



中華人民共和國香港特別行政區政府總部教育局
Education Bureau
Government Secretariat, The Government of the Hong Kong Special Administrative Region
The People's Republic of China

本局檔號 Our Ref.:

電話 Telephone: (852) 2810 2657

來函檔號 Your Ref.:

傳真 Fax Line: (852) 2868 5916

致：全港中小學

各位校長、老師、家長及同學：

聖誕假期將至，我謹代表教育局向大家送上真摯的問候和祝福。在翻開月曆新的一頁之前，讓我們好好回顧過去一年，同時展望新的一年。

由六月開始，隨著反對修例而來的激進行為愈趨激烈，即使政府已撤回修例，並承諾進行檢討，暴力事件仍不斷發生，不少事件還波及學校，使我們的學生受到不同的傷害。除了有學生因意見不同而遭受欺凌，亦有教師涉及發表仇恨言論或教授偏頗的觀念，更有教師和學生因參與違法活動而被捕，難免令公眾對教育失去信心。最近，更有中學校園發現爆炸品，亦有學校員工懷疑在山頭測試引爆遙控炸彈。面對這些事件，作為教育局局長，我既難過亦擔憂。

理性、和平及法治精神是香港賴以成功的核心價值，任何默許、認同或鼓吹暴力及違法行為的所謂「理由」，都只是掩飾惡行的藉口，誤導思想，甚至令人身陷法網。只有透過理性溝通，逐步解決問題，香港才有出路。過去數月，教育局不斷作出呼籲，希望防微

杜漸，但目前我們的學校仍然處於危險邊緣，我們必須同心協力，果斷地採取行動，不可姑息任何不當的行為，保護未成年的學生，免受歪曲的論調荼毒。

我一直深信，專業的教師作為學生的榜樣，為同學傳道、授業、解惑，對學生的品德培養和個人成長至為重要。至今，我這個信念沒有改變。我們不能有絲毫鬆懈，必須從道德品行、教材、日常教學各方面，一同維護教育專業的質素以及教師的專業形象。教育局會根據《教育條例》嚴肅跟進每宗涉及教師專業操守的個案，不論是失德或是違法行為，若情節嚴重，教育局會考慮取消有關教師的註冊。同時，教師更可能需要為其違法行為承擔法律責任。

相信大家都認同，學校是讓學生安心和專心學習的地方，因此學校一向按辦學宗旨及校本政策設有校規，以及校本訓輔機制，鼓勵學生自律，要求學生為其不當行為負責。這是學習做人處世的必經過程，不應被視為所謂的「打壓自由」。事實上，真正的自由並非全無界限，我們也要尊重他人，並以合理和合法的方式行使自己的權利，否則只是濫用自由。再者，學校是學習的園地，而不是政治角力的場所。因此，同學不應在校內舉行或參加宣示政治立場的活動（包括罷課、唱歌、喊口號、拉人鏈及其他相關活動），或派發政治宣傳物品。學生在學期間需接受校長和老師的指導及遵守校規，所有在校內舉辦的活動都必須先徵得校方批准。校服代表學校，也代表全體師生，如學生穿上校服行為不檢，會污損校譽；穿上校服參加校外政治活動，會令人誤會這些活動代表學校其他師生的立場，並不適宜。學校會按既定的訓輔機制，嚴肅處理違反校規的事宜。

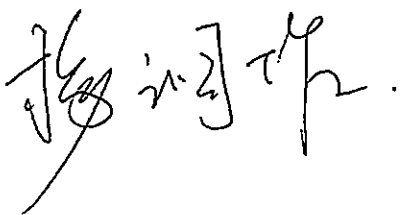
最令我們痛心的，莫過於見到有學生在暴力事件中受傷、被拘捕或起訴，涉及控罪包括暴動、非法集結、刑事毀壞及藏有攻擊性武器等，部分學生更須即時還押候審，與家人及同學分開，若最終被判罪成，更有監禁及留有案底之虞。在此，我再次提醒同學必須

三思而後行，不要被看似高尚的理念誤導，應明辨是非，多感受家人的愛和關懷，聽從校長和老師的教導，同時注意自身及其他人的安全，切勿以身試法、參與暴力及違法行為，以免斷送自己的前途。

我亦懇請各位家長與學校發揮家校合作的精神，一同聆聽同學的心聲，了解他們的想法或困惑，疏導他們的情緒，若發現有任何行為偏差的徵兆，必須作出明確的勸告和引導，讓他們以和平理性的方式處理問題，明白需要為自己的行為負責，幫助他們明辨是非，匡扶他們行正確的道路。我深信，只是苛責但缺乏聆聽，或只是縱容而缺乏管束，不能改變子女偏激的思想和建立良好的家庭關係，希望大家在關心愛護子女的同時，也要他們守規守法。

我們即將迎來充滿感恩及期盼的節日，讓我們彼此珍惜和關懷，以愛和理智化解暴力，一同為新的一年作準備，為香港尋找出路，共建更美好將來。

教育局局長



二零一九年十二月十九日

各位校長：

附上本局致家長的信件，鼓勵他們在佳節假期好好與子女相處，放鬆心情；信內亦夾附「就持續的社會事件提供的情緒支援：給家長的參考建議」和「專業支援服務和精神健康資訊」兩份文件。謹請轉發給貴校家長參閱，謝謝。

如有疑問，請致電 3698 4311 與教育心理服務(九龍)組翟善童女士聯絡。順祝貴校全人

假期愉快

身體健康

教育局

首席助理秘書長(特殊教育)

黎錦棠

二零一九年十二月十八日



中華人民共和國香港特別行政區政府總部教育局
Education Bureau
Government Secretariat, The Government of the Hong Kong Special Administrative Region
The People's Republic of China

本局檔號 Our Ref.: EDB(EPSK)/20-10/2
來函檔號 Your Ref.:

電話 Telephone: 3698 4321
傳真 Fax Line: 2715 8056

各位家長：

轉瞬間，本學年上學期已近尾聲。雖然持續數月的社會紛爭可能令部份同學的情緒受到困擾，個別同學更或會感到壓力、不安、擔心和惶恐，但是，有賴校長和老師與同學一起面對挑戰，並跟家長合作，用專業的態度和誠摯的愛心關顧和支援同學，讓他們能夠在相對平和的校園內學習，這是教人欣慰的。

佳節假期將到，我們鼓勵各位家長和同學在這段日子放下不同的意見，好好與家人和親友享受相處的時光，互相關懷，珍惜和鞏固彼此間的關係。藉著假期，大家請放鬆心情，多休息和多做運動，整頓自己的身心，迎接新一年的開始。

家長是子女最親近的人，你們的關心、瞭解和支持，對於幫助子女面對壓力是非常重要的。教育局在上星期剛為中、小學及特殊學校的校長和老師舉辦專題講座，邀請了精神科專科醫生和心理學家講解如何照顧學生的情緒需要。講座內容豐富和實用，因此，我們把相關的資料集結成兩份文件，分別為幫助可能出現情緒困擾的子女的建議和政府部門及社區的專業支援服務和精神健康資訊，與各位家長分享，希望大家細閱及採用合適的方法，紓緩子女的壓力和情緒。

我們衷心期望學校和家長協力同心，發揮家校合作的精神，繼續攜手以愛心引導和培育我們的下一代。最後，謹祝各位家長和同學有一個充滿希望、關愛與和平的假期。

教育局教育心理學家

張巧儀



二零一九年十二月十八日

就持續的社會事件提供的情緒支援：給家長的參考建議

持續數月的社會事件可能令子女的情緒受到困擾，他們或許會出現以下的徵狀：

常見因壓力事件而出現情緒困擾的徵狀：

- 身體不適
- 食慾不振
- 難以入睡和發惡夢
- 倒退行為（例如幼童會尿床、吮手指等）
- 容易發怒、煩躁
- 緊張或不安
- 疲累，提不起勁
- 難於集中精神
- 不願意上學
- 從朋友或活動中離群
- 在腦海中反覆出現事件

家長需密切觀察子女的日常行為和情緒表現，並與學校人員包括老師、學校社工和校本教育心理學家等緊密溝通。在家中，家長亦可採用以下的方法，協助子女紓緩壓力和情緒。

建議紓緩子女壓力和情緒的方法：

表達關心，積極聆聽

- 對子女表達愛和關懷，包容他們對事件的不同看法和反應。
- 以同理心聆聽子女的感受和想法，以非批判性的態度和子女溝通。
- 讓子女感受到親人的聆聽和理解，很多時候已可幫助他們紓緩情緒和壓力。

鼓勵表達感受和想法

- 讓子女訴說或透過書寫方式表達他們的想法和感受。
- 若子女未有表達想法或感受，請給予他們空間，並持續給予陪伴和關心。

有節制地使用媒體

- 與子女商討如何能有節制地使用媒體接收資訊。
- 可鼓勵子女改為看報章或雜誌報道，因影像會更容易令人憶起畫面，過份接觸令人驚恐的資訊和暴力影像，易引起不安的情緒。
- 強調與家人朋友交談的重要性，而非只依靠社交媒體與人接觸。

重建充實有序的生活

- 協助子女每天作息有序、充分睡眠和均衡飲食。
- 維持家庭和學校的常規生活，有助子女穩定情緒。
- 鼓勵子女參與正向和充實的活動(例如培養興趣、參與體能活動或義務工作)。

尋求協助和轉介

- 如果子女的困擾持續出現數星期，應向學校尋求協助或尋求精神健康專業人士的意見。

專業支援服務和精神健康資訊

1. 衛生防護中心－精神健康資訊站

此資訊站為公眾提供一站式資訊，包括有關心理健康和精神困擾的資料，以及尋求協助的資源。

<https://www.chp.gov.hk/tc/features/101872.html>

2. 學生健康服務－衝突管理資訊圖像系列

衛生署轄下的學生健康服務為青少年及家長準備的一系列資訊圖像，提供他們在面對及解決衝突時的知識及技巧。

https://www.studenthealth.gov.hk/tc_chi/emotional_health_tips/emotional_health_tips.html

3. 教育局有關學生精神健康的資訊及社區資源

此網頁載有提供情緒輔導和預防自殺服務的機構一覽表，內容包括求助熱線、網上輔導平台、服務時間和服務對象等。

<https://www.edb.gov.hk/tc/teacher/prevention-of-student-suicides/overview.html#>

4. 「Care4ALL 香港精神 - 同舟共行計劃」

香港精神科醫學院推出的「Care4ALL 香港精神 - 同舟共行計劃」志願診症服務計劃，目的是為受到社會衝突及緊張局面影響，以致出現情緒困擾及疑似病例的市民，提供初步的精神健康評估與治療。

<https://www.hkcpsych.org.hk/index.php?lang=tw&Itemid=666>

5. 「港講訴 Time To Heal」計劃

香港社會服務聯會推行「港講訴 Time To Heal」計劃，支援因近月社會危機受到創傷的人士，包括為此而出現的家庭或親子關係撕裂、社區衝突、心理及精神健康問題及社會創傷。

<http://hkcss-cys-lm.mail-lm.hk/a/s/1665347-76e5a075c824263b44703a71d0861659/286892>