

# 苗栗縣中和國民小學學生自我傷害三級預防工作計畫

109年3月24日修訂

壹、依據：教育部推動校園學生自我傷害三級預防工作計畫。

貳、目的：

- 一、增進學生因應壓力與危機管理知能，並增進處於自我傷害危機之學生的教學與活動之技能。
- 二、增進教師、教官及學務業務人員，對自我傷害事件之辨識及危機處理，增進即時處置知能。
- 三、落實高關懷學生之篩檢，並建立檔案，定期追蹤，以減少校園自我傷害事件之發生。
- 四、建立自我傷害之危機處理標準作業流程。
- 五、增進專業輔導人員對自我傷害學生之有效心理諮商與治療之知能。
- 六、整合自我傷害防治相關網絡資源，共同推動學生自我傷害防治工作。
- 七、建立並落實學生自我傷害三級預防工作模式。

參、實施策略：

- 一、蒐集、宣導相關資料(含教育部編製之校園自我傷害防治處理相關手冊)，以作為防治學生自我傷害之參考。
- 二、設置學生自我傷害三級預防推動小組。
- 三、針對全體教職員進行教育訓練，以提升生命教育輔導知能。
- 四、推動生命教育校本課程，並將學生課業減壓、提升挫折容忍力及情緒管理等議題融入教學課程及生命體驗活動計畫。

肆、具體措施：

一、初級預防：

目標：增進學生心理健康，免於自我傷害。

策略：增加保護因子，降低危險因子。

(一) 校長

1. 成立學生自我傷害三級預防推動小組，訂定學生自我傷害防治計畫。
2. 建立校園危機應變機制，設立24小時通報求助專線，訂定自我傷害事件危機應變處理作業流程，並定期進行演練。
3. 主導整合校內資源，強化各處室合作機制；主導結合校外網絡單位資源，以建構整體協助機制。

(二) 教導主任

1. 透過校務會議及導師會議等宣導自我傷害防治資訊，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. 協助教務處規劃、進行生命教育校本課程，培養學生自我認識、悅納、愛惜生命以及自我肯定的態度。
3. 收集並提供生命教育融入課程等教案及教學資源供教師授課參考。
4. 辦理生命教育電影、短片、閱讀、演講等宣導活動。
5. 結合社團及社會資源辦理自我傷害防治工作。

6. 辦理教師輔導知能研習活動，增進全體教師(含導師及教官等相關人員)對學生自我傷害之辨識及危機處理知能。
7. 辦理教師溝通技巧及情緒管理訓練研習。
8. 辦理家長之生命教育宣導活動，增進家長對與自我傷害之認識與處理能力；安排親師座談增進導師與家長對學生生活狀況有更多的了解與協助。
9. 落實班級輔導課程，加強學生溝通技巧與情緒管理能力。
10. 篩選適應欠佳學生，給予適當個別輔導。

### (三) 教務組

1. 劃生命教育校本課程，及生命教育融入課程，提升學生抗壓能力與問題解決能力、及自我傷害之自助與助人技巧。
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。

### (四) 學務組

1. 建立校園危機事件流程及全校緊急事件處理通報資料。
2. 舉辦新生始業輔導活動、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。
3. 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)，辦理正向思考與潛能開發等訓練。
4. 透過班週會、社團或配合節慶主題式之活動，進行各項生命教育議題之討論或體驗。
5. 加強導師功能，增進導師對學生生活狀況的瞭解及問題處理之協助。

### (五) 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、培訓及危機處理能力之加強，加強安全巡邏。

### (六) 導師

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。\*與學生探討生命的意義及價值\*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。
4. 經常與班上每位同學接觸，利用日記與學生做心靈溝通。
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。
7. 經常與任課老師聯繫，全面瞭解學生在校情形。
8. 注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。
9. 利用閒暇做家庭訪問，瞭解學生居家生活狀況。
10. 在班上形成一個支援網絡，提供需要協助同學社會資源。

11. 在班上形成一個通報系統，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. 留意學生在日記、信件上透露的心事及相關線索。

#### (七) 輔導教師

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，充實自身自傷防治知能、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。
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：教育學生了解生命的價值、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、並教導學生善用學校及求助社會資源單位。

## 二、二級預防：

目標：早期發現、早期介入，減少自我傷害發生或嚴重化之可能性。

策略：篩檢高關懷學生，即時介入。

### (一) 校長

1. 對具高危險性學生，導師、訓導人員等會同校園自我傷害事件緊急處理要點進行輔導。
2. 指示學務、輔導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。

### (二) 教導主任

1. 高關懷群篩選：每學期會同導師，依據「高關懷學生篩選指標」及「社會局高風險家庭評估表」進行高關懷學生辨識，篩檢高危險學生，建立高關懷群檔案，進行輔導及定期追蹤等相關工作。
2. 提升行政人員、教師、學生及家長憂鬱辨識能力，以協助觀察篩檢，並對篩檢出之高危險群提供個別或團體諮商服務。
3. 建立校園自我傷害處治輔導流程，並督導輔導教師依據輔導流程輔導高危險性個案。
4. 整合社會資源，妥善利用專業諮詢服務計畫，聘請專業人員，對自我傷害想法或行動嚴重之學生轉介駐校心理師進行諮商，並視需要得召開個案會議或轉介醫療機構，並與家長尋求問題解決對策。

### (三) 教務組

1. 協助導師衡鑑篩選高危險性學生。
2. 會同導師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。

### (四) 學務組

1. 協助導師衡鑑篩選高危險性學生。
2. 會同導師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。

#### (五) 總務處

1. 重新評估校園是否存有危險狀況並加以改善。
2. 提高警覺，熟悉事件發生時之處理流程。

#### (六) 導師

##### 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，尋求更多的支持及協助。
- (3) 與個案討論對於「死亡」的看法，瞭解其是否有「死亡」的念頭。
- (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。

##### 2. 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，由危機處理小組之發言人對外說明。

#### (七) 輔導教師

1. 衡鑑與評估：自傷警訊的偵測、自傷危險程度的衡鑑。
2. 諮商與輔導：對有自傷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；對近六個月內自傷未遂者：評估該傷害對其生、心理的影響、共同策劃復健計畫、協助個案適當轉介。

### 三、三級預防階段：

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，及自殺未遂者的再自殺。

策略：建立自殺與自殺企圖者之危機處理與善後處置標準作業流程

#### (一) 校長

1. 應召開校內危機處理小組會議，研討處置事宜。
2. 建立自殺未遂與自殺身亡之危機處理與善後處置標準作業流程，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。

#### (二) 教導主任

1. 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。
2. 成立特殊案件輔導，提供相關訊息。篩選並評鑑高危險群學生，由輔導老師或駐校心理師進行密集輔導，並與家長聯繫。另一方面，針對個案所在的班上進行班級輔導。

#### (三) 教務組

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。

#### (四) 學務組

通報轉介：依校園安全及災害事件通報作業要點進行通報。

#### (五) 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。

#### (六) 導師

與校園危機小組密切合作，用開放的態度而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) 經由討論自傷行為的傳染與模仿作用，阻止再發生類似的「不幸事件」。

##### 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) 事後對需要協助的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。

### (七) 輔導教師

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：對與重大個案較親近之同儕（教師或學生）進行支持性輔導與哀傷輔導。
3. 對不幸逝世個案周圍的「人」、「事」、「物」進行輔導：學校輔導室邀請有需要幫助的師生至輔導室與心理師洽談，並於傳單或會議中簡述抒解哀傷的可行方法。可於校內佈置莊嚴的紀念壇，安排追悼儀式，供師生憑弔。

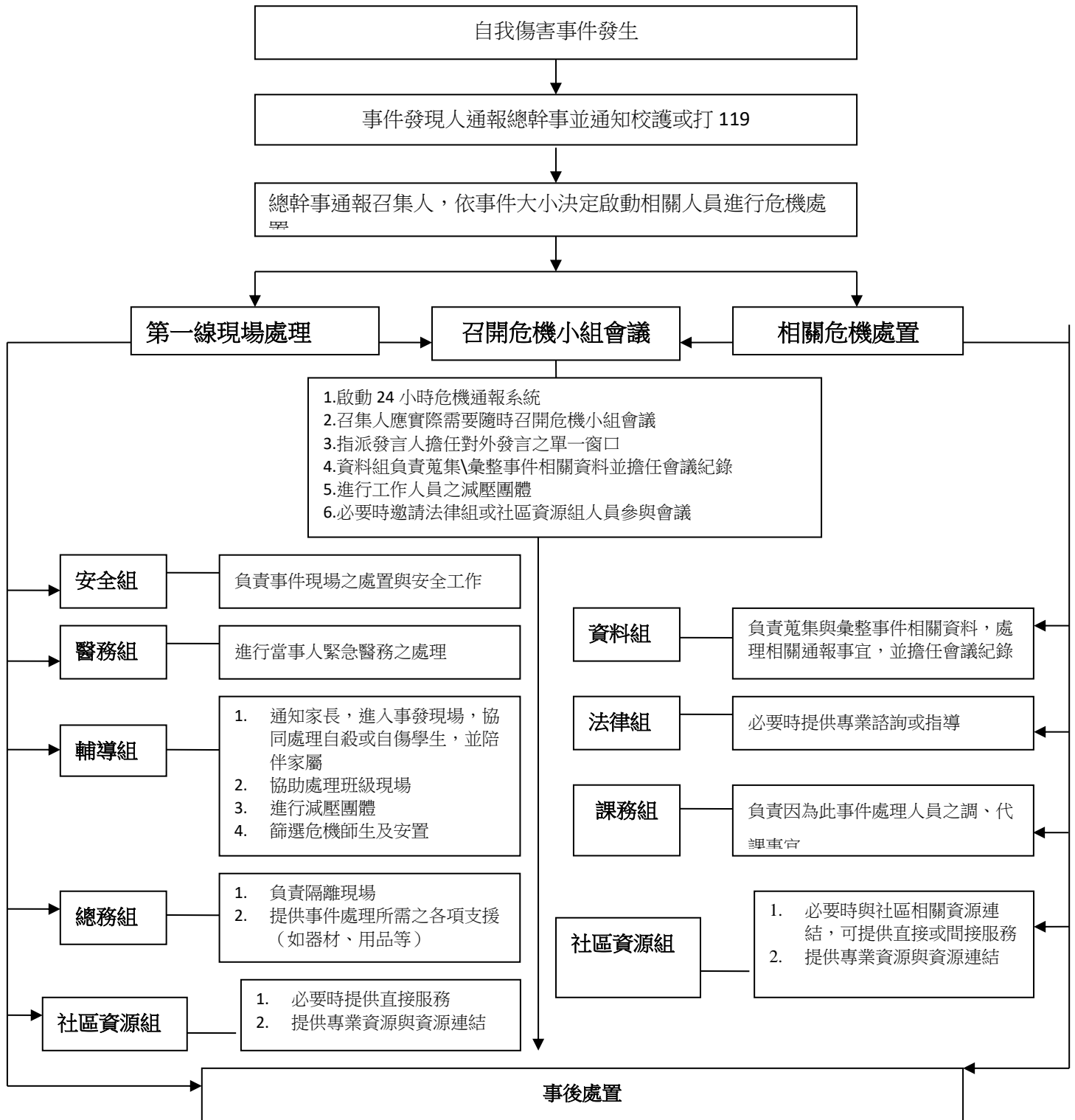
### 伍、預期成效：

- 一、透過校園執行學生自我傷害防治工作之過程，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、有效抑制校園自我傷害之比率，有效降低學生自我傷害事件之發生。

陸、經費：由本校相關經費項下支應。

柒、本計畫呈校長核定後，實施修正時亦同。

# 校園自我傷害危機處置標準化作業流程



1. 若個案死亡，協助處理後事（殯葬事宜、參與告別式等）
2. 個案若生還，持續追蹤該生身心狀況，並進行後續心理諮商，以及生活輔導與後續追蹤
3. 高危機群師生的安置與輔導
4. 實施班級輔導
5. 寫信函給老師或其他家長，讓大家瞭解此危機事件發生後，自我與學生會產生的衝擊及相關反應，並提供求助相關資源與電話。
6. 與此事件相關的師生之減壓團體
7. 危機工作人員的減壓團體
8. 召開工作檢討會，進行事件處理工作之檢討，評估學校處理自我傷害事件的能力，做為未來修正防治計畫之參考
9. 呈報整體事件處理報告
10. 資料存檔備查

# 學生憂鬱及自傷防治處理機制流程

