

109 年臺北市政府自殺防治研討會

「守護生命 young 起來!~開啟與青年世代的對話」活動花絮

壹、計畫緣起

根據衛生福利部公布國人死因統計資料顯示，台灣的自殺死亡率自 105 年每十萬人口有 19.3 人死亡，到了 108 年則下降至每十萬人口 12.6 人。雖然總體自殺死亡率逐年下降，但 15 歲到 24 歲的年輕族群的自殺死亡率則逐年提升，從 106 年的每 10 萬人口 6.4 人，至 108 年則增加至 9.1 人，這樣的現象不只在台灣發生，也是全世界都在面臨的問題。

青春期是個敏感、不穩定的發展階段，在這個兒童到成人的過渡階段，在大人眼中，可能會覺得許多讓青少年感到困擾的事情「沒這麼嚴重」。但或許，對發展中的青少年而言，這些看似微不足道的小事，很可能就是壓垮駱駝的最後一根稻草。研究顯示，發現有關環境因素中的生活困境、家庭困境、人際困境及死亡概念的個體生活事件是造成青少年自殺與壓力的主要來源，而來自家庭、同儕的社會支持，可降低自殺意念的發生。

臺北市每年約有 300 多人死於自殺，平均每 1~2 天就有 1 人因自殺而失去寶貴生命。特別是 15 歲及 24 歲的自殺死亡率逐年上升，從 105 年的每 10 萬人口 4.4 人持續上升至 108 年 10.6 人。

分析其自殺原因，前三名為「精神健康/物質濫用」、「情感/人際關係」及「校園學生問題」，我們希望透過了不同的面相嘗試去了解青年的身心發展狀況，進入他們的世界，學習如何與他們互動，提升本市青年自殺防治整體效能。

貳、目標

邀請國內專家學者、實務工作者及民間單位，針對醫療、校園及家庭等各領域接觸青年的服務工作者及家長會成員，進行自殺防治議題研討與交流。

參、研討會資訊

- 一、主辦單位：臺北市政府自殺防治中心、臺北市政府衛生局
- 二、協辦單位：臺北市教師研習中心、臺北市政府教育局
- 三、辦理時間：109 年 11 月 27 日 (星期五) 09:00~16:30
- 四、辦理地點：國立台灣大學公共衛生學院 101 教室 (台北市中正區徐州路 17 號)
- 五、參與對象：本市教職人員(國中、高中職、大專院校之導師、輔導老師、一般教師、認輔教師或學校行政人員)、各級學校家長會成員、臺北市政府局處單位、醫療院所、心理師、社工師及社區青少年業務相關人員。

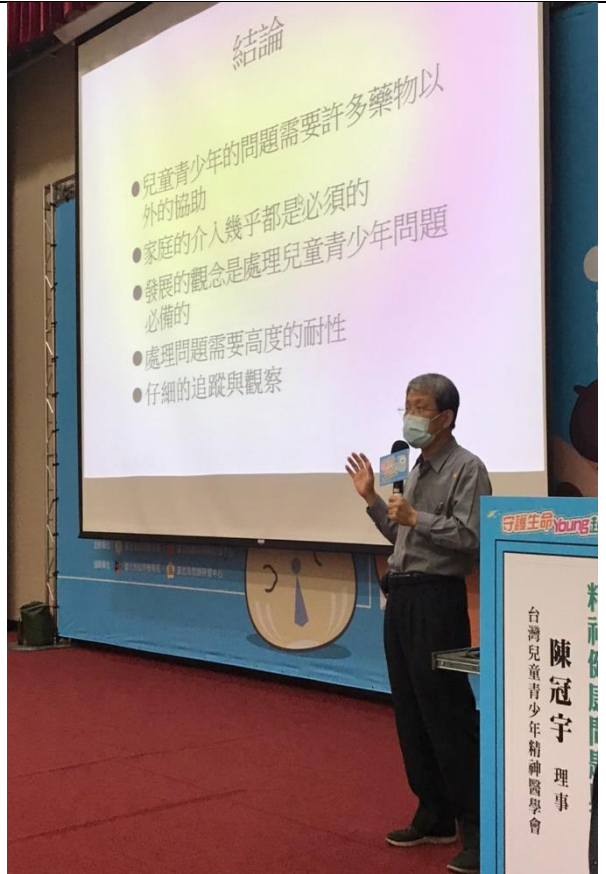
六、課程規劃：

| 時間 | 主題 | 主講者 | 主持人 |
|-------------|--------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------|
| 09：20—09：30 | 開幕式—長官致歡迎詞 | | |
| 09：30—10：20 | 青少年的精神健康問題與自殺 | 台灣兒童青少年精神醫學會 陳冠宇理事 | 臺北市立 聯合醫院 松德院區 楊添圍院長 |
| 10：20—10：30 | Q&A | | |
| 10：30—10：40 | 休息 | | |
| 10：40—12：10 | 青少年的人際互動問題與自殺--給家長的一封信&我們可以怎麼做 | 冬青心理治療所 金融臨床心理師 | |
| 12：10—12：20 | Q&A | | |
| 12：20—13：20 | 午休用餐 | | |
| 13：20—14：10 | 青少年的校園問題與自殺 | 國立臺北護理健康大學 生死與健康心理諮商系 李玉嬋教授 | |
| 14：10—14：20 | Q&A | | 臺北市立 聯合醫院 松德院區 陳映燁醫師 |
| 14：20—15：10 | 網路霸凌 憂鬱 與運動習慣 | 董氏基金會 葉雅馨主任 | |
| 15：10—15：20 | Q&A | | |
| 15：20—15：30 | 休息 | | |
| 15：30—16：20 | 青少年自殺趨勢及澳洲心理健康急救計畫-青少年版介紹 | 國立台大公衛學院 社區及行為科學所 張書森副教授 | |
| 16：20—16：30 | Q&A | | |

肆、研討會照片



開幕儀式



- 結論
- 兒童青少年的問題需要許多藥物以外的協助
 - 家庭的介入幾乎都是必須的
 - 發展的觀念是處理兒童青少年問題必備的
 - 處理問題需要高度的耐性
 - 仔細的追蹤與觀察

台灣兒童青少年精神醫學會
陳冠宇 理事

台灣兒童青少年精神醫學會 陳冠宇理事



主持人 聯醫松德院區楊添園院長



台大公衛學院張書森副教授



董氏基金會 葉雅馨主任



國立臺北護理健康大學 李玉嬋教授



冬青心理治療所 金融臨床心理師



QA 時間



研討會現場