

中學生抑鬱 兩成不願求助

專家倡多元治療介入 三層應急機制恒常化

學生精神健康問題近年廣受社會關注，有青年機構昨日公布「香港中學生精神健康素養」的調查結果，逾三成受訪中學生正受抑鬱症相關的症狀困擾，以抑鬱焦慮壓力量表作評估，更有17%受訪學生被評為處於「嚴重/非常嚴重」的壓力水平。值得關注的是，近半受訪中學生即使患有心理健康問題，也不一定尋求協助，其中兩成人更表明不願尋求幫助，而較低求助意願的學生，其抑鬱、焦慮及壓力的程度顯著較高，抗逆力及健康狀況則顯著較差。

香港中華基督教青年會（YMCA）在今年7至8月期間以問卷形式調查826名港島區中學生，並使用簡易版患者健康問卷（PHQ-2）和簡易版焦慮情緒問卷（GAD-2）來評估受訪者的精神健康和焦慮狀態。調查結果顯示，過半受訪學生在過去兩星期中曾感到緊張、不安或煩躁，甚至難以停止或控制憂慮。通過不同的健康及焦慮情緒問卷發現，有30.6%學生正受抑鬱症相關的症狀困擾，四分之一人處於焦慮狀態。此外，即使調查中有約53%的受訪學生自評健康狀況為「好/非常好/極好」，但當中有約16%學生實際卻被評估為正受抑鬱症相關的症狀困擾，只是他們並不自覺。

17%學生處於嚴重壓力水平

另一方面，經抑鬱焦慮壓力量表的評估，超過29%受訪學生有中度或以上壓力，代表的精神健康狀況已達到需要關注的水平，更有17%被評為處於「嚴重/非常嚴重」的壓力水平。調查亦顯示有36%學生屬抗疫力

低，面對逆境時需要較長時間調節壓力及情緒。在「如果我患有心理健康問題，我會尋求協助」一欄上，約47%學生表示不一定，約兩成則表明不會，只有不足三成受訪學生表示願意向身邊的成年人談論感受。

香港中華基督教青年會執行幹事李道生表示，調查結果反映許多學生對自己的心理健康狀況缺乏了解，並且對尋求幫助缺乏信心。該會建議學校及地區青少年服務單位積極推展精神健康素養教育，宣傳及推廣多元治療服務介入，例如音樂治療、表達藝術治療、戲劇治療、生態療法等等，讓學生認識醫學藥物以外的治療方法，提升其尋求協助的動力。

去年的施政報告首次提出在2023/24學年，教育局將推出「精神健康素養」資源套，旨在加強學生對精神健康的認知，並協助學校推廣精神健康教育。該會提議在10月16日發表新一份施政報告中，提出全港中學校本「三層應急機制」恒常化，並設立專項基金資助初期受情緒困擾的中學生，由地區支援服務單位協助推行，並將申請者引薦至適合的私營醫社輔導中心接受相應服務。



YMCA昨日公布「香港中學生精神健康素養」的調查結果。

中五生：與家人傾訴成情緒出口

應屆中五學生Christy自小學時期因健康問題被同學誤解而受到排擠，升中後無論在社交還是學業上都承受極大壓力，為她帶來巨大的精神健康困擾，有時甚至會獨自哭泣並失眠。她亦曾因家庭誤解而對自身價值產生懷疑，甚至有過自殺的念頭。

成年人能給予有用建議

幸有一次機會讓她與家人修補了關係，自此，Christy由不願與家人傾訴，轉化為與家人傾訴心事，成為她的情緒出口。

她現時會定期約見精神科醫生和心理輔導員，也樂於與學校社工會面。

對於青少年普遍不願向成年人透露心聲或求助，Christy認為這或源於青少年與成人年代不同，成年人或較難明白青少年的處境，但倘若能夠建立具安全感的互信關係，成年人又能給予自己有用的建議時，她亦願意向成年人傾訴甚或求助，「朋輩大多只能成為聆聽對象，成年人有機會提供較多具體而有用的建議，協助自己面對各種挑戰。」

傳盧煜明為中大新任校長候選人

香港中文大學校長段崇智今年1月向校董會請辭獲接納，明年1月正式卸任。昨日有消息指，中大遴選委員會已推薦中大醫學院副院長盧煜明為新任校長唯一候選人，中大校董會最快本周四與候選人會面溝通、周五將討論是否接納遴選委員會的推薦人選，若獲得四分之三校董會成員支持，任命將獲得通過。

據了解，盧煜明昨日在回應有關新任校長傳聞時，未有直接作出否認，但表示暫時不作回應，認為應向校方查詢。中大發言人則回覆本報查詢指，新任校長的遴選工作正在進行，待大學校董會作出決定後將適時公布。

被問及對新任校長人選的看法，中大校董兼立法會議員鄧家彪認為，中大需要進一步加強國際地位，吸引更多國際頂尖學者。若新校長是一位國際頂尖、認可的學者，同時又能熟悉香港及

國家情況，相信這些都會是相當理想的條件，能讓中大各持份者及社會接受。

被譽為「無創產前檢測之父」

盧煜明1963年出生於香港，是著名分子生物學臨床應用專家。他於1997年加入中大，現時擔任中大醫學院副院長、李嘉誠健康科學研究所所長等。此前，他因研發出「無創產前診斷技術」，被譽為「無創產前檢測之父」。去年，他亦獲選為中國科學院院士，同時他也是世界科學院及英國皇家學會院士等。



盧煜明



「樓宇更新大行動2.0」為合資格的舊樓業主提供財政資助和技術支援。資料圖片

市建局：預審承建商名單加快維修

香港特區政府夥拍市區重建局去年4月推出第三輪「樓宇更新大行動2.0」，為合資格業主提供財政資助和技術支援，以進行樓宇維修。市建局共收到1,264宗申請，涉及1,600幢樓宇約23.6萬個單位。今年5月起部分申請已獲發原則上批准通知書。市建局行政總監韋志成表示，第三輪行動參考首兩輪個案經驗，市建局為工程顧問及承建商編製一套「預審名單」供業主及法團參考，可節省業主或法團了解及揀選的時間，「預審名單」由市建局把關，讓業主或法團集中評估符合資格的工程顧問及承建商的投標價格，加快整個決策過程，盡早批出顧問及維修工程合約，整體時間由此前的三年半，最多可縮減至約一年半。

韋志成昨日發表網誌指出，市建局在前兩輪樓宇更新大行動中，留意到部分大廈業主因缺乏專業知識和經驗，對籌組維修工程無從入手。另外亦有樓宇復修個案因業主之間對工程範圍、招標安排和揀選工程承建商持不同意見，經多番討論仍未能達到共識，令維修工程一拖再拖，以致逾期仍未遵辦強制驗樓

的法定通知。

因此，市建局團隊在今輪計劃中為獲批業主或法團，制定維修工程進度時間表，將委聘工程顧問、提交工程投標文件及委聘合資格的註冊承建商分為三個階段，按照不同大廈及屋苑的住宅單位數目，清晰訂明每個階段所需進行的工作以及時間表，要求業主、法團或物業管理公司遵從。

有關措施旨在協助業主或法團加快委聘工程顧問和承建商，以免樓宇維修工作因不同原因受到拖延，「我們預計第三輪行動的業主和法團，在措施支援下批出工程合約的時間，將由以往平均約43個月大幅度縮短至最快19個月便能完成。」韋志成說。

韋志成解釋，應用新的維修工程進度時間表，以住宅單位數目少於50伙的大廈為例，獲發原則上批准通知書後，由委聘工程顧問、提交工程投標文件至委聘合資格的註冊承建商，一般只需19個月就能完成；住宅單位數目在250伙以上的大廈或屋苑，則需約29個月完成整個委聘工程顧問及承建商的程序。