

疫情下的兒童與家庭支持

2020 年 COVID-19 在全世界各地爆發，影響民眾的生活、學業、工作等，許多國家必須封城（lockdown），國家經濟嚴重停滯，日常生活與活動受限，醫療資源無法應付確診者暴增的需求，死亡人數持續攀升，根據世界衛生組織（WHO）統計截至 2021 年底，全球累積超過 550 萬人死於感染 COVID-19，確診者也有 3.8 億人，死亡與確診累積人數持續增加，超過 2 次世界大戰造成的人員傷亡。

臺灣堅守邊境防線，2021 年 5、6 月期間爆發社區感染，全國進入三級警戒，防疫作為包括各級學校改採視訊上課、居家辦公、市場購物依身分證分流、進出公共場所需掃 QR code、餐飲業只能外賣不能室內用餐等，諸多管制造成大家生活不便。除了生活管制，政府也推動全民施打疫苗，增加國人疫苗覆蓋率、增強抵抗力，病毒的變化總是比防疫更快，Delta、Omicron 等病毒被檢出，離疫情完全退散似乎還有一段距離。

抗疫的過程有驚無險，此次疫情特殊性，值得我們深思：病毒傳染愈來愈刁鑽，感染初期沒有明顯症狀，有些家庭內群聚感染，或家中有人染疫後同住家人、密切接觸者也染疫或必須篩檢隔離，家人

分散在不同地點治療、檢疫，兒童與家人分開，在陌生環境隔離無法與親友一起，這樣的改變對兒童造成衝擊，我們可以如何協助家庭照顧兒童？

首先，防疫、抗疫的知識應該以疾管署 1922 的指引說明為主，或是參考本院官網新冠肺炎 COVID-19 專區。防疫要以科學的方式因應，不要轉貼來路不明的資訊，避免錯誤資訊造成心理恐慌害怕。家長了解正確防疫知識，依照疾管署建議進行各項防疫措施，協助兒童配合防疫安全防護，例如手部清潔、配戴口罩，減少到公共場合等。

兒童防疫可以依不同年齡進行，學齡以上兒童透過教育部及學校宣導規定，配戴口罩、環境與個人清潔消毒、教室內座位安排，居家防疫期間運用視訊設備進行上課學習。家長或老師與兒童一起觀看 1922 宣導影片、討論防疫知識，減少過度擔心害怕。

對於年幼兒童無法配合戴口罩或手部清潔，加上其發展階段容易有爬、躺、摸、抓等環境探索行為，家人應增加環境、玩具、器物等的清潔消毒次數，若幼兒在家無法配戴口罩，則由照顧者自行配戴口罩，家人自外返家接觸兒童前應先清潔消毒，減少幼兒染疫風險。成人施打疫苗也是保護兒童的重要作法。

其次，鼓勵兒童表達對疫情的想法與感受，可以說出來、畫下來、玩出來，協助兒童表達情緒，讓兒童維持正常生活作息與運動。對於經歷隔離或家人染疫的兒童，更需要表達害怕與感受，可以透過電腦視訊與外界互動，攜帶心愛的玩偶陪伴，安定兒童心情。

疫情終究有趨緩的一天，當進入生活復原階段的同時，我們還是應關注兒童在疫情下的生、心理健康，此刻持續的傾聽、擁抱、陪伴，才能讓兒童在溫暖安全的氣氛中快樂健康長大。

社會工作室社會工作師 張如杏