

# 專業助人工作者之自殺與自我傷害防治教學 教材之發展與評量

江承曉

## 摘要

本研究的主要目的在發展一套適用於專業助人工作者自殺與自我傷害防治之課程教學與教材設計，以社工系學生自殺與自我傷害防治課程為介入範例，在發展過程中運用自殺與自我傷害防治相關理論，在教學內容及策略上，以「學生中心」為主要發展概念，充分考慮專業助人工作者實務操作之狀況，並考量教師在教學輔助媒體與教材設計上的可用性與可近性，進行本套教材的設計發展。本教學設計的教學目標主要以三大主軸發展，包括：一、對自殺與自我傷害原因與防治方法之多元了解。二、對自殺與自我傷害者及自殺遺族的危機處理與諮商輔導工作。三、助人工作者自我之壓力與心理調適。本教材先透過文獻收集擬定初稿，再與專家學者、實務工作者及學生的意見訪談溝通，並藉由訪談結果之分析整理，擬定本教學設計在發展時所應考量的教學重點，並融入專業助人工作者實務工作特色，採用吸引學生學習動機之各項元素，進行教學方案之內容設計，將教學教材與教學活動及理論背景做有效的聯結，最後修改定稿。

作者：江承曉

任職機關：嘉南藥理科技大學社會工作系講師

通訊地址：台南縣仁德鄉二仁路一段60號 嘉南藥理科技大學學生輔導中心

電話：06-2664911轉1218

傳真：06-2667330

E-mail：box136@mail.chna.edu.tw

共有130位社工系四年級學生於接受十四週每週二小時的教學介入活動，課程結束後，填寫課程評價問卷，以無記名的結構式問題進行調查，作為量化成效分析之依據；課程進行中，填寫「課程回饋表」及「分組活動學習單」做為質化資料分析之依據。扣除無效問卷，共得124份有效問卷。分析結果發現，量化分析中，學生對教學活動整體的成效評價介於非常滿意及滿意之間；教學活動形式及教育意涵的評價介於非常滿意及滿意之間，都有極正向的回饋。質化資料分析亦顯示學生於此課程介入後，對課程的學習與收穫、對課程印象最深刻的部分及對課程的總回饋與建議，皆有正向影響及更深入的思考與成長，並建議可以有更多的課程時數。因此，本教材確能透過具理論背景之教學活動課程，讓社工系四年級學生，未來需從事專業助人工作者，習得專業助人工作者自殺防治之實務技巧，進而提升其行動力，本課程可提供相關單位在推廣專業助人工作者自殺防治課程訓練時一個重要且有利的教學工具。最後，根據研究結果提出結論與建議，以作為學校教育、輔導工作及未來研究提出具體建議。

關鍵字：專業助人工作者、自殺與自我傷害防治、教學活動整體評價、整體教學活動形式評價、教育意涵評價

## 壹、前言

根據行政院衛生署（2008）公布的主要死亡原因統計最新的資料發現，國內自殺死亡率呈現逐年提升的趨勢，在年齡結構別死亡率方面，10-14歲自殺人數，從1994年的排名第九位，至民國2005年已擠進第五位，15-24歲青少年人口中，「自殺」更已高佔第二位，僅次於意外傷害。2006年的國內十大死因中，「自殺」排行第九名，每十萬人口有6.9人死於自殺，自殺死亡率2006年較2005年增加2.5%，由這些數據可知國人，尤其是青少年自殺是當前嚴重的問題之一。自殺議題在全世界都是一個重要課題，Evans, Hawton, Rodham, & Deeks（2005）為了解美國自殺問題嚴重程度，正確估計社區中之自殺現象盛行率，他們回顧了128篇研究顯示，美國青少年終生的自殺嘗試率平均為10%，自殺意念為30%；一年的自殺嘗試率平均為6%，一年的自殺意念為19%；女性之自殺嘗試率及自殺意念均比男性多。亞洲青少年的盛行率略低於歐美，亞洲青少年終生的自殺嘗試率平均為3%，終生的自殺意念為12%，一年的自殺意念為40%。自殺與自我傷害防治在全世界皆為重要工作。Yen & Shieh（2005）調查台灣對於青少年的自殺意念顯示，青少年一年內的自殺意念為16%。可見自殺或自我傷害議題再國內為即須注意之重要課題。

### 一、青少年的自殺與自我傷害之生物病理因素

青少年的自殺與自我傷害之生物病理原因非常複雜，Shaffer, Scott, & Wilcox及Chen, Guo, & Tan,（2006）嘗試發展評估青少年之自殺意念、自殺企圖、憂鬱症狀、物質濫用（包括酒精、大麻及安非他命）等面向，去了解青少年的自殺問題，研究發現，精神疾患尤其是憂鬱症及壓力生活事件是青少年自殺的關鍵危險因子，物質濫用亦與青少年自殺有相關。Chiou, Chen, & Lee（2006）對台灣精神科住院青少年之自殺與自我傷害嘗試研究，顯示50%自殺與自我傷害嘗試者患有憂鬱症。許多研究發現，在自殺成功個案中，憂鬱症是最常見的診斷與高危險群，李明濱（2006）發現有3-4%的青少年罹患憂鬱症，其中有15%憂鬱症患者自殺身亡，江承曉、沈姍姍、林香寶、林為森（2000）研究發現，憂鬱程度與個人心理生理因素有關。吳純儀、顏正芳、余麗樺（2007）探討個體整體自殺行為，發現自殺與個體整體傷害史、心理疾患、情緒、認知、行為、人格特質有很高相關性。王淑卿（2005）認為自殺行為與先前的自殺意念與自殺嘗試有關。陳錦宏等人（2008）研究發現：影響在校青少年之自殺與自我傷害相關議題的主要因素為性別、有無憂鬱、家庭支持度及物質使用問題等。

也有研究探討藥物濫用與自殺的關係，Garrison, et al (1993) 發現物質濫用和嚴重自殺嘗試的關聯大於自殺意念。King, Schwab, & Flisher (2001) 發現酒精使用明顯提高自殺行為及意念，即使在控制性別及社經狀態下，酒精與藥物物質使用可能影響學業、社會及家庭功能，增加違反校規及壓力生活事件，增加社會孤立。酒精與藥物會引發憂鬱及控制力差，也可能是潛在精神疾病的表面症狀，會提高自殺行為及意念。

許多研究亦發現，性別與自殺有關，李明濱 (2006) 研究發現自殺身亡者，女男的比例為 2 : 1。陳錦宏等 (2008) 研究發現：女性在自殺意念及自殺嘗試之比例均比男性高，此結果和以往西方研究一致。在美國，自殺意念及嘗試女性多於男性，但自殺死亡者則是男性多於女性 (Grunbaum, Kann, & Kinchen, 2002)。

## 二、青少年的自殺與自我傷害之社會心理因素

除了生物心理因素外，青少年自殺與自我傷害存在許多社會心理因素 (Terzil & Kapci, 2005)，青少年自殺與不同社會心理危險因子向度間皆存在不同程度的關連性。

早期的親子關係、家庭問題，即與青少年自殺與自我傷害有關，Fotti, et al (2006) 及 Randell, et al (2006) 研究發現：較難信任父母、較少跟父母溝通的青少年，即使遇到困擾或煩惱，也傾向於自我壓抑而不願向父母吐露，長期下來，不但會使他們失去對家庭的凝聚力，在面臨生活中的危機時，難以獲得家庭的支助，且可能會導致青少年情緒上的沮喪和無助，埋下了自殺的危險因子。Randell, et al Eggert (2006) 的研究也發現自殺與家庭因素有關。Maple (2005) 研究自殺未遂的青少年，發現不良的親子關係在他們心中，是一個無法釋懷的傷口，使他們對自己存在的意義和價值感到懷疑，因而產生自殺行為。吳純儀等 (2007) 探討個體整體自殺行為與自殺意念、企圖時，發現自殺的危險因子除了個體本身的整體傷害史與心理疾患外，家庭結構、家庭功能、學校問題、壓力與社會支持等向度亦有相關。

Shaffer (2005) 認為人類自學齡階段起，個體所接觸的環境，就不再受限於原生家庭，更拓展到學校領域，除父母外，同儕成了個體社會化的重要他人，不但能協助個體發展家庭外的人際關係，也滿足了個體親密感、安全感與隸屬感的需求。同儕就成了個體非常重要的他人，不但能協助他們發展家庭外的人際關係，也滿足了親密感、安全感與隸屬感的需求 (Hazler & Denham, 2002)。羅品欣 (2007) 從人際關係的發展危機探討青少年自殺的成因時，發現良好的人際網絡、穩固的支持系統，成為青少年重要的心靈支柱，青少年的自殺問題可以從親子關係與同儕關係這兩個層面來探

討，採取適當的策略，可有效預防青少年自殺。葉在庭（2001）發現青少年常見的焦慮為與人際交往有關的緊張不安，導致自尊與自信心的降低，因此焦慮造成人際關係的障礙，青少年情緒調適、焦慮、社會支持及生活事件與自殺意念有關。

親子關係及同儕關係的崩解與失落，與青少年的負向情緒（如：孤獨感、寂寞感、焦慮、沮喪）有高度關連，Field, Diego & Sander（2001），Hazler & Denham（2002），Fotti, et al（2006）研究皆指出，當此一失落困境無法有效解決時，就會形成一股內在的壓力與創傷，在負向情緒的導引下，誘發其自殺意念和行為。

許多研究指出青少年自殺與自我傷害與情緒困擾、壓力調適不良有很高的相關。Terzil & Kapci（2005）發現情緒向度與整體自殺行為、自殺意念與自殺企圖等自殺類型皆有高關連性存在。Thompson, et al（2005）認為自殺行為與情緒狀態有關，黃曉瑜（2004）研究發現憂鬱程度與個人無望感、自尊、焦慮、親子關係有關。江承曉等（2000）研究發現，憂鬱程度也與壓力生活事件、家庭事件、同儕關係、學業壓力有關，郭靜靜（2004）研究發現憂鬱程度與個人生活壓力、冒險行為等有關。王春展（2006）研究發現憂鬱程度與個人情緒抑制有關。Seaward（2002）整理許多研究發現，許多身心疾病多與壓力困擾與情緒管理不當有關。

青少年自殺與自我傷害亦與生命價值、死亡態度、靈性知覺和宗教信仰有關，Wong（2004）認為自殺行為與個體負向的生命態度有關，許文耀、王德賢、陳喬琪、陳明輝（2006）及許淑瑛、張素凰（2005）研究皆發現：生命態度、死亡態度、無望感與青少年自殺與自我傷害有關聯性。黃惠貞、姜逸群（2005）研究發現憂鬱程度與個人壓力知覺、靈性健康有關。林杏足、陳佩鈺、陳美儒（2007）發現：國中青少年憂鬱與自殺高危險群與性別、年齡、社經背景、宗教信仰、生活壓力有關。

青少年自殺與自我傷害亦會受媒體自殺報導的影響，潘玲菁（2008）研究青少年知覺到媒體自殺報導會造成心理健康影響時發現：有5.6%到26.3%的青少年知覺到媒體自殺報導會造成心理健康的負面影響，包括生命態度較負面，自殺看法扭曲及情緒較憂鬱焦慮。約有5%到9%的青少年知覺到自殺報導會增加其自殺意念及嘗試；男性、負面的生命態度、生活壓力越大、先前曾有自殺意念與嘗試者，會因知覺到媒體大量的自殺報導而可能產生自殺意念及嘗試。因此從事教育工作與專業助人工作的相關人員，在媒體報導自殺事件時，應加強對所標認出的自殺高危險群的關注與支持。

### 三、青少年自殺與自我傷害之防治教育

青少年自殺與自我傷害之防治教育，可以從幾點著手：生命教育、死亡教育、

壓力調適與情緒管理。生命與死亡的議題，可以融入或是透過課程活動時間來做教導與討論，以協助學生面對生命與死亡，並教育學生瞭解生命的價值。教育部（2006）出版之校園自殺防治手冊建議要教導青少年培養正確的生命與死亡概念，正向的思考與認知能力，有效的調適壓力與管理情緒能力，在自殺與自我傷害防治的預防處置階段，積極地推廣生命教育、死亡教育的概念與壓力調適與情緒管理的技巧是必要的。由於目前的社會日趨渾亂，個體不易安身立命，在探討生命教育與死亡教育時，可以加入靈性信仰的探討。許多研究指出個體若擁有的宗教或靈性信仰，了解個體生死的意義，可能有助於預防憂鬱症及自殺之發生，因此有關靈性信仰的探討，在自殺與自我傷害防治中，頗為重要（林杏足、陳佩鈺、陳美儒，2007；黃惠貞、姜逸群，2005；許文耀等2006；許淑瑛、張素凰，2005；蕭雅竹，2004；林榮春，1998）。

吳庶深、黃麗花（2002）的研究中，強調生命教育對預防自殺及自我傷害的重要性。生命教育應該包含：協助個體體認自身生命的價值，如何在不斷實踐中發展自己的潛能，從而對自我生命的價值有更深了解與領悟；幫助個體瞭解自己與他人生命的意義，知道生命是具有價值，任何一個人的存在都是值得讚賞的。培養正向的思考與認知，可以讓青少年了解生命中遭遇的困境，其實是有助個人心理的成長。吳庶深、楊麗花（2002）整理生命教育的主要理念與取向表示，生命教育的理念為全人教育，個體應活在天、人、物、我的均衡關係中，其四個向度分別為人與自己的關係，認識自己、欣賞與尊重自己，發揮潛能，人與他人的關係，與人和睦、群體倫理、關懷弱勢，人與環境的關係，建立生命共同體、經營自然和人文環境的永續發展和人與宇宙的關係，靈性超越之途徑尋得永恆價值、生命歸宿等信仰所提供的答案。黃惠貞、姜逸群（2005）研究發現，靈性健康和心理健康具高度相關性，獲得許多研究的支持。靈性是全人類的共通需求，對身心不健康的個人或團體尤為強烈，但並不侷限於宗教和神學的形式，強調以宇宙為中心，認為自我是「大我」密不可分的一部分，如是便會將青少年導向彼此尊重與接受、博愛、服務、公正、慈悲、合作、和平、生態關懷。鼓勵青少年關懷自然生態環境與社會時事，鼓勵社區參與，培養自我實現的自信心並提升生命意義。

要防治自殺與自我傷害，亦須教導正確的死亡概念。教育部（2006）之校園自殺防治手冊中，認為專業助人工作者在進行自殺防治時，應探討說明：（一）死亡具有不可逆性，人一旦死了，就不可能復活，所以不能存著僥倖嘗試的心理。（二）以自我傷害方式達到求死目的，通常會帶給本人極大的恐懼和痛苦，萬一不死則可能終身殘廢。（三）死亡不能解決問題，只會讓愛自己和自己所愛的人傷痛。（四）死亡代

表失去人世間美好一切，包括親情、愛情和財富、地位等。東方文化在培育孩子對死亡或生命的看法時，經常以避重就輕的方式教育小孩，使得孩子對死亡不了解，甚至害怕死亡。我們應正視死亡的議題，若可以在課堂上，讓學生探索自己的生命價值，同時瞭解死亡的本質，協助他們面對生死會帶來的衝擊與影響，應該可以減低自我傷害發生的機率。死亡教育的內容可以包含有：幫助學生認識生命的意義、了解死亡及喪葬有關的問題，消除死亡的禁忌、幫助學生以正確的態度處理自己或重要他人的死亡、認識死亡在文化上的意義、教導對死亡及瀕死的處理及調適，如：對兒童解釋死亡、與病重親友的溝通、對死亡親友的悼念等。

壓力調適與情緒管理之教導，亦有助於預防憂鬱症，降低自殺與自我傷害之發生，青少年正值身心與認知發展過程，較不懂得如何調適壓力、有效管理情緒能力可能較為缺乏。Ciarrochi, Chan, & Caputi (2000) 研究發現，高情緒智能者在歷經負面心情時，較他人更容易恢復正面記憶，修復情緒，防止憂鬱狀態的發生。Ciarrochi, Deane, & Anderson (2002) 研究發現，情緒智能愈高者，面對壓力情境，較少產生絕望、自殺念頭；善於管理自己與他人的情緒的人，傾向獲得更多的社會支持，更能幫助人們免於沮喪和自殺意念的發生。Deffenbacher, et al (1995) 設計教導大學生減少怒氣的情緒調適課程，研究顯示能使大學生平靜且有控制的表達情緒，會有較佳的健康表現。Slaski & Cartwright (2002) 發現高情緒智能者，有較少的主觀壓力、憂傷，一般健康情況良好。葉在庭 (2001) 發現青少年的情緒反應調適與自殺意念有關，如輕易的忘記不愉快的事、不會沈浸在憂傷的情緒中等這類情緒調適越多，青少年越不容易產生自殺意念。Pool (1997) 與張學善 (2004) 研究皆建議應將情緒自我覺察能力、情緒管理、自我激勵、同理心及社交技巧納入學校教育中。

#### 四、青少年的自殺與自我傷害之諮商輔導

自殺與自我傷害並非單一因素所造成的話，具有複雜的生物、心理、家庭、社會影響因素，要解決青少年憂鬱與自殺問題，專業助人工作者要具有全面性的知識與了解，以進行有效的自殺與自我傷害防治工作。從諮商輔導的角度來看青少年自殺與自我傷害問題，個體的內在因素是重要指標，在面對環境不可避免的生活壓力時，個體如何運用內在資源去因應多變的社會是青少年發展上相當重要的課題。

教育部 (2006) 出版之校園自殺防治手冊建議，應使用有效的評估測驗，進行篩檢出憂鬱、自殺、自我傷害之高危險群，對有自殺與自我傷害危機者進行危機處理與諮商輔導介入。在使用相關之諮商輔導介入理論與技巧時，應進行上述有關自殺與自

我傷害之各種複雜的生物、心理、家庭、社會因素之探討。有許多的精神醫療與諮商輔導方法被設計來治療與輔導有自殺危險之個案，方俊凱（2007）發現，以辯證行為治療的介入方式，對蓄意自殺或自殺企圖的人是有幫助的。吳珮瑀（2007）探討自殺未遂者之心理介入措施。洪雅鳳與羅皓誠（2006）整理自殺危機處遇策略發現：發展支持系統及處理憤怒情緒是重要的介入措施。Chiles & Stroshl（2005）認為個別諮商處遇與藥物治療很有用。Bergmans & Links（2002）研究發現，針對自殺未遂者進行社交技巧教育介入團體心理治療頗為有效。

悲傷輔導亦用於自殺未遂個案或自殺遺族的諮商，悲傷歷程是指從個人體認失落事件至身心回復到適應正常生活運作的時期，在此時期中悲傷反應會隨著時間的演變而變動。呂蕙美（2005）；蔡松芬（2005）；鄭淑惠（2005）；呂欣芹、方俊凱、林綺雲（2007）研究皆指出，在助人工作者的自殺與自我傷害防治的專業能力養成訓練中，應增加悲傷輔導，實務工作者若能增加悲傷輔導與自殺防治的專業能力，將可幫助發現隱性求助者。Friends（2004）認為遭遇親友自殺死亡，需要讓自殺者遺族表達內心的感受，除非他們有機會說出對逝者的感受、訴說內心的憤怒和痛苦，否則悲傷的情緒可能不會結束。對自殺者遺族而言，憤怒的表達尤為重要，有些時候憤怒如果無法表達，療癒就無法開始。李佩怡（2000）及李佳容（2001）研究皆指出，自殺者遺族的悲傷反應有其特殊性，實務工作者若能增加對遺族悲傷反應的瞭解，能較提供有效的輔導，以縮短悲傷的歷程及防範不健康的心理症候探討自殺者遺族的悲傷反應、調適、復原歷程與適應。

## 五、專業助人工作者之情緒耗損與壓力調適

專業助人工作者在進行自殺防治，尤其是青少年的自殺與自我傷害防治工作時，總是承受很大的工作壓力，是一件非常心力耗損的工作，工作者本身的情緒管理與壓力調適能力要足夠，才不會隨這些憂傷的個案起舞。

吳宗祐、鄭伯壘（2006）研究發現，工作投入度與負向情緒克制的交互作用可以顯著的預測個體的情緒耗竭。Meyerson（1991）及 Keller（1997）研究發現醫療專業人員及其他專業人員的情緒耗損頗嚴重；Grandey（2000）及 Morris & Feldman（1996）皆發現，當工作中需要高度情緒勞動時，會耗損員工的情緒資源，使員工陷入情緒耗竭的困境中。自殺防治工作是一個要求專業助人工作者高度工作投入的領域，「工作投入」反映出個人為工作付出的意願，是一種工作態度（Robbins, 2001）；自殺防治工作亦要求專業助人工作者有能力去調節個案情緒與壓力，提升個案之自我效能與正



向思考，「調節他人情緒能力」反映出個人是否有能力去影響或管理他人的情緒，是一種涉及人際影響與情緒管理的工作能力（Goleman, 2001; Mayer & Salovey, 1997）。Maslach & Jackson（1984）認為當個人在工作中與他人互動時，被賦予過多的情緒要求，卻無力負荷，便會出現情緒過度延展、情緒資源耗盡等情緒耗竭的現象，可能會有嚴重的壓力症狀。因此，專業助人工作者在進行自殺與自我傷害防治工作時，自我的壓力調適與情緒管理能力相當重要。

## 六、專業助人工作者自殺與自我傷害防治之教學課程設計

專業助人工作者在進行自殺與自我傷害防治，尤其是青少年的自殺與自我傷害防治工作時，必須對國人尤其是青少年的自殺與自我傷害議題，有多元的了解，並學習專業的自殺與自我傷害防治諮商與處遇技巧。目前國內針對專業助人工作者自殺與自我傷害防治的課程規劃與研究並不多見。因此，若能整合相關領域之文獻資料與專業人士，研擬出一套有系統、嚴謹的專業助人工作者自殺與自我傷害防治之課程教學與教材設計方案，並在實際執行後進行成效評估，再據以修正發展出完整課程設計，相信對專業助人工作者進行自殺與自我傷害防治會有所幫助。本研究之課程教學與教材設計，以社工系學生為對象，做為自殺與自我傷害防治課程為之介入範例，在發展過程中運用自殺與自我傷害防治相關理論，在教學內容及策略上，是以「學生中心」為主要發展概念，Speizer, Tamashe, & Tegang（2001）與Caron, et al（2004）研究發現，青少年適合使用同儕輔導學習，效果頗佳，因此，在課程設計上，加入分組學習活動與訪談活動，以提升學生之學習興趣與動機，並藉由分組互動過程，產生同儕交互學習輔導之效。在考慮專業助人工作者實務操作之狀況，專業演練訓練之必須，並兼顧學生同儕學習的興趣與效果，課程之進行方式以講授為主、分組小團體活動為輔，並考量教師在教學輔助媒體與教材設計上的可用性與可近性，進行本套教材的設計發展。

經文獻探討與實務工作者訪談後，本教學設計的教學目標主要以三大主軸發展，包括：

- （一）對自殺與自我傷害原因與防治方法之多元了解。
- （二）對自殺與自我傷者及自殺遺族的危機處理與諮商輔導工作。
- （三）助人工作者自我之壓力與心理調適。

研究結束後，根據研究結果提出結論，並針對學校教育、輔導工作及未來研究提出具體建議。

## 貳、材料與方法

本研究整合相關領域之文獻資料與專家學者的意見，發展出一套專業助人工作者自殺與自我傷害防治之課程教學與教材設計方案，並在實施課程介入後，以質量並行的方式評估其成效。簡述研究方法、研究工具、研究對象、實施程序、課程設計及資料處理如下：

### 一、研究方法

(一) 文獻分析：搜集國內外有關自殺與自我傷害防治相關研究著作與書籍文獻，瀏覽相關教育教學方案，將課程的內容與範疇作有系統的概念分析，藉以發展出適合專業助人工作者課程的內容與範疇。

(二) 專業諮詢：本研究邀請諮商輔導、教育、心理等相關領域的學者、諮商心理師與社會工作師等實務工作者及學生共六位，就自殺與自我傷害防治課程的架構、內涵、活動設計與實施方式進行結構化的溝通。

(三) 課程介入：將經文獻分析與專業諮詢後，修訂之自殺與自我傷害防治之課程教學與教材設計方案，以社工系學生自殺與自我傷害防治課程為介入，透過學習者的反應與評價，探究此課程設計的效益與適切性的評價。

(四) 課程評價：本研究採課程實施後，以質量並行的方式進行課程評量，以了解本自殺與自我傷害防治之課程教學與教材設計方案之有效性。

### 二、研究工具

(一) 量化工具：本研究以滿意度評估了解學生對本課程的意見，本工具主要參考廖梨伶、晏涵文(2005)研發出之教學活動整體的成效評價量表，該問卷量表包含教學活動整體的成效評價，分為對教學活動整體的成效評價及對教學活動形式及教育意涵的評價，量表經過專家效度處理，經預試得其內部一致性係數，對教學活動整體的成效評價的內部一致性係數(Cronbach  $\alpha$ )為.72，對教學活動形式及教育意涵的評價的內部一致性係數為.78。以該問卷修改為適合本課程內容與設計之問題共十四題，問卷內容如下：(1)對教學活動整體的成效評價：共四題，包括接受教學後對自殺與自我傷害防治相關的知識、態度、自我效能、行為意向的滿意成效評價。(2)對教學活動形式及教育意涵的滿意成效評價：共十題，包括教學活動形式的滿意成效評價，如訊息策略二題、訊息內容三題；訊息結構的滿意成效評價一題；對教育意涵滿意成效評

價，如訊息呈現一題、理解記憶一題、訊息注意一題、訊息接受與維持一題。問卷採5分量表，1代表非常不滿意，2代表不滿意，3代表普通，4代表滿意，5代表非常滿意。

(二) 質化工具：包括「課程回饋表」及「分組活動學習單」。「課程回饋表」內容有：對課程的學習與收穫、對課程印象最深刻的部分及對課程的總回饋與建議等，以開放式方式填寫。「分組活動學習單」內容有：影片賞析與心得、重要他人自殺或死亡經歷之分組訪談心得。以期能收集到更周延有關課程成效與回饋意見的相關訊息。

### 三、研究對象

本研究以南部某科技大學之社工系學生為研究母群體，選取未曾接觸或參與相關主題訓練的學生為研究對象，開設自殺與自我傷害防治課程，共有130位社工系四年級學生接受連續十四週，每週二小時的教學介入活動。

### 四、實施程序

課程之進行方式以講授為主、分組小團體活動為輔，課程介入共分為三班，由學生自行分組，共分十二組，經過教學介入活動後，每位學生填寫課程評價問卷，以無記名的結構式問題進行調查，作為量化成效分析之依據；課程進行中，每位學生填寫「課程回饋表」，每組填寫「分組活動學習單」，做為質化資料分析之依據。扣除無效問卷，共得124份有效問卷。

### 五、課程介紹

本課程之進行方式以講授為主、活動為輔，讓參與成員藉由概念引導、活動體悟、分享討論，以學習專業之自殺與自我傷害防治知能。教學目標主要以三大主軸發展，包括：(一) 對自殺與自我傷害之多元了解。(二) 對自殺與自我傷害者及自殺遺族的危機處理與諮商輔導工作。(三) 助人工作者自我之壓力與心理調適。各單元的課程目標、教學內容及活動設計呈現於表1。課程共有十四單元，其中第一至五單元課程目標為對自殺與自我傷害之多元了解。第六至十一單元課程目標為對自殺與自我傷害者及自殺遺族的危機處理與諮商輔導工作。第十二至十四單元課程目標為助人工作者自我之壓力與心理調適。各活動設計如下：

表1 教材教學目標及教學活動

教學目標	單元主題	內容綱要	教學活動設計與內容與實施週次
<p>教學目標：一.對自殺與自我傷害之多元了解。                      二.對自殺與自我傷害者及自殺遺族的危機處理與諮商輔導工作。                      三.助人工作者自我之壓力與心理調適。</p> <p>本三點教學目標皆包含：知識（Knowledge）、技能（Skills）、態度（Attitudes）三層面。</p>			
一、對自殺與自我傷害之多元了解。	1-1 自殺與自我傷害的定義及相關理論	1-1-1 自殺與自我傷害的定義	第一週 【活動一】為什麼我會想自殺？
		1-1-2 自殺與自我傷害的危險因子和保護因子	第二週 【活動二】想一想，有什麼可以留住想離開地球的人？
		1-1-3 自殺的三級預防措施	第三週
		1-2-1 台灣的自殺現況	第四週
		1-2-2 自殺之相關法律與倫理	【活動三】自殺案例分享與討論
		1-2 台灣的自殺現況與相關法律	第四週
		1-3-1 生命教育的概念與理論	【活動四】「美夢成真」影片觀賞與分享
		1-3 生命與死亡教育的概念與理論	第五週
		1-3-2 死亡的概念與理論	【活動五】我的生命故事與靈性信仰分享
		1-3-3 相關宗教與靈性信仰對自殺防治的幫助	第五週
二、對自殺與自我傷害者及自殺遺族的危機處理與諮商輔導工作	2-1 危機處理的概念與技巧	2-1-1 危機處理的概念、通報流程與注意事項	第六週 【活動六】危機處理的通報流程的演練
		2-1-2 危機處理的保密、諮商與技巧	
		2-2 自殺與自我傷害個案的諮商輔導	第七週
		2-2-1 自殺及自我傷害的高危機個案的辨識與危機處理	【活動七】憂鬱與自殺量表施測與解釋演練
		2-2-2 自殺危機篩檢之相關量表的介紹與使用	第八週 【活動八】如何開始談死亡-自殺會談開始的技巧演練
		2-2-3 自我傷害個案諮商理論與技巧	第九週
		2-2-4 自殺個案諮商理論與技巧	【活動九】留下來的理由-自殺會談開展的技巧演練

表1 教材教學目標及教學活動（續）

教學目標	單元主題	內容綱要	教學活動設計與內容與實施週次
	2-3自殺遺族的療 癒與輔導	2-3-1自殺倖存者及自殺遺 族的高危機個案的辨識與 危機處理	第十週 【活動十】傷心往事--自殺或死 亡倖存者或遺族訪談與心得分享
		2-3-2自殺倖存者及遺族的 創傷與哀傷療癒諮商理論 與技巧	第十一週 【活動十一】往前看--自殺或死 亡倖存者或遺族創傷與哀傷療癒 會談技巧演練
三、助人工作 者自我之壓力 與心理調適	3-1助人工作者之 定位與角色	3-1-1助人工作者在處遇個 案及其家屬時之工作定位 與分工	第十二週 及其家屬時之工作定位與分工 【活動十二】我可以為你做什 麼--助人工作者之定位與角色討 論與分享
	3-2助人工作者的 自我保護與照顧 相關的法規	3-1-2助人工作者在處遇個 案及其家屬時之角色與界 線 3-2-1助人工作者的自我保 護與照顧方法	第十三週 【活動十三】我不可以做什麼-- 助人工作者工作倫理與相關法規 討論與分享
	3-3助人工作者之 壓力與心理調適	3-2-2助人工作者的工作倫 理與相關的法規與督導 3-3-1壓力與心理調適的理 論與技巧	第十四週 【活動十四】好好愛自己-我的 壓力調適方法分享
		3-3-2自殺防治助人工作者 之特殊壓力與心理調適	

（一）【課程單元】自殺與自我傷害的定義及相關理論

【活動設計】為什麼我會想自殺？

課程活動重點為：1.說明課程目標，邀請成員分享對本課程的期待。2.活動「為什麼我會想自殺？」：課程由同學自行分組，成員認識彼此，填寫活動學習單，分享同學知道的一些人自殺的理由，以提起學習興趣。3.自殺與自我傷害的定義及自殺與自我傷害的危險因子和保護因子課程的講解：說明相關理論，增進成員相關專業知能。

（二）【課程單元】自殺的三級預防措施

【活動設計】想一想，有什麼可以留住想離開地球的人？

課程活動重點為：1.活動「想一想，有什麼可以留住想離開地球的人？」：分組

活動，由同學進行腦力激盪，並從上週有關自殺與自我傷害之危險因子和保護因子中，找出自殺的三級預防措施，填寫活動學習單，以提起學習興趣。2.自殺的三級預防措施課程的講解：說明相關理論，增進成員相關專業知能。

**(三) 【課程單元】**台灣的自殺現況與相關法律

**【活動設計】**自殺案例分享

課程活動重點為：1.活動「自殺案例分享」：收集報章雜誌中，台灣近年的自殺現況與案例，進行案例討論，鼓勵同學積極發言。2.分析案例中之自殺危險因子和保護因子，說明相關理論，增進成員相關專業知能。

**(四) 【課程單元】**死亡與生命教育的概念與理論

**【活動設計】**「美夢成真」影片觀賞與分享

課程活動重點為：1.活動「美夢成真」影片賞析：進行「美夢成真」影片觀賞，之後分組影片討論與分析，填寫活動學習單，以提起學習興趣。2.死亡與生命教育的概念與理論課程的講解：藉由影片內容的解析，說明相關理論，增進成員相關專業知能。

**(五) 【課程單元】**相關宗教與靈性信仰對自殺防治的幫助

**【活動設計】**我的生命故事與靈性信仰分享

課程活動重點為：1.相關宗教與靈性信仰對自殺防治的幫助課程的講解：延續活動設計四的影片內容解析，說明宗教與靈性信仰對自殺防治的幫助，增進成員相關專業知能。2.活動「我的生命故事與靈性信仰分享」：進行分組討論與分享，填寫活動學習單。

**(六) 【課程單元】**危機處理的概念與技巧

**【活動設計】**危機處理的通報流程的演練

課程活動重點為：課程活動重點為：1.相關危機處理的概念與技巧課程的講解：說明危機處理的概念、通報流程與注意事項，及危機處理的保密、諮商與技巧，增進成員相關專業知能。2.活動「危機處理的通報流程的演練」：設計危機事件，進行分組討論與演練，填寫活動學習單。

**(七) 【課程單元】**自殺及自我傷害的高危機個案的辨識與危機處理

**【活動設計】**憂鬱與自殺量表施測與解釋演練

課程活動重點為：1.自殺及自我傷害的高危機個案的辨識與危機處理的概念與技巧課程的講解：說明高危機個案的辨識與危機處理的概念、自殺危機篩檢之相關量表的介紹與使用通報流程與注意事項，增進成員相關專業知能。2.活動「憂鬱與自殺量

表施測與解釋演練」：全班進行憂鬱與自殺量表施測與解釋，進行分組討論與演練，填寫活動學習單。

**(八) 【課程單元】自我傷害個案諮商理論與技巧**

**【活動設計】如何開始談死亡-自殺會談開始的技巧演練**

課程活動重點為：1.自我傷害個案諮商理論與技巧課程的講解：說明自殺與自我傷害的差別、自我傷害個案諮商理論、技巧、流程與注意事項，增進成員相關專業知能。2.活動「如何開始談死亡-自殺會談開始的技巧演練」：設計自我傷害模擬情境，進行分組討論與演練，填寫活動學習單，以減輕一般新手助人工作者，在開始與個案談自殺與自我傷害時的焦慮與困擾。

**(九) 【課程單元】自殺個案諮商理論與技巧**

**【活動設計】留下來的理由-自殺會談開展的技巧演練**

課程活動重點為：1.自殺個案諮商理論與技巧課程的講解：說明自殺個案諮商理論、技巧、流程與注意事項，增進成員相關專業知能。2.活動「留下來的理由-自殺會談開展的技巧演練」：設計自殺模擬情境，進行分組討論與演練，填寫活動學習單，以加強一般新手助人工作者，在與個案談自殺與自我傷害時的專業與技巧。

**(十) 【課程單元】自殺或死亡倖存者及自殺或死亡遺族的高危機個案的辨識與危機處理**

**【活動設計】傷心往事-重要他人自殺或死亡之倖存者或遺族訪談與心得分享**

課程活動重點為：1.活動：在課程一開始，即請各組進行「自殺或死亡倖存者或遺族的個案訪談」，在完成訪談活動後，由各組重點式的分享訪談內容與心得。2.自殺或死亡倖存者及自殺或死亡遺族的高危機個案的辨識與危機處理課程的講解：利用各組的訪談報告，進行分析與討論，說明自殺或死亡倖存者及自殺或死亡遺族的高危機個案的辨識與危機處理、技巧、流程與注意事項，增進成員相關專業知能。

**(十一) 【課程單元】自殺或死亡倖存者及自殺或死亡遺族創傷與哀傷療癒諮商理論與技巧**

**【活動設計】自殺或死亡倖存者及自殺或死亡遺族創傷與哀傷療癒會談技巧演練**

課程活動重點為：1.活動：繼續進行各組重點式的報告自殺或死亡倖存者或遺族的個案的訪談與心得分享。2.自殺或死亡倖存者及自殺或死亡遺族創傷與哀傷療癒諮商理論與技巧課程的講解：利用各組的訪談報告，進行分析與討論，說明自殺或死亡倖存者及自殺或死亡遺族個案的創傷與哀傷療癒諮商理論與技巧，並進行會談技巧演

練，以增進成員相關專業知能。

**(十二) 【課程單元】助人工作者之定位與角色**

**【活動設計】**我可以為你做什麼--助人工作者之定位與角色討論與分享

課程活動重點為：1. 活動「我可以為你做什麼--助人工作者之定位與角色」：分組活動，由同學進行討論與分享，填寫活動學習單。2. 助人工作者之定位與角色課程的講解：說明相關理論、助人工作者在處遇自殺個案及其家屬時之工作定位與分工、角色與界線，增進成員相關專業知能。

**(十三) 【課程單元】助人工作者的自我保護與照顧相關的法規**

**【活動設計】**我不可以做什麼--助人工作者之工作倫理與相關的法規討論與分享

課程活動重點為：1. 活動「我不可以做什麼--助人工作者之工作倫理與相關的法規」：分組活動，由同學進行討論與分享，填寫活動學習單。2. 助人工作者之工作倫理與相關的法規課程的講解：說明助人工作者的自我保護與照顧方法、助人工作者的工作倫理與相關的法規與督導，增進成員相關專業知能。

**(十四) 【課程單元】助人工作者之壓力與心理調適**

**【活動設計】**好好愛自己-我的壓力調適方法分享

課程活動重點為：1. 活動「好好愛自己-我的壓力調適方法分享」：分組活動，由同學進行討論與分享自己的壓力調適方法，填寫活動學習單。2. 助人工作者之定位與角色課程的講解：說明壓力與心理調適的理論與技巧、自殺防治助人工作者之特殊壓力、心理調適助人工作者在處遇自殺個案及其家屬時之工作定位與分工、角色與界線，增進成員相關專業知能。

## 六、資料處理

本研究之資料處理同時採用量化與質化的方式進行資料分析，量化部份依據教學活動整體的成效評價、對教學活動形式及教育意涵的成效評價，進行描述性統計分析。質化部分則以分析課程回饋與學習感想為主，以質的研究中「開放編碼」的方式，就課程中，研究對象的「課程回饋表」及「分組活動學習單」記錄，進行分析、歸類，以了解課程帶給研究參與者的影響，並和量化結果進行統合分析。

## 參、結果與討論



## 一、研究參與者對課程成效評價的量化分析

此部分主要在收集學生對課程介入的意見，學生於接受教學介入後填寫滿意度評估問卷，以無記名的結構式問題進行調查，扣除無效問卷，共124人。

### (一) 對教學活動整體的成效評價

由表2可知，受試者對本介入計畫之教學活動整體的成效評價情形，呈現非常正向的評價。在「認知」方面，有98.57%表示非常滿意或滿意，認為「本課程能幫助自己更了解憂鬱與自殺防治」，平均滿意度為4.43，介於非常滿意及滿意之間。在「態度」方面，有94.38%表示非常滿意或滿意，認為「這課程能幫助自己建立更健康的生命態度」，平均滿意度為4.50。在「自我效能」方面，有83.06%表示非常滿意或滿意，認為「這課程能幫助自己更有信心去面對自殺或死亡的議題」，平均滿意度為4.18，介於非常滿意及滿意之間。在「行為意向」方面，有83.06%表示非常滿意或滿意，認為「自己會依照課程所學到的去做」，平均滿意度為4.16。受試者教學活動整體的成效評價平均滿意度為4.32，介於非常滿意及滿意之間。

表2 教學活動整體的滿意程度分析表 (N=124)

變項	非常滿意 人數 (%)	滿意 人數 (%)	普通 人數 (%)	不滿意 人數 (%)	非常不滿意 人數 (%)	平均值	標準差
一、教學活動整體的成效評價							
【認知】							
整體而言，這課程能幫助我更了解憂鬱與自殺防治。	56(45.16)	65 (52.42)	3 (2.42)	0 (0.00)	0 (0.00)	4.43	0.54
【態度】							
整體而言，這課程能幫助我建立更健康的生命態度。	69(55.67)	48 (38.71)	7(5.62)	0 (0.00)	0 (0.00)	4.50	0.37
【自我效能】							
整體而言，這課程能幫助我更有信心去面對自殺或死亡的議題。	43(34.67)	60 (48.39)	21(16.94)	0 (0.00)	0 (0.00)	4.18	0.49
【行為意向】							
整體而言，我會依照課程所學到的去做。	41(33.07)	62 (50.00)	21(16.94)	0 (0.00)	0 (0.00)	4.16	0.24
教學活動整體的滿意程度						4.32	0.41

註：本表為5分量表，1代表非常不滿意，2代表不滿意，3代表普通，4代表滿意，5代表非常滿意

## (二) 對教學活動形式及教育意涵的成效評價

由表3可知，受試者對本介入計畫之教學活動型式與教育意涵成效評價方面，呈現非常正向的評價。在「訊息策略」方面，有87.10%表示「課程中用圖表與案例來教導，覺得很滿意。」，平均滿意度為4.31。有94.36%表示「課程中用故事跟訪談來教導，覺得很滿意。」，平均滿意度為4.58。在「訊息內容」方面，87.10%表示「教材中所呈現的內容，對我來說很有用。」，其中僅有0.81%表示不滿意，平均滿意度為4.58。80.64%表示「我覺得這教學內容很符合我的需求。」，其中僅有1.61%表示不滿意，平均滿意度為4.15。93.55%表示「我覺得這教學內容，對我來說難易適中。」，平均滿意度為4.36。在「訊息結構」方面，95.97%表示「我喜歡上課時的互動方式。」，平均滿意度為4.56。在「訊息呈現」方面，95.61%表示「我喜歡整個課程的進度與進行方式。」，其中僅有0.81%表示不滿意，平均滿意度為4.49。在「理解記憶」方面，95.61%表示「我覺得跟同學討論與訪談個案有關自殺或死亡的議題對我很有幫助。」，其中僅有0.81%表示不滿意，平均滿意度為4.33。在「訊息注意」方面，95.97%表示「上完這門課後，讓我體認到審慎面對此議題的重要性。」，平均滿意度為4.44。在「訊息接受／產生與維持」方面，98.39%表示「我覺得課程中所學到的資訊，是可以應用在未來工作中的。」，平均滿意度為4.53。受試者整體教學活動形式及教育意涵成效評價的平均滿意度為4.40，介於非常滿意及滿意之間。

表3 教學活動形式及教育意涵的滿意程度分析表

變項 (N=124)	非常滿意 人數 (%)	滿意 人數 (%)	普通 人數 (%)	不滿意 人數 (%)	非常不滿意 人數 (%)	平均值	標準差
<b>二、對教學活動形式及教育意涵的評價</b>							
<b>【訊息策略】</b>							
1.課程中用圖表與案例來教導，我覺得很適合。	54(43.55)	54(43.55)	16(12.90)	0(0.00)	0(0.00)	4.31	0.47
2.課程中用故事跟訪談來教導，讓我很容易接受。	79(63.71)	38(30.65)	7(5.64)	0(0.00)	0(0.00)	4.58	0.36
<b>【訊息內容】</b>							
3.教材中所呈現的內容，對我來說很有用。	52(41.94)	56(45.16)	15(12.09)	1(0.81)	0(0.00)	4.28	0.49
4.我覺得這教學內容很符合我的需求。	45(36.29)	55(44.35)	22(17.75)	2(1.61)	0(0.00)	4.15	0.58
5.我覺得這教學內容，對我來說難易適中。	53(42.74)	63(50.81)	8(6.45)	0(0.00)	0(0.00)	4.36	0.36
<b>【訊息結構】</b>							

表3 教學活動形式及教育意涵的滿意程度分析表 (續)

變項 (N=124)	非常滿意 人數 (%)	滿意 人數 (%)	普通 人數 (%)	不滿意 人數 (%)	非常不滿意 人數 (%)	平均值	標準差
6.我喜歡上課時的互動方式。 【呈現】	74(59.68)	45(36.29)	5(4.03)	0(0.00)	0(0.00)	4.56	0.33
7.我喜歡整個課程的進度與方式。 【理解記憶】	68(54.84)	50(40.32)	5(4.03)	1(0.81)	0(0.00)	4.49	0.35
8.我覺得跟同學討論與訪談有關個案自殺或死亡的議題對我很有幫助。 【注意】	55(44.35)	56 (45.16)	12 (9.68)	1 (0.81)	0(0.00)	4.33	0.24
9.上完這門課後，讓我體認到面對此議題的重要性。 【接受/產生與維持】	60(48.39)	59 (47.58)	5 (4.03)	0(0.00)	0(0.00)	4.44	0.33
10.我覺得課程中所學到的資訊，是可以應用在未來工作中的。	68(54.84)	54 (43.55)	2 (1.61)	0(0.00)	0(0.00)	4.53	0.28
整體教學活動形式及教育意涵的評價						4.40	0.38

註：本表為5分量表，1代表非常不滿意，2代表不滿意，3代表普通，4代表滿意，5代表非常滿意

## 二、研究參與者對課程成效評價的質化分析

課程進行中，填寫「課程回饋表」及「分組活動學習單」做為質化資料分析之依據。內容包含有：對於課程的學習與收穫、印象最深刻的部分及對課程的總回饋與建議。

資料處理過程為1.整理文字稿：將受試者各項學習資料與回饋單加以整理成逐字稿。2.編碼：將受試者之整理文字稿加以編碼，本研究編碼共分三碼，各碼所代表意義為，第一碼為受試班級，第二碼為受試者編號，第三碼為1-15，代表第一次上課到第十四次上課，受試者填寫之「課程回饋表」及「分組活動學習單」，及課程後填寫之「課程總回饋表」之整理文字稿。如：S1.1.1為受試第一組、一號學生、第一次活動之感想或學習心得。3.發展分析架構，將資料逐步歸類分析，以了解本課程介入之成效。

### (一) 對於課程的學習與收穫

經由「課程回饋表」及「分組活動學習單」的分析，社工系學生多表示參加本課

程有很大的學習與收穫，分析有：對生命的省思與珍惜、對自殺與自我傷害之多元了解、對自殺與自我傷害者及自殺遺族的危機處理與諮商輔導工作、助人工作者自我之壓力與心理調適，皆有學習與收穫，顯示本課程介入確有成效。學生的回饋紀錄摘錄如下：

### 1.對生命的省思與珍惜

S.1.1.2：「以前很害怕死亡…，經過課程才知道死亡是人生歷經過程，不要太恐懼，…所以經歷這次上課以後，跟小時候的心態比，覺得死亡已經不是那種恐怖，讓我懼怕的事情…。」

S.3.5.1：「上課讓我想生老病死是一個再自然不過的生命歷程，所以悲傷程度不必太嚴重，我想自己可以很快的就可以調整好，生活亦沒有太大的影響及改變…。」

S.1.9.4：「有的人面臨喪親，或親友自殺，會為了讓自己生存、讓自己長大，就漠視感受…，…經過課程，我會告訴未來我幫助的人要把握當下，只要有能力就去幫助他人，一通電話、一句關心也可以，…其實死亡並非我們想像的那麼可怕，它是一個生命的結束，卻是一個人生的開始…。」

### 2.對自殺與自我傷害之多元了解

S.2.2.3：「我對於悲傷這情感的面對是要再加強的，因為我在成長階段很少接觸到的樣的情況，在親人過世的階段是在我還懵懂無知的小學低年級時期…，因此很害怕現在或以後工作時，突然有個什麼狀況要面對的…。我很喜歡這個課程，讓我學到很多，對自殺與自我傷害有更多的了解…。」

S.9.6.5：「上課討論後，我才知道自殺與自我傷害其實很複雜，要從中走出來，真的需要很大的勇氣與鼓勵支持…，而且家人的支持真的很重要，當然最重要的是，自己是否可以給自己勇氣，讓自己可以有更多的抗壓性，…相信自己會越來越成長。」

### 3.對自殺與自我傷害者及自殺遺族的危機處理與諮商輔導工作

S.3.5.10：「社工念了四年，一直覺得平常說的話很不專業，不過在跟訪談者聊天時，就會莫名的想到一些學到理論，真是太奇妙了…。社工真是一條需要用心下去做的工作，看來還有很多東西需要學習…。」

S.10.7.8：「曾經想過自殺的人，如果身邊的朋友多陪伴，我相信很快就能平復心情了…。就像上課曾說的吧，想自殺的人會有一連串的過程，從有想法→計畫→執行，這些過程多多少少會透露出一些訊息，而身旁的朋友就很需要去多多關心這些

人……。」

S.4.6.6：「…對於自殺或死亡這件事，大眾已不像以往認為這是一個禁忌的話題，但少數人仍覺得這是一件忌諱的事，其實死亡並不可怕，只要對它有正確的認識，並有正向之概念，或是了解一些相關資訊或座談會，聽聽別人對於死亡的想法，都有助於自己對於死亡的了解及改觀……。」

S.1.6.10：「這次的課程對我來說意義很深…，這次的訪談是需要非常大的勇氣，而我會答應做為訪談的對象也是因為想要挑戰自己…，因為我自己將來是要成為一位社工員，所以想知道當一個個案要將自己內心深處知是說出來是抱著怎樣的心情…，在這次的訪問中我感受到了，的確，要將自己最私密的心情說出來是需要很大的勇氣，是需要很長的心理準備…我也是想了很久才決定被訪問的…，這是在這次訪談中體驗到的感受。更重要的目的是，老師在上課曾說過，當個案在諮商的過程中可以自我檢視與恢復（述事治療），透過說的過程中自我修復，因此我想試試看…，現在的我比較可以將自己心中的說表達出來。」

S.1.10.10：「看完我們的訪談者，我們都知道他很壓抑自己的情緒，看著這樣的人心理總會感到難過，很想為她做些什麼可是…所以我覺得自殺遺族的危機處理與諮商輔導，真的很重要，我真的學到很多技巧……。」

#### 4.助人工作者自我之壓力與心理調適

S.7.8.11：「…每個人在遭遇到死亡這件事時，調適的程度不相同，進而影響案主對於自殺及死亡這件事的感受，也影響到往後對於死亡及衍生婚姻的態度及價值觀…，我覺得這個壓力很大，上課討論的壓力與心理調適真的很重要很實用……。」

S.9.2.13：「每個人都有過重要他人死亡的經驗，如何去調適自己的心情變得很重要，而每個人調適的方法都不盡相同…，聽別人傷心的事，自己也要能清垃圾…，才能久遠。」

S.5.3.14：「我想人在遇到重大事件時，都會有自己的適應方式，不管是防衛機轉或是讓自己的放鬆，都是一種處理方法，只是看自己如何去面對…。我會去看一些影片而讓自己大哭一場，當做發洩管道，讓自己的情緒在平常就多一點表現出來，不要一直壓抑……。」

## （二）印象最深刻的部分

此部份的資料包括「課程回饋表」及「分組活動學習單」中，「課程令我印象最深刻的是…」，經由開放編碼的方式整理實驗組成員所陳述之課程中印象最深刻的部

份，發現課程活動如分組訪談、影片賞析、分組討論或演練等，皆能引發學生的注意與興趣，因此使用互動式課程設計，確實有成效。學生的回饋紀錄摘錄如下：

### 1.分組訪談

S.1.4.10：「這次的訪問報告讓我有不同的體會，由於面對與死亡有關的經驗通常都是令人難過的、傷心的，甚至會讓人悲傷哭泣…，在訪問的過程中，也不知不覺讓我回到當時受訪者跟我訴說的狀況…，這也是我這輩子這麼深刻體驗死亡的感受。」

S.3.2.10：「受訪者在訪問時，他的心情剛開始是非常平靜的，很清楚的描述親人將離他而去的過程，漸漸的談到自己當時的心情時，開始有了激動難過的語調和表情，甚至激動的掉下眼淚…，我發現內心的痛苦和難過依然是會一直存在於受訪者的心中，對逝者的不捨、後悔、感謝似乎一直存在…，這是我非常感動的部分，對於受訪者的想法，我相信這段死亡經驗不只是帶給他一段傷害，更是受訪者更加成長的動力…。」

S.7.6.10：「透過這次的訪談活動，我覺得我對於死亡有更深的認識…，對於死亡的想法會有兩極化，死亡可以健康死亡，也可以是充滿遺憾的死亡，而我所選擇的和受訪者是一樣為健康死亡，要以成熟、積極、寬廣的態度來面對死亡…。」

S.9.3.10：「有同學分享他的親人死亡，對生死的轉變讓我很感動，他能夠從一開始的憤恨到後來是接受甚至可以給予祝福…，我覺得很棒。」

S.12.4.10：「這一次的訪談報告當中，我鼓起勇氣擔任案主的角色，訴說著這一切遭遇…。在當時的我真的深深受到衝擊。死亡並不可怕，可怕的是如何面對身旁的人死去…覺得世界末日要到了，人是脆弱的…。真的要好好把握跟家人相處的每一的面對，如何調適心裡的狀況是十分重要的。這對我來說，是一個很珍貴的經驗。」

### 2.影片賞析

S.2.5.4：「美夢成真的影片真的很好看…，影片中有很多正向的鼓勵，自殺的主角的情緒是屬於壓抑、比較低潮、負面較情緒化的，因為心理沒有準備好的狀況下來認識死亡，甚至要自己在短暫的時間去接受親人的死亡，對主角來說死亡是無情的、是殘酷的、是暴力的，甚至覺得它是不公平的…，看完影片，我希望我要用更成熟、積極、寬廣的態度面對死亡，認真的把握當下與重要的人的相處時間。」

S.8.5.4：「我喜歡討論美夢成真時，討論的靈性與宗教信仰…，對死亡的印象是從大人口耳相傳得知人死後會化為鬼魂回到人世間看你、下地獄之類似恐怖民俗鄉野怪談，我小時候對死亡的感覺是恐怖懸疑的…，因此我很害怕，沒有一個人跟我說去世了到底是回去哪裡，這個死亡的定義是什麼？…經過課程討論，我比較不害怕

了。」

### 3.分組討論或演練

S.5.6.9：「在進行生命意義，活下來的理由時的分組討論，有人說他會用數位相機或一些方式來紀念他們所過的每一天，我的印象很深刻，我覺得這種感覺是很好的且正向…」

S.7.1.8：「自殺諮商演練時，受諮商者敘述重要他人去世帶給他的難過、悲傷…等感受，我很能體會他的心情及感受，因為我也是跟受諮商者一樣的經歷，親人去世時當時的情境及心情感受，很有同理心，也提醒自己要注意專業的諮商技巧…。」

S.1.7.8：「了解死亡是很好的教育，這樣才會更珍惜生命…，一個人從生到死，都在為活下去而努力…，對死亡不會害怕了，然後我也不排斥了，然後我也不恐懼了，甚至我更加正向去接受它了。」

S.12.1.11：「分組討論時，聽到同學描述親人自殺當時的狀況…，真的相當震驚，不過很開心同學能走出陰霾，也會正面的描述當時心情…，我想聽了這故事之後，真的任何事情不用太過於執著，認為真的要把握當下，將此刻過得充實有意義，才是最重要的…」

### (三) 對課程的總回饋與建議

經由「課程回饋表」中的「對課程的總回饋與建議」的分析，社工系學生多表示參加本課程有很大的學習與收穫，並有一些建議，希望上課時間能更多些，演練時間能更多。學生的總回饋與建議紀錄摘錄如下：

S.2.4.15：「運用時間來忘記悲傷…，個案也是運用這種方式把悲傷帶走，可是不管時間的多久，看到同樣的情景、同樣的事物，冷不防的還是會想起以前的事情，悲傷又會來了，如果真的用心去面對、正視悲傷，將原本的悲傷轉化，在面對悲傷的事物就比較能夠釋懷…，我很喜歡這堂課，我覺得上課時間能更多些，演練時間能更多。」

S.3.3.15：「這次的課程，讓我學習如何面對悲傷、接受悲傷，過去我認為悲傷只是一般的情緒反應，並不至於對生活產生重大影響，但聽到許多的個案以及老師的教導，知道複雜的悲傷會對日後造成長期困擾…，知道面對悲傷是心理調適過程中重要的一步，我希望有更多這方面的課程。」

S.4.5.15：「死亡對我來說是很可怕的，我還是不太能接受自己的親人離去，對活

著的親人而言是悲痛與不捨的…。說真的，我還滿感謝有這個課程，再加上透過課程同學的分享，讓我開始想起我許久未懷念過的過世親人…。我很喜歡這個課程。」

S.6.7.15：「透過這次的上課，我了解到每個人都會遇到面臨親人死亡或自殺的事件，每個人因事件所表達的情緒反應程度皆不同…。不過透過適當的紓壓管道、情緒抒發、重要他人的同理與傾聽，並給予精神與情緒上的支持，就變得相當重要了！我希望有關如何和個案談自殺的演練時間能更多。」

S.8.1.15：「我很喜歡上老師的課，這是一個過程，人就是生老病死…。我們家人都已經簽了大體捐贈及器官捐贈…。希望死後還有可以貢獻的就貢獻，當你很親近死亡的時候，你可以警惕自己，有什麼事還沒有做完，趕快做吧！」

S.10.2.15：「對於「自殺」這個名詞，總覺得很恐怖、很陌生，自殺對我言，是一件需要極大勇氣，也是一件逃避責任的行為。對於自殺後的後果，卻必須讓親人來承擔這一切，不僅傷透親人的心，亦無形中造成更多親人的壓力…。上完這堂課後，讓我學習到悲傷輔導等技巧，不僅可以幫助案主走出傷痛，亦可幫助其家屬一個支持…。從課程內容中，亦得知如何培養自己觀察自殺案主的敏銳度，若案主出現自殺前的徵兆，便可適時介入輔導與支持…。感覺要學的很多，時間有點不夠。」

從質化資料中課程的學習與收穫、課程中印象最深刻的部份、及對課程的總回饋與建議等三部份分析如下，成員多表示參加本課程有很大的學習與收穫；使用互動式課程設計，能引發學生的注意與興趣；覺得時間太短，有許多的體驗與練習。在課程內容與活動設計上，不論量化或質化研究皆顯示，課程介入活動，確實具有正向影響與成效評價，顯示本專業助人工作者自殺與自我傷害防治之課程教學與教材設計，切實有成效。

## 肆、結論與建議

### 一、結論

本研究的主要目的在發展一套適用於專業助人工作者自殺與自我傷害防治之課程教學與教材設計，經由量化與質化的分析，社工系學生確能接受本教材，且學生對使用本教學輔助媒體進行教學，都有非常正向的回饋，此可成為再進一步推廣的依據。根據研究結果，歸納重要結論如下：

1. 量化研究顯示，本專業助人工作者自殺與自我傷害防治之課程教學與教材設計



確實具有很高的成效評價。教學活動整體的成效評價平均滿意度為4.32，介於滿意至非常滿意的程度。整體教學活動形式及教育意涵成效評價的平均滿意度為4.40，亦介於滿意至非常滿意的程度。

2.質化研究顯示，本專業助人工作者自殺與自我傷害防治之課程教學與教材設計對學生切實有正向思考與影響。對於課程的學習與收穫、印象最深刻的部分及對課程的總回饋與建議方面，確實具有正向成效。質化資料中亦發現，成員自陳的學習與收穫大致與研究者設計的課程重點相符。

3.課程中印象最深刻的部份，除了概念的介紹和演練外，多為活動性質，尤以動態活動，如分組訪談最令成員印象深刻。由此可見，活動較易引發學生的注意與興趣，因此，如能多設計符合目標的活動，當能為學習氣氛與學習成效的提昇有加分的作用。

4.經由量化與質化的分析，本研究切實發展出一套適用於專業助人工作者自殺與自我傷害防治之課程教學與教材設計方案。

## 二、建議

依課程內容、實施方式、對學校教育及輔導工作上的建議與對未來研究四方面，提出建議如下：

### (一)課程內容方面的建議

1.宜增加的自殺與自我傷害防治之課程內容與案例與演練。從學生的回饋與建議中發現，更多的說明、實例與練習，當能對成員之學習有所幫助。

2.可再增加課程介入的時數。要在連續十四週，一次兩小時的課程中，讓成員將理論完整學習與演練，並配合活動設計，實屬不易，在本課程介入時，常感時間不夠，學生亦有所反應，未來可考慮更長的時間介入。

### (二)實施方式方面的建議

1.以活動方式進行佳，惟亦要注意講授與討論的時間。本課程的進行多以小組活動為主，成員對於活動的課程表現高度喜愛與肯定，但在課程實施過程中，或因時間的關係，或因人數的關係，使得活動後之討論與分享未能盡興，以及講師的引導與說明亦時有在倉促中完成，然活動僅是課程的工具，活動後的省思與體悟，才是課程的重點所在。所以，研究者宜針對此部份加以修正，或減少課程內容，或降低修課人數，以期較能達到課程目標與提昇學習品質。

2.以小組進行佳，惟亦要注意大團體的互動。本課程的人數有130人，共分為12組，大部份的活動以小組方式進行，小組間的互動、討論，乃至於情感都相當良好，但對於其他組的成員則較為陌生，因此，要注意大團體的互動，以增加交流分享的機會。

### (三)對學校教育及輔導工作上的建議

1.大專院校宜開授死亡與生命教育相關課程。本自殺與自我傷害防治之課程為助人工作者的專業課程，若能廣開死亡與生命教育相關課程，當能達到預防青少年自殺與自我傷害之功效。

2.學校輔導中心宜重視學生情緒方面的困擾，並辦理情緒管理相關之團體及工作坊。本研究的參與者，在本課程實施過程中常有成員反應其他同學的情緒問題，期待研究者協助，同時亦發現有部份成員正面臨情緒困擾，需要課程以外的進一步幫忙。由此可知，有若干比例的潛在個案是需要學校老師及輔導中心關注的。因此，學校輔導中心若能重視學生情緒方面的困擾，並辦理情緒管理相關之團體及工作坊，當能對學生情緒問題的解決與預防上發揮功效。

### (四)對未來研究的建議

1.仍有許多相關之重要議題可再進行研究探討，雖然在課程中有進行相關概念的探討，但未能充分發揮，如原生家庭、人際關係的議題等，將來都可再行設計與發展。

2.未來運用此教材推廣時，可再進行更嚴謹的成效介入，如設計實驗組及對照組比較研究，以進一步了解其效果。

## 三、研究限制

(一)本研究之取樣母群體為南部某科技大學社工系的學生，由於受至於母群體的限制，因此，研究結果不宜推論至所有的助人專業領域，只能作為他校實施專業助人工作者自殺與自我傷害防治之課程教學與教材的參考。

(二)研究者本身同時為授課教師，除了可以有效執行研究理念及內容外，亦方便蒐集學生上課資訊以及課程檢討，唯研究者可能身兼兩者角色，在研究結果的解釋上宜考量此一限制。

## 伍、參考文獻

### 一、中文部份

- 王春展（2006）。高中職生情緒智慧、憂鬱傾向與情緒調整之研究。**嘉南學報**，**32**，484-507。
- 王淑卿（2005）。青少年自殺意念與預防。**諮商與輔導**，**232**，25-28。
- 方俊凱（2007）。辯證行為治療：蓄意自傷與自殺企圖的治療模式。**諮商與輔導**，**261**，37-42。
- 行政院衛生署（2008）。衛生統計資訊網。上網日期：98年1月5日。網址：<http://www.doh.gov.tw/statistic/index.htm>。
- 江承曉、沈姍姍、林香寶、林為森（2000）。南區大專生壓力調適行為與身心健康狀況之相關研究。**嘉南學報**，**26**，54-69。
- 李明濱（2006）。自殺防範指引—專業、愛與希望。台北市：自殺防治中心。
- 李佩怡（2000）。悲傷之自我調適與基本助人技巧。載於林綺雲（主編），**生死學（349-359頁）**台北：洪葉。
- 李佳容（2001）。個人面對親人死亡事件心理復原歷程之研究。彰化師範大學輔導與諮商所碩士論文，未出版。
- 林榮春（1998）。靜坐對企業員工情緒管理與人際關係之影響。國立政治大學企業管理學系博士論文，未出版。
- 林杏足，陳佩鈺，陳美儒（2007）。國中高危險群學生對其危險因子與保護因子的知覺之分析研究。**教育心理學報**，**38**（2），151-176。
- 呂欣芹、方俊凱、林綺雲（2007）。自殺者遺族悲傷調適之任務-危機模式初步建構。**中華輔導學報**，**22**，185-221。
- 呂蕙美（2005）。自殺遺族悲傷反應及調適之研究。東海大學社會工作學系碩士論文（未出版）。
- 吳宗祐、鄭伯堦（2006）。工作投入、調節他人情緒能力與情緒勞動之交互作用對情緒耗竭的預測效果。**中華心理學刊**，**48**（1），69-87。
- 吳純儀、顏正芳、余麗樺（2007）。青少年自殺危險因子之後設分析。**台灣精神醫學**，**21**（4），271-282。
- 吳庶深、黃麗花（2002）。**生命教育概論**。台北：學富。
- 吳珮瑀（2007）。自殺未遂者之心理介入措施。**諮商與輔導**，**260**，27-30。

- 洪雅鳳、羅皓誠（2006）。自殺未遂學生的危機介入處遇策略。**輔導季刊**，42（2），13-24。
- 許文耀、王德賢、陳喬琪、陳明輝（2006）。影響自殺企圖者的自殺危險性發生路徑之檢驗。**中華心理學刊**，48，1-12。
- 許淑瑛、張素凰（2005）。大學生自殺歷程模式之驗證：生死態度與無望感為中介。**教育與心理研究**，28，721-744。
- 黃曉瑜（2004）。父母失業與高中職學生憂鬱程度之相關探討。國立陽明大學衛生福利研究所碩士論文，未出版。
- 黃惠貞、姜逸群（2005）。大專院校學生靈性健康、知覺壓力與憂鬱之相關研究。**衛生教育學報**，23，121-143。
- 張學善（2004）。情緒管理課程對提昇教育學程學生情緒智慧之成效研究。**彰化師大輔導學報**，26（2），37-56。
- 郭靜靜（2004）。青少年憂鬱傾向、生活壓力、冒險行為對其婚前性行為影響之研究。中國文化高中職生活應用科學研究所碩士在職專班碩士論文，未出版。
- 教育部（2006）。**校園自殺防治手冊**。台北：教育部。
- 陳錦宏、陳億倖、陳俊鶯、薛素霞、邵文娟、王姿乃、陳宏、陳快樂（2008）。青少年自殺意念與自殺未遂之相關因子研究，**台灣精神醫學**，22（1），57-67。
- 葉在庭（2001）。青少年情緒調適、焦慮、社會支持及生活事件與自殺意念的關係。**中華輔導學報**，10，151-178。
- 蔡松芬（2005）。自殺遺族復原歷程探討—以一個經歷多重親人自殺個案為例。東海大學社會工作學系碩士論文，未出版。
- 廖梨伶、晏涵文（2005）。原住民性教育教材之設計與發展：以「原住民青少年性教育教學輔助媒體」為例。**台灣性學學刊**，11（2），25-40。
- 潘玲菁（2008）。青少年學生所知覺媒體自殺報導對心理健康影響之研究的相關因素探討—以某個藝人自殺事件為例。**教育心理學報**，39（3），355—376。
- 羅品欣（2007）。從人際關係的發展危機探討青少年自殺的成因。**中等教育**，58（5），130-140。
- 鄭淑惠（2005）。自殺遺族適應之研究。高雄醫學大學行為科學研究所碩士論文，未出版。
- 蕭雅竹（2004）。護生靈性健康與實習壓力、憂鬱傾向及自覺健康狀態之相關研究。國立台灣師範大學衛生教育學系研究所博士論文，未出版。

## 二、英文部分

Bergmans, A. & Links, J. (2002). A description of a psychosocial / psychoeducational intervention

- for persons with recurrent suicide attempts. *The Journal of Crisis intervention and Suicide Prevention*, 23 (4), 156-160.
- Caron, F., Godin, G., Otis, J., & Lambert, L. D. (2004). Evaluation of a theoretically based AIDS/STD Peer education on postponing sexual intercourse and on condom use among adolescent attending high school. *Health Education Research*, 19 (2), 185-197.
- Chiles, J. A. & Strosahl, K. D. (2005). *Clinical manual for assessment and treatment of suicidal patients*. American Psychiatric Association: American Psychiatric publishing, Arlington.
- Ciarrochi, J., Chan, A. Y., & Caputi, P. (2000). A critical evaluation of the emotional intelligence construct. *Personality and Individual Differences*, 28, 539-561.
- Ciarrochi, J., Deane, F. P., & Anderson, S. (2002). Emotional intelligence moderates the relationship between stress and mental health. *Personality and Individual Differences*, 197-209.
- Chiou P. N., Chen, Y. S., & Lee, Y. C. (2006). Characteristics of adolescent suicide attempters admitted to an acute psychiatric ward in Taiwan. *Journal of Chin Med Assoc*, 69, 428-435.
- Chen, C. H., Guo, M. H., & Tan, K. L. (2006). *Validity and reliability of Chinese Version of Columbia Suicide Screen II: a screen for youth suicide and depression*. In: The annual conference of the Taiwan Psychiatric Society, Taichung, Taiwan.
- Deffenbacher, J. L., Oetting, E. R., Huff, M. E., & Thwaites, G. A. (1995). Fifteen-month follow-up of social skills and cognitive-relaxation approaches to general anger reduction. *Journal of counseling psychology*, 42(3), 400- 405.
- Evans E., Hawton K., Rodham K., & Deeks, J. (2005). The prevalence of suicidal phenomena in adolescents: a systematic review of population-based studies. *Suicide Life Threat Behavior*, 35, 239-250.
- Field, T., Diego, M., & Sander, C. E. (2001). Adolescent suicidal ideation. *Adolescence*, 36 (142), 241-248.
- Fotti, S. A., Katz, L. Y., Afifi, T. O., & Cox, B. J. (2006). The associations between peer and parental relationships and suicidal behaviors in early adolescents. *Journal of Psychiatry*, 51 (11), 698-703.
- Friends, T. C. (2004). *Surviving your child's suicide*. Retrieved November 8, from <http://www.compassionatefriends.org>
- Garrison, C. Z., McKeown, R. E., Valois, R. F., & Vincent, M. L. (1993) : Aggression, substance use, and suicidal behaviors in high school students. *American Journal Public Health* , 83,179-84.
- Goleman, D. (2001). An EI-based theory of performance. In *Cherniss, C. & Goleman, D. (Eds.), The emotionally intelligent workplace* (pp.27-44). San Francisco: Jossey-Bass.

- Grandey, A. A. (2000). Emotional regulation in the workplace: A new way to conceptualize emotional labor. *Journal of Occupational Health Psychology, 5*, 95-110.
- Grunbaum, J. A., Kann, L. & Kinchen, S. A. (2002) : Youth risk behavior surveillance--*United States, 2001.MMWR Surveill Summ ; 51*, 1-62.
- Hazler, R. J., & Denham, S. A. (2002). Social isolation of youth at risk: Conceptualizations and practical implications. *Journal of Counseling Development, 80*, 403-409.
- Keller, R. T. (1997). Job involvement and organizational commitment as longitudinal predictors of job performance: a study of scientists and engineers. *Journal of Applied Psychology, 82*, 539-545.
- King, R. A., Schwab, S. M., & Flisher, A. J. (2001). Psychosocial and risk behavior correlates of youth suicide attempts and suicidal ideation. *Journal American Acad ChildAdolesc Psychiatry, 40*, 837-846.
- Maple, M. (2005). Parental bereavement and youth suicide: An assessment of the literature. *Australian Social Work, 58 (2)*, 179-187.
- Maslach, C. & Jackson, S. E. (1984). Burnout in organizational settings. In S. Oskamp (Ed.). *Applied social psychology annual: applications in organization settings, .5* (pp.133-154). Beverly Hills, CA: Sage.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. J. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence* (pp.3-31) New York: Basic Books.
- Meyerson, D. E. (1991). Normal ambiguity? A glimpse of an occupational culture. In P. J. Frost, L. F. Moore, C. C. Lundberg, & J. Martin (Eds.), *Reframing organizational culture* (pp.131-144). Newbury Park, CA: Sage.
- Morris, J. A., & Feldman, D. C. (1996). The dimensions, antecedents, and consequences of emotional labor. *Academy of Management Review, 21*, 986-1010.
- Pool, C. R. (1997). Up with emotion health. *Educational Leadership, 54 (8)*, 12-14.
- Randell, B. P., Wang, W., Herting, J. R., & Eggert, L. L. (2006). Family factors predicting categories of suicide risk. *Journal of Child Family Studies, 15 (3)*, 255-270.
- Robbins, S. P. (2001). *Organizational Behavior (9th ed.)*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Seaward, B. L. (2002). *Management Stress: Principles and strategies for health and wellbeings (3rd ed.)*. edition. Boston: Jones and Bartlett publishers.
- Shaffer, D., Scott, M., & Wilcox, H. (2004). The Columbia Suicide Screen: validity and reliability of a screen for youth suicide and depression. *Journal of American Acad ChildAdolesc Psychiatry, 4*, 71-79

- Shaffer, D. R. (2005). *Social and personality (5th ed.)*, Belmont. CA: Thomson Wadsworth Publishers.
- Slaski, M., & Cartwright, S. (2002). Health, performance and emotional intelligence: An exploratory study of retail managers. *Stress and Health*, 18 (2), 63-68.
- Speizer, I. S., Tambashe, B. O., & Tegang, S. P. (2001). An evaluation of the "Entre Nous Jeunes" peer educator program for adolescent in Cameroon. *Studies in Family Planning*, 32 (4), 339-351.
- Terzil, U. S., & Kapci, E. G. (2005). Risk factors for suicidal behavior: Psychosocial risk models with turkish adolescents. *Social Behavior and Personality*, 33 (6), 593-608.
- Thompson, E. A., Mazza, J. J., Herting, J. R., Randell, B. P. & Eggert, L. L. (2005). The mediating roles of anxiety depression, and hopelessness on adolescent suicidal behaviors. *Suicide Life Threat Behavior*, 35, 14-34.
- Wong, W. S. (2004). Attitudes toward life and death among Chinese adolescents: the Chinese version of the multi-attitude suicide tendency scale. *Death Study*, 28 (2), 91-110.
- Yen, C. F., & Shieh, B. L. (2005) : Suicidal ideation and correlates in Taiwanese adolescent methamphetamine users. *Journal of Nerv Ment Dis*, 193, 444-9.

# A Teaching Program of Suicide and Self Injury Prevention For the Professional Mental Health Workers

Cheng-Hsiao Chiang

## Abstract

The purpose of this research is to develop and evaluate an effective of suicide and self injury prevention education teaching program for the professional mental health workers. Suicide and self injury prevention theories were applied to the development of these teaching materials. This set of teaching materials was designed on the basis of the "student-centered" teaching strategy. The usability and accessibility for teaching medium of teachers were also considered in the process of development. The content of this teaching program includes three main directions : (1) the reasons of suicide and self injury, (2) the theories of suicide and self injury prevention, (3) the stress coping and adjustment for the professional mental health workers.

The participants are all chosen from the students of department of social work of one university. 14 weeks' suicide and self injury prevention education teaching program are to be practiced. This research is used an evaluation scale to conduct after practice. The evaluation scale is used to evaluated to see how the education teaching program will affect the skills of professional mental health workers. This research also use the education teaching program feedbacks from all the participants for each course to

---

Cheng-Hsiao Chiang

Department of Social Work, Chia-Nan University of Pharmacy and Science,

TEL : 06-2664911#1218 FAX : 06-2667330

E-mail : box136@mail.chna.edu.tw



collected and used for quality analysis.

As a result, 124 aboriginal students completed a satisfaction evaluation questionnaire

after receiving the education teaching program. A structured questionnaire was used and found that students had positive feedback to effective evaluations of the entire teaching activities, the teaching activity types, and the educational contents. The results are found this suicide and self injury prevention education teaching program for the professional mental health workers has a very effective and satisfactive evaluations. Analysis from quality data are also shown that the participants have very positive evaluations and positive change after the education teaching program is taken.

Finally, the program will be refined based on these results. And practical suggestions will be provided for educational organization and future researches.

**key words : professional mental health workers, suicide and self injury prevention, the evaluations of the entire teaching activities, the evaluations of the teaching activity types, the evaluations of the educational contents °**