



支援有特殊發展需要的兒童面對不幸事件

面對不幸事件時，兒童可能會出現不同的心理或壓力反應，這些反應受到多種因素影響，包括他們的年紀、與災難的接觸程度（如從媒體接觸、親眼目睹或是透過災難倖存者的描述），以及其發展需要等。了解他們的特點和個別需要，有助我們提供更合適的回應和支援。

不幸事件發生後兒童常見的反應

行為方面

學前幼兒

- 倒退行為
(如遺尿、吮手指)
- 特別黏人，或害怕與照顧者分離
- 不想玩耍
- 重複同樣的問題以確認安全
- 在遊戲中不斷重演災難事件的場面
- 不合作、發脾氣

學齡兒童

- 依賴或倒退行為 (如不注重個人衛生)
- 表現疏離或抗拒，減少或不願參與社交和興趣活動
- 逃避談論或接觸災難相關的事物
- 較易生事 (如與朋輩產生衝突)

有特殊發展需要的兒童

- 對陌生人和日常生活及環境上的轉變更加敏感
- 自我刺激的行為增多，如搖動身體、自轉以調節情緒
- 活躍、衝動或抽動的徵狀可能更明顯
- 以往的行為問題可能會再次出現





生理方面

學前幼兒

- 食慾不振或突然增加
- 睡眠困難或發惡夢
- 身體症狀（如胃痛、頭痛、心跳快）



學齡兒童

有特殊發展需要的兒童

- 有異常感官反應問題的兒童，可能會對火光、煙味、或警號聲特別敏感，或有較大的驚恐反應



認知方面

學前幼兒

- 幼兒想像力強，並且對生死未有完整概念，因此較常出現缺乏邏輯的想法（如以為死亡是暫時的，或事件可以被逆轉）



- 由於幼兒較自我中心，容易把事件歸因到自己造成



學齡兒童

- 專注力或者記憶力減弱；不願意上學
- 時常想起或腦海中反覆閃現不幸事件的情境



有特殊發展需要的兒童

- 認知能力較弱的兒童較難準確綜合資訊，或較易相信虛假資料，導致誤解（如認為電視上的每次報導都代表一個新事件）
- 較易產生災難化思想，過度恐懼再次發生災難
- 社交困難的兒童或會特別專注災難中的細節，反覆詢問有關事件的問題，未能意識到這會令人感到不舒服
- 可能會喚起過去一些令他們不安的事件的回憶





情緒方面

學前幼兒

- 焦慮不安，易受驚嚇（如怕黑、怪獸、自己一個等）
- 容易哭泣、煩躁



學齡兒童

- 容易受驚、緊張，擔心自己或家人的安危
- 哀傷、容易哭泣
- 自責、倖存者內疚
- 煩躁及發怒
- 情緒麻木



有特殊發展需要的兒童

- 有發展困難的兒童較難以言語表達感受，情緒可能透過表情、身體反應和動作、遊戲或發脾氣/行為問題展現



- 他們認知上未能完全理解不幸事件的嚴重性，但仍會受到其他人的反應和情緒影響



- 較易焦慮的孩童或會更仔細留意照顧者的情緒反應，不想自己的憂慮妨礙別人

不幸事件後的急性壓力反應是正常並且短暫的，一般會在幾天至幾星期內逐漸恢復到平常的身心狀態。這些反應也有可能於事件發生後一段時間才出現。若壓力症狀持續超過一個月，而且漸趨嚴重，並嚴重干擾日常生活，則需要專業評估，診斷兒童是否出現創傷後壓力症(Post-Traumatic Stress Disorder) 的情況。





在面對不幸事件後，作為家長



我們可以

我們避免

與兒童討論事件時：

- 溫和開展對話，可利用圖像協助提供簡單現實資訊，助其分辨事實與想像
- 接受兒童重複提問，每次以相近的平靜態度回應，助其逐步理解
- 可坦誠說出事件仍有不確定之處，同時讓兒童知道此類事件雖可怕但罕見

- 於兒童未準備好前，強迫討論事件
- 提供資訊時提及細節或令兒童恐懼的描述
- 委婉帶過或以抽象說法帶出「死亡」，令兒童感到困惑
- 作出無法履行的承諾



當兒童有不同的心理或壓力反應時：

- 協助兒童透過說話、繪畫、遊戲或其他慣用方式表達感受
- 接納兒童對安全感的需求，安撫兒童，讓他們知道自己是安全的，正受到照顧
- 讓兒童知道有不同人士（如消防員）正在協助處理事件，他們會盡力確保大家的安全
- 盡量維持日常生活規律，例如睡前講故事、一同吃晚餐和玩遊戲
- 透過讓兒童自行作出一些決定來增強掌控感，例如讓他們選擇餐點或挑選衣服

- 否定或輕視兒童的情緒（如恐懼、悲傷或憤怒），例如：
 - 「有咩好驚啫？好小事啫」
 - 「你唔需要咁傷心啦，快啲開心返啦」
- 期望兒童要表現堅強或勇敢



在資訊接收方面：

- 陪伴兒童一同觀看相關資訊，以成年人的判斷幫助兒童理解內容或畫面
- 限制兒童重複觀看有關事件的新聞報道

- 完全阻隔兒童接觸與事件有關的資訊
- 在兒童面前與其他成人詳細或激動地討論事件

照顧兒童固然重要，但我們要先照顧好自己才能照顧其他人。在與兒童互動前，我們可以先花一點時間梳理自己的情緒，例如做腹式呼吸或寫日記整理感受



兒童較易產生擔心的想法，
擔心不幸事件會發生會自己身上，或將事件歸因到自己



點解又有火燭嘅?
(認為每次報導都代表一個新事件)

嗰件事已經過咗去，
我哋身處的環境係安全嘅。

你去咗邊呀？我以為你都唔見咗！

我知道你會擔心我有意外，
我而家好安全，我會係你身邊。

我會唔會突然冇咗屋企㗎？

屋企係好安全嘅地方，
我同你一樣都驚冇咗屋企，
我哋而家係安全嘅，我會同你一齊面對。

係咪因為我做錯事，
所以先會撞車？

有時候壞事係會發生，
但唔關你事，你冇做錯嘢。

我哋屋企係咪都會火燭呀？

我都知你好擔心屋企會著火，
望吓，而家屋企冇著火，屋企好安全。

家長應：

- 諒解兒童的擔憂
- 以淺白語言解釋不幸事件與他的行為無關
- 提醒他們所身處的環境是安全
- 以陪伴建立安全感





兒童或會不斷回想不幸事件的場面，及反覆詢問相關細節



我一合埋眼就見到火燭，我瞓唔著呀！ /
我唔要再見到（相關事物）。

有時嚇親之後，個腦會不停諗返啲畫面，
如果再出現，你可以話俾我知。我明白見到
都會驚，我哋一齊深呼吸，唔好睇住。

今日係咪又有人死咗呀？ /
今日有幾多人無咗屋企呀？

你都好關心其他人嘅情況，警察同消防員
好努力咁幫手，如果發現有人受傷，
醫生都會好好照顧佢哋。



家長應：

- 接納兒童的行為受情緒影響
- 減少兒童接觸不幸事件的相關資訊
- 強調社會各方正努力支援受影響人士



兒童或因不幸事件有情緒



我好驚呀！

我好唔開心，唔想玩/返學。

我聽到你好驚，個個見到呢啲場面嘅都會驚，
我陪你坐一陣傾吓計？

我見到你好唔開心，
未必可以好似平時咁玩/返學，
我哋慢慢嚟，我會同你一齊渡過呢段時間。



家長應：

- 肯定兒童的情緒反應乃人之常情
- 紿予兒童時間空間舒緩情緒
- 強調會與他們同行





兒童可能未理解目前面對的處境，如失去家園、失去親人



我哋幾時先可以返屋企/返學？

我見到你扁嘴，好唔開心。
你想返屋企/返學，我都同你一樣呀。

爸爸/媽媽/家庭成員去咗邊呀？ /
我哋仲會唔會同到鄰居玩㗎？

爸爸/媽媽/家庭成員受咗好嚴重嘅傷，而家冇左心跳同呼吸，唔會再醒。我同你一樣都好掛住佢。你唔開心嘅話，可以喊，或者同我講，我會攬住你。



家長應：

- 接納兒童抒發哀傷情緒
- 以簡單直接的語言解釋死亡為普遍及不可逆轉的



協助兒童穩定及表達情緒的方法

家長可帶領兒童進行五感練習，
令兒童的注意力回到當下，重拾安全感：

- 用眼睛看周圍的5樣物件
- 用手觸摸附近的4樣物件
- 用耳聆聽四周3種聲音
- 用鼻聞周邊的2種氣味
- 想像1種喜歡的味覺



給予兒童情緒面譜或情緒卡，
協助表達自己的情緒

如兒童未能跟隨引導語，家長可指導兒童完成練習：

- 「望吓窗外嘅樹」
- 「掂吓枱上嘅圖書」
- 「聽吓電視嘅聲」
- 「聞吓牛奶嘅氣味」
- 「想像吓你最鍾意食嘅朱古力雪糕」



製作圖像化時間表，
以增加兒童對生活的可預測性





衛生署兒童體能智力測驗服務

香港特別行政區政府



I. 热線及輔導服務

非直接受火災影響學童

協康會

SEN兒童及青年因目睹災情引起情緒困擾

支援熱線/Whatsapp: 6879 6542

(星期一至六早上9:00 - 晚上9:00)



賽馬會「家長聊閱空間」

專題討論: 【與孩子聊聊社會災難】

WhatsApp: 6800 5086

網上聊天室: www.jcparentchat.hk

(星期一至六早上9:00 - 晚上9:00)



直接受火災影響學童

香港聖公會福利協會

心意行動1126災民支援工作小組

對象為受今次火災影響者，

服務包括心理輔導

24小時支援熱線: 8209 8122



II. 心理資訊及指引



非直接受火災影響學童

教育局

大埔火災 - 紿家長的實用指引

支援自閉症孩子的一個提醒及三個重點



教育局

如何協助幼兒應對大埔火災事件

(幼稚園適用)



教育局

如何協助子女應對大埔火災事件

(供家長參考)



教育局

輔導受創傷事故影響的子女/學生

問與答



香港小童群益會

宏福苑火災危機事故情緒同行錦囊

(校園篇)



香港小童群益會

宏福苑火災危機事故情緒同行錦囊

(家長篇)



衛生署學生健康服務

面對嚴重事故的建議



衛生署家庭健康服務

重大事故之後，如何守護你和孩子的身心？





衛生署兒童體能智力測驗服務

香港特別行政區政府



社會福利署

幫助孩子渡過創傷事件



東華三院家長學院

受到火災影響，怎樣疏導幼兒情緒？



香港世界宣明會

災後危機介入及創傷治療

專業培訓工作坊（4C 模式）

《危機後的第一步：重建安全感與秩序（Connection + Control）》



New York University
Caring for Kids After
Trauma, Disaster and Death:
A Guide for Parents and
Professionals



香港基督教服務處

處理子女受大埔火災不幸事件引發的情緒

（小學生家長篇）



香港基督教服務處

如何處理因大埔火災不幸事件而引發的情緒

（幼稚園學生家長篇）



直接受火災影響學童

香港大學社會工作及社會行政學系

「賽馬會善別關懷同盟」計劃

「談悲傷·學善別」公眾教育專業手冊
(孩子篇)



香港青少年服務處

小雨點-兒童哀傷支援計劃
支援兒童面對親人意外離世 –
兒童哀傷輔導應用手冊



III. 繪本及教材

非直接受火災影響學童

教育局

教材：為什麼火災後學校要停課



直接受火災影響學童

教育局

教材：發生火災後，我可以怎樣做？



教育局

教材：發生火災後，我可以
如何適應在臨時住宿的生活



香港小童群益會

因火災失去家園或寵物而情
緒受影響嬰幼兒繪本

(0-6歲)





參考文獻

Australian Psychological Society. (2016). Tips for talking with and helping children and young people cope after tragic events. <https://psychology.org.au/getmedia/a61fcf9d-dc4c-40f3-b94d-65995c85995b/helping-children-affected-tragic-events.pdf>

Brymer, M., Taylor, M., Escudero, P., Jacobs, A., Kronenberg, M., Macy, R., Mock, L., Payne, L., Pynoos, R., & Vogel, J. (2012). *Psychological first aid for schools: Field operations guide* (2nd ed.). National Child Traumatic Stress Network.

https://www.nctsn.org/sites/default/files/resources/pfa_for_schools_no_appendices.pdf

Charkowski, R., Henderson Bethel, T., D'Amico, P., Evans, N., Gomez, M., Jacobsen, L., Horton, C., Maitland, A., Kraps, J., Vogel, J., & Youde, J. (2023). *Understanding trauma responses in children with IDD and when to seek help*. National Center for Child Traumatic Stress.

<https://www.nctsn.org/sites/default/files/resources/fact-sheet/understanding-trauma-responses-in-children-with-intellectual-and-developmental-disabilities-and-when-to-seek-help.pdf>

National Institute of Mental Health. (2022). Helping children and adolescents cope with traumatic events. U.S. Department of Health and Human Services. <https://www.nimh.nih.gov/health/publications/helping-children-and-adolescents-cope-with-disasters-and-other-traumatic-events>

The New York University Child Study Center. (2015). *Caring for kids after trauma, disaster, and death: A guide for parents and professionals* (2nd ed.). https://www.preventionweb.net/files/1899_VL206101.pdf?startDownload=true

陳淑惠、周嘉琪、蘇逸人、龔怡文與潘元健 (2011)。心理急救操作手冊第二版中文文字修訂版 (譯)。台大心理系, 台北市。〔譯自 National Child Traumatic Stress Network and National Center for PTSD, *Psychological First Aid: Field Operations Guide, 2nd Edition*. July, 2006.〕。

潘惠玲博士 (2025)。《如何協助孩子理解災難/不幸事件》。

教育局 (2025)。《如何協助幼兒應對大埔火災事件 (幼稚園適用)》。香港: 教育局。取自 https://www.edb.gov.hk/attachment/tc/student-parents/crisis-management/about-crisis-management/TP_05.pdf

教育局 (2025)。《如何協助學生應對大埔火災事件 (中小學適用)》。香港: 教育局。取自 https://www.edb.gov.hk/attachment/tc/student-parents/crisis-management/about-crisis-management/TP_01.pdf

香港教育局教育心理服務 (九龍一) 組 (2023)。《懷念的味道 陪伴孩子度過親人離世的哀傷》。香港: 教育局。取自 <https://www.edb.gov.hk/attachment/tc/student-parents/crisis-management/about-crisis-management/bereavement-counselling-picture-book.pdf>

香港教育局教育心理服務(新界西)組 (2025)。《大埔火災 - 紿家長的實用指引》。香港: 教育局。取自 https://www.edb.gov.hk/attachment/tc/student-parents/crisis-management/about-crisis-management/TP_09.pdf