

# 支援有特殊教育需要學生的情感需求：

## 實踐與校本經驗分享

### 天主教聖安德肋小學



SENCO 吳婉香主任

學校社工 伍珈彥姑娘



Study hard Appreciate everyone Care for others Pray to god Share your joy

# 學校教育理念

校訓：愛化主民

老師：

- 每一位學生都是獨特、尊貴、有價值的。
- 尊重不同的學生是不同的獨特個體，有不同的成長需要。
- 讓學生感受到老師的關懷和愛護，使他們得到全人發展。

學生：

- 學生尊重和喜愛自己。
- 以同理心和慈悲心對待他人，愛主愛人



Study hard Appreciate everyone Care for others Pray to god Share your joy

# 全校參與模式支援

聽力  
障礙

視覺  
障礙

讀寫  
困難

肢體  
傷殘

言語  
障礙

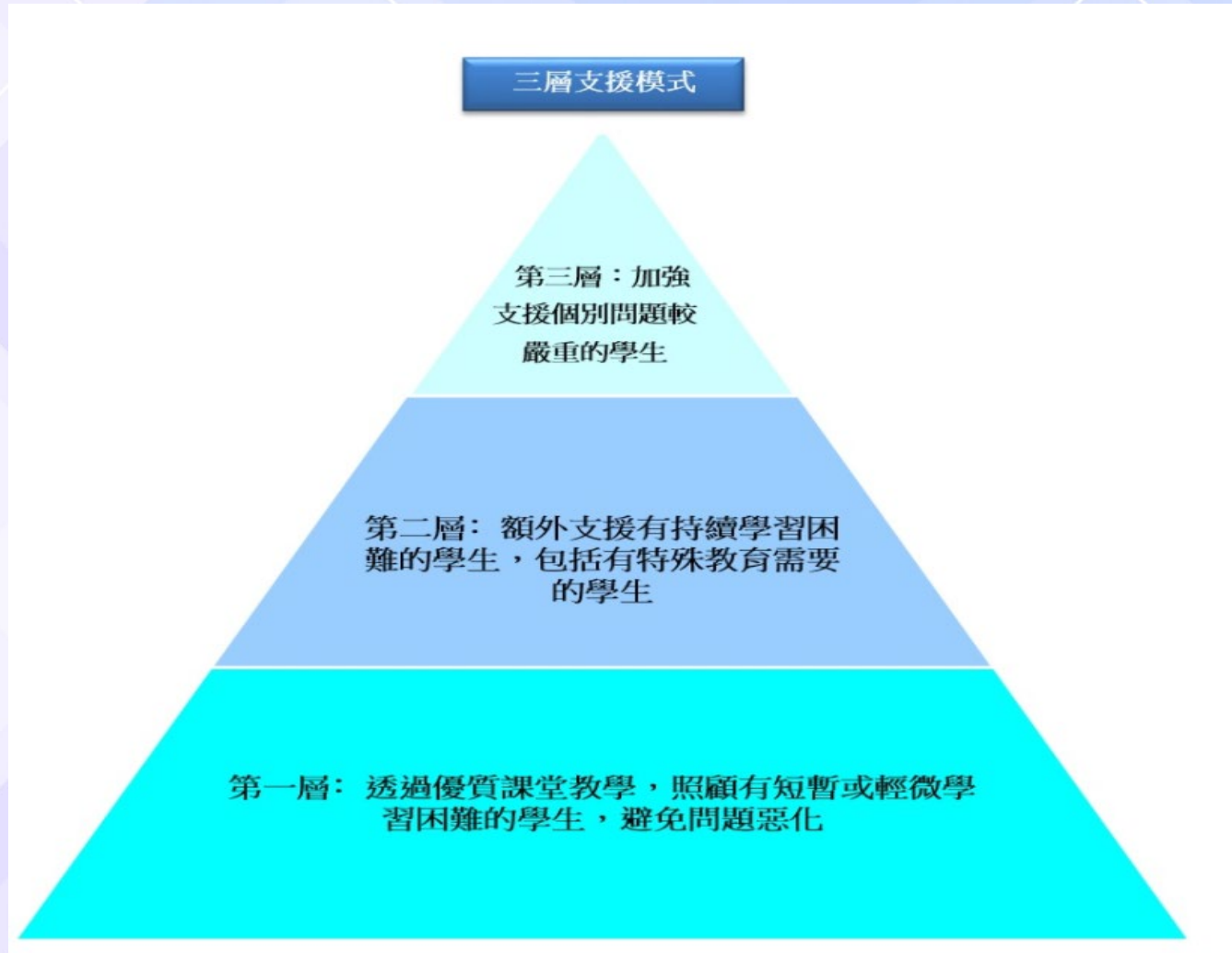
自閉症

精神病

注意力不足/  
過度活躍症

智力發  
展障礙

學生在成長的路上，都會遇到大大小小、不同的情緒困擾，SEN學生更甚，所以需要以全校參與模式去支援。



JUST FEEL 感講

班級經營課：善意溝通魔法學校

這些年，我們會一起在這裏留意自己的感受和需要，以同理心對待自己和他人。



Study hard Appreciate everyone Care for others Pray to god Share your joy

# 第一層支援：為學生築好情緒保護網

天主教聖安德肋小學  X  JUST FEEL 感講

感講夥伴學校計劃

**先處理心情，再處理事情。**

Connection Before Solution.



- 計劃涵蓋學生「社交情意教育」正規課程、家長和教師培訓、善意溝通工具等，希望協助**學生自我關懷，增強抗逆力，並以溝通建立更緊密的人際關係，預防情緒和行為問題。**
- 此課程在成長課、週會課、班主任課進行。



# 感受/需要列表

## 需要列表

List of Needs

休息 Rest	友誼 Friendship	學習 Learning	玩耍 Play	真诚 Sincerity
愛 Love	尊重 Respect	信任 Trust	歸屬感 Sense of Belonging	成就感 Achievement
和諧 Harmony	安全感 Safety	被理解 Being understood	被聆聽 Being Listened	
關心 Care	支持 Support	肯定 Recognition	合作 Cooperation	
美 Beauty	創作 Creation	平等 Equality	自主 Autonomy	
清晰 Clarity	效能 Efficacy	慶祝 Celebration	哀悼 Mourning	

## 感受列表

List of Feelings

驚喜 Surprised	興奮 Excited	精神 Energetic	開心 Joyful	好玩 Fun	好奇 Curious	平靜 Peaceful
滿足 Contented	溫暖 Warm	感激 Grateful	感動 Touched	舒服 Comfy	放鬆 Relaxed	幸福 Happy
壓力 Stressed	擔心 Worried	緊張 Nervous	無奈 Resigned	害怕 Scared	困惑 Confused	矛盾 Ambivalent
無聊 Bored	疲倦 Tired	尷尬 Embarrassed	灰心 Discouraged	委屈 Aggrieved	不捨 Wistful	鬱悶 Gloomy
煩躁 Annoyed	驚訝 Shocked	激動 Agitated	妒忌 Jealous	生氣 Angry	羞恥 Ashamed	
失望 Disappointed	無助 Helpless	無力 Powerless	傷心 Sad	孤單 Lonely	內疚 Guilt	



讓我閃耀



Study hard Appreciate everyone Care for others Pray to god Share your joy 6

與人討論時:



Study hard Appreciate everyone Care for others Pray to god Share your joy 7



# 家長教育

## 善意溝通家長日



Study hard Appreciate everyone Care for others Pray to god Share your joy 8

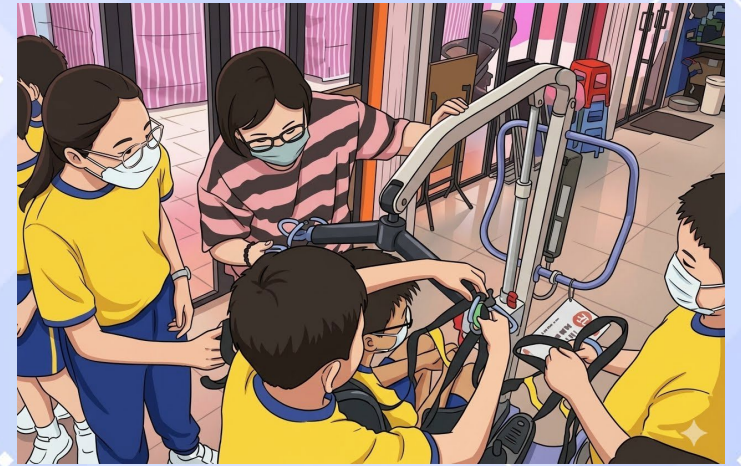
# 營造關愛共融的校園文化



情意教育工作坊之我的快樂帽子



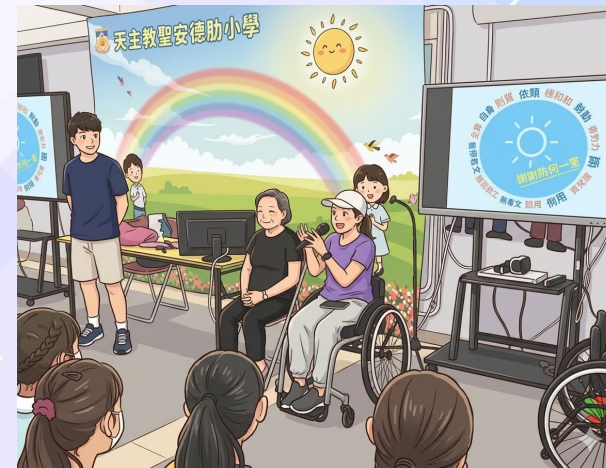
UpPotential計劃



探訪傷健中心



傷健共融體驗日



共融講座



健球共融同樂日

# 第二層支援：及早識別、及早支援

## 醫教社同心協作計劃

團隊成員包括：

專責護士

臨床心理學家

學校社工

專責教師

➔ **SENCO** 的工作：做好統籌、  
資源配置及管理

### 醫教社同心協作計劃簡介

食物及衛生局

醫院管理局

學校

學生

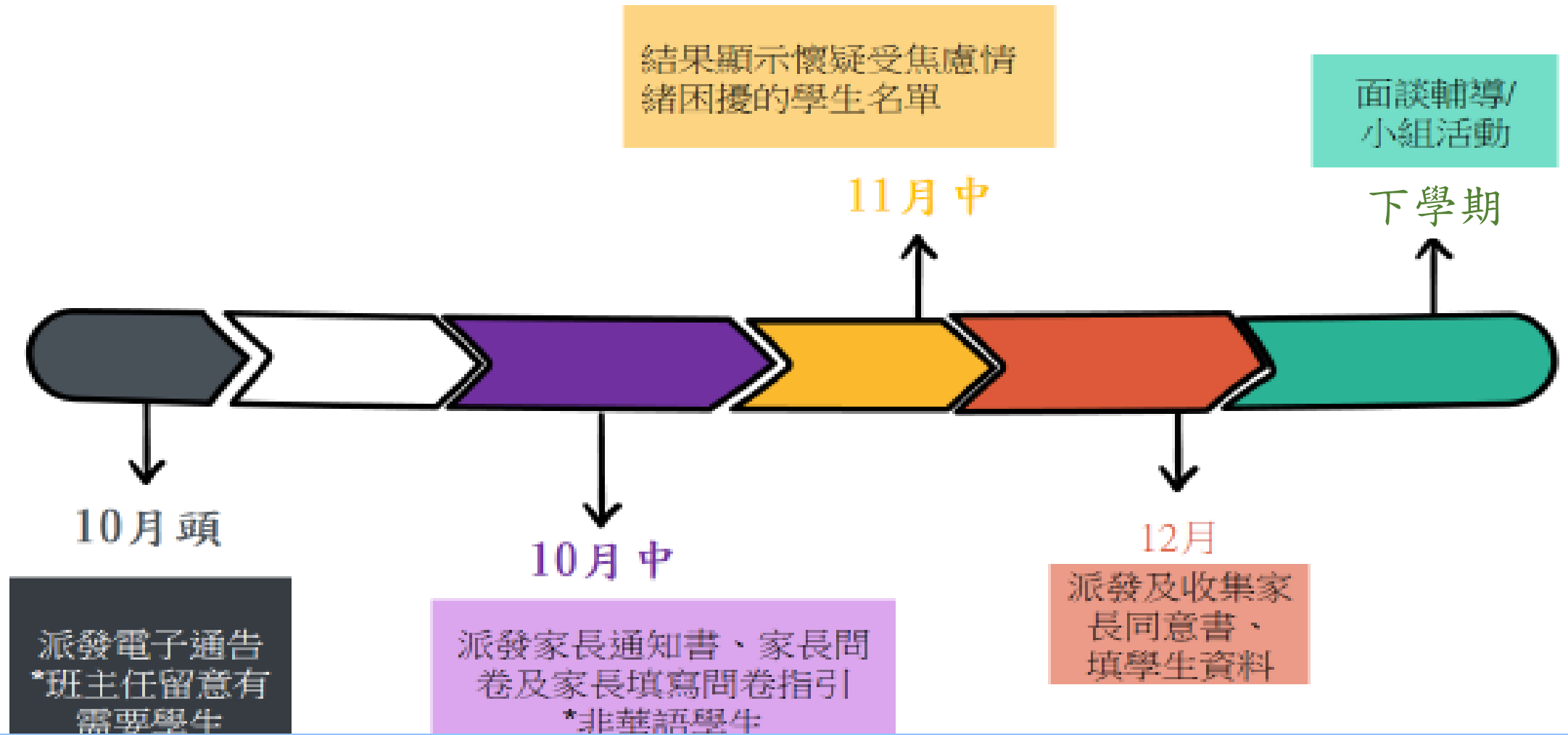
家庭

教育局

社會福利署



# P.4問卷篩查流程



# 跨界別協作以照顧有特殊教育需要的學生

## 跨界別協作

1. 賽馬會喜躍悅動計劃 (YWCA)

2. AIM PROJECT:

喜耀同行小組 (耀能協會)

3. 遊戲社交小組

4. 桌遊社交小組

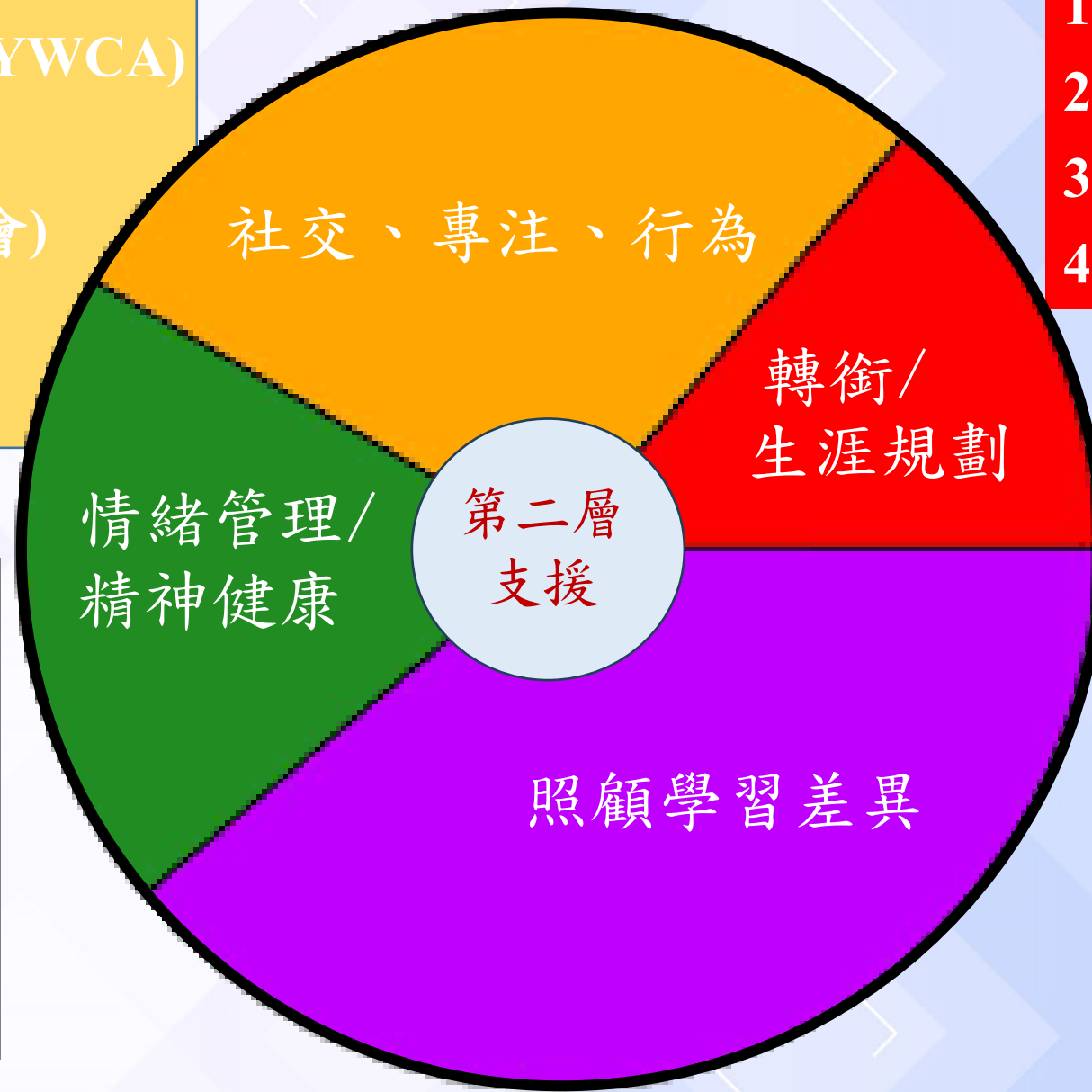
1. 靜觀小組

2. 有招拆焦小組

3. 醫教社親子小組

4. 藝術樂滿FUN小組

5. 情緒百寶箱小組



1. 小一適應週

2. 小一課後學習輔導

3. 升中適應小組

4. 中學巡禮

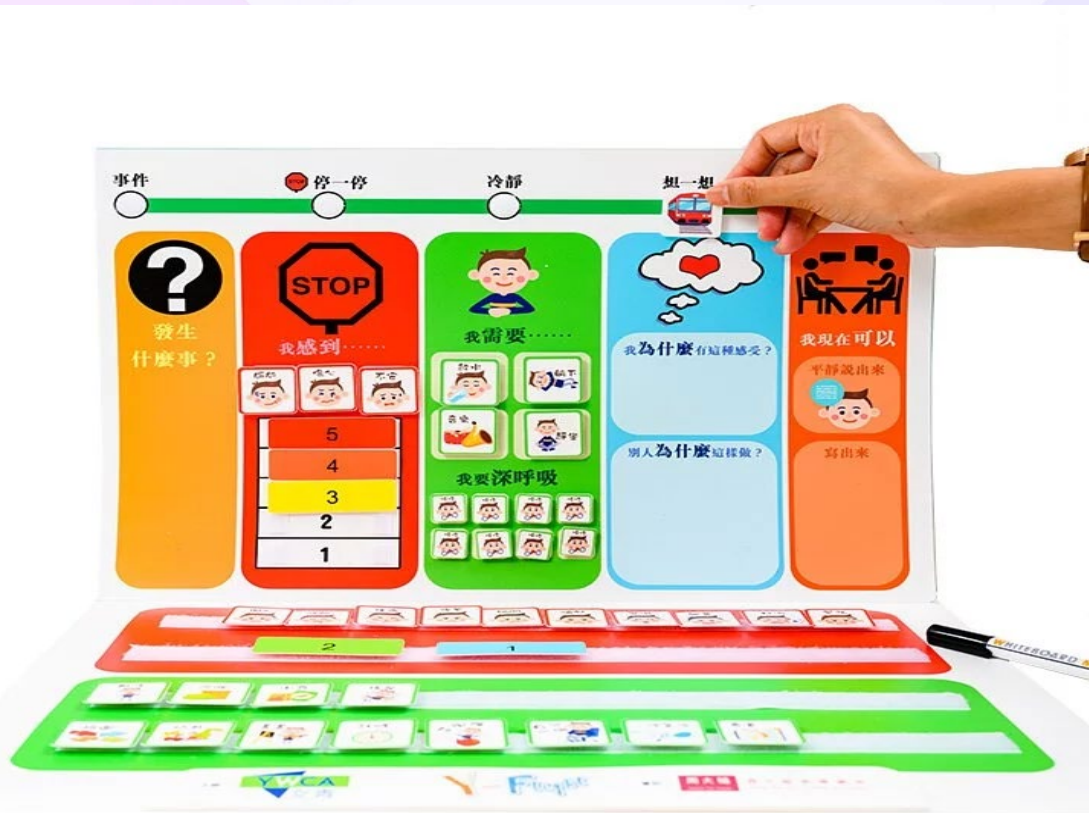


# 辨識及調控情緒訓練

- 賽馬會喜躍悅動計劃

- 喜伴同行計劃 / AIM PROJECT





YWCA 冷靜列車



YWCA 情緒咪錶



# 個案分享



名字： Henry

學業： 中上成績，但中、數表現稍遜

性格： 文靜有禮

強項： 跑步

社交： 要好的朋友有2-3個

家庭： 父母管教嚴謹

# 及早識別，及早介入

四年級時，透過家長填寫醫教社識別問卷，識別到學生有焦慮情緒，需要介入。老師在聯絡媽媽時，透露學生近來常悶悶不樂，也有自傷的行為，於是立即與社工姑娘聯絡。

由社工推薦參加醫教社同心協作計劃，專責人員定期來校跟進，並找出焦慮的原因。

EP為學生做評估，並討論在學習、功課和考試上需否給予支援。

## ANGER ICEBERG

外衍行為：  
哭泣、手心冒汗、  
自傷行為

憤怒

委屈

悲傷

冷落

不被理解

# 冰山之下：外衍行為背後的 內衍情緒

## 學習

### 自我效能低、無力感

- 在輔導的過程中，發現Henry原來很怕中文，很多時都是死記硬背，不求甚解，有時閱讀題目時有跳讀的情況。他表示已很努力溫習，每次默書、考試，都花了很長時間做溫習和重複做很多習題、寫作等，常埋怨自己愚笨。
- 考試時，經常緊張得手心冒汗、全身發抖

## 家庭 社交

### 委屈

- 父母認為Henry不夠用功，做事不小心，所以失分，他感到委屈。

### 不被理解

- Henry很想去境外交流團，但父母不同意，認為他不會照顧自己，他很失望。

### 冷落

- 與同學社交互動較少，常安靜坐在座位上看書。成績中游，表現平平，感受不到老師的重視。

# 跨界別協作，提供三層的支援

- 醫教社人員跟進Henry個案的情況，包括與家長、學生面談，以了解學生及其家庭的背景，諮詢老師、社工學生在學校的表現。
- EP為Henry做評估，討論在功課和考試上需否給予調適及支援。

有了結果後，EP與學生支援組成員(SENCO、SENST、社工)和Henry父母進行面談，讓各方都了解Henry的情況及所需要的支援和訓練，如加入有招拆焦小組、讀寫小組、考試調適等。



# 第二層支援：EP和學校社工為受焦慮徵狀困擾的學生開設的訓練小組

教導學員運用  
認知行為策略(CBT)  
減低焦慮的情緒



## 小組內容

**模式：** 認知行為治療小組 (CBT)

**時間：** 每節 1 小時

**節數：** 共 6 節

**學生：** 受焦慮徵狀困擾的學生

**目的：**

- 協助組員認識思維如何影響其情緒、身體及行為反應；
- 認識思想陷阱和學習運用認知及行策略去減低焦慮情緒；
- 提升組員正向的心理質素。

**2024-2025**

有招拆焦成長小組 (P.4至P.6)

**2025-2026**

精靈小勇士 (P.2至P.3)

節數	小組課節目標
1	<ul style="list-style-type: none"><li>組員及工作人員互相認識</li><li>介紹小組目的、內容及訂立規範</li><li>讓組員認識面對一件事情，可以分為<b>思維、情緒、身體及行為反應</b></li><li>讓組員辨識正面及負面情緒</li></ul>
2	<ul style="list-style-type: none"><li><b>靜觀呼吸</b></li><li>讓組員認識想法(思維)如何影響其情緒反應、身體反應及行為反應</li><li>協助組員認識<b>5種思想陷阱</b> (大難臨頭、非黑即白、攪晒上身、左思右想、貶低成功經驗)</li></ul>
3	<ul style="list-style-type: none"><li><b>靜觀飲食</b></li><li>鞏固組員對<b>5種思想陷阱</b>的掌握 (影片討論)</li><li>協助組員發掘自己經常出現<b>哪種思想陷阱</b></li></ul>
4	<ul style="list-style-type: none"><li><b>靜觀伸展</b></li><li>協助組員<b>學習運用五常法</b>，以減低受焦慮情緒困擾</li></ul>
5	<ul style="list-style-type: none"><li><b>轉化憂慮練習</b></li><li>鞏固五常法</li><li>製作自我提示卡 (五常法第五式)</li></ul>
6	<ul style="list-style-type: none"><li><b>靜觀練習 (由學生選)</b></li><li><b>正向心理活動</b> (例如：認識及學習欣賞自己的優點、學習感恩及表達感恩等)</li><li>鞏固組員在小組中的學習，並鼓勵他們在生活中實踐</li><li>肯定組員在小組中的參與及表現</li></ul>



# 到校藝術治療服務



Study hard Appreciate everyone Care for others Pray to god Share your joy 20

# JUST FEEL 成長課：情緒教育

- 第一層 – JUST FEEL 情意教育  
情意教育課工作紙  
例：學習如何平衡需要和矛盾。



# 學習/情緒/行為上的轉變



學習上的調適(加時、讀卷後):

考試獲特別安排後，成績都有提升，學習的信心也提升。

當遇壓力或焦慮時:

家長明白Henry的學習困難和需要，給予Henry合理的期望，學習壓力也減輕了。

當遇到壓力時，會嘗試使用靜觀呼吸、認知行為策略和找信任的人如社工傾訴，以減少焦慮。

行為上的轉變:

認識到自己的強項，接納自己的限制。

運用善意溝通的方法，接納和表達自己的感受，也了解別人的需要，願意嘗試與人建立良好的關係。



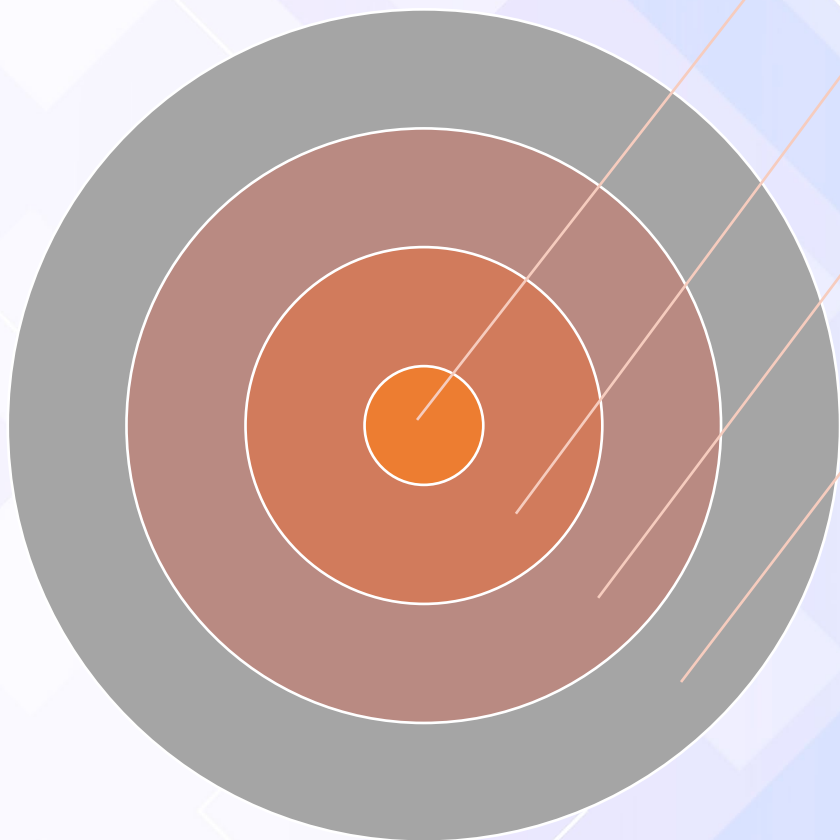
# 與家長一起善意溝通

描述事情

說出感受

連結需要

建議行動



# 總結與展望

- 作為SENCO，引領教師、教學助理去支援學生的情感需求，以促進學生的精神健康。
- 與家長進行聆聽對話
- 做好統籌、資源配置及管理

