

# 新聞稿 PRESS RELEASE

致新聞編輯  
請即發放

## 中大公布香港年青人生活質素指數

香港中文大學（中大）生活質素研究中心推出全新計劃——「港鐵與中大青年生活質素指數」，藉此量度青年生活質素及促進青年發展，並於今日（5月28日）公布調查結果。

「港鐵與中大香港青年生活質素指數」由港鐵公司贊助，是香港首個有關青年生活質素的全面及持續編製的指標，用以量度及監察香港青年生活質素的轉變。港鐵公司一直致力推動青少年發展，並和中大生活質素研究中心均相信指標可為政策制訂者及社會大眾在制定和籌劃青少年政策和項目提供有用的參考，讓市民認識影響青年生活質素的因素。計劃的第一階段為期5年，由2013年起至2018年完成。

「港鐵與中大青年生活質素指數」由八方面數據：生理狀況、心理狀況、社交與家庭、經濟、教育、政治、生活環境和整體生活滿意程度，合共26個指標組成。指標的選擇，是基於涵蓋度、代表性、可量度性，以及對青年生活質素的重要性等準則。

- 生理狀況方面，整體而言，香港青年對自己的健康狀況感到滿意。約有半數受訪者缺乏足夠休息和缺少足夠運動。
- 心理狀況方面，本研究採用 Goldberg (1972) 的5條普通健康問題 (General Health Questionnaire (GHQ-5)) 調查香港青年的心理健康，結果發現香港青年比較容易產生不快樂或沮喪的情緒。香港青年一般對自己的未來感到樂觀，亦認為人生有意義。香港青年有比較健康的自我形象，對自己的外表和辦事能力都感到滿意，亦覺得自己是一個有價值的人。
- 社交與家庭方面，香港青年基本上滿意自己與家人和朋友關係。有需要的時候，不難得到家人或朋友的援手。在日常生活上，他們有時間做自己喜歡的娛樂活動，但有時會因為上網而影響日常生活，他們亦比較少參與義工或社會服務活動。香港青年很少會遇上被欺凌的情況，在網上也很少遇到有不愉快的經驗。
- 經濟方面，香港青年對自己的物質生活和財政狀況感到滿意，約有四成的

受訪者相信未來五年的生活會比現在好或與現在差不多，對於自己的發展機會，則滿意和不滿意的人各佔約四成。

- 教育方面，香港青年基本上同意他們能夠在香港教育制度中得到足夠的教育機會，亦能夠學習到足夠的知識及能力。
- 政治方面，香港青年認為香港特區政府的表現只是僅僅合格。他們認為年青人對政府政策的影響力並不大，而特區政府的政策和措施亦未能照顧年青人的需要。約有 5 成的受訪者相信香港能做到『法律面前、人人平等』。
- 生活環境方面，香港青年基本上滿意現時所居住的單位，亦滿意附近的社區設施和配套。
- 整體生活滿意程度，本研究採用 Diener (1985) 的生活滿意程度表 (Satisfaction With Life Scale (SWLS)) 進行調查，結果發現香港青年的分數是 2.54 (1 為最低，4 為最高)，顯示他們對生活滿意程度只是一般。

以上是 2013 年香港青年生活質素的素描，數據會經過標準化訂定為 100。往後數年會使用同一方法進行調查和收集數據。如果某年的指數高於 100，表示該年香港年青人的生活質素，較 2013 年佳；如指數小於 100，則代表該年的生活質素比 2013 年差；如指數同為 100，則反映該年的生活質素，與 2013 年相若。

為了推動和改善香港青年生活質素，本中心和港鐵於 2013 年聯手展開港鐵 x 中大青年生活質素先鋒計劃。本計劃向全港中學參加發出邀請，參加的學校會組成青年生活質素先鋒隊，並向本中心提交改善或提高香港青年生活質素的建議書。經過初步評選，本中心選出 10 間入圍學校，並資助每間入圍學校港幣一萬元作為實踐計劃之用。計劃完成後本中心根據計劃的成效於入圍學校中選出冠亞季軍各一名，並頒發獎學金二萬元、一萬元和五千元以作鼓勵。

有關「港鐵與中大青年生活質素指數」和「港鐵與中大青年生活質素先鋒計劃」的詳情，請瀏覽香港生活質素中心網頁：<http://www.cuhk.edu.hk/ssc/qol/chi/index.html>。

二零一三年五月二十八日

---

傳媒查詢：中大地理與資源管理學系伍世良教授（電話：3943 6527）

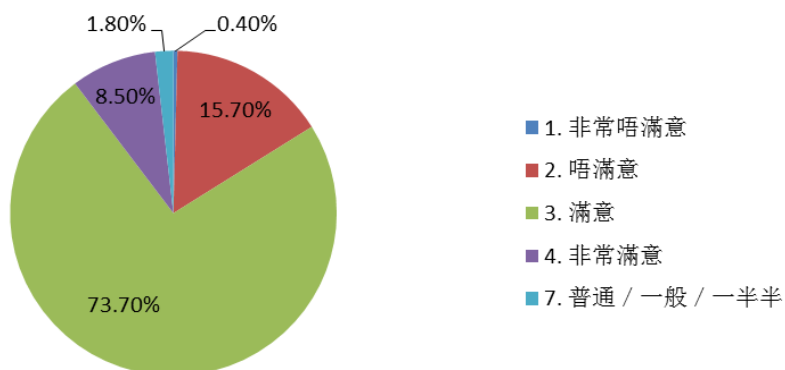
附件 1：港鐵x中大青年生活質素指數的組成及組成數據

範圍	指標	性質	來源
生理狀況	青年住院治療率	客觀	政府數據
	自身健康狀況認知	主觀	調查研究
	運動參與	主觀	調查研究
	休息	主觀	調查研究
心理狀況	壓力級數	主觀	調查研究
	正向思維	主觀	調查研究
	自我價值	主觀	調查研究
社交與家庭	青年犯罪率	客觀	政府數據
	安全指數	主觀	調查研究
	問題行為	客觀	政府數據
	人際網絡	主觀	調查研究
	閒暇活動	主觀	調查研究
經濟	經濟現況指數	客觀	政府數據
	實際工資指數	客觀	政府數據
	失業率	客觀	政府數據
	社會流動指數	主觀	調查研究
	財政狀況	主觀	調查研究
教育	教育指數	主觀	調查研究
	公共教育開支	客觀	政府數據
	教資會資助高等教育課程的人讀率	客觀	政府數據
政治	政府表現	主觀	調查研究
	公共政策	主觀	調查研究
	法治公平	主觀	調查研究
生活環境	居住環境的滿意程度	主觀	調查研究
	社區環境的滿意程度	主觀	調查研究
整體生活滿意程度	生活滿意指數	主觀	調查研究

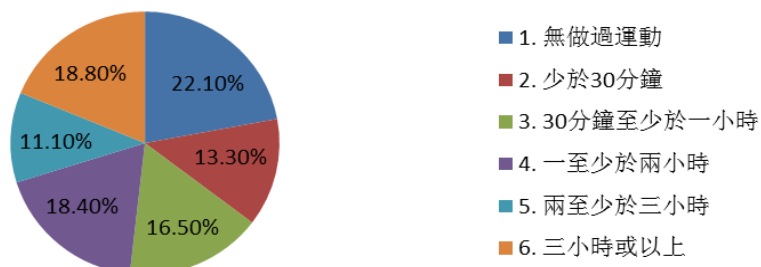
## 附件 2：港鐵x中大青年生活質素指數

### 生理狀況

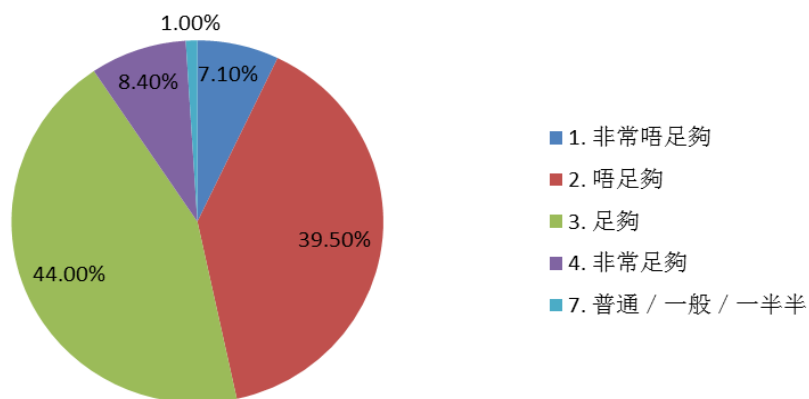
#### Q1. 你對你自己嘅健康狀況有幾滿意？



#### Q2. 喺最近7日，唔包括行路，你總共花咗幾多時間做運動，例如係打波、踩單車或跑步等？

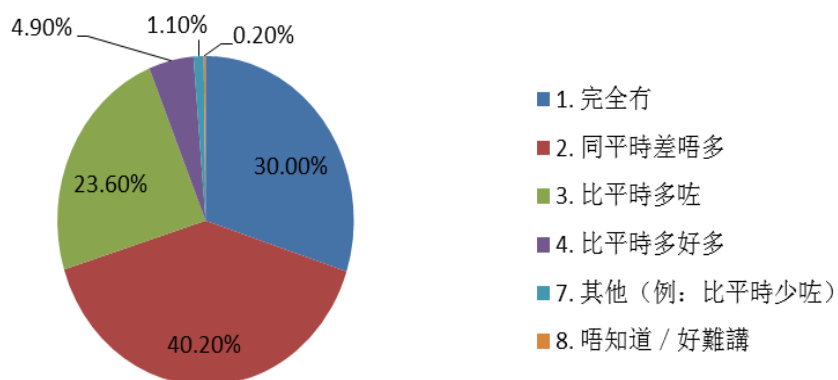


#### Q3. 你認為自己嘅休息足唔足夠呢？

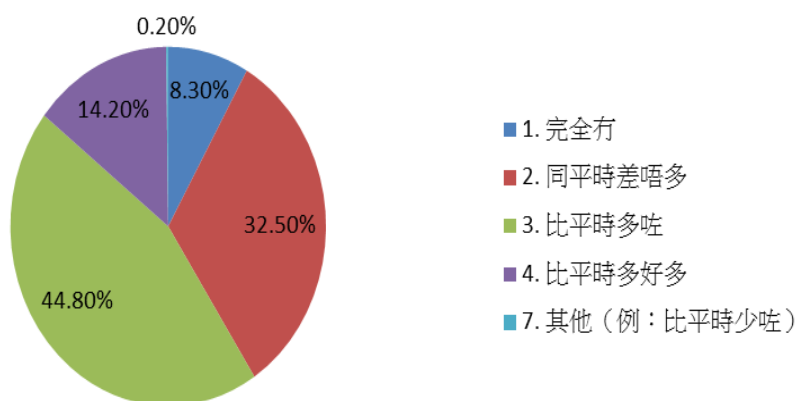


● 心理狀況

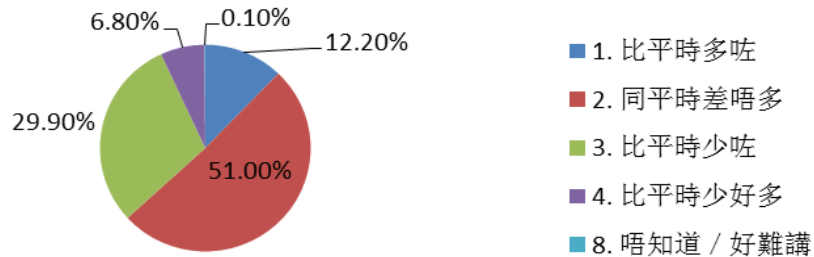
**Q4. 喺呢半年，你有冇因為擔憂而瞓得唔好（失眠？）呢？**



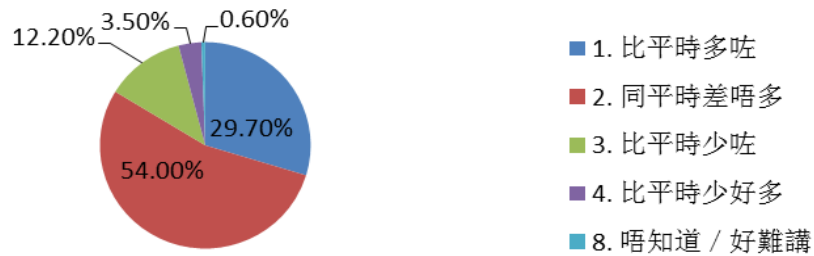
**Q5. 喺呢半年，你有冇覺得自己一直處於壓力之下呢？**



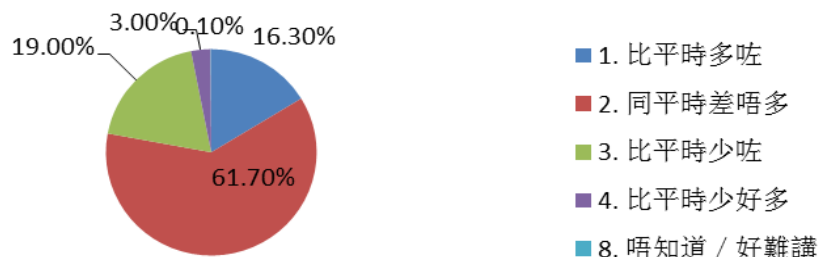
**Q6. 喺呢半年，你覺得能夠享受到日常生活同活動，係比平時多咗，同平時差唔多、比平時少咗定係比平時少好多？**



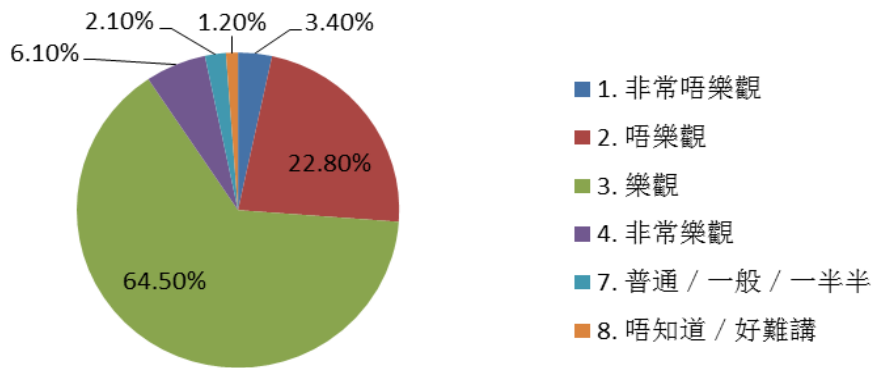
**Q7. 喺呢半年，你覺得唔開心或者沮喪，係比平時多咗、同平時差唔多、比平時少咗，定係比平時少好多呢？**



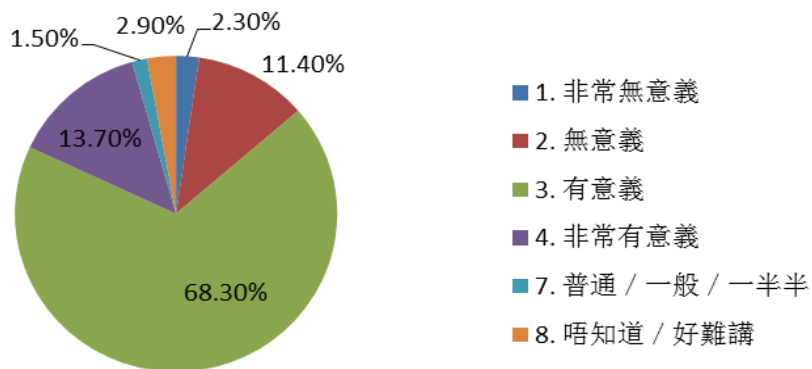
**Q8. 喺呢半年，你覺得大致上都感到快樂嘅情況，係比平時多咗、同平時差唔多、比平時少咗，定係比平時少好多呢？**



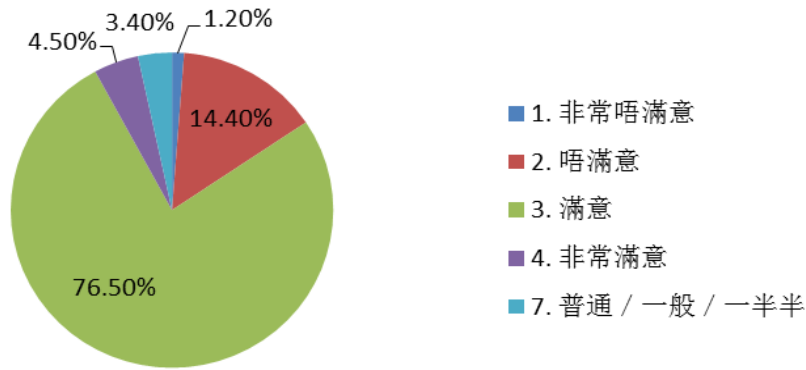
### Q9. 整體嚟講，你對你自己嘅未來有幾樂觀呢？



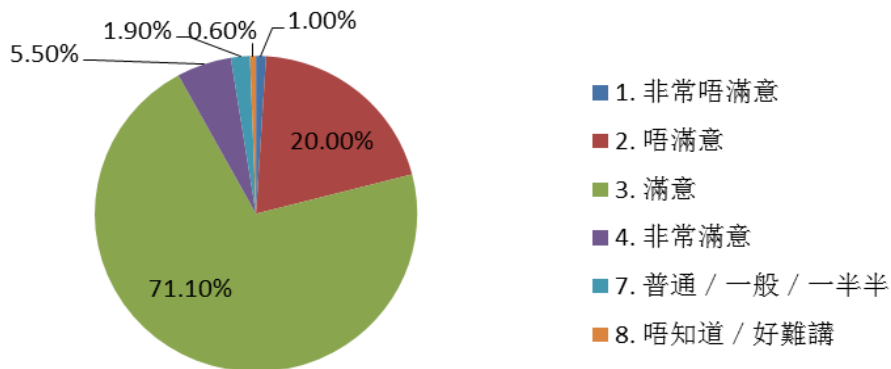
### Q10. 你覺得你自己嘅人生有幾大意義呢？



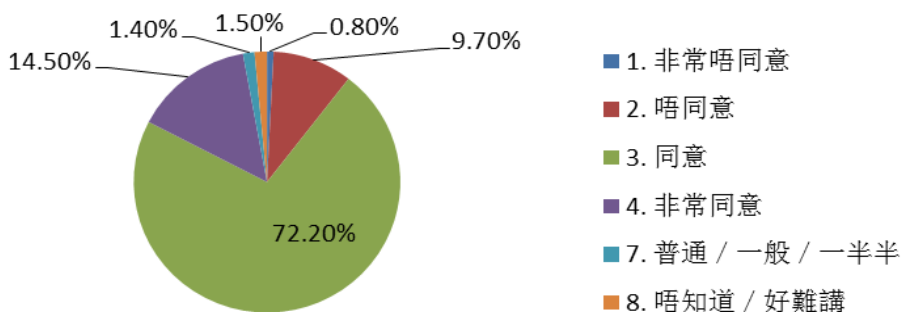
**Q11. 你對你自己嘅外表有幾滿意呢？**



**Q12. 你對你自己嘅辦事能力有幾滿意**



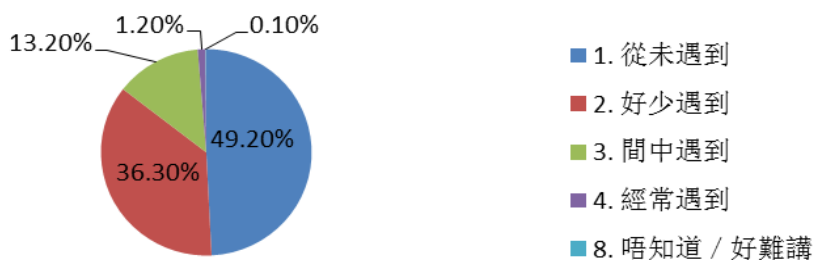
**Q13. 「我係一個有價值嘅人，至少同其他人差唔多。」你有幾同意呢個講法呢？**



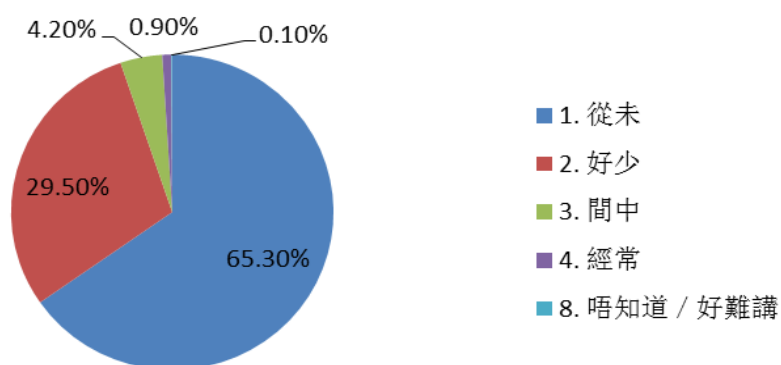


● 社交與家庭

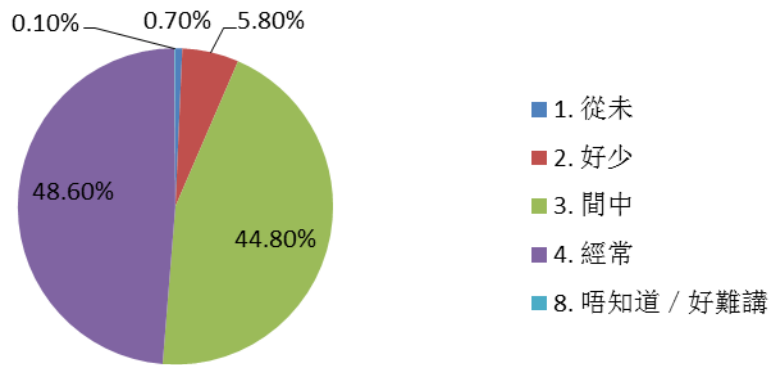
**Q14. 你有無喺互聯網上遇到過不愉快嘅經驗（例如網上詐騙、恐嚇、或者接收到一啲自己唔鐘意嘅文字或圖片等等）？**



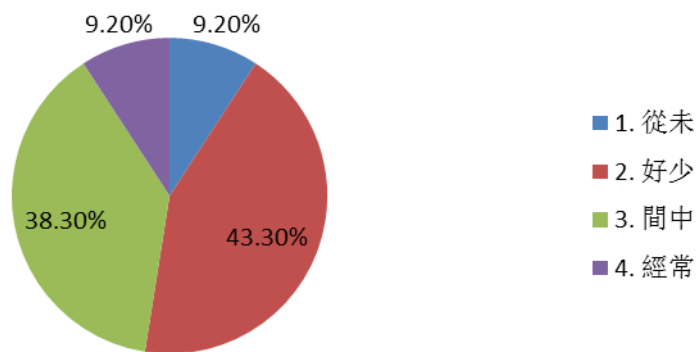
**Q15. 你喺日常生活有幾經常俾人欺凌呢？**



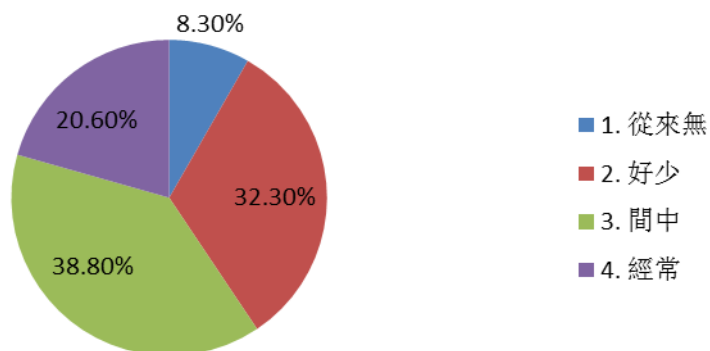
**Q16. 你有幾經常做自己喜歡嘅娛樂活動呢？**



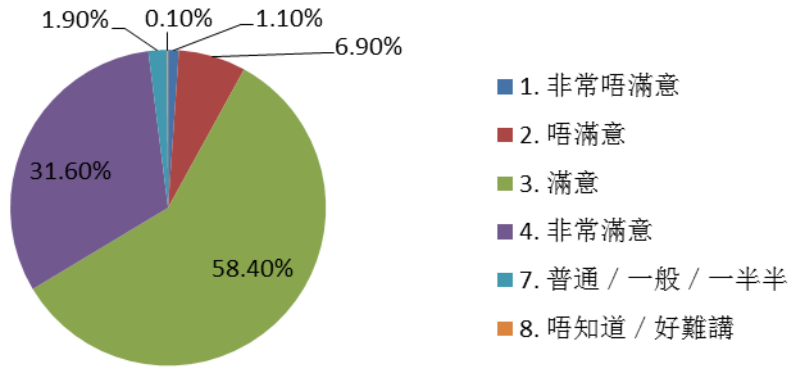
**Q17. 你有幾經常參與義工或者社會服務活動呢？**



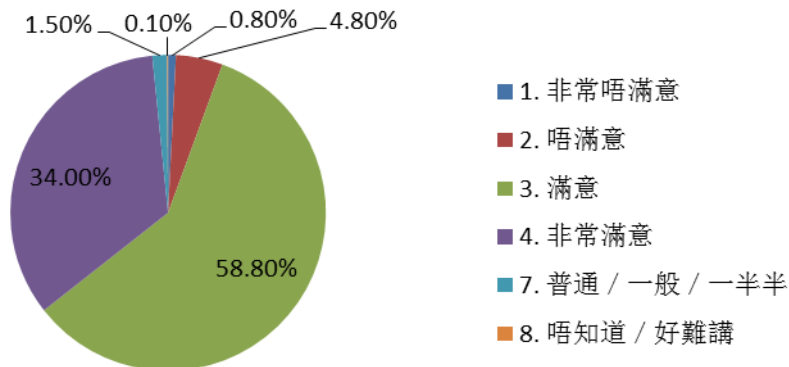
**Q18. 你有幾經常因為上網而影響咗你嘅日常生活呢？**



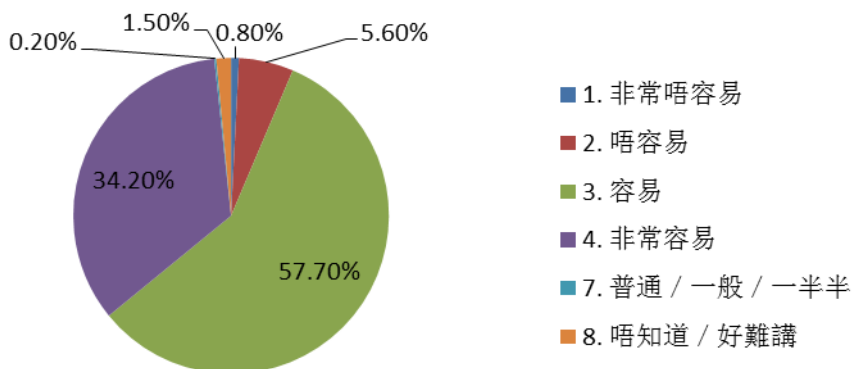
### Q19. 你有幾滿意你同家人嘅關係呢？



### Q20. 你有幾滿意你同朋友嘅關係呢？

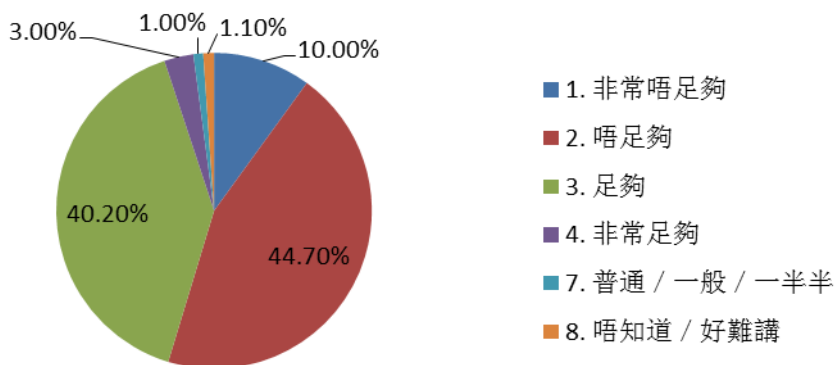


### Q21. 喺有需要嘅時候，你容唔容易搵到家人或朋友幫你呢？

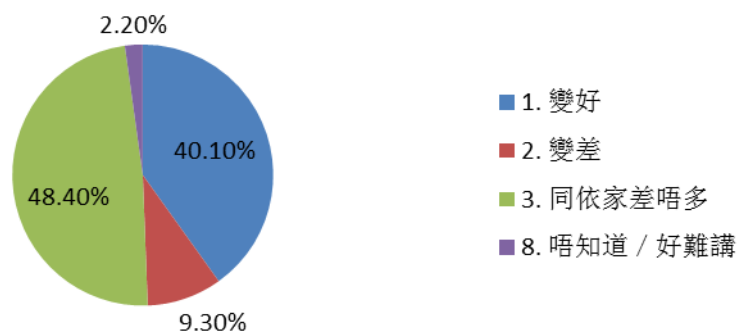


● 經濟方面

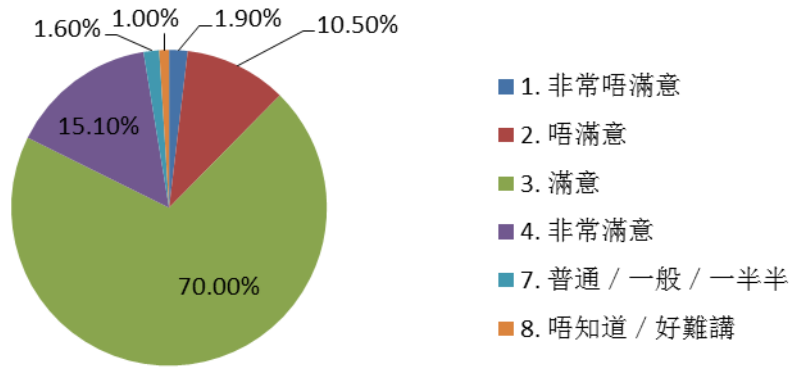
**Q22. 你覺得社會有幾足夠嘅機會或者途徑俾你發展呢？**



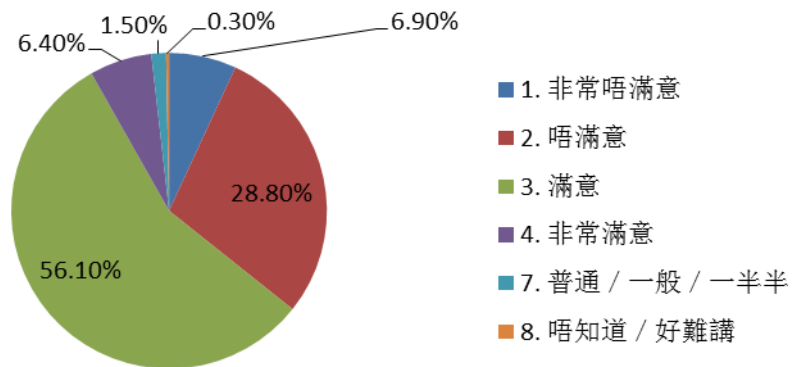
**Q23. 「整體嚟講，你覺得未來五年你嘅生活將會變好咗、變差咗、定係同依家差唔多呢？」**



### Q24. 你對自己嘅物質生活有幾滿意?

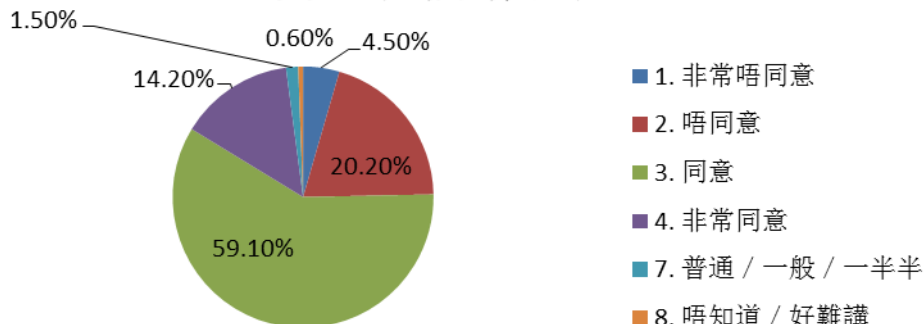


### Q25. 你對自己嘅財政狀況有幾滿意?

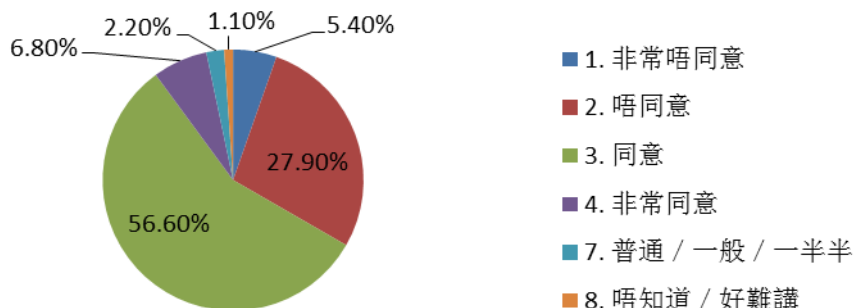


● 教育方面

**Q26. 「我喺香港嘅教育制度下，能夠得到足夠嘅教育機會。」你有幾同意呢個講法呢？**

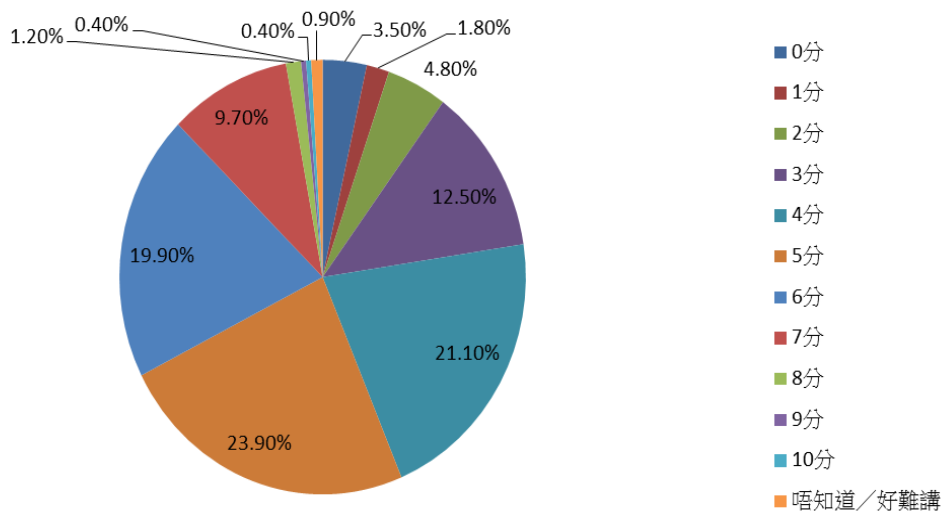


**Q27. 「我喺香港嘅教育制度下，能夠學到足夠嘅知識及能力。」你有幾同意呢個講法呢？**

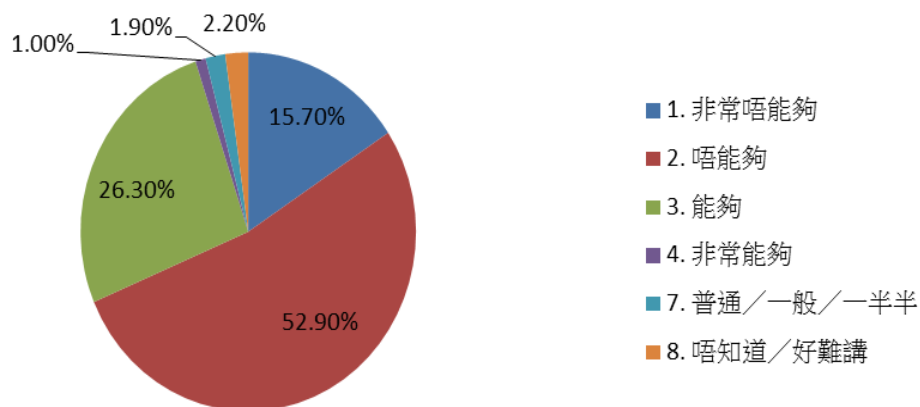


● 政治方面

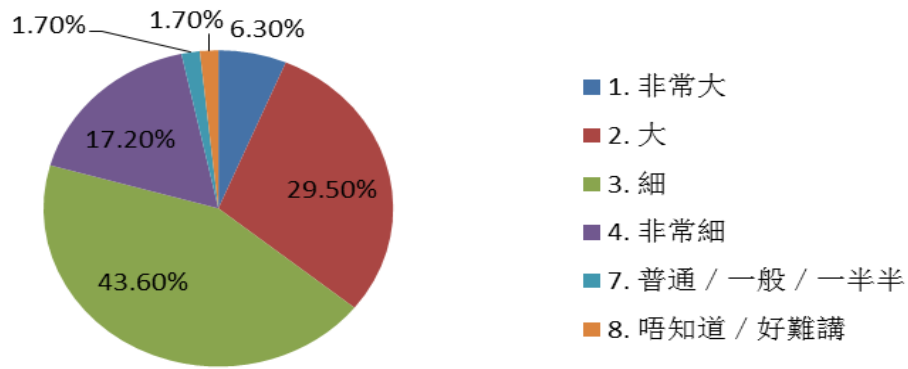
**Q28.** 如果0係最低分，10係最高分，5分合格，由0至10分，你認為香港特區政府嘅表現值幾多分呢？



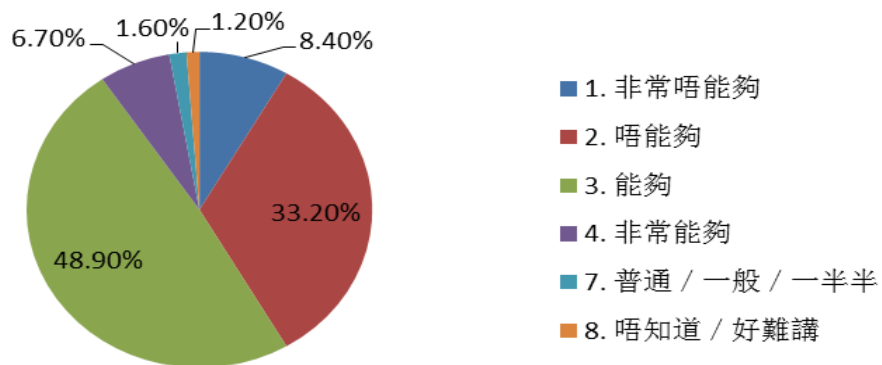
**Q29.** 一般而言，你覺得特區政府嘅政策同措施，能唔能夠照顧到年青人嘅需要呢？（例如升學、就業、住宿等等）？



**Q30. 你覺得年青人對政府政策嘅影響力有幾大呢？**



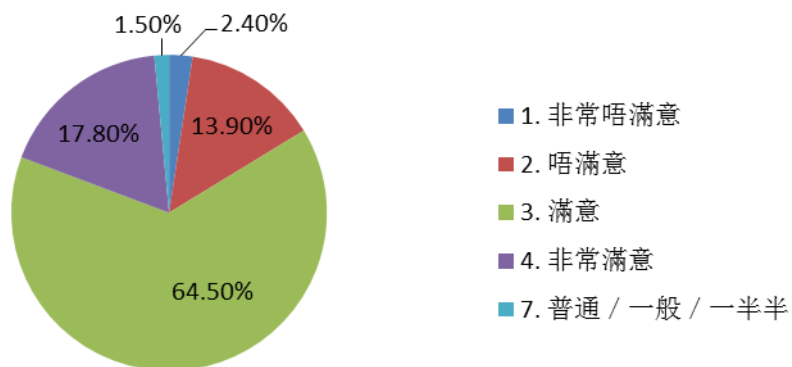
**Q31. 喺香港，你覺得能唔能夠做到「法律面前、人人平等」呢？**



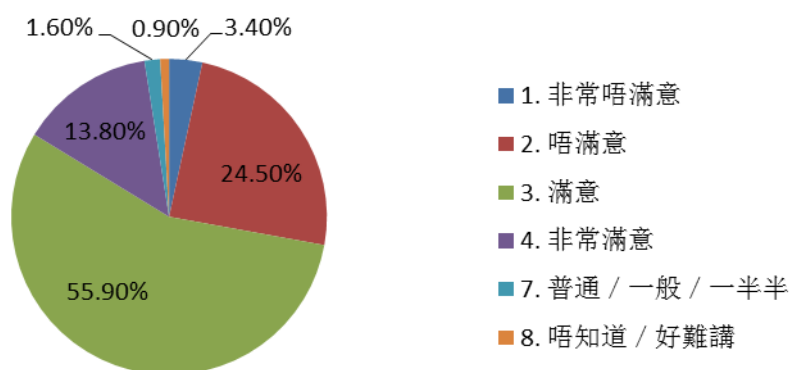


● 環境方面

### Q32. 你對你住緊嘅單位有幾滿意呢？

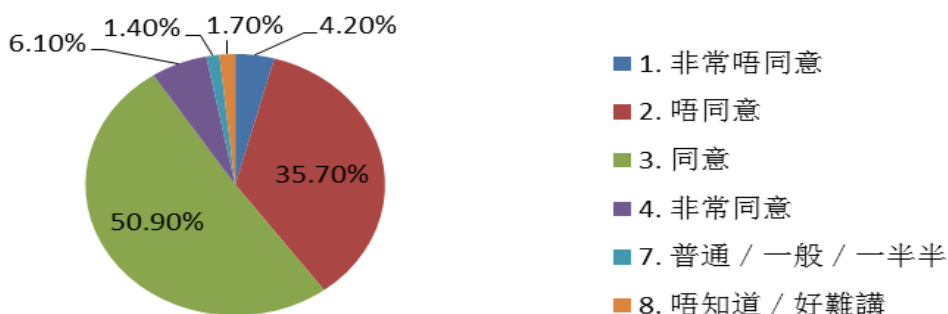


### Q33. 你對你居住地點嘅社區設施同配套有幾滿意呢？

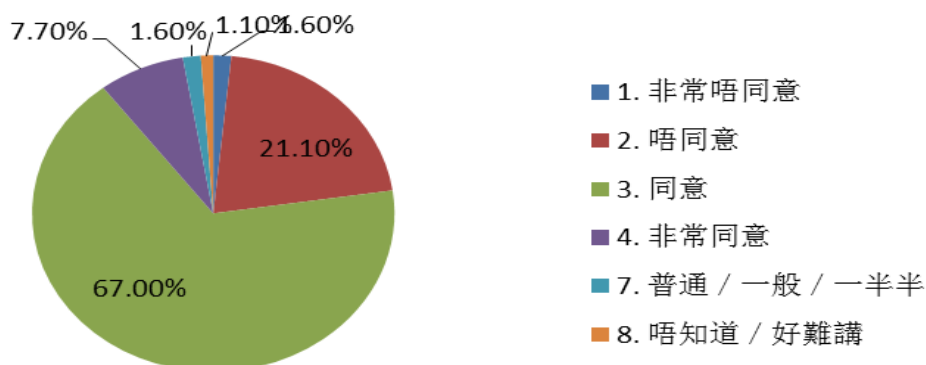


● 整體生活滿意程度

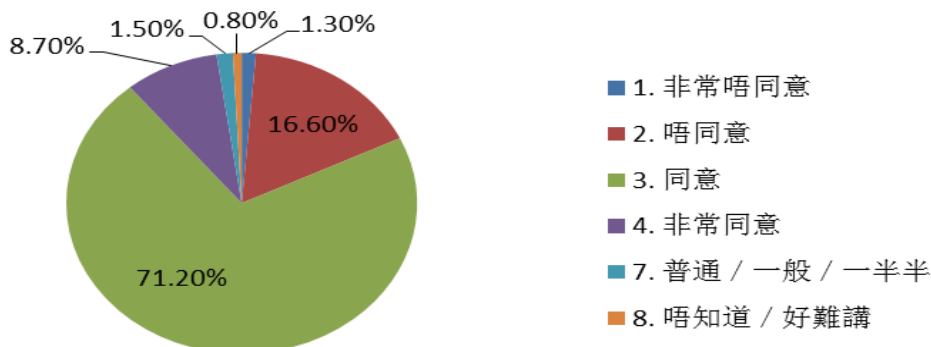
**Q34. 「喺好多方面，我嘅生活都接近理想。」 你有幾同意呢個講法呢？**



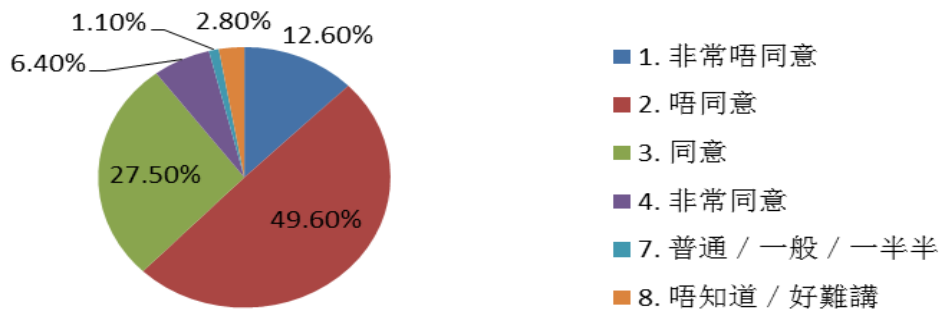
**Q35. 「我嘅生活喺各方面都好。」 你有幾同意呢個講法呢？**



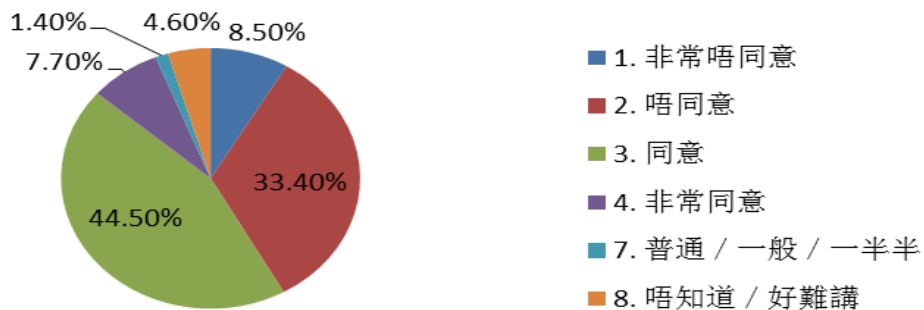
**Q36. 「我對生活感到滿意。」 你有幾同意呢個講法呢？**



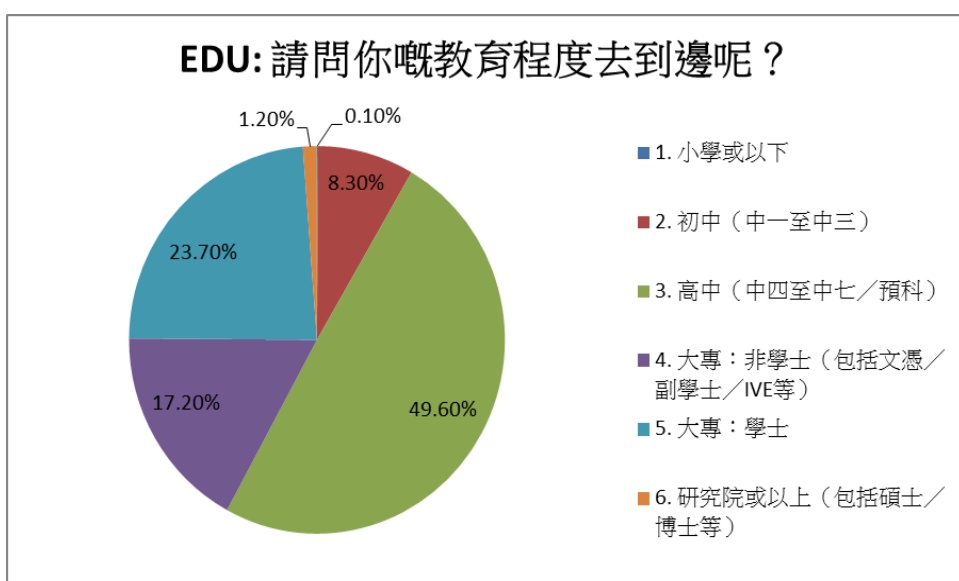
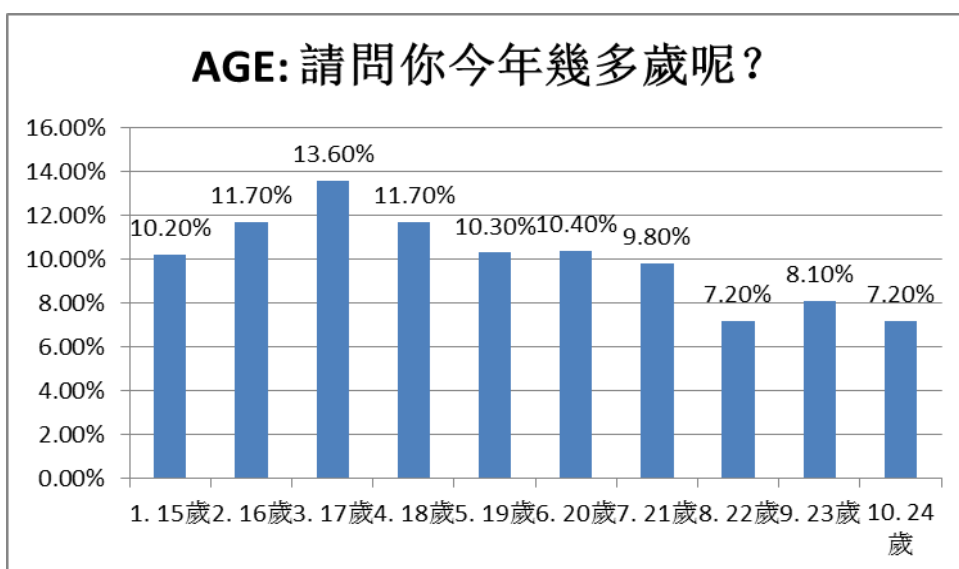
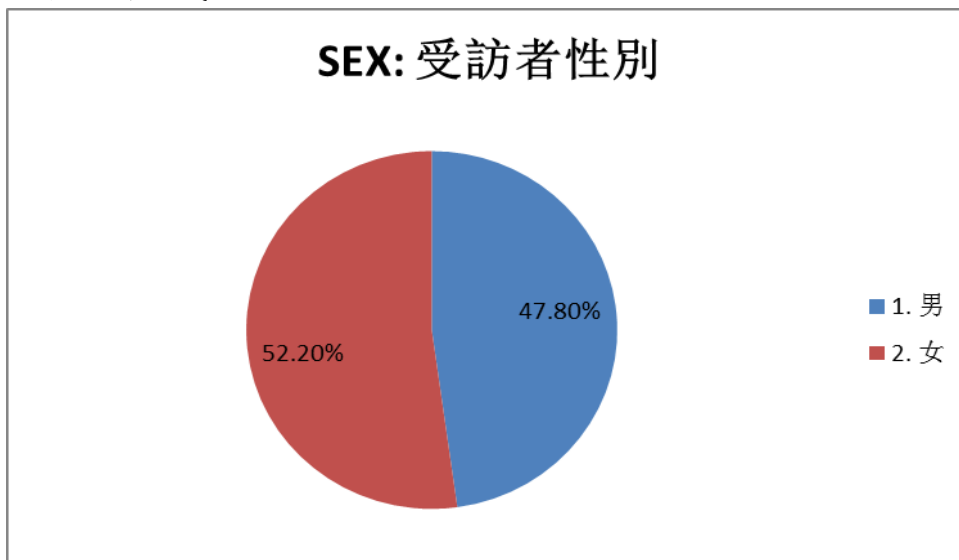
**Q37. 「依家我已經得到生命中最重要嘅野。」你有幾同意呢個講法呢？**



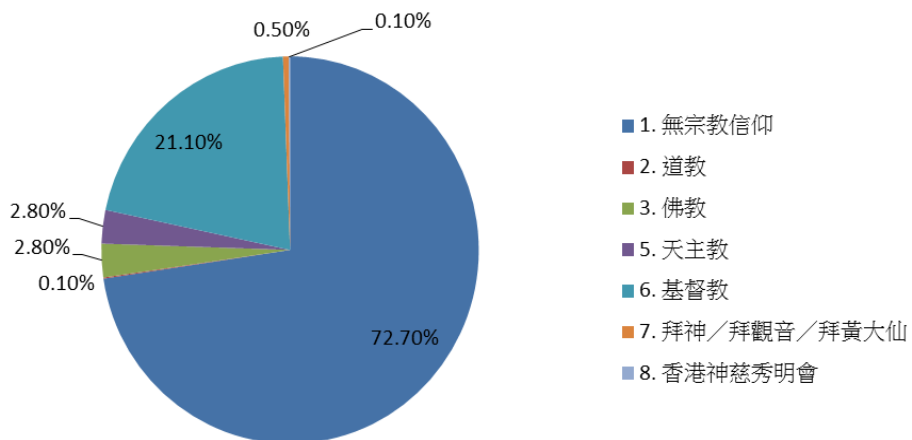
**Q38. 「如果可以再活一次，我希保持今世嘅生活不變。」你有幾同意呢個講法呢？**



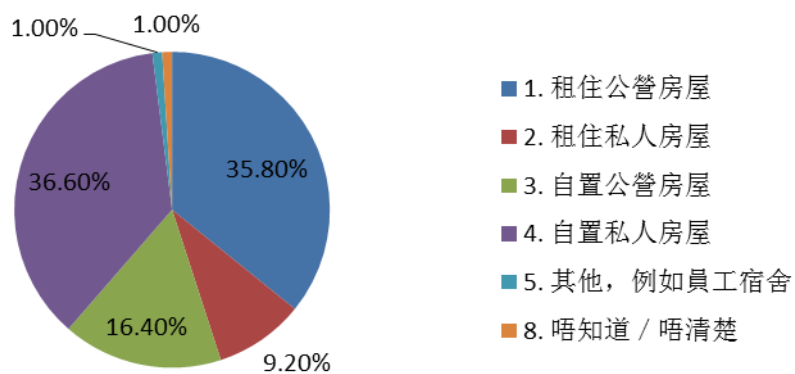
● 被訪者組成



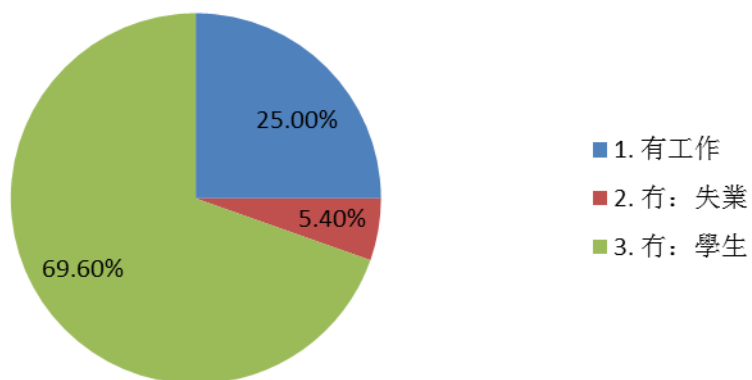
### RELIGION: 請問你有無宗教信仰？



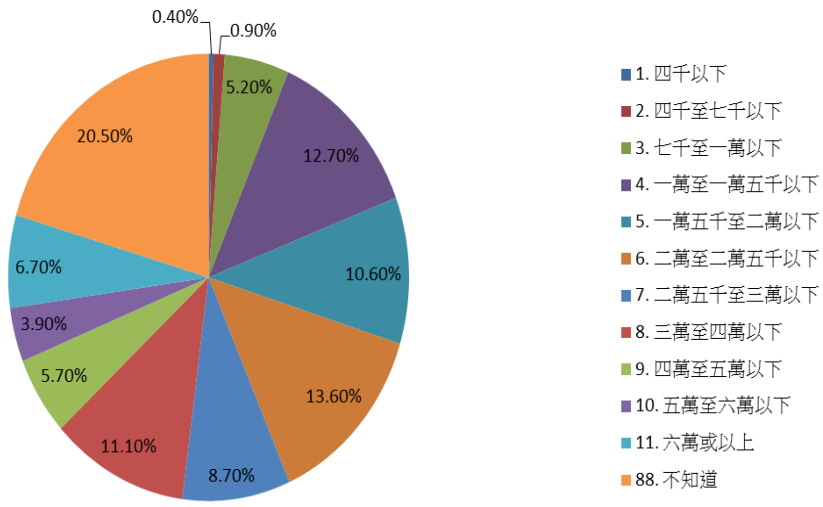
### HOUSE: 請問你依家住緊嘅單位係買嘅定係租嘅呢？



### WORK: 請問你而家有冇做嘢呢？



**INCOME: 請問你全家每個月嘅總收入大約有幾多呢？**



### 附件 3：港鐵x中大青年生活質素指數工作小組

伍世良教授  
生活質素研究中心主任及  
香港中文大學地理與資源管理學系副教授  
電話：3943-6527  
電郵：[slng@cuhk.edu.hk](mailto:slng@cuhk.edu.hk)

莊太量教授  
香港中文大學經濟學系副教授  
電話：3943-8193  
電郵：[chong2064@cuhk.edu.hk](mailto:chong2064@cuhk.edu.hk)

麥穎思教授  
香港中文大學心理學系副教授  
電話：3943-6577  
電郵：[wwsmak@psy.cuhk.edu.hk](mailto:wwsmak@psy.cuhk.edu.hk)

丁國輝教授  
香港中文大學社會學系教授  
電話：3943-6626  
電郵：[kfting@cuhk.edu.hk](mailto:kfting@cuhk.edu.hk)

王茜教授  
香港中文大學心理學系助理教授  
電話：3943-6456  
電郵：[qianwang at psy.cuhk.edu.hk](mailto:qianwang at psy.cuhk.edu.hk)

李少南教授  
香港中文大學社會科學院院長  
新聞與傳播學院教授  
電話：3943-6234  
電郵：[plee@cuhk.edu.hk](mailto:plee@cuhk.edu.hk)

鄺啟生教授  
香港中文大學經濟學系副教授  
電話：3943-8198  
電郵：[kaisunkwong@cuhk.edu.hk](mailto:kaisunkwong@cuhk.edu.hk)

吳啟漢教授  
香港中文大學政治與行政學系助理教授  
電話：3943-7486  
電郵：[kaihongng@cuhk.edu.hk](mailto:kaihongng@cuhk.edu.hk)

鄒經宇教授  
香港中文大學建築學院教授  
電話：3943-6558  
電郵：[jinyeutsou@cuhk.edu.hk](mailto:jinyeutsou@cuhk.edu.hk)

附件 4：十間入圍學校

School/ College (Chinese)	Title of the Project
中華傳道會劉永生中學	尋找遺忘的回憶
風采中學	重拾本港人情味-提升港人凝聚力
德望學校	<b>Define Your Own Beauty Campaign Among Hong Kong Youths</b>
瑪利灣學校	南區「耆」妙人生之旅
民生書院	<b>LoBal Youth Action</b>
天主教南華中學	讀書無用？香港教育對學生學習動機與社會流動的影響
博愛醫院鄧佩瓊紀念中學	了解真我·敢於實踐 ‘True and Dare’基層青少年成長工作坊
聖公會莫壽增會督中學	<b>A For Art</b>
聖士提反女子中學	<b>Eco x Cultural Elite Leaders Programme (EXCEL Tour Guide Training Programme)</b>
仁濟醫院第二中學	微電影@公民教育－從戲劇看公民教育