



新進岸巡員心理衛生教育

文、圖／王治平



海岸巡防署北部地區巡防局於九十二年度起每梯次新進岸巡員受訓期間，由地區局心輔官假訓練大隊，施以兩小時心理衛生教育，置重點於「防範自我傷害」、「壓力調適」、「如何面對感情困擾」、「人際交往技巧」、「溫老師服務項目及專線電話」等課題實施宣教，而對於新進人員可能面臨的問題，如「剛入營，心理緊張，對新的環境不適應？」、「有痼疾無法負擔單位勤務？」、「單位勤務太重，每次放假外出，就有逃亡的衝動？」、「自己個性內向，與袍澤之間處不好，在單位沒有朋友？」及「執勤衛哨心情緊張，對各種狀況處置不熟？」等問題，均於講授中提供正確的處理方式，以增進新進人員抗壓的能力。

新進岸巡員初入陌生的環境，容易產生緊張、焦慮及對單位可能有著錯誤觀念，北部地區巡防局在新進人員報到後，均實施心理衛生教育，透過教授過程可以消除新進人員不必要的緊張情緒，並且建立正確觀念，亦透過教育時建立心輔官與新進人員的關係，日後在面臨問題時，能運用心理諮商專線適時提供協助，使每位新進人員未來在分發至各單位服役時，更能調適好心情，迎接軍旅生涯，目前地區局已施教計一九〇二至二一梯新進岸巡員，每一位學員均認真聽講並透過互動方式達到學習效果。（作者任職於北部地區巡防局人事室科員【溫老師】）