

臺北榮民總醫院玉里分院、東區精神醫療網

1021 普悠瑪事故安心講座計畫書

一、 依據：依據 107 年度「花蓮縣 0206 震災心理重建計畫」辦理。

二、 說明：10 月 21 日 原本是個看似平常的返鄉日常，沒想到這趟普悠瑪號卻是個讓人心碎與心痛的旅程，讓人無助、恐慌、害怕，驚嚇一瞬間畫面不斷在腦海上演，久久不敢闔眼，好不容易睡了，半夜又夢到那天的畫面驚醒尖叫，多麼希望真的只是一場惡夢，醒了至親人還在身旁，思念與愧疚不斷湧出幾乎將人淹沒……。

由於花東 2 縣有許多外縣市民眾在此工作，火車是大家經常搭乘返鄉的交通工具，期待藉由安心講座的形式，鼓勵各單位依所屬員工需求提出申請，提供大眾們身心安頓的服務。

三、 目的：因應 1021 普悠瑪火車翻覆事故，民眾身心受損情形嚴重，為提供火車乘客、乘客家屬、救災人員及一般有需求的民眾精神醫療與心理衛生協助，提供後續災後心理重建服務，以預防創傷後壓力症候群、精神疾病、自殺、物質濫用等問題之發生，協助民眾恢復其身心健康。

四、 指導單位：衛生福利部

主辦單位：花蓮縣衛生局、台東縣衛生局、臺北榮民總醫院玉里分院

承辦單位：東區精神醫療網

五、 實施對象：該列次普悠瑪乘客、乘客家屬、協助救災人員、需要搭乘火車者、或有需求之一般民眾等。

六、 執行方式：

(一) 由花東兩縣各機關團體，含公部門各級單位(縣政府、公所、警政、消防、衛政、戶政)、醫院、學校(教師)、各行業公(工)會、各公司行號、社區組織及社福團體等，

依本計畫規定事項提出申請，依申請先後順序受理，場次額滿即不再接受申請。

- (二) 邀請心理衛生專業人員及專家學者至各場域進行倡導促進心理健康的觀念，使民眾對於自身心理健康有近一步的認識，以期達到早期發現早期預防之目的，降低壓力對民眾的衝擊，敬邀各位踴躍提出申請。
- (三) 申請單位需有一位業務聯絡人方便聯繫，並務必於申請表送出後，來電確認，避免文件遺失。
- (四) 活動結束後，申請單位需協助回傳簽到表、活動照片 6 張、PTSS-10(創傷篩檢)問卷、滿意度調查表、講師領據等。
- (五) 請於 107 年 12 月 6 日(四)下午 5 點前向本院提出申請。

七、預期效益：

1. 由單位評估自行需求後，主動提出申請講座，可提升參與度及學習成效，協助推動不同族群、場域之心理健康促進工作，檢視自身身心狀況並建立正確觀念，減少心理問題發生。
2. 期望透過該計畫，進行各族群、場域之心理健康服務措施，並評估其身心壓力指數，找出影響其身心壓力之因子，同時也協助轉介需要之對象進行心理諮商。

八、本計畫經簽核同意後執行，修正時亦同。

臺北榮民總醫院玉里分院(東區精神醫療網)

普悠瑪事故安心講座申請表

申請單位				
聯絡人資料	姓名		傳真	
	電話	分機	E-mail	
講座主題	普悠瑪事故安心講座			
講座日期/ 時 間	107 年 月 日 時 分至 時 分			
講座地點 / (地 址)				
講座對象	☐ 當日車上民眾 ☐ 當日車上民眾之家屬 ☐ 工作人員(警消、醫療、台鐵) ☐ 其他民眾_____			
預計 參與人數				
備 註				

普悠瑪事故安心講座

簽到表

日期：107 年 月 日 時 分

地點：

[illegible]

普悠瑪事故安心講座

附件三

[illegible]

一〇七年度臺北榮民總醫院玉里分院

附件四

花蓮縣 0206 震災心理重建計畫結報表

職稱：講師						
事由：1021 普悠瑪事故安心講座計畫						
起 日	迄 期	起 地 點	摘要	時數	金額	備考
月 日			講師鐘點費			外聘\$2,000/h 內聘\$1,000/h
合 計						
新台幣 〇 萬 〇 仟 〇 佰 〇 拾 元整已如數領訖 具領人： (請簽名) 身份證字號： 居住地址： 連絡電話： 中 華 民 國 一 〇 七 年 月 日						

※請列計執行業務所得

107 年度東區精神醫療網
【滿意度調查及學員反應表】

附件五

日期：107 年 月 日

您好：

感謝您撥冗填寫此表，您的意見將是我們進步的泉源。為使我們的活動更合乎您的需要，殷切的盼望您能給予我們真誠的建議。請您在下列各欄位中勾選與您的相法最貼切者，感謝您！

東區精神醫療網 敬上

說明：將您寶貴的意見依照滿意程度評分方式，勾選如下：

非常滿意 5 分、滿意 4 分、尚可 3 分、不滿意 2 分、非常不滿意 1 分

(一)教學意見:針對本訓練課程整體之講授品質	非常滿意	滿意	尚可	不滿意	非常不滿意
1. 講師講授內容充實有系統	☐	☐	☐	☐	☐
2. 講師表達能力	☐	☐	☐	☐	☐
3. 講師教學態度	☐	☐	☐	☐	☐
4. 講師與學員之互動教學情形	☐	☐	☐	☐	☐
(二)課程相關意見:針對本訓練課程之安排規劃	非常滿意	滿意	尚可	不滿意	非常不滿意
1. 主題安排能達成學習目標	☐	☐	☐	☐	☐
2. 時數安排合適	☐	☐	☐	☐	☐
3. 教學教材安排合適	☐	☐	☐	☐	☐
4. 活動地點合適	☐	☐	☐	☐	☐
5. 課程實際所得到的知識技能符合我的期待	☐	☐	☐	☐	☐

◎ 還希望安排其他課程：

◎ 建議課程內容：

◎ 其他建議：

1. 民眾基本資料

年齡：☐17歲以下 ☐18~29歲 ☐30~44歲 ☐45~64歲 ☐65歲以上性別：☐女 ☐男身分別：☐當日車上民眾(當日在車上的位置_____車_____號) ☐當日車上民眾之家屬
☐工作人員(警消、醫療、台鐵) ☐其他民眾_____

2. 東部各心理衛生單位，聯合提供多項心理服務，您是否知道以下訊息？(可複選)

☐是，我知道可以在衛生局及心理衛生中心詢問到心理服務項目☐是，我知道在衛生局有專人提供心理諮詢、諮商等服務☐否，我都不知道這些服務

3. 事件之後，您是否有接到下列這些單位的關心協助？

☐台鐵 ☐衛生單位 ☐社會處 ☐其他_____

4. 就您的觀察，您身邊是否有其他民眾現在似乎仍因這次鐵路事件而有心理與情緒的困擾

☐否，沒有這樣的發現☐有，請簡述您觀察到的狀況_____

5. 這次鐵路事件後，您是否有以下的需求？

☐受傷後的照顧知識諮詢 ☐情緒調適諮詢 ☐社會救助訊息

6. 您是否願意留下聯絡方式，以接收我們發送後續的心理服務相關資訊？

姓名_____ 連絡電話_____

地址_____

7. PTSS-10 評量表：請問在最近這一個星期，您是否仍然有以下這些身心反應

題目	是(1分)	否(0分)
有睡眠的困擾嗎？	☐	☐
感到憂鬱(傷心、難過、鬱悶、失望、沮喪)？	☐	☐
突然的聲音或未預期的動作會感到驚嚇嗎？	☐	☐
變得較容易生氣嗎？	☐	☐
當回到火車站、或搭乘火車時，會不會感到害怕？	☐	☐
情緒會不會經常容易波動？	☐	☐
身體易緊張嗎？	☐	☐
不願跟其他人談話嗎？	☐	☐
會出現與台鐵車禍相關的惡夢嗎？(閩南語：夠眠夢)	☐	☐
會有良心不安，對自己責難或感到愧疚嗎？	☐	☐
以上 10 題的總分為 (5 分或以上，建議請與我們的工作人員了解心理服務資訊)		

8. 對於這次鐵路事件的心理服務，您有任何建議或需求，請告訴我們

