

## 給師長的一封信

敬愛的師長您好：

近期發生多起校園安全與學生自殺自傷事件，這是我們都不樂意看見的憾事。請師長協助宣導，請學生避免轉傳、頻繁接觸負面渲染的網路貼文、新聞與相關圖片，以防止產生負面連鎖效應。每一位學生都是南護的資產，是我們共同守護的對象，為了提升學生的心理健康，需要請您共同協助，一同關心每一顆南護小星星，讓他(她)在這裡快樂安全的學習與成長。

您是學生輔導工作的重要人員，在您與學生較為頻繁的接觸過程中，較有機會即時發覺需要關懷與受幫助的學生，若您察覺到身旁學生有需要更進一步接受專業的心理諮商協助，歡迎您將學生轉介至學生學輔中心來，讓輔導人員有機會與您一同協助學生，共同守護他(她)們的心理健康。

如何發現學生的心理困難？

1. 透過一對一面談、學生綜合資料卡、課堂互動、班級聚餐、學生臉書或 IG，瞭解學生生活、課業、人際互動等適應狀況。
2. 留意班級共同經歷的特殊緊急事件，如：同儕自傷自殺、車禍傷亡、班對情感議題，可以透過班級學生的一般性反映，或藉由輔導幹部回饋，瞭解班級學生的適應情形。

學輔中心提供的服務有哪些？

### 1. 諮詢

若您在關懷學生的過程中，有任何疑問或困難，歡迎致電給學生輔導中心輔導員，我們非常樂意與老師們共同討論學生問題及提供學生諮商服務。

學輔中心聯絡方式：06-2110900 分機 352、353

### 2. 個別諮商

以一對一晤談的方式，協助學生處理有關學習、人際、情感、職業生涯及人生觀等層面的問題。只要你願意，任何話題皆是歡迎的、保密的(除涉及保密例外狀況)、希望能幫助你獲得資訊，解決或改善問題。

✓我想要申請個別諮商！請學生點選此連結 <https://reurl.cc/LdgV1L>，並依步驟申請。

### 3. 團體諮商

在十~十二人組成的小團體中，藉著成員的經驗分享及相互回饋，幫助您瞭解自己、認識別人，並與他人共同面對生命過程中的各種課題，一起成長。

### 4. 心理測驗

透過科學化的心理評量工具，來察覺個人未知或已知但不確定的部份，經由輔導老師對測驗結果的分析與解釋，作為增進自我了解、改善自己、進而發展自己的參考。歡迎預約測驗時間。

### 5. 心理衛生預防推廣

舉辦有關心理衛生、自我成長及生活適應等方面之相關講座及研習活動，如：與你談心、班級座談會、導師輔導知能研習等，藉由文字宣導心理衛生資訊，並搭起您我的橋樑。

### 6. 成長團體

在專業輔導老師引導下，進行心靈饗宴，學習自我成長，舉辦的主題：性別關係、生命教育、人際關係、情緒管理、生涯規劃、壓力調適、探索教育、同理心訓練等成長團體歡迎妳加入成為我們的伙伴。

學生輔導中心感謝您 共同守護學生心理健康

## 何種情況需要轉介？

如果您覺得學生所面對的議題需要有心理相關領域之專業工作者共同協助，可以將學生轉介到學輔中心來。

1. **心理困擾事件**：學生主觀上且已對生活作息產生嚴重影響之困擾事件，如：人際、親子、親密關係、生涯規劃、課業壓力等，**影響心理健康者**。
2. **心理及生理症狀**：睡眠障礙、倦怠、煩躁易怒、愁苦、食慾變化、主觀情緒長時間不穩或低落、認知扭曲、害怕與人群接觸、自殺意念、對自己身體形象抱持負面看法等。
3. **重大事件或失落事件**：學生經歷重大事件或失落事件後，無法走出失落的情緒低潮時。
4. **危機學生**：有明顯精神疾病症狀之學生，出現自我傷害意圖或行為之學生、經歷家暴情事、性騷擾、性侵害等。**(基於保護學生、維護專業倫理及遵守法律的立場，危機學生請務必通報或轉介)**

## 轉介時的注意事項

1. **完成諮商輔導E化系統轉介程序**：請導師線上填寫諮商輔導E化系統轉介單，提供詳細的學生資料(特別是連繫電話，請確認為學生本人)、轉介原因、目前狀況及導師希望協助事項，以提供學生適切性之協助。
  2. **轉介前告知**：為幫助日後與學生建立良好且信任關係，請導師協助轉介時同時知會學生，並鼓勵讓同學知道您的擔心與轉介協助之原因，心理師/社工師可以與您共同提供同學哪些幫助。**若學生拒絕被轉介時，請老師持續關心學生，並與輔導中心保持聯繫，討論輔導策略。**
  3. **建立信任關係**：學生願意的話，我們鼓勵老師陪同學生一同前來學生學輔中心，減少學生對於環境及人員的陌生感，透過導師您的陪伴，學生更能感受到您的在乎與重視。
  4. **更新導師輔導紀錄**：提醒您，平時與學生互動後，敬請進入學務校務系統登打紀錄，路徑：學校首頁→單一登入入口網→登入→**學務教務系統**→登錄→學務登錄作業→導師輔導紀錄登錄作業。建議您，小至學生沒接電話、大至危機事件處理，皆應清楚記錄，不只維護您的權益，也能讓後續的輔導工作更為細緻、順暢。
- ✓ **我想要轉介學生至學輔中心！請點選此連結 <https://reurl.cc/k02kdL>，並依步驟填寫轉介單。**

**相關專線**（學輔中心備有安心小卡，歡迎師長索取！）

本校學生輔導中心 週一至週五 08:00-17:30

06-2110539、06-2110901

本校學生聯合服務中心

06-2110331、06-2201272

下班時間也可撥打，會轉接至值班人員手機

臺南市衛生局

心理諮詢專線 06-3352982

24 小時免費安心專線 1925（依舊愛我）

生命線協會

24 小時免費專線 1995（要救救我）

警消專線

110、119

學生輔導中心感謝您 共同守護學生心理健康