



媒體報導

日期：2012年9月16日(星期日)

資料來源：大公報 - 港聞 - A15

標題：63%中學生感功課壓力大

參考網址：http://www.takung.cn/paper/content/2012-09/16/content_1106177.htm

63%中學生感功課壓力大

【本報訊】基督教家庭服務中心一項調查發現，近六成三受訪中學生感到功課壓力很大，一成七學生經常、甚至每天感到緊張、焦慮或不安。該中心建議，政府應定期為全港青少年檢查身體及情緒健康，學校可定期舉辦活動，讓青少年加強認識精神健康，家長也應主動留意子女情緒。

為了解中一至中六生的家庭生活、身體及精神健康狀況，基督教家庭服務中心與理工大學護理學院訪問了約六千一百名中學生。調查顯示，六成三受訪學生感到功課壓力很大，約四成學生不滿意自己的學業成績，上述情況隨着年齡增長而變差，而且女生情況較男生嚴重。

基督教家庭服務中心建議，家長除了注意子女的身體健康情況外，應多留意子女情緒健康，例如心情不好，悶悶不樂、精力不足或減少社交活動等。家長與子女溝通時應使用積極方法，例如主動聆聽、多鼓勵少批評及減少控制，多給予他們探索空間。此外，政府應為有精神或情緒困擾青少年設立專門服務，處理青少年精神健康問題。



◀基督教家庭服務中心建議，家長應多留意子女情緒健康

基督教家庭服務中心一項調查發現，近六成三受訪中學生感到功課壓力很大，一成七學生經常、甚至每天感到緊張、焦慮或不安。該中心建議，政府應定期為全港青少年檢查身體及情緒健康，學校可定期舉辦活動，讓青少年加強認識精神健康，家長也應主動留意子女情緒。

為了解中一至中六生的家庭生活、身體及精神健康狀況，基督教家庭服務中心與理工大學護理學院訪問了約六千一百名中學生。調查顯示，六成三受訪學生感到功課壓力很大，約四成學生不滿意自己的學業成績，上述情況隨着年齡增長而變差，而且女生情況較男生嚴重。

基督教家庭服務中心建議，家長除了注意子女的身體健康情況外，應多留意子女情緒健康，例如心情不好，悶悶不樂、精力不足或減少社交活動等。家長與子女溝通時應使用積極方法，例如主動聆聽、多鼓勵少批評及減少控制，多給予他們探索空間。此外，政府應為有精神或情緒困擾青少年設立專門服務，處理青少年精神健康問題。

- 完 -