

共渡有「情」天

一、學校辦學特色

本校位於天水圍北，學生多來自基層家庭，較多新移民定居於此，家長們多從事低收入的非技術工作，生活艱辛。

本校的辦學理念為「天下華人是一家，人人都說普通話」。我們除了以兩文多語為特色外，更以「學生為主體」，培養學生自發終身學習的興趣和能力，使能發展其個人的多元智能、創意潛力，資訊科技能力，更重要的是培養學生擁有優良的品格。

本校自創校起就以德育為學校的發展重點，我們刻意營造關愛校園，讓孩子在愛的培育下成長。本校訓輔組、德育及生活教育組本着「一個都不能少」，透過預防性及發展性的校本計劃，讓孩子從小學習愛自己，也要關顧別人。關愛由校園孕育，透過服務學習，在學校發芽成長，我們更鼓勵孩子把關愛傳送到家庭及社區，惠及社群。

二、個案背景資料

學 校：	新界天水圍北某一小學			
學生姓名：	李有情(假名)	性別：男	年齡：9 歲	班別：四年級
學生地址：	新界天水圍北某一屋邨			
主要問題：	確診兒童焦慮症	次要問題：	長期缺課，成績落後	

姓名	與學生關係	性別	年齡	職業
李爸爸	父親	男	40+	技工
李媽媽	母親	女	30+	主婦
李姊姊	姊姊	女	14	中三學生
李有情(化名)	兒子	男	9	四年級學生

三、個案簡介：展開有「情」歲月

李有情(化名)現為小五學生，於完整家庭長大，與姊姊及父母同住。

有情聰明伶俐、活潑好動、對自己要求亦高，一家四口相處樂也融融。除了英文科外，有情各科成績十分理想，四年級成功被安排於「精英班」就讀。2017 年 9 月剛開學，課程尚未緊迫，有情如常上學。10 月份開始，默書、評估陸續展開，有情開始因心理而導致生理上的不適，影響上學節奏。一星期後，有情情緒爆發，因害怕面對學習壓力而抗拒上學，家長和老師為他憂心如焚。為了把有情從洶湧的內心漩渦中拯救出來，讓他重新面對自己，恢復正常的生活及學習模式，學校上下積極協助有情，與他共渡了一段有「情」歲月。

2017 年 10 月，有情情緒爆發，因為害怕面對學習壓力而斷斷續續因負面情緒而缺課。嚴重時，有情更要求退學及申請在家自學。即使父母能成功把有情帶到學校門外，有情仍不願上學並出現抗拒行為，包括：在校門拉扯掙扎、不願入課室、不願做功課、哭鬧、發脾氣等。李媽媽愛莫能助，唯有埋怨是學校給予兒子學業上的壓力。校方立即安排「兒情」姑娘到校，姑娘表示有情有「焦慮症」徵狀，於是李媽媽急不及待在坊間尋找精神科醫生的評估，有情被診斷為過度活躍症，精神科醫生建議以藥物治療，然而李媽媽卻不信醫生的診斷。其後，有情仍然未能適應上學。李媽媽覺得學校幫不了忙，決定為有情請事假一星期，讓有情休息，減輕壓力。

在學校轉介下，2017年12月，李媽媽帶有情到屯門醫院兒童及青少年精神科，初步診斷為適應障礙(Adjustment Disorder)，但情況仍然反覆。翌年1月，有情正式確診為焦慮症(Anxiety Disorder)，需以藥物治療，可是有情情況仍然不大理想，仍不願上學，媽媽再為他請事假一星期。

2018年3月，我們發現有情於長假後復課，情緒更為不穩定。英文默書日及外籍老師課當天，情緒亦相對較難控制。有情每天第一節課會情緒不穩，過了第一個小息會好轉，之後他會努力嘗試進入課室參與課堂。整體而言，有情的狀況仍反反覆覆，有時能夠全日不用社工介入及陪伴，有時則情緒激動，需要社工支援。

2018年4月，復活節假期後，有情再一次跌入谷底，除了在校門位置拉扯外，進入校園後，亦無法返回樓層或課室上課。結果，2018年5月，在李媽媽和李爸爸的安排下，有情入住屯門醫院兩天。其後，有情與學校訂立「上學約章」，由2018年5月至今，已能在老師引導下，一步一步走向正軌。



情緒來時，他無法學習



甚至要尋找地方躲藏

四、老師曾提供的關懷行動

學生層面：

個人面談、科任會議、情緒支援、特別上課時間表、姑娘咭、獎勵計劃、愛心小禮物、義工服務、教學助理輔導服務、特別午膳安排、適應活動等等。

家長層面：

家長面談、家訪、親職管教支援、陽光電話、義工服務、轉介專業人士、陪診、whatsapp 短訊等等。

五、「從不離地」的學校領導

陶群眷校長由2016年接任，她處事滿有衝勁，除了處理校外工作外，更在校內積極帶領各科組前進，策劃學校的未來發展方向。她的教育理念十分清晰，她認為：只要有愛，孩子將會不一樣。她努力培訓團隊為「科小孩子」提供一個愉快和關愛的學習環境，透過多元化的學習活動激發孩子的潛能，培育他們成為熱愛生命、積極進取、自尊自信、自律自強、勇於承擔、積極面對挑戰，並具獨立思考能力的孩子，為未來奠定良好的基礎。

除此以外，她開放的態度，為學生投放資源，促使今次計劃之成功。為了幫助有情，首先必須幫助他重返校園，才能給予適當的支援。校長能接納有情，讓他先走進校園，再為他多次調節有彈性的時間表，讓他慢慢適應校園生活。此外，校長亦樂意騰空特別室、教學助理及教學資源，讓他從喜樂中站起來，同時把他從焦慮的漩渦中拉出來。當然，最重要是尋求專業人士的支援和幫助。過程中，我們得到教育局、屯門醫院、兒晴計劃、明愛家庭服務中心社工、教育心理學家及社工全力支援，一切方能順利過渡。



校長也來支持有情



校長請了有情的幼稚園校長來支持他

六、有「情」支援計劃

對於一個患有焦慮症的兒童來說，他無法告訴你是甚麼原因觸發他。當你以為他喜歡某項事情，為他預備妥當，有時卻中了他的「死穴」，令他情緒即時爆發。除了逃避，他們再也想不出法門來。有情因過去英文科成績不理想，所以無法接受外籍老師的課堂，亦未能接受默書的壓力，縱然他每一次默書均能獲得八十五分以上。有情是一個完美主義者，從他的功課，你可看見他是一刻一劃用心完成的。同時，他亦是一個情感敏感度高的人，對於別人的看法甚為敏感。若他感覺到未能接納他的情緒時，他亦無法接納你。為了幫助有情，郭楚群主任、馮潔卿主任及李文綉老師由 2017-18 年度至今一直支援著他。

郭楚群主任為本校的訓輔主任，同時為有情之四年級英文科老師；馮潔卿主任是他的四年級班主任及中文科老師，同時也是他的乒乓球教練；李文綉老師是他的五年級班主任及中文科老師。為了幫助有情，三位老師為他作了以下的安排：

進入校園計劃

無論家人、老師和醫生，大家都希望有情能重返校園。因此，我們得先暫時放下學校其中一個最重要的功能——學習。為了讓他願意踏入校園，班主任馮主任於放學時段邀請他回來參與乒乓球訓練。沒有了學習的束縛，有情樂意多了。慢慢地，馮主任更邀請他回來參與早上的田徑訓練，希望他能在早上按時上學。

有情的情況總好像過山車一樣，情緒上上落落，不一定能按時上學，又或在校門外與媽媽糾纏。這時，訓輔主任郭主任和社工姑娘總在校門外陪伴他，甚或以不同的方式引導他，有時會以乒乓球賽作誘發點，有時會利用小一專用區內的遊戲區吸引他，有時會利用電腦室的電腦教學遊戲開始，直至他願意進入校園為止。

為了讓有情能安心走進校園，郭主任更安排他於這階段長駐社工室，先以「參與義工服務」作為他暫時不用上課室之原因。當社工離開社工室進行校本輔導活動時，他也會跟著一同前往，以支援社工的工作。工作包括：家長講座工作人員、小小花王、小一適應活動小義工等。於小息及午息期間，郭主任更安排有情的好友相伴，一起玩耍和吃飯。學校除了希望他能適應校園環境，也希望他能適應學校的不同人士，而讓他投入同班同學的圈子中是十分重要的。同學給予的接納、幫助和鼓勵，能讓有情產生歸屬感。



郭主任與有情邊玩邊學



午膳特別安排



有情來當小一適應活動小義工



李媽媽也來當義工



好友小息相伴

特別時間表安排

當有情參與了義務工作一段時間後，校長、社工和郭主任認為是時候讓有情嘗試走進課室了。怎料，他的緊張情緒又來了。於是，郭主任再思考對策。他知道有情喜歡花草和乒乓球，便開始和他上「花王常識課」和「乒乓球數學課」。慢慢地，再加入無壓力的課堂——特別時間表第一階段。我們讓他上最感興趣的術科課堂，包括：體育、視藝、創意空間、興趣小組。

郭主任見有情與他已建立互信關係後，便為有情展開特別時間表第二階段。由於郭主任不單是有情的英文老師，也是他四年級的常識老師，所以除了讓有情上術科課堂外，郭主任開始邀請有情參與由他親自教授的常識課及英文課。郭主任在過程中並沒有特別要求有情必須完成功課，只是希望他能循序漸進地適應正規課堂。

在這段日子，社工姑娘不知不覺地也成為了有情的依靠對象。各科任老師商討後，決定為有情展開由社工姑娘貼身協助的特別時間表第三階段。在此階段中，有情仍暫不參與有壓力的課堂，而其他課堂，則由社工陪同他一起上課。社工同時觀察有情之情緒變化，再適時給予科任老師提示，讓有情慢慢建立正常的上課常規。



義工服務是一種學習



科創探究也是學習

第一階段時間表：
小小花王、閱讀、電子學習

第二階段時間表：
無壓力課堂

第二階段時間表修訂：
中期嘗試加入英文課

第三階段時間表：
加入特別人手安排

默書及評估調適

有情的壓力源自於他的完美主義，他接受不到自己未能達到「精英班」的要求。在家長、教育心理學家和校方的同意下，我們為有情構思特別的默書安排。科任會在默書前派發範圍給他作重點溫習，並為他採取抽離式默書。默書會由社工協助進行，而由科任老師批改。至於打分是以加分制進行，無論有情能默寫多少字，都會以默對的字加分，讓他感受成功的滋味。

特別人手安排

除了社工，有情最信任的便是郭主任，但社工和訓輔主任平日有不少必要的恆常工作要處理，有時真的分身不暇。校長有見及此，便特別安排三位教學助理進入「有情教室」，為有情作教學上的支援。教學助理會利用電腦進行教學，也會與有情一同進行實驗或創意空間之創作，更會利用社工提供的「玩具」進行教學。

下學期開始，有情雖然已習慣進入課室上課，但為了積極幫助有情跟上學習進度，校長持續安排教學助理陪伴有情一同上課，以支援他學習上的需要。



玩撲克學數學



教學助理陪伴上英文課

姑娘咭及獎勵計劃

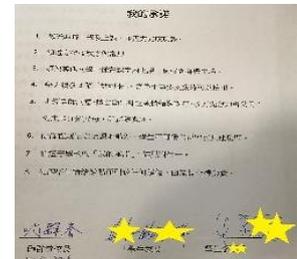
「有『情』支援計劃」展開後，學校一直給予有情不同的支援與調適，但當有情進入正常課堂後，難免要面對與全班一致的學習進度和要求。此時，若果科任老師稍為處理不慎，有情便會變得情緒緊張，甚至衝出課室以作逃避。幸好，由於總有社工或教學助理在有情身旁，因此能確保有情的安全，並即時通知郭主任以提供協助。

我們明白有情「逃離現場」全因壓力所致。經商討後，我們設計了「姑娘咭」。當有情在課堂上感到情緒緊張時，便可向科任老師出示「姑娘咭」，然後便可由班長陪同到社工室舒緩情緒。

經過一段時間後，為了改善有情依賴「姑娘咭」的情況，我們為有情製定獎勵計劃。有情每天只會獲發三張「姑娘咭」，當他每次決定離開課室時，老師會收起一張。若該星期有情能累積十張或以上未有使用的「姑娘咭」，便可獲得神秘禮物一份。



姑娘咭



簽訂承諾



校長和社工送上重返校園的歡迎禮物



有情重返課室



新來的班主任

時間飛快，不知不覺有情便完成了四年級。校長明白要讓有情升上五年級後回復正軌，投入學習，緩解心中的焦慮，班主任的角色和同儕的支持極為重要。於是，校長在安排編班時，除了根據學生能力進行編班外，還特意安排了有情的好友在同一班。另外，校長特意找了一位富經驗及有愛心和耐性的老師當有情的班主任。在暑假期間，校長便邀請班主任李老師進行會面，仔細告知她關於有情的狀況。李老師得悉自己將有一項「特別任務」後，相信在新學年開始前與有情預早見面，互相了解，能更有效地協助有情面對他一度逃避的事情。

李老師認為，第一次與有情的會面是十分重要的，因為第一印象對很多事情都起決定性的作用。李老師希望在第一次與有情的會面，不只是互相認識的簡單傾談，而是能利用這個難得的相處機會，與他有更關切的接觸，與他開展更多話題，從而能深入了解有情，也讓有情明白李老師會如何照顧他、幫助他。

為了刻意創造交談的話題，李老師向社工姑娘了解有情有什麼興趣，得知有情喜歡甲蟲，李老師便到書店買了一本關於甲蟲的書籍，準備送給他作為見面禮。此外，為了與有情在見面時有更多的互動，班主任預先準備了一些製作壁報的材料，打算在與有情的第一次見面時邀請他一同到課室製作。

李老師先以陽光電話的方式致電有情的媽媽，提出希望與有情會面，媽媽欣然答應。在電話的交談過程中，李老師刻意只問及有情在暑假過得如何，參加了甚麼活動，是否享受假期等等。李老師得悉有情在暑假時心情一直很好，於是便請媽媽問問有情，是否願意在電話中與她傾談一會兒，媽媽便嘗試把電話交給有情。第一次與李老師說話的有情，表現得有禮乖巧，但李老師能隱約感受到有情帶點緊張。

到了真正會面的一天了！有情一進校門，見到班主任，在媽媽的提示下，便有禮地叫了一聲「李老師」。李老師搭着有情的肩膀，與他一同去找熟悉的社工姑娘。接着，大家便坐下來，第一次正式的交談起來。當李老師把他的禮物甲蟲書拿出來時，有情一看到封面上印着的獨角仙時，立即興奮地叫道：「我養過獨角仙啊！」之後，李老師便邀請有情到新學年的5A課室一同製作壁報，除了製造與他相處和傾談的機會，也希望讓有情能對來年的5A班產生歸屬感。當所有5A同學都未踏足課室時，有情便已經為5A的同伴們製作好壁報，能讓大家在新學年一進教室就滿眼色彩繽紛，這對於他來說，會產生一份成功感。李老師相信這亦能為有情建立一份責任感及被需要感，讓他感到自己的價值，也能讓全班同學欣賞到有情的付出，從而對有情產生正面的感覺，正面的看待他，與他融洽相處。

新學年的第一天，李老師請全班同學猜猜是誰在開學前就完成了壁報，同學理所當然地以為全是班主任做的。當李老師指出是她與班上一位同學一同完成時，全班頓時議論紛紛，這時有情悄悄地在微笑。當李老師說出壁報是有情有份的傑作時，大家都十分驚訝。在李老師的帶動下，全班向有情報以掌聲，相信有情心裏是樂滋滋並感到滿足的。



有情最愛甲蟲



暑期一同製作壁報



完成壁報



學校旅行

經過開學一星期的班主任課後，便要正式上各科課堂了。這天，媽媽把有情帶到校門後，他又再感到情緒緊張而不想進入校園，期間流了一些眼淚。在郭主任及社工的勸導下，有情終於願意進入校園，卻不願意進入課室。郭主任及社工與有情傾談了一段時間，安撫了他的情緒後，有情才願意回到課室上課。李老師與有情傾談，讓有情明白到班主任是了解他抗拒上課的原因的，讓他知道老師並沒有怪責他。李老師鼓勵有情學會欣賞自己的優點，讓他明白只要堅強一點、堅持一點，便能追回應有的成績。在有情缺席上課的時候，李老師便利用課堂的時間，與全班同學訴說有情的狀況，希望所有同學都能了解有情的內心，以及他因而導致的外在行為表現。

李老師在學期初，其實已為全班訂立了一個 5A 的「共同理想」，並請同學把內容貼在一本子中以作提醒。5A 的「共同理想」是甚麼？其實就只是「開開心心、互相尊重」，李老師經常以此勸勉及鼓勵同學。李老師安排有情擔當午膳服務生，並刻意告知有情李老師更刻意安排有情擔當午膳服務生，並刻意告知有情，這項任務是要聰明伶俐的學生才能勝任的。有情見到班主任對他能力的信任，並交託重任，感到自己被尊重及被需要。除了擔當恆常的午膳服務生工作外，班主任也不時請有情協助處理大小班務，目的也是希望他能從中建立自信心及自我認同感。



實地考察



參觀濕地公園



聖誕聯歡會

七、困難和契機

相信大家對焦慮症有一定的認知，但每一位焦慮症患者的焦慮點不同，不一定每一位人士都能明白。

父母轉變

有情患病初期，作為父母親的一定難以接受。在這個時候，父母口中除了怪責，便是要求。除了不希望老師給予壓力，更希望學校額外為有情調節功課及默寫量等。在這段時間，爸爸是家庭支柱，媽媽不希望影響爸爸的工作，故只好獨力處理。即使老師及社工給予媽媽專業的建議，媽媽也只會按自己的心意而行。有情出現情緒問題時，一般以哭鬧開始，再以「扭計」方式向媽媽要求請假、休學，甚至退學。媽媽一開始也會拒絕，其後卻為有情請了一次又一次的事假，結果令有情更難重返校園。

為了讓爸爸加入支援，也讓媽媽明白學校的安排，校長及郭主任為他們安排了一次又一次的面談，並轉介專業人士協助：社工為媽媽安排親職管教支援，及提供陪診服務；班主任馮主任定時致電媽媽及發出 Whatsapp 短訊以提供協助並釋除憂慮。後來，即使媽媽聽從醫生的建議讓有情重返校園，有情卻要求有母為伴，才肯上學。雖然老師及社工請媽媽相信學校，但媽媽總是不忍離開有情，堅持每天留校，這使有情更難重回正軌。

在復活節假期前，有情的情緒再一次跌入谷底，媽媽再一次選擇為有情請假。媽媽應允有情逃避自身的問題，拒絕讓有情回校獲取協助，其實無形間使問題變得更嚴重。最後，媽媽不得不接受學校和醫生的建議，把兒子送入屯門醫院兒童精神科。由於有情被情緒所主導，醫護人員怕他會傷及自己的身體，決定以束縛衣把有情固定於睡床上。看到這一幕，父母方明白自己過往的軟弱對有情造成的影響，明白學校於過去一整年給予有情的支援及協助，才

是真正能拯救有情的做法。

父母帶有情離開醫院後，媽媽向校長道歉，並主動提出要讓有情重返校園。終於，媽媽把緊張的手鬆開了，她讓有情與學校訂立承諾，加上爸爸的幫助，有情真正重回了正軌。看著有情一天一天的進步和改變，父母、校長、老師和社工才放下了壓在心頭已久的大石。

同儕明白

我們深信有情需要同伴，但同伴看著有情「扭計」不上學，確實引起不少議論。為了讓他們成為有情的支援，馮主任、李老師及郭主任均會在有情缺課時，向有情的同伴灌輸正確的知識，讓他們明白有情的需要，最重要是教導他們與有情相處的技巧。

更重要的是，同儕間學會互相支援、互相幫助。在別人最有需要時，伸出援手，讓他們經歷「施比受更為有福」的道理。

老師同心

在有情患病初期，校長、郭主任、馮主任和社工為有情召開個案會議，商討幫助有情的策略。至於科任老師，雖然知道有情的需要，但總有追趕進度的壓力，使他們無法接受「有『情』支援計劃」。為了讓科任老師明白此計劃，並深入了解有情的情况，郭主任和馮老師定時為科任老師召開會議，讓科任老師緊貼有情的進程，以給予合宜的支援和幫助。郭主任亦安排主科科任老師定時與有情會面，讓師生重新建立關係，促進重回正軌的步伐。

由於整個四年級上學期，有情總是在擾攘中渡過，其他老師亦開始討論有情起來。為了讓老師明白更多，郭主任請社工為全體老師進行專業培訓，讓全體老師對焦慮症增加認識。另外，郭主任亦在全體會議中，定時匯報有情的進展，減少老師之擔憂。老師由不明白到認知，再由認識到了解。當有情出現情緒，大家便會一同合力支援。此外，校長亦會安排支援主任、社工及教育心理學家等專業人士介入，讓各人發揮所長，以協助有情跨過有「情」歲月。

八、總結

作為現代人，我們是幸運的，我們享受著高度文明帶來的豐富物質享受。同時，我們又是不幸的，因為高度文明為我們帶來的沉重的精神壓迫，和無盡的競爭與壓力。環顧四周，焦慮無處不在。要擺脫它不是易事，它更可能伴隨一生。在病魔面前，成年人也會感到徬徨無助，何況是稚嫩的孩子？為了讓孩子不受病魔折磨，作為老師的，要成為他們的心靈支柱，成為他們信任並可依靠的人。我們要引導孩子勇敢面對自己，讓他們明白不能逃避，更不能放棄自己。病魔雖然可怕，但只要我們將心比己，用智慧和愛去理解孩子，向他們灌輸積極的人生態度，給予他們力量與支持，便可以協助他們勇敢戰勝心魔。



只要勇敢面對，便能打敗「焦慮心魔」

