

新北市立板橋高中學生憂鬱與自我傷害三級預防工作計畫

111.09.22 生命教育推動委員會議通過

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、本校 111 年度輔導工作計畫。

貳、目標

- 一、協助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，強化即時處置知能。
- 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、建立憂鬱與自我傷害之危機處理標準作業流程。
- 五、增進專業輔導人員對憂鬱自我傷害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防治工作模式。

參、實施策略

擬定學生憂鬱與自我傷害防治計畫，據以執行並定期檢討修正。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) 訂定學生憂鬱與自我傷害防治計畫（本計畫）。
- (2) 建立校園危機應變機制，訂定自殺事件危機應變處理作業流程（如附件 A）。
- (3) 校長整合校內資源，強化各處室分工合作機制。

A.教務處及圖書館：

- a.收集並提供教學資源供教師授課參考。
- b.規劃生命教育與學生憂鬱與自我傷害防治融入課程或教材選讀，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。
- c.透過閱讀活動，思考生命的意義及尋找生命的典範。

B.學務處：

- a.利用班週會及其他集會辦理生命教育及憂鬱與自我傷害防治宣導活動(如生命教育電影、短片、閱讀、演講、討論等)。
- b.結合社團及社會資源辦理生命教育活動，促進心理健康等宣導或防治工作。
- c.強化導師會議功能，增進導師對學生生活狀況的瞭解及問題處理之協助。
- d.成立校園事件危機處理小組及全校緊急事件處理系統(師生緊急聯繫電話網)，召開危機處理小組會議。
- e.熟悉危機事件發生處理流程及通報規定，定期演練以加強危機處理能力。

C.教官室：

- a.宣導 24 小時求助專線（教官室校安專線：29609135，[全年無休的自殺防治守護者-安心專線 1925 - 衛生福利部](#)）。
- b.熟悉危機事件通報規定。
- c.加強校園死角巡查，嚴禁閒人逗留或進入。
- d.負責校安通報，召開危機處理小組會議。

D.總務處：

- a.加強學校警衛系統之危機處理能力。
- b.校園高樓之中庭與樓梯間之意外預防安全網、消滅校園環境安全死角。
- c.設置生命教育及憂鬱與自我傷害防治宣導與求助專線布告。

F.輔導室：

- a.強化教師輔導知能：實施全體教師對憂鬱與自我傷害辨識及危機處理知能。
- b.對家長進行憂鬱與自殺認識與處理之教育宣導。
- c.學生憂鬱與自我傷害防治、溝通技巧與情緒處理訓練。
- d.建立校園危機事件處理資料。

G.導師：

- a.積極參與有關憂鬱、自我傷害防治之研習活動，以對學生行為有正確的認識。
- b.瞭解學生日常生活當中是否遭遇較大的生活變動。
- c.給予學生支持、關懷與傾聽，掌握班上學生的身心狀態。
- d.培養班級內之歸屬感與凝聚力，營造情緒支持的氣氛。
- e.留意每位同學的出缺席狀況，與家長保持密切聯繫，交換學生之日常訊息。

H.任課老師：

- a.積極參與研習活動，充實相關知能。
- b.支持與關懷，傾聽分享學生的情緒經驗。
- c.常與導師、輔導教官、輔導教師保持聯繫，並參與認輔工作。

（4）結合校外網絡單位資源，以建構整體協助機制。

二、次級預防

- 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）高關懷群篩選：進行問卷篩選，篩檢高危險群。
 - （2）長期輔導與追蹤：建立長期輔導與追蹤檔案，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，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，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，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：各校如發現自殺與自殺企圖之危機個案，學校人員（導師/教師/行政人員等）於知悉事件發生時，立即啟動危機處理機制，由生輔組/教官室依校安通報機制落實校安通報，由輔導室進行自殺防制通報系統通報。

肆、計畫執行與檢討

一、自我檢核

- 1.每學期召開 2 次自我傷害輔導專案會議，定期檢視高危機個案適應狀況及關懷追蹤。
- 2.於每學年結束一個月內，填列學校執行憂鬱與自我傷害防治工作自我檢核表，並函報主管機關備查。

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，落實通報與危機處理。

伍、本計畫經生命教育推動委員會議討論通過實施，修正時亦同。

新北市立板橋高中學生憂鬱及自我傷害防治處理機制流程圖

