

桃園市 104 學年度「健康促進學校」評分表

學校名稱：桃園市立平鎮高級中學

健康促進學校願景：

- 一、提升學校教職員工生健康狀況及減少影響健康相關因素。
- 二、使學生體會菸及檳榔對健康的危害。
- 三、建立永續經營、自主規劃之健康促進組職與團隊。
- 四、發展有效的策略及計劃，並提供充分的環境支持與服務。
- 五、促進學校成員產生健康行為並建立健康的生活型態，進而提升體適能。

健康促進學校特色：

一、多元適性學習，開創璀璨人生。

全校現有 48 班，每年級普通班 13 班，美術班一班，體育班一班，棒球專班一班，多元發展學生潛能。

二、學生質樸靈秀，教師術專德被。

引導敦厚樸實之桃園子弟在鎮心園努力耕耘，升上理想大學。

教師除具專業教學知能外，亦師亦長亦友，成為學生品德的楷模學習者。

壹、評價指標（30 分）：

| 評價項目 | | 評價結果 | |
|---------------|--|---|------|
| | | 自評分數 | 複核分數 |
| 學校衛生政策 4 分 | 1-1-1 健康促進學校計畫成員涵蓋不同處室的成員(包括校長、處室主任、組長、校護、學生與家長代表等)，並依照需求評估，制定一套實施方案且納入整個學校的校務發展計畫或藍圖中，且經由校務會議表決通過。(2 分) | <input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2 | |
| | 1-1-2 學校衛生委員會(或類似委員會)設置及運作情形，能成立學校衛生委員會，依健康促進學校工作內容，負責統籌規劃、推動及檢討學校的健康政策。(2 分) | <input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2 | |
| 學校物質環境 4 分 | 1-2-1 按規定設置足夠的大小便器及洗手設備並維持清潔。(2 分) | <input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2 | |
| | 1-2-2 訂定飲用水設備管理辦法，定期維護飲用水衛生。(如：定期清洗水塔、水池及飲水機水質檢驗)(2 分) | <input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2 | |
| 學校社會環境 | 1-3-1 學校制訂班級的健康生活守則或透過獎勵制度，鼓勵健康行為實踐。(2 分) | <input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2 | |
| | 1-3-2 辦理教職員工健康促進相關活動。(2 分) | <input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2 | |
| | 1-3-3 學校應擬定重大事件因應計畫，如：處理教職員工生之 | 2 分 | |

| 評價項目 | | 評價結果 | |
|---------------|---|---|------|
| | | 自評分數 | 複核分數 |
| 6分 | 暴力、受虐、性侵害、AIDS、自殺及死亡等事件。(2分) | | |
| 社區關係 4分 | 1-4-1 學校積極舉辦可讓家庭參與的健康促進活動。(2分) | <input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2 | |
| | 1-4-2 學校結合衛生單位與地方團體辦理健康促進活動。(如：健康體位、無菸(檳)校園、口腔保健、視力保健、性教育、正確用藥等議題)(2分) | <input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2 | |
| 健康教學與活動 4分 | 1-5-1 健康教育課程設計以生活技能為導向，並運用多元化和以學生為中心的健康教學策略和活動形式來推行健康教育。(2分) | <input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2 | |
| | 1-5-2 依據課程規定安排健康教育課程上課時數，各年級每週至少一節課，及健康相關課程教師應每2學年至少參加學校衛生相關研習18小時專業在職進修。(2分) | <input type="checkbox"/> 0 <input checked="" type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 | |
| 健康服務 8分 | 1-6-1 提供健康檢查，檢查前有對學生做教育性說明，並通知家長。(2分) | <input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2 | |
| | 1-6-2 學校照顧有特殊健康需求的學生(例如氣喘、心臟病、肢障、高度近視等)並建置個案管理。(2分) | <input type="checkbox"/> 0 <input checked="" type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 | |
| | 1-6-3 學校有完善的傳染病管制、校園緊急傷病處理流程，並確實執行。(2分) | <input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input checked="" type="checkbox"/> 2 | |
| | 1-6-4 學生接受健康檢查完成率達100%。(2分) (達100%為2分、95.0~99.9為1分、低於95為0分) | <input type="checkbox"/> 0 <input checked="" type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 | |
| 合計(30分) | | 27 | |

貳、成效指標(52分)：請檢附佐證資料

| 指標名稱 | 定義 | 自評分數 | 複核分數 |
|---|---|---|------|
| 視力保健 | | | |
| 2-1-1 學生視力不良矯治率= $A \div B \times 100\%$ (5分) | A【至合格眼科診所就診或配鏡的學生數】=1088 B【經視力篩檢結果為視力不良的學生數】=1638 學生視力不良矯治率=66.4 | <input type="checkbox"/> 5 (96%以上) <input type="checkbox"/> 3 (91-95%) <input checked="" type="checkbox"/> 1 (85-90%) | |
| 2-1-2 學生視力保健行動平均達成率 $=A \div B \times 100\%$ (3分) | A【達到近距離(閱讀、寫字、看電視及電腦)用眼30分鐘，休息10分鐘視力保健行動目標之學生數】=1288 B【學生總人數】=1841 學生視力保健行動平均達成率=70 | <input type="checkbox"/> 3 (96%以上) <input type="checkbox"/> 2 (91-95%) <input checked="" type="checkbox"/> 1 (85-90%) | |

| 指標名稱 | 定義 | 自評分數 | 複核分數 |
|--|--|--|------|
| 2-1-3 學生戶外活動平均達成率 $A \div B \times 100\%$ (2分) | A【達到每天戶外活動(含戶外授課)累計2小時之學生數】=1841 B【學生總人數】=1840 學生戶外活動平均達成率=100 | <input checked="" type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input type="checkbox"/> 1 (81-90%) | |
| 口腔衛生 | | | |
| 2-2-1 學生齲齒就醫率 $A \div B \times 100\%$ (5分) | A【口腔診斷檢查結果為齲齒之就醫學生數】=79 B【口腔診斷檢查結果為齲齒之學生數】=11 學生齲齒就醫率=86 | <input type="checkbox"/> 5 (96%以上) <input type="checkbox"/> 3 (91-95%) <input checked="" type="checkbox"/> 1 (85-90%) | |
| 2-2-2 推動午餐潔牙活動 (2分) | 0 | <input type="checkbox"/> 2 (有) <input checked="" type="checkbox"/> 0 (無) | |
| 2-2-3 學生每日平均刷牙次數= $A \div B$ (3分) | A【學生每日刷牙次數總數】=3682 B【學生總人數】=1841 學生每日平均刷牙次數=2 | <input type="checkbox"/> 3 (3.0次以上) <input type="checkbox"/> 2 (2.6-3.0次) <input checked="" type="checkbox"/> 1 (2.0-2.5次) | |
| 健康體位 | | | |
| 2-3-1 學生體位適中(正常)比率= $A \div B \times 100\%$ (3分) | A【學生體位適中人數】=1050 B【學生總人數】=1841 學生體位適中(正常)比率=57 | <input type="checkbox"/> 3 (60%以上) <input checked="" type="checkbox"/> 2 (55-59.99%) <input type="checkbox"/> 1 (54%以下) | |
| 2-3-2 學生體位不良比率= $A \div B \times 100\%$ | A【學生體位瘦、過瘦、過重及肥胖人數】=791 B【學生總人數】=1841 學生體位不良比率=43 | | |
| 2-3-3 學生目標運動量平均達成率= $A \div B \times 100\%$ (3分) | A【達到每周累積210分鐘運動量目標之學生數】=1700 B【學生總人數】=1841 學生目標運動量平均達成率=92 | <input checked="" type="checkbox"/> 3 (91%以上) <input type="checkbox"/> 2 (81-90%) <input type="checkbox"/> 1 (80%以下) | |
| 2-3-4 學生理想蔬果量平均達成率= $A \div B \times 100\%$ (2分) | A【達到每天五蔬果目標之學生數】=1600 B【學生總人數】=1841 學生理想蔬果量平均達成率=87 | <input type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input checked="" type="checkbox"/> 1 (81-90%) | |
| 2-3-5 學生每天吃早餐平均達成率= $A \div B \times 100\%$ (2分) | A【達到每天吃早餐目標之學生數】=1640 B【學生總人數】=1841 學生每天吃早餐平均達成率=89 | <input type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input checked="" type="checkbox"/> 1 (81-90%) | |
| 2-3-6 學生多喝水目標平均達成率= $A \div B \times 100\%$ (2分) | A【達到每天多喝水(1500c.c)目標之學生數】=1700 B【學生總人數】=1840 學生多喝水目標平均達成率=92 | <input checked="" type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input type="checkbox"/> 1 (81-90%) | |
| 菸害防制 | | | |
| 2-4-1 學生吸菸人數 | 係指過去30天內曾經使用菸品的學生人數。4 | | |

| 指標名稱 | 定義 | 自評分數 | 複核分數 |
|--|---|---|------|
| 2-4-2 學生吸菸率 = $A \div B \times 100\%$ (2分) | A【學生吸菸人數】=4 B【學生總人數】=1840 學生吸菸率=0.5 | <input checked="" type="checkbox"/> 2 (0%) <input type="checkbox"/> 1 (0.1~1%) <input type="checkbox"/> 0 (1%以上) | |
| 2-4-3 吸菸學生參與戒菸率= $A \div B \times 100\%$ (2分) | A【吸菸學生參與戒菸人數】=4 B【吸菸學生人數】=4 吸菸學生參與戒菸率=100 【備註】參與戒菸：指「吸菸學生」曾參加學校戒菸班、戒菸輔導，或參加校外醫療院所、衛生單位辦理之戒菸教育活動(含戒菸班、戒菸專線、戒菸門診、戒菸網站等) | <input checked="" type="checkbox"/> 2 (100%或吸菸率為0%者) <input type="checkbox"/> 1 (96-99%) <input type="checkbox"/> 0 (95%以下) | |
| 2-4-4 吸菸學生點戒菸率= $A \div B \times 100\%$ (2分) | A【自詢問的時間往前回推7日皆未吸菸之學生數】= B【參加戒菸教育學生人數】=4 吸菸學生點戒菸率=100 | <input checked="" type="checkbox"/> 2 (100%或吸菸率為0%者) <input type="checkbox"/> 1 (96-99%) <input type="checkbox"/> 0 (95%以下) | |
| 2-4-5 吸菸學生持續戒菸率= $A \div B \times 100\%$ (2分) | A【自接受戒菸教育結束後迄今未吸菸之學生數】4 B【參加戒菸教育學生人數】4 吸菸學生持續戒菸率=100 | <input checked="" type="checkbox"/> 2 (100%或吸菸率為0%者) <input type="checkbox"/> 1 (96-99%) <input type="checkbox"/> 0 (95%以下) | |
| 檳榔防制 | | | |
| 2-5-1 學生嚼檳榔人數 | 係指過去30天內曾經嚼檳榔學生數=0 | | |
| 2-5-2 學生嚼檳榔率= $A \div B \times 100\%$ (1分) | A【學生過去30天內曾經嚼檳榔人數】=0 B【學生總人數】=1841 學生嚼檳榔率=0 | <input checked="" type="checkbox"/> 1 (0%) <input type="checkbox"/> 0 (0.1%以上) | |
| 正確用藥教育 | | | |
| 2-6-1 遵醫囑服藥率= $A \div B \times 100\%$ (2分) | A【遵醫囑服藥人數】 B【需用藥人數】 遵醫囑服藥率 = | <input type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input type="checkbox"/> 1 (81-90%) <input checked="" type="checkbox"/> 0 (80%以下) | |
| 2-6-2 學生家庭具有用藥諮詢電話比率= $A \div B \times 100\%$ (2分) | A【具有藥師諮詢電話人數】 B【需用藥人數】 學生家庭具有用藥諮詢電話比率 = | <input type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input type="checkbox"/> 1 (81-90%) <input checked="" type="checkbox"/> 0 (80%以下) | |
| 2-6-3 曾口頭或電話進行用藥諮詢比率= $A \div B \times 100\%$ (2分) | A【曾口頭或電話進行用藥諮詢人數】 B【需用藥人數】 曾口頭或電話進行用藥諮詢比率 = | <input type="checkbox"/> 2 (91%以上) <input type="checkbox"/> 1 (81-90%) <input checked="" type="checkbox"/> 0 (80%以下) | |
| 性教育(含愛滋病防治) | | | |

| 指標名稱 | 定義 | 自評分數 | 複核分數 |
|----------------------|-------------------------|---|------|
| 2-7-1 推動模式(1分) | 辦理學生正確認知或正向態度調查 | <input checked="" type="checkbox"/> 1 (有) <input type="checkbox"/> 0 (無) | |
| 2-7-2 宣導活動成效 (2分) | 推動以生活技能為主之性教育(含愛滋病防治)場次 | <input checked="" type="checkbox"/> 2 (2場以上) <input type="checkbox"/> 1 (1場) | |
| 全民健保教育 | | | |
| 2-8-1 宣導活動成效 (2分) | 推動宣導活動場次 | <input type="checkbox"/> 2 (2場以上) <input checked="" type="checkbox"/> 1 (1場) | |
| 合計 (52分) | | 36分 | |

參、其他(18分)：

| 指標名稱 | 內容 | 自評分數 | 複核分數 |
|--------------------------|--|------|------|
| 校本特色 (活動及成效) (10分) | 一、學校整體衛生政策 (一) 文化專廊海報宣導 (二) 班際整潔競賽 (三) 環境清潔海報競賽 (四) 登革熱海報競賽 (五) 環保海報競賽 (六) 服務學習-掃街活動、淨灘活動 二、煙害及檳榔健康危害防治 (一) 拒檳反菸海報宣導 (二) 拒檳反菸標示張貼 (三) 反毒戒菸 三、視力保健 (一) 全校視力檢查 (二) 遠眺綠樹活動 四、口腔保健 (一) 口腔保健常識宣導 (二) 後潔牙宣導(午餐網頁-用餐禮儀) (三) 海報宣導 五、健康體位 (四) 教師羽球競賽 (五) 運動傷害防護課程 (六) 推動全校做操晨跑運動 (七) 校內班際籃球競賽 (八) 校內班際排球競賽 | 9分 | |

| | 六、心理健康 (一)高一心理健康測驗 (二)高一生命講座 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|------------------|--|-------------|------------|------------|-----------|------|------|------|-----|-------------|------------|-----------|-----------|-----|-------------|-----------|-----------|-----------|-----|-------------|-----------|-----------|-----------|---------|---|---------|---------|---------|---------|------|-----|-------------|------------|-----------|-----------|-----|-------------|-----------|-----------|-----------|-----|-------------|-----------|------------|-----------|---------|---|---------|---------|--------|---------|------|-----|-------------|-----------|-----------|-----------|-----|-------------|-----------|-----------|-----------|-----|-------------|------------|-----------|-----------|---------|---|---------|---------|---------|---------|------|-----|-------------|-----------|-----------|-----------|-----|-------------|-----------|-----------|-----------|-----|-------------|-----------|-----------|-----------|----|--|
| 推動前後成效評價 (3分) | <input checked="" type="checkbox"/> 視力保健 <input type="checkbox"/> 口腔衛生 <input checked="" type="checkbox"/> 健康體位 <input checked="" type="checkbox"/> 反菸拒檳 <input checked="" type="checkbox"/> 性教育 <input type="checkbox"/> 正確用藥教育 <input type="checkbox"/> 全民健保教育 (請檢附行動研究成果) | 3分 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 特殊貢獻(5分) | <p style="text-align: center;">桃園市立 104 學年度高一青少年心理健康量表測驗 結果報告書</p> <p>一、施測日期：104.9.7-104.9.15</p> <p>二、測驗人數：高一新生 612 人</p> <p>三、施測人員：王筱寧主任、范美珍老師</p> <p>四、測驗解釋：104.9.30-104.10.6(因颱風假，較原訂計畫順延一日)</p> <p>五、解釋人員：劉素琴老師</p> <table border="1" data-bbox="331 1272 1248 2056"> <thead> <tr> <th>項次</th> <th>年</th> <th>正常範圍</th> <th>輕度範圍</th> <th>中度困擾</th> <th>高度困擾</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="3">憂鬱傾向</td> <td>104</td> <td>493(80.56%)</td> <td>66(10.78%)</td> <td>34(5.56%)</td> <td>19(3.10%)</td> </tr> <tr> <td>103</td> <td>458(84.50%)</td> <td>33(6.09%)</td> <td>32(5.09%)</td> <td>19(3.51%)</td> </tr> <tr> <td>102</td> <td>534(83.43%)</td> <td>52(8.12%)</td> <td>31(4.84%)</td> <td>23(3.59%)</td> </tr> <tr> <td>103~104</td> <td>-</td> <td>↓ 3.94%</td> <td>↑ 4.69%</td> <td>↑ 0.47%</td> <td>↓ 0.41%</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">焦慮傾向</td> <td>104</td> <td>435(71.08%)</td> <td>86(14.05%)</td> <td>59(9.64%)</td> <td>32(5.23%)</td> </tr> <tr> <td>103</td> <td>408(75.27%)</td> <td>50(8.23%)</td> <td>49(9.04%)</td> <td>35(6.46%)</td> </tr> <tr> <td>102</td> <td>467(72.96%)</td> <td>58(9.06%)</td> <td>70(10.93%)</td> <td>45(7.03%)</td> </tr> <tr> <td>103~104</td> <td>-</td> <td>↓ 4.19%</td> <td>↑ 5.82%</td> <td>↑ 0.6%</td> <td>↓ 1.23%</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">自傷傾向</td> <td>104</td> <td>508(83.01%)</td> <td>53(8.66%)</td> <td>36(5.88%)</td> <td>15(2.45%)</td> </tr> <tr> <td>103</td> <td>455(83.95%)</td> <td>47(9.67%)</td> <td>25(4.61%)</td> <td>15(2.77%)</td> </tr> <tr> <td>102</td> <td>538(84.06%)</td> <td>67(10.46%)</td> <td>25(3.90%)</td> <td>10(1.56%)</td> </tr> <tr> <td>103~104</td> <td>-</td> <td>↓ 0.94%</td> <td>↓ 1.01%</td> <td>↑ 1.27%</td> <td>↓ 0.32%</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">衝動傾向</td> <td>104</td> <td>508(83.01%)</td> <td>57(9.31%)</td> <td>32(5.23%)</td> <td>15(2.45%)</td> </tr> <tr> <td>103</td> <td>475(87.63%)</td> <td>30(5.54%)</td> <td>22(4.06%)</td> <td>15(2.77%)</td> </tr> <tr> <td>102</td> <td>550(85.93%)</td> <td>41(6.40%)</td> <td>31(4.84%)</td> <td>18(2.81%)</td> </tr> </tbody> </table> | 項次 | 年 | 正常範圍 | 輕度範圍 | 中度困擾 | 高度困擾 | 憂鬱傾向 | 104 | 493(80.56%) | 66(10.78%) | 34(5.56%) | 19(3.10%) | 103 | 458(84.50%) | 33(6.09%) | 32(5.09%) | 19(3.51%) | 102 | 534(83.43%) | 52(8.12%) | 31(4.84%) | 23(3.59%) | 103~104 | - | ↓ 3.94% | ↑ 4.69% | ↑ 0.47% | ↓ 0.41% | 焦慮傾向 | 104 | 435(71.08%) | 86(14.05%) | 59(9.64%) | 32(5.23%) | 103 | 408(75.27%) | 50(8.23%) | 49(9.04%) | 35(6.46%) | 102 | 467(72.96%) | 58(9.06%) | 70(10.93%) | 45(7.03%) | 103~104 | - | ↓ 4.19% | ↑ 5.82% | ↑ 0.6% | ↓ 1.23% | 自傷傾向 | 104 | 508(83.01%) | 53(8.66%) | 36(5.88%) | 15(2.45%) | 103 | 455(83.95%) | 47(9.67%) | 25(4.61%) | 15(2.77%) | 102 | 538(84.06%) | 67(10.46%) | 25(3.90%) | 10(1.56%) | 103~104 | - | ↓ 0.94% | ↓ 1.01% | ↑ 1.27% | ↓ 0.32% | 衝動傾向 | 104 | 508(83.01%) | 57(9.31%) | 32(5.23%) | 15(2.45%) | 103 | 475(87.63%) | 30(5.54%) | 22(4.06%) | 15(2.77%) | 102 | 550(85.93%) | 41(6.40%) | 31(4.84%) | 18(2.81%) | 5分 | |
| 項次 | 年 | 正常範圍 | 輕度範圍 | 中度困擾 | 高度困擾 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 憂鬱傾向 | 104 | 493(80.56%) | 66(10.78%) | 34(5.56%) | 19(3.10%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 103 | 458(84.50%) | 33(6.09%) | 32(5.09%) | 19(3.51%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 102 | 534(83.43%) | 52(8.12%) | 31(4.84%) | 23(3.59%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 103~104 | - | ↓ 3.94% | ↑ 4.69% | ↑ 0.47% | ↓ 0.41% | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 焦慮傾向 | 104 | 435(71.08%) | 86(14.05%) | 59(9.64%) | 32(5.23%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 103 | 408(75.27%) | 50(8.23%) | 49(9.04%) | 35(6.46%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 102 | 467(72.96%) | 58(9.06%) | 70(10.93%) | 45(7.03%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 103~104 | - | ↓ 4.19% | ↑ 5.82% | ↑ 0.6% | ↓ 1.23% | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 自傷傾向 | 104 | 508(83.01%) | 53(8.66%) | 36(5.88%) | 15(2.45%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 103 | 455(83.95%) | 47(9.67%) | 25(4.61%) | 15(2.77%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 102 | 538(84.06%) | 67(10.46%) | 25(3.90%) | 10(1.56%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 103~104 | - | ↓ 0.94% | ↓ 1.01% | ↑ 1.27% | ↓ 0.32% | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 衝動傾向 | 104 | 508(83.01%) | 57(9.31%) | 32(5.23%) | 15(2.45%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 103 | 475(87.63%) | 30(5.54%) | 22(4.06%) | 15(2.77%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 102 | 550(85.93%) | 41(6.40%) | 31(4.84%) | 18(2.81%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

| | | | | | |
|---------|-----|-------------|-----------|-----------|-----------|
| | 101 | 588(85.59%) | 52(7.57%) | 31(4.51%) | 16(2.33%) |
| 103~104 | - | ↓ 4.62% | ↑ 3.77% | ↑ 1.17% | ↓ 0.32% |
| 精神困擾 | 104 | 489(79.90%) | 46(7.52%) | 58(9.48%) | 19(3.10%) |
| | 103 | 453(83.57%) | 35(6.46%) | 37(6.83%) | 17(3.14%) |
| | 102 | 531(82.96%) | 57(8.90%) | 35(5.46%) | 17(2.65%) |
| 103~104 | - | ↓ 3.67% | ↑ 3.77% | ↑ 1.17% | ↓ 0.32% |
| 總量表 | 104 | 509(83.17%) | 51(8.33%) | 39(6.37%) | 13(2.13%) |
| | 103 | 449(82.84%) | 49(9.04%) | 25(4.61%) | 19(3.51%) |
| | 102 | 546(85.31%) | 50(7.81%) | 28(4.37%) | 16(2.50%) |
| 103~104 | - | ↑ 0.33% | ↓ 0.71% | ↑ 1.76% | ↓ 1.38% |

備註：

1. 欄位內的分數為人數，括號後的分數為該項心理狀態佔總人數的比例。

2. 變異量為 104 與 103 之百分比差異。

六、測驗結果說明

| 總量表 | 心理狀態 | 建議 | 本校處理 |
|------------|------|------------------------------------|-------------------|
| 百分等級 69 以下 | 正常範圍 | 計續保持目前的身心適應狀態。 | 學生需要時，提供諮詢服務。 |
| 百分等級 70-84 | 輕度困擾 | 找人聊聊或特別注意這些向度。 | 導師關懷 |
| 百分等級 85-94 | 中度困擾 | 尋求導師、家人或輔導人員協助。 | 導師追蹤及加強關懷輔導，必要時轉介 |
| 百分等級 95 以上 | 高度困擾 | 尋求導師、家人、輔導人員，甚至精神科醫師協助，並進行長期的諮商晤談。 | 輔導教師追蹤輔導，必要時轉介 |

七、後續追蹤

1. 效度不足者 62 人，由導師評估，若有需要再轉介輔導室。
2. 導師加強關懷人數 90 人。
3. 輔導教師追蹤輔導 13 人。

八、測驗分析與建議

1. 就高一今年總量表結果來看，83.17%的學生在青少年心理健康量

表的測驗結果與一般同學比起來，心理狀態呈現「正常範圍」狀態，14.7%的學生顯示是輕、中度困擾，建議找人聊聊、家人及導師追蹤、加強關懷輔導。2.13%的學生顯示具有高度困擾建議尋求導師、家人、輔導教師追蹤輔導，必要時得轉介專業醫療機構協助。

2. 各分量表中憂鬱傾向、自傷傾向、衝動傾向的結果百分比大致與總量表一致。而焦慮傾向結果呈現，約有 14.87%的學生較常感到擔心緊張、焦慮不安…。精神困擾部分則有 12.58%的學生，表現出特殊思考與行為，及過度敏感猜疑等問題。經輔導教師與高關懷學生會談，可歸納原因如下：

- (1)對於高中課業學習擔憂，擔心聽不懂、考不好、跟不上…。
- (2)人際適應問題，感覺孤單，不易主動開口交友、沒有可談心對象、缺乏歸屬感…。
- (3)學習生活環境適應，對於校舍陌生，上課找不到地點，不習慣使用學校廁所等問題。
- (4)個人以往的生活、思考、性格模式、特殊疾病或障礙，造成特有的思考行為表現。

3. 今年新生在心理健康量表的結果與去年相較之下，憂鬱傾向、焦慮傾向、衝動傾向、精神困擾等分量表，輕度困擾增加 3.77-5.82%，中度困擾略增 0.47-1.27%，高度困擾略降 0.32%-1.23%，可能表示學生對於進入平鎮高中就讀是有做好準備的，但是對於第 2 點所歸納的現況略感不安，以下建議供參，期盼增進班上學生的適應速度，降低因陌生感產生的擔憂不安。

- (1)針對新的學習內容及環境，請導師多予學生關懷，並給予明確、具體的規範及從旁引導，增進對校園生活節奏、規範的熟悉度。
- (2)提供學習資源，除了課程教授之外，鼓勵學生與各任課教師對話，學習上的疑問可於課堂上提出或私下請教老師。另外輔導室也提供週一至週五午休時間，24 位教師之各科學習諮詢輔導，可鼓勵學生預約諮詢。
- (3)部分較內向學生或特殊疾病、障礙學生，請導師多給予關心，或於班級活動中鼓勵融入，安排熱心助人學生從旁協助，以助適應之。
- (4)本測驗結果中，衝動傾向與精神困擾較去年增加 4.94%(輕中度合計)，這似乎與近幾年來，學生整體之挫折容忍力與問題

解決能力降低，因此，在面對一般性問題，易產生憂鬱、焦躁、憤怒…等情緒，或是特異行為思考，因此在面對學生時，宜多鼓勵與讚賞，讓學生自內心產生自信與自我肯定，當學生出現較衝動情緒或特殊言行時，不宜與其衝突或爭辯，宜安撫與協助降低情緒反應，之後才能與學生會談或處理問題。

九、晤談示例

班上同學生已知自己在青少年心理健康量表的結果分數，導師如要關懷時，可運用以下示例進行。本示例僅供參考，您可依據實際談話情形靈活運用。本測驗結果請導師嚴守保密原則，如需將測驗結果和家長溝通之必要時，請先向學生說明其必要性及保密限制，例如發現學生有自我傷害、傷害他人、違法之虞。其它對本測驗結果或解釋有任何疑問者，請洽高一輔導教師，謝謝！

晤談範例：

1. 從輔導室提供的青少年心理健康量表結果，老師看見你的總量表百分等級是 88，顯示你目前有中度的心理困擾，每個人都有感到困擾的時候，老師有時候也會有困擾，如果能找人說一說，通常會有一些些幫助。老師很關心你也很想知道能幫上什麼忙，請你說說你對這個測驗結果的看法！
2. 你在青少年心理健康量表中的焦慮傾向百分等級達 99，顯示你感到緊張、焦躁不安的程度相當高，老師也有感到焦慮的時候，我會用一些自我放鬆的技巧幫助自己，也許可以和你分享，請你說說看你對自己的焦慮不安有什麼看法。(可用 5W 的問法進行了解，when：什麼時候會感到焦慮？who、where、what：什麼人、什麼場合或什麼事會讓你感到焦慮？how：當你感到焦慮時，會出現什麼生理症狀，列如頭痛、肚子痛、心跳加速、呼吸急促等，你都如何因應？你會跟自己說什麼？)，談話過程中，肯定學生做得不錯的地方，並提供新的方法，以增進因應技巧(如深呼吸、正向內在對話等)。

十、注意事項

1. 此測驗為保密資料，請妥善保管，建議放置於家庭聯繫記錄表

| | | | |
|--|---|--|--|
| | <p>內，待高一結束分班時，由輔導室統一回收處理。</p> <p>2. 針對班上學生狀況，特別是中、高度困擾者，請導師持續協助關懷輔導，如有需要請再行轉介至輔導室，謝謝！</p> | | |
| | 合計（18分） | | |

| | | | | |
|----------|-----------|------|--|----------------------|
| 自評 總分 | 80分 | 複核總分 | | 評分表總分 100分 |
| 訪視 意見 | （由訪視委員填寫） | | | |

承辦人： 劉建成

主任： 楊憲儒

校長： 謝錦雲