

校牧專題研討會 2024

學童自殺自傷行為與精神健康—預防、事發當下與復原

如何敞開學生心扉 作評估和初步介入及跟進

日期: 2/7/2024



中華基督教會
香港區會

社會服務總監
盧松標先生

校園牧養的你我他

請選擇一種顏色代表你今天的心情。



校園牧養中的你我他



你認為校園
牧養的最重
要工作是什
麼？



校園牧養中
最困難處理
的是什麼？



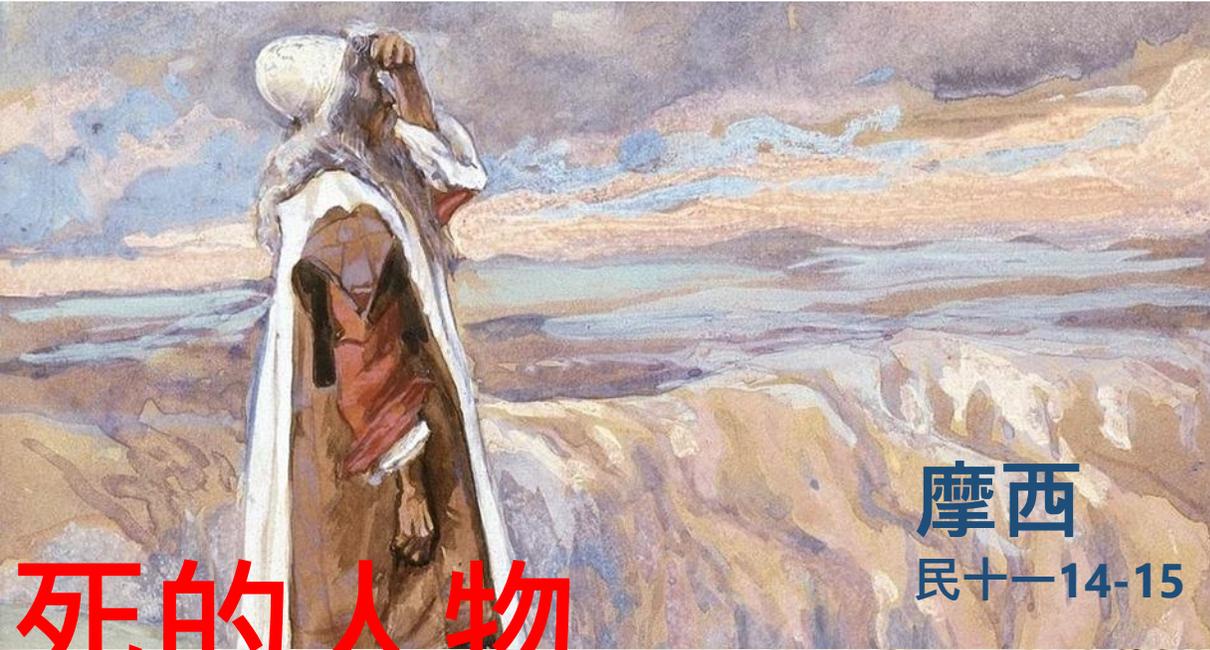
校園牧養中
最有信心處
理的是什麼
？



你認為要妥
善處理危機
事件要有甚
麼要素？



約伯
伯六8-9

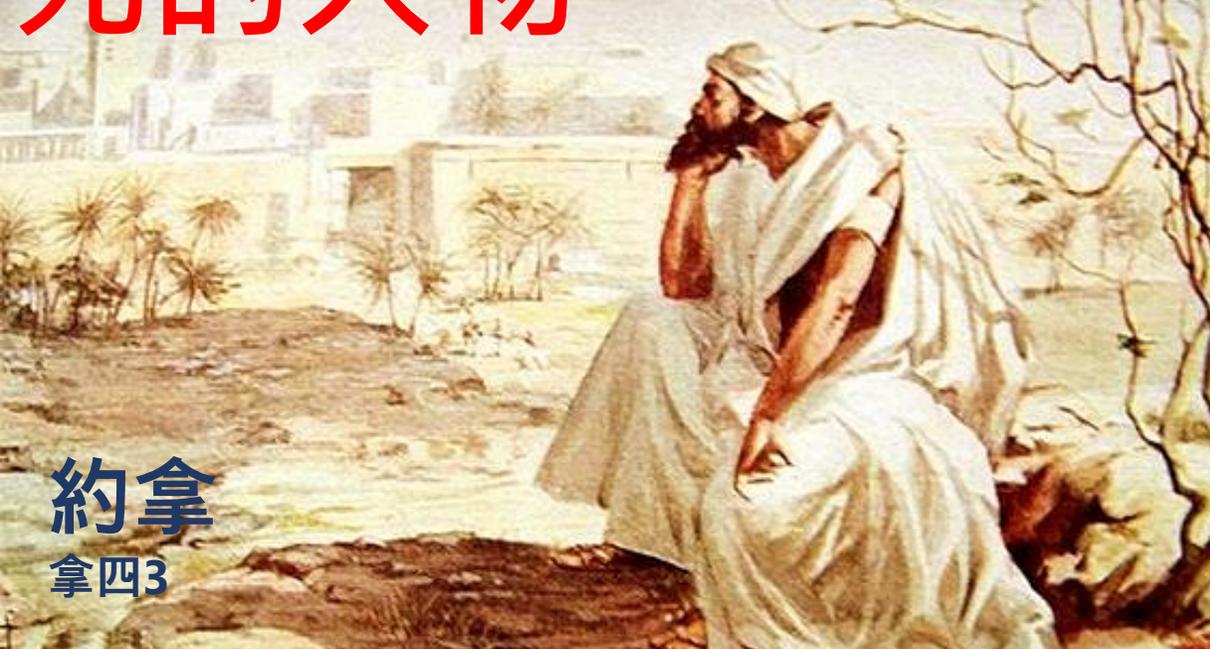


摩西
民十一14-15

聖經中尋死的人物



以利亞
王上十九4



約拿
拿四3

掃羅

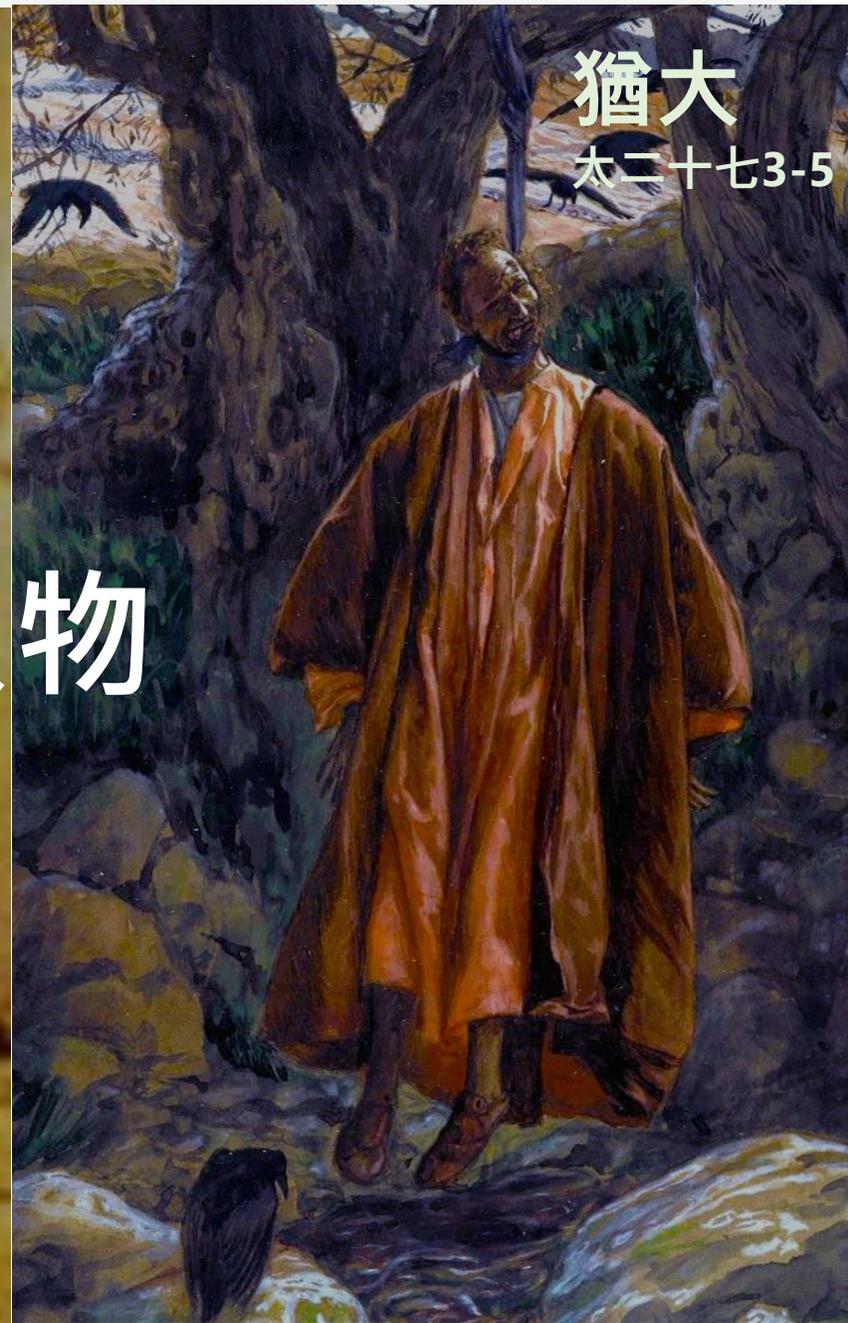
撒三十一2-4



聖經中自盡的人物

猶大

太二十七3-5



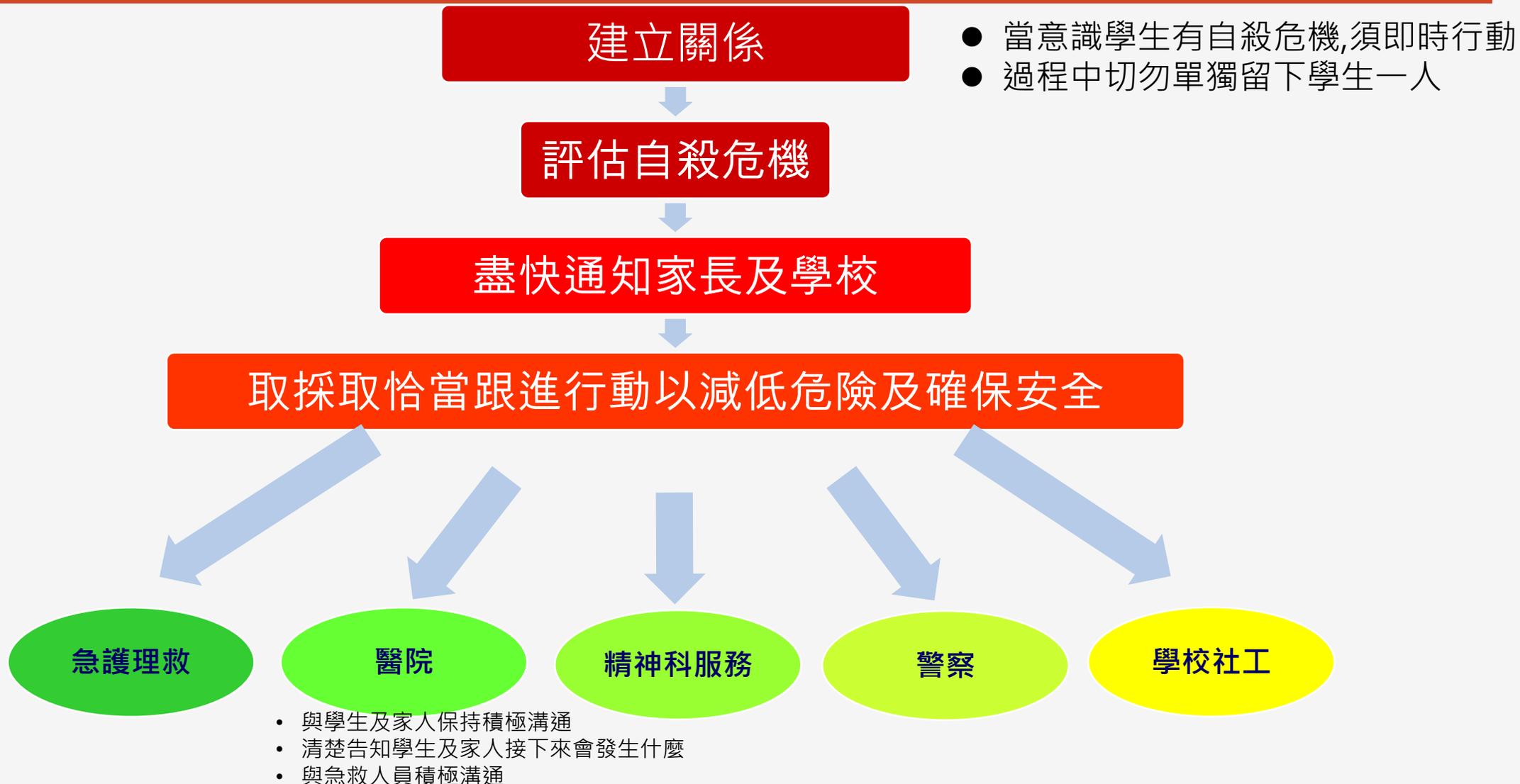
參孫

士十六28-30



處理自殺危機流程

- 學生出現有自殺意圖、計劃或行動
- 學生在一個月內有過自殺企圖



如果決定讓學生返回家中，須採取以下措施：

- 先與家人及學校商討
- 不應該讓獨自學生返回家中，應該由他人陪同，直到他與成年家人重聚。
- 須教導家人如何處理和採取預防措施
- 應該向客戶和家人提供自殺熱線。
- 應提供緊急待命支援：
 - 給學生和家人學校的緊急聯繫電話號碼
 - 在24小時內與學生和家人跟進聯繫。



輔導有自殺傾向的學生

- 當學生的即時安全得到保障後，介入的重點可以從危機管理轉移到輔導。

● 建立良好關係

- 積極且直接參與
- 迅速建立支持的工作關係

● 探討核心問題(參考自殺風險評估項目)

● 處理情感和提供支持

- 理解青年的主觀痛苦
- 仔細和縝密思考的聆聽
- 容讓感情流露
- 溫暖
- 學生可能會感受到強烈痛苦
- 邀請他為自己主觀痛苦和希望評分
- 與學生討論死亡的後果
 - 對他的恐懼與持續的痛苦表示理解
 - 幫助學生明白到他需要面對的是解決痛苦背後的問題，而不是自毀



輔導有自殺傾向的學生

● 探索可能的解難方案(問題解決步)

- 直接向學生詢問他正在經歷的壓力和擔憂
- 確定他提到的問題的優先順序並將問題分拆
- 選擇去解決一個可控的優先問題
- 探討可能的不同解決方案
- 請學生為不同方案排序
- 讓學生探索的內外部資源去應對有關衝突和壓力
- 選擇一個解決方案
- 採取行動

● 制定行動計劃

- 協商確保安全的措施
- 建立支援網絡
- 減少身體不適狀態 (焦慮和失眠)
- 最大限度地減少孤立
- 如有需要，安排住院治療
- 安排跟進

● 提供後續跟進

- 必須確保安排後續評估和治療
- 必須制定預防性介入計劃

* 在輔導過程中應該持續進行風險評估，如有需要，隨時重新啟動危機管理

自殺風險評估項目

- 學生出現有自殺意圖、計劃或行動
- 學生在一個月內有過自殺企圖

1. 自殺意念 (開始時間和頻率)
2. 自殺計劃 (具體、有計劃 或模糊)
3. 過去有自殺企圖 (日期和方法)
4. 抑鬱症狀
5. 絕望感
6. 孤立自己或感到孤立
7. 引發因素 (如最近的挫敗失或矛盾關係)
8. 負面家庭經歷
9. 曾遭受虐待及其性質
10. 自我評身體健康欠佳
11. 精神疾病 (什麼類型)
12. 濫用藥物
13. 可獲得的支援
14. 學生合作程度



指導家人如果處理有自殺傾向的學生

● 教育家人:

- 確認自殺風險
- 與自殺傾向的孩子有合適的溝通和互動
- 改變對孩子行為的合理期望，以及面對生活因企圖自殺後可能發生的變化

● 制定家中安全計劃:

- 檢視所有可能進行自毀的途徑
- 移除危險物品(利器、繩索、藥品等)
- 在學生呈現有自殺意圖、計劃或行動的兩星期內:
 - 指派具體任務以增加安全性
 - 建立看護機制,並分配責任
 - 詳細規劃每日行程及與誰在一起
- 至少在最初一個月內，為家人提供24小時緊急聯繫方式。
- 確定聯繫時間，明確約定由你或家人進行聯繫的時間。
- 確定清晰界定行為表現，去決定何時可以放鬆如上安排，明確列出在放鬆之前需要發生的所有事項。



心靈困擾

為什麼會發生？
有沒有天理？上帝在哪裡？
生命的價值在哪裡？
死亡的意義？人將會怎樣？
為何生命哪麼脆弱？
為什麼會有罪惡和苦難？
如何面對人生無常的無奈？
有甚麼可以做？

心靈關顧

聆聽
安慰
認罪
祝福
禱告
探訪
安息禮
聖經教導