你我都是自殺防治守門人

學務處 / 身心健康中心



為了加強並落實校園自我傷害防治工作，學務處身心健康中心從101年開始，持續向教育部申請補助辦理「自殺防治守門人計畫」，提供導師及對此議題有興趣的教職員有關自殺防治的主題演講，藉此提升導師們面對學生有自我傷害風險時，能及時覺察關懷，做到一問、二應、三轉介，以達到預防學生自我傷害事件的發生。

今年學務處身心健康中心於104年9月7日上午進行校園情感事件自殺防治守門人訓練。親密關係是青年期發展階段的重要心理社會課題，大學生在發展親密關係過程，包括如何經營、維持與分手，可能都伴隨著情緒壓力，從身心健康中心的學生來談問題統計中，感情問題佔高比例由此可見。而社會新聞報導大學生因親密關係挫折而發生嚴重自傷傷人事件，也提醒輔導工作者在防治工作上的重要性。國際自殺防治學會和世界衛生組織將每年的9月10日訂為「世界自殺防治日」，學務處身心健康中心選擇在開學前一週辦理此活動，除了幫導師工作暖身之外，也呼應校園自我傷害防治工作的重要性。

本次校園情感事件自殺防治守門人訓練邀請謝秀貞心理師/社工師蒞校演講，謝秀貞心理師是桃園縣諮商心理師公會前理事長，也是教育部性侵害性騷擾調查人員，當天演講活動在校長、學務長親臨致詞之後展開。謝心理師首先從親密關係的發展過程分析大學生常見感情事件的關係議題，包括朋友與情人的關係界限、關係不平等、感情需求發生改變、親密關係界限、關係中的心理遊戲，以及控制型情人。接著談到導師在校園情感事件中的角色功能，謝心理師具體建議當導師察覺學生面臨情感事件時，可以採用的策略與方法，包括如何關心學生的日常作息、人際支持系統、關係狀態的處理，及核對是否有自傷念頭；對於分手事件當事人與周遭親友團的反應，以及如何輔導有自殺或自我傷害行為的學生，謝心理師也提供了具體實用的建議。

在演講結束之後，學務處身心健康中心全體工作夥伴以短劇的形式，呈現校園感情事件伴隨自傷發生時，校安系統的啟動與聯繫過程，以及導師、教官、心理師如何共同合作協助學生與家長；提醒導師們在關懷學生情感事件時，留意可能發生的性平事件，以及通報方法與規定，也強調系統機制在於利用一問二應三轉介，建立起一個綿密的網絡，接住學生所發出的每一個求助訊號。

本次活動共有100人完成訓練，同意課程收穫良多者占97%，同意研習課程後知道如何發揮自殺防治守門人的功能者占94%。感謝所有與會者的參與，所有演講內容已經摘要置於身心健康中心網頁，歡迎連結參閱 http://osa.csmu.edu.tw/files/13-1022-25965.php?Lang=zh-tw。