

# 香港學生能力國際評估中心 通訊

HONG KONG CENTRE FOR INTERNATIONAL STUDENT ASSESSMENT  
NEWSLETTER



第 35 期 2021 年 6 月

## 家庭因素如何影響學生身心健康？HBSC 主測試結果初探

新冠肺炎疫情下，學生往往須在家中進行網上學習，外出和社交活動減少，身心健康備受關注。另一方面，學生與家人相處的時間增多，甚至朝夕相對，對身心健康和家庭關係孰好孰壞？誠然，家庭對於學生的身心健康有著重要的角色：家庭既可成為令家人感到安舒的避風港，亦可成為彼此磨擦、風雨飄搖的

地方。在疫情下，香港學生的身心健康狀況究竟如何？家庭背景、溝通和支援對他們的身心健康又有何影響？今期通訊基於「學童身心靈健康評估計劃」（簡稱 HBSC）主測試結果作初步分析，冀望能讓我們了解香港學生的身心健康狀況，以及家庭因素帶來的影響。

### 香港學童健康現況

本中心與青年研究中心於 2020 年 6 月至 12 月期間，以隨機抽樣方式，邀請了就讀於 21 間小學及 19 間中學約 5,307 名 11 歲、13 歲及 15 歲的學生參加問卷調查，評估他們的健康質素。結果顯示，香港學生的生活滿意度平均值為 6.97 分，低於 HBSC 平均值 7.80 分。香港學生對目前生活非常滿意（9-10 分）的約佔 18%，遠低於 HBSC 的 36%；而表示不滿意（0-4 分）的約佔 9%，則高於 HBSC 的 7%（表一）。香港學生自評健康狀態為「極好」的只有 16%，遠低於 HBSC 的 36%；自評健康狀態為「一般」及「差」的分別約有 32%及 4%，

均高於 HBSC 的 12%及 2%（表二）。

另一方面，香港學生出現情緒症狀的情況比出現身體症狀的情況較為嚴重，約 34%至 42%的學生表示每星期至少一次心情低落、易怒或脾氣暴躁、緊張和難以入睡（表三），而每星期至少一次頭痛、胃痛、背痛和感到頭暈眼花的約有 14%至 18%（表四）。與 HBSC 相比，香港學生出現身體症狀的情況較少，但出現情緒症狀的情況則較多，尤其在心情低落方面較為嚴重。

表一 香港學生與 HBSC 平均的生活滿意度

生活滿意度	香港	HBSC 平均值
9 - 10 分 (10 分：最好的生活狀況)	18.4%	36.4%
7 - 8 分	46.3%	40.7%
5 - 6 分	26.7%	16.2%
0 - 4 分 (0 分：最差的生活狀況)	8.6%	6.7%

表二 香港學生與 HBSC 平均的自評健康狀態

自評健康狀態	香港	HBSC 平均值
極好	15.5%	36.3%
好	49.3%	50.2%
一般	31.5%	11.8%
差	3.7%	1.6%

\*總百分比的微小差異是由於四捨五入之故。

表三 香港學生與 HBSC 平均過去 6 個月出現情緒症狀每星期一次或以上的百分比

	心情低落	易怒或脾氣暴躁	感到緊張	難以入睡
香港	39.8%	41.9%	39.3%	34.1%
HBSC 平均值	29.3%	40.5%	38.3%	32.3%

表四 香港學生與 HBSC 平均過去 6 個月出現身體症狀每星期一次或以上的百分比

	頭痛	胃痛	背痛	感到頭暈眼花
香港	17.7%	13.9%	14.4%	16.5%
HBSC 平均值	29.9%	20.3%	22.1%	17.4%

## 家庭因素與學生健康的關係

調查發現，家庭社經地位越高，學生的生活滿意度及自評健康狀態亦越高；至於身體及情緒症狀方面，家庭社經地位則沒有顯著影響（表五）。家庭溝通方面，學生表示容易與父母交談者，有較高的生活滿意度及自評健康

狀態，身體和情緒症狀亦較少（表六）。家庭支援與生活滿意度和自評健康狀態亦有正面關係：學生表示家庭支援水平越高，其生活滿意度和自評健康狀態亦越高，身體和情緒症狀亦越少（圖一）。

表五 不同家庭社經地位的香港學生的健康與幸福感指標

健康與幸福感指標	最低四分之一		次低四分之一		次高四分之一		最高四分之一	
	平均值	標準差	平均值	標準差	平均值	標準差	平均值	標準差
生活滿意度 <sup>1</sup>	6.44	1.92	6.84 *	1.82	7.22 **	1.76	7.47 ***	1.65
自評健康狀態 <sup>2</sup>	2.64	0.78	2.74 *	0.73	2.80 #	0.74	2.86 **	0.73
身體症狀 <sup>3</sup>	6.39	3.23	6.49	3.18	6.35	3.06	6.35	3.05
情緒症狀 <sup>3</sup>	9.48	4.46	9.43	4.27	9.49	4.30	9.38	4.21

註：1. 「\*」的數量不同表示組別之間有顯著差異。

2. 自評健康狀態為 1 至 4 分，1 分代表差，4 分代表極好。「\*」的數量不同表示組別之間有顯著差異。標示「#」的組別與標示「\*」及標示「\*\*」的組別之間沒有顯著差異。

3. 身體症狀及情緒症狀為 4 至 20 分，分數越高代表症狀越多。

表六 不同家庭溝通情況的香港學生的健康與幸福感指標

健康與幸福感指標	與父親交談 困難／非常困難		與父親交談 容易／非常容易		與母親交談 困難／非常困難		與母親交談 容易／非常容易	
	平均值	標準差	平均值	標準差	平均值	標準差	平均值	標準差
生活滿意度	6.28	1.87	7.39 ***	1.67	5.95	1.92	7.30 ***	1.68
自評健康狀態	2.54	0.76	2.89 ***	0.71	2.48	0.78	2.85 ***	0.72
身體症狀	7.27 ***	3.57	5.86	2.70	7.55 ***	3.76	6.01	2.80
情緒症狀	10.94 ***	4.49	8.57	3.94	11.48 ***	4.60	8.79	4.00

\*\*\* p < 0.001

## 總結

HBSC 主測試結果顯示，相對於國際水平，香港學生的生活滿意度及自評健康狀態均較低，而香港學生的情緒症狀亦較身體症狀嚴重，情況令人關注。家庭背景因素對學生的健康與幸福感有顯著影響，來自低社經地位、弱勢家庭學生的健康狀況明顯較差，反映社會上出現健康不均等的情況。一方面，政府宜與關注兒童權益的團體合作制定有關學生身心健康

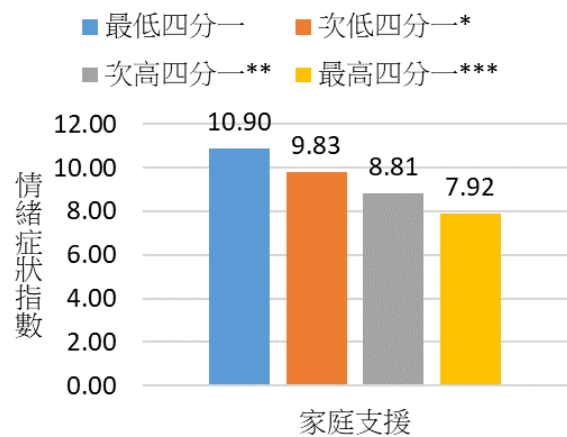
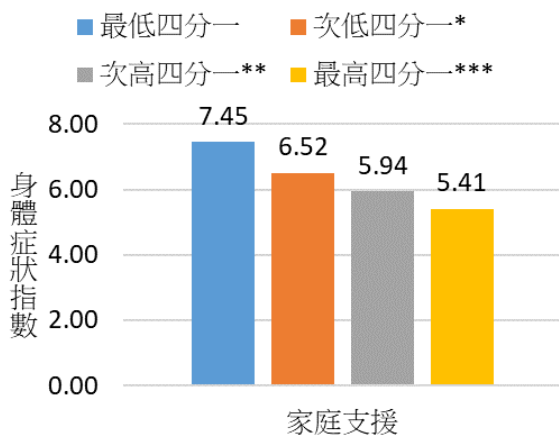
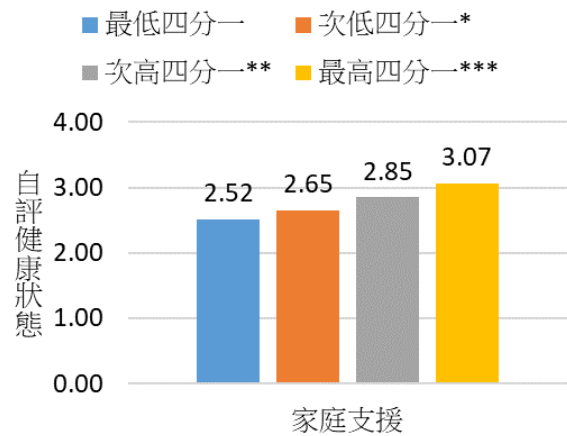
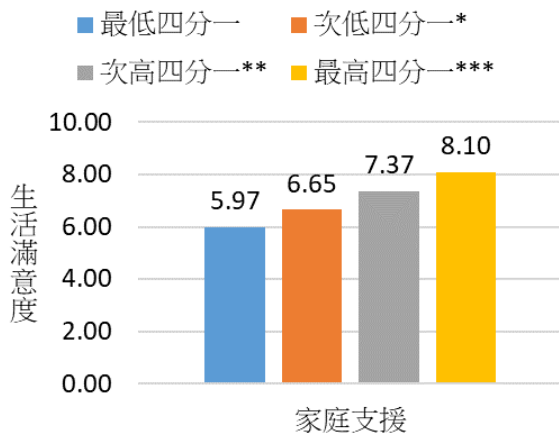
的長遠政策，並對弱勢家庭學童提供額外援助；另一方面，家庭溝通及支援可能是改善學生身心健康的契機。疫情對於家庭關係好比一把雙刃劍：有人因長時間與家人相處而多了磨擦，反之亦有人與家人多了溝通，令以往因忙碌工作和生活壓力而被忽略的親子關係得以建立。若家長能掌握正確的教養和溝通技巧，學會如何與子女建立良好關係，不但能減少



家庭裏的磨擦和衝突，亦能提升學生的身心健康。在是次 HBSC 的教師訪談中，有受訪教師便強調家長教育的重要性；訪談結果亦顯示跟小學生家長比較，中學生家長往往較少參與家長教育活動，其原因有待探討。現時家長既要

承受經濟和生活壓力，亦要處理子女在家學習的安排，他們需要足夠的支援，並有空間參與家長教育活動，才得以成為子女成長路上的同行者，令學童的身心健康得以「疫」流而上。

圖一 家庭支援與香港學生健康與幸福感指標的關係



註：「\*」的數量不同表示組別之間有顯著差異。

## 中心活動簡報



2020 年 11 月 5 日，何瑞珠教授應邀出席香港亞太研究所主辦的三十周年會議，分享課題為“From International Study to Longitudinal Study of Adolescents in Hong Kong (HKLSA)”。

2020 年 12 月 10 日，何瑞珠教授與姜培芝博士應邀出席香港教育大學香港研究學院主辦的「香港研究周年會議」，發表題為“Structure and Agency in Adolescents’ Expectations of Pursuing Post-secondary Education”的論文，並獲頒傑出論文獎。





## 編者的話

各位校長、老師及教育界同工：

今期通訊分享了「學童身心靈健康評估計劃」(HBSC)主測試的初步分析結果，期望能為教育界同工及家長們帶來一點反思。衷心感謝參與的40間中小學，令HBSC主測試得以順利完成。在與學校訪談中，特別欣賞教育工作者在疫情期間設計網課之餘，還盡力與家長保持聯絡，對有需要的家長提供學習、防疫以至生活的支援，這份互相扶持、共度難關的精神，成為疫情中孩子們學習以至身心健康的重要支持，我們深表謝意。HBSC的個別學校報告將派發給參與學校，若學校有興趣就有關結果作校本教師分享，請聯絡本中心。

至於「香港青少年之追蹤研究」(HKLSA)，我們正籌備第六期間卷調查。期望這項長期追蹤研究能為香港制訂適切的青年人政策帶來啟示和方向。

何瑞珠

香港中心總監

二〇二一年六月十八日

## 中心活動簡報



2021年6月7日，本中心與香港亞太研究所青年研究中心舉行 HBSC 主測試新聞發布會。圖為 HBSC 研究團隊的成員（由左至右）：馮應謙教授、何瑞珠教授、李賴俊教授。



2021年1月6日，何瑞珠教授應邀出席教育局主辦的「官立小學聯校教師發展日2020-2021」，分享課題為「如何塑造學生幸福快樂的成長」。

## 工作進程

HKLSA	AFTL	EBSIP	INSLA
2021年1-6月 ● 為訪談文字檔案進行編碼及初步分析  2021年7-12月 ● 設計第六期間卷調查	2021年1-6月 ● 更新及編彙「PISA 評估架構與教學應用系列」	《心靈的轉化及變革能力教材套》系列： 2021年6月 ● 於本中心網站發布由教育心理學家製作的〈學生的「軟實力」〉教材套	「學童身心靈健康評估計劃(HBSC)」主測試： 2021年1-5月 ● 數據整理及分析 ● 撰寫及遞交研究報告  2021年6-7月 ● 舉行新聞發布會 ● 派發個別學校報告

