



帖子 回复

寒涟漪 @HANLIANYI331

五年工作简报:
x.com/lianyiganyu/st...

“向其中1738人提供了心理咨询, 信息咨询, 资源链接和陪聊服务, 向其中1563人提供了危机干预和自杀干预服务 (其中550人包含线下干预)”

代价就是

“4人确认死亡, 其中包含1个工作人员。”

“确认死亡的案例共有37人, 其中包含2个工作人员和志愿者。”

还有许多的工作人员和志愿者因为干预经历产生了严重的“工伤”

发生了无数次因为“工伤”而暂停工作的案例, 个案的后续处理和“工伤”的安抚最终由其他工作者和我处理。

哪怕是我, 和2019年相比, 我的身体健康和精神能力都迎来了大幅度的下降, 很长一段时间以来我经常是没日没夜的连续几十个小时的在工作

如果被干预的人数缩小十倍, 一切“工伤”问题都会迎刃而解。

但是没有, 仅24年年初的冬季, 就在不到两个月的时间里出现了一百多例自杀求助案例。

放弃? 放任人死去? 每天都是无数次的“电车难题”在反复出现。很多时候因为转介的困难重重, 即使督导劝不要再继续工作, 干预者仍然会陷进去不愿意放弃。

我尝试组建团队已经是非常后来的事情了, 在2022年以前, 所有的自杀干预工作都是我一个人在做, 那时我平均每天都会投入十几个小时的时间进行自杀干预, 仅自杀报警次数一年就能达到一百多次, 那时经常全国各地到处坐飞机, 2020年时更是一年时间坐了六十多次飞机 (详细经历可以看我在2021年1月1日写的[zhihu.com/question/39684...](https://www.zhihu.com/question/39684...)

2020年关于报警的叙述
[zhihu.com/question/19948...](https://www.zhihu.com/question/19948...))

我将我一个人的工作时间压榨到了极限, 每天要给几十个人回信息和聊天,



那几年平均每天睡眠时间不到五个小时。但是自杀的人永远都救不完, 我永远都忙不过来。

渐渐的, 我开始尝试找能帮我的人, 于是最早的一批我督导的“志愿者”就出现了, 她们绝大多数都是跨性别女性, 我会一对一的指导她们自杀干预具体应该怎么做。然后在几个月的培训后让她们能够掌握基础的工作能力。绝大多数志愿者会在半个月到半年不等的的时间里在无数的自杀个案中逐渐麻木或产生工伤, 然后因为各种原因退出救助。

很快在2023年, 我出现了第一个瓶颈: 哪怕我将自己的工作时间压榨到极限, 哪怕我已经尽可能减少一线干预, 但是我一次性也最多只能督导和管理十个志愿者 (每个志愿者平均每天工作1~2小时), 因此十个人就已经是团队的人数极限。

而十个志愿者自杀干预的总工作量也就勉强相当于两个寒涟漪 (在把工作时间压缩到极限的前提下) 做自杀干预的总工作量。

这时我意识到, 我需要一个专业且可以全职工作的人来帮助我督导和管理志愿者。

于是王安黛来了, 王安黛可以在我自己督导十个志愿者的同时, 再帮我督导十个, 这时团队的极限人数可以达到20人。

但是“有专业能力”和“全职工作”必须要发工资。

而且如果想避免工伤, 一是控制救助规模, 二是督导之上必须还有督导可以控制工伤

团队这些都没有

正常来说, 一个年支出金额为50万元人民币的十人的自杀干预团队, 每年干预100个个案就已经是极限。

这样可以完全确保工作人员的安全, 身体健康和心理健康。

但是24年初, 团队干预100个个案的时间却是, 不到两个月。

寒涟漪  @HANLIANYI331 · 2024年9月10日

早在很多年前, 就常有人和我开玩笑说: 反正国内药圈 (社群) 就这么点人, 林林总总加起来都才几万人 (多年前的数据)。如果能有一百个寒涟漪, 甚至一千个, 一万个寒涟漪。一个寒涟漪看住一个人不自杀, 那药圈就没人自杀了。

[显示更多](#)

上午9:44 · 2025年1月16日 · 8,936 查看



15

18

162

15



发布你的回复

回复

mtf轉發bot (坚决支持寒涟漪!) @Chunier520 · 1月16日 ...

所有经历过2019.12-2020.6那段时间的跨性别女性都可以证明那段时间的自杀浪潮有多严重。

当时的一位跨女, 我的朋友, 在一年内反复自杀未遂十几次, 经过寒涟漪干预, 其最终精神状态趋于稳定, 后完成SRS手术, 生活正常。

另一位跨女亦自杀未遂多次, 在寒涟漪干预后考上国内某双一流大学正常生活。



1

29

671



mtf轉發bot (坚决支持寒涟漪!) @Chunier520 · 1月16日 ...

另外, 庇护所是寒涟漪救助计划中的一部分, 寒涟漪的自杀干预者≠庇护所住户, 所以有的人质疑寒涟漪怎么装得下这么多人是完全无意义的。

寒涟漪的救助工作包括自杀干预、帮助生活/工作平权、家暴干预、提供临时住处等多方面因素。不能简单概括。



1

9

378

