

本書屬於：

加州野火

社會故事工作簿



由 Maya Matheis 博士創建

執照臨床心理學家 (HI #PSY1979 · CA #PSY32638)

夏威夷大學馬諾阿分校教育學院身心障礙研究中心



關於這本書

這本書是為受到加州野火影響的智力和發展障礙的兒童和成人所設計。然而，它也可能對所有人都有所幫助。本書運用了基於實證的創傷照護干預策略。內容以簡單明瞭的語言撰寫，幫助表達所發生的事件及人們的經歷。希望這本書能讓人們感到安心，並走向康復。

本書的第一版是為受到 2023 年夏威夷毛伊島野火影響的人們所設計。本版要特別獻給加州發展服務部

(California Department of Developmental Services , DDS) 及其服務的家庭，並附上來自夏威夷鄰居的 Aloha 問候。我們與您同在，提供支援與療癒，希望這份資源能在您的康復旅程中帶來安慰與力量。



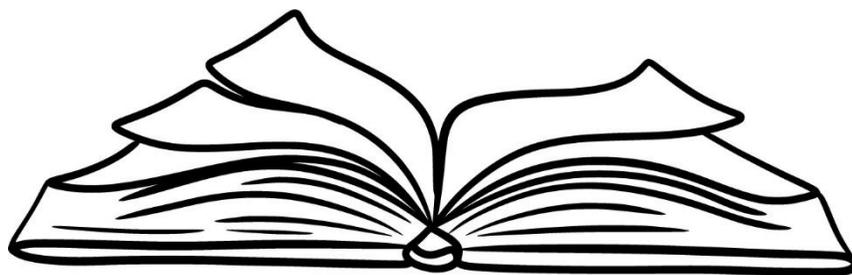
由 Maya Matheis 博士創建

執照臨床心理學家 (HI #PSY1979 , CA #PSY32638)

其他資訊：<https://coe.hawaii.edu/cds/maui-wildfire-response/>

© 2025 夏威夷大學馬諾阿分校教育學院身心障礙研究中心。本資源由隸屬於美國衛生與公共服務部 (HHS) 的社區生活管理局 (ACL) 提供資助，獎項編號 #90DDUC0137。

如何使用本書



社交故事

1. 與您照顧的人一起閱讀社會故事。如果他們感到過度痛苦，請先暫停。
2. 一起討論，並使用簡單明瞭的語言誠實回答他們的任何問題。
3. 讓他們可以自行查看。
4. 隨時回來一起閱讀這個故事，這將有所幫助。再次閱讀有助於理解和消化內容。

工作簿

1. 當對方情緒平穩時，開始進行作業簿的內容。
2. 提供協助以完成作業簿活動。根據個別需求調整問題。
3. 鼓勵您照顧的人畫畫、著色或寫作。請記錄他們對您說的任何話。
4. 必要時休息，待恢復平靜後再回來。這本工作簿可以隨著時間逐步完成。不需要一次就完成。

加州野火

野火在山丘上開始。
草非常乾燥。



由於強風，野火迅速蔓延。
出現大量煙霧。



野火蔓延到人們居住的地方。
它燒毀了建築物。
人們和寵物必須迅速離開
以確保安全。

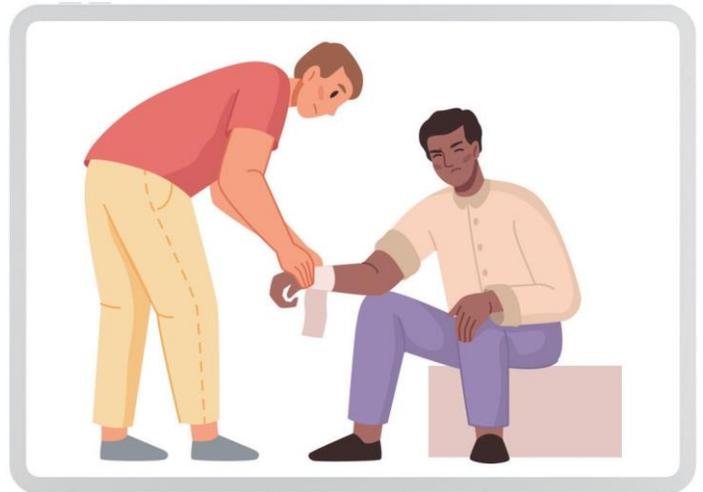


社交故事

道路非常擁擠。有些人不得不留下他們的汽車，步行到安全的地方。



許多人和動物受傷，有些死亡。



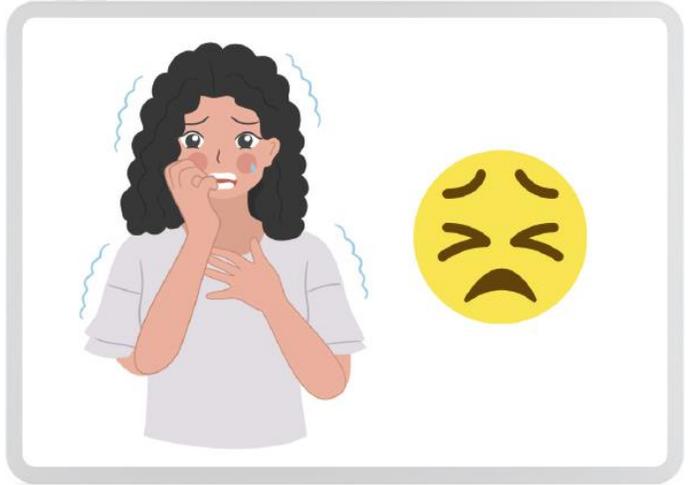
離開家的人去住在收容所、旅館或親友家中。



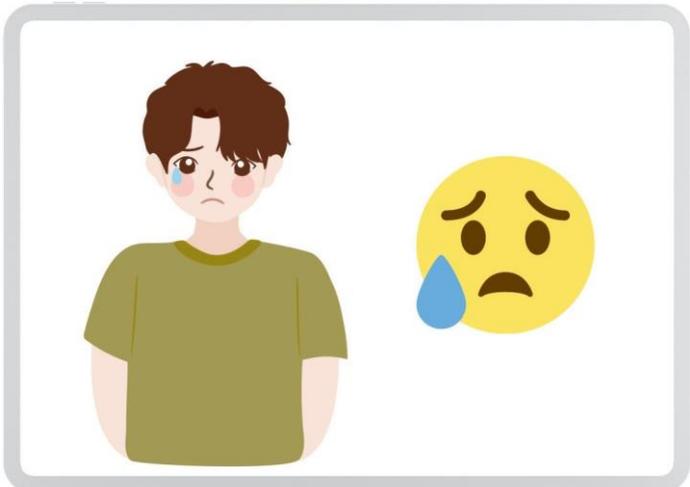
加州野火

(續)

許多人因為野火而感到害怕。



失去家園或所愛之人的的人可能會感到非常悲傷。



許多人也可能感到擔心或憤怒。



社會故事

(續)

消防員非常努力地撲滅火災，並保護人們的安全。他們非常勇敢。



許多人來幫忙。人們帶來了食物和物資。



加州很強大。人們將重建社區和城市。



工作簿

這場野火是改變我們生活的一個重大事件。
每個人對於野火都有強烈的情緒。

我感覺如何？



難過



困惑



憤怒



害怕



擔心



麻木



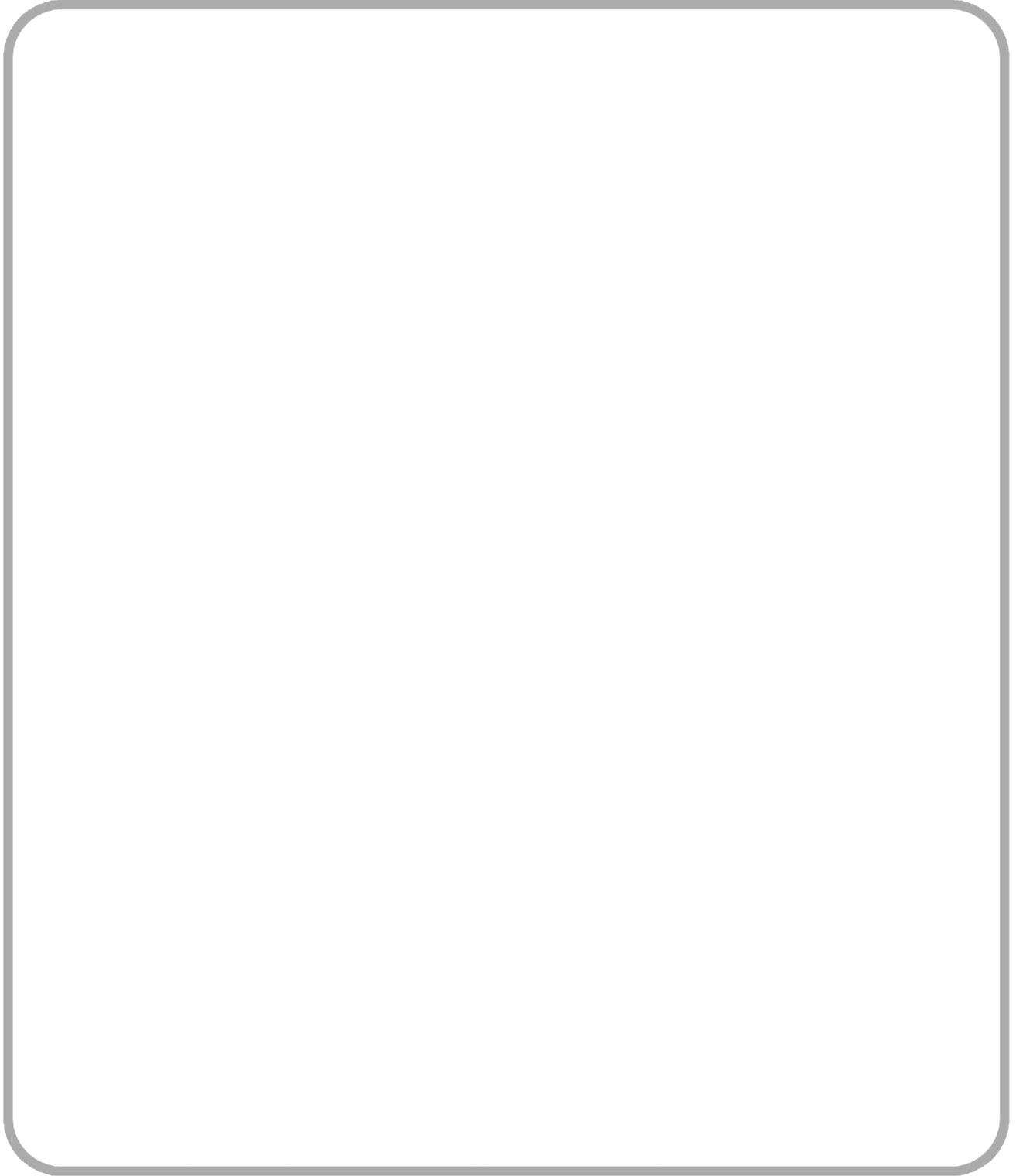
震驚





情緒

一張圖描述我的感受：

A large, empty rounded rectangular box with a thin grey border, intended for a drawing or written response. The box is centered on the page and occupies most of the lower half.

我的身體

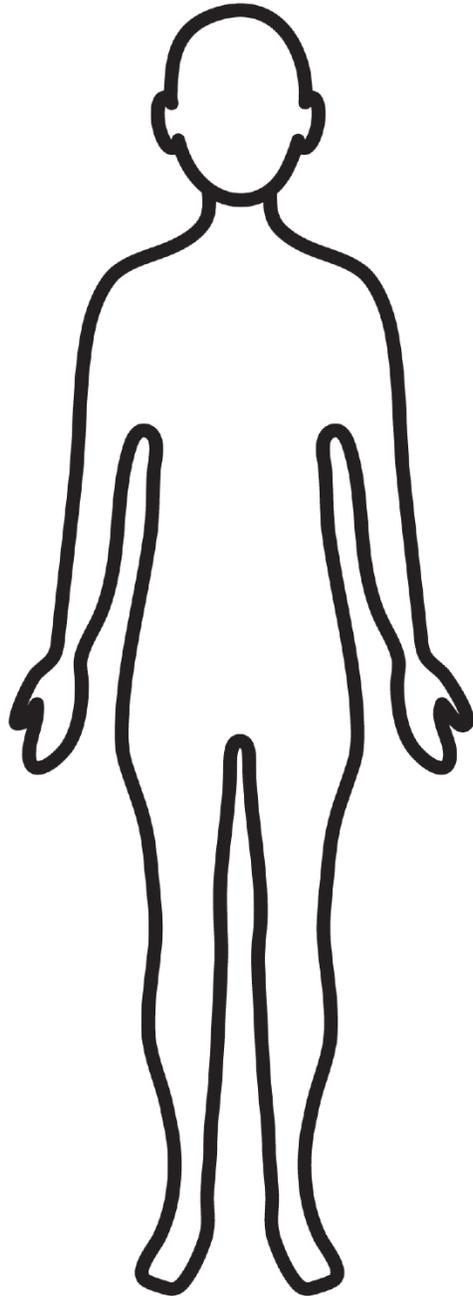
許多人在發生可怕的事情後，感到身體不適。

我的身體有何感受？



我的身體

一張圖描述我身體的感受：



治癒

能幫助我感覺好一點的事情：



冷水



音樂



擠壓



擁抱



藝術



行動



深呼吸



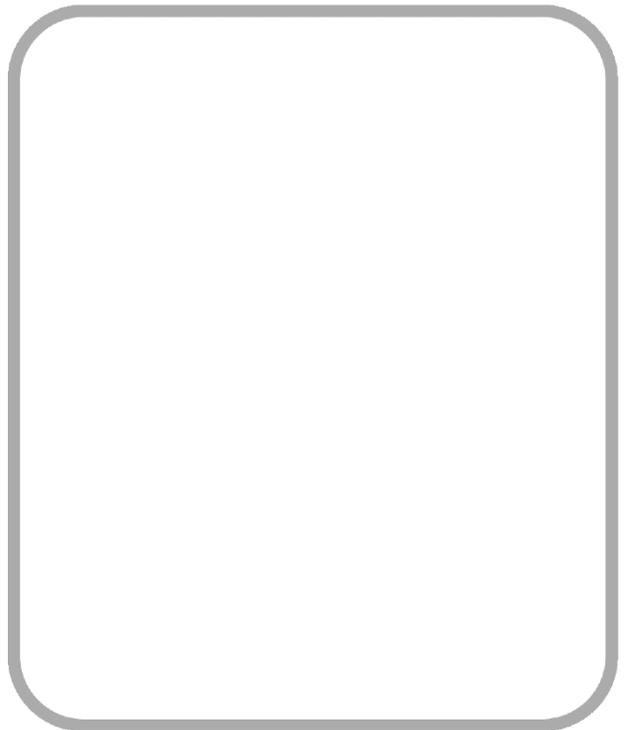
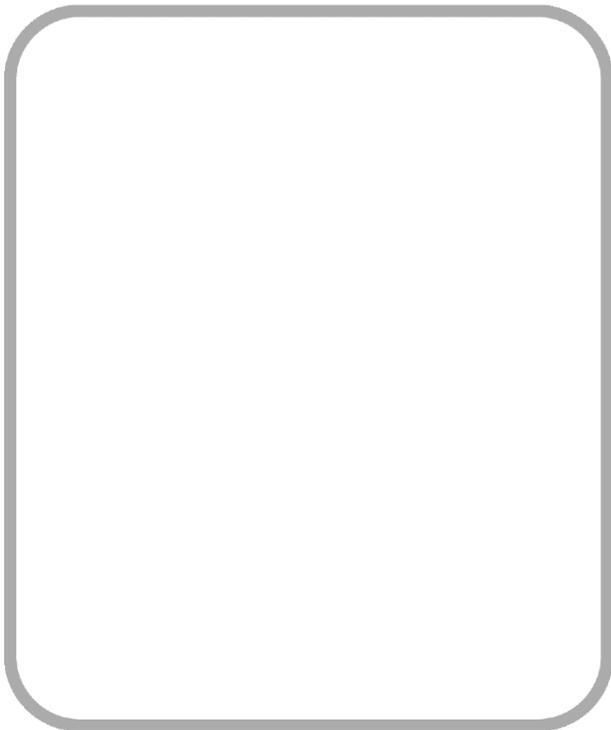
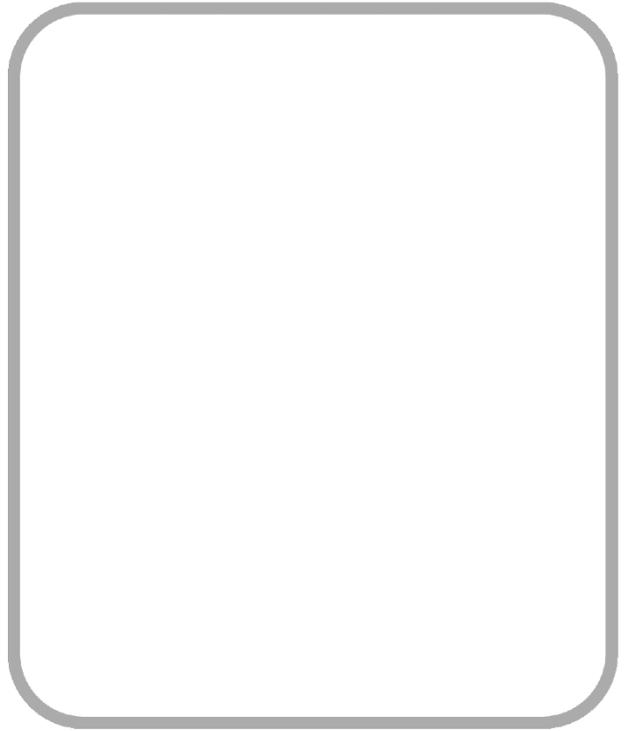
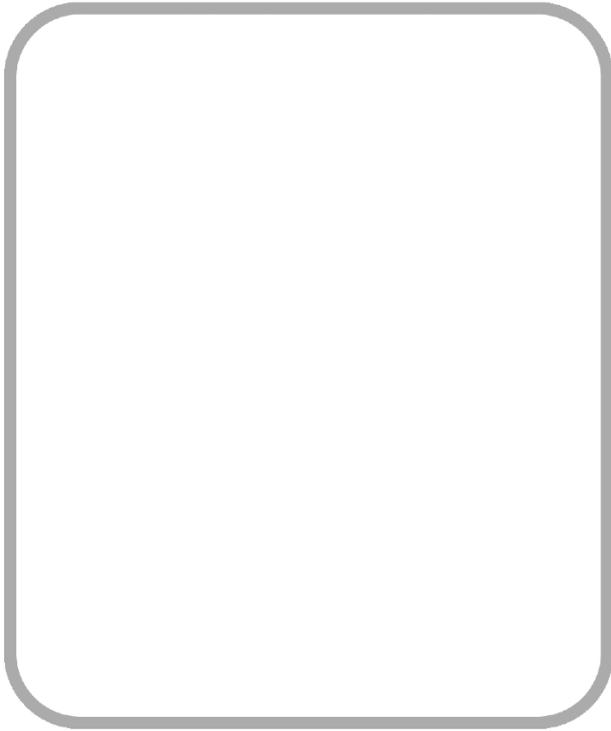
家庭



計數

治癒

其他讓我感覺良好的事情：

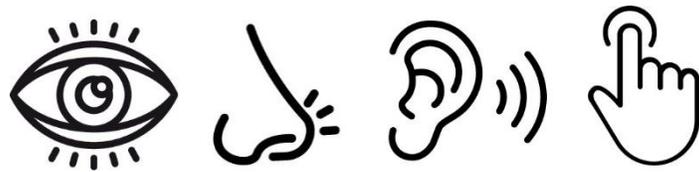


我的野火故事

當火災發生時，我正在。



我能看到、聽到、聞到和觸摸到的事物：



A large, empty rectangular box with rounded corners, intended for drawing or writing.

Three horizontal lines, intended for writing.

發生了最可怕的事情：



A large, empty rounded rectangular box with a gray border, intended for writing a response to the prompt above.

Three horizontal gray lines, intended for writing a response to the prompt above.

現在正在發生的事情：

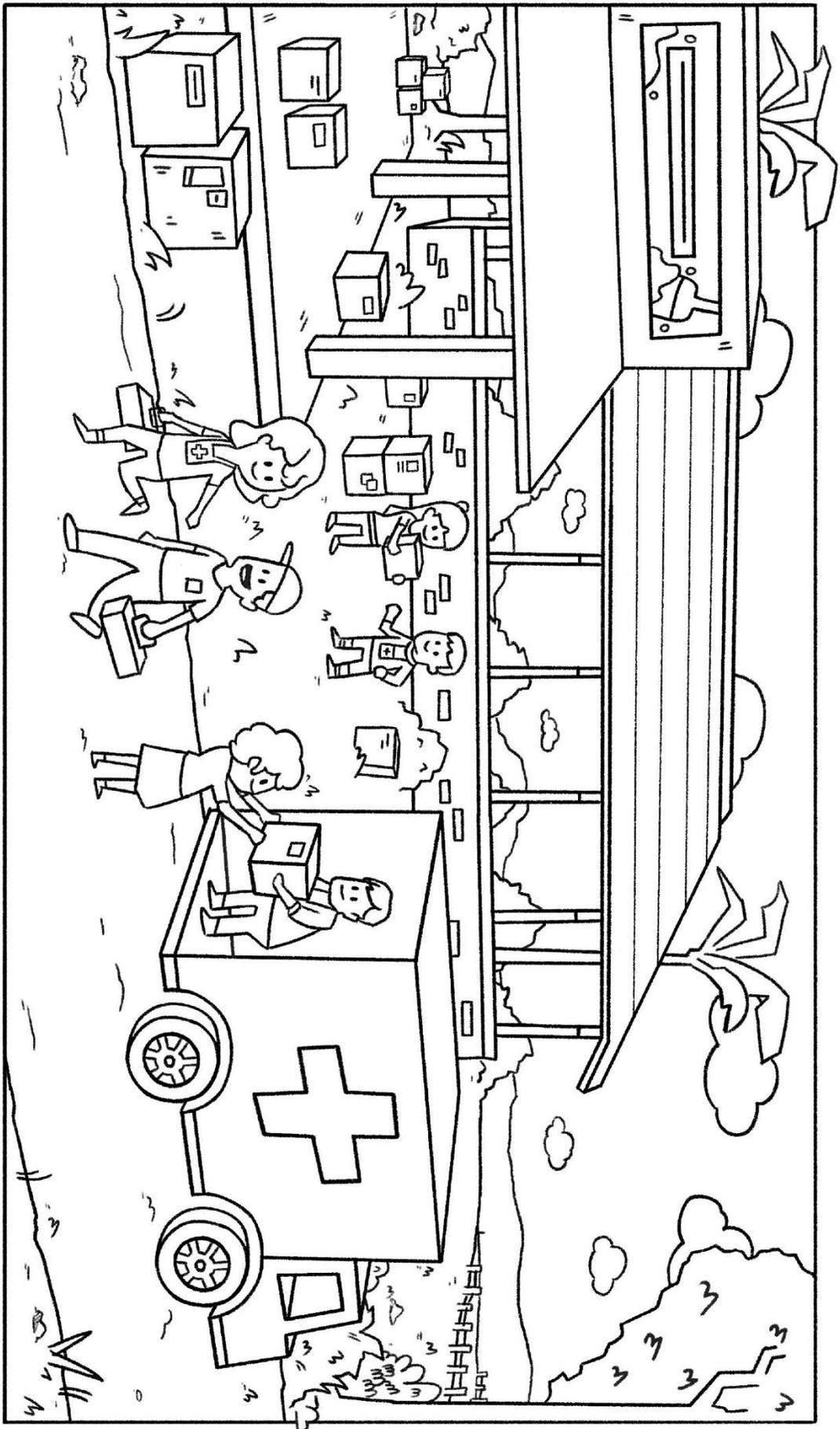


我要感謝：



著色











加州罌粟

加州州花

paint the world
SUPER
COLORING

加州



資源

危機支援

988 自殺與緊急專線，請撥打或發送簡訊至 988 |
24/7 全天候服務

加州 Warmline

情緒支援專線電話，請撥打
1-855-600-WARM | 24/7 全天候服務

災難心理援助熱線

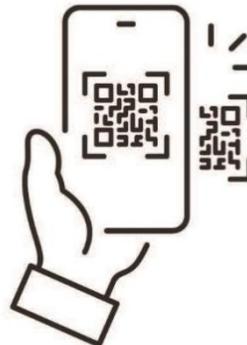
www.Disaster.Distress.samhsa.gov

請撥打 (800)-985-5990 | 24/7 全天候服務 | 多語言支援：
傳送簡訊 “TalkWithUs” 至 66746。

查看加州發展服務部的網站，
以獲取更多資源。
bit.ly/4jv4ADp



QR 碼：使用您的智慧型手機
相機掃描該方塊，將會出現
連結，引導您至相關網站。



請掃描這裡！

資源

制定家庭緊急計畫-
Ready.gov
bit.ly/4hNbBhL



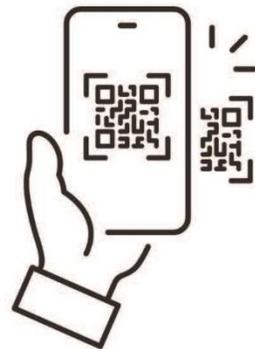
訂閱緊急警報通知-
CalAlerts
bit.ly/40Htx5R



情緒復原資源 -
美國紅十字會
bit.ly/40ZKfyL



QR 碼：使用您的智慧型手機相機掃描該方塊，將會出現連結，引導您至相關網站。



請掃描這裡！