

在二〇一六年小年夜，灾害应变中心于当天四点三十分开设，市长随二月六日凌晨三时五十七分，后于四点五十七分，抵达倒塌大楼前线指挥所一场芮氏规模六点六，震央在高雄的美浓强震，竟造成台南多种科技救难、工程人员协助建物建构分析、医疗团队当然也同时进驻配合。八天七夜、一八〇小时马拉松式的救援行动，所有人不顾安危、不眠不休、全力以赴及任劳任怨，让无情灾区转化为有情天地。另外还有救援物资、善款及来自全国及世界各地的关心，许多专业都组织性的到达现场，救灾与现场人员管理与专业运用都是一门大学问。

多格建物破损，甚至有一个大型集合住宅「维冠大楼」严重坍塌，让原本该喜迎新年的台南人，身心纠结，除摧毁无数台南人团圆心愿，更夺走 117 条人命，造成 508 人受伤，其中三成是未满十岁、来不及长大的小生命。

职能治疗师在灾难中的专业角色

---- 以台湾台南 0206 地震后职能治疗师的介入为例

黄臻珣 吾不私专业团队 首席顾问/福建龙岩慈爱医疗集团 顾问

吴鸿顺 台南市职能治疗公会 理事长

萧涵忆 台湾 卫生福利部 嘉南疗养院 职能治疗师

救灾现场

职能治疗师配合救灾指挥中心提供伤亡家属与幸存居民专业支持：

职能治疗全联会在灾难发生后立刻招募符合资格的职能治疗师进入一线，协助伤亡者家属与等待消息的亲人，给予适当之情绪支持与善后处理之陪伴。

所谓符合条件资格的职能治疗师，必须是受过「灾难复健相关知能」、「创伤后症候群职能治疗」等培训课程研习者，或至少有两年以上精神/心理领域工作经验的职能治疗师。绝对避免将不适合之治疗师送至第一线，除了无法提供适当之专业服务外，还会影响治疗师的生心理状况。同时绝对配合现场指挥官之指示，绝对不为了专业露出而抢着曝光。

灾后初期

职能治疗师在避难所或灾难小区提供专业活动：

提供生还者适当活动，协助进入日常生活的次序，藉由(doing—being)提升客户对生活的统驭感与初步的安适感，并进而提升小区民众的凝聚力。

重整生活期（创伤后）

职能治疗师提供助人者与孩童专业协助：

一、助人者

助人工作者往往须成为灾难急救的先锋，担任受灾者坚强的资源与情绪后盾。而面临这些突发的重大事件(如地震、水灾或人祸…等)，工作人员常容易承受情绪的负载，甚至产生替代性创伤(如自我能力怀疑、无力感受、负向情绪持续、恶梦重现…等)。而这些压力与情绪感受往往也在无形之中造成生活的失衡(如：安适感下降、生活兴趣低、执行动机下降等)。因此工作人员在灾难急救后的退场机制是需要被关心与注意，并且需强化其对自己生活的统驭感与能力，让退场的工作者可以顺利返回原本生活状态与职能价值。以强调「职能生活平衡」与「生活统御与安全」为重点

(一) 工作人员安心团体：

透过专业工作人员参与安心团体，让专业者有机会表达事件发生地当下，如：情境陈述与压力反应、知识传输与澄清、事件因应、支持与行动等，让参与的伙伴可以重现、整理与再解读当下事件与情绪反应。

(二) 职能生活调整团体

透过职能生活调整团体(提升生活统御与安全感之活动设计)，包含：自我控制(自己的生活重心分配检视—生产力、玩力、生存力)、生活因应(自我的生活因应方式检视)、生命修复(透过自我对话建立修复)、生活松一下(肢体纾压活动)，建立成员达到生活平衡之目的。

二、孩童

无论是因为灾难才产生的情绪行为问题，或者是原本就存在的困扰在灾后突显，孩童的表现会较成人更为明显与无助。职能治疗专业藉由适当的活动分析、设计、安排与带领，让孩子面对自己的情绪需求与困扰，并在生心理有适当的专业支持下，找到并学到成功的处理策略，跟老师与家庭重新建立信任与安全的关系。

同时举办专业座谈，协助老师与家长用正确有效的方法协助孩童度过灾后的各种时期与反应

幼教老师灾后辅导技巧培训

亲子情绪辅导讲座

小学情绪辅导团体

职能治疗师提供灾后情绪辅导技巧，包括评估与介入策略，让幼教老师在跟幼儿的游戏和互动中，辨识、处理幼儿的创伤反应，并提供可转衔之管道

职能治疗师藉由活动，协助家长陪同孩子认识情绪状况，并找到正向处理策略。

选择在严重倒塌，有一百多人死亡的维冠大楼邻近的小学--昆山小学。

孩子们在过完年的开学时，发现班上有人不见了、有人搬家了、有人变了…无论是否为伤亡者的亲人，情绪都有所变化，即使仍然能和同学们正常玩耍，辅导老师或家长会觉得孩子有些许不同…。在文献上的资料，灾后，无论是否为直接当事人，孩童的情绪行为影响都可能长达四年以上。所以在学校辅导室筛选过后（教育部提供学校专业心理咨商辅导后，仍有需求者---灾后生心理复健规划如图一），进入职能治疗团体：（2016 三月开始至 2018 五月结案，共提供 9 个团体，每个团体 10-12 位学童，一位主则职能治疗师，另有一位辅带治疗师，每周一次 40 分钟团体，每个团体进行一个学期 9-10 次）

1、透过职能治疗活动与游戏设计，让儿童可以觉察面对突发其来的事件所产生的情绪与反应，并学习与建立因应模式。

2、透过以上团体与课程，除了让参与的工作伙伴可以带着新的诠释与能力返回工作岗位，也期待透过校园系统的链接与服务提供，协助教师与儿童可以发展因应策略，落实整体职能生活之平衡。

个别介入

在职能团体中，发现需特殊支持者，在给予个别一对一的职能治疗或艺术治疗，协助孩童更精准的调适与适应生活。

Emotional support system



COPS

圖一

为面对灾难做好准备

因为世界大自然的变迁，各种天然灾难频传，无论是在灾区或非灾区的人们都会受到不同层面的影响。不管是惊吓、害怕、失落或面对死伤，都必须重新适应与学会面对。正如同 WFOT 所推广的，职能治疗应该作好灾前、灾难时、灾难后的专业培力。

台湾职能治疗全联会近年来陆续办理灾难复健相关知能研习，储备相关职能治疗师人力库，而地方公会组织中亦架构了紧急任务小组，因应突发状况之处理，在过去灾难复健经验中，全联会组织整合各地方公会资源及人力支援，协助有需求之地方公会的后援，也和区域精神医疗网合作，提供职能治疗服务。

- 规划及执行 care to carer 计划，提供四大原则来关心与协助照顾者，
 1. 该休息时就要休息
 2. 感到压力时立刻找人谈
 3. 学习压力放松技巧
 4. 团体事件分享与舒压，并透过团体及自我调适，减低他们的照顾压力。
- 生理复健，提供身心重建，例如副木及辅具、复健追踪及建议、专业咨询等。
- 心理支持，提供陪伴及心理支持团体，教导避免二度伤害的应对技巧，重拾生活信心。另外，持续追踪及辅导受影响区域的民众心理情绪之服务。
- 职业重建建议，提供职业重建及谋合建议。
- 学童安心团体，早期提供在临时安置所的孩童游戏活动，接着协助回归校园前的准备事项，以及持续降低情绪之起伏团体活动，让他们尽快恢复学生角色。

但愿一切的准备都只是未雨绸缪，以防不时之需。能减灾避灾当然是首选，但是世事难料，所有的专业都应面对大自然的所有挑战，为人们提供最万全的专业准备与服务！

（萧涵忆）