

Sample of Round Up (1)

A scaring child

Situation

一個年約十歲的女孩子，在觀看電視劇集「衝上人間」後跳樓身亡。那個女孩認為，自己死後可以像劇中的鬼魂一樣，無憂無愁地來去自如，更可以幫助那些有需要的人士。成年人看到這宗新聞，當然會感到惋惜，甚至覺得那孩子很傻。但是，孩子在看到這宗新聞後，卻可能感到驚慌和不安。

Question

如果你的弟弟或妹妹看到這新聞後，感到驚慌和不安，你會怎樣安慰他/她，並且適當地處理他/她的情緒？

Proper Steps to help with the Child

1. Be an active listener
2. Allow or assist him / her to have proper ventilation
3. Show empathy (reflection of contents and feeling)
4. Let him express his anxiety before having a rational discussion with him
5. Action support, e.g. physical touch

In short: listen → empathy → inquiry → explain → support action)

Concrete Examples

1. 你可以細問他：「你是否感到有點驚慌？你害怕怎麼？」
2. 請記著，這時你應細心聆聽，讓他盡情傾訴，儘管他的想法是何等荒謬和不合理
3. 你可以說：「啊，原來你害怕她死後會來找你」、「這的確是令人擔心的」、「我想你一定感到很不安」等 (同理心)
4. 這些話的目的，是要向孩子表示你的關心和接納，而不是嘗試改變他的思想和感受
5. 你也可以擁抱孩子，以行動給予他支持、保護和溫暖，讓他重拾安全的感覺

Relief Scare

1. To listen patiently & sympathetic saying
2. To comfort others
3. Listening some sound music
4. Doing exercise
 - If serious, find the professional to counsel

U i f! F oe!