



附錄 D：助人者的工作單

倖存者當前的需求

日期：_____ 助人者：_____ 倖存者姓名：_____ 地點：_____

本階段執行對象（勾選符合描述者，可複選）

兒童 青少年 成人 家庭 團體

助人者：使用這個表格做為倖存者當前需求的文件證明。當轉介時，可使用這份表格與轉介單位溝通，以幫助促進照護的連續性。

1. 勾選下表中符合倖存者正經歷的困難

行為	情緒	生理	認知
<input type="checkbox"/> 極度混亂	<input type="checkbox"/> 急性壓力反應	<input type="checkbox"/> 頭痛	<input type="checkbox"/> 無法接受 / 因應親友去世的消息
<input type="checkbox"/> 過量藥物、酒精、處方藥物的使用	<input type="checkbox"/> 急性哀悼反應	<input type="checkbox"/> 胃痛	<input type="checkbox"/> 令人苦惱的夢或惡夢
<input type="checkbox"/> 孤立 / 退縮	<input type="checkbox"/> 悲傷，哭泣	<input type="checkbox"/> 睡眠問題	<input type="checkbox"/> 侵入式想法或畫面
<input type="checkbox"/> 高度危險行為	<input type="checkbox"/> 易怒，生氣	<input type="checkbox"/> 進食問題	<input type="checkbox"/> 專注困難
<input type="checkbox"/> 退化行為	<input type="checkbox"/> 焦慮、恐懼	<input type="checkbox"/> 健康狀況衰退	<input type="checkbox"/> 記憶困難
<input type="checkbox"/> 分離焦慮	<input type="checkbox"/> 絕望、無望	<input type="checkbox"/> 疲憊 / 精疲力盡	<input type="checkbox"/> 做決定困難
<input type="checkbox"/> 暴力行為	<input type="checkbox"/> 感到罪惡或羞恥	<input type="checkbox"/> 長期煩亂不安	<input type="checkbox"/> 專注於死亡 / 毀滅的想法
<input type="checkbox"/> 適應不良的因應方式	<input type="checkbox"/> 情緒麻木	<input type="checkbox"/> 其他_____	<input type="checkbox"/> 其他_____
<input type="checkbox"/> 其他_____	<input type="checkbox"/> 其他_____		

2. 勾選其他符合的特定考量

- 過去或曾經存在的創傷 / 心理問題 / 物質濫用問題
- 因為這個災難而受傷
- 在這次災難中險些失去生命
- 親友失蹤或死亡
- 經濟問題
- 被迫離開家

- 安排生活起居
- 失去工作或學校
- 幫助救援 / 復原行動
- 疾病穩定性
- 關懷兒童 / 青少年
- 關切靈性的問題
- 其他_____

3. 請記下任何有助於轉介的資訊

4. 轉介

- 團隊內部
- 其他災難救助機構
- 專業心理衛生服務
- 醫療治療
- 物質濫用治療
- 其他社區服務
- 神職人員
- 其他：_____

5. 個案是否同意接受轉介？ 是 否



附錄 D：助人者的工作單

已提供的心理急救內容

日期：_____ 執行者：_____ 地點：_____

本階段執行對象（勾選符合描述者，可複選）

兒童 青少年 成人 家庭 團體

請在本階段你執行的心理急救內容旁的方格打勾

接觸與允諾幫助

- 以適當的態度開始接觸
- 詢問立即需求

安全與安適

- 按步驟執行確保立即人身安全
- 照料身體的安適
- 照顧與父母分開的兒童
- 協助關懷親友失蹤者
- 協助急性哀悼反應（acute grief reaction）
- 協助處理死亡的靈性議題
- 提供殯葬事宜的資訊
- 幫助接到死亡通知書的倖存者
- 幫助對孩子做死亡確認的倖存者
- 給予災難 / 危機相關的資訊
- 促進社群連結
- 防止額外的創傷經驗
- 協助親友死亡者
- 協助與兒童討論死亡
- 關注創傷性哀悼（traumatic grief）
- 協助完成遺體確認的倖存者

協助穩定

- 使用安心穩步技術（grounding technique）
- 蒐集能協助穩定的醫療轉介資訊

蒐集訊息

- 災難經驗的性質和嚴重度
- 對於持續不斷的威脅感到擔憂
- 生理 / 心理疾病及用藥狀況
- 極度地罪惡或羞恥感
- 社會支持的可得性
- 先前創傷和失落史
- 家庭成員或朋友死亡
- 擔憂所愛之人的安危
- 與災難相關的損失
- 傷害自己或他人的想法
- 先前的酒精或藥物使用
- 關注發展上的衝擊
- 其他：_____

實用性協助

- 協助確認最立即的需求
- 協助建立行動計畫
- 協助澄清需求
- 協助因應該需求的行動

連結社會支持

- 促進與主要支持者的接觸
- 示範支持性行為
- 協助問題得到解決 / 給予社會支持
- 討論支持的尋求及給予
- 使青少年從事活動

因應災難的資訊

- 給予關於壓力反應的基本資訊
- 教導簡易放鬆技巧
- 協助發展的重要議題
- 處理負向情緒（羞恥 / 罪惡）
- 處理物質濫用問題
 - 給予因應的基本資訊
 - 協助家庭因應議題
 - 協助憤怒管理
 - 協助睡眠問題

與協同服務聯結

- 提供附加服務的連結： _____
- 促進持續地關懷： _____
- 提供講義： _____