

美國學校教育重視利他主義觀念，教導以減少學生自殺率

駐美國代表處教育組

本（6）月中美國知名時裝設計師 Kate Spade 和名廚 Anthony Bourdain 自殺死亡的消息震驚了社會，上個月在新墨西哥州 Santa Fe 高中槍擊事件，一名 17 歲的學生在射殺 10 人後而自殺，如此頻繁的自殺新聞讓整個社會陷入深思，到底學校和社會是怎麼了導致青少年的自殺或殺害其他人的生命？

根據疾病控制與預防中心 Centers for Disease Control / CDC) 6 月發布的一份報告，自 1999 年至 2016 年，幾乎各州自殺率都在上升，其中 25 個州的自殺率更上升了 30% 以上。2007 至 2015 年間女生增加了一倍，而男生增加了 30%，對於 15-19 歲的青少年來說，這數字是令人震驚的。

專家們指出未經治療的精神健康狀況是導致上升的主要原因，而欺凌，經濟和家庭糾紛，暴力和社交媒體的使用與年輕人看不到生活的目的等多項因素也使更多的年輕人掙扎在心理健康和抑鬱症方面的疾病。學校為了因應這嚴重問題開始積極聘用心理專家並訓練教師認識自殺的警示信號、心理健康問題的醫療、每天早上與學生有固定的交談、調解同學間的不合等等措施都是正確方向。但是更多的策略是必要的。

澳洲研究人員 Ash Buchanan 提出的一個觀點：幫助學生培養一種「受惠得益」的心態，他認為「受惠得益」的心態是“以目標驅動的思維方式，例如：思考要成為世界上最好的人應重新定義要成為世界最有用的人”。學生不但可以利用個人得益作為動力，還可以找到對自己，他人，自然和未來有所幫助的價值。

許多教育工作者已經開始教導這種特性的發展，服務學習和領導技能，以激勵學生考慮他人的需求。他們呼籲各方面給予支持配合；聯邦和州教育部門將評估方面的知識應用包含在標準課程內；教育工作者重新評估他們在學生中表揚的內容，並將「受惠得益」心態融入他們現有的課程中；社區和組織給予青少年幫助以獲得服務；籲家長塑造有意義的生活，每天以“今天你為別人做的一件事是什麼？”做為一天結束的反省。

美國人權之父 Martin Luthr King Jr.博士認為人生中最緊要的問題之一是：“你在為別人做什麼？”然而整個國家，特別是教育，似乎正從公共利益轉向於自我的需要，重點一直強調“我”而不是“我們”。作者認為：教育工作者必須幫助孩童探索生活的更大目標使利他主義的想法成為一種自然歡樂的習慣。

譯搞人：蘇惠惠

資料來源：2018 年 6 月 20 日，教育週刊 Education Week

<https://www.edweek.org/ew/articles/2018/06/20/a-growth-mindset-isnt-enough-its-time.html?qs=could+altruism+curb+teen+suicide>

