

# 馬偕學校財團法人馬偕醫護管理專科學校

## 學生輔導中心-自我安全承諾書

我\_\_\_\_\_與心理師/輔導老師約定，自\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日至\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日，我絕不做出傷害或危害自己/他人生命的行為，但是如果我發現自己情緒低落，很難控制自殺念頭、衝動或行為時，在上班時間，我會親至學輔中心或打給學輔中心(關渡 2858-4180#2151、2150；三芝 2636-6799#3151、3150)，在下班時間，我會打電話給校安專線(2858-8257)、家人、朋友或師長，以尋求協助，幫助自己度過這個難關。

在緊急狀況時，可以協助我的家人、師長及朋友之姓名與聯絡方式如下：

➤ 若我想自我傷害，我會先聯絡

1. \_\_\_\_\_ 關係\_\_\_\_\_ 電話：\_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_ 關係\_\_\_\_\_ 電話：\_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_ 關係\_\_\_\_\_ 電話：\_\_\_\_\_

➤ 必要時，我可以諮詢機構：

1. 各縣市生命線：1995
2. 各縣市張老師：1980
3. 衛服部安心專線(24小時)：0800-788995

立約人：\_\_\_\_\_

心理師/輔導老師：\_\_\_\_\_

立約時間：\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_日\_\_\_\_\_時\_\_\_\_\_分