

新北市板橋區信義國小推動校園學生憂鬱與自我傷害三級預防工作計畫

壹、實施依據：

教育部推動校園學生憂鬱與自我傷害三級預防工作計畫。

貳、實施目標：

- 一、預防校園憂鬱及自我傷害事件之發生。
- 二、增進教師對憂鬱及自我傷害個案的辨識能力，進行輔導與轉介。
- 三、增進師生對校園憂鬱及自我傷害事件的及時處置能力。
- 四、建立憂鬱與自傷之危機處理標準作業流程，並落實學生憂鬱與自我傷害三級預防工作。
- 五、增進學校輔導人員對憂鬱自傷學生輔導之知能，並建立學校心理健康輔導網絡，落實學校輔導工作。
- 六、生命教育融入教學，辦理生命教育宣導，配合特教組關懷身心障礙學生活動，引導學生珍惜生命、尊重生命。
- 七、鼓勵教師參加生命教育相關研習以增進教師輔導知能，協助學生學習處理與適應。

參、實施對象：本校全體師生及家長。

肆、實施策略：

一、組織運作：

- (一) 成立本校學生憂鬱與自傷三級預防推動小組，研商校園憂鬱與自我傷害防治計畫，並建立事件危機處理標準作業流程。
- (二) 結合家長、社區、醫療等資源，建置學生憂鬱與自我傷害三級預防網絡。

二、培訓防治人才：

- (一) 鼓勵校內教師積極參與相關憂鬱與自我傷害三級預防研習，以增進相關處遇知能。

三、編製相關教材及參考資料：

- (一) 將學生課業減壓、提升挫折容忍力及情緒管理等相關議題融入教學課程。
- (二) 提供教育部校園自我傷害防治處理工作手冊供教師參考，並置於網站，以利學校教師運用，以及早辨識學生問題，即時提供學生協助。

(三) 持續運用與提供教師高危險群或憂鬱、自我傷害者介入之心理治療或諮商手冊與多媒體宣導教材，增進教師對相關學生的瞭解。

四、推動與實施防治計畫：

擬定學生憂鬱與自傷防治計畫，據以執行並定期檢討修正。執行初級預防、二級預防、三級預防，詳細內容如下：

(一) 初級預防：

1、目標：增進學生心理健康，使學生免於憂鬱自傷。

2、策略：增加保護因子，降低危險因子。

3、行動方案：

(1) 訂定學校學生憂鬱與自我傷害防治計畫。

(2) 建立校園危機應變機制，訂定自殺事件危機應變處理作業流程。

(3) 工作職掌：校長主導整合校內資源，強化各處室合作機制。

處室	合作機制
教務處	1. 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。 2. 規劃生命教育融入課程，提升學生抗壓能力（堅韌性與問題解決能力）與危機處理，並增進憂鬱與自殺之自助與助人技巧。
學務處	1. 舉辦班級幹部訓練、社團活動，協助學生適應校園生活及擔任班級及行政單位溝通橋樑，以促進學生身心健康。 2. 加強導師會議功能，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. 配合各處室辦理學生舒壓及挫折容忍力提昇活動。 4. 建立校園危機事件處理流程及全校緊急事件處理系統。
總務處	1. 警衛之危機處理能力之加強。 2. 校園圍籬安全檢視、加裝教室與樓梯間之意外防撞條、穿堂櫥窗玻璃安全檢視。 3. 高樓之中庭與樓梯間之意外預防宣導，學校設施安全使用維護之宣導。 4. 各棟樓頂樓確實上鎖及定期檢視，並加強宣導。

輔導室	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、以及壓力與調適。 2. 辦理生命教育電影、閱讀、演講、3Q達人推選等活動。 3. 結合社會資源辦理憂鬱與自殺之預防宣導。(生命線) 4. 強化教師輔導知能，增進全體教師對憂鬱與自我傷害辨識及危機處理能力。 5. 辦理新生始業輔導，並於親職活動中對家長進行憂鬱與自殺認識與處理之教育宣導。
導師及任課老師	1. 積極參與有關憂鬱、自我傷害防治之研習活動，以對學生行為有正確的認識。 2. 增進學生因應壓力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。 3. 留意每位同學的出缺席狀況，與家長保持密切聯繫，相互交換學生之日常訊息。 4. 留意學生所透露的心事及相關線索。

(二) 二級預防：

1、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。

2、策略：篩選高危險群，即時介入。

3、行動方案：

- (1) 高關懷群篩選：定期進行問卷篩選，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。
- (2) 建立高關懷群檔案，每學期對高危險群進行長期追蹤與介入輔導；必要時，並進行危機處置。
- (3) 提升導師、同儕、教職員、家長之憂鬱辨識能力，以協助觀察篩檢，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。
- (4) 整合校外之專業人員（如：臨床心理師、諮商心理師、社工師、精神醫師等）資源到校服務。
- (5) 協助各班導師篩選憂鬱自殺(傷)高危險群學生，提供憂鬱自殺(傷)高危險群學生必要之醫療建議與諮商服務。

(三) 三級預防：

1、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。

2、策略：建立自殺與自殺企圖之危機處理與善後處置標準作業流程。

3、行動方案：

- (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；安排個案由心理師進行後續心理治療，以預防再自殺；家長聯繫與預防再自殺教育。
- (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。
- (3) 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函頒「自殺防治通報轉介作業流程」，自傷自殺案件發生時，立即上「教育部校園安全及災害事件即時通報網」通報並以傳真「自殺暨高關懷群通報單」通報衛生局，進行後續轉介及協助工作。

伍、預期成效：

- 一、建立完整之學生憂鬱及自我傷害防治機制，並透過校園執行學生憂鬱與自傷防治工作之過程，讓師生能體認生命之可貴，激發熱愛生命之情懷。
- 二、有效抑制校園中憂鬱及自我傷害比率逐年增加之趨勢，並降低學生憂鬱與自我傷害率。
- 三、營造安全而愉悅的教學環境，讓師生能樂於工作與學習。

陸、本計畫陳請 校長核准後公佈實施，修正時亦同。

承辦人

教師兼
輔導組長 陳怡靜

教務主任

教師兼
教務主任 蔡淑滿

校長

主任

教師兼
代理輔導主任 林文超

學務主任

教師兼
代理學務主任 陳雅惠

校長 余昆旺

總務主任

教師兼
總務主任 張純禎

學生自我傷害防治處理機制流程圖

