

透過量表或觀察訪談等評估機制了解社會情緒營造對師生的健康影響

一、 心情溫度計

臺南市 112 學年度海佃國民小學健康教學活動成果表

議題名稱	心情溫度計		
日期	112 年 10 月 1 日~31 日	實施班級	中高年級
課程內容敘述	1. 教師協助學生自我檢測心理健康。 2. 輔導室評估並介入輔導需輔導之個案。 3. 輔導室志工入班協助宣導。		
符合生活技能項目(勾選)	<input type="checkbox"/> 做決定 <input type="checkbox"/> 批判思考 <input checked="" type="checkbox"/> 解決問題 <input checked="" type="checkbox"/> 自我覺察 <input checked="" type="checkbox"/> 情緒調適 <input checked="" type="checkbox"/> 抗壓能力 <input type="checkbox"/> 自我監控 <input type="checkbox"/> 目標設定 <input type="checkbox"/> 同理心 <input type="checkbox"/> 合作與團隊作業 <input type="checkbox"/> 人際溝通能力 <input type="checkbox"/> 倡導能力 <input type="checkbox"/> 協商能力 <input type="checkbox"/> 拒絕技能		
符合核心素養項目(勾選)	<input type="checkbox"/> E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 <input checked="" type="checkbox"/> E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 <input type="checkbox"/> E-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。 <input checked="" type="checkbox"/> E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。 <input type="checkbox"/> E-B2 具備應用體育與健康相關科技及資訊的基本素養，並理解各類媒體刊載、報導有關體育與健康內容的意義與影響。 <input type="checkbox"/> E-B3 具備運動與健康有關的感知和欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，在生活環境中培養運動與健康有關的美感體驗。 <input type="checkbox"/> E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。 <input checked="" type="checkbox"/> E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動，並與團隊成員合作，促進身心健康。 <input type="checkbox"/> E-C3 具備理解與關心本土、國際體育與健康議題的素養，並認識及包容文化的多元性。		

疼惜生命錦囊妙計

敬愛的家長·您好：

隨著多元社會的發展·高風險家庭有增加的趨勢·即家中父母親有精神疾病、酒癮、藥癮、自殺傾向或自殺紀錄、失業、死亡、出走、重病、入獄服刑等·皆可能是高風險家庭·憂鬱症及自殺事件亦可能出現於生活周遭的人。衛生局關心處於忙碌生活的學子及家長們·鼓勵大家使用簡式健康量表(心情溫度計)·每週自我檢測(詳如下方說明)·關心自己亦關心周遭的親友。

「簡式健康量表」

五大評量每週自我檢測

健康從「關心」開始



人生總偶有遇到困境時·有時一股說不上來的莫名心情·困在那裡·拿起心情溫度計吧·簡易的五個問題·幫助自己找出下一步;也分享給身邊親愛的家人、朋友·養成週週檢測·認識自己愛護他人·就從「關心」開始!

請仔細回想在最近一星期中(包括今天)·這些問題使您感到困擾或苦惱的程度·然後圈選一個您認為最能代表您感覺的答覆。

	完全沒有	輕微	中等程度	厲害	非常厲害
1.睡眠困難·譬如難以入睡、易醒或早醒_____	0	1	2	3	4
2.感覺緊張不安_____	0	1	2	3	4
3.覺得容易苦惱或動怒_____	0	1	2	3	4
4.感覺憂鬱、心情低落_____	0	1	2	3	4
5.覺得比不上別人_____	0	1	2	3	4
★有自殺的想法_____	0	1	2	3	4

1至5題之 得分:0-5分 身心適應狀況良好。

總分得分 得分:6-9分 輕度情緒困擾·建議給予情緒支持。

得分:10-14分建議尋求心理諮詢或接受專業諮詢。

得分:>15分 重度情緒困擾·建議轉介精神科治療或接受專業諮詢。

第六題(有無自殺意念)單項評分:本題為附加題·若前五題總分小於6分·但本題評分為2分以上(中度程度)時·宜考慮轉介至精神科別。



警察局 110 消防局 119 社會福利諮詢專線 1957
 生命線 1995 張老師 1980 婦幼保護專線 113
 法律扶助專線 06-2285550
 雲嘉南就業服務中心 06-2371218
 24小時安心專線 1925 (依舊愛我)
 衛生局免費心理諮詢預約專線 06-3352982 / 06-6377232 (上班時間)
 天使專線*台灣兒童青少年自殺防治專線
 0800-555-911 (16:00~22:00全年無休)
 更多有關自殺防治資訊·請查詢

開心時·好運連連
 要先開心·才能開運
 人笑·才會幸福



簡式健康量表(心情溫度計)



班級學生集合到視聽教室宣導



教師晨會時宣導

二、 人權問卷

臺南市 112 學年度海佃國民小學健康教學活動成果表

議題名稱	人權問卷調查		
日期	112 年 4 月~6 月	實施班級	高年級
課程內容敘述	1. 親師生抽樣問卷調查。 2. 分析統計表。 3. 各班導師協助宣導人權相關事宜。		
符合生活技能項目(勾選)	<input checked="" type="checkbox"/> 做決定 <input checked="" type="checkbox"/> 批判思考 <input checked="" type="checkbox"/> 解決問題 <input checked="" type="checkbox"/> 自我覺察情緒調適 <input type="checkbox"/> 抗壓能力 <input type="checkbox"/> 自我監控 <input type="checkbox"/> 目標設定 <input checked="" type="checkbox"/> 同理心 <input type="checkbox"/> 合作與團隊作業 <input type="checkbox"/> 人際溝通能力 <input checked="" type="checkbox"/> 倡導能力 <input checked="" type="checkbox"/> 協商能力 <input checked="" type="checkbox"/> 拒絕技能		
符合核心素養項目(勾選)	<input type="checkbox"/> E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 <input checked="" type="checkbox"/> E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。 <input type="checkbox"/> E-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。 <input checked="" type="checkbox"/> E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。 <input type="checkbox"/> E-B2 具備應用體育與健康相關科技及資訊的基本素養，並理解各類媒體刊載、報導有關體育與健康內容的意義與影響。 <input type="checkbox"/> E-B3 具備運動與健康有關的感知和欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，在生活環境中培養運動與健康有關的美感體驗。 <input checked="" type="checkbox"/> E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。 <input checked="" type="checkbox"/> E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動，並與團隊成員合作，促進身心健康。 <input checked="" type="checkbox"/> E-C3 具備理解與關心本土、國際體育與健康議題的素養，並認識及包容文化的多元性。		

檔 號：
保存年限：

臺南市政府教育局 函

地址：708201臺南市安平區永華路2段6號
承辦人：黃亦寧
電話：(06)2991111分機8615
電子信箱：h5927@tn.edu.tw

受文者：臺南市安南區海佃國民小學

發文日期：中華民國113年4月24日
發文字號：南市教安(一)字第1130599160A號
速別：普通件
密等及解密條件或保密期限：
附件：如說明三(0599160AA0C_ATTCH2.pdf)

主旨：有關113年度友善校園「人權環境評估線上問卷」施測相關事項與辦理期程，詳如說明，請查照。

說明：

- 一、為賡續建構友善校園，希冀各校根據此旨揭調查結果自我檢核，配合學校現有條件研擬改進措施，提供各處室行政人員及教師參考，並據以實施。
- 二、本案線上施測期程為即日起至113年5月24日(星期五)止，並請務必於113年6月7日(星期五)前完成分析報告並上傳至本系統，本系統網址為<https://humrig.tn.edu.tw>。
- 三、另請至上開網址下載113人權問卷施測系統說明簡報資料、施測問卷題目及分析報告範本(如附件)；本案倘有補充事項，將隨時於施測網頁公告。
- 四、本案注意事項說明如下：
 - (一)問卷題目均已置入上開系統，請依不同身份上網填答。
 - (二)施測對象為學生(國小5、6年級，國中1至3年級)、教育人員及家長，施測人數依學校規模而有不同，請詳參簡報資料。
 - (三)本案承辦人請登入網頁右上方管理者頁面，先行下載學生登入所需身分認證資料。

113年度臺南市安南區海佃國小

友善校園人權環境評估分析報告及改進措施

- 一、依據教育部113年度「友善校園」學生事務與輔導工作計畫辦理。
- 二、參與對象：學生125人、教育人員13人、家長11人，共計149人參與問卷調查。
- 三、施測統計表結果分析

以下分別就十個構面不同類別人員(學生、教育人員及家長)填寫非常同意、同意、普通、不同意及非常不同意之問卷調查結果分析列表，如下表一：(從管理者頁面-向度統計表-最下方複製貼於此)

表1、113年度臺南市安南區海佃國小友善校園人權環境評估指標問卷調查統計表

向 度	類別	非常同意/同意 (A)	普通(B)	不同意/非常 不同意(C)
一、安全的校園環境	學生	95.83 %	4.17 %	0 %
	教育人員	100 %	0 %	0 %
	家長	100 %	0 %	0 %
二、友善的校園氛圍	學生	96 %	3.67 %	0.33 %
	教育人員	100 %	0 %	0 %
	家長	96.14 %	3.86 %	0 %
三、平等與公正的對待	學生	98.2 %	1.8 %	0 %
	教育人員	100 %	0 %	0 %
	家長	98.2 %	1.8 %	0 %
四、權利的維護與申訴	學生	92.17 %	7.17 %	0.66 %
	教育人員	97.5 %	2.5 %	0 %
	家長	100 %	0 %	0 %
五、尊重多元與個別差異	學生	98.67 %	1.33 %	0 %
	教育人員	100 %	0 %	0 %
	家長	100 %	0 %	0 %
六、民主的參與和學習	學生	96.2 %	3.8 %	0 %
	教育人員	98.4 %	1.6 %	0 %
	家長	100 %	0 %	0 %

七、教師專業自主權的發展	學生	94.5 %	5.5 %	0 %
	教育人員	98.67 %	1.33 %	0 %
	家長	98.5 %	1.5 %	0 %
八、學生學習權的維護	學生	98.83 %	0.83 %	0.34 %
	教育人員	97.71 %	2.29 %	0 %
	家長	97.75 %	2.25 %	0 %
九、人權教育的條件	學生	97.4 %	2.6 %	0 %
	教育人員	97 %	1.6 %	1.4 %
	家長	96.4 %	3.6 %	0 %
十、被愛與幸福的體驗	學生	93.33 %	6.67 %	0 %
	教育人員	77 %	23 %	0 %
	家長	100 %	0 %	0 %

四、人權環境推展特色與改進策略

本校在人權教育方面的作為如下，期望從學生到老師，都能了解與建立人權觀念，並期透過友善校園的氛圍與維護師生權益的各項措施，更能獲能學生、老師、和家長的認同。

第一，學校訂定各項計畫作為執行依據，如：推動友善校園計畫、校園與學生安全管理實施計畫、校園霸凌防制計畫、校園緊急事件處理實施要點、教師輔導與管教學生辦法、榮譽制度實施辦法、榮譽學生給獎標準、海佃學生自治會組織辦法等，經過民主程序修訂，並讓所有親師生皆能了解，以積極建構友善校園，並提升校園的人權意識。

第二，制定可依循的標準作業流程：制定教師違法管教學生處理流程及校園霸凌事件處理流程，讓老師和學生可以依明確法令行事；並經常性利用教師晨會或教師研習活動，強化教師正向管教信念及法治觀念，落實執行校園零體罰、校園零霸凌，降低師生衝突。

第三，進行友善校園人權環境評估：進行親師生問卷調查及校園生活問卷調查，了解親師生對於校園人權滿意情形，及學生霸凌事件調查，依據問卷檢核結果，提出具體改善校園人權環境策略。並利用各種集會，宣導學生人權教育，了解關心弱勢並知道人權是普遍的、不容剝奪的。

第四，設計課程教學進行深度學習：設計課程教學落實人權教育，舉辦創意學藝活動、提昇兒童人權意識、建立守法自律、尊重他人觀念，並推動品德閱讀活動。從深度與正向學習中，了解、遵守團體的規則，及實踐民主法治的重要。

第五、正向服務學習與行為輔導：配合校內榮譽制度，招募交通糾察隊、環保小義工、愛心服務隊、幼童軍及小台江學員活動等，給予公共服務認證時數，並頒發熱心服務獎，鼓勵學生參與學校公共服務，使學生樂於行善、服務他人。

第六、永續教師專業成長精進教學：教師參加正向管教、人權法治及品德教育工作坊或研習活動，及參加正向管教、人權法治及品德教育行動研究與教案設計，運用網路平臺、廣納教學資源，研發新教材或新教具。並透過專業對話，提昇教師班級經營及學生輔導技能。

第七、營造豐富多元的人權情境：在學生活動場所、班級教室、穿堂，張貼人權標語、壁報、藝文創作品等情境佈置，規劃校園人性化無障礙的休憩、活動空間，讓學生生活在身教、言教、境教及制教並重的友善校園，並從中學習。

因為本校在人權方面有以上作為，且本校積極維護安全的校園環境，除了經常維修檢查學校的各項設備與器材，並請老師們加強宣導正確使用各項設備與器材的方法，也教導孩子們在發現各項設備與器材有損壞時，就趕緊到總務處填寫維修申請。另外，教師人權素養與日俱增，能視學生為獨立個體，平等對待每位學生。除此，本校向來注重學生品德發展，提供學生表達自己意見的機會，也鼓勵學生參與各項活動或比賽爭取展現自我的機會，注重學生多元發展，因此學生能處在友善校園環境，快樂學習與成長。

由表1施測數據仍可看出本校在人權各方面的作為獲得親師生高度的認同，對學生人權的保障更加深化，現今民主社會對於個人權益申張及意見表達管道多元，加上媒體自由公開透明，所以，我們已是高度重視人權的國家了。反而是教師因社會尊師重道的氣氛越來越不受重視，老師的工作壓力更重了，因而許多無力感導致部分教師於學校生活感到不快樂。

從表1可看到各向度的滿意度都很高，看不出有所差別，只有從數據找出相對滿意度較低的三個向度來撰寫改進策略，如下表：

表2、本校人權環境推展改進策略表

向度	人權環境需加強部分	改進策略
友善的校園氛圍	<ol style="list-style-type: none"> 1. 教職員工能以理性、公平及友善的態度對待每一位學生。 2. 學校教職員不會採取連坐方式處理學生的過錯行為。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 辦理親師成長研習活動，加強親師溝通，能以理性、公平及友善的態度對待學生。 2. 有時分組責任制只是班級管理的策略，而非以管教處罰為目的，加強教師輔導與管教的能力，避免不當連坐處罰。並提供師生申訴的管道，以維護師生的權益。
學生學習權的維護	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學校能平等重視各學習領域（學科）的價值，公正地分配教學資源與對待不同學習領域（學科）有成就的學生。 2. 學校不會挪用特定學習領域（學科）時間來加強其他學習領域（學科）的教學或考試。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 教師和學生對此向度滿意度較高，家長可能不在學校，比較不了解教學現場的狀況，以為老師只重視考試的科目，事實上，學生所學各領域皆並重，要培養五育均衡發展的學生。 2. 定期評量前會有許多練習和測驗，加強學生對學習內容的精熟，也並非全然佔用其他領域的授課時間，學期中也有辦理戶外教育、運動會等活動，也會影響學科上課時間，所以只是互相調配授課時間，需加以說明才不會造成家長誤會。
被愛與幸福的體驗	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學校生活(或工作)讓我感受到生命價值，感覺生活充實、幸福快樂。 2. 學校生活(或工作)讓我對自己充滿信心。 3. 學校生活(或工作)進而使我對社會充滿希望。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 每年人權問卷調查，這個向度的滿意度都較低，可能是大環境的因素，人與人間需多一點尊重，惜福感恩，多一點體諒，多一點關懷，生活會更美好。 2. 營造溫馨友善，機會平等的學習環境，讓學生感受學習的樂趣。 3. 老師在這一題的滿意度較低，可能受到社會環境氛圍影響，老師們在教學與管教部分，往往動輒得咎，需要親師生一起共同建立良好關係。

承辦人：  主任：



校長： 

聯絡電話：2505013~5102



問卷測驗執行後的加強宣導 1



問卷測驗執行後的加強宣導 2