珍愛生命守門人 123就像CPR

「主動關懷、積極傾聽」

一問

- 主動關心，詢問對方的狀況
- 辨別自殺高風險群
- 使用心情溫度計測量心情溫度

「適當回應、支持陪伴」

二應

- 聆聽對方的問題，並做適當的回應與支持陪伴
- 勸說當事人繼續活下去並且接受幫助
- 評估自殺的危險性

「資源轉介，持續關懷」

三轉介

- 針對對方的問題，給予適當資源協助與持續關懷
- 轉介標準

  心情溫度計分數偏高
  可能具有潛在的精神疾病
  有自殺或自傷的身心問題
  問題超乎助人者的能力
  社會資源或支持不足夠

資料來源：https://www.tsos.org.tw/web/page/sos