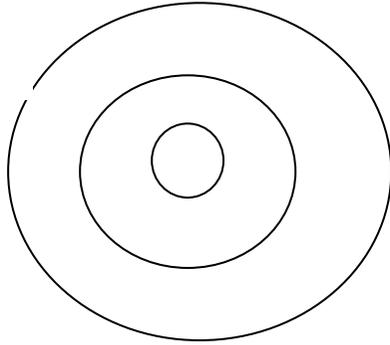


安心班輔 活動單

(黃龍杰編譯/製作, 2011)

I
他(她)和我的親疏遠近



II
哀慟和驚嚇

哀慟反應

(根據 Kubler-Ross, 1969 改編)

- 「不」敢相信
- 「滿」腔憤怒
- 「心」存盼望
- 「憂」傷愧疚

驚嚇反應

(根據 DSM-IV 改編)

- 「驚」驗重現
- 「逃」避疏離
- 「神」經過敏
- 「靈」異事件

III
如何調適

安心四寶~

- 「信」 = 信仰
- 「運」 = 運動
- 「同」 = 同伴
- 「轉」 = 轉移

IV
我的感觸

這件不幸給我的啟示、心得、成長