

五、學生憂鬱與自我傷害

(四) 三級預防工作要點

一、**目標**：預防自殺未遂者與自殺身亡者的同校同學或友人事後自殺，並進行適當之哀傷輔導。

二、**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。

三、**行動方案**：分為高危險群尚未採取行動、自殺未遂、與死亡個案。

(一) 有自我傷害意圖之高危險群：

1. 通知學校相關人員(導師、輔導教師或教官)。
2. 由相關人員通知家長。
3. 盡快與高危險性學生建立互相信任，並讓學生清楚感受輔導者的關心與協助。
4. 評估瞭解該學生的自殺想法或行動的嚴重程度，以採取適當的問題解決行動：
 - 直接討論自殺想法或計畫，以瞭解個案自殺真正動機。
 - 適當表達導師及輔導人員對個案的關懷與支持。
 - 協助學生釐清死亡的概念。
 - 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。
 - 採取具體可行且有益的行動，如：聯絡家人、重要的朋友，共同解決壓力。
 - 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。
 - 輔導人員應做個案記錄。
5. 召開個案會議。由校長或主任輔導教師主持，召集相關人員共同研討危機處理策略、進行任務分工。
6. 形成支持網絡，二十四小時均有人陪伴有自殺傾向的學生。
7. 提供個案支持網絡人員之電話。

(二) 自殺未遂個案之處理：

1. 啓動危機處理機制：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：由校長主持，召集相關人員進行危機處理及任務分工。並指定發言人處理媒體電話及對外發言，並將所有電話錄音、所有進行的情形寫成工作日誌。
3. 召開個案會議：由主任輔導教師主持，召集校內外相關人員(含精神科醫師或諮商心理師等社福資源)，形成支持網絡，研商輔導策略，包括：(1)個案輔導、(2)師長及親人之情緒支持、(3)班級團體或個別輔導、(4)後續回班上課之追蹤輔導。

(三) 死亡個案之處理：

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：由相關人員形成支持網絡，掌握問題方向、研商其他因應之道。
4. 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)，紓解悲傷情緒與緩和哀傷心情，預防後續影響。
5. 任務與工作細則：

(1) 評估自殺死亡事件對學校的影響

全體委員	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) 評估學校可運用的資源

全體委員	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？
	所需之校外資源？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，有權利尋求社會輔導網絡、醫療網絡或社區資源網絡來協助處理，如：生命線、精神科醫師或社工員、諮商師、或宗教協助。

(3) 介入及實施行動計畫

校內支援小組	適時適所向全校師生說明該事件。報告內容應為告知事實，勿加以個人揣測，並提供必要的支持。
	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。
	照顧死者的好朋友。
	指定一危機小組成員與家長接觸。
	討論如何舉行適當的悼念活動。
心理輔導小組	找出高危險性的學生，並擬定照顧計畫。
	決定何時聯絡校外的專業人員。
全體委員	討論有關喪禮的事宜，並決定誰去參加喪葬禮。
執行秘書	指定一危機小組成員去和大眾媒體接觸。

(4) 成立心理輔導小組

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，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) 心理輔導小組任務：協助班級澄清討論

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，並都可以被接受。
	輔導者表現出穩定、鎮靜、明確及接納的態度。
	避免批判、指責性的字眼，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事件。
	再次引導學生表達出生氣的感覺，譬如說「生氣是很多人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)校內教職員工之情緒支持

校內支援	評估高危險性的校內人員，並建議他們如何因應。
小組	對死亡學生的導師，提供支持。

(7)幫助支持性團體的進行

全體委員	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

校內支援	表示弔慰並表達學校的關心，及學校之處理程序。
小組	徵求家屬同意，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。
	通知家長有關學校方面的悼念活動。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。

(9)聯繫媒體之代表

執行秘書	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