

臺北市各級學校因應開學班級經營及關懷輔導指引

110.08.16

因應新冠肺炎降至第二級警戒，全國學校即將於9月1日開學，面對疫情，臺北市政府教育局（下稱本局）及學校皆依相關規定積極完成防疫工作，現為協助本市學校於開學前進行盤點及整備工作，本局訂定「臺北市各級學校因應開學班級經營及關懷輔導指引」提供學校參考運用，希望減輕學校及教師面對疫情與開學的壓力。

防疫期間，各位老師要關注的班級事務勢必增加，型態也會有所不同，除了請各位老師為即將到來的新學年度預作準備，本局亦提醒各位老師照顧自己的身心健康，共同建構臺北市校園親、師、生的心理健康及輔導工作網絡。

壹、積極落實宣導各項防疫作為

- 一、請利用多元管道向家長與學生宣導落實勤洗手、注意呼吸道衛生與咳嗽禮節；在家吃飯儘量不要共餐、碗筷不要共用；保護自己也保護家人。
- 二、外出時應全程配戴口罩、勤洗手、配合保持社交距離、量體溫、噴酒精等強化防疫措施，避免不必要移動、活動或集會。
- 三、請家長關心子女/學生健康，落實自我健康監測，如出現發燒、咳嗽或過敏性流鼻水等呼吸道症狀，應主動通知學校並儘速就醫。倘有學生確診，應提醒學生或家長主動通報學校，以利相關協助。

貳、遵循班級經營與關懷輔導通則

- 一、開學前，學校應以校長為首之行政團隊，重新針對校內危機個案緊急處理流程及轉介機制進行整備，確保各處室間之合作，以因應開學後可能發生的各種校園事件。
- 二、開學前，學校即應於學校網站首頁設立專區統一說明各項開學課程資訊(例如：社團選填、多元選修選課、銜接課程、新生訓練、開學日正式上課)，請教師提醒學生留意相關期程，避免學生因資訊傳達不全損害學習權益。另學校應製作並提供防疫安心文宣相關資源，積極佈達學校求助管道（專線、電子信箱等）及有關疫情、心理健康資源等政府與民間資源

連結，讓學生及家長清楚了解可向誰求助。

三、開學前，學校應透過電話、通訊軟體、視訊等多元方式關懷與輔導學生，針對高關懷個案之輔導工作應持續進行，並建立危機個案緊急處理流程及轉介機制。

四、經衛生單位確認為確診病例，或依衛生單位規定進行隔離之學生，應加強對學生之追蹤關懷頻率，確認學生及家庭成員身心狀況，必要時，需提供安心諮詢與關懷。

五、學校人員接獲學生或其家庭有危機事件（例如受虐、性侵害、兒少未獲妥善照顧(脆弱家庭)、家庭暴力、自殺、自傷等），應依程序通報衛福部關懷 e 起來、自殺防治通報及教育部校安通報系統。

參、整備關懷輔導工作

一、一般導師及任課老師：

- （一）導師應留意班上高關懷及敏感學生對疫情及開學在即之反應，建置班級支援網絡，提供家長及學生於開學前後得即時諮詢及聯繫管道。
- （二）積極運用「給家長/學生的一封信」，提醒學生開學在即，應調整正常作息，規劃個人學習進度，並彈性規劃體能運動時間，以利銜接新學期課程；另可運用「簡式健康量表（心情溫度計）」、「智慧型手機遊戲成癮評估量表（短版）」等量表，由學生自評是否有情緒困擾或手機遊戲成癮狀況。

二、輔導人員：

- （一）開學前，學校輔導室應至「教育部學生轉銜輔導及服務通報系統」接收轉銜學生，並提早進行關懷及提供必要輔導服務，另應再次確認學校提報至系統之畢業生是否皆已由下一階段學校進行接收。
- （二）開學前，學校除針對現有之二、三級輔導個案外，應盤點需特別關懷學生名單（如高關懷個案、經濟弱勢、確診個案、學習落後或較敏感學生等），並以多元形式關懷，由輔導教師、導師及任課教師，必要時偕同特教組，共同協助個案管理與追蹤輔導。

肆、 察覺及辨識學生心理健康相關作法

一、學校可參考本局彙編之「臺北市察覺及辨識學生心理健康指引」及衛生局之「臺北市校園自殺防治指引」相關內容，於協助自殺風險個案時有所依循，另可參考本指引之「臺北市政府教育局疫情專區及其他心理健康資源清單」所附資源並積極宣導運用。

二、學校人員可掌握「覺察－參考－晤談」方法，以觀察學生表現為主，再參考他人資料報告，最後再以晤談方式評估學生是否有自殺自傷的危險徵兆及訊號，包含下列4種線索：

- (一) 言語線索：學生直接說出不想活的念頭，或透過任何社群軟體、作文、週記以文字及圖畫形式表現。
- (二) 行為徵兆：學生平時行為習慣、成績、生活表現等相較以往有巨大改變。
- (三) 環境線索：學生的周遭環境發生極大變動，或因遭受挫折而壓力增大。
- (四) 併發性線索：此類線索多為前3類之延伸，包含人際關係退縮、產生憂鬱情緒、情緒不滿或出現攻擊行為、睡眠或飲食習慣紊亂等。

三、當學校人員發現學生有情緒低落或自殺危險徵兆時，應掌握「1問、2應、3轉介」原則，「1問」是指主動關懷並詢問狀況，亦可運用心情溫度計等量表，了解學生當下的心情溫度及自殺風險；「2應」是指提供適當陪伴及關懷，以尊重及同理且不批判的態度，聆聽學生的問題及感受，進而勸說接受外界幫助並繼續活下去；「3轉介」是指倘學生問題已超出老師能處理的範圍，則應主動積極為學生尋找適當資源協助（例如輔導室、醫療院所、社福機構等），並持續提供關懷。

臺北市府教育局疫情專區及其他心理健康資源清單

臺北市府教育局－嚴重特殊傳染性肺炎專區	https://www.doe.gov.taipei/Content_List.aspx?n=111B1B17AA7CAB0A&ccms_cs=1
臺北市察覺及辨識學生心理健康指引	https://www.doe.gov.taipei/Default.aspx 路徑： 臺北市府教育局首頁/科室業務/中等教育科/輔導
臺北市校園醫療網絡	https://tspc-health.gov.taipei/ 路徑： 臺北市自殺防治中心首頁/資源網絡/臺北市校園醫療網絡資源
臺北市校園自殺防治指引	https://tspc-health.gov.taipei/ 路徑： 臺北市自殺防治中心首頁/衛教專區/自殺防治關懷手冊
簡式健康量表（心情溫度計）	https://mental-health.gov.taipei/Default.aspx 路徑： 臺北市府衛生局社區心理衛生中心首頁/心理評量
網路使用評量表	https://mental-health.gov.taipei/Default.aspx 路徑： 臺北市府衛生局社區心理衛生中心首頁/心理評量
臺北市心理健康服務資源清冊	https://mental-health.gov.taipei/Default.aspx 路徑： 臺北市府衛生局社區心理衛生中心首頁/資源地圖列表
衛生福利部心快活心理健康學習平台	https://wellbeing.mohw.gov.tw/nor/main
全國自殺防治與心理諮詢專線	1925 衛生福利部安心專線(24小時免付費) 1995 生命線24小時免付費專線(24小時免付費) 1980 張老師基金會專線(中華電信用戶撥打免費)