

## 收容人幸福捕手彼此關懷講座

收容人在所內雖然與他人的空間距離變得很接近，但由於每個人在不同的家庭成長，受教育程度、接觸的社會環境不同，人際間的距離不一定可以很靠近，加上收容期間與家人隔離，或本身還有未定案的訴訟正在進行、後續案件待服刑，如果還有本身的適應或情感、情緒困擾及疾病因素等，就會造成在所內生活的不穩定感，甚至是產生內心的孤單、無望感等失落情形。在這個時刻，所內收容人可以好好互相陪伴，就是最重要的事情。一起走過共同協力攜手走出生命的低潮與不安，邁向希望的未來，可謂「幸福捕手彼此關懷」，人人都是自殺防治守門人。

在最關鍵的時刻阻止憾事發生，但在突然發生時往往一時不知如何協助，本所與高雄市政府衛生局共同辦理，收容人「幸福捕手彼此關懷」講座，邀請高雄市政府衛生局自殺防治種子教師，同時也是本所執鞭多年的授課老師陳馨，在課程中簡要的讓收容人記得幸福捕手五口訣：看聽轉牽走。1. 看徵兆-覺察自殺危險性、2. 聽心聲-仔細聆聽關懷陪伴、3. 轉念頭-路不轉人轉，學習心方法、4. 牽資源-拉起愛的小手，牽出幸福安全網及 5. 走出新選擇-建立健康生活方式等。只要記得這五個口訣，並且明白它的意思，彼此伸出援手及早尋求協助，人人都可以成為別人的貴人。



人人都可以成為幸福捕手



觀察、傾聽身邊的人



牽資源-行政院衛生署安心專線：  
0800-788-998



走出新選擇

