

## 彰化縣彰化市南興國小

### 憂鬱與自殺三級防治實施計畫暨全校性自我傷害危機應變機制

#### (含 24 小時通報與求助專線及危機應變處理作業流程)

壹、依據：教育部友善校園學生事務與輔導工作辦理。

貳、目的：

一、建構生命教育暨憂鬱、自我傷害防治工作之三級輔導機制：

(一) 一級輔導：訂定全體學生預防性、發展性的生命教育課程教學與活動。

(二) 二級輔導：高危險群個案之篩選、轉介評估與輔導。

(三) 三級輔導：於校園重大危機事故(如死亡事件)發生時，結合社區醫療資源進行危機處理。

二、建構全校性自我傷害危機應變機制：

(一) 24 小時通報與求助專線。

(二) 危機應變處理小組。

三、培養教師敏感於高危險性自我傷害個案並能做必要介入與輔導。

四、培養師生對校園自我傷害事件後處理的能力。

參、實施要領：

一、成立危機處理小組，聘請相關人員擔任諮詢危機處理之工作(如附件一)：

(一) 危機處理小組：由校長、教務主任、學務主任、總務主任、輔導主任、生教組長、輔導組長、導師及護理人員組成，由教務主任擔任發言人。

(二) 擬訂危機事件反應處理流程圖(如附件二)。

一、建構三級預防處理模式，依危機行為層級分別研擬具體因應措施。

肆、憂鬱與自殺三級防治方案：

一、一級預防—學生心理健康之促進

(一) 宣導心理衛生教育與生命教育：

1. 校園中除了學科知識外，加強生命教育、情緒管理、壓力管理、心理衛生、生涯規劃等知能。

2. 在校園內及網路上推廣正確心理衛生概念，例如不定期在學校網站上張貼心理衛生相關文章。

3. 加強舉辦演講、座談、電影欣賞及健康促進等活動。

4. 鼓勵導師使用心理測驗以增進學生之自我了解。

(二) 加強導師的功能：

1. 加強導師與學生之連繫。

2. 給予優良導師適當的鼓勵；例如，公開表揚優良導師。
3. 加強導師的輔導知能。
4. 加強橫向之連繫。

## 二、二級預防—早期心理問題之篩選與輔導

### (一) 定期篩檢憂鬱與自殺高危險群，針對高危險群：

1. 定期心理諮商與晤談，並隨時評估其情緒狀態；透過晤談，讓同學對於情緒困擾有比較好的因應與調適。
2. 若評估憂鬱程度高，同時轉介至精神科治療，藥物與心理治療雙管齊下。
3. 協同老師、同學一起給予關心與支持，避免其復發。

(二) 請導師、任課老師及學生隨時關心週遭學生，以發覺高危險群學生之存在，協助學生情緒與精神狀況之篩檢並轉介高危險群學生。

(三) 請任課老師確實掌握學生上課出席情形，對都不來上課者進行關懷，必要時並轉介到輔導處進一步給予個別或團體輔導。

## 三、三級預防—危機處理—學生心理問題之輔導

### (一) 找出已有自殺計劃者：

1. 進行危機處理，包括注意是否需要安排住院與藥物治療，避免其一個人獨處或接觸自殺途徑，必要時與之訂定不自殺契約。
2. 安排進一步的心理諮商與治療。
3. 在校園內設置 24 小時求助專線，並加以宣傳，供出現自殺計劃者求助。

### (二) 對於自殺未遂者：

追蹤至少半年以上，定期評估其自殺意念與企圖，以預防其再自殺，並進行短、中、長期心理治療。

### (三) 對於自殺身亡者：

1. 對於週遭的同學，加強學生之個別及團體之情緒輔導。
2. 針對家長，協助辦理後事，並給予適度的情緒支持。
3. 針對整個校園，以公開信的方式澄清自殺的迷思，並再提供正確的自殺防治觀念。
4. 邀請媒體共同參與自殺的防治工作：

(1) 自殺只是死亡成因之一，不見得值得新聞報導；(2) 報導時要指出自殺常是不同類型心理疾患的合併症，而這些疾患是可以治療的；(3) 不要把自殺報導成合理的問題解決方法、不要把自殺報導浪漫化、不要把自殺事件過度報導，而加深讀者或觀眾認同自殺，要多表達對自殺者與憂傷親友的關懷；(4) 避免報導自殺方法與地點的細節；(5) 限制自殺報導的數量、時間；不要在頭版、頭條新聞報導；(6) 報導自殺時，要同時報導想自殺者可求助之資源。

伍、全校性自我傷害危機應變機制：

1. 24 小時通報與求助專線『生命線協會』電話：04-7249595；

自殺防治專線：1995

2. 平常上班時間：輔導處 04-7622827#204

一、預防處治階段：

(一) 校長：

1. 成立校園憂鬱自我傷害危機處理小組，研商校園憂鬱自我傷害防治計畫，並建立事件危機處治與事後處治流程，印發全校週知。

2. 舉辦教師輔導知能研習並於各項會議宣導校園憂鬱自我傷害防治觀念，以提昇全校教職員工輔導知能及敏銳覺察度。

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。

(二) 教務處：

1. 蒐集資料，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。

(三) 學務處/輔導處：

1. 規劃舉辦輔導及團體活動，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. 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. 培訓糾察隊，協助維護校園安全。

(四) 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培訓，加強安全巡邏。另亦培訓各班總務股長，維護班級安全。

(五) 教師：

1. 充實相關知識，生命教育的實施，主動積極的關懷。

2. 積極參與有關憂鬱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。

3. 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。

4. 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及此生活變動是否對學生造成壓力。

- (2) 協助學生對壓力事件做適當的因應。
- (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. 透過導師時間及彈性課程等宣導憂鬱自我傷害防治資訊，並參加研習進修，激發教師潛能。
6. 經常與班上每位學生接觸、溝通。
7. 願意傾聽，隨時給學生支持、關懷，與學生分享其情緒。
8. 提供支援的網絡及相關資訊，讓學生清楚知道遇到困難時該如何或向何人與何單位求助。
9. 經常與任課老師聯繫，全面瞭解學生在校情形。
10. 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。
11. 做家庭訪問或電訪，瞭解學生居家生活狀況。
12. 在班上形成一個支援的網絡，提供需要協助同學社會資源。
13. 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。
14. 對可能自我傷害傾向的學生保持高度的敏感。
15. 留意學生在日記、信件上透露的心事及相關線索。

## 二、危機處置階段：

### (一) 校長：

1. 對具高危險性學生，導師、輔導教師等會同進行輔導。
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，並指定聯絡家長及研商是否需轉介醫療機構。

### (二) 學務處/輔導處：

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。

### (三) 總務處：

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

### (四) 教師方面：

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處求助，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，讓個案感受到同學們的關心；
  - (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) 請學務處協助清理現場；
- (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憂鬱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；
- (11) 以平常心看待，不在校內談論此事。

## 三、事後處治階段：

(一) 校長：應召開校內危機處理小組會議，研討處置事宜。

(二) 學務處/輔導處：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，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。

(三) 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。

(四) 教師方面：

- 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，阻止再發生類似的幸事件。
- 3. 建立正確的認知及態度：

(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) 保持高度敏感度帶領班級或小團體進行討論及輔導。

陸、本計劃（含附件）呈校務會議核定後，於學校網站公佈實施；其修正時亦同。

附件一：自我傷害危機處理小組組織與工作執掌

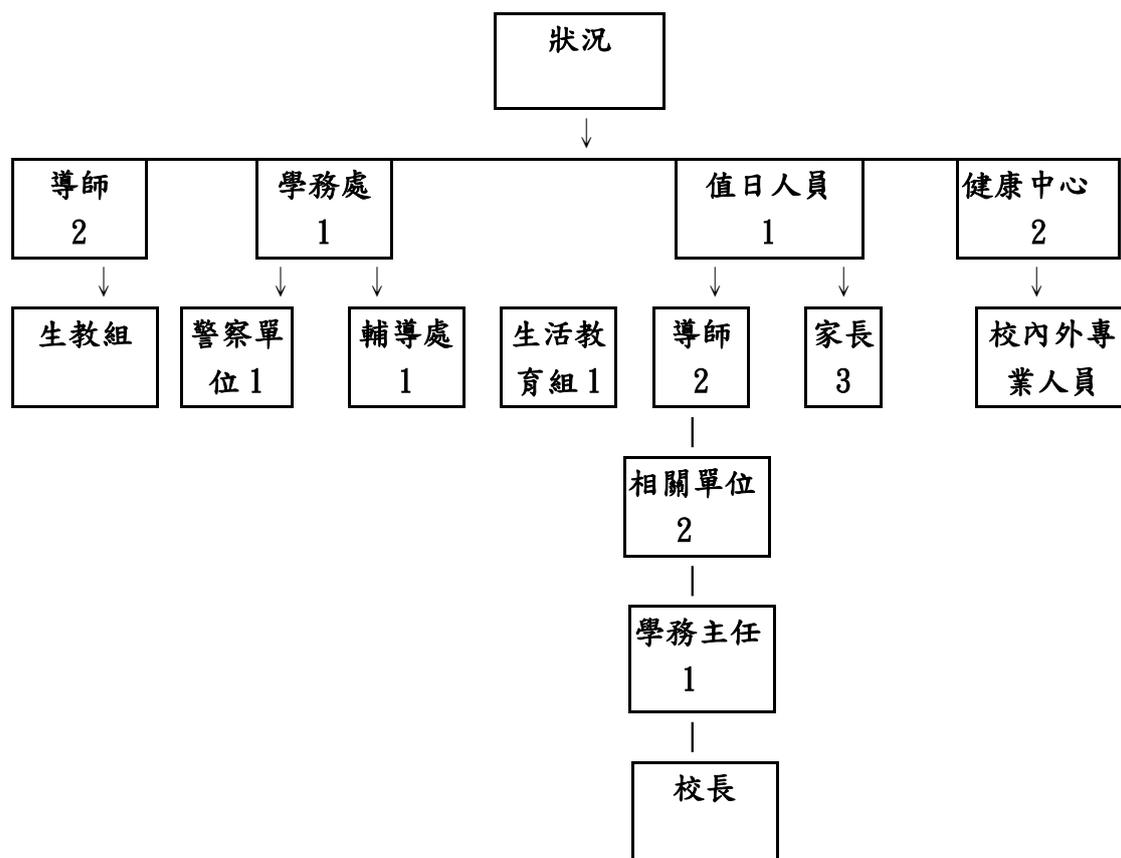
召集人  
(校長)

執行秘書  
(輔導主任)

緊急處理小組	校內支援小組	心理輔導小組	校外支援小組	文書處理小組
--------	--------	--------	--------	--------

校園自我傷害危機處理小組	小組成員	小組任務
緊急處理小組	生教組長、導師、護士	(一) 進行緊急事件處理及通報 (二) 循通報系統通報
校內支援小組	教務主任、學務主任、總務主任	(一) 支持校內教職員面對自我傷害事件 (二) 協助班級討論校園自我傷害事件 (三) 向全校師生說明自我傷害事件
心理輔導小組	輔導組長、專輔教師	(一) 成立特別輔導中心 (二) 協助班級討論校園自我傷害事件 (三) 形成支持性團體，提供資訊
校外支援小組	心理諮商人員、精神科醫師、家長代表	(一) 支持教職員面對自我傷害事件 (二) 形成支持性團體，提供資訊 (三) 與家長聯繫之代表
文書處理小組	總務主任、人事主任	(一) 評估自我傷害事件對學校之影響 (二) 評估學校所擁有的社會資源 (三) 事件處理經過之文書處理

附件二：危機事件反應處理流程圖



說明：

1. 緊急事件處理順序依數字 1、2、3 表示；
2. 遇緊急事件，視情形就近通知學務處；
3. 聯絡電話：請參照本校各處室電話表。