

新 科 國 中 防 疫 輔 導 文 宣 — 給 老 師 的 一 封 信
親 愛 的 老 師 ：
學 生 因 嚴 重 特 殊 傳 染 性 肺 炎 ， 而 有 擔 心 、
焦 慮 或 不 安 ， 都 是 很 正 常 的 心 理 反 應 。
基 於 三 級 輔 導 的 概 念 ， 請 老 師 適 時 地 協 助
學 生 因 應 嚴 重 特 殊 傳 染 性 肺 炎 帶 來 的 身 心 影 響 ，
必 要 時 ， 請 轉 介 輔 導 資 源 。
老 師 可 以 透 過 以 下 幾 點 來 協 助 學 生 ：
● 提 供 學 生 正 確 的 防 疫 資 訊 、 關 心 及 瞭 解 學 生
受 疫 情 影 響 的 程 度
1. 提 供 學 生 正 確 的 資 訊 、 必 要 時 澄 清 不 實 的
防 疫 訊 息 。
2. 透 過 關 心 及 詢 問 ， 瞭 解 學 生 對 嚴 重 特 殊 傳
染 性 肺 炎 的 認 知 和 感 受 ， 經 由 學 生 的 反 饋 ，
評 估 學 生 受 疫 情 影 響 的 衝 擊 程 度 ， 並 向 學
生 告 知 需 要 時 可 尋 求 老 師 及 專 業 輔 導 人 員
的 協 助 ， 以 建 立 學 生 防 疫 的 信 心 及 增 加 安
心 感 。
● 接 納 學 生 的 感 受 、 陪 伴 學 生 面 對 及 處 理 內 在
焦 慮

1.	面 對 學 生 因 嚴 重 特 殊 傳 染 性 肺 炎 疫 情 而 喚 起 的 擔 心 和 焦 慮 ， 請 接 納 學 生 的 情 緒 反 應 。
	邀 請 學 生 訴 說 及 傾 聽 學 生 對 疫 情 的 焦 慮 ， 有 助 於 學 生 宣 洩 部 份 的 不 安 。
2.	鼓 勵 學 生 藉 由 健 康 的 紓 壓 方 式 （ 如 運 動 、 從 事 自 己 的 興 趣 等 ） ， 緩 解 疫 情 所 帶 來 的 身 心 影 響 。
●	倘 若 學 生 受 嚴 重 特 殊 傳 染 性 肺 炎 疫 情 影 響 ， 而 有 以 下 的 情 形 ， 請 轉 介 輔 導 資 源
1.	持 續 一 段 時 期 的 過 度 情 緒 反 應 ： 如 無 法 放 鬆 、 突 然 感 到 驚 慌 、 情 緒 低 落 等 。
2.	因 情 緒 而 引 發 的 生 理 不 適 ： 如 不 自 覺 顫 抖 、 心 悸 、 過 度 換 氣 、 全 身 緊 繃 、 失 眠 、 暴 食 或 食 慾 不 佳 等 。
3.	無 法 執 行 日 常 生 活 活 動 ： 無 法 專 心 、 擔 心 被 傳 染 而 無 法 上 學 、 不 再 從 事 自 己 興 趣 等 。
	如 果 老 師 有 任 何 疑 問 或 評 估 學 生 需 要 轉 介 輔 導 資 源 ， 請 您 與 輔 導 室 聯 絡 。 03-6686387 轉 6126 聯 繫 輔 導 組 長 或 輔 導 處 夥 伴 ！
	以 上 資 料 參 考 自 教 育 部 《 防 疫 安 心 文 宣 》