

專題討論

生命教育主題-【北捷事件後的省思】

【討論題綱】

請大家可以對此新聞報導自由抒發個人意見和想法。

在大家討論之後，我們想跟各位同學分享一些想法與提醒～

一、宜審慎判讀新聞媒體報導

除了畫面引起的不安，也有可能從媒體上看到各種消頭去尾、斷章取義的資訊，以及過早的推論與歸因，增加我們對特定族群的刻板印象。如果我們一直試圖用這些潛在的標籤去想像、去對號入座，讓符合這個標記的人被污名化、被排斥，無形中將造成對他們的傷害。又如果在網路上看到類似過於推論與犀利的批評攻擊等言論，也要小心回應，千萬不要造成對他人的二度傷害。

二、多愛自己

北捷事件，提醒心理健康及適當紓壓的重要。不少專家提醒年輕族群，不論壓力來自課業、父母、同儕，有壓力不一定是壞事，了解自身壓力來源，找出面對壓力的方式，養成紓壓的好習慣，可增加快樂的情緒。能找到信賴的人分享也是一個好方法。

三、多關心身邊的人

當事件一發生，新聞及網路上不斷的畫面顯現和繪聲繪影的推論與指責，讓大家感到極度不安與沈痛，整個社會充斥著負面的情緒，正讓人不知所措的時候，東海大學發出的「[給東海全體伙伴的一封信](#)」，安撫了不少人的心。信中說「東海每一個人，無論憂喜勝敗，都是我們的家人」，**也期盼我們都開始「多走一步、多看一眼、多聊一句」，他可能是經常缺課的同學、不太往來的同學、或只是一個悶悶不樂的臉龐，走出自己的城堡，給彼此一個開始的機會吧！讓每個人都能成為他人身邊的天使。**讓我們從感動中找到將遺憾化為互相關懷行動的正面力量，共同建立一個更美好的未來。