

『風災』、『水災』

災害壓力健康檢查表

(一至三年級適用)

國小_____年_____班_____號 姓名_____

日期_____年_____月_____日

各位小朋友，現在我們需要來當柯里昂幫自己做小小的小風災、水災後健康檢查。

請你跟著老師一題一題看，如果你有這些狀況，就在□裡面打勾。

從暑假一連串嚴重的颱風、水災後，我開始會出

現...

- 1. 眼前會自己出現颱風或水災的畫面。
- 2. 會做跟颱風或水災有關的噩夢。
- 3. 常常覺得颱風或水災好像又要來了。
- 4. 看到跟颱風或水災有關的東西心情就不好。
- 5. 看到跟颱風或水災有關的東西就會心跳加快、冒汗、頭暈或不舒服。
- 6. 晚上睡不著覺 或 睡不好。

- 7.有^ㄟ時^ㄟ變^ㄉ得^ㄉ容^ㄟ易^ㄟ一^ㄟ生^ㄟ氣^ㄟ，或^ㄟ想^ㄟ打^ㄟ人^ㄟ。
- 8.常^ㄟ發^ㄟ呆^ㄟ、忘^ㄟ東^ㄟ忘^ㄟ西^ㄟ，或^ㄟ是^ㄟ沒^ㄟ辦^ㄟ法^ㄟ專^ㄟ心^ㄟ聽^ㄟ老^ㄟ師^ㄟ上^ㄟ課^ㄟ、寫^ㄟ功^ㄟ課^ㄟ。
- 9.會^ㄟ特^ㄟ別^ㄟ擔^ㄟ心^ㄟ、害^ㄟ怕^ㄟ有^ㄟ人^ㄟ會^ㄟ再^ㄟ受^ㄟ傷^ㄟ。
- 10.容^ㄟ易^ㄟ被^ㄟ嚇^ㄟ到^ㄟ，或^ㄟ是^ㄟ遇^ㄟ到^ㄟ新^ㄟ事^ㄟ情^ㄟ變^ㄟ得^ㄟ特^ㄟ別^ㄟ緊^ㄟ張^ㄟ兮^ㄟ兮^ㄟ。
- 11.身^ㄟ體^ㄟ沒^ㄟ力^ㄟ氣^ㄟ、很^ㄟ累^ㄟ或^ㄟ沒^ㄟ精^ㄟ神^ㄟ。
- 12.吃^ㄟ不^ㄟ下^ㄟ東^ㄟ西^ㄟ。
- 13.以^ㄟ前^ㄟ喜^ㄟ歡^ㄟ做^ㄟ的^ㄟ事^ㄟ情^ㄟ，現^ㄟ在^ㄟ不^ㄟ想^ㄟ做^ㄟ了^ㄟ。
- 14.最^ㄟ近^ㄟ變^ㄟ得^ㄟ比^ㄟ較^ㄟ不^ㄟ想^ㄟ說^ㄟ話^ㄟ。
- 15.最^ㄟ近^ㄟ變^ㄟ得^ㄟ比^ㄟ較^ㄟ不^ㄟ想^ㄟ跟^ㄟ別^ㄟ人^ㄟ玩^ㄟ。
- 16.最^ㄟ近^ㄟ常^ㄟ常^ㄟ會^ㄟ想^ㄟ哭^ㄟ。
- 17.一^ㄟ直^ㄟ想^ㄟ要^ㄟ爸^ㄟ、媽^ㄟ、阿^ㄟ公^ㄟ、阿^ㄟ嬤^ㄟ或^ㄟ長^ㄟ輩^ㄟ陪^ㄟ我^ㄟ。
- 18.覺^ㄟ得^ㄟ都^ㄟ是^ㄟ因^ㄟ為^ㄟ自^ㄟ己^ㄟ做^ㄟ錯^ㄟ事^ㄟ，所^ㄟ以^ㄟ一^ㄟ才^ㄟ會^ㄟ發^ㄟ生^ㄟ恐^ㄟ怖^ㄟ的^ㄟ災^ㄟ害^ㄟ。

完^ㄟ成^ㄟ了^ㄟ嗎^ㄟ？算^ㄟ一^ㄟ算^ㄟ，你^ㄟ有^ㄟ

個^ㄟ勾^ㄟ勾^ㄟ。

這^ㄟ些^ㄟ被^ㄟ你^ㄟ檢^ㄟ查^ㄟ到^ㄟ而^ㄟ打^ㄟ勾^ㄟ勾^ㄟ的^ㄟ事^ㄟ情^ㄟ況^ㄟ，是^ㄟ颱^ㄟ風^ㄟ和^ㄟ水^ㄟ災^ㄟ後^ㄟ的^ㄟ自^ㄟ

然^ㄟ反^ㄟ應^ㄟ，每^ㄟ個^ㄟ人^ㄟ都^ㄟ不^ㄟ太^ㄟ一^ㄟ樣^ㄟ，不^ㄟ用^ㄟ緊^ㄟ張^ㄟ。萬^ㄟ一^ㄟ，一^ㄟ個^ㄟ月^ㄟ

後^ㄟ，還^ㄟ是^ㄟ一^ㄟ直^ㄟ有^ㄟ這^ㄟ些^ㄟ打^ㄟ勾^ㄟ勾^ㄟ的^ㄟ事^ㄟ情^ㄟ況^ㄟ，記^ㄟ得^ㄟ跟^ㄟ老^ㄟ師^ㄟ說^ㄟ唷^ㄟ！