

# 臺北市政府教育局及所屬學校推動校園心理健康促進實施計畫

110年2月26日北市教中字第1103027601號函頒佈

110年5月11日北市教中字第1103044436號函修正

110年6月28日北市教中字第11030562541號函修正

113年2月15日北市教中字第1133039318號函修正

## 壹、目的

- 一、鼓勵師生運用各種資源，增進對自我及彼此之瞭解、尊重包容及欣賞，奠立情緒教育於相關領域課程中之基礎，營造溫馨友善校園環境。
- 二、落實以全人教育為主體之教學，讓師生皆能在校園活動中深化品格學習，深刻感受生命教育之美，進而建立愛護自我、關懷社會與自然之人本情懷。
- 三、落實學生輔導機制，辦理教師守門人培訓及辨識研習等，整合社區、民間、衛生及社政資源。
- 四、建立檢核評估，整合組織運作，完善各校師生心理健康衛生計畫，與確保師資整備、課程執行成效。

## 貳、推動期程：113年1月1日至115年12月31日。

## 參、任務編組及分工：臺北市政府各局處機關及學校，依權責共同推動相關工作

項次	局處單位	執行事項
1	本局	1.研擬心理健康相關政策與重點工作。 2.督導本市學校落實推動校園心理健康工作。 3.整合跨局處資源及聯繫(資源清單如附件1)。
2	衛生局、聯合醫院	1.提供心理健康相關資源及服務，包含臺北市心理健康服務資源、校園醫療網絡資源地圖等。 2.與本市學生輔導諮商中心持續推動及完善「校園精神醫療諮詢服務處理流程」
3	社會局	1.各類脆弱家庭通報案件，派由12區社會福利服務中心社工人員訪視評估，協助福利諮詢、資源轉介、預防宣導、親職教育、實物給付、急難紓困、潛在脆弱/危機家庭篩檢，並視個案需求跨機關，提供整合性服務 2.服務提供12-18歲之危機少年、中輟少年相關方案與資源。
4	教育局所屬各級學校	1.協調校內各處室分工，執行/配合辦理本計畫「四、推動策略及實施作為」之校園心理健康工作。 2.主動連結跨局處及開發民間資源協助相關工作之推動。 3.結合外部資源辦理學校人員、學生及家長之心理健康及自殺防治相關活動。
5	臺北市教師會及各校教師會	1.協助規劃辦理針對教師之心理健康及自殺防治相關活動。 2.與學校及家長會共同合作，強化親師生溝通管道及相關政策推動。
6	家長會聯合會及各校家長會	1.辦理家長認識、辨識孩子心理健康及自殺防治相關研習。 2.協助規劃親職教育活動及講座，強化親職功能。

## 肆、推動策略及實施作為

### 一、扎根全人教育

#### (一)落實生命教育核心素養納入課程計畫及融入教學課程與活動

校園全面推動情緒教育，學校結合已開發之生命教育及情緒教育教材，規劃情緒教育課程及辦理情緒教育週推動情緒教育相關活動，國小學校亦請結合家庭聯絡簿功能掌握學生情緒教育學習發展，學校年度課程計畫中應含生命教育與情緒教育課程，並列入本局視察重點項目，另於高中職選修微課程及資訊倫理課程增加生命教育與情緒教育議題，並辦理其他生命教育與情緒教育議題之多元活動，包括國中小閱讀活動、學校社團活動、寒暑期營隊及戶外活動。

#### (二)辦理校園犬貓認養：持續推動本市各級學校認養流浪犬貓及成立動保社團，辦理教師有系統之認養照護培訓，並確實結合生命教育課程，及培養學生愛護生命之素養。

#### (三)加強學生運動習慣：結合 SH150 倡議，鼓勵學生培養運動習慣；調整大下課時間，增進學生運動時間，並鼓勵學校利用晨光時間推動晨間運動。

#### (四)推動品格教育：落實品格教育融入各領域學科並辦理校園小天使運動、創意書籤徵件等計畫，多元推行品格教育。

### 二、提升教育人員及家長心理健康知能

#### (一)辦理教職員心理健康促進相關研習：自 113 年起學校校長教職員須完成 2 小時情緒教育研習，並辦理工作坊或是情緒教育教學示例分享會，俾利推動校園親師生情緒教育之實施，另為促進親師生和諧關係，辦理相關正向管教教師研習，提供正向管教策略與案例，並調訓班級導師參訓，成立班級經營巡迴輔導團協助一線導師解決班級經營及親師生溝通問題。

#### (二)關注教師心理健康：教師研習中心辦理教師健康心理工作坊及諮商協助，提供教師支持與資源。

#### (三)辦理家長生命教育多元活動：辦理議題如自我傷害自助與助人技巧、網路成癮辨識與輔導、校園修復正義之推動等主題之研習、節慶儀典體驗活動，以增進親子關係品質，提升家長對教養知能。

#### (四)研發並推廣生命教育教學示例與教材：由生命教育中心學校成立跨域學習社群，研發並出版生命教育教學示例手冊，每年辦理生命教育教學示例研發及體驗活動推廣觀摩會，透過示範學習，激發學校精進生命教育推動之策略與行動方案。

### 三、建構校園安全網絡，維護友善校園環境

#### (一)防治校園霸凌

1. 學校應配合執行「臺北市各級學校防制校園霸凌執行計畫」，並依個資法妥

善保存相關資料，另本局提供各級學校校園霸凌申訴專線 1999 轉 6444。

2. 於校長、學務及輔導主任相關會議宣導校園霸凌防制準則相關規定，建立學校單一申訴窗口，學校應辦理教職員生有關校園霸凌辨識與處遇等相關研習活動或課程，發生疑似霸凌事件，召開防制霸凌小組因應會議進行調查及提供輔導措施。

## (二)推廣性平教育

1. 為提升教育人員性別平等教育相關專業知能，定期辦理校園性侵害、性騷擾或性霸凌事件研習課程。
2. 為提升各級學校校園性侵害、性騷擾或性霸凌事件處理之正確性、專業性，設置校園性別事件處理諮詢窗口，聘請本市現任或退休教師提供線上或書面諮詢服務。

## (三)檢核及改善校園建物安全

學校應落實校園環境安全檢核，並由本局推動專案補助協助學校改善建物安全。

# 四、落實三級輔導

## (一)強化校園各級輔導資源連結與合作：

1. 加強校園發展性預防工作，各校針對全校學生應訂定輔導工作計畫，實施學習、生涯及生活輔導等工作；另由輔導室協助提供介入性輔導，依學生個別須求提供諮詢、諮商或小團體輔導等，經前述輔導工作無法有效協助之學生，則由學校召開個案會議評估轉介需求，申請至本市學生輔導諮商中心進行處遇性輔導工作，由專任輔導人員提供各項專業服務，支援學校複雜及困難之個案處理。
2. 於區域輔導網絡資源聯繫會議、輔導主任會議、輔導組長、特教組長會議中規劃輔特合作或跨專業合作專題研討，在教師研習規劃，辦理輔特教師及二級與三級輔導教師與專業輔導人員共同研訓，以增進跨專業合作效能，並規劃導師班級經營專班及導師團體督導，以增進導師營造支持與合作性班級學習氛圍及建立和諧的親師生關係。

(二)強化校園輔特合作：學校應落實「適應欠佳學生校園團隊合作模式」及「身心障礙學生心理輔導模式」以提供學生適應整合性輔導，落實校內輔導與特教輔導機制之介接與合作，增進學生就學適應，以促進及維護學生身心健康。

(三)提供醫療諮商團隊入校服務：請各校就近結合精神醫療及心理諮商資源，規劃專業團隊入校提供諮詢服務，讓親師生均能正常利用相關資源，同時降低精神疾病汙名化效應，間接提升學校專業協助人力，自 113 年度起國小學校由學生數超過 1000 人者先行試辦。

(四)連結社會安全網服務：強化與衛生局、自殺防治中心、社會局、警察局及民政局等跨局處合作，針對嚴重複雜度高的個案提個研會議，透過社會安全網

得到資源與支持。

(五)強化高關懷學生輔導機制：

1. 學校應建立高關懷學生介入與後續追蹤管理流程，含每位個案多面向輔導或評估紀錄，定期召開個案檢視會議及評估提供相關資源進行預防性介入，若學生個案已達自殺危險，應轉入處遇性輔導。
2. 請學校定期檢核國中畢業未升學、未就業學生或高中職中途離校學生之動向，並運用本局「臺北市青少年就學就業關懷 UP 計畫」之跨局處資源列表，依學生需求提供相關協助。
3. 辦理高關懷學生之早期辨識計畫：針對自我傷害高風險之高關懷學生，運用相關量表進行定期篩選，始能即早發現即早協助。

五、學生自殺自傷預防工作

- (一)建立校園學生自我傷害處理機制：學校應訂定校園學生自我傷害三級預防工作計畫（附件 2），含校園學生自我傷害事件危機應變處理作業流程，其內容應規範跨組室之校園自傷自殺事件之危機處理工作內容，落實校安通報、自殺防治通報及進行自殺身亡事件處理演練。
- (二)落實自傷個案之輔導：針對通報個案學校應定期進行個案督導檢視個案輔導進度，並視個案需要應邀請相關衛生或社政等相關網絡召開跨專業網絡個案討論會，實施再發生風險評估，共同研擬具體輔導策略並掌握服務單位處遇進度。
- (三)擴大自殺防治守門人研習覆蓋率及參訓對象：每年各校應辦理校內所有教師及行政人員自殺防治守門人研習至少 3 小時（初階 1 小時、進階 2 小時）；另結合家長會辦理家長自殺防治守門人研習或相關講座，強化家長辨識能力及親職功能，並將學生納入防治守門人參訓對象，研習內容含精神疾病去汙名化、正確心理健康識能、認識自殺警訊、自殺迷思、關懷與因應及增加學生自我傷害危機辨識與處理及自我賦能和學生求助資源運用。
- (四)增進教師對高關懷學生之察覺辨識及處遇知能：推廣本局彙編「臺北市察覺及辨識學生心理健康指引」之運用，以 112 年結合案例與指引應用製作之「校園學生自傷防治影片」為教材，分區調訓教師參與，提升一線教師察覺及辨識學生危險訊號及徵兆，並增進教師輔導知能，包括相關評估量表運用、心理衛生醫療資源之連結與合作措施，以落實校園自殺自傷預防工作。
- (五)建立校安通報追蹤管考機制
  1. 定期統計校安通報自殺自傷案量及人數：落實學校通報及掌握學生狀況，本局每月定期統計學生自我傷害、自殺意念、自殺企圖及自殺身亡數據。
  2. 追蹤自殺自傷個案之輔導作為：針對通報高關懷個案，學校應邀請相關單位召開個案討論會，共同研擬具體輔導策略並掌握服務單位處遇進度，另本局每月追蹤學校通報案件輔導追蹤情形，並請駐區督學協助到校視導及瞭解。

3. 召開督導會議：本局每季定期與衛生局、社會局召開聯席督導會議，針對案量較大者或未落實輔導者，逐校請學校簡報並檢視精進作為。

#### 六、個案研究及行動研究

本局及學校應定期分析通報案例，探討校園自我傷害行為之成因，以作為研擬校園自我傷害三級預防工作之參考。

#### 伍、預期效益

- 一、藉由精緻課程計畫，創新適性教學，落實各級學校生命教育融入各領域課程，完整發展本市生命教育學習資源並建立互動資源平臺
- 二、藉由深化課程領導，重視教學視導，促進校長、行政人員、輔導老師及導師之團隊合作與建立系統輔導體系，完備三級輔導功能。
- 三、規劃進修體系，倡導學習社群，提高教師輔導能力及形塑正向管教風氣，協助教師一線察覺與辨識能力，並涵養教師對生命教育融入教學之能力。
- 四、強調學生中心，著重社會/情緒素養，協助學生學習興趣，並結合家庭力量，透過親子共學，深耕學生解決問題能力。

陸、經費：由教育局及學校相關經費支應。

柒、獎勵：推動本計畫有功人員，由教育局專案辦理敘獎。

捌、本計畫經局長核定後實施，修正時亦同。

## 附件 1-臺北市心理健康資源清單

臺北市察覺及辨識學生心理健康指引	<a href="https://www.doe.gov.taipei/Default.aspx">https://www.doe.gov.taipei/Default.aspx</a> 路徑： 臺北市政府教育局首頁/科室業務/中等教育科/輔導
臺北市校園醫療網絡	<a href="https://tspc-health.gov.taipei/">https://tspc-health.gov.taipei/</a> 路徑： 臺北市自殺防治中心首頁/資源網絡/臺北市校園醫療網絡資源
臺北市校園自殺防治指引	<a href="https://tspc-health.gov.taipei/">https://tspc-health.gov.taipei/</a> 路徑： 臺北市自殺防治中心首頁/衛教專區/自殺防治關懷手冊
臺北市心理健康服務資源清冊	<a href="https://mental-health.gov.taipei/Default.aspx">https://mental-health.gov.taipei/Default.aspx</a> 路徑： 臺北市政府衛生局社區心理衛生中心首頁/資源地圖列表
網路成癮評量表	<a href="https://tscc.tp.edu.tw/home?cid=97">https://tscc.tp.edu.tw/home?cid=97</a> 路徑： 臺北市學生輔導諮商中心/輔導知能/輔導議題/成癮議題
臺北市校園醫療精神諮詢服務處理流程	<a href="https://tscc.tp.edu.tw/home?cid=101">https://tscc.tp.edu.tw/home?cid=101</a> 路徑： 臺北市學生輔導諮商中心/輔導知能/輔導議題/校園常見精神疾患
衛福部 15-30 歲衛生福利部 112-113 年度 15-30 歲年輕族群心理健康支持方案	<a href="https://mental-health.gov.taipei/News_Content.aspx?n=FAB9374F6BCE2D48&amp;sms=EEA94C26A90DD864&amp;s=F5F1ADF507824F06">https://mental-health.gov.taipei/News_Content.aspx?n=FAB9374F6BCE2D48&amp;sms=EEA94C26A90DD864&amp;s=F5F1ADF507824F06</a> 路徑：臺北市政府衛生局社區心理衛生中心首頁/最新消息/重要公告

附件 2-各級學校執行初級預防(發展性輔導)、二級預防(介入性輔導)、三級預防(處遇性輔導)工作

執行工作	目標	策略	行動方案	執行成效評估指標
初級預防(發展性輔導)	增進學生心理健康，免於自我傷害	增加保護因子，降低危險因子	<p>一、訂定學生自我傷害三級預防工作計畫。</p> <p>二、建立校園危機應變機制，設立24小時校安通報求助專線，訂定自我傷害事件危機應變處理作業流程，並定期進行校安通報、自殺防治通報及身亡事件處理流程演練；宣導學生可利用相關資源(如：1925安心專線、1995生命線、1980張老師)。</p> <p>三、校長主導整合校內資源，強化各處室合作機制。</p> <p>(一)教務單位：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 規劃將生命教育、多元智能和價值、心理健康促進和維護、壓力因應、提升問題解決力、挫折容忍力、負向思考和情緒之覺察、接納及調控策略、網路成癮與網路霸凌等網路不當使用、常見精神疾病與求助資源、憂鬱與自我傷害之危機處理、自助與助人技巧等相關議題納入課程計畫、融入教學課程及體驗活動。</li> <li>2. 發展或運用同步與非同步之數位學習課程與教材。</li> </ol> <p>(二)學務輔導相關單位(含學務、健康中心、學生諮商輔導中心、輔導室、導師/教師、社團與學生自治團體)：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 建構輔導單位之正向溫馨形象。</li> <li>2. 舉辦促進心理健康(如：同理心溝通、尊重差異、避免不健康的完美主義、正向思考、衝突管理、情緒的覺察、接納及調控，以及壓力與危機管理)之活動。</li> <li>3. 辦理生命教育電影、短片、閱讀、演講、競賽等心理健康促進活動，並善加利用媒體資源推廣教育。</li> <li>4. 結合班級、學生社團或自治團體及社會資源辦理自我傷害預防工作。</li> <li>5. 強化培訓班級、學生社團或自治團體幹部成為自己與同儕的自殺防治生命守門人，增加自我傷害危機辨識與處理及自我賦能、網路成癮及網路霸凌等網路不當使用議題之防治知能和學生求助資源運用。</li> <li>6. 強化同儕之溝通技巧與情緒管理訓練。</li> <li>7. 強化教師和學務輔導人員之輔導知能：實施教師、導師及相關學務輔導人員針對同理心溝通、心理健康識能、自殺防治生命守門人、自我傷害</li> </ol>	<p>一、訂定學生自我傷害三級預防工作計畫。</p> <p>二、建立校園危機應變機制。</p>

			<p>危機辨識及處理知能、網路成癮及網路霸凌等網路不當使用議題之防治知能和其轉介資源運用。</p> <p>8. 強化學務人員自殺防治通報轉介作業流程，與危機處理之教育訓練。</p> <p>9. 對家長進行同理心溝通、心理健康識能、自殺防治生命守門人，以及校園內外心理衛生求助資源與管道之教育宣導。</p> <p>10. 彙整校園輔導求助資源，提供師生求助管道資訊單張。</p> <p>11. 發展或運用同步與非同步之數位培訓課程。</p> <p>(三)總務單位：</p> <p>1. 校園警衛人員危機處理能力之加強。</p> <p>2. 進行建物防墜安全檢查，針對校園建物（如高樓之頂樓、中庭，及樓梯間），設置預防性安全設施（安全網、監視及警報系統設置）、生命教育文宣及求助專線之宣導資訊。</p> <p>3. 強化足以發揮功能之學輔空間。</p> <p>(四)人事單位：</p> <p>1. 提供教職員工正向積極的工作態度訓練，建立友善的校園氛圍。</p> <p>2. 依學生需求和學生輔導法建置充足專業輔導人力。</p> <p>四、校長主導，綜整學校整體需求，結合校外社區與醫療，以及相關非政府組織網絡單位資源，以建構整體協助機制。</p> <p>(一)當地醫療資源、社區心理衛生中心之連結、諮詢，及共照機制之建立。</p> <p>(二)與當地社政資源之連結。</p> <p>(三)與當地勞政資源之連結。</p>	
二級預防（介入性輔導）	早期發現、早期介入，減少自我傷害或嚴重化之可能性	早期辨識或篩檢高關懷學生，即時介入	<p>一、高關懷學生辨識：針對學生特性，校園文化與資源，規劃合適之高關懷學生早期辨識或篩檢計畫，以針對高關懷學生早期發現、早期協助、個案管理，以及即時進行自殺風險評估和危機處理。其中，國中小部分為預防殺子自殺與兒童少年保護，配合衛福部強化脆弱家庭評估；辨識或篩檢計畫宜考慮：</p> <p>(一)選用針對自殺風險具有良好效度的篩檢工具進行專業篩檢或自我篩檢，且篩檢後應聯結有效協助因應危機與心理賦能的資源應用。</p> <p>(二)運用憂鬱與自我傷害的認識、自我評估及因應技巧，以及求助資源等網路互動平臺或 Apps。</p> <p>(三)強化導師、班級、學生社團或自治團體幹部的自殺防治生命守門人訓練。</p> <p>二、篩檢計畫之實施須符合專業法律與倫理，即在尊重學生的自主與不傷害生命的原則下，強調保密、隱私，以及不標籤化與污名化之下進行。</p>	辦理高關懷學生辨識。

			<p>實施過程包括六階段：</p> <p>(一)說明：說明篩檢目的與保障篩檢結果的保密性。</p> <p>(二)取得同意：除非學生有傷害他人或自己的危險性，否則，應依尊重自主原則，在學生（家長）同意下進行篩檢，非強迫性（未成年學生經得家長或監護人同意）。</p> <p>(三)解釋結果：對篩檢結果的解釋要謹慎與專業，避免給學生貼上精神疾病或任何標籤。</p> <p>(四)保密：各校輔導老師與專業輔導人員、教職員、導師，以及相關教師應遵守法律命令及專業倫理，不得無故洩漏因業務而知悉或持有個案當事人之秘密。</p> <p>(五)主動關懷：主動提供提升動機的諮商輔導，透過同理心、支持、提供相關資訊、增強正向因應能力，及鼓勵使用求助與社會資源。</p> <p>(六)必要的轉介：當知悉學生有明顯的自傷（如：自殺意圖、自殺計畫、自傷行為）或傷人之虞時，需進行自殺風險評估和危機處置與後續心理諮商與就醫治療。</p> <p>三、提升輔導老師與專業輔導人員、教職員、導師、教官、班級、學生社團或自治團體幹部、家長對憂鬱與自殺風險度之辨識與危機處理能力，以協助觀察辨識與轉介。</p> <p>四、提升輔導老師與專業輔導人員對所發現之高關懷學生提供進一步個別或團體的心理諮商或治療之知能。</p> <p>五、針對特殊狀態或心理發展特殊需求學生提供主動關懷。</p> <p>六、整合校外之專業人員（如：臨床心理師、諮商心理師、社工師、精神科醫師等）資源到校服務。</p>	
<p>三級預防（處遇性輔導）</p>	<p>預防自殺企圖與自殺身亡的周朋友親友模仿自殺及企圖</p>	<p>建立自殺身亡與企圖者之危機處理善後處置標準作業流程</p>	<p>一、自殺企圖：</p> <p>(一)建立個案之危機處置標準作業流程，對校內教學與行政相關單位、受影響之學生、班級、學生社團或自治團體幹部之說明與教育輔導（降低自殺模仿效應），並注意其他高關懷群是否受影響。</p> <p>(二)自殺企圖個案由輔導老師與專業輔導人員進行後續心理輔導或心理治療，及持續追蹤，以預防再自殺，重複企圖個案可進行個案管理；與家長聯繫，提供說明、情緒支持與預防再自殺教育。</p> <p>(三)進行班級團體輔導，提供心理衛生教育及宣導同儕如何協助個案。</p> <p>(四)強化輔導老師對風險評估與危機處遇轉介管道知能，與專業輔導人員對自殺企圖個案之自殺風險評估與危機處遇及中長期心理諮商與治療的有效知能技巧訓練與督導。</p> <p>二、自殺身亡：</p>	<p>一、建立學生自我傷害之虞或企圖之危機處理流程。</p> <p>二、建立學生自殺身亡</p>

<p>的再自殺預防措施</p>		<p>(一)於知悉身亡事件後成立危機處理小組，並由一級主管以上層級主持，協調各處室的因應作為。</p> <p>(二)建立處置作業流程，含對媒體和在社群網站之說明、對校內教學與行政相關單位、受影響之學生、班級、學生社團或自治團體幹部之說明與安心輔導（降低自殺模仿效應）；家長聯繫視需求轉介及高關懷群追蹤輔導。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 說明需遵守世界衛生組織關於自殺報導與溝通的六要、六不原則。</li> <li>2. 不鼓勵校內辦理公開紀念活動。</li> <li>3. 加強社區內鄰近學校的橫向連繫。</li> <li>4. 提供校園內外輔導、諮商與治療資訊與管道。</li> </ol> <p>(三)針對自殺身亡個案之親近同儕與教師，加強輔導老師與專業輔導人員對其自殺風險評估與危機處遇及中長期心理諮商與治療的有效技巧訓練與諮詢或督導。</p> <p>(四)針對專業遺族(如輔導老師與專業輔導人員)提供心理諮商與治療。</p> <p>三、通報轉介，進行校安通報與自殺防治通報：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>(一)知悉自傷和自殺事件後，依「校園安全及災害事件通報作業要點」進行校安通報。</li> <li>(二)針對知悉自殺行為情事時，在24小時內，依「自殺防治法」，於衛生福利部建置之「自殺防治通報系統」進行通報作業。</li> </ol> <p>四、網絡連結：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>(一)學校對於自殺通報後的個案，定期進行個案督導，並由一級主管以上層級主持，定期邀請醫療衛生網絡內的專家及相關人員等，與網絡個案處遇人員進行網絡聯繫會報和個案討論會。</li> <li>(二)建立學校和區域醫療衛生網絡、自我傷害防治資源的雙向聯繫、銜接，及共照機制，提供個案學習不中斷之資源連結。</li> <li>(三)建立學校與當地社政單位、勞政單位之雙向聯繫。</li> </ol> <p>五、處理回報：學校發生學生自殺身亡事件應填具「學生自我傷害狀況及學校處理簡表」</p>	<p>之危機處理流程。</p>
-----------------	--	--	-----------------