第一图书网, tushu007.com

<<拯救沉重的生命>>

图书基本信息

书名：<<拯救沉重的生命>>

13位ISBN编号：9787810365970

10位ISBN编号：7810365975

出版时间：2004-1

出版时间：汕头大学出版社

作者：马浚伟著

页数：189

字数：128000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

第一图书网, tushu007.com

内容概要

《拯救沉重的生命——十个震撼人心的自杀案例探讨》作者是香港歌、影视三栖明星，讨论了十个自杀案例，书中旨在告诉社会珍惜生命，并重视生命价值的重新建立。

作者简介

马浚伟，香港歌、影、视本栖明星，从艺以来，在歌坛获TVB十大劲歌金奖9次，在《鹿鼎记》、《一号皇庭》、《妙手仁心》、《洛神》等18部电视剧集出演男主角，参与拍摄电影4部，他还是香港电台多个电视栏目的主持人。

<<拯救沉重的生命>>

书籍目录

代序 “ 以后我对马仔这个人，有更深一层的认识了！
” “ 马浚伟又一次令人刮目 ” “ 不要轻率地自我毁灭可贵的生命！
” 自序 “ 我衷心希望下一代完全不知道“ 自杀 ” 是什么！
社工简介 走在拯救生命前线的战士个案 网络迷情 饱暖思淫 苦担子 黑色童年 我要活下去 死胁 哀乐 黄昏 出轨 天使聆听 女儿的恐惧 研讨结语附录 撒玛利亚防止自杀会简介 工作人员简介 关怀从聆听开始 编者感言

章节摘录

黄镇汉(Michael Wong)　毕业于多伦多大学心理学系及约克大学社会工作学系。
从事社会工作10多年，现职香港撒玛利亚防止自杀回自杀危机处理中心中心主任，主要负责危机处理方面的工作。
他曾于加拿人多伦多全科医院、仕嘉堡怀恩医院、烈治文山旭康医院、多伦多西区医院急症室、精神科任职，并负责危机处理培训工作，也曾在加拿大多个危机处理中心从事危机处理工作。
吴秋和(WendyNg)　白攻读礼会土作系后，曾从事青少年、社区组织及教育、劳工、老人、复康、专业培训等社会服务工作接近十年。
现职香港撒玛利亚防止自杀会生命教育中心中心主任。
马：男主角原本事业有成，意气风发，但一场金融风暴，令他失去以往辛苦得回来的一切，当一个人失意的时候，应该怎样处理情绪？　M：一个人失意的时候，噩运好像陆续而来，工作不如意、家庭出现问题、第三者给予压力、债务越积越多、身边的朋友离他而去，再加上社会经济低迷，令他感觉无法翻身，危机只会逐渐增加，但如果在小危机开始出现时，能及早处理，得到专业辅导，应该可以阻止悲剧发生，而不是突然之间，所有问题同时出现。
马：但相对于其他个案，今次的主角是社会上有名誉有地位的人，关乎自尊问题，在寻求协助时是否比一般社会人上来得困难？　M：的确，香港的社会服务机构，在环境方面是给予资源较差的弱势社群，但他们仍有渠道寻求一些专业人士协助。
例如有团体附设家庭服务中心，除辅导性外，还可以申请援助，通常这些中心设在屋村的办事处，有头有脸的人，为了面子问题，未必愿意跟其他人一齐去排队等候。
W：一些社会上有头有面的人，即使他们想寻求帮助，某程度上，都担心在辅导过程中，容易被其他人知道，相比起在社会上不为人认识，什么都没有的人们来得难过，但其实他们可以找私人心理医生协助辅导。
这一个案的人物，是在社会上有地位的律师，他在不得意的时候，仍图以自己的名气，去争取一些特别的机会，望借此翻身，但情况却未如理想，在不服气的情况下，最后要以死来解决。
其实这是很错的做法，因为俗语有云：“留得青山在，那怕没柴烧”，只是他会觉得没脸见人，这点是很重要，许多时，一些社会上有名誉有地位的人，会较穷困得身无长物的人，更介意别人的看法，所以他们所承受的压力，会比起一般人艰苦得多。
有一点值得一提，当人遇到挫折，其实跟患了伤风感冒一样，都需要寻找医治的方法，精神健康出现问题，并不等于是精神病人。
马：这类人面对逆境，他们又应如何面对？　W：其实时有一些在社会上有名誉有地位的人，出来详谈他们如何安然度过困境的报道，是很值得鼓励。
他们知道自己有本身的价值，而失败只是生命的一部分。
他们没有就此觉得自己完全没有价值，当一个人看到自己的价值，又懂得反思，检讨失败原因，由失败的经验，转 而从正确方向，脚踏实地的角度去做事，必有翻身机会。
每个选择对一个人都有很大影响，正确选择人生的道路，可能会稳步上扬，相反会一落千丈。
马：烧炭自杀似乎越来越多，是否因为社会风气感染？　W：根据数字显示，烧炭自杀的数字，由前年排在最多人采用的自杀方法第三位，于去年已升为第二位，有时，当一个人在迷惘阶段，外间给予的讯息很容易便会接收入脑。
如果，传媒不断将某些自杀手法夸张报导的话，很容易造成负面的宣传效应，这一点，传媒实应小心处理。
马：个案虽然是男主角自杀，但他的动机只为以生命去威胁爱护他的人，反而女主角的心态，才值得留意及关心，因为她若想歪了，便成为一个自杀倾向高危的人。
W：没错，在揭开丈夫有婚外情的同时，女主角是不能接受这个事实的，所以坚决不肯离开。
这种个案，第一要看女主角如何看自己，第二是她怎样看她的丈夫，然后就是她要怎样的生活。
如果这个女人觉得自己有自我存在价值，她便很有条件自强地生活下去，不用依靠男人。
现在的女性，将感情全部投入一个男人之余，也应知道自己的存在，取得平衡点，无论仍在恋爱阶段

，还是结了婚，每个人都是一个个体，都有自己的价值。
婚姻是爱情的延续，女性在现今社会，随着工业转营至服务性行业，女性较容易配合和投入这个市场，所以女性开始自立的机会较大，在社会上拥有一定的地位及经济能力，自然开始与男性平起平坐。从这个观点看，女性不再受到压抑，自己可掌握自己的命运，不是控制在别人手上。
　　马：婚外情在现今社会已变成一个普遍现象，香港是否有这方面的服务协助？　　M：像男主角一次、两次自残生命，其实是需要家庭服务去处理他的个案，例如明爱(请参看附　录资料)便有婚外情热线服务。
　　W：一家人一起去处理，也是解决问题的一个方法。
女主角被丈夫以死威胁离婚，她要知道自己怎样去自处是很重要，但一个人单打独斗，是很痛苦的一回事，再加上夫家的人，令她在这件事上，反而成为导致丈夫自杀的元凶，很容易令她将责任归咎于自己身上，所以家人的帮助是不可忽略，最理想是大家一起去商讨解决方法。
　　马：男性若然发现自己的心转变，应该如何去面对这件事，而不是以死或任何强硬态度去令爱侣死心？　　M：男性根基于对家庭的看法，觉得自已是否仍然对家庭有承担，若然边这方面都失支了，应该最平和的方式去处理，让对方明白了解，将伤害减至最低，以死威胁对双方都没有好处。
　　……

媒体关注与评论

“以后我对马仔这个人，有更深一层的认识了！”

“以后我对马仔这个人，有更深一层的认识了！”

顾嘉辉

自杀，是弱者的行为，相信读者们都会同意这点，但我们都是以局外人的眼光去看，当这些事情发生在我们身上，我们又会有怎样的看法呢？
会不会仍然冷静地想：“自杀是弱者的行为”呢？
既然立定意志要去寻死，又理得他是不是弱者的行为呢！
所以，当我们尝试苦心婆心地劝喻人们要珍惜牛命以前，我们首先要了解当事人的心境，一针见血地道出问题的重点，才可以找小解救的方法。

本书的10个自杀及自杀获救者的个案实例，是马浚伟与总编辑徐蓉蓉及同事们的努力采访下的成果，百分百之真实个案，加上社会工作者的专业意见，对防止自杀有其积极的帮助意义。

马浚伟，我在他还未进入娱乐圈之前已认识。
一向他给我的印象就是靓仔歌星，乖乖仔一名。
这次他为关怀负面现象充斥的社会，出版一本正面讯息的读物，为社会尽一点绵力。
在现今人人都向钱看的现象之下，这个不求收获的构思，实在是难能可贵的。
以后我对马仔这个人，有更深一层的认识了！

顾嘉辉
2002年9月

第一图书网, tushu007.com

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com