

香港青年協會 家長全動網
「對應社會事件家長錦囊」小冊子(加印)

香港青年協會 家長全動網（下稱「本單位」），以網站 psn.hkfyg.hk 及地上服務全面起動家長，鼓勵他們持續學習及互相交流，做更稱職父母。

本單位得悉最近的「社會事件」引起社會上很大的迴響及關注，家長多方面需要支援，故印製「對應社會事件家長錦囊」小冊子。內容包括家長與子女分享「社會事件」的方法及常見子女問題解答。小冊子是免費派發，本單位可給予每間學校使用。如學校要小冊子，請填好回條，傳真或電郵予本單位。唯數量有限，先到先得。

隨函附上有關小冊子以供參考。如有任何查詢，歡迎與本單位青年工作幹事 蕭燦豪先生。

此致

學校校長 / 學校社工 / 學生輔導主任 / 家教會主席

香港青年協會 家長全動網

單位主任



凌婉君女士 謹啟

二零一九年十一月十一日



A Member Agency of
the Community Chest
香港公益金會員機構

Tel: (852) 2402 9230
Fax: (852) 2402 9295
Web: psn.hkfyg.hk
hkfyg.org.hk
m21.hk

回條

致：香港青年協會 家長全動網(傳真：2402 9295)

本校會索取 _____份 「對應社會事件家長錦囊」小冊子，以供使用。
如需安排郵寄到校，每張\$1/行政及郵寄費，最低行政費為\$100元

學校名稱： _____

聯絡人姓名： _____

聯絡人電話： _____



常見問題

子女為小學生

點解會有人打人?
「家人的情緒去到高漲時，有時會控制不到再做出一些傷害人的行為，你覺得打人能解決問題嗎？」(引導孩子思考)

我見到新聞報告，我好驚……

「見到新聞中的畫面，常常是自然的，你驚什麼？如果我們感到驚愕可以怎樣？」(引導孩子說出情緒、處理情緒)

事件事實與謠言

「這是一件複雜的事，很難三言兩語解釋清楚，雙方有不同需要和想法，我們需要更多了解才能明白。」
「年幼子女處於建立信譽的階段，家長可嘗試客觀描述事件，但避免過分情緒化，例如對子女說：「他們是十惡不赦的壞人！一定會下地獄！」

子女在電視上看到衝突場面情緒很大波動，應該怎樣安撫?

「這些場面很令人擔心及驚慌，我們必須保持冷靜，確保孩子安全。」
「把心靜下來及引導他提出感受，讓他知道這種情緒屬正常。」
「嘗試跟拍子女的背脊，以表達同理及安撫子女的情緒。」
「留意子女情緒可能持續數天，若情況嚴重應向專業人士求助。」

子女為中學生

身邊的朋友對事件的看法有很大差異，我覺得好難……

「我們好難一下子分別誰對誰錯，大家有不同背景、需要、處境和想法，這正反映每個人價值觀的不同，需要互相尊重，強詞不同意見，保持理性及獨立思考，同時避免人身攻擊。」

我見到傳聞謠言，覺得朋友受傷，我好難過……好難接受……

「相信沒有人願意到這件事，直到不舒服及好想哭都是正常，最重要是先平伏自己的情緒，了解自身不安的原因，先照顧好自己，才力能支持他人。」
「嘗試多角度分析社交媒體上傳的訊息，不以情緒主導行動，我們應能為事情找到出路。」(引導子女思考和处理情緒)

我好想外出參加集會，我唔滿意……

「你的安全一定是我們的首要考慮，知道你去參與集會承諾必然清楚，但我們會尊重你的個人意願，如果你決定參加，我們需要與你商討，與你一同商討安心的方案，你應去參加集會。」
「示威的原因是?」
「有何方法保障安全?」(引導子女思考)

其他情懷處理

爸媽見到子女接收某些訊息後情緒高漲，及帶同義憤準備外出，擔心子女的行動和安全，該如何回應?

「不論父母的立場如何，見子女帶同義憤上街，都會擔心他們的安全。在展開對話前，先要放下自己的情緒和義憤，心平氣和地交談。」

「會員體驗緊張情況作細心討論，愈能令子女了解如何作安全部署，愈意的是當子女已作決定，父母愈應阻止或情緒激動地責備，子女或會說得愈少，最終反而影響彼此的溝通。」

父母對衝擊場面不認同，但子女認為父母不理解問題，如何避免引發親子衝突?

「因為接收資訊、成長背景、價值觀念不同，親子對同一件事的取向自然有不同。」

「子女通常不滿主流傳媒偏頗，認為不夠全面和詳細地呈報事情始末，部分家長則覺得網上資訊過於零碎及充滿假新聞，雙方會因此爭持不下。」

「親子最重要是理解對方及有足夠的溝通，在討論時，大家亦要注意自己的情緒，在情緒極不穩定時先打斷，避免無謂衝突。」

「嘗試代入對方的角度思考和討論，分析不同方案的好處，引導大家理性思考和選擇。」

「親子關係沒有對錯，討論結果不是最重要，無必要壓迫對方，最重要是心平氣和地溝通。」

回應建議

「你仲未到睡醒?」
「你有沒有預計到咁會發生什麼事?」
「邊上發發情況你會如何處理?」
「如現在現場確保自己的安全?」
「在許多人情緒激動的情況下，你知道自己的處境在邊?」
「邊上發發，你會如何應對?」

回應建議

「大家的方案有那些地方最可取?」
「還有其他處理方法嗎?」
「唔係咁容易的會出現?能避免嗎?要立即處理嗎?」

香港青年協會 the hongkong federation of youth groups



應對社會事件 家長錦囊

家長應如何與子女分享二連三的社會事件?

分享前

保持冷靜 家長可能對事件有一定情緒反應，請先緩和自己情緒。

確認情緒 對事件感到擔憂及憂慮其實是正常的反應，我們需要正視自己的情緒。

了解自已 慢慢整理一下自己憂慮的是什麼。

「擔心子女的人生安全?」

「擔心子女會承擔後果?」

「擔心子女不認同自己的政治立場?」

分享時

鼓勵分享 聆聽子女的情緒反應，讓他們分享對事件的看法及感受。

保持客觀 用不同資訊讓子女從多角度了解事件。

開放心態 對話目的不是在政治立場上達成共識，或自己的判斷勝過對方，而是讓親子明白雙方需要、對事件的情緒反應及以建立關係為本。

「可將自己的憂慮表達，讓子女明白自己更多。」

「如子女仍對憂慮涉及人生安全或後果責任，家長可嘗試與子女協議保護自己的方法。」

分享後

表達關注 如有宗教信仰，不宜以傷害人或人身攻擊回應事件，又或者落下子女負面情緒的關注。

協助鼓勵 如在分享的過程中子女表示持續有不安，切勿讓其負面情緒及自負感向，家長先要保持冷靜，了解子女感受及表達關懷，如有需要，可一併尋求專業人士協助。

「我對你對我的做法就十分不認同，不知分享一下……」

「我知你唔認同我的處理手法，唔好咁快……」

「關於子女情懷處理自己的方法」

「如你對打事件出現事件，需保持心平氣和交談，同時保持對親身安全個人意願，希望藉此能對安全的行動方案。」

讓我們與你分憂 陪著你走

家長全動網 PARENT SUPPORT NETWORK

家長情緒支援

香港青年協會 家長全動網
電話 Tel: (852) 2402 9230
WhatsApp: (852) 6811 2969
網站 Website: psn.hkfyg.hk
Facebook: 香港家長全動網

青年情緒支援

香港青年協會 關心一線
電話 Tel: (852) 6277 8899
網站 Website: utouch.hk
Facebook: hiepenup
Instagram: hiepenup
Wechat: hiepenup

香港青年協會總辦事處 THE HONG KONG FEDERATION OF YOUTH GROUPS, HEAD OFFICE

21/F, The Hong Kong Federation of Youth Groups Building 21 Pak Fuk Road, North Point, Hong Kong

電話 Tel: (852) 2527 2448
傳真 Fax: (852) 2528 2105
電郵 Email: hkfyg@hkfyg.org.hk
hkfyg.org.hk
Facebook: facebook.com/HKFYG

青年會員 8529999009
好義配 好義配 好義配

M21.hk <青年空間> Youth



A Member Agency of the Community Chest 香港公益金會員機構

Tel: (852) 2402 9230
Fax: (852) 2402 9295
Web: psn.hkfyg.hk
hkfyg.org.hk
m21.hk