

## 中國醫藥大學『學生憂鬱及自我傷害三級防治工作計畫』

### 壹、依據：

- 一、教育部推動校園學生憂鬱與自我傷害三級預防工作計畫。
- 二、教育部 97 年度「友善校園」學生事務與輔導工作作業計畫暨地方政府及各級學校辦理事項工作手冊

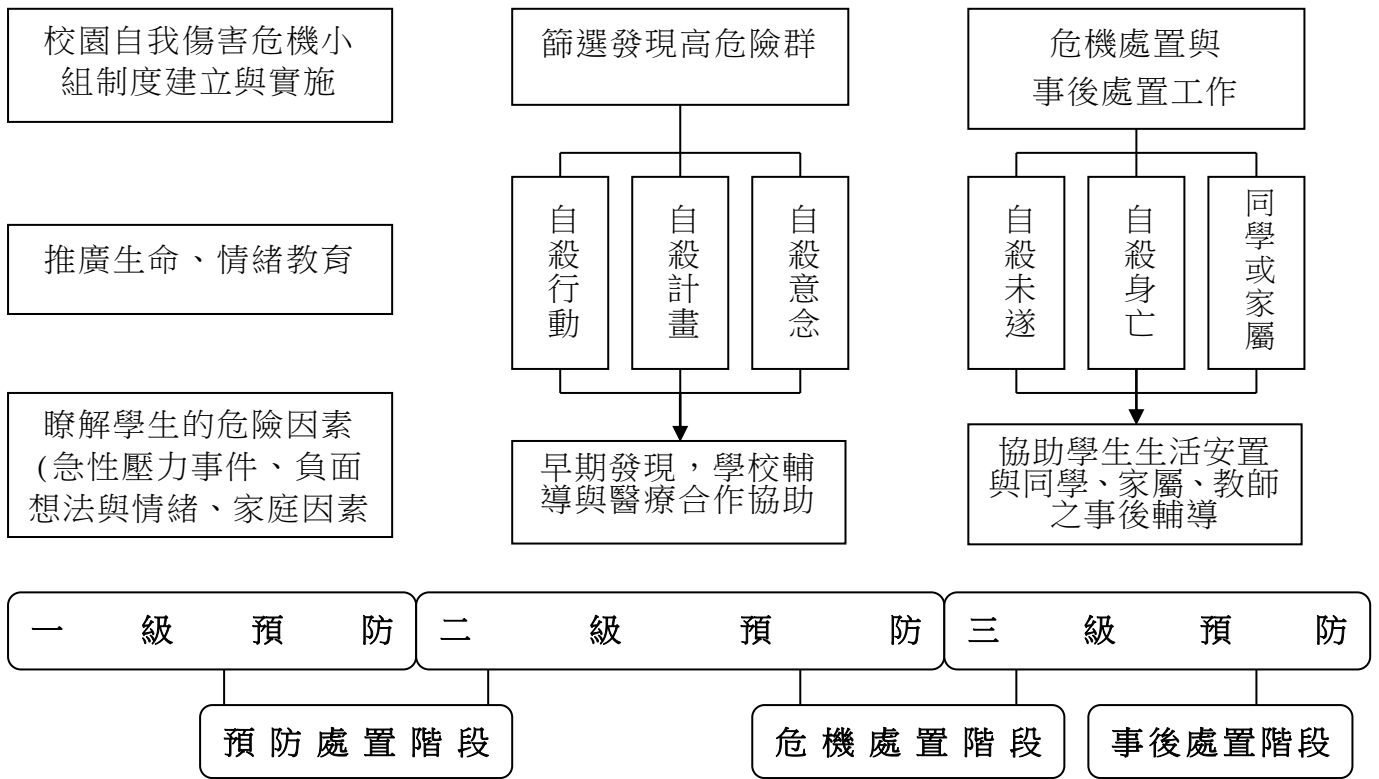
### 貳、目的：

- 一、適度引導學生積極體驗多元社會現實人生，能主動尋求多元資源紓解壓力、處理問題，並欣然接受現實考驗、面對多元社會挫折與挑戰。
- 二、協助學生觀察、解釋、處理負面情緒因子，落實身心靈之整體健康。
- 三、培養學生壓力因應與危機管理知能，藉能協助其他自殺危機或憂鬱之同學。
- 四、增進導師、學務及輔導相關業務人員，對於憂鬱與自我傷害之辨識及危機即時處置知能。
- 五、篩選高關懷學生群，建立檔案，定期追蹤，以減少校園憂鬱自傷事件之發生。
- 六、建立學生憂鬱與自我傷害之三級預防處理機制及流程。

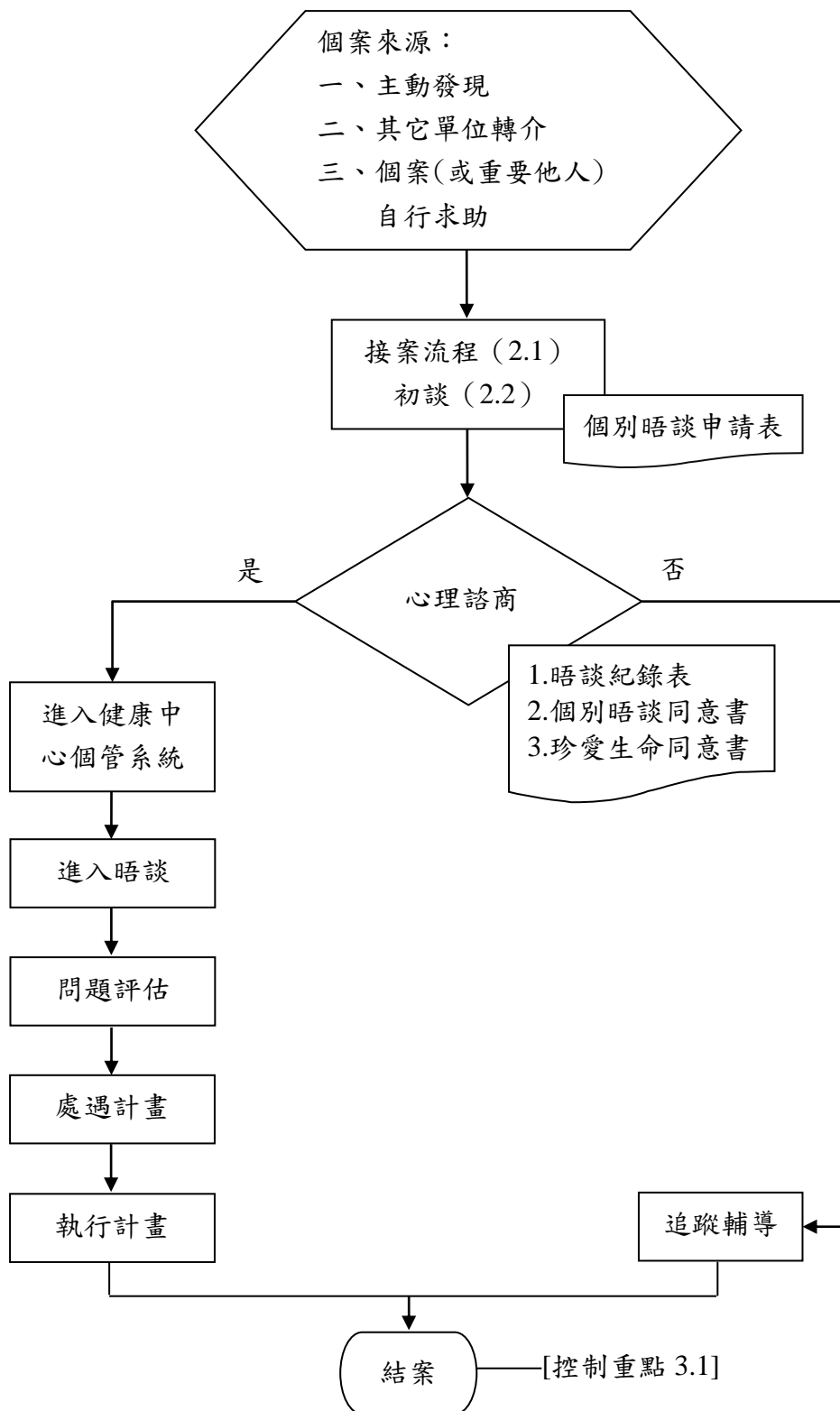
### 參、實施策略

- 一、結合醫療單位、大專校院、民間社服團體（生命線、張老師諮詢中心、家扶中心等），辦理學生心理衛生及自傷防治專題演講及教職同仁如何處理學生憂鬱自傷案件之理念與實務分享研習，落實校園學生憂鬱自傷防治工作，有效處理學生憂鬱自傷問題。
- 二、依據教育部函頒之「校園安全及災害事件通報作業要點」，凡自傷自殺案件發生，危機處理小組應立即以傳真或網路方式通報教育部。
- 三、強化學校危機處理網路：全面強化「高關懷學生群」（自傷高危險群）學生認輔工作，期在親師合作下，建構學生支持輔導系統，防治學生自傷。
- 四、推動生命教育：辦理導師生命教育等研習以增進導師輔導知能，提供適當有效的輔導，協助學生學習處理與適應。辦理生命教育主題活動，配合關懷身心障礙引導學生逐步體認生命的可貴，進而尊重生命、關懷生命並珍愛生命。

一、學生憂鬱與自我傷害防治之三級預防模式



## 二、晤談輔導作業流程



三、依計畫分預防處置、危機處理及事後處置等三階段防治處理機制，並依學校行政單位、導師及任課老師職責分工辦理。

實施階段	執行人員	實施內容
預防處置階段	軍輔組 健康中心	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 研商校園學生憂鬱及自我傷害防治工作計畫，並建立事件危機處置與事後處置流程，印發全校週知。</li> <li>2. 舉辦輔導知能成長團體，以及於各項會議宣導校園學生憂鬱及自我傷害防治觀念，以提昇全校教職員工輔導知能與敏銳覺察度。</li> </ol>
	軍輔組 健康中心	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 加強班親會功能，增進導師與家長對學生生活狀況的瞭解，以及問題處理之協助。</li> <li>2. 協助老師執行「疏導學生課業壓力，減少失敗挫折感」的工作。</li> <li>3. 宣導學生憂鬱及自我傷害防治，並將其列為導師輔導知能研習主題之一。</li> </ol>
	總務處	重視教學設備及校園設施的安全維護，避免不良環境產生。
	校安中心	建立災害防救通報流程及全校緊急事件處理通報資料。
	健康中心	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學生憂鬱及自我傷害行為篩選，針對適應欠佳學生，給予適當個別輔導。</li> <li>2. 引導學生參與社團活動，豐富學生學習生活。</li> <li>3. 輔導老師與學生討論「自殺」議題，依「學生最立即需要」及「保護學生的安全性」兩大原則處理。</li> <li>4. 提供家長預防子女自我傷害的方法。</li> <li>5. 針對全校教職員工宣導自我傷害防治觀念、危機處理原則。</li> <li>6. 將生命教育融入課程設計，引導學生愛惜生命，增強適應力。</li> <li>7. 導師方面：提供導師情緒管理知能、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、提供導師哀傷輔導的基本方法。</li> <li>8. 學生方面： <ol style="list-style-type: none"> <li>(1)推動輔導股長機制：在各班上形成一個支持的網絡，提供需要協助同學社會資源，並形成通報的系統，主動向導師、健康中心報告同學之動態，特別是異常舉動者。</li> <li>(2)學生輔導方面 <ol style="list-style-type: none"> <li>a.瞭解學生日常生活中是否遭遇較大的生活變動。</li> </ol> </li> </ol> </li> </ol>

		<p>b.瞭解學生面對生活變動時之因應能力，教導學生善用社會支持系統。</p> <p>c.協助學生尋求社會資源。</p> <p>d.協助學生發展解決問題的策略，提高學生的挫折容忍度。</p> <p>e.協助學生對壓力事件做成功的因應</p> <p>f.協助新生適應新學習環境課程；落實班級輔導課程</p> <p>g.引導學生瞭解生命的價值、死亡的概念</p> <p>h.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>
	總務處	<p>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。</p> <p>2. 注意校園安全，加強安全巡邏。</p>
	導師	<p>1. 參與有關學生憂鬱及自我傷害防治之研習活動，以對學生憂鬱及自我傷害有正確的認知。</p> <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. 經常與班上每位同學接觸，運用各項記錄與學生做溝通。</p> <p>4. 願意傾聽，隨時給學生支持、關懷，與學生分享其情緒。</p> <p>5. 提供支援的網絡及相關資訊，讓學生清楚地知道在遇到困難時，該如何或向何人、何單位求助。</p> <p>6. 增進學生因應的技巧及處理壓力的能力。</p> <p>7. 留意學生的出缺席狀況，與家長保持密切聯繫，相互瞭解學生之日常作息。</p> <p>8. 對可能自我傷害傾向的學生保持高度的敏感。</p>
	輔導股長	<p>1. 參與研習活動，充實相關知能。</p> <p>2. 耐心傾聽，支持與關懷同學，分享同學的情緒經驗。</p> <p>3. 保持對「異常舉動」同學之高度敏感，擔任導師的「第三隻眼」。</p> <p>4. 常與輔導老師保持聯繫，加強「全方位」輔導策略。</p>
危 機 處 置	學務長	對具高危險性學生，會同導師、輔導老師、學務人員等，依據緊急事件處理要點進行輔導。
	校安中心	<p>1. 通報校內外各相關單位。</p> <p>2. 協助個案狀況之處理。</p> <p>3. 協助現場安全處理。</p>
	軍輔組	<p>1. 協助導師、輔導老師銜鑑篩選高危險性學生。</p> <p>2. 會同導師、輔導老師對高危險性學生進行輔導，給予支持關懷。</p>

階段		3. 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。
	健康中心	<p>1. 衡鑑篩選高危險性學生，並進行後續輔導。</p> <p>2. 辦理個案研討會議，結合學校內外資源，提供心理輔導協助。</p> <p>3. 輔導老師會同導師對高危險性學生給予輔導支持與關懷。</p> <p>4. 建立校園自我傷害危機處置輔導流程，並督導輔導老師依據輔導流程輔導高危險性個案。</p> <p>5. 衡鑑與評估：自殺警訊的偵測、自殺危險程度的衡鑑。</p> <p>6. 諮商與輔導方面</p> <p>(1)對有自殺意圖但未付諸行動者，主動提供關懷、支持、傾聽與陪伴、增加學生現實感、聯絡家長並告知正確的陪伴學生的態度。</p> <p>(2)對有自我傷害想法或行動之學生召開個案會議研商輔導事宜或轉介醫療機構，並與家長聯繫，尋求問題解決對策。</p> <p>(3)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，或協助個案適當轉介。</p>
	總務處	重新評估校園是否存有危險狀況並加以改善。
	導師	<p>1. 對有自殺意念的個案</p> <p>(1)對個案保持高度「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，尋求更多的支持及協助。</p> <p>(3)與個案討論對於「死亡」的看法，瞭解其是否有「死亡計畫」。</p> <p>(4)營造班級「溫暖接納」的氣氛，讓個案感受到他是團體裡的一份子，同學們都很關心他。</p> <p>(5)通知家長，協助家人發揮危機處理的功能，隨時注意學案的言行舉止。</p> <p>(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、注意小孩。</p> <p>(7)通知學校相關人員（如輔導老師、校安人員）。</p> <p>(8)提供個案「支持網絡」成員的聯絡電話。</p> <p>2. 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。</p> <p>3. 對已採取行動，但未死亡之個案：</p> <p>(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。</p> <p>(2)請校安人員協助清理現場。</p>

		<p>(3)聯絡心輔組安撫其他同學及老師情緒，並實施個別諮商與班級輔導。</p> <p>(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。</p> <p>(5)透過個案自述或其他資料，瞭解企圖自我傷害的動機。</p> <p>(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。</p> <p>(7)請家長接個案回家。</p> <p>(8)鼓勵同學對個案表達關懷，協助個案重返班級。</p> <p>(9)在個案重返學校的初期，協助班級形成一個支持網絡。</p> <p>(10)拒絕任何媒體採訪，統一由學校代表對外說明。</p>
	輔導股長	<p>1. 對有自殺意念的個案：</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)鼓勵或帶領同學向輔導單位求助，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、教官、輔導老師、校安人員)。</p> <p>2. 對已採取行動，但未死亡之個案：</p> <p>(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。</p> <p>(2)協助安撫其他同學情緒。</p> <p>(3)協同同學抽空探視個案，表達同學的關心。</p> <p>(4)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>(5)以平常心看待此事，不在校內談論此事。</p> <p>(6)不對外界做敘述，統一由危機處理小組之代表對外界說明。</p>
事後處置階段	校長	召開校內危機處理小組會議，研討處置事宜。
	教務處 人資室	掌握需協助之導師狀況，並給予支援。
	校安中心	<p>1. 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。</p> <p>2. 聯絡家長，傳達學校關心及可能協助之事項。</p>
	總務處	評估校園是否有安全疏失，並加以改善、對現場事件處理情形進行詳細報告，配合處理喪葬事宜，調整事發現場環境。
	健康中心	<p>1. 幫助師生抒解悲傷的情緒與緩和哀悼的心結。</p> <p>2. 與學生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。</p> <p>3. 幫助學生釐清自殺迷思，使學生對「自我傷害(自殺)」與「死亡」有正確的概念。</p>

		<ol style="list-style-type: none"><li>4. 過濾出哪些人是受事件影響較深的「高危險群」者。於一個月內予以密集追蹤關懷。</li><li>5. 掌握校外及社區輔導機構與醫療資源的正確資訊。</li><li>6. 進行班級或小團體輔導，與學生互動討論。</li></ol>
	軍輔組	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 協助學生生活安置。</li><li>2. 提供急難救助資源。</li></ol>