



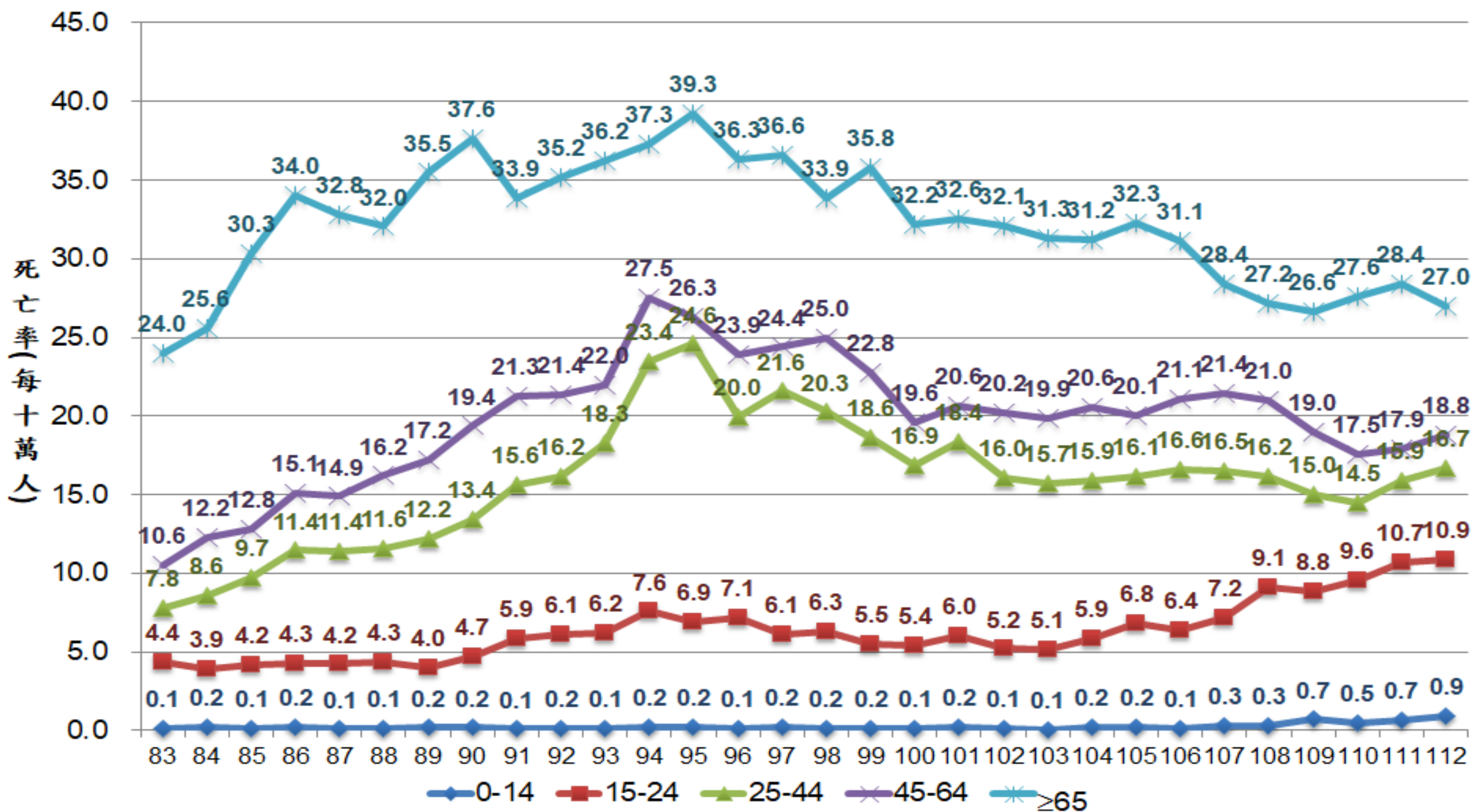
從廣播電視節目探討兒少與自殺防治

2024/11/28

台灣少年權益與福利促進聯盟

秘書長 林哲寧

83-112全國各年齡層自殺死亡率



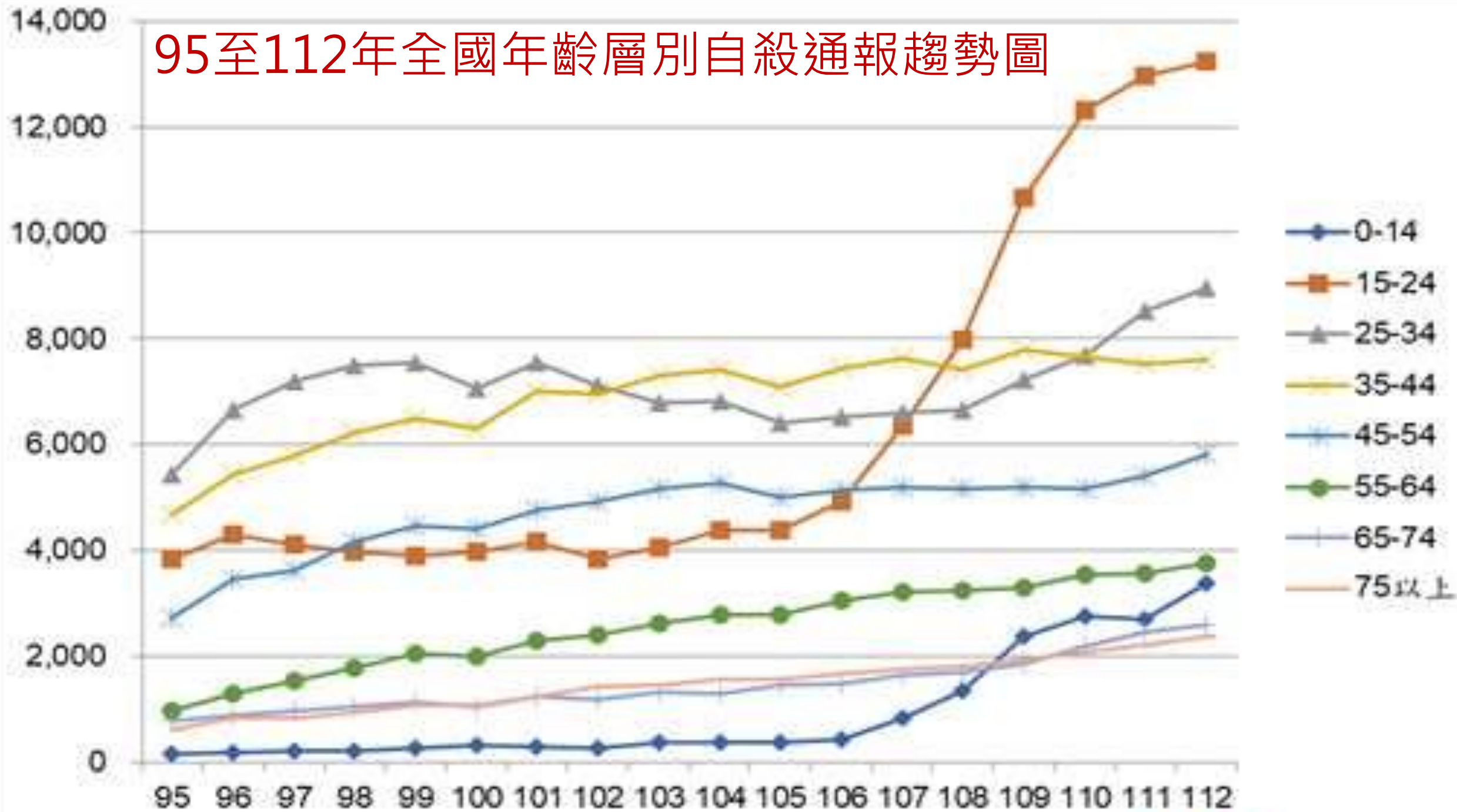


自殺的真相（新增）

（全年齡）

- 2023 年，全國自殺死亡人數為 3,898 人，標準化自殺死亡率為每十萬人口 12.7 人，較 2022 年略有上升。
- 其中，男性死亡人數2,500人，死因排名第十二位。女性死亡人數1,398人，死因排名第十三位。
- 男性中壯年25-44、45-64歲自殺率逐年升高，女性15-24歲自殺率明顯上升。
- 「精神健康/物質濫用」佔比居高不下。「校園學生問題」逐年升高。

95至112年全國年齡層別自殺通報趨勢圖





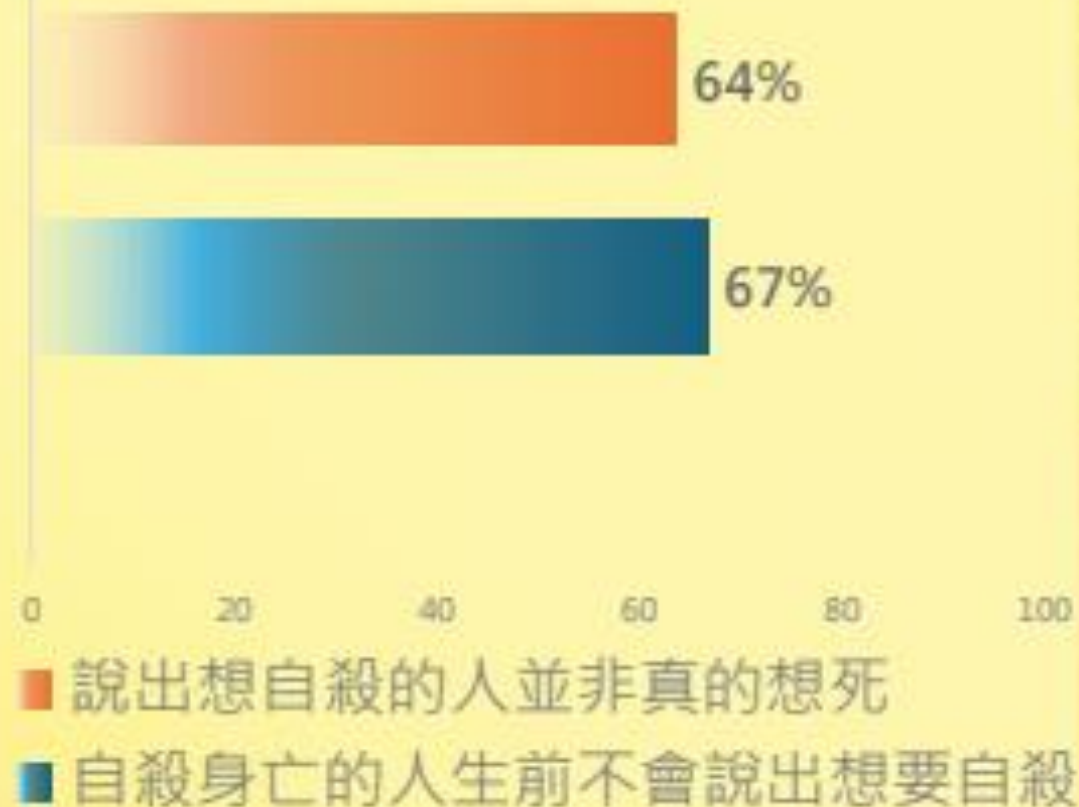
兒少自殺的真相

- 自殺原因前三名為「情感 / 人際關係」（占 46%）、「精神健康 / 物質濫用」（占 41%）及「工作 / 經濟」（占 10.7%）
- 自殺在15-24歲是第二大死因，14歲以下是第三死因
- 澳洲15-17 歲自殺死亡率從 2004 年每 10 萬人 3.2 人到 2021 年每 10 萬人 8.9 人。
- 少女嘗試自殺率是少男的兩倍，少男自殺死亡率卻是少女的兩倍
- 自殺是想死，自傷是想要活下來
- 迷思：死亡是人權？

台灣社會對自殺問題的認知： 共同努力去除迷思鼓勵求助



常見自殺迷思






兒少為何要自殺

- 超過**90%**青少年自殺者有情緒失常、重性抑鬱症、濫用物質 / 酗酒、操行失常或反社會性格等精神疾患。
- 部分與遺傳有關；抑鬱性人格父母與子女高度相關。
- 突發的壓力事件
- 模仿效應



何為「模仿效應」 (新增)

- 1774《維特少年的煩惱》，「維特效應」，手槍自殺。列禁書。
- 1986日本「岡田有希子」，跳樓自殺，多女性，青少年佔多數。
- 2003香港「張國榮」，跳樓自殺，男性、25-44歲居多。
- 2005台灣「倪敏然」，多男性，上吊自殺增63%。
- 媒體的「模仿效應」：
 - *顯著報導或重複報導：網路>專書>報紙>電視（訊息保留長短）
 - *相關效應通常維持數月至半年左右。



媒體對自殺的影響（新增）

- 模仿：類似的遭遇、生活背景或特質、佩服死者的勇氣。
- 合理化：沒必要再撐或撐不下的選擇、死後可被關注。
- 無望感：怎麼努力、怎麼治療、怎麼有錢有勢，結局都一樣。
- 學習自殺方法：被美化的死法；羨慕、暗非或為致敬死者。



WHO媒體報導自殺處理原則(一般性)

1. 統計資料應謹慎及正確地解讀
2. 應採用真實及正確的資訊來源
3. 無論時間壓力如何，即席的評論皆應審慎
4. 基於少數數據之推論應特別注意，尤其應避免「自殺潮（流行）」或「最高自殺率地區」等字眼的使用
5. 應拒絕把自殺行為描寫為對社會、文化之改變或墮落剝削的可理解（必然）的反應



WHO媒體報導自殺處理原則(特殊性)

1. 不可做聳動而鉅細靡遺的報導
2. 不可對自殺提出簡化、單一的解釋
3. 不可詳細描述自殺的過程和
4. 不應把自殺描寫成是解決個人問題（如破產、考試失敗、性侵害等）的辦法
5. 報導應考慮會不會對家人和倖存者造成傷害
6. 不可對該自殺行為與自殺者予以同情、肯定與頌揚
7. 應提供心理衛生教育與專業服務的資訊

自殺新聞報導原則 「八不六要」快速指引

✓ 六要

- 提供正確的求助資訊
- 特別謹慎報導名人自殺事件
- 使用正確的資訊教育民眾
有關自殺防治的事實
- 報導如何因應壓力或自殺想法
及尋求協助之人物故事
- 謹慎訪問自殺遺族
- 留意媒體從業人員於報導自殺
事件時也可能會受到影響


✗ 八不

- 不要使用聳動化的標題
- 不要使用聳動化的標題
- 不要詳細描述自殺方法
- 不要提及自殺事件的地點或細節
- 不要報導自殺遺書細節
- 不要使用聳動化、合理化或正常化的方式描述自殺事件
- 不要簡化自殺原因或歸咎單一因素
- 不要刊登照片/影片/音訊或社群媒體連結
- 不要將有關自殺的內容放在頭版，並避免過度或重複報導



如何減少自殺風險、增加求助意願（新增）

將這種方式(8不)		改為這種方式(8要)
使用具有聳動性或醒目的報導標題	→	不用煽動性的方式報導，將篇幅最小化
包含自殺方式、地點、葬禮、親朋好友悲傷中的相片/影片	→	改為學校/工作或家庭照，並提供求助專線
以「流行性」「暴漲」等強烈詞語描述自殺數據	→	留意最新數據，使用「上升」「較高」等不具煽動性的詞語
將自殺形容為「無緣無故的」或「沒有徵兆的」	→	大部份自殺者生前都會發出警訊，盡可能指出相關的警訊和處理方式
「某某某的遺書中表示...」	→	「發現自殺者的遺書，並正由警消調查中」
以調查/報導犯罪事件的方式處理自殺報導	→	以公共健康問題的方式報導自殺事件
引用/訪問警消人員自殺原因	→	向自殺防治專家尋求建議
以「成功」「不成功」「嘗試自殺失敗」等字眼報導自殺	→	以「自殺身亡」「自殺死亡」或「自殺」等字眼報導自殺



身障兒少的需求與聲音

1. 保障身心障礙者之自主（例如社區融合）、參與（例如教育、工作及文化生活）、平等（例如不歧視）等基本權利。應採用真實及正確的資訊來源
2. 保障未滿**18歲**（身障）兒童及少年之公民權與自由權、基本健康及福利權、教育休閒及文化權、受照顧權及特別保護措施。



身障兒少的需求與聲音（新增）

1. 與禁止歧視原則連動，媒體是否傳遞正確理解身心障礙兒少的議題。對於過動症形容的氾濫，對於隱性情緒障礙的兒少只關注在暴力行為，打群架失去控制等的短影音，卻沒有進一步報導兒少背後的議題（例如前陣子情緒障礙學生跟老師在教室互嗆的新聞）
2. 多重歧視加劇兒少的身心壓力，如何正確理解與認識媒體可以共同努力
3. 與被聆聽權聯動，身心障礙兒少更無法接觸大眾管道發聲，更無法參與社會意見的表達。都會反向造成他們身心的壓力
4. 因為身心狀況造成家內的暴力對待、忽視，父母不理解或不接受，社會的言語暴力
5. 資源近用困難



延伸閱讀：

來自艾拉的訊息 (A message from Ella)

https://www.youtube.com/watch?v=F4WZ_k0vUDM

小結：

媒體可成為建設性效應的催化者