

# 別讓死神微笑

## 對自殺者的輔導與引領

文／社會工作室 副主任 龍總營・社工師 謝葳蕤

走進急診室診療區，有著一股異於藥水的氣味，循著氣味望去，一對衣著單薄、神情憔悴的母子躺在病床上，不知道是急診室紛亂的氛圍，還是臉上的氧氣面罩，使得他們似乎找不到舒適的姿勢而輾轉反側著。

急診醫師發現社工師出現，很有默契的打開那對母子的病歷，扼要的告知病情及治療計畫：「媽媽吞了一百多顆安眠藥然後燒炭，警員及消防人員抵達時，是小朋友出來開門的。兩人都有一氧化碳中毒現象，已經先做了高壓氧治療，但仍須住院，希望社工師給予相關的諮商輔導和後續協助。」



報載：「離婚帶著5歲幼兒生活的28歲女子，最近與男友感情發生問題，凌晨在租屋處燒炭自殺，幸而被友人及時發現報警處理……」

在專業團隊分工中，社工師被賦予社會心理的角色和任務，當病人和家屬面對急性創傷和危機，如何減少他們來自社會及心理層面的阻礙，進而能夠配合醫療計畫，是急診社工師的首要任務。

社工師翻了翻病歷紀錄單，看了看電腦上密密麻麻的數字和英文，腦海裡仍像一堆零散的拼圖，努力從中找出建立專業關係的第一塊踏板，深呼吸之後，走上前去拍拍媽媽的肩膀：「您好，我是醫院的社工，想跟您談談。」媽媽眼皮掙扎著張開了，賞給社工師一個失焦的眼神，隨即闔上，拉拉被子翻個身繼續休息。對這種場景司空見慣的社工師，繼續唱著獨角戲：「嗯！我想您應該是遇到什麼很嚴重的問題才會這樣傷害自己和孩子，我希望能夠幫幫您…」她的背影輕微的抖動著，隱約傳出啜泣聲。社工師繼續輕拍被子下脆弱的肩膀：「我真的希望能夠幫助您！」

### 社工師能為他們做些什麼？

孩子不明白媽媽為什麼哭泣，以一種既想保護媽媽又有點害怕的心情，朝媽媽靠

緊。帶著哭音，這名婦人開始哽咽的說起她婚姻失敗後欠下百萬元卡債、與男友交往的甜蜜和苦楚、服務業的辛酸、業績及收入不固定的壓力。這時光是同情於事無補，她需要的是專業積極的協助。經過會談，社工師確認她的家庭、經濟、社會福利身分與支持系統，完成各項社會心理評估之後，轉介並通報社會處。當她出院時，社工師已經為她申請適合的福利資源，並完成兒少保護的通報和相關安置措施。

自殺是生物、心理、社會與環境因素交互作用所產生的行為，它不是疾病，卻有可能是疾病的一種表現。台灣的自殺率年年上升，2008年甚至已經成為青少年死亡原因的第一位，從而衍生相當多的社會問題。如何預防自殺？當發現對方有自殺意圖，甚至已經出現自殺行為時，又該如何處理？這是我們所必須嚴肅面對的。

### 當面對自殺者該如何處理？

例如萬一對方已經服用藥物，應儘快打電話聯絡119、110，請求協助。如果對方很激動，這時必須以溫暖和緩的態度穩定其

情緒，然後認真傾聽，讓對方有個宣洩的管道。最危急的狀況是對方持有槍砲刀械或汽油、農藥等危險物品，這時不僅要立即找他最信任的親友來協助安撫勸說，並且要做到以下三點：

1. **支持他正向的行動**：例如藉著討論事件來發洩情緒
2. **阻止他負向的行動**：阻止他繼續傷害自己或使用危險物品
3. **約他下次繼續談**：如此可減少危機帶給雙方的壓力，並將負面情緒分散處理。

社工師經常碰到的另一個狀況是自殺者已獲救，獲救者通常會很後悔當初的決定。雖然每個個案都有著不同的故事，但在提供協助時仍有共通的原則：

### ● 不要再度提醒他的傷痛

他已經歷過接近死亡的感覺，此時最重要的是陪伴和傾聽，不要再提醒他的傷痛。

### ● 設法找出被忽略的優點

協助他找出以前沒有發現的能力和優點，重新建立新的自我價值及生命的意義。

### ● 提供個別性的適切協助

根據不同的自殺原因，提供最適當貼切的協助，就像是對待一個長期生病的人，要包容、尊重與陪伴，使能完成治療計畫。

### ● 精神疾病必須求助專業

若自殺行為是精神疾病所導致，專業醫師才能給予有效的協助，患者並且要遵照醫囑服藥。

面對有自殺意念及自殺行為者，我們可以採取的行動，簡單來說，可分為「四要」與「四不要」：

## 四要

- **相信**：相信他所說的事件內容及情緒，並把焦點放在問題本身。
- **傾聽**：不干擾、不批判的傾聽，表現關懷與支持。
- **求援**：教導個案如何求助以得到更多的幫忙
- **避險**：移開可能致命的器具及避開危險的環境

## 四不要

- 不要提供「一切都會好轉的」、「不要胡思亂想」等類意見。
- 不要發誓保守秘密
- 不要爭辯自殺的對錯
- 不要提醒個案自殺的事實，以免加深其罪惡感。

危機即轉機，不論是面對什麼樣的試圖自殺者，只要用自然誠懇的方式與其互動，並且遵守以上原則，或許可以幫助他們重新體認生命存在的意義，好好思考如何踏出正確的下一步。

在協助過這對母子之後沒多久，這一天，社工師再度走進急診診療區，醫護人員有默契的用眼光指向某張病床，空氣裡又飄散著異於藥水的氣味，社工師走到病床前，溫柔的說：「您好，我是急診的社工師，想要關心您……」🙏