

和孩子在家時我能做些什麼？

創痛產生於不幸事件發生之時。它導致強烈的恐慌、無助和震驚。它使人不能正常思考，感覺混亂。每個人對不幸事件的反應都不同。

創痛帶來巨大壓力，每個人都具有內置的應付壓力的方式。我們對壓力反應的三種主要方式（危險來臨時大腦所建立的保護方式）是抗爭/逃逸/木然。當危險發生時，身體的自動警報系統便拉響，讓我們做好準備與危險鬥爭、躲避危險、或乾脆無法做任何事。

您可以：

- 在自己家裡和日常活動中採用善克曲瑞®模式的七個承諾。
- 使用集體會議的三個基本問題來建立聯繫。
- 制定安全計畫
- 肯定孩子的身體、心理、社交和道德安全的價值。
- 為孩子創造安全，無暴力的環境。
- 使用不同形式的藝術，如音樂、美術和適當的影視。
- 記住孩子的生活中發生了什麼，而不是孩子有什麼“不對勁”。
- 教他們什麼時候說“不”、“是”、“哎喲”、“啊呀”或“糟糕”。
- 作為個人以及團隊解決衝突。

紐約州 兒童與家庭服務 辦公室

Capital View Office Park
52 Washington Street
Rensselaer, NY 12144

特派視察員辦公室
為OCFS安置的青年倡導
1-888-219-9818

請使用我們的網站：
www.ocfs.state.ny.us



收案人員：

社區服務組：

根據「美國殘疾法案」的規定，公眾可向紐約州兒童與家庭服務辦公室索取本資料的大字本或錄音帶。

“...增進兒童，家庭和社區
福利與安全...”



善克曲瑞® 模式

為青年營造積極的人生未來



善克曲瑞的承諾

兒童與家庭服務辦公室（OCFS）採納了善克曲瑞®（Sanctuary®）模式。善克曲瑞®是一種治療模式，指導管理人員、工作人員、兒童和家庭，讓他們分享相同的價值觀和用語。善克曲瑞®模式是我們構造治療和工作的形式。我們歡迎並鼓勵接受OCFS服務的青年的家長和法定監護人採用這些原則，來指導安全的非暴力環境的建立。

OCFS為何採納善克曲瑞模式？

OCFS採用該模式是因為我們認識到並理解不幸事件留下創痛與對行為的影響之間的聯繫。已證明善克曲瑞® 模式可以減少人身侵犯，以及為大家營造安全，非暴力的環境。

因為善克曲瑞® 模式並非是治療干預，而是一種文化形體，OCFS強調適用於青年的模式結構和準則，以及結果、獎勵、和個人服務。

何人必須遵循該模式？

在設施任何部門工作的每一個人都被要求在日常工作中實行七個承諾。

1. **非暴力** - 安全性表現在外部（身體表現）、內部（在情緒上）、以及和他人同處時（交際時），並做到行事正確（道德上）。
2. **情緒智慧** - 管理自己的情感，以便不傷害自己和他人。
3. **社交學習** - 尊重並與團隊分享想法。
4. **共同治理** - 共同決策。
5. **開放性的溝通** - 態度友善地說出自己的真實想法。
6. **社會責任** - 攜手奮鬥可以完成更多的事，每個人都來對組織的文化做貢獻。
7. **成長和變革** - 為青年和自己創造希望。

什麼是善克曲瑞用語？

我們有四個步驟，叫做 **S.E.L.F.**，指導我們工作和居留病人痊癒及在生活中取得進步的方式。

S=Safety, 安全，是我們旅途之始和終。是痊癒之本。

E=Emotions, 情感，認識感受和如何應對感受。

L=Loss, 喪失，認可並為已發生的不幸悲傷。

F=Future, 未來，做出積極的選擇，為自己和這個世界營造更美好的未來。

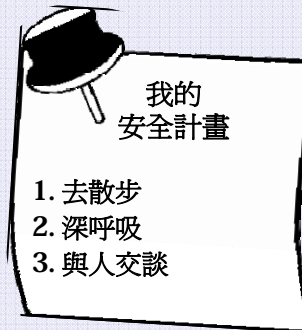
我聽說過安全計畫，這是什麼？

安全計畫是青年和工作人員使用的小卡片，上面列舉了一些方法建議，幫助我們通過控制情緒達到安全。

我們隨身攜帶安全計畫卡片，以便在覺得不堪重負時可以隨時使用。安全計畫在根據不幸事件的情況進行處理的過程中起到工具作用，不失為一個簡便的方法，可隨時傳達我們的目標是保證大家都安全這樣一個信息。

我的孩子參加集體會議，這些會議是什麼？

集體會議使居留病人和員工建立感情紐帶，分享每天掙鬥經歷。



這是從不幸事件復蘇中建立安全感的第一個階段。它們是用來互相關注感受進而促進建立聯繫的一種良好的形式。希望並能夠用語言

表達感受是非常重要的。

在集體會議上往往問三個問題：

你今天感覺如何？
您今天的目標是什麼？
你會向誰求助？

你今天感覺如何？這個問題鼓勵情感認同，並教孩子使用語言而不是行為來分享感受。

您今天的目標是什麼？這個問題促進自愈。個人目標可建立整體構思，並涉及到使用推理或感知的過程。這幫助工作人員洞察居留病人的感受，對每個人都是很重要的。

你會向誰求助？青年人也會忘記，他們可以依賴他人。尋求幫助可以讓孩子重拾這樣一個信念，人們與他們同在並支持他們。這有助於公開要求互相幫助時，在留居病人和工作人員之間培養集體感。一個“我會幫助你”的回應很重要，加倍肯定了工作人員與青年同在的承諾。

一天的會議以這樣一個結論為結束，例如：

“對於世界來說，也許你是一個人，但對某個人，你可能就是整個世界”。

無名氏