

花蓮縣立宜昌國民中學學生憂鬱與自我傷害三級預防工作計畫

訂定日期：096 年 01 月 09 日

修訂日期：097 年 11 月 07 日

100 年 08 月 24 日

101 年 12 月 05 日

103 年 01 月 08 日

108 年 03 月 13 日

學生輔導工作委員會修訂通過

壹、依據

一、教育部推動校園學生憂鬱與自我傷害三級預防工作計畫

二、修訂自本校「預防校園自我傷害行為實施計畫」

貳、目的

一、落實校園學生憂鬱及自傷三級防治工作，預防校園學生憂鬱及自我傷害事件之發生。

二、提昇師生對於憂鬱及自我傷害高危險群辨識能力及校園危機處置知能。

三、培養師生對校園自我傷害事件事後處理的能力。

參、作業要點

一、初級預防階段(預防/宣導)

校長主導整合校內外資源，建構並強化整體合作、協助之機制。

工作要點	負責處室／人員	工作內容
(一) 建立本校校園危機應變機制 (附件一)	學務處輔導室	1. 成立危機處理小組，訂定自殺事件危機應變處理作業流程，宣導並定期舉辦訓練課程與模擬演練，使小組成員熟習校園自我傷害預防處理、危機處理及事後處理的流程。 2. 設置校內及校外通報窗口及 24 小時通報求助專線 3. 建立校內通報機制(通報過程中須做到保密/保護當事人原則)。
(二) 增進全體教師對憂鬱與自我傷害辨識及危機處理知能	輔導室	1. 建立憂鬱及自殺(傷)防治處理機制(如附件一) 2. 透過校務會議及導師會議等宣導並提供憂鬱、自我傷害防治資訊。 3. 將「憂鬱與自我傷害防治」及「校園危機處理」等主題列為教師輔導知能研習及輔導教師專業訓練主題之一。 4. 薦派並鼓勵校內教師多參加校外相關研習課程，以提升個人相關知能。 5. 提供校內教師相關知能必要諮詢，協助教師處理學生相關問題。 6. 建置社區心理衛生及身心科相關機構之聯繫網絡，提供相關資訊供全校師生運用。
(三) 生命教育	教務處	1. 於各科教學研究會中討論如何以融入式教學方式落實學

融入式教學	輔導室	生情緒教育及生命教育於各學科（含綜合領域）之課程中，提升學生抗壓能力與危機處理、憂鬱及自傷(殺)之自助與助人技巧。 2. 辦理各科教師宣導加強生命教育融入式課程之實施。
(四) 舉辦促進學生心理健康之活動	學務處 輔導室	1. 舉辦新生始業輔導、班級幹部訓練、社團活動，協助學生適應校園生活及擔任班級及行政單位溝通橋樑，以促進學生身心健康。 2. 透過週會演講、年級說明會宣導、班級團體輔導課程、小團體輔導活動、生命教育影片欣賞、班級讀書會分組討論等各項活動，以促進學生心理健康、協助其學習適當紓壓技巧並提升其挫折容忍力。
(五) 加強校內安全空間	總務處	1. 隨時檢視校園各項設施安全維護、修繕，避免危險環境之產生。 2. 校園高樓之中庭與樓梯間之意外預防安全網。
(六) 落實導師責任制	導師	1. 在班級營造情緒支持的氣氛，營造班級內之歸屬感與凝聚力。 2. 在班上形成一個支援網絡或通報系統，鼓勵學生主動通報或指定幹部通報同學的異常狀態。 3. 給學生支持、關懷，與傾聽，掌握班上學生的身心狀態。 4. 增進學生因應的技巧及處理壓力的能力，協助學生對壓力事件做成功的因應。 5. 適時進行生命教育之機會教育，讓學生瞭解並體認珍惜生命之重要。 6. 留意每位同學的出缺席狀況，瞭解學生日常生活當中是否遭遇較大的生活變動。 7. 留意學生在聯絡簿或札記上透露的心事及相關線索對可能自我傷害傾向的學生保持高度的敏感 8. 積極參與有關憂鬱、自我傷害防治之研習活動，以對學生行為有正確的認識。 9. 協同任課教師對「異常舉動」學生具備高度之敏感度。 10. 若發現學生有特殊狀況，隨時與訓輔相關人員溝通討論相關因應策略。 11. 常與家長進行溝通聯繫，一方面瞭解學生居家生活狀況；另一方面協助家長學生在校各項表現情形
(七) 其他任課教師之配合	任課教師	1. 於上課中適時機會教育或以融入式教學實施生命教育。 2. 積極參與研習活動，充實相關知能。 3. 支持與關懷，耐心傾聽，分享學生的情緒經驗。

		4. 保持對「異常舉動」學生之高度敏感。 5. 擔任導師的「第三隻眼」，告知導師學生的特殊狀況。 6. 擔任導師與學生之間的橋樑。 7. 參與認輔工作或銷過輔導義務教師，協助學生輔導工作之落實
(八)加強對家長之宣導	學務處輔導室	1. 透過親師座談或親職教育研習之實施，向家長宣導有關維護身心健康及如何預防自我傷害行為發生之相關資訊。 2. 提供相關書面宣導資料。

二、二級預防階段

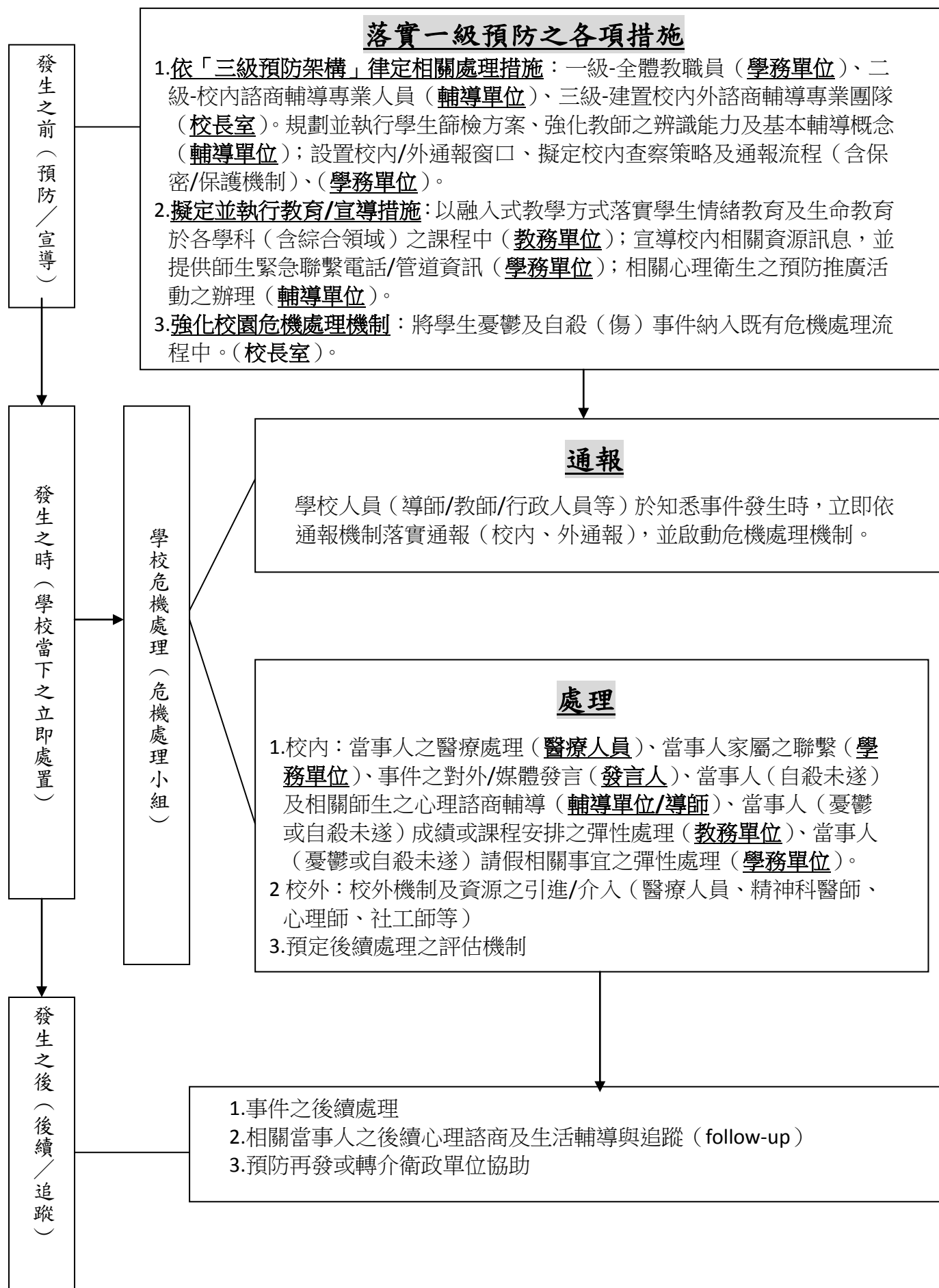
1. 透過多元管道篩選出「疑似憂鬱症」、「曾經自殺企圖或已有自殺計畫者」或其他需高度關懷之學生：可由導師、同儕、輔導教師、任課教師等人，藉由觀察、量表、晤談、聯絡簿等方式進行篩選，以利早期介入輔導。
2. 針對「憂鬱及需高度關懷學生」，會同導師、認輔老師及家長給予支持與關懷，必要時召開個案會議，提供相關之生活與課業協助。
3. 結合校內各項資源針對篩選出之高關懷學生予以個別或團體輔導，必要時進行長期追蹤與諮商。
4. 整合學生輔導諮商中心資源轉介特殊個案或尋求身心科專業諮詢。

三、三級預防階段—危機處置階段

由校長擔任召集人，召開危機處理小組會議，討論危機事件之處遇及後續相關事件之處理(附件二)：

1. 自殺未遂：依危機處置標準作業流程，對校內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：依處置作業流程，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。
4. 進行後續處理之評估機制。
5. 成立聯絡中心進行橫向聯繫，由學務主任負責，各小組處理狀況隨時向聯絡中心通報。

學生憂鬱及自殺（傷）防治處理機制流程圖



附件二 本校校園危機處理小組成員與工作內容表

組別	工作內容	成員	備註
救護組	當事人之緊急醫療處理與通報醫療機	校護 學務處	衛生組長 幹事
發言人	事件之對外/媒體發言	輔導室	輔導主任
照護組	協調、調度相關人員處理傷患 當事人家屬之聯繫	學務處	學務主任 生教組長
輔諮組	當事人（自殺未遂）及相關師生之 心理諮商輔導	輔導室 個案導師	專輔教師 視事件發生之學生 班級導師
課務組	當事人（憂鬱或自殺未遂）成績或 課程安排之彈性處理及請假相關 事宜	教務處 學務處	教學組長 生教組長
校外資源組	校外機制及資源之引進/介入 （醫療人員、精神科醫師、心 理師、社工師等）	輔導室	學生輔導諮商中心/ 醫療機構
後續追蹤組	後續處理之評估機制 加強校園安全防護設施 協助家屬瞭解及處理後續事宜	輔導室 總務處 家長會長	視事件發生嚴重 程度而定

	自殺未遂事件事後處置	自殺身亡者事後處置
依校園危機應變與事後處置	1. 專門人員之公開說明、接觸媒體（發言人） 2. 個案之危機處理、中長期治療（學務、輔導） 3. 提供求助管道（教務、學務、輔導、總務） 4. 聯繫醫療處理（學務處） 5. 成績或課程安排之彈性處理（<u>教務處</u>） 6. 請假相關事宜之彈性處理（<u>學務處</u>） 7. 家長之聯繫與教育（學務、導師）	1. 專門人員之公開說明，接觸媒體（發言人） 2. 個案家屬之喪事協助與補助、哀傷輔導與治療個案好友之哀傷輔導與治療 3. 提供求助管道（教務、學務、輔導、總務） 4. 家長之聯繫與教育（學務、導師）
進行危機處理（減壓團體）	1. 評估個案自殺危險性，討論自殺意念、計劃、行動、動機、及其他選擇性，活下來理由。 2. 與家庭合作以防止學生自殺 3 與個案之醫療機構保持聯繫與討論評估治療計畫 4. 危機解除後，安排持續的心理治療	1. 對同學死亡的回應與分工 (1)給同學的信 (2)聯絡班長、導師；進行班級或小團體之哀傷輔導 (3)家長與親密好友的個別哀傷輔導 (4)自殺成因的分析與個案輔導檢討 2. 協助家屬的事後處置 (1) 親人自殺後 24 小時內進行輔導 (2) 協助處理喪禮及瑣事，情緒紓解與心理復健 3. 針對同儕的事後處置 (1) 24 小時內對相關學生進行輔導，瞭解創傷事件的震撼與影響 (2) 適當讓學生表達負向情緒，

		減低同儕間的罪惡感、孤獨感，發展出正面意義的想法； 注意否認或抗拒者、高危險群
中期處理	1. 處理焦點：培養適應性技巧，包括問題解決，情緒調節，自我監控，因應技巧，社交技巧，憤怒管理等。 2. 目標：改善病人生活的功能，回復到發病前的功能，甚至比發病前更好。 3. 技巧：個人及團體心理治療	1. 協助家屬的事後處置 (1) 持續追蹤，鼓勵參加支持團體，接受心理專業人員協助。 2. 針對同儕的事後處置 (1) 提供問題解決模式及求助相關資源。
長期處理	1. 處理焦點：拓展自尊及自我效能，確認並發現早期發展中的創傷經驗，確認及發現家庭中衝突。 2. 目標：改善個案的自我意象與自我效能、改善人際間的衝突及童年期的創傷經驗 3. 改善家庭在內的人際關係	1. 持續評估家屬與個案同儕狀況是否繼續協助與相關資源介入。

肆、經費：辦理本計畫所需經費由年度相關費項目下勻支。

伍、附則：本計畫經學生輔導工作委員會通過，陳校長核可後實施，修正時亦同。