

# 桃園市中壢區新明國民小學

## 學生憂鬱與自我傷害三級預防工作計畫

### 壹、依據：

- 一、教育部友善校園學生事務與輔導工作計畫。
- 二、教育部推動校園學生憂鬱與自我傷害三級預防工作計畫。
- 三、新竹市校園學生憂鬱及自我傷害篩檢與處置實施方案。

### 貳、目的：

- 一、發展與推動增進學生因應壓力與危機管理知能，並增進協助其他處於自殺危機或憂鬱中同學的教學與活動之技能。
- 二、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。
- 三、落實高關懷學生群之篩選，並建立檔案，定期追蹤，以減少校園憂鬱自傷事件之發生。
- 四、建立憂鬱與自傷之危機處理標準作業流程。
- 五、增進輔導人員對憂鬱自傷學生之有效心理諮商與治療之知能。
- 六、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。
- 七、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、強化組織運作：(如附件)

- (一) 成立「學生憂鬱與自傷三級預防及學生零自傷推動小組」。
- (二) 建立校園學生憂鬱及自我傷害處置標準作業流程圖。
- (三) 建立通報系統：依據教育部「校園事件通報管理系統實施要點」，凡自傷自殺案件發生，立即上「教育部校園安全暨災害防救通報處理中心/校安即時通」(網址：<http://csrc.edu.tw/csrc/>) 通報並以傳真或電話方式通報市府教育局並成立危機處理小組應變。
- (四) 全面強化學校自傷高危險群學生認輔工作，加強教師之訓練，積極辦理相關教師研習與工作坊等，課程設計兼顧理論與實務，配合相關議題，以增進教師輔導知能，在學生面臨相關問題時，提供適當有效的輔導，協助學生學習處理與適應。另積極推動親師合作，讓每一位學生隨時都有人照顧輔導，防治學生自殺。

#### 二、培訓防治人才：

- (一) 參加本縣教育人員自我傷害防治座談會、研習等，培訓學校之核心推動人員(如學務單位主管)，擬定執行計畫及精進憂鬱與自傷三級預防。
- (二) 辦理學校執行學生憂鬱與自傷防治之經驗分享與觀摩，透過示範學習，以激發學校積極推動，並精進推動之策略與行動方案。
- (三) 配合醫療單位、大專校院、民間團體、參加心理衛生及自殺防治研討會、專題演講、生命教育研習會等，推廣處理學生自傷案件之理念，落實校園自殺防治工作，以有效處理學生自殺防治問題。

### 三、生命教育之推動：

將生命教育課程融入教學中，並辦理生命教育各項研習，促進親師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。

### 肆、實施方式：

#### 一、初級預防：

- (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. 學校訂定學生憂鬱與自我傷害防治計畫。
  - 2. 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. 整合校內資源，強化各處室合作機制。
- (四) 教務處：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。
- (五) 學務處：
  - 1. 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。
  - 2. 結合社團及社會資源辦理憂鬱與自殺之預防工作。
  - 3. 憂鬱與自我傷害辨識及危機處理知能。
- (六) 總務處：
  - 1. 危機處理能力之加強。
  - 2. 校園高樓之中庭與樓梯間之意外預防安全網、生命教育文宣與求助專線之廣告。
- (七) 輔導處：
  - 1. 辦理生命教育電影、短片、閱讀、演講等宣導活動。
  - 2. 強化教師輔導知能。
  - 3. 憂鬱與自我傷害辨及危機處理知能。
  - 4. 對家長進行憂鬱與自殺認識與處理之教育宣導。
  - 5. 同儕之溝通技巧與情緒處理訓練。
- (八) 導師：
  - 1. 積極參與有關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。
  - 2. 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
  - 3. 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造成之壓力
    - (2) 協助發展解決問題的策略及尋求社會資源

4. 經常與班上每位同學接觸，願意傾聽，隨時給學生支持、關懷，與學生分享其情緒。
5. 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。
6. 經常與任課老師聯繫，全面瞭解學生在校情形
7. 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。
8. 利用課餘做家庭訪問，瞭解學生居家生活狀況
9. 在班上形成一個支援的網絡，提供需要協助同學社會資源
10. 對可能自我傷害傾向的學生保持高度的敏感
11. 留意學生在作文、聯絡上透露的心事及相關線索

(九) 任課老師：

1. 積極參與研習活動，充實相關知能
2. 支持與關懷，耐心傾聽，分享學生的情緒經驗
3. 保持對「異常舉動」學生之高度敏感
4. 常與導師與輔導老師保持聯繫，加強輔導

(十) 校長主導結合校外網絡單位資源，以建構整體協助機制。

二、二級預防：

(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. 高關懷群篩選：每學期(含開學新生入學)定期進行問卷篩選，篩檢「疑似憂鬱症」、「曾經自殺企圖或已有自殺計畫者」及「憂鬱性妄想或幻聽者」；配合內政部強化篩檢高風險家庭。
2. 全員篩檢：新生入學時即建立檔案，並建立高關懷群檔案，每學期定期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. 提升導師同儕、教職員、家長之憂鬱辨識能力，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。

三、三級預防：

(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、計畫考核：

- 一、自我檢核：於每學期結束一個月內，填報學校執行憂鬱與自我傷害防治工作自我檢核表。
- 二、落實通報與危機處理：

校園內發生學生自我傷害與自殺事件應落實通報與危機處理之檢討，由校長主持之。

#### 陸、執行成效評估指標：

##### 一、一級預防：

1. 編定全校性自傷防治工作計畫。
2. 防治人才之培訓：派員參加「憂鬱與自我傷害種自專業人員培訓」。

##### 二、二級預防

1. 進行一年級新生進行全面之高關懷群篩選。
2. 針對一年級新生之高關懷群介入輔導，並建立檔案，定期追蹤。

##### 三、三級預防：

1. 建立學生自殺之虞或自殺未遂之危機處理流程。
2. 建立學生自殺死亡之危機處理流程。
3. 辦理學校輔導人員或相關業務承辦人員危機處理能力之培訓。

#### 柒、預期成效

- 一、透過校園執行學生憂鬱與自傷防治工作之過程，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、建立完整之學生憂鬱及自我傷害防治機制。
- 三、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。

捌、本計劃陳 校長核定後實施，修正時亦同。

輔導組長                      教務主任                      總務主任                      校長

輔導主任                      學務主任                      人事主任

**桃園市中壢區新明國民小學**  
**學生憂鬱與自傷三級預防及學生零自傷推動小組**

職 稱	姓 名	編組名稱	任 務 內 容	備 註
校 長	林瑞錫	召 集 人	審核計劃、政策之決議與督導	
教務主任	林德富	學習輔導組	規劃生命教育融入課程	
學務主任	曾天韻	生活教育組	推動學生生活輔導事宜及危機處理通報等	
總務主任	羅為先	總務組	建構校園安全空間	
輔導主任	蔡蕙蘭	行政組	策劃工作計劃，辦理教師輔導知能增能研習，提供輔導與諮詢	
輔導組長	陳蘊玉	輔導組	辦理宣導活動、學生輔導與認輔工作等	
資料組長	冷倩琦	資料組	資料檔案建立、保存、轉移等	
任課教師	學年主任	教學組	生命教育之教學、學生輔導等	學年主任 代表

**桃園市中壢區新明國民小學**  
**學生憂鬱與自傷危機處理小組人員配置表**

組別	負責人	姓名	職 掌	備註
召集人	校 長	林瑞錫	綜理事件並指定對外發言人。	
總幹事	教務主任	林德富	協助召集人聯繫各小組工作狀況。	
聯絡組	學務主任	曾天韻	◎召集導師會議建立共識。 ◎聯繫學生及家長尋求協助事項。 ◎回報教育局事件狀況。	
法律組	人 事	張敏琪	法律問題諮詢。	
醫護組	校 護	蔡玫娟	緊急醫護聯繫，現場急救實施。	
安全組	生教組長	范琮淵	◎偶發事件現場安全處理。 ◎加強校內外安全維護事宜。	
輔導組	輔導主任	蔡蕙蘭	學生身心輔導及其他相關輔導工作。	
顧問組	家長會長	現任會長	支援學校及協調溝通。	
總務組	總務主任	羅為先	◎緊急事件過程支出處理。 ◎各項設施之安全檢查與配合。	
慰問組	輔導組長	陳蘊玉	◎因應需要即時動員教師協調處理相關事宜。 ◎聯繫班級導師及協助慰問輔導事宜。	

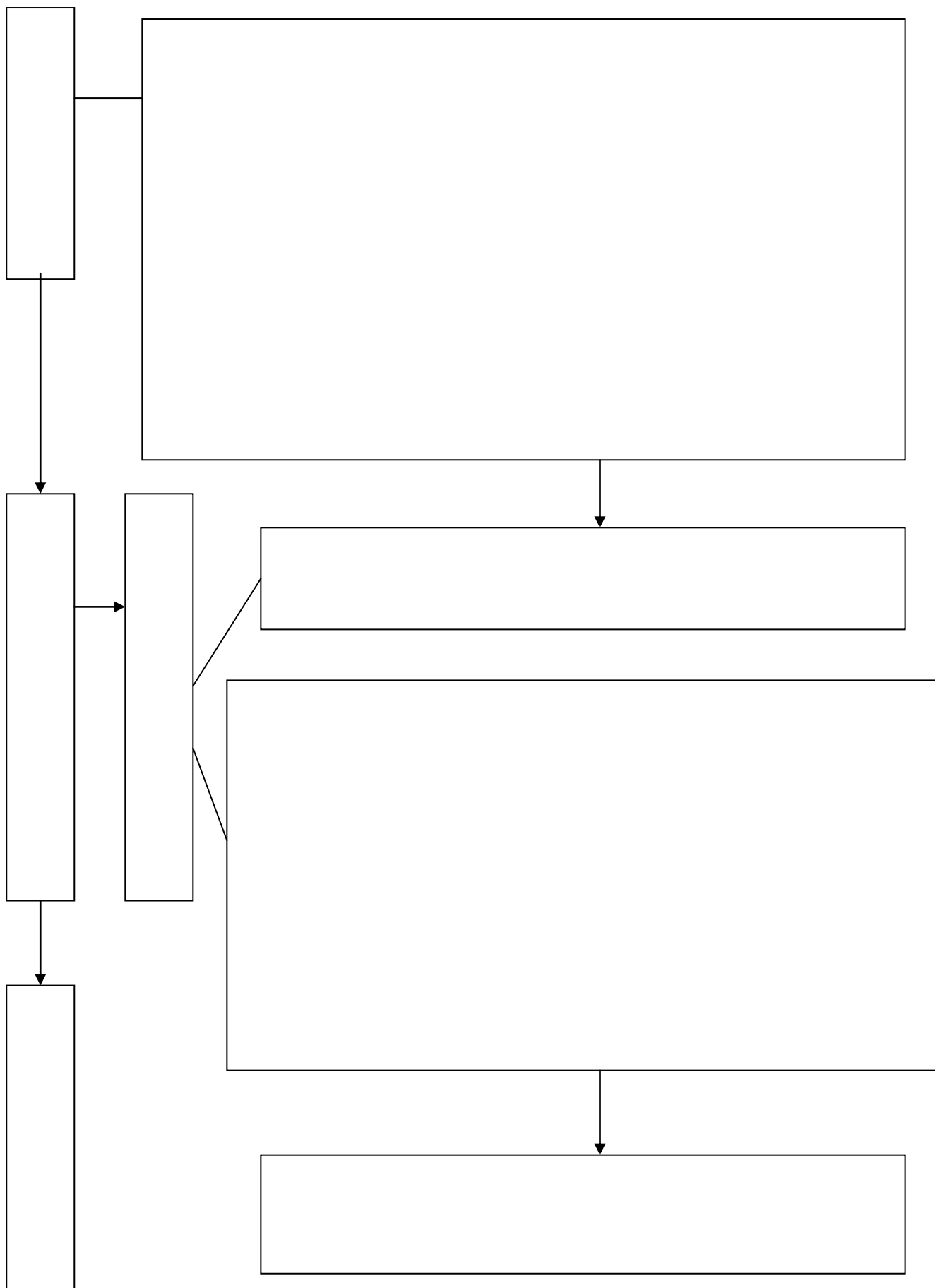
桃園市中壢區新明國民小學

學生憂鬱與自傷危機復原小組人員配置表

組 別	負責人	姓名	職 掌	備註
召集人	校 長	林瑞錫	綜理指示事件復原事宜。	
心理輔導組	輔導主任	蔡蕙蘭	學生身心輔導及其他相關輔導工作。	
教學組	教學組長	陳曉俐	協助學生課業輔導及成績處理事宜。	
復健組	輔導組長	陳蘊玉	◎與家長、醫院、教育局聯絡後續相關事宜。 ◎持續關照學生身心復原狀況。	
資料組	資料組長	冷倩琦	相關資料記錄及彙整。	

桃園市中壢區新明國民小學

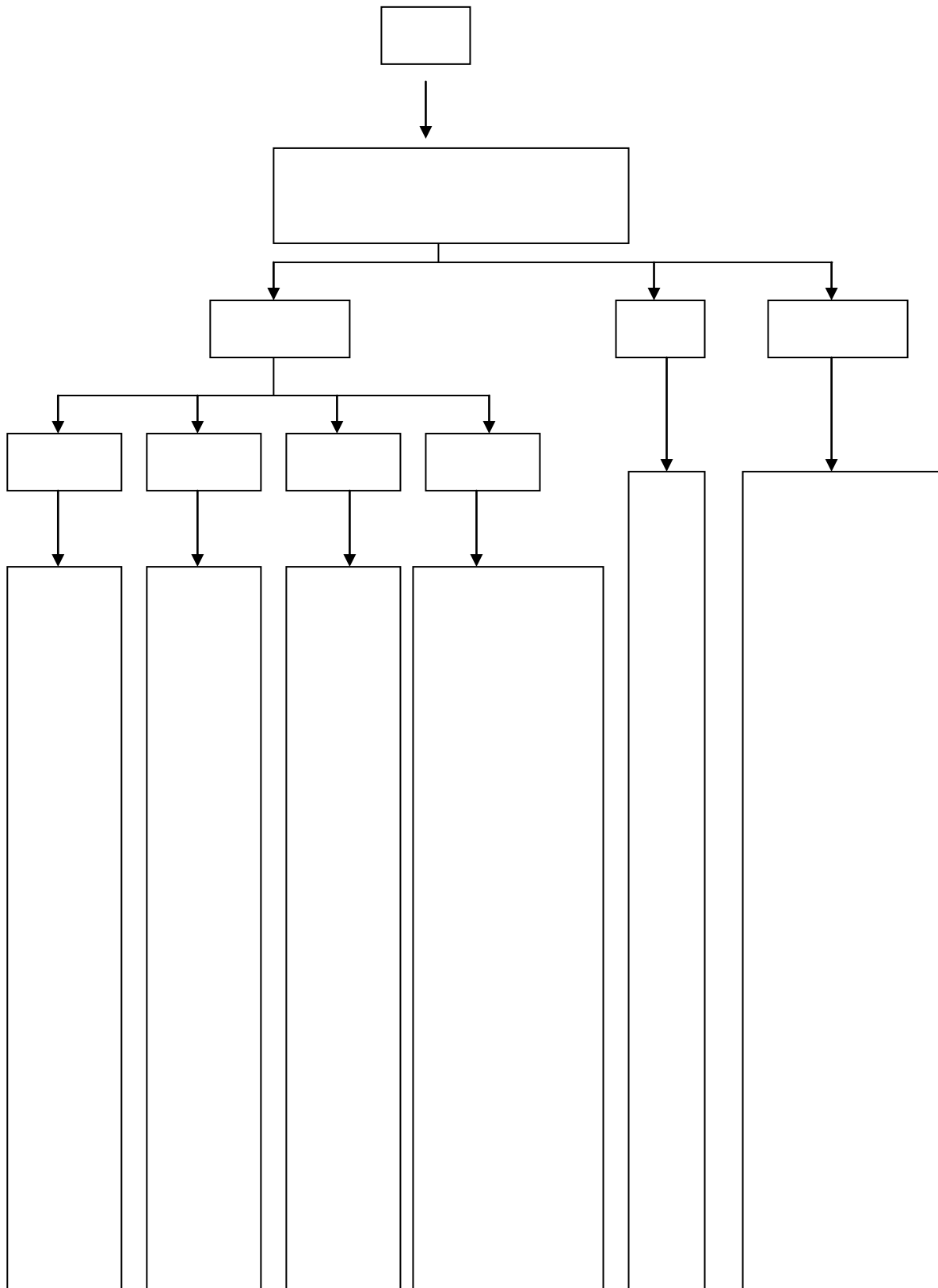
學生憂鬱及自殺（傷）防治處理機制流程圖





桃園市中壢區新明國民小學  
學生自我傷害危機處理與善後處置作業流程圖

一、預防階段處理流程





桃園市中壢區新明國小輔導資源轉介階段流程

