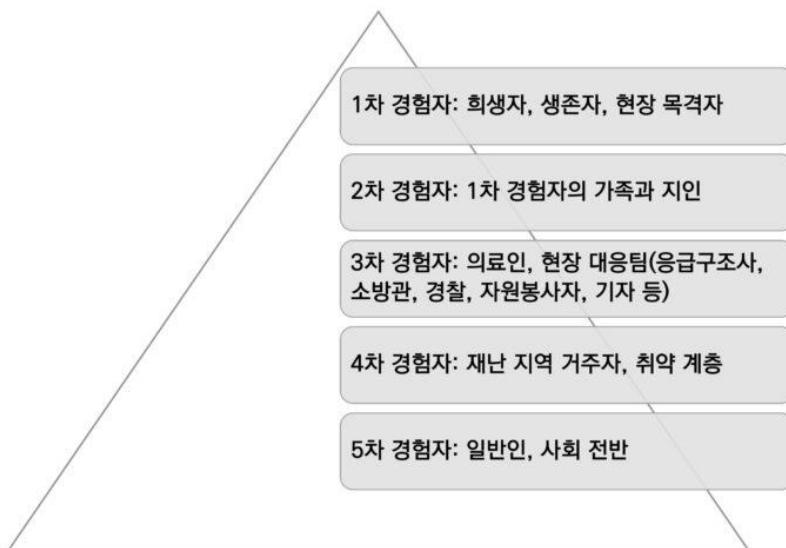


## 1) 재난정신건강지원의 대상자

- 1차 경험자: 재난으로 인해 직접적으로 충격이나 손상 받은 사람
- 2차 경험자: 1차 경험자의 가족이나 친인척(주변사람) 중에서 1차 경험이 사망한 경우 2차 경험자는 중요한 재난정신건강지원의 대상이 됨
- 3차 경험자: 재난 상황에서 참여하였던 재난 관리자들로 구조 및 복구 작업에 참여한 소방관, 경찰관, 의사, 간호사, 사회복지사, 임상심리사, 정신보건 관련 종사자, 응급요원, 성직자 등
- 4차 경험자: 재난이 일어난 지역사회에 거주하는 자로 재난경험자를 제외한 사람
- 5차 경험자: 매스컴이나 대중매체를 통하여 간접적인 심리적 스트레스를 겪는 사람

## 재난 충격의 피라미드



## 2) 트라우마에 노출된 이후 나타나는 대표적인 스트레스

- 정서적 반응: 짜증, 불안, 우울, 분노, 공포, 무감각, 죄책감, 의욕 저하
- 인지적 반응: 집중력 저하, 판단력 저하, 기억력 저하, 혼돈, 반복적인 회상
- 신체적 반응: 무기력, 불면, 두근거림, 가슴답답함, 소화장애, 두통, 신체통증, 어지러움
- 행동적 변화: 활동 감소, 대인관계 회피, 흥분, 충동적 행동, 음주·흡연 증가