

教師輔導工作坊～如何關心高關懷學生

★活動日期：100年11月23日（三）

★活動地點：資源教室暨學習中心

★主講人：董智慧老師

董老師以自然互動的座談方式開啟今天的主題～
談校園自殺守門員的角色與任務，
以及辨識自殺與自傷有何不同。



透過與會老師們願意敞開分享自身的經驗，
讓我們重新思考自殺防治工作，身為老師的定位，
以及認識自己是否願意相信使用諮商晤談資源，進而提供資源給學生，
並且瞭解到人們擁有情緒低落的經驗是如此的自然而正常。



在我們的文化裡，算命或拜拜確實是大家經常使用的求助方式，然而在西方文化裡，尋求心理晤談也是一種如呼吸般平常的自我照顧方式。

如果你我可以覺察求助行為受到文化脈絡的影響，也許對於自身受挫時想找尋心理晤談資源就不是一件丟臉或羞愧的事，而是一個懂得善用資源、勇於面對自我與照顧自己的人。



當我們能覺知自我照顧的重要，我們才能持續保持好的狀態給予照顧。



自殺並不等於自傷，

自殺是一種想要殺死自己的意圖、計畫或行動，帶有致死意圖，
自傷則是一種具有複雜心理動力的自我傷害行為，不帶有致死意圖。



如何發現高關懷學生其實是有跡可尋的，
特別是面對要自殺的人，不放棄的支持陪伴是重要的，
然而更重要的是如何連結各個系統的資源介入，
進而達到自殺防治之效。

