

## 自殺危機衡鑑表

危機程度 判斷項目	低	中	高
<b>1. 自殺計畫</b>			
<b>A. 細節</b>	模糊、沒有什麼特別的計畫	有些特定計畫	有完整之想法，清楚訂出何時、何地及方法
<b>B. 工具之取得</b>	尚未有	很容易取得	手邊即有
<b>C. 時間</b>	未來非特定時間	幾小時內	馬上
<b>D. 方式之致命性</b>	服藥丸、割腕	藥物、酒精、一氧化碳、撞車	手槍、上吊、跳樓
<b>E. 獲救之機會</b>	大多數時間均有人在旁	如果求救會有人來	沒有人在附近
<b>2. 先前的自殺企圖</b>	沒有或一個非致命性的	有許多低致命性或一個中度致命性；有重覆之徵兆	有一高度致命性或許多中度致命性的

3.環境壓力	沒有明顯之壓力	「對環境之改變」或「失去某些人或物」有中度反應	「對環境改變」或「失去某些人或物」有強烈反應
4.徵兆			
A.日常生活之處理方法	可以維持一般生活	有些日常活動停止。飲食、睡眠、以及課業受到影響	日常生活廣泛受影響
B.憂鬱	輕度之情緒低落	中度之情緒低落；有悲傷、受困擾、或孤獨感產生，且活動量降低	受到無希望感、悲傷及無價值感之打擊，而產生退縮或爆發性攻擊的行為
5.支持資源	可獲得家人與朋友幫助	家庭或朋友可幫助但非持續性的	對家庭、朋友採敵視，中傷或冷漠之態度
6.溝通之方式	直接表達自殺之感覺及意圖	表示出人際間的自殺目的，如：我會表現給他們看，他們會因此而感到抱歉	內心的自殺目標（有罪惡感、無價值感）很不直接或根本不表達
7.生活型態	尚有穩定的人際關係、人格表現及學業表現	有藥物濫用，有衝動性之自殘行為	有自殺行為，人際相處困難
8.健康狀況	沒有特別的健康問題	有反應性、突發性、短暫的精神或生理疾病	有慢性的、逐漸衰退性的疾病或急性之大病