

臺北市立石牌國中推動校園學生憂鬱與自我傷害三級預防工作計畫

1090821 校務會議通過

壹、依據：

教育部推動校園學生憂鬱與自我傷害三級預防工作計畫。

貳、計畫目標：

- 一、擬定全校性自傷三級預防工作計畫。
- 二、發展與推動增進學生因應壓力與危機管理知能，並增進協助其他處於自殺危機或憂鬱中同學的教學與活動之技能。
- 三、增進教師、學校行政及相關輔導人員，對憂鬱與自我傷害之辨識及危機處理，增進即時處置知能。
- 四、落實學校高關懷學生群之篩選，並建立檔案，定期追蹤，以減少校園憂鬱自傷事件之發生。
- 五、建立學校學生憂鬱與自傷之危機處理標準作業流程。
- 六、增進學校專業輔導人員對憂鬱自傷學生之有效心理諮商與治療之知能。
- 七、整合憂鬱與自我傷害防治相關網絡資源，共同推動學生憂鬱與自我傷害防治工作。
- 八、建立並落實學生憂鬱與自我傷害三級預防工作模式。

參、實施對象：

本校全體教職員及學生。

肆、推動策略：

一、研究發展：

- (一) 蒐集學生憂鬱與自傷防治相關資料，提供學校教師及相關人員參閱運用。
- (二) 調查學校學生之盛行率與其危險因子與保護因子，並進行成因分析，以研擬與修正三級預防方案。
- (三) 分析校園安全通報之學生自我傷害事件表通報案例，探討校園自我傷害暨自殺行為之成因，並研擬各級學校校園危機處置機制及處理流程，建立個案處理範例，俾供學校教師處理參考。
- (四) 評估自傷防治實施成效，修訂自傷防治實施辦法。

二、強化組織運作：

- (一) 設置學生憂鬱與自傷三級預防推動小組及危機處置小組(如附件一)，並確實執行各項預防工作。
- (二) 與大專校院學生事務協調諮商中心與輔導工作協調諮詢中心建立合作關係，提供學校教師處理學生憂鬱與自傷三級預防工作之相關諮詢協助。

三、培訓防治人才：

- (一) 培訓學校之核心推動人員，精進憂鬱與自傷三級預防。
- (二) 培訓學校輔導教師與級導師成為種子教師，再發揮種子功能，針對校內導師、行政人員、學生幹部或志工進行教育訓練。
- (三) 鼓勵教師參與學校執行學生憂鬱與自傷防治之經驗分享與觀摩，透過示範學習，以激發學校積極推動，並精進推動之策略與行動方案。

四、編製相關教材及參考資料：

- (一) 將學生課業減壓、提升挫折容忍力及情緒管理等議題融入教學課程及生命體驗活動計畫。
- (二) 將增進學生挫折容忍力及情緒管理之相關議題納入課程綱要。
- (三) 校園自我傷害防治處理工作手冊置於網站下載，以利教師逕行運用，俾期及早辨識學生問題，即時提供學生協助。
- (四) 善用平面與多媒體之宣導教材。

五、推動與實施防治計畫：

應擬定學生憂鬱與自傷防治計畫，據以執行並定期檢討修正。本校執行初級預防、二級預防、三級預防工作如下：

(一)初級預防：

1. 目標：增進學生心理健康，免於憂鬱自傷。
2. 策略：增加保護因子，降低危險因子。
3. 行動方案：
 - (1) 本校訂定學生憂鬱與自我傷害防治計畫；各教育主管機關定期實施督導。
 - (2) 本校建立校園危機應變機制，設立 24 小時通報求助專線，訂定自殺事件危機應變處理作業流程，並定期進行演練。
 - (3) 校長主導整合校內資源，強化各處室合作機制。
 - ① 教務處：規劃生命教育融入課程，提升學生抗壓能力（堅韌性與問題解決能力）與危機處理、及憂鬱與自殺之自助與助人技巧。
 - ② 學務處：
 - (a) 舉辦促進心理健康之活動。
 - (b) 結合校內外人力成立「危機小組」，以巡查校內外可能遭受危險的場所。
 - (c) 自殺(傷)通報。
 - (d) 篩檢高風險家庭。
 - ③ 輔導處：
 - (a) 強化教師輔導知能。
 - (b) 辦理生命教育宣導活動。
 - (c) 辦理憂鬱與自殺之預防宣導。
 - (d) 建立高關懷群檔案。
 - (e) 同儕之溝通技巧與情緒處理訓練。
 - ④ 總務處：
 - (a) 校警之危機處理能力之加強。
 - (b) 校園高樓之中庭與樓梯間之意外預防安全網、生命教育文宣與求助專線之廣告。

(4)校長主導結合校外網絡單位資源，以建構整體協助機制。

(二)二級預防：

1. 目標：早期發現、早期介入，減少憂鬱自傷發生或嚴重化之可能性。
2. 策略：篩選高危險群，即時介入。

3. 行動方案：

- (1) 高關懷群篩選：透過測驗和觀察，篩檢高關懷學生。
- (2) 每學期定期對高危險群進行長期追蹤與介入輔導；必要時，並進行危機處置。
- (3) 提升導師、同儕、教職員、家長之憂鬱辨識能力，以協助觀察篩檢，對篩檢出之高危險群提供進一步個別或團體的心理諮商或治療。
- (4) 整合校外之專業人員（如：臨床心理師、諮商心理師、社工師、精神醫師等）資源到校服務。

(三)三級預防：

1. 目標：預防自殺未遂者與自殺身亡的周遭朋友或親友模仿自殺。

2. 策略：建立自殺與自殺企圖之危機處理與善後處置標準作業流程。

3. 行動方案：

- (1) 自殺未遂：建立個案之危機處置標準作業流程，對校內之公開說明與教育輔導(降低自殺模仿效應)，並注意其他高關懷群是否受影響；安排個案由心理師進行後續心理治療，以預防再自殺；家長聯繫與預防再自殺教育。
- (2) 自殺身亡：建立處置作業流程，含對媒體之說明、對校內相關單位之公開說明與教育輔導(降低自殺模仿效應)、家長聯繫協助及哀傷輔導。
- (3) 通報轉介：依校園安全及災害事件通報作業要點與行政院衛生署函頒「自殺防治通報轉介作業流程」(含「衛生署自殺防治通報轉介流程圖」、「自殺暨高危險群 個案通報單」及「自殺個案轉介回復表」)進行通報與轉介。

伍、實施措施：

一、預防處治階段（一級預防）：

培養學生壓力調適和解決問題的能力，進而協助學生健康快樂成長。

(一)行政人員角色與職責：

1. 校長：

- (1) 成立校園自我傷害危機處理小組，定期召開會議，研商校園自我傷害防治計畫，並建立事件處理機制流程(如附件)，印發全校教職員工，供其處理此類個案參考。
- (2) 於各項會議宣導校園學生自我傷害防治觀念，以提昇全校教職員工敏銳覺察度。
- (3) 重視學生安全與衛生保健工作。
- (4) 重視教學設備的安全管理及校園設施的安全維護，避免不良環境產生。

2. 教務處：

- (1) 編製生命與死亡教育課程教案，使學生愛惜生命，增強適應力。
- (2) 協助各科教師隨時執行「疏導學生課業壓力、降低考試焦慮、減少失敗挫折感」的工作。

3. 學務處：

- (1) 定期舉辦新生始業輔導活動、班級幹部訓練、聯課及社團活動，協助學生適應校園生活及擔任良好班級及行政單位溝通橋樑，並促進身心健康。

(2)加強導師會議功能、舉辦家長座談會，增進導師與家長對學生生活狀況的瞭解及問題處理之協助。

(3)建立校園危機事件通報流程及全校學生緊急事件處理通報資料(包括聯絡對象、電話、住址)。

4. 總務處：

(1)隨時檢視校園各項設施安全維護、修繕，避免製造危險環境。

(2)注意校園警衛及工友的挑選及培訓，加強安全巡邏。另亦培訓各班總務股長，維護班級安全。

5. 輔導室：

(1)教師部分：透過校務會議及導師會議等宣導自我傷害防治資訊，並將其列為教師輔導知能研習及輔導教師專業訓練主題之一，以提昇教師輔導知能。

(2)學生部分：藉由新生輔導計畫協助新生適應新學習環境課程；落實班級輔導課程 並透過各項測驗篩選適應欠佳學生，給予適當個別輔導。

(二)教師角色與職責：

1. 導師：

(1)積極參與有關學生自我傷害防治之研習活動，以對學生的自我傷害有正確的認知

(2)實施生命教育：

① 與學生探討生命的意義及價值。

② 向學生澄清死亡的真相。

(3)增進學生因應的技巧及處理壓力的能力：

① 瞭解學生日常生活中是否遭遇較大的生活變動。

② 瞭解生活變動是否對學生造成壓力。

③ 協助學生尋求社會資源。

④ 協助學生發展解決問題的策略。

⑤ 協助學生對壓力事件做成功的因應。

(4)經常與班上每位同學接觸，利用週記與學生做心靈的溝通。

(5)願意傾聽，隨時給學生支持、關懷，與學生分享其情緒。

(6)提供支援的網絡及相關資訊，讓學生清楚的知道在遇到困難時該如何或向何人與何單位求助。

(7)經常與任課老師聯繫，全面瞭解學生在校情形。

(8)留意每位學生的出缺席狀況，與家長保持密切的聯繫，相互交換學生之日常訊息。

(9)利用閒暇做家庭訪問，瞭解學生居家生活狀況。

(10)在班上形成一個支援的網絡，提供需要協助同學的社會資源。

(11)在班上形成一個通報的系統，指定幹部主動報告同學之動態，尤其是異常舉動。

(12)對可能自我傷害傾向的學生保持高度的敏感。

(13)留意學生在週記、信件上透露的心事及相關線索。

2. 任課老師：

- (1)積極參與研習活動，充實相關知能。
- (2)支持與關懷，耐心傾聽，分享學生的情緒經驗。
- (3)保持對「異常舉動」學生之高度敏感。
- (4)要自動擔任導師的「第三隻眼」。
- (5)常與輔導老師保持聯繫，研商「全方位」輔導策略。

3. 輔導教師角色與職責：

- (1)輔導教師自身方面：放下自己的焦慮、擔憂，與學生討論「自殺」，依「學生最立即需要」及「保護學生的安全性」兩大原則處事，充實自身自殺防治知能、提供家長預防子女自我傷害的方法、針對全校教職員工宣導自我傷害防治觀念、危機處理原則。
- (2)對一般教師方面：提供教師情緒管理知能、提出自我傷害傾向的可能徵兆，教導如何處理學生或同儕自我傷害事件、提供教師哀傷輔導的基本方法。
- (3)對學生方面：教育學生瞭解生命的價值、死亡的概念、提高學生的挫折容忍度及面對壓力的因應方法、教導學生善用社會支持系統，不要使自身陷入孤立的狀況、協助新生盡快適應新學校、對於學生家中或校內近期內有人逝世者，主動提供哀傷輔導。

二、危機處治階段（二級預防）：

篩選與發現可能自殺的高危險群，早期介入協助，以防止自我傷害行為之發生。

（一）行政人員角色與職責：

1. 校長：

- (1)對具高危險性的學生，導師、輔導教師、輔導教官等依據校園自我傷害事件緊急處理要點進行輔導。
- (2)指示輔導主任對於自我傷害想法或行動嚴重之學生召開個案會議，研討危機處理步驟及行動，並指定聯絡家長負責人及研商是否需轉介醫療機構。

2. 教務處：

- (1)協助導師、輔導教師銜鑑篩選高危險性學生。
- (2)會同導師、輔導教師、輔導教官對高危險性學生進行輔導，給予支持關懷，並參加個案會議，提供課業處理協助。

3. 學務處：

- (1)協助導師、輔導教師銜鑑篩選高危險性學生。
- (2)會同導師、輔導教師、輔導教官對高危險性學生進行輔導，給予支持關懷，並參加個案會議，商討輔導流程分工，及督導有關人員依據緊急事件處理要點處理高危險性個案。

4. 總務處：

- (1)重新評估校園是否存有危險狀況並加以改善。
- (2)督導校警及全單位提高警覺，熟悉事件發生時之處理流程。

5. 輔導室：

- (1) 輔導教師應會同導師、教官對高危險性學生給予輔導支持與關懷。
- (2) 對自我傷害想法或行動嚴重之學生召開個案會議研商輔導事宜或轉介醫療機構，並與家長尋求問題解決對策。
- (3) 建立校園自我傷害危機處治輔導流程，並督導輔導教師依據輔導流程輔導高危險性個案。

(二) 教師角色與職責：

1. 導師：

(1) 對尚未採取行動的個案：

- ① 對個案保持高度「敏感、接納、專注地傾聽」。
- ② 鼓勵或帶領學生向輔導單位求助，說出心中的痛苦，讓學生有傾吐的對象，尋求更多的支持及協助。
- ③ 與個案討論對於「死亡」的看法，瞭解其是否有「死亡計畫」。
- ④ 營造班級「溫暖接納」的氣氛，讓個案感受到他是團體裡的重要份子，同學們都很關心他。
- ⑤ 通知家長，動員家人發揮危機處理的功能，隨時注意個案的言行舉止。
- ⑥ 若個案堅持不讓家長知道，可以技巧性地提醒家長多關心、注意孩子。
- ⑦ 通知學校相關人員（如危機處理小組成員）。
- ⑧ 提供個案「支持網絡」成員的聯絡電話。
- ⑨ 對十分危急的個案，與相關人員形成一個支持的網絡，隨時有人陪伴個案。

(2) 對已採取行動，但未成功之個案：

- ① 立即聯絡相關人員協助將個案送醫急救，並通知家長。
- ② 聯絡輔導人員協助安撫其他同學情緒，並實施團體輔導。
- ③ 接納個案的情緒、專注傾聽，並盡可能陪個案一段時間至其情緒平復。
- ④ 透過個案自述或其他資料，瞭解企圖自我傷害的動機。
- ⑤ 分別與個案及其他同學討論除了自我傷害之外的問題解決策略。
- ⑥ 請家長接個案回家。
- ⑦ 鼓勵同學對個案表達關懷，協助個案重返班級。
- ⑧ 在個案重返學校的初期，協助班級形成一個支持網絡。
- ⑨ 拒絕任何媒體採訪，統一由危機處理小組之發言人對外說明。

2. 任課老師：

(1) 對尚未採取行動的個案：

- ① 對高危險群個案保持高度敏感、接納、專注地傾聽。
- ② 鼓勵或帶領學生向輔導單位求助，說出心中的痛苦，讓學生有傾吐的對象。
- ③ 通知學校相關人員（如導師或危機處理小組成員）。

(2)對已採取行動，但未成功之個案：

---如果事件發生在任課教師上課中時

- ① 立即聯絡相關人員協助將個案送醫急救，並通知家長。
- ② 協助安撫其他同學情緒。
- ③ 抽空探視個案，表達老師的關心。
- ④ 整理自我的情緒，恢復正常教學。
- ⑤ 個案返校上課後，留意其上課情緒，有異常狀況時通知危機處理小組處理。
- ⑥ 以平常心看待此事，不在校內談論此事。
- ⑦ 不對外界做敘述，統一由危機處理小組之發言人對外界做說明。

---事件發生在其他老師上課時

- ① 個案返校上課後，留意其上課情緒，有異常狀況時通知危機處理小組處理。
- ② 不加入談論話題的行列。
- ③ 全力配合學校處理措施。

3. 輔導教師角色與職責：

(1) 衡鑑與評估：自殺警訊的偵測、自殺危險程度的衡鑑。

(2) 諮商與輔導：

- ① 對有自殺意圖但未付諸行動者：主動提供關懷、支持、傾聽、陪伴、增加學生現實感、聯絡家長並告知正確的陪伴學生的態度。
- ② 對近六個月內自殺未遂者：評估該傷害對其生理、心理的影響、共同策畫復健計畫、協助個案適當轉介。

三、事後處治階段（三級預防）：

對已發生自我傷害事件的危機處理與善後處置。

(一)行政人員角色與職責：

1. 校長召開校內危機處理小組會議，研討處置事宜。
2. 教務處宜處理社會團體介入事宜、維持校務正常運作、掌握高危險群教師並給予支援等。
3. 學務處於事發後儘速召開導師會議公告事件，建立處理共識，並建立資料檔案，掌握師生事後反應、生活作息動態及安全問題，適切調整校內氣氛，轉移注意力，並聯絡家長告知學校之關心及可能協助之事項。
4. 總務處評估校園是否有安全疏失，加以改善、對現場事件處理情形詳細報告、配合處理喪葬事宜、調整事發現場環境，去除大家的心理陰影。
5. 諮商輔導室成立特別輔導中心，提供相關訊息，評鑑高危險群學生，做合適處置並至班級與同學討論。

(二)教師角色與職責：

1. 事後處治的目標及目的：

- (1)幫助抒解悲傷的情緒與緩和哀悼的心結。

(2)經由討論自殺行為的傳染與模仿作用，阻止再發生類似的「不幸事件」。

2. 正確的認知及態度：

(1)對「自我傷害（自殺）」與「死亡」有正確的概念，並幫助學生釐清錯誤的想法。

(2)對事後處治的處理對象與工作目的有正確的認識。

(3)過濾出哪些人是受事件影響最深的「高危險群」。

(4)瞭解高危險群的「高危險時間」。

(5)熟悉校內危機小組的運作情形。

(6)掌握校外及社區輔導機構與醫療資源的正確資訊。

(7)能夠適時的與學生討論、溝通、分享。

(8)保持高度敏感度。

(9)帶領班級或小團體進行討論及輔導。

3. 輔導教師角色與職責：

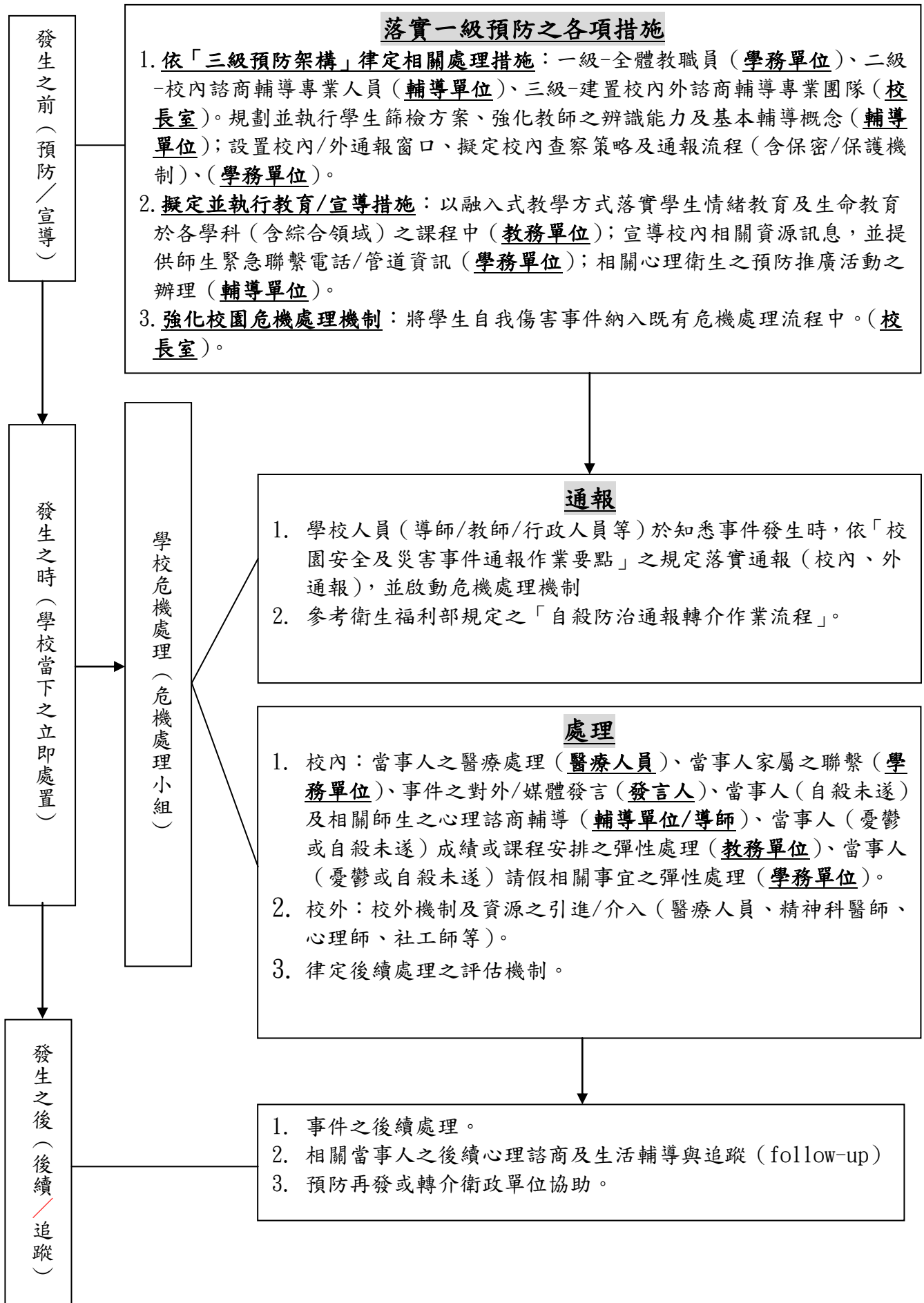
(1)幫助班級討論：澄清事實，減少謠言、回答問題，穩定班級情緒、提供哀傷輔導及因應壓力的方式。

(2)幫助「支持性團體」的進行：對與逝世者較親近之同儕（教師或學生）進行支持性輔導與哀傷輔導。

(3)對個案周圍的「人」、「事」、「物」進行輔導：印發傳單、海報，邀請有需要幫助的師生至輔導洽談，並於傳單中簡述抒解哀傷的可行方法。於校內佈置簡單莊嚴的紀念壇，安排追悼儀式，供師生憑弔。

陸、本計畫經校務會議通過並呈校長核准後實施，修正時亦同。

臺北市立石牌國中自我傷害防治處理機制流程圖



臺北市立石牌國中學生自我傷害三級預防推動小組

職 稱	成 員	負 責 工 作 項 目
主任委員	校長	督導自我傷害三級預防工作之推動與執行、整合校內外資源以建構整體協助組織
執行秘書	輔導主任	綜理規劃自我傷害三級預防工作、執行統籌校內自我傷害危機處置小組各項事宜、督導各單位執行進度、會議安排與召開
委 員	教務主任	綜理自我傷害三級預防工作之各項教務相關事宜
委 員	學務主任	綜理自我傷害三級預防工作之各項學務相關事宜
委 員	總務主任	綜理自我傷害三級預防工作之各項總務相關事宜
委 員	輔導組長	協助執行秘書規劃校內自我傷害危機處置小組各項事宜
委 員	生教組長	協助設置校內外通報窗口，推動學生生活輔導等相關事宜
委 員	教學組長	協助生命教育融入共同科目相關課程
委 員	級導師	協助自我傷害三級預防工作、參與校內自我傷害危機處置小組各項決議
委 員	家長會代表	協助校內自我傷害危機處置小組委員對個案追蹤輔導與家長之溝通協調
委 員	專業輔導人員/個管	個案追蹤輔導及輔導記錄之建立、參與校內自我傷害危機處置小組各項決議並提供個案資料及輔導情況、提供導師及相關任課教師諮詢

臺北市立石牌國中校園自我傷害危機應變處理工作小組

編組	負責人	組員	負責任務
召集人	校長		<ol style="list-style-type: none"> 1. 召開會議、協調、督導工作事宜 2. 代表對外發言或指定對外發言人 3. 通盤緊急調配學校人員
緊急救護組	學務主任	衛生組 護理師	<ol style="list-style-type: none"> 1. 負責緊急現場指揮。 2. 協助召集人聯繫並處理小組事務。 3. 成立急救中心，負責簡易救護工作 4. 聯繫救護車，護送就醫。 5. 掌握傷者就醫狀況，即時回報狀況。
聯繫通報組	生教組長	生教組 學務處幹事 班級導師	<ol style="list-style-type: none"> 1. 校安通報並緊急通報相關單位。(教育局、社會局、衛生所、派出所、消防隊等) 2. 主動連住院學生家長，告知學童送醫情形 3. 設置就醫狀況一覽表，師生、家長得以了解學童就醫情形。 4. 掌握學童住院情形，定時通報學校相關人員。 5. 印製師生聯絡單，告知注意事項及緊急聯絡管道。
輔導安置組	輔導主任	輔導組 專任輔導教師	<ol style="list-style-type: none"> 1. 對加害人及被害人進行緊急輔導與心理療傷。 2. 對加害人及被害人進行轉介輔導。 3. 對相關目睹人員進行安心輔導與評估。 4. 聯繫學校志工協助救援工作。
協調救援組	總務主任	事務組 警衛	<ol style="list-style-type: none"> 1. 負責事件現場及善後硬體安全維護。 2. 動員緊急運輸，聯絡交通工具。 3. 協調相關單位，研討保險、理賠等相關事宜 4. 成立機動組，即時協助突發事件處理。 5. 掌握校內秩序維護或疏散。
媒體回應組	教務主任	教學組 註冊組	<ol style="list-style-type: none"> 1. 負責對內外發布訊息。 2. 處理媒體報導相關事宜。 3. 調配代課教師、學生成績及其他教務事宜。
法律協調組	人事主任		<ol style="list-style-type: none"> 1. 提供相關法律問題諮詢服務。 2. 負責相關事務之申訴、仲裁、救助賠償等協調工作。 3. 協助各項相關工作。
資源組	家長會長	家長會 志工隊	<ol style="list-style-type: none"> 1. 加強與社會人士之溝通 2. 動員校外各項支援。 3. 協助處理各項協調工作。