

# 國立臺中文華高中 103 學年度第 1 學期教師輔導知能宣導資料

## 主題：校園危機處理-因應自殺事件的處理原則



校園危機包括學生或員工自殺、突然死亡、意外事故、暴力事件、傳染病及自然災害等。危機、意外的發生，往往給人們造成心理上及生活上的衝擊，廣泛影響生活的各個層面。教師站在第一線，面臨危機事件造成的衝擊並不亞於學生，因此同樣不能忽略自己的感受，而是應該將對事件的想法和感受說出來，藉此整理和撫平思緒：這樣才能幫助學生將哀傷、驚懼等情緒轉化為一些積極的行為。以下提供因應自殺事件的處理原則，協助教師能有效因應危機。

一、 在自殺事件發生時，教師可以參照以下的原則：

### (一) 穩定自己的情緒

- 1、 先處理自己的情緒，避免加深學生的恐懼和不安。
- 2、 避免在慌張情緒下責備學生。
- 3、 保持正面積極的態度和行為，作為學生的榜樣。
- 4、 傳遞正確的資訊，避免誇張恐懼及渲染謠言。

### (二) 聆聽與接納學生的情緒

- 1、 擔當聆聽者的角色。
- 2、 鼓勵學生多表達，以紓解積存在心中的恐懼及焦慮。
- 3、 讓學生明白不同的情緒（如悲傷、驚慌、憤怒等）、感受（如內疚、自責等）和生理反應（如沒食慾、睡得不好等）都是正常的。
- 4、 不必要求學生強裝堅忍，亦無需阻止學生哭泣。
- 5、 不要刻意迴避與學生討論有關死亡的話題或刻意淡化事情的嚴重性。
- 6、 不要把死亡美化、或對死亡做不適當的解釋（如說那人只是睡著了、或到了一個遙遠的地方）。

### (三) 重建安全感

- 1、 協助學生理解事件、澄清謬誤。
- 2、 讓學生明確地知道雖然有人不幸在事件中受傷或離逝，但現在他們是處於安全的環境。
- 3、 用正面和關懷的態度，讓學生感到被保護和受照顧。



二、 如有必要需主動告知學生事件經過時，處理時可以參考以下的步驟：

(一) 簡單交代事件

- 1、 交代校方已掌握的事實。
- 2、 可以問學生：「你什麼時候知道這件事？」「從哪裡知道？」
- 3、 澄清失實的報導，例如報章的資料。

(二) 向學生解釋事件已交由警方調查，不適宜做出任何揣測

- 1、 不要找尋「自殺」的原因。
- 2、 「自殺」不是由單一事件所引發，背後有複雜及長遠的因素，外人不可能完全知曉。
- 3、 若一個人選擇結束自己的生命，沒有人需要為他的選擇負上責任。

(三) 鼓勵學生表達對事件的感受

- 1、 如果學生難以用語言表達，可以請他們將自己的想法和感受寫在紙上。
- 2、 要接受（切忌否定）所有同學表達出來的情緒，讓學生認識到震驚、傷心、內疚、憤怒等不安情緒是正常反應。

(四) 觀察學生是否有激烈的情緒反應

- 1、 留意某些學生是否有過分憂鬱、憤怒、自責或埋怨的情緒表現。
- 2、 留意死者的好朋友，男、女朋友、兄弟姐妹或「敵人」對事件的反應和行為表現。
- 3、 留意有沒有學生認同死者的自殺行為。
- 4、 必要時將這些有激烈情緒反應的學生轉介校內輔導處。

(五) 了解學生的支持系統，確保他們得到適當的支持

可以用以下的提問了解學生的情況：

「你的家人是否知道這件事？」

「當你情緒不安時，你會怎麼做？」

「如果你有持續不安的情緒，你會與誰談？如何尋求協助？」

(六) 鼓勵學生積極面對

例如：「這件事使人感到很難過，對學校和同學都是一個打擊，我們要接受事實，要有勇氣面對生命的挑戰。」、「你有什麼提議，讓我們積極面對？」、「你可以做些什麼以表達對死者的思念？」。

危機事件的發生並非大家所期望，何時發生也難以預期。以預防的觀點出發，有賴教師透過教學融入生命教育議題，協助學生增進面對挫折及壓力的能力。在晚熟世代裡，教師的傾聽與陪伴是引導學生面對焦慮、學習成長的重要關鍵。

資料來源：本文主要摘錄自香港教育局-學生自殺及學校危機處理專區

<http://www.edb.gov.hk/tc/student-parents/crisis-management/about-crisis-management/index.html>