

國立南科國際實驗高級中學

「推動校園學生自我傷害三級預防」實施計畫

105年6月7日主管會議討論
105年6月30日校務會議通過

壹、依據

中華民國 103 年 1 月 13 日臺教學(三)字第 1020190903 號函。

貳、目的

為有效推動校園學生自我傷害三級預防工作及減少校園自我傷害事件之發生，訂定本計畫。

參、目標

- 一、整合自我傷害防治相關網絡資源，共同推動學生自我傷害防治工作。
- 二、編定全校性自我傷害三級預防工作計畫。
- 三、發展與推動增進學生因應壓力與危機管理知能，並增進協助處於自我傷害危機之學生的教學與活動之技能。
- 四、建立自我傷害之危機處理標準作業流程。
- 五、落實高關懷學生之篩檢，並建立檔案，定期追蹤，以減少校園自我傷害事件之發生。
- 六、建立並落實學生自我傷害三級預防工作模式。
- 七、增進學校人員對自我傷害事件之辨識及危機處理，增進即時處置知能。

肆、組織與職掌

校園自我傷害危機處理小組組織任務表：

組織	職掌	分工
召集人	<ol style="list-style-type: none">1. 負責事件處理總指揮。2. 召開緊急處理會議，瞭解危機處置進度，並且安排人員進行事件之行政通報事宜。3. 與總幹事兩人彼此連繫，給予需要的行政資源與支持。4. 指定人員對外發言。5. 與總幹事、發言人溝通，決定消息發佈內容與如何與媒體應對。6. 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。	校長
總幹事	<ol style="list-style-type: none">1. 襄理一切小組事務。2. 依事件類型決定啟動相關組員以進行事件之處理。3. 決定介入策略，發佈需要執行的任務。	輔導主任
發言人	<ol style="list-style-type: none">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。	秘書/校長 指定人選

組織		職掌	分工
工作小組	安全組	<ol style="list-style-type: none"> 負責事件現場與善後之各項安全項目。 在警方到來前，維持事件現場的秩序。 管制事件現場人員的進出。 避免師生推擠或毀壞現場之完整。 協助陪同警方進行相關處理。 	教官室
	總務組	<ol style="list-style-type: none"> 負責校內外之聯絡及相關之總務工作。 提供事件處理所需之各項支援(如器材、用品等)。 負責拉起隔離區域的布條，防止非相關的師生進入現場，確保事發現場的完整。 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。 	總務處
	醫療組	<ol style="list-style-type: none"> 負責緊急救護處理。 對情況輕微者，請當事人至保健中心進行傷口之緊急包紮。 對情況緊急者，進行現場急救處理，並通報校外醫療單位。 協助相關醫療處置事宜。 	護理師
	課務組	<ol style="list-style-type: none"> 規劃生命教育融入課程，提升學生抗壓能力與危機處理、及自我傷害之自助與助人技巧 負責因事件之發生，相關課務調整之處理，協助受到影響的教師、工作人員等，進行調代課、請假事宜。 	教務處
	法律組	<ol style="list-style-type: none"> 負責學校內外有關事務之申訴、仲裁、救助、賠償等協調工作。 提供相關法律問題諮詢。 	學務處 人事室
	資料組	<ol style="list-style-type: none"> 負責事件資料之紀錄與彙整。 呈報事件處理報告。 處理相關各項通報事宜。 	生輔組
	輔導組	<ol style="list-style-type: none"> 篩選與評估需要接受輔導之相關人士。 協助危機處置相關資源的轉介與運用，結合社區資源，尋求諮詢，或進行直接服務。 進入事發現場，協同處理自殺或自傷學生，安排專人連絡並陪伴家長，向家長解釋事件發生的經過，與家長協商處理方式，給予家長支持，並與家長進行後續的連絡。 進行減壓團體。 進行班級輔導。 篩選危機師生及安置。 	輔導室
	社區資源組	<ol style="list-style-type: none"> 包括家長會、社區心理衛生中心、醫院、警察局、其他相關社 	家長會

伍、校園自我傷害三級預防工作策略與行動方案

(一)初級預防：

1. 目標：增進學生心理健康，免於憂鬱自傷。
2. 策略：增加保護因子，降低危險因子。
3. 行動方案：

負責單位	實施內容
校長室	一、成立並召開校園自我傷害危機處理小組，研商校園憂鬱、自我傷害防治相關措施，並建立事件危機處置與事後處置流程。 二、主導整合校內資源，強化各處室合作機制。
教務處	一、規劃生命教育融入課程，提升學生抗壓能力(堅毅性與問題解決能力)與危機處理、憂鬱及自殺之自助與助人技巧。 二、協助各科教師疏導學生課業壓力、降低考試焦慮、減少失敗挫折感。
學務處	一、定期舉辦訓練課程與模擬演練，使小組成員熟習校園自我傷害預防處理、危機處理及事後處理的流程。 二、設置通報窗口、擬定校內查察策略及通報流程(含保密/保護機制)，宣導校內相關資源訊息，並提供師生緊急聯繫電話、管道資訊、宣導 24 小時求助專線(06-5053548)。 三、建立校園危機事件處理運作機制與運作流程及全校緊急事件處理通報資料。 四、透過親師座談會，向家長介紹有關維護身心健康及如何預防自我傷害行為發生之相關資訊。 五、加強舉辦心理衛生專題演講、座談、電影欣賞及健康促進等活動，協助提升學生紓壓及挫折容忍力。 六、舉辦新生始業輔導、班級幹部訓練、社團活動，協助學生適應校園生活並能善用學校各項資源。 七、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。 八、強化學務會議功能，增進導師對學生生活狀況的瞭解及問題處理之協助。
總務處	一、檢視並改善校園各項設施安全之維護，避免不良環境的產生。 二、注意校園警衛與工友之培訓，提升警衛危機處理能力。 三、加強校園巡邏，並熟悉事件發生時之處理流程。
輔導室	一、訂定校園學生自我傷害三級預防工作計畫。 二、舉辦相關主題之教師輔導知能研習，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。 三、落實各年級輔導工作，透過課程或主題週實施有關心理健康、壓力調適、尊重生命、提高挫折容忍力、增進問題解決能力等預防宣導活動。 四、篩檢適應欠佳或有自我傷害之虞的學生，進行個別諮商。 五、邀請精神科醫師、諮商心理師等協助校園高危險群學生輔導。 六、辦理生命教育電影賞析、閱讀、專題演講等宣導活動，結合各項社會資源辦理生命教育活動、憂鬱與自殺防治工作。 七、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。 八、對學生方面：引導學生瞭解生命的價值、死亡的概念、提高學生的挫折容忍

	<p>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、協助新生儘快適應學校、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。</p> <p>九、彙整相關資源網絡，並向全校師生宣導。</p> <p>十、透過親職教育資料宣導有關自我傷害防治的資訊。</p>
圖書館	<p>一、留意出版訊息，採購有關「憂鬱症」、「生命教育」、「生涯規劃」、「性別平等教育」、「青少年問題」……等類圖書供師生借閱。</p> <p>二、推動閱讀及讀書心得比賽，思考生命的意義及尋找生命的典範。</p>
導師	<p>一、積極參與有關憂鬱與自我傷害防治研習活動，以期對學生行為有正確認識。</p> <p>二、實施生命教育，與學生探討生命的意義與價值，向學生澄清錯誤觀念。</p> <p>三、留意學生日常狀況及出缺席情形，與家長及任課教師保持密切聯繫。</p> <p>四、給予學生支持、關懷與傾聽，掌握班上學生的身心狀況。</p> <p>五、營造班級歸屬感與凝聚力，加強情緒支持的氣氛。</p> <p>六、提升憂鬱與自我傷害辨識能力，並能及時通報轉介。</p>
教職員工	<p>一、參與校園危機事件流程演練，並熟悉相關程序。</p> <p>二、積極參與有關憂鬱與自我傷害防治研習活動，以期對學生行為有正確認識。</p> <p>三、留意學生課堂表現，並隨時與導師保持聯繫。</p> <p>四、積極參與認輔工作。</p>

(二)二級預防：

1. 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。
2. 策略：篩選高危險群，即時介入。
3. 行動方案：

負責單位	實施內容
校長室	<p>一、指示總幹事召開校內危機處理小組會議，研討處置事宜。</p> <p>二、指示事件之對外或媒體發言</p> <p>三、針對具高危險性學生，指示學務人員、輔導教師、導師、任課老師等依據校園自我傷害事件緊急處理要點進行輔導。</p> <p>四、為了尊重個案之隱私權，提醒處理個案的相關人員遵守保密的專業倫理。</p>
教務處	<p>一、協助導師、輔導教師銜鑑篩選高關懷群學生。</p> <p>二、會同導師、輔導教師對高關懷群學生進行輔導，並提供課業協助。</p> <p>三、提醒教師遵守保密的專業倫理。</p>
學務處	<p>一、協助導師、輔導教師銜鑑篩選高關懷群學生。</p> <p>二、會同導師、輔導教師、輔導教官對高關懷群學生進行輔導，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關懷群個案。</p> <p>三、協助導師建立高關懷群學生支持網絡，提供相關人員聯繫方式。</p> <p>四、提醒導師遵守保密的專業倫理。</p> <p>五、提升導師、教官、同儕、教職員、家長之憂鬱辨識能力，以協助觀察篩檢。</p>
總務處	<p>一、重新評估校園是否存有危險狀況並加以改善。</p> <p>二、督導校警及全校各單位提高警覺，熟悉事件發生時之處理流程。</p>

	三、提醒職員工遵守保密的專業倫理。
輔導室	<p>一、高危險群篩選：規劃高危險群篩選方式，針對高關懷群及高風險家庭建立定期追蹤機制，並給予適當協助。</p> <p>二、提升導師、教官、同儕、教職員、家長之憂鬱辨識能力，以協助觀察篩檢。</p> <p>三、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：評估該傷害對其心理的影響、共同策畫復健計畫、協助個案適當轉介。</p> <p>四、整合校內外及社會資源，聘請專業人員（如：臨床心理師、諮商心理師、社工、精神科醫師等）到校服務，提供個案進一步心理諮商與治療。</p>

(三)三級預防：

1. 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。
2. 策略：建立自殺與自殺企圖之危機處理與善後處置表準作業流程。
- 3 行動方案：分為高危險群尚未採取行動、自殺未遂、與死亡個案。

負責單位	實施內容
校長室	<p>一、指示總幹事召開校內危機處理小組會議，研討處置事宜。</p> <p>二、為了尊重個案之隱私權，提醒處理個案的相關人員遵守保密的專業倫理。</p>
教務處	<p>一、參加危機處理小組會議。</p> <p>二、針對因此事件造成心理情緒反應異常的教師給予適切的關心與支持。</p> <p>三、當事人精神狀況穩定，可安排相關課業補救措施。</p> <p>四、提醒教師遵守保密的專業倫理。</p>
學務處	<p>一、啟動危機處理機制，立即連絡相關人員，送醫急救—通知家長—現場的保持與清理—課業有關問題的處理。</p> <p>二、參加危機處理小組會議。</p> <p>三、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。</p> <p>四、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。</p> <p>五、自殺未遂當事人處置：當事人住院時，固定前往探視並與醫院保持聯絡，瞭解當事人身體恢復狀況(健康中心)。</p> <p>六、事後相關事宜處置：若個案死亡，協助處理後事(殯葬事宜、參與告別式等)。</p> <p>七、提醒導師遵守保密的專業倫理。</p> <p>八、召開工作檢討會，進行事件處理工作之檢討，評估學校處理自我傷害事件的能力，做為未來修正防治計畫之參考。</p>
總務處	<p>一、參加危機處理小組會議。</p> <p>二、評估校園是否有安全疏失，加以改善、對事件現場的處理情形詳細報告、配合處理喪葬事宜、調整事件發生現場環境，去除大家的心理陰影。</p> <p>三、提醒職員工遵守保密的專業倫理。</p>
輔導室	<p>一、參加危機處理小組會議，並提供相關訊息，評鑑高危險群學生，做合適處置</p>

	<p>並至班級與同學討論。</p> <p>二、(一)對於已有自殺計畫者：</p> <ol style="list-style-type: none"> 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，提供出現自殺計畫者求助管道。 <p>(二)對於自殺未遂當事人處置：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 與家長定期聯絡，討論當事人的狀況以及出院後的處置方式。 2. 安排當事人後續個別諮商，或轉介其他輔導資源。 3. 建立當事人的同儕支持及監督系統。 <p>三、事後相關事宜處置：</p> <ol style="list-style-type: none"> (一) 高危機群師生的安置與輔導。 (二) 實施班級輔導。 (三) 事件發生後讓老師或其他家長瞭解，此危機事件發生後，自我本身與學生會產生的衝擊及相關反應，並提供求助相關資源與電話。 (四) 辦理與此事件相關的師生之減壓團體。 (五) 辦理危機工作人員的減壓團體。 <p>四、視情況申請「高級中等學校校園危機處理安心服務小組入校服務」，以協助進行班級團體輔導及哀傷輔導。</p> <p>五、遵守保密的專業倫理。</p>
<p>導師</p>	<p>一、與校園危機處理小組密切合作，用開放的態度面對問題和學生一起經歷、成長。</p> <p>(一)自殺未遂當事人處置：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 當事人住院時，固定前往探視並與醫院保持聯絡，瞭解當事人身體恢復狀況。 2. 協助家長處理相關行政事務，如請假或休學。 3. 與家長定期聯絡，討論當事人的狀況以及出院後的處置方式。 4. 定期告知班級師生，當事人目前的健康近況。 5. 當事人要出院前，告知班上同學，讓班級學生有所準備。 6. 建立當事人的同儕支持及監督系統。 7. 會同輔導老師與班上學生進行討論，讓學生發洩感情及對此事件的想法。 8. 如有學生不想參與討論，則尊重其意願。 9. 與班上學生得到共識，避免眾說紛云，造成不必要的誤傳與揣測。 10. 提醒學生保持高度警覺，如果發現同學有異狀，隨時向學校報告。 11. 向學生說明可求助管道。 12. 對全班學生保持關注，並隨時省察自己的情緒，在需要時主動求助。 13. 安排適當的時機與班上學生討論個案返校後的相關事宜。 14. 個案回校後多給予關心，切忌給予貼標籤。 15. 遵守保密的專業倫理。

<p>導師</p>	<p>(二)事後相關事宜處置：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 會同輔導老師馬上進行班級輔導，讓學生適當宣洩情感及對此事件的想法，如有學生不想參與討論，則尊重其意願。 2. 向學生清楚說明如何、何時、在哪裡可以得到幫助。 3. 提醒班級幹部保持高度敏感，對與自殺成功個案較密切的學生、或與個案有過節的學生、特別敏感的學生進行長期追蹤輔導。 4. 對全班學生保持關注，建立信心、充分給予溫暖並分享事後的心情，共同努力走出不幸的陰影。 5. 配合危機處理小組帶領學生參加祭奠或追悼儀式。 6. 遵守保密的專業倫理。
<p>任課老師</p>	<p>一、對自殺未遂的個案：</p> <p>(一) 支援導師照顧班上其他學生，並在課堂中提供學生正確資訊，鼓勵學生需要時隨時求助，引導學生認清自我傷害並非解決問題的方法。</p> <p>(二) 若個案已康復返校，避免給予標記。</p> <p>(三) 隨時留意自己的情緒並適時向有關人員尋求抒解。</p> <p>(四) 遵守保密的專業倫理。</p> <p>二、對自殺成功的個案：</p> <p>(一) 事件發生後，馬上支援導師照顧班上其他學生。</p> <p>(二) 在課堂中提供學生求助的資源管道。</p> <p>(三) 對全班同學給予關心、支持，一起努力走出此事件的陰霾。</p> <p>(四) 遵守保密的專業倫理。</p> <p>三、遵守保密的專業倫理。</p>

陸、設置「校園學生自我傷害三級預防」推動小組

成立本校「學生自我傷害三級預防推動小組」，推動學生自我傷害預防工作。本小組成員包含：校長、秘書、教務主任、學務主任、國中部主任、國小部主任、雙語部主任、總務主任、輔導主任、圖書館主任、人事主任、教學組長、生輔組長、高中部教官、輔導組長、護理師、專任輔導教師、導師、教師代表共 19 人。

柒、預期成效

- 一、透過校園執行學生自我傷害防治工作之過程，體認生命之可貴，並促使師生尊重生命、關懷生命與珍愛生命。
- 二、建立完整之學生自我傷害防治機制。
- 三、有效抑制校園自我傷害之比率，降低學生自我傷害事件之發生。

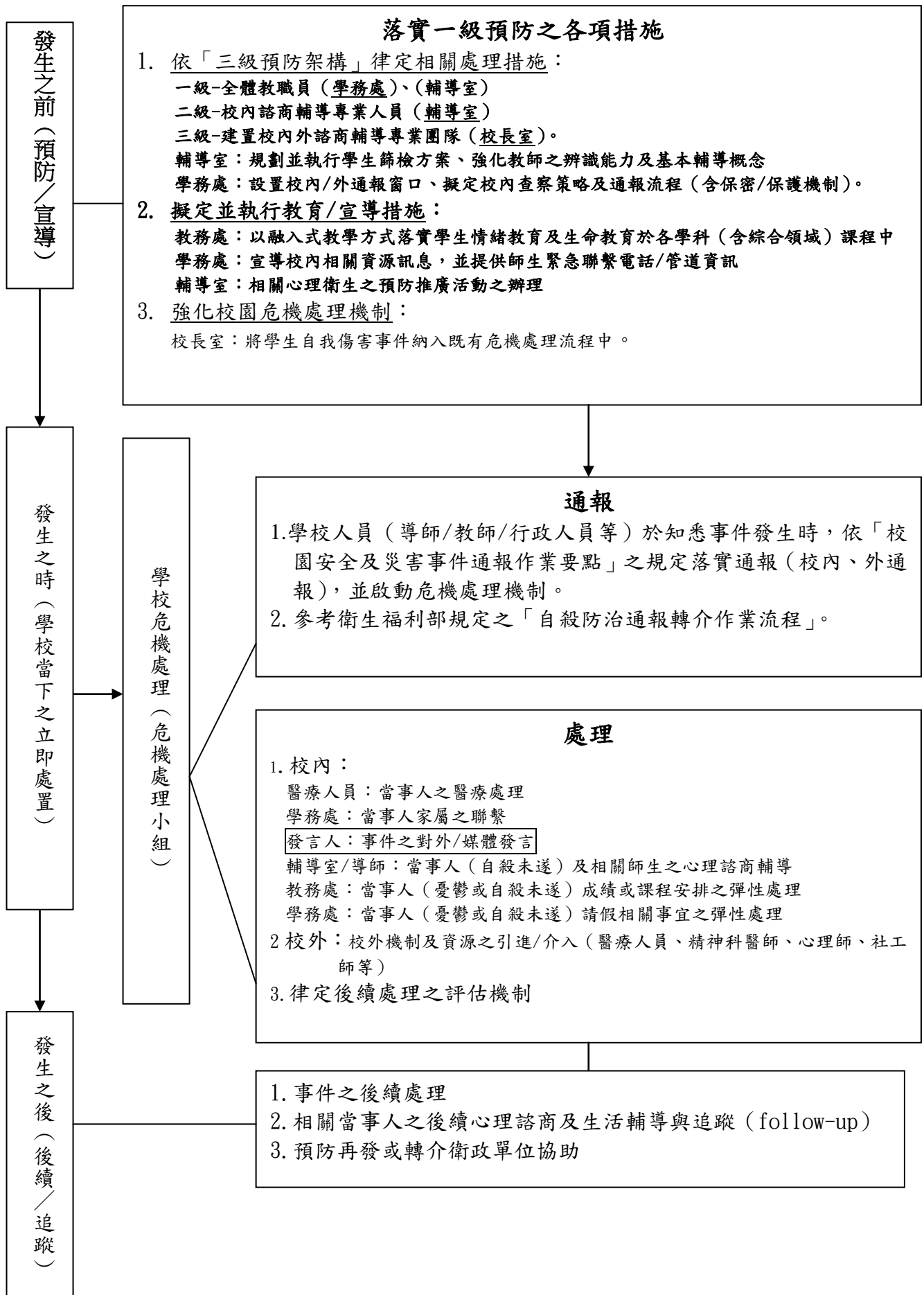
捌、獎勵措施：

實務推動人員規劃執行本計畫，成效良好並有具體績效者，得優先薦送教育部友善校園獎優秀人員或予以敘獎。

玖、實施經費：由本校相關業務經費項下支應。

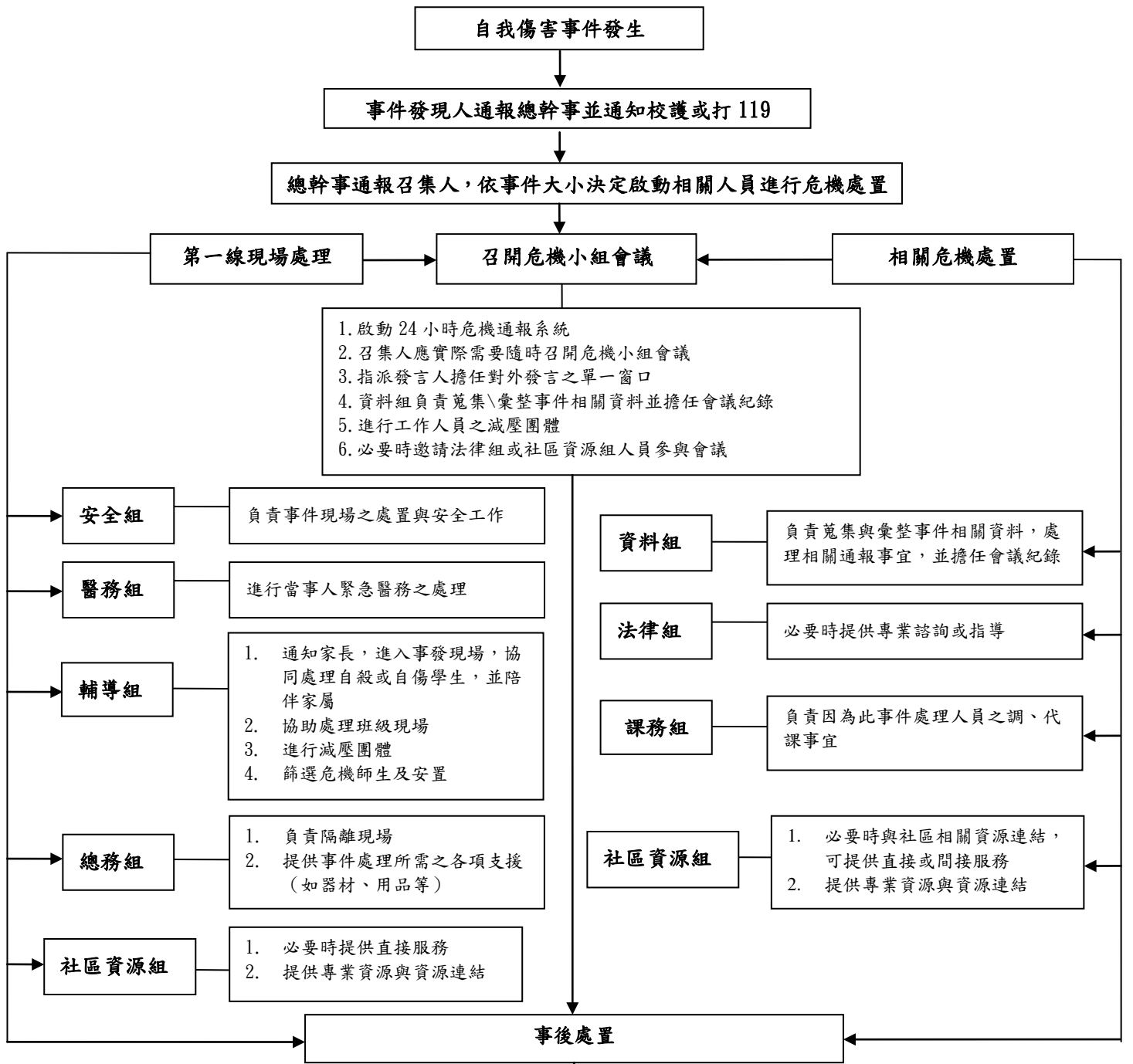
拾、本實施計畫經主管會議討論，經校務會議通過，陳校長核定後實施，修正時亦同。

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



1. 若個案死亡，協助處理後事（殯葬事宜、參與告別式等）
2. 個案若生還，持續追蹤該生身心狀況，並進行後續心理諮商，以及生活輔導與後續追蹤
3. 高危機群師生的安置與輔導
4. 實施班級輔導
5. 寫信函給老師或其他家長，讓大家瞭解此危機事件發生後，自我與學生會產生的衝擊及相關反應，並提供求助相關資源與電話
6. 與此事件相關的師生之減壓團體
7. 危機工作人員的減壓團體
8. 召開工作檢討會，進行事件處理工作之檢討，評估學校處理自我傷害事件的能力，做為未來修正防治計畫之參考
9. 呈報整體事件處理報告
10. 資料存檔備查

附件三

自殺防治資源

一、自殺防治緊急聯絡電話 24 小時直撥專線

單位	電話	口訣
各縣市生命線	1995	要救救我
各縣市張老師	1980	依舊幫你
自殺防治安心專線	0800-788-995	請幫幫、救救我
緊急醫療救護專線	119	

二、精神醫療責任醫院

行政院衛生署嘉南療養院	06-2795019 分機 111、110
國立成功大學醫學院附設醫院	06-2353535 分機 2220

三、

台南市社區心理衛生中心（心理諮商預約專線）	06-3352982
台南市社區心理衛生中心	06-6377232

四、台南市生命線協會電話諮商專線 1995

電話協談專線 24 小時：06-2209595 及 06-2219595

五、

台南「張老師」中心	06-2366180
-----------	------------

附件四：學生憂鬱及自我傷害行為辨識徵兆

(一) 憂鬱症傾向的五大徵兆

1. 覺得身體疲勞虛弱、無力：患者常常覺得疲倦，尤其是無法起床，躺在床上的時間很多，不是不想起來，而是起不來。
2. 覺得很煩：說不出理由，也沒有什麼事，就是覺得很煩。
3. 覺得身體不舒服：比如頭痛、胸痛、心悸、腸胃不適…等。
4. 覺得心情不好：覺得不快樂、人生失去目標、失去奮鬥的動力，即使以前認為有趣的，現在也覺得無趣極了，甚至否定人生存在的價值，對很多事情都覺得沒什麼意義。
5. 睡不好：睡眠品質差，無法入睡，或即使入睡，也無法熟睡，會常常覺得沒睡飽，因此，精神很差。

以上五大徵兆的產生，只要是已經影響到其生活功能，便是疑似「憂鬱症」患者明顯的判斷依據。

(二) 自我傷害—自殺行為的徵兆

▪ 語言上的線索：

可能直接以話語表現，也可能在日記、寫信、寫作文之中表現出來。如：【沒有人關心我的生死】；【如果沒有我的話，事情也許會好些】。

▪ 行為上的線索：

- (1) 突然的、明顯的行為改變，如活潑變成退縮。
- (2) 出現與上課有關的學習行為問題，如成績大幅滑落。
- (3) 放棄個人擁有的財產：如立下遺囑；將心愛的東西送給別人。
- (4) 酒精或藥物濫用的情況突然增加。

▪ 環境上的線索：

- (1) 重要人際關係的結束；如親人死亡、與密友吵架、分手。
- (2) 家庭發生大變動；如財務困難、搬家。
- (3) 表現出對環境的不良適應，並因而失去信心，如怕上學且一再表示。
- (4) 已沒有辦法去學校。

▪ 併發性的線索：此類表現嘗試上三項的延伸，包括…

- (1) 從社團中退縮下來。
- (2) 出現憂鬱的徵兆。
- (3) 出現不滿的情緒。
- (4) 睡眠、飲食規則變的紊亂，失眠、顯的疲憊，身體常有不適、生病。