



媒體報導

日期：2013年8月25日(星期日)
資料來源：太陽報 - 港聞 - A14
標題：近半中學生陷焦慮
參考網址：[請按此](#)

> 星期日 **太陽報 THE SUN** 港聞5/醫知健 **A14**

近半中學生陷焦慮

不堪功課壓力 嚴重者想自殺

漫長暑假即將結束，需注視中學生在新學期萌生的心理困擾。一項調查發現，受訪中學生或會因功課壓力、成績不及他人等原因，容易引發焦慮、抑鬱症狀，部分甚至有自殺自殘的念頭。負責調查的機構建議，學生在開學前要放鬆心情，家人需多加關心，港府有需要為全港青少年展開情緒健康調查以制訂相關政策。

● 周倩儀引述一名即將升讀中三的男生個案指因選科壓力引發焦慮症。

香港理工大學護理學院聯同基督教家庭服務中心，於二〇一一年至今年五月訪問一萬一千多名將軍澳、黃大仙及觀塘區的中學生，發現四成八人在受訪前兩星期內，因功課壓力大、不滿意成績等原因出現包括緊張不安、不能控制擔憂等焦慮症狀。在百分之六有經常焦慮的類別中，逾七成同時出現低落、絕望等的抑鬱症狀，近半數即約三百人更嚴重至有自殺或自殘念頭。

理大護理學院助理教授麥華華表示，經常焦慮者會以飲酒、吸煙或吸毒逃避問題及麻醉自己，「焦慮與抑鬱的症狀會『拍住拖』咁嚟，外國研究指學生有經常焦慮，八成人日後患上焦慮症機會極高。」建議當局展開全港青少年情緒健康調查，以及定期舉辦青少年壓力管理講座。

心結難解 家人漠視

基督教家庭服務中心專業服務發展經理陳國溪分析，學生在成長過程得不到滿足，或有心結解不到，加上家人漠不關心就容易有焦慮症。中心主任周倩儀引述個案指一名即將升讀中三的男生，因選科壓力於三個月前出現焦慮、不安症狀，需接受精神科治療，「佢搭巴士會覺得好壓迫，寧願等巴士右咁多人先上，最後返學遲到就被老師誤以為佢係刻意。」



漫長暑假即將結束，需注視中學生在新學期萌生的心理困擾。一項調查發現，受訪中學生或會因功課壓力、成績不及他人等原因，容易引發焦慮、抑鬱症狀，部分甚至有自殺自殘的念頭。負責調查的機構建議，學生在開學前要放鬆心情，家人需多加關心，港府有需要為全港青少年展開情緒健康調查以制訂相關政策。



香港理工大學護理學院聯同**基督教家庭服務中心**，於二〇一一年至今年五月訪問一萬一千多名將軍澳、黃大仙及觀塘區的中學生，發現四成八人在受訪前兩星期內，因功課壓力大、不滿意成績等原因出現包括緊張不安、不能控制擔憂等焦慮症狀。在百分之六有經常焦慮的類別中，逾七成人同時出現低落、絕望等的抑鬱症狀，近半數即約三百人更嚴重至有自殺或自殘念頭。

理大護理學院助理教授麥艷華表示，經常焦慮者會以飲酒、吸煙或吸毒逃避問題及麻醉自己，「焦慮與抑鬱的症狀會『拍住拖』咁嚟，外國研究指學生有經常焦慮，八成人日後患上焦慮症機會極高。」建議當局展開全港青少年情緒健康調查，以及定期舉辦青少年壓力管理講座。

心結難解 家人漠視

基督教家庭服務中心專業服務發展經理陳國溪分析，學生在成長過程得不到滿足，或有心結解不到，加上家人漠不關心就容易有焦慮症。中心主任周倩儀引述個案指一名即將升讀中三的男生，因選科壓力於三個月前出現焦慮、不安症狀，需接受精神科治療，「佢搭巴士會覺得好壓迫，寧願等巴士有咁多人先上，最後返學遲到就被老師誤以為佢係刻意。」

- 完 -