

校園自我傷害防治宣導

一、預防處治階段—相關知識的充實，生命教育的實施，主動積極的關懷。

- 1、積極參與有關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與價值
 - (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) 了解學生日常生活中是否遭遇較大的生活變動
 - (2) 了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、提供支援的網路及相關資訊、讓學生清楚的知道在遇到困難時該如何向和人求助
- 7、經常與任課老師聯繫，全面了解學生在校情形
- 8、留意每位學生的出席狀況，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，了解學生居家生活狀況
- 10、在班上形成一個支援的網路，提供需要協助同學社會支援
- 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

二、危機處治階段—建立緊密的支持網路，提醒家長更寬容，更關懷陪個案走過這段路。

- 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，尋求更多的支持與協助
 - (3) 與個案討論對於「死亡」的看法，了解其是否有「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分子，同學們都關心他
 - (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「支持網路」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路，隨時有人陪伴個案

2、對已採取行動，但未成功之個案

- (1) 立即連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) 請訓導人員協助清理現場
- (3) 聯絡輔導人員協助安撫其他同學情緒，並實施團體輔導
- (4) 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
- (5) 透過個案自述或其他資料，了解企圖自我傷害的動機
- (6) 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
- (7) 讓家長帶個案回家
- (8) 鼓勵同學對個案表達關懷，協助個案重返班級
- (9) 在個案重返學校的初期，協助班級形成一個支持網路
- (10) 拒絕任何媒體採訪，統一由危機處理小組代表對外說明

三、事後處治階段—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與成長。

1、事後處治的目標及目的

- (1) 幫助紓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 unfortunate 事件

2、正確的認知及態度

- (1) 對「自我傷害(自殺)與死亡」有正確的觀念，並幫助學生釐清錯誤的想法
- (2) 隊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) 了解高危險群的「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