

# 新北市白雲國民小學 106 學年度「學生憂鬱與自傷防治」防治工作計畫

106 年 8 月 29 日輔導工作委員會通過

## 壹、依據

- 一、教育部台訓字第 0990034292 號訂定「生命教育中程計畫」辦理。
- 二、新北市 106 學年度「友善校園」學生事務與輔導工作計畫辦理。
- 三、本校 106 學年度輔導工作計畫及「友善校園」學生事務與輔導工作計畫。

## 貳、目的

- 一、強化學校處理網絡，整合跨處室合作方案，預防校園自我傷害事件發生。
- 二、提高學生對自我傷害之認知，增進自我覺察之能力。
- 三、增進教師對校園自我傷害事件之預防與處理能力，培養對高危險性自我傷害個案之敏感度，並能適時介入與輔導。
- 四、落實校園生命教育工作之推動，培養學生尊重、關懷、珍愛生命之情操。
- 五、建置自傷憂鬱三級預防機制，營造健康安全校園環境。

參、實施期程：106 年 8 月 1 日起至 107 年 7 月 31 日止。

肆、實施對象：本校學生

## 伍、實施策略：

- 一、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及自傷事件危機處置與事後處置之流程。
- 二、鼓勵教師積極參與生命教育之研習，增進教師輔導知能，以提供學生適當有效之輔導。
- 三、全面強化自傷高危險群學生之篩選與認輔工作，透過親師合作，建構學生支持輔導系統。
- 四、辦理生命教育之宣導活動，引導學生體認生命的可貴，進而尊重生命、關懷生命、珍愛生命。
- 五、建構完善之輔導資源網絡，適時引進精神醫療、心理衛生、社會工作等資源，以維護校園心理衛生安全。

## 陸、實施方式：

### 一. 初級預防

目標：增進學生心理健康、積極進取精神，免於憂鬱自傷

- (一) 釐訂本校校園自傷危機處置標準化作業流程，定期宣導、演練
- (二) 釐訂本校校園自傷危機處置小組，進行危機分工與應變
- (三) 整合校內資源，強化處室合作、增進教師知能，發揮初級防治功能

1. 校長：(a) 倡導與建構友善校園教學環境

(b) 結合校外網絡單位資源，建構協助機制

(c) 宣導校園憂鬱、自傷防治觀念，提升教職員工覺察力與敏感度

(d) 督導處室防治工作計畫擬定，建立自傷事件危機應變處理流程

2. 教務處：(a) 協助教師於教學設計時適當融入生命與死亡教育課程，引導學生珍愛生命

(b) 督促各科教師確實執行生命與死亡教育課程，並能適時注意學生生活壓力與情緒反應，減少學生發生自我傷害行為之機會

(c) 規劃生命教育融入九年一貫課程，以提升學生抗壓能力與危機處理、憂鬱

### 自殺之自助與助人技巧

3. 學務處：
  - (a) 強化導師對憂鬱與自我傷害辨識及危機處理知能
  - (b) 建立校園危機事件處理流程及校園緊急事件處理通報系統
  - (c) 透過班級幹部訓練、聯課或社團等學生活動，協助學生適應校園生活，促進學生身心健康
  - (d) 加強導師會議功能，增進導師對學生生活狀況的瞭解及問題處理之協助
4. 總務處：
  - (a) 加強校警危機事件發生處理能力
  - (b) 隨時檢視校園各項設施安全維護、修繕，高樓中庭與樓梯間意外預防之安全網，避免製造危險環境
  - (c) 加強教職員、警衛及工友等校園安全概念之養成，落實校園安全巡邏
5. 輔導室：
  - (a) 辦理生命教育宣導活動，引導學生體認生命的可貴，進而尊重生命、珍愛生命
  - (b) 對家長進行憂鬱與自殺認識與處理之教育宣導
  - (c) 辦理各項輔導活動，協助學生適應校園生活與學習環境
  - (d) 舉辦與生命教育相關之輔導知能研習，提升教師危機預防與處理能力
  - (e) 辦理促進師生心理健康之活動（如正向思考、衝突管理、情緒管理、壓力與危機管理之活動），強化教師輔導知能
  - (f) 以適當篩檢工具篩檢「憂鬱及須高度關懷學生」名單，會同導師、認輔老師實施必要之支持與關懷或提供相關之生活與課業協助
6. 班級導師
  - (a) 對有自我傷害傾向的學生保持高敏感度，同時提供學生可支援之網絡（校內協助單位或社會資源）
  - (b) 常與輔導老師保持聯繫，加強「全方位」的輔導策略
  - (c) 營造班級強力歸屬感與凝聚力，建立和諧情緒支持的氣氛
  - (d) 留意班級學生出缺席狀況，與家長保持密切聯繫，必要時進行家庭訪視
  - (e) 積極參與校內外憂鬱、自傷防治研習活動，增進對學生行為正確之認知
  - (f) 觀察學生日常生活是否遭遇較大之生活變動，協助學生面對壓力事件做適當的因應策略
  - (g) 實施生命教育融入課程教學：與學生探討生命的意義與價值
7. 科任教師
  - (a) 能對異常舉動之學生懷高度敏感度
  - (b) 關懷、支持與耐心傾聽，分享學生情緒經驗
  - (c) 積極參與校內外憂鬱、自傷防治研習活動，增進對學生行為之正確認知

## 二. 二級輔導

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

- (一) 定期高關懷群篩檢：定期以篩檢工具（如柯氏憂鬱量表）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」；並配合篩檢高風險家庭
  - (二) 全員篩檢：建立新生高關懷群檔案，進行長期追蹤與介入輔導；必要時，進行危機處置
  - (三) 提升教師、家長對憂鬱辨識能力，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
  - (四) 整合校外專業人員到校服務（如諮商心理師、社工師、精神醫師資源）
1. 校長室：整合校園資源，進行高危險群之篩檢及早期介入

2. 教務處：協助導師進行高危險群篩檢
3. 總務處：重新評估校園是否存有危險狀況及加以改善
4. 輔導室：
  - (a) 進行篩檢，並對高危險群學生身心健康狀況建立檔案追蹤
  - (b) 熟悉簡單評估工具與晤談的使用
  - (c) 建立並熟悉學校輔導或危機處理流程，輔導高危險性個案
5. 班級導師：
  - (a) 能在學生團體正確辨識憂鬱、自殺訊息，並轉介予輔導單位進行協助
  - (b) 能藉由憂鬱、自殺防治課程，觀察班級中學生對於憂鬱、自殺的態度
  - (c) 能對個案保持高度的「敏感、接納、及專注地傾聽」
  - (d) 能與個案討論對憂鬱、死亡的看法，瞭解個案是否有計畫或行動，並採取適切輔導
6. 心理專業人員：對高危險群或急性自殺個案，立即提供有效診斷、危機處理及中長期治療

### 三. 三級處遇

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

#### 自殺未遂者之三級防治

- 作法：
- (1) 啟動校園自傷危機處置標準化作業流程
  - (2) 實施個案危機教育輔導，降低自殺模仿效應，注意高關懷群心理影響
  - (3) 安排個案心理師心理治療，預防再自殺
  - (4) 家長聯繫與預防再自殺教育
  - (5) 通報轉介：自殺暨高危險群個案通報

#### 自殺身亡之三級預防

- 作法：
- (1) 啟動校園自傷危機處置標準化作業流程
  - (2) 對媒體說明、對校內相關單位公開說明
  - (3) 對師生教育輔導，降低自殺模仿效應
  - (4) 家長聯繫協助及悲傷輔導
  - (5) 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「自殺防治通報轉介作業流程」-（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

### 柒、預期效益：

- 一、透過建立完整之學生憂鬱與自我傷害防治機制之過程，促使師生體認生命之可貴，並能尊重生命、關懷生命與珍愛生命。
- 二、有效抑制校園憂鬱及自我傷害，降低學生憂鬱與自我傷害。
- 三、促進生命教育之課程與教學發展，提供學生生活化之生命教育，營造生命價值之安全校園。
- 四、增強學生面對多元社會變遷之適應能力，學習自我控制，懂得抒解壓力，並能適時轉變想法，提升挫折忍受度，進而珍惜生命，正視生命之意義與價值。

捌、經費：由本校相關經費項下支應。

玖、本計畫提輔導工作委員會通過，陳請 校長核定施行。

承辦人：輔導葉霜  
主任葉霜

輔導主任：輔導葉霜

校長：校長洪國維