

在二〇一六年小年夜，災害應變中心於當天四點三十分開設，市長隨  
二月六日凌晨三時五十七分，後于四點五十七分，抵達倒塌大樓前線指揮所  
一場芮氏規模六點六，震央在坐鎮調度救災，除了所有專業救難團隊運用各  
高雄的美濃強震，竟造成台南種科技救難、工程人員協助建物建構分析、醫  
多格建物破損，甚至有一個大療團隊當然也同時進駐配合。八天七夜、一八  
型集合住宅「維冠大樓」嚴重〇小時馬拉松式的救援行動，所有人不顧安  
坍塌，讓原本該喜迎新年的台危、不眠不休、全力以赴及任勞任怨，讓無情  
南人，身心糾結，除摧毀無數災區轉化為有情天地。另外還有救援物資、善  
台南人團圓心願，更奪走 117 款及來自全國及世界各地的關心，許多專業都  
條人命，造成 508 人受傷，其組織性的到達現場，救災與現場人員管理與專  
中三成是未滿十歲、來不及長業運用都是一門大學問。  
大的小生命。

## 職能治療師在災難中的專業角色

黃璨珣 吾不私專業團隊 首席顧問/福建龍岩慈愛醫療集團 顧問

吳鴻順 台南市職能治療公會 理事長

蕭涵憶 臺灣 衛生福利部 嘉南療養院 職能治療

### 救災現場

職能治療師配合救災指揮中心提供傷亡家屬與倖存居民專業支援：

**職能治療全聯會**在災難發生後立刻招募符合資格的職能治療師進入一線，協助傷亡者家屬與等待消息的親人，給予適當之情緒支持與善後處理之陪伴。

所謂符合條件資格的職能治療師，必須是受過「災難復健相關知能」、「創傷後症候群職能治療」等培訓課程研習者，或至少有兩年以上精神/心理領域工作經驗的職能治療師。絕對避免將不適合之治療師送至第一線，除了無法提供適當之專業服務外，還會影響治療師的生心理狀況。同時絕對配合現場指揮官之指示，絕對不為了專業露出而搶著曝光。

## 災後初期

### 職能治療師在避難所或災難社區提供專業活動：

提供生還者適當活動，協助進入日常生活的次序，藉由(doing—being)提升客戶對生活的統馭感與初步的安適感，並進而提升社區民眾的凝聚力。

## 重整生活期（創傷後）

### 職能治療師提供助人者與孩童專業協助：

#### 一、助人者

助人工作者往往須成為災難急救的先鋒，擔任受災者堅強的資源與情緒後盾。而面臨這些突發的重大事件(如地震、水災或人禍…等)，工作人員常容易承受情緒的負載，甚至產生替代性創傷(如自我能力懷疑、無力感受、負向情緒持續、惡夢重現…等)。而這些壓力與情緒感受往往也在無形之中造成生活的失衡(如：安適感下降、生活興趣低、執行動機下降等)。因此工作人員在災難急救後的退場機制是需要被關心與注意，並且需強化其對自己生活的統馭感與能力，讓退場的工作者可以順利返回原本生活狀態與職能價值。以強調「職能生活平衡」與「生活統禦與安全」為重點

#### (一) 工作人員安心團體：

透過專業工作人員參與安心團體，讓專業者有機會表達事件發生地當下，如：情境陳述與壓力反應、知識傳輸與澄清、事件因應、支持與行動等，讓參與的夥伴可以重現、整理與再解讀當下事件與情緒反應。

#### (二) 職能生活調整團體

透過職能生活調整團體(提升生活統禦與安全感之活動設計)，包含：自我控制(自己的生活重心分配檢視—生產力、玩力、生存力)、生活因應(自我的生活因應方式檢視)、生命修復(透過自我對話建立修復)、生活松一下(肢體紓壓活動)，建立成員達到生活平衡之目的。

## 二、孩童

無論是因為災難才產生的情緒行為問題，或者是原本就存在的困擾在災後突顯，孩童的表現會較成人更為明顯與無助。職能治療專業藉由適當的活動分析、設計、安排與帶領，讓孩子面對自己的情緒需求與困擾，並在生心理有適當的專業支持下，找到並學到成功的處理策略，跟老師與家庭重新建立信任與安全的關係。

同時舉辦專業座談，協助老師與家長用正確有效的方法協助孩童度過災後的各種時期與反應

### 幼教老師災後輔導技巧培訓

### 親子情緒輔導講座

### 小學情緒輔導團體

職能治療師提供災後情緒輔導技巧，包括評估與介入策略，讓幼教老師在跟幼兒的遊戲和互動中，辨識、處理幼兒的創傷反應，並提供可轉銜之管道

職能治療師藉由活動，協助家長陪同孩子認識情緒狀況，並找到正向處理策略。

選擇在嚴重倒塌，有一百多人死亡的維冠大樓鄰近的小學--昆山小學。

孩子們在過完年的開學時，發現班上有人不見了、有人搬家了、有人變了…無論是否為傷亡者的親人，情緒都有所變化，即使仍然能和同學們正常玩耍，輔導老師或家長會覺得孩子有些許不同…。在文獻上的資料，災後，無論是否為直接當事人，孩童的情緒行為影響都可能長達四年以上。所以在學校輔導室篩選過後（教育部提供學校專業心理諮商輔導後，仍有需求者---災後生心理復健規劃如圖一），進入職能治療團體：（2016 三月開始至 2018 五月結案，共提供 9 個團體，每個團體 10-12 位學童，一位主則職能治療師，另有一位輔帶治療師，每週一次 40 分鐘團體，每個團體進行一個學期 9-10 次）

1、透過職能治療活動與遊戲設計，讓兒童可以覺察面對突發其來的事件所產生的情緒與反應，並學習與建立因應模式。

2、透過以上團體與課程，除了讓參與的工作夥伴可以帶著新的詮釋與能力返回工作崗位，也期待透過校園系統的連結與服務提供，協助教師與孩童可以發展因應策略，落實整體職能生活之平衡。

### 個別介入

在職能團體中，發現需特殊支持者，在給予個別一對一的職能治療或藝術治療，協助孩童更精准的調適與適應生活。

## Emotional support system



COPS

圖一

## 為面對災難做好準備

因為世界大自然的變遷，各種天然災難頻傳，無論是在災區或非災區的人們都會受到不同層面的影響。不管是驚嚇、害怕、失落或面對死傷，都必須重新適應與學會面對。正如同 WFOT 所推廣的，職能治療應該作好災前、災難時、災難後的專業培力。

**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。

- 規劃及執行 care to carer 計畫，提供四大原則來關心與協助照顧者，
  1. 該休息時就要休息
  2. 感到壓力時立刻找人說
  3. 學習壓力放鬆技巧
  4. 團體事件分享與舒壓，並透過團體及自我調適，減低他們的照顧壓力。
- 生理復健，提供身心重建，例如副木及輔具、復健追蹤及建議、專業諮詢等。
- 心理支援，提供陪伴及心理支援團體，教導避免二度傷害的應對技巧，重拾生活信心。另外，持續追蹤及輔導受影響區域的民眾心理情緒之服務。
- 職業重建建議，提供職業重建及謀合建議。
- 學童安心團體，早期提供在臨時安置所的孩童遊戲活動，接著協助回歸校園前的準備事項，以及持續降低情緒之起伏團體活動，讓他們儘快恢復學生角色。

但願一切的準備都只是未雨綢繆，以防不時之需。能減災避災當然是首選，但是世事難料，所有的專業都應面對大自然的所有挑戰，為人們提供最萬全的專業準備與服務！

(蕭涵憶)