

國立秀水高工學生自我傷害三級預防工作計畫

民 91 年訂定

民 97 年修訂

民 106 年 8 月 23 日修訂

民 111 年 6 月 30 校務會議討論修訂

壹、依據：

- 一、教育部校園學生自我傷害三級預防工作計畫。
- 二、本校輔導工作計畫

貳、目標

- 一、預防校園憂鬱及自我傷害事件發生。
- 二、培養教師敏感於高危險性自我傷害個案並能做必要的介入與輔導。
- 三、培養師生對校園憂鬱及自我傷害事件處置知能。
- 四、發展與推動增進學生因應壓力與危機管理知能，並增進協助其他處於自殺危機或憂鬱中同學的教學與活動的技能。
- 五、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物與輔導工作計畫，期在親師合作下，建構學生支持輔導系統，防治學生自殺。
- 六、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。
- 七、推動生命教育：鼓勵教師參加生命教育等研習以增進教師輔導知能，提供適當有效的輔導，協助學生學習處理與適應。辦理生命教育主題週，配合關懷身心障礙引導學童逐步體認生命的可貴，進而尊重生命、關懷生命並珍愛生命。

參、實施策略：

一、初級預防(發展性輔導)

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) 行政人員方面

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) 規劃將生命教育、多元智能和價值、心理健康促進和維護、壓力因應、提升問題解決力、挫折容忍力、負向思考和情緒之覺察、接納及調控策略、網路成癮與網路

霸凌等網路不當使用、常見精神疾病與求助資源、憂鬱與自我傷害之危機處理、自助與助人技巧等相關議題納入課程計畫、融入教學課程及體驗活動。

(2) 發展或運用同步與非同步之數位學習課程與教材。

3. 學務處

(1) 結合班級、學生社團或自治團體及社會資源辦理自我傷害預防工作。

(2) 強化學務人員自殺防治通報轉介作業流程，與危機處理之教育訓練。

(3) 強化培訓班級、學生社團或自治團體幹部成為自己與同儕的自殺防治生命守門人，增加自我傷害危機辨識與處理及自我賦能、網路成癮及網路霸凌等網路不當使用議題之防治知能和學生求助資源運用。

(4) 辦理生命教育電影、短片、閱讀、演講、競賽等心理健康促進活動，並善加利用媒體資源推廣教育。

(5) 對家長進行同理心溝通、心理健康識能、自殺防治生命守門人，以及校園內外心理衛生求助資源與管道之教育宣導。

(6) 發展或運用同步與非同步之數位培訓課程。

4. 總務處：

(1) 校園警衛人員危機處理能力之加強。

(2) 進行建物防墜安全檢查（參考附件 5），針對校園建物（如高樓之頂樓、中庭，及樓梯間），設置預防性安全設施（安全網、監視及警報系統設置）、生命教育文宣及求助專線之宣導資訊。

(3) 強化足以發揮功能之學輔空間。

5. 人事室：

(1) 提供教職員工正向積極的工作態度訓練，建立友善的校園氛圍。

(2) 依學生需求和學生輔導法建置充足專業輔導。

6. 輔導處：

(1) 建構正向溫馨形象，發展語言友善與文化敏感之諮商輔導服務或轉介管道。

(2) 舉辦促進心理健康（如：同理心溝通、尊重差異、避免不健康的完美主義、正向思考、衝突管理、情緒的覺察、接納及調控，以及壓力與危機管理）之活動。

(3) 強化教師和學務輔導及校安人員之輔導知能：實施教師、導師及相關學務輔導及校安人員針對同理心溝通、心理健康識能、自殺防治生命守門人、自我傷害危機辨識及處理知能、網路成癮及網路霸凌等網路不當使用議題之防治知能和其轉介資源運用。

(4) 強化同儕之溝通技巧與情緒管理訓練。

(5) 彙整校園輔導求助資源，提供師生求助管道資訊單張。

(6) 發展或運用同步與非同步之數位培訓課程。

(7) 休、退學生，以及畢業生的後續聯絡與關懷。

- (8) 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。
- (9) 輔導股長培訓，成為輔導小尖兵，能及時發現並轉介有情緒困擾、自我傷害傾向的學生於輔導處。

(二) 教師方面

1. 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
 - A. 與學生探討生命的意義及價值。
 - B. 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。
 - A. 瞭解學生日常生活中是否遭遇較大的生活變動。
 - B. 瞭解此生活變動是否對學生造成壓力。
 - C. 協助學生尋求社會資源。
 - D. 協助學生發展解決問題的策略。
 - E. 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) 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。
- (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的網絡，提供需要協助同學社會資源。
- (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。

2. 任課老師：

- (1) 積極參與研習活動，充實相關知能。
- (2) 支持與關懷，耐心傾聽，分享學生的情緒經驗。
- (3) 保持對「異常舉動」學生之高度敏感。
- (4) 要自動擔任導師的「第三隻眼」。
- (5) 常與輔導老師保持聯繫，加強「全方位」輔導策略。

(三) 輔導教師方面

- 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。

二、二級預防(介入性輔導)

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: 早期辨識或篩檢高關懷學生，即時介入

總說明: (一)高關懷學生辨識: 針對高關懷學生早期發現、早期協助、個案管理，以及即時進行自殺風險評估和危機處理。計畫應考慮：1. 選用針對自殺風險具有良好效度的篩檢工具進行專業篩檢或自我篩檢，且篩檢後應聯結有效協助因應 危機與心理賦能的資源應用。2. 建置或運用憂鬱與自我傷害的認識、自我評估及因應技巧，以及求助資源等網路互動平臺或 Apps。 3. 強化導師、班級、學生社團或自治團體幹部的自殺防治生命守門人訓練。(二)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：1. 說明：說明篩檢目的與保障篩檢結果的保密性。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（未成年學生經得家長或監護人同意。3. 解釋結果：對篩檢結果的解釋要謹慎與專業，避免給學生貼上精神疾病或任何標籤。4. 保密：各校輔導老師與專業輔導人員、教職員、導師，以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秘密。5. 主動關懷：主動提供提升動機的諮商輔導，透過同理心、支持、提供相關資訊、增強正向因應能力，及鼓勵使用求助與社會資源。6. 必要的轉介：當知悉學生有明顯的自傷（如：自殺意圖、自殺計畫、自傷行為）或傷人之虞時，需進行自殺風險評估和危機處置與後續心理諮商與就醫治療。(三) 提升輔導老師與專業輔導人員、教職員、導師、教官、班級、學生社團或自治團體幹部、家長對憂鬱與自殺風險度之辨識與危機處理能力，以協助觀察辨識與轉介。(四) 提升輔導老師與專業輔導人員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或治療之知能。(五) 針對特殊狀態或心理發展特殊需求學生提供主動關懷。(六) 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。

(一) 行政人員方面

1. 校長

- (1) 對具高危險性學生，會同導師、輔導教師、輔導教官等人員，依據校園自我傷害事件緊急處理要點進行輔導。
- (2) 指示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。

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：

- (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) 督導校園警衛及全單位提高警覺，熟悉事件發生時之處理流程。

5. 輔導處：

- (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置輔導流程，並督導輔導教師依據輔導流程，輔導高危險性個案。

(二) 教師方面

1. 導師：

*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。

*對已採取行動之個案

- (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，統一由危機處理小組之代表對外說明。

2. 任課老師：

* 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處求助，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）。

* 對已採取行動之個案

☆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。

(三) 輔導教師方面

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、心理的影響、共同策畫復健計畫、協助個案適當轉介。

三、三級預防(處遇性輔導)：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。

目標:預防自殺企圖者與自殺身亡的週遭朋友或親友殺模仿自殺，及自殺企圖者的再自殺

策略:建立自殺身亡與自殺企圖者之危機處理與善後處置標準作業流程

總說明:(一)自殺企圖:1. 建立個案之危機處置標準作業流程，對校內教學與行政相關單位、受影響之學生、班級、學生社團或自治團體幹部之說明與教育輔導（降低自殺模仿效應），並注意其他高關懷群是否受影響。2. 自殺企圖個案由輔導老師與專業輔導人員進行後續心理輔導或心理治療，及持續追蹤，以預防再自殺，重複企圖個案可進行個案管理；與家長聯繫，提供說明、情緒支持與預防再自殺教育。3. 進行班級團體輔導，提供心理衛生教育及宣導同儕如何協助個案。4. 強化輔導老師對風險評估與危機處遇轉介管道知能，與專業輔導人員對自殺企圖個案之自殺風險評估與危機處遇及中長期心理諮商與治療的有效知能技巧訓練與督導。(二)自殺身亡:1. 於知悉身亡事件後成立危機處理小組，並由校長主持，協調各處室的因應作為。2. 建立處置作業流程，含對媒體和在社群網站之說明、對校內教學與行政相關單位、受影響之學生、班級、學生社團或自治團體幹部之說明與安心輔導（降低自殺模仿效應）；家長聯繫視需求轉介及高關懷群追蹤輔導。(1)說明需遵守世界衛生組織關於自殺報導與溝通的六要、六不原則。(2)不鼓勵校內辦理公開紀念活動。(3)加強社區內鄰近學校的橫向連繫。(4)提供校園內外輔導、諮商與治療資訊與管道。3. 針對自殺身亡個案之親近同儕與教師，加強輔導老師與專業輔導人員對其自殺風險評估與危機處遇及中長期心理諮商與治療的有效技巧訓練與諮詢或督導。4. 針對專業遺族(如輔導老師與專業輔導人員)提供心理諮商與治療。(三)通報轉介，進行校安通報與自殺防治通報:1. 知悉自傷和自殺事件後，依「校園安全及災害事件通報作業要點」進行校安通報。2. 針對知悉自殺行為情事時，在24小時內，依「自殺防治法」，於衛生福利部建置之「自殺防治通報系統」進行通報作業。(四)網絡連結:1. 學校對於自殺通報後的個案，定期進行個案督導，並由校長主持，定期邀請醫療衛生網絡內的專家及相關人員等，與網絡個案處遇人員進行網絡聯繫會報和個案討論會。2. 建立學校和區域醫療衛生網絡、自我傷害防治資源的雙向聯繫、銜接，及共照機制，提供個案學習不中斷之資源連結。3. 建立學校與當地社政單位、勞政單位之雙向聯繫。(五)處理回報:學校發生學生自殺身亡事件應填具「學生自我傷害狀況及學校處理簡表」(詳附件4)

(一)行政人員方面:

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. 輔導處成立特別輔導中心，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. 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) 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. 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處洽談，並於傳單中簡述抒解哀傷的可行方法。

肆、本計畫經校務會議通過，校長核准後實施；修正時亦同。