

南投縣 110 年度國民中小學辦理憂鬱自傷防制預防家長宣導
成果資料

宣導地點：社區活動中心	宣導時間：110 年 9 月 23 日
<p>宣導內容：</p> <p>自殺防治守門人三步驟</p> <p>一問：主動關心，詢問對方的狀況。</p> <p>二應：聆聽對方的問題，適當的支持陪伴與回應。</p> <p>三轉介：針對對方問題，給予適當資源協助與持續關懷。</p> <p>憂鬱</p> <p>「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。</p> <p>憂鬱症狀</p> <ol style="list-style-type: none">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):<ol style="list-style-type: none">(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 <p>憂鬱症狀 ≠ 憂鬱症。</p> <ol style="list-style-type: none">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。 <p>憂鬱症狀的專業協助—可尋求的專業協助有…</p> <ol style="list-style-type: none">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 <p>專業評估與治療有…</p> <ol style="list-style-type: none">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<ul style="list-style-type: none">● https://www.youtube.com/watch?v=6BINvBmz400	

宣導成果照片

南投縣信義鄉桐林國小自殺防治宣導簽到表

★時間:110年9月23日

★地點:社區活動中心

苗木通	丁	陳國南
蒙木魯味	李堯麟	顏沛莖
廖瑞蘭	陳沛碧	翁志亭
楊世祥	溫吳亮	黃信智
許嘉欣	陳建勳	蔡茂信
林承宗	劉姮利	謝在坤



說明:簽到表

說明:主任宣導中



說明:校長說明

說明:認真聆聽的家長們

承辦人:楊淑如

主任:李信男

校長:邱伯璟