

如何制止幼童及青少年自殺

侯傑泰

近日本港發生兩宗涉及學童自殺的事件，頗受傳媒廣泛報導，看來在短期內事件仍會受大眾討論。我對該兩宗事件的資料，全由傳媒得知，故在此不欲針對該兩宗事件作評論，但我想就香港兒童及青少年自殺的數字及他們的一些特徵，提供一些資料及個人意見，並指出傳媒在報導這類事件時應注意的地方。

香港青少年自殺問題嚴重嗎？這問題可從兩個角度來看。若從自殺率來看，本港所有年齡合計的自殺率約為十一(即每年每十萬人有十一人是自殺而死的)，幼童及青少年的自殺率甚低，十至十四歲為零點五(每年約為一至二人)，十五至十九歲為三點五(每年約為十五人)，相對而言，老人自殺率之五十至七十則甚高。但從另一角度來看，老人因頑疾、絕症及社會福利設施缺乏(例如護理安老院不足)等一些困難自殺，旁人有時甚難予以協助，但青少年因疾病等其他原因致死較少，他們的困擾也較易獲得解決，故自殺問題也不可忽視。

有關本港的青少年自殺研究不多，一九八七年一份有關本港企圖自殺的兒童及青少年研究報告指出，這些企圖自殺絕大部份是十分衝動的，在所訪問的六十七人中，除一人外，自殺的企圖全是在導致自殺事件(如與父母爭執)發生三小時內做出的。

有五成導致自殺事件是子女與父母衝突而起。雖然有百分之十三是與學校有關，研究者指出，在這些涉及學校的案件中，父母子女關係也多甚為惡劣。

無可置疑，兒童與青少年面對的困擾甚多，但這些事是輕易解決的困難，誰人在求學時未嘗不合格？誰人未嘗比賽時失敗？誰人未嘗被父母、教師誤會？誰人在追求異性時未嘗遇到挫折？

兒童及青少年克服這些困擾的能力，很大程度決定於兒童成長時的經驗及與父母的關係：兒童若有一較健康成長的性格，有較溫暖的家庭支持，他們克服困難的能力也較強。

從不同的研究，我們可歸納出青少年自殺個案的一些特徵——

一、自殺傾向的家庭 自殺者父母，尤其是母親，通常有自殺的行為或意念。例如自殺者的母親婚姻破裂，常鬧著要自殺。故此，這些年輕的自殺亦只是將家庭內的無意識自殺意念，具體表現出來而矣。

二、家庭危機 自殺者的家庭出現危機，這危機雖然不以自殺者為中心，但會影響全家。例如兄弟姊妹中有人患重病，令父母精神專注病人身上，而忽略對自殺者之責任及關懷。

三、侵犯和衝突 自殺者感到被侵犯或有一個無法解決的衝突。例如自殺者成績平平，但家長堅持要老師安排轉讀(升讀)名校；自殺者雖然喜歡原校就讀，但轉校的決定他無法改變。

四、不能與人建立正常關係 因為欠缺家庭溫暖和愛護：自殺者對於教師或輔導員通常要求一種排他及佔有性的關懷。當成人的注意轉移在他人時，自殺者會表現出極端妒忌。在與輔導員交談中，自殺者亦會不斷測試輔導員對他的關心，例如要求到輔導員家中暫住。在極度缺乏安全感下，自殺者之行為和意識往往令他不能與他人建立正常關係。

五、死亡的矛盾 死亡對自殺者是既可怕又富吸引力。生活中的困難及匱乏都可在死亡的幻想中解決和滿足。例如自殺者幻想著母親會因他的死而寬恕及整天掛念他，另一女孩卻夢想她的自殺能令將離婚的父母復合。

六、性格健康的一面 雖然有種種不幸的遭遇，大部份有自殺意念者，仍然表現一些健康性格的特質及希望生存的慾望。例如剛失去雙親而萌自殺意念的學生，在學校仍積極協助及關心其他同學，這些依戀生存的行為，常遮藏了自殺者內心的混亂及抑鬱，令旁人對突然的自殺大感困惑。

七、學業問題並非主因 雖然青少年是在求學時期，但是學業問題並非主要導致自殺原因。向本港撒瑪利亞防止自殺會求助青少年中，男女感情及家庭問題是主要因素，這結果與美國、新加坡的情況相同。

雖然十至十四歲自殺個案極少，但世界各地對這類個案愈來愈重視。研究指出，這些孩子多來自一代與一代之間界限不清的家庭，例如祖父母代父之職，孩子甚至稱祖父母為父母。這些幼童在家需要做成人的職務，例如七歲就要料理及提醒自己服藥。遇到困難時，這些兒童甚至被迫像成人般處理自己的情緒。當他們自尊心受損，例如參加比賽被拒，做事不好被責備，他們脆弱的心靈往往無法獲得父母應有的保護及支持。這些幼童多身心失調、成績退步，並常做一些危險動作，例如常望窗外，說自己快要死。不過，這些幼童對死的概念是含糊不清，他們甚至認為死亡只是與睡眠無異。

與其他年齡組別不同，青少年的自殺意念是在極短的時間內形成的，所以爭取時間十分重要。自殺危機出現時要立刻提供協助。自殺危機增強得極為迅速，即時的援手能將此短暫的自殺意念消除。

傳媒避免過份渲染

對於有自殺意念的青少年，輔導員及家人應該留意一些不尋常舉動，例如燒日記、信件或相片，將銀行存摺交託父母等。可是，年紀愈大求助的訊息通常愈為間接，令旁人更難察覺。

在初步接觸時，年幼求助者可能只提出一些輕微瑣碎的問題，例如投訴學校同學欺侮他、所以不願意回校，但這可能只是冰山露出水面的頂端。尤其是年幼者，他們不能清楚表達內心的困擾，所以耐心的聆聽非常重要。

最後，對傳媒在此等事件中的報導，我亦想提出一些個人意見。雖然我同意小學(或中學)內實在存有一些教學態度欠善的老師，本港教育制度行政措施有待改善之處亦多，不懂其法管教(過嚴)或愛護(溺愛)子女的父母比比皆是，但傳媒在報導這些事件時，要十分小心。研究指出，自殺是可以「傳染」的。尤其是在電子媒介這樣發達的社會，一些遇到同類困擾的人，會模仿而走上自殺之路。更不幸者，一些自以為有相同背景的學生，例如一學生因懶惰受老師責罵，在受傳媒過份「塗污」教師(或父母)形象之下，不檢討自己的過失，反而深信這只是老師(或父母)過錯的另一相同事例，因而用自殺去控訴老師。這實在非媒介報導這些事情的原意及動機。

我們有鋤強扶弱的俠義精神，對年幼學童，我們不期然會盡一分力去替他們說話伸冤，但在思考用何種方法達致目的時，我們亦應小心這些過份渲染的報導所帶來的反效果，我們不願看見同類的不幸事情，會接二連三發生。

【*作者為中文大學教育學院教育心理系講師】