

# 國立北門高級中學學生憂鬱自我傷害防治及處理辦法

## 一、依據

- (一)、教育部輔導工作計畫
- (二)、本校輔導工作計畫

## 二、目的

- (一)培養學生自我認識及自我悅納
- (二)培養學生愛惜生命肯定自我的態度
- (三)培養健康的休閒生活

## 三、實施策略

- (一)配合教師輔導知能研習，派員參加自我傷害防治座談會、專題演講等，推廣處理學生自傷案件人才的培訓與理念。
- (二)配合醫療單位(如新營醫院)、民間團體(如生命線、張老師協會)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)強化學校危機處理網路:全面強化學校「優先關懷群」(自傷高危險群)學生認輔工作，加強教師之訓練，積極辦理「輔導知能研習」、「主題輔導工作坊」、「個案研討會」、等教師進修管道，課程設計兼顧理論與實務，規畫如生命教育、情緒管理、兩性情感、人際關係等議題，以增進教師輔導知能，落實學校輔導工作，協助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。另積極推動教學、訓導、輔導三合一整合實驗方案，期在親師合作下，讓每一位學生隨時都有人照顧輔導，防治學生自傷行為的出現。
- (四)推動生命教育:參加生命教育研習，辦理校內生命教育活動，能逐步體認生命的可貴，進而尊重生命、關懷生命並珍愛生命。

## 四、具體措施

本計畫以預防處治、危機處理及事後處治三階段，並依學校行政單位、導師及任課教師職責分工辦理。

### (一)預防處治階段

#### 【學校行政單位】

## 1.校長

- (1)成立校園自我傷害危機處理小組(成員名單詳見附件一)，研商校園自我傷害防治計畫。
- (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查度。
- (3)重視學生安全工作與教學設備及校園設施的安全維護，避免不良環境產生。

## 2.教務處

- (1)編製生命與死亡教育課程教案，使學生愛惜生命，增強適應力。
- (2)協助各科教師隨時執行「疏導學生課業壓力、降低考試焦慮、減少失敗挫折感」的工作。

## 3.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。
- (3)建立校園危機事件流程及全校緊急事件處理通報資料。

## 4.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。

## 5.輔導室

- (1)教師部份：透過校務會議及導師會議等宣導自我傷害防治資訊，將其列為「教師輔導知能研習」及「輔導教師專業訓練」主題之一。
- (2)舉辦親職教育座談會之安排親師座談增進導師與家長對學生生活狀況有更多的了解與協助。
- (3)學生部份：藉由新生輔導活動協助新生適應新學習環境課程；落實班級輔導課程篩選適應欠佳學生，給予適當個別輔導。

**【教師】**預防處治階段一相關知識的充實·生命教育的實施·主動積極的關懷。

## 1.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
  - \*與學生探討生命的意義及價值
  - \*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
  - \*瞭解學生日常生活中是否遭遇較大的生活變動
  - \*瞭解此生活變動是否對學生造成壓力
  - \*協助學生尋求社會資源
  - \*協助學生發展解決問題的策略
  - \*協助學生對壓力事件做成功的因應
- (4)經常與班上每位同學接觸，利用週記與學生做心靈的溝通
- (5)願意傾聽，隨時給學生支持、關懷，與學生分享其情緒
- (6)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
- (7)經常與任課老師聯繫，全面瞭解學生在校情形
- (8)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
- (9)利用間暇做家庭訪問，瞭解學生居家生活狀況
- (10)在班上形成一個支援的網絡，提供需要協助同學社會資源
- (11)在班上形成一個通報的系統，指定幹部主動報告同學之動態，尤其是異常舉動
- (12)對可能自我傷害傾向的學生保持高度的敏感
- (13)留意學生在週記、信件上透露的心事及相關線索

## 2.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)要自動擔任導師的「第三隻眼」

(5)常與輔導老師保持聯繫，加強「全方位」輔導策略

### 3.輔導教師

- (1)輔導教師自身方面：放下自己的焦慮、擔憂，與學生討論「自殺」，依「學生最立即需要」及「保護學生的安全性」兩大原則處事，充實自身自殺防治知能、題工家長預防子女自我傷害的方法、針對全校教職員供宣導自我傷害防治觀念。
- (2)對一般教師方面：提供教師情緒管理知能、提出自我傷害傾向的可能徵兆，教導如何處理學生或同儕自我傷害事件、提供教師哀傷輔導的基本方法。
- (3)對學生方面：教育學生了解生命的價值、死亡的概念、提高學生的挫折容忍度及面對壓力的因應方法、教導學生善用學校及求助社會資源單位。

## (二) 危機處治階段

### 【學校行政單位】

#### 1.校長

- (1)對具高危險性學生，導師、訓導人員等會同校園自我傷害事件緊急處理要點進行輔導。
- (2)指示訓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。

#### 2.教務處

- (1)協助導師衡鑑篩選高危險性學生。
- (2)會同導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。

#### 3.學務處

- (1)協助導師衡鑑篩選高危險性學生。
- (2)會同導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。

#### 4.總務處

- (1)新評估校園是否存有危險狀況並加以改善。

(2)校警提高警覺，熟悉事件發生時之處理流程。

## 5.輔導室

(1)輔導教師應會同導師、訓導人員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構，並與家長尋求問題解決對策。

(3)建立校園自我傷害處治輔導流程，並督導輔導教師依據輔導流程輔導高危險性個案。

**【教師】**建立緊密的支持網絡，提醒家長更寬容、更關懷協助個案度過難關。

## 1.導師

### \*對尚未採取行動的個案

(1)對個案保持高度「敏感、接納、專注地傾聽」

(2)鼓勵或帶領學生向輔導單位求助，說出心中的痛苦，讓學生有傾吐的對象，尋

求更多的支持及協助

(3)與個案討論對於「死亡」的看法，瞭解其是否有「死亡計劃」

(4)營造班級「溫暖接納」的氣氛，讓個案感受到他是團體裡的重要份子，同學們

都很關心他

(5)通知家長，動員家人發揮危機處理的功能，隨時注意個案的言行舉止

(6)若個案堅持不讓家長知道，可以技巧性地提醒家長多關心、注意孩子

(7)通知學校相關人員(如危機處理小組成員)

(8)提供個案「支持網絡」成員的聯絡電話

(9)對十分危急的個案，與相關人員形成一個支持的網絡，隨時有人陪伴個案

### \*對已採取行動，但未成功之個案

(1)立即聯絡相關人員協助將個案送醫急救，並由送醫小組通知家長

(2)請訓導人員協助清理現場

- (3)聯絡輔導人員協助安撫其他同學情緒，並實施團體輔導
- (4)接納個案的情緒、專注傾聽，並盡可能陪個案一段時間至其情緒平復
- (5)透過個案自述或其他資料，瞭解企圖自我傷害的動機
- (6)分別與個案及其他同學討論除了自我傷害之外的問題解決策略
- (7)請家長接個案回家
- (8)鼓勵同學對個案表達關懷，協助個案重返班級
- (9)在個案重返學校的初期，協助班級形成一個支持網絡
- (10)拒絕任何媒體採訪，統一由危機處理小組之代表對外說明

## 2.任課老師

### \*對尚未採取行動的個案

- (1)對高危險群個案保持高度敏感、接納、專注地傾聽
- (2)鼓勵或帶領學生向輔導單位求助，說出心中的痛苦，讓學生有傾吐的對象
- (3)通知學校相關人員(如導師或危機處理小組成員)

### \*對已採取行動，但未成功之個案—如果事件發生在任課教師上課中時

- (1)立即聯絡相關人員協助將個案送醫急救，並由送醫小組通知家長
- (2)協助安撫其他同學情緒
- (3)抽空探視個案，表達老師的關心
- (4)整理自我的情緒，恢復正常教學
- (5)個案返校上課後，留意其上課情緒，有異常狀況時通知危機處理小組處理
- (6)以平常心看待此事，不在校內談論此事
- (7)不對外界做敘述，統一由危機處理小組之代表對外界做說明

### \*事件發生在其他老師上課時

- (1)個案返校上課後，留意其上課情緒，有異常狀況時通知危機處理小組處理
- (2)不加入談論話題的行列
- (3)全力配合學校處理措施

## 3.輔導教師方面：

(1)衡鑑與評估：自殺警訊的偵測、自殺危險程度的衡鑑。

(2)諮商與輔導：對有自殺意圖但未付諸行動者：主動提供關懷、支持、傾聽、陪伴、增加學生現實感、聯絡家長並告知正確的陪伴學生的態度；對近六個月內自殺未遂者：評估該傷害對其生、心理的影響、共同策劃復健計畫、協助個案適當轉介。

### (三) 事後處置階段

**【學校行政單位】**各處室均須參加危機處理小組會議，擬訂事後處置行動計畫。

#### 1.校長

應召開校內危機處理小組會議，研討處置事宜。

#### 2.教務處

宜處理社會團體介入事宜、維持校務正常運作、掌握高危險群教師並給予支援等。

#### 3.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。

#### 4.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。

#### 5.輔導室

成立特別輔導中心，提供相關訊息。評鑑高危險群學生，做合適處置並置班級與同學討論。

**【教師方面】**事後處治階段-一與校園危機小組密切合作，用開放的態度而對問題和學生一起經歷、成長。

#### \*事後處治的目標及目的

(1)幫助抒解悲傷的情緒與緩和哀悼的心結

(2)經由討論自殺行為的傳染與模仿作用，阻止再發生類似的 unfortunate 事件

#### \*正確的認知及態度

- (1)對「自我傷害(自殺)」與「死亡」有正確的概念，並幫助學生釐清錯誤的想法
- (2)對事後處治的處理對象與工作目的有正確的認識
- (3)過濾出哪些人是受事件影響最深的「高危險群」
- (4)瞭解高危險群的「高危險時間」
- (5)熟悉校內危機小組的運作情形
- (6)長我校外及社區輔導機構與醫療資源的正確資訊
- (7)能夠適時的與學生討論、溝通、分享
- (8)保持高度敏感度
- (9)帶領班級或小團體進行討論及輔導

#### **輔導教師方面：**

- (1)幫助班級討論：澄清事實，減少謠言、回答問題。穩定班級情緒、提供哀傷輔導及因應壓力的方式。
- (2)幫助「支持性團體」的進行：對與逝世者較親近之同儕（教師獲學生）進行支持性輔導與哀傷輔導
- (3)對個案周圍的「人」、「事」、「物」進行輔導：學校輔導單位印發傳單、海報，邀請有需要幫助的師生至輔導洽談，並於傳單中簡述抒解哀傷的可行方法。可於校內佈置莊嚴的紀念壇，安排追悼儀式，供師生憑弔。

#### **肆、預期成效**

- (1)學生能面對社會變遷之能，懂得珍惜生命。
- (2)學生有困難懂得求就、轉變想法、學習自我控制
- (3)學生能養成解決衝突、抒解壓力，提升挫折容忍度的能力等。

**伍、本計畫呈校長核定後，實施修正時亦同。**



附件一

## 自我傷害防治及處理小組成員名單

召集人：校長林勳棟	學務主任:郭人豪
教務主任:蔡媛琪	總務主任:許清証
輔導主任:郭慧雯	圖書館主任:秦蓓
主任教官:戴瑞亨	衛生組長:郭貞吟
訓育組長:吳政彥	體育組長:陳俊明
註冊組長:紀志聰	教學組長:林依伊
試務組長:陳亞好	設備組長:黃志仁
生活輔導組長:謝東興	輔導教師:蔡志銘