



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

媒體報導

日期: 2015年3月26日(星期四)
資料來源: 都市日報 - 港聞 - 精神健康 - P08
標題: 六成中學生有抑鬱症狀
參考網址: [請按此](#)

08 metroNews 新聞 www.metrohk.com.hk 2015年3月26日 星期四

六成中學生有抑鬱症狀

「中學生焦慮及抑鬱情緒與個人、家庭及學校之相關因素」研究發佈會
2015年3月25日

精神健康

學生壓力大或可致抑鬱。基督教家庭服務中心及理大訪問逾1.2萬名中學生，發現逾60%受訪學生，有輕微至非常嚴重的抑鬱症狀，10%以上於受訪前兩週內出現焦慮症狀，半成以上、即667人經常出現嚴重焦慮症狀，當中近半即328人，差不多每日或每周逾半時間有自殺或自殘想法。

經常出現焦慮症狀的學生中，75.3%於受訪前4周，差不多每日或每周超過一半或以上的時間，感到低落、沮喪或絕望；81.1%情緒焦慮的學生覺得自己很差勁、是個失敗者及使自己或家人失望；56.1%及34.7%認為很少感到家人或朋友支持。

八成焦慮學生感失敗
抑鬱方面，37.6%受訪學生在4周內曾出現輕微抑鬱症狀，16.5%有中度抑鬱症狀，嚴重及非常嚴重症狀則分別有5.7%及2.3%。

調查又發現，60%人感到功課壓力較大，36%不滿意自己的學業成績，高年級學生兩者情況更嚴重。

促定期情緒健康調查
17歲的沐仔，2012年開始在學校出現行為問題，其後需接受學校關顧並要停課。其間沐仔情緒低落及焦慮，後來更因不安全感而攜帶攻擊性武器上學，最終被轉介至中心接受輔導服務，情緒始獲得支援，開始改變負面思想模式，重新投入社交生活。

研究小組建議，政府對兒童及青少年進行定期的身體及情緒健康調查；家長、教師等亦應多留意子女及學童的情緒健康，會否容易生氣、過分擔憂或難以放鬆等，及早辨識有潛在危機的青少年，提供適切的介入服務。

機構又稱，文憑試開考在即，受困擾的學生增加，有名校學生更因成績退步被老師責罵，結果暈倒。

▲沐仔接受輔導後，改變負面思想模式。

▲調查發現逾六成中學生出現抑鬱症狀。

學生壓力大或可致抑鬱。基督教家庭服務中心及理大訪問逾1.2萬名中學生，發現逾60%受訪學生，有輕微至非常嚴重的抑鬱症狀，10%以上於受訪前兩週內出現焦慮症狀，半成以上、即667人經常出現嚴重焦慮症狀，當中近半即328人，差不多每日或每周逾半時間有自殺或自殘想法。

經常出現焦慮症狀的學生中，75.3%於受訪前4周，差不多每日或每周超過一半或以上的時間，感到低落、沮喪或絕望；81.1%情緒焦慮的學生覺得自己很差勁、是個失敗者及使自己或家人失望；56.1%及34.7%認為很少感到家人或朋友支持。

八成焦慮學生感失敗抑鬱方面，37.6%受訪學生在4周內曾出現輕微抑鬱症狀，16.5%有中度抑鬱症狀，嚴重及非常嚴重症狀則分別有5.7%及2.3%。



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

Prepared by CAD-CU 20150326



調查又發現，60%人感到功課壓力較大，36%不滿意自己的學業成績，高年級學生兩者情況更嚴重。

促定期情緒健康調查 17 歲的沐仔，2012 年開始在學校出現行為問題，其後需接受學校關顧並要停課。其間沐仔情緒低落及焦慮，後來更因不安全感而攜帶攻擊性武器上學，最終被轉介至中心接受輔導服務，情緒始獲得支援，開始改變負面思想模式，重新投入社交生活。

研究小組建議，政府對兒童及青少年進行定期的身體及情緒健康調查，家長、教師等亦應多留意子女及學童的情緒健康，會否容易生氣、過分擔憂或難以放鬆等，及早辨識有潛在危機的青少年，提供適切的介入服務。

機構又稱，文憑試開考在即，受困擾的學生增加，有名校學生更因成績退步被老師責罵，結果暈倒。

- 完 -