

# 災難相關心理症狀篩檢表

(Disaster-Related Psychological Screening Test, DRPST)

壹、基本資料：

填表日期：\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_日

1.姓名：\_\_\_\_\_

2.性別：男 女

3.年齡（實歲）：\_\_\_\_\_歲

4.聯絡電話：\_\_\_\_\_

5.地址（聯絡處）：\_\_\_\_\_

貳、憂鬱症狀：得分\_\_\_\_\_

（以下每題分數計算方式，答無者-1分，答有者-2分）

最近一個月您是否持續以下的症狀超過2週？（請勾選）	無-1	有-2
1.大部分時間心情不好、憂鬱。		
2.幾乎每日疲累或失去活力。		
3.幾乎每日覺得沒有價值感或有罪惡感。		

參、創傷症狀：得分\_\_\_\_\_

（以下每題分數計算方式，答無者-1分，答有者-2分）

最近一個月您是否持續下列症狀超過1週？（請勾選）	無-1	有-2
1.大部分時間無法快樂或對事情失去興趣。		
2.不看災難事件相關報導時仍感到不安全，很難放鬆。		
3.暴露在災難傷害事件現場或媒體報導時會有生理反應，如心悸、手抖、肌肉緊繃、冒汗等。		
4.避免（或不想看到）引發災難傷害相關回憶的地方、活動、人物或報導。		
5.盡最大努力或強迫自己不去想這次的傷害。		
6.常體驗到災難發生時的影像或情況，好像事件又再度發生，並感到痛苦。		
7.反覆夢見與災難傷害相關的事情或主題。		

親愛的\_\_\_\_\_先生／女士：

感謝您接受心理健康檢查的服務，相信您一定想要知道自己目前的身心狀況，並跟心理專業人員做進一步的分析與討論，以決定未來如何做好自我身心健康管理的工作。再次要強調的是任何的檢查與儀器皆有一定的誤差，特別是心理健康檢查，需要仔細而真實的回答方能做出較正確的結果。因此這些檢查結果僅作為您的參考，若有任何問題，歡迎隨時與貴單位的心理專業人員討論，或直接就近尋找心理專業人員的協助！

以下係根據您填答資料所做的初步分析，結果如下：

一、心情青紅燈（量表第一部份－憂鬱症狀）：

參考分數	狀況	說明與建議
3	A（綠）	恭喜您，您是一個快樂的人（全答沒有者）。
4	B（黃）	您可能有一點壓力，但還好。請注意自己的生活壓力源，不要讓它再壓得您施展不開。
5-6	C（紅）	是什麼因素讓您快樂不起來？憂鬱的您在看世界時會不會只有黑色與白色？建議您尋找心理專業人員，相信持續的處理可以讓您的生活變彩色（任何兩題答有者）。

二、創傷反應（量表第二部份－創傷症狀）：

參考分數	狀況	說明與建議
7	甲	真是令人羨慕！您目前並沒有創傷反應。
8-9	乙	您過去是否曾經經歷或目睹重大創傷事件，而讓您有些創傷反應？提醒您注意自我健康管理，必要時徵詢心理專業人員的意見。
10-12	丙	您所目睹或經歷的重大創傷事件還讓您持續有創傷症狀，如果這些症狀揮之不去或常常發生，建議您前往就醫（任何三題答有者）。
13-14	丁	現在的您常常飽受創傷之苦，建議您勇敢走出來諮詢心理專業人員。只要您願意，就有很大的機會免除或降低心理的痛苦。