

加州立法要求學校制定青少年自殺防治措施

駐洛杉磯辦事處教育組

加州佛斯諾縣的 Clovis 學區光是本學年度就發生了 4 起高中生連續自殺事件，引起軒然大波，防治自殺的特別小組進駐該學區進行研究，如何拯救擬自殺的學生，在他們尚未絕望到無路可走之前，懸崖勒馬為其爭取一線生機。該研究的結論促成加州新法規的成立，從 2017-18 學年度開始，加州學區必須擬定並落實針對 7 年級到 12 年級學生自殺防治的一系列計畫。

Jonathan Logan 是 Clovis 學區的心理學專家，也是該學區自殺防治的領導人，他表示，青少年自殺不只是單純的家庭或學校的因素而引起的，已形成整個社會的問題，必須結合社會資源，和各單位機構共同合作，加強聯繫，深入問題核心，大家一起齊心合力來解決才行。

自殺已高居導致 15-19 歲青少年死亡的第 2 大因素，加州 2013 年有 150 名青少年自殺死亡，雖是很罕見，但自殺的思想可並不罕見。根據 WestEd 2011-2013 年所作的問卷調查報告顯示，5 分之 1 的女孩和 6 分之 1 的男孩曾認真的想過自殺的問題。

加州教育局上個月公佈預防青少年自殺守則範本 (model youth suicide prevention policy)，要求學校制定策略引導學生將自己內心的沮喪和壓力釋放出來。心理健康的親職教育有需要加強，教師也應該都接受過訓練，能識別學生是否有需要心理諮商輔導的介入。除此之外，早期的預防措施也非常重要，包括杜絕自殺迷思和自殺方法的渲染，專注在認識心理健康的重要性，及如何獲得周遭的協助等。自殺專線電話或簡訊，必須標示在最明顯的位置，學校教職員們主動介入學生交往的訊息，例如有誰透露了自殺的念頭等，在第一時間內就能掌握住學生的心理問題，才能有效的防止自殺事件的發生。

Clovis 是加州擁有 10 萬人口的農牧小鎮，與 2009-10 年發生在矽谷的帕洛阿圖學區連續 5 名學生自殺的事件不同，矽谷是富裕的地區，學生有可能承受來自學校或家長對學業競爭的壓力，但 Clovis 是偏遠的鄉下地區，與帕洛阿圖學區截然不同，43% 的學童都是低收入家庭的小孩，但青少年自殺事件一樣連續在 2016 年 8 月份、11 月份、12 月份及最近 2017 年 3 月份陸續發生，引人側目，由此可見青少年心理健康的問題是不分貧富地區，已普及到全美各地了。

通常遇到這類在同一地區時間接近的連續自殺事件，誰都不敢掉以輕心，因為極可能有更多的青少年會被捲入，也一樣輕易的就結束自己的生命。當地的檢察官、調查員、專家等人，與學校行政人員、家長、同學、社區人士聯手，追查過濾自殺學生的簡訊、臉書、推特等社交媒體過往的通訊記錄，並提高警覺網路上傳遞自殺的訊息，隨時通報相關當局，群策群力找出所有與自殺相關連的蛛絲馬跡及潛在的風險因素，才能有效的針對問題來解決。

根據統計，2013 年加州 58 縣中有 36 縣都有發生 5-19 歲青年至少 1 人自殺死亡的案例，2015 年加州有 3 萬 9 千名 5-19 歲的青少年兒童因為心理問題需要醫療支援，大部分都是抑鬱症，史丹福大學的自殺防治專家 Dr. Shashank Joshi 表示，自殺有百分之 90 比率，都是心理健康出問題的人。

譯稿人:吳迪珣摘譯

資料來源:2017 年 6 月 1 日,教育資源網站 Education Source

<https://edsources.org/2017/spurred-in-part-by-new-california-law-clovis-unified-takes-team-approach-to-suicide-prevention/582342>

