

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」

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、繼續教育積分認證：完整完成研討會課程者，本研討會將申請教師積分、醫師、護理師、臨床心理師、諮商心理師及社會工作師之繼續教育積分認證。(實際核發時數積分將依各學會認定)

七、報名費用及人數：全額免費，預計 180 人，額滿為止

八、報名方法：

(一)教師報名：請於報名截止日前逕行登入臺北市教師在職研習網站報名 (<http://insc.tp.edu.tw>)，並列印報名表經行政程序核准後，再由學校研習承辦人進入系統辦理薦派報名。

➡聯絡方式：臺北市教師研習中心 秦玲美研究教師，電話：2861-6942 轉 213、傳真：2861-6702、電子信箱：tiec213@gmail.com

(二)其他人員：請於研習前 7 日，逕至臺北市自殺防治中心官網/報名專區(<https://tspc-health.gov.taipei/Default.aspx>)進行線上報名；如有疑問請洽自殺防治中心承辦人：02-2321-2730 轉 64 吳岱紘約聘組員。

九、課程規劃：

時間	主題	主講者
09:00—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	臺北市立聯合醫院 兒童青少年精神科 蔣立德醫師(暫定)
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	
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、備註

- 一、會場為中央空調，敬請與會同仁自備外套。為響應節能減碳，敬請自行攜帶環保餐杯具。
- 二、本活動若遇天然災害，人事行政局宣布不上班，活動自然取消，不另公告。研討會承辦人：吳岱紘組員；電話：(02)23212730 轉 64。信箱：al6055wu@health.gov.tw
- 三、考量疫情所需，本活動採實名制，且不接受現場報名，請與會人員須攜帶身分證刷卡後入場，並配合體溫量測及配戴口罩。