

臺中市立大德國民中學

推動校園學生憂鬱與自我傷害三級預防工作計畫

100.09 修訂

104.08 修訂

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 100 年 8 月 24 日臺訓(三)字第 1000131484B 號函
- (三) 台中市 100 年 9 月 6 日中市教中字第 1000061049 函
- (四) 本校 100 年度學生訓輔友善校園工作計畫

貳、目標

- (一) 增進學生心理健康，免於憂鬱自傷。
- (二) 早期發現、早期介入，減少學生憂鬱自傷發生或嚴重化之可能性。
- (三) 預防自殺未遂者與自殺身亡者的周遭同儕模仿自殺。

參、執行步驟

- 一、成立本校自我傷害危機處理小組，研商校園自我傷害防治計畫，並建立事件危機處置與事後處置流程。
- 二、自我傷害危機處理小組成員：校長、教務主任、學務主任、總務主任、輔導主任、會計主任、人事主任、教學組長、訓育組長、生教組長、輔導組長。
- 三、宣導說明、建立共識
利用校務會議、導師會報、專任教師會議，向全校教職員工宣導。
- 四、強化學校危機處理網路：全面強化「優先關懷群」(自傷高危險群)學生認輔工作，另積極推動友善校園工作計畫，期在親師合作下，建構學生支持輔導系統，防治學生自殺。
- 五、推動生命教育：辦理教師生命教育等研習以增進教師輔導知能，提供適當有效的輔導，協助學生學習處理與適應。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。

肆、角色與職責：

實施階段	執行處室	實施內容
預防處置階段	校長	(1) 成立校園自我傷害危機處理小組，研商校園自我傷害防治計畫，並建立事件危機處置與事後處置流程，印發全校周知。 (2) 舉辦教師輔導知能成長團體及於各項會議宣導校園自我傷害防治觀念，以提昇全校教職員工輔導技能及敏銳覺察度。 (3) 重視學生安全工作與教學設備及校園設施的安全維護。
	教務處	(1) 生命與死亡教育融入教學活動課程設計，使學生愛惜生命，增強適應力。 (2) 協助各領域教師隨時執行「疏導學生課業壓力、降低考試焦慮、減少失敗挫折感」的輔導功能。
	學務處	(1) 定期舉辦新生始業輔導活動、班級幹部訓練、聯課及社團活動，協助學生適應校園生活及擔任良好班級及行政單位溝通橋樑，並促進身心健康。 (2) 加強導師會報功能、舉辦家長座談會，增進導師與家長對學生生活狀況的瞭解及問題處理之協助。 (3) 建立校園危機事件流程及全校緊急事件處理通報資料。

	總務處	(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。 (2) 注意校園警衛及工友的挑選及培訓，加強安全巡邏，並培訓各班總務股長，協助維護班級安全。
	輔導室	(1) 應會同導師對高危險性學生給予輔導支持與關懷。 (2) 對自我傷害想法或行動嚴重之學生召開個案會議研商輔導事宜或轉介醫療機構，並與家長尋求問題解決對策。 (3) 建立校園自我傷害危機處置輔導流程，並依據輔導流程輔導高危險性個案。
危機處置階段	校長	(1) 對具高危險性學生，會同導師、輔導教師等依據校園自我傷害事件緊急處理要點進行輔導。 (2) 指示輔導主任對於自我傷害想法或行動嚴重之學生召開個案會議，研討危機處理步驟及行動，並指定聯絡家長負責人及研商是否需轉介醫療機構。
	教務處	(1) 協助導師、輔導教師銜鑑篩選高危險性學生。 (2) 會同導師、輔導教師對高危險性學生進行輔導，給予支持關懷，並參加個案會議，提供課業處理協助。
	學務處	(1) 協助導師、輔導教師銜鑑篩選高危險性學生。 (2) 會同導師、輔導教師對高危險性學生進行輔導，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危險性個案。
	總務處	(1) 重新評估校園是否存有危險狀況並加以改善。 (2) 督導校警及全單位提高警覺，熟悉事件發生時之處理流程。
	輔導室	(1) 會同導師對高危險性學生給予輔導支持與關懷。 (2) 對自我傷害想法或行動嚴重之學生召開個案會議研商輔導事宜或轉介醫療機構，並與家長尋求問題解決對策。 (3) 建立校園自我傷害危機處置輔導流程，並依據輔導流程輔導高危險性個案。
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	處理社會團體介入事宜、維持校務正常運作、掌握高危險群，並給予教師支援等。
	學務處	於事發後儘速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。
	總務處	評估校園是否有安全疏失，加以改善、對現場事件處理情形詳細報告、配合處理喪葬事宜、調整事發現場環境，去除大家的心理陰影。
	輔導室	1. 評鑑高危險群學生，給予適當處遇（如轉介至各相關醫療與諮商輔導機構、進行班級討論）。 2. 提供相關訊息給全校教職員工。 3. 班級輔導。

伍、實施要點

預防階段	實施要點
一級預防—學生心理健康之促進	<p>一、宣導心理衛生教育與生命教育：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 加強生命教育、情緒管理、壓力管理、心理衛生、生涯規劃等之通識課程與相關社團活動。 2. 在校園內及網路上推廣正確心理衛生概念，例如製作心理衛生相關知識宣導卡片、文宣；定期在留言板上張貼心理衛生相關文章。 3. 加強舉辦相關演講、座談、影片欣賞及健康促進等活動 4. 鼓勵導師、輔導活動教師使用輔導室之心理測驗，以增進學生之自我了解。 <p>二、學習與生涯規劃輔導：</p> <p>辦理專業人士、傑出校友生涯講座與生涯規劃系列演講。</p> <p>三、加強導師的功能</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 加強導師與學生之互動，鼓勵老師利用留言板、班級網頁跟電子郵件跟學生建立關係。 2. 建立優良導師評鑑制度，給予優良導師適當的鼓勵，例如，頒發獎狀、獎金。 3. 加強教師的輔導知能，辦理相關輔導研習，讓導師與任課教師知道該做些什麼、可以做些什麼，熟悉學校的行政資源，知道如何去協助學生。 4. 召開導師會報與座談會，交換彼此輔導不適應學生之經驗。 <p>四、實施認輔制度--針對導師提出生活適應不良學生安排輔導教師或認輔志工，預防學生偏差行為的產生及惡化，甚至中輟。</p>
二級預防—早期心理問題之篩選與輔導	<p>一、定期篩檢憂鬱與自殺高危險群，針對高危險群：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 定期心理諮商與晤談，並隨時評估其情緒狀態；透過晤談，讓學生對於情緒困擾有比較好的因應與調適。 2. 經評估憂鬱程度高，召開個案輔導會議，透過學校、家長及專業輔導人力的討論交流，規劃合適輔導策略，並評估轉介至學生諮商輔導中心。 <p>二 建立學生高憂鬱傾向與自殺高危險群的資料庫：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 透過校園大德園刊物，定期刊登心理衛生相關的文章，增加同學的正向思考與情緒管理、壓力因應的知能。 2. 輔導室與社區專業機構合作，開辦成長團體或人際關係團體或團體心理治療，以憂鬱與自殺高危險群為主，希望透過團體增加學生的自我認同、人際網絡、社會支持度以及溝通技巧。 3. 請全體教職員工隨時關心周遭學生，以發覺高危險群學生之存在，協助學生情緒與精神狀況之篩檢並轉介高危險群學生至輔導室。

<p>三級預防——危機處理——引進專業輔導諮商與醫療資源</p>	<p>一、找出已有自殺風險者：</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，必要時與之約訂不自殺契約及相關求救訊號。 2. 安排進一步的心理諮商與治療。 3. 在校園內設置 24 小時通報求助專線，並加以宣傳，。 <p>二、對於自殺未遂者：</p> <p>追蹤至少半年以上，定期評估其自殺意念與企圖，以預防其再自殺，並進行短、中、長期心理治療。</p> <p>三、於自殺已完成者：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 對於周遭的同學，加強學生之個別及團體之情緒輔導。 2. 協助家屬辦理後事，給予適度的情緒支持。 3. 針對整個校園，在朝會週會宣導並以公開信的方式澄清自殺的迷思，強調生命的價值與責任。 4. 邀請媒體共同參與自殺的防制工作。
----------------------------------	---

陸、社會資源

單位	住 址	電 話
<p>國立彰化師範大學</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學生心理輔導中心 2. 特殊教育諮詢中心 3. 中區學校青年諮詢中心 4. 社區心理諮商及潛能發展中心 	彰化市進德路一號	<ol style="list-style-type: none"> 1. (04)7232105 轉 1402 2. (04)7255802 3. (04)7243144 4. (04)7289258、(04)7232105 轉 1441~1444
<p>國立臺中師範學院</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學生心理輔導中心 2. 特殊教育諮詢中心 	臺中市民生路 140 號	<ol style="list-style-type: none"> 1. 22252229 2. 22294765
臺中市中等學校心理衛生諮詢服務中心(國立台中家商)	臺中市東區和平街 50 號	22223307
臺灣省衛生處台中社區心理衛生中心	臺中市三民路一段 199 號 2F	(04)22204387・2222829
臺中市家扶中心	臺中市西屯區甘肅路一段 67 號	2313-1234 2314-1819
世界展望會兒童系年暨婦女保護熱線中心		2220-6398
勵馨社會福利基金會台中站	臺中市西區三民路一段 174 號 11 樓	2223-9595
向陽青少年關懷中心	臺中市西區五權三路 200 號	2376-9595 轉 32
臺中市諮商輔導中心	臺中市進化北路 369 號 7 樓	2203-3050
臺中市家庭教育服務中心	臺中市英才路 600 號 5 樓	2372-5885
中華民國幸福家庭促進協會	臺中市工業區一路 2 巷 3 號 8 樓之 3	(04)2358-0655
耕心心理成長中心	臺中市西屯區上安路 68 號 8	2259-5719

	樓之 1	
學而篇心理成長中心	臺中市大州街 22 號	2326-0570 2223-9371
臺中市生命線協會	臺中市港路二段 13-8 號 3 樓	2326-0995
臺中市少年輔導委員會	臺中市文心路一段 588 號	2327-0059 2327-5166
臺中觀音線心理協談中心	臺中市北區柳陽東路 23 號	2233-9958
李大姐專線	臺中市三民路一段 181 號	2222-3832 2222-1154
臺中青年諮商服務中心—「張老師」	臺中市進化北路 369 號 7 樓	全省直撥專線 1980 04-22066180
得勝者教育協會	臺中市北區中清路一段 447 號 4 樓 A1	04-2298-0919
全人關懷中心	臺中市忠明路 499 號 3F	04-23144353

柒、經費由學校教學與輔導經費項下支付

捌、本計劃陳校長核可後實施，修正時亦同