

南和國中校園學生自我傷害三級預防工作計畫

109.08.28 校務會議通過

壹、依據

- 一、教育部「校園學生自我傷害三級預防工作計畫」。
- 二、苗栗縣政府 109 年 3 月 23 日府教特字第 1090054888 號號函。

貳、目的

- 一、落實學生輔導工作，積極推動生命教育，加強學生面對社會各項變遷之能力，懂得珍惜生命，學習自我控制、解決衝突、紓解壓力、提升挫折容忍度的能力。
- 三、透過學校輔導網路，結合社會資源有效辦理輔導三級預防工作，預防校園自我傷害事件發生，培養學校處理校園自我傷害的危機處理能力。
- 肆、健全校園危機處理機制，增進教師輔導知能，落實學校輔導工作，培養教職員工對高危險性自我傷害個案敏感度，並能做必要的介入與輔導以及校園自我傷害事件後的處理能力。

伍、推動策略

- 一、成立危機處理小組，相關人員商討危機處理之工作。
- 二、建構三級處理模式，依危機行為層級分別研擬具體因應措施。
 - (一)一級輔導機制：訂定全體學生預防性、發展性的生命教育課程教學與活動。
 - (二)二級輔導機制：高危險群個案之輔導與轉介評估。
 - (三)三級輔導機制：結合社區醫療資源處理高危險群學生篩選及輔導、治療治療工作；並於啟動校園重大危機事故(如死亡事件)時三級預防機制的運作及協調。

陸、具體做法

- 一、辦理心理衛生、自殺防治、生命教育、情緒管理研習會與專題演講等，推廣處理學生自傷案件之理念，落實校園自殺防治工作，以有效處理學生自我傷害防治問題。
- 二、推動生命教育，辦理教師生命教育等研習以增進教師輔導知能，提供適當有效的輔導，協助學生學習處理與適應，配合關懷身心障礙引導學生逐步體認生命的可貴，進而尊重生命、關懷生命並珍愛生命。
- 三、強化學校危機處理網路，全面強化「優先關懷群」(自傷高危險群)學生認輔工作，期在親師合作下，建構學生支持輔導系統，防治學生自我傷害。
- 四、訂定本校學生憂鬱及自傷防治處理機制流程，如附件 1。
- 五、本校危機處理小組因應校園學生自我傷害組織與工作執掌，如附件 2。
- 六、本校校園學生自我傷害危機事件反應、處理流程圖，如附件 3。
- 七、本校校園學生自我傷害三級預防模式，如附件 4。

柒、行動方案

一、初級預防：

- (一)目標：增進學生心理健康，免於憂鬱自傷。
- (二)策略：增加保護因子，降低危險因子。
- (三)行動方案：
 1. 訂定學生憂鬱與自我傷害防治計畫。
 2. 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。
 3. 整合校內資源，強化各處室合作機制。
 - (1)教導處：
 - A. 規劃生命教育融入課程，提升學生抗壓能力與危機處理及憂鬱與自殺之自助與助人技巧。
 - B. 舉辦促進心理健康之活動。
 - C. 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。
 - D. 自殺(傷)通報。
 - E. 篩檢高風險家庭。
 - (2)輔導室：
 - A. 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之活動。
 - B. 辦理生命教育電影、短片、閱讀、演講等宣導活動。
 - C. 強化教師輔導知能：實施全體教師對憂鬱與自我傷害辨識及危機處理知能。
 - D. 對家長進行憂鬱與自殺認識與處理之教育宣導。
 - E. 同儕之溝通技巧與情緒處理訓練。
 - (3)總務處：
 - A. 校園工友之危機處理能力之加強。
 - (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

- (一)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。
- (二)策略：篩選高危險群，即時介入。
- (三)行動方案：
 1. 高關懷群篩選：每學期(含開學新生入學)定期進行問卷篩選，篩檢「疑似憂鬱症」、「曾經自殺企圖或已有自殺計畫者」及「憂鬱性

妄想或幻聽者」；配合內政部強化篩檢高風險家庭。

2. 全員篩檢：新生入學時即建立檔案，並建立高關懷群檔案，每學期定期對高危險群進行長期追蹤與介入輔導；必要時，進行危機處置。
3. 提升導師、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）到校服務。

三、三級預防

(一)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。

(二)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。

(三)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。

捌、學生憂鬱及自我傷害預防與處理機制

一、發生之前(預防/宣導)

(一)設置校內/外通報窗口、建立校內查察策略及通報流程(學務組負責)

1、設置校內及校外通報窗口。

(二)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(輔導室負責)

- 1、透過校務會議及導師會議等宣導憂鬱、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。
- 2、協助不適任教師激發教育潛能，減少因教師因素致使學生發生憂鬱自我傷害行為之機率。
- 3、實施班級輔導，協助學生適應學習環境與課程，配合導師實施生命教育。
- 4、透過適當篩檢工具，篩檢出「憂鬱及需高度關懷學生」並建立名單。
- 5、由輔導人員、導師、同儕來進行高危險群的篩選，可藉由觀察、量表、晤談的方式。
- 6、對「憂鬱及需高度關懷學生」，會同導師、認輔老師給予支持與關懷，必要時召開個案會議，提供相關之生活與課業協助。
- 7、配合各處室定期辦理「情緒管理講座」、認識「憂鬱」、「藥物濫用」即積極建立正向的休閒、運動團康等活動。
- 8、實施生涯定向輔導，增進學生對未來的確定感。
- 9、提供情緒支持網絡及相關資訊，讓學生知道在遇到困難時應該如何或向何人與何單位求助。

(三)擬定並執行教育/宣導措施(校內各單位配合)

1、校長

(1)督導成立校園危機處理小組。

2、教導處

(1)以融入式教學方式落實學生情緒教育及生命教育於各學科(含綜合領域)之課程中。

(2)維持校務正常運作，掌握不適任教師之動態並給予支援。

(3)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。

(4)舉辦新生始業輔導、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班級及行政單位溝通橋樑，以促進學生身心健康。

(5)加強導師會議功能，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。

(6)建立校園危機事件處理流程及全校緊急事件處理系統(師生緊急聯繫電話網)。

(7)定期配合各處室辦理學生抒壓及挫折容忍力提昇活動。

3、總務處

(1)隨時檢視校園各項設施安全維護、修繕，避免危險環境產生。

(2)加強安全巡邏。

(3)提高警覺，並熟悉事件發生時之處理流程。

(4)培訓各班公保股長，維護班級環境安全。

4、導師

(1)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認識。

(2)實施生命教育。

(3)與學生探討生命的意義與價值。

(4)向學生澄清死亡的真相。

(5)增進學生因應的技巧及處理壓力的能力。

(6)瞭解學生日常生活當中是否遭遇較大的生活變動。

(7)協助學生對壓力事件做成功的因應。

(8)給學生支持、關懷，與傾聽，掌握班上學生的身心狀態。

(9)協助學生學習專業知識與技能，增進學生對未來的勝任感。

(10)營造班級內之歸屬感與凝聚力。

(11)協同導師對「異常舉動」學生具備高度之敏感度。

(12)留意每位同學的出缺席狀況，與家長保持密切聯繫，相互交換學生之日常訊息。

- (13)實施家庭訪問，了解學生居家生活狀況。
- (14)在班級營造情緒支持的氣氛。
- (15)在班上形成一個通報的系統，指定幹部主動報告同學的異常狀態。
- (16)留意學生的聯絡簿所透露的心事及相關線索。

6、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)擔任導師的「第三隻眼」。
- (5)常與輔導教師保持聯繫。

二、發生之時(學校當下之立即處置)

(一)通報

- 1、依據教育部函頒之「校園事件通報管理系統實施要點」，凡自傷自殺案件發生，危機處理小組應立即以傳真或電話方式通報苗栗縣政府教育處。
- 2、啟動校內危機處理機制。

(二)處理

1、校內：

	自殺未遂事件	自殺身亡事件
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-教導主任) 2. 個案之危機處理、中長期治療(學務、輔導) 3. 與教職員工生之公開討論與提供求助管道(教導處、總務處) 4. 醫療處理(醫療人員) 5. 成績或課程安排之彈性處理(教務組) 6. 請假相關事宜之彈性處理(教導處) 7. 家長之聯繫與教育(教導處)	1. 專門人員之公開說明,接觸媒體(發言人-教導主任) 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. 與教職員工生公開討論與提供求助管道(教導處、輔導室) 4. 家長之聯繫與教育(教導處)
進行危機處理	1. 評估自殺危險性,討論自殺意念、計畫、行動、動機、及其他選擇性,活下來的理由 2. 是否限制自由,給予保護?是:住院?24小時陪伴?否:是否藥物治療? 3. 提供24小時危機處理服務 4. 與其家庭加強聯繫和合作以防止自殺 5. 去除致命或危險物品 6. 增加治療的次數及時間長度,定期與病人保持聯繫 7. 常常重新評估治療計畫 8. 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)追思會的音樂、追思文 (3)聯絡導師;進行班級或小團體之哀傷輔導 (4)家長與親密好友的個別哀傷輔導 (5)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,情緒處理與心理復健 3. 針對同儕的事後處置 (1)24小時內對學生進行輔導,了解創傷事件的震撼 (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)持續追蹤一年,參加支持團體,接受心理專業人員協助,以處理罪惡感,羞恥感,孤獨感 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:改善病人的自我意象與自我效能,改善	常用來處理自殺的心理治療 認知行為治療(CBT): 青少年人際治療(IPT-A) 辯證式行為治療(DBT) 心理動力治療

	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	家族治療
--	-----------------------------------	------

- 2、校外：引進校外機制及資源（心理師、社工員、醫療人員、精神科醫師等）。
- 3、訂定後續處理之評估機制。
- 4、本校 24 小時通報求助專線：037-782404*13。

三、發生之後(後續/追蹤)

- (一)增加青少年的問題解決能力，尋找替代方案的能力-可配合藥物的使用。
- (二)相關當事人之後續心理諮商及生活輔導與追蹤（1 年至 2 年）。
- (三)預防再發或轉介醫療單位協助。

玖、預期成效：

- 一、加強學生在面對各種變遷及突發危機時，懂得珍惜生命。
 - 二、學生有困難懂得求救、轉變想法、學習自我控制。
 - 三、學生能養成解決衝突、抒解壓力的方法，提升挫折容忍力。
 - 四、全校教職員工提升校園自我傷害事件後處理的能力。
- 拾、本辦法經校務會議通過後實施，其修正時亦同。

承辦人：

輔導主任 陳俊奇

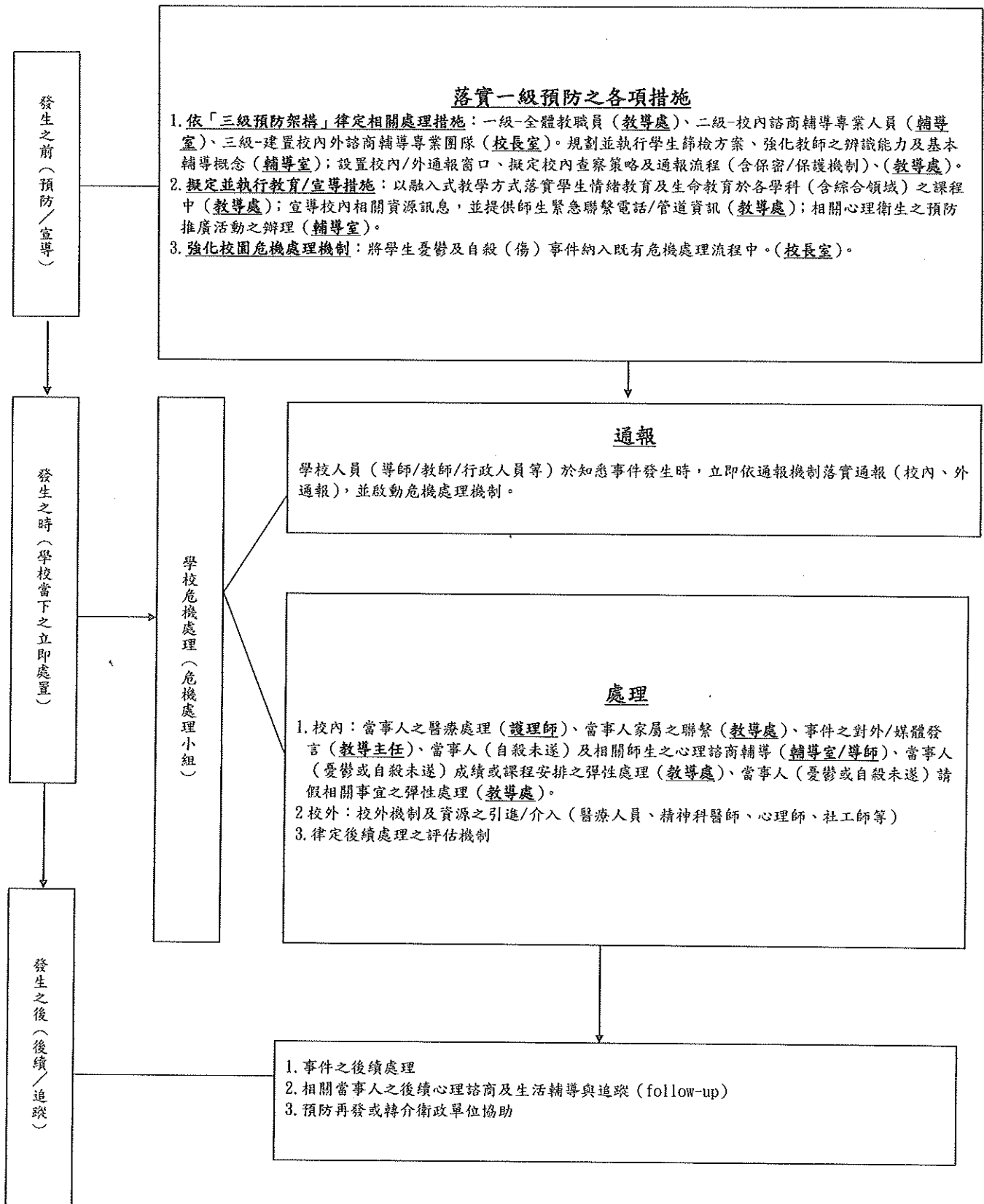
主任：

輔導主任 陳俊奇

校長：

校長 施淑美

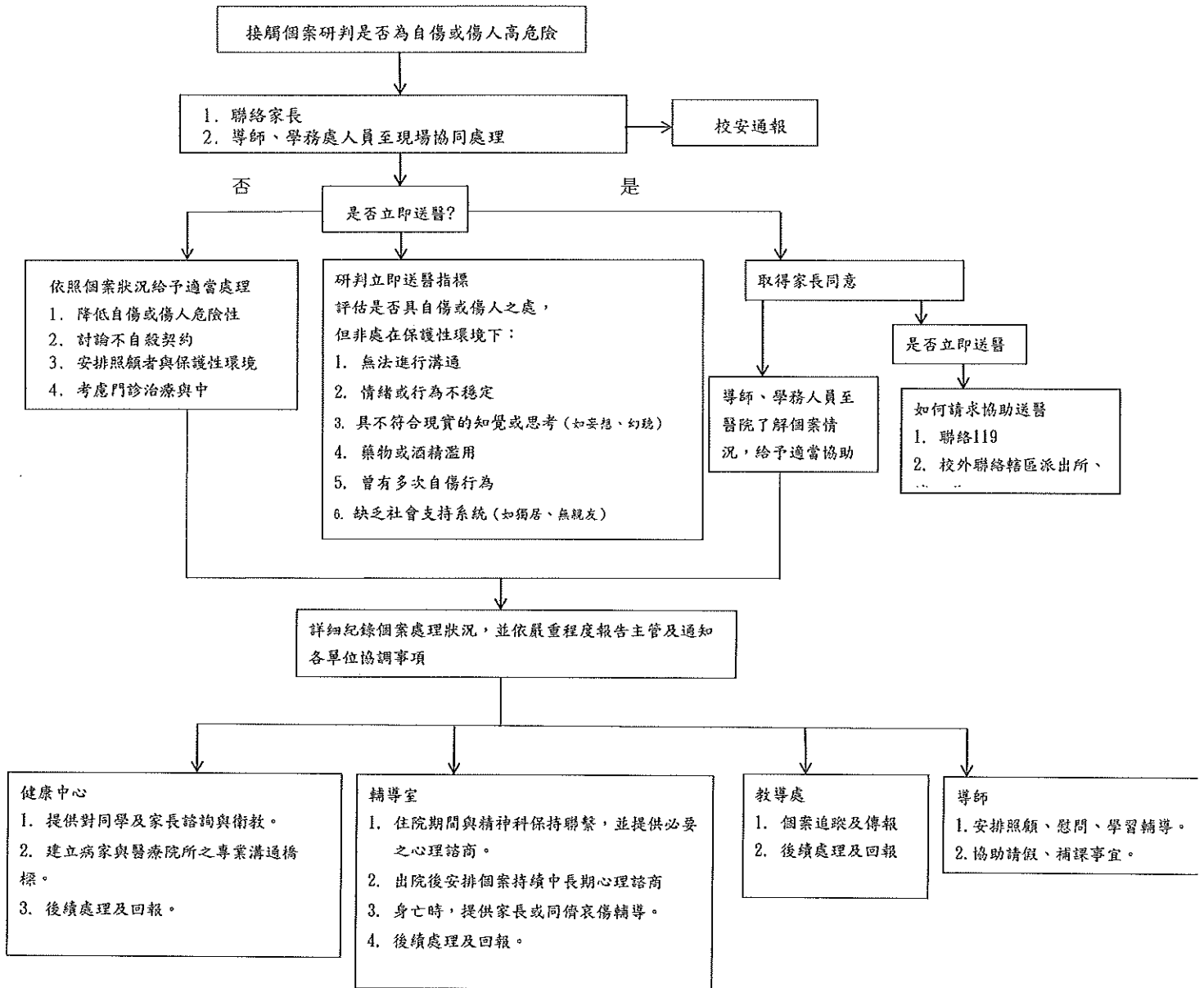
南和國中學生憂鬱及自傷防治處理機制流程



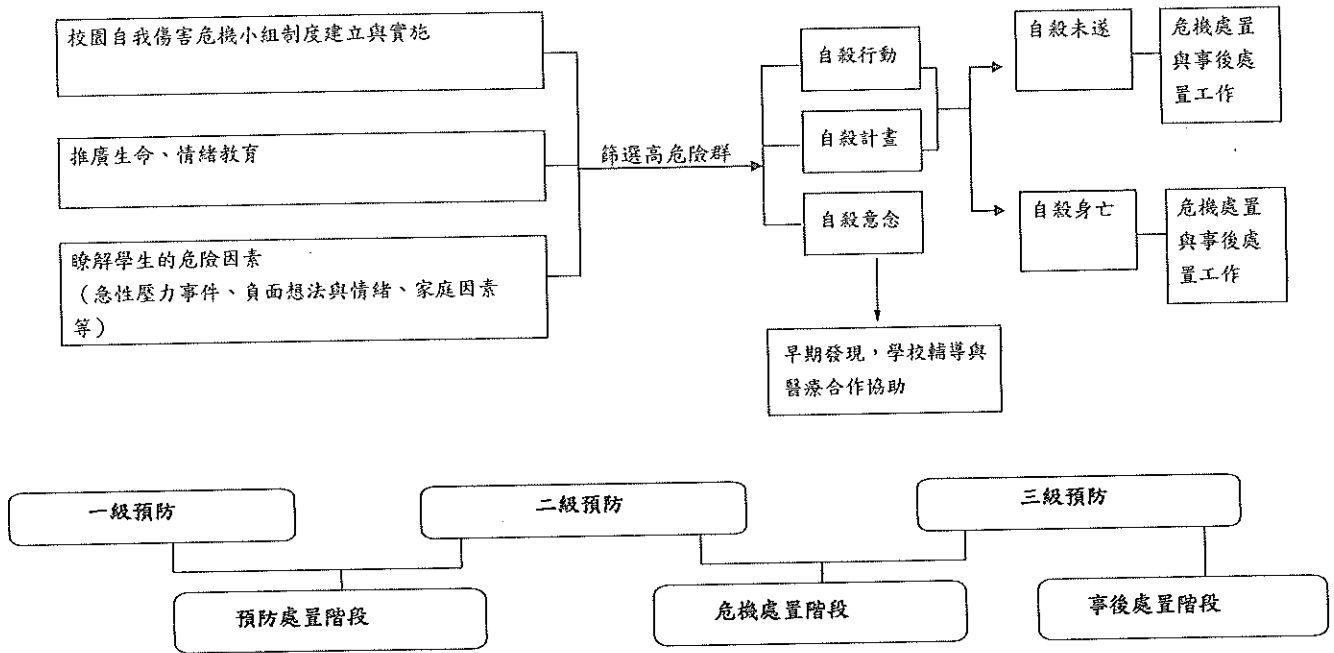
南和國中校園學生自我傷害組織與工作執掌

職 稱	執 掌	備 註
校長	綜理督導學生憂鬱與自我傷害防治工作之推展	召集人
輔導主任	統整推動生命教育與學生憂鬱與自我傷害防治工作之相關活動	執行秘書
教導主任	督導執行生命教育與學生憂鬱與自我傷害防治工作進修活動、課程研發與融入教學、教材選讀、生命教育相關宣導活動、憂鬱傾向及自我傷害高危險群學生防治與追蹤、規畫校園危機事件處理運作機制、校園自我傷害事件之通報工作	
總務主任	督導執行建立安全校園環境、消滅校園環境安全死角等自我傷害防治工作	
會計主任	督導執行學生憂鬱與自我傷害防治工作之經費運用	
教學組長	執行學生憂鬱與自我傷害防治工作進修活動、課程研發與融入教學、教材選讀等活動	
學務組長	執行學生憂鬱與自我傷害防治工作相關宣導活動、憂鬱傾向自我傷害高危險群學生防治與追蹤、校園自我傷害事件之通報工作	
專輔老師	執行憂鬱傾向及自我傷害高危險群學生篩選，安排輔導及定期追蹤等相關工作，建置學生憂鬱及自我傷害預防與處理機制，統整結合校內外資源共同進行校園自我傷害事件之防治工作、建置學生憂鬱及自我傷害防治宣導與測驗量表資料	
導師代表	協助推動學生憂鬱與自我傷害防治計畫之導師相關職務工作	

南和國中校園學生自我傷害危機事件反應、處理流程圖：



南和國中校園學生自我傷害三級預防模式



「自我傷害三級預防」的主要內涵，包括：

1. 一級預防：強調政策性、環境性、教育性、互動性的全面預防工作，建立「自我傷害危機處理小組」的架構，改善校園自我傷害預防措施、推廣正確的生命與情緒教育，增加師生之間的互動交流等行動指標，主要目的在於確立哪些是危險因素（壓力事件、情緒、家庭衝突等）與保護因素（支持系統、教育等），以提升保護因子並降低危險因素。
2. 二級預防：篩選出高危險族群，提供心理輔導、資源協助等，落實早期發現早期介入的概念，以避免自我傷害行為的發生。
3. 三級預防：自我傷害危機事件發生時，依據其類型動員小組團隊人員以進行相關後續事件的處理，主要目的在於避免事件產生的衝擊擴大，降低事件的負面影響，將危機轉化為轉機。