

为受移民相关分离影响家庭准备的资源

当前，移民拘留或遣返问题使 Washington 州众多家庭身处困境。我们为正在经历或担忧家人分离的家庭整理了以下支持资源。



致看护者

家人分离的经历，可能会让儿童在行为和感受上出现变化。我们为您准备了一些资源，希望能帮助您在这段困难时间里，更好地支持和安抚儿童。

帮助儿童度过创伤性分离

本指南为看护者和服务提供者提供实用建议，指导他们如何支持经历过艰难家庭分离的儿童。



www.nctsn.org/resources/traumatic-separation-and-refugee-and-immigrant-children-tips-current-caregivers

移民父母指南

本指南专为移民父母编写，收录了曾经历移民相关分离的家庭的真实故事和建议。



提供英语和西班牙语版本
<https://childrethrivemotion.org/2025/10/staying-whole-a-love-letter-to-immigrant-parents>

理解残疾儿童的心理创伤

本资料阐释了创伤会给智力或发育障碍的儿童带来何种影响，同时帮助看护者识别压力征兆，并掌握寻求帮助时机。



www.nctsn.org/sites/default/files/resources/fact-sheet/understanding-trauma-responses-in-children-with-intellectual-and-developmental-disabilities-and-when-to-look-for-help.pdf

为担心因拘留或遣返而面临分离的家庭提供相关规划指南及其他资源。



www.dcyf.wa.gov/publications-library/PA_0018

致儿童与青少年

儿童疗愈与韧性活动手册

本活动手册专为因父母或监护人被拘留或遣返而感到焦虑或恐惧的儿童设计，旨在帮助他们疏导情绪并建立心理韧性。



英语

www.childrenspsychologicalhealthcenter.org/wp-content/uploads/2014/11/Healing-and-Resilience%20%80%94Activity-Book-for-Latino-Children-Impacted-by-Deportation%20%80%94English.pdf



西班牙语

www.childrenspsychologicalhealthcenter.org/wp-content/uploads/2014/11/Recuperacio%CC%81n-y-Resiliencia%20%80%94Un-Libro-de-Actividades-para-Nin%CC%83os-Latinos-Impactados-por-la-Deportacio%CC%81n%20%80%94Espan%CC%83ol.pdf



“我的个人小档案”活动页

通过填写日常习惯、情绪感受和个人兴趣等内容，帮助孩童表达自我，促进看护者更好地理解并与孩童建立情感联结。



www.socialworkerstoolbox.com/wp-content/uploads/2020/10/All-about-me-direct-work-sheets-and-activities.pdf

青少年分离应对指南

这份资料阐释了分离焦虑的成因，解析青少年产生强烈情绪反应的根源，并提供切实可行的自我调节方法。



https://www.nctsn.org/sites/default/files/resources/fact-sheet/childhood_traumatic_separation_youth_information_sheet.pdf

家庭支持服务

家庭资源中心

Washington 州各地的家庭资源中心为经历变故的家庭提供支持，包括育儿指导、基本生活援助和社区资源对接。

如需查找附近中心，请拨打 211 或联系 Help Me Grow WA (助我成长 WA)。Help Me Grow WA 同时提供儿童发展、医疗保健和食品援助等资讯。帮助热线：1-800-322-2588。



<https://helpmegrowwa.org/?ref=parenthelp123.org>

Washington 便民通

该平台 Washington 便民通提供便捷的公共福利申请服务，涵盖食品补助、现金援助、儿童看护、长期照护、Medicare 费用减免及医疗援助等项目。



washingtonconnection.org/home

211 全天候援助热线

无论昼夜，您均可拨打 211 获取住房安置、食品补给、心理支持或公共事业补助等资源信息。

法律资源

亲属看护人法律协助

照顾父母无法履职之孩童的亲属看护人、亲戚或朋友，均可获得免费法律咨询。



<https://www.kcba.org/?pg=LAARK>

移民安全计划

本计划由青少年与儿童法律顾问协会制定，旨在协助父母为其可能被拘留或遣返的情况预先安排子女的抚育事宜。提供多语言版本。



<https://lcyca.org/isp>

联邦事务专项协助

可协助处理涉及社会保障、Medicare、军人或退伍军人福利、移民事务或护照申请等联邦机构相关事宜。



<https://jayapal.house.gov/services/help-with-a-federal-agency>

教育权利与资源

Washington 州所有学生——从幼儿园到大学——无论其移民身份如何，均享有入学权利。了解更多以下信息。



移民学生入读公立学校的权利

<https://ospi.k12.wa.us/policy-funding/equity-and-civil-rights/immigrant-students-rights-attend-public-schools>



财政援助与州内学费标准

<https://wsac.wa.gov/immigrants>

本文件由 Washington 州家庭分离快速响应小组编制。该小组由州长 Bob Ferguson 签署的第 25-04 号行政令设立。本信息不可替代法律专业意见。如需获取本文件的免费多语种版本或无障碍格式版本，请联系 DCYF Constituent Relations (DCYF 选民关系处)，电话：1-800-723-4831 或发送电子邮件至 communications@dcyf.wa.gov。