

Giúp Học Sinh Đối Phó với Khủng Hoảng

Lời Khuyên Ngắn cho GIÁO CHỨC

Trích từ www.redcross.org



LỜI KHUYẾN

1

Nói Về Điều Đã Xảy Ra

Hãy đặc biệt yêu mến và hỗ trợ; học sinh cần quý vị vào lúc này. Hãy lắng nghe và nhìn nhận cảm tưởng của học sinh. Hãy tạo cơ hội cho học sinh nói với nhau (dưới sự giám thị của giáo chức) về điều đã xảy ra và cảm tưởng của các em.

2

Làm Sáng Tỏ Những Hiểu Lầm

Nếu học sinh hỏi đi hỏi lại cùng một câu hỏi, đó là vì chúng cố tìm hiểu tình trạng đổ vỡ và hỗn độn trong thế giới. Hãy trả lời thành thật, đơn giản, ngắn gọn. Hãy biết chắc là chúng hiểu câu trả lời và điều quý vị muốn nói. Các em nhỏ sẽ không hiểu rằng sự chết thì vĩnh viễn, do đó chúng lặp lại câu hỏi vì chúng mong đợi mọi sự sẽ trở lại bình thường.

3

Thay Đổi Cách Đối Xử

Các giáo chức thường nhạy cảm với những thay đổi trong cách đối xử của học sinh và sẽ có thể đáp ứng một cách hữu ích. Hãy cho phụ huynh biết là con em họ có bất cứ thay đổi nào sau đây trong một thời gian dài sau một biến cố bi thương: khó khăn về học vấn hay hạnh kiểm ở trường; nóng giận; rút lui khỏi sinh hoạt xã hội hay không chơi đùa với trẻ khác; quá lo lắng hoặc có thái độ tránh né khi nhớ lại biến cố đó; trầm cảm, hay cảm tưởng tuyệt vọng về đời sống hay tương lai; hoặc tiếp tục lo sợ về biến cố đó.

4

Tập Trung vào Sự An Toàn

Hãy để ý nếu học sinh có câu hỏi và muốn nói chuyện. Ngay cả khi cảm thấy thế giới này là nơi không an toàn, quý vị cũng có thể trấn an học sinh rằng, "Biến cố này đã qua đi. Bây giờ chúng ta phải thi hành điều có thể để được an toàn, và cùng nhau, chúng ta có thể vượt qua hoàn cảnh này."

5

Sở Tâm Lý HISD Có Thể Giúp Đỡ (713-696-6430)

Các em uyển chuyển cách lạ lùng, dù rằng chúng có thể bị ảnh hưởng sâu đậm bởi sự đau buồn hay mất mát. Một số biến cố có thể khiến đứa trẻ dễ bị căng thẳng hơn. Nếu một học sinh cảm thấy mất mát sau việc ly dị, cái chết của người thân gần gũi, hoặc di chuyển đến một khu xóm mới, có thể em bị ngột ngạt bởi chấn động này. Một thảm kịch có thể làm sống lại cảm xúc có liên hệ đến những mất mát hay thảm kịch trước đây. Cố vấn hay tâm lý gia ở trường có thể giúp đỡ quý vị đối phó với những khó khăn lớn của học sinh.