

● 25/8/2013 頭條日報



■小六學生子康稱，功課多壓力大，每日要用兩至三小時做功課。

放大

其它港聞

港生「壓力爆煲」近半有學前焦慮

2013-08-25

頭條日報

學生哥下星期便要開學，經過漫長暑假，不少學生開學時都不適應沉重的學習壓力。有機構發表本港學生焦慮指數調查，發現本港小學生焦慮指數遠高於內地、荷蘭及德國；另一研究亦發現，近半受訪學生兩星期內曾出現焦慮症狀，包括緊張、不安、不受控地擔憂等。本報記者

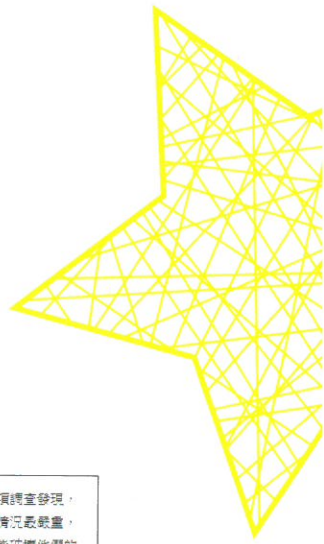
循道衛理楊震社會服務處用斯賓思兒童焦慮量表，去年訪問十二間小學，共一千六百零六名小三至小六學生。結果發現，本港小學生焦慮指數達三十四點四分，較其他三個地區，內地、荷蘭及德國高出約十分，情況嚴重。在六個範疇中，包括分離性焦慮、社交恐懼、強迫問題、驚恐、人身傷害及廣泛性焦慮，小學生對社交恐懼的焦慮最強，女生比男生亦更易感到焦慮。小六學生子康稱，功課多壓力大，每日要用兩至三小時做功課；身邊亦有同學擔心入不到好中學會學壞。

較內地荷蘭德國嚴重

家庭月入不足一萬元的學童，焦慮指數高達三十四點七分，冠絕其他群組。中心主任趙依莉表示，學童焦慮無明顯表徵，建議師長切勿忽略平日較文靜的學生，要定時評估，家長亦應鼓勵學童要敢於抒發情緒。

基層童焦慮指數稱冠

另外，基督教家庭服務中心及理工大學護理學院由二〇一一年起，以問卷形式訪問黃大仙、觀塘及將軍澳三區中學生，研究為期三年，接近兩成受訪學生容易及經常出現焦慮症狀，焦慮徵狀頻密度與學業成績滿意度、自我信念掌控及生活定向、出現絕望感覺等有階級式的明顯關係。焦慮徵狀頻密



● 25/8/2013 成報

港小學生「焦慮指數」偏高

2013-08-25 05:50:00 來源: 香港成報

核心提示：壓力人人都有，年紀小小的小學生也不例外。一項調查發現，香港小學生的「焦慮指數」遠高於內地和西方國家，當中又以小四學生的焦慮情況最嚴重，又發現家庭的經濟和父母的婚姻狀況，都會影響小孩子的情緒，情況嚴重更可能破壞他們的身心發展，從而臨床心理學家張正剛希望，本港小學可以定期進行系統化評估，以提早識別有焦慮問題的兒童並提供輔導。



■負責調查的循道衛理楊震社會服務處中心建議學校定期進行系統化評估，給予協助。



■何子康表示，學生都緊張升中試的成績，有壓力在所難免。

【實習記者葉嘉軒報導】壓力人人都有，年紀小小的小學生也不例外。一項調查發現，香港小學生的「焦慮指數」遠高於內地和西方國家，當中又以小四學生的焦慮情況最嚴重，又發現家庭的經濟和父母的婚姻狀況，都會影響小孩子的情緒，情況嚴重更可能破壞他們的身心發展，從而臨床心理學家張正剛希望，本港小學可以定期進行系統化評估，以提早識別有焦慮問題的兒童並提供輔導。

港三成內地生高出9點

循道衛理楊震社會服務處家庭健康教育和輔導中心在去年9月至11月，以問卷形式訪問了1,606名小三至小六學生，調查發現，香港兒童的「焦慮指數」達30.4，較內地的21.4高出9點。張正剛表示，9點的差距很明顯，估計原因是香港的小學生經常要面對考試壓力，加上不將有金港性的校本評核，使小學生經常要處於應試模式，壓力和焦慮因而增加。調查又發現，小四學生的「焦慮指數」最高，社工趙依莉表示，小四學生開始踏入青春期，加上小四的課程遠較小三深奧，使小四學生在學業、社交等方面都會遇到壓力，形成焦慮。

家庭環境跟小孩成長亦有其大影響，調查顯示，父母離婚、再婚，或者去世，子女的「焦慮指數」會較高，與父母分開居住，或者寄居單親家庭，亦較是提高兒童的「焦慮指數」。

家長應讓子女有抒發空間

調查亦有針對家庭每月收入狀況作研究，當中有專收入至9,999元，和30,000元至59,999元兩個組別的「焦慮指數」都較高，趙依莉表示，前者由於是低收入家庭，兒童會擔心資源問題，後者則由於中產家庭大都對兒童有較大期望，因此子女亦會有較大壓力。

調查亦發現，家長普遍不清楚學生的焦慮情況，趙依莉認為，學生怕別人責怪自己「無稽、無用」，往往會隱藏緊張和焦慮，因此不易發現問題。張正剛建議學校，可以定期進行系統化評估，以識別及協助有焦慮問題的兒童，又稱人有焦慮其實十分正常，建議家長接納，並給予子女空間抒發緊張。

