

**東華三院辛亥年總理中學2015至2016年度家長通訊第76號**  
**協助子女面對危機及預防自殺家長錦囊、通識科「肅貪倡廉」活動、**  
**中三級「ifva」短片播放及中三選科講座事宜**

敬啟者：茲具下列校務共商，敬希垂注：

1. **「協助子女面對危機及預防自殺」家長錦囊**

近日本港接連發生學童不幸事件，令社會惋惜不已。本校一向重視生命教育，除提醒員工上下留心學生心理狀況外，亦籲請各家長注意學生的情緒反應，一起陪伴與關心孩子的成長。隨函附上「家長錦囊」一份，請 貴家長仔細閱讀。如有需要，請聯絡班主任、輔導主任黃秀英老師或學校社工陳慧嫻姑娘及方育麟先生。

2. **通識科「肅貪倡廉」活動**

本校將於4月13日至4月14日在有蓋操場舉辦「肅貪倡廉」活動，內容包括展板、攤位及問答遊戲，歡迎全校同學於午膳及放學參與活動。另廉政公署特為本校中四級同學安排廉政互動劇場活動，詳情如下：

劇目：《成名之秘方目錄》

日期：2016年4月13日(星期三)

時間：下午3:40 – 5:00（是日中四級放學時間為下午5時正，敬請留意）

地點：禮堂

3. **中三級短片播放活動及中三選科講座**

本校為中三級學生安排下列講座：

組別	講座	日期	時間	地點
通識科	中三級「ifva」短片播放及分享講座	2016年4月12日 (星期二)	下午3:40 – 5:00	禮堂
升學就業輔導組	中三選科講座	2016年4月25日 (星期一)	下午3:00 – 4:15	

以上兩日中三級放學時間分別為下午5時正及4時15分，敬請家長留意。另「中三選科講座」歡迎家長出席。有興趣參與者，請填寫下面回條。

此致

貴家長

周慶中校長啟

2016年3月16日

---

**東華三院辛亥年總理中學2015至2016年度家長通訊第76號**  
**協助子女面對危機及預防自殺家長錦囊、通識科「肅貪倡廉」活動、**  
**中三級「ifva」短片播放及中三選科講座事宜**  
回 條（請於3月21日或之前交回班主任）

敬覆者：頃閱來函，藉悉 貴校上述校務。 貴校舉辦「中三選科講座」，本人將

出席。

未克出席。

此覆

東華三院辛亥年總理中學校長

學生姓名：

班 別：

班 號：

家長簽署：

2016年 月 日

家長錦囊  
協助子女面對危機，預防自殺問題發生

當子女面對困難或危機時，家長可以...
<ul style="list-style-type: none"> <li>● 多與子女傾談，細心聆聽他們的需要，讓他們抒發感受</li> <li>● 避免經常說教或批評子女，嘗試去了解他們的想法</li> <li>● 當子女遇上困難時，引導他們思考不同的解決方案，幫助他們掌握解決問題的技巧</li> <li>● 多讚賞及肯定子女的表現/努力/優點，幫助他們建立自尊和自信</li> <li>● 除關心子女的課業成績外，更關心其情緒健康</li> <li>● 與學校經常保持密切聯繫和溝通，如有需要及早尋求專業輔導或協助</li> </ul>

留意自殺的警告訊號
<ul style="list-style-type: none"> <li>● 學習表現突然退步</li> <li>● 無法專注功課及日常事務</li> <li>● 缺席或逃學次數增加</li> <li>● 提及死亡/自殺的想法及話題：包括探討各種自殺方法、送出心愛的物品等</li> <li>● 情緒轉變/大起大落，例如無故哭泣或表現暴躁</li> <li>● 有強烈的罪咎感及羞恥感</li> <li>● 有挫敗感，意志消沉，感到越來越無望、無助及無價值</li> <li>● 面對重大的壓力事故，例如失去身邊的重要人物</li> <li>● 離群孤立，對周遭事物、朋友、嗜好或以往喜愛的活動失去興趣</li> <li>● 失眠或飲食習慣突然改變，例如發惡夢、飲食失調</li> <li>● 出現危險或自毀的行為</li> </ul>

\*參考資料：教育局學校行政及支援分部教育心理服務組。(2011)。《學校處理學生自殺問題電子書：及早識別、介入及善後》。香港，教育局。


求助機構	聯絡方法
社會福利署 24 小時熱線	2343 2255
香港撒瑪利亞防止自殺會 24 小時熱線	2389 2222
生命熱線 24 小時熱線	2382 0000
香港青年協會「關心一線 27778899」	2777 8899
明愛青少年網上情緒支援熱線	5134 5514

5134 5514

服務時段：10/3/2016 - 23/3/2016  
 服務時間：4:00pm-2:00am  
 服務內容：網上情緒支援、評估、輔導及轉介  
 對象：24歲或以下有情緒困擾青少年

你願意講  
我樂意聽

明愛青少年網上情緒支援熱線


 明愛青少年及社區服務  
 Caritas Youth and Community Service

