

## 桃園市臨床心理師公會對桃園新屋大火救災工作的提醒

桃園市臨床心理師公會理事長朱春林

桃園市新屋區新屋中興北路的亞洲保齡球館一月二十日凌晨兩點發生大火，造成六名消防隊員受困火場，不幸罹難；一位逃出倖存；另現場救出兩名劉姓男子送醫治療。桃園市臨床心理師公會所有會員深感哀悼，為以下六位因公殉職的英勇消防隊員致哀默禱：

永安消防分隊陳鳳翔（26歲）、永安消防分隊陳彥茗（22歲）、永安消防分隊蔡長融（21歲）、觀音消防分隊張桂彰（22歲）、新屋消防分隊曾重仁（27歲）、草漯消防分隊謝君杰（25歲）。

桃園市各個單位正積極分工，協調各項災難處理工作，本公會也參與其中。在救災重建工作中身體安全、生理需求是第一要務，其次是家人團聚、跟亡者告別、重建家園、法律問題等，接下來是回到所謂正常的生活步調，個人的心理需求多半在最後才會浮現。這一連串救災重建的過程中有許多單位的參與，雖然各個單位所負擔的責任不是心理服務，不過在服務提供過程中難免要觸碰到心理議題與心理層面，因此桃園市臨床心理師公會有一些災難急救心理層面的注意事項可以提供參考。

（一）服務介入過程要秉持關心不打擾、用心不強迫、細心不固執的原則，敏感於當事人重建階段的不同需求、可能的身心反應特徵。除了熱誠之外更要尊重。

（二）不要使用鼓勵當事人或受難遺族重述災難細節的減壓會報（debriefing）方式，要做的是傾聽與同理，可以採用心理急救模式（PFA）。聽他想說的，理解他的情緒，尊重他不想說的權利。當事人若不願回憶受創歷程的話，千萬不要以為談出來就一定是有助的。要考慮時機與方式的適當性，否則一味要求當事人談論災難細節恐會成為二次傷害。

（三）如果不是法官就不要扮演法官的角色。重大災難發生之際當事人全副心力在處理生或死的議題，頭腦通常無法清楚記得各個層面的細節。此外，為了應付重大意外，如眾人皆死我獨生或為了推卸責任等各種理由，我們的心理可能會產生防衛機制保護我們免於面對自己的罪惡感或羞恥感，這也會影響我們對事情的認知與記憶。所以救災人員不需要落入判斷誰是誰非的判官角色，也不要因為聽了當事人的描述而產生偏見，而是要秉持冷靜的頭腦，掌握救災目標，同理當事人的情緒。

桃園市臨床心理師公會對災難受害人的一些提醒有：

（一）災難對人的影響是廣泛的。不是只有直接受害人會發展災難的心理後遺症，目睹、聽聞、處理災難的人都有可能，因此要能自我評估是否受到過度的影響，進而採取適當的因應方式，例如求助心理專業人員。災難或創傷引發的壓力反應包括觸景傷情、神經緊繃、風聲鶴唳、心驚的畫面歷歷在目、逃離與悲劇

相關的人事時地物、對未來悲觀絕望、失去記憶、對外界活動漠不關心、失去生活興趣、難以入眠、做惡夢、逃避與人接觸或自我封閉、情感壓抑、無法專心、暴躁易怒等。

(二)災難對人的影響是長期的。上述這些壓力反應在初期以急性方式出現，隨著每個人的狀況不同而有不同的復原情形，有時這些反應會慢性化或變得似乎不那麼明顯，但是若影響了一般日常功能或不能恢復到以前的日常生活功能水準就應該諮詢心理專業人員。周遭的人可以警覺一點，看到當事人不對勁時可以提醒尋求協助。桃園市臨床心理師公會網站上提供了災難相關心理症狀篩檢表

(DRPST)與簡式健康量表(BSRS-5)提供民眾初篩之用。

(三)去哪裡尋找心理專業人員？臨床心理師多半在醫院或診所工作，因此民眾可以到醫院的心理門診或精神科掛號。有的臨床心理師自行開設心理治療所或附設在精神科診所中，有的則在各級學校諮商中心或企業中工作。民眾可以在桃園市臨床心理師公會網站(<http://www.taoyuanpsy.url.tw/page17.php>)或中華民國臨床心理師公會全國聯合會網站(<http://www.atcp.org.tw/>)找尋到合格的臨床心理師。

如果有任何心理方面的問題，也歡迎寄信或電詢桃園市臨床心理師公會([taoyuanpsy@taoyuanpsy.url.tw](mailto:taoyuanpsy@taoyuanpsy.url.tw)，0928-040350)，我們會提供個別服務。