

新聞稿

2013 年 11 月 19 日

即時發佈

一人自殺，一家受困 「國際自殺者親友關懷日」：籲全民齊心關懷自殺者家庭

上星期一名女士在丈夫自殺身亡後翌日亦意圖自殺，可見自殺者親友所面對的困擾有多大。「生命熱線」之「自殺者親友支援計劃」自 2008 年開始，為近 400 名家屬包括成人和孩子提供專業的哀傷輔導，家屬透過個人輔導及同路人互助小組活動，讓他們理解當前的情緒反應，並從同路人的分享獲得安慰與共鳴，他們可跟隨個人的步伐過渡哀傷。適逢本周末 11 月 23 日為「國際自殺者親友關懷日」，「生命熱線」之「自殺者親友支援計劃」今天公佈過去三年已服務的個案資料，及其服務新方向。

「生命熱線」執行委員會委員暨香港大學社會工作及社會行政學系副教授周燕雯博士說：「研究指出每名自殺人士死後，至少 6 至 10 名親友的情緒受困擾，而他們的自殺風險較一般人高出 4.5 倍，香港平均每年約有 1,000 人自殺身亡，即有機會近 10,000 名親友受困。自殺對家庭帶來的影響既深且遠。面對親人自殺離世，家屬不單承受痛失家人的情緒困擾，也因面對突如其來的噩耗，家屬可能變得脾氣暴躁，影響溝通。又可能變得過份避忌，減少溝通。在缺乏溝通下，家屬各自擔心其他家人將死因歸究於自己，感到自責及羞愧。自殺不單影響個別家屬，亦會對整個家庭帶來困擾。**一人自殺，一家受困！**故此，以家庭為本的自殺者親友支援服務的發展實在是刻不容緩！我們認為家庭成員一同接受輔導將有助彼此理解及共同處理因自殺而出現的情緒反應，幫助他們以積極的態度一起過渡哀傷；長遠來說，亦有助重新建立家庭成，員間的溝通及關係。」

然而從我們的數據顯示，近一半(44.6%)求助者為家庭中唯一接受服務者。即使他們個人層面的問題得以舒緩，其家庭問題亦較難處理。此外，大部份自殺者選擇在家附近終結其生命，如跳樓(63.2%)、燒炭(16.1%)及吊頸(9.8%)，**死者家屬多為發現自殺的人，有機會見其家人的屍體，更容易觸景傷情。**受助者所面對的情緒困擾，除了情緒低落(66.3%)及孤單(61.1%)外，更多受助者所面對的為**失喪或迷茫**(92.2%)、痛別離(80.8%)及內疚(71.0%)。機構亦就家屬對服務的需要進行了分析，指出他們最需要是過渡哀傷情緒的支援(90.7%)；其次是資訊(83.9%)，包括喪禮安排、情緒反應處理等；協助重整生命的意義(58%)。

此外，接受服務的女性家屬佔大多數達 74.1%，男性家屬僅佔 25.9%。家屬年齡層分佈，50.2%為中年人士即 40 歲至 69 歲；8.3%則年幼及青少年家屬即 0 歲至 19 歲，當中年紀最輕僅 4 歲。

周博士續說：「分析結果指出男性家屬尋求哀傷輔導服務的比例較低，**男性往往較難表達喪親之痛，對於求助較被動**。有外國研究指出自殺離世者家屬的自殺風險較高，香港男性的自殺個案數目亦一直較女性高，因此輔導機構有需要向男性家屬提供合適的服務，我相信以家庭為主的哀傷輔導模式可增加接觸男性家屬的機會，同時了解他們的需要，鼓勵他們處理情緒上的困擾，預防自殺。」

自殺者親友家屬 Arthur 在太太自殺後除了面對哀傷之情緒，更要學習處理家中事務、與兒子建立溝通。他說：「家屬過渡哀傷時十分需要家人和親友的支持，我鼓勵家屬尋求專業人士的協助及與同路人分享，協助紓緩不安的情緒，積極地逐步走出哀傷，繼續走人生的道路。」

今年9月開始，機構的「釋心同行——自殺者親友支援計劃」獲得了「社聯伙伴基金有限公司」(Community Partner Foundation Limited)的捐助，發展以家庭為本的服務。機構更尋求及早接觸家屬的途徑，為他們提供更適切及更早期的服務。

「生命熱線」高級經理吳志崑先生說：「我們近六成的服務個案是由社福機構、醫護界、學校、宗教團體、個案的家人及朋友轉介，近55%家屬於事發三個月內跟我們接觸，可見我們的服務獲得業界及社會人士的認同，我們將致力持續強化對家屬的支援，讓更多家屬及早接受我們專業的哀傷輔導。」吳先生續說「生命熱線」感謝「社聯伙伴基金有限公司」的支持，除了繼續推行專業的哀傷輔導、同路人互助小組及活動、義工發展服務之外，亦將會製作公眾教育宣傳片，讓公眾了解自殺者親友的需要及困境，並透過出版關懷自殺者親友的小冊子及傳單，為親友提供實務資訊、過渡哀傷的小貼士及同路人心聲分享。

「國際自殺者親友關懷日」每年定於感恩節前的周六，目的是凝聚自殺離世者親友彼此的力量，共同走出生命的低谷。「生命熱線」每年聯同海外300個城市響應支持，並將於本年11月23日舉辦活動，主題為「讓愛走動」(Moving Forward)，機構期望透過活動鼓勵親友把對逝者的思念、對生命的勇氣及睿智，以及同路人的支持與祝福轉化成為「愛」的種子，支持他們逐步走出哀傷。

「自殺者親友支援計劃」個案分析

I. 背景資料

1. 已服務個案時期： 2011年1月至2013年5月
2. 個案數目： 193個

II. 分析結果

「生命熱線」簡介

「生命熱線」於 1995 年成立，是一間非政府資助的註冊慈善機構，致力向有自殺傾向、感到絕望及有情緒困擾的人士提供益友及其他預防自殺服務，使他們情緒得以紓緩，從而積極面對人生，至今協助逾 40 萬人走出情緒低谷。「生命熱線」的服務包括：24 小時預防自殺熱線服務、預防長者自殺服務、自殺者親友支援服務、青少年生命教育項目，以及社區教育等。

「生命熱線」24 小時預防自殺熱線：2382 0000
珍愛生命長者熱線：2382 0881

傳媒查詢，請聯絡：

生命熱線籌募及傳訊經理

林潔珩小姐

電話：2382 2755 / 9236 0777

電郵：elbelam@sps.org.hk

生命熱線高級籌募及傳訊主任

何廷之小姐

電話：2382 3102 / 9316 6904

電郵：daphne@sps.org.hk