

臺北市私立復興實驗高級中學-小學部 113 學年度 推動校園心理健康促進實施計畫

113 年 8 月 29 日校務會報公布實施

壹、依據：

- 一、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。
- 二、中華民國 110 年 6 月 28 日北市教中字第 11030562543 號函。

貳、目標：

- 一、鼓勵師生學習、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，推展並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度品格學習，深刻感受生命教育、情緒教育、情感教育之美，進而建立愛護自我、關懷社會與自然之人本情懷。
- 三、落實推動輔導系統，鼓勵教師參加守門人培訓及辨識研習等，亦鼓勵整合社區、民間、衛生及社政資源通力合作。
- 四、建立檢核評估，整合組織運作，確保師生心理健康衛生計畫與師資整備、課程執行成效及完備推動體系。
- 五、推動兒童權利公約（CRC），落實兒少權利之精神。

參、實施方式：

- 一、成立校園心理健康推動工作小組(詳附件)，由校長擔任召集人，相關處室主管、家長會代表、教師會代表等組成，以整合跨處室推動相關工作，協調校內各處室分工，執行校園心理健康工作。
- 二、扎根全人教育：
 1. 落實生命教育核心素養融入課程
 - (1)閱讀活動：透過經典閱讀文本，運用閱讀教學策略，結合生命教育議題，讓學生學習愛惜生命及關懷他人，反思生命的課題。
 - (2)各項探索課程、聯課活動、寒暑期營隊及戶外活動：透過課間、假期間豐富課內、外活動，建立學生人際網路及興趣，並以戶外活動為主，引發學生親近大自然及運動，避免過度封閉或沉迷網路。
 - (3)資訊倫理及預防網路沉迷：配合資訊及宣導課程，教導學生資訊倫理，避免網路霸凌及節約網路使用，另外透過規劃預防網路沉迷活動，讓學生放下手機，親近自己及人群。
 2. 推動社會/情緒學習(EQ 教育)：
 - (1)鼓勵教師引導學生情緒及社會互動覺察，除了學科能力表現外，透過社會情緒學習(EQ 課程)之自我反思，強化學生情緒管理素養，並協助家長共同參與提升學生之社會適應能力。
 - (2)目前與「台灣芯福里情緒教育推廣協會」楊俐容老師團隊合作，
 - a. 已推動各年級學生 EQ 課程。
 - b. 逐年推動家長 EQ 理論課程、培訓課程。
 3. 加強學生運動習慣：根據研究，運動能有效幫助人腦產生多巴胺，產生快樂正面心情，因此將結合 SH150 等倡議，鼓勵學生培養運動習慣；安排體循課程、探

索課程、課後運動等課程，學生多元學習；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。

4. 推動品德教育(生命教育)：讓每位學生學習擔任愛心小天使，關心自己也關心別人，多說好話做好事，發現同儕有異樣，主動伸出援手及通報師長。並與「蒲公英希望基金會」、社福團隊合作：

- (1) 中年級聯課活動：小領袖培訓。

- (2) 三年級：SDGs 小農星球探險活動。

- (3) 四年級：社福團體愛心慰訪、參與中華安得烈慈善協會「愛的食際行動」。

5. 落實性平教育：

- (1) 正確人我分際及性別交往是生命教育重義內涵，包含自我價值肯定、愛惜身體、建立人際網路、分享溝通、面對衝突及學習放下等，現今學童早熟，更須落實性平教育，建立友善校園。

- (2) 系統合作，以依附關係為主體，讓家長、師長在被專業支撐下，更有能力面對孩子的性發展。

- (3) 與「荷光性諮商專業訓練中心、芸光兒童與青少年性諮商中心」呂嘉惠心理師團隊合作，安排父母塞可斯儲訓課程，初階、進階、高階讀書會；教師研習及低、中、高年級學生宣導課程、「青春小學堂」夏令營活動。

- (4) 校園性別事件多元通報窗口聯絡電話：

- a. 本校單一窗口聯絡電話及電子郵件信箱：

(02)2771-5859 轉分機 221；(02)2771-0003

tsaylinlin@gm.fhjh.tp.edu.tw

- b. 臺北市家庭暴力暨性侵害防治中心

聯絡電話：(02)2361-5295

- c. 臺北市性騷擾防治諮詢專線

聯絡電話：(02)2391-1067 (由現代婦女基金會承辦)

- d. 衛生福利部 113 保護專線

三、落實三級預防輔導

1. 醫療諮商團隊入校及電話諮詢服務：就近結合醫療諮商精神資源，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。另設置「臺北市學生心理諮詢免付費專線 0809-098-185」，由專業臨床心理師提供電話諮詢服務，提供師生及家長更多元管道運用相關資源。

2. 強化二級及三級輔導資源連結與合作：運用本市輔導諮商中心及專業社工師、心理師人力，強化學校內外輔特合作，加強學校二級個案管理能力，增加開案輔導及追蹤，評估輔導成效。

3. 每月醫療諮詢服務。

四、追蹤自殺自傷個案之輔導作為：針對通報高關懷個案，研擬具體輔導策略，每月追蹤通報案件輔導情形。

五、學生自殺自傷預防工作：

1. 防治成效自我評估：規劃辦理研習講座，強化自殺防治工作之橫向聯繫與合作，

確實增能賦權，規劃並整合輔導體系。

2. 擴大自殺防治守門人研習覆蓋率：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。
3. 察覺辨識：推廣教育局彙編之「臺北市察覺及辨識學生心理健康指引」，提升教師察覺及辨識學生危險訊號及徵兆，落實校園自殺自傷預防工作。察覺方法是以「觀察」為主，再「參考」他人的資料報告（例如其他老師、學生），最後再以「晤談」資料評估之。
4. 落實校園建物與環境安全檢核。
5. 由生命線總會與各地生命線合作辦理《謝謝你跟我說》生命線文字協談，期盼提供青少年情緒支持，增加心理健康問題求助管道。
 - (1) 服務時間：週一至五，下午 1-5 時，晚間 6 時-凌晨 1 時
(<http://www.lifel995.org.tw/>)
 - (2) 服務型態：以 Facebook 或 Line 社群帳號即可進入本平台；為不需身份認證之匿名線上即時文字協談。
 - (3) 進入服務窗口：
 - a. 官方臉書：掃描 QR code 或搜尋「社團法人國際生命線台灣總會」→按發送訊息
 - b. 官方帳號：掃描 QR code 或搜尋 ID @taiwanlifeline1995→加入好友

六、為保障兒少申訴管道暢通，於行政會議、教師晨會、教師研習、新進教師研習及學校日、直升家長說明會及學生專題演講、宣導時向老師、家長及學生宣導有關申訴管道及機制，以維護兒少權益。

<https://crc.sfaa.gov.tw/Appeal/Detail?type=1>

<https://crc.taichung.gov.tw/w/crc/Appeal>

肆、經費：由學校相關經費支應。

伍、預期效益：

- 一、藉由精緻課程計畫，創新適性教學，落實生命教育融入各領域課程。
- 二、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，完備三級預防輔導功能。
- 三、提高教師輔導能力及形塑正向管教風氣，協助教師察覺與辨識能力，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。
- 五、落實兒童權利公約（CRC）內涵，維護兒少權益。

陸、本計畫陳校長核定後實施，修正時亦同。

臺北市私立復興實驗高級中學-小學部校園心理健康推動工作小組

成員	職稱	工作職掌
召集人	校長	督導校園心理健康推動工作之執行。
副召集人	輔導主任 (訓導主任兼)	1. 統籌規劃校園心理健康推動工作、工作小組會議召開、綜理校園心理健康推動工作之各項輔導相關事宜。 2. 綜理校園心理健康推動工作之各項訓導相關事宜。
委員	教務主任	綜理校園心理健康推動工作之各項教務相關事宜。
	總務主任	綜理校園心理健康推動工作之各項總務相關事宜。
	各年級學年主任 領域召集人	協助校園心理健康推動工作。
	教師會會長	協助規劃辦理針對教師之心理健康及自殺防治相關活動。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。
	家長會會長	辦理家長認識、辨識孩子心理健康及自殺防治相關研習。協助規劃親職教育活動及講座，強化親職功能。