

學生自殺浪潮：攜手拯救

輔導企圖自殺學生的關鍵要素

日期：2025年1月25日

時間：10 -12 （香港時間）

地點：中華基督教會基真小學
（香港 新界葵涌 華荔徑11號）

講者：龍精亮博士

香港教育：學生自殺前是否有跡可尋？是：

A有

B無

C參半

個案問題 (真人真事)

3

➡ 有一天，班主任Miss Chan在男生阿樂的社交媒體偶然見到阿樂有自殺傾向的動態，當中寫著：

「看到自己成績出了，不好，明明已經努力，還要給比我高分的你們取笑，換作是你，你會承受到嗎？每次被你們取笑，多麼大壓力！你可以說我太悲觀，但我可以如何？難道我真的要自殺？如果你們還想我生存，不要給我壓力，給我多點支持！」

個案背景---樂樂不樂 (真人真事)

- 家庭: **阿樂**，中三男生，自小父母離異，阿樂住寄養家庭，一星期只見媽媽一次。但寄養父母未能對阿樂表達很多愛顧和關心。
- 學業: **阿樂**成績一向不好，名次經常徘徊在全級排尾三十，找不到讀書目標。
- 人際/自我形象: **阿樂**在校內認識到幾位同學，但他們大多在班內不屬於受歡迎的一群。**阿樂**思想比較悲觀。

輔導過程

➡ 輔導過程可使用林孟平教授 (2008) 所提出輔導過程的四個階段作框架：

1. 預備階段、
2. 探討感應階段、
3. 行動階段、
4. 跟進階段

預備階段

6 Miss Chan是阿樂中三的班主任，任教英文科，知道他的家庭背景，覺得他是一個班內需要特別照顧和支持的學生。

➔ Miss Chan觀察到阿樂行為良好，雖然比較靜，不多表達自己，但很希望給他一些肯定和突破，於是選了他當班長，令他可以在班內有些角色和責任感。

➔ Miss Chan經常在班主任課，分享不同人物和自己高高低低的經歷，表明只要肯堅持和努力，人生總會有盼望和出路。

➔ Miss Chan更透過不同的活動、正面歌曲、班際比賽、一人一職，凝聚了全班的團結力。

探討感應階段

7 Miss Chan在阿樂的社交媒體偶然見到阿樂有自殺傾向的動態：

Miss Chan立即關心他發生什麼事，回應他那個動態：「樂，are you ok？其他同學取笑你？」

阿樂沒有回應很多，只說：「是。」

阿樂過了一會兒，再說：「算啦，我性格是這樣，不能改。」

Miss Chan感覺到阿樂未必很想表達當中的詳情，再者網上不是一個十分有效的傾談方式，所以只是簡短回應：「性格是一回事但你知道自己會繼續努力不會放棄是另一回事。」

行動階段

8

- ➔ 由於阿樂是學校社工其中一個個案，所以Miss Chan立刻跟社工聯絡，談及有關他網上動態的事。
- ➔ 社工也隨即打電話給阿樂，確保他安全。翌日，Miss Chan下課後走向阿樂身邊，與他簡短的交流提示，給予關懷、鼓勵和肯定。
- ➔ 社工隨即跟進約見阿樂。……從阿樂口中，社工了解到他自殺的念頭，又問他最終為何放棄自殺行動。他跟社工說：「因為當下還看到Miss Chan沒有放棄我，我也不應放棄自己。」
- ➔ 縱使Miss Chan當下未能跟阿樂了解到很多詳情和細節，但沒有想到，Miss Chan一兩句關心的舉動，成為阿樂沒有放棄自己生命的關鍵。

跟進階段

9

- ▶ 後來阿樂因為Miss Chan用心教導，教學靈活、生動和有趣，慢慢喜歡上英文課，**努力溫書，不停做練習，課後更找Miss Chan解決功課上的疑難**。最終阿樂由中三的英文最差班，升上了中四英文最強的一班，慢慢找到自己方向。
- ▶ 阿樂自小遇到很多不理想的環境和遭遇，但也因別人對他一點一滴的關心和同行，尤其是在關鍵時刻對他不離不棄，令他想成為一位社工，**現他在大學就讀社工系，希望可以在未來幫到身邊有需要的人**。

個案透視

10

- 這個案能夠有進展和盼望是基於：
 1. Miss Chan在平日課堂經常培養和發放正面訊息，取得學生的信任和欣賞，令當事人在負面情緒中，重視Miss Chan所說的話
 2. Miss Chan平日主動關心當事人和個別地給予支持、肯定，給他角色發揮的機會
 3. Miss Chan在關鍵時刻發現他的危險訊號，**即時回應和對他不離不棄**
 4. Miss Chan跟社工對談有關網上動態的事，社工也**隨即**打電話給阿樂，**確保他安全**

自殺的人際關係理論

受挫的
歸屬感

自殺慾望

感知的
負累

自殺企圖

自殺的能力

(龍、莫、林，2025)

促進當事人成長的原則：

1. **尊重、同感、真摯**
2. 教師和社工有默契和分工，互相配合
3. 復原力：社交支援、正面思維、責任感、生命意義、人生目標

注意事項：

1. 不宜在網上媒體「教訓」學生或「說教」
2. 不可輕看學生網上所發出的危險訊號
3. 在關鍵時刻，有人「緊張你的存在和需要」，
像打了一支強心針

輔導企圖自殺學生的關鍵要素

- 助人者需留意當事人的思想、感受、態度和行為，
- 需要有輔導的三個核心要素，即真摯、尊重和同感。
- **多聆聽**當事人的心聲，給予適當的回應，**不宜有過早判斷或批判的態度**，
- 先要看重當事人的需要和感受，後於事件或問題的產生和解決方法。

輔導企圖自殺學生的關鍵要素

- ▶ 個案能夠有進展和盼望，常是基於當事人與助人者建立起良好關係，此治療性的關係能給予當事人安全感，尋找適切的解決方案。
- ▶ 促進當事人運用自己裏面的能力、助人自助、增進當事人的復原力、給予當事人投入學習、盼望和出路。
- ▶ 助人團隊的默契、分工和互相配合。
- ▶ 增強當事人的自尊感和生命的意義，可以防止自殺意念。

當面對企圖學生自殺，你即時有什麼感想？

A 不知所措

B 好想「救他」

C 不知真假「真的要自殺？」

謝謝你的參加

緣愛

說再見



有緣相聚