

- 3) 另外，也請您多觀察班上的孩子（學生），是否有因此事件而引發出有別以往的舉動或情緒，（如：出現類似的模仿行爲？出現類似傷害別人的言語？等），並適時的介入與輔導，或轉介相關的專業輔導人員。

最後，若你發現此事對你的影響已嚴重波及你的正常作息及生活，請與專業的諮商/輔導人員聯繫，讓他們陪伴你度過這一切。同時，也請注意你身邊是否有一些情緒較易不穩定、人際疏離、或平時容易憤世嫉俗、想法偏激、衝動性高、甚至也曾透露過有類似念頭的同仁或孩子。在這個時候，他們很可能會受到影響。若你發現他的狀態有異，例如在言談間、網路上出現異樣的言論（包括疑似想傷害自己或他人），或有任何引起你擔心的表現，請多多關心他們，必要時與相關單位聯繫，請專業人員協助處理。這不僅僅是幫助對方，也是幫助你自己、幫助整個社會。

文章整理：李家雯諮商心理師

(此為欣苗企鵝班承恩囑咐)

相關輔導資源平台:

- 台北市學生輔導中心 電話：25632156 諮詢專線：25630116
<http://tscc.tp.edu.tw/>
- 社區心理衛生中心 電話：3393-6779 #10
<http://mental.health.gov.tw/FrontIndex.aspx>
- 社區心理諮商服務門診表
<http://mental.health.gov.tw/WebForm/MessageDetail.aspx?InfoID=a0a7cd124dce4f73a515dd441431a759>

延伸閱讀：

(1)<https://www.facebook.com/notes/julia-chen/時事捷運喋血-急救包/10154145084700103>

(2)捷運驚魂後 安心 5 步驟：http://www.atcp.org.tw/news_ok.php?nid=389