

苗栗縣三灣國中 102 學年度校園學生憂鬱與自我傷害三級預防工作計劃

壹、依據：

- 一、苗栗縣推動校園學生憂鬱與自我傷害三級預防工作計劃。
- 二、本校推動生命教育計劃。

貳、目標：

- 一、生命教育融入課程教學，激發學生發揮優勢潛能。
- 二、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。
- 三、提升教師及認輔人員對憂鬱與自我傷害之辨識及危機處理知能，整合相關網絡資源，共同推動學生憂鬱與自我傷害防治工作。
- 四、強化學校危機處理網絡：全面強化「優先關懷群」(自傷高危險群)學生認輔工作，另積極推動友善校園學生事務與輔導工作計劃，建構學生支持輔導系統，防治學生自殺。
- 五、營造愛、健康、快樂的校園環境，以發展個人潛能並實現自我。

參、工作組織與職掌：

苗栗縣三灣國中學生憂鬱與自傷三級預防推動小組

姓名	職稱	執掌	備註
鍾萬煌	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
曾筱喬	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
		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	
方麗萍	教務主任	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、教材選讀等活動	

陳錦明	學務主任	督導執行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、規劃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	
林立康	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	
林建廷	主計	督導執行學生憂鬱與自我傷害防治工作之經費運用	
江昱德	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	
溫婉婷	訓育組長	執行學生憂鬱與自我傷害防治工作相關宣導活動	
		執行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	
張美惠	校護	協助緊急處理傷害事件與心理衛生保健	
蔡維羚 鄧凱如 吳佩勳	級導師代表	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	

肆、實施對象：本校全體師生及家長。

伍、實施時間：全學年度。

陸、實施策略：

一、強化組織運作：

- (一) 成立本校學生憂鬱與自傷三級預防推動小組，定期督導執行成果。
- (二) 成立本校學生事務與輔導工作輔導團，提供教師處理學生憂鬱與自傷三級預防工作之相關諮詢服務。
- (三) 結合家長、社區、醫療等資源，建置學生憂鬱與自我傷害三級預防網絡。

二、培訓防治人才：

- (一) 培訓本校之核心推動人員，擬訂執行計畫及憂鬱與自傷三級預防。
- (二) 辦理本校執行學生憂鬱與自傷防治之經驗分享與觀摩，透過示範學習，以激發學校積極推動，並精進推動之策略與行動方案。

(三) 鼓勵校內教師積極參與相關憂鬱與自我傷害三級預防研習，以增進相關處遇知能。

三、編製相關教材及參考資料：

(一) 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。

(二) 請課程發展委員會將增進學生挫折容忍力及情緒管理之相關議題納入課程計畫中。

(三) 提供教育部校園自我傷害防治處理工作手冊供教師參考，並置於網站，以利學校教師逕行運用，以及早辨識學生問題，即時提供學生協助。

(四) 訂定本校憂鬱與自我傷害危機處理作業流程等圖示參考資料，以協助教師提升執行效率。

(五) 持續運用與提供教師高危險群或憂鬱、自我傷患者介入之心理治療或諮商手冊與多媒體宣導教材，增進教師對相關學生的瞭解。

四、推動與實施防治計劃：

本案執行人員及行動方案如下計劃分工表；執行運作流程如附件防治處理機制流程。

學生憂鬱與自傷防治三級預防工作計劃分工表		
階段	目標策略	行動方案
一級預防 (初級徵兆之關懷與預防)	目標： 增進學生心理健康，免於憂鬱自傷。 策略： 增加保護因子，降低危險因子。	行政人員 1. 校長： (1) 主導整合校內資源，強化各處室合作機制。 (2) 主導結合校外網絡單位資源，以建構整體協助機制。 2. 教務處： 規劃生命教育融入課程，提升學生抗壓能力（堅韌性與問題解決能力）與危機處理、及憂鬱與自殺之自助與助人技巧。 3. 訓導處： (1) 結合社團及社會資源辦理憂鬱與自殺之預防工作。 4. 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。 5. 輔導處： (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) 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。 (3) 對家長進行憂鬱與自殺認識與處理之教育宣導。 (4) 辦理生命教育電影、短片、閱讀、演講等宣導活動。 級任導師 1. 積極參與有關學生自我傷害防治之研習，以對學生的自我傷害有正確的認知。

		<p>2. 實施生命教育</p> <p>(1) 與學生探討生命的意義及價值</p> <p>(2) 向學生澄清死亡的真相</p> <p>3. 增進學生因應的技巧及處理壓力的能力</p> <p>(1) 瞭解學生日常生活中是否遭遇較大的生活變動</p> <p>(2) 瞭解生活變動是否對學生造成壓力</p> <p>(3) 協助學生尋求社會資源</p> <p>(4) 協助學生發展解決問題的策略</p> <p>(5) 協助學生對壓力事件做成功的因應</p> <p>4. 經常與班上每位同學接觸，與學生做心靈的溝通</p> <p>5. 願意傾聽，隨時給學生支持、關懷，與學生分享其情緒</p> <p>6. 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</p> <p>7. 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</p> <p>8. 利用閒暇做家庭或電話訪問，瞭解學生居家生活狀況</p> <p>9. 對可能自我傷害傾向的學生保持高度的敏感</p> <p>任課老師</p> <p>1. 積極參與研習活動，充實相關知能</p> <p>2. 支持與關懷，耐心傾聽，分享學生的情緒經驗</p> <p>3. 保持對「異常舉動」學生之高度敏感</p> <p>4. 要自動擔任導師的「第三隻眼」</p>
<p>二級預防 (高危險群之危險案件預防)</p>	<p>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。</p> <p>策略： 篩選高危險群，即時介入。</p>	<p>輔導室</p> <p>1. 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。篩檢計畫之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。實施過程包括六階段：</p> <p>(1) 說明：說明篩檢目的與保障篩檢結果的保密性。</p> <p>(2) 取得同意：除非學生有傷害他人或自己的危險性，否則，應依尊重自主原則，在學生（家長）同意下進行篩檢，非強迫性（未成年學生請取得家長或監護人同意）。</p> <p>(3) 解釋結果：對篩檢結果的解釋要謹慎與專業，不隨便給學生貼上精神疾病或任何不好的標籤；並請結合情緒教育，教導與強化學生「覺察憂鬱、接受憂鬱、處理憂鬱、放下憂鬱」。</p> <p>(4) 保密：各校諮商輔導人員、導師及相關教師應遵守法律命令及專業倫理，不得無故洩漏因業務而知悉或持有個案當事人之祕密。</p>

(5) 主動關懷：主動提供高關懷群必要的關懷協助及需要的諮商輔導。

(6) 必要的轉介：當知悉學生有疑似精神疾病、有明顯的自傷或傷人之虞時，需進行危機處置與必要的轉介與協助就醫。

2. 配合教育部強化篩檢高風險家庭。

3. 提升導師、替代役男、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、精神科醫師等）資源到校服務。

輔導老師

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。

3. 最近半年內自殺未遂者：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。

級任導師

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) 對十分危急個案，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，並通知家長

(2) 聯絡輔導人員協助安撫其他同學情緒，並實施團體輔導

(3) 接納個案的情緒、專注傾聽，並盡可能陪伴個案一段時間至其情緒平復

(4) 透過個案自述或其他資料，瞭解企圖自我傷害的動機

(5) 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

		<p>略</p> <p>(6)請家長接個案回家</p> <p>(7)鼓勵同學對個案表達關懷，協助個案重返班級</p> <p>(8)在個案重返學校的初期，協助班級形成一個支持網絡</p> <p>(9)拒絕任何媒體採訪，統一由危機處理小組之發言人對外說明</p> <p>任課老師</p> <p>1. 對尚未採取行動的個案</p> <p>(1)對高危險群個案保持高度敏感、接納、專注地傾聽</p> <p>(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</p> <p>(3)通知學校相關人員（如導師或危機處理小組成員）</p> <p>2. 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</p> <p>(1)立即聯絡相關人員協助將個案送醫急救，並通知家長</p> <p>(2)協助安撫其他同學情緒</p> <p>(3)抽空探視個案，表達老師的關心</p> <p>(4)整理自我的情緒，恢復正常教學</p> <p>(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</p> <p>(6)以平常心看待此事，不在校內談論此事</p> <p>(7)不對外界做敘述，統一由危機處理小組之發言人對外界做說明</p> <p>3. 事件發生在其他老師上課時</p> <p>(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</p> <p>(2)不加入談論話題的行列</p> <p>(3)全力配合學校處理措施</p>
<p>三級預防 (案件控管及危機擴大之預防)</p>	<p>目標： 預防自殺未遂者與自殺身亡的週遭朋友或親友模仿自殺。</p> <p>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。</p>	<p>行政人員</p> <p>自殺未遂</p> <p><u>校長</u>：對校內之公開說明與教育輔導(降低自殺模仿效應)。</p> <p><u>輔導室</u>：</p> <p>1. 安排個案由心理師進行後續心理治療，以預防再自殺。</p> <p>2. 與家長聯繫與預防再自殺教育。</p> <p>3. 注意其他高關懷群是否受影響。</p> <p>自殺身亡</p> <p><u>校長</u>：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)。</p> <p><u>學校發言人</u>：含對媒體之說明。</p> <p><u>訓導處</u>：</p> <p>1. 建立處置作業流程。</p> <p>2. 家長聯繫協助。</p>

		<p>輔導室：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 「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。 2. 家長哀傷輔導。 <p>級任導師</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 事後處治的目標及目的 <ol style="list-style-type: none"> (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 不幸事件 2. 正確的認知及態度 <ol style="list-style-type: none"> (1)對「自我傷害(自殺)」與「死亡」有正確概念，並幫助學生釐清錯誤想法 (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 <p>輔導老師</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 幫助班級討論： <p>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。</p> 2. 幫助「支持性團體」的進行： <p>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。</p> 3. 對個案周圍的「人」、「事」、「物」進行輔導： <p>印發傳單、海報，邀請有需要幫助的師生至輔導洽談，並於傳單中簡述抒解哀傷的可行方法。於校內佈置簡單莊嚴的紀念壇，安排追悼儀式，供師生憑弔。</p>
--	--	---

柒、實施內容：

(一) 生命教育/學生憂鬱與自傷防治工作宣導：

活動內容	辦理單位	參加對象	辦理時間
辦理學生憂鬱及自我傷害防治教師研習	教務處、輔導處	教職員工	不定期辦理
學生週會安排相關議題專題演講	學務處、輔導處	學生	全年性
學生班會安排相關議題專題演講或討論題綱	學務處、輔導處	學生	上下學期各一次
透過各項家長活動，發放生命教育相關文宣，對家長進行生命教育之宣導	學務處、輔導處	全校家長	全年性
結合生命教育主題，辦理心理健康週活動，推廣生命教育/學生憂鬱與自傷防治主題	學務處、輔導室	全校學生	定期
建置及維護校園環境安全	總務處	本校親師生	全年性

(二) 生命教育/學生憂鬱與自傷防治工作融入式課程：

活動內容	辦理單位	參加對象	辦理時間
於綜合領域輔導活動融入生命教育/學生憂鬱與自傷防治等題材	教務處、輔導室	學生	全年性
教學研究會議中，各領域教師研發設計生命教育/學生憂鬱與自傷防治融入教材教案	教務處、輔導室	全體教師	全年性
蒐集生命教育/學生憂鬱與自傷防治教學方案，提供本校教師教學中融入運用	輔導處、教務處	全體教師	全年性
團體輔導中排入生命教育/學生憂鬱自傷防治相關活動	輔導處、導師	學生	適時

(三) 憂鬱傾向及自我傷害高危險群學生輔導：

活動內容	辦理單位	參加對象	辦理時間
憂鬱傾向及自我傷害高危險群學生篩選	輔導處	學生	國一下 國三上
配合認輔制度實施輕度憂鬱傾向及自我傷害高危險群學生分案與輔導	輔導處	學生	適時
辦理團體以增進憂鬱傾向及自我傷害高危險群學生成熟度、人際網絡、社會支持度及溝	輔導處	學生	適時

通技巧			
配合輔導責任制實施中重度憂鬱傾向及自我傷害高危險群學生諮商輔導。必要時召開個案研討會進行會商	輔導處	學生	適時
結合社區醫療體系進行治療工作，心理師駐校服務及轉介社會資源服務	輔導處	學生	適時

(四) 校園自我傷害處理機制：處理流程圖如附件。

捌、計畫管考：

- 一、 自我檢核：將推動校園憂鬱及自我傷害三級預防工作列入年度重點工作，於每學期結束一個月內，填寫該學期執行成果檢討報告表及憂鬱與自我傷害防治工作自我檢核表。
- 二、 落實通報與危機處理之督導：校園內發生學生自我傷害與自殺事件落實通報與危機處理之檢討。
- 三、 檢討修正：
 - (一) 召開本校執行協調會議，瞭解學校規劃執行困境，以即時協助解決。
 - (二) 定期邀集專家學者、民間團體代表及實務工作者召開「學生憂鬱與自我傷害防治策略研商會議」，以結合社會資源、廣納各界意見，適切進行檢討修正，確保計畫有效推動。

玖、執行成效評估指標：

- 一、一級預防：
 1. 編定全校性自傷防治工作計畫。
 2. 防治人才之培訓：派員參加「憂鬱與自我傷害種自專業人員培訓」。
- 二、二級預防
 1. 進行一年級新生進行全面之高關懷群篩選。
 2. 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：
 1. 建立學生自殺之虞或自殺未遂之危機處理流程。
 2. 建立學生自殺死亡之危機處理流程。
 3. 辦理學校輔導人員或相關業務承辦人員危機處理能力之培訓。

拾、預期成效：

- (一) 學校教師體認生命教育/學生憂鬱與自傷防治的重要性，配合各科教學，加強生命教育之實施，提昇教師生命教育教學知能。
- (二) 經由相關計畫的實施使學生認識生命的意義，進而重視生命而熱愛生命，減少自我傷害行為的發生，培養積極正向的人生觀。
- (三) 學校組織運作密切合作適時發揮效能，完善校園危機應變機制，對高關懷群學生加強篩檢，建立檔案加強追蹤，提供強調生命關懷的學習環境。
- (四) 透過社區資源整合，對憂鬱及自傷高危險群學生，提供更專業的處遇及照顧。

拾壹、本計劃呈校長核定後實施，修正時亦同。

附件一：

危機處理小組人員配置表

組別	負責人	姓名	職 掌	備註
召集人	校 長	鍾萬煌	綜理事件並指定對外發言人。	
總幹事	教務主任	方麗萍	協助召集人聯繫各小組工作狀況。	
聯絡組	學務主任	陳錦明	◎召集導師會議建立共識。 ◎聯繫學生及家長尋求協助事項。 ◎回報教育局事件狀況。	
法律組	人 事	曾宿貴	法律問題諮詢。	
醫護組	校 護	張美惠	緊急醫護聯繫，現場急救實施。	
安全組	訓育組長	溫婉婷	◎偶發事件現場安全處理。 ◎加強校內外安全維護事宜。	
輔導組	輔導主任	曾筱喬	學生身心輔導及其他相關輔導工作。	
顧問組	家長會長	溫志強	支援學校及協調溝通。	
總務組	總務主任	林立康	◎緊急事件過程支出處理。 ◎各項設施之安全檢查與配合。	
慰問組	衛生組長	溫婉婷	◎因應需要即時動員教師協調處理相關事宜。 ◎聯繫班級導師及協助慰問輔導事宜。	

危機復原小組人員配置表

組 別	負責人	姓名	職 掌	備註
召集人	校 長	鍾萬煌	綜理指示事件復原事宜。	
心理輔導組	輔導主任	曾筱喬	學生身心輔導及其他相關輔導工作。	
教學組	教學組長	江昱德	協助學生課業輔導及成績處理事宜。	
復健組	輔導組長	陳至言	◎與家長、醫院、教育局聯絡後續相關事宜。 ◎持續關照學生身心復原狀況。	
資料組	資料組長	林子仙	相關資料記錄及彙整。	

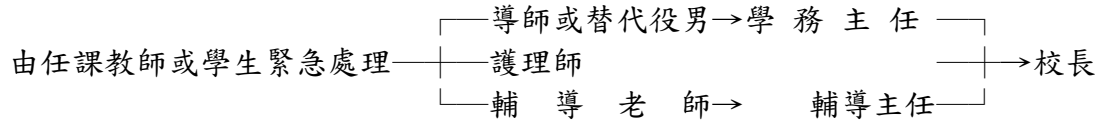
附件二：苗栗縣三灣國中「校園自我傷害」緊急處理要點

壹、本要點依據本校「預防校園自我傷害」實施計畫辦理。

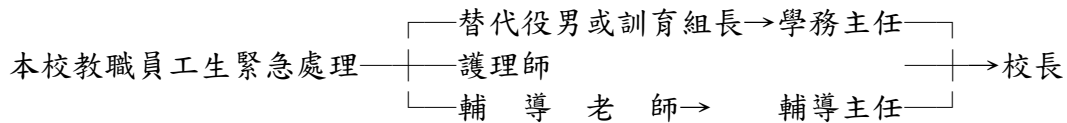
貳、本校學生發生意外事件時，在上課時間由任課教師緊急處理，在非上課時間由在場學生，各班導師或替代役男緊急處理，立即將患者送至健康中心或請校醫、護士到場急救，必要時，醫護人員應立即連絡一一九或直接送醫治療。

參、事件發生時的通報流程（立即通報）：

一、上課時間：



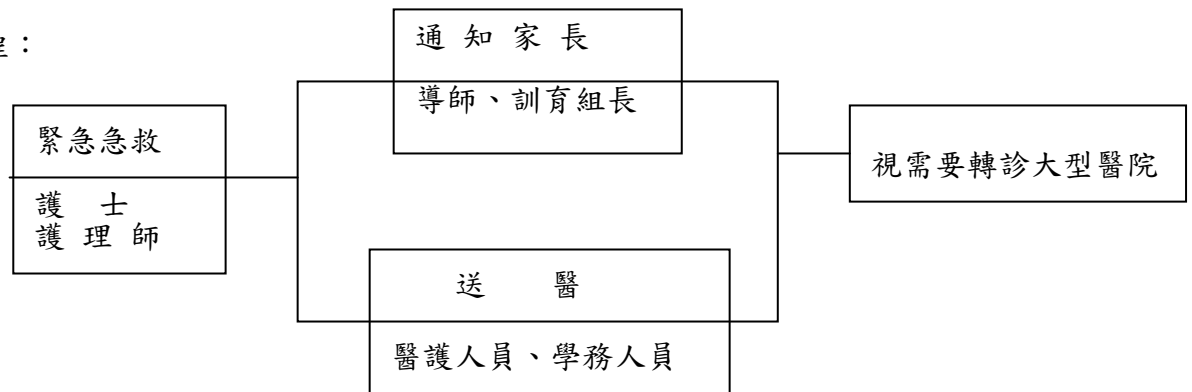
二、非上課時間：



肆、學生發生自我傷害時，導師、訓育組長應負責與傷患學生家長取得聯繫。

伍、傷患外送醫院之程序：

處理流程：



·學務人員

一、送附近診所（賴鎮華診所），由醫師及家長決定是否轉診醫療設備完善之醫院，如為恭、崇光...，轉診時考慮事件發生時之交通狀況及路途遠近。

二、送醫人員由醫護人員、學務處人員為主，導師及輔導教師立即至班上心理輔導；並針對原因處理學生或家長的情緒。

陸、若個案自我傷害行為成功，校方應立即封鎖現場。

柒、成立一聯絡中心進行橫的聯繫，由學務主任負責，各小組處理狀況隨時向聯絡中心通報。

捌、傷患送醫急救費用，由總務處提撥現金供健康中心備用，必要時得動支零用金支付。

玖、送醫經費之預支與歸墊，由學務處及健康中心會辦之。若因特殊原因該款項無法收回歸墊時，需檢據簽請校長同意另籌財源支付之。

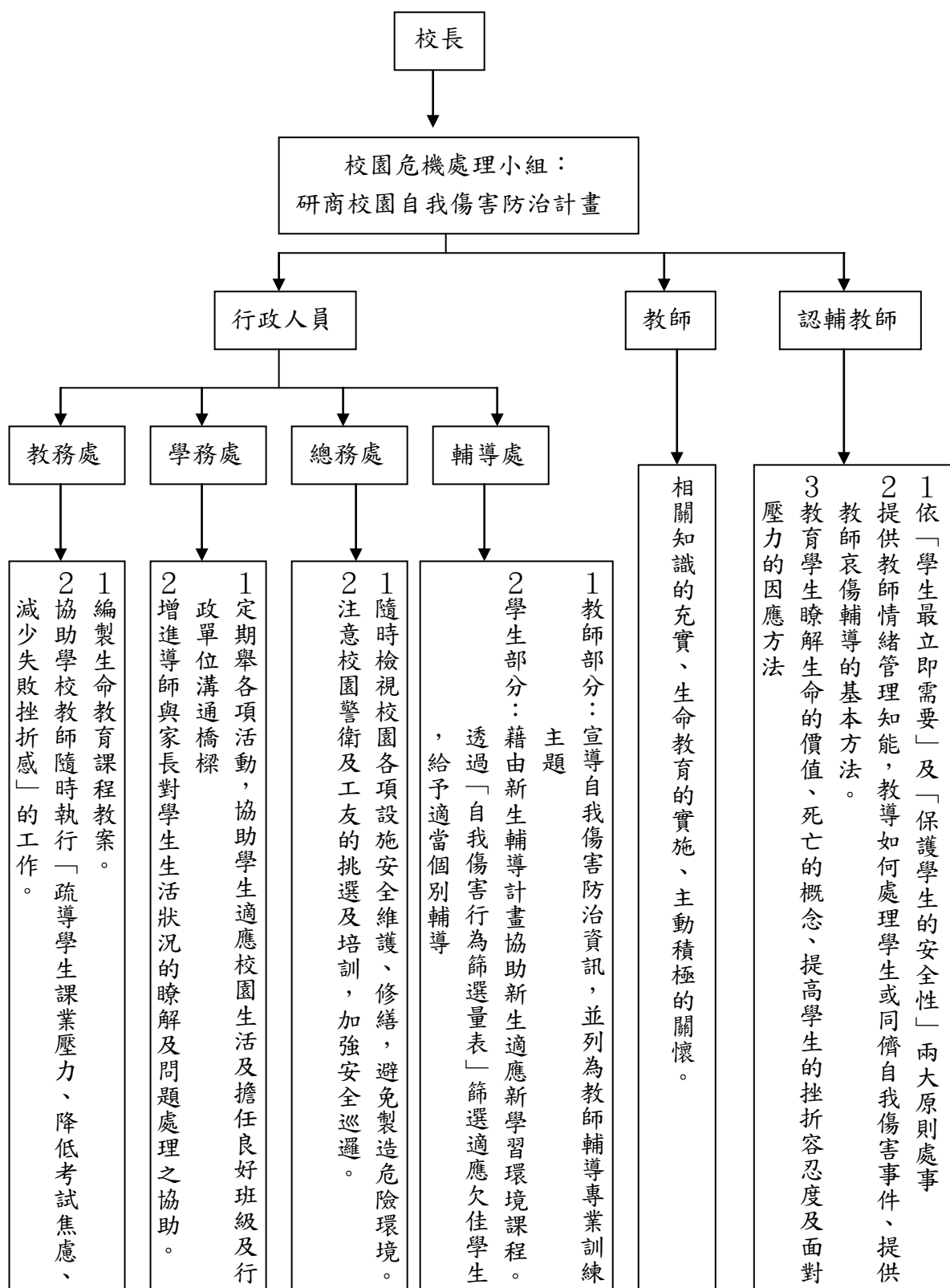
拾、各事件應於結案後一星期內，由學務處提出書面報告，會輔導室呈校長核閱。

拾壹、本要點經校長核准後實施，修正時亦同。

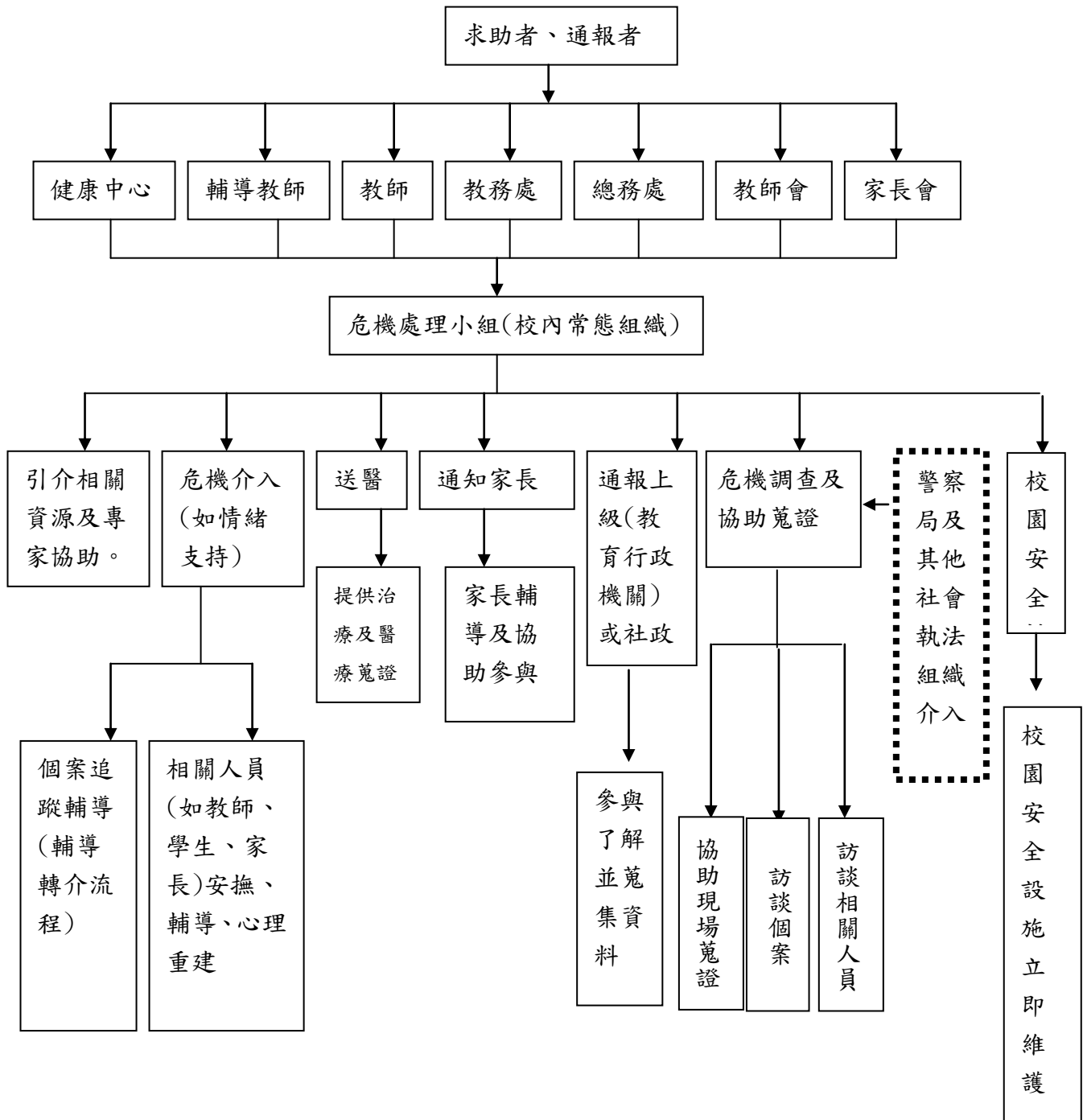
附件三：

苗栗縣三灣國中學生自殺之虞、自殺未遂及自殺死亡危機處理流程圖

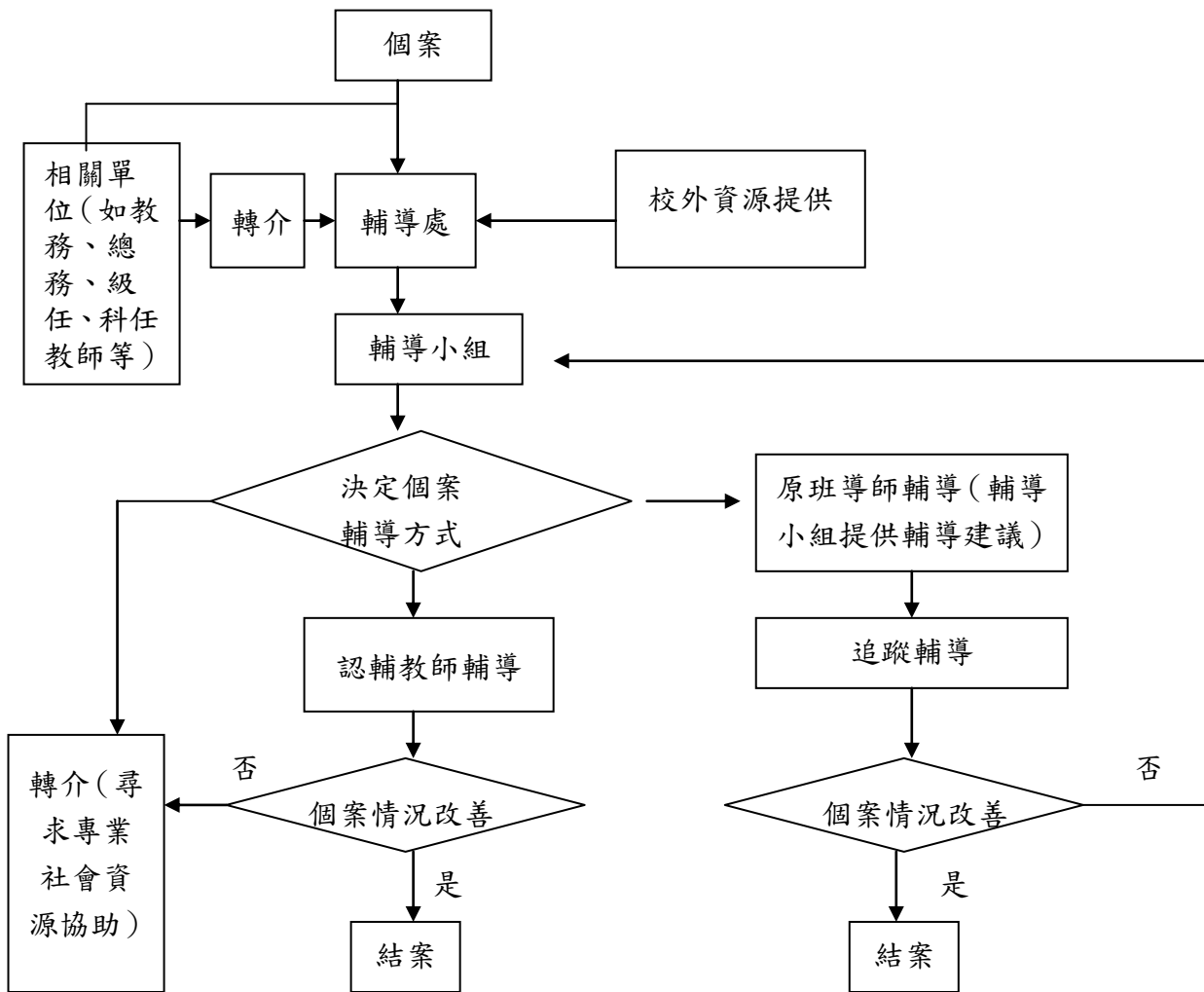
一、預防階段



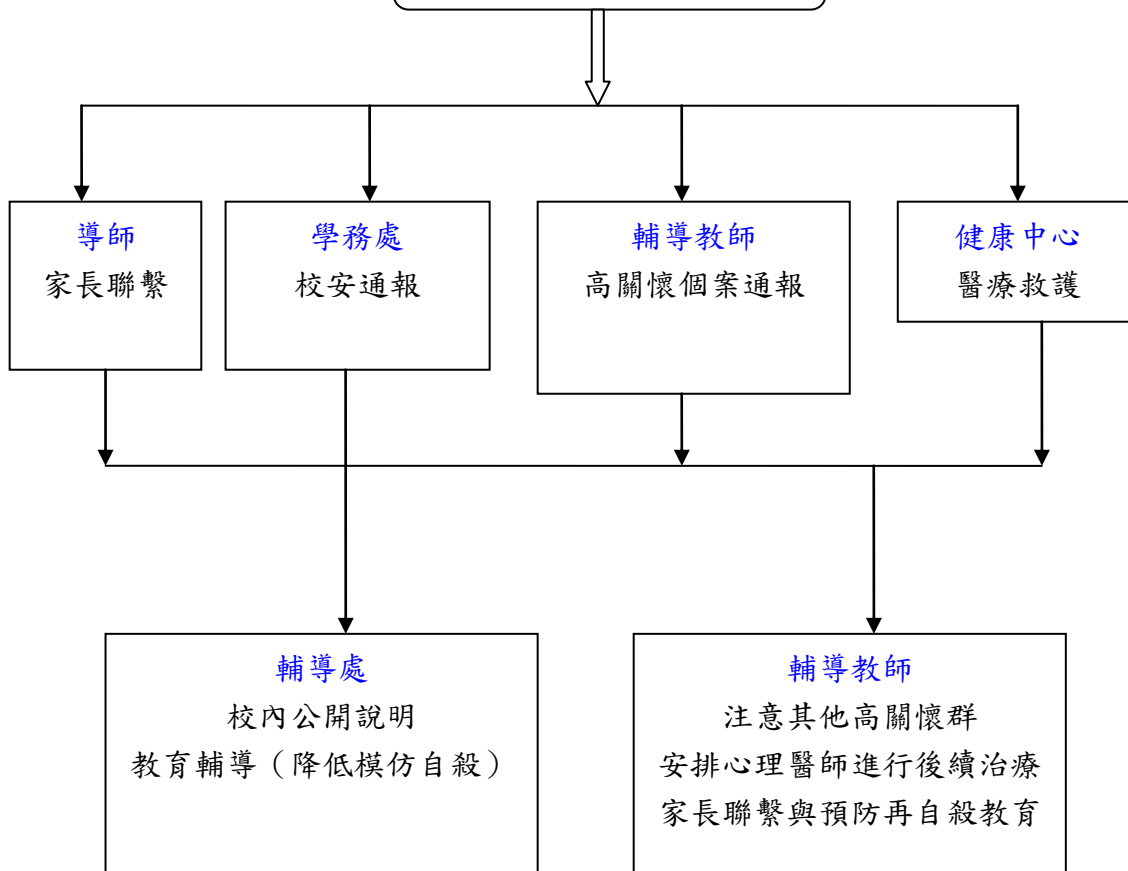
二、危機處理階段處理流程



三、輔導資源轉介



發現自殺未遂個案



發生自殺身亡個案

校長啟動危機處理小組

聯絡組
訓育組長

1. 校安通報
2. 依行政院衛生署自殺防治通報轉介作業流程通報
3. 校內外之聯絡事宜

輔導組
輔導教師
哀傷輔導、預防模仿輔導

協調組
學務、總務主任
慰問、救助、賠償、善後安全等協調工作

發言人
輔導主任
對媒體公開說明

課務組
教學組長
處理當事人或相關老師的課務

醫護組
護理師
協助個案家屬處理保險事宜

校園自我傷害危機處置標準化作業流程

