

# 解讀生死素養

## DEATH LITERACY

社聯  
HKCSS



### 什麼是生死素養？

生死素養 (Death Literacy) 是指個人在面對死亡、臨終照顧及喪親過程中所具備的

知識

技能

認識

實踐能力

它不僅僅是知識的累積，更強調將知識轉化為行動，以提升個人及社群在生命晚期的生活質素。



### 社聯公佈的生死素養數據

香港社會服務聯會在 2025 年，就照顧者社群及公眾層面進行了有關生死素養的研究，了解到各層面生死素養的實際狀況。

平均得分

香港的生死素養平均分\*：

(隨機樣本 n=300)

4.68

(低於新加坡的 5.66 分)

照顧者得分

香港照顧者的生死素養平均分\*：

(非隨機樣本 n=300)

4.97

素養弱項

照顧者對關於死亡的法例、安寧療護服務、社區支援等認識不足，尤其對「在家離世的法例」的認識最低。



生死素養指數 (Death Literacy Index, DLI) 由以下 **四個核心** 範疇衡量

● 實踐知識

實踐晚期照顧及討論生死的能力。

照顧者得分\*：

5.21



● 經驗知識

個人透過喪親經驗增長的智慧及技巧。

照顧者得分\*：

5.94



● 事實知識

對死亡相關的法律、服務及程序的認識。

照顧者得分\*：

4.45



● 社區知識

對相關的社區資源的認識及可及性。

照顧者得分\*：

4.61



# 生死素養與社群的關係

生死素養的不同範疇對社群面對死亡有不同的影響，當中包括：

## 1 與照顧者負擔相關

研究顯示生死素養與照顧者負擔息息相關，生死素養較高的照顧者，更懂得尋找資源及作出照顧預備，有助減低他們的照顧負擔。



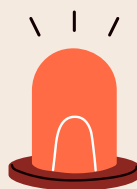
## 2 與居家安老的關係

當社群具備足夠的生死素養，鄰里與親友能形成支援網絡。這能支持病患及照顧者在熟悉的環境度過生命最後階段，而非過度依賴醫院。



## 3 談生論死的氛圍

具備生死素養的社群，更容易開啟有關晚期醫療決策、財務及生活規劃的討論。這有助於：



避免無效的  
創傷性急救



尊重每個人的  
照顧及醫療意願

減少家屬在面對至親離世時的矛盾



## 業界如何應用生死素養？

作為面對長者、病人、照顧者等服務的同工，生死素養可以成為一個方向及指標，使服務更可以照顧到高齡化社會的需要。

### 1 參考生死素養為生死教育服務的成效指標

#### ● 基線評估及分析

在介入前進行基線測量，了解參加者在實踐知識、經驗知識、事實知識、社區知識，四個範疇的狀況，並分析個案在哪些範疇最為薄弱，從而制定針對性的服務。



#### ● 持續監測

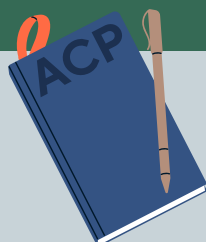
觀察社會生死素養的變化，從而協助相關的政策發展。



### 2 將「生死教育」常態化

#### ● 生命管理規劃

向服務使用者提倡「生命管理」及「預設照顧計劃 (ACP)」，為晚期生活及早準備。



#### ● 地區教育

將生死議題納入服務單位定期舉辦的工作坊之中，例如地區康健中心或長者中心。



本計劃由香港公益金資助  
This project is supported by The Community Chest

香港社會服務聯會@2026