

## 환자 안전 계획 양식

1단계: 더 큰 위험을 다텔 것이라 생각되는 경고 징후(생각, 이미지, 기분, 상황, 행동):

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

2단계: 내부 복제 전략 - 다른 사람에게 연락하지 않고 마음 속에서 문제에 대한 생각을 떨칠 수 있는 일들(긴장 완화 방법, 신체 활동):

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

3단계: 주의를 딴 곳으로 돌려줄 사람들이나 사회적 환경:

- |              |           |
|--------------|-----------|
| 1. 이름: _____ | 전화: _____ |
| 2. 이름: _____ | 전화: _____ |
| 3. 장소: _____ | 주소: _____ |
| 4. 장소: _____ | 주소: _____ |

4단계: 도움을 청할 수 있는 사람들:

- |              |           |
|--------------|-----------|
| 1. 이름: _____ | 전화: _____ |
| 2. 이름: _____ | 전화: _____ |
| 3. 이름: _____ | 전화: _____ |

5단계: 위험이 다텔 때 연락할 수 있는 전문가 혹은 기관:

- |                           |           |
|---------------------------|-----------|
| 1. 임상의 이름: _____          | 전화: _____ |
| 임상의 호출기 또는 비상 연락처#: _____ |           |
| 2. 임상의 이름: _____          | 전화: _____ |
| 임상의 호출기 또는 비상 연락처#: _____ |           |
| 3. 현지 긴급 의료 서비스: _____    |           |
| 긴급 의료 서비스 주소: _____       |           |
| 긴급 의료 서비스 전화: _____       |           |

4. 자살 & 위기 구조 전화: 988번에 전화 또는 문자하세요. 영어 및 스페인어로 채팅([www.988lifeline.org/chat](http://www.988lifeline.org/chat))도 가능합니다.

6단계: 안전한 환경 조성:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_