over the Tragic Incident
Involving deaths of Hong Kong people in Manila, 23 Aug 2010**

After welcoming the energetic prospective Form 1 students and their caring parents on 22 Aug 2010, I learnt with much grief the next evening that 8 Hong Kong people had been killed and three were badly injured in the kidnap incident in Manila. Although apparently none of the deceased or wounded was a member of TCSS, we grieve with the whole of Hong Kong over this senseless and cold-blooded act in which innocent lives were lost and families were broken.

However, no matter how sad and angry we are, our grief and anger towards this murderous act should not lead us to another evil – namely displaying anger or insult towards Filipinos working and living in Hong Kong. The Filipino organizations in Hong Kong have expressed their anger towards the murder and their disapproval towards how the Manila police handled the incident. Discriminating negatively against the whole Filipino race because of the wrong act of one Filipino merely shows how immature and childish we are.

In all this darkness resulting from this murder, we also recall the heroic deed of a father sacrificing his life in an attempt to stop the gunman killing others, the tour guide risking his life in making a phone call to his Hong Kong office to seek help and a mother saving a son of a fellow tour member but eventually losing his husband. These ordinary Hong Kong citizens behaved as men and women for and with others. These acts of love in moments of crisis point us to love, care and problem-solving in the good nature of human.

We also wish the injured recover fully and the broken-hearted be consoled.

If you think you need emotional support because of this incident, please contact your form teacher, the school social worker, guidance teachers or the guidance mistress.

Ng Tak Kay
Principal



如何面對創傷事件 給家長的建議

孩子遇到創傷事件，他們的反應各有不同，視乎受影響程度、心智發展、家長的處理方法，以及孩子的過去經歷等。他們感到焦慮、驚慌或悲傷等是自然的，這些反應其實是有助治療心靈創傷。以下是孩子在面對創傷時一些常見的情緒反應及家長幫助孩子處理創傷的方法：

1. 常見的情緒反應

- 哀傷
- 焦慮、擔憂
- 憤怒、震驚
- 自責、內疚
- 害怕孤獨、擔心與家人分開

2. 出現情緒問題時的一般行為特徵

- 行為倒退（例如：尿床、依賴和發噩夢等）
- 經常投訴身體不適
- 成績下滑
- 異常行為
- 經常哭泣
- 顫抖、口吃
- 企圖操控他人
- 很想引人注目
- 不能入睡
- 過度活躍
- 集中力弱
- 自我孤立
- 表現畏縮
- 眼神散漫、缺乏目光接觸

3. 孩子因創傷事件出現問題，

家長不應：

- 迴避問題，拒絕與子女溝通
- 只關顧子女的健康問題，而忽視他們內心的需要
- 因子女的異常行為影響日常生活而予以責備

家長應該：

- 細心聆聽子女的說話
- 認同子女的感受（例如：焦慮、恐懼、驚慌），讓他們明白這些感受是正常的



香港中文大學校友會聯會張煊昌中學

CUHK FAA THOMAS CHEUNG SECONDARY SCHOOL

香港元朗天水圍天瑞邨
Tin Shui Estate, Tin Shui Wai, Yuen Long, Hong Kong.

電話 Tel: 2448 3111 電郵 E-mail: info@tcss.edu.hk
傳真 Fax: 2445 4746 網址 Website: <http://www.tcss.edu.hk>

- 多陪伴子女，特別是年幼子女更需要多給予擁抱和關懷，陪伴他們入睡，讓他們感到被接納和愛護，以提升安全感
- 容許子女表達自己的感受和傷痛，藉以消除疑慮
- 鼓勵沉默的子女利用不同方式表達自己的感受（例如：講故事、繪畫、做手工）
- 盡量維持日常生活的程序及家庭活動的編排
- 留意子女在行爲或情緒上的變化，如有需要，請與學校教師或社工商討。