

苗栗縣立通霄國民中學 109 學年度校園學生自我傷害三級預防工作計畫

壹、計畫依據

- 一、依據教育部推動校園學生自我傷害三級預防工作計畫辦理。
- 二、苗栗縣 109 年 3 月 23 日府教特字 1090054888 號函。

貳、計畫目標

- 一、有效結合學校及社區醫療資源，提供教師、學生、家長精神醫療的專業協助，整合憂鬱與自我傷害防治相關網絡資源，共同推動學生憂鬱與自我傷害防治工作。
- 二、落實學校「憂鬱及需高度關懷學生」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、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，以有效減低學生憂鬱之傾向。
- 四、增進教師對憂鬱與自我傷害之辨識及危機處理，增進即時處置知能，期使學校行政人員、教師及輔導教師瞭解在學生憂鬱及自殺(傷)害防治中，所扮演之角色與職責。
- 五、發展與推動增進學生因應壓力與危機管理知能，建立並落實學生憂鬱與自我傷害三級預防工作模式。

參、實施策略

- 一、蒐集學生憂鬱與自傷防治相關資料，提供各校參閱運用。
- 二、督促各校設置學生憂鬱與自傷三級預防推動小組。
- 三、培訓種子教師，再發揮種子功能，針對校內導師、教官、行政人員、學生幹部或志工教育訓練。
- 四、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。
- 五、督促各校推動與實施學生憂鬱與自傷防治計畫，並定期檢討修正。
- 六、憂鬱與自傷防治執行情形列入年度友善校園學生事務與輔導工作訪視評鑑項目。

肆、實施期程：109 年 8 月 1 日至 110 年 7 月 31 日

伍、實施要點

一、初級預防處治階段

- (一)目標：增進學生心理健康，免於憂鬱自傷。
- (二)策略：增加保護因子，降低危險因子。
- (三)行動方案

1. 各校訂定學生憂鬱與自我傷害防治計畫。
2. 各校建立校園危機應變機制，設立 24 小時通報求助專線，訂定自殺事件危機應變處理作業流程，並定期進行演練。
3. 各校校長主導整合校內資源，強化各處室合作機制。

工作職掌：

(1)校長

- a. 督導成立校園危機處理小組，研商校園憂鬱、自我傷害防治相關措施，並建立事件危機處治與事後處治流程。
- b. 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察度。
- c. 重視學生安全工作、教學設備及校園設施的安全維護，避免不良環境的產生，積極建立友善校園為目標。

(2)教務處

- a. 維持校務正常運作，掌握不適任教師之動態並給予支援。
- b. 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。
- c. 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)學務處

- a. 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。
- b. 辦理生命教育電影、短片、閱讀、演講等宣導活動。
- c. 結合社團及社會資源辦理憂鬱與自殺之預防工作。
- d. 強化教師輔導知能：實施全體教師（含導師及教官等相關訓導人員）對憂鬱與自我傷害辨及危機處理知能。
- e. 對家長進行憂鬱與自殺認識與處理之教育宣導。
- f. 同儕之溝通技巧與情緒處理訓練。

(4)總務處

- a. 隨時檢視校園各項設施安全維護、修繕，避免危險環境的產生。
- b. 注意警衛及工友的挑選及培訓，加強安全巡邏。
- c. 督導校園警衛提高警覺，並熟悉事件發生時之處理流程。
- d. 培訓各班服務人員，維護班級硬體安全。

(5)輔導室

- a. 透過校務會議及導師會議等宣導憂鬱、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。
- b. 協助不適任教師激發教育潛能，減少因教師因素致使學生發生憂鬱自我傷害行為之機率。
- c. 實施班級輔導，協助學生適應學習環境與課程，配合導師實施生命教育。
- d. 透過適當篩檢工具，篩檢出憂鬱及需高度關懷學生名單。
- e. 對「憂鬱及需高度關懷學生」，會同導師、認輔老師給予支持與關懷，必要時召開個案會議，提供相關之生活與課業協助。
- f. 配合各處室定期辦理「情緒管理講座」、認識「憂鬱」、「藥物濫用」及積極建立正向的休閒、運動團康等活動。
- g. 實施生涯定向輔導，增進學生對未來的確定感。
- h. 協助學生在面臨人際、情感、情緒、生活與學習問題時，能即時提供輔導及相關協助，且提供情緒支持網絡及相關資訊，讓學生知道在遇到困難時應該如何或向何人與何單位求助。

(6)導師

- a. 積極參與有關憂鬱、自我傷害防治研習活動，對學生行為有正確的認識。
- b. 實施生命教育
 - (a) 與學生探討生命的意義與價值。
 - (b) 向學生澄清死亡的真相。
- c. 增進學生因應的技巧及處理壓力的能力
 - (a) 瞭解學生日常生活當中是否遭遇較大的生活變動。
 - (b) 協助學生對壓力事件做成功的因應。
- d. 經常與每位同學接觸，利用週記或傾聽做心靈的溝通，並給予支持、關懷，以掌握班上學生的身心狀態。
- e. 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。

f. 營造班級內之歸屬感與凝聚力。

g. 協同科任老師對「異常舉動」學生具備高度之敏感度。

h. 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。

i. 實施家庭訪問，了解學生居家生活狀況。

j. 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。

k. 留意學生的週記所透露的心事及相關線索。

(7) 科任老師

a. 積極參與有關憂鬱、自我傷害防治之研習活動，充實相關知能。

b. 支持與關懷，耐心傾聽，分享學生的情緒經驗。

c. 保持對「異常舉動」學生之高度敏感。

d. 擔任導師的「第三隻眼」。

e. 常與輔導教師保持聯繫，並參與認輔工作。

二、二級預防處治階段

(一)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。

(二)策略：篩選高危險群，即時介入。

(三)行動方案

1. 高關懷群辨識：請學校針對學生特性、校園文化與資源，規劃合適之高關懷群與其篩檢方法，針對高關懷群早期發現，早期協助，必要時進行危機處理；國中、小部分為預防攜子自殺、兒童少年保護，請配合內政部強化高風險家庭評估。

2. 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：

(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（未成年學生請取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，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」。

(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。

(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。

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、精神醫師等）資源到校服務。

三、三級預防處治階段

（一）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。

（二）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。

（三）行動方案

1. 自殺未遂：建立個案之危機處置標準作業流程，對校內之公開說明與教育輔導（降低自殺模仿效應），並注意其他高關懷群是否受影響；安排個案由心理師進行後續心理治療，以預防再自殺；家長聯繫與預防再自殺教育。

2. 自殺身亡：建立處置作業流程，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。

3. 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」（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。

伍、本計畫奉核後實施，修正時亦同。

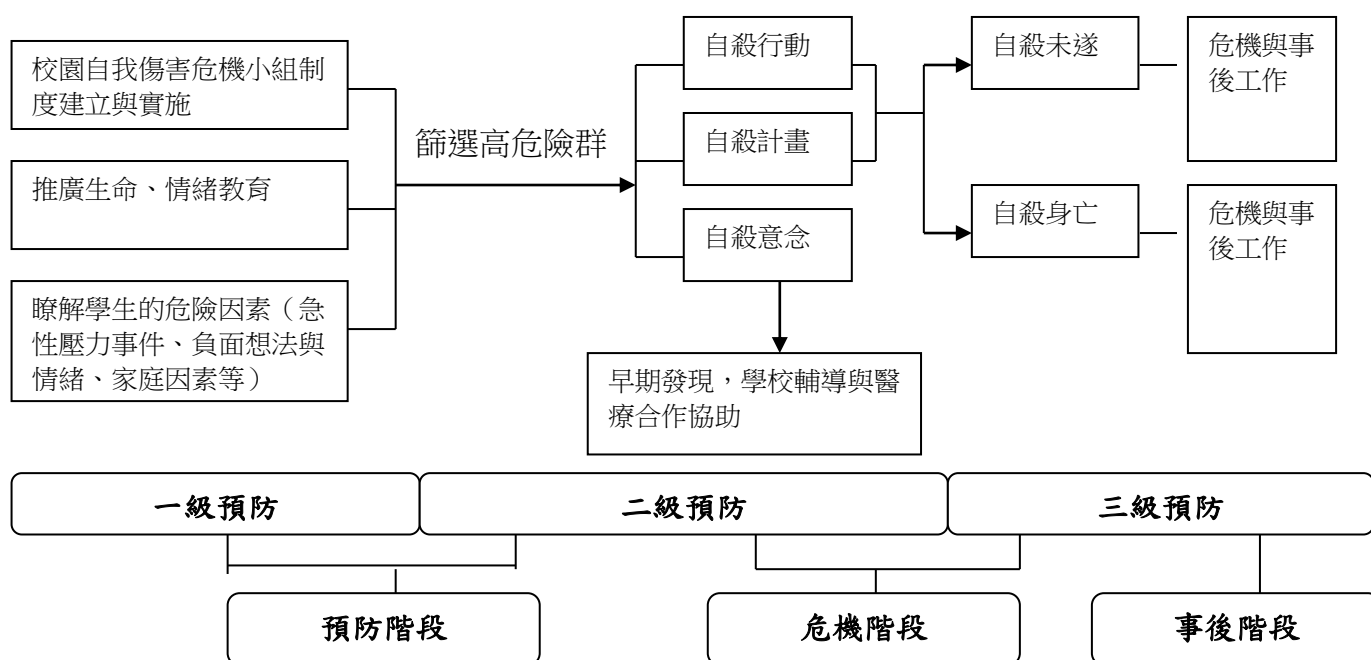
自我傷害三級預防處理流程

自我傷害議題在校園頻頻發生，無論學生或師長面對自我傷害行為經常產生心理壓力，不知道怎麼去談自我傷害，也不知道該如何處理。事實上，和想要自殺或有自傷行為的人談自殺，並不會促進他們真的去自殺，反而提供了一個機會讓其他人知道怎麼協助他。通常想要自殺的人，會釋放自殺的意念或是求助的訊息，因此，我們若能掌握時機介入，早期發現、早期治療，將可預防甚至避免重大自我傷害事件發生。

自我傷害防治工作，不僅僅是學校的責任，同時更需要結合家庭、社區、醫療等資源，進行合作與整合，才能在第一時間點將傷害降至最低，以期確實預防自我傷害之發生。同時，協助校園師生發展個人的調適應能力，也是預防工作的重要的一環。

在此簡單介紹「自我傷害三級預防」的主要內涵，包括：

- 一級預防：強調政策性、環境性、教育性、互動性的全面預防工作，建立「自我傷害危機處理小組」的架構，改善校園自我傷害預防措施、推廣正確的生命與情緒教育，增加師生之間的互動交流等行動指標，主要目的在於確立哪些是危險因素（壓力事件、情緒、家庭衝突等）與保護因素（支持系統、教育等），以提升保護因子並降低危險因素。
- 二級預防：篩選出高危險族群，提供心理輔導、資源協助等，落實早期發現早期介入的概念，以避免自我傷害行為的發生。
- 三級預防：自我傷害危機事件發生時，依據其類型動員小組團隊人員以進行相關後續事件的處理，主要目的在於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。



三級預防的模式

校園自我傷害危機小組的設置

組織：小組得設召集人、總幹事及發言人各 1 名，並依事件處理任務編制設置 8 個工作小組，各組設組長 1 名，組員若干名。其遴選與職掌的內容如下：

一、召集人：由學校校長擔任之。

1. 負責事件處理總指揮。
2. 召開緊急處理會議。
3. 指定人員對外發言。

二、總幹事：由具備評估事件嚴重程度及能靈活掌握小組運作者擔任之。

1. 襄理一切小組事務。
2. 依事件類型及大小決定啟動相關組員以進行事件之處理。

三、發言人：由校長指定適當人員擔任之。

1. 負責事件處理對外發言之單一窗口。
2. 視需要發佈新聞稿。

四、工作小組：

1. 安全組：由學校訓導處與總務處相關人員擔任之。

- (1) 負責事件現場與善後之各項安全工作。

2. 輔導組：由學校輔導人員擔任之。

- (1) 篩選與評估需要接受輔導之相關人士，並協助其危機相關資源的轉介與運用。
- (2) 進入事發現場，協同處理自殺或自傷學生，並陪伴家屬。
- (3) 協助處理班級現場，宣告事實。
- (4) 進行減壓團體 (debriefing)。

3. 醫療組：由衛生組及醫護人員擔任之。

- (1) 負責緊急救護處理。
- (2) 協助相關醫療事宜。

4. 課務組：由教務人員擔任之。

- (1) 負責因事件之發生，相關課務調整之處理。

5. 總務組：由學校總務人員擔任之。

- (1) 負責學校內外之聯絡及相關之總務工作。
- (2) 負責隔離現場。
- (3) 提供事件處理所需之各項支援（如器材、用品等）。

6. 法律組：由學校人事人員並聘請法律顧問擔任之。

- (1) 負責學校內外有關事務之申訴、仲裁、救助、賠償等協調工作。
- (2) 提供相關法律問題諮詢。

7. 資料組：由輔導室資料組與學校文書組人員擔任之。

- (1) 負責事件資料之記錄與彙整。
- (2) 呈報事件處理報告。

(3)處理相關各項通報事宜。

- 8.社區資源組：包括家長會、社區心理衛生中心、醫院、警察局、其他相關社區機構，提供直接、間接服務與相關協助及諮詢。

「自我傷害危機小組」建置後，為了落實各個小組之編制與職責，需於平時進行實務操作之模擬演練，以防校園自我傷害事件發生時，雖處在緊急且備感壓力的時刻，但仍可依照標準步驟即刻啟動校園各組工作人員，並各司其職。

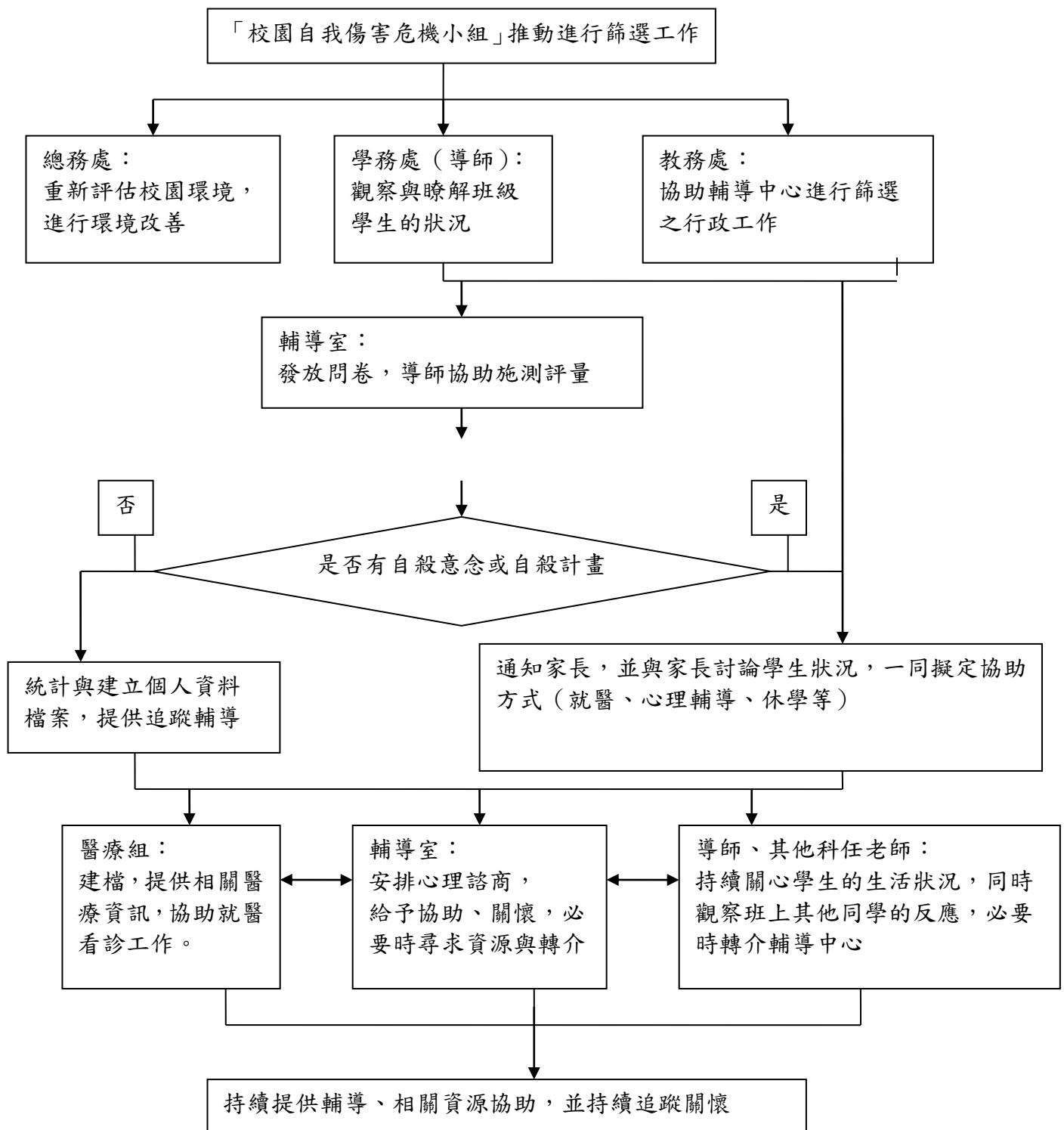
苗栗縣立通霄國民中學校園自我傷害危機小組

職 稱	姓 名	編組名稱	任 務 內 容	備 註
校 長	羅士侃	召 集 人	1. 負責事件處理總指揮 2. 召開緊急處理會議 3. 指定對外發言人	
學務主任	羅雅卉	總 幹 事	處理一切小組事物 依事件大小決定啟動相關組員 已進行事件之處理	

危機處理工作小組人員配置表

組別	負責人	姓名	職 掌	備註
安全組	生教組長	鄭生祥	負責事件現場與善後之各項安全工作	
輔導組	輔導主任 輔導組長 專任輔導老師	廖穎文 黃苔惠 張怡雯 紀芳穎	篩選與評估須要輔導之相關人士 進入事發現場協同處理自殺或自傷學生，並陪伴家屬 協助處理班級現場，宣告事實 進行團體減壓輔導	
醫療組	校 護	葉采艷	負責緊急救護處理、協助相關醫療事宜	
課務組	教務主任	紀懿娟	負責因事件之發生，相關課務之調整與處理	
總務組	總務主任	王子賢	負責學校內外之聯絡及相關之總務工作 負責隔離現場 提供事件處理所需之各項支援(如器材、用品等)	
法律組	人事主任	許文獻	提供相關法律問題諮詢	
資料組	資料組	羅道堅	負責事件資料之記錄與彙整 呈報事件處理報告	
社區資源組	家長會長	陳漢忠	提供直接、間接服務與相關協助及諮詢	

二級預防的處理流程



二級預防處理流程圖

校園自我傷害事件發生後「自我傷害危機小組」工作

一、召集人：校長

1. 主持會議。
2. 瞭解目前危機進度，並且安排人員進行事件之行政通報等事宜。
3. 與總幹事兩人彼此聯繫，給予需要的行政資源與支持。
4. 與總幹事、發言人進行溝通，決定消息發佈內容與如何與媒體應對。
5. 在事件被媒體報導之前，必須向督學與主管科提出口頭報告，隨後再補上書面報告。

二、總幹事

總幹事是自我傷害事件處理小組的決策人員，其工作範圍包含：

1. 負責與召集人、發言人溝通。
2. 依照其專業知識判斷，決定啟動哪些組別，決定介入的策略，於會議中與各小組討論，並發佈需要執行的任務。

三、安全組

安全組主要負責事件現場的及安全工作，工作包含：

1. 在警方到來前，維持事件現場的秩序。
2. 管制事件現場人員的進出。
3. 避免師生推擠或毀壞現場之完整。
4. 協助陪同警方進行相關處理。

四、醫務組

進行當事人急救之處理。醫療組人員於平時需準備一緊急醫療箱，當危機事件發生時，直接攜帶此緊急醫療箱趕赴現場。狀況可簡單分為以下兩類：

1. 狀況輕微的當事人

請當事人至學校保健中心進行傷口之緊急包紮。

2. 情況危急者，如昏迷或外傷嚴重

在現場進行急救處理，並且安排一醫療組人員聯絡醫療單位，對校外醫療單位進行當事人受傷狀況之通報。

五、輔導組

輔導組需要針對受到自我傷害事件影響之相關人士，進行輔導與陪伴事宜。

這需要較多的先備專業知識或技能；尤其是輔導組長，必須具備自我傷害處理之概念與專業，才能進行及時與有效的人員調度。其工作範圍包含：

1. 可與社區資源組合作，尋求諮詢。
2. 邀請社區資源組人員進入校園，進行直接服務。
3. 安排專人聯絡並陪伴家長，在電話中或現場對家長解釋事件發生的經過，與家長協商處理

的方式，給予家長支持，並且與家長進行後續的聯絡。

4. 帶領當事人班級，送當事人離開現場。

除了當事人及家長的處理之外，也要進入當事人班級進行班級輔導與處理，

包含四項重點：

1. 與班級學生宣告事件的事實：

向班級學生宣告當事人的狀況，並且簡介學校可能的處理流程，減少學生的不確定感，並且避免謠言的發生。

2. 以同心圓概念分小組進行減壓團體：

依照與當事人的親近關係來依序分組，愈親近的朋友便是愈接近圓心，通常也是愈高危險的人，再來是室友或者同組的同學，最外圈則是平時沒有交集的同班同學，進入班級的人員，可以依照班級的人數或組別編排，進行分組。

3. 與死者道別：

若當事人不幸死亡，可帶領當事人班級，計劃或進行與死者道別的儀式性活動，如寫小卡、參與告別式等，但活動的內容與方式，是由學生自己思考與決定，而非老師指派，同時也要尊重每一個學生的特殊性與決定權，而不是強迫全班一起參與此活動。

由輔導人員評估此活動的可行性，並適時給予資源，或幫班級學生向學校或危機小組進行協商。

4. 篩選危機師生及安置：

在進入班級現場或進行減壓團體時，輔導人員便必須注意班級師生的身心狀況，尤其是那些愈接近同心圓內部的師生。當發覺某些師生有特殊狀況時，必須進行特殊的介入，如安排師生的支持或通報網絡、請求課務組安排代課事宜、通知學生家長、邀請進入個別諮商等。本重點相當於為後續階段鋪路，被篩選出來的相關人士須於後續階段繼續予以追蹤或接手處理。

六、總務組

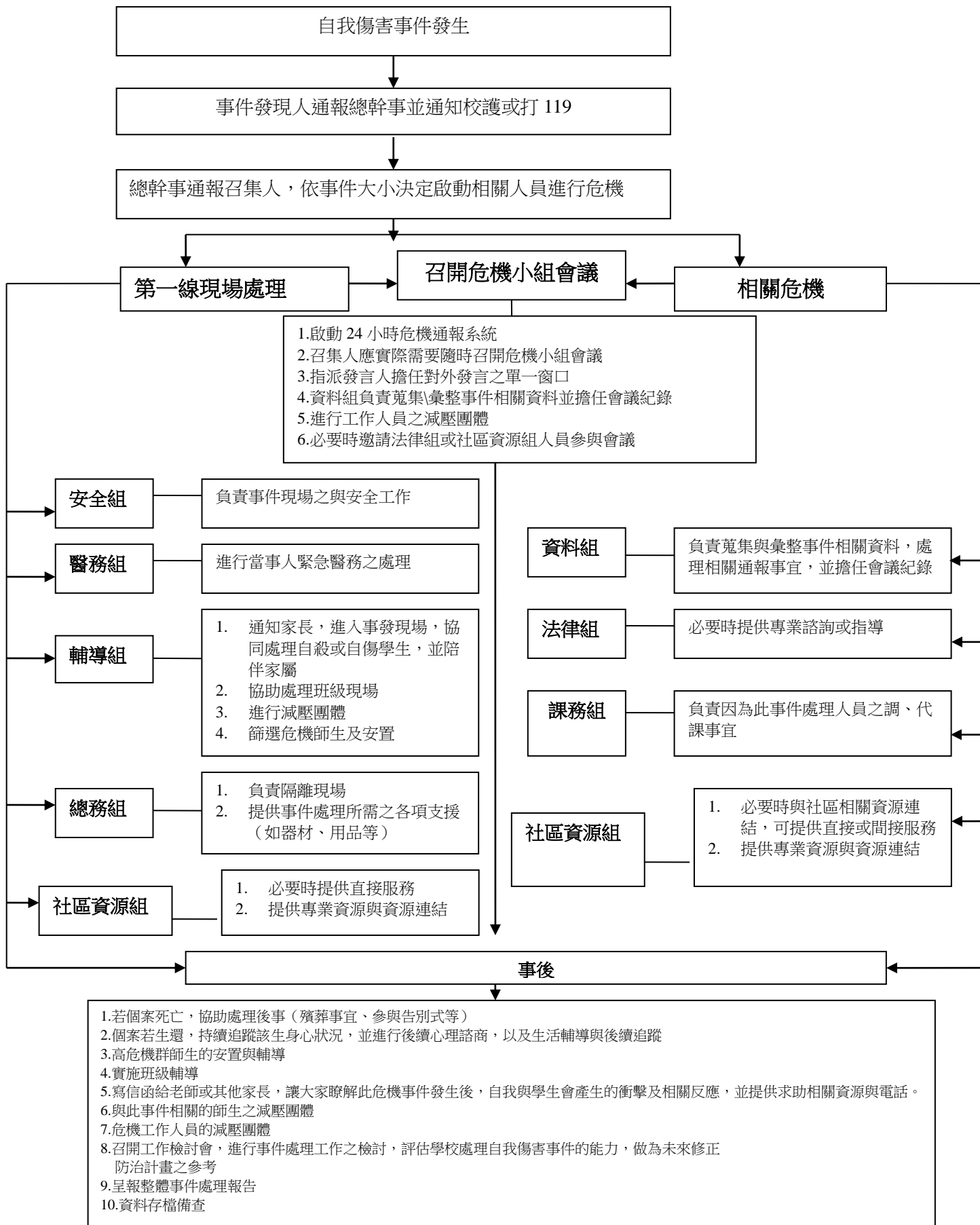
總務組主要任務是提供所有需要的物件及硬體設備，工作範圍包含：

1. 事件發生後，需趕往現場負責拉起隔離區域的布條或繩子，防止非相關的師生進入現場，確保事發現場的完整。
2. 負責所有的器材需求，如遮蓋遺體的布條；若自我傷害事件於夜間發生，則需準備照明器材等。
3. 於警方或法醫等人員處理完畢後，負責現場環境的復原及善後，安排人員處理血跡、重新油漆、損毀器材之修繕等。

七、課務組

負責協助因為自我傷害事件發生，受到影響的教師、工作人員等，進行調、代課、學生請假事宜。其如：安排某課堂進行減壓團體，通知該老師調課事宜；當事人班級教師因事件衝擊，需要休息或接受輔導，則安排其他老師負責代課等。

校園自我傷害危機應變流程



註：1. 本流程用於當校園自我傷害事件發生時，緊急處理之基本標準流程。

2. 可依照各校特性，補充或修改本流程及相關執行細則。

24 小時通報系統

