

新聞稿

請即發布

港大防止自殺研究中心聯同 Facebook 及其他合作夥伴呼籲：「連結關愛 守護生命」

2016 年 6 月 29 日

香港大學香港賽馬會防止自殺研究中心（簡稱「防止自殺研究中心」）於今天（6 月 29 日）舉辦以「連結關愛 守護生命」為主題的新聞發布會。透過與 Facebook 及其他合作夥伴機構聯合發布《有困難，我撐你》指引手冊，以鼓勵每一位社會成員都能為身邊有情緒危機的人士提供幫助，守護生命。

防止自殺研究中心總監葉兆輝教授在開幕詞中指出，本地社會在精神健康問題方面仍存在較重的污名化，許多受情緒或精神問題困擾的人士不敢求助，或不知道從何求助。以近兩年半的學生自殺問題為例，防止自殺研究中心最新收集的資料發現，約 30% 的死者生前曾被診斷有精神科問題，但僅有不到 9% 的死者曾接受相關的社會服務。甚至有的死者生前懷疑自己有精神科問題，但不敢求醫，只上網搜尋相關訊息，鬱鬱而終。

葉教授指出，只有全社會積極提供幫助，才能令受困擾人士勇於敞開心房，尋求並接受幫助。他欣賞社交媒體平台如 Facebook 願意利用自身對青年人有著深遠影響的優勢來促進在線安全以及支持有需要的人士。Facebook 主動與防止自殺研究中心接洽，聯同香港青年協會及撒瑪利亞會編輯了《有困難，我撐你》指引手冊。該手冊簡要地提供了結合研究證據與前線經驗以處理情緒危機及自殺行為的技巧，於線上及線下皆可應用，讓大家能為有需要的人士提供及時、妥善的幫助。指引手冊特別注重本地化製作，採用了現今社會年輕人的常用語言，且由香港本地設計師設計。香港藝人楊千嬅小姐亦透過 Facebook 特別錄製的關愛短片，表達對是次自殺預防倡議的支持，希望公眾熱愛生命，關心身邊人。

《有困難，我撐你》將透過多間公益機構向社工、教師、家長、學生及有需要的人免費派發。指引手冊的電子版亦可從任何一個合作夥伴機構的網站上免費下載。防止自殺研究中心會將指引手冊派發給加入「優質教育基金培養學生正面態度和價值觀網絡」的中小學，提供給第一線的社工和老師參考，而香港青年協會亦將會把指引手冊派發給有加入該協會服務網絡的學校，救助兒童會同時也會在街頭活動中派發指引手冊。

各個合作夥伴機構的代表於新聞發布會上介紹各自機構為有需要的年輕人提供的援助，歡迎各界人士善用這些服務。Facebook 香港及台灣公共政策總監陳澍先生表示，Facebook 非常有幸藉此機會與港大等不同專業和公益組織合作，這也是繼近期 Facebook 啟動全新網上自殺自殘預防功能之後，第一次在線下為香港度身定制，推出最符合香港本地實際情況及語言習慣的指引手冊。



香港青年協會督導主任徐小曼女士認同社交媒體是聯繫及服務青年人的主要平台。她分享青協近年開展通過社交媒體接觸及服務青年的經歷，並演示介紹如何通過 Facebook 及 Whatsapp 獲取青協的求助資訊和服務。

撒瑪利亞會項目顧問賴美芳女士表示，青少年遇到問題或負面情緒時，朋輩往往是他們最直接而信任的傾訴對象，有見及此，撒瑪利亞會透過「友伴同行」生命互勉計劃，讓青年人認識情緒困擾、抑鬱症、自傷和自殺的徵兆、成因和預防方法，促進青年人彼此間的聆聽與溝通，在朋輩間發揮互助互勉的精神。賴女士並寄語青年人要「多聆聽，少批判」。

香港救助兒童會總幹事方曉明女士介紹該會的服務，透過跟不同單位合作，為兒童建立完整的支援網絡，例如透過電話熱線為家長及兒童提供情緒輔導，亦透過充權方式，鼓勵兒童直接參與社會，重拾生存及生活意義。

葉教授總結道，《有困難，我撐你》的編輯與發佈體現出香港社會有很多有心人，亦有豐富的社會資源。與會人士共同發出呼籲：任何人都可能面臨困難，求助並不意味著軟弱，而當你發現身邊有人需要幫助時，你也可以善用社會資源，更好地去幫助對方。無論是線上及線下，透過積極的溝通、富有同理心的傾聽與支持，大家都可以成為生命的守護者。

活動照片和詳情，請於以下網址下載：

<http://csrp.hku.hk/press-conference-connected-life/>

《有困難，我撐你》指引手冊：

<http://csrp.hku.hk/wecare> 或

<https://fbnewsroomus.files.wordpress.com/2016/06/help-a-friend-in-need-hk.pdf>

楊千嬅小姐的關愛短片可於 2016 年 6 月 29 日下午 6 點之後在以下網址下載：

<https://www.facebook.com/hkucsrp>

傳媒查詢

邱世邦先生 (Rickey YAU)

電話：2831 5232

電郵：csrp@hku.hk

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。

關於合作夥伴（按機構英文名稱字母順序排列）：

facebook

Facebook 成立於 2004 年，致力為大眾提供分享平台，讓世界更開放，聯繫更緊密。通過 Facebook，用戶與親友保持聯繫，發掘新鮮資訊，分享生活故事。



香港青年協會（hkfyg.org.hk | m21.hk）（簡稱青協）於 1960 年成立，是香港最具規模的青年服務機構。隨著社會不斷轉變，青年所面對的機遇和挑戰時有不同，而青協一直不離不棄，關愛青年並陪伴他們一同成長。本著以青年為本的精神，我們透過專業服務和多元化活動，培育年青一代發揮潛能，為社會貢獻所長。至今每年使用我們服務的人次已超過 500 萬。在社會各界支持下，我們全港設有 60 多個服務單位，全面支援青年人的需要，並提供學習、交流和發揮創意的平台。此外，青協登記會員人數已超過 41 萬；而為推動青年發揮互助精神、實踐公民責任的青年義工網絡，亦有逾 17 萬登記義工。在「青協·有您需要」的信念下，我們致力拓展 12 項核心服務，全面回應青年的需要，並為他們提供適切服務，包括：青年空間、M21 媒體服務、就業支援、邊青服務、輔導服務、家長服務、領袖培訓、義工服務、教育服務、創意交流、文康體藝及研究出版。

撒瑪利亞會



撒瑪利亞會是一個非牟利、無宗教立場的團體，主要服務是為精神和情緒受困擾或有自殺傾向的人士提供 24 小時情緒支援熱線和電郵服務。自 1974 年起，撒瑪利亞會服務本港社群的所有人士，不論其年齡、宗教信仰、種族、性別、性別認同或性傾向，撒瑪利亞會均盡力提供協助。去年，撒瑪利亞提供超過三萬個求助電話。



救助兒童會相信每個孩子都值得擁有未來。在香港及世界各地，我們予兒童一個健康生命的開始、學習的機會及免受傷害的保護。我們致力為每日受危難影響的兒童而努力，以改變他們的生命及分享我們的未來。我們全球的 30 個辦事處於 120 多個國家進行救護工作，而救助兒童會香港辦事處於 2009 年成立。