

「伸出援手 燃亮生命」 香港大學防止自殺研究中心公布最新數據並提出預防建議

明天(9月10日)為一年一度的世界預防自殺日。香港大學香港賽馬會防止自殺研究中心(以下簡稱「中心」)於今天(9月9日星期三)舉辦以「伸出援手 燃亮生命」為主題的新聞發布會，公布最新的自殺數據並提出預防建議。發布會由香港小童群益會與香港明愛青少年及社區服務共同協辦。

根據死因庭提供的數據，中心估測 2014 年香港每 10 萬人中約 12.3 人死於自殺。為使不同國家或地區的自殺率更具可比性，學界通常會將自殺率按全球人口年齡結構進行標準化調整。按此方面調整之後，香港 2014 年的自殺率約為每 10 萬人中 8.6 人。根據世界衛生組織最近發布的《全球預防自殺報告》(註1)，按年齡標準化之後全球自殺率為每 10 萬人 11.4，香港的標準化自殺率已連續四年低於這個數字。對比亞洲區的發達國家如日本 (18.5)、韓國 (28.9)，香港的標準化自殺率較低。對比西方發達國家，香港的標準化自殺率低於美國 (12.1)、澳洲 (10.6)，但高於英國(6.2)。

自 2003 年以來，香港自殺率已持續超過 10 年呈下降趨勢(見圖一)。中心總監葉兆輝教授表示，這一趨勢對各界人士的預防自殺努力是一個肯定。自殺率的下降與多方面原因有關，其中包括近年來政府及社會各方面團體嘗試開展新的外展工作，主動向有需要人士伸出援手，並與社區各持分者保持溝通，共同商討、執行預防自殺的策略。此外，葉教授指出，自 2003 年以來，香港發表的有關自殺預防的實證研究亦逐年增加，顯示出知識積累有助於改善實踐。

另一方面，截至目前，死因庭錄得 2014 年發生的 15 歲以下少年自殺個案有 5 宗，比前兩年略有增加。防止自殺研究中心檢閱這些個案的死亡調查文件，發現這些少年在事前都受到情緒困擾，但這些困擾或自殺意念鮮有被他們的親友了解到。該情況顯示部分青少年及其家長、教師的表達溝通不夠順暢。對青少年的家庭支援、社會支援需要側重改善服務對象及其親友的表達溝通及解難技巧。

開闢外展新途徑

防止自殺研究中心邀請兩名曾有過自殺意念及自殘行為的青年阿浩、弘樹(均為化名)在會上分享他們的心路歷程。兩位年輕人自少年時期就已受到不同的情緒困擾，並曾長期不敢或不願出街、返學。2011 年，弘樹在網上寫部落格時表達自己的情緒困擾，被香港小童群益會的「夜貓 Online-網上青年外展工作先導計劃」社工見到。社工主動聯

¹ World Health Organization. 2014. Preventing Suicide: A Global Imperative. URL: http://www.who.int/mental_health/suicide-prevention/world_report_2014/en/

繫他，逐漸與他傾談直至約到機構接受服務。阿浩則是 2013 年在網絡論壇上見到一位香港明愛「網上青年外展計劃-連線 Teen 地」的社工的發帖，關於精神健康、情緒病的諮詢服務。他留言之後收到社工的私信聯繫，逐漸建立起信任關係。

服務兩位年輕人的社工亦表示，傳統的外展服務較難接觸到類似這兩位的年輕人。葉兆輝教授介紹防止自殺研究中心曾在 2013 年做過一次電話調查，隨機訪問 1010 名 12 ~ 29 歲的本港青少年，發現其中 30.9% 的人（即 313 人）在受訪之前的四個星期裡持續受到情緒困擾。這 313 人中，有 28% 的人（即 89 人）沒有向任何人求助。但在這部分未求助的人士中，71.9%（即 64 人）都曾在網上平台表達其困擾。這組數據顯示，從網絡平台入手，可以大大增加機會接觸到這部分潛藏在網上的有需要人士。

貼身設計服務內容

除網上接觸之外，兩位社工亦介紹，機構需要針對年輕人的生活習慣設計服務內容，以吸引他們長期接受服務。明愛的社工王樂文介紹，他們曾結合線上遊戲設計團體活動，吸引愛打機的青年走出封閉的空間，阿浩都熱衷參與這類活動。小童群益會的輔導員呂匡中介紹，他們的機構會尊重青少年的選擇，不會強迫服務對象見家長，而更多提供陪伴與支持。弘樹在小童群益會社工的鼓勵、陪伴下參加考試、找到工作。在工作過程中，他感到可以更好地總結、反省自己的問題，也尋找到自己生命的價值。

改善社會資源分配 改善長期福祉

葉兆輝教授強調，香港自殺率下降得來不易，要繼續保持社會各界需要付出更多努力。中心近期在國際期刊《社會科學與醫學》（*Social Science & Medicine*）發表一篇研究(註 2)，指出本港按街段地區（*large street block*）分佈的自殺率與該區域的社會經濟指標正相關，而且該種相關在青壯年人群中更為顯著，並以以下社會經濟弱勢特徵的街段地區自殺率較高：聚居較多低收入家庭、較多勞工階層，以及較多未婚或離異的成年人。因此，葉教授呼籲各界致力於改善社會資源的分配，給青年人以希望，從而更有效地預防自殺。

葉教授指出，以年輕人為例，並非所有年輕人都適應目前的考試制度，而我們的社會又需要具有各種不同技巧的人士，因此入讀大學不應該成為決定年輕人未來的唯一門檻。如政府可以提升最低工資標準，商界願意聘用更多有一技之長的年輕人，社會可以開放更多機會給年輕人去發展自己的特長，將會有助於基層青年向上流動，給基層家庭帶來希望。

² Hsu, C-Y.; Chang, S-S.; Lee, EST; & Yip, PSF. 2015. Geography of suicide in Hong Kong: Spatial patterning, and socioeconomic correlates and inequalities. *Social Science & Medicine*. 130:190-203. URL: <http://dx.doi.org/10.1016/j.socscimed.2015.02.019>.

葉教授總結說，此次發布會主要以年輕人為例，但自殺預防是不分年齡的。無論針對哪個人群的預防自殺工作，都不應止步於拯救生命，更應協助有需要的人士找到解決困難的新途徑，幫他們燃亮希望與信心，亦令社會的整體福祉不斷改善。

關於香港大學香港賽馬會防止自殺研究中心

自2002年創立以來，香港大學香港賽馬會防止自殺研究中心（CSRP）已經建立起其在國際防止自殺領域的影響力，並在近年將工作擴展到關注整體社會的福祉。CSRP相信通過實證研究可以優化實踐，並最終將有助於社會進步。

關於香港小童群益會

香港小童群益會創立於1936年，一直本著「培育新一代 攜手創未來」的宗旨，為兒童、青少年及其家庭提供各類多元化的專業服務，培育他們健康快樂成長，為肩負未來的使命做好準備，建設更兒童友善的香港。作為本港其中一個最大型的慈善機構，本會75個服務點分佈於香港及內地，登記會員人數達51,226人，服務受惠848,267人次。

關於香港明愛青少年及社區服務

香港明愛青少年及社區服務宗旨以推動了解、關懷、參與及承擔的歷程，致力為青少年及社區的全面發展而工作。本服務亦鼓勵青少年的參與和發展，培養他們承擔個人及社會責任，促進互助和社會共融。服務包括為兒童、青少年及社區提供一系列的服務，包括社區中心、綜合兒童及青少年服務中心、地區青少年外展社會工作服務、兒童及青少年中心、駐中小學校社會工作服務、學校支援服務、濫用精神藥物者輔導服務、圖書館及自修室、課餘託管服務、網上青年外展服務。

本新聞稿及發布會使用的PPT可於2015年9月9日14:30之後在以下網址下載：

<http://csrp.hku.hk/wspd2015/>

傳媒查詢 請聯絡：邱世邦先生(Rickey)，電話：2831 5232，電郵：csrp@hku.hk