

自殺者男女友 痛過配偶至親

【本報訊】自殺事件時有發生，但在世親友卻要面對難以磨滅的傷痛。有調查發現，自殺者的男女朋友所承受的創傷，猶甚於其他自殺者的配偶和父母子女。專家提醒，如發現哀傷情緒持續逾半年，應盡快向專業人士求助。

生命熱綫在過去兩年訪問67名曾向該會求助的自殺者親友，發現他們的情緒受到不同程度困擾。當中有受訪者「複雜性喪親反應」指數達33.7，高於25的警戒綫，他們喪親後1年至1年半的精神健康情況，較其他喪親人士差。

多被指摘變心 添精神壓力

所謂「複雜性喪親反應」，即患者會經常掛念死去的親人、緬懷過去，沉溺於哀傷中，對人生態度消極。

調查又發現，「多於一個自殺親友」者的喪親反應最高，其次是男女朋友自殺的人士，較配偶

及父母子女自殺者更高；生命熱綫對此表示驚訝。港大社會工作及社會行政學系助理教授周燕雯解釋，因其他人往往指摘是另一半變心，或雙方感情出現問題所致，加重當事人的精神壓力。

經歷喪親之痛的過來人Mandy（圖），7年前其患末期肺癌父親跳樓自殺，對當時年屆20歲的她，帶來很大的打擊。她憶述：「當時很震驚，接受不了事實，又不斷地自責，覺得自己不是個好女兒，好像整個世界崩潰了一樣。」Mandy經歷了2年的低潮，曾想過自殺，後來透過寫網誌宣洩負面情緒，又於網上閱讀相同經驗人士的故事來勉勵自己。她亦向生命熱綫求助，慢慢走出喪親陰霾。

周燕雯表示，喪親之痛一般維持半年，如及後仍經常感到自責及抗拒社交活動，便需要尋求幫助。求助者可致電生命熱綫電話2382 2737，或瀏覽該會網站

www.sps.org.hk。

