**附件13**

甘肃省暴洪泥石流灾害灾后心理干预

技术指南

暴洪泥石流灾难发生后，在山洪泥石流灾害医疗卫生救援指挥部的领导下，第一时间成立心理危机干预小组。给予灾区群众及救援人员有效的心理危机干预，帮助人们获得生理心理上的安全感，缓解乃至稳定由危机引发的强烈的恐惧、震惊或悲伤的情绪，恢复心理的平衡状态，避免自伤或伤及他人的行为，对自己近期的生活有所调整，并学习到应对危机有效的策略与健康的行为，使之最终战胜危机，重新适应生活。

一、心理危机干预策略

与整体救援活动整合在一起进行，及时调整心理救援工作重点，配合整个救灾工作的进行；以社会稳定为前提工作，不给整体救援工作增加负担，减少次级伤害;综合应用干预技术，个体化的针对目前问题提供帮助;保护被干预者的隐私，不随便透露个人信息；明确心理危机干预是医疗救援中的一部分，不是万能的。

二、心理危机干预小组的组建

心理危机干预小组的组建应当以受灾当地精神卫生机构的精神科医生为主，精神科护士、心理咨询师、社会工作者为辅。应组织三支队伍，交替轮换，以十天为一个周期，每队由10-15人组成，其中至少有两名精神、心理专家做指导，组成心理危机干预小组进行紧急培训后，可即刻投入泥石流救灾的心理危机干预工作。

三、心理干预实施

（一）确定目标人群及数量

泥石流灾难的心理受灾人群大致分为五级。目前的重点干预目标从第一级人群开始，一般性干预宣传广泛覆盖五级人群。

第一级人群：为直接卷入地震灾难的人员，死难者家属及伤员。

第二级人群：与第一级人群有密切联系的个人和家属，可能有严重的悲哀和内疚反应,需要缓解继发的应激反应；现场救护人员（消防、武警官兵、120救护人员、其它救护人员），以及泥石流灾难幸存者。该人群为高危人群，是干预工作的重点，如不进行心理干预，其中部分人员可能发生长期、严重的心理障碍。

第三级人群：从事救援或搜寻的非现场工作人员（后援）、帮助进行泥石流灾难后重建或康复工作的人员或志愿者。

第四级人群：受灾地区以外的社区成员，向受灾者提供物资与援助。在某些人为灾难中，对灾难的发生可能负有一定责任的组织者也属于第四级人群。

第五级人群：在临近灾难场景时心理失控的个体，易感性高，可能表现心理病态的征象。

（二）编排工作时间表

根据干预小组成员人数，按目标人群、受灾地区划分，编排出工作日程表，并做工作日志。

（三）确定干预技术

ABC 法：

A、心理急救，稳定情绪

B、行为调整，放松训练，晤谈技术（CISD）

C、认知调整，晤谈技术（CISD）+眼动脱敏信息再加工技术

（四）心理危机干预工作流程

流程图见附表。

（五）评估

从泥石流灾难发生后开始计算，分为第一周、第三个月、半年、一年四个阶段，分别开展灾后心理危机干预工作的记录及评估，最好是同一班人马，前后运用同一测量工具 ，做对照研究。对第一次筛查出有精神、心理问题的人群经心理干预或治疗后的变化高度关注，做出具体工作的效果评估，做出书面评估报告。

**灾后心理健康自评问卷**

姓名： 　　　　　性别：① 男 ② 女 　年龄： 周岁

文化程度：①小学及以下 ② 初中 ③ 高中／中专 ④ 大学及以上

联系地址： 邮编：

联系方式（电话或电子邮件）：

在灾难发生过程中你是：（可以多项同时选）

①消防人员 ②警察 ③现场参与协调人员 ④医疗救护人员 ⑤其他人道援助者　⑥新闻人员 ⑦直接受影响者 ⑧事件目击者 ⑨受伤者 ⑩死者家属 ⑾机关干部、职工

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | 你是否经常头痛? | 是 | 否 |
| 2 | 你是否食欲差? | 是 | 否 |
| 3 | 你是否睡眠差? | 是 | 否 |
| 4 | 你是否易受惊吓? | 是 | 否 |
| 5 | 你是否手抖? | 是 | 否 |
| 6 | 你是否感觉不安、紧张或担忧? | 是 | 否 |
| 7 | 你是否消化不良? | 是 | 否 |
| 8 | 你是否思维不清晰? | 是 | 否 |
| 9 | 你是否感觉不快乐? | 是 | 否 |
| 10 | 你是否比原来哭得多? | 是 | 否 |
| 11 | 你是否发现很难从日常活动中得到乐趣? | 是 | 否 |
| 12 | 你是否发现自己很难做决定? | 是 | 否 |
| 13 | 日常工作是否令你感到痛苦? | 是 | 否 |
| 14 | 你在生活中是否不能起到应起的作用? | 是 | 否 |
| 15 | 你是否丧失了对事物的兴趣? | 是 | 否 |
| 16 | 你是否感到自己是个无价值的人? | 是 | 否 |
| 17 | 你头脑中是否出现过结束自己生命的想法? | 是 | 否 |
| 18 | 你是否什么时候都感到累? | 是 | 否 |
| 19 | 你是否感到胃部不适? | 是 | 否 |
| 20 | 你是否容易疲劳? | 是 | 否 |

你和灾难现场接触的时间：①一直在 ②大部分时间 ③小部分时间 ④不在现场

**灾后心理干预流程图**

**灾后心理干预队伍配置物资标准**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 分类 | 种类 | 名称 | 数量 |
| 治疗药 品 | 抗精神病药物 | 氯氮平 | 5瓶 |
| 氟哌啶醇（针剂） | 5盒 |
| 利培酮 | 10盒 |
| 抗抑郁剂 | 帕罗西汀 | 10盒 |
| 西酞普兰 | 10盒 |
| 米氮平 | 10盒 |
| 情感稳定剂 | 丙戊酸镁 | 5瓶 |
| 抗焦虑药 | 丁螺环酮 | 10盒 |
| 阿普唑仑 | 100片 |
| 镇静、催眠药 | 氯硝西泮 | 50片 |
| 劳拉西泮 | 50片 |
| 急救物品 | 约束带 | 两条 |
| 注射器、纱布、碘伏、棉签等 | 若干 |
| 急救包 | 感冒药、消炎药、腹泻药、创可贴、胶布、消毒液、湿巾、干巾等 | 每人1套 |
| 工作用 品 | 量表、问卷、宣教材料 | 灾后心理健康自评问卷 | 500份 |
| 汉密尔顿焦虑量表 | 500份 |
| 汉密尔顿抑郁量表 | 500份 |
| 工作日志 | 500份 |
| 工作安排时间表 | 100份 |
| 宣教材料、笔、记录本、红纸、胶带纸、胶水等 | 若干 |