

臺北市立成功高級中學 113 年度 學生自我傷害三級預防工作計畫

113 年 3 月 15 日核定

壹、依據

- 一、自殺防治法
- 二、臺北市校園自殺防治指引
- 三、教育部校園學生自我傷害三級預防工作計畫
- 四、臺北市府教育局 113 年 2 月 15 日北市教中字第 1133039318 號函「臺北市府教育局及所屬學校推動校園心理健康促進實施計畫」

貳、目的

- 一、建立學生自我傷害危機處理之標準作業流程，增進全校教職員工對自我傷害事件之辨識及危機處理，增進即時處置知能，落實三級預防工作模式。
- 二、提升教師透過教學與活動，協助學生因應壓力與自我調適之相關知能。
- 三、落實高關懷學生之辨識、篩檢與建檔，相關人員合作追蹤關懷，即時提供輔導及相關協助以減少自我傷害事件之發生。
- 四、增進學校專業輔導人員對自我傷害學生之有效心理諮商與治療之知能。
- 五、整合自我傷害防治相關網絡資源，共同推動學生自我傷害防治工作。

參、實施期程：113 年 1 月 1 日至 12 月 31 日止

肆、實施對象：本校教職員工生及家長

伍、行動方案

項 目	執 行 內 容	承辦處室	備 註
一、初級預防 (發展性輔導)	1. 校長主導整合校內資源，建構學生自我傷害三級預防推動小組，強化各處室合作機制。 2. 校長主導，綜整學校整體需求，結合校外社區醫療，以及相關非政府組織網絡單位資源，以建構整體協助機制。 3. 督導全體教職同仁提高警覺，熟悉事件發生處理流程，加強危機處理能力。	校長室	目標： 增進學生心理健康，免於自我傷害。
	1. 規劃將 <u>生命教育與情緒教育</u> 、多元智能和價值、心理健康促進和維護、壓力因應、提升問題解決力、挫折容忍力、負向思考和情緒之覺察、接納及調控策略、網路成癮與網路霸凌等網路不當使用、常見精神疾病與求助資源、憂鬱與自我傷害之危機處理、自助與助人技巧等相關議題納入課程計畫、融入教學課程及體驗活動（附件一）。	教務處	策略： 增加保護因子，降低危險因子。

一、初級預防 (發展性輔導)	2. 發展或運用同步與非同步之數位學習課程與教材。		
	1. 建構行政處室之正向溫馨形象。 2. 舉辦促進心理健康（如：同理心溝通、尊重差異、避免不健康的完美主義、正向思考、衝突管理、情緒的覺察、接納及調控，以及壓力與危機管理）之活動。 3. 辦理生命教育電影、短片、閱讀、演講、競賽等心理健康促進活動，並善加利用媒體資源推廣教育。 4. 結合班級、學生社團或自治團體及社會資源辦理自我傷害預防工作。 5. 將學生納入防治守門人參訓對象，強化培訓班級、學生社團或自治團體幹部成為自己與同儕的自殺防治生命守門人，增加自我傷害危機辨識與處理及自我賦能、網路成癮及網路霸凌等網路不當使用議題之防治知能和學生求助資源運用。 6. 強化同儕之溝通技巧與情緒管理訓練。 7. 強化教師和學務輔導及校安人員之輔導知能：實施教師、導師及相關學務輔導及校安人員針對同理心溝通、心理健康識能、自殺防治生命守門人、自我傷害危機辨識及處理知能、網路成癮及網路霸凌等網路不當使用議題之防治知能和其轉介資源運用。 8. 強化學務人員自殺防治通報轉介作業流程，與危機處理之教育訓練。 9. 對家長進行同理心溝通、心理健康識能、自殺防治生命守門人，以及校園內外心理衛生求助資源與管道之教育宣導。 10. 彙整校園輔導求助資源（如：1925 安心專線、1995 生命線、1980 張老師），提供師生求助管道資訊單張。 11. 發展或運用同步與非同步之數位培訓課程。 12. 辦理校內教師及行政人員自殺防治守門人研習至少 3 小時（初階 1 小時、進階 2 小時）。 13. 建立校園危機應變機制（附件二、附件三），設立 24 小時通報求助專線。 14. 訂定自我傷害事件危機應變處理作業流程（附件四）、高關懷學生處遇暨校園安全因應原則（附件五），並利用行政會報、科召會議、導師會議、校務會議等集會場合宣導，定期進行校安通報、自殺防治通報及身亡事件處理流程演練。	各處室 學務處 健康中心 輔導室 全體教師 社團與學生自治團體	
	1. 進行建物防墜安全檢查，針對校園建物（如高樓之頂樓、中庭，及樓梯間），設置預防性安全設施（安全網、監視及警報系統設置）、生命教育文宣及求助專線之宣導資訊。	總務處	

一、初級預防 (發展性輔導)	2. 培訓保全人員、職工及校安人員，加強校園安全死角之巡邏及校園危機事件處理之能力。 3. 強化足以發揮功能之學輔空間。	學務處 總務處 學務處 輔導室	
	1. 提供職員正向積極的工作態度訓練，建立友善的校園氛圍。 2. 依學生需求和學生輔導法建置充足專業輔導人力。	人事室	
	1. 積極參與自我傷害防治、心理健康促進、情緒教育之研習活動，充實相關知能。 2. 支持、關懷、傾聽與分享學生情緒經驗，保持對「異常言行」學生之高度敏感。 3. 瞭解學生日常生活是否遭遇較大的生活變動，給予支持、關懷與傾聽，掌握班上學生的身心狀態。 4. 導師、輔導教師、校安人員常保持聯繫，鼓勵教師參與認輔工作。 5. 營造班級內之正向人際互動、歸屬感、凝聚力及情緒支持的氣氛，形成師生暢通的通報網絡，並指定幹部主動報告同學的異常狀態。 6. 每堂課確實點名，留意每位同學出缺席狀況，與家長保持密切聯繫，相互交換學生之日常訊息。 7. 留意學生週記所透露的心事及相關線索，對於情緒不穩定之學生，隨時掌握與關心，並適時提供相關輔導協助。 8. 主動關心在校園各處遊蕩學生之狀況並依附件四、高關懷學生處遇暨校園安全因應原則之各大樓負責單位分工協尋，落實校園安全死角及僻靜空間之巡邏。	全校 教職員工	
二、二級預防 (介入性輔導)	1. 高關懷學生辨識：每學期定期在尊重學生自主與考慮不傷害生命原則，強調保密隱私、不標籤化與污名化之下，加強篩檢脆弱家庭/危機家庭，提供初級輔導與追蹤關懷，以即時進行自殺風險評估和危機處理。 2. 高關懷學生輔導：建立高關懷群檔案，教職同仁針對特殊狀態或心理發展特殊需求學生透過同理心、支持、提供相關資訊、增強正向因應能力，及鼓勵使用求助與社會資源進行主動關懷。輔導老師與專業輔導人員提供提升動機的諮商輔導，定期追蹤，必要時進行危機處理。 3. 高關懷學生必要的轉介：提升輔導老師與專業輔導人員、教職員、導師、校安人員、班級、學生社團或自治團體幹部、家長對憂鬱與自殺風險度之辨識與危機處理能力，以協助觀察辨識與轉介。當知悉學生有明顯的自傷（如：自殺意圖、自殺計畫、自傷行為）或傷人之虞時，需進行自殺風險評估和危機處置與後續心理諮商與就醫治	導師 任課教師 輔導室 導師 任課教師 輔導室 全校 親師生	目標： 早期發現、早期介入，減少自我傷害發生或嚴重化之可能性。 策略： 早期辨識或篩檢高關懷學生，即

	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、精神科醫師等）資源到校服務。	輔導室 會計室 家長會	時介入。
三、三級預防 （處遇性輔導）	1. 自殺企圖： (1) 建立個案之危機處置標準作業流程，對校內教學與行政相關單位、受影響之學生、班級、學生社團或自治團體幹部之說明與教育輔導（降低自殺模仿效應），並注意其他高關懷群是否受影響。 (2) 自殺企圖個案由輔導老師與專業輔導人員進行後續心理輔導或心理治療，及持續追蹤，以預防再自殺，重複企圖個案可進行個案管理；與家長聯繫，提供說明、情緒支持與預防再自殺教育。 (3) 進行班級團體輔導，提供心理衛生教育及宣導同儕如何協助個案。 (4) 強化輔導老師對風險評估與危機處遇轉介管道知能，與專業輔導人員對自殺企圖個案之自殺風險評估與危機處遇及中長期心理諮商與治療的有效知能技巧訓練與督導。 2. 自殺身亡： (1) 於知悉身亡事件後成立危機處理小組，並由校長主持，協調各處室的因應作為。 (2) 建立處置作業流程，含對媒體和在社群網站之說明、對校內教學與行政相關單位、受影響之學生、班級、學生社團或自治團體幹部之說明與安心輔導（降低自殺模仿效應）；家長聯繫視需求轉介及高關懷群追蹤輔導。 ① 說明需遵守世界衛生組織關於自殺報導與溝通的六要、六不原則。 ② 不鼓勵校內辦理公開紀念活動。 ③ 加強社區內鄰近學校的橫向連繫。 ④ 提供校園內外輔導、諮商與治療資訊與管道。 (3) 針對自殺身亡個案之親近同儕與教師，加強輔導老師與專業輔導人員對其自殺風險評估與危機處遇及中長期心理諮商與治療的有效技巧訓練與諮詢或督導。 (4) 針對專業遺族(如輔導老師與專業輔導人員)提供心理諮商與治療。 3. 通報轉介：進行校安通報與自殺防治通報： (1) 知悉自傷和自殺事件後，依「校園安全及災害事件通報作業要點」進行校安通報。 (2) 針對知悉自殺行為情事時，在24小時內，依「自殺防治法」，於衛生福利部建置之「自殺防治通報系統」進行通報作業。	學務處 校安中心 輔導室 教務處 校長室 各處室 學務處 輔導室	目標： 預防自殺企圖者與自殺身亡的周遭朋友或親友模仿自殺，及自殺企圖者的再自殺。 策略： 建立自殺身亡與自殺企圖者之危機處理與善後處置標準作業流程。

	4. 網絡連結： (1) 學校對於自殺通報後的個案，定期進行個案督導，並由校長主持，定期邀請醫療衛生網絡內的專家及相關人員等，與網絡個案處遇人員進行網絡聯繫會報和個案討論會。 (2) 建立學校和區域醫療衛生網絡、自我傷害防治資源的雙向聯繫、銜接，及共照機制，提供個案學習不中斷之資源連結。 (3) 建立學校與當地社政單位、勞政單位之雙向聯繫。 5. 處理回報：學校發生學生自殺死亡事件應填具「學生自我傷害狀況及學校處理簡表」。	校長室 輔導室 學務處 教務處 各處室	
--	--	---	--

陸、預期成效

一、透過執行學生自我傷害防治工作之過程，體認生命之可貴，並促使親師生尊重生命、關懷生命與珍愛生命。

二、建立完整之學生自我傷害防治機制，有效抑制校園自我傷害之比率，有效降低學生自我傷害事件之發生。

柒、經費：由本校輔導活動費計畫項下支應。

捌、本計畫經學生輔導工作委員會通過，陳請 校長核定施行。

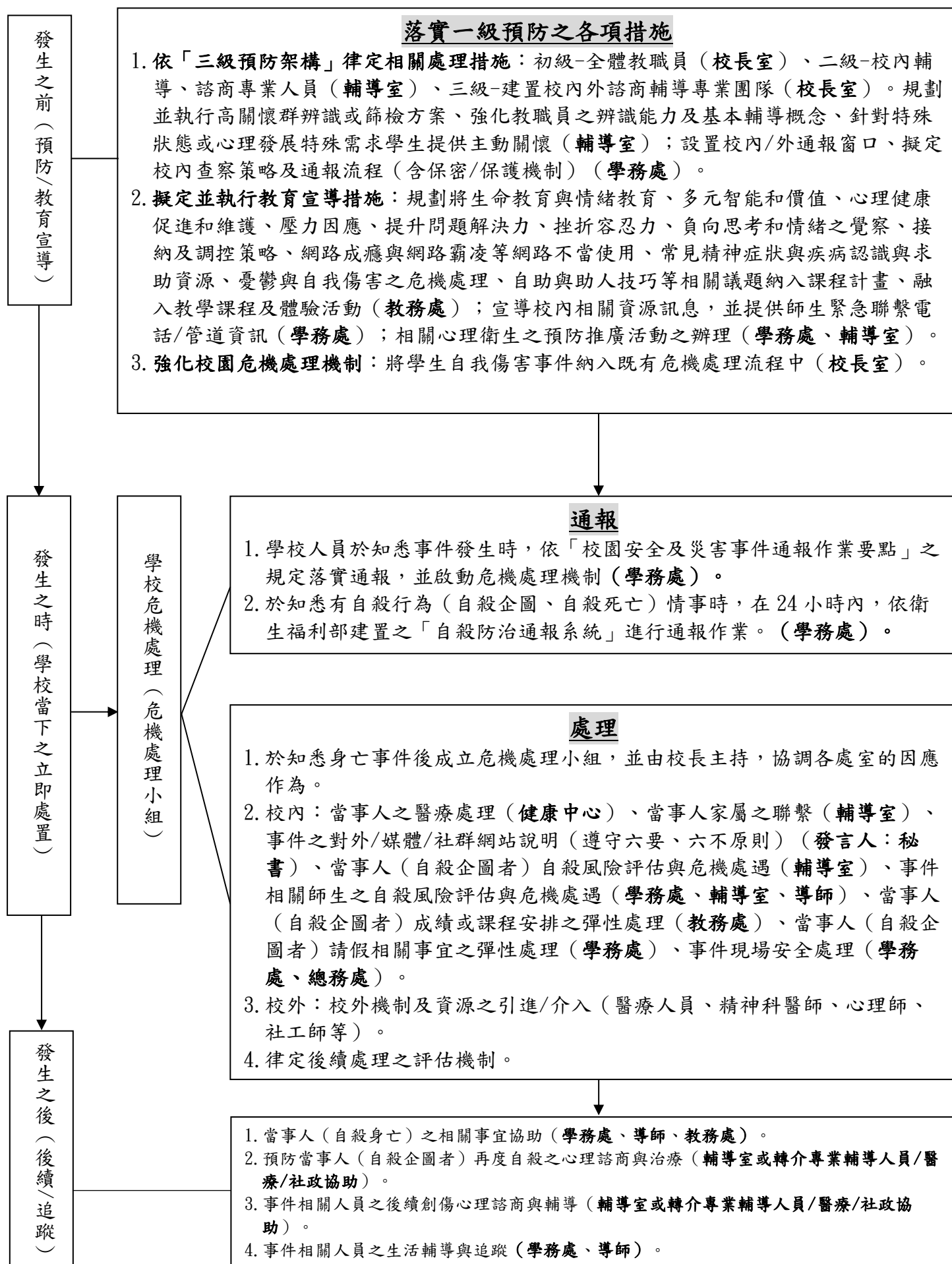
附件一、

臺北市立成功高級中學 112 學年度生命教育與情緒教育融入課程一覽表

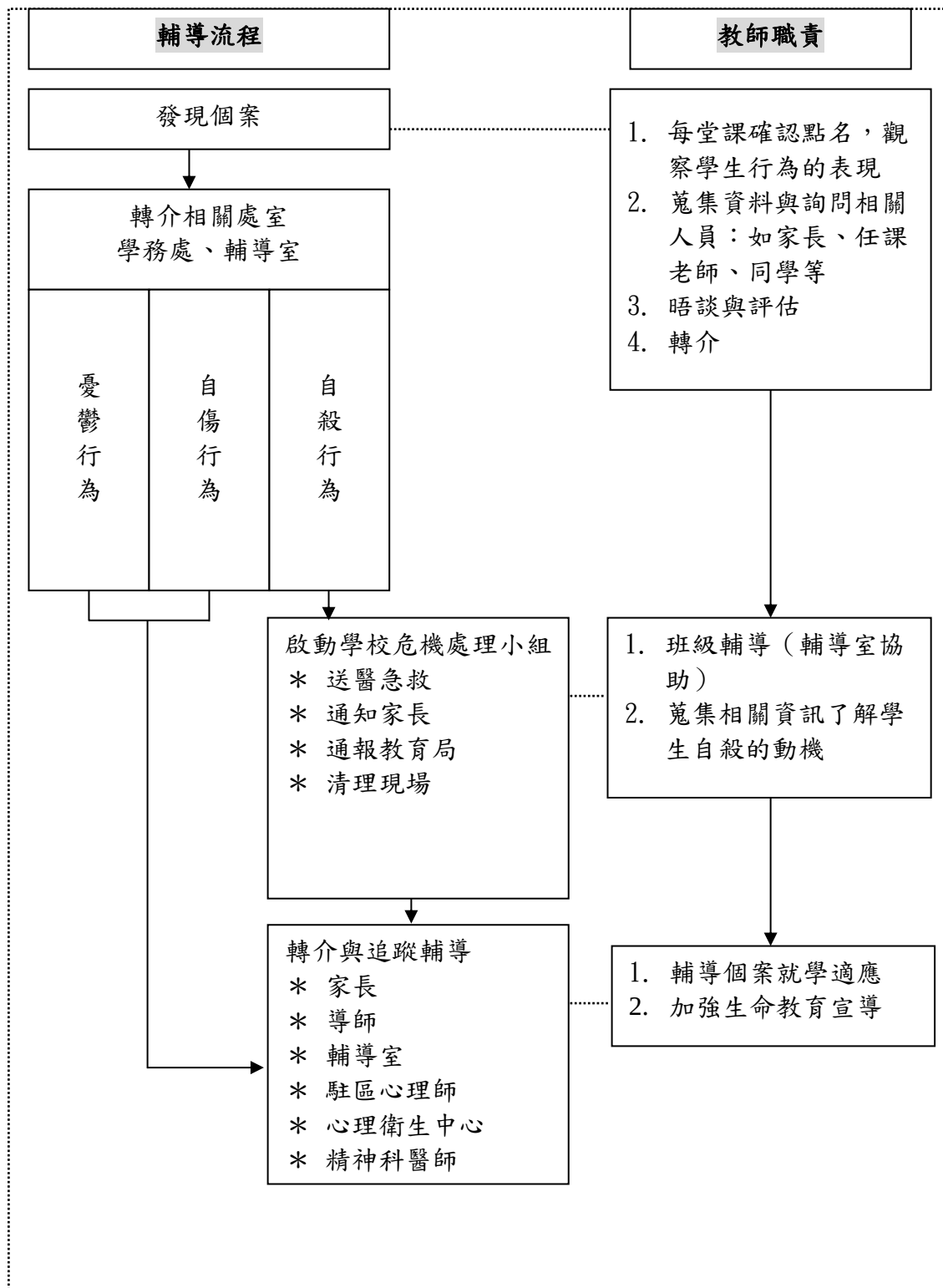
學期	科別	課程內容	實施年級	備註
第 1 學期	國文	再別康橋	高一	生命教育
	英文	教科書 L7 The White Envelope	高一	生命教育
	數學	絕對值	高一	生命教育
		三角函數、空間中的直線關係	高二	生命教育
		極限	高三	生命教育
	化學	生命體的巨大分子	高三	生命教育
	生物	牛蛙的解剖	高二	生命教育
	地球科學	全華版課本 CH2-3 地震災害	高一	生命教育
	歷史	選修歷史上冊 CH5-3 戰爭的創傷與集體記憶	高三	生命教育
	健康與護理	CH22 生命的喜悅	高三	生命教育
	生命教育 (僅 122)	CH1 哲學思考、CH2 人學探索、CH3 終極關懷、CH4 價值思辨、CH5 靈性修養	高一	生命教育
	生涯規劃	我的生命獨一無二-成長歷程與生命主題	高一	生命教育
	美術	彩色鉛筆—生態素描	高一	生命教育
	家政	塑造良形象	高二	生命教育
第 2 學期	國文	龍騰第 2 冊 CH11「版權所有」的人生	高一	生命教育
		專題閱讀與研究《古典小說影視課—黛玉葬花》	高三	生命教育
	英文	龍騰第 2 冊 CH2 No Wonder He's Special	高一	生命教育
	數學	數學第二冊數學期望值	高一	生命教育
		數學第六冊雙曲線	高三	生命教育
	物理	動量與角動量	高二	生命教育
	化學	選修化學(IV)第 2 章 錯合物	高三	生命教育
	生物	牛蛙解剖	高三	生命教育
	地球科學	全華版 CH2-3 地震災害	高一	生命教育
	地理	中南美洲的古文明	高二	生命教育
	健康與護理	第 14 章第 5 單元健康新生活	高三	情緒教育
	家政	單元 10 行銷優魅力	高二	生命教育
		單元 11 預約我的好情緣	高二	情緒教育
	生命教育 (全高一，122 外)	CH1 哲學思考、CH2 人學探索、CH3 終極關懷、CH4 價值思辨、CH5 靈性修養	高一	生命教育

	多元選修~ 未來想像與 生涯進路	1. 成長歷程與生命主題-我的美好 生活提案 2. 職業生活與社會需求-生涯不確 定性、危機處理與壓力調適	高二	生命教育
		職業生活與社會需求-生涯不確定 性、危機處理與壓力調適	高二	情緒教育
	音樂	從電影談音樂、進擊的鼓手	高二	生命教育
	美術	彩色鉛筆-生態素描	高一	生命教育

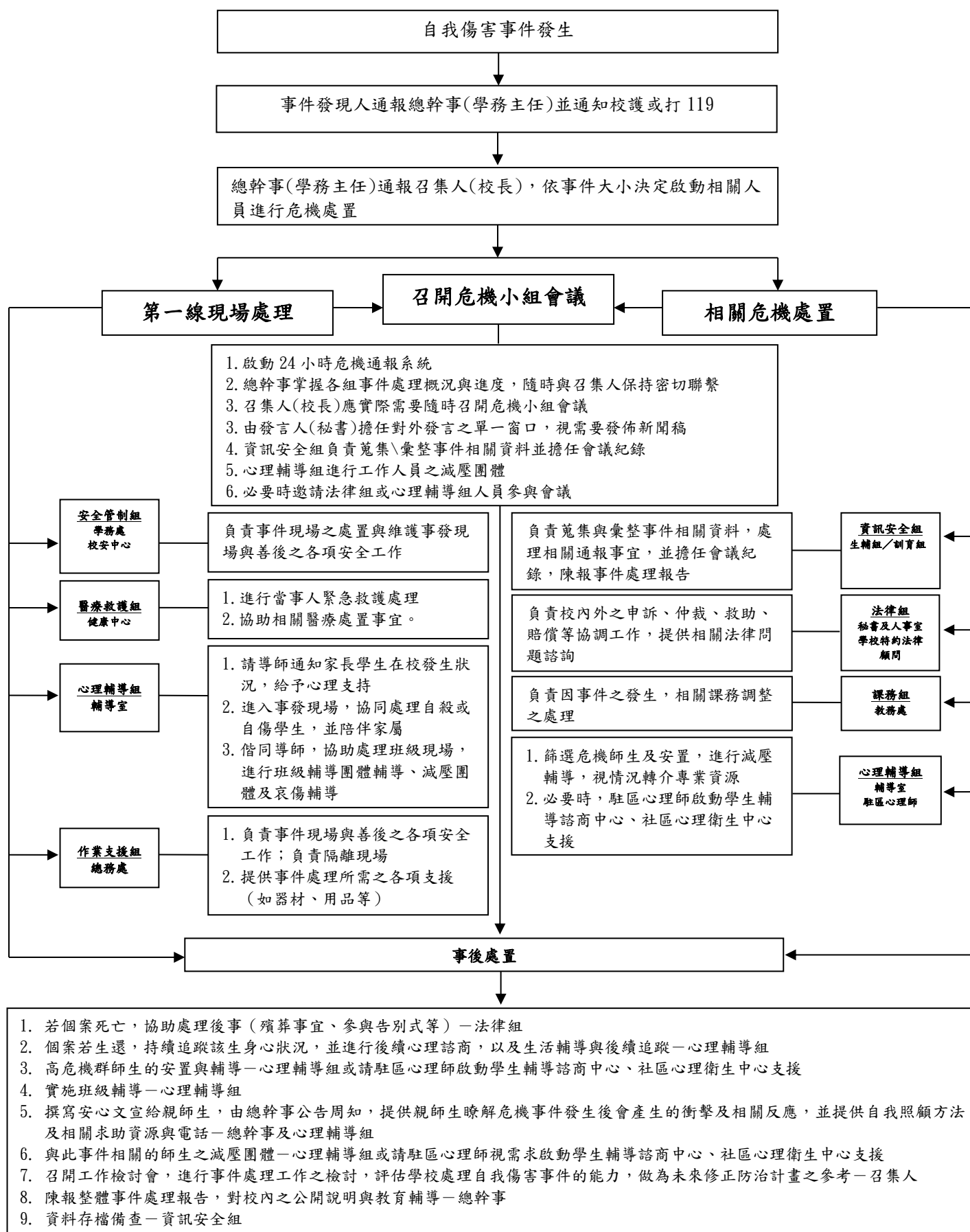
附件二、學生自我傷害防治處理機制流程圖



附件三、校內查察策略及通報流程



附件四、臺北市立成功高級中學校園自我傷害危機處置作業流程



註：1. 本流程用於當校園自我傷害事件發生時，緊急處理之基本標準流程。

2. 本校 24 小時通報專線：23216256 轉 223(生輔組)、23952498 (警衛室專線)、23948286(校安專線)

3. 校外求助專線：1995

附件五、臺北市立成功高級中學 高關懷學生處遇暨校園安全因應原則

111 年 8 月 22 日主管會報通過

112 年 10 月 3 日行政會報修訂

校園自殺防治的第一級是預防處置，可分為「積極預防」和「消極預防」兩層次。所謂「積極預防」是由大家共同積極為培養學生解決問題的能力而努力，讓學生能快樂成長；「消極預防」是指能及早發現有自我傷害可能行為的學生，及早介入輔導，使該危險性消失，輔導室將持續辦理自殺防治守門人培訓及辨識研習。「臺北市察覺及辨識學生心理健康指引」供各位師長參考運用。（請點選網址 <https://reurl.cc/gm5ZbX>。）

學生身心特質隨著時代變化快速，因應本校高關懷個案人數激增，為確保學生心理健康與人身安全，建置周密的校園危機處理網絡。請教職同仁共同研讀以下「理解、處理、增能」之原則，並於課堂或班級經營時向學生宣導相關知能，共同建立友善校園保護因子。

一、理解

高關懷學生常見狀況：情緒反應大（低落、憤怒、焦慮）、缺曠課/遲到較多、趴睡、生涯/生活沒有重心、人際退縮、社交技巧不佳、人際敏感度不足、在團體中沒有存在感、思考僵化固執、沒有彈性、鑽牛角尖、有身心科醫師診斷或症狀者、家庭環境因素不利、多元性別特質，而上述這些特性已嚴重影響到學生生活適應。另外高關懷學生亦常會透過玩手機遊戲、滑社群軟體、看影片、打球、話講不停、趴睡、頻跑廁所或不來學校等方式來舒緩自己的情緒。

青少年期往往是身心疾病的好發期，憂鬱、焦慮情緒或服用身心科藥物都會讓學生作息失調難準時到校，猶豫不決的認知能力也會讓學生對於來校難以做出抉擇、無法專注投入學習等。身心科藥物雖能讓學生情緒暫時平穩，但是無法短時間就「治癒」學生的身心狀態，同樣心理諮商及輔導也需長期介入。高關懷學生之身心狀態是起起伏伏、來來回回的，因此陪伴的歷程較長，需要所有系統中的師長共同合作。

二、處理

在我們有上述的理解後，高關懷學生上課期間因故離開教室，例如：上課鐘響未入班、上課期間因故離開教室遲遲未歸、情緒激動衝出教室或不明原因離開教室，我們的因應作法為：

1. 老師請每節上課確實點名，以掌握高關懷學生與潛在需關懷學生之去向。
2. 第一步：追蹤與通報

(1) 指派點名員、輔導股長或同仁親自帶著手機跟隨高關懷學生以確認去向，勿追趕與喝斥，也不得因高關懷學生拒絕關心、想獨自靜一靜等理由就逕自返回班上，須直到有相關人員接手才可離開，以確保學生安全。

(2) 同時間進行通報。通報單位：學務處 221/223/228、校安中心 271-272、輔導室 241-244 皆可。各處室在知悉後亦需橫向聯繫。

(3) 通報時內容包括：班級姓名、離班時間、可能行蹤地點、離開原因…等。

(4) 學務處及總務處協助先查看監視錄影機同時尋找學生，協尋校園安全死角時包括廁所、樓梯間（特別是綜合大樓的安全梯間）、圍牆邊、回收場、專科教室等。

各樓層分工區域如表 1，請接獲通知後一同協尋。

3. 第二步：處理學生當下的情緒

當我們遇到、找到學生時，第一時間給予立即、溫和、堅定的陪伴，請勿責難學生行為，或立即強行帶到相關處室，學生抗拒反而會跑掉造成危險。您可以：

(1) 多肯定，例如：我知道你想找個地方靜一靜避免影響同學…

(2) 多等待，例如：慢慢來沒關係，緩一下我們再說…

(3) 多陪伴，例如：我知道你遇到困難，我會陪著你…

(4) 多鼓勵，例如：你願意跟我說說發生了什麼事嗎？

(5) 少責備，不要成為最後一根稻草

(6) 少急躁，慢慢說

(7) 找資源，學生情緒稍穩定後，再轉介導師、學務處、校安中心、輔導室…等單位。

三、增能

初級(發展性)輔導最理想的實施方式是老師於課堂中融入課程教學或於班級經營時帶入討論與教學。事件發生後請老師適度引導學生學習如何同理、接納及關懷同儕，如何避免類似事件再發生，將會是建立最佳安全網絡的方式。另外，也可以透過給予高關懷學生服務、貢獻班級的機會，或者安排小天使關懷陪伴、定期關懷或回報導師，也是非常好的做法！

高關懷學生需要校園中每一個師生的共同給力，才能避免自我傷害或意外事件的發生。日後每學期皆會依本校學生特性規劃實務性的輔導知能研習至少一小時，回應同仁在教學現場之需求。輔導室在此感謝每位在第一線辛苦的教職同仁，你們都是孩子們生命中的貴人，讓我們一起守護學生的身心平安！

表 1：校園安全危機事件各樓層協尋分工表

樓層	負責處室	處室分機
四維樓西側	教務處	211-217
四維樓東側	學務處	221-225
八德樓西側	圖書館	251-253
八德樓東側	輔導室	241-244
求是樓	設備組	214
	輔導室	241-244
綜合大樓 3-4 樓	總務處	231-234
綜合大樓 1-2 樓	校安中心	271-272
綜合大樓 5 樓 以上	總務處	231-234
	體育組	276
平日關懷及協尋協助		
綜合大樓 4 樓	專任辦公室三	專任辦公室三 295
綜合大樓 5 樓	體育組	體育老師 276
綜合大樓 6 樓	美術教室	美術老師 305
求是樓 3 樓	地球科學教室	地科老師 315
	電腦教室	電腦老師 309-310
	生物準備室	314
求是樓 4 樓	家政教室	家政老師 301
四維樓 3 樓	專任辦公室四	297