

波蘭關注學生精神健康 檢討兒少輕生行為的原因

駐波蘭代表處教育組

格旦斯克大學學術心理支持中心(Akademickie Centrum Wsparcia Psychologicznego Uniwersytetu Gdańskiego)心理學家對 4 所曾於 2021 年發生學生自我終結生命的學校進行研究，結果顯示缺乏親友支持、暴力、嘲笑與毒品為兒童與青少年輕生行為最常見的原因。該中心主任 Dr. Agata Rudnik 表示，對格旦斯克學校機構社群進行量化與質化研究，迄今已完成 26 次採訪，並在訪談基礎上歸納初步研究結果，讓波蘭學生、家長與教職員皆更瞭解為防止學生輕生所能採取的援助措施與形式。

心理學家關注的 17 個研究面向包括每所學校的青少年心理狀態評估、學生們面臨的問題範圍界定、解決問題的方式、對外尋求協助、心理健康的挑戰、學校如何照料學生精神健康、兒童與青少年自殺的好發原因、透露當事人正處於危機的行為辨識。Dr. Agata Rudnik 強調，在學校進行的精神狀態評估表明，學生的狀況比幾年前更糟糕，學生們甚至在疫情之前就遇到了問題，儘管疫情也是導致許多心理健康問題的創傷事件。她說，許多學生們多年來一直面對問題，有些學生們被診斷出患有精神障礙，最常是焦慮症、憂鬱症及人格障礙。

初步研究結果亦指出女性的精神狀態比男性差，年輕人在交流、適應環境與接受他人的認可方面遇到很大問題。不幸的是，家長們依舊非常抗拒正視事實，並不總是願意與學校教職員工合作，甚至不想與自己孩子協力解決困境，對家長而言，否定問題的存在或說孩子的心理健康失序是人為問題的過度解讀更為容易。

心理學家列出波蘭學校機構面臨的問題，其中包括溝通障礙、社交能力低落、人際關係淺薄、缺乏理解、學習壓力、期望過高、家庭問題、缺乏親子互動、不被回應的戀情、吸食毒品、欺凌、安排生活障礙、問題積累、害怕接受評論、害怕被拒絕、欠缺自我接納、欠缺毅力與心理免疫力、精神疲憊緊繃。兒童與青少年輕生原因主要來自缺乏父母支持、家庭暴力、被取笑、吸毒、欠債、自閉、性別傾向、絕望、壓抑情緒、乏解決問題能力、精神障礙與精神疾病。

此項研究由格但斯克大學學術心理支持中心受格但斯克市政府的委託進行，Prof. Mariola Bidzan、Dr. Aleksandra Szulman-Wardal、Dr. Agata Rudnik 與 Prof. Marcin Szulc 等 4 位學者參與研究計畫。

撰稿人/譯稿人：畢蔓

資料來源：波蘭通訊社 Polska Agencja Prasowa (2022, June 20)

“Pomorskie/ Naukowcy przebadali szkoły, w których doszło do samobójstw”

<https://naukawpolsce.pl/aktualnosci/news%2C92771%2Cpomorskie-naukowcy-przebadali-szkoly-w-ktorych-doszlo-do-samobojstw.html>

