



救世軍

國際立場宣言

防止自殺



立場宣言

救世軍相信生命是神賦予的神聖禮物，所有人都是按照神的形象被造的，具有同等的內在價值。因此，每個人都應該受到珍惜並得到培育，不論其年齡、性別、性取向、種族、宗教、健康狀況、社會地位或其對社會的潛在成就和貢獻如何。

自殺是指故意結束自己生命的行為，而自殺未遂是指任何試圖結束自己生命的行為¹。自殺行為源自生理、遺傳、心理、社會和環境因素、宗教信仰和失去希望等元素之間複雜的互動。

救世軍相信應該盡一切方法防止人故意取去自己的生命或尋求他人協助自殺²。防止自殺可以且應該全面地進行。保護和預防元素可以在防止自殺中發揮重要作用，如社會支持和連繫、藥物治療、心理輔導和精神支持，以及對自殺根本原因的認識。

救世軍致力關懷及支援曾經自殺未遂或受自殺影響的人士。救世軍拒絕譴責試圖自殺或自殺死亡的人，並認為對倖存的家人和朋友的污名化是不公正的。

防止自殺是每個人都應該認真對待的議題。

¹ APA心理學字典 (APA Dictionary of Psychology)
<https://dictionary.apa.org/> (資料於2023年9月17日參閱)

² 救世軍國際立場宣言：安樂死及協助自殺
The Salvation Army: International Positional Statement: Euthanasia and Assisted Suicide
<https://www.salvationarmy.org/isjc/ips>



背景

救世軍是全球首個推行防止自殺計劃的組織。1907年，創辦人卜維廉大將在倫敦設立反自殺會，開展了防止自殺的事工。³

世界衛生組織（WHO）報告每年有數以十萬人自殺身亡，亦有許多人正在嘗試自殺。在許多國家，自殺者主要為男士。導致某人考慮自殺的因素，可能包括孤獨、被孤立、為履行團體義務而自我犧牲，以及在高壓和挫折感強烈時感到不堪負荷。處於極端壓力和高期望下的人也有自殺的風險。超過九成自殺個案與精神障礙有關（尤其是抑鬱、物質濫用、精神分裂及人格障礙）。⁴上述大部分精神障礙已有有效治療的方法。⁵

部分人士出現自殺行為的風險較高，包括但不限於自殺未遂者、酒精或物質依賴者、年輕男士、長者、喪親者、受歧視的弱勢社羣、郊區居民，及受身體病患折磨人士等。⁶救世軍一直關心和陪伴弱勢人士，而其人員亦致力於防止自殺，並為在現世生活中掙扎的人給予希望。

自殺未遂個案比自殺致死個案超出20倍⁷，而首次自殺未遂後一年內再嘗試自殺的數字尤其高，倖存者會經常感到內疚或羞恥^{8 9}。許多研究指接觸到武器、不安全的橋樑、大量包裝的藥丸和有毒氣體的接觸會增加自殺致死的可能性。¹⁰

³ 反自殺會，本迪戈廣告報（Bendigo Advertiser），1907年1月7日
<http://nla.gov.au/nla.news-article89592911>

⁴ Nock, M.K.等，〈精神障礙、共病與自殺行為：全國共病調查複製結果〉，《分子精神病學》（Molecular Psychiatry），第15冊，第8期（2010年8月），頁868至876
<https://doi.org/10.1038/mp.2009.29>

⁵ 「自殺率」頁面，世界衛生組織（資料於2023年9月17日參閱）
<https://www.who.int/data/gho/data/themes/mental-health/suicide-rates>

⁶ 「防止自殺」頁面，世界衛生組織（資料於2023年9月17日參閱）
<https://www.who.int/health-topics/suicide>

⁷ 同上。

⁸ Probert-Lindström, Sara等，〈患者急診檢查中自殺未遂者的長期自殺風險因素：32年追蹤研究結果〉，《BMJ Open》，第10冊，第10期（2020年10月31日）
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33130567/>

⁹ Shamsaei, Farshid等，〈以現象學手法，探索自殺未遂倖存者的經歷〉，《國際健康與福祉確定性研究雜誌》（Int J Qual Stud Health Well-being），第15冊，第1期（2020年3月29日）
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7172699/>

¹⁰ Milner, A.等，〈自殺手段、職業和自殺風險：基於12年驗屍數據的全國性研究〉，《BMC 精神病學》（BMC Psychiatry），第17冊，第1期（2017年4月14日），頁125
<https://doi.org/10.1186/s12888-017-1288-0>



雖然傳媒能夠有效教育公眾防止自殺，但也可能帶來傷害。披露自殺或自殺未遂的相關資訊可能會導致其他人考慮自殺。¹¹不少社交媒體網站也有關於如何進行自殺的詳細信息。有數據顯示，就傳媒和社交媒體有關自殺案的報道手法提供建議能降低自殺率。¹²

培訓宗教領袖、社區工作者和教師識別自殺的早期警告信號並實施有效干預，是防止自殺的有效策略。^{13 14}為高危人士提供情感聯繫和希望，可以進一步增強對自殺傾向的抵抗力。¹⁵

大多數嘗試自殺的人其實心情矛盾，而且並非存心求死。只有少數自殺是沒有先兆的¹⁶，所以每當有人宣稱要傷害自己，都應謹慎處理。

自殺對社會、情感和經濟影響深遠，是一個全球性的公共健康問題，然而自殺在很多社會上仍然是禁忌的話題。親人自殺後的悲痛和失落，往往比自然死亡後更為複雜、強烈，並需要更長時間處理。

¹¹ 通常被稱為「自殺傳染」或「自殺模仿」。Mueller, Anna S.與Abrutyn, Seth，〈朋友間自殺傾向的揭露：利用社交網路資料了解自殺傳染〉，《健康與社會行為期刊》（Journal of Health and Social Behavior），第56冊，第1期（2015年3月1日），頁131至148
<https://doi.org/10.1177/0022146514568793>

¹² 加拿大自殺防治協會，「醫療指南」頁面（資料於2023年9月17日參閱）
<https://suicideprevention.ca/media/media-guidelines/>

¹³ Ghoncheh, Rezvan等，〈青少年自殺預防電子學習模組對把關者的有效性：隨機對照試驗〉，《醫學互聯網研究——心理健康》（JMIR Mental Health），第3冊，第1期（2016年1月29日）
<https://doi.org/10.2196/mental.4614>

¹⁴ Isaac, Michael等，〈把關者訓練作為自殺預防干預措施：系統性回顧〉，《加拿大精神學期刊》（The Canadian Journal of Psychiatry），第54冊，第4期（2009年4月1日），頁260至268
<https://doi.org/10.1177/070674370905400407>

¹⁵ 禰美瑤等，〈希望與絕望：希望在緩解絕望對自殺意念的影響中的作用〉，《公共科學圖書館：綜合》（PLoS ONE），第10冊，第6期（2015年6月24日）
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0130073>

¹⁶ 「為什麼人們會自殺」頁面，
<https://suicideprevention.ca/media/why-do-people-die-by-suicide/>
（資料於2024年3月6日參閱）



救世軍立場理據

聖經教導，人類有永生（創世記1章27節），在神的創造裏有着獨特的位置（詩篇8篇5節）。人類被造是為關係而存在，而這種關係應該體現於羣體生活之中（使徒行傳4章32至35節）。

救世軍相信，沒有甚麼能使人與神的愛隔絕（羅馬書8章38至39節），並且神的智慧是完美的。只有神是審判者（詩篇9篇8節），因此不應對他人的永恆生命作出假設。救世軍為自殺受害者舉行的安葬儀式中的用詞也反映了這些信念：「我們的〔名字〕弟兄/ 姐妹已經離世，我們現今將他/ 她的身體安葬，願土歸於土，灰歸於灰，塵歸於塵，藉着神的愛和憐憫使他/ 她復活。」¹⁷

救世軍相信若在耶穌裏經驗到生命更新的力量（彼得前書5章10節），就能重拾盼望（羅馬書15章13節及詩篇33篇20至22節）、得到醫治（詩篇147篇3節）、獲得新生（彼得前書1章3節），又相信重修關係（約翰一書5章4節及詩篇91篇）是防止自殺行為的有效因素。



¹⁷ 大將授權，救世軍禮儀，2019年，頁41至42，救世軍國際總部

實際回應

1. 救世軍人應建立友善、關懷和互相支持的社區，營造幫助個人避免孤立的環境。
2. 救世軍的事工單位會繼續在可能的情況下為有需要的人士、家庭和社區提供防止自殺的支援服務。這些事工致力為有自殺念頭的人士以及喪親者提供社會支援、連繫、輔導、祈禱和精神支持。
3. 救世軍人將努力理解伴隨自殺念頭而來的沮喪、孤立和絕望感，並且不加以批判。救世軍人將致力關顧可能因自殺未遂而感到羞恥和內疚的人。
4. 救世軍支持盡所有方法來提升個人、專業人士及大眾對防止自殺的關注。
5. 各個地域都應教育其人員和成員進行適齡和文化適切的方法以防止自殺，包括早期識別和轉介任何受自殺行為影響的人士。
6. 救世軍致力向社區推廣相關教育工具，包括發展有關理解和管理情緒、建立健康關係和應對社會環境等的生活技能。
7. 對有自殺風險人士來說，能輕易獲得專業關顧是十分重要的，尤其是患有精神障礙者。救世軍的事工單位應與其他預防自殺、評估和治療的組織建立合作夥伴關係，以增強對弱勢人士的支援。
8. 救世軍支持在社會及國家層面上的一切辦法，以降低接觸到自殺方法的機會。自殺風險可能無法完全被消除，但可以通過各種預防策略令風險大大降低。
9. 救世軍向喪親者提供體貼的輔導和教牧關懷，期望消除伴隨自殺而來的污名。
10. 救世軍人在社交媒體發帖時應謹慎行事，明白帖文對他人心理健康所潛在的不利影響。救世軍鼓勵就報道自殺案件向傳媒推出負責任的報道指引。





參考資料

美國預防自殺基金會
<http://www.afsp.org>

Coleman, Loren and O' Halloran, Susan, 〈透過把關者訓練預防青少年自殺〉, 第7版, 2004年
https://www.academia.edu/26546755/Youth_Suicide_Prevention_Gatekeeper_Training_Preventing_Youth_Suicide_through_Gatekeeper_Training (資料於2023年10月1日參閱)

墨爾本大學澳洲自殺研究及防治所
<https://www.griffith.edu.au/griffith-health/australian-institute-suicideresearch-prevention>

Hawton, K. & Van Heeringen, K 《國際自殺及企圖自殺手冊》
(The International Handbook of Suicide and Attempted Suicide), John Wiley & Sons出版社, 2002年

國際預防自殺協會 (IASP), 2000至2002年
www.iasp.info

預防自殺學習中心 (Prevent Suicide PA Learning)
<https://pspalearning.com/> (資料於2023年10月1日參閱)

撒瑪利亞會
<https://www.samaritans.org/> (資料於2023年10月1日參閱)

「防止自殺把關者訓練」頁面, 美國馬林縣外展及預防團隊 (Marin Outreach & Prevention Team)
<https://prevention.marinbhhs.org/suicide-prevention-gatekeeper-trainings> (資料於2023年10月1日參閱)

香港大學香港賽馬會防止自殺研究中心
<http://csr.p.hku.hk>

牛津大學自殺研究中心
<https://www.psych.ox.ac.uk/research/csr>

「自殺」頁面, 世界衛生組織
<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/suicide>

「防止自殺」頁面, 世界衛生組織
<https://who.int/health-topics/suicide>

經大將批准, 2024年6月

國際立場宣言所表達的觀點, 乃救世軍對相關議題的官方立場。沒有國際總部的明確書面批准, 不得以任何方式對此等觀點作出修改或調整。

