

# 國立屏東高工學生憂鬱與自我傷害三級預防工作實施計畫

111.11.23 主管會議討論通過

## 壹、依據：

- 一、教育部推動校園學生自我傷害三級預防工作計畫
- 二、國立屏東高工師生「在校受傷或意外事故」緊急處理流程。

## 貳、目的：

- 一、運用各項教學與活動，增進學生因應壓力與危機管理知識。
- 二、提高教師、輔導教官與行政人員對於憂鬱與自我傷害學生之辨識、危機即時處理及事後處理知能。
- 三、落實高關懷學生群之篩選，並建立檔案定期追蹤，以減少校園憂鬱及自傷事件之發生。
- 四、建立並落實學生自我傷害三級預防工作模式。
- 五、整合憂鬱及自我傷害防治相關網絡資源，提升執行校園學生憂鬱及自我傷害防治工作成效。

## 參、推動策略

### 一、研究發展

- (一) 蒐集國內外學生憂鬱與自我傷害防治相關資料，提供全校參閱運用。
- (二) 調查學生自我傷害之盛行率與其危險因子與保護因子，並進行成因分析，以研擬與修正三級預防方案。
- (三) 研擬校園危機處置機制及處理流程，建立個案處理範例，為學校處理參考。

### 二、強化組織運作：

- (一) 成立本校學生憂鬱與自我傷害三級預防推動小組（如附件一）、自我傷害危機處置小組（如附件二），定期督導執行成果。
- (二) 結合家長、社區、醫療等資源，建置學生憂鬱與自我傷害三級預防網絡。

### 三、培訓防治人才

- (一) 培訓本校之核心推動人員，擬訂執行計畫及憂鬱與自傷三級預防。
- (二) 鼓勵校內教師積極參與相關憂鬱與自我傷害三級預防研習，以增進相關處遇知能。

### 四、編製相關教材及參考資料

- (一) 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。
- (二) 請課程發展委員會將增進學生挫折容忍力及情緒管理之相關議題納入課程計畫中。
- (三) 提供教育部校園自我傷害防治處理工作手冊供教師參考，並置於網站，以利學校教師逕行運用，以及早辨識學生問題，即時提供學生協助。
- (四) 持續運用與提供教師高危險群或憂鬱、自我傷患者介入之心理治療或諮商手冊與多媒體宣導教材，增進教師對相關學生的瞭解。

### 五、推動與實施防治計畫

擬定學生憂鬱與自傷防治計畫，據以執行並定期檢討修正。本校執行初級預防、二級預防、三級預防工作如下：

## (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：

### (1) 校長室

- A. 督導成立推動小組、自我傷害危機處置小組，研商校園憂鬱、自我傷害防治相關措施，並建立學生憂鬱及自殺（傷）防治處理機制流程(如附件三)。
- B. 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對憂鬱、自我傷害學生之覺察與敏感度。
- C. 重視學生安全工作與教學設備及校園設施的安全維護，避免不良環境的產生，以積極建立友善校園為目標。

### (2) 教務處、實習處：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. 舉辦新生始業輔導、班級幹部訓練、聯合班會及社團活動，協助學生適應校園生活及擔任班級及行政單位溝通橋樑，以促進學生身心健康。
- B. 加強導師功能，增進導師與家長對學生狀況的瞭解及問題處理之協助。
- C. 辦理生命教育電影、短片、閱讀、演講等宣導活動。
- D. 設立校內外緊急事件通報窗口(24小時通報求助專線)，並加強宣導。

### (4) 輔導室

- A. 舉辦促進心理健康（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. 結合社會資源辦理憂鬱與自殺之預防工作。
- C. 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識及危機處理知能。
- D. 對家長進行自我傷害認識與處理之教育宣導。
- E. 同儕之溝通技巧與情緒管理訓練。
- F. 彙整相關資源網絡提供全校師生運用。

### (5) 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. 加強傳達室輪值人員之危機處理能力。
- C. 改善校園環境，建構校園安全空間。

### (6) 人事室

提供職員正向積極的工作態度訓練，建立友善的校園氛圍。

### (7) 圖書館：

留意出版訊息，採購憂鬱症、青少年問題、生命教育等相關書籍供師生借閱。

### (8) 導師：

- A. 積極參與有關憂鬱、自我傷害防治研習活動，期對學生行為有正確認識。
- B. 瞭解學生日常生活當中是否遭遇較大的生活變動，協助學生對壓力事件做成因應，以增進學生因應的技巧及處理壓力的能力。
- C. 給學生支持、關懷與傾聽，掌握班上學生的身心狀態。

- D. 協助學生學習專業知識與技能，增進學生對未來的勝任感。
- E. 營造班級內歸屬感與凝聚力，以及情緒支持的氣氛。
- F. 留意每位同學出缺席狀況，與家長保持密切聯繫，相互交換學生日常訊息。
- G. 必要時實施家庭訪問，了解學生居家生活狀況。
- H. 在班上形成通報網絡，指定幹部主動報告同學異常狀態。
- I. 留意學生的週記所透露的心事及相關線索。

(9) 全校教職員工：

- A. 積極參與研習活動，提升憂鬱及自我傷害辨識能力。
- B. 保持對異常舉動學生高度敏感，及時輔導並提報相關單位。
- C. 支持與關懷，傾聽分享學生的情緒經驗。
- D. 常與導師、輔導教師保持聯繫，並參與認輔工作。

(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：

(1) 高關懷學生辨識：

高一班級由輔導老師進行入班新生定向與適應輔導時，實施我的人生量表或心情溫度計等量表，篩檢高關懷傾向之學生並進行相關輔導措施。

(2) 長期輔導與追蹤：

定期建立高關懷群檔案，並對高危險群進行長期追蹤與介入輔導；必要時，並進行危機處置。

(3) 提升導師、教職員、家長之憂鬱辨識能力，並配合運用「校園自我傷害防治手冊」中的自我傷害行為篩選量表及自殺危險程度量表，以協助觀察篩檢，對篩檢出之高危險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，並能適時轉介個案接受專業的心理諮商或治療。

(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，及自殺未遂者的再自殺。

2. 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。

3. 行動方案：

(1) 自殺未遂：建立個案之危機處置標準作業流程(如附件四)，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，進行班級團體輔導，提供心理衛生教育及同儕如何對當事人進行協助。

(2) 自殺身亡：建立處置作業流程(如附件四)，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」與行政院衛生福利部規定之「自殺防治通報轉介作業流程」進行通報與轉介。

肆、預期成效

- 一、建立完整之學生憂鬱及自我傷害防治機制。
  - 二、有效抑制校園憂鬱及自我傷害比率逐年增加之趨勢，有效降低學生憂鬱與自我傷害之盛行率。
- 伍、本計畫經主管會議通過後，呈校長核定日起實施，修正時亦同。

## 國立屏東高工學生憂鬱與自我傷害三級預防推動小組

職 稱	職務項目	業務分工	備註
校 長	督 導	建置專業團隊、督導處室運作事宜	
秘 書	行政支援	協助校內資源整合	
輔導主任	行政規劃 兼執行秘書	工作規劃，提升全校及家長自我傷害防治知能	
輔導組長	承辦人	承辦本小組工作之落實、推動及相關行政工作。	
學務主任	生活教育	推動學生生活輔導事宜及辦理促進心理健康活動	
訓育組長	生活教育	協助辦理促進心理健康活動等事宜	
生輔組長	生活教育	協助設置校內外通報窗口，推動學生生活輔導等相關事宜	
衛生組長	生活教育	協助辦理校內醫護資源運用等事宜	
教務主任	學習輔導	規劃生命教育、憂鬱自傷防治融入共同科目相關課程	
教學組長	學習輔導	協助生命教育融入共同科目相關課程	
特教組長	學習輔導	協助生命教育融入綜職班課程	
實習主任	學習輔導	規劃生命教育融入專業科目相關課程	
總務主任	環境教育	建構校園安全空間	
主任教官	安全教育	宣導安全意識、協助危機處理及校安通報	
人事主任	員工 心理健康	職員心理健康	

國立屏東高級工業職業學校校園自我傷害危機處置小組

編組及負責人	職稱或單位	任務分工
召集人	校長	召集危機小組、啟動及統合資源、督導危機處置事宜、指派發言人
執行秘書	輔導主任	協助召開危機小組會議
安全組	學務主任 主任教官	負責事件現場之危機處置、協調處理通報事宜及調派人員處理
醫務組	衛生組長 護理師	進行當事人緊急醫務之處理
輔導組	輔導組長 輔導教師	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 通知家長，協同在事發現場處理自殺或自傷學生、陪伴家屬。</li> <li>2. 協助處理班級現場</li> <li>3. 進行減壓團體</li> <li>4. 篩選危機師生及安置</li> </ol>
總務組	總務主任	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 負責隔離現場</li> <li>2. 提供事件處理所需之各項支援（如器材、用品）</li> </ol>
課務組	教務主任	負責因此事件處理人員之調代課或教室調動事宜
資料組	圖書館主任	負責蒐集彙整事件相關資料，協助提供判斷方向
法律組	法律專家	必要時提供事件相關法律專業諮詢或指導

## 國立屏東高級工業職業學校 學生憂鬱及自殺（傷）防治處理機制流程圖

### 落實一級預防之各項措施

發生之前（預防／宣導）

1. 依「三級預防架構」律定相關處理措施：一級-全體教職員（學務處）、二級-校內諮商輔導專業人員（輔導室）、三級-建置校內外諮商輔導專業團隊（校長室）。規劃並執行學生篩檢方案、強化教師之辨識能力及基本輔導概念（輔導室）；設置校內/外通報窗口、擬定校內查察策略及通報流程（含保密/保護機制）（學務處）。
2. 擬定並執行教育/宣導措施：以融入式教學方式落實學生情緒教育及生命教育於各學科之課程中（教務處）；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（學務處）；相關心理衛生之預防推廣活動之辦理（輔導室）。
3. 強化校園危機處理機制：將學生自我傷害事件納入既有危機處理流程中。（校長室）。
4. 學校成立巡查單位，巡視班級及校園角落，預防校園安全事件。

### 通報

發生之時（學校當下之立即處置）

學校危機處理（危機處理小組）

學校人員（導師/教師/行政人員等）於知悉事件發生時，立即依通報機制落實通報（校內通報、校安通報），並啟動危機處理機制。  
（校安通報：生輔組）

### 處理

1. 校內：當事人之醫療處理（醫療人員）、當事人家屬之聯繫（學務處）、事件之對外/媒體發言（發言人）、當事人（自殺未遂）及相關師生之心理諮商輔導（輔導室/導師）、當事人（憂鬱或自殺未遂）成績或課程安排之彈性處理（教務處）、當事人（憂鬱或自殺未遂）請假相關事宜之彈性處理（學務處）。
2. 校外：校外機制及資源之引進/介入（醫療人員、精神科醫師、心理師、社工師等）
3. 律定後續處理之評估機制

發生之後（後續／追蹤）

1. 事件之後續處理
2. 相關當事人之後續心理諮商及生活輔導與追蹤
3. 預防再發或轉介衛政單位協助