(106) 死亡工作中的自我勝任

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | 從來沒有 | 較少 | 中等 | 較多 | 非常多 |
|  | 我能夠完全接納生命中有不能控制的部分，例如病人/服務使用者的生死。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | 我能夠夠完全接納人生中難免有苦難，例如病人/服務使用者在面對死亡的過程中經歷痛苦。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | 我為自己 和家人的離世已經做好準備，例如與家人開放地談論死亡，或考慮身後事的安排等。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | 我已處理好大部分未了的事情，減少生命中的遺憾。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | 面對生命的無常，我更珍惜現在所擁有的，並能夠在生活中實踐。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | 面對生命的無常，我更積極地生活，並已找到人生的意義。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | 我能夠完全接納自己在工作時，情緒會被牽動。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | 我能夠有效地處理自己因工作所引發的情緒。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | 我已處理好過去與喪親或死亡有關的經歷。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | 當工作帶來壓力時，我能夠妥善地照顧自己的需要。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | 我能夠完全接納死亡工作的本質，包括工作中會面對遺憾或沉重的感覺。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | 即使不能改變死亡的事實，我仍肯定自己在工作中的貢獻。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | 當工作帶來壓力時，我能夠尋找到工作中的意義。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | 我沒有將工作中引起的情緒帶勁進生活，也沒有將生活中引起的情緒帶進工作。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | 我承認專業助人者也如常人般面對生死的挑戰，因此我能夠接納自己在工作中的限制。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | 我能夠完全接納自己作為一個專業助人者，在面對生死時，也會感動無能為力。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |