

五、學生憂鬱與自我傷害

(三) 一級、二級預防工作要點

一、目標

- (一) 初級預防：增進學生心理健康，免於憂鬱自傷。
- (二) 二級預防：早期發現、早期介入，減少憂鬱自傷發生或嚴重化之可能性。

二、策略

- (一) 初級預防：增加保護因子，降低危險因子。
- (二) 二級預防：篩選高危險群，即時介入。

三、行動方案

負責單位	工作要點 (未特別標記者為一級預防)
校長室	1.成立並召開校園危機小組委員會。 2.主導整合校內資源，強化各處室合作機制。 3.主導結合校外網絡單位資源到校服務，以建構整體協助機制。(二級預防)
教務處	以融入式教學方式落實學生情緒及生命教育於各學科： 1.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)。 2.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。 3.探討死亡在生命中扮演的角色(澄清死亡真相，檢視死亡的真實性)。
學務處	1.成立危機處理小組，舉辦課程或演練使成員熟習危機防治與處理流程。 2.設置校內外通報窗口，提供師生緊急聯繫管道資料，並宣導相關訊息。 3.擬定校內查察策略及通報流程(含保密／保護機制)。 4.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。 5.舉辦親師座談會，宣導相關訊息。 6.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。 (二級預防)
總務處	1.檢視並改善校園各項設施安全之維護。 2.加強校園安全巡邏。 3.校警之危機處理能力之加強。 4.加強校園高樓之中庭與樓梯間之意外預防安全網。 5.生命教育文宣與求助專線之廣告。

負責單位	工作要點 (未特別標記者為一級預防)
輔導室	<ol style="list-style-type: none"> 1.訂定學生憂鬱及自我傷害防治計畫。 2.透過校務會議宣導相關資訊，並舉辦相關主題之教師知能研習。落實各年級輔導工作，透過課程或活動進行心理健康相關態度之宣導。 3.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。 4.辦理生命教育電影、短片、閱讀、演講等宣導活動。 5.結合社團及社會資源辦理憂鬱及自殺之預防工作。 6.強化教師輔導知能：實施全體教師(含導師及教官等相關訓練人員)對憂鬱與自我傷害分辨及危機管理知能。 7.同儕之溝通技巧與情緒處理訓練。 8.透過家長讀書會或親職教育資料向家長宣導憂鬱與自殺防治相關訊息(初級預防以及二級預防)。 9.規劃並執行學生篩檢方案，對適應欠佳或有自我傷害之虞的學生進行個別諮商(二級預防)。
圖書館	留意出版訊息，採購有關憂鬱症、青少年問題、生命教育等相關圖書供師生借閱。
導師	<ol style="list-style-type: none"> 1.積極參與有關憂鬱與自我傷害防治之研習活動。 2.透過班會或適當時機實施生命教育。 3.留意學生日常狀況及出缺席情形，與家長及任課老師保持密切聯繫。 4.提昇憂鬱與自我傷害辨識能力，並能即時通報轉介。
教職員工	<ol style="list-style-type: none"> 1.積極參與有關憂鬱與自我傷害防治之研習活動。 2.留意學生課堂表現並隨時與導師保持聯繫。