

台北縣立永平高級中學校園自我傷害防治及危機處理實施要點

98年9月28日制定，輔導工作委員會通過

壹、依據：

- 一、北府教特字第 0960125615 號函辦理
- 二、教育部校園自我傷害防治防範措施。
- 三、本校輔導工作計畫。

貳、目的：

- 一、透過學校輔導網路，結合社會資源有效辦理輔導三級預防工作，預防校園自我傷害事件發生，培養學校處理校園自我傷害的危機處理能力。
- 二、培養教職員工敏感於高危險性自我傷害個案並能做必要的介入與輔導及校園自我傷害事件後處理的能力。

參、實施要領：

- 一、成立危機處理小組，相關人員商討危機處理之工作。
- 二、建構三級處理模式，依危機行為層級分別研擬具體因應措施。
- 三、強化學校危機處理網絡。

肆、具體作法：

- 一、加強生命教育、心理衛生、情緒管理及自我傷害防治等相關工作事宜。
- 二、訂定本校學生憂鬱及自傷防治處理機制流程，如附件一。
- 三、啟動危機處理小組：本校危機處理小組因應校園自我傷害組織與工作執掌如附件二。
- 四、擬訂本校校園自我傷害危機事件反應、處理流程圖，如附件三。
- 五、擬定本校「校園自我傷害事件」緊急處理要點，如附件四。
- 六、擬定本校校園自我傷害防治與危機處理作業要點，如附件五。
- 七、結合社會資源(必要時聯繫)，如附件六。
- 八、台北縣立永平高級中學各處室自傷事件防治各處室職責及具體做法，如附件七。
- 九、柯氏憂鬱量表，如附件八。

伍、成立聯絡中心進行橫的聯繫，由學務主任負責，各小組處理狀況隨時向聯絡中心通報。

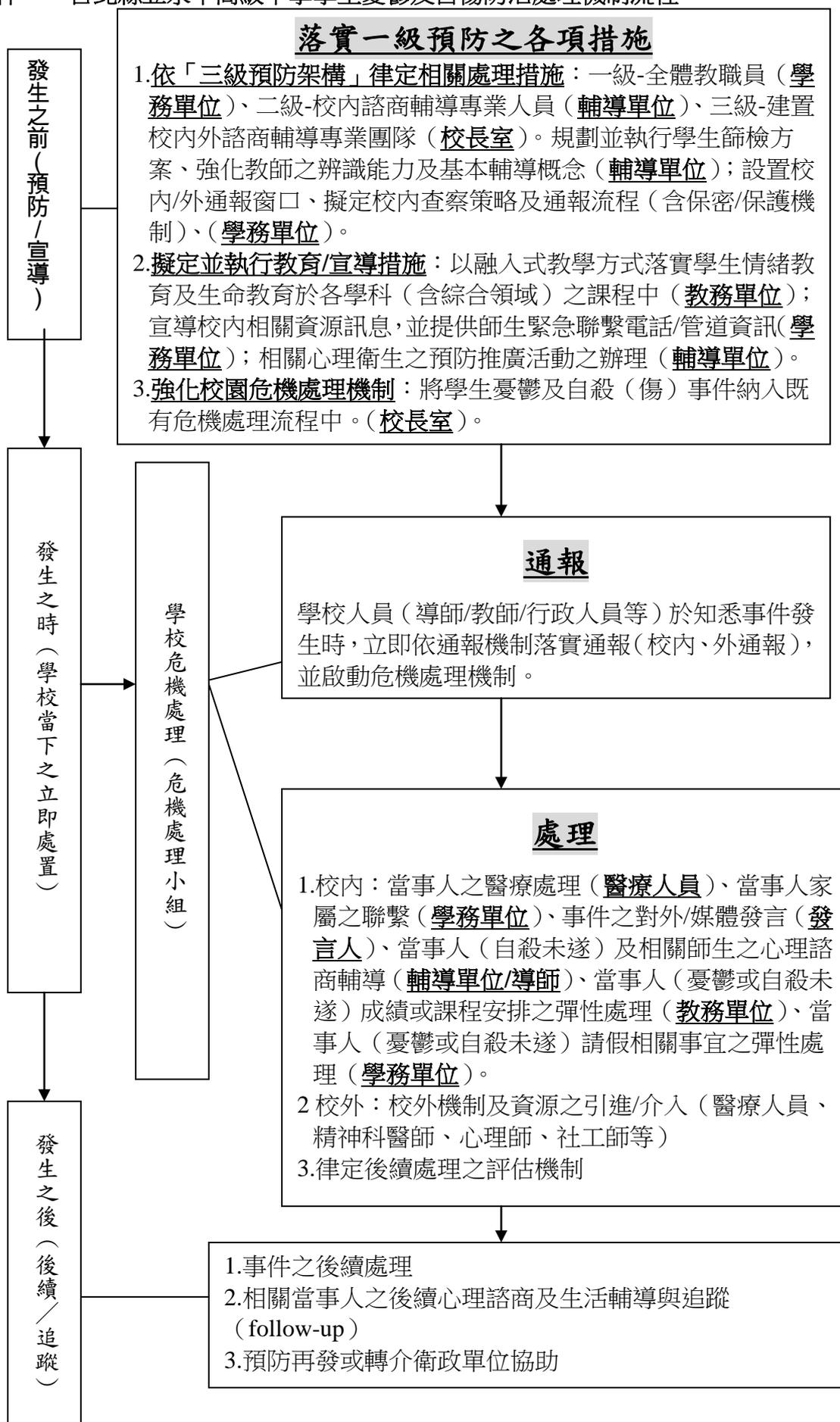
陸、送醫經費之預支與歸墊，由學務處及健康中心彙辦，必要時得由總務處動用零用金墊付。若因特殊原因該款項無法檢具核銷或歸墊時，需檢具簽請校長同意另籌財源支付。

柒、應於事件結案後一個月內，由各小組提出處置經過之書面資料，由學務處彙整提出書面報告，會輔導室呈校長核閱。

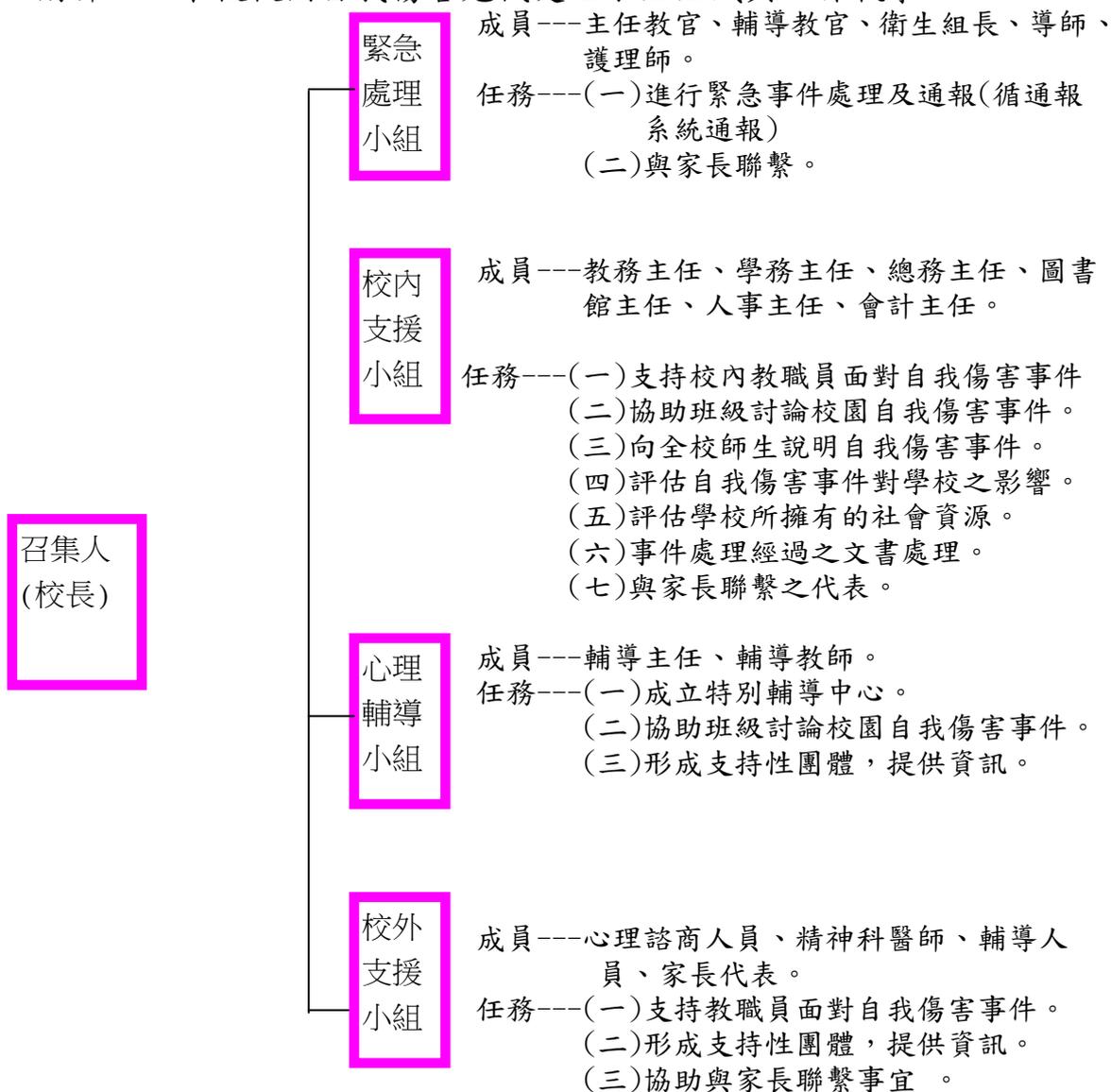
捌、預期成效：

- 一、學生在面對各種變遷及突發危機時，懂得珍惜生命。
- 二、學生有困難懂得求救、轉變想法、學習自我控制。
- 三、學生能養成解決衝突、抒解壓力的方法，提升挫折容忍力。
- 四、全校教職員工提升校園自我傷害事件後處理的能力。

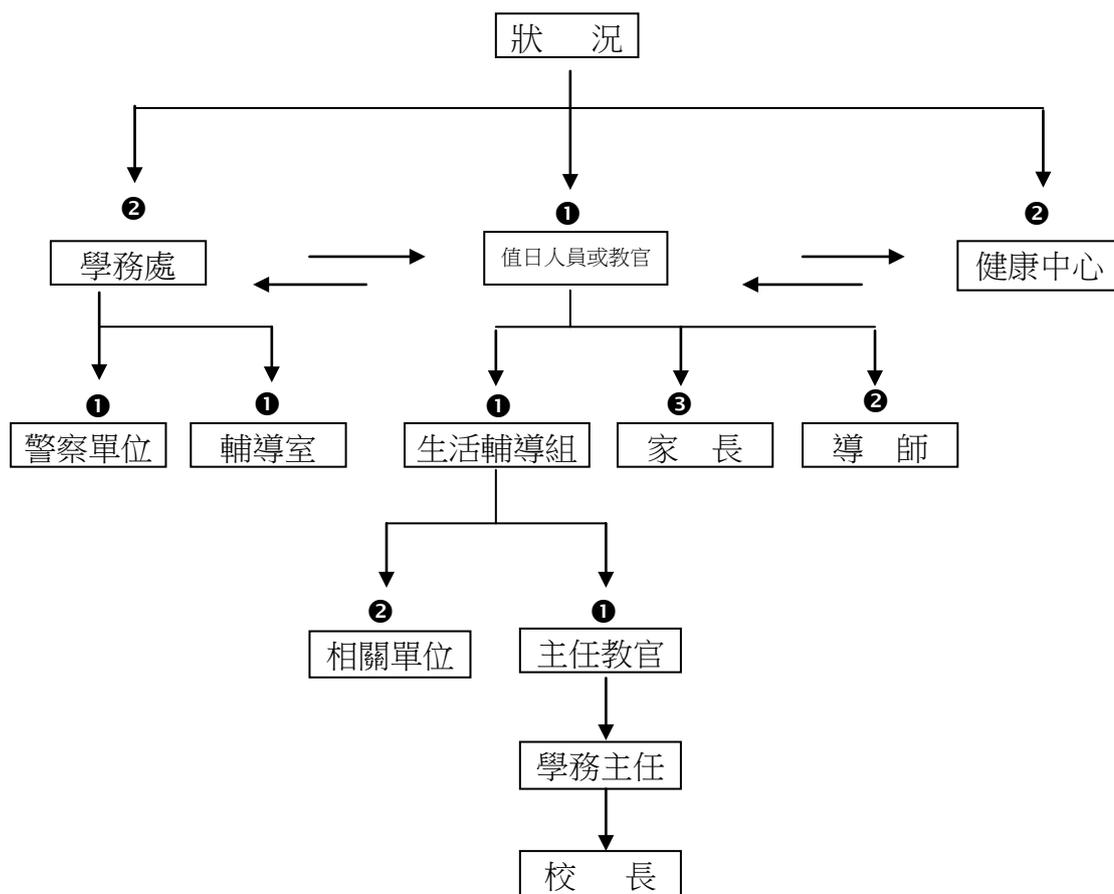
玖、本辦法經輔導工作委員會通過，呈校長核示後實施，修正時亦同。



附件二、本校校園自我傷害危機處理小組組織與工作執掌：



附件三 校園自我傷害危機事件反應、處理流程圖：



說明：

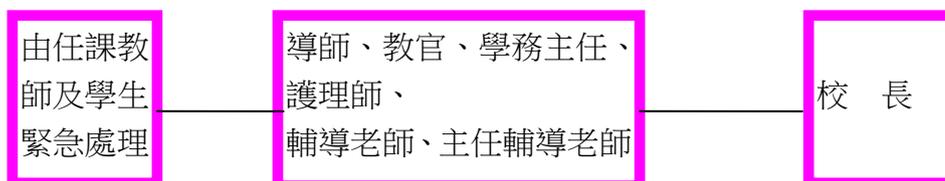
1. 緊急事件處理情形（參考附件三：校園自我傷害防治與危機處理作業要點）
2. 遇緊急事件，視情形就近通知教官或其他人員
3. 聯絡電話：請參照本校各處室電話表

附件四、台北縣立永平高級中學「校園自我傷害事件」緊急處理要點

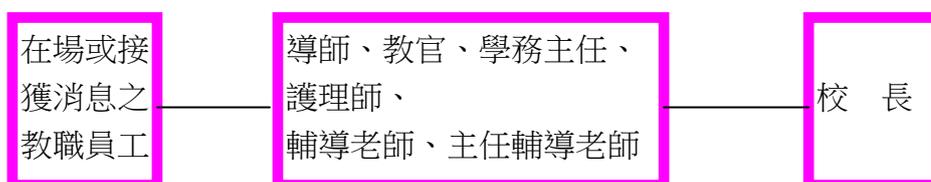
一、本校學生發生自我傷害事件時，在上課時間由任課教師緊急處理，在非上課時間由在場學生，各班導師或教官緊急處理，立刻將患者送到健康中心或請護理師到場急救。必要時立即聯絡一一九請救護車到校或直接送醫。

二、事件發生的通報流程(立即通報)

(一)上課時間：

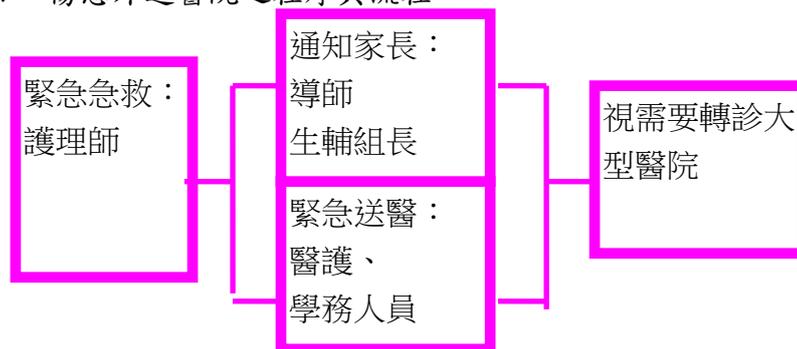


(二)非上課時間：



三、發生自我傷害時，導師、生輔組長負責與傷患學生之家長取得聯繫。

四、傷患外送醫院之程序與流程：



(一)視傷患情狀先送附近醫院(台大醫院、耕莘醫院、慈濟醫院)或設備完善之大型醫院，轉診時應考慮到事件發生時之交通狀況及路程。

(二)送醫人員應由醫護人員、學務人員為之，導師及輔導老師應立即至班上進行心理輔導，並針對原因，處理學生及家長的情緒。

(三)若個案之自我傷害行為已遂，學務人員、教官及總務人員應立即封鎖現場。

(四)傷患送醫急救費用，由總務處提撥現款備用，必要時得動支零用金支付。

附件五

台北縣立永平高級中學自我傷害防治與危機處理作業要點

壹、依據：

- 一、教育部校園自我傷害防治措施。
- 二、本校輔導工作計畫。
- 三、本校校園自我傷害及危機處理實施辦法。

貳、目的：

- 一、及早辨識學生問題以提供必要協助。
- 二、加強面對社會各項變遷之能力，懂得珍惜生命、懂得求助、轉變想法、學習自我控制、解決衝突、紓解壓力、提升挫折容忍度的能力。

參、實施要領：

一、發生之前（預防／宣導）

（一）依「三級預防架構」律定相關處理措施：

1. 一級-全體教職員（學務單位）、
2. 二級-校內諮商輔導專業人員（輔導單位）、
3. 三級-
 - (1)建置校內外諮商輔導專業團隊（校長室）。
 - (2)規劃並執行學生篩檢方案、強化教師之辨識能力及基本輔導概念（輔導單位）；
 - (3)設置校內/外通報窗口、擬定校內查察策略及通報流程（含保密/保護機制）、（學務單位）。

（二）擬定並執行教育/宣導措施：

1. 以融入式方式落實情緒教育及生命教育於各學科課程中（教務單位）；
2. 宣導校內相關資源，並提供師生緊急聯繫電話/管道資訊（學務單位）；
3. 相關心理衛生之預防推廣活動之辦理（輔導單位）。

（三）強化校園危機處理機制：

1. 將學生憂鬱及自殺（傷）事件納入既有危機處理流程中。（校長室）。

二、發生之時（學校當下之立即處置）：

- （一）通報：學校人員（導師/教師/行政人員等）於知悉事件發生時，立即 依通報機制落實通報（校內、外通報），並啟動危機處理機制。

（二）處理：

1. 校內：

- (1)當事人之醫療處理（醫療人員）、
- (2)當事人家屬之聯繫（學務處）、
- (3)事件之對外/媒體發言（發言人）、
- (4)當事人（自殺未遂）及相關師生心理諮商輔導（輔導室/導師）、
- (5)當事人（憂鬱或自殺未遂）成績或課程安排之彈性處理（教務處）、
- (6)當事人（憂鬱或自殺未遂）請假相關事宜之彈性處理（學務處）。

2. 校外：校外機制及資源之引進/介入（醫療人員、精神科醫師、心理師、社工師等）。
3. 律定後續處理之評估機制。

（三）發生之後（後續／追蹤）

1. 事件之後續處理
2. 相關當事人之後續心理諮商及生活輔導與追蹤（follow-up）
3. 預防再發或轉介衛政單位協助

肆、具體做法：

一、預防部份：

- （一）了解青少年自傷基本概念如備註說明。
- （二）定期舉辦身心健康或心理衛生講座，增進師生適應能力。
- （三）增進學生生活適應能力，解決問題的策略，提供支持網絡及相關資訊。
- （四）透過會議研習及宣導資料，介紹預防自我傷害行為發生之相關資訊。
- （五）營造溫馨友善校園，增進校園軟硬體規畫之安全性，避免產生不良環境。
- （六）參加相關專業訓練課程，熟悉青少年的自我傷害警告訊息及緊急的處理原則及校園自我傷害的輔導策略、技巧與可運用的社區資源。
- （七）成立危機處理小組進行防治、危機處理及事後處理事宜。
- （八）衡鑑高危險群學生。
- （九）實施生命教育--探討生命的意義與價值(認識自己，體認生命的神聖，進而珍惜生命，實現自我，澄清死亡的真相，檢視死亡的真實性)。
- （十）增進師生感情交流，建立良好師生關係。

二、危機處理部份

- （一）學生自我傷害行為尚未採取行動(高危險群)
 1. 通知學校相關人員。
 2. 通知家長。
 3. 對具有高危險性的學生，導師、輔導教師、教官應立即會同輔導並給予支持與關懷：包括傾聽、支持，並對自我傷害的想法保持敏捷，信任自己的判斷，注意是否已有先前的企圖，以採取必要的行動。
 4. 儘快與高危險性學生建立互相信任，讓學生清楚的感覺輔導者的關心。
 5. 輔導人員扮演關心者、協助者的角色。鼓勵學生將其內心的感受與想法完整表達出來，並共同尋求解除該生面臨的壓力。
 6. 經由衡鑑，瞭解該學生的自殺想法或行動的嚴重程度，導師及輔導老師應採取適當的行動：
 - （1）與該生直接討論他的自殺想法或計畫，幫助該生瞭解自殺真正動機，協助他體認他本身的價值。
 - （2）恰當的表達導師及輔導人員的關懷與支持，使他覺得並不孤單。
 - （3）協助學生釐清死亡的概念，如：死是一種永久的、不可逆的歷程；死亡是一種生命的現實狀態，不是幻想狀態。
 - （4）多強調環境與個人的可改變性；協助學生在面對壓力時，尋求新的因應策略。
 - （5）導師或輔導人員態度要積極，但表現要冷靜，並容許學生依他的節奏，表達他的內心感受。
 - （6）馬上採取幫助的行動，如：聯絡家人、重要的朋友，一起來共同解決目前的、緊急的生活壓力等。
 - （7）瞭解導師及輔導人員本身的限制，必要時立即聯絡其他專業人員。
 - （8）通知校長。

- (9) 清楚地記錄自己的處理方式，聯絡了哪些人。
7. 召開個案會議—由主任輔導教師主持，召集導師、學務處有關人員及全體輔導教師共同研討危機處理的步驟，採取一致的行動。
8. 聯絡家長，對孩子盡可能提供無條件的幫助、支持與關心，必要時建議家長安排孩子就醫或住院。
9. 由相關人員形成支持網，二十四小時均有人陪伴有自殺傾向的學生。
10. 提供個案支持網絡人員之電話

(二) 危機事件發生之當下：

1. 共同作法：

- (1) 危機處理小組動員：立即聯絡相關人員
 - 送醫急救
 - 通知家長
 - 現場的保持與清理
 - 課業有關問題的處理
- (2) 召開危機處理小組會議：各組工作報告、研討事實真相、工作分配、指定一人處理媒體電話，並將所有電話錄下來、將所有進行的情形寫成日誌。
- (3) 召開個案會議：由相關人員形成一個支持網，二十四小時均有人陪伴有自殺傾向的學生。

2. 已採取行動，而未成功之個案：

- (1) 危機處理小組動員：立即聯絡相關人員、送醫急救、通知家長、現場的保持與清理、課業有關問題的處理。
- (2) 召開危機處理小組會議：各組工作報告、研討事實真相、工作分配、指定一人處理媒體電話，並將所有電話錄下來、將所有進行的情形寫成日誌。
- (3) 召開個案會議：由相關人員形成一個支持網，二十四小時均有人陪伴有自殺傾向的學生。
- (4) 師長及親人：儘速整理自己的情緒，恢復正常狀態，關懷、輔導個案。
- (5) 個案本身：需有人陪伴至情緒穩定為止。及謀求問題解決策略。
- (6) 其他同學(個案之好友、其他同學、目擊者)的情緒：鼓勵學生把內心的想法、感受說出來，謀求問題解決策略。
- (7) 鼓勵同學對個案表達關懷，協助個案重返班級。班級形成支持網絡，必要時輪流陪個案。

死亡個案：

- (1) 同(一)、(二)、(三)
- (2) 研商葬禮事宜。

三、事後處理要點：

(一) 自傷個案

(二) 死亡個案

1. 成立危機事件事後處治委員會。
2. 幫助受此事件影響之人(個案的家人、親友，同學、學校內相關的教職員工) 抒解悲傷的情緒與緩和哀悼的心結；經由討論自殺行為的傳染與模仿作用，阻止在發生類似的不幸事件
 - (1) 成員：事後處治委員及本校危機處理小組成員
 - (2) 任務：
 - 評估自殺或突然死亡事件對學校的影響(全體委員)。
 - ☆ 收集並驗證有關自殺或意外死亡事件的所有資料。

- ◇ 評估此事件對學生的影響，並找出需要特別注意的團體或個人。
- ◇ 評估此事件對教職員工的影響，並且幫助涉入的教職員工。
- 評估學校裡所擁有的社會資源(全體委員)。
- ◇ 危機小組是否夠客觀？是否不會有感情或情緒上的涉入？
- ◇ 對個別的成員或整個學校而言，他們受此事件的影響程度為何？
- ◇ 需要多少校外的資源？如：其他學校或社區的協助。
- 危機小組在必要的情況下，有權力尋求社會輔導網絡、醫療網絡或社區資源網絡來協助處理，如：生命線工作人員、地區精神科專科醫師或神職人員。
- 實施「事後處理行動計畫」。
- ◇ 向全校師生說明該事件，選擇以班級或小型團體進行，不要集合起來作報告。
- ◇ 將報告限制在告知事實，勿加以個人揣測，並提供必要的支持。(校內支援小組)
- ◇ 向學生清楚說明何時、在那裡可以得到幫助，例如：哪些學生可以個別地或以團體形式進行會談。(校內支援小組)
- ◇ 關照死者的好朋友。
- ◇ 找出高危險性的學生，並擬定照顧計畫。
- ◇ 討論有關喪禮的事宜，並決定誰去參加喪葬禮。(全體委員)
- ◇ 討論如何舉行適當的悼念活動
- 成立特別輔導中心，讓學生清楚知道，當他們有需要時，可以「隨時」要求輔導
- ◇ 提供學生關於此事件的訊息，事後處置的計畫及社會可用資源。
- ◇ 引導回顧一下，當失去親友時，有哪些因應的方法。
- ◇ 評鑑有哪些學生處於此危機當中。
- ◇ 評鑑有哪些學生需要轉介到校外的專業機構。
- ◇ 提供印有各類輔導網絡電話之卡片。
- ◇ 決定何時聯絡校外的專業人員。
- 協助班級召開討論會。
- ◇ 小組成員協助通知學生，需注意班級裡可能先前已討論過此一不幸事件，對不想討論此事的學生，可以允許他們不加以討論。
- ◇ 討論有關失去的感覺、自己或兄弟姐妹或同儕害怕的感覺，並回顧此悲劇事實。
- ◇ 討論學生的生活事件，其他處理壓力及憂鬱的方法。
- ◇ 讓學生儘量表現他們覺得合適的反應，所有的反應都可以被接受。
- ◇ 輔導者表現出有信心、鎮靜、明確及鼓勵的態度。
- ◇ 避免批判性的字眼，將討論針對如何解決問題及如何使用更好的方式來應付此一事件。
- ◇ 避免有指責的情形出現，譬如可以說「那不是我們可以決定的」。
- ◇ 再次引導學生表達出生氣的感覺，譬如說「生氣是很多在遇到這種事情的人都會有的反應，你在生氣時都做些什麼？」
- ◇ 請同學協助，找出未被學校發現的高危險性學生。
- ◇ 討論會的領導者，將在接下來的幾天之內，看到學生很明顯的悲哀的徵兆，這是十分正常的現象，是可以被接受的。
- ◇ 需仔細觀察是否有不尋常的反應，並且尋求進一步的介入。
- 支持校內教職員面對這件事情。
- ◇ 評估高危險性的校內人員，並建議他們如何因應。
- ◇ 對死亡學生的老師，提供支持。
- 形成以提供資訊為主的支持性團體。
- ◇ 此團體是由特別輔導中心評估後，決定成立。針對家長、老師及學生之支持性團體，危機處理小組的成員或心理衛生之專業機構應

協助其進行。

- 產生與家庭聯繫的代表：
 - ◇指定一危機小組成員去和家長接觸。
 - ◇表示弔慰並告知家長學校的關心，以及在學校將有的一些處理的程序。
 - ◇徵求他們的同意，以便告知其他學生及教職員，有關死亡的資料，如：關於自殺事件的事實，學生如何死亡。如果自殺事件尚未被法醫宣告，僅將其稱作不幸的死亡。
 - ◇告知家長可能會有學生以團體形式出席葬禮，建議家長接受他們弔慰之後，請他們即離開。
 - ◇通知家長有關學校方面的悼念活動。
- 產生與媒體聯繫的代表：
 - ◇指定一危機小組成員去和大眾媒體接觸。
 - ◇訊息應依事實報導，不要渲染。
 - ◇禁止媒體接觸學生和教職員，而只限於和危機小組代表接觸。
 - ◇提供媒體以下之資訊：
 - a. 關於自殺話題的一般性報導
 - b. 關於自殺的警告徵兆
 - c. 促使媒體報導地區的協助資源
 - d. 不應將自殺戲劇化
 - e. 關於學校發生此事的特別訊息

伍、預期成效

- 一、學生在成長與學習過程能逐步體認生命的可貴進而尊重生命關懷生命真愛生命
 - 二、營造友善溫馨校園希望教職員工與學生有較好的學習教學工作環境。
- 陸、經費由年度預算項下支出。
- 柒、本計劃由輔導工作委員會通過後，呈校長核示後公佈實施。

附件六 社區網絡資源：

1. 諮商、輔導機構

單位名稱	地 址	電 話	主要服務項目
中國青年反共救國團 青年諮商服務中心	台北市敦化北路 131 號 三重市自強路 1 段 158 號 板橋市中正路 10 號 2 樓 永和市民權路 60 號 3 樓	行政:(02)27172990 服務:(02)27171010 行政:(02)29867171 服務:(02)29866060 行政:(02)29662226 行政:(02)29469424	行理諮商、輔導
台灣地區各縣市家庭 教育服務中心	台北市八德路 3 段 25 號 板橋莊敬路 62 號	(02)27721885 (02)22554885	心理、婚姻與家庭輔 導
台灣地區各縣市生命 線服務中心	台北市建國北路 2 段 92 號 9 樓 板橋市文化路 1 段 37 號 4 樓	(02)25059595 (02)29679595	自殺防治危機處理各 種困擾之協談
觀音線協談中心	北市復興南路 1 段 62 號 8 樓之 2	(02)27739695	心理輔導
台北市少年輔導委員 會	台北市寧夏路 89 號	(02)25110866 (02)25110877	心理諮商、輔導親職 教育諮詢
華明心理輔導中心	北市中山北路 1 段 2 號 803 室 8 樓	(02)23821885	心理婚姻與家庭輔導 成長團體
宇宙光輔導中心	台北市和平東路 2 段 24 號 8 樓	(02)23627278	心理、婚姻家庭輔導
馬偕家庭協談中心	台北市中山北路 2 段 92 號 9 樓	(02)25718427 (02)25310505	婚前教育、婚姻諮 商、心理輔導
晚晴婦女協會	台北市博愛路 1 巷 1 號 4 樓迪化街 1 段 21 號 8 樓	(02)25594740	離婚諮商、婚姻諮商
友緣社會福利基金會	台北市南京東路 5 段 59 巷 30 弄 18 號 1 樓	(02)27693310 (02)27693319	兒童行為輔導與親職 教育
人本教育基金會	台北市辛亥路 2 段 167 號 10 樓	(02)27328034	兒童與青少年教育問 題諮詢與輔導
台北青友中心	永和市安樂路 477 號 3 樓	(02)29239112	心理輔導、職工青年 活動
台北市基督教勵友中 心	台北市安和 2 段 44 巷 2 號 2 樓	(02)25942492 (02)25942493	輔導保護管束及適應 不良之青少年
返璞歸真工作坊	台北市安和路 2 段 44 巷 2 號 2 樓	(02)27010813	心理、婚姻與家庭輔 導成長團體
中華民國性教育協會	台北市羅斯福路 3 段 171 號 11 樓	TEL:(02)23692752 FAX:(02)23657410	性教育推廣活動與出 版
愛滋病防治協會	台北市八德路 3 段 12 巷 16 弄 16 號 6 樓	(02)27713567	愛滋病諮詢服務與衛 生教育
內政部性侵害防治委	台北市忠孝東路 1 段 85 號 6 樓	(02)23583022	性暴力防治諮詢、保

員會		(02)23583366 (77)	護、轉
----	--	----------------------	-----

協談機構及服務電話

機構名稱	服務項目	聯絡電話
行政院衛生署安心專線	自殺防治電話諮詢 24 小時免付費	0800-788-995
台北縣國際生命線	24 小時電話協談	直撥 1995
財團法人張老師基金會	電話協談	直撥 1980
台北市社區心理衛生中心	心理衛生諮詢	(02)3393-7885
馬偕協談中心(平安線)	電話協談	(02)2531-0505 (02)2531-8595
財團法人基督教 宇宙光全人關懷機構	電話協談	(02)23692696
台北市佛教觀音線 社團法人	心理協談 憂鬱症病友支持團體	(02)2768-7733 (02)6617-1885
中華民國肯愛社會服務協會	電話輔導關懷	
全國婦幼 24 小時保護專線	婦幼保護諮詢服務	直撥 113
教育部反霸凌申訴專線	24 小時免付費	0800-200-885
勵馨基金會 蒲公英諮商輔導中心	性侵害創傷之心理諮詢	(02)2362-2400
內政部大溫暖計畫求助專線	弱勢家庭電話諮詢服務	直撥 1957
臺北縣家庭教育服務中心	家庭教育、親職教養諮詢	(02)2272-4885
臺北縣單親家庭服務中心	單親家庭資源整合性服務	(02)8911-5527
臺北縣新住民庭服務中心	個案扶助及各項方案服務	0800-250-880
內政部外籍配偶保護諮詢專線	電話線上緊急求援或諮詢服務	0800-088-885
內政部男性關懷專線	男性困擾諮詢	0800-013-999
社團法人中華民國家庭照顧者 關懷總會	辦理家庭照顧者支持服務	0800-580-097
全國法扶專線	提供法律諮詢	(02)6632-8282
行政院莫拉克颱風 災後重建推動委員會	提供各項扶助與諮詢	(02)3356-6500

2、學術研究機構

單位名稱	地 址	電 話	主要服務項目
財團法人杏陵醫學基金會 家庭生活與性教育中心	台北市羅斯福路 3 段 171 號 11 樓	(02)23696752	與性教育有關之研究、教育 訓練與教材出版
台灣大學人口研究中心婦女 研究室	台北市羅斯福路 4 段 1 號	(02)23630197	促進婦女成長與研究婦女問 題
台北基督教女青年會	台北市青島西路 7 號	(02)23812131	促進婦女德、智、體、群、 美、靈問題
婦女新知	台北市長安東路 2 段 230 號樓之 1	(02)27112814	啟發婦女女性意識提高社會 地位
主婦聯盟	台北市汀洲路 3 段 160 巷 2 號 4 樓	(02)23686211---1	婦女成長環保推廣
中央大學性別研究社	桃園縣中壢市五權里 3 鄰 8 號	(03)4227151	促進性多元化、探討兩性平 權
清華大學兩性與社會研究 社	新竹市光復路 2 段 101 號	(035)723690	研究有關兩性與社會之議題
東海大學幸福家庭研究推 廣中心	台中市東海大學信箱 5-821 號	(04)3592851	有關婚姻、家庭之研究、訓 練與出版
高雄醫學院兩性研究中心	高雄市十全一路 100 號	(035)3119851	有關兩性、婚姻與家庭之研 究

3、社會服務機構

單位名稱	地 址	電 話	主要服務項目
台北市廣慈博愛院婦女職 業輔導所	台北市福德街 200 號	(02)27282334	雛妓安置、從娼婦女 輔導
台北市婦女救援社會福利 事業基金會	台北市復興南路 1 段 321 號 7 樓之 1	(02)27009595 (02)27044882	雛妓安置、從娼婦女 輔導（間法律服務）
台北市勵馨社會福利事業 基金會	台北市長安西路 49 號	(02)23719583 (02)25507028	雛妓安置、從娼婦女 輔導
天主教善牧修女會德蓮之 家	台北郵政 93-187 號	(02)29311654 (02)29325710	雛妓安置、從娼婦女 輔導
台灣省婦女會	台北市師大路 215 號	(02)23516314	緊急庇護、婚姻輔導
台北市婦女會	台北市杭州南路 1 段 11 巷 6 號	(02)23951052	緊急庇護、婚姻輔導
台北市天主教福利會	台北市中山北路 1 段 2	(02)23110223	緊急庇護、棄嬰、未

	號 907 室	(02)23117642	婚媽媽、帶領尋養人
台灣基督長老教會彩虹婦女事工中心	台北市基隆路 1 段 432 號 704 室	(02)27290265 (02)27290268	緊急庇護、未婚媽媽、棄嬰
台北市現代婦女基金會	台北市青島路 5 號 2 樓	TEL:(02)23917128 (02)23917133 (02)23917129	被強暴婦女、輔導服務
兒童福利聯盟文教基金會	台北市民生東路 5 段 163 之 1 號 3 樓	(02)2748006	收養服務研究與出版
台灣省立雲林教養院	雲林盼斗南鎮忠孝路 157 號	(05)5961680 (05)5972449	不幸少女之收容與安置心理輔導及職業訓練
財團法人基督教芥菜種會	台北市雙城街 49 巷 6-1 號 3 樓	(02)25974868 (02)25975028	未婚媽媽之家提供案主住處
財團法人基督教門諾會花蓮善牧中心	花蓮郵政 7-12 號信箱	(038)328000	就學、就業、生活、心理、追蹤輔導
柴團法人宜蘭縣私立慈懷社會福利慈善事業基金會	宜蘭市國榮路 1-1 號	(039)331001-2	受虐、被遺棄、疏忽、販賣、行為偏差之兒童少年
更生團契輔導中心	台北市新生南路 3 段 88 號 4 樓	(02)23621085	
財團法人天主教會新竹教區附設中途少年之家		(03)5761115	受虐待、被遺棄之少年、虞犯少年
私立藍天家園		(03)5761115	
美麗家庭服務中心	台北市和平東路一段 118 巷 1 號	(02)23111296	避孕及婚姻輔導
台北地方法院家事法庭	台北市愛國東路 1 號之 1	(02)23316713	調解家庭糾紛

4、臨床治療機構

單位名稱	地 址	電 話	主要服務項目
杏陵醫學基金會性治療諮詢特別門診	台北市羅斯福路 3 段 171 號 11 樓	(02)23696752	性功能障礙治療、夫妻性生活不偕之諮商輔導、性暴力、亂倫個案之心理重建
市立忠孝醫院	台北市南區同德路 87 號	(02)27861288 轉 721、6712	生理、心理發展諮詢、性諮詢及輔導、濫用藥物防治
市立婦幼醫院	台北市福州街 12 號	(02)23941317	性教育及輔導、心理諮詢、生殖泌尿道疾病診治
台北市立性病防治所	台北市長安西路 15 號	(02)25118994	性病、愛滋病診療

省立板橋醫院婦產科	台北縣板橋市英士路 198 號	(02)22575151	性侵害事件診療
蒲公英兒少治療中心	台北市長安西路 49 號	(02)25508585	性侵害個案治療

二、其他：中華兒童福利基金會各地家扶中心

單位名稱	兒童專線	單位名稱	兒童專線
基隆家扶中心	(02)24292085	南縣家扶中心	(06)6324560
台北家扶中心	(02)23922085	台南家扶中心	(06)2508585
北縣家扶中心	(02)29592085	高縣家扶中心	(07)6229595
桃園家扶中心	(03)4362085	高雄家扶中心	(07)2232085
新竹家扶中心	(035)722085	屏東家扶中心	(08)7332085
苗栗家扶中心	(037)322404	宜蘭家扶中心	(039)352085
中線家扶中心	(04)5252085	花蓮家扶中心	(038)232085
台中家扶中心	(04)3272085	台東家扶中心	(089)342085
彰化家扶中心	(04)7272085	澎湖家扶中心	(06)9274624
南投家扶中心	(049)242085	金門家扶中心	(0823)26139
雲林家扶中心	(05)6339595	大同家扶中心	(02)2452085
嘉義家扶中心	(05)2852085		

備註：將此資源上網公告，以利校內教職員工生利用。

附件七 台北縣立永平高級中學自傷事件防治各處室職責及具體做法

實施階段	執行人員	實施內容
預防處治階段	行政人員	校長 (1)成立校園自我傷害危機處理小組(成員詳見附件一),訂定校園自我傷害防治計畫。 (2)舉辦教師輔導知能成長團體及於各項會議宣導校園自我傷害防治觀念,以提昇全校教職員工輔導技能及敏銳覺查度。 (3)重視學生安全工作與教學實習設備及校園設施的安全維護,避免不良環境產生。
	教務處	(1)編製生命與死亡教育課程教案,使學生愛惜生命,增強適應力。 (2)協助各科教師隨時執行「疏導學生課業壓力、降低考試焦慮、減少失敗挫折感」的工作。
	學務處	(1)加強導師會議功能,增進導師對學生生活狀況的瞭解及問題處理之協助。 (2)舉辦親職教育座談會之安排親師座談增進導師與家長對學生生活狀況有更多的了解與協助。 (3)定期舉辦新生始業輔導活動、班級幹部訓練及社團活動,協助學生適應校園生活及擔任良好班級及行政單位溝通橋樑,並促進身心健康。 (4)建立校園危機事件流程及全校緊急事件處理通報資料。
	總務處	(1)隨時檢視校園各項設施安全維護、修繕,避免製造危險環境。 (2)注意校園警衛及工友的挑選及培訓,加強安全巡邏。
	其他處室	協助自傷防治相關事宜
	輔導室	(1)教師部份:透過各項會議宣導自我傷害防治資訊,將其列為「教師輔導知能研習」及「輔導教師專業訓練」主題之一。 (2)學生部份:藉由新生輔導活動協助新生適應新學習環境課程;落實班級輔導課程篩選適應欠佳學生,給予適當個別輔導。
教師	原則	相關知識的充實·生命教育的實施·主動積極的關懷。
	導師	(1)積極參與有關自我傷害防治之研習活動,以對學生的自我傷害有正確的認知。 (2)實施生命教育 *與學生探討生命的意義及價值 *向學生澄清死亡的真相 (3)增進學生因應的技巧及處理壓力的能力 *瞭解學生日常生活中是否遭遇較大的生活變動 *瞭解此生活變動是否對學生造成壓力 *協助學生尋求社會資源 *協助學生發展解決問題的策略 *協助學生對壓力事件做成功的因應 (4)經常與班上每位同學接觸,利用日記與學生做心靈溝通 (5)願意傾聽,隨時給學生支持、關懷,與學生分享其情緒 (6)提供支援網絡及相關資訊,讓學生清楚的知道在遇到困難時該如何或向何人與何單位求助 (7)經常與任課老師聯繫,全面瞭解學生在校情形 (8)留意每位學生的出缺席狀況,與家長保持密切的聯繫,相互交換學生之日常訊息 (9)利用間暇做家庭訪問,瞭解學生居家生活狀況 (10)在班上形成一個支援網絡,提供需要協助同學社會資源 (11)在班上形成一個通報系統,指定幹部主動報告同學之動態,尤其是異常舉動 (12)對可能自我傷害傾向的學生保持高度的敏感

預防處治階段	任課教師	(13)留意學生在日記、信件上透露的心事及相關線索
		(1)積極參與研習活動，充實相關知能 (2)支持與關懷，耐心傾聽，分享學生的情緒經驗 (3)保持對「異常舉動」學生之高度敏感 (4)要自動擔任導師的「第三隻眼」 (5)常與輔導老師保持聯繫，加強「全方位」輔導策略
危機處理階段	輔導教師	(1)輔導教師自身方面：放下自己的焦慮、擔憂，與學生討論「自殺」，依「學生最立即需要」及「保護學生的安全性」兩大原則處事，充實自身自傷防治知能、提供家長預防子女自我傷害的方法、針對全校教職員工宣導自我傷害防治觀念。 (2)對一般教師方面：提供教師情緒管理知能、提出自我傷害傾向的可能徵兆，教導如何處理學生或同儕自我傷害事件、提供教師哀傷輔導的基本方法。 (3)對學生方面：教育學生了解生命的價值、死亡的概念、提高學生的挫折容忍度及面對壓力的因應方法、教導學生善用學校及求助社會資源單位。
	行政人員	<p>原則</p> 建立緊密的支持網絡，提醒家長更寬容、更關懷協助個案度過難關。
危機處理階段	校長	(1)對具高危險性學生，導師、訓導人員等會同校園自我傷害事件緊急處理要點進行輔導。 (2)指示輔導主任對於自我傷害想法或行動嚴重之學生召開個案會議，研討危機處理步驟及行動，並指定聯絡家長負責人及研商是否需轉介醫療機構。
	教務處	(1)協助導師衡鑑篩選高危險性學生。 (2)會同導師對高危險性學生進行輔導，給予支持關懷，並參加個案會議，提供課業處理協助。
	學務處	(1)協助導師衡鑑篩選高危險性學生。 (2)會同導師對高危險性學生進行輔導，給予支持關懷，並參加個案會議，商討輔導流程分工，及督導有關人員依據緊急事件處理要點處理高危險性個案。
	總務處	(1)重新評估校園是否存在有危險狀況並加以改善。 (2)提高警覺，熟悉事件發生時之處理流程。
	其他處室	協助自傷防治及危機處理相關事宜
	輔導室	(1)輔導教師應會同導師、訓育人員對高危險性學生給予輔導支持與關懷。 (2)對自我傷害想法或行動嚴重之學生召開個案會議研商輔導事宜或轉介醫療機構，並與家長尋求問題解決對策。 (3)建立校園自我傷害處治輔導流程，並督導輔導教師依據輔導流程輔導高危險性個案。
	教師	<p>導師</p> *對尚未採取行動的個案 (1)對個案保持高度「敏感、接納、專注地傾聽」 (2)鼓勵或帶領學生向輔導單位求助，說出心中的痛苦，讓學生有傾吐的對象，尋求更多的支持及協助 (3)與個案討論對於「死亡」的看法，瞭解其是否有「死亡計劃」 (4)營造班級「溫暖接納」的氣氛，讓個案感受到他是團體裡的重要份子，同學們都很關心他 (5)通知家長，動員家人發揮危機處理的功能，隨時注意個案的言行舉止 (6)若個案堅持不讓家長知道，可以技巧性地提醒家長多關心、注意孩子(強烈建議要讓家長知道) (7)通知學校相關人員(如危機處理小組成員) (8)提供個案「支持網絡」成員的聯絡電話 (9)對十分危急的個案，與相關人員形成一個支持的網絡，隨時有人陪伴個案 *對已採取行動，但未成功之個案 (1)立即聯絡相關人員協助將個案送醫急救，並由送醫小組通知家長

		<p>(2)請訓育人員協助清理現場</p> <p>(3)聯絡輔導人員協助安撫其他同學情緒，並實施團體輔導</p> <p>(4)接納個案的情緒、專注傾聽，並盡可能陪個案一段時間至其情緒平復</p> <p>(5)透過個案自述或其他資料，瞭解企圖自我傷害的動機</p> <p>(6)分別與個案及其他同學討論除了自我傷害之外的問題解決策略</p> <p>(7)請家長接個案回家</p> <p>(8)鼓勵同學對個案表達關懷，協助個案重返班級</p> <p>(9)在個案重返學校的初期，協助班級形成一個支持網絡</p> <p>(10)拒絕任何媒體採訪，由危機處理小組之發言人對外說明</p>	
	任課教師	<p>*對尚未採取行動的個案</p> <p>(1)對高危險群個案保持高度敏感、接納、專注地傾聽</p> <p>(2)鼓勵或帶領學生向輔導單位求助，說出心中的痛苦，讓學生有傾吐的對象</p> <p>(3)通知學校相關人員(如導師或危機處理小組成員)</p> <p>*對已採取行動，但未成功之個案—</p> <p><u>如發生在任課教師上課中時</u></p> <p>(1)立即聯絡相關人員協助送醫，並由送醫小組通知家長</p> <p>(2)協助安撫其他同學情緒</p> <p>(3)抽空探視個案，表達老師的關心</p> <p>(4)整理自我的情緒，恢復正常教學</p> <p>(5)個案返校上課後，留意其上課情緒，有異常狀況時通知危機處理小組處理</p> <p>(6)以平常心看待此事，不在校內談論此事</p> <p>(7)不對外界做敘述，統一由危機處理小組之發言人對外界做說明</p> <p><u>事件發生在其他老師上課時</u></p> <p>(1)個案返校上課後，留意其上課情緒，有異常狀況時通知危機處理小組處理</p> <p>(2)不加入談論話題的行列</p> <p>(3)全力配合學校處理措施</p>	
	輔導教師	<p>(1)衡鑑與評估：自傷警訊的偵測、自傷危險程度的衡鑑。</p> <p>(2)諮商與輔導：對有自殺意圖但未付諸行動者：主動提供關懷、支持、傾聽、陪伴、增加學生現實感、聯絡家長並告知正確的陪伴學生的態度；對近六個月內自殺未遂者：評估該傷害對其生、心理的影響、共同策畫復健計畫、協助個案適當轉介。</p>	
事後處治階段	原則	各處室均須參加危機處理小組會議，擬訂事後處置行動計畫。	
	校長	召開校內危機處理小組會議，研討處置事宜。	
	行政人員	教務處	宜處理社會團體介入事宜、維持校務正常運作、掌握高危險群教師並給予支援等。
		學務處	於事發後儘速召開導師會議公告事件，建立處理共識，並建立資料檔案，掌握師生事後反應、生活作息動態及安全問題，適切調整校內氣氛，轉移注意力，並聯絡家長告知學校之關心及可能協助之事項。
		總務處	評估校園是否有安全疏失，加以改善、對現場事件處理情形詳細報告、配合處理喪葬事宜、調整事發現場環境，去除大家的心理陰影。
		其他處室	協助校園自傷事後處治相關事宜。
		輔導室	成立特別輔導中心，提供相關訊息。評鑑高危險群學生，做合適處置並置班級與同學討論。
	教師	原則	與校園危機小組密切合作·用開放的態度面對問題和學生一起經歷成長。
		導師與任	<p>*事後處治的目標及目的</p> <p>(1)幫助抒解悲傷的情緒與緩和哀悼的心結</p> <p>(2)經由討論自傷行為的傳染與模仿作用，阻止再發生類似的不幸事件</p> <p>*正確的認知及態度</p>

	課 教 師	(1)對「自我傷害(自殺)」與「死亡」有正確的概念，並幫助學生釐清錯誤的想法 (2)對事後處治的處理對象與工作目的有正確的認識 (3)過濾出哪些人是受事件影響最深的「高危險群」 (4)瞭解高危險群的「高危險時間」 (5)熟悉校內危機小組的運作情形 (6)掌握校外及社區輔導機構與醫療資源的正確資訊 (7)能夠適時的與學生討論、溝通、分享 (8)保持高度敏感度 (9)帶領班級或小團體進行討論及輔導
	輔 導 教 師	(1)幫助班級討論：澄清事實，減少謠言、回答問題，穩定班級情緒、提供哀傷輔導及因應壓力的方式。 (2)幫助「支持性團體」的進行：對與逝世者較親近之同儕（教師或學生）進行支持性輔導與哀傷輔導。 (3)對個案周圍的「人」、「事」、「物」進行輔導：學校輔導單位印發傳單、海報，邀請有需要幫助的師生至輔導洽談，並於傳單中簡述抒解哀傷的可行方法。

附件八：柯氏憂鬱量表

說明：這問卷共有 26 題，每一題均包含幾種不同的敘述，請你仔細閱讀每一題中的每個敘述，然後，請你圈選出最能描述你最近七天 來的生活情況之敘述的號碼。

※注意：做題目時，請務必把每個敘述都看過後，在選出最適合者。

下列一至二十六提示請問您的心情如何呢？

如果做別的事情心情是否會比較好些？是否覺得還可以忍受呢？

一、你是否覺得心情低落、沮喪呢？

- 0 並沒有感到心情低落、沮喪；或很少感到。
- 1 心情感到低落、沮喪，但如果做別的事情就會好轉。
- 2 情時時感到低落、沮喪，不能好轉，但還可以忍受。
- 3 心情時時感到低落、沮喪，不能好轉，並且痛苦地無法忍受。

二、你是否覺得悶悶不樂呢？

- 0 並沒有感到悶悶不樂；或很少感到。
- 1 心情悶悶不樂，但如果做別的事情就會好轉。
- 2 心情時時悶悶不樂，不能好轉；但還可以忍受。
- 3 心情時時悶悶不樂，不能好轉；並且痛苦地無法忍受。

三、你是否感到悲傷？是否比以前更會哭？是否經常哭呢？是否現在想哭而哭不出來呢？

- 0 並不比以前更容易哭。
- 1 比以前更愛哭，但只是有時如此。
- 2 現在經常哭或掉眼淚。
- 3 過去很會哭，但如今縱使想哭也哭不出來了。

四、你對將來的看法是如何呢？是否感到沒有希望？覺得目前的困難或問題可以改善嗎？

- 0 對於將來並不特別感到沮喪。
- 1 對於將來，感到沮喪、沒有希望，但這種感受持續不久；若受到支持、鼓勵，可以化解。

- 2 經常覺得將來沒希望；但這種感受若受到支持鼓勵，可以化解。
- 3 一直感到將來沒希望；並且相信目前的困難或問題不能改善。

五、你是否變得容易對事情感到厭煩？

- 0 和以前一樣，並沒有對事情特別感到厭煩。
- 1 現在比以前容易對事情感到厭煩。
- 2 對大部分的事情感到厭煩。
- 3 對任何事都感到不滿或厭煩。

六、你覺得自己變得對周圍的人或事物看不順眼而很想發脾氣嗎？你總是這樣或
有時如此？一發脾氣要持續多久才能消氣？會不會持續很久卻一點也不能消
氣？

- 0 和以前一樣，並沒有變得更容易生氣或暴躁。
- 1 變得比以前容易生氣或暴躁，但只是有時如此。
- 2 變得經常感到憤怒或暴躁；只要有一些小事情就會生氣起來。
- 3 隨時因一點小事情就感到憤怒或暴躁，並且持續很久，一點也不能消氣。

七、你的胃口是否變差了呢？是否很勉強才去吃的？若沒有別人強迫你會去吃
嗎？

- 0 胃口沒有變差。
- 1 胃口變得比平常差了一些；三餐仍照常進食。
- 2 胃口變差了許多，需要勉強才能進食；而且吃的很少。
- 3 變得一點也不再胃口；若沒有人強迫，任何東西都不吃。

八、你的胃口增加了嗎？可以克制自己不吃太多嗎？

- 0 胃口沒有增加；即使增加也不是太多。
- 1 每天的三餐都吃的比以前多。
- 2 比以前吃的多，即使不餓，也一直吃東西。

九、在你沒有特意去減肥與控制體重下，你的體重減輕了嗎？

- 0 體重沒有減輕，即使減輕也不是太多。
- 1 體重減輕 1 公斤至 2 公斤。
- 2 體重減輕至少 2 公斤。
- 3 體重減輕 3.5 公斤以上。
- 4 體重減輕 6.6 公斤以上。
- 5 體重減輕 10 公斤以上。

十、在你不是有意去增胖下，你的體重增加了嗎？

- 0 體重沒有增加，即使增加也不是很多。
- 1 體重增加 1 公斤至 2 公斤。
- 2 體重增加至少 2 公斤。
- 3 體重增加 3.5 公斤以上。
- 4 體重增加 6.6 公斤以上。
- 5 體重增加 10 公斤以上。

十一、晚上睡覺容不容易睡著？若不容易睡著，要等多久才能睡覺？一週內會有
幾天是如此？

- 0 大致而言，容易睡著。

- 1 不容易入睡，但 1 小時內能夠睡著，並且一個禮拜內不超過 3 天。
- 2 不容易入睡，至少要 1 小時或 1 小時以上才能睡著，但一個禮拜內不超過 3 天。（或）不容易入睡，但 1 小時內能夠睡著；並且一個禮拜內至少有三天是如此。
- 3 不容易入睡，至少要 1 小時或 1 小時以上才能睡著，並且一個禮拜內至少有三天是如此。
- 4 整夜或幾乎整夜都睡不著，但一個禮拜內不超過三天。
- 5 整夜或幾乎整夜都睡不著，並且一個禮拜內至少有三天是如此。

十二、睡著後，是否會在半夜醒過來呢？是否容易再睡著？一週內有幾天如此？

- 0 半夜很少會醒過來。
- 1 半夜會醒過來，但在 1 小時內能再睡著，並且一個禮拜內不超過三天。
- 2 半夜會醒過來，但在 1 小時內能再睡著，並且一個禮拜內至少有三天是如此。（或）半夜會醒過來，至少要 1 個小時以上才能再睡著，但一個禮拜內不超過三天。
- 3 半夜會醒過來，至少要 1 個小時以上才能再睡著，並且一個禮拜內至少有三天是如此。

十三、並不是有意要早起，但早上的時候卻比平常容易早醒過來嗎？

- 0 大致而言，和往常一樣，沒有特別早醒的情況。
- 1 有早醒的情況，但不超過 2 小時，並且一個禮拜內不超過三天。
- 2 有早醒的情況，但不超過 2 小時，並且一個禮拜內至少有三天。（或）有早醒 2 小時的情況，但一個禮拜內不超過三天。
- 3 有早醒 2 小時的情況，並且天天都如此。

十四、你的睡眠需要量比往常多嗎？

- 0 睡眠並沒有比以前增加；或只是偶爾睡得多。
- 1 每天晚上都睡得比平常多，而白天也想睡覺。
- 2 每天晚上都睡得比平常多，有時白天也在睡覺。
- 3 睡眠需要量大為增加，大部分的時間都在睡覺，以致於日常的活動沒有參加或該做的事沒有去做。

十五、說話及活動量是否變少或變慢了呢？回答問題時，是否反應變慢或沒有反應了？

- 0 和平常一樣沒有變慢或變少。
- 1 做事反應、說話回答問題的速度，變得比以前稍慢。
- 2 做事的反應變慢很多，而且與人交談時，說話、答話的速度均明顯地變慢很多了。
- 3 幾乎靜呆不動；很少動也很少說話。

十六、心情沮喪、難過，同時感到煩躁不安，動作變多了嗎？

- 0 並沒有因煩躁不安而動作變多。
- 1 感到有點煩躁不安，動作變得比較多（例如：玩弄手指、抓衣服或抖腿等動作變多）
- 2 感到非常煩躁不安或坐立不安，坐也不是、站也不是；與人交談時，經常會坐不住而站起來走動。

- 十七、你是否對以前喜歡的工作、嗜好或娛樂不再感興趣了呢？是否要勉強自己才會去做？是否要人強迫才會去做？
- 0 和往常一樣，沒有對以前喜歡的工作、嗜好或娛樂失去興趣。
 - 1 對以前喜歡的工作、嗜好或娛樂，比較沒有興趣去參加。
 - 2 對以前喜歡的工作、嗜好或娛樂不感興趣，需要他人一再強迫才會去做或參加；若沒有人強迫則不會去做或參加。
 - 3 對任何工作、嗜好或娛樂完全不感興趣；即使他人一再強迫，也不會去做或參加。
- 十八、男女之間有些正常的需要，最近你在這方面的興趣有沒有減少呢？是否減少很多？是否完全沒有興趣了？
- 0 對性的興趣沒有減低。
 - 1 對性比以前不感興趣。
 - 2 對性的興趣明顯地減少很多。
 - 3 對性已完全失去興趣。
- 十九、你是否感到比平常沒有力氣或更容易累呢？是否做什麼事都會累？沒有做什麼事也會累嗎？是不是還可以照常做事，還是做什麼事都無法做了？
- 0 並沒有感到比平常更容易累。
 - 1 做事比以前容易累。
 - 2 幾乎任何事一做就累。（或）沒做什麼事也覺得累。
 - 3 隨時都很累，以致無法做任何事。
- 二十、你對自己的看法是如何？覺得自己是個沒有用的人嗎？
- 0 不覺得自己是個沒有用的人。
 - 1 有時懷疑自己是個沒有用的人。
 - 2 經常覺得自己是個沒有用的人。
 - 3 時時覺得自己一文不值或一無是處。
 - 4 深信自己就是一堆沒有用的垃圾或廢物，而不是人。
- 二十一、是否變得很會批評自己的弱點或錯誤？是不是覺得每件壞事情是自己造成的？
- 0 沒有比以前更會批評自己。
 - 1 現在比以前更會因自己有弱點或錯誤而批評自己。
 - 2 現在變得經常會自責自己的錯誤或弱點。（或）相信大部分的壞事情，都是自己造成。
 - 3 相信一切壞事情都是自己造成的。
- 二十二、是否常感到做錯事，而內心後悔、不安或罪惡感嗎？（或）覺得自己對不起家人或朋友？（或）覺得自己做了很多沒面子或丟臉的事嗎？（或）覺得自己沒有盡到應盡的責任嗎？這種感覺一直存在嗎？有沒有聽到指責你的聲音？或看到威脅你的景象？
- 0 並不特別覺得。
 - 1 常常覺得自己似乎錯事（或對不起人，或丟面子，或沒有盡到應盡的責任）。
 - 2 大部分時間覺得，而且難以拋開這種感覺。
 - 3 總是覺得；並且反覆想到過去那些做錯的事（或對不起別人或沒面子、丟臉或未盡責的事情），而無法不去想它。

- 4 總是覺得，並且聽到責罵或威脅或恐嚇自己的景象（但別人沒有聽到）。
（或）總是覺得，並且看到威脅或恐嚇自己的景象（但別人沒有看到）。

二十三、思考或反應的速度，是否變得遲鈍了呢？

- 0 思考或反應的速度想以前一樣沒有改變。
1 頭腦變得比較遲鈍，思考或反應的速度，稍微比以前慢。
2 頭腦遲鈍，思考或反應的速度明顯地變慢很多。
3 頭腦非常遲鈍，對外界刺激幾乎不再有反應。

二十四、你是否可集中注意力去唸書、工作或做事呢？有時或經常如此呢？勉強自己是否可持續很久呢？是否所有的事都無法集中注意呢？

- 0 唸書、工作或做事時，大致可以集中注意力。
1 唸書、工作或做事時，有時無法集中注意力。
2 唸書、工作或做事時，且常不能集中注意力；即使勉強集中，也持續不久。
3 無論做什麼事，幾乎都無法集中注意力。

二十五、在決定事情方面，你是否變得比以前猶豫或難以下決定呢？需要別人幫忙嗎？日常生活穿什麼衣服，吃什麼東西等瑣事是不是可以自己決定？

- 0 大致而言，可以像以前一樣做決定。
1 現在比以前更會拖延去做決定。
2 現在比以前更難做決定，需要別人幫忙才能作決定。
3 再也無法做任何決定，即使日常生活中的瑣事，我也無法自己做決定。

二十六、你是否有過自殺的念頭呢？

- 0 沒有自殺的念頭。
1 不斷想到死的念頭，但不會真的自殺。
2 想自殺，或希望自己死了算了。（或）不斷出現自己可能會死的念頭。
3 如果有機會，會自殺。（或）計畫要自殺。（或）告訴別人要自殺。
4 真的有自殺的舉動（曾經自殺過）

計分與解釋

0-9 分-

表示填答者目前無憂鬱現象；但憂鬱現象可能會隨生理調節系統之平衡性與壓力之產生而有所改變。

10-20 分-

表示填答者目前處在輕度至中度的憂鬱，可能處在某些壓力下或有輕度憂鬱症或其他精神困擾；填答者”需要”調節情緒與進一步的關懷與協助。

21 分以上-

如果總分高於二十一分以上，表示你當時處在高度憂鬱狀態，可能當時在環境適應障礙上有所困擾或在憂鬱症發作期或有其他精神困擾中，“急需及時”關懷與協助，以及進一步的尋求專業人員的協助。

高危險群篩檢

總分大於 21 分(疑似憂鬱)

第二十二題 3 分或 4 分(罪惡感、妄想、幻聽)

第二十六題 3 分或 4 分(自殺方法、行動)