

青少年自殺

特徵、防止及危機處理

- 青少年自殺事件頻生，反映出社會問題的存在。
- 共商研究、集思廣益，正視問題、解除困惑，將是各方的當務之急。



侯傑泰 著

香港青少年自殺個案的頻生，令公眾大為關注。原應珍惜的生命，因一時的挫折、偶爾的不樂，迭遭毀棄，使人扼腕嘆息。面對如此困局，推委責任，互相指罵，不但未能有益於解決問題，反倒令不平靜之中再添幾分聒噪。

死生是大事！家長、教師、社會人士、政府官員，都萬不能掉以輕心，惟有虛懷納諫、反覆檢討、共訂良策，方才是最應當的急務。一本討論青少年自殺問題的專著，願能促進彼此的共識。



ISBN 962-231-801-0



9 789622 318014



聯合出版集團

港幣 58 元

Published & Printed in Hong Kong

青少年自殺

——特徵、防止及危機處理

侯傑泰 著
中華書局

青少年自殺

——特徵、防止及危機處理

□

編著

侯傑泰

□

出版／發行

中華書局(香港)有限公司

香港九龍馬坑壩道5B2樓

□

印刷

陽光印刷製本廠

香港柴灣安業街3號

新藝工業大廈6字樓G、H座

□

版次

1993年2月初版

1996年9月再版

© 1993 1996 中華書局(香港)有限公司

□

國際書號：ISBN 962 231 801 0

出版說明

香港，一個傳奇色彩濃厚的地方，百多年間，竟能由寂寂無聞小漁港發展成為金光燦爛的大都會，譽滿全球，箇中真義，堪可細味。

中西文化、傳統、制度的碰撞，折射出炫目絢麗的火花，映照着一千平方公里的土地，六百萬黑頭髮、黃皮膚的香港人。成功不是徒然的僥倖，香港的發展史，就是兼容並蓄，在有容乃大的原則下，歷經了演進、發展、突破、創新的過程。風雲歷歷的百多年間，香港升沉、起跌、自強不息。

“殖民地”，固然並非光彩的稱號，但如能在此建立可堪棲息的理想家園、締造安定繁榮的美好將來，自不必對此過於介懷，甚或引為恥辱。

歷經的風風雨雨，我們都在默默耕耘、胼手胝足的努力中邁過，香港人從來不乏應付艱辛的毅力與頭腦。政策的得宜、拼搏的精神，於焉成就出神話般的功績。

作為一個成功的例子，“香港經驗”，近年來成為外地及本土人士所關切的對象；“香港學”，亦因此成為新的研究方向。

當歷史的步伐踏進一九九七年七月，香港將面對新的轉變，過份的樂觀與悲觀都大可不必，然而缺乏對香港發展歷程、制度、傳統等情況的種種認識，將如何鑒古知今，歸納總結，以建造更光輝美好的前景？這就是我們組編這套叢書的原因。

香港社會各方面的發展，各有特色：經濟政策、貿易發展、司法制度、社會福利、肅貪倡廉……都是構成香港社會的軟件系統，藉着對這些情況制度的系統介紹與回顧，或作為資料流傳、或作為經驗借鑒，以求增加讀者對所處小島的各種認識，也就是我們組編這套叢書的目的。

透過叢書的內容、觀點，讀者將會明白，香港的發展，從來就是歷盡曲折，飽嚙滄桑，而香港人對於未來，也當一如既往，充滿信心。

中華書局（香港）有限公司出版部

序 言

香港自1991年3月一小學生墮樓及連串學童自殺事件發生後，青少年自殺問題頗受大眾關注，可是公眾及傳媒的討論重點，很多是基於一些錯誤的分析及理解。部分教育、社工或輔導專業人士的評論及建議，不但未能協助解決問題，更可能導致一些模仿性自殺。

從公眾及傳媒對學童自殺的評論，可見不少人錯誤相信：學童自殺是極其罕有的事件；學校問題（功課壓力等）是導致自殺的主要原因；學童自殺數字近年倍增（主要是教署提供不可靠的數據所致，見附錄一）；香港青少年自殺率甚高；近年學童自殺率上升是與家庭及學校因素有關；青少年自殺多因成年人某次錯誤行為（例如：教師誣陷學生，父母錯責子女，家長要求過嚴，相士危言聳聽，校規過嚴）所導致；精神健康正常的青少年受某次重大打擊也很易自殺；用問卷篩選有自殺傾向的學童，是有效可行的預防自殺方法；若能對學生推行防止自殺課程，自殺率定會下降；自殺易於防止，問題只是香港尚未推行該等防止自殺計劃等。

上述的錯誤觀念大部分源於公眾或青少年工作者對自殺的特徵及成因等，缺乏認識。其實有關青少年自殺的研究不少，本書旨在介紹：青少年自殺個案的特徵，自殺危險性評估，危機的處理技巧，對企圖自殺者及其他同學的輔導方法，防止自殺的方法及效用。此外，本書亦簡介一些有關香港自殺的統計數據及研究結果。

希望本書有助家長、教師及青少年工作者了解自殺者的一些特徵，從而更能辨別一些自殺危機個案。當覺察有企圖自殺事件發生時，能更有信心鎮定地及有效地處理所面對的危機。

導致青少年自殺的因素甚為複雜，零碎有局限性的防止自殺計劃，效用甚微。雖然如此，但各人若對這問題有多一點認識，並對青少年給予更多關懷及愛護，協助他們成長，自殺事件定會相應減少。編寫本書，也是希望朝着這方向邁出一小步。

侯傑泰

中文大學教育心理系

一九九二年九月

目 錄

序 言	2
第一章 自殺學	2
第二章 有關自殺的謬誤	6
第三章 青少年自殺個案特徵	12
自殺者特徵	12
觸發自殺的事件	16
幼童自殺	17
首次及多次企圖自殺者的差異	18
仿自殺	18
第四章 自殺危險性評估	22
危險因素	22
簡單的評估方法	25
自殺意圖問卷	30
預測自殺的困難	31
第五章 自殺者的心理狀態	34
第六章 自殺危機處理技巧	38

第七章 企圖自殺個案的輔導	44
家庭輔導模式	44
校內輔導工作	46
對死者家人及朋友的輔導	48
第八章 防止自殺	50
學校內防止自殺課程	50
防止自殺中心及熱線	52
防止自殺計劃的成效	53
學校內計劃的成效	54
防止自殺中心的成效	55
防止自殺的困難	56
第九章 香港的自殺情況	58
數據來源	58
數據分析	59
其他國家的自殺率	66
數據評論	68
第十章 香港的自殺研究	74
第十一章 模仿性自殺	88
研究方法	88
模仿自殺事件	89
導致模仿的因素	92
公眾的錯誤分析	94
第十二章 自殺與法律	96
保密守則與拯救生命的矛盾	96
專業上的疏忽	97

加州個案	99
非專業人員的角色	100
結 語	102
 附錄一 同情自殺學童導致更多慘劇	
——公眾與傳媒應自我反省——	104
附錄二 從學童自殺談起	
——處理學生犯過及減低其無望感——	112
附錄三 學童自殺——尋針故事的結局——	116
 參考文獻	118

青少年自殺
——特徵、防止及危機處理

第一章

自殺學

自殺學（Suicidology）一詞的出現雖然只有二十多年，但早於十九世紀末，涂爾幹（Durkheim）已試圖從社會學的角度解釋自殺現象。他主要是從社會對個人的關係及控制力的強弱，將自殺分為四大類：

（一）“利他性”自殺

這是社會習俗或羣體壓力下的自殺；殉夫自焚（suttee）或日本的剖腹自殺（harakiri）均屬此類。在這情況下，死是光榮，生存是可恥，所以亦可說是無可選擇的自殺。涂爾幹認為這類自殺在原始社會及軍隊內最多。

（二）“自我性”（egoistic）自殺

與“利他性”自殺恰好相反，“自我性”自殺的發生是因為個人失去社會之約束及關連；自殺者對身處的社羣毫不關心。這類自殺在對外戰爭或在政治、家庭氣氛濃厚的社會中發生機會較低，但已離婚或無子女的人則比例較高。

（三）“失調性”（anomic）自殺

個人與社會固有的關係被破壞，例如：失去工作、親

人，甚至突然得到巨額財富，都足以令人徬徨不知所措，因而自殺。

（四）“宿命性”（fatalistic）自殺

這是個人因種種原因，受外界過分控制及指揮；典型例子是奴隸或監犯被鎖困在密室中，他們感到命運完全非自己可以控制，因而自殺。

批評涂爾幹理論的人認為自殺數字常因社會文化觀念而被低估。故宗教氣氛濃厚的國家自殺率偏低，只可能是由於隱瞞漏報所致，再者涂爾幹研究中的取樣數目很少，所得出的結論未盡可信。

涂爾幹是從宏觀社會學（macrosociology）去解釋自殺行為，佛洛伊德（S.Freud）卻從心理分析角度着眼。佛洛伊德認為人對自己喜愛的事物會產生愛恨交集（ambivalence）之認同（identification）。但當遇到挫敗時，矛盾情緒的恨意便可能指向內化對象。自殺就是對內攝（introjected）喜愛事物的無意識敵意行為。例如：一個人為了摧毀心中愛恨交集的愛人意象而殺死自己。

縱觀上述分析，涂爾幹認為自殺是社會與個人間的關係強弱及改變所致，人是被動的；而佛洛伊德卻從內心動力（intrapsychic dynamic）去解釋，自殺對他來說是一種主動侵略性行為。

引發自殺的因素甚多，且這自我毀滅的行為多數並不是由單一事件所導致的，涂爾幹或佛洛伊德的學說對解釋某些自殺現象當然有其適用的地方，但當這些理論用於另

一些事件上，有時卻會有點牽強。冀求以一簡單通則解釋所有自殺行為並不容易。本書第三章對自殺者的背景特徵，將另作詳細描述及分析。

第二章

有關自殺的謬誤

公眾對自殺事件的不當反應，很多時源於他們對自殺存有一些誤解；例如：他們認為青少年無重大困擾，應不會自殺，故偶有學童自殺事件發生，公眾及傳媒很易過分反應及渲染事件。

本書除了在各有關章節指出這些錯誤思想外，亦在下面臚列一些常見的謬誤（Fremouw et al., 1990），雖然其中一些論據可能涉及觀點與角度問題，例如：自殺者不一定抑鬱，但抑鬱卻是頗多自殺者的徵狀。本章的討論盼有助澄清一些有關自殺的含糊概念。

（一）自殺事件一般都是無迹可尋

青少年自殺事件一旦發生，很多時旁人（包括：死者父母、教師、同學）甚感意外和詫異。其實大部分自殺者都有明顯或間接的求助訊息，例如：與好友道別，將事情安排妥當。就算青少年的自殺較為衝動，但若我們小心觀察，仍可發覺，自殺者在作最後決定前，已表現出內心的痛苦及猶豫，只是旁人大意未能及時理悟這些求助呼聲而已！

（二）恐嚇說自殺的人是不會自殺的

當一些人向別人透露自己會自殺，尤其是當語帶恐嚇成分的（例如：兒子向父親恐嚇說：“你再打我，就是迫我去死”），很多人以為這只是吸引他人注意力，或意圖控制他人的手段而已，自殺機會不大，因為真正決意要死的人，不會告訴別人的。

上述的想法其實並不正確。在面對死亡抉擇時，自殺者往往心情十分矛盾，有時並會因依戀生命而發出呼救，一些研究也顯示三分之二以上自殺者，曾在自殺前向他人透露其自殺的念頭，這是求救的訊號，尤其是對年輕企圖自殺者，他們透露自己的自殺意念，是希望成人或關心他們的長者，能予以協助及指導。故我們對任何說自殺的人，須切實嚴肅處理，他們是極可能會自殺的。

（三）情緒好轉後自殺危機減少

一些情緒極度抑鬱有自殺意念的案主，有時情緒突然無故好轉，可能令人誤以為自殺危險性已減低，此時案主可能在旁人放鬆防範措施下，突然自殺，令人費解。其實當案主面對生死困惑難以抉擇時，他可能極為困擾沮喪，但他若已選擇自殺時，情緒反而較為平靜；一經決定，像放下心頭大石。若他的死意甚為堅決，他也極可能盡量掩飾這決定，避免他人防範和拯救，其實這時自殺的危機最大，旁人或輔導者應加倍小心分辨了解，並提供適當的輔助。

（四）一般人永不會有自殺念頭

很多人可能認為，除了那些有高度自殺危險的人外，