

# 臺北市景文高級中學 105 學年度憂鬱與自我傷害防治工作計畫

## 壹、依據：

- 一、臺北市「友善校園」學生事務與輔導工作計畫。
- 二、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、目的：

- 一、建立學生憂鬱與自殺(傷)預防機制與危機處理作業流程，期使行政人員、教師及輔導教師均能瞭解在學生憂鬱及自殺(傷)之防治中，所扮演之角色與職責，落實三級預防工作模式。
- 二、藉由多元之方式，使教師具正面、積極之觀念，以樂觀、主動之方式輔導、轉介具有憂鬱傾向之學生，有效預防學生憂鬱自傷事件之發生或嚴重化之可能性。
- 三、有效結合學校及社區醫療資源，建構相關網絡，提供教師、學生、家長因應壓力與危機管理知能，共同推動學生憂鬱與自我傷害防治工作。

參、實施期程：105 年 8 月 1 日至 106 年 7 月 31 日止。

肆、實施對象：本校全體學生。

## 伍、實施要點：

- 一、建立學生憂鬱與自殺(傷)防治處理機制流程【如圖一】。
- 二、建立校內查察策略及通報流程【如圖二】。
- 三、篩選高危險群。
- 四、建構各處室、導師、任課教師合作機制。

## 陸、行動方案

項目	執行內容	承辦處室	備註
一、初級預防	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 於期初教學研究會時，將相關主題列為討論議題，規劃學生情緒教育及生命教育融入課程，提升學生抗壓能力（堅韌性與問題解決能力）與危機處理，以及憂鬱與自殺之自助與助人技巧。</li><li>2. 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。</li></ol>	教務處	目標：增進學生心理健康，免於憂鬱自傷。

項目	執行內容	承辦處室	備註
一、初級預防	1. 舉辦新生始業輔導、班級幹部訓練、及社團活動，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，增進導師對學生生活狀況的瞭解及問題處理之協助。 3. 建立校園危機事件處理流程及全校緊急事件處理系統(師生緊急聯繫電話網)。 4. 督導教官提高警覺，熟悉事件發生處理流程，加強危機處理能力。 5. 辦理學生紓壓及挫折容忍力提升活動。	學務處	
	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. 培訓警衛及工友，加強安全巡邏。 3. 培訓各班事務股長，維護班級硬體安全。 4. 推動各項災害防治教育，辦理防災演習活動。	總務處	
	1. 推動認輔工作，制定實施要點，協助生活、學習適應困難及行為偏差等學生。 2. 以週會形式，舉辦促進心理健康之講演，(如：正向思考、衝突管理、情緒管理、以及壓力與危機管理)。 3. 辦理主題式教學，利用影片、社會事件，以討論等方式增進學生相關知能。 4. 結合學校及社會資源辦理憂鬱與自殺之預防工作。 5. 增進教師輔導知能：實施全體教師(含導師及教官等相關人員)對憂鬱與自我傷害辨及危機處理知能。 6. 辦理家長成長講座，加強家長對憂鬱與自殺(傷)認識與處理之教育宣導。 7. 利用發現週刊，刊登相關文章，提升學生壓力調適、情緒管理的能力。	輔導室	
	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. 瞭解學生日常生活當中是否遭遇較大的生活變動。 3. 給予學生支持、關懷，與傾聽，掌握班上學生的身心狀態。 4. 營造班級內之歸屬感與凝聚力，以及情緒支持的氣氛。 5. 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。 6. 實施家庭訪問，了解學生居家生活狀況。 7. 在班上形成通報網絡，指定幹部主動報告同學的異常狀態。	導師學務處	

項目	執行內容	承辦處室	備註
	8. 留意學生的聯絡簿所透露的心事及相關線索。		
	1. 積極參與研習活動，充實相關知能。 2. 支持與關懷，傾聽分享學生的情緒經驗。 3. 保持對「異常舉動」學生之高度敏感。 4. 常與導師、輔導教官輔導教師保持聯繫，並參與認輔工作。	任課教師 教務處	
二、二級預防	1. 高關懷群篩選:學期初發與導師憂鬱與自我傷害行為檢核表，請導師協助觀察學生狀況，若有符合檢核表所述，評估需轉介，即轉介輔導室，輔導老師在晤談後，視需要可利用青少年憂鬱量表，篩檢出高危險群名單，建立高關懷群檔案，進行輔導及定期追蹤等相關工作。 2. 新生篩檢:建立新生入學檔案,加強篩檢高關懷群。 3. 提升行政人員、教師、學生及家長憂鬱辨識能力，以協助觀察篩檢，並對篩檢出之高關懷群提供個別或團體諮商服務。 4. 整合社會資源，妥善利用專業諮詢服務計畫，聘請專業人員(如:臨床心理師、諮商心理師、社工師、精神醫師等)到校服務。	輔導室  教、學、輔  輔導室  輔導室	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。
三、三級預防	1. 建立自殺未遂與自殺身亡之危機處理與善後處置標準作業流程，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。 2. 安排相關當事人之後續心理諮商與追蹤輔導或轉介衛政單位協助。 3. 注意其他高關懷群是否受影響，預防再自殺教育。 4. 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。	學、輔  輔導室  教、學、輔  學、輔	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。

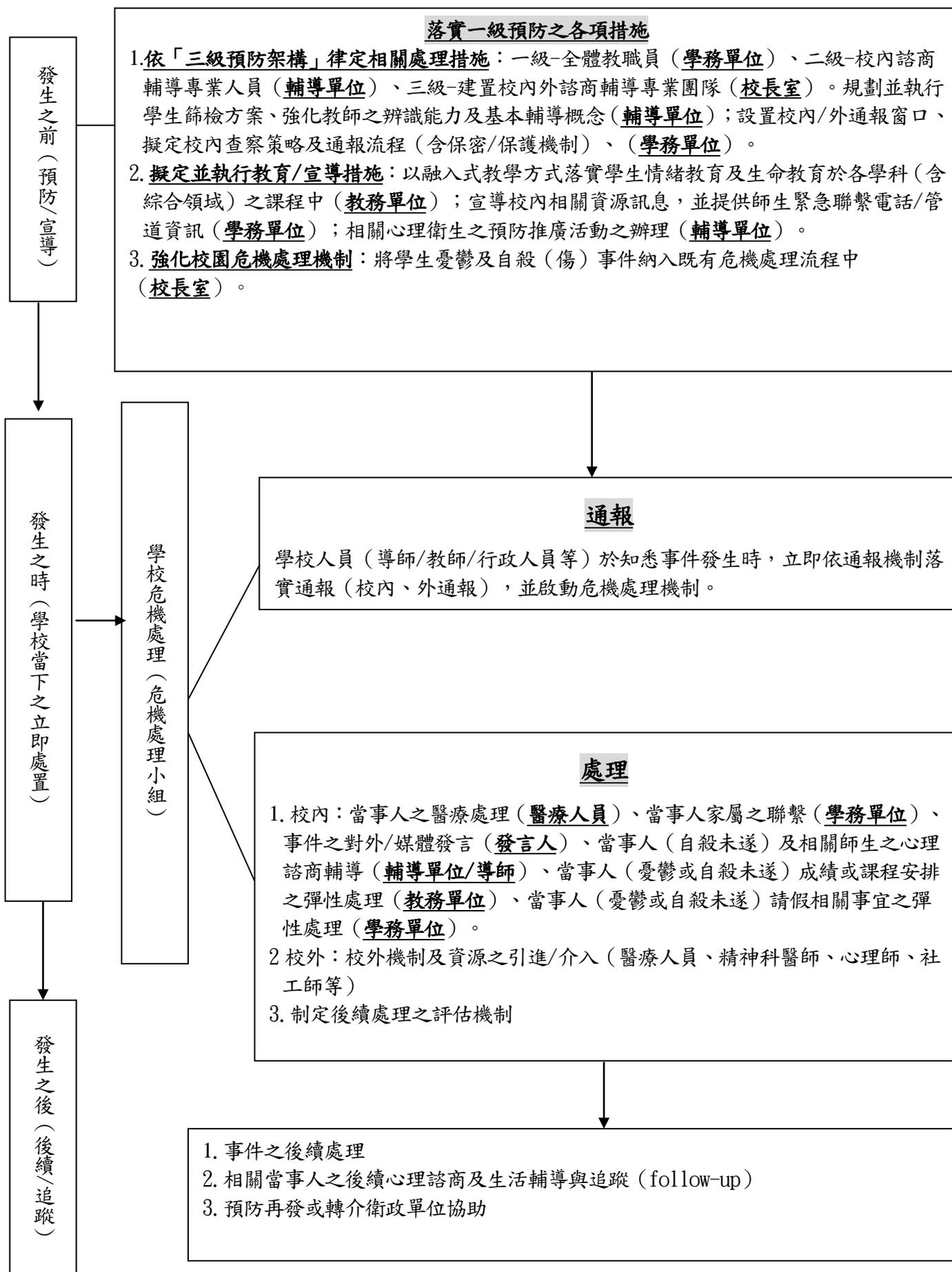
#### 柒、預期效益

- 一、透過建立完整之學生憂鬱與自我傷害防治機制之過程，促使師生體認生命之可貴，並能尊重生命、關懷生命與珍愛生命。
- 二、有效抑制校園憂鬱及自我傷害，降低學生憂鬱與自我傷害。
- 三、促進生命教育之課程與教學發展，提供學生生活化之生命教育，營造生命價值之安全校園。

捌、經費：由本校相關經費項下支應。

玖、本計畫經行政會議通過，陳請 校長核定後施行，修正時亦同。

圖一、學生憂鬱及自殺（傷）防治處理機制



圖二 校內查察策略及通報流程

