

# 面對嚴重特殊傳染性肺炎



★家長您可以這樣做！！

協助孩子心情穩定的小撇步



穩定作息-維持日常的生活步調、規律運動



避免焦慮-尋求專業醫療或心理諮商協助



訊息查證-了解疫情現況、傳染途徑、發病特徵



自我保護-量體溫 戴口罩 勤洗手 環境通風

清楚解釋！正向鼓勵！作法明確！

學生輔導 全面守護

# 面對嚴重特殊傳染性肺炎



## ★老師您可以這樣做！！

協助孩子心情穩定的小撇步



**解釋疫情**—簡短說明疫情、教導衛生習慣、  
保護自我安全



**避免疏離**—戴口罩保護彼此，適應新的社交模  
式、保護彼此健康



**正確態度**—自己生病接受隔離、他人生病接納同  
理，建立正確的防疫態度



**適時關懷**—關懷他人，傾聽信任與支持鼓勵、  
建立健康的身心靈

清楚解釋！正向鼓勵！作法明確！

**學生輔導 全面守護**

# 五心防護 把心守住

放心

耐心

關心

安心

齊心



千名專兼任輔導教師、學校社工師及學校心理師  
教導親師生從自家防護到學校防護

透過「五心防護」口訣練習，善用「放心、耐心、安心、關心、齊心」  
接納自己的情緒，告訴孩子正確資訊，正向鼓勵。