

## 同儕間回顧陳述重大事件的七個步驟

(根據Snelgrove, 1999著作摘修)

### 步驟一：在開始進行之前

- 收集該事件的相關資訊，並瞭解機構與當事人的需要。
- 進行自我評估，設定回顧陳述可達成的效能，再設定談話的時間與地點。

### 步驟二：聯絡／約定

- 自我介紹。
- 讓當事人瞭解您在回顧陳述中的角色，並回顧陳述的功能（可參考〈關於同儕間回顧陳述的常見問題〉）。
- 幫助當事人瞭解回顧陳述的內涵與性質。
- 與當事人建立互信關係（establish rapport）。

### 步驟三：故事

- 邀請當事人描述該事件的來龍去脈，包括事件前、過程中，並事件後。
- 以開放式的問題來幫助當事人探索與事件相關的實情、想法、感官經驗等，例如：
  - 所以，接下來發生了什麼？
  - 你當時心裡怎麼想？
  - 那看起來像是什麼？

### 步驟四：影響

- 這是回顧陳述過程中最可能情緒化的時刻—會更聚焦於感受，比較少想法或理智。
- 對一些人來說，避免直接詢問感受可能會較合適。可以這樣提問：
  - 整個過程中對你來說最困難的是什麼？
  - 這些讓你有甚麼反應？帶給你什麼樣的感受？

### 步驟五：針對當事人「症狀」的說明（symptom education）

- 幫助當事人明白，他們正經歷的「症狀」（symptom）都是對創傷事件的正常反應。
- 可以向當事人解釋為什麼會經歷某些特定的症狀。
- 可使用「常見反應」的列表，幫助當事人認出自己有哪些反應，並將這經驗正常化。
- 協助當事人預備面對未來可能遇到該事件「觸發子」（trigger）的情況。

### 步驟六：回復正常與調適

- 擬定調適的計畫。
- 進一步詢問當事人目前調適得如何。

### 步驟七：跟進

- 結束前，詢問當事人有沒有其它想聊或想問的。
- 若有需要，可設定跟進的時間；或者不用太正式，就在當週找機會詢問他們的狀況。

Toby Snelgrove, West Vancouver, British Columbia: Easton-Snelgrove, Inc.

Mobile Member Care Toolbox [www.mmct.org](http://www.mmct.org)

---

#### 出處

原文作者：[Seven Steps of the Peer Debriefing Process for Critical Incidents](http://www.mmct.org)

檢自：<http://www.mmct.org/>

經許可使用。