



# 公衛學院 114 年 7 月份院內記事

## 一、【報導】臺大與麥當勞合作自傷防治研究 攜手關懷心理健康



臺灣大學與麥當勞簽訂合作計畫，展開為期3年的「自傷防治：自助求助行動指引」專案研究，以經費及研究資源支持由公共衛生學院健康行為與社區科學研究所張書森教授領導的心理健康及自殺防治研究團隊，為年輕世代心理健康研發安全計畫介入方案。

此方案旨在減少自我傷害或企圖自殺的風險，使身處危機者化被動為主動，與協助者共同制定為自己量身訂作的安全計畫，事先擬定自助與求助策略、支持網絡，以及提升自身環境的安全，並注入希望，在面對危機時發揮成效。此方案具有潛力適用多種場域情境，例如：校園、社區、職場等，幫助年輕世代降低自傷自殺風險。

衛生福利部公布的2024年國人10大死因中，蓄意自我傷害（自殺）排名第十。統計數據亦顯示，臺灣15至24歲年輕人自殺率，從2014年的5.1人/每10萬人，上升至2024年的11.9人/每10萬人，而自我傷害行為通報人次在過去數年間也大幅增加。



英、美、澳等國家均有發展安全計畫介入方案，透過明確的步驟與指引，幫助個案減少自傷自殺的風險。這項為期3年的「自傷防治：自助求助行動指引」專案研究，將蒐集潛在使用者與協助者的經驗與需求，優化「安全計畫介入」訓練教材，貼近臺灣使用者的處境及偏好，並發展適用於評估「安全計畫介入」執行完成度的本地量表，最後透過準實驗設計及深度訪談的混合研究法，探討介入成效。

麥當勞在臺灣有420家餐廳與2.5萬名員工，其中超過7成是學生與青壯世代，為落實員工關懷以及對心理健康的重視，決定以行動支持心理健康領域研究，期能為社會帶來正面影響。

張書森教授感謝麥當勞關注心理健康並挹注資源，支持「自傷防治：自助求助行動指引」專案研究，強調保護心理健康應從醫療體系延伸到日常生活情境，以打造完整的安全網，化危機為轉機。

透過臺大與麥當勞的合作，希望能為心理健康領域帶來新思維、新方案與科學實證，並為年輕世代心理健康貢獻心力，共同打造關懷與支持的社會環境。