



▲香港撒瑪利亞防止自殺會義工，為求助者提供情緒支援，左為賽嬌，右為Winnie。

學童情緒困擾 求助個案急增

學童自殺問題引起社會關注，有防止自殺的輔導機構的數據顯示，去年19歲以下求助個案，升幅超過27%，13歲以下求助個案更上升一半，情況更有年輕化趨勢。最近一宗求助個案，剛升上小學一年級、年僅六歲的學童已有輕生念頭；有小四學生表面因為沉迷電玩，與母親爭執繼而持菜刀架頸，揚言要自殺，但深入了解才發現背後另有原因。

有資深社工提示家長，多聆聽子女心聲，了解其內心世界，及早尋求精神治療，可以避免悲劇發生；若受到情緒困擾，必須明白到「人生總會有機會遇到不如意的事，危機可能每人每日也有機會發生」，要懂得找人幫助，找人傾訴，記着「困局不是定局，困境總有出路」。

大公報記者 馮錫雄、蘇榮（文） 盧剛昌（圖）

針對早前接連發生多宗青少年自殺，大公報記者專訪兩間情緒輔導機構，資深社工解構原因、分析問題、提供建議，希望可以減少悲劇發生。

香港撒瑪利亞防止自殺會自殺危機處理中心主任註冊社工韋賽姬表示，去年19歲以下求助者有188人，較2022年的148人，升幅超過27%，當中13歲以下求助人數更增一半，年紀最小只有6歲，剛升上小一。求助數字上升，反映青少年自殺問題呈年輕化。

韋賽姬指出，去年10月27日加強網上聊天服務後，對比之前兩個月求助個案，升幅超過50%；不論接觸的服務人數及時數也明顯上升，情況令人關注。

父母離婚 10歲童沉迷電玩

她引述一宗求助個案是單親母親，兒子10歲就讀小學四年級，本來成績名列前茅，忽然沉迷玩遊戲機，拒絕沖涼，一次勸戒時兒子竟衝入廚房，拿起菜刀架在自己的頸部，揚言要自殺。

「記得當時那位小朋友很久沒有沖涼，頭髮也豎起來，就像《龍珠》入面的超級撒旦人。」韋賽姬憶述，上門探訪期間，該位小朋友一直不理睬，只沉迷玩遊戲機，後來談起動漫人物，引起對方的興趣，打開話匣子，才知道小朋友沉迷打機，甚至不沖涼，是因為父母離婚，感到不開心和寂寞，於是自暴自棄。

「要讓情緒受困者講出心底話，便要走入對方的內心世界，投其所好，只要用心聆聽和陪伴，就可以令對方把困難和壓力說出來。」韋賽姬相信，只要了解求助者的內心世界，一起去面對，尋求解決方法，就可以改變輕生的念頭。

另一間輔導機構明愛向晴軒也有提供24小時社工支援熱線。明愛向晴軒危機專線及教育中心高級督導主任蔡泳詩表示，求助者的年齡層分布廣泛，有18歲以下，也有70歲以上，最多是來自

40至49歲的求助者，佔整體超過一成，其他相對平均，18歲以下佔2%至3%，男女比例方面，男佔約35%，65%是女性。

「致電求助的人一定會有掙扎，但他們也希望有人幫助，不想走到（自殺）這一步。」蔡泳詩表示，支援熱線每年平均收到超過3萬宗求助，2023年較2022年增加2000宗，涉及自殺或他殺危機，佔整體求助7%；若每日平均計算，每日有六人提及輕生。

她分析，對比2022年，當時家庭衝突較多，疫情下很多人在家中困獸鬥鬥，2023年因為經濟問題求助增加，但踏入2024年情況及趨勢則難以預測，「舉例疫情以為幾個月就完，最終長達三年，很多事情是難以預計。」

回顧2023年，需留意求助者提到「他殺」的念頭，下半年較上半年也上升一倍以上，全年加起來雖少於100宗，但值得關注。

困局非定局 總有出路

究竟受情緒困擾的人懂得找人傾訴，是否可以減低自殺念頭？蔡泳詩指出，找人傾訴只是其中一種方法，除此以外，每人也可以做一些自我紓緩，例如調整一下呼吸，或讓自己可以暫時休息一下，接觸大自然，或者做一些自己覺得舒服的事。

「人生總會有機會遇到不如意或突發的事，危機可能每人每日也有機會發生。」蔡泳詩強調，當有危機出現，甚至突然產生自殺念頭時，不要覺得只是自己會遇上，要明白人人也有這個機會，「很多求助者個案，只要經過一些幫助，重新整理之後，也可以重拾人生，要記住「困局不是定局，困境總有出路」。



韋賽姬

蔡泳詩

想一想關心你的人

義工心聲

人死後，不代表一了百了，有自殺者的家屬在事發後十多年，仍然無法忘記傷痛。

失去至親 與痛苦共存

「我女兒當時21歲，選擇去另一地方（自殺），12年來，（我）一直起起跌跌，她的離開，對我來說有相當大的打擊，始終沒有辦法將痛苦拿走，唯有選擇共存，唯有跟痛苦一起活到今日。」義工Winnie坦言，曾想過不再活下去，後來細想，如果自己也選擇離開，對家人的傷害也會很大，難以承受那份傷痛。

Winnie說，現時透過定期參加義工活動，製作心意卡，勉勵同樣失去親人的求助者。對於青少年自殺問題，她認為，社會各界應該一起去尋求原因，希望社會提供更多資源了解更多，多加聆聽年輕人心聲，「有時他們頑皮，可能只是希望身邊人注意自己。」

另一位義工賽嬌，兒子在10年前自殺。她憶述，兒子當年患有情緒病，但為了應付會考，連續幾個月沒有按醫生指示服藥，有一日突然走入廚房，跳樓結束生命。

經歷傷痛後，賽嬌坦言也曾想過結束生命，十多年來仍然要服食精神科藥物，又透露在新冠疫情期間，她一度因為情緒困擾，也有自殺傾向，幸得鄰居及時制止，「後來想到，如果自己自殺，中心的其他義工朋友也會很傷心，所以就開始打消念頭。」她坦言，已經將中心當作是另一個家。



掃一掃 有片睇

▲義工製作心意卡，關懷失去至親的家屬。



可防悲劇發生 聆聽子女心聲



致電求助熱線 毋須表露身份

全力支持

輔導機構強調，求助者致電支援熱線，不需要表明身份，社會會細心聆聽，經過專業評估後，或會接駁至適切的跟進服務，提供全力協助解決問題。以往一些服務使用者危機解除後，部分會回來機構分享，成為義工，幫助其他人。

明愛向晴軒24小時社工支援熱線，是香港第一條由社工接聽的24小時熱線，支援有家庭危機，以及情緒困擾人士。社工一般先疏導求助人的情緒，讓情緒先安定下來，才慢慢了解自殺背後的原因。

向晴軒有一個家庭危機支援

中心，讓有需要人士入住兩星期或以上，若求助者存在家庭壓力，需要地方靜下來，也可以24小時透過熱線，轉介「避靜服務」。

香港撒瑪利亞防止自殺會自殺危機處理中心的求助熱線，也是由接受專業訓練的社工負責接聽，近年新增網上聊天室（chatroom）服務支援，去年10月27日加強網上聊天服務，由接受專業訓練的社工負責接聽，24小時運作，協助不願意透過電話表達情緒困擾的年輕人，超過70%的求助個案在傾談後，情緒得到紓緩，當求助者有輕生的念頭，獲得求助者同意後，才會轉介作出深入跟進。



▲香港中國企業協會昨日在會展舉辦2023年度義工嘉許禮。

中企協嘉許禮 表揚傑出義工

【大公報訊】1月27日下午，香港中國企業協會在香港會議展覽中心舉辦2023年度義工嘉許禮，以表彰中資企業義工在過去一年的辛勤付出和卓越表現。中央政府駐港聯絡辦副主任尹宗華、特區政府民政及青年事務局長麥美娟、香港中國企業協會會長繆建民與500位各界嘉賓、中企負責人、義工代表出席，共同見證和分享中資義工的榮譽和喜悅。

香港中國企業協會義工團團長李引泉在致辭中表示，中資義工積極回

饋社會，過去一年繼續深入開展「中企服務進社區」等系列活動，全力支持特區政府改善民生；在「撐完善地區治理」過程中，中資義工自發走上街頭，積極向市民講解改革方案，呼籲市民支持愛國愛港人士服務社區等。他希望每一位中資義工再接再厲，在今後發揮榜樣引領作用，共同守護好、建設好我們美好的家園。

為香港增添關愛活力

麥美娟致辭時感謝中資義工的

服務為香港社會增添更多關愛和活力。希望中資義工隊繼續保持熱情，支持特區政府施政，做好地區治理工作，令香港拚經濟、謀發展、為民生。

本次傑出義工評選，中企協會按照義工服務時長、服務次數、組織能力等標準，共評選出優秀義工隊金獎15隊、銀獎20隊、銅獎15隊、優秀獎10隊、特別貢獻獎5隊、優秀義工領袖223人、優秀義工832人、優秀青年義工428人。

中國人民大學加強與港企合作

【大公報訊】1月26日，中國人民大學校長尚立率訪問團一行到訪香港中國商會。林尚立感謝香港中國商會對該校的幫助並表示，香港中國商會支持的紫荊谷項目已初見成效，為國家發展培養了大批可用之才。

香港中國商會理事會會長、全國人大代表蔡毅等和訪問團進行親切交流。香港中國商會創會會長、廣東省協理委員陳丹丹代表香港中國商會主席陳經緯等歡迎訪問團到訪。陳丹丹說，中國人民大學具有豐富歷史和卓越地位，為國家培養了大量優秀人才，也為香港社會輸送了新的血液。她介紹，香港中國商會是由香港企業、中國內地企業、海外華資企業、海內外華人企業家和專業人士聯合成

立的非牟利商會組織。多年以來，商會配合國家發展戰略，走出去，引進來，積極推動會員參與「一帶一路」及粵港澳大灣區建設。

「一帶一路」建設可加強合作

林尚立發言時特別對該會通過紫荊谷項目給予人民大學的幫助表達了感謝。他說，希望能在大灣區的創新創業方面以及「一帶一路」的建設方面，可以和香港中國商會加強合作。

中銀國際控股有限公司副董事長林廣兆，香港中國商會副會長林鎮洪、石豐榮等也先後向訪問團一行介紹了香港經濟社會發展的最新形勢，並結合各自領域的發展契機深入探討和中國人民大學的合作意向。



▲中國人民大學校長尚立日前率團到訪香港中國商會。