



《全台生命線 1995 不停線》守護疫情下的心理健康 用心生活，拉近彼此心的距離

新聞稿

● 巨變下的台灣社會，需要生命線 1995 的守護

近日疫情升級，本月 19 日首次全台進入三級防疫警戒；部分行業、學校、補習班與宗教集會等全面暫停等，使台灣民眾除了面對疫情帶來的恐懼不安，同時間也面臨到社會環境與生活模式的巨大轉變。陪伴台灣 50 餘年的生命線，深知此時協談服務的重要性，儘管各地生命線協會允許志工老師自主減少或停止排班，然而，據生命線總會調查，全台仍有 80% 的生命線志工老師在遵守中央防疫政策下，以更嚴謹的環境管理與自我保護措施，繼續堅守協談服務崗位，使生命線 1995 協談專線在疫情下服務不停線。

● 近日各地生命線協會 1995 專線之平均有效接聽來電數約為去年 1.5 倍

依據未減班之協會統計 5 月 20 日至 26 日之有效接聽來電數與去年比較得知：最高之來電數提升率達 96%，即本週之接聽來電為去年的 2 倍；其他協會提升率約在 35-48% 之間，即未減班之生命線專線，在本週所接聽的來電約為去年的 1.5 倍。來電數增加原因也可能為其他專線滿線、相關求助專線暫停服務，或生命線協會間相互支援等因素影響，都可能是導致來電數較以往大幅增加、來電頻率更加密集的原因。

● 呼籲心理健康疾病之易感族群更需要你我的協助與關心

心理健康與精神疾病之易感族群在撥打 1995 專線的來電數與頻率也有明顯增加；如原本罹患精神健康疾病的老個案，此期間的撥打頻率與焦慮程度皆提升。生命線總會黃俊森總會長重申：「生命線大家庭願意在如此艱困疫情下，繼續陪伴台灣社會。我們會以縝密的防疫制度，不忘當初加入生命線的初衷，以堅定的心負起對自己與對社會的責任，這就是生命線的抗疫精神。」在社會巨大變動下，生命線總會呼籲社會大眾不忘挹注更多的資源給每個角落需要協助的民眾。

● 維護巨變下的心理健康：用心生活！拉近彼此距離！

新冠肺炎的防疫措施，改變了你我原本熟悉的空間距離與生活環境；對於環境與社會關係的巨大變動，在初期出現適應困難與情緒波動都是正常的現象。生命線陪伴多位因確診隔離，對生活出現無助、孤單的民眾，在此提出以下建議供大眾參考：「為防範疫病傳播，我們被迫改變了原本熟悉的生活空間與人我距離。然而，最快速有效的調適方法是：『讓我們同時拉近“彼此的心”』。」

● 接納疫情帶來的「新常態」社會，活出生命價值！

疫情的蔓延迫使我们進入了不同以往的生活與社會常態。未來更可能因氣候、老化與新疾病等，讓我們再次被迫適應「新常態」的環境。生命線總會呼籲一起以更寬廣的心與從容應對，在防疫準則之下，努力活出生命價值。在疫情蔓延之際，落實維護身體不受感染之虞，更用心生活、關心他人，就是成功抗疫的表現。

新聞聯絡人：生命線總會 辦公室主任 陳萱佳 02-27189595 0922-718512