

「有人話想自殺點算好？」 情景應對測驗結果

1. 深義係一位你關心嘅同事，佢平時份人好風趣好多嘢講，點知呢排粒聲唔出，面無表情，叫佢一齊食飯都話唔好。見到佢咁，你會有咩反應？

- A. 嘗試盡量同佢講下笑，引佢開心返 **1**
- B. 唔使太在意，過一排就正常返啦 **0**
- C. 估估下，不如試下問佢佢做咩事啦 **3**
- D. 佢應該係有嘢煩緊，等佢主動同自己講 **2**



2. 有一日，見到深義好煩惱，問佢做咩事，佢話：「如果我唔喺度，對病房都無咩影響！」你會有咩反應？

- A. 唔知佢講咩，都係唔出聲好啲 **0**
- B. 覺得佢有唔妥，想鼓勵佢：「無你唔掂。」 **1**
- C. 問佢：「點解咁講嘅？你因咩事會唔喺度呀？」 **2**
- D. 反映俾佢聽，見到佢呢排表現同平時唔同，問佢係咪有煩惱 **3**

3. 有一次同深義傾偈，佢終於講佢搞緊離婚，因為對方出軌，佢覺得好心痛，好徬徨。你會有咩反應？

- A. 繼續同佢傾，言談間為佢抱不平，希望引起共鳴。 **1**
- B. 繼續同佢傾，希望俾到意見佢去面對離婚。 **2**
- C. 繼續同佢傾，聽佢講發生呢件事之後嘅感受。 **3**
- D. 人哋家事，我都幫唔到佢處理，講其他話題好啲。 **0**



4. 言談間，佢話有時覺得做人好辛苦，再生活落去都無意義，你會有咩反應？

- A. 覺得佢可能有自殺諗法，問：「你會唔會有諗過嗰樣野呀？」 **2**
- B. 想佢諗得正面啲，嘗試叫佢睇下生活仲有好多其他意義。 **1**
- C. 覺得佢可能有自殺諗法，但唔會問佢，驚會鼓吹佢真係自殺。 **0**
- D. 覺得佢可能有自殺諗法，問：「你係咪有諗過自殺？」 **3**

5. 深義話尋晚同對方喺電話傾完離婚嘅野，覺得好灰，腦海飄過一個諗法：想一野跳落樓，一了百了。你會有咩反應？

- A. 嘗試說服佢從另一角度睇最近嘅經歷，唔好尋死 **2**
- B. 拉開話題，避免引發到佢嘅自殺諗法 **0**
- C. 嘗試了解多啲佢自殺嘅諗法 **3**
- D. 提醒佢自殺係解決唔到問題，身邊人亦唔想見到佢咁 **1**

0 - 3分：你暫時未發現到自己支援其他人的潛能！

4 - 7分：你有幫助人嘅熱心，值得鼓勵！

8 - 11分：你的理性思維能夠讓對方覺得可靠

12 - 15分：你情理兼備，對方一定感到安全又舒服