

# 憂鬱自傷防治與危機處理研討會

★活動日期：100年05月18日(三)

★活動地點：寒梅大樓梅館40A國際會議廳

★主講人：黃龍杰老師、張艾如老師

## 第一場次：「憂鬱與自殺防治」

溪湖高中陳明珠輔導主任分享在學校實務場域的發現，說明憂鬱自傷防治的重要，同時介紹黃龍杰老師在中崙諮商中心任職的豐富臨床經驗。



黃老師以鬼門關前有三關(意念、計劃、行動)的口訣來說明自殺防治的概念，更以「何時？何地？何種方法？」來讓我們瞭解該如何進行風險評估。



## 第二場次：「校園危機處遇與安心輔導」

本校邱旭源教官以「照顧他人之前，要先照顧好自己」勉勵站在第一線的危機處理人員，同時介紹歡迎黃老師為我們帶來的第二場講座。

黃老師以二安(安身/安撫)、二解(紓解/理解)、二預(預測/預備)說明安心輔導的概念與作法。其間，也有幾位老師紛紛提出疑問，以及分享在校園中所遇見的學生狀況來進行討論。



### 觀賞影片後的分組討論：

每組約三~四人進行討論，對於影片中「琳琳」的整體表現，討論主角的憂鬱傾向，進而瞭解憂鬱的三種狀態-心情不好(人之常情)、適應疾患、重鬱發作。



### 第三場次：「疼惜每顆脆弱的心靈~孩子，讓我了解你的心」

彰化縣學生諮商中心方惠生主任介紹心靈之美心理治療所張艾如院長。



整場活動下來，張院長以生動活潑、幽默風趣的方式，吸引了大家的目光，同時也可以聽見此起彼落的笑聲，創造出一個非常和諧的能量場。



#### 第四場次：「傾聽不一樣的聲音~輕鬆協助新世代的孩子」

張院長所提出的「葡萄理論」，即是以「葡萄」的例子比喻人格的多元性，以及解說人格間並存的狀態。此外，張院長也以簡單易懂的實務案例，帶領我們一窺多重人格與解離性身份疾患的現象。

最後，則在方惠生主任與施敏慧學務長簡短精闢的結語中完美落幕。



活動結束後，許多老師皆紛紛向前與張艾如院長請益。

