

Total number of document(s): 1

1. Ta Kung Pao | 2021-08-09

Newspaper | A07 | 要聞 | 和諧有方

上網課變困獸鬥 八成半人消極處理 疫下親子衝突激增 五部曲化解

疫情下港人情緒壓力爆煲，有調查發現，疫下近半家長和子女發生更多衝突，85%人用消極方法處理，甚至做出傷害他人或自殘行為，包括進食安眠藥、自扯頭髮等，更有小三學生不懂發洩情緒，做出鏢手行為。專家建議採用「停、看、聽、想、動」五部曲調解衝突，適時尋求情緒輔導支援。另有調查發現，綜援婦女在疫下面臨停工及照顧停課子女的雙重壓力，焦慮程度遠超普通市民一倍，建議政府提升綜援標準金或增設特別津貼。

大公報記者 陳詠韶

新冠疫情肆虐，學生只能以網課代替實體上課，父母與子女長期共處一室下衝突大增。獅子山青年商會及香港家庭調解協會在今年四至五月，訪問了六百多名小學生及家長，發現53.3%的家長和45%的子女表示疫下親子衝突增加。其中子女學業進度及升學就業意願是最大衝突來源（41.8%）。

然而，超過85%家長和子女採用消極負面方法處理親子衝突，導致親子關係更為惡劣。家長常用的方法是口頭責備子女（50%）、言語頂撞（43.4%）等；而子女通常是發動冷戰（31.1%）、發脾氣（29%）等。有31.9%的家長及58.3%的子女甚至做出傷害他人或自殘行為，包括有家長不堪壓力服食安眠藥、自扯頭髮或捶打身體發洩，亦有小三學童用鋸刀自殘鏢手。

停停靜觀 放鬆抗壓

調查顯示，39.1%家長和22.5%子女表示不懂得如何處理親子壓力，選擇獨自面對情緒，近七成家長及近六成子女不會或很少尋求他人的協助，導致錯過解決問題的最佳時機。

有鑒於此，兩間調查機構共同設計「抗壓童盟親子平行小組」工作計劃，透過靜觀、親子調解技巧、漸進式肌肉放鬆抗壓法等，提升疫下抗壓能力，促進家庭和諧。香港家庭調解協會總幹事梁淑瑜強調，親子發生衝突時，應學會「停一停」、「看一看」、「聽一聽」、「想一想」、「動一動」，如果仍無法解決，應及時求助專業人士調解。

綜援婦女焦慮高一倍

另外，香港社區組織協會聯同中大社會工作學系四月在網上訪問了290名綜援婦女，發現84.4%婦女在疫下生活開支增加，當中以食物開支增幅最高，平均每月增約1900元，其次為子女補習費及租金；疫下因失業或要停工照顧停課子女的婦女增加約12%，超過八成婦女只能選擇「節衣縮食」應付開支。調查亦發現綜援婦女的焦慮程度為56.3%，遠超一般市民約一倍，而支出、子女管教及學業為情緒轉差的三大主因。

社區組織協會建議，政府應在疫下提升綜援標準金，或增設有時限性的特別津貼，為有需要的家庭子女提供學習支援，包括提供社區託兒券、提供功課輔導班等，紓緩婦女壓力。

調解親子衝突五部曲

- 1 停一停：先冷靜自己、深呼吸、飲水
- 2 看一看：觀察當時的情況
- 3 聽一聽：積極聆聽對方的想法感受
- 4 想一想：思考不同處理方法，分析各方的好壞處
- 5 動一動：選擇合適的方法，再行檢討

資料來源：香港家庭調解協會總幹事梁淑瑜

#####

有團體調查發現，綜援婦女焦慮程度急升。

DOCUMENT ID: 202108099504165

Source: Wisers electronic service. This content, the trademarks and logos belong to Wisers, the relevant organizations or copyright owners. All rights reserved. Any content provided by user is the responsibility of the user and Wisers is not responsible for such content, copyright clearance or any damage/loss suffered as a result.

Wisers Information Limited Enquiry: (852) 2948 3888 Email: sales@wisers.com Web site: <http://www.wisers.com>
Copyright (c)2021 Wisers Information Limited. All Rights Reserved.