

2023 夏 季刊



千里一線牽，幫助在耳邊

新北市生命線

2023.07.06 發行

目 錄

工作執行概況..... /

會務報告(2023. 4. 1 ~ 2023. 6. 30)

1995 協談專線個案統計報表(2023. 1. 1 ~ 2023. 6. 30)

捐款芳名錄(2023. 4. 1 ~ 2023. 6. 30)

專書心得..... / /

心理諮商箴言—給實務工作者的 110 個提醒

實踐大學 / 陳靜慈

幫他走過精神障礙——該做什麼？如何做？

台北大學 / 林采嫻

專業訓練..... 15

志工在職訓練

活動預告..... 17

珍愛生命—情緒支持團體

第十屆自殺防治宣導活動——公益音樂會

☎ 互作執行概況

會務報告

(2023.4.1 ~ 2023.6.30)

✚ 行政會務

日期	內容	地點	人員
04/07	申請總會大夜班補助獎勵金(3 月份)	協會	社工組長
04/14	春季刊出刊	協會	心輔員
04/26	郵寄申請 112 年新北市志願服務獎勵 17 位志工	協會	社工組長
05/02	申請總會大夜班補助獎勵金(4 月份)	協會	社工組長
05/09	申請 112 年新北市志願服務獎勵選拔"福心志工獎 5 位、長益志工獎 2 名	協會	社工組長
05/27	申報機關團體綜合所得稅	協會	社工組長、志工
06/01	申請總會大夜班補助獎勵金(五月份)	協會	社工組長
06/02	第 1 次申請志願榮譽卡志工 6 人	協會	社工組長

✚ 會議召開

日期	內容	地點	人員
04/18	第 1 屆第 2 次勞資會議	二辦	各資方、勞方代表
04/28	第 18 屆第 2 次理監事聯席會議	銀鳳樓	各理監事
06/02	112 年度第 1 次志工督導會	協會	社工組長、心輔員、各志工督導

✚ 公共關係

日期	內容	地點	人員
04/29	志工督導楊曉青的先生告別式	臺北市	理事長、總幹事、社工組長、志工
05/02	第 20 期志工楊為志告別式	二殯	理事長率全體人員
05/24	志工李麗琴的婆婆告別式	二殯	總幹事暨志工團
06/19	新北市喜悅成長協會贈送素粽 200 顆	協會	全體志工

方案執行-1

日期	內容	地點	人員
04/06	諮詢信件回覆 LE112011	協會	心輔員
04/07	珍愛生命—情緒支持團體 1-4	協會	志工督導彭于真、 社工組長、心輔員
04/10	更生人出監前大團體輔導	臺北 看守所	社工組長、社工督 導、社工、心輔員、 志工
04/11	高關懷個案後續追蹤 L112017、 諮詢信件回覆 LE112012、 聯勸期初督導簡報完成	協會	社工組長、心輔員
04/12	聯勸方案期初督導、高關懷個案後續追蹤 L112017	協會	聯勸委員、總幹 事、社工組長、 心輔員
04/13	聯勸方案-方案服務能量續航計畫 (Power up) 第一場	協會	李宏文督導、總幹 事、社工組長、 心輔員
04/14	珍愛生命—情緒支持團體 1-5	協會	志工督導彭于真、 社工組長、心輔員
04/18	高關懷個案後續追蹤 L112013、014、015	協會	心輔員
04/20	高關懷個案後續追蹤 L112015	協會	心輔員
04/21	珍愛生命—情緒支持團體 1-6	協會	志工督導彭于真、 社工組長、心輔員
04/23	高關懷個案後續追蹤 L112017	協會	社工組長
04/25	高關懷個案後續追蹤 L112018	協會	心輔員
04/26	高關懷個案後續追蹤 L112019	協會	心輔員
04/28	珍愛生命—情緒支持團體 1-7	協會	志工督導彭于真、 社工組長、心輔員
05/02	諮詢信件回覆 LE112013	協會	心輔員
05/04	高關懷個案後續追蹤 L112019	協會	心輔員
05/05	高關懷個案後續追蹤 L112020	協會	心輔員
05/08	諮詢信件回覆 LE112014	協會	心輔員
05/09	高關懷個案後續追蹤 L112020	協會	心輔員
05/11	聯勸方案-第二次社工團體督導	協會	社工師翁慧真、 社工組長、心輔員
05/11	聯勸方案-第一場個案研討會	協會	心理師簡玉坤、 社工組長、心輔員

方案執行-2

日期	內容	地點	人員
05/12	聯勸方案-方案服務能量續航計畫 (Power up) 第二場	協會	李宏文督導、總幹事、社工組長、心輔員
05/18	高關懷個案後續追蹤 L112020	協會	心輔員
05/23	高關懷個案後續追蹤 L112021	協會	心輔員
05/24	高關懷個案後續追蹤 L112021、諮詢信件回覆 LE112015	協會	心輔員
05/25	高關懷個案後續追蹤 L112020	協會	心輔員
05/26	高關懷個案後續追蹤 L112022、諮詢信件回覆 LE112016	協會	社工組長、心輔員
05/26	討論及修改團體內容	協會	志工督導彭于真、社工組長、心輔員
05/31	完成「量表運用 Q&A」資料	協會	心輔員
05/01-05/31	線上協談人員會談共 10 人次	協會	心輔員
06/01	諮詢信件回覆 LE112017	協會	心輔員
06/02	諮詢信件回覆 LE112017	協會	心輔員
06/05	更生人出監前大團體輔導 (約 60 人)	臺北看守所	社工組長、社工督導、社工、心輔員、志工
06/06	高關懷個案後續追蹤 L112023	協會	心輔員
06/16	聯勸方案-方案服務能量續航計畫 (Power up) 第三場	協會	李宏文督導、社工組長、心輔員
06/20	線上協談人員會談 (15 人)	協會	社工組長
06/26	諮詢信件回覆 LE112018、LE112019	協會	心輔員
06/27	諮詢信件回覆 LE112018	協會	心輔員
06/28	諮詢信件回覆 LE112018	協會	心輔員
06/29	諮詢信件回覆 LE112020	協會	心輔員
06/30	諮詢信件回覆 LE112018	協會	心輔員

活動辦理

日期	內容	地點	人員
05/06~08	志工團春之旅-金門之旅三天二夜	金門	全體人員
06/10	志工團聯誼活動-來跳排舞	華德活動中心	老師李元宏、 全體志工

志工訓練與服務

日期	內容	地點	人員
04/08	志工團體督導	協會	志工督導徐育珠
04/12	志工團體督導	協會	志工督導洪淑俐
04/15	志工團體督導	協會	志工督導王珮齡
04/16	必修課—自殺危險評估實務訓練第三場、第四場	協會	心理師簡玉坤、 社工組長、心輔員
04/21	志工督導團體督導-第一場	協會	社工師翁慧真、 社工組長、心輔員
04/22	志工團體督導	協會	志工督導何素娜、 葉忠恒
04/23	志工團體督導	協會	志工督導魏建中、 助理督導徐明珠
04/29	志工團體督導	協會	志工督導胡惠珠
05/20	必修課-有效的親子互動與溝通	佛光山板橋講堂	心理師陳悅華、 社工組長、心輔員
05/20	志工團體督導	協會	志工督導陳玲碧
05/28	志工團體督導	協會	志工督導陳巧凌
06/10	必修課-長照 2.0 資源介紹	華德活動中心	心理師李汶軒、 社工組長、心輔員
06/10	志工團體督導	協會	志工督導楊曉青、 助理督導林子淳

其他項目

日期	內容	地點	人員
04/10	雙和醫院推廣月簽署預立醫療照護諮商-第二場 30 名	協會	社工師劉奕君、 社工組長
04/17	申請富邦基金會的方案	協會	社工組長
04/20	新北市 112 年度靈性關懷照顧志工培力工作坊	三重勞工活動中心	社工組長
04/21	112 年第 1 次社會福利暨綜合類志願服務聯繫會報	線上	社工組長
04/26	實踐大學社會工作學系實習生陳靜慈的老師機構來訪	協會	助理教授利美萱、 社工組長
04/29	「青少年自殺議題及防治策略之探討」學術研討會	線上	心輔員
05/05	台北大學社會工作學系實習生林采嫻的老師機構來訪	協會	副教授胡中宜、 社工組長
05/15	台北大學社工系學生期中實習結束(學生林采嫻)	協會	社工組長
05/17	實踐大學社工系學生期中實習結束(學生陳靜慈)	協會	社工組長
05/27	第一線人員自殺防治守門人訓練	線上	心輔員
05/29	生命線總會文字協談線上說明會	協會	總幹事、 社工組長、心輔員
06/26	員工聚餐	品鼎殿	總幹事、 各專職人員
06/28	彰化師範大學輔導與諮商學系(學生梁家祥)、臺北大學社會工作學系(學生楊筑安)暑期實習說明會	協會	社工組長

☎ 互作執行概況

1995 協談專線個案統計報表 (2023.1.1 ~ 2023.6.30)

項目	細項	總計	百分比 (%)
接案日分佈(星期)	1.星期日	753	13.07
	2.星期一	817	14.18
	3.星期二	910	15.79
	4.星期三	925	16.05
	5.星期四	824	14.30
	6.星期五	744	12.91
	7.星期六	790	13.71
來電時段 (含信件/ 網路)	1.07 ~ 12	1838	31.89
	2.12 ~ 17	1885	32.71
	3.17 ~ 22	1216	21.10
	4.22 ~ 02	359	6.23
	5.02 ~ 07	465	8.07
談話時間	1.5 分以下	1320	22.90
	2.06~15 分	1498	25.99
	3.16~30 分	1533	26.60
	4.31~60 分	1157	20.08
	5.61~120 分	249	4.32
	6.121 分以上	6	0.10
個案狀況	1.第一次來電	1642	28.49
	2.曾經來電	4110	71.32
	3.追蹤個案	1	0.02
	4.無法判斷	10	0.17
個案類別	1.有效個案	5763	74.00
	2.無效個案	2025	26.00
	3.第三方通報	0	0

項目	細項	總計	百分比 (%)
個案分類	1.一般個案	5639	97.85
	2.自殺意念	103	1.79
	3.自殺行為	12	0.21
	4.其他	9	0.16
服務方式	1. 個案 自行來電	5748	99.74
	2.溢線轉接	9	0.16
	3.面談	0	0
	4.郵件 (Email)	0	0
	5.網路服務	0	0
	6.專業服務	0	0
	7.主動追蹤 服務	0	0
	8.其他	6	0.10
性別	1.男	1431	24.83
	2.女	4328	75.10
	3.其他	4	0.07
婚姻狀態	1.未婚	2959	51.34
	2.已婚	1300	22.56
	3.離婚	596	10.34
	4.同居	41	0.71
	5.分居	163	2.83
	6.鰥寡	329	5.71
	7.不願透露	16	0.28
	8.未詢問	359	6.23

項目	細項	總計	百分比 (%)
年齡	1.12 歲以下	2	0.03
	2.13-19 歲	109	1.89
	3.20-29 歲	551	9.56
	4.30-39 歲	858	14.89
	5.40-49 歲	914	15.86
	6.50-59 歲	1615	28.02
	7.60-69 歲	618	10.72
	8.70-79 歲	813	14.11
	9.80 歲以上	24	0.42
	10.不願透露	45	0.78
	11.未詢問	214	3.71
職業類別	1.家管	368	6.39
	2.學生	211	3.66
	3.工	223	3.87
	4.商	228	3.96
	5.軍警	6	0.10
	6.公教	71	1.23
	7.農林漁牧	5	0.09
	8.服務業	649	11.26
	9.自由業	227	3.94
	10.特種行業	9	0.16
	11.醫護	41	0.71
	12.無業 (含退休)	2139	37.12
	13.失業(待業)	1091	18.93
	14.其他	73	1.27
	15.不願透露	26	0.45
	16.未詢問	396	6.87

項目	細項	總計	百分比 (%)
來電國家	1.台灣	5757	99.90
	2.外國	6	0.10
精神狀態	1.心智正常	2084	36.16
	2.疑似病人	1008	17.49
	3.精神病患	2535	43.99
	4.無法判斷	136	2.36
物質濫用	1.無	5198	90.20
	2.藥癮	5	0.09
	3.酒癮	28	0.49
	4.毒癮	7	0.12
	5.多重	5	0.09
	6.其他	9	0.16
	7.不願透露	8	0.14
	8.未詢問	503	8.73
自殺意念	1.無意念	4839	83.97
	2.偶有意念	633	10.98
	3.常有意念	184	3.19
	4.準備中	12	0.21
	5.進行中	8	0.14
	6.不願透露	87	1.51
自殺記錄	1.無	4405	76.44
	2.曾自殺(傷)	570	9.89
	3.不願透露	15	0.26
	4.未詢問	773	13.41
追蹤關懷	1.同意	28	0.49
	2.不同意	44	0.76
	3.不需要	3942	68.40
	4.未詢問	1749	30.35

項目	細項	總計	百分比 (%)
就醫方式	1.無須就醫	1343	23.30
	2.間斷就醫	455	7.90
	3.持續就醫	2895	50.23
	4.拒絕就醫	174	3.02
	5.不願透露	47	0.82
	6.未詢問	849	14.73
自殺方式	1.無	4837	83.93
	2.上吊/窒息	26	0.45
	3.吸入致命氣體	5	0.09
	4.食用致命固體或液體	35	0.61
	5.高處跳下	86	1.49
	6.溺斃	3	0.05
	7.以刀槍自殘	130	2.26
	8.其他	40	0.69
	9.不願透露	17	0.29
	10.未詢問	584	10.13
教育程度	1.失學	2	0.03
	2.國小	170	2.95
	3.國中	441	7.65
	4.高中職	1773	30.77
	5.大(專)學	2442	42.37
	6.碩博士	120	2.08
	7.不願透露	18	0.31
	8.未詢問	797	13.83

項目	細項	總計	百分比 (%)
居住狀況	1.獨居	1587	27.54
	2.與家人	3551	61.62
	3.與他人	331	5.74
	4.不願透露	16	0.28
	5.未詢問	278	4.82
經濟來源	1.工作	1513	26.25
	2.儲蓄/退休金	829	14.38
	3.綜合社會保障援助	573	9.94
	4.子女/親屬負擔	2141	37.15
	5.配偶負擔	135	2.34
	6.不願透露	14	0.24
	7.其他	65	1.13
	8.未詢問	493	8.55
BSRS 量表檢測	1.一般個案	2574	90.86
	2.高危機個案	259	9.14
自殺危險程度量表檢測	1.無	261	74.79
	2.低	13	3.72
	3.中	18	5.16
	4.高	57	16.33

項目	細項	總計	百分比(%)
主要問題	1.性別議題	0	0
	2.其他	376	6.52
	3.藥酒癮	3	0.05
	4.政治	13	0.23
	5.人生/信仰	150	2.60
	6.精神心理	2689	46.66
	7.健康醫療	414	7.18
	8.職業	190	3.30
	9.學業	28	0.49
	10.法律	44	0.76
	11.經濟	150	2.60
	12.性議題	52	0.90
	13.夫妻	142	2.46
	14.家庭	729	12.65
	15.人際	553	9.60
	16.感情	230	3.99
次要問題	1.性別議題	0	0
	2.其他	731	15.68
	3.藥酒癮	4	0.09
	4.政治	8	0.17
	5.人生/信仰	249	5.34
	6.精神心理	2067	44.34
	7.健康醫療	260	5.58
	8.職業	143	3.07
	9.學業	23	0.49
	10.法律	47	1.01
	11.經濟	101	2.17
	12.性議題	13	0.28

	13.夫妻	98	2.10
	14.家庭	464	9.95
	15.人際	327	7.01
	16.感情	127	2.72
處理情形 (處遇 策略)	1.輔導協談	5654	73.02
	2.自殺評估	47	0.61
	3.危機介入	5	0.06
	4.資訊提供	1049	13.55
	5.協助與中心 預約面談	14	0.18
	6.邀請再次來電	373	4.82
	7.結案	601	7.76
處理情形 (建議中 心處理)	1.無	5740	97.16
	2.追蹤	22	0.37
	3.轉介相關資源	8	0.14
	4.通報	3	0.05
	5.建檔(黑名單)	47	0.80
	6.建檔(列管)	88	1.49
如何知道 1995 專 線	1.家人朋友	260	4.51
	2.政府/醫療/社 福或其它機構	2130	36.96
	3.報紙電視	1848	32.07
	4.網路	617	10.71
	5.海報	4	0.07
	6.其它	32	0.56
	7.不願透露	5	0.09
	8.未詢問	867	15.04

☎ 互作執行概況

捐款芳名錄

(2023.4.1 ~ 2023.6.30)

✚ 個人捐款

彭○真	\$ 4,000	郭○威	\$ 3,000
洪○	\$ 3,000	張○文	\$ 3,000
洪○俐	\$ 3,000	楊○達	\$ 2,000
唐高○霞	\$ 1,000	許○豪	\$ 1,000
楊○勇	\$ 900	楊○欣	\$ 900
賴○興	\$ 900	楊○珍	\$ 800
楊○春	\$ 800	洪○蓁	\$ 600
吳○恩	\$ 600	劉○涵	\$ 200

✚ 企業及其他捐款

綠軒景觀工程有限公司	\$ 30,000
112 年 1-2 月發票中獎	\$ 16,000
112 年 3-4 月發票中獎	\$ 15,200
鼎漢欄杆股份有限公司	\$ 10,000
捐款箱	\$ 3,438

✚ 物資捐贈

新北市喜悅成長協會	素粽 200 顆
-----------	----------

心理諮商箴言—給實務工作者的 110 個提醒

實踐大學 實習生/陳靜慈

隨著時代變遷與資訊取得更加方便，現代社會的生活步調愈發緊湊複雜，在方便但也伴隨巨大壓力的環境下，心理諮商逐漸進入人們的視野，有越來越多人在面臨人生困境時，選擇透過諮商面對自己的議題，期待諮商能給予安全、不批判與客觀的陪伴，因而心理諮商師的訓練就顯得尤為重要。

《心理諮商箴言—給實務工作者的 110 個提醒》這本書，便是透過各種簡短的案例分享，深入淺出的向讀者介紹心理諮商的專業與原則，詳細且清楚的解說了諮商的觀點與界限、個案可能的狀態、諮商師的角色、諮商中常見的問題，到諮商的技巧與步驟，以下分享四個我對書中印象深刻且能與實習經驗結合的內容：

1. 會談的過濾機制四步驟

對於過度將重點聚焦在某件事上，或滔滔不絕的個案，我們可以做的是：決定哪些資訊要暫放一邊、整理要談論的資訊、決定如何處理要問的資訊、執行。



2. 個案所有的行為都有其情境中的目的/功能

書中提到一個例子：

「房地產經理幫很多人賺到錢，自己的投資卻總是失敗，原來背後的原因是它有個強勢且愛錢的太太（但他太太又對她很好，因此表達對太太的厭惡會有罪惡感），吵架總是吵輸→投資失敗就沒辦法讓太太享受金錢，覺得自己贏了太太。」

專書心得

從例子可以看到，投資失敗看似是對當事人造成損失，但背後卻為他心裡帶來成就與滿足感，同樣道理也能放到其他個案，甚至是自己身上，若下次遇到狀況，可以從「做這件事可以為我/他帶來什麼好處」的角度看待，或許可以得到不同的收穫，也許我們就能看到：家中總是鬧事的孩子，為家庭其他成員帶來了共同處理問題的機會、對於不同關係的朋友給予不同待遇，看似冷漠，時則帶來不用過度交際的好處……等。

我相信人不會做對自己沒有好處的事，如果有，那就代表這件事帶來的好處高於壞處，而我們要看的，不是那件事有多壞，而是我們試圖透過這件壞事獲得什麼。

3. 用新的洞察跟語言，讓個案有扭動身體的空間

每個人對於不同事情都會有自己的見解與堅持，所以很多時候，我們對於事情的描述，可能就會出現「應該」、「必須」、「一定」……等詞彙，但真的是這樣嗎？讓我們來試試看，換一個方式重新述說這件事，會不會為心裡帶來新的感受：

「我必須乖巧」→「我選擇乖巧」

「我不能夠爭取我想要的」→「我不想爭取我想要的」

「我懶得去做這件事」→「我暫時沒有要做這件事」

……

看起來，換一個方式敘述似乎能提供當事人新的視角，而這不僅是會談技巧中的「重新架構」，也是每個人都能在日常生活中實踐，看見新的自己的好方法。

4. 別讓個案用「非特定主詞(it)(這)」說話

如果要跟會談技巧做結合，我會稱他為「具體化」或「澄清」。

這裡的具體化是指，當個案說出模糊詞彙時，邀請或協助個案將模糊的地方清晰描繪出來：

「這真是不公平」→「老闆真的很不公平」

「每次事情都會變成這樣」→「通常爸媽都會這樣做」

從第二個例句就可以看到，若將具體化與剛剛提到的「重新框架」結合，不僅能做到與當事人一起看見自己的狀態，同時還能透過新的語言，賦予事件不同的感受，也許，要討論的事情因此就有了不同。



幫他走過精神障礙——該做什麼？如何做？

台北大學 實習生/林采嫻

「這本書是針對非精神科醫師的助人工作者而寫的」，如同作者在自序中提到的，這本書以比較平易近人的詞彙來向讀者解釋這些精神疾病可能的原因、症狀、種類，以及如何觀察，觀察後可以怎麼協助，對於非專業者來說非常好上手。我也認為這本書對於非醫療專業的助人工作者大有助益，因為在踏入實務現場之前，我只空有一腔熱血以及一顆想助人的心，但在剛開始實習時，發現自己可以拿來使用的「裝備」寥寥無幾，導致即使我很想幫助這些精神疾病的個案，卻也愛莫能助，無法想出和此類個案協談的方向，在讀這本書之後，我對於這些疾病有了基礎的認識，再搭配和督導及志工進行討論，所以在開始接線後，才更能夠熟練地和各種不同的個案協談。例如在個案有精神醫療需求，但他對自身狀態並不了解時，如果我閱讀過本書，對精神症狀有較敏銳的覺察力，就可以在談話過程中，觀察到個案可能需要甚麼樣的資源，再以關心個案、緩解症狀為由，鼓勵個案往身心科就診。

這本書花了不少篇幅在說明較常見的精神疾病可能會有的精神症狀，這是非常重要的部分，如果沒有先對這些精神疾病做瞭解，就無法進行有效的評估。在評估個案目前的身心狀態時，需要有非常理性的意識，以客觀的角度去判斷個案目前的症狀和行為是真實存在，而不是協談員自身的反移情。



而在評估的過程中，又要使用很多旁敲側擊的技巧去驗證自己的猜測，避免因為太過直接而導致個案反感甚至是標籤化，在進一步跟退一步之間的距離是需要一點一點拿捏的。這本書提供了一些方法和應有的態度，就像如果懷疑個案有被害妄想，我們會引導個案多說，從而判斷這些事是否在合理範圍，而不是直接懷疑：「那個跟你講話的人是真實存在的嗎？」這樣的說法可能就會造成個案有一種「你現在是在說我有病」的感覺，而大部分人應該都會抗拒這樣的感覺，最後就會演變成更難建立關係的情況。

專書心得

這本書讓我印象最深刻的章節是第七章：患者的身心困境，作者提到精神疾病患者，例如思覺失調（本書用舊稱：精神分裂）患者，在服藥之後，正性症狀如幻聽、被害妄想漸漸消失，對於患者來說，一直以來自己深信的事物都不是真的，對個案來說是衝擊很大的一件事，這個段落把精神疾病患者在這個階段可能會遇到的各種情緒和原因都列出來，看到這裡我感覺驚訝又難過，驚訝是我從來沒想過在這些患者終於有病識感，開始穩定服藥要對抗病魔時，還會有這麼一個阻礙是他們要去突破的，難過的部分是，試想我一直相信的事情，有一天開始不再出現，身邊的人也告訴我其實從來都沒有存在過，

即使我原本就知道我有生病，但這會讓我必須更真實的面對我生病這件事，而且這個病永遠不會好，也隨時都可能再復發，這相當於判決一個人無期徒刑，一輩子都要困在這個病裡。

雖然這本書讓我學到客觀、理性的評估個案，但我也時刻提醒著自己，在疾病之外，他們也是一個生命，一個獨立的個體。可以在心理用理性來判斷，但不管今天個案是否有精神疾病，身為一個協談員，我當下最能夠幫助他的，就是專心的傾聽他的生命故事，用這一通電話陪伴他面對自己的難題。



志工在職訓練

由新北市政府補助



課程主題：有效的親子互動與溝通

(心理師陳悅華)

「親子」是人的一生中必經的一段歷程，在這段關係中如何展現有效的溝通與互動是一件相當重要的課題。讓我們跟著專業心理師的腳步，一步一步來了解「親子」這個議題吧！



課程主題：長照 2.0 (心理師李汶軒)

長照只服務 65 歲以上的長輩嗎？長照只服務生病的人嗎？作為照顧者有沒有長照服務可以使用呢？長照服務歷經十年由 1.0 晉升為 2.0，提供的服務大大不同，由專業心理師帶領大家一起來認識「長照 2.0」。

志工在職訓練

由聯合勸募補助



課程主題：自殺風險評估實務訓練
(心理師簡玉坤)

承接去年自殺危險評估課程，今年開設四場訓練，期藉由專業實務工作者的帶領，以小班制的方式進行實務分享、學習，讓 1995 自殺防治專線的危機評估能力更上一層樓。



主題：個案研討會 (心理師簡玉坤)

大眾打進 1995 的原因相當多元，或許也會在線上出現一些突發狀況，藉由在 1995 線上服務的協談老師提出議題，在心理師的帶領下，共同討論問題的應對方式，並補充相關知識，使研討會更貼近線上實務。



主題：志工督導團體督導
(社工師翁慧真)

112 年第一場志工督導團督，由志工督導提出議題，說明在執勤過程中所遇到的困難、困惑，並邀請專業實務社工師帶領討論，在相互的經驗分享與激盪中，帶出不一樣的思考邏輯與方向。

活動預告

珍愛生命～情緒支持團體

從小，我們就學會了用壓抑情緒的方式，

來得到家庭和社會的認同與接納，

但卻把心「鎖」上了，

產生抑鬱、焦慮、甚至在關係中出現問題。

藉由團體的支持和陪伴，

認識自我情緒、擴展生活廣度、增進關係連結、學習放鬆技巧、了解社會資源，

在團體中一起探索、感受、體驗、宣洩情緒，

增加彼此的能量！



社團法人新北市國際生命線協會

珍愛生命～

免付費

情緒支持團體

✓ 共八次，下一梯次預計於九月辦理：

認識你 彩繪 生命 串起 「炫」染 開心果 網網相連 團體歷程
真好 曼陀羅 臉譜 生命線 生命 開心過 你我他 與回顧

✓ 地點：新北市生命線（板橋區四川路二段245巷89號）

✓ 如有問題可洽詢新北市生命線

E-mail : tplla1995@gmail.com

電話：02-8967-5599

贊助單位：



Life On Line 1995

⊕活動預告

第十屆自殺防治宣導活動——公益音樂會

每年的9月10日為「世界自殺防治日」，
本會為倡導自殺防治工作，
與新北市政府共同主辦第十屆自殺防治宣導活動，
邀請對公益、對社會服務有興趣的你，
共襄盛舉！

★日期：112年9月10日

★地點：新北市政府多功能集會堂

★索票時間：預計於八月初開放索票

★詳細資訊請關注「新北市生命線官網」

新 北 市 生 命 線

公 益 音 樂 會

Coming soon



社團法人新北市國際生命線協會

捐款收據核准字號(78)北縣稅工字第 60074 號

誠摯感謝您支持本會電話協談、心理輔導與危機處遇之工作推廣，亦感謝您願意贊助本會業務發展所需經費，請務必詳細填寫下列資料，並回傳真至(02)8967-8899 或 Email：tplla1995@gmail.com，本會收到資料審核後於每月 20 日進行扣款。

信用卡授權書

填寫日期： 年 月 日

捐款人姓名		捐款人編號	(勿填)
出生日期	年 月 日	身分證字號 (公司統編)	
聯絡電話		手機號碼	
聯絡地址			
E-mail			
捐款收據抬頭			
收據開立方式	<input type="checkbox"/> 開立單次收據 <input type="checkbox"/> 開立年度收據		
收據郵寄地址			

信用卡別	<input type="checkbox"/> VISA  <input type="checkbox"/> MasterCard  <input type="checkbox"/> JCB 		
信用卡號			
發卡銀行		有效期限	月 年
簽名(請與信用卡簽名相同)			
本人同意提供上述信用卡號，作下列捐款事宜(請自行勾選)：			
1. <input type="checkbox"/> 每年捐款一次，於_____月捐款，每次金額為新台幣_____元整			
2. <input type="checkbox"/> 每個月捐款一次，自_____年_____月起至_____年_____月止，每次金額為新台幣_____元整			
3. <input type="checkbox"/> 不定期捐款，本次捐款金額為新台幣_____元整			

- 本表填寫完請傳真至(02)8967-8899 或 Email：tplla1995@gmail.com
亦可郵寄至(220)新北市板橋區四川路二段 245 巷 89 號 新北市國際生命線協會收
另有郵政劃撥帳號：1270-7549
銀行匯款：009-001-00007266 遠東國際商業銀行(板橋南雅分行)
- 如有任何問題，歡迎來電話洽詢(02)8967-5599

— 新北市國際生命線協會感謝您的支持與贊助 —

發行所：社團法人新北市國際生命線協會

發行人：理事長徐明偉

發行日：2023.07.06

會址：新北市板橋區四川路二段 245 巷 89 號

電話：(02) 8967-5599

傳真：(02) 8967-8899

協談電話：1995

網址：www.1995.org.tw

臉書粉專：[新北市生命線](#)

E-mail：tp11a1995@gmail.com

劃撥帳號：12707549 社團法人新北市國際生命線協會

幫助生命線，你我做得到
我們需要您的支持！期望您的參與！

劃撥捐款

戶名：社團法人新北市國際生命線協會
帳號：12707549
地址：新北市板橋區四川路二段245巷89號
電話：02-89675599

銀行匯款

戶名：社團法人新北市國際生命線協會
帳號：009-001-00007266
銀行：遠東國際商業銀行 板橋南雅
地址：新北市板橋區四川路二段245巷89號
電話：02-89675599

生命中最美麗的承諾

- 一、加入本會會員
 - (1) 基本會員：入會費\$500元；常年會費\$2,000元
 - (2) 團體會員：入會費\$500元；常年會費\$10,000元
- 二、不定期捐款
- 三、擔任生命線志工

愛心碼 021995

