**導師面對學生自殺風險時可以怎麼做？（Q&A）**

**Q1：如何初步評估學生的心理困擾？**

A：可留意學生是否出現以下困擾：

* 情緒低落、焦慮、易怒、自我否定
* 學業退步、缺曠課、社交退縮
* 失眠、食慾改變、失去生活目標
* 談及死亡、告別訊息或自傷行為

若學生表達「自殺念頭」，請正視其重要性，不宜輕忽或轉移話題。導師可直接詢問其困擾嚴重度，並鼓勵其說明想法。

**Q2：發現學生有自殺徵兆時，導師可以怎麼做？**

A：

1. **主動關心、穩定情緒**：以同理、尊重態度傾聽，避免批評或簡化其困擾，讓學生感受到支持。
2. **直接詢問**：可開放性詢問：「最近是否有想過結束生命？」「是否已經有計畫或方法？」直接討論有助於評估風險。
3. **降低立即危險**：如學生有明確自殺方式、工具，應盡可能協助移除危險物品，並避免學生單獨留置。
4. **如學生有自殺行為，須進行通報、啟動三級預防機制：**依校內規定，通報校安中心、系主任、學務處、諮商輔導組等，共同介入協助。

**Q3：可以聯繫哪些單位提供支持？**

A：

* **諮商輔導組：**提供心理評估與專業協助。
* **衛生保健組：**提供傷口照護。
* **系主任、學務處、校安中心：**共同啟動危機處理流程。
* **學生家長或緊急聯絡人：**連線告知並尋求支持，共同協助。
* **緊急時撥打 119 或110通報警消：**如地點為校園內，請一併通知駐警隊，共同協主引導警消到位。

**※校內駐警隊電話：(07)591-9005 / 校安專線：(07)591-7885**

**Q4：若學生表示「我已經沒事了」，是否代表危機解除？**

A：

* 危機是否解除，仍須由**專業人員進行評估**。即使學生表達好轉，導師仍需持續關懷並確保已啟動相關輔導與追蹤。
* 後續可連結資源持續提供關懷協助，包括：諮輔組--心理諮商與輔導、醫師諮詢；生輔組--獎助學金、急難救助金申請；職輔組—深耕計畫可提供經濟不利學生協助；衛保組--傷口護理；系辦、教務處--教學資源、學習輔導；系上及班上同儕--人際支持；家長--生活關心等等。

**Q5：如何鼓勵學生尋求幫助？**

A：

* 鼓勵學生表達情緒，並強調尋求協助並非弱點，而是面對困難的重要步驟。
* 提供學校可利用的資源，主動陪同學生至諮商輔導組報到，讓諮輔人員介入。
* 強調不必獨自承擔，身旁有很多人願意陪伴他一起面對困難。

📌 **提醒導師**：  
**※**依《自殺防治法》第14條規定，當事人有自殺行為或高風險時，學校應通報，並連結專業服務資源。

**※**如您需要進一步詳細資訊，可參考以下資料與連結：

[國立高雄大學校園學生自我傷害三級預防工作實施計畫](https://sa.nuk.edu.tw/app/index.php?Action=downloadfile&file=WVhSMFlXTm9MelUxTDNCMFlWODJNVE00Tmw4ME1Ua3pNRFJmTVRjMU56TXVjR1Jt&fname=)

[國立高雄大學校園精神疾患與自殺(傷)危機事件處理作業流程](https://sa.nuk.edu.tw/app/index.php?Action=downloadfile&file=WVhSMFlXTm9MelUxTDNCMFlWODJNVE00TlY4eE9EazNPRFE1WHpFM05UY3pMbkJrWmc9PQ==&fname=)

[教育部大專校院學生自我傷害防治專區](https://depart.moe.edu.tw/ed2800/News_Content.aspx?n=183CC8C560AF1DA9&sms=B4066D3925B9C8C3&s=5E467A7699005F98)

※導師不需獨自承擔壓力，校內有完整支持系統協助您一起守護學生。校內導師業務諮詢窗口：(07)5919055。