



媒體報導

日期: 2015年3月26日(星期四)
資料來源: 文匯報 - 港聞 - 新聞透視眼/神州大地 - A27
標題: 六成中學生現抑鬱症狀 吸煙濫藥自殘宣洩 學者促及早識別情緒青少年
參考網址: [請按此](#)

A27

文匯教育新聞透視眼/神州大地

責任編輯: 鄭樂泓/方浩權 版面設計: 美術部 201

六成中學生現抑鬱症狀

吸煙濫藥自殘宣洩 學者促及早識別情緒青少年

香港文匯報訊(記者 馮晉研)負面情緒有蔓延至中學界的趨勢,一項大型研究顯示,分別有47%及62%受訪中學生有不同程度的焦慮及抑鬱,整體而言,嚴重症狀者分別有17%及5%。為排遣愁煩,不少人試過吸煙、飲酒、濫藥,也有部分人差不多每天或每周幾次萌生自殘或自殺念頭,情況令人關注。

基督教家庭服務中心和理大護理學院過去3年就中學生的情緒健康進行研究,成功以問卷抽樣訪問九龍東區16所學校共12,518名中學生。問卷就不同指標要求學生自評分數,量度學生焦慮和抑鬱的程度。

越焦慮越多出現飲酒吸毒行為

昨日公布的研究結果發現,在受訪前的兩個星期至一個月,出現輕微和中度抑鬱症狀者有54%,嚴重及非常嚴重者佔8%。另有12%學生容易焦慮,嚴重者有5.5%,當中近半人差不多每天或每周幾次有自殘或自殺的想法。

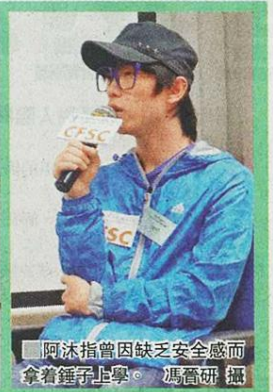
研究發現,越焦慮的學生,越多出現飲酒、吸毒和吸煙行為。他們得到親友的情感和精神支持較少,亦較常自覺是失敗者,自卑感明顯。

青少年精神健康推廣及治療中心主任周倩儀表示,曾有學生被老師質問功課問題,過度焦慮而當場暈到,故呼籲學校和家長多留意青少年的情緒健康,例如有否感到不安、

周倩儀(右一)呼籲學校和家長多留意青少年的情緒健康。馮晉研 攝

「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



阿沐指曾因缺乏安全感而拿着錘子上學。馮晉研 攝

害怕、緊張、過分擔心,容易生氣等。理大護理學院助理教授麥艷華表示,有抑鬱症狀的青少年在成年後,患上抑鬱症的風險較高,政府應為青少年進行精神健康普查,及早識別有情緒問題的青少年,並提供支援。

過來人曾拿錘回校 家人罵「變態」

現年17歲的阿沐以往常被同學欺凌,與家人關係欠佳,引發出情緒問題。他經常感到不開心,有時會用力捏自己宣洩,又因缺乏安全感而拿着錘子上學,保護自己。家人罵他「變態」,校內師生則認為其行為古怪,以記過處理。為怕他傷及他人,校方安排他到訓導室

「隔離」,影響了學業。

其後,阿沐繼續與人打架,連續兩年留班,很多時間都在訓導室渡過。他試過吸毒、自殘,「那一兩年好像住在『精神病房』,壓力爆發,我忍不住捫手。」當時他並不覺得自己有情緒問題,及後經社工轉介,醫生確診他患有輕度思覺失調,需定時服食藥物。

經一年的治療和參與不同活動,阿沐逐漸擺脫不安情緒,「現在覺得因為不開心而自殺,是錯的!」如今他與家人關係變好,與父親「有偈傾」,並已重返校園,在職訓局就讀電子課程。因為喜愛聽歌,他已找到夢想,希望日後可成為填詞人,以歌曲抒發感情。



負面情緒有蔓延至中學界的趨勢，一項大型研究顯示，分別有 47%及 62%受訪中學生有不同程度的焦慮及抑鬱，整體而言，嚴重症狀者分別有 17%及 5%。為排遣愁煩，不少人試過吸煙、飲酒、濫藥，也有部分人差不多每天或每周幾次萌生自殘或自殺念頭，情況令人關注。

基督教家庭服務中心和理大護理學院過去 3 年就中學生的情緒健康進行研究，成功以問卷抽樣訪問九龍東區 16 所學校共 12,518 名中學生。問卷就不同指標要求學生自評分數，量度學生焦慮和抑鬱的程度。

越焦慮越多出現飲酒吸毒行為

昨日公布的研究結果發現，在受訪前的兩個星期至一個月，出現輕微和中度抑鬱症狀者有 54%，嚴重及非常嚴重者佔 8%。另有 12%學生容易焦慮，嚴重者有 5.5%，當中近半人差不多每天或每周幾次有自殘或自殺的想法。

研究發現，越焦慮的學生，越多出現飲酒、吸毒和吸煙行為。他們得到親友的情感和精神支持較少，亦較常自覺是失敗者，自卑感明顯。

青少年精神健康推廣及治療中心主任周倩儀表示，曾有學生被老師質問功課問題，過度焦慮而當場暈到，故呼籲學校和家長多留意青少年的情緒健康，例如有否感到不安、害怕、緊張、過分擔心，容易生氣等。理大護理學院助理教授麥艷華表示，有抑鬱症狀的青少年在成年後，患上抑鬱症的風險較高，政府應為青少年進行精神健康普查，及早識別有情緒問題的青少年，並提供支援。

過來人曾拿錘回校 家人罵「變態」

現年 17 歲的阿沐以往常被同學欺凌，與家人關係欠佳，引發出情緒問題。他經常感到不開心，有時會用力捏自己宣洩，又因缺乏安全感而拿着錘子上學，保護自己。家人罵他「變態」，校內師生則認為其行為古怪，以記過處理。為怕他傷及他人，校方安排他到訓導室「隔離」，影響了學業。

其後，阿沐繼續與人打架，連續兩年留班，很多時間都在訓導室渡過。他試過吸毒、自殘，「那一兩年好像住在『精神病房』，壓力爆煲，我忍不住?手。」當時他並不覺得自己有情緒問題，及後經社工轉介，醫生確診他患有輕度思覺失調，需定時服食藥物。

經一年的治療和參與不同活動，阿沐逐漸擺脫不安情緒，「現在覺得因為不開心而自殺，是錯的！」如今他與家人關係變好，與父親「有偈傾」，並已重返校園，在職訓局就讀電子課程。因為喜愛聽歌，他已找到夢想，希望日後可成為填詞人，以歌曲抒發感情。

— 完 —