

■ 本单张是“给支持受灾地区发育障碍儿童/人士的所有人（第 1-3 部分）”的摘要版

在灾难中，发育障碍人士及其家庭成员面临不同的困难。他们可能不会在第一时间被发现存在任何困难。因此他们学习一些知识来处理自己的困难时非常必要的。

★ 找到离你最近的人，比如家人，清楚当前状况并能够作出处理的

在这种情况下。。。

这样处理。。。

■ 应对变化能力差

可能为了摆脱焦虑表现很反常，对其他人的方法表示强烈抗拒

- 用冷静的声音给予清晰的指示。说“请坐在那个座位上”不要说“别去那儿！”
- 对于安排和地点的变动给予明了的细节说“这里不是 XXX。我们将要 YYY”不要未做任何解释就去拉他们的手

■ 对感觉刺激反应异常

感觉过敏：他们对刺激更加敏感。由于太多的人在疏散中心，他们可能无法进入。

感觉减退：可能需要医疗处理但是从发他们的面部表情却毫无征兆

- 利用房间的角落，作为隔离室，或者用帐篷遮盖来确保他有一个私人空间

- 观察全身是否有任何损失来检查健康状况。切忌只是询问他们是否还好。

■ 口头交流弱或不能沟通的问题

- 用可视性的方法来解释，比如文字、图画或者真实的物体。对他们一对一地讲话，用简单和具体的词语

■ 当事情未达预期时非常焦虑

对学校和工作场所关闭、电力故障、或电视节目的改变感到焦虑

- 保持日常活动
- 建议一些新的杂务工作或提供活动以打发时间。提供纸笔、拼图、图书、游戏。请求他们做一些简单的任务比如散发传单，或是清洁某个地方。

不要只是告诉他们“请在这里等着”或“什么也别做”



■ 不能意识到危险

可能去危险的场所，或去触碰医疗设备

- 要求他们做一些感兴趣的游戏或杂务
- 标记一个简单易识别的“X”符号来避免他们误入危险地点或碰触危险物品

对于家人。。。

★ 儿童倾向于感知一些发生在他人身上的事情就如同发生在自己身上一样。此外，对于一些发育障碍儿童，可能对于他们造成的恐惧远超我们的预期。防止儿童观看关于灾难的电视直播是非常重要的，引导他们去做一些别的事情。

★ 检查健康状况以及身体或精神疲劳的症状

身体 ★ 有时候发育障碍人士不能够意识到他们的身体状况或损伤。不能够察觉到的话，他们的情况可能变得更糟，所以细致地观察和提问非常重要。

可观察到的症状举例：

- 有呼吸短促、频繁咳嗽、烧伤、割伤或挫伤吗？
- 他们身上穿的衣服是否还是湿的？

提问举例：

- “你感到比平常冷吗？”
- “你走路的时候感到头晕吗？”
- “你头上有肿块吗？”或“你有没有擦伤你的手臂、腿或脚吗？”
- 你有可以更换的衣服吗？



压力 ★ 对大多数人觉得没有问题的事情可能对于发育障碍人士造成非常不愉快。他们更容易累积精神压力。优先支持发育障碍人士是非常必要的。

症状举例：

- 有很多食物剩在盘里
- 反应迟钝，甚至是对供给来临的公告。不知所从或表现很困惑。
- 遮住耳朵、闭上眼睛或表现出受到过度不愉快刺激的表情

提问举例：

- 有什么你不能吃的食物吗？
- 你知道在哪里排队等待供给吗？
- 你希望转移到另一个地方吗？

★ 检查家人状况

家人 ★ 家人可能因为没有时间离开孩子或疏散中心没有人了解发育障碍而感到很大压力。对发育障碍人士照顾最长久和最感到压力的就是家人了，所以对他们迅速地提供支持是有效的。

如果有人像如下这样做，对家人是莫大的帮助：

- 当家人在做杂务比如接受供给、购物或在市政办公室、银行签署文件时为父母照顾小孩。
- 当发育障碍儿童非常焦虑地在排队等候供给（水、食物和毛毯）时向他人介绍发育障碍的特征（已征得家人同意）。

★ 寻找附近可以提供帮助的人

! ★ 有时候很难找到一个通用的有效方法。在某人需要帮助的情况下，找到附近是否有熟悉他的情况而且可以一起提供帮助的人至关重要。

★ 经历灾难后，儿童可能没有能力再做灾难发生以前可以做到的事情，因此他们可能会感到不安。对于发育障碍儿童，通常会增加依赖性和有一定程度的退步是可以容许的。用平和的声音和他们交谈、避免指责他们可以帮助这些儿童慢慢地恢复情绪稳定，这一点很重要。