

青少年煩惱與壓力 問卷調查發佈會

日期：2017.09.19

地點：香港撒瑪利亞防止自殺會
白田服務中心

主辦



協辦



遵理潮指數 簡介

- 創立於2013年8月
- 非牟利機構
- 沒有既定的政治、宗教背景及立場
- 搜集來自不同學校、不同社區中學生對社會議題的意見
- 蒐集第一手資訊與社會人士分享

調查目的

- 青少年輕生個案備受關注
- 讓大眾了解青少年所面對的煩惱及學業壓力
- 鼓勵家長及老師關注子女及學生
- 預防青少年輕生

調查方法

- 日期: 2017年7月下旬至8月上旬
- 形式: 不記名問卷
- 對象: 升中四至中六學生
- 有效問卷數量: 1624份

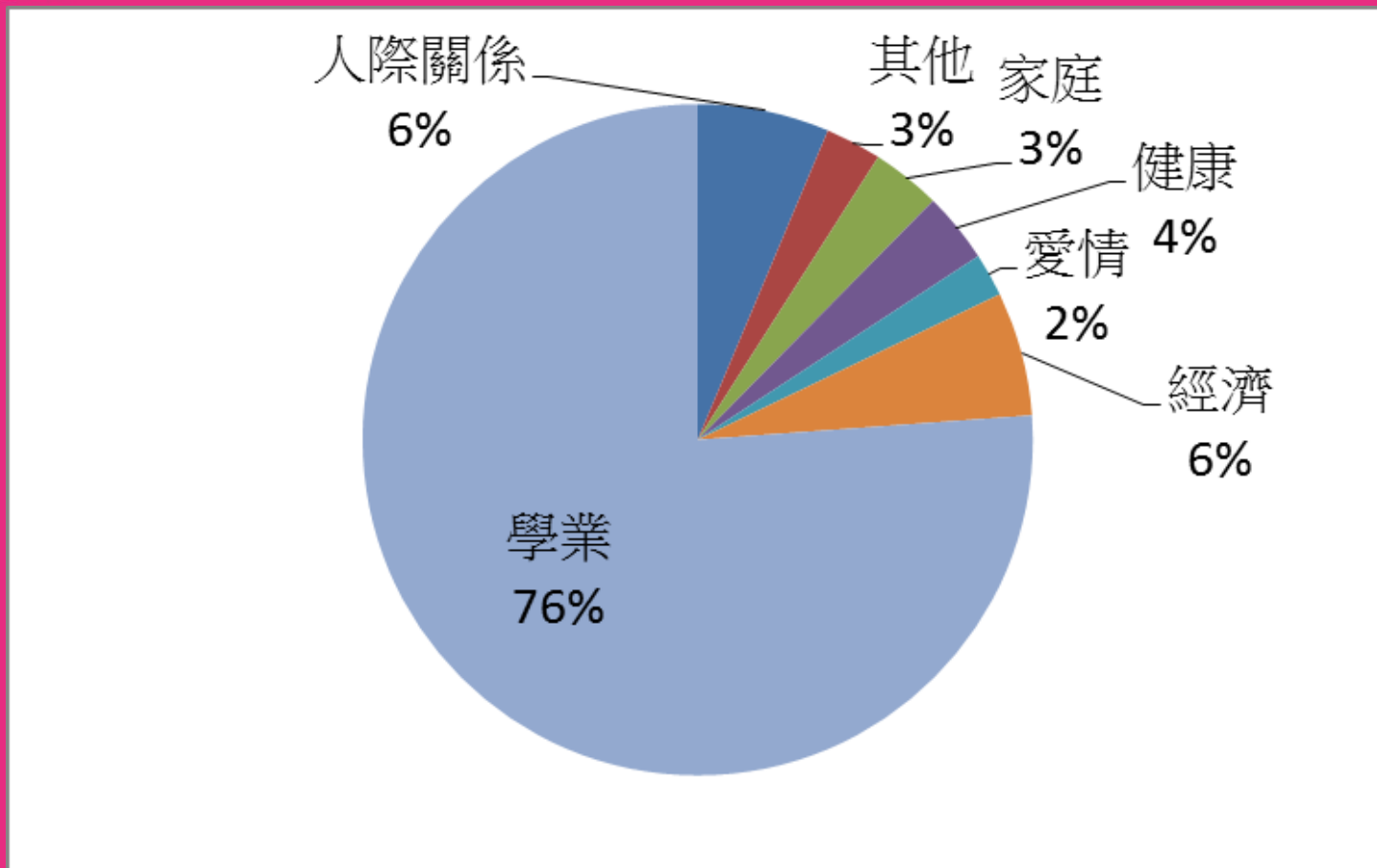


問卷結果

A large, stylized pink flower graphic is positioned on the left side of the image. It features several broad, rounded petals in a vibrant pink color, with a white center. The petals are arranged in a circular pattern, creating a sense of movement and growth. The background is a solid, light pink color, which complements the flower graphic.

青少年的煩惱來源

1.1 青少年最大煩惱來源

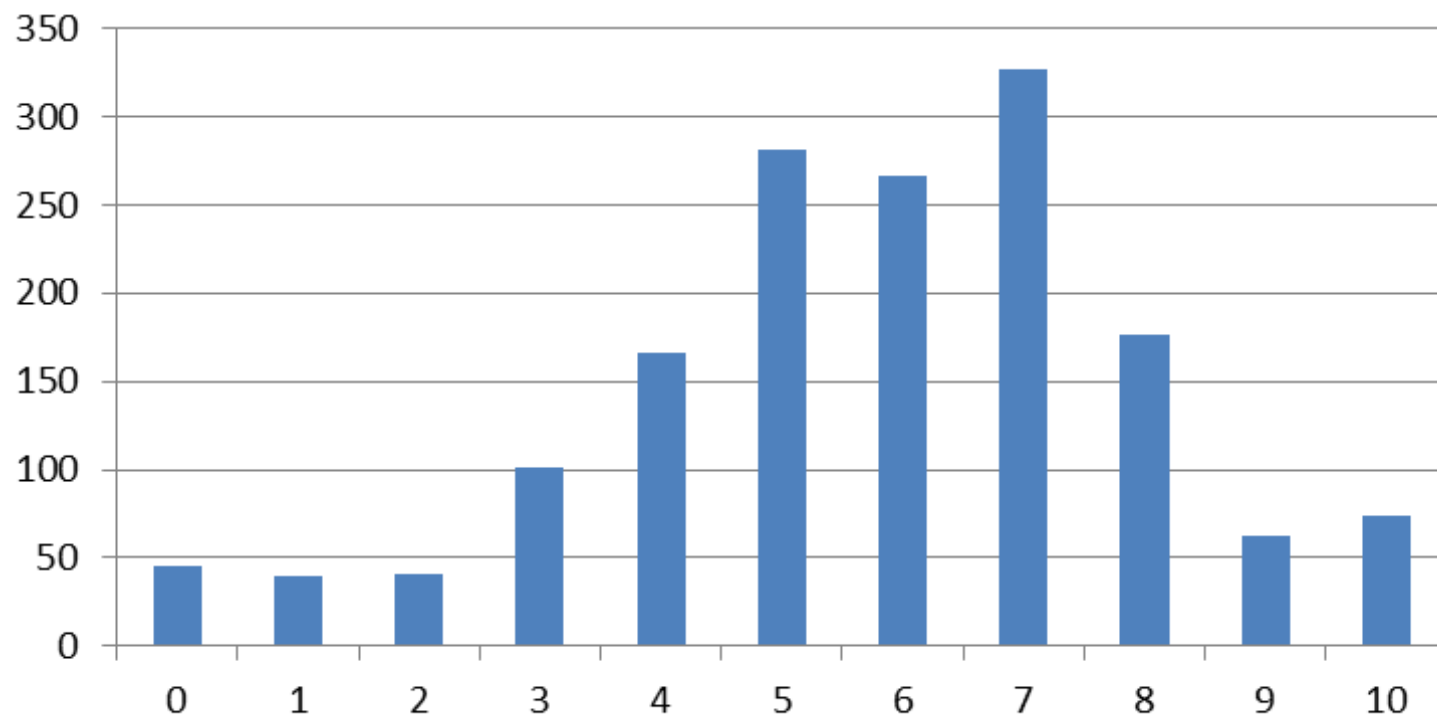




學業壓力主要來源

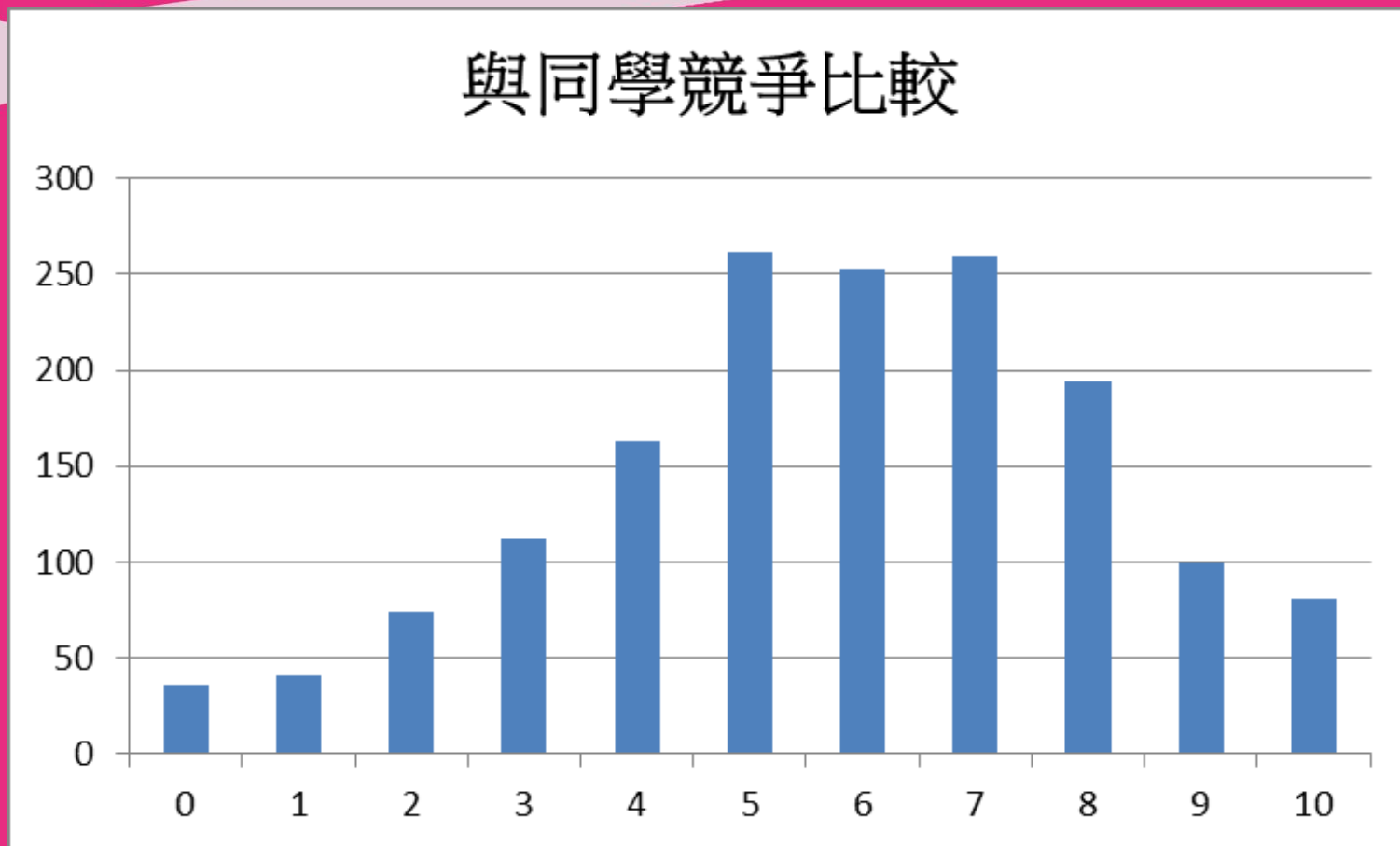
學業壓力主要來源

校內功課及測驗繁重



壓力指數: 0=沒有壓力 10=極大壓力

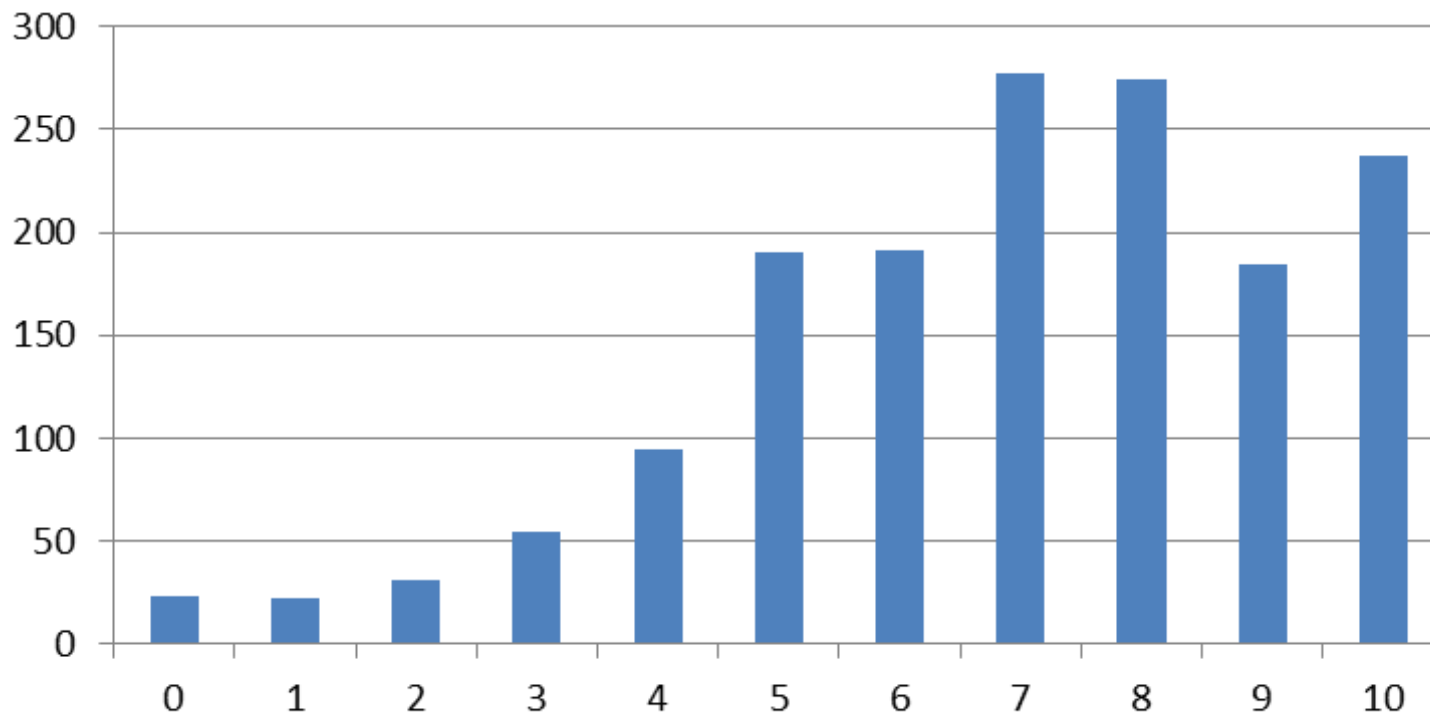
學業壓力主要來源



壓力指數: 0=沒有壓力 10=極大壓力

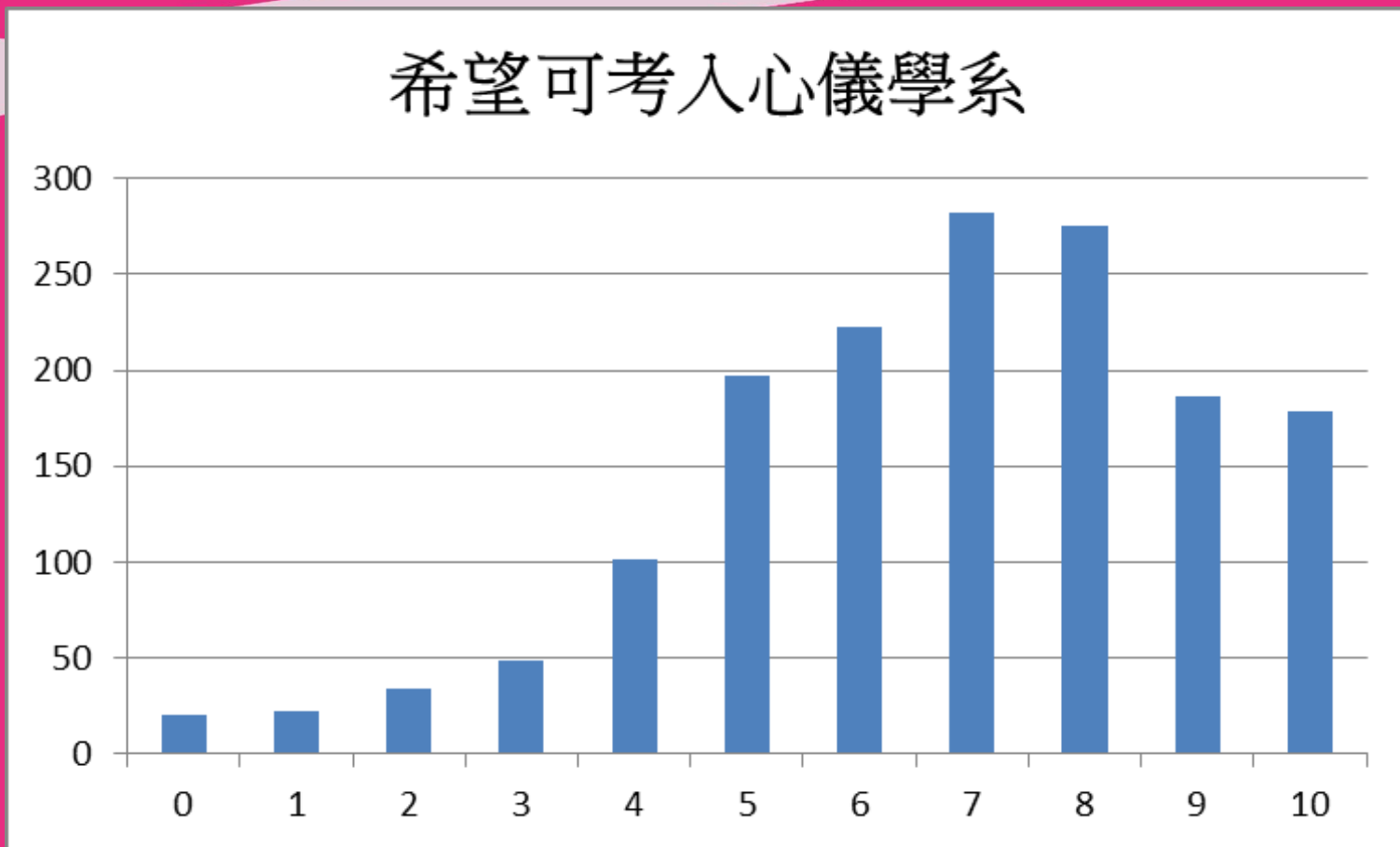
學業壓力主要來源

沒有信心應付文憑試



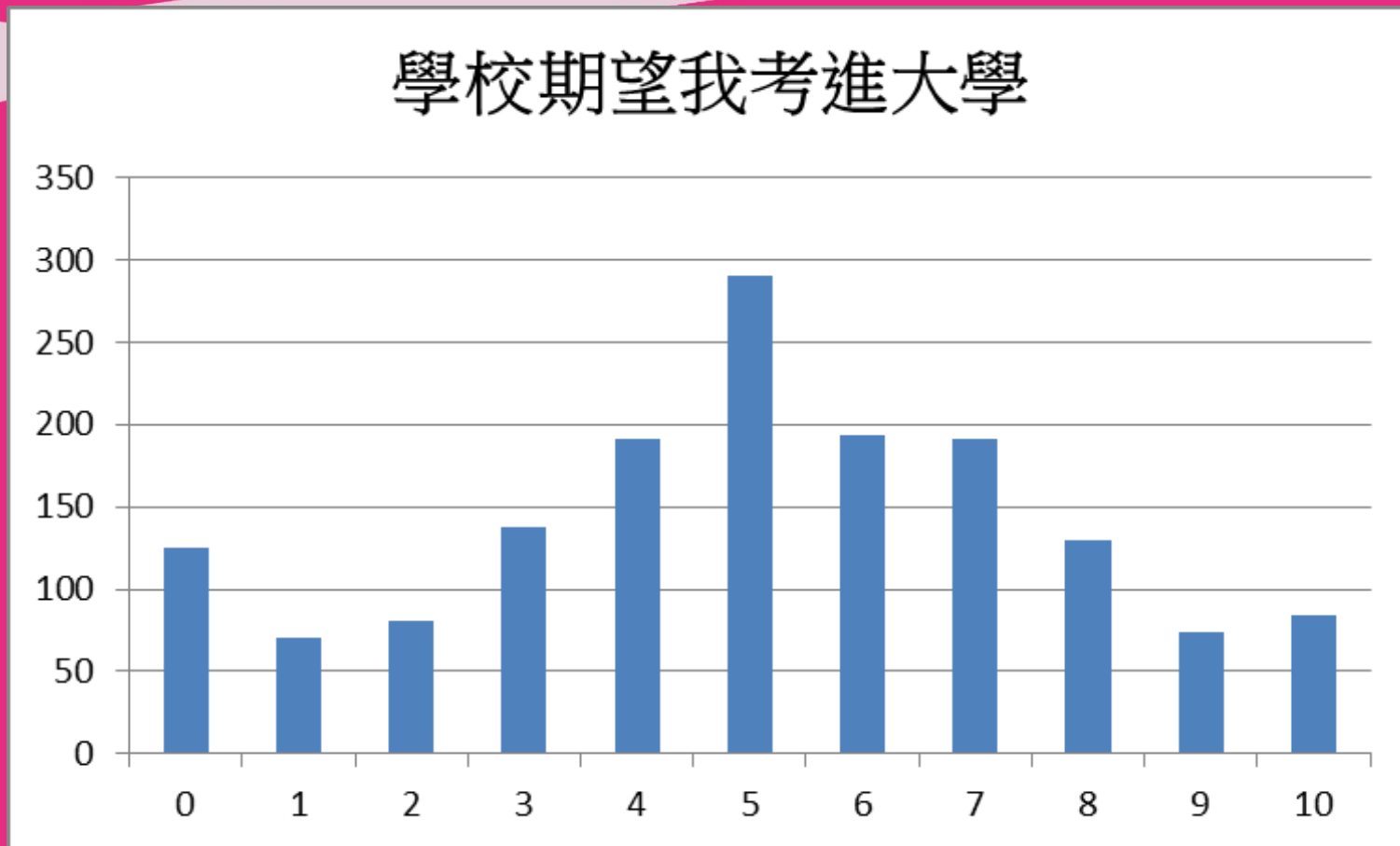
壓力指數: 0=沒有壓力 10=極大壓力

學業壓力主要來源



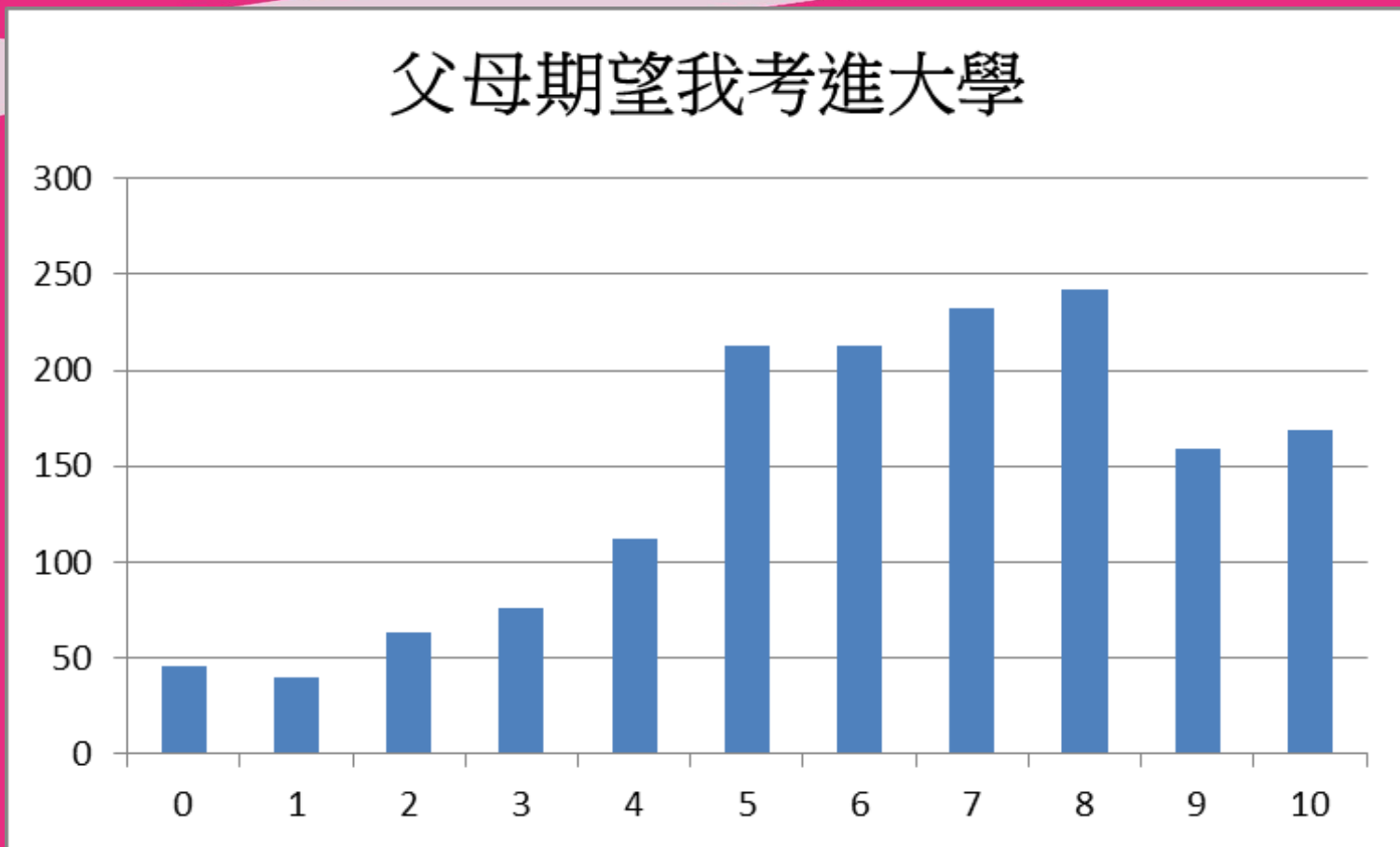
壓力指數: 0=沒有壓力 10=極大壓力

學業壓力主要來源



壓力指數: 0=沒有壓力 10=極大壓力

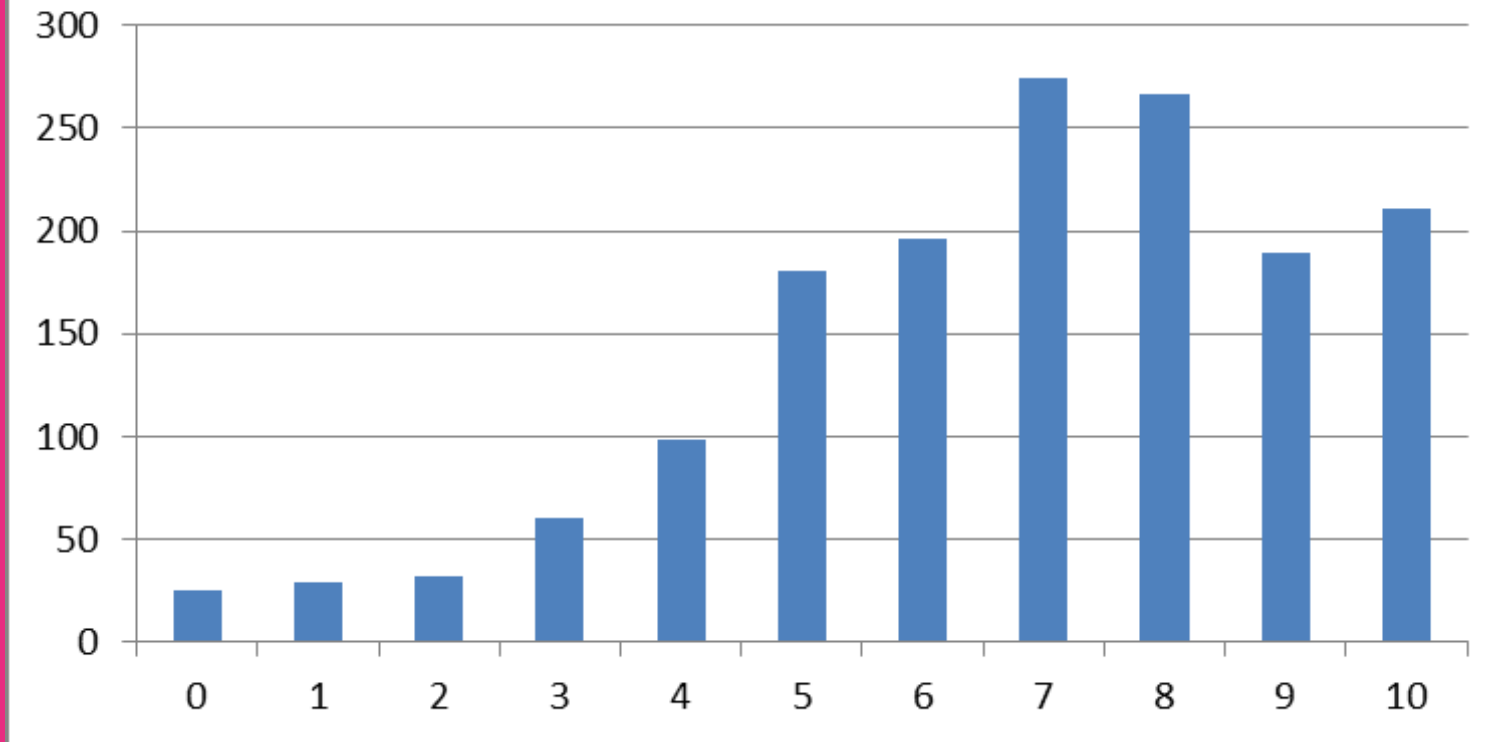
學業壓力主要來源



壓力指數: 0=沒有壓力 10=極大壓力

學業壓力主要來源

擔心日後的就業出路

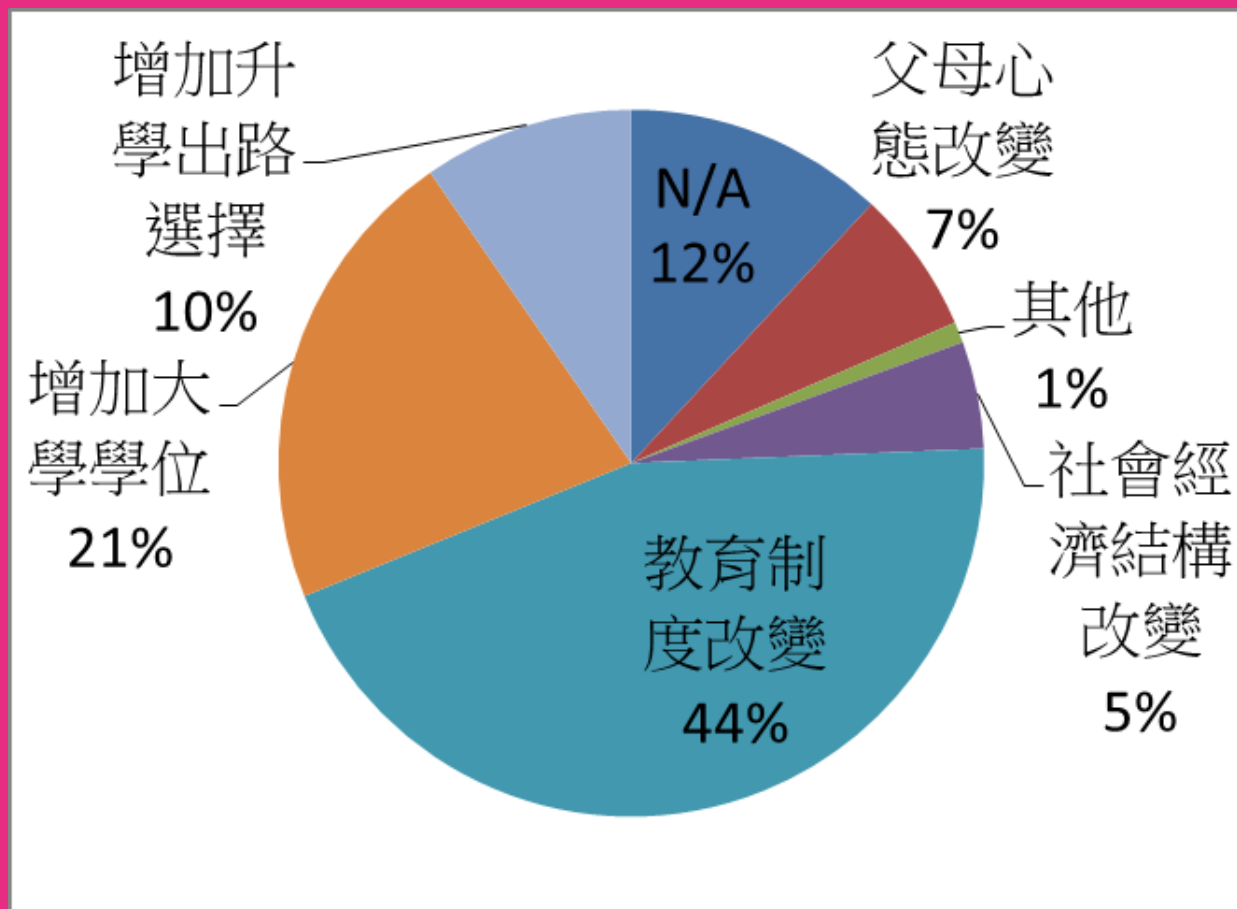


壓力指數: 0=沒有壓力 10=極大壓力



有效長遠減低青少年學業壓力的方法

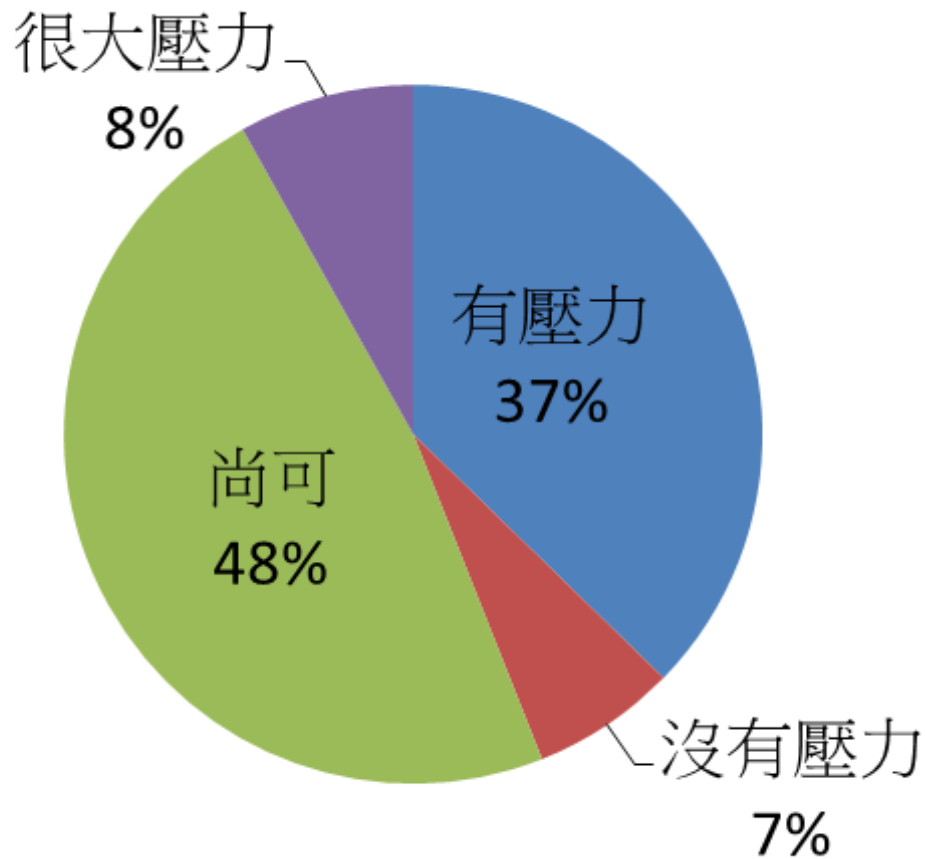
5.你認為最有效長遠減低青少年學業壓力的方法是





父母與學業壓力

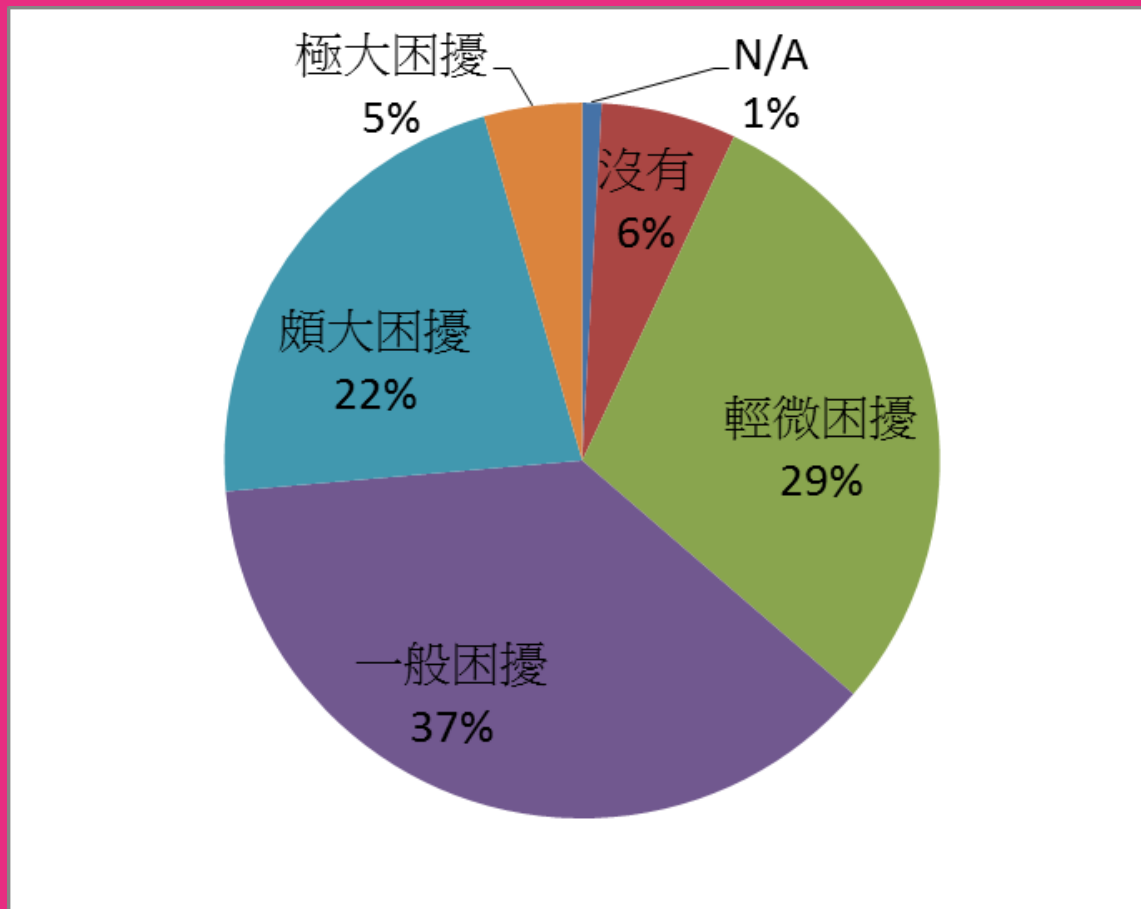
6. 父母對你的學業期望有否造成壓力



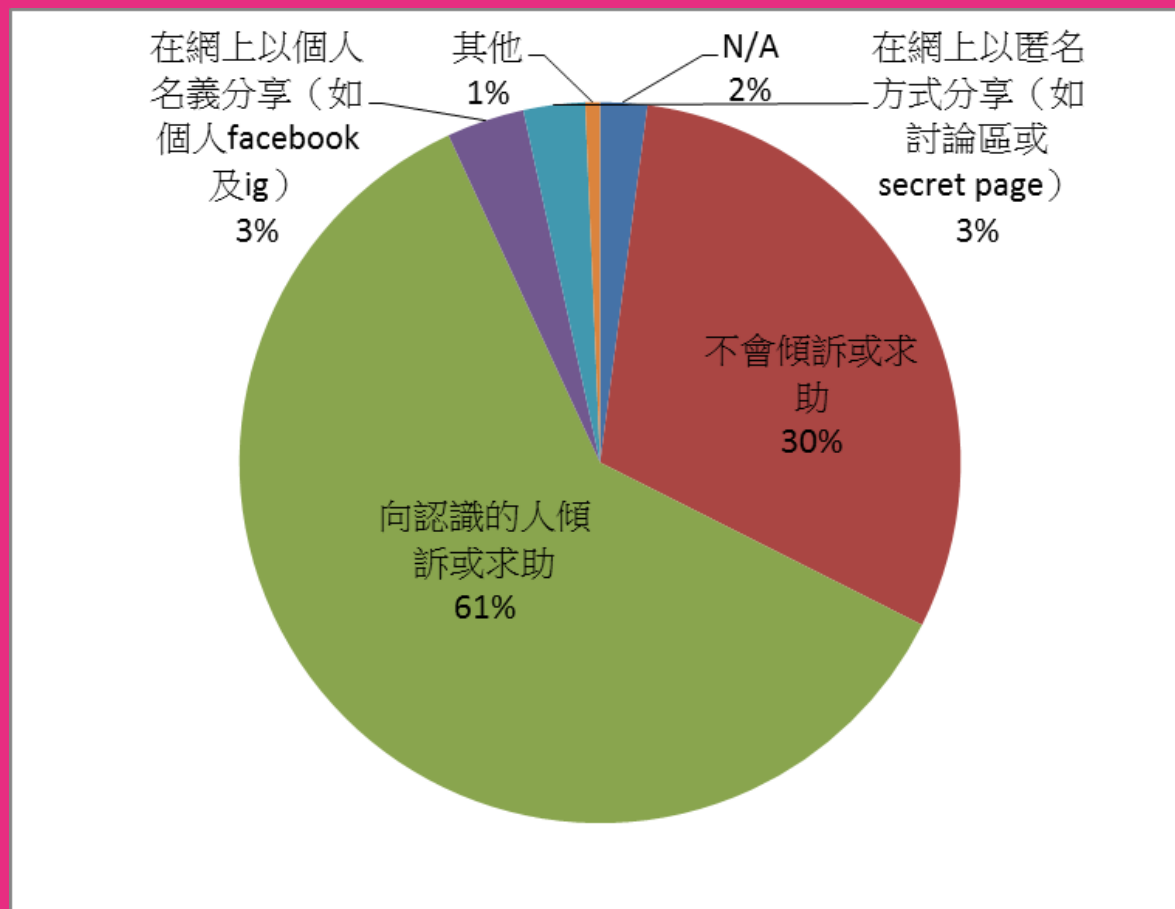


青少年如何面對 學業壓力

10. 你有因學習壓力或煩惱而受到情緒困擾嗎

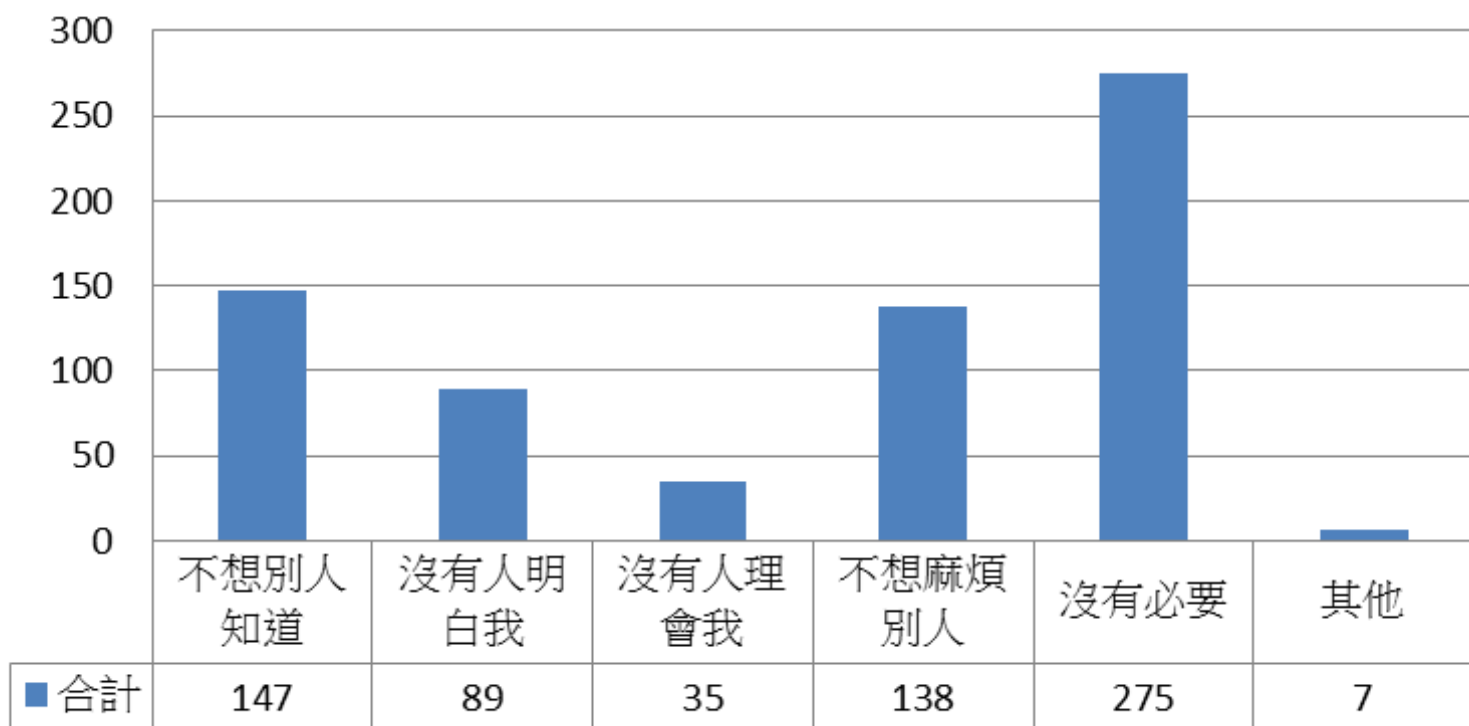


12. 如你面對學習壓力， 你會如何傾訴或求助



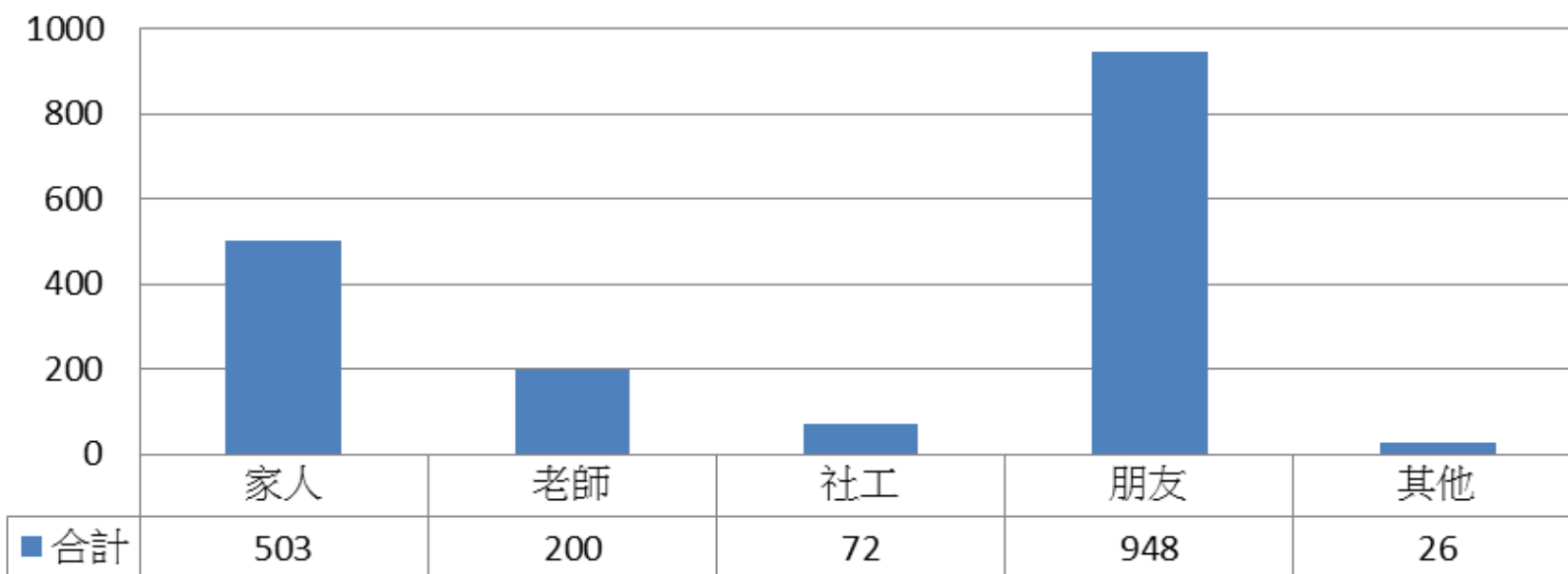
13. 你為何不向別人傾訴或求助?

你為何不向別人傾訴或求助?



14. 你會與何人傾訴或求助?

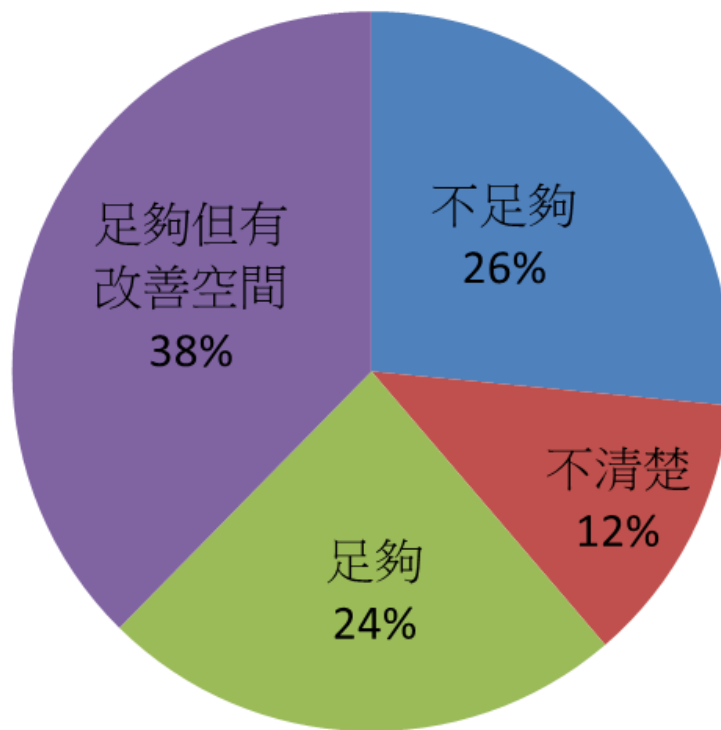
你會與何人傾訴或求助?



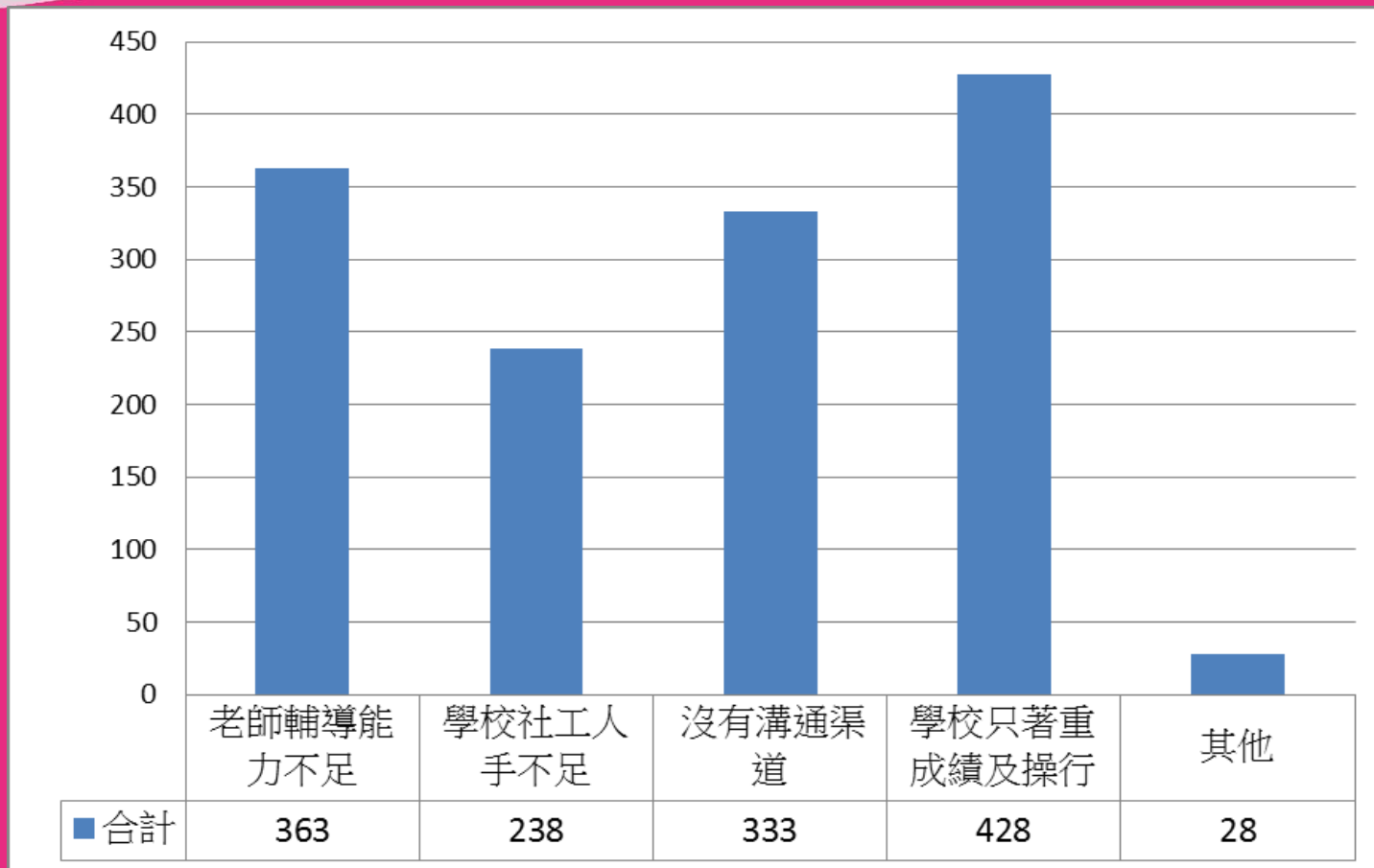


學校的支援

17. 學校提供給學生的支援足夠嗎？



18. 你認為學校為何未能提供足夠情緒支援？



The background is a vibrant pink color. On the left side, there are several white, abstract, geometric shapes that resemble stylized leaves or petals, some of which are partially cut off by the edge of the frame. The shapes are arranged in a way that they seem to be part of a larger, symmetrical design.

建議

建議 – 學生與家長

- 學生不宜隱藏情緒及壓力
- 每個學生都是一個獨立個體，不宜互相比較
- 學生及家長應擴闊視野，學業、考試、入讀大學只是人生其中一個部份，讓學生不會把所有專注力只放於學業上
- 父母不應把子女做成達到自己期望的工具
- 父母應多與子女作感受上的溝通

建議 – 學校

- 學校宜照顧學生在成績及操行以外的需要

建議 – 社會整體

- 社會整體應鼓勵更多產業，以擴大就業出路

建議－社會整體

- 社會整體應鼓勵更多產業，以擴大就業出路



問答環節