

生命天使或有反效果

侯傑泰 中文大學教育心理學系主任

自殺不再是「過街老鼠」，人人唾罵，而是誰見到都會憐憫的行為。身處慘境的人，抗拒自殺能力相對減少，他們想：「就算我死，也是值得同情的。」

接二連三的自殺慘劇，令人悲痛惋惜，但如何遏止這浪潮，確是不易。近日鋪天蓋地的「生命天使」活動，良好意願不容置疑，但會否引來反效果，卻值得三思。

一些美國自殺研究學者，也批評部分防止自殺計劃可能導致更多慘劇。其中一個原因，是我們不自覺地，不斷將自殺描繪成合理、可接納、值得同情、是一理性的選擇。任何常人放在同一處境，也極可能以自殺來終止這慘。

同情令自殺成可原諒行為

自殺不再是「過街老鼠」，人人唾罵，而是誰見到都會憐憫的行為。身處慘境的人，抗拒自殺能力相對減少，他們想：「就算我死，也是值得同情的。」

我常舉亂倫去說明上述的道理。直至今日，我們仍不會對這類個案高調說：「這是工作壓力，是經濟問題，值得可憐。」甚至策動「生命天使」去幫他們。我們只會說：「可恥、發瘋。」因為我們認為亂倫與否，主動權仍在犯事者手中。因此當我們心中偶爾泛起亂倫的衝動時，我們自有自衛機制去責罵自己發瘋，將這歪念立刻驅去。

@professor Kit-Tai Hau, The Chinese University of Hong Kong

但在社會高調同情自殺的氣氛下，自殺甚至殺死親生子女，已「爭取」得遠高於亂倫的地位。在愛心人士的包容下，自殺已「正常」（常人的行為）化，光明正大地登堂入室，而非異端行為。

在炭包上寫上勵志字句有效嗎？我不知道，情緒困擾的人，需要的是深入、多次、專業的個人心理輔導或精神醫生治療。看罷簡單字句，便放棄這自殺念頭的，想多是《讀者文摘》式的勵志故事，現實世界中罕見。若相信炭包印字句，對解決自殺問題有顯著成效的，未免一廂情願，有點天真。

炭包勵志字句成效不大

太極、緩步跑、健身操等都可能對健康有益，但不能用此立刻撲滅流行疫症。同理，改善家庭輔導服務、增加失業救濟、鼓勵關懷老弱、建立健康社區、強化愛心服務教育都是長遠、積水滴成大海的萬世基業，不能一蹴而就，解決自殺浪潮。

但這些不能短期見效、以防自殺為名目、排山倒海高調的活動，客觀上會令自殺者感到被同情，並將自殺行為合理化正常化，並產生適得其反的效果。

自殺成因複雜，包括精神病等。經濟蕭條引發的多在經濟崩潰一段時間後，市民儲蓄用盡時才逐漸浮現。當然，增強社會內聚力雖有幫助，但簡單解決方法難求。

西方國家在面對這些自殺浪潮時，傳媒曾共同在某段時間（如一至兩年），不再作詳細報道，在香港不知是否有效，無計可施下，也值得一試。

在92年連串學童自殺事件中，我亦與學界及傳媒有多番同類爭論。當時大部人不相信傳媒效應可導致更多慘劇，頗多公眾及教育界人士均趁機高調要求校規、課程及其他教育改革。

傳媒可考慮不再報道

我認為這是不智的，因為只會令小孩更相信他們的自殺是合理、高尚及值得同情的。幸虧近日並無社工界高調要求社會服務改革。檢討何時都可進行，但不應與自殺掛。

我的信念及要求是一致及明確的：

- 一、應小心傳媒效應；
- 二、避免高調同情自殺者的活動。

我們不願見「生命天使」活動客觀上令高危自殺者誤以為自殺值得同情，錯解為天國微笑向他們招手，那就與活動原意，適得其反了。

我願意默默關心我身邊的人，但萬人誓師大會，免了。