

十一、輔導常用表件

(十三) 回應學生可能出現的情緒反應表

回應學生可能出現的情緒反應

學生的情緒反應	老師回應
<p>對事件本身的疑惑</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 「爲什麼他會自殺？」 ● 「爲什麼他爸爸媽媽要帶他一起死？」 ● 「是不是沒有人跟他一起玩？」 ● 「他是不是不開心？」 ● 「爲什麼沒有人幫他？」 	<ul style="list-style-type: none"> ● 避免討論自殺方法。 ● 帶出生命寶貴的訊息。 ● 否定自殺行爲。 ● 留意是否有學生認同自殺的行爲。
<p>對死亡的困惑</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 「爲什麼沒有人幫他？」 ● 「死了會怎樣？會去那裡？」 ● 「他會不會回來學校？」 ● 「爲什麼人會死？」 ● 「爲什麼有人年紀輕輕就要死？」 	<ul style="list-style-type: none"> ● 認同學生的困惑。 ● 指出人死了便不能在這世界再活一次，所以要珍惜生命。 ● 留意如何表達宗教對死亡的詮釋。
<p>無特別反應</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 「我不認識他，這不關我的事！」 ● 「沒感覺！」 	<ul style="list-style-type: none"> ● 理解部分學生可能暫持未能對突如其來的事件有所反應，亦可能由於不認識死者所以無大反應。 ● 不要誤會學生無動於衷或缺同情心。 ● 告訴學生有些反應可能會稍後出現，需要時可向老師求助。
<p>不相信、困惑、混亂</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 「真沒想到他會做這種事！」 ● 「會不會搞錯，還是認錯人了？」 ● 「我也不知道怎麼說，我自己也搞混了！」 	<ul style="list-style-type: none"> ● 認同事情的確難以置信，需要時間去接受事實。 ● 指出同學會有複雜的感受，覺得混亂甚至不知所措都是正常的反應。 ● 極度困擾的同學應向老師求助。

學生的情緒反應	老師回應
<p>害怕</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 怕鬼。 ● 怕類似的事情會發生在自己身上。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 指出害怕、驚慌都是正常的反應。 ● 學生可能難以集中精神，或會失眠、發噩夢。 ● 如這些情緒嚴重影響日常生，則須求助。 ● 與學生一同想出紓緩的方法。
<p>悲傷</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 哭泣。 ● 有不捨的情緒。 ● 部分學生可能不想討論。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 指出傷心是正常的感覺。 ● 容許表達悲傷，無需阻止學生哭泣。 ● 但要留意學生是否感懷身世。 ● 留意學生是否過度悲傷，需要進一步的支援及輔導。
<p>憤怒</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 埋怨死者做出這種事情。 ● 埋怨其他人，如死者的父母、老師沒有阻止事件發生。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 認同憤怒的感覺。 ● 無需爭拗誰要負責。 ● 指出自殺是個人錯誤的決定，沒有人需要為他的決定負責。 ● 鼓勵學生珍惜生命。
<p>內疚</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 「早知道我……」 ● 「為什麼我不……？」 ● 「如果我知道他不開心，我就……」 ● 「我真的不應該天天嘲笑他」 	<ul style="list-style-type: none"> ● 指出面對這類事件，死者的好友和一些同學，覺得自己做得不足或不好；覺得自己做得不足或不好；覺得自己要負上責任，是常見的也是正常的情緒反應。 ● 欣賞他們對死者的關懷。 ● 指出自殺是個人錯誤的決定，沒有人需要為他的決定負責。
<p>表現不尊重</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 嬉笑、不認真。 ● 表現不耐煩。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 理解部分學生可能未能接受事實；或不懂得認真處理感受或面對內心的困惑；或不自覺地用這些方式掩飾害怕的情緒。 ● 勿糾纏於這些學生表現，應將意力轉移到其他的學生身上。 ● 不應容忍過分的行為，例如侮辱死者。