



媒體報導

日期：2012年9月16日(星期日)

資料來源：文匯報 - 港聞 - A13

標題：中學生精神狀況 接近長期病患者

參考網址：<http://paper.wenweipo.com/2012/09/16/HK1209160029.htm>

中學生精神狀況 接近長期病患者

香港文匯報訊(記者 歐陽文倩)香港一向是「壓力之都」，有大型調查顯示，中學生自評精神健康狀況只有40.6分至45.7分(滿分為100分)，與長期病患者36分至40分接近，而且越高年級越精神不振。另分別有16%學生至18%學生坦言，經常感到情緒低落、絕望或焦慮不安，情況令人關注。研究小組建議家長主動關心子女情緒需要，促請政府對全港兒童及青少年進行定期身體及情緒健康調查。

有見近年中學生面對精神困擾越來越嚴重，基督教家庭服務中心與香港

理工大學護理學院2011年至2012年5月期間，合作展開「中學生家庭生活與精神健康研究」，以問卷訪問7所位於將軍澳、觀塘、黃大仙區的中學學生，以了解中一學生至中六學生家庭生活、身體和精神健康狀況，以及功課壓力、學業成績滿意度等，共收回問卷6,151份。

年級越高精神健康越差

調查結果顯示，中學生身體健康狀況良好及穩定，自評分數平均逾50分，但仍有約17%學生認為身體情況

欠佳，步上數層樓梯也「有一定限制」。另學生情緒及精神健康堪憂，受訪中學生自評精神健康狀況為40.6分至45.7分，分數隨年級增長遞減，反映學生越高年級，精神狀況越與長期病患者接近。

近兩成人經常情緒低落

另分別有16%學生至18%學生受訪前4星期經常感到情緒低落、沮喪或絕望；又或緊張和焦慮不安。63%學生表示，功課壓力很大；約40%學生不滿意學業成績，越高年級情緒越強

烈。另6%學生至8%學生坦言，失去人生方向，但隨着年齡增長會有所改善。至於家庭生活方面，約21%學生平均每周少於1天和父母一起活動；約10%學生認為父母經常想控制他們的生活，這感覺隨着年齡增長而加重。

理大護理學院助理教授麥艷華建議，家長多留意子女情緒健康，主動與子女溝通。她又認為，學校、社區、政府須多管齊下，推廣活動及政策，定期了解學生身體及精神健康。上述研究將繼續進行至2014年，並將多訪問17所中學。

香港一向是「壓力之都」，有大型調查顯示，中學生自評精神健康狀況只有40.6分至45.7分(滿分為100分)，與長期病患者36分至40分接近，而且越高年級越精神不振。另分別有16%學生至18%學生坦言，經常感到情緒低落、絕望或焦慮不安，情況令人關注。研究小組建議家長主動關心子女情緒需要，促請政府對全港兒童及青少年進行定期身體及情緒健康調查。

有見近年中學生面對精神困擾越來越嚴重，基督教家庭服務中心與香港理工大學護理學院2011年至2012年5月期間，合作展開「中學生家庭生活與精神健康研究」，以問卷訪問7所位於將軍澳、觀塘、黃大仙區的中學學生，以了解中一學生至中六學生家庭生活、身體和精神健康狀況，以及功課壓力、學業成績滿意度等，共收回問卷6,151份。

年級越高精神健康越差

調查結果顯示，中學生身體健康狀況良好及穩定，自評分數平均逾50分，但仍有約17%學生認為身體情況欠佳，步上數層樓梯也「有一定限制」。另學生情緒及精神健康堪憂，受訪中學生自評精神健康狀況為40.6分至45.7分，分數隨年級增長遞減，反映學生越高年級，精神狀況越與長期病患者接近。

近兩成人經常情緒低落

另分別有16%學生至18%學生受訪前4星期經常感到情緒低落、沮喪或絕望；又或緊張和焦慮





基督教家庭服務中心
Christian Family Service Centre

香港九龍觀塘翠屏道3號

3 Tsui Ping Road, Kwun Tong, Kowloon, Hong Kong.

電話 Tel: (852) 2861 0283 電郵 E-mail: cfsc@cfsc.org.hk

傳真 Fax: (852) 2520 0438 網址 Website: www.cfsc.org.hk

不安。63%學生表示，功課壓力很大；約40%學生不滿意學業成績，越高年級情緒越強烈。另6%學生至8%學生坦言，失去人生方向，但隨著年齡增長會有所改善。至於家庭生活方面，約21%學生平均每周少於1天和父母一起活動；約10%學生認為父母經常想控制他們的生活，這感覺隨著年齡增長而加重。

理大護理學院助理教授麥艷華建議，家長多留意子女情緒健康，主動與子女溝通。她又認為，學校、社區、政府須多管齊下，推廣活動及政策，定期了解學生身體及精神健康。上述研究將繼續進行至2014年，並將多訪問17所中學。

- 完 -



香港公益金會員機構
Member Agency of The Community Chest

Prepared by CAD-CU 20120917