

# 臺北市立中崙高中學生憂鬱與自我傷害三級預防工作計畫

106.10.25 輔委會通過

壹、依據：教育部校園學生自我傷害三級預防工作計畫。

貳、目的：

- 一、落實校園生命教育工作之推動，培養學生尊重、關懷以及愛惜生命的情操。
- 二、建立學生憂鬱與自傷預防機制與危機處理作業流程，期使行政人員、教師及輔導教師均能了解在學生憂鬱及自殺（傷）之防治中，所扮演之角色與職責，落實三級預防工作模式。
- 三、藉由多元之方式，使教師具正面、積極之觀念，以樂觀、主動之方式輔導、轉介具有憂鬱傾向之學生，有效預防學生憂鬱自傷事件之發生或嚴重化之可能。
- 四、有效結合學校及社區醫療資源，建構相關網路，提供教師、學生與家長因應壓力與危機管理知能，共同推動學生憂鬱與自我傷害防治工作。

參、實施對象：本校學生

肆、實施要點：

- 一、篩選高危險群學生，並落實學生個案管理工作。
- 二、建立全體教職員工三級預防概念與憂鬱及自傷防治處理機制，並定期進行危機處理之演練。
- 三、整合校內資源，建構各處室、導師、任課老師與家長合作機制。

伍、行動方案

- 一、初級預防：增進學生心理健康，免於自我傷害。
  - （一）訂定學生自我傷害防治計畫。
  - （二）建立校園危機應變機制，設立 24 小時通報求助專線(02-27476171)，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。
  - （三）校長主導整合校內資源，強化各處室合作機制。執行內容如下：

執行內容	承辦處室
1. 規劃學生情緒教育及生命教育融入課程，提升學生抗壓能力（堅韌性與問題解決能力）與危機處理，以及憂鬱與自殺之自助與助人技巧。 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。	教務處
1. 推動閱讀推廣活動，透過閱讀，思考生命的意義及尋找生命的典範。 2. 協助辦理生命教育電影賞析、閱讀、專題演講等宣導活動。	圖書館
1. 辦理新生始業輔導，協助學生適應校園生活並能善用學校各項資源。 2. 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。 3. 增進導師對學生生活狀況的瞭解及問題處理之協助。	學務處 教官室

<p>4. 成立校園事件危機處理小組及全校緊急事件處理系統(師生緊急連繫電話網)。</p> <p>5. 宣導 24 小時求助專線。</p> <p>6. 熟悉危機事件發生處理流程及通報規定，定期演練以及加強危機處理能力。</p>	
<p>1. 隨時檢視校園各項設施之安全並進行維護、修繕，避免危險環境的產生。</p> <p>2. 培訓警衛及工友，加強安全巡邏。</p> <p>3. 培訓各班總務股長，維護班級硬體安全。</p> <p>4. 校警危機處理能力之加強。</p> <p>5. 校園高樓之中庭與樓梯間之意外預防安全網。</p>	總務處
<p>1. 舉辦促進心理健康之方案活動或講座(如：正向思考、衝突管理、情緒管理、以及壓力與危機管理)。</p> <p>2. 辦理生命教育電影賞析、閱讀、專題演講及體驗活動。</p> <p>3. 結合各項社會資源辦理生命教育、憂鬱與自殺之預防工作。</p> <p>4. 辦理教師輔導知能研習，增進全體教師(含導師及教官等相關人員)對憂鬱與自我傷害之辨識及危機處理知能。</p> <p>5. 辦理家長之生命教育宣導活動，增進家長對憂鬱與自殺(傷)之認識與處理能力。</p> <p>6. 辦理同儕輔導訓練，加強學生溝通技巧與情緒管理能力。</p>	輔導室
<p>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的認識。</p> <p>2. 瞭解學生日常生活當中是否遭遇較大的生活變動。</p> <p>3. 給予學生支持、關懷，與傾聽，掌握班上學生的身心狀態。</p> <p>4. 培養班級內之歸屬感與凝聚力，營造及情緒支持的氣氛。</p> <p>5. 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。</p> <p>6. 定期與家長訪談，了解學生居家生活狀況與適應情形。</p> <p>7. 定期要求學生寫週記並留意學生週記或作業所透露的心事及相關線索。</p> <p>8. 在班上形成通報網路，指定幹部主動報告同學的異常狀態。</p>	導師
<p>1. 積極參與研習活動，充實相關知能。</p> <p>2. 支持與關懷，傾聽分享學生的情緒經驗。</p> <p>3. 常與導師、輔導教官、輔導教師保持聯繫，並參與認輔工作。</p> <p>4. 保持對「異常舉動」學生之高度敏感。</p>	任課教師 教務處

二、二級預防：篩選出高危險群，提供心理輔導、資源協助等，落實早期發現介入的概念，減少憂鬱自傷發生或嚴重化之可能性。

執行內容	承辦處室
1. 新生篩檢：建立新生入學檔案，加強篩檢高風險學生；必要時，進行危機處置與輔導。	教務處、學務處 教官室、輔導室
1. 高關懷群篩選：每學年定期進行憂鬱量表篩檢，篩檢憂鬱傾向及自我傷害高危險學生，建立高關懷群檔案，進行輔導級定期追蹤等相關工	輔導室

<p>作。</p> <p>2. 實施須符合專業法律與倫理，即在尊重學生的自主與考慮不傷害生命的原則下，強調保密隱私、以及不標籤化與污名化之下進行。</p> <p>3. 提升導師、教官、同儕、教職員、家長之憂鬱與自殺風險度之辨識與危機處理能力，以協助觀察辨識；並對所發現之高關懷學生提供進一步個別或團體的心理諮商服務。</p> <p>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（如：臨床心理師、諮商心理師、社工師、精神醫師等）到校服務。</p>	
---	--

三、三級預防：預防自殺未遂者與自殺身亡的周遭朋友或親友模仿自殺。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。

執行內容	承辦處室
<p>1. 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。</p> <p>2. 安排相關當事人之後續心理諮商與追蹤輔導或轉介衛政單位協助。例如：聯繫行政院衛生署「安心專線 0800-788-995」24 小時服務電話。</p> <p>3. 注意提他高關懷群是否受影響，預防再自殺教育。</p> <p>4. 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」進行通報與轉介。</p> <p>5. 處理回報：學校發生學生自殺死亡事件應填具「學生自我傷害狀況及學校處理簡表」(如附件三)。</p>	危機處理小組

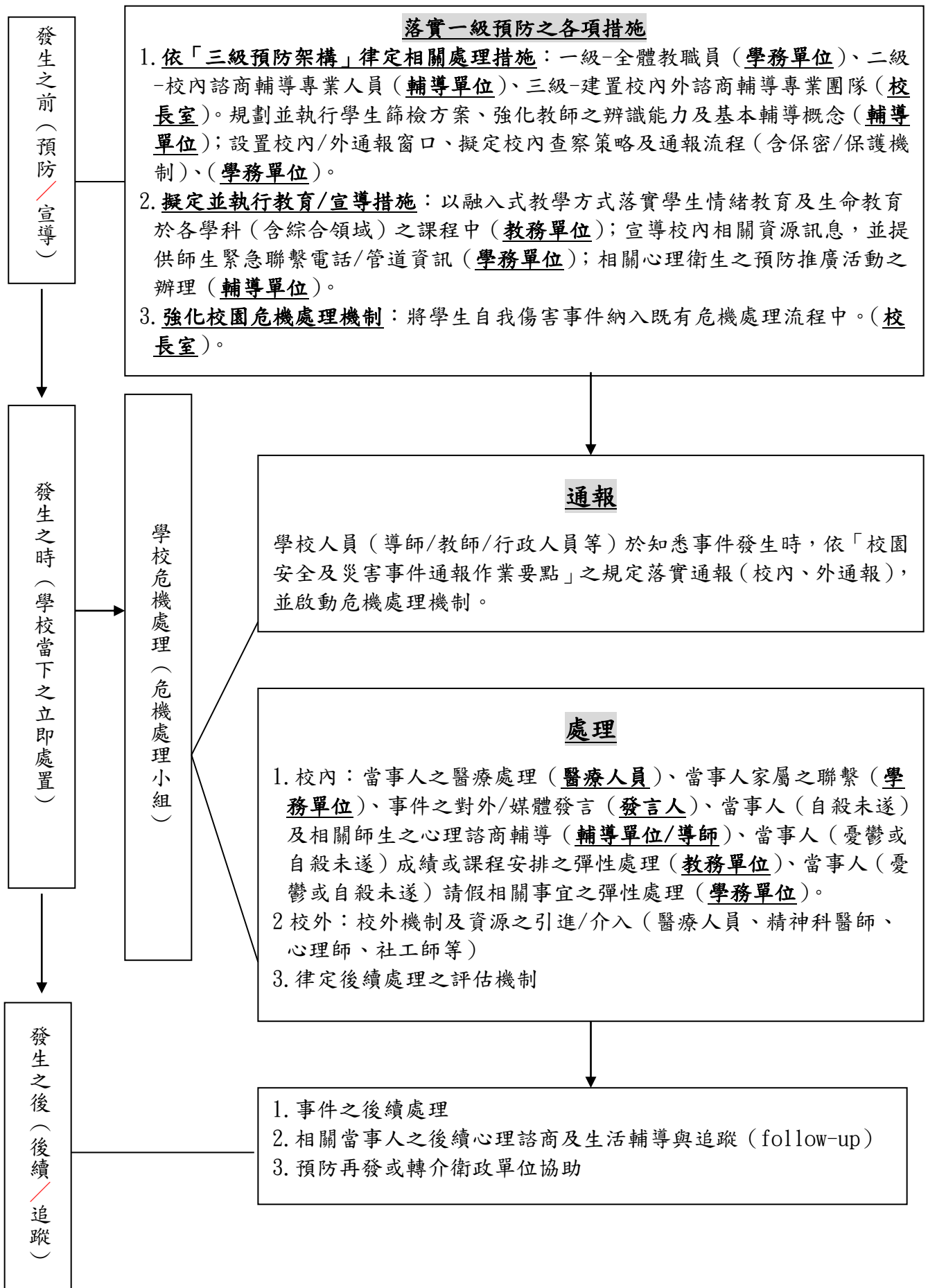
#### 柒、預期效益

- 一、透過建立完整之學生憂鬱與自我傷害防治機制之過程，促使師生體認生命之可貴，並能尊重生命、關懷生命與珍愛生命。
- 二、有效抑制校園憂鬱及自我傷害，降低學生憂鬱與自我傷害。
- 三、促進生命教育之課程與教學發展，提供學生生活化之生命教育，營造生命價值之安全校園。

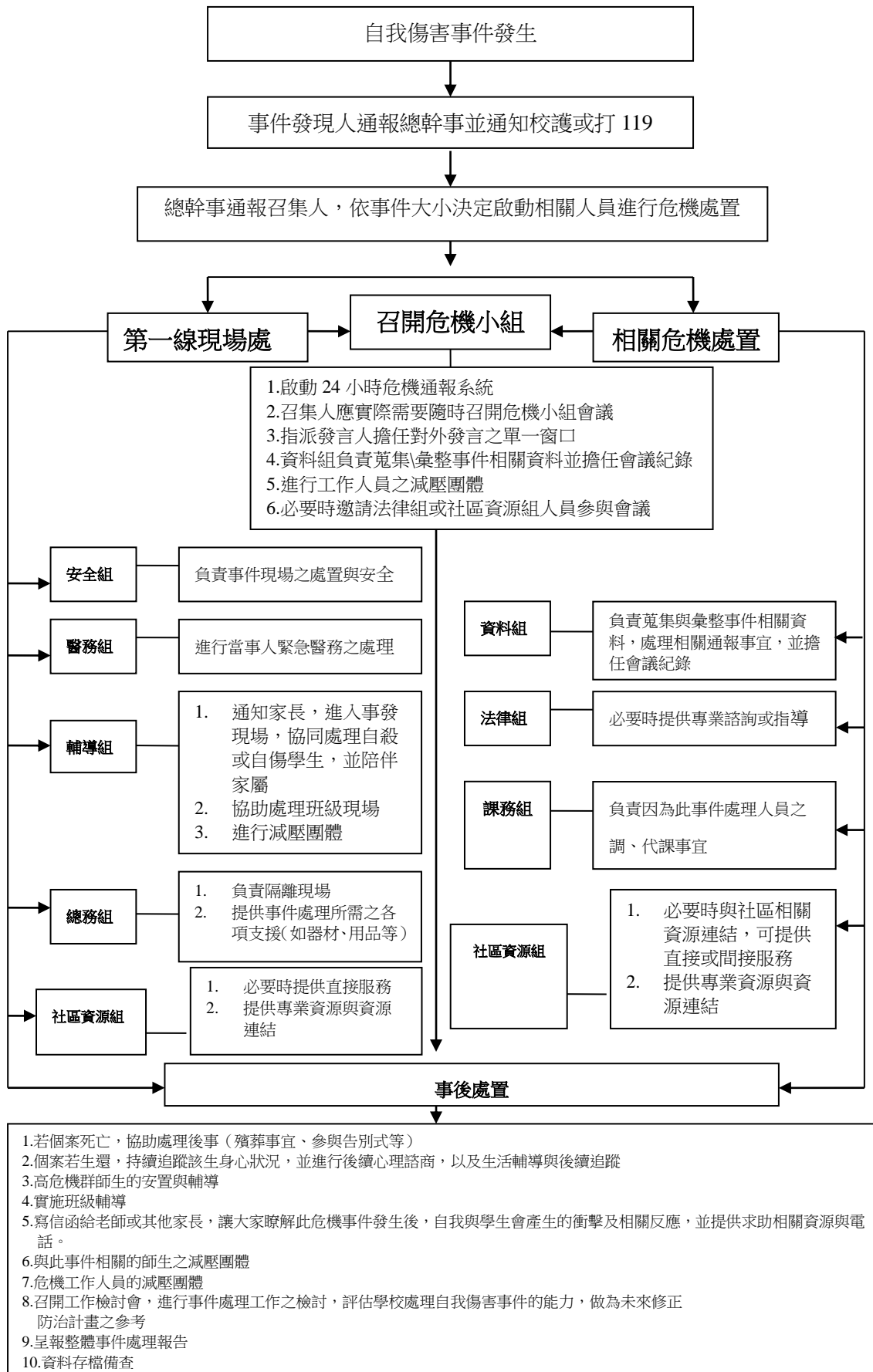
捌、經費：由本校相關經費項下支應。

玖、本計畫提行政會報審議，經輔導工作委員會通過，陳請校長核定施行。

(附件一)學生自我傷害防治處理機制流程圖



## (附件二)校園自我傷害危機處置標準化作業流程



填表日期： 年 月 日

## 學生自我傷害後之狀況及學校處理簡表

項目	說明
資訊來源：	<input type="checkbox"/> 新聞媒體（新聞標題：_____） <input type="checkbox"/> 校安中心通報（事件序號：_____） <input type="checkbox"/> 民意信箱陳情（教育部公文文號：_____）
<b>自傷學生狀況描述</b>	
學校全銜：	
性別：	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女
年齡：	
學制/系級：	<input type="checkbox"/> 國小 <input type="checkbox"/> 國中 <input type="checkbox"/> 高中 <input type="checkbox"/> 高職 <input type="checkbox"/> 五專 <input type="checkbox"/> 二專 <input type="checkbox"/> 四技 <input type="checkbox"/> 二技 <input type="checkbox"/> 大學 <input type="checkbox"/> 研究所 <input type="checkbox"/> 博士班 <input type="checkbox"/> 其他（_____） 年級：（_____） 科/系所名稱：（_____）【無則免填】
學生身分別：	<input type="checkbox"/> 一般生 <input type="checkbox"/> 休學生 <input type="checkbox"/> 退學生 <input type="checkbox"/> 轉學生 <input type="checkbox"/> 延畢生 <input type="checkbox"/> 僑生 <input type="checkbox"/> 進修部學生 <input type="checkbox"/> 其他（_____）
家庭狀況：	<input type="checkbox"/> 三代同堂家庭 <input type="checkbox"/> 雙親家庭 <input type="checkbox"/> 隔代教養 <input type="checkbox"/> 父母離異 <input type="checkbox"/> 父歿 <input type="checkbox"/> 母歿 <input type="checkbox"/> 其他（_____）
學習狀況：	<input type="checkbox"/> 無特殊學習狀況 <input type="checkbox"/> 學習狀況不佳： <input type="checkbox"/> 嚴重曠課； <input type="checkbox"/> 成績不佳； <input type="checkbox"/> 無學習動機； <input type="checkbox"/> 其他：（_____）
住宿處：	<input type="checkbox"/> 家中 <input type="checkbox"/> 學校宿舍 <input type="checkbox"/> 賃居處 <input type="checkbox"/> 其他（_____）
學校措施及事前輔導（求助輔導）：	<b>請勾選符合項目：</b> <input type="checkbox"/> 訂有憂鬱與自我傷害防治實施計畫 <input type="checkbox"/> 定期舉辦促進心理健康（含正向思考、衝突管理、情緒管理、以及壓力與危機管理）之活動 <input type="checkbox"/> 辦理提昇學校人員及家長之憂鬱與自殺風險度之辨識與危機處理能力活動，以協助高關懷群之早期辨識與及早介入協助 <input type="checkbox"/> 已建立自殺與自殺企圖之危機處理與善後處置作業流程  <b>個案事前求助：</b> <input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無 若有，輔導狀況：

發生日期及時間:	____年____月____日 星期(____) 時間:AM / PM _____
發生地點:	<input type="checkbox"/> 當事人家中 <input type="checkbox"/> 一般他人家中 <input type="checkbox"/> 重要他人家中 <input type="checkbox"/> 學校宿舍 <input type="checkbox"/> 校園內非宿舍 <input type="checkbox"/> 校外賃居處 <input type="checkbox"/> 校外公共場所 <input type="checkbox"/> 非當事人學校 <input type="checkbox"/> 其他 ( )
自傷方式:	<input type="checkbox"/> 服藥物 <input type="checkbox"/> 割腕 <input type="checkbox"/> 服用化學藥劑(強酸、強鹼、農藥等) <input type="checkbox"/> 燒炭 <input type="checkbox"/> 引廢氣 <input type="checkbox"/> 瓦斯(含引爆) <input type="checkbox"/> 撞車 <input type="checkbox"/> 刀槍 <input type="checkbox"/> 上吊 <input type="checkbox"/> 跳樓 <input type="checkbox"/> 跳河(含海) <input type="checkbox"/> 自焚 <input type="checkbox"/> 窒息 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 其他 ( )
發生可能原因(可複選):	<b>生理方面:</b> <input type="checkbox"/> 重大/慢性疾病 <input type="checkbox"/> 精神疾病 <input type="checkbox"/> 物質濫用(酒、藥癮) <input type="checkbox"/> 創傷經驗(受虐、家暴、天災等) <input type="checkbox"/> 家族有自殺史 <b>心理方面:</b> <input type="checkbox"/> 情緒困擾(有憂鬱傾向，未達憂鬱症診斷) <input type="checkbox"/> 情緒化特質(衝動控制差、情緒穩定度差、情緒處理能力缺乏) <input type="checkbox"/> 負向自我價值 <input type="checkbox"/> 其他 ( ) <b>社會方面:</b> <input type="checkbox"/> 男女朋友情感因素 <input type="checkbox"/> 家人情感因素(親子關係不睦、溝通不良) <input type="checkbox"/> 非以上兩類人際關係因素(同儕、同事等) <input type="checkbox"/> 課業壓力 <input type="checkbox"/> 經濟因素 <input type="checkbox"/> 其他 ( )
<b>學校處理經驗描述(請針對事件發生後當時的實際處理經驗以列舉方式加以描述)</b>	
處理流程	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 學校協助處理單位(請依照各校編制填寫):</li> <li>● 人力支援狀況(請依照各校編制填寫):</li> <li>● 事件處理流程: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 第一現場發現者:</li> <li>2. 第一現場處理者:</li> <li>3.</li> <li>4.</li> </ol> </li> </ul>

	<p>5. (若表格不敷使用請自行增列)</p>
<p>自我檢討與 建議</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 處理過程之優點           <ol style="list-style-type: none"> <li>1.</li> <li>2.</li> <li>3.</li> </ol> </li> <li>● 處理過程之缺點           <ol style="list-style-type: none"> <li>1.</li> <li>2.</li> <li>3.</li> </ol> </li> <li>● 執行困境           <ol style="list-style-type: none"> <li>1.</li> <li>2.</li> <li>3.</li> </ol> </li> <li>● 未來建議(可針對自己及他校的建議):           <ol style="list-style-type: none"> <li>1.</li> <li>2.</li> <li>3.</li> </ol> </li> </ul> <p>(若表格不敷使用請自行增列)</p>

承辦人：

聯絡電話：

e-mail：

主管簽章：