

國立中興大學附屬高級中學

「校園學生憂鬱與自我傷害三級預防」實施計畫

103.06.06 訂定

106.12.26 修訂

壹、依據

- 一、教育部臺教學(三)自第 1020190903 號函發布之校園自我傷害三級預防工作計畫
- 二、教育部臺教國署學字第 1030049598 號函

貳、目的

- 一、落實校園憂鬱及自我傷害防治工作。
- 二、增進學生心理健康、學習尊重生命、愛惜自己。
- 三、培養教師敏感於憂鬱及高危險群自我傷害學生並能做必要的介入與輔導。
- 四、增進各處室及全校師生對校園自我傷害事件事後處置的能力。

參、實施要點

一、初級預防—發生之前（預防/宣導）預防處置階段

負責單位	實施內容
校長室	1. 成立並召開校園危機處理小組委員會，依據教育部自我傷害防治處理機制流程，主導整合校內資源，強化各處室合作機制。 2. 建置校內外諮商輔導專業團隊。 3. 主導結合校外網絡單位資源，建構整體協助機制。
教務處	以融入式教學方式落實學生情緒教育及生命教育於各科(含綜合領域)之課程中，提升其抗壓能力(堅韌性與問題解決能力)與危機處理、自助及助人技巧。
學務處	1. 建立校園危機應變機制，成立危機處理小組，根據學生自我傷害防治處理機制流程，定期進行演練。 2. 設置校內/外通報窗口、擬定校內查察策略及通報流程（含保密/保護機制）。 3. 宣導校內相關資源訊息，並提供師生緊急聯繫電話、管道資訊。

	4. 結合社團及社會資源辦理自我傷害防治工作。
總務處	1. 警衛與工友之危機處理能力之加強。 2. 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。
輔導室	1. 訂定校園學生憂鬱與自我傷害三級預防實施計畫，強化學生自我傷害三級預防推動小組運作。 2. 舉辦促進心理健康之活動(如:正向思考、衝突管理、情緒管理、以及壓力與危機管理)。 3. 辦理生命教育電影、短片、閱讀、演講等宣導活動。 4. 辦理正向思考與潛能開發等訓練。 5. 強化教師輔導知能:實施全體教師(含導師及教官相關訓導人員)對自我傷害辨識及危機處理知能。 6. 對家長進行自我傷害認識與處理之教育宣導。 7. 同儕之溝通技巧與情緒管理訓練。 8. 規劃並執行學生篩檢方案、強化教師之辨識能力及基本輔導概念。 9. 提供教師情緒管理知能、協助教師了解自我傷害傾向的可能徵兆，協助教師了解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。 10. 舉辦親職教育座談會，增進導師與家長對學生生活狀況的瞭解及問題處理的協助。
圖書館	留意出版訊息，採購有關「憂鬱症」、「生命教育」、「生涯規劃」、「性別平等教育」、「青少年問題」…等類圖書供師生借閱。
人事室	提供職員正向積極的工作態度訓練，建立友善的校園氛圍。
導師	1. 積極參與有關憂鬱與自我傷害防治之研習活動，對學生的自我傷害有正確的認知。 2. 透過班會或適當時機討論生命教育相關議題，協助學生對生命與死亡建立正確的觀念，增進學生因應危機的技巧及處理壓力的能力。 3. 經常與學生做心靈的溝通，願意傾聽，隨時給予學生支持、關懷，與學生分享其情緒，並確實紀錄晤談內容。

	4. 經常與任課老師聯繫，全面瞭解學生在校情形。 5. 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，並確實紀錄晤談內容。 6. 在班上形成一個支援網絡與通報系統，指定幹部主動報告學生之動態，尤其是異常舉動。 7. 留意學生在週記、信件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，並即時轉介至輔導室。
任課老師 教職員工	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。

二、二級預防—發生之時（學校危機處理）危機處置階段

負責單位	實施內容
校長室	1. 指示學務處召開校內危機處理小組會議，研討處置事宜。 2. 針對具高危險性學生，指示學務人員、輔導教師、導師、任課老師等依據教育部學生自我傷害防治處理機制流程進行輔導。 3. 事件之對外或媒體發言 4. 尊重個案之隱私權，提醒處理個案的相關人員遵守保密的專業倫理。
教務處	1. 當事人（憂鬱或自殺未遂）成績或課程安排之彈性處理。 2. 參加個案會議，提供課業處理協助。 3. 提醒教師遵守保密的專業倫理。
學務處	1. 奉校長指示召開危機處理小組會議，研討處置事宜。 2. 於知悉事件發生時，立即依校園安全及災害事件通報作業要點之規定落實通報，並啟動危機處理機制。 3. 協助當事人之醫療處理、當事人家屬之聯繫、當事人請假相關事宜之彈性處理。 4. 協助導師、輔導教師銜鑑篩選高危險性學生。 5. 會同導師、輔導教師、生輔組長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關懷個案。 6. 提醒導師遵守保密的專業倫理。
總務處	1. 重新評估校園是否存有危險狀況並加以改善。 2. 督導警衛及全校各單位提高警覺，熟悉事件發生時之處理流程。 3. 提醒職員工遵守保密的專業倫理。
輔導室	1. 對自我傷害想法或高關懷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。 2. 當事人（自殺未遂）及相關師生之心理諮商輔導，並遵守保密的專業倫理。 3. 輔導教師會同導師、教官對高危險性學生給予輔導支持與關懷。 4. 依據個案處置輔導流程，輔導高關懷個案。 5. 衡鑑與評估：自殺警訊的偵測、自殺危險程度的衡鑑。 6. 諮商與輔導：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 7. 對近六個月內自殺未遂者：評估該傷害對其生、心理的影響、共同策畫復健計畫、協助個案適當轉介。
導師	一、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，瞭解其是否有自傷計劃。 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。 10. 遵守保密的專業倫理。 二、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，並由送醫小組通知家長。 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，並盡可能俾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. 遵守保密的專業倫理。 10. 不對外界做敘述，統一由危機處理小組之代表對外界做說明。
任課老師	一、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）。 二、對已採取行動，但未成功之個案： （一）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，並告知危機處理小組通知家長。 2. 協助安撫其他同學情緒。 3. 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. 遵守保密的專業倫理。 7. 不對外界做敘述，統一由危機處理小組之代表對外界做說明。 （二）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. 遵守保密的專業倫理。 3. 全力配合學校處理措施。
--	---

三、三級預防—發生之後（後續/追蹤）事後處置階段

負責單位	實 施 內 容
校長室	1. 指示學務處召開校內危機處理小組會議，研討處置事宜。 2. 為了尊重個案之隱私權，提醒處理個案的相關人員遵守保密的專業倫理。
教務處	1. 參加危機處理小組會議。 2. 針對因此事件造成心理情緒反應異常的教師給予適切的關心與支持。 3. 提醒教師遵守保密的專業倫理。
學務處	1. 奉校長指示立即召開危機處理小組會議，擬定事後處置計畫。 2. 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。 3. 提醒導師遵守保密的專業倫理。
總務處	1. 參加危機處理小組會議。 2. 評估校園是否有安全疏失，加以改善、對事件現場的處理情形詳細報告、配合處理相關事宜、調整事件發生現場環境，去除大家的心理陰影。 3. 提醒職員工遵守保密的專業倫理。
輔導室	1. 參加危機處理小組會議，並提供相關訊息，評鑑高危險群學生，做合適處置並至班級與同學討論。 2. 進行全校安心演講及文宣 3. 進行班級輔導：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。 4. 進行支持性團體：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。 5. 對個案的相關人進行輔導：學校輔導單位印發宣導傳單，邀請有需要幫助的師生至輔導室晤談，並於傳單中簡述抒解哀傷的可行方法。 6. 相關當事人之後續心理諮商輔導與追蹤。 7. 遵守保密的專業倫理。
導師	與校園危機處理小組密切合作，用開放的態度面對問題和學生一起經歷、成長。 一、對自殺未遂的個案： 1. 會同輔導老師與班上學生進行討論，讓學生發洩情緒及對此事件的想法。 2. 如有學生不想參與討論，則尊重其意願。 3. 與班上學生得到共識，避免眾說紛云，造成不必要的誤傳與揣測。 4. 提醒學生保持高度警覺，如果發現同學有異狀，隨時向學校報告。 5. 向學生說明可求助管道。 6. 對全班學生保持關注，並隨時省察自己的情緒，在需要時主動求助。 7. 安排適當的時機與班上學生討論個案返校後的相關事宜。 8. 個案回校後多給予關心，切忌給予貼標籤。遵守保密的專業倫理。 二、對自殺成功的個案： 1. 會同輔導老師馬上進行班級輔導，讓學生發洩情緒及對此事件的想法，如有學生不想參與討論，則尊重其意願。 2. 向學生清楚說明如何、何時、在哪裡可以得到幫助。 3. 提醒班級幹部保持高度敏感，對與自殺成功個案較密切的學生、或與個案有嫌隙的學生、特別敏感的學生進行長期追蹤輔導。 4. 對全班學生保持關注，建立信心、充分給予溫暖並分享事後的心情，共同努力走出不幸的陰影。 5. 配合危機處理小組帶領學生參加祭奠或追悼儀式。 6. 遵守保密的專業倫理。
任課老師	一、對自殺未遂的個案： 1. 支援導師照顧班上其他學生，並在課堂中提供學生正確資訊，鼓

	勵學生需要時隨時求助，尚導學生認清自我傷害並非解決問題的方法。 2. 若個案已康復返校，避免給予標記。 3. 隨時留意自己的情緒並適時向有關人員尋求抒解。 4. 遵守保密的專業倫理。 二、對自殺成功的個案： 1. 事件發生後，馬上支援導師照顧班上其他學生。 2. 在課堂中提供學生求助的資源管道。 3. 對全班同學給予關心、支持，一起努力走出此事件的陰霾。 4. 遵守保密的專業倫理。
--	---

肆、預期成效

- 一、加強學生面對各種壓力、突發危機時，學習自我控制、改變想法、提高挫折容忍力及因應方法、教導學生善用社會支持系統，懂得求救，不要使自身陷入孤立的狀況，並輔導學生瞭解生命的價值、死亡的概念、懂得珍惜生命、學習惜福及感恩。
- 二、提昇學校各處室及全體教職員工的敏察度，並增進其對校園自我傷害事件之防治、介入及事後之處置能力。

伍、經費

辦理本計畫所需經費由年度相關經費項目下勻支。

陸、本計畫經行政會議討論通過，並陳請 校長核定後實施，修正時亦同。