

香港中國婦女會馮堯敬紀念中學

致：各家長
由：校長孫莉華博士
事：宏福苑火警事件：關注學生情緒健康

日期：27-11-2025
通告編號：42/2025-2026

昨日發生的大埔宏福苑火警事件，對社會造成廣泛影響。由於事件涉及大型火災現場、相關照片及片段的不斷傳播，我們可能居住在火警附近、目睹事發經過，或透過媒體資訊感受到衝擊。

面對突如其來的事件，學生可能會產生驚慌、不安、恐懼或憂慮等情緒反應，甚至因事件而感到心情沉重，這些反應都是正常的。請家長留意和關注子女的心理狀況，並提供適切的支援：

關心家庭與孩子的心情

1. 給予孩子安全感：讓他們知道家人都會在旁陪伴他們。
2. 聆聽他們的感受：鼓勵孩子表達驚懼、不安或疑問，並以接納的態度聆聽，不要急於糾正或否定他們的感受。
3. 冷靜面對：家長若能冷靜地面對事件，孩子也會感受到安全感。
4. 簡單解釋事件：用孩子能理解的語言，簡潔、正面地解釋事件，避免過度細節或恐怖描述，以免引起不必要的恐懼。

維持規律，加強支援

1. 保持日常規律：規律的生活能幫助孩子恢復安全感及秩序感。
2. 留意身體反應：留意孩子是否出現食慾不振、失眠、發惡夢、或身體不適等情況，這可能是情緒壓力的表現。
3. 自我照顧：家長也需要留意自身的情緒、作息或與朋友傾訴，只有家長身心安穩，才能為孩子提供穩定的支援。

若子女情緒受困，或需要進一步的支援，歡迎致電 2640 4968 與輔導主任關玉萍副校長或 2630 6633 與輔導主任蔡詠珊老師聯絡，以安排社工輔導或轉介專業人士。

回 條

香港中國婦女會馮堯敬紀念中學校長：

有關 貴校通告編號 42/2025-2026【宏福苑火警事件：關注學生情緒健康】，本人已知悉。

學生姓名：_____

班別及學號：_____ ()

家長簽署：_____

日期：_____



家長及老師注意事項

多加聆聽和陪伴

- 了解學生的感受和想法，切勿否定和壓抑他們的情緒
- 關心和陪伴他們，增加他們的安全感



2



消除憂慮感安心

避免電視長開，減少孩子接收有關事件過多的視像及訊息

3

定時作息要做到

- 維持平常的生活習慣，包括定時作息、適量運動、與親朋好友保持聯繫、保持自己平常的興趣及活動，有助分散在這事件上的注意力





浸信會欣悅社會服務處
Baptist Charis Social Service

大埔浸信會社會服務處
Tai Po Baptist Church Social Service

☎ 26561414
26566680

✉ info@tpbcss.org

🌐 www.tpbcss.org



社區客廳

(金富樓)

大埔安富道2-8號金富樓1樓

逢星期一至五 早上9時半至12時及下午2時半至5時



提供休憩地方
及情緒支援

如有需要，家長可聯絡以下輔導機構，
同時，亦可向學校老師或社工尋求協助



對象	機構/服務	熱線	服務時段
學生、教師及家長	社會福利署	2343 2255	24 小時
	醫院管理局 精神健康專線	2466 7350	24 小時
	香港紅十字會 Shall We Talk 心理支援服務	5164 5040	Whatsapp: 5164 5040 (發短訊以預約服務) Telegram: @hkrcshallwetalk (發短訊以預約服務) 網上登記: http://link.redcross.org.hk/pssreservation)
家長	《童你心》家長專線	2866 6388	星期一至四：14：30 – 16：30
	路德家長專線	3622 1111	星期一、三及五：10：00 – 12：00 星期二、四：16：00 – 18：00 Whatsapp：92508124
學生/青少年 (支援 11-35 歲 兒童及青少年)	Open 嚟 — 24 小時 網上輔導平台	/	網址： https://www.openup.hk/V
	6PM 網上青年支援隊	/	網址： https://www.cyberyouth.sjs.org.hk/



學生注意事項

學生在面對不幸事件時，在生理、認知、情緒、社交和行為等方面可能會出現突然改變，家長及老師應多加留意及關心，情況包括：

生理



- 難以入睡，甚至反復做內容或情景與創傷事件相關的夢
- 可會出現其他焦慮症狀，例如肌肉繃緊、腹瀉、心跳加速、頭痛等
- 飲食模式改變

認知



- 感覺不安導致過度警覺，長期令自己處於戒備狀態
- 不去想或講與創傷有關的事，或因此逃避某些活動或地方、人物

情緒



- 持續的消極情緒狀態，如：害怕、恐懼、憤怒、內疚、或羞愧等
- 持續性地難以體驗到積極情感，如：不能體驗幸福、滿足或愛的感受

社交



- 有脫離他人或覺得他人很陌生的感受
- 減少與人接觸

行為



- 對以前喜歡的活動感到沒有興趣
- 出現上課不專心、懼學、成績退步等現象