

臺北市立成功高級中學 111 年度 學生自我傷害三級預防工作計畫

111.3.9 核定

111.10.3 行政會報通過

壹、依據

- 一、教育部校園學生自我傷害三級預防工作計畫
- 二、臺北市政府教育局 107.9.26 北市教中字第 1076042793 號函
- 三、臺北市政府教育局 108.7.16 北市教中字第 1083066388 號函總統頒布「自殺防治法」
- 四、臺北市自殺防治中心臺北市校園自殺防治指引
- 五、本校 111 年度友善校園學生事務與輔導工作計畫
- 六、臺北市政府教育局及所屬學校推動 110 年師生心理健康年實施計畫

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：111 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	1. 校長主導整合校內資源，強化各處室合作機制。 2. 校長主導結合校外網絡資源，督導建構學生自我傷害三級預防推動小組及整體協助機制。 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。 策略：增加保護因子，降低危險因子。
	1. 積極參與自我傷害防治之研習活動，充實相關知能。 2. 規劃生命教育、課業減壓、提升挫折容忍力、覺察自我價值、多元思考及情緒管理等議題融入教學課程，辦理電影、短片、閱讀、演講等宣導、體驗活動及正向思考與潛能開發等訓練，提升學生抗壓與問題解決能力，並建立基本危機處理及自我傷害防治之自助與助人技巧。	全校教職員工	

	<ol style="list-style-type: none"> 3. 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。 4. 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。 5. 導師、教官、校安人員、輔導教師常保持聯繫，鼓勵教師參與認輔工作。 6. 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。 7. 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。 8. 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。 9. 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。 		
	<ol style="list-style-type: none"> 1. 舉辦促進心理健康之活動，如：正向思考、衝突管理、情緒管理、壓力與危機管理兒童、青少年精神疾病衛教之活動。 2. 辦理生命教育與自殺防治電影、短片、閱讀、演講等宣導、體驗活動及正向思考與潛能開發等訓練。 3. 結合社團及社會資源辦理自我傷害防治工作。 4. 強化教師輔導知能：實施全體教師(含導師、教官及校安人員等相關學生事務人員)對兒童青少年精神疾病衛教、自我傷害辨識、自殺防治「一問二應三轉介」、危機處理及通報機制知能。 5. 對家長進行自我傷害認識與處理、兒童青少年精神疾病識能與因應之教育宣導。 6. 辦理學生同儕及社團幹部之溝通技巧與情緒管理訓練。 7. 加強導師會議功能，增進導師與家長對學生生活狀況瞭解及問題處理之協助。 8. 建立校園危機應變機制(附件一、附件二)，設立24小時通報求助專線。 9. 訂定自我傷害事件危機應變處理作業流程(附件三)、高關懷學生處遇暨校園安全因應原則(附件四)，並利用行政會報、校務會議、教務會議、導師會議等集會場合宣導，定期進行演練。 	各處室	
	<ol style="list-style-type: none"> 1. 隨時檢視校園各項設施安全維護、修繕，避免危險環境的產生。 2. 培訓保全人員及職工，加強校園安全死角之巡邏及校園危機事件處理之能力。 	總務處	
	<ol style="list-style-type: none"> 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。 	人事室	
二、二級預防	<ol style="list-style-type: none"> 1. 高關懷學生辨識與輔導：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，進行問卷篩選並加強篩檢高風險家庭，提供初級輔導與追蹤關懷。 2. 高關懷學生介入輔導：建立高關懷群檔案，主動提供高關懷學生必要的關懷協助及需要的諮商輔導，定期追蹤，必要時進行危機處理。 	導師 任課教師 輔導室 輔導室	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。

	<p>3. 必要的轉介：當知悉學生有疑似精神疾病、有明顯的自傷或傷人之虞時，進行危機處置、必要的轉介與協助就醫。</p> <p>4. 提升導師、教官、校安人員、學生、教職員及家長之憂鬱與自殺風險度辨識與危機處理能力，以協助觀察辨識；並對所發現之高關懷學生提供進一步個別或團體的心理諮商或治療。</p> <p>5. 整合校內外之專業人員（如：諮商心理師、臨床心理師、社工師、精神科醫師等）資源到校服務。</p>	<p>輔導室</p> <p>輔導室</p> <p>輔導室 會計室 家長會</p>	<p>策略：篩檢高關懷學生，即時介入。</p>
三、三級預防	<p>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；安排個案由精神科醫師、心理師進行後續治療，以預防再自殺；家長聯繫與預防再自殺教育；進行班級團體輔導，提供學生心理衛生教育及學生同儕如何對自殺未遂當事人進行協助。</p> <p>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。</p> <p>3. 通報轉介：(1)依臺北市自殺防治中心通報作業流程填報「自殺防治通報關懷單」及(2)依「校園安全及災害事件通報作業要點」完成通報與轉介。</p> <p>4. 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」。</p>	<p>學務處 校安中心 輔導室 教務處</p> <p>學務處 秘書 輔導室 學務處 校安中心 輔導室 學務處 輔導室</p>	<p>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。</p> <p>策略：建立自殺與自殺企圖者之危機處理與善後處置標準作業流程。</p>

陸、預期成效

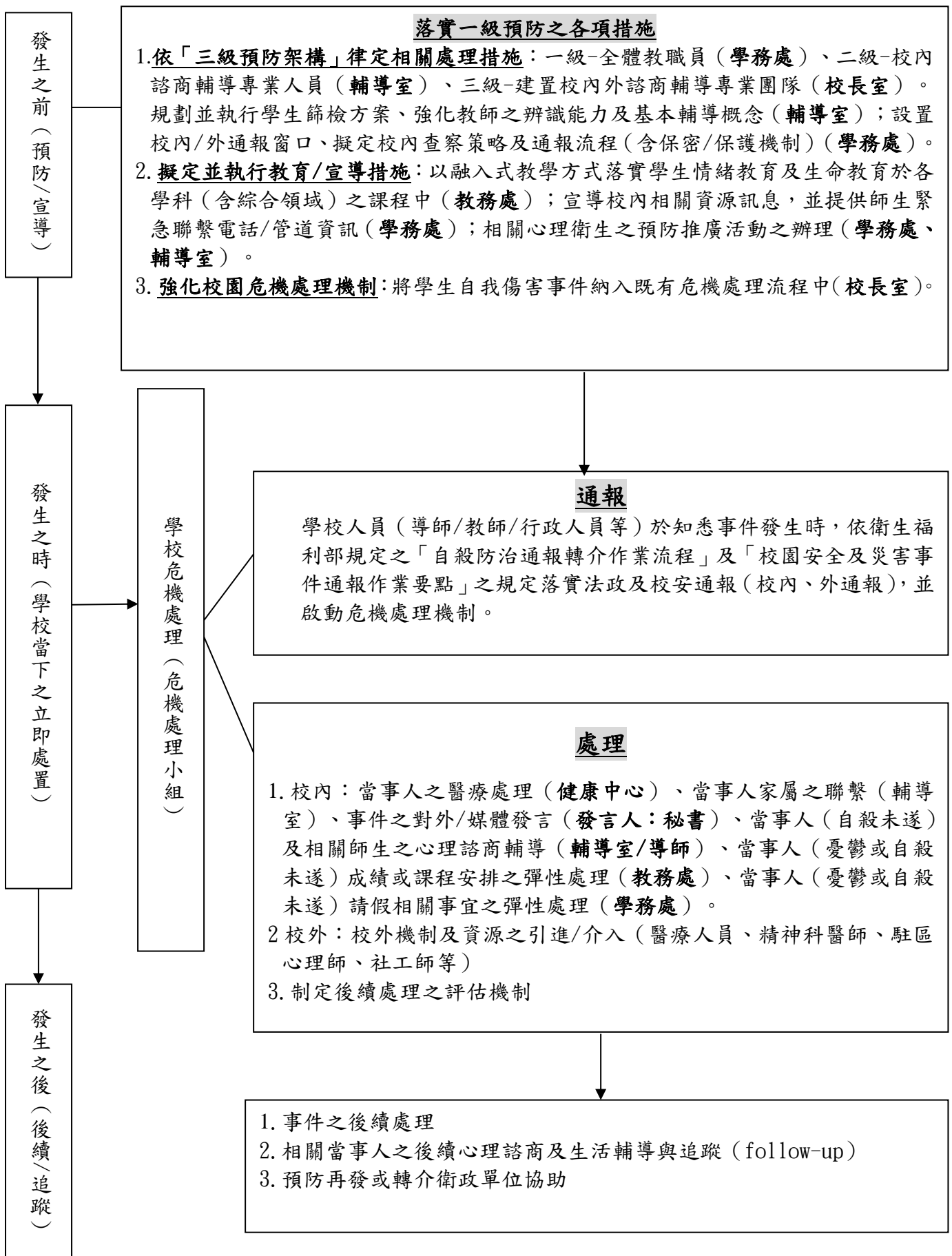
一、透過執行學生自我傷害防治工作之過程，體認生命之可貴，並促使親師生尊重生命、關懷生命與珍愛生命。

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。

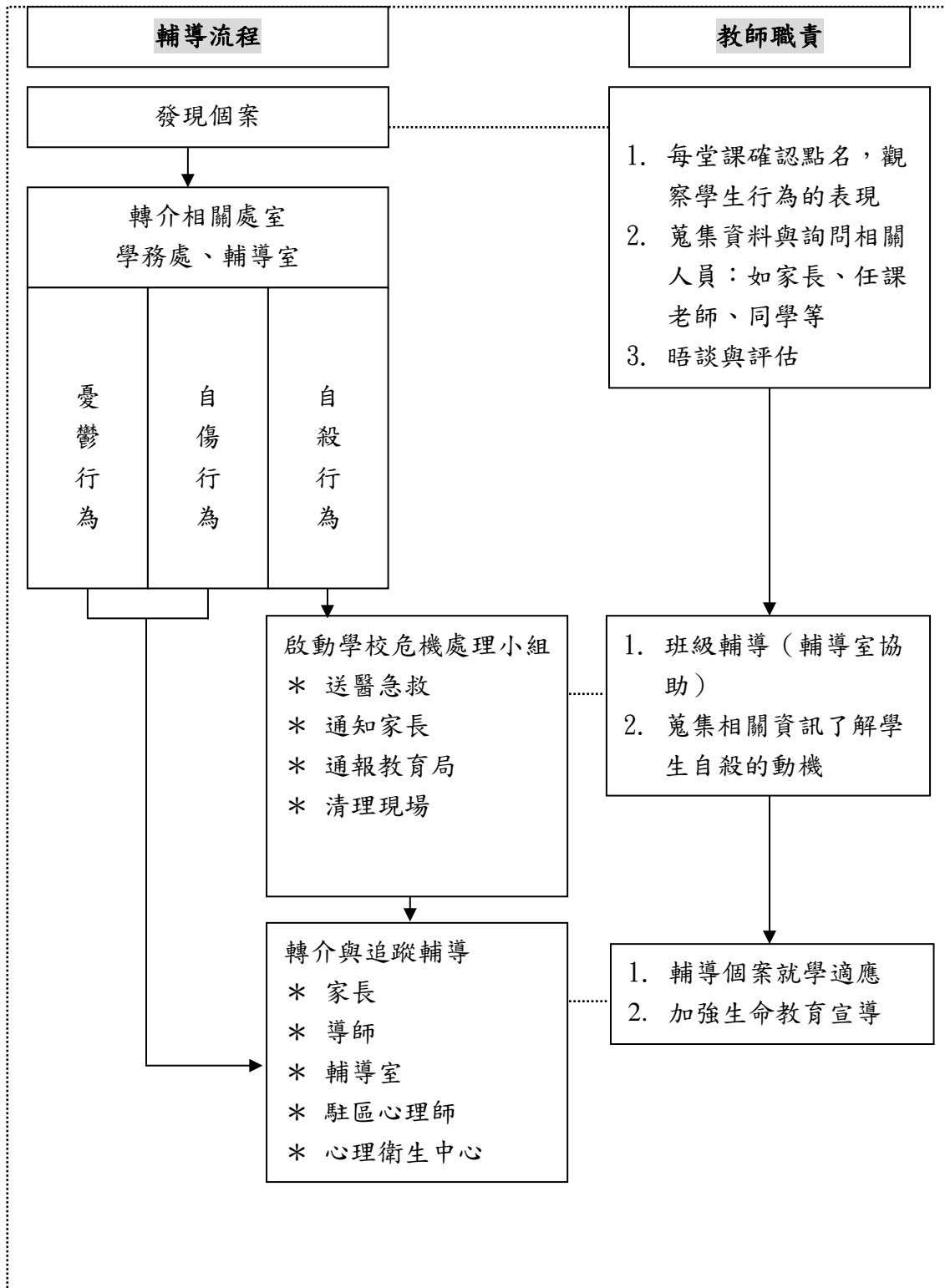
柒、經費：由本校輔導活動費計畫項下支應。

捌、本計畫經學生輔導工作委員會通過，陳請 校長核定施行。

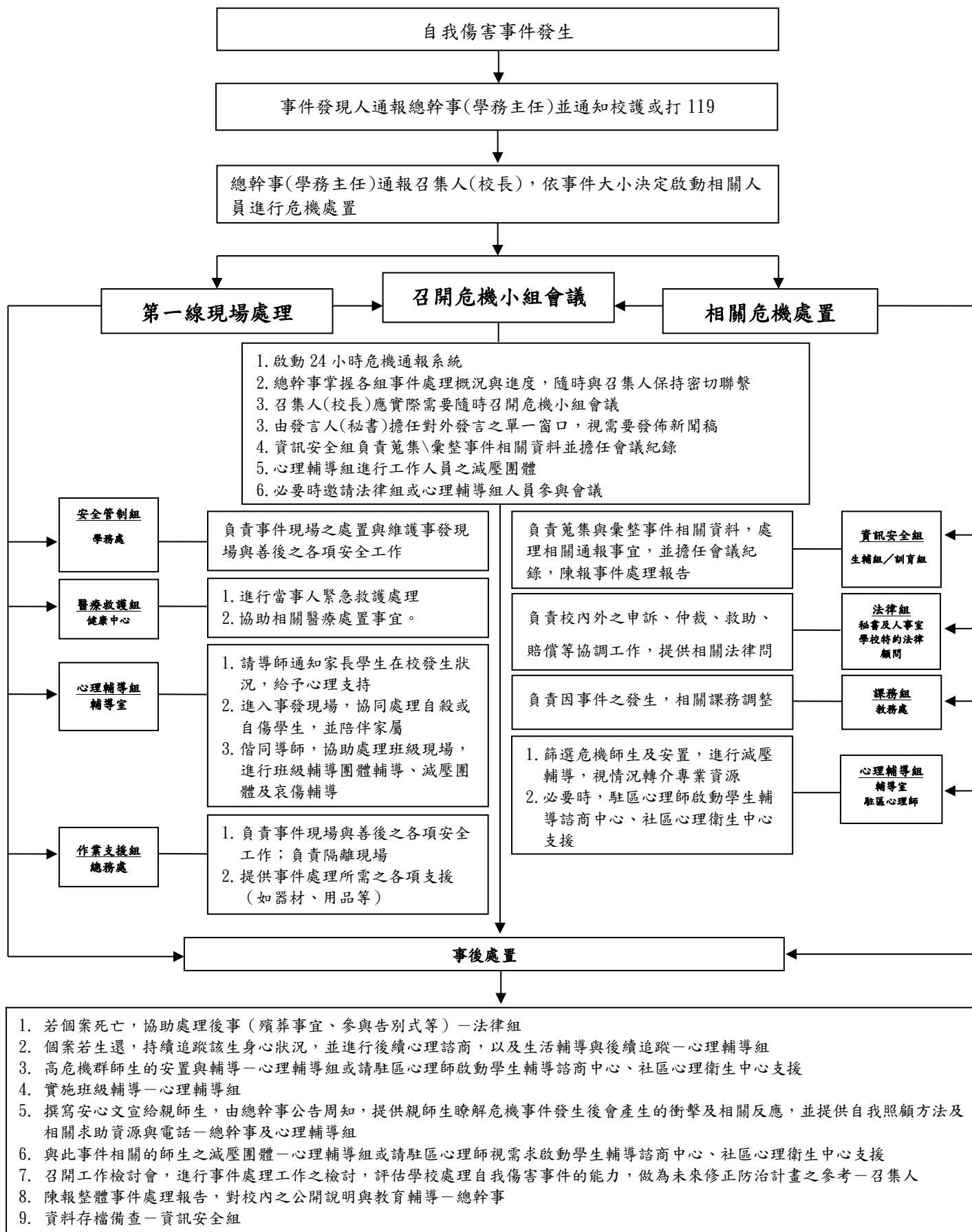
附件一、學生自我傷害防治處理機制流程圖



附件二、校內查察策略及通報流程



附件三、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)

附件四、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

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>，或掃描右方 QRcode 參閱。)



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、不來學校...來紓緩自己的情緒。

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(272、273、275)、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。日後每學期備課日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	校安中心	228、273、275
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	圖書館	251-253
綜合大樓 5 樓 以上	總務處	231-234
	體育組	276
綜合大樓 靠總務處安全梯	圖書館	251-253
綜合大樓 中間樓梯含廁所	總務處	231-234
綜合大樓 靠八德樓安全梯	學務處	221-225
	校安中心	228、273、275
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