

嘉義縣私立協同高級中學「自我傷害防治」三級預防實施計畫

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(生命互愛 - 愛自己 愛別人—95.12.26 教育部訓育委員會)
- 二、教育部校園自我傷害防治防範措施。
- 三、本校輔導工作計畫。

貳、目的：

- 一、發揮整體效益，有效結合相關資源共同防範自殺事件發生，並降低校園自殺事件發生率。
- 二、落實生命教育，培養師生尊重、關懷、愛惜生命的價值觀。
- 三、增進教師、教官及學務業務人員，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，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。
- 八、建立並落實學生憂鬱與自我傷害三級預防工作模式。
- 九、培養教職員工敏感於高危險性自我傷害個案並能做必要的介入與輔導及校園自我傷害事件後處理的能力。

參、實施對象：本校教職員工、學生及家長

肆、實施策略：

- 一、落實校園事件通報機制，妥善處理事件發生後續事宜。
- 二、配合三級預防機制，有效篩檢高危險群學生，進行輔導。
- 三、建構輔導支援網絡，共同協助關懷高危險群學生。
- 四、加強生命教育議題融入教學及學校活動中，發揮預防之功能。

伍、工作項目：

一、成立自殺防治窗口

- (一)依據「教育部各級學校校園事件通報處理要點」，成立校園事件處理小組，落實通報流程。並訂定本校學生憂鬱及自傷防治處理機制流程(如附件)，本校 24 小時通報求助專線為 05-2218100。

- (二)建置學校自傷自殺處理流程，發送所有教職員，並依流程確實演練。
- (三)建立校園事件單一對外窗口，統一新聞發布事宜。
- (四)妥善保存各項通報與處理流程資料。

二、高風險群防治

- (一)掌握校內高風險群學生名單，進行追蹤與輔導。
- (二)辦理高危險群學生個案研討會及相關輔導活動。

三、個案輔導及轉介服務

- (一)配合學生事務與輔導工作，建立三級預防機制。
- (二)持續追蹤輔導，掌握學生狀況。
- (三)引進社區資源，建立個案關懷系統。
- (四)提供轉介資源，協助個案或家長諮詢服務。

四、福利救濟措施

- (一)協助自我傷害學生申請相關補助
- (二)對於家庭失功能學生，主動予以關懷協助
- (三)加強自殺或自傷個案學生返校輔導與諮商轉介工作

五、建立校園家庭社區支援網絡

- (一)配合衛生局社區心理衛生中心，建構校園心理衛生服務網絡。
- (二)辦理親職活動，強化家庭教育功能。
- (三)建構社區內支援網絡系統，並建立良好互動關係，以便提供支援。
- (四)加強校內同儕團體支持功能。
- (五)鼓勵本校教師、退休教師、社工、心理等專業人員或輔導志工參與認輔工作。
- (六)進行學校間策略聯盟或與鄰近大專院校社團合作，共同協助高風險群個案。

六、自殺防治生命教育方案

- (一)加強學生心理衛生教育，培養健全人格。
- (二)辦理生命教育宣導活動，鼓勵學校讀書會選讀相關書籍。
- (三)蒐集生命教育相關文章，適時與學生分享討論。
- (四)鼓勵教師研發生命教育相關教材教法，進行融入式教學活動。
- (五)鼓勵教師參與輔導知能研習，並將輔導理念融入教學中，建立和諧親師關係。
- (六)加強校園自殺或自傷行為發生後，週邊同儕輔導。
- (七)針對社會特殊事件，提供學生討論機會。

陸、防治措施

- 一、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：

校長主導整合校內資源，強化各處室合作機制並主導結合校外網絡單位資源，以建構整體協助機制。

(1)教務處：規劃生命教育融入課程，提升學生抗壓能力（堅毅性與問題解決能力）與危機處理、及憂鬱與自殺之自助與助人技巧。

(2)學務處、夜間部與輔導室：

- ①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。
- ②辦理生命教育電影、短片、閱讀、演講等宣導活動。
- ③結合社團及社會資源辦理憂鬱與自殺之預防工作。
- ④強化教師輔導知能：實施全體教師(含導師及教官等相關訓導人員)對憂鬱與自我傷害辨及危機處理知能。
- ⑤對家長進行憂鬱與自殺認識與處理之教育宣導。
- ⑥同儕之溝通技巧與情緒處理訓練。

(3)總務處：

- ①校警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。

(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：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」。

(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，並進行危機處置。

(3) 提升導師、教官、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。

二、本計畫實施細則，係以預防處治、危機處理及事後處治三階段，並依學校行政單位、導師及任課教師職責分工辦理。

(一)行政人員方面

1. 預防處治階段

(1)校長：

- ①成立校園自我傷害危機處理小組，研商校園自我傷害防治計畫，並建立事件危機處治與事後處治流程，印發全校週知。
- ②舉辦教師輔導知能成長團體及於各項會議宣導校園自我傷害防治觀念，以提昇全校教職員工輔導技能及敏銳覺查度。
- ③重視學生安全工作與教學設備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、夜間部：

- 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建立校園危機事件流程及全校緊急事件處理通報資料。

(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。另亦培訓各班班長，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。另外並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自我傷害行為之機率。
- 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「自我傷害行為篩選量表」篩選適應欠佳學生，給予適當個別輔導。

2. 危機處治階段

(1)校長：

- ①對具高危險性學生，導師、輔導教師、輔導教官等會同校園自我傷害事件緊急處理要點進行輔導。
- ②指示輔導室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、夜間部：

- 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。

3. 事後處治階段：

各處室均須參加危機處理小組會議，擬訂事後處置行動計畫。

- ①校長應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（夜間部）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)教師方面

1. 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)導師

- A. 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。
- B. 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
- C. 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
- D. 經常與班上每位同學接觸，利用週記與學生做心靈的溝通
- E. 願意傾聽，隨時給學生支持、關懷，與學生分享其情緒
- F. 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
- G. 經常與任課老師聯繫，全面瞭解學生在校情形
- H. 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
- I. 利用閒暇做家庭訪問，瞭解學生居家生活狀況
- J. 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

K. 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

L. 對可能自我傷害傾向的學生保持高度的敏感

M. 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

A. 積極參與研習活動，充實相關知能

B. 支持與關懷，耐心傾聽，分享學生的情緒經驗

C. 保持對「異常舉動」學生之高度敏感

D. 要自動擔任導師的「第三隻眼」

E. 常與輔導老師保持聯繫，加強「全方位」輔導策略

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

(1)導師

A. 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

B. 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請學務處（夜間部）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，瞭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請家長接個案回家

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絡

⑩拒絕任何媒體採訪，統一由危機處理小組之代表對外說明

(2)任課老師

A. 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）

B. 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，並由送醫小組通知家長
- 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代表對外界做說明

---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. 事後處治階段—與校園危機小組密切合作，用開放的態度面對問題和學生一起經歷、成長

(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 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

(三)輔導教師方面

1. 預防處治階段：

- 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，並成立危機處理小組。
- 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。

2. 危機處治階段：

- 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：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；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。

3. 事後處治階段：

- 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：學校輔導單位印發傳單、海報，邀請有需要幫助的師生至輔導室洽談，並於傳單中簡述抒解哀傷的可行方法。可於校內佈置簡單莊嚴的紀念壇，安排追悼儀式，供師生憑弔。

柒、計畫管考：

一、自我檢核：於每學期結束一個月內，填列學校執行憂鬱與自我傷害防治工作自我檢核表，並函報主管機關備查。

二、落實通報：校園內發生學生自我傷害與自殺事件應落實通報與危機處理之檢討。

捌、執行成效評估指標

一、一級預防：

進行導師、教官、同儕及社團幹部之培訓。

二、二級預防

(一)進行一年級新生進行全面之高關懷群篩選。

(二)針對一年級新生之高關懷群介入輔導，並建立檔案，定期追蹤。

三、三級預防：

(一)建立學生自殺之虞或自殺未遂之危機處理流程。

(二)建立學生自殺死亡之危機處理流程。

(三)鼓勵學校輔導人員及教官（或相關業務承辦人員）參加危機處理能力之培訓。

玖、預期成效

一、透過校園執行學生憂鬱與自傷防治工作之過程，體認生命之可貴，並促使師生尊重生命、關懷生命與珍愛生命。

二、建立完整之學生憂鬱及自我傷害防治機制。

三、有效抑制校園憂鬱及自我傷害比率逐年增加之趨勢，有效降低學生憂鬱與自我傷害之盛行率。

四、建構優質校園文化，形成溫馨和諧之校園氣氛。

五、建立學校與社區資源網絡，發揮及時處理自殺個案機制。

六、培養學生之生命價值感與意義觀，進而尊重生命、珍惜生命。

拾、本計畫經行政會報通過，陳校長核示後實施，修訂時亦同。

附件 嘉義縣私立協同高級中學自傷防治處理機制流程

