

# 校園學生自我傷害的特徵與防治

國立臺灣大學公共衛生學院健康行為與社區科學研究所  
張書森教授 / 許惟智研究助理

近年來，學生自殺身亡事件受到社會大眾高度關注。在研擬相關防治策略時，需對校園學生自我傷害行為的樣態與成因有更多的了解，使防治工作更貼近目標族群的需求。我們依據教育部「校園安全及災害事件通報」（校安通報）資料，分析民國 107 到 109 年間各級學校學生自我傷害行為的特徵，包括性別、學制、方法、地點、與自傷可能原因等 [1]。

107 至 109 年與自我傷害有關的校安通報，大多數是學生出現自傷行為（75%），其次是自殺意念（18%）與事件相關人或情緒困擾（5%），自殺身亡則相對罕見（2%）。在性別分布上，自殺身亡以男學生的佔比稍高（約 56%），相較下，自傷行為及自殺意念則以女學生為主（分別為 76% 及 63%），顯示男學生自殺行為導致身亡的相對風險較高，或是女學生較能求助而被學校所知悉與通報。自殺身亡的風險隨年齡增加，身亡學生中近六成（58%）為大專學生，相較下，自傷行為則以國中生的通報數量最多（34%）。

通報中最常見的自傷方法是割腕（54%）；相較下，自殺身亡的最主要方法為高處墜落（41%）。超過八成（84%）

的自殺身亡事件發生在校外，以在家中的比例最高（54%）（圖 1）。提升校園環境安全、減少衝動下從高處墜落的作法，包括檢視校園環境與建物安全，以減少高危地點，或減少其可近性，或是在個別學生或學校整體的高危期間，暫時減少高危地點的可近性。校園環境安全提升工作可能涉及短期作法與長期策略，需要跨單位的溝通合作，校級主管的整合決策，以及相關單位的補助，以及定期檢視。

值得注意的是，自殺身亡學生當中約有三分之一（38%）屬於非一般學籍學生（包括休退學、進修部、轉復學生等），其中休學生及進修部學生各約 10%。學校可以考慮針對這些學生族群加強追蹤關懷的機制與頻率，並適時提供或轉介校內外的諮商輔導、醫療與社會輔助資源。

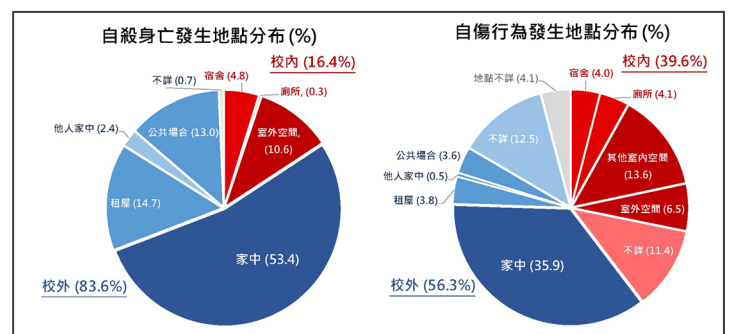


圖 1：學生自殺自傷發生地點分布

我們分析通報資料中所提及的自殺自傷相關因素（圖 2）。精神疾病出現於 40% 的自殺身亡與 36% 的自傷行為個案，家庭關係問題則分別出現在 34% 與 27% 的個案，是最常被提及的兩項因素，然而，沒有單一原因出現在超過半數的學生個案上，也就是說，學生自傷行為的因素相當個別化且多元，因此防治策略也需從多層次著手，也需避免過度簡化自傷的原因。通報內容也顯示，自我傷害有時是特定壓力情境下的衝動行為，有時則是多重嚴重困擾長期交互作用下的結果。

自傷自殺相關因素有年齡與性別差異。相對而言，大專學生較容易伴隨感情問題、精神疾病，及經濟與居住問題，而國中小學生則較常有校園與家庭相關因素；男學生較常伴隨校園人際相關因素（感情、同儕及學業問題），女學生則較常面對來自家庭與精神疾病的挑戰。這反映不同學生族群在不同發展階段面對不同的生活情境與壓力源。

## 學生自我傷害常見相關因素

### 自殺身亡

- ① 精神疾病
- ② 家庭關係問題
- ③ 學業相關問題
- ④ 感情問題
- ⑤ 自我傷害史
- ⑥ 同儕關係問題

### 自傷行為

- ① 精神疾病
- ② 家庭關係問題
- ③ 同儕關係問題
- ④ 自我傷害史
- ⑤ 學業相關問題
- ⑥ 感情問題

圖 2：學生自我傷害常見相關因素

學生遇到自身無法解決的困擾時，若能主動尋求或被轉介到學校內外的輔助資源，有助於避免自殺自傷行為的發生。與 107-108 年相比，109 年自殺身亡學生在生前曾接觸過校內外資源的比例略有上升（從 49% 增加到 55%），但仍有 45% 的學生在生前未曾接觸任何校內輔導資源（如評估、晤談、或個案管理）及校外資源（如醫療、社福等）。

為提升學生的求助、互助與轉介，學校可以向師生與各單位宣傳校內外的各種輔助資源、主動發掘與接觸高風險學生、訓練老師職員成為守門人，並建立多元的支持系統以滿足師生的不同需求。在高中以下可增強老師主動覺察與轉介學生心理困擾的信心，在大專校院除了鼓勵學生使用校內的既有輔導資源，還可推廣例如導師制度、同儕支持團體、學業輔導，與各種嵌入性輔助資源 [2]。同時，為增加師生的心理健康識能，可提供課程、訓練與單張或網站以幫助認識自殺自傷警訊、覺察與因應常見心理困擾、鼓勵主動求助與互助，與各種校內外輔助資源，包括衛福部安心專線（1925）。這些跨部門的工作需要校級主管的整合、中央與地方相關單位的補助，以及定期的評估，讓校園成為促進心理健康的友善環境，發揮每一位學生的最大潛能。

1. 張書森，109 年校園學生自我傷害事件之分析及防治策略暨大專校院自殺防治成效訪視期末報告，2022。
2. 張書森，大專校院學生的心理精神照護，學務通訊，2021. 985: p. 5-6。