



立即發佈：2025 年 2 月 5 日

KATHY HOCHUL 州長

支援急救人員：HOCHUL 州長公佈了紐約州急救人員心理健康需求評估的結果

這是舉行的第一次同類評估，評估結果顯示，超過一半的急救人員面臨高壓力、職業倦怠和心理健康挑戰

國土安全與緊急服務署和紐約州立大學紐帕爾茲分校將於 2 月 12 日在錫拉丘茲舉行的紐約州緊急事務管理協會年會上公佈評估結果

Hochul 州長一直努力擴大對執法和一線人員的支援服務，而此次評估就是以這項努力為基礎

超過 6,000 名急救人員參與評估；按[此處](#)閱讀完整評估

Kathy Hochul 州長今天公佈了紐約州急救人員心理健康需求評估的結果。該評估旨在更好地瞭解公共安全領域的工作人員所面臨的心理健康挑戰，並加強面向這些專業人士的計劃和服務。來自紐約州各個地區的執法、緊急醫療服務、消防、緊急通信和應急管理領域的 6,000 多名個人自願完成了匿名調查，並進行了五次後續焦點小組討論。評估顯示，超過一半的參與者因工作而承受著高度壓力，出現職業倦怠、焦慮和抑鬱，他們可能因為害怕面對污名而不尋求幫助。在《2025 年州情咨文》中，Hochul 州長宣佈了多項[保護和支援紐約急救人員的新舉措](#)，包括啟動急救人員諮詢獎學金計劃，以建立一個培養心理健康專業人士的可持續管道，專門為急救人員社區提供支援。

Hochul 州長表示，「除了盡到保護我們社區的職責外，我們的急救人員還做了很多遠超其職責範圍的事情——他們的健康狀況反映了我們的集體力量，我們必須竭盡所能為他們提供支援。我啟動了急救人員心理健康需求評估，幫助解決和進一步應對急救人員的心理健康危機，我承諾將繼續打破關懷障礙，為他們提供所需的資源。」

認識到急救人員面臨的獨特心理健康挑戰後，Hochul 州長宣佈了多項旨在支援和保護急救人員的舉措。[Hochul 州長提議透過紐約州立大學 \(State University of New York, SUNY\) 啟動急救人員諮詢獎學金計劃](#)，協助彌補缺乏熟悉急救人員社區的諮詢師所導致的關懷缺口。經濟障礙往往阻礙了急救人員攻讀諮詢學位，限制了具備文化能力的心理健康專業人員提供服務的機會。該舉措將支援急救人員攻讀諮詢學位，並提供創傷知情醫護

和同伴支援領導力等領域的微證書。作為獎學金支援的回報，接受者將承諾在紐約州擔任諮詢師，這將建立一個專門的永續心理健康專業人員管道來為應急人員社區提供支援。

Hochul 州長還認識到人員短缺可能會加劇急救人員心理健康問題。因此，她在《2025 年州情咨文》中提議消除公共安全招聘中過時的障礙，這些障礙限制公共安全機構吸引合格求職者的能力，排除擁有寶貴經驗的人才，從而使人員短缺問題更加嚴峻。Hochul 州長將更新職業標準，為合格求職者拓寬求職途徑。這包括將紐約州警察局 (New York State Police) 的退休年齡提高到 63 歲，取消執法人員招聘的 35 歲最高年齡限制，以及允許非紐約居民申請懲教人員職位。這些變化將確保各機構能夠從更廣泛、更多樣化的申請人中選拔人才。

由於培訓計劃不一致和晉升機會有限，許多紐約民眾亦面臨著從事公共安全職業的障礙。Hochul 州長將與 SUNY 和紐約市立大學 (City University of New York, CUNY) 合作，為公共安全培訓計劃授予學分，並將這些學分納入學位課程。這些努力將吸引更多求職者從事公共安全職業，並為現時從事公共安全工作的人員提供晉升機會。

紐約州國土安全與緊急服務署署長杰 Jackie Bray 表示，「急救人員每天在執行職務時都會面臨創傷性情境，這導致他們出現心理健康問題，而影響他們的個人和職業生活。這項評估讓我們深入瞭解他們面臨的特定挑戰，並將協助我們為他們提供所需的資源，協助他們應對這些壓力。」

紐約州心理健康辦公室專員 Ann Sullivan 博士表示，「瞭解我們的急救人員在工作中通常面臨的極端壓力和累積創傷，是我們解決他們所面臨的職業倦怠和其他負面影響的關鍵起點。這項調查和隨後的焦點小組討論為我們提供了重要資訊，為我們支援急救人員社區及其家屬的心理健康需求的工作提供了建議。」

報告的一些主要結果包括：

- 超過三分之二 (68%) 的急救人員感到**壓力**，其次是**職業倦怠 (59%)** 和**焦慮 (52%)**。
- 大多數急救人員表示出現了與心理健康疾病**抑鬱症**相關的症狀 (53%)，約 40% 的急救人員出現了與心理健康疾病**創傷後應激障礙 (PTSD)** 相關的症狀 (38%)。
- 16% 的急救人員表示有**自殺念頭**，這比紐約州普通人群高四倍。
- 超過 90% 的急救人員表示，如果**個人治療、夫妻和家庭治療以及同伴支援小組**等服務免費且易於獲取，將有助於改善急救人員的心理健康。
- 然而，80% 的急救人員表示，**污名**是尋求幫助的主要障礙，78% 的急救人員表示，沒有認識到需要幫助也是一種障礙，75% 的急救人員表示，缺乏瞭解急救人員需求的心理健康服務提供者亦是一種障礙。此外，72% 的急救人員表示擔心**保密問題**。
- 與其他急救人員職業相比，**緊急通訊人員**的壓力因素和精神健康影響的評分最高。

紐約州立大學新帕爾茨分校本傑明中心教育專案主任 **Robin Jacobowitz** 表示，「我們衷心感謝紐約州 6,000 多名急救人員給予這項研究的時間和見解。我們知道談論心理健康令人難以啟齒，尤其是在專業背景下。您願意討論自己的想法、經歷和挑戰有助於讓大家瞭解這一關鍵問題，並推動全州跨機構合作，推進加強紐約急救人員支援結構的全州努力。」

紐約州立大學新帕爾茨分校災難心理健康研究所執行董事 **Amy Nitza** 表示，「這項評估不僅記錄了急救人員的工作給他們帶來的巨大負擔，亦記錄了他們獲得所需幫助時遇到的巨大障礙。災難心理健康研究所 (Institute for Disaster Mental Health, IDMH) 致力於與紐約州各地的合作夥伴（包括急救人員）合作，消除這些障礙，確保所有急救人員都能獲得支援和關懷，使他們能夠繼續很好地為社區服務。」

該評估由紐約州國土安全與緊急服務署 (DHSES) 委託，由紐約州立大學 (SUNY) 紐帕爾茨分校災難心理健康研究所和本傑明中心進行。

Hochul 州長於去年 4 月宣佈啟動這項調查，這項調查是其耗資 10 億美元、[改革心理健康護理體系的全面多年計畫的一部分](#)，DHSES 於 5 月公佈了初步調查結果。評估的初步結果顯示，80% 的接受調查者表示家庭生活受到工作的負面影響，而 79% 的接受調查者表示身體健康受到負面影響，72% 的接受調查者表示家庭關係面臨挑戰。

由於調查結果，紐約州正在努力確定並推進各種提高幸福感的工作。例如，Hochul 州長在《2025 年州情咨文》中[公佈了一系列旨在支援急救人員的提案](#)，其中一項提案包括透過 SUNY 啟動急救人員諮詢獎學金計劃 (First Responder Counseling Scholarship Program)。此外，DHSES、紐約州心理健康辦公室 (Office of Mental Health, OMH) 和其他機構正在不斷努力，為紐約州的急救人員尋找並提供與幸福相關的培訓機會。DHSES 和 OMH 還合作為心理健康專業人員開發急救人員文化能力培訓。

協助急救人員的心理健康資源

遇到心理健康困擾的急救人員可以向許多現有資源尋求幫助。

最重要的是，有自殺念頭或遭遇任何其他類型心理健康危機的個人可以撥打、傳送簡訊至州 988 自殺與危機熱線，或與該熱線聊天。988 是全天候免費、保密的熱線。該熱線由 OMH 管理，任何需要服務或想更多瞭解該熱線的人士都可以造訪他們的網站 <https://omh.ny.gov/omhweb/crisis/988.html>。

此外，OMH 的自殺預防中心 (Suicide Prevention Center) 還發起了一項名為「CARES UP」的倡議，旨在改善執法人員、消防員、緊急服務人員和退伍軍人的心理健康，提高他們的幸福感。瞭解更多資訊，請訪問 <https://nycaresup.com>。

DHSES 與 OMH 合作，擴大紐約州的[災難心理健康回應](#)小組，該小組由州和地方的專業人士和志願者團隊組成，他們接受過培訓，可以為受災難和其他危機情況影響的個人急救人員提供危機諮詢和其他心理健康服務。

DHSES 與紐約州立大學紐帕爾茨分校的災難心理健康研究所 (IDMH) 合作，成立了一個管理壓力工作組 (Managing Stress Workforce)，協助急救人員和其他公共安全人員更好地識別、理解和應對壓力。這些研討會最初是為 DHSES 員工開發的，現已得到擴展，包括其他州和地方機構。DHSES 亦在州備災培訓中心 (State Preparedness Training Center, SPTC) 擴大培訓範圍，將同伴支援團隊培訓納入其中。同伴支援團隊由接受過特定培訓的人員組成，可在需要時為同伴提供情感、社交和實際支援。公共安全組織經常使用同伴支援團隊幫助個人處理工作相關壓力和重大事件。DHSES 亦在組建同伴支援團隊 (Peer Support Team)，為機構員工和其他應急人員組織提供資源。如需瞭解有關現有培訓的更多資訊，請造訪 [DHSES 網站](#)。

紐約州國土安全與緊急服務署簡介

國土安全與緊急服務署負責領導、協調和支援工作，以預防、防範、準備、應對、恢復和減輕災害和其他緊急情況。欲瞭解更多資訊，請在 Facebook、Instagram 和 X 上關注 @NYSDHSES，或造訪 <https://www.dhSES.ny.gov>。

###

可造訪網站 www.governor.ny.gov 瀏覽更多新聞

紐約州 | 州長辦公室 | press.office@exec.ny.gov | 518.474.8418

註冊州長辦公室的最新動態：ny.gov/signup | 傳送簡訊「NEW YORK」至 81336

[退出訂閱](#)