

學生自殺：用瞭解取代責備

駐休士頓辦事處教育組

自殺是大家最不願意見到的悲劇，尤其當自殺者是青少年的時候，那不僅是家長最痛苦的夢魘，對學校校長也是，此外，學校要面對的還有隨之而來的可能責備。家長、社會大眾甚至學生可能都會開始批評學校給予太多課業壓力、太過競爭及太少支持等。

對於曾有學生自殺的學校而言，為避免未來再有憾事重演，學校應在事件過後了解學生心理健康狀況，如檢測學生是否有抑鬱情形、訓練老師觀察學生是否有自殺傾向、減少作業量、增加強化心理健康的活動，同時調整學校上課時間等。有時候，這些作法可以有效改善學生整體身心狀態。

根據美國疾病管制與預防中心(U.S. Centers for Disease Control and Prevention)2015年的報告顯示，美國超過4萬4千名自殺死亡人數之中，約1千7百名為14至18歲的年輕人。而存在於學生自殺行為之中的問題才是最棘手的。1991年至2009年之間，有自殺想法及企圖的高中生人數大幅下降，但這些數字現在又再度攀升。

自殺起因並非單一因素。有許多突如其來的事情會造成學生死亡，然而發生於青少年之中的自殺，則多為個人本身的問題或受到家族歷史影響。美國兒科學會(American Academy of Pediatrics)一份報告指出，高達90%的青少年自殺者均有精神方面疾病，例如：嚴重程度須仰賴治療或為遺傳性抑鬱症或躁鬱症。學生也可能在受到挫折後，引發遺傳性暴力性格傾向或藥物依賴濫用，也或有家族自殺行為歷史等因素而增加自殺的風險。一個親子關係緊張或有暴力、性虐待情形的異常家庭環境，也會是成因，其它因素則包括性取向及性別認知挑戰、多重衝擊原因以及在校社交問題，如：霸凌。

學校本身絕少成為自殺的主因。哈佛醫學院(Harvard Medical School)精神科專家麥克·米勒(Michael C. Miller)指出，那些企圖傷害自己的人，通常不會給予周遭的人清楚明確的警訊。當學校試圖協助那些有自殺意圖的學生時，那些努力往往成為家長及社會加重學校需擔