

# 兒少自戕防範對策之國際發展動向

【教育制度及政策研究中心副研究員 宋峻杰】

## 壹、前言

聯合國兒童基金會（UNICEF）公佈《世界兒童狀況 2021》年度報告，當中聚焦探討精神健康方面的問題、剖析不同因素對兒少<sup>1</sup>心理及精神健康造成的影響。根據最新的估計，全球每 7 名 10 至 19 歲的兒少群體當中便會有一名或以上與精神障礙共存；每年 4.6 萬名兒少死於自戕行為，而為該當年齡層的五大死因之一（聯合國兒童基金香港委員會，2021）。

另一方面，自各國近況言，例如美國醫學會期刊（JAMA：The Journal of the American Medical Association）最新發布的研究成果即指出，兒少與年輕成人群體緣於情緒因素而需要前往醫院尋求急診部門協助之人數近十年乃增加一倍；因自戕行為相關因素急診就醫的人數，在新冠肺炎疫情後更驟漲近五倍。又，該國研究人員透過分析國內整體 6 至 24 歲之小兒急診醫學數據發現，2011 到 2020 年間因精神疾病、藥物濫用和酒精成癮而掛急診的兒少加權人數從 480 萬人（占總就診人數的 7.7%），增至 750 萬人（占總就診人數的 13.1%），年增率為 8%（駐紐約辦事處教育組，2023）。位處東亞的日本近年來則因面臨國內兒少自戕率有逐年攀升趨勢而積極推動相關因應對策（宋峻杰，2023）。惟根據該國文部科學省（相當於我國中央政府機關之「教育部」）彙整該國警察廳（相當於我國中央政府機關之「警政署」）與厚生勞動省（相當於我國中央政府機關之「衛福部」）的統計顯示，2022 年全國小中高學生之自戕人數估算值為 512 人，而成為自 1980 年伊始有統計數據以來的最高數字，與前年（2021 年）相較更多出 39 人。依據該當數據所獲取之分析結果，亦得知男性高中生群體的增加現象乃尤為顯著（駐大阪辦事處，2023）。而同屬東亞國家一員的越南，該國中央精神健康研究所（河內白梅醫院）則有相關研究數據表示，自戕行為乃該國所有年齡階段的十大死因之一。於 2020 年公佈的調查結果更進一步發現，在 6,407 名 11 至 17 歲的學生群體中，有高達 11% 的人數比例表示在過去 1 年內曾有

---

<sup>1</sup> 由於 2021 年 1 月修正公布施行之《兒童及少年福利與權益保障法》第 2 條仍維持：「兒童」，指未滿 12 歲之人；「少年」，指 12 歲以上未滿 18 歲之人，未滿 18 歲之人為該法所指稱「兒童及少年」的舊有規定，故於遵循我國現行法制規定基礎上，為免文詞敘述過於繁雜，茲以「兒少」一詞共同表示「兒童」及「少年」兩大群體人民。

過自戕念頭（駐胡志明市辦事處教育組，2022）。

綜上所述，本文基於兒少因自身心理及情緒因素進而接觸或是實際執行自戕行為比例上升現象，應已屬於國際社會成員需共商對策之重大議題的現況認知，茲擬自「政府部門層次」及「學校教育現場層次」，參酌相關國際教育訊息內容，整理分析部分國家之新近對策作為，以供各界參酌。

## 貳、政府部門層次

### 一、以跨部會連結方式蒐集資訊並研擬對策

日本政府過去多運用由隸屬中央政府的警察廳與厚生勞動省所發佈之「自戕統計」資料，作為政策分析的主要對象，並用於擬訂對策之參考。惟該當統計資料不僅因其生成依據基於各自自主掌機關職權差異而有所不同，亦難以與學校教育現場所持有資訊進行整合性分析，而無法追溯行為人自戕背景的問題。且在自戕對策推動工作上，亦常有有窒礙難行處。迨至 2023 年 6 月彙整公布的政府緊急對策說明，提及政府今後將根據多方資料，加強兒少自戕實際狀況分析工作，並預定以科學根據為基礎研擬相關對策。故該國內閣府（相當於我國中央政府機關之「行政院」）以此為推動相關工作之依據，而決定將警察廳、厚生勞動省、文部科學省、總務省消防廳等機關持有的資料與統計數據，統一委由於 2023 年 4 月正式組成設立且隸屬於該國內閣府之外部獨立機關的兒少家庭廳<sup>2</sup>進行彙整，並執行上述所稱分析資料，以科學根據為基礎，研擬規劃預防自戕相關對策等工作（駐日本代表處教育組，2023）。

### 二、結合數位科技提供人民可即時活用之諮商管道

自 2022 年起，印度衛生與家庭福利部即推動設置跨州遠距心理健康保障和網路熱線（Tele-MANAS）系統。於該當系統運作規劃下，多名精神科醫生、臨床心理學家、精神科社工師和精神科護理師被任命為遠距心理健康諮商師，並擔負第一線回應者。該當系統服務團隊除持續進行傾聽來電者訴說自身心理健康問題，如焦慮、對失敗的恐懼、不足感和自戕念頭等的業務工作以外，尚且會實際執行根據來電者

---

<sup>2</sup> 依據論者整理，根據《兒少家庭廳設置法（こども家庭庁設置法）》及政府相關規劃，該廳將擔負：（1）基於全國兒少政策之主要指揮命令定位，綜籌調整中央政府各部會間相關政策的推行工作，（2）就兒少政策推動層次，破除各部會上下從屬，且過度重視各自執掌權限劃分之傳統行政運作模式，（3）積極推動以兒少福祉、照護及母子保健與保護領域之政策舉措等重要工作（林俊宏，2024）。

的病情內容，安排來電者到可面對面進行諮商處理之心理健康機構就診的轉介服務。運作迄今，利用該當系統之來電者數量由 51 個 Tele-MANAS 小組、23 個輔導員培訓機構以及 5 個區域協調中心（RCC）輔導員共同處理。該國大學撥款委員會亦基於高度評價該當系統的運作成效，而積極敦促該國高等教育機構應廣泛讓在校園內可能感到孤立和抑鬱的學生知悉 Tele-MANAS 心理健康熱線服務系統的存在，並鼓勵該等學生加以活用並接受諮詢（駐印度代表處教育組，2024）。

2024 年 8 月，泰國教育部與多個部門合作，在曼谷推出「青少年庇護所」計畫。該計畫利用「OOCA」應用程式，為 15 至 25 歲的兒少與年輕成人群體提供免費的心理健康諮詢服務，從而順利營造一個以該當群體為對象之心理健康支持環境。該計畫預計將服務 4,000 名於曼谷居住、學習或工作的人士，並預定執行至 2025 年 6 月。該國教育部表示，該計畫利用科技手段將幫助教師和學生更便捷地獲取心理健康服務，確保學生的心理健康得到及時的關注和支持。該國精神衛生司亦發表聲明指出，透過「青少年庇護所」計畫，將培訓更多「精神照顧者」志工，以增加精神衛生專業人員的數量，從而提高以兒少與年輕成人群體為對象之心理健康服務的效率和質量。該國曼谷第 13 區國家健康安全辦公室亦表明，透過「OOCA」應用程式，兒少與年輕成人群體將可以遠程獲得精神科醫生、心理學家或心理健康倡導者的諮詢服務，該計畫之運作亦將有助於減少心理健康服務的執行障礙，並提升兒少與年輕成人群體之生活品質（駐泰國代表處教育組，2024）。

### 三、持續推動以學生及教師為主之心理健康服務專案

為了應對日益嚴峻的兒少心理健康問題，德國圖林根邦自 2018 年起實施名為「心靈至關重要（MindMatters）」的維護學生心理健康專案。該專案由「圖林根邦教育廳」、「BARMER 醫療保險公司」、「圖林根邦健康促進協會（AGETHUR：Landesvereinigung für Gesundheitsförderung Thüringen）」和「圖林根邦事故保險基金會（Unfallkasse Thüringen）」聯合發起，目的在為學校提供心理健康教育所需的資源和協助。「心靈至關重要」專案為教師提供心理健康知識、教材和專業培訓，協助教師於日常教學中加強關注和維護學生的心理健康。自專案啟動以來，已有約 400 名教師和學校社會工作者接受相關培訓。由於專案取得積極成果，因此各合作方決定繼續延長專案期限。而依據「BARMER 醫療保險公司」的分析資料顯示，該邦有越來越多兒少需要心理治療。目前該邦每 26 名兒少當中就有 1 人正在接受心理治療，相當

於每個班級至少有 1 名學生有心理健康問題。該專案的延期體現該國圖林根邦對兒少心理健康的重視，也彰顯各方共同應對社會挑戰的決心（駐德國代表處教育組，2024）。

而根據越南教育與培訓部所發布的 2022-2025 年兒少和學生心理健康教育計畫第 2138/QD-BGDDT 號決定，乃預定透過相關政策舉措，提高教育管理幹部、教師、工作人員、家長和學生的心理健康意識和相關教育能力，同時完善文件、政策並加強部門間協調，加強學生心理健康護理和管理，強化國際合作，推動學校心理健康教育社會化。該部亦公布執行 2023 年兒少學習和技能專案任務實施計畫，為核心幹部進行有關提高以在學兒少為關注對象的心理健康護理能力之培訓，主要內容包括：為該國兒少發展支持計畫建立基礎知識及共同願景、針對兒少發展支持材料、工具及實施戰略進行培訓、制定相關實施計畫，以透過學校的健全運作改善兒少心理健康（駐越南代表處教育組，2023）。

## 參、學校教育現場層次

### 一、創設校內心理健康培訓制度

美國大學健康協會於 2020 年秋季對 13,000 名大學生進行的調查工作中，發現約有五分之一的受訪者的自戕行為篩檢結果呈現陽性。而約有 2% 的受訪者則表示在前一年曾企圖自戕。其餘的研究調查結果數據尚且顯示，普遍的自戕行為和自戕嘗試（相對來說較低頻率）都發生在大學裡。因此，該國高等教育相關組織說明，該國有許多大學已經投資於預防措施。其中，位於美國西維吉尼亞州的西維吉尼亞大學乃創設以校內教職員和學生為對象，且為非必修之心理健康培訓制度。該大學表示，已有相當人數的教職員工和學生已然獲得心理健康急救認證。而該培訓制度所規劃課程，包含教授如何辨識心理健康和成癮問題之風險因素和危險信號，以及如何幫助處於危機中人員的技能等內容（駐波士頓辦事處教育組，2021）。

### 二、優化校內心理健康服務單位機能

目前，於美國洛杉磯聯合學區校園內有 20 個健康中心向學生和社區成員開放並提供初級保健服務。部分健康中心尚且提供心理健康服務和牙科保健。雖然有研究表明，對於尋求心理健康治療的學生而言，在接受健康中心服務後的到校出席率有

所提升（駐洛杉磯辦事處教育組，2024），但大多數校園裡的大多數心理治療中心或是心理健康中心，通常僅適用於短期護理。而那些有更嚴重心理健康問題（如萌生自戕行為念頭）的人通常需要長期護理。緣此，以前文已有提及的西維吉尼亞大學為例，該大學於 2021 年推出以長期照料和鞏固學生護理，確保學生獲取多方面照顧，改善其心理健康為宗旨之健康心靈大學（Healthy Minds University）診所，而與既有的校內心理健康中心共同合作強化校內心理健康服務工作（駐波士頓辦事處教育組，2021）。

又，根據相關研究顯示，澳洲平均每 6 位兒少中即有 1 名可能患有焦慮症。且 16 至 24 歲的兒少群體中，有高達四分之一的比例人口罹患精神疾病。有鑑於此，該國學校乃紛紛謀求減輕校內學生生活壓力之有效對策。以該國私立學校言，擴建及充實校內身心健康服務中心（wellness centre）機能，已然成為主要因應策略之一。該國私校校長聯盟即說明，為有效回應學生日益嚴重的精神情緒問題，諸多久負盛名的私立學校一改以往利用宗教信仰的關懷輔導方法，而改採結合運動、靜坐及心理輔導系列課程的推廣等方式，加強訓練校內學生之心理精神素質（駐澳大利亞代表處教育組，2017）。

#### 肆、結語

誠如前文所述，兒少因自身心理及情緒因素進而接觸或是實際執行自戕行為比例上升現象，已然成為國際社會成員需要共商對策之重大議題。惟如同因應紐西蘭國內兒少群體自戕率居全球之冠而配合政府執行「青年線（Youthline）」電話熱線服務系統負責人所言，經費和人手不足乃是服務系統無法有效回應求救需求的主因，故當務之急應是促使社會大眾能夠更加正視與關注兒少群體的心理健康（徽徽，2017）。此等呼籲，實值得我國政府部門及各界加以重視。

#### 參考文獻

宋峻杰（2023）。日本兒少自戕防治對策之發展動向。國家教育研究院電子報，

236。取自

[https://epaper.naer.edu.tw/edm.php?eg\\_name=%E5%9C%8B%E9%9A%9B%E8%84](https://epaper.naer.edu.tw/edm.php?eg_name=%E5%9C%8B%E9%9A%9B%E8%84)

%88%E5%8B%95&edm\_no=236&content\_no=4053

林俊宏（2024）。こども家庭庁の取組～こども未来戦略，いじめ，自殺防止対策を中心に～。日本農村医学会雑誌，72（6），473-478。

駐大阪辦事處（2023）。日本2022年高中以下學生自殺人數512人創新高。國家教育研究院臺灣教育研究資訊網。取自

<https://teric.naer.edu.tw/wSite/ct?ctNode=647&mp=teric&xItem=2062291>

駐日本代表處教育組（2023）。日本政府為研擬防止學童自殺對策，跨部會蒐集相關資訊。國家教育研究院臺灣教育研究資訊網。取自

<https://teric.naer.edu.tw/wSite/ct?ctNode=647&mp=teric&xItem=2064705>

駐印度代表處教育組（2024）。印度設置網路熱線協助輔導自殺問題。國家教育研究院臺灣教育研究資訊網。取自

<https://teric.naer.edu.tw/wSite/ct?ctNode=647&mp=teric&xItem=2065133>

駐波士頓辦事處教育組（2021）。校園心理健康的一個臨界點—大學掙扎著應對層出不窮的學生自殺案件（中）。國家教育研究院臺灣教育研究資訊網。取自

<https://teric.naer.edu.tw/wSite/ct?ctNode=647&mp=teric&xItem=2058055>

駐波士頓辦事處教育組（2021）。校園心理健康的一個臨界點—大學掙扎著應對層出不窮的學生自殺案件（下）。國家教育研究院臺灣教育研究資訊網。取自

<https://teric.naer.edu.tw/wSite/ct?ctNode=647&mp=teric&xItem=2058056>

駐洛杉磯辦事處教育組（2024）。洛杉磯聯合學區相信學校健康中心可以有助於學生健康及出席率。國家教育研究院臺灣教育研究資訊網。取自

<https://teric.naer.edu.tw/wSite/ct?ctNode=647&mp=teric&xItem=2066850>

駐胡志明市辦事處教育組（2022）。越南青少年自殺事件上升原因研究。國家教育研究院臺灣教育研究資訊網。取自

<https://teric.naer.edu.tw/wSite/ct?ctNode=647&mp=teric&xItem=2062029>

駐泰國代表處教育組（2024）。泰國教育部在曼谷試點「OOCA」應用程式的「青少年底護所」計畫，提供免費專家心理健康諮詢。國家教育研究院臺灣教育研究

資訊網。取自

<https://teric.naer.edu.tw/wSite/ct?ctNode=647&mp=teric&xItem=2066851>

駐紐約辦事處教育組（2023）。美青少年心理壓力大，自殺未遂急診疫後增 5 倍。國家教育研究院臺灣教育研究資訊網。取自

<https://teric.naer.edu.tw/wSite/ct?ctNode=647&mp=teric&xItem=2063470>

駐越南代表處教育組（2023）。提高青少年心理健康護理能力。國家教育研究院臺灣教育研究資訊網。取自

<https://teric.naer.edu.tw/wSite/ct?ctNode=647&mp=teric&xItem=2063627>

駐德國代表處教育組（2024）。德國圖林根邦實施維護學生心理健康專案。國家教育研究院臺灣教育研究資訊網。取自

<https://teric.naer.edu.tw/wSite/ct?ctNode=647&mp=teric&xItem=2066853>

駐澳大利亞代表處教育組（2017）。澳洲私校擴建身心健康中心紓解學生壓力。國家教育研究院臺灣教育研究資訊網。取自

<https://teric.naer.edu.tw/wSite/ct?ctNode=647&mp=teric&xItem=1900746>

徽徽（2017）。紐西蘭青少年 自殺率第一名。DQ 地球圖輯隊。取自

<https://dq.yam.com/post/7793>

聯合國兒童基金會香港委員會（2021）。UNICEF 《世界兒童狀況 2021》全球報告關注下一代精神健康。取自 [https://unicef.org.hk/zh-hant/news/latest\\_news/state-of-the-worlds-children-caring-for-childrens-mental-](https://unicef.org.hk/zh-hant/news/latest_news/state-of-the-worlds-children-caring-for-childrens-mental-health/?back=6057a68421493893257498333f67f4bf#:~:text=%E8%81%AF%E5%90%88%E5%9C%8B%E5%85%92%E7%AB%A5%E5%9F%BA%E2%BE%A6%E6%9C%83,%E4%BA%94%E2%BC%A4%E6%AD%BB%E5%9B%A0%E4%B9%8B%E2%BC%80%E3%80%82)

[health/?back=6057a68421493893257498333f67f4bf#:~:text=%E8%81%AF%E5%90%88%E5%9C%8B%E5%85%92%E7%AB%A5%E5%9F%BA%E2%BE%A6%E6%9C%83,%E4%BA%94%E2%BC%A4%E6%AD%BB%E5%9B%A0%E4%B9%8B%E2%BC%80%E3%80%82](https://unicef.org.hk/zh-hant/news/latest_news/state-of-the-worlds-children-caring-for-childrens-mental-health/?back=6057a68421493893257498333f67f4bf#:~:text=%E8%81%AF%E5%90%88%E5%9C%8B%E5%85%92%E7%AB%A5%E5%9F%BA%E2%BE%A6%E6%9C%83,%E4%BA%94%E2%BC%A4%E6%AD%BB%E5%9B%A0%E4%B9%8B%E2%BC%80%E3%80%82)