

南投縣 109 年度國民中小學辦理憂鬱自傷防制三級預防家長宣導 成果資料

宣導地點：視廳教室	宣導時間： 109 年 9 月 15 日
宣導內容： 自殺防治守門人三步驟 一問：主動關心，詢問對方的狀況。 二應：聆聽對方的問題，適當的支持陪伴與回應。 三轉介：針對對方問題，給予適當資源協助與持續關懷。 憂鬱 「憂鬱」是一種情緒狀態，每個人的情緒都會有高低起伏。 一生當中很多人曾出現過憂鬱的情緒；像是遭遇到失落、挫折時，常可能會覺得憂鬱。 憂鬱症狀 1. 至少 2 週內有憂鬱心情或失去興趣或喜樂 2. 幾乎每日同時出現下列症狀 5 項(或以上): (1)持續有憂鬱心情 (2)日常生活失去興趣 (3)體重明顯下降或增加 (4)即使再疲倦也會失眠 (5)情緒激動或遲滯 (6)每日疲累或失去活力 (7)思考能力或專注力減退 (8)無價值感或罪惡感 (9)有死亡意念 憂鬱症狀 ≠ 憂鬱症。 1. 憂鬱症需經精神醫學專業判斷，評估所出現憂鬱症狀的嚴重性與出現時間長短。 2. 排除由於生理因素或服用藥物所引發的憂鬱症狀以及其他精神病、精神分裂症、情感性精神分裂症、雙極症的可能性之後才能下此診斷。 憂鬱症狀的專業協助—可尋求的專業協助有… 1. 學校輔導室 2. 醫院兒童心智科或相關心理診所 3. 社會局 專業評估與治療有… 1. 智能評估 2. 情緒評估 3. 遊戲治療 / 個別或團體 4. 行為治療 5. 認知治療 6. 父母諮商與治療 7. 家族治療 8. 藥物治療 ● https://www.youtube.com/watch?v=6BINvBmz400	

宣導成果照片



說明：自殺防治守門人三步驟：一問
二應三轉介

說明：自殺的生命議題



說明：家長認真的聆聽

說明：校長補充說明

承辦人：楊淑如

主任：李信男

校長：邱伯璟