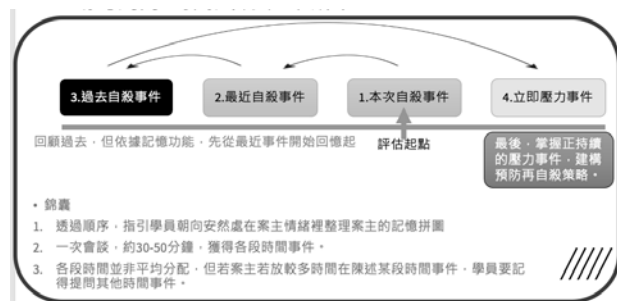


融入生命史之  
自殺防治評估與  
策略擬定

莊淑婷 諮商心理師  
自殺防治暨酒藥癮防治中心



以 拼圖 為概念，  
 設計兩張卡片，  
 供初學者會談  
 現場使用



# ○ 設計理念：

- 透過具備自殺風險評估能力，促進擬定預防介入策略之能力發展



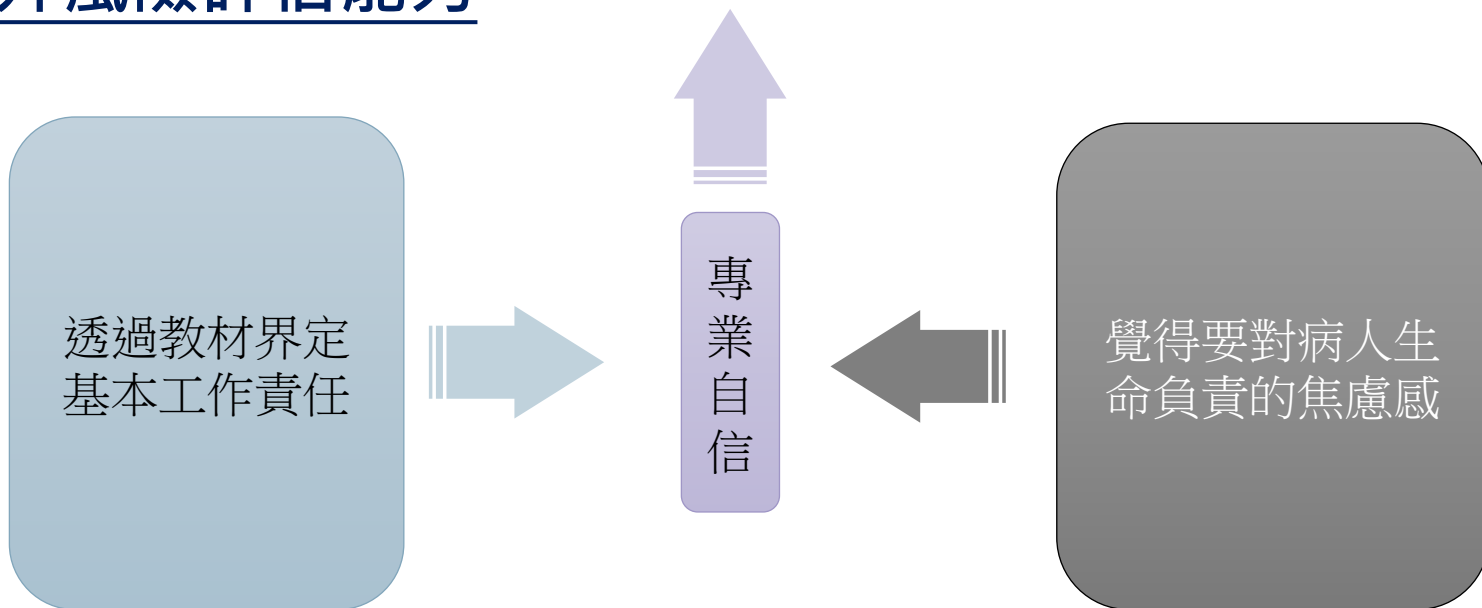
# ○ 設計理念：

- 學員常見焦慮：對於自殺的風險評估能力之自信不足



# ○ 設計理念：

- 目的：改善現有教學方式，使具備緩解學習焦慮與提升風險評估能力



# ○ 教學對象與場域

- 對象：
  - PGY
  - UGY
- 場域：
  - 於**會談過程**需進行自殺風險評估以擬定或修正介入策略之臨床現場





# 教學架構

## • 知識面：

1. 參與院內自殺防治守門人課程（每年四小時）：  
了解醫療場域自殺防治基礎概念
2. 了解評估表單：BSRS-5、自殺意念評估量表、  
自殺行為風險評估量表

## • 臨床面：

1. 見習：醫師門診與心理師實務工作
2. 定期督導

3. 新增-透過訓練**自殺事件時間衡鑑法**，每個自殺事件都以原有評估表單風險評估，透過生理心理社會模式整合所有資訊。





# 教學架構

## 原本訓練所採用的評估表單

18. \*自殺地點(自殺意念者非必填):  自宅  租屋處  大樓(非自宅)  汽車  旅館  公園  馬路  鐵路  捷運  山區  河(海)  其他地點: \_\_\_\_\_

19. \*行為發生時是否有飲酒:  是  否  不詳

20. \*自殺方式:(複選,最多三種,自殺意念者非必填)

<input type="checkbox"/> 安眠藥鎮靜劑	<input type="checkbox"/> 以鎊砲、氣槍及爆竹物	<input type="checkbox"/> 服用或施打毒品過量	<input type="checkbox"/> 自焚
<input type="checkbox"/> 除安眠藥鎮靜劑之外藥物	<input type="checkbox"/> 一般農藥(如:農用殺蟲劑、除草劑、生長劑等)	<input type="checkbox"/> 化學物品(如:漂白水清潔劑、鹽酸等)	<input type="checkbox"/> 割腕
<input type="checkbox"/> 巴拉刈農藥	<input type="checkbox"/> 其他部位之切穿工具	<input type="checkbox"/> 上吊、自縊	<input type="checkbox"/> 悶死及窒息(如塑膠袋套頭)
<input type="checkbox"/> 跳樓	<input type="checkbox"/> 汽車廢氣	<input type="checkbox"/> 家用瓦斯	<input type="checkbox"/> 溺水
<input type="checkbox"/> 燒炭	<input type="checkbox"/> 其他部位之切穿工具	<input type="checkbox"/> 家用瓦斯	<input type="checkbox"/> 其他氣體及蒸汽
<input type="checkbox"/> 臥、跳軌(含鐵路、捷運等)	<input type="checkbox"/> 撞擊(如:撞牆、撞車等)	<input type="checkbox"/> 溺水(淹死)跳水	<input type="checkbox"/> 其他氣體及蒸汽
<input type="checkbox"/> 高處墮下	<input type="checkbox"/> 除了上列方式之外之自殺方式: _____		

21. \*自殺原因:(複選,最多三種)

<input type="checkbox"/> 情感/人際關係	<input type="checkbox"/> 精神健康/物質濫用	<input type="checkbox"/> 工作/經濟	<input type="checkbox"/> 生理疾病
<input type="checkbox"/> 夫妻問題	<input type="checkbox"/> 憂鬱傾向、惡劣憂鬱症	<input type="checkbox"/> 職場工作壓力	<input type="checkbox"/> 慢性化的疾病問題(如:久病不癒)
<input type="checkbox"/> 家庭成員問題	<input type="checkbox"/> 其他精神疾病	<input type="checkbox"/> 失業	<input type="checkbox"/> 急性化的疾病問題(如:初得知患病)
<input type="checkbox"/> 感情因素(如男女朋友)	<input type="checkbox"/> 物質濫用(酒、藥、毒品)	<input type="checkbox"/> 債務	<input type="checkbox"/> 不願說明或無法說明
<input type="checkbox"/> 喪親、喪偶	<input type="checkbox"/> 被竊	<input type="checkbox"/> 其他	<input type="checkbox"/> 個案(家屬)不願說明
<input type="checkbox"/> 校園學生問題	<input type="checkbox"/> 遭受騷擾	<input type="checkbox"/> 兵役因素	<input type="checkbox"/> 個案因身體狀況無法說明
<input type="checkbox"/> 學校適應問題(如課業壓力、體罰、霸凌等)	<input type="checkbox"/> 遭受暴力	<input type="checkbox"/> 喪葬自殺、官司問題	<input type="checkbox"/> 不詳
<input type="checkbox"/> 生涯規劃困惑	<input type="checkbox"/> 遭受詐騙	<input type="checkbox"/> 其他: _____	

1. 最近一週會不 22. 有無其他人一起自殺:  有, 關係: \_\_\_\_\_  無

2. 最近一週會不 23. \*自殺後身體狀況(自殺意念者非必填):  穩定  惡化  惡劣  死亡  其他: \_\_\_\_\_

3. 最近一週會不 24. \*目前是否有在精神科就診或進行心理健康諮詢:  有, 疾病診斷: \_\_\_\_\_  無  不詳

4. 最近一週會不 25. \*目前是否有在精神科就診或進行心理健康諮詢:  有, 疾病診斷: \_\_\_\_\_  無  不詳

5. 最近一週會不 26. \*覺得比不別人?  是  否  不詳

6. 最近一週會不 27. \*有自殺的念頭?  是  否  不詳

自殺意念評估(兩次連續期間) 風險=  低1-5分  中6-9分  高10以上

1. 是否會覺得死了比較好或願自己已經死了?  否  是, 1

2. 是否有過要傷害自己的念頭?  否  是, 2

3. 是否有慎重考慮到要自殺?  否  是, 6

4. 是否有過自殺計劃(有沒有想過要怎麼自殺)?  否  是, 10

5. 是否嘗嘗以過自殺?  否  是, 10

PSIS 評估(兩次連續期間) 風險=  低<4分  中4-10分  >10以上

1. 地點隔離程度  1. 可被立即發現  2. 在附近/電話裡  3. 沒有人能發現

2. 時機選擇  0. 可成立即介入處理  1. 不太可能介入  2. 非常不可能介入

3. 防止他人介入  1. 不防止  2. 被勸防止  3. 積極防止

4. 自殺後之求助行動  1. 告知他人自殺  2. 有與他人連繫, 但未告知  3. 未告知可能的協助者

5. 告別行為  1. 無  2. 企圖  3. 確實有做

6. 手段準備程度  0. 無任何安排/準備  1. 簡便/部分安排/準備  2. 充分安排/準備

7. 遺言  1. 沒有  2. 想要, 但尚未寫下  3. 已寫好

8. 想死之意向  1. 並不想死  2. 不確定想死  3. 真的很想死去

9. 考慮時期  0. 考慮不超過一小時  1. 考慮不到一天  2. 考慮超過一天

10. 對獲救的反應  1. 很高興獲救  2. 不確定是否高興  3. 覺得被獲救很失望

11. 治療前後  1. 完全康復  2. 不太可能會死  3. 很可能會死

12. 未經治療的話  1. 不會死  2. 不確定  3. 一定會

其他: 病識感(0-3)  了解自己的問題本質  了解治療的必要性  願意接受治療

保護因子:  就醫  親人  朋友  自我控制感  求助行為

個人或家族自殺史或相關背景史:(家庭圖或時間軸說明)

本日會議內容與初步分析:

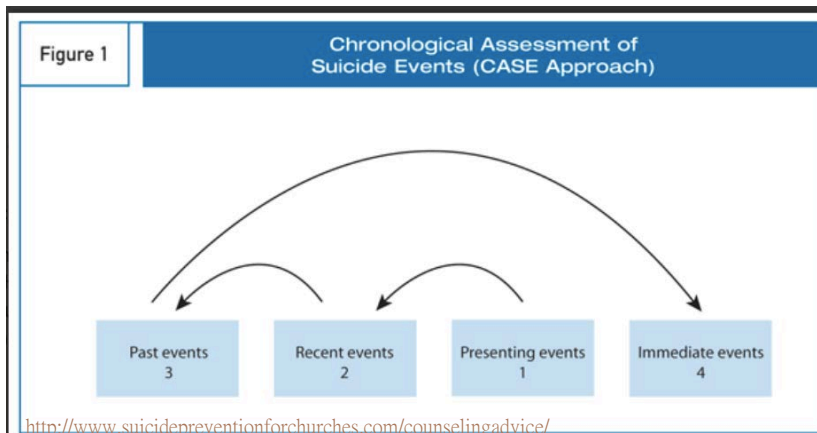
綜合上述評估, 本次自殺風險性描述:  無  輕  中  高

## 修正表單: 採納的概念

# 生理心理社會模式與(3+1)P因子

	生理(Bio-)	心理(Psycho-)	社會(Social-)
<b>前置因子</b> (predisposing factor)			
<b>誘發因子</b> (precipitating factor)			
<b>持續因子</b> (perpetuating factor)			
<b>保護因子</b> (protective factor)			

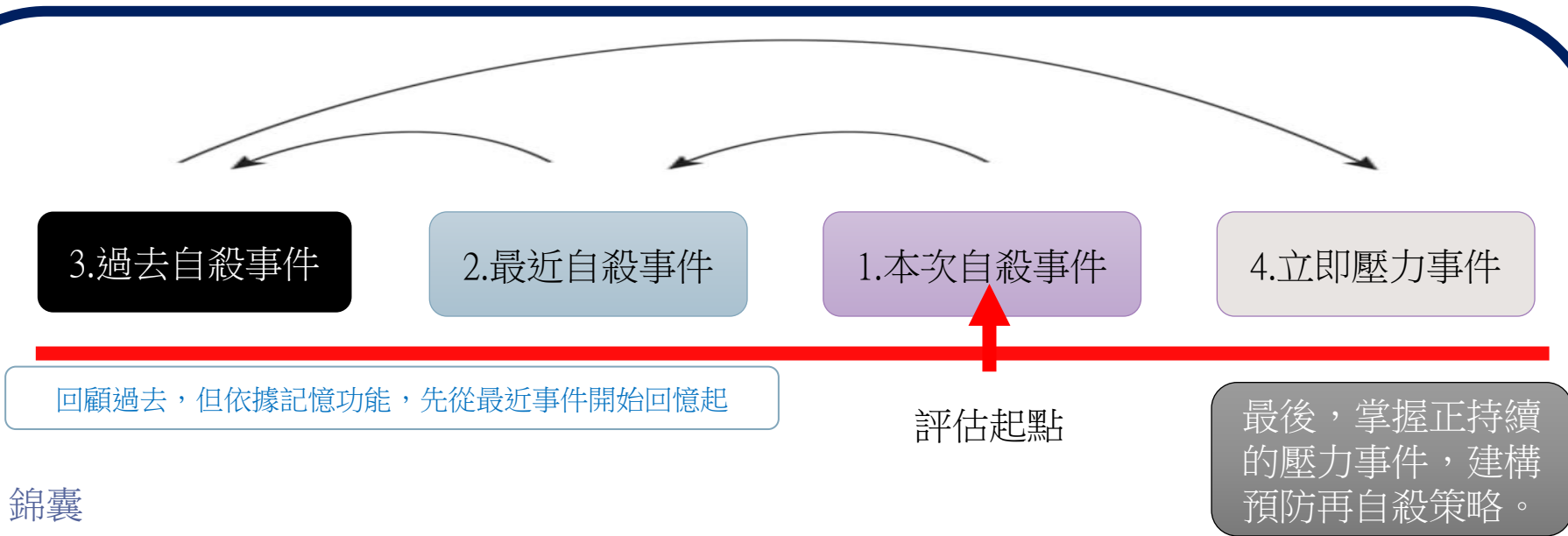
## 自殺事件時間衡鑑法





0

## 修正後教材說明：“時間尺規”-找尋拼塊與分類



### • 錦囊

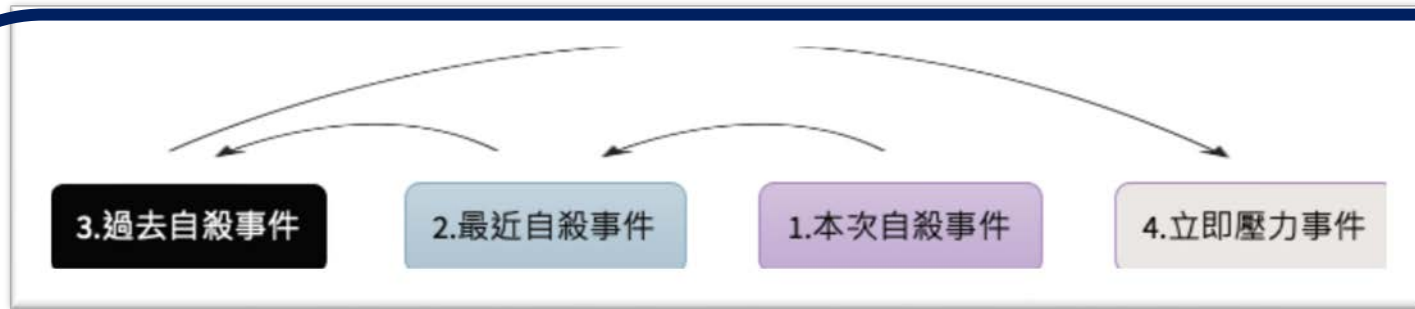
1. 透過順序，指引學員朝向安然處在案主情緒裡整理案主的記憶拼圖
2. 一次會談，約30-50分鐘，獲得各段時間事件。
3. 各段時間並非平均分配，但若案主若放較多時間在陳述某段時間事件，學員要記得提問其他時間事件。



修正後教材說明：

## 2. 「風險程度與策略擬定」的拼圖全貌來自於：

範圍：供學員於會談現場立即放入的訊息面向



將上述時間尺規所收集到與自殺相關的各項資訊放入以下區域

	生理(Bio-)	心理(Psycho-)	社會(Social-)
前置因子 (predisposing factor)			
誘發因子 (precipitating factor)			
持續因子 (perpetuating factor)			
保護因子 (protective factor)			

Legend for Factor Categories:

- 前置因素 (Predisposing factors) - Black box
- 誘發因素 (Precipitating factors) - Light blue box
- 持續因素 (Perpetuating factors) - Purple box
- 保護因素 (Protective factors) - Light green box



# 教學評量：從學習里程碑建構評量向度

## 里程碑 1:行政作業

- 次目標 1:院內標準作業流程
- 次目標 2:個管作業行政流程
- 次目標 3:有可能接觸或合作的
- 次目標 4:自殺評估相關工具
- 次目標 5:操作院內個案追蹤
- 次目標 6:督考與評鑑等相關

## 里程碑 2:藉由各種類型的自殺風險

- 次目標 1:酒癮病人：意念/企
- 次目標 2:藥癮病人：意念/企
- 次目標 3:癌症病人：意念/企
- 次目標 4:其他類型住院中風
- 次目標 5:未成年自殺 (PGY)

## 里程碑 3:和病人 (或相關人員) 在

- 次目標 1:CASE (PGY+UGY)
- 次目標 2:開放式或封閉式問
- 次目標 3:自我價值觀的覺察
- 次目標 4:面對家屬(1)提醒環
- 與轉介資源者 (PGY+UGY)

次目標 5:說明院內資源 (如精神科或其他) 與院外資源 (如衛生局追蹤) 的說法。(PGY+UGY)

## 里程碑 4:擬出預防再自殺策略

- 次目標 1:列出風險因子 (PGY+UGY)
- 次目標 2:列出保護因子 (PGY+UGY)
- 次目標 3:擬出階段性自殺防治策略 (PGY+UGY)

## 里程碑 5:和團隊溝通所規劃的自殺策略

- 次目標 1:和原醫療團隊討論對策的合宜性 (PGY)
- 次目標 2:當認為堅持某項作法但有團隊合作上困難或限制時的因應思考 (PGY)

	不過關 (空白)	過關 (完成2/3)	優異 (完成)
CASE運用			
生-心-社 X 前置因子			
生-心-社 X 促發因子			
生-心-社 X 持續因子			
生-心-社 X 保護因子			
策略擬定 (整合相關各類因子)			
風險評估自信度 (不計分)			



# ○ 評估量表： 評估與策略擬定能力

	生理(Bio-)	心理(Psycho-)	社會(Social-)
前置因子 (predisposing factor)			
誘發因子 (precipitating factor)			
持續因子 (perpetuating factor)			
保護因子 (protective factor)			

	不過關 (空白)	過關 (完成2/3)	優異 (完成)
C A S E 運用			
生-心-社 X 前置因子			
生-心-社 X 促發因子			
生-心-社 X 持續因子			
生-心-社 X 保護因子			
策略擬定 (整合相關各類因子)			
風險評估自信度 (不計分)	低自信	適度自性	很有自信

備註：若能力均過關或優異，但學員仍有自信度不足處，或很有自信但過半能力不過關，都將與學員討論或擬定輔導策略。

# ○ 反思對全人照護能力之促進： 「風險評估與策略擬定能力」會促發可能的 核心能力發展-

病人照護(Patient Care)	具備情緒命名，與擬定情緒因應策略之雙重能力
心理學知識(Psychological Knowledge)	擁有符合自己人性觀與價值觀的心理學理論與相關知識，從中發展全人視野
實務中學習及成長(Practice-based learning and improvement)	能從多專業團隊工作中持續自我覺察與自我精進
人際關係與溝通技巧 (Interpersonal and communication skills)	醫病溝通以及專業間溝通能力的提升與改善能力
具備專業素養 ( Professionalism )	具有多元文化敏感度以達到尊重與催化自主之能力
系統下的臨床工作 ( Systems-based practice )	具備辨識病人與自身所處的各種系統與相互影響程度之能力，而幫助在各系統中行動的自由度發展。

醫療場域諮商心理師六大核心能力(概念初想)



## 0 參考資料

Shawn C. Shea ( 2019 ) 自殺衡鑑實務 ( 譯者：國家教育研究院, 陳秀卿, 梁瑞珊, 呂嘉寧 ) ，五南出版社。

The Accreditation Council for Graduate Medical Education, <https://www.acgme.org/>

