

臺南市私立長榮女中校園自我傷害及危機處理計畫

108.08.14 輔導工作委員會會議通過

壹、依據

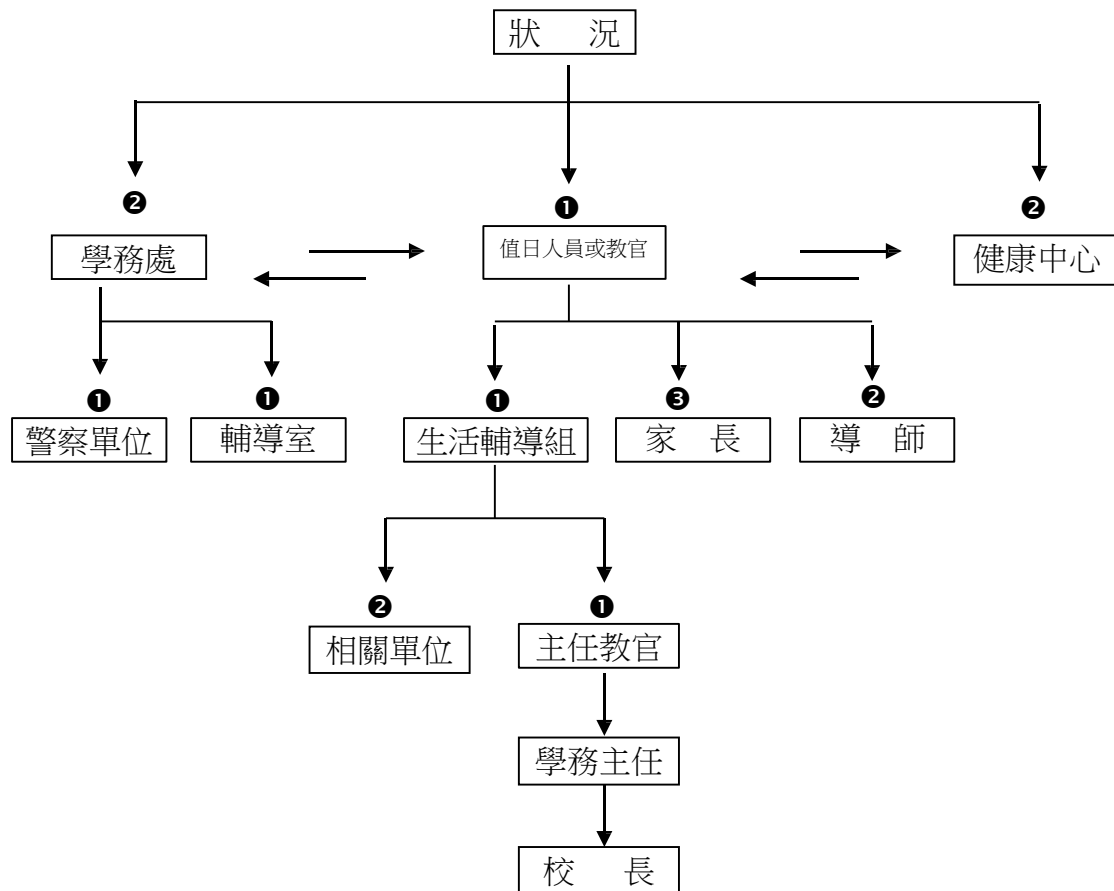
教育部〈校園學生自我傷害三級預防工作計畫〉。

貳、目的

- 一、透過學校輔導網路，結合社會資源有效辦理輔導三級預防工作，並協助學校面臨重大事件時進行危機處理工作。
- 二、預防校園自我傷害事件發生。
- 三、培養教師敏感於高危險性自我傷害個案並能做必要的介入與輔導。
- 四、培養師生對校園自我傷害事件後處理的能力。

參、實施要領

- 一、成立危機處理小組，聘請相關人員擔任諮詢危機處理之工作。
- 二、建構三級處理模式，依危機行為層級分別研擬具體因應措施。
- 三、實施內涵：
 - (一)成立危機處理小組：由校長、教務主任、學務主任、輔導主任、實習主任、圖書館主任、總務主任、人事主任、主任教官、生活輔導組長、衛生組長、導師及護理人員組成。
 - (二)擬訂危機事件反應、處理流程圖如下：



說明：

1. 本校校園自我傷害危機處理小組組織與工作執掌（如附件一）
2. 緊急事件處理順序以數字❶、❷、❸表示（參考附件二：緊急處理要點）
3. 自我傷害防治與危機處理作業要點（如附件三）
4. 遇緊急事件，視情形就近通知教官或其他人員
5. 聯絡電話：請參照本校各處室電話表

（三）結合社會資源：

1. 社區社政單位社工專業人員
2. 衛生單位心理衛生人員
3. 警政單位、司法警政人員
4. 綜合醫院心理治療人員
5. 公益組織、宗教團體或個人

肆、成立聯絡中心進行橫的聯繫，各小組處理狀況隨時向聯絡中心通報。

伍、應於事件結案後一星期內，由各小組提出處置經過之書面報告書經輔導室彙整後呈閱校長。

陸、本計畫經輔導工作委員會會議討論通過，陳校長核准後實施，修正時亦同。

附件一、本校校園自我傷害危機處理小組組織與工作執掌

- **緊急處理小組：**

成員——

主任教官、輔導教官、衛生組長、導師、校護。

任務——

(一)進行緊急事件處理及通報。

(二)循通報系統通報。

- **校內支援小組：**

成員——

教務主任、學務主任、總務主任、實習主任、圖書館主任。

任務——

(一)支持校內教職員面對自我傷害事件。

(二)協助班級討論校園自我傷害事件。

(三)向全校師生說明自我傷害事件。

- **心理輔導小組：**

成員——

輔導教師。

任務——

(一)成立特別輔導小組。

(二)協助班級討論校園自我傷害事件。

(三)形成支持性團體，提供資訊。

- **校外支援小組：**

成員——

心理諮商人員、精神科醫師、輔導人員、家長代表。

任務——

(一)支持教職員面對自我傷害事件。

(二)形成支持性團體，提供資訊。

(三)與家長聯繫之代表。

- **文書處理小組：**

成員——

總務主任、人事主任。

任務——

(一)評估自我傷害事件對學校之影響。

(二)評估學校所擁有的社會資源。

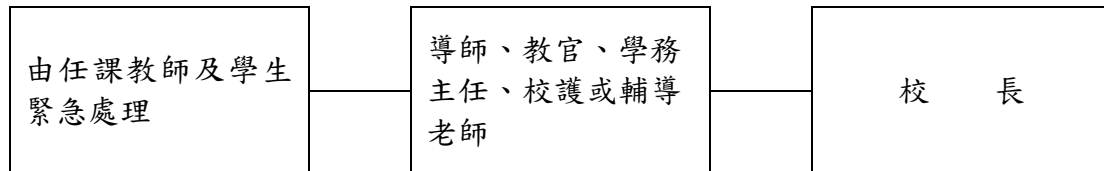
(三)事件處理經過之文書處理。

附件二、「校園自我傷害」緊急處理要點

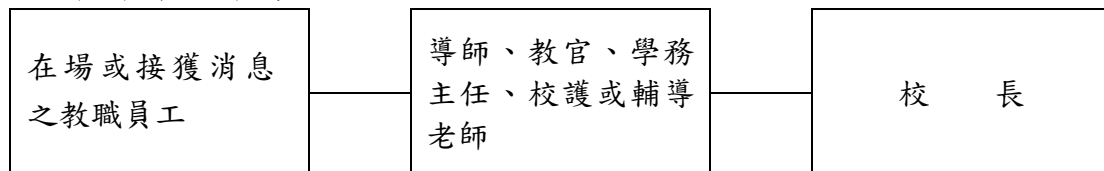
一、本校學生發生自我傷害事件時，在上課時間由任課教師緊急處理，在非上課時間由在場學生、教師或教官緊急處理，立刻將患者送到健康中心或請校護到場急救。必要時立即聯絡 119 請救護車到校或直接送醫。

二、事件發生的通報流程(立即通報)

(一)上課時間：

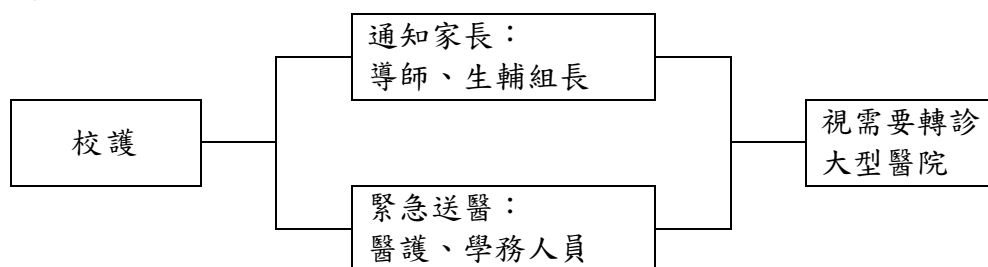


(二)非上課時間：



三、學生發生自我傷害時，導師、生輔組長應負責與傷患學生之家長取得聯繫。

四、傷患外送醫院之程序與流程：



(一)視傷患情狀先送附近醫院(成大醫院、奇美醫院等)設備完善之大型醫院，轉診時應考慮到事件發生時之交通狀況及路程。

(二)送醫人員應由醫護人員、學務人員為之，導師及輔導老師應立即至班上進行心理輔導，並針對原因，處理學生及家長的情緒。

(三)若個案之自我傷害行為已遂，學務人員、教官及總務人員應立即封鎖現場。

附件三、自我傷害防治與危機處理作業要點

一、青少年個案自我傷害行為個案特徵：

- (一)自殺個案對於自殺所採取的計畫(地點、方法、時間等)越詳盡者，自殺可能性越高。
- (二)自殺個案在自殺行為出現前數天至數月，曾數次對親人或朋友以言語或行為(「交代」一些事情、表示厭世或即將「遠行」、「如果沒有我的話，事情也許會好些」、將心愛物品送人等…)表現其自殺意念，或曾多次自殺。
- (三)有較強烈及持續之無望感、自我概念較差、對現狀感到無能為力、較悲觀、對人事物較抱持負面想法、自我中心、易衝動、性格壓抑、孤立而溝通有困難、遭遇重大打擊、長期臥病久藥不癒而對生命產生絕望、精神疾病及具有幻聽幻覺、曾用劇烈方式自殺者，較易出現自殺行為。
- (四)自殺者企圖自殺時，會產生矛盾情感，想死但是心中仍有存活意念，即在生與死之間猶豫擺盪，此時自殺者常感茫然、不知所措。

二、自殺的迷思：

- (一)『真正想自殺的人，其實是不會告訴人的』(x)。
想自殺的人，通常事前言行上有徵兆可辨識其自殺企圖(○)。
- (二)『自殺的人是下定決心要死的』(x)。
想自殺的人其實是在生與死二者之間擺盪的，其心中仍存有生存意念，只是無法找到解決問題的方法(○)。
- (三)『一個想自殺的人，永遠都會想自殺』(x)。
自殺常發生於有壓力的時候，若能解決導致自殺的因素，協助自殺者培養問題解決之能力，自殺個案還是能好好活下去的(○)。
- (四)『若自殺被救，以後就不會再自殺了』(x)。
自殺未成功的人其再自殺率高於未曾自殺過之自殺者，三個月內再自殺的情形相當多(○)。
- (五)『如果直接跟可能想自殺的人討論他是否想自殺，會促使他更容易去採取自殺行動』(x)。
與擬自殺的個案討論其自殺意願，對於紓解其內心之焦慮有幫助，而且可以藉此協助他(○)。
- (六)『自殺是會遺傳的』(x)。
自殺不具基因遺傳特質，但是家中有人自殺，可能會影響到其他人(○)。
- (七)『有精神疾病者才會自殺』(x)。
自殺者自殺當時確有其心理困擾，但未必有精神疾病(○)。
- (八)『自殺者通常為低社經地位者』(x)。
自殺者可能來自各社會階層，與社經地位高低無關(○)。

三、預防處理要點：

- (一)定期舉辦心理衛生講座，增進師生適應能力。
- (二)增進學生生活適應能力，發展解決問題的策略，提供支持網絡及相關

資訊。

- (三)透過會議研習及宣導資料，介紹預防自我傷害行為發生之相關資訊。
- (四)增進校園軟硬體規畫之安全性。
- (五)輔導老師參加專業訓練課程，熟悉校園自我傷害的輔導策略、技巧、與可資運用的社區資源。
- (六)舉辦研習課程使教職員工熟悉青少年的自我傷害警告訊息及緊急的處理原則。
- (七)成立危機處理小組，小組成員參與處理熟悉自我傷害處理、危機處理及事後處理的過程。
- (八)衡鑑高危險群學生。
- (九)實施生命教育—探討生命的意義與價值(認識自己，體認生命的神聖，進而珍惜生命，實現自我)。
- (十)實施死亡教育—探討死亡在生命中扮演的角色(澄清死亡的真相，檢視死亡的真實性)。

四、危機處理要點：

(一)危機事件發生之當下：

- 1. 危機處理小組動員：立即聯絡相關人員、送醫急救、通知家長、現場的保持與清理、課業有關問題的處理。
- 2. 召開危機處理小組會議：各組工作報告、研討事實真相、工作分配、指定一人處理媒體電話，並將所有電話錄下來、將所有進行的情形寫成日誌。
- 3. 召開個案會議：由相關人員形成一個支持網，二十四小時均有人陪伴有自殺傾向的學生。

(二)學生自我傷害行為尚未採取行動(高危險群)：

- 1. 通知學校相關人員。
- 2. 通知家長。
- 3. 對具有高危險性的學生，導師、輔導教師、教官應立即會同輔導並給予支持與關懷：包括傾聽、支持，並對自我傷害的想法保持敏捷，信任自己的判斷，注意是否已有先前的企圖，以採取必要的行動。
- 4. 盡快與高危險性學生建立互相信任，並讓學生清楚的感覺輔導者的關心。
- 5. 輔導人員扮演一個關心的、協助者的角色。鼓勵學生將其內心的感受與想法完整的表達出來，並共同尋求解除該生面臨的壓力。
- 6. 經由衡鑑，瞭解該學生的自殺想法或行動的嚴重程度，導師及輔導老師應採取適當的行動：
 - ◎與該生直接討論他的自殺想法或計畫，幫助該生瞭解自殺真正動機，協助他體認他本身的價值。
 - ◎恰當的表達導師及輔導人員對他的關懷與支持，使他覺得並不孤單。

- ◎協助學生釐清死亡的概念，如：死是一種永久的、不可逆的歷程；死亡是一種生命的現實狀態，不是幻想狀態。
- ◎多強調環境與個人的可改變性，協助學生在面對壓力時，尋求新的因應策略。
- ◎導師或輔導人員態度要積極，但表現要冷靜，並容許學生依他的節奏，表達他的內心感受。
- ◎馬上採取幫助的行動，如：聯絡家人、重要的朋友，一起來共同解決目前的、緊急的生活壓力等。
- ◎瞭解導師及輔導人員本身的限制，在必要時立即聯絡其他專業人員。
- ◎通知校長。
- ◎清楚地記錄自己的處理方式，聯絡了哪些人。

7. 召開個案會議——由主任輔導教師主持，召集導師、學務處有關人員及全體輔導教師共同研討危機處理的步驟，採取一致的行動。
8. 聯絡家長，對孩子盡可能提供無條件的幫助、支持與關心，並建議家長安排孩子住院。
9. 由相關人員形成一個支持網，二十四小時均有人陪伴有自殺傾向的學生。
10. 提供個案支持網絡人員之電話

(三)已採取行動，而未成功之個案：

1. 危機處理小組動員：立即聯絡相關人員、送醫急救、通知家長、現場的保持與清理、課業有關問題的處理。
 2. 召開危機處理小組會議：各組工作報告、研討事實真相、工作分配、指定一人處理媒體電話，並將所有電話錄下來、將所有進行的情形寫成日誌。
 3. 召開個案會議：由相關人員形成一個支持網，二十四小時均有人陪伴有自殺傾向的學生。
 4. 師長及親人：儘速整理自己的情緒，恢復正常狀態，關懷、輔導個案。
 5. 個案本身：需有人陪伴至情緒穩定為止。謀求問題解決策略。
 6. 其他同學的情緒：個案之好友、其他同學、目擊者：鼓勵學生把內心的想法、感受說出來，謀求問題解決策略。
 7. 鼓勵同學對：個案表達關懷，協助個案重返班級。
- ◎班級形成支持網絡，輪流陪個案。

(四)死亡個案：

1. 同(一)、(二)、(三)
2. 研商葬禮事宜。

五、事後處理要點：

成立危機事件事後處治委員會。幫助受此事件影響之人(個案的家人、親友，同學、學校內相關的教職員工)，抒解悲傷的情緒與緩和哀悼的心結；經由討論自殺行為的傳染與模仿作用，阻止在發生類似的不幸事件。

(一)成員：事後處治委員及本校危機處理小組成員。

(二)任務：

1. 評估自殺或突然死亡事件對學校的影響。
2. 評估學校裡所擁有的社會資源。。
3. 實施「事後處理行動計畫」。
4. 成立特別輔導中心，讓學生清楚知道，當他們有需要時，可以「隨時」要求輔導。
5. 協助班級召開討論會。
6. 支持校內教職員面對這件事情。
7. 形成以提供資訊為主的支持性團體。
8. 產生與家庭聯繫的代表
9. 產生與媒體聯繫的代表

(三)工作細則：

1. 評估自殺或突然死亡事件對學校的影響
 - ◎收集並驗證有關自殺或意外死亡事件的所有資料。
 - ◎評估此事件對學生的影響，並找出需要特別注意的團體或個人。
 - ◎評估此事件對教職員工的影響，並且幫助涉入的教職員工。
2. 評估學校的資源
 - ◎危機小組是否夠客觀？是否不會有感情或情緒上的涉入？
 - ◎對個別的成員或整個學校而言，他們受此事件的影響程度為何？
 - ◎需要多少校外的資源？如：其他學校或社區的危機小組成員的協助。
 - ◎危機小組在必要的情況下，有權力尋求社會輔導網絡、醫療網絡或社區資源網絡來協助處理，如：生命線工作人員、地區精神科專科醫師或神職人員。
3. 介入及實施行動計畫：
 - ◎向全校師生說明該事件，選擇以班級或小型團體進行，不要集合起來作報告。將報告限制在告知事實，勿加以個人揣測，並提供必要的支持。(校內支援小組)
 - ◎向學生清楚說明何時、在那裡可以得到幫助，例如：哪些學生可以個別地或以團體形式進行會談。(校內支援小組)
 - ◎小心照顧死者的好朋友。(心理輔導小組、校內支援小組)
 - ◎找出高危險性的學生，並擬定照顧計畫。(心理輔導小組、校內支援小組)

- ◎討論有關喪禮的事宜，並決定誰去參加喪葬禮。
- ◎指定一危機小組成員去和家長接觸。(校內支援小組)
- ◎指定一危機小組成員去和大眾媒體接觸。
- ◎決定何時聯絡校外的專業人員。(心理輔導小組)
- ◎討論如何舉行適當的悼念活動。(校內支援小組)

4. 成立特別輔導中心(心理輔導小組)

- ◎提供學生關於此事件的訊息，事後處置的計畫及社會可用的資源。
- ◎引導回顧一下，當失去親友時，有哪些因應的方法。
- ◎評鑑有哪些學生處於此危機當中。
- ◎評鑑有哪些學生需要轉介到校外的專業機構。
- ◎提供印有各類輔導網絡電話之卡片。

5. 幫助班級的討論(心理輔導小組)

- ◎小組成員協助通知學生，需注意班級裡可能先前已討論過此一不幸事件，對不想討論此事的學生，可以允許他們不加以討論。
- ◎討論有關失去的感覺、自己或兄弟姐妹或同儕害怕的感覺，並回顧此悲劇事實。
- ◎討論學生的生活事件，其他處理壓力及憂鬱的方法。
- ◎讓學生儘量表現他們覺得合適的反應，所有的反應都可以被接受。
- ◎輔導者表現出有信心、鎮靜、明確及鼓勵的態度。
- ◎避免批判性的字眼，將討論針對如何解決問題及如何使用更好的方式來應付此一事件。
- ◎避免有指責的情形出現，譬如可以說「那不是我們可以決定的」。
- ◎再次引導學生表達出生氣的感覺，譬如說「生氣是很多在遇到這種事情的人都會有的反應，你在生氣時都做些什麼？」
- ◎請同學協助，找出未被學校發現的高危險性學生。
- ◎討論會的領導者，將在接下來的幾天之內，看到學生很明顯的悲哀的徵兆，這是十分正常的現象，是可以被接受的。
- ◎需仔細觀察是否有不尋常的反應，並且尋求進一步的介入。

6. 支持校內教職員工(校內、外支援小組)

- ◎評估高危險性的校內人員，並建議他們如何因應。
- ◎對死亡學生的老師，提供支持。

7. 幫助支持性團體的進行

- ◎此團體是由特別輔導中心評估後，決定成立。針對家長、老師及學生之支持性團體，危機處理小組的成員或心理衛生之專業機構應協助其進行。

8. 產生聯絡家庭之代表(校內、外支援小組)

- ◎表示弔慰並告知家長學校的關心，以及在學校將有的一些處理的程序。

- ◎徵求他們的同意，以便告知其他學生及教職員，有關死亡的資料，如：關於自殺事件的事實，學生如何死亡。如果自殺事件尚未被法醫宣告，僅將其稱作不幸的死亡。
- ◎告知家長可能會有學生以團體形式出席葬禮，建議家長接受他們弔慰之後，請他們即離開。
- ◎通知家長有關學校方面的悼念活動。

9. 產生聯繫大眾傳播媒體之代表

- ◎訊息應依事實報導，不要渲染。
- ◎禁止媒體接觸學生和教職員，而只限於和危機小組代表接觸。
- ◎提供媒體以下之資訊：關於自殺話題的一般性報導關於自殺的警告徵兆促使媒體報導地區的協助資源不應將自殺戲劇化關於學校發生此事的特別訊息。

附件四：臺南市私立長榮女中自我傷害防治方案

(三級預防措施)

一、一級預防宣導—學生心理健康之促進

(一)宣導心理衛生教育與生命教育

1. 校園中除了專業知識外，應加強生命教育、情緒管理、壓力管理、心理衛生、生涯規劃等之通識課程與相關社團活動。
2. 在校園內及網路上推廣正確心理衛生概念，例如製作心理衛生相關知識宣導卡片、文宣、定期在網路上張貼心理衛生相關文章。
3. 加強舉辦輔導室之演講、座談、電影欣賞及健康促進等活動，可多利用各班週會時間。
4. 鼓勵導師使用輔導室之心理測驗以增進學生之自我了解。

(二)學習與生涯規劃輔導：

辦理轉科、轉學生之生涯講座與生涯規劃系列演講與諮商。

(三)加強導師的功能

1. 加強導師與導生之連繫，可鼓勵老師利用電子郵件跟學生互動。
2. 加強導師的輔導知能，由學務處主導，編訂「導師手冊」，讓導師知道該做些什麼、可以做些什麼，熟悉學務處的行政資源，讓導師更知道如何去協助導生。
3. 加強橫向之連繫召開導師座談會交換彼此輔導不適應學生之訊息。
4. 建立專任專業心理師之制度，以在校園中多推廣心理衛生與管理情緒活動，必要時針對各科同學進行生涯規劃、EQ 與 AQ 的教育活動。

二、二級預防篩檢—早期心理問題之篩選與輔導

(一)校方要定期篩檢憂鬱與自殺高危險群，針對高危險群：

1. 定期心理諮商與晤談，並隨時評估其情緒狀態。透過晤談，讓同學對於情緒困擾有比較好的因應與調適。
2. 若評估憂鬱程度高，同時轉介至精神科治療，藥物與心理治療雙管齊下。
3. 協同班上老師、同學或是該班的輔導股長，一起給予關心與支持，避免其復發。

此外，建立學生高憂鬱傾向與自殺高危險群的資料庫：

1. 透過網路以及 E-mail，定期張貼或傳送心理衛生相關的文章，增加同學的正向思考與情緒管理、壓力因應的知能。
2. 輔導室開辦成長團體或人際關係團體或團體心理治療，以憂鬱與自殺高危險群為主，希望透過團體增加同學的成熟度、人際網絡、社會支持度以及人際溝通技巧。
3. 請導師、輔導股長及學生隨時關心週遭同學，以發覺高危險群學生

之存在，協助學生情緒與精神狀況之篩檢並轉介高危險群學生至輔導室。

4. 請任課老師確實關心同學上課出席情形，對常缺席者或不正常上課學生進行關懷，必要時並轉介到輔導室進一步給予個別或團體輔導。
5. 針對復學的學生加強關心與輔導，並召開相關親職教育座談或活動。

三、三級預防處置—危機處理及學生心理問題之輔導

(一)找出已有自殺計畫者

1. 進行危機處理，包括，注意他是否需要安排住院與藥物治療，避免讓其一個人獨居或接觸自殺途徑，必要時與之約訂不自殺契約。
2. 安排進一步的心理諮商與治療。
3. 在校園內設置 24 小時求助專線並加以宣傳，提供出現自殺計畫者求助管道。

(二)對於自殺未遂者：追蹤至少半年以上，定期評估其自殺意念與企圖，以預防其再自殺，並進行短、中、長期心理治療。

(三)對於自殺已完成者：

1. 對於週遭的同學，加強學生之個別及團體之情緒輔導。
2. 針對家長，協助辦理後事，並給予適度的情緒支持。
3. 針對整個校園，以公開信的方式澄清自殺的迷思，並再提供正確的自殺防治觀念。
4. 邀請媒體共同參與自殺的防制工作：過去研究指出大眾傳播中自殺的新聞報導會增加民眾的自殺率，因此，邀請媒體不要只報導自殺行為而不分析自殺事件的前因後果，要同時報導非自殺的其他問題解決方法。媒體在報導時不能太過浪漫化與合理化自殺行為，也不要報導自殺方法的細節，媒體應教導尚有哪些其他的解決方式，而不應鼓勵以自殺來解決問題，如此才能有效地防止自殺行為的上升。

美國預防自殺基金會的網站曾提出有關全國媒體對自殺事件報導之指導原則值得國內參考，包括：

- (1)自殺只是死亡成因之一，不見得值得新聞報導。
- (2)報導時要指出自殺常是不同類型心理疾患的合併症，而這些疾患是可以治療的。
- (3)不要把自殺報導成合理的問題解決方法，不要把自殺報導浪漫化，也不要將自殺事件過度報導，而加深讀者或觀眾認同自殺，而要多表達對自殺者與憂傷親友的關懷。
- (4)避免報導自殺方法與地點的細節。
- (5)限制自殺報導的數量、時間，不要在頭版、頭條新聞報導。
- (6)報導自殺時，要同時報導想自殺者可求助之資源。