

中壢國中推動校園學生憂鬱與自我傷害三級預防工作計畫

壹、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辦理。

貳、計畫目標：

- 一、完成編定全校性自傷三級預防工作計畫。
- 二、發展與推動增進學生因應壓力與危機管理知能，並增進協助其他處於自殺危機或憂鬱中同學的教學與活動之技能。
- 三、增進教師及行政人員，對憂鬱與自我傷害之辨識及危機處理，增進即時處置知能。
- 四、落實高關懷學生群之篩選，並建立檔案，定期追蹤，以減少校園憂鬱自傷事件之發生。
- 五、建立憂鬱與自傷之危機處理標準作業流程。
- 六、增進學校專業輔導人員對憂鬱自傷學生之有效心理諮商與治療之知能。
- 七、整合憂鬱與自我傷害防治相關網絡資源，共同推動學生憂鬱與自我傷害防治工作。
- 八、建立並落實學生憂鬱與自我傷害三級預防工作模式。

參、實施期程：98年1月1日至100年12月31日止。

肆、推動策略：

一、強化組織運作：

- (一)設置「學生零自傷」推動小組。
- (二)督促各校設置學生憂鬱與自傷三級預防推動小組。
- (三)宣導各校運用本縣「南區心理衛生諮詢服務中心」，以服務更多需要之個案。

二、培訓防治人才：

- (一)培訓各級學校之核心推動人員(如學務單位主管)，擬定執行計畫及精進憂鬱與自傷三級預防。
- (二)培訓各級學校心理輔導專業人員(如心理師)成為種子教師，再發揮種子功能，針對校內導師、教官、行政人員、學生幹部或志工進行教育訓練。
- (三)辦理學校執行學生憂鬱與自傷防治之經驗分享與觀摩，透過示範學習，以激發學校積極推動，並精進推動之策略與行動方案。

三、推動與實施防治計畫：

各校應擬定學生憂鬱與自傷防治計畫，據以執行並定期檢討修正。

學校執行初級預防、二級預防、三級預防工作如下：

(一)初級預防：

1. 目標：增進學生心理健康，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) 各級學校訂定學生憂鬱與自我傷害防治計畫；本府定期予以督導。
- (2) 各校建立校園危機應變機制，設立24小時通報求助專線，訂定自殺事件危機應變處理作業流程，並定期進行演練。
- (3) 各校校長主導整合校內資源，強化各處室合作機制。
 - (I) 教務處：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、及憂鬱與自殺之自助與助人技巧。
 - (II) 學務處(輔導諮詢中心、輔導室)：
 - (i) 舉辦促進心理健康之活動，(如：正向思考、衝突管理、情緒管理、以及壓力與危機管理)之活動。
 - (ii) 辦理生命教育電影、短片、閱讀、演講等宣導活動。
 - (iii) 結合社團及社會資源辦理憂鬱與自殺之預防工作。
 - (iv) 強化教師輔導知能：實施全體教師(含導師及教官等相關訓導人員)對憂鬱與自我傷害辨及危機處理知能。
 - (v) 對家長進行憂鬱與自殺認識與處理之教育宣導。
 - (vi) 同儕之溝通技巧與情緒處理訓練。
 - (III) 總務處：
 - (i) 校警之危機處理能力之加強。
 - (ii) 校園高樓之中庭與樓梯間之意外預防安全網、生命教育文宣與求助專線之廣告。
- (4) 各校校長主導結合校外網絡單位資源，以建構整體協助機制。

(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：每學期(含開學新生入學)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」；國中、小部分則配合內政部強化篩檢高風險家庭。
 - (2) 全員篩檢：新生入學時即建立檔案，並建立高關懷群檔案，每學期定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、教官、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。

(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」(含「衛生署自殺防治通報轉介流程圖」、「自殺暨高危險群個案通報單」及「自殺個案轉介回復表」)進行通報與轉介。

伍、計畫管考：

一、自我檢核：各校應於每學期結束一個月內，填列學校執行憂鬱與自我傷害防治工作自我檢核表，並報本府備查。

二、落實通報與危機處理之督導：

校園內發生學生自我傷害與自殺事件應落實通報與危機處理之檢討，並由本府進行危機處理(善後處置及預防再自殺)之即時督導。

三、督考機制：

- (一)各校執行學生憂鬱與自傷防治工作，應列為督學視導重點項目。
- (二)執行本計畫績優之學校予以獎勵。

四、獎勵措施：校長或學務主管規劃執行本計畫，成效良好並有具體績效者，優先提報教育部獎勵學生事務與輔導工作優秀人員表揚。

五、檢討修正：召開本計畫執行協調會議，瞭解學校規劃執行困境，以即行協助解決。

陸、執行成效評估指標：

一、二級預防：

(一)執行成效：

- 1.學校編定全校性自傷防治工作計畫。
- 2.防治人才之培訓：

- (1)編定完成防治人員培訓之教材。
- (2)辦理輔導人員種子培訓。
- (3)進行該校導師、教官、同儕及社團幹部之培訓。

(二)達成率：

- 1.第1年(96年度)一國中小部分校數達成率為60%；高中部分校數達成率為70

%。

2.第2年(97年度)－國中小部分校數達成率為70%;高中部分校數達成率為80%。

3.第3年(98年度)－國中小部分校數達成率為80%;高中部分校數達成率為90%。

二、二級預防：

(一)執行成效：

1.進行一年級新生進行全面之高關懷群篩選。

2.針對一年級新生之高關懷群介入輔導，並建立檔案，定期追蹤。

(二)達成率：

1.第1年(96年度)－國中小部分校數達成率為60%;高中部分校數達成率為70%。

2.第2年(97年度)－國中小部分校數達成率為70%;高中部分校數達成率為80%。

3.第3年(98年度)－國中小部分校數達成率為80%;高中部分校數達成率為90%。

三、三級預防：

(一)執行成效：

1.建立學生自殺之虞或自殺未遂之危機處理流程。

2.建立學生自殺死亡之危機處理流程。

3.辦理學校輔導人員及教官(或相關業務承辦人員)危機處理能力之培訓。

(二)達成率：

1.第1年(96年度)－國中小部分校數達成率為60%;高中部分校數達成率為70%。

2.第2年(97年度)－國中小部分校數達成率為70%;高中部分校數達成率為80%。

3.第3年(98年度)－國中小部分校數達成率為80%;高中部分校數達成率為90%。

柒、預期成效：

一、透過校園執行學生憂鬱與自傷防治工作之過程，體認生命之可貴，並促使師生尊重生命、關懷生命與珍愛生命。

二、各級學校建立完整之學生憂鬱及自我傷害防治機制。

三、有效抑制校園憂鬱及自我傷害比率逐年增加之趨勢，有效降低學生憂鬱與自我傷害之盛行率。

捌、本案奉核後實施，修正時亦同。

學生憂鬱及自殺(傷)防治處理機制流程圖

