

重大支持



面對職場的死亡與傷慟

至親好友過世後感覺哀傷乃人之常情。而且每個人對悲傷的經歷都不相同。如果團隊成員失去至親好友，擔任主管的人一定要瞭解該如何給他們支持。

採取以下行動幫助喪親的同仁

- **致意**。得知有關同仁喪親的消息後，立即由管理階層寄送關懷訊息或送花致意。向喪親同仁和其他人員發出簡單、明確的支持訊息，幫助大家面對這樣的事件。
- **詢問**。詢問喪親同仁的狀況並聆聽其回應，可能會有幫助。
- **保持開放**。對團隊成員保持「開放」政策。
- **盡可能給予彈性**。在工作時間或請假時間方面給予某些彈性，幫助同仁因應工作和傷慟的雙重壓力。
- **考慮參加虛擬告別式**。如果舉辦對外人開放的告別式，您或其他公司代表可以參加並傳達公司的慰問之意。一定要得到喪親同仁的明確許可才參加。
- **要有耐心**。傷慟需要時間平復，同仁很難一下子就「振作起來」，因此保持耐心與理解也會有所幫助。
- **提供資源**。提供傷慟服務方面的資訊。(請參閱下節：分享有關傷慟支持的資訊。)

面對同事過世

倘若團隊成員過世，不妨採取以下幾個額外的步驟和考量事項。

- 尊重隱私，未經許可不得與其他人分享個人或醫療資訊。務必瞭解哪些資訊可以分享，哪些資訊應該保密。
- 要知道有段時間同仁的工作效率可能會不盡理想。
- 如果必須重新分派工作，對可能要承擔額外工作或責任的團隊成員表達謝意。
- 隨時傾聽。要知道團隊成員可能需要談好幾次同仁身故的事，尤其在特殊的日子。
- 分享尋找額外支持的資訊。

分享有關傷慟支持的資訊

向團隊成員和家人說明，失去至親好友時該如何尋找相關資訊、資源和支持。透過員工幫助計劃 (EAP) 服務，團隊成員可以在整個過程中得到輔導。有些資源能幫助減輕這段困難時期的一些負擔。

- **葬禮籌劃**。團隊成員和家人可以打電話諮詢專家獲得喪禮籌劃協助，例如選擇殯儀館和火化服務，或幫助申請退伍軍人福利等其他協助。
- **財務援助**。籌劃喪禮可能令人心身俱疲，也可能造成財務負擔。員工幫助計劃 (EAP) 能幫助轉介財務服務，包括首次諮詢財務顧問時享有免費待遇。
- **支持團體**。員工幫助計劃 (EAP) 能為團隊成員轉介電話支持團體和現場支持團體，幫助提供傷慟諮詢。如欲開始使用這項服務，請致電員工幫助計劃 (EAP)。

可透過員工幫助計劃 (EAP) 免費取得全年無休的喪親支持服務。所有資訊均獲得保密，並且向您和您的受保家人提供。如需關於您特定福利的更多資訊，請聯絡負責您帳戶的經理。

為過世的同事籌劃紀念活動

一起悲傷和舉行喪禮或追思活動，是傳統上幫助人們面對傷慟的方式。以下幾個建議可能會有幫助：

- 考慮安排活動，讓團隊成員一起分享故事、回憶和感受。
- 想一想員工個人可以如何紀念同事。例如，可以試著點根蠟燭、種花，或製作紀念相簿。
- 此外，您可以籌劃一場追思活動、典禮或其他儀式，以紀念同事。



此計劃不應該用於緊急情況或緊急護理需要。如有緊急情況，美國境內請撥 911、美國境外則撥當地緊急情況服務電話，或請前往最近的門診設施或急診室。此計劃無法取代醫生或專業人員的護理。因為可能有利益衝突，如果問題可能涉及對 Optum、其關聯機構或來電者直接或間接透過其取得相關服務的任何實體 (例如僱主或健保計劃) 採取法律行動，便不會提供法律諮詢。本計劃和其所有內容 (特別是指為 16 歲以下家人提供的服務) 未必在所有地點均可提供，可能不經事前通知即變更。員工幫助計劃人員的經驗和 / 或教育程度可能根據合約規定或國家法令規定而不同。可能會有不予承保和限制承保規定。

© 2023 Optum, Inc. 保留所有權利。Optum® 是 Optum, Inc. 在美國和其他國家 / 地區的註冊商標。所有其他品牌或產品名稱都是各財產所有人的商標或註冊商標。Optum 為實行平等機會的僱主。