

0702

學輔人員在校園
自殺自傷防治工作中
的角色與任務

陽明高中 徐雨堤

情境一：

“

導師一早入班確認同學到校狀況時，看見小A手腕上細細的明顯刀割傷痕...

情境二：

“

午休時，班長跟導師說，
小B最近常講，他爸媽再
逼他，他乾脆死了算了...

情境三：

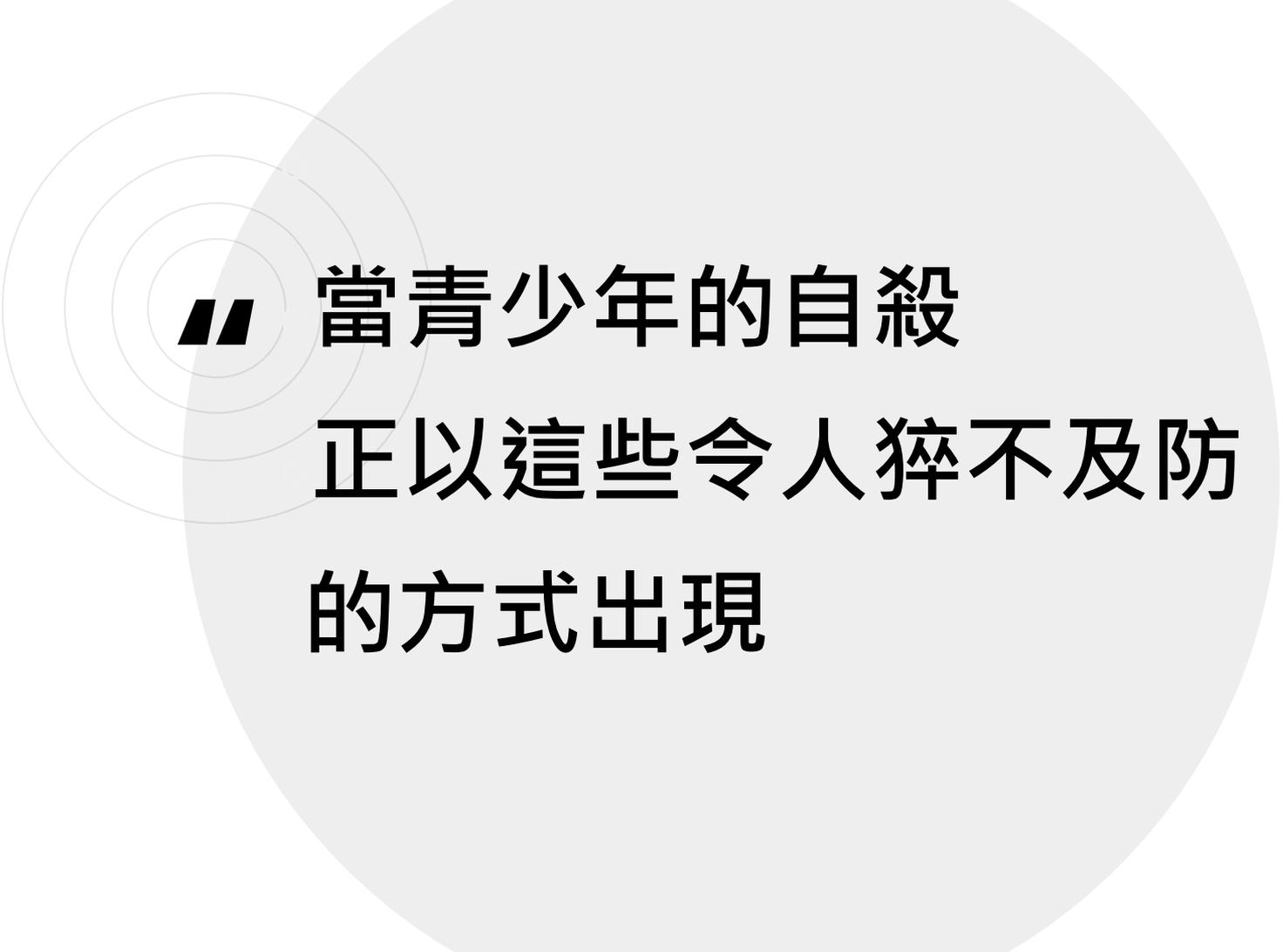
“ 小E媽媽一早就打電話找你，小E昨天晚上又企圖跑到大樓頂樓，這已經是這個月第二次了，她真的不知道該怎麼辦？



//

當教師、學生、
家長接收到孩子
想自殺的訊息

身為學輔人員的我們
都準備好了嗎



// 當青少年的自殺

**正以這些令人猝不及防
的方式出現**

身為把關青少年
身心安全工作的我們
都準備好了嗎？

2

來檢視與自殺有關 的數據

年輕世代陷憂鬱風暴！「自殺」重回前十大死因 衛福部示警

[Newtalk新聞曾郡秋 綜合報導2025年6月16日 週一 下午3:07]

衛福部今（16）日公布2024年死因統計，原已退出十大死因榜的蓄意自我傷害（自殺），在今年重新進榜，位居第10位，引發各界關注。衛福部心理健康司代理司長鄭淑心指出，**自殺重新進榜**顯示青壯年心理困境未解，應強化支持資源，尤其**15至45歲族群**風險不容忽視。

青中壯年成為高風險群體



統計資料顯示，除了老人（65歲以上）與兒童（0-14歲）的自殺死亡率下降外，15-65歲的青中壯年自殺死亡率全面上升，這一趨勢值得社會高度關注。

數字會說話---來看校園裡的數據

教育部校安通報

教育部統計，2023年各級學校通報學生自傷自殺案量達11407人次，相較2016年1089人次暴增**9**倍。



自傷自殺通報量8年暴增9倍
青少年的傷痕想說些什麼？



- 青少年無處安放及宣洩的內在壓力與衝突，需要每一位教育工作者的悉心看見。
- 青少年自傷自殺，是校園安全之工作重點，及時拉他們一把，能協助很多家庭免於走向破碎及崩解。

在膽顫心驚之餘，看見這些數據背後的正向訊息

數字增加的意義：

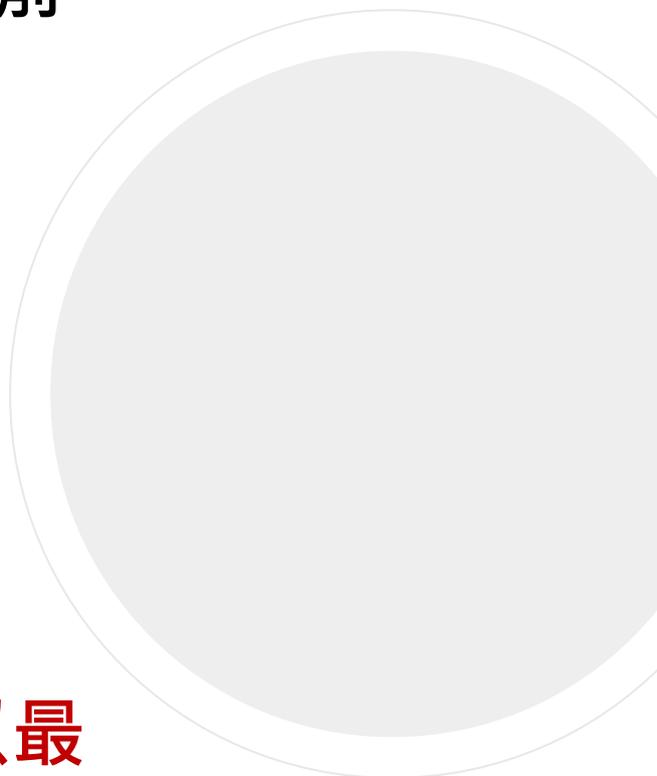
- 通報系統發揮作用
- 更多大人覺察到孩子需要幫助的迫切性
- 促使更多人力及資源投入防治網絡

在膽顫心驚之餘，努力在遍地撒下種子

- 結合政府與民間心理衛生及社會福利資源機構，以共同提升國民心理健康素質為自殺防治之根本。
- 加強全民【自殺防治】教育，宣導自殺防治的重要性，促使民眾體認自殺行為是可以防治的公共衛生議題。

3

關於自殺&自傷

- 
- 探究自殺/自傷的原因之前
 - 我們不能忽視
 - 那些從小到大
 - 層層堆疊的
 - 不受注意的
 - 未被處理的
 - 壓力及挫折
 - 因為有一天它們極可能以最
令人扼腕的方式呈現
- 

關於自殺 & 自傷

- 不是突然發生的
- 不是單一原因導致的
- 不是單純的模仿行為
- 自殺在選擇關閉溝通
- 自傷仍存有溝通意圖



4

為什麼

說玻璃心過於沉重，事實是各因素交互作用的結果

1

腦

3

疾病

2

心理

4

環境

1. 腦內風暴

前額葉皮質---理性

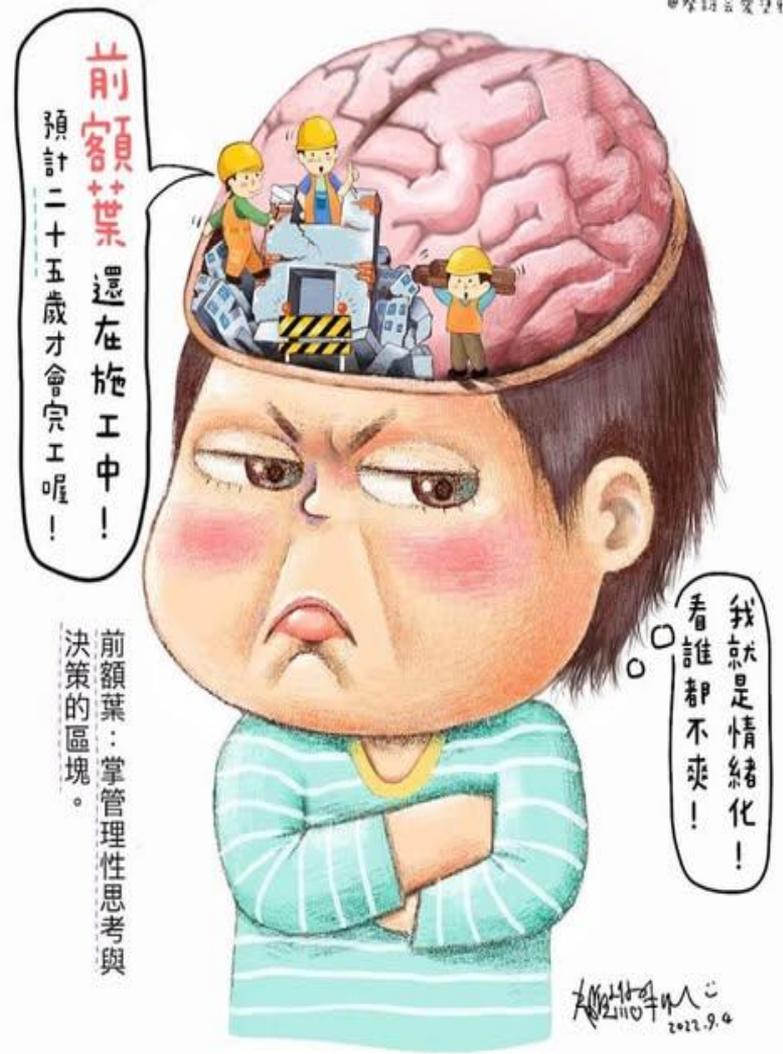
前額葉皮質，主要負責高級認知功能，包括做出決定、計劃，抑制衝動，同時也 and 社交活動、理解他人和自我認知有關，它很重要，但發育卻最晚，**一直到25歲左右才會成熟。**

邊緣系統---情感

大腦邊緣系統由海馬迴和杏仁核構成，用於管理記憶、情緒和感受獎勵，**這部分一般在15歲以前就發育成熟。**

1. 腦內風暴

- 當壓力事件來臨
- 情感性衝動大於理性思考的孩子
- 選擇情感性的直接回應是很正常的
- 於是，衝突也就經常發生



特殊生-注意力不足/過動

- 衝動性高
- 情緒調節力差
- 刺激閾值低
- 尚未察覺到自己的情緒，衝動表現就出現了。

2. 心理發展論

生命週期	發展目標	心理社會危機	發展順利的結果	發展不良的結果	人際關係範圍
嬰兒期 (0-1歲)	希望	信任 vs. 不信任	信任、樂觀	依賴或是退縮	父母
幼年 (1-3歲)	意志	自主 vs. 自我懷疑	自我控制	過度相信自己 (任性) 或是自我懷疑	父母 與親戚長輩
童年早期 (3-6歲)	目標	主動性 vs. 內疚感	具有自信心、 進取心	過度主動 (自我中心) 或是自我貶抑	兄弟姊妹、 家庭成員
童年中期 (6-12歲)	能力	成就感 vs. 自卑感	獲得學習能力、成 就感	過度狂熱 (如工作狂) 或是過度自卑而放棄	同學、老師
青春期 (13-19歲)	忠誠	自我認同 vs. 角色混淆	強烈的歸屬感，為 將來長大成人做好 計劃、人生定位	過度盲從 (如盲從偶像) 或是角色混亂 導致的生活無目的	同儕
成人早期 (20-40歲)	愛	親密 vs. 孤獨	組成密切關係，和 他人分享	人際關係混亂或是疏離社 會	配偶、朋友、 伴侶

2.心理發展論

認同議題-艾瑞克森心理社會發展理論
「因無法適時解決問題而覺得前途無望，
選擇自殺是最快的方式」

大人是否理解，
孩子因缺乏問題解決技巧導致的「無望感」



了解青少年成長經歷的難題

尋求獨立自我發展受挫的隱性壓力：

青少年期正處於需要尋求獨立自我發展的階段，我們的文化卻不鼓勵他們自我追尋。當孩子與家長的期待有衝突的時候（例如：升學的科系，孩子與家長選擇不同）孩子的內心百轉千迴，**因為他們理解父母的選擇與期待是出自愛，但是他又應該要走上獨立之路**，這些困惑、無法分清自己與家人界線的焦慮感，就會產生隱性的壓力、愧疚與自責。

了解青少年成長經歷的難題

「學業成績好＝情緒管理與調適能力好」錯覺下的受害者
青少年介於兒童與成人之間的過渡期，讓情緒管理與調適能力更顯重要。但父母及師長很容易產生「學業成績好＝情緒管理與調適能力好」的錯覺。

了解青少年成長經歷的難題

「學業成績好＝情緒管理與調適能力好」錯覺下的受害者

學業成績表現不錯、乖巧聽話的孩子，
到了青少年，當無力面對挫折，又無法獲得引導時，
往往選擇用逃避、擺爛，甚至是自我傷害（毀滅）
來表達不適應或無力面對挫折的困境。

理解大人世界的苦與難

「順利到達職場＝萬事都OK」錯覺下的受害者

好不容易完成學業，也順利到了職場，
當無力面對挫折，又無力（不想）向外尋求協助時，
往往選擇用**生病、自我毀滅**的方式
來表達無力面對挫折的困境。

3.環境論--遺傳及教養環境

家庭對於兒童及青少年自傷自殺有很大的影響因素。

管教過當、喪親、家暴、衝突頻繁、家長罹患精神疾病或出現自殺行為、酒精物質濫用、頻繁更換環境等，都容易產生兒童青少年身心的不安定感。

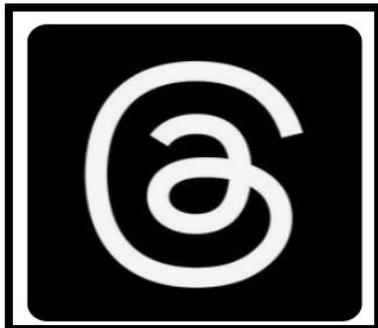


3. 環境論—線上線下的壓力

學校-課業競爭、人際關係議題、言語濫用、霸凌。

社群媒體-網路霸凌：

網路及通訊的普及，虛實難辨且廣為流傳，迫使受害者心生懼怕或憤怒，無法抗衡。



3.環境論——同儕仿效

關於「集體自傷」較常發生在國小高年級至國中階段，此時是青少年開始發展自我的時期，也要開始學習如何處理自己的情緒和壓力，若沒有找到或學習正確的情緒紓解方式，就能會走上（模仿）以自傷來**紓解壓力**及**獲得關注**這條路。

4. 精神疾病—患者有較高的機率出現自傷和自殺行為。

以危險性由高至低排列如下：

1. ● 憂鬱症
2. ● 人格疾患（反社會及邊緣性人格）
3. ● 酗酒（在青少年則為物質濫用／酒癮）
4. ● 思覺失調症
5. ● 器質性精神病(慢性病、愛滋)
6. ● 其他精神疾病(焦慮性疾患如:恐慌症)

除了憂鬱症之外，兒童及青少年更好發的是廣泛性焦慮症
倘若合併有憂鬱症，自傷自殺風險更高

常見焦慮症

01 專注於具體事件或情境

焦慮範圍

02 可能是短暫的或間歇性

焦慮時間

03 輕度到中度

焦慮程度

04 些許影響，但可正常運作

日常影響

05 焦慮過後身體狀況可改善

身體症狀

廣泛性焦慮症

01 無特定具體事件或情境

02 持續存在，至少6個月以上

03 中度到重度

04 嚴重影響，干擾日常功能

05 症狀無改善甚至越發加重



**大人是否接受孩子因環境或心理疾病導致的
「無法脫困」？**

自傷的狀態

成長期身心發展的「混亂」。

缺乏「問題解決技巧」的學習機會或典範。

開始感受壓力導致的「無法脫困」。

預知生涯發展的「無望感」。

自殺的狀態

成長期身心發展的「失衡」。

缺乏「問題解決技巧」導致的各種挫折。

各項壓力導致的「無法脫困」。

看不見未來生涯發展的「無望感」。

高風險中的人的狀態

- **孤獨感**：全世界的人都無法了解我的痛苦，失去跟人事物連結的能力。
例如：憂鬱症患者。
- **痛苦感**：痛苦好似永無止盡的感覺，不知道哪一天才能結束。
例如：被霸凌者。
- **無望感**：失去選擇權，沒有辦法控制或決定自己的未來。
例如：失去人生自主權的未來有何存在的意義？

5

自殺自傷防治
短期輔導處遇

自殺防治守門人

○ 自殺自傷防治的延伸性思考

○ 當自殺 = 結束痛苦

○ 如果

想結束的**不是生命**是痛苦

自殺自傷防治的延伸性思考

當不想活下去不等於想去死

如果

不想活下去 = 不想**用這種方式**活下去

自殺自傷防治的延伸性思考

- 一個被各種負面感覺圍繞的人，就好像開了Google Map卻找不到路，一直在錯誤的路上繞圈子。
- 此時當有人出現，指引你找到想走的路，這就是**脫困**的感覺。

自殺自傷防治的積極性思考

其實

每個人都可能有機會

協助這些人找到脫離困境的方法

提高這些人的生存意願指數

其實

大人的相信與堅持

會讓孩子願意跨過那道坎（留下來）

只要能撐下來

· 希望就一直都在



這種時候

防治自殺自傷的環境中

沒有所謂僅限專業

時時刻刻都有可能是最後一個機會

重點是 我們需要大家的加入





自殺防治守門人的意義就在這裡

「自殺防治守門人」就是擔任

「**早期發現—覺察**自殺/自傷**想法**」

「**早期介入—延緩**自殺/自傷**計畫**」

「**早期協助—中止**自殺/自傷**行為**」

的「**陪伴者**」角色



「陪伴者」的角色

保護安全 > 諮商需要

傾聽陪伴 > 規勸導正

情緒調節 > 問題解決



高風險個案的辨識 及主動關懷的時機

高風險個案行為的辨識

1. **興趣**：對原本有興趣的事物失去興趣。
2. **睡眠、食慾**：變得過多或過少。
3. **想法**：變得極端、很難理解。
4. **注意力跟活力**：變得低下或躁動。
5. **學習**：失去學習的意願與動力（拒「懼」學）。

6. 行為上的線索

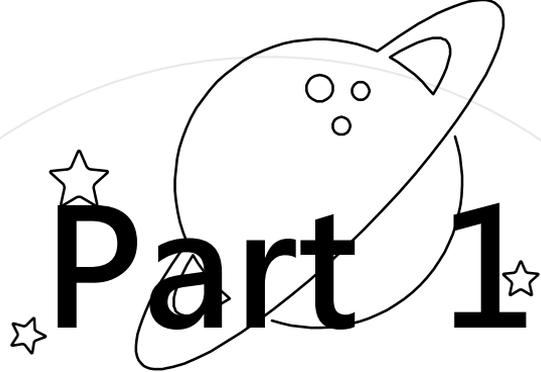
- (1) 個人物品之處理或贈送。
- (2) 拒絕互動，明顯社交功能退化。
- (3) 大量購置危險性物品-發票。
- (4) 其他特殊行為舉止。

7. 語言的線索： 社群媒體發文、作業、日常對話內

- 班上沒有我這個問題人物，大家會更開心
- 可以脫離痛苦，我自由了
- 世界上少了我也沒人會在意的
- 我在這個家根本就是多餘的
- 活著的意義到底是什麼



當我們透過「外在行為」、
「特殊事件」及觀察「內在情
緒」，發現有人正處於這樣的
困擾中，此時，**守門人**可以做
的是... ..



Part 1

(提醒所有教師)

主動關懷的時機

To Ask / To Response / To Refer

Juhnke、Granello與Gransello
(2011) 認為年輕人生活中的任何**明顯的壓力源**，都可以視為是自殺的誘發情境。

主動關懷的時機

1.急性的壓力事件

(1)失去重要他人

包含：家庭變故（可能產生的經濟問題壓力）、**喪親**或好友過世（容易被忽略的兒童與青少年悲傷）。



主動關懷的時機

1.急性的壓力事件

(2)課業問題

- 剛入學的學習與人際調整時刻。
- 與期中考或學期成績的面對面時刻。
- 成績突然大幅度退步的低潮時刻。
- 升上高年級/高國三面臨升學壓力的關鍵時刻。



主動關懷的時機

1. 急性的壓力事件

(3) 網路事件

- Line/群組上的立即性對決。
- 酸言酸語的浸潤式傷害。

(4) 人際關係中的特殊事件

- 因不善處理人際關係而遭排擠。

主動關懷的時機

2. 心理狀態的改變

(1) 覺察學生心理狀態改變的簡單指標：

- 睡眠狀態的改變與人際關係的退化。

(2) 當學生罹患心理疾患，以憂鬱症為例：

- ● 經常性的負面情緒表達是很常見的。
- ● 服藥副作用之「嗜睡與注意力無法集中」會造成學習困難。
- ● 就醫治療、維持正常作息與人際互動是步向復原的有利因子。





當老師們透過「外在行為」、
「特殊事件」及觀察「內在情
緒」，發現有學生正處於這樣
的困擾中而轉介學輔人員時，
此時，應該要做的是… …



6

身為學輔人員

我們的角色和任務

團體戰：校園自殺/自傷三級預防

一級預防	二級預防	三級預防
發展性	介入性	處遇性
落實生命教育	個案諮商及輔導	關懷高風險個案
促進心理健康	特殊家庭訪問	心理社會危機個案
生涯發展	團體輔導	身心科就醫個案
提升人際溝通		轉介與追蹤



分工合作組成安全網 接住高風險孩子

團體戰-系統合作中的位置

導師

學輔

教師

行政

校長

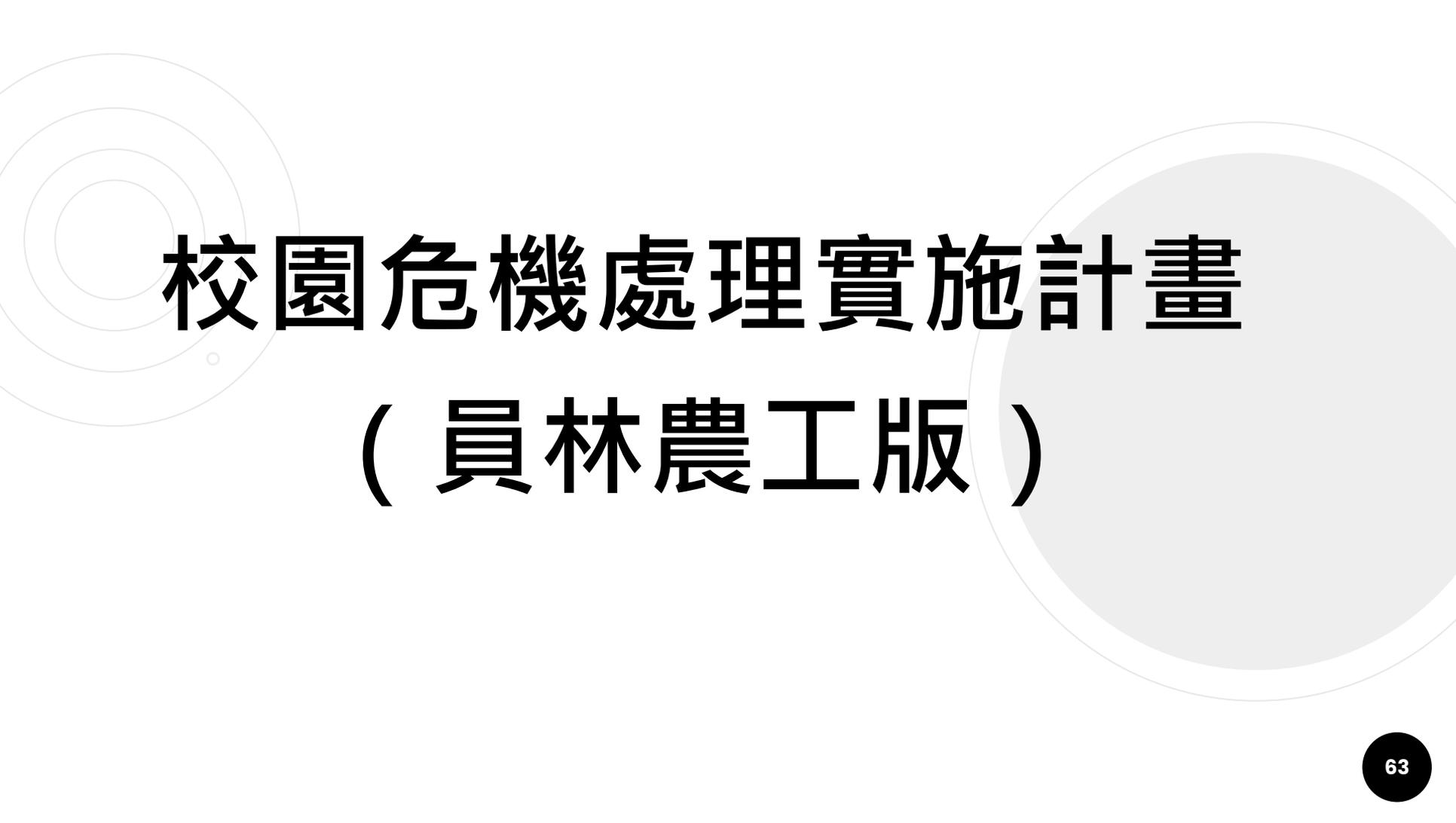
家長

醫療

社政

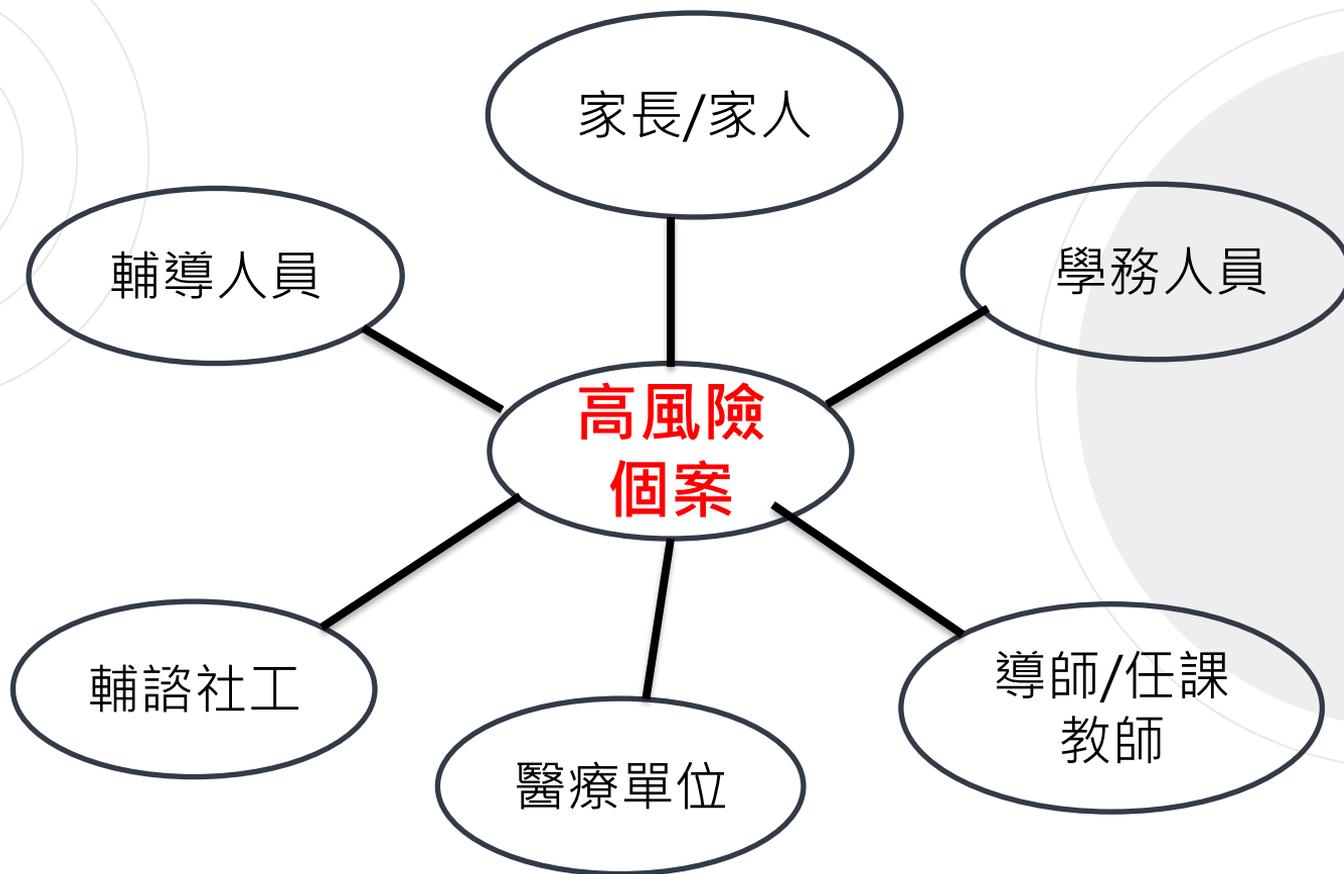
團體戰-明定分工：

- 1.校園危機處理實施計畫。
- 2.建構安全支持網絡。
- 3.三級預防中，發展性與介入性輔導分工明確。
- 4.高風險學生個案會議。
- 5.建構屬於各校的高自殺/自傷風險學生的危急事件處理流程。



校園危機處理實施計畫 (員林農工版)

建構安全支持網絡



高風險個案工作的學輔分工-學務人員

- 工作重點—高風險個案的校園安全維護。
- 工作內容—
 - ◆ 管控高風險個案可能取得的危險物品。
 - ◆ 處理高風險個案在校園中的危險行為。
 - ◆ 聯繫警政單位或醫療單位。
 - ◆ 危急事件時聯繫家長。
 - ◆ 校安通報。

高風險個案工作的學輔分工-輔導人員

➤ 工作重點—

- ◆ 高風險個案的評估及輔導措施。

➤ 工作內容—

- ◆ 高風險個案的自殺／自傷危機評估與介入。
- ◆ 召開高風險個案會議。
- ◆ 轉介處遇性輔導／個案管理者。
- ◆ 自殺自傷防治通報。

關於保密的注意

- 一、危機中，個案安全VS輔導關係。
- 二、當自我傷害時，保密特權就被解開。
- 三、除相關人員需掌握高風險個案狀況外，所有校園內師長及行政人員，仍須對高風險個案狀況保密，勿讓學生痛苦成為談資(造成新危機)。

資料來源：施香如教授「自殺自傷防治及危機事件處遇研習手冊」

高風險個案工作中的家長/家人

- ◆ 學輔人員清楚地告知家長/家人，學生的自殺/自傷意念。
- ◆ 積極建議父母尋求醫療或心理專業治療，以進行更全面性的評估。
- ◆ 評估家庭支持功能，必要時，協助家庭尋找資源。
- ◆ 提供父母必要的自殺/自傷心理及安全衛教。
- ◆ 父母必須負起監督與管理孩子心理健康的責任。
- ◆ 若有父母無法/拒絕負起責任，學輔人員應作成紀錄，並評估是否有兒少保護題，必要時進行通報。

7

高風險學生 個案會議

個案會議-相關人員分工合作的重要性

- 一、組成安全支持網絡，增加高風險個案學生在校內的安全性及穩定性。
- 二、所有人各司其職，發揮分工合作最大的功能。
- 三、幫助高風險個案學生理解，所有人都跟你站在一起，為脫離困境而努力，也願意協助你一起共同度過難關。

一、依據：學生輔導法施行細則第七條

二、目的：

- 經由學輔人員及醫療專業人員，了解高風險個案自傷自殺風險狀況。
- 確認學生進校上課之安全計畫，及合作與分工。
- 醫療人員指導個案在校的安置計畫。
- 建構校園安全聯絡網（例如群組聯繫）。
- 轉送醫療單位的協助計畫。

二、召開時機：

- 具有持續性自傷行為。
- 經自殺評估，已有明確自殺意圖或已經嘗試進行自殺行為。

三、參加人員：

- 校內：校長、學務主任、輔導主任、生輔組、輔導教師、導師、任課教師、家長、相關教務人員等。
- 校外：精神科醫生、心理師等醫療人員。

四、會議主持人：校長。

五、進行流程

- (一) 主席致詞。
- (二) 學務處、輔導室主任報告。
- (三) 導師報告。
- (四) 家長報告。
- (五) 醫師及心理師報告。
- (六) 任課教師補充報告 (所有任課教師須100%出席) 。
- (七) 討論個案在校的處遇方式 (出缺勤、就醫、考試、成績計算等) ，此時請家長暫時離場。
- (八) 醫師及心理師的建議。(請家長重新進場) 。
- (九) 主席總結會議討論結果。

相關人員的分工內容

處室人員	工作內容
學務人員	<ol style="list-style-type: none">1.個案的校園安全維護。2.危險物品掌控與管理。3.個案有危險行為時的處理方式。4.危急事件時聯繫醫療單位及送醫流程。 以上需詳細說明並獲取家長同意。5.危急事件時聯繫警政單位。6.危急事件時聯繫家長。7.學生社群平台的管理。

相關人員的分工內容

處室人員	工作內容
輔導人員	<ol style="list-style-type: none">1.訂定高風險個案輔導策略。2.進行危機諮商。3.與輔諮中心的資源連結，並確立學校、輔諮中心與家長的合作模式。4.高風險狀態中的聯繫家長。5.危急事件時協助導師進行班級學生的安置。
特教人員	<ol style="list-style-type: none">1.協同學務處，進行特殊學生有危險行為時的處理方式。2.特殊學生在高風險階段的課程安置。3.協同輔導室進行特殊學生的輔導與資源連結。

相關人員的分工內容

處室人員	工作內容
醫療人員	<ol style="list-style-type: none"><li data-bbox="633 423 1425 478">1.高風險個案輔導策略的建議。<li data-bbox="633 516 1483 571">2.提供相關醫療及進階輔導資源。<li data-bbox="633 609 1705 762">3.個案家長/家庭成員安全建議及心理健康衛教。<li data-bbox="633 800 1725 855">4.校內醫療人員對特殊個案的協助與監督。

相關人員的分工內容

處室人員	工作內容
導師	<ol style="list-style-type: none">1.高風險個案出缺勤的掌握。2.上課時或接獲訊息時的危急通報。3.一般狀態的聯繫家長。(例如缺席)4.危急事件時班級學生的安置。
任課教師	<ol style="list-style-type: none">1.上課時確實點名，掌握高風險學生出勤。2.上課時或接獲訊息時的危急通報。3.危急事件時班級學生的安置。
教務人員	<ol style="list-style-type: none">1.相關人員課務安排。2.高風險學生的成績計算處理。

分工合作範例：

➤ 個案狀況：

個案為小學四年級特殊生（過動症），家長表示有定期就醫及服藥，在校內經常性地在上課時跑出教室，有時每節課都跑出去，會跑到操場、廁所，或就在校園內遊蕩。當被找回在導師處、輔導室或回到教室時，會做出撞牆自傷行為，只能通知家長帶回。

➤ 經過高風險學生會議後協助方式：

分工合作範例：

處室人員	工作內容
學務處	<ol style="list-style-type: none">1.學生跑出教室時立即啟動協尋，由於尋找次數頻繁，因此安排學務人員+輔導人員+特教人員+導師+任課教師，按照順位輪流擔任協尋人員。2.危急事件時聯繫醫療單位及送醫流程。3.危急事件時聯繫家長。
教務處	協助各處室處理人員調代課等課務。
導師	<ol style="list-style-type: none">1.沒有課務時加入協尋工作。2.聯繫家長。3.危急時班級學生的安置。

分工合作範例：

處室人員	工作內容
輔導人員	<ol style="list-style-type: none">1.個案狀況不穩定時的立即安置。2.有自傷行為高風險狀態中的聯繫家長。3.危急事件時協助導師進行班級學生的安置。4.長期性的個案輔導策略。
特教人員	<ol style="list-style-type: none">1.個案狀況不穩定時協助安置。2.無法合班上課時的特殊課程的安排。3.進行個案的情緒調節及人際互動課程。
醫療人員	<ol style="list-style-type: none">1.確定就醫狀況及服藥情形。2.對家長進行定期回診及服藥的重要性等衛教。

分工合作範例：

- 個案狀況：國二個案習慣帶多把美工刀在書包，於心情低落時在廁所自傷，幾乎每天都重複發生，每次學生自傷被發現到健康中心包紮後，學務處或輔導室老師會將美工刀收走，學生會告知：沒關係，我每天都會買。
- 經與學務處討論後決定的協助方式：
 1. 學務人員部分：與家長討論，約定學生每天出門前由家長檢查學生書包確認有無自我傷害物品，進校後第一站先到學務處，由學務人員陪伴入班。

分工合作範例：

2. 接著由學務人員陪同進班，導師於班級中安排同學陪伴，並隨時注意學生動向。
3. 如個案心情低落立刻由同學陪同至輔導室或學務處，如發生自傷情形立刻通報學務處及其他人員（危急通報）。
4. 輔導老師固定與個案輔導晤談，並與家長、精神科醫師、社工保持聯繫，確認個案生活及情緒穩定度。
5. 護理師協助動態評估個案自傷自殺的危險程度，以及掌握個案精神疾病用藥狀況。

分工合作範例：

結論：

- 1.由學務人員移除自傷物品開始的防治措施，揭開協助個案的序幕。
- 2.所有人員的積極性介入，讓後續輔導策略得以有效進行。

8

高自殺/自傷風險
學生的危急事件
處理流程



建構屬於各校的高自殺/自傷風險學生的危急事件處理流程 —（桃園高中版本）

關於高危個案的進班上課

1.自殺企圖強烈、有嚴重自傷行為的學生，會邀請所有任課老師、家長及相關行政同仁召開危機個案會議，和家長溝通的重點包含：

- ◆在校內發生意圖自傷 / 情緒失控狀況時，由健康中心 / 學務處連繫後請家長立即帶回。
- ◆急性期最迫切的是調養孩子的身心，請讓孩子立即就醫並在家由家人陪同在家休養，暫停到校。
- ◆若孩子執意要到校或參加校外教學，因有校園安全疑慮，請家長全程陪同。

關於高危個案的進班上課

- ◆學生在校內出現自傷行為（企圖）、自殺行為（企圖），隨時有自我傷害之虞；因無人力隨時照顧看管，也無三級醫療專業可以提供有效立即的協助，將由健康中心護理師直接叫救護車送到**醫院急診就醫。
- ◆在校期間發生意外傷勢嚴重，由健康中心護理師叫救護車送**醫院急診就醫。

課堂進行中，個案突然有狀況...

- 2. 在班上個案若突然有危急狀況：例如人不見了、手拿刀子、情緒失控...等，請老師即刻按下「緊急聯絡鈴或打電話」或指揮四名學生打四通電話（教室日誌首頁），聯繫相關人員簡述情況後，即可繼續上課或靜待支援人力到場。

課堂進行中，個案突然有狀況...

- 3.四通電話是（學務處接獲緊急聯絡鈴或電話亦須通知以下人員）：
 - ◆班長→導師手機*****
 - ◆副班長→生輔/生教組校安專線*****
 - ◆輔導股長→輔導室*****
 - ◆衛生股長→健康中心*****
- 4.當學生情緒緊繃失控時，請語氣和緩地陪著、看著或安撫就好，切忌隨之情緒高張。

相關人員趕赴現場的緊急處置

四通電話連繫相關處室人員之後：

- ◆在相關人員抵達前，任課老師請協助和學生一起維持情緒平穩，靜待支援人力到場。
- ◆導師、學務處人員、輔導室及健康中心人員會立即趕赴現場。
- ◆相關人員到現場後，任課老師協助將班上其他學生帶離現場（可至圖書館），由輔導人員協助安置。
- ◆必要時校安人員立即連絡：救護車、警衛。

相關人員趕赴現場的緊急處置

- 四通電話連繫相關處室人員之後：
 - ◆ 健康中心人員到現場保護失控學生時，至少需要五名人力協助，一人主責保護頭部，另四人負責壓制四肢關節。
 - ◆ 救護車到場後則直接由救護人員接手送至醫院。
- 相關人員若該節有課，教務處會以特殊事由協助立即停課，並安排代課老師至課堂。

上課時間校園發生危機事件時...

- ◆ **危機事件**指的是校內師生發生意外身亡事故，需要更多的時間妥善處理現場時。
- ◆ 下課前3分鐘會透過（無聲）廣播讓老師們知道是「校園安全演習」，全校暫停下課，請繼續進行課程。
- ◆ 倘下課時間已到，危機事件處理仍未結束，此時不播放下課鐘聲，改以全校有聲廣播，內容為「目前進行校園安全演習，全校暫停下課，請繼續進行課程」。

目前進行校園安全演習
暫停下課！
請聽到廣播再下課。
請關閉門窗，繼續上課。

上課時間校園發生危機事件時...

請老師們只要做到三件事就好：

- ◆關閉靠近事故現場那一側的門窗並拉上窗簾。
- ◆不要帶著學生們議論、張望，持續進行課程並靜待學校後續指示。
- ◆急需上廁所的學生可以一個一個輪流去。

等候**狀況解除**通知再統一下課

當危機狀況發生在下課時間時...

- ◆ 若是在下課時間發生危機事件，由學務處人員負責驅離圍觀群眾，並廣播請全校師生回到教室，下節課任課教師請提早到班安置學生。
- ◆ 關於事件情況，將由學校危機處理小組決定，在放學前集合學生說明，或以郵件發放個別說明。
- ◆ 後續各處室將按照危機處理小組會議結果，進行各項危機事件處理工作，請師生們配合互相支持以共度難關。

有備無患—危急處理流程演練

- ◆每學期初校務會議進行報告及演練。
- ◆幹部訓練時，特別加強宣導。
- ◆將相關處理人員聯繫資料印製教室日誌首頁，方便相關人員
- 在最短時間內趕赴現場協助處理。
- ◆進行合班課程，若有危急狀況發生時，則請任課老師指定三
- 名學生進行聯繫相關人員（學務處、健康中心、輔導室）。

有備無患—危急處理流程演練

- ◆班級及重要場所設置「緊急聯絡鈴（電話）」的重要性。
- ◆最重要的是各校需建置符合學校需求及工作型態的危機處理流程及模式。

9

危機時刻介入的 工作向度

危機介入的工作向度

1. 發生頻率、方法危險：當事人安全為首要工作。
2. 社會關注、後效增強：是助力也是阻力。
3. 情緒不穩、行為衝動：
 - 短安型的危機諮商：達成短期性降低自殺/自傷意圖。
 - 長安型的輔導策略：達成【提高情緒穩定度、降低行為衝動性】，最終能取消自殺計畫。

危機介入的工作向度

- 4. 自殺/自傷意圖、自殺計畫：
 - 從「自殺/自傷意圖→自殺計畫」，經過多少壓力與挫折的層層堆疊。
 - 從「危機諮商」到「輔導策略」就是漫漫長路。



「陪伴者」的角色

保護安全 > 諮商需要

傾聽陪伴 > 規勸導正

情緒調節 > 問題解決

危機初期：行為安全 > 諮商需求

向度一：發生頻率、方法危險

告知當事人，你正與他共同在為他的自殺念頭努力做些事情，但自殺的念頭可能不會一下就消失，而是需要一段時間，一步一步、一天一天的減少，在接受輔導期間，不要因為仍有自殺念頭而失望。

危機初期：行為安全 > 諮商需求

1. 討論接下來的生活安排（學務處+導師） / 情緒管理方法/及安全計劃（輔導室）。
2. 輔導教師與當事人建立穩定而持續的晤談關係，並討論【不自傷契約書/安全計畫書】。

危機初期：行為安全 > 諮商需求

對於突然陷入家庭危機的孩子來說，做好【生活安排/情緒管理方法/安全計畫書】這三件事就可以降低進入自殺/自傷的風暴中，尤其是【生活安排】是當事人的安全感來源。

危機初期：行為安全 > 諮商需求

生活安排：

- 獲得安全感的來源。
- 免於全家陷入自殺危機當中。
- 教導（年紀小的）當事人求援的方式。
- 教導教師提高敏感度的重要性。
- 通報是首要。
- 連結資源中的生活需求（安身）。
- 資源系統中的輔導需求（安心）。

危機中後期：情緒調節 > 問題解決

- 自我傷害是【情緒不穩→行為衝動】長時間下的連結產物。
- 協助當事人了解情緒的不穩定性，以及在引起【造成立即性生命危險】的行為衝動前，可以做的事情有哪些？

危機中後期：情緒調節 > 問題解決

- 找到可以延宕【情緒不穩→行為衝動】的有利因子。
- 出現【情緒不穩】狀況 → **不自我傷害契約書**
/安全計劃書中的有效因子→降低【行為衝動】性。

個案在學校以外的緊急求救資訊

1. 緊急狀況（已經受傷）速打119。
2. 安心專線(24小時服務)1925。
3. 張老師專線1980。
4. 生命線1995。

10

可於平日宣導 使用的資源

課程素材-社團法人台灣自殺防治學會

社團法人台灣自殺防治學會

全站搜尋



珍愛生命數位學習網

登入



繁體



知識庫 / 目錄總覽 / Facebook 珍愛生命打氣網 / 精選貼文

【青少年族群自殺防治懶人包】

分享 列印

瀏覽: 1348, 最近修訂: 2022-02-25

關於青少年自殺這件事

「連我爸媽都不愛我，整個世界沒有人會愛我了」

「我覺得自己一無是處，班上的人都討厭我」

「我活著到底是為了什麼」

「他為什麼要跟我分手，我到底哪裡做錯了」

「我覺得自己跟整個世界格格不入」

「昨天我的抽屜又被塞了垃圾廚餘」

「他們根本不在乎我，只在乎我是不是第一名」

「我跟她說我喜歡她，但被說很噁心」

「我要讓他們都後悔，讓他們一輩子活在內疚裡」



珍愛生命打氣網



社團法人台灣自殺防治學會



全國自殺防治中心

2020年11月13日

【青少年族群自殺防治懶人包】

近期發生了幾件年輕的學生跳樓的自殺事件，令人心痛惋惜之際，也使社會大眾更加關注近幾年青少年自殺率上升的問題。

全國自殺防治中心的調查顯示，青少年常見自殺原因包含情感問題、課業壓力、網路霸凌、校園霸凌等的多重壓力，而自殺案中常見患有憂鬱症與其他情緒精神障礙，當眾多負面情緒困擾當事人到他無法負荷、失去希望時，再受到一點刺激，就很有可能做出難以挽回的決定。

!!如果發現孩子有異常跡象，應該積極尋求專業協助，主動關懷與積極傾聽，以減少悲劇!!

如有需要可撥打1925安心專線(24小時免付費)

自殺基本概念



【自殺防治小知識】你聽過自殺的危險因子與保護因子嗎？
1,732 觀看, 2022-02-25



認識自殺警訊
771 觀看, 2022-02-25



常見的自殺迷思
930 觀看, 2022-02-23



【想死的人還會跟別人說嗎？】-關於自殺防治的迷思
915 觀看, 2022-02-25



自殺事件新聞報導六不六要
778 觀看, 2022-02-25

珍愛生命守門人

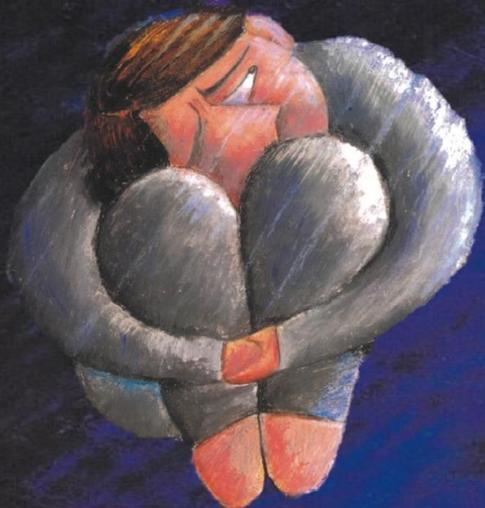


自殺防治守門人形象角色
619 觀看, 2022-02-25



守門人三步驟：一問二應三轉介
1,403 觀看, 2022-02-25

同理，讓心更溫暖



憂鬱
需

憂鬱檢測

青少年忘

<https://www.etmh.org/Support/page?id=655da049f6774a61920ded70884ccc3a>

什麼是珍愛生命守門人？

「珍愛生命守門人」為擔任「早期發現、早期干預、早期協助」的重要角色，給予著「關懷、支持」的力量，能夠在對方最需要關心的時候看到他所發生的訊息，也能適時的給予鼓勵並提供資源協助，陪伴其走過死蔭的幽谷，走向光明的未來。

在接受過守門人訓練課程或學習守門人三步驟後，你將會對自殺危險警訊有較高的敏銳度，並有能力協助他人獲得適當的幫忙，有效阻止自殺意念者付諸行動，只要透過適當的學習，每個人都可以成為「珍愛

自殺防治 · 人人有責 全民參與 · 不分你我

自殺防治系列 11

珍愛生命守門人



珍愛生命數位學習網

>> 點擊圖片了解更多 <<

宣導-心靈加油站

預約網址：

<https://care.tyc.edu.tw>



學校的電子郵件帳號
進行申請預約

《心靈加油站學生心理關懷平臺》

3/起
正式上線

預約網址及QR CODE

<https://care.tyc.edu.tw>



請以學校的電子郵件帳號
進行申請預約

平臺服務內容

😊 純文字即時線上對話協談
關懷員與學生以文字訊息方式溝通、陪伴

😊 學生信件回函服務
關懷員與學生以信件方式針對學生各項適應困擾問題提供關懷資訊

如對本平臺操作、預約問題，請撥打0800-060-900免費電話諮詢專線

服務特色

專業心理師陪伴您

當你有煩惱的故事找不到人討論、或者只是想找個人聊天，我們有專業心理師會耐心傾聽、陪伴您走過每一段旅程。快來預約屬於您的加油站時刻。

嚴守保密規範

服務人員皆會依照相關專業倫理規範妥善保管及保密，請您放心。

服務對象

桃園市
高國中小學生

服務時間

周一至周五 18:30-21:30
周六 15:30-21:30
排除年假、國定假日、連假等
寒暑假僅提供平日時段服務

北 桃園市政府教育局關心您

情緒教育

是自殺/自傷防治的長期性處方箋

1. 學務人員的發展性輔導策略

- 辦理情緒教育種子教師研習：
除了促進教師心理健康，也讓所有教師加入自殺/自傷防治守門人行列。
- 情緒教育的全校性或班級性活動：
學習辨識情緒、了解情緒進而能調節情緒，保護自己也能協助他人。

老師透過**情緒教育**增強學生的情緒調節力，可以讓學生更有能力面對情緒風暴，繼而有更穩定的日常表現，也為學習發展提供更穩固的基礎。

The image shows a screenshot of the website for the Taiwan Happiness Village Emotion Education Association. The website header includes the logo, the name in Chinese and English, and social media icons for Facebook, YouTube, and YouTube. Below the header is a navigation menu with links for '認識芯福里', '推廣服務', '志工培訓', '研究發展', 'EQ補給站', '支持芯福里', and '芯福里訊息'. The main content area features a banner with the text '加入芯福里 創造幸福' and a grid of eight colorful icons representing different emotions: happy, angry, laughing, sad, winking, neutral, smiling, and crying. Below the grid is a Facebook post titled '社會情緒學習 SEL in Taiwan' with 1.1 million likes and 1.5 million followers. The Facebook post includes a circular profile picture and buttons for '搶先預約', '已讚', and '發送訊息'.

社團法人臺灣芯福里情緒教育推廣協會
TAIWAN HAPPINESS VILLAGE EMOTION EDUCATION ASSOCIATION

網站地圖 | 聯絡我們

認識芯福里 推廣服務 志工培訓 研究發展 EQ補給站 支持芯福里 芯福里訊息

加入 芯福里 創造幸福

社會情緒學習 SEL in Taiwan
1.1 萬按讚數 · 1.5 萬位位追蹤者

搶先預約 已讚 發送訊息

情緒教育

是自殺/自傷防治的長期性處方箋

2. 輔導人員的介入性及處遇性輔導

高自殺/自傷風險個案輔導策略：

以達成【提高情緒穩定度、降低行為衝動性】為首要，最終能取消自殺計畫。

11

最後

照顧自己

助人者要設立「界線」，了解自己可以負擔的範圍，在協助有自殺困境的人的過程中，也要「評估自己的壓力」，負荷不了的時候，要讓新的資源進來，例如轉介。



照顧自己

教育部教師諮商輔導支持中心

桃園市教師支援方案免費提供六次諮商服務

一通電話~為心解乏~



教師諮詢專線
(02)2321-1985

服務時間：
週一至週五 9~16時

教育部教師諮商輔導支持中心

老師們的後頭厝
信賴 支持 傳承

教育部教師諮商輔導支持中心

2,675 按讚數 • 3,363 位追蹤者



114年度桃園市教師支持方案

心理諮商 / 諮詢服務

服務對象

桃園市政府主管之高級中等以下學校(含幼兒園)專任教師及代理教師；校長、運動教練、教保員及助理教保員準用本辦法。

服務提供者

由國立臺北教育大學心健中心結合桃園在地心理諮商所組成專業團隊提供諮商/諮詢服務，遵循專業倫理，維護當事人福祉，保護當事人隱私。

服務內容

生活遇到挑戰、心煩意亂或無助時，我們都可以陪伴你一起經歷。透過實體/視訊的一對一談話，協助緩和情緒與壓力，並討論自我照顧方式，提供求助資源與管道。

聯絡我們



聯絡時間：週一至週五 9時至17時

電話：02-2732-1104#86003

EMAIL：psycsupport@mail.ntue.edu.tw

地址：106033臺北市大安區和平東路二段134-18號



國北心健中心

預約表單

照顧自己

讓尋求「心理治療（諮商）所」的專業協助
成為個人「心理照護安全計劃」的一部分



[回首頁](#) | [衛生局](#) | [桃園市政府](#) | [網站導覽](#) [A-](#) [A](#) [A+](#) [↺](#)



進階搜尋

熱門關鍵字：

[公布欄](#) | [中心簡介](#) | [中心業務](#) | [專題文章](#) | [諮詢面...](#) | [諮詢問...](#) | [資源地圖](#) | [資源下載](#) | [友善連結](#)

[首頁](#) > [資源地圖](#) > [心理治療\(諮商\)所](#)

心理治療(諮商)所

序號	轄區	機關名稱	機關電話	機關地址
1	桃園區	心園心理治療所	03-3317485	桃園市桃園區忠一路15號
2	桃園區	放心心理治療所	03-3790885	桃園市桃園區國際路二段18號
3	桃園區	澄禾心理諮商所	03-3579139	桃園市桃園區水岸二街96號
4	桃園區	薰苔心理治療所	03-3019182	桃園市桃園區中埔一街107號1樓
5	桃園區	助人心理治療所	03-3350532	桃園市桃園區復興路207號16樓1602室





結語

孩子的生命裡
永遠不缺勸他的人
但絕對需要一個
可以接住他的人

