

新學年局方續支援學生精神健康 高中增教量子物理課勿嚇倒 教育局倡辦學團體「強強聯手」防「縮班」

開學在即，社會關注適齡學童人口結構性下降會否引發進一步的「殺校潮」。特區政府教育局局長蔡若蓮昨日接受電子媒體訪問時表示，教育局會檢視未來5年及10年的區域人口變化數據作預判，若發現部分地區或收生處於後段的學校面臨「縮班」風險，便會提早與辦學團體溝通並提出適切建議，期望具實力的辦學團體發揮資源整合優勢，實現「強強聯手」，現時已有更多辦學團體主動表達商討併校意向。她呼籲辦學團體在考慮併校前，必須提早向家長及教職員作充分而透明的溝通，以爭取共識。

●香港文匯報記者 莫楠

長假期結束後，學童容易出現情緒波動、抗拒上學或身體不適。為關注學童精神健康，教育局去年將「三層應急機制」在全港中學恒常化實施，並同步擴展至小學四年級至六年級試行，試行期至今年8月31日（今日）。蔡若蓮透露，初步統計在過去6個月，負責校外支援網絡的第二層機制共錄得約220宗服務個案，當中中小學生佔超過90宗。要轉介至第三層支援、即涉及專業醫療介入的個案則有90多宗，其中小學個案佔十多宗。

不少學校指「應急機制」有幫助

蔡若蓮表示，不少學校反映上述機制非常有幫助，目前正積極研究如何進一步善用該計劃，並承諾在公布新措施之前，會維持現有的支援服務水平，未來主要會在執行細節上作提升。她解釋指，三層支援模式中，第一層在校內，第二層結合非政府機構組成校外支援網

絡，局方會研究如何把兩者協調得更好，惟整體形式不會有太大變化。

她又提到，最初大家不熟悉機制，「虛驚一場」的轉介較多，隨着學校學習架構，運用日趨精準，個案數量相對穩定，未見濫用情況。

她指出，每個個案均不相同，影響學童情緒的因素眾多，部分源於生理因素如抑鬱症，部分涉及家庭、朋友或人際關係，亦有學生因對自己期望過高、面對新環境適應或學業追求完美而受困擾，難以簡單分類，局方會繼續支援學生的精神健康。

為配合國家「十五五」規劃提出教育、科技、人才一體化發展方向，特區政府全面推進「人工智能+教育」行動。教育局今年6月發布《中小學數字教育發展藍圖》，近日再公布高中數理科目課程優化措施，加入「基因編輯技術」「量子物理學」及「狹義相對論」等課

題，引起外界憂慮內容偏向大學程度，中學生未必能應付。

蔡若蓮以人工智能教育為例，指相關內容同樣由初中開始教授，但不同階段的教學深淺、方法與重點各有側重，公眾無須被課程名稱嚇倒，其實量子物理與狹義相對論看似屬大學專題，甚至是部分學者窮一生研究的理論，但不代表中學階段不能涉獵。

她解釋，當代不少科技應用與上述理論密切相連，例如日常使用的GPS全球定位系統，涉及位置修正所依據的基礎概念，正與量子物理及狹義相對論有關。課程重點只是要求學生建立基本認知與概念，理解理論如何聯繫生活，從而啟發好奇心；日後他們升讀大學再深入學習時，便能更好連結既有知識。

資源配套方面，教育局向每校提供50萬元撥款以支援中小學善用AI提升學與教效能。蔡若蓮透露九成多學校已申請

「三層應急機制」

資料來源：教育局

第三層

為有持續嚴重學習或適應困難的學生提供個別化的加強支援，包括訂定個別學習計劃

第二層

安排額外支援/提供「增補」輔導予有持續學習或適應困難的學生

第一層

及早識別，並透過優化課堂教學，及早照顧所有學生的不同學習及適應需要，包括有輕微或短暫學習或適應困難的學生

撥款，而撥款其中一項重點工作是協助學校制訂整體規劃，局方暑假已為學校提供培訓與講座，介紹如何把數字教育有機融入學校周年發展計劃，確保各學科能加入AI及數字教育元素，為下學年

試辦數字教育視學做好準備。過程中，教育局會收集和分享良好實踐經驗供其他學校參考，明年則重點檢視各校落地情況，按需要調整方向，確保措施穩步推進。

受困「完美濾鏡」

約23%受訪中學生容貌焦慮

香港文匯報訊（記者 劉沐藝）浸信會愛羣社會服務處「兒童及青少年身心健康服務」公布「2026年中學生幸福感調查」結果，今年以「容貌焦慮」為本年度主題。由於濾鏡及美顏功能、社交媒體盛行，外貌焦慮已悄然成為影響青少年身心健康的重要隱憂。調查發現，約23%受訪中學生容貌焦慮達高風險水平，須予以關注；其中女生比例（33%）較男生（15%）高逾一倍。調查又指，容貌焦慮愈嚴重，學生的社交怠倦、社交退縮及情緒困擾程度愈高，幸福感則愈低。隨着AI濾鏡與社交媒體演算法不斷放大「完美濾鏡」效應，青少年身心健康正面臨新一輪挑戰。

有關調查於去年11月至今年3月進行，成功訪問了1,318名本地中學生，以了解他們的幸福感、情緒健康狀況、生活滿意度、容貌焦慮風險、社交怠倦及社交退縮等情況。

港中學生整體幸福感維持一般

調查結果顯示，本港中學生的整體幸福感維持一般，情緒困擾稍見回落。若以5分為滿分，受訪者整體幸福感平均分為2.87分，與去年相若。抑鬱、焦慮及壓力達中度至非常嚴重程度的比例，分別為17%、15%及12%，較去年回落，但仍反映部分青少年正面對不容忽視的心理健康挑戰，以女生及高中生較為嚴重。「外貌體型」持續位列最不满意範疇，近三成學生對外貌體型不滿，該項目多年來穩佔生活不滿意度首五位，且與情緒困擾顯著相關，反映外貌及身體形象是影響青少年心理健康的關鍵因素。

社交怠倦與容貌焦慮互為惡性循環，今次社交怠倦平均分為2.21分，社交退縮平均分為2.56分，女生與高中生均高於其他組別。最常見表現為「只想沉浸在



●「2026年中學生幸福感」調查發布會。

主辦方供圖

自己的世界」（19%）及「儘管渴望與他人共處，仍感緊張」（25%），可見青少年陷入「想與人連結，又怕被看見」的矛盾中。

香港教育大學心理學系教授、教育及人類發展學院署理院長陳家承分析，青少年對外貌不安時，容易出現「逃避掩飾」或「威脅偵測」兩種反應，最終導致社交耗竭與退縮。

浸信會愛羣社會服務處旗下心理健康綜合服務「樂心匯」臨床心理學家紀正楠補充指，女生及高中生情況尤為明顯，與傳統社會文化對女性外貌的標籤、社交媒體演算法精準推送美妝瘦身內容，及高中階段對「他人看法」高度敏感有關。他建議青少年學習自我關懷，接納自己，主動篩選社交媒體內容，透過多元興趣建立自我價值。

團體倡強制標示AI修圖濾鏡

針對調查結果，該處助理總幹事盤鳳愛建議，業界應強制標示AI修圖濾鏡，引入「青少年專屬演算法」，主動推送多元審美及心理支援資源，並定期公開內容管轄風險報告；建構預防篩檢體系：將容貌焦慮及對AI未來的不安納入常規心理篩檢，加強公眾教育，協助辨識演算法邏輯，並為家長教師提供實用支援，以達及早識別與介入。

近三成中學生想吃「體育飯」苦無實踐機會

香港文匯報訊（記者 高鈺）香港近年接連舉辦不同的體育盛事，體育經濟亦成為社會的關注焦點，而人才培育是進一步推動相關發展的關鍵。團結香港基金最新研究發現，本港中學生有近三成人士表明有興趣在未來投身體育行業，但入行要求和途徑不清與缺乏實踐機會是主要障礙。基金提出九方面的建議，包括應從中小學體育課和社區外展訓練入手，推廣遊戲化運動以普及運動參與；優化生涯規劃，讓青少年了解體育行業包括治療、統籌、分析和市場等多元崗位；同時豐富場地及訓練資源，做好學業與運動雙軌發展的工作，系統支援運動員職涯發展。

團結香港基金近日發表「『體』見未來：為青年打造體育行業之路」第一階段研究，聚焦中小學層面，探討如何鞏固體育人才培育基礎。研究在今年初訪問了逾40間中學近1,100名學生，28%的人指對投身體育行業感興趣，逾半人指對運動的興趣是吸引入行的主要因素，亦有不少人看中行業的收入水平，及成功榜樣的形象。不過亦有46%受訪學生指出，不清楚入行要求和途徑，是阻礙其投身體育行業的主要因素，27%則指缺乏實踐機會。

基金指出，要有效培育體育行業人才，應增加中小學生接觸不同種類運動的機會，透過於學校體育課和社區外展加強推廣遊戲化運

動，及提供持續性的小眾或新興運動訓練，藉以普及和提升學生群體對運動的興趣。

團結香港基金倡優化生涯規劃資訊

此外，針對受訪學生中，56%人對體育行業的認知只限於運動員、教練和體育教師，基金認為可優化相關生涯規劃資訊，幫助更多學生了解，包括物理治療、活動統籌、營養師、心理學家、體育傳媒和公關、球探，以至商業專員和分析師亦是行業的一員。基金又建議應讓「M」品牌活動主辦單位加入更多青少年參與元素，為學生提供大型體育活動支援崗位的實踐與體驗機會，亦可加強與體育行業企業合作，豐富業界參與。

除了運動普及和基礎參與外，團結香港基金強調，青少年的潛質以至精英運動員的培育是香港體育行業發展的核心環節，故建議研究如何提高現有康文署設施安排的彈性，供小眾和新興運動更靈活使用，亦可於安全條件許可下，容許不同團體共用設施，同時便利體育總會善用各區社區會堂及社區中心推廣運動。

另外，基金建議可為全港中學編制指引，以更有系統的靈活學習安排，支援更多學生運動員雙軌發展，同時可檢視並優化各大學的學生運動員入學和支援計劃，支撐青年體育人才發展。

多種傳染病恐校園爆發 11童流感重症敲警鐘

香港文匯報訊（記者 高鈺）開學在即，特區政府衛生署衛生防護中心已透過教育局去信全港學校，提醒校方應採取適當措施以減低傳染病在學校傳播的風險。中心總監徐樂堅提醒市民，本港現時仍處於流感季節，希望全港學校及家長踴躍參與新年度的季節性流感疫苗學校外展計劃，及使用今年新推出的醫健通電子同意書，以盡早完成同意程序，讓學校更早規劃及安排流感疫苗接種。若學校未有參與該計劃，家長應於新年度季節性流感疫苗接種計劃開始後，盡快安排子女到參與疫苗資助計劃的私家醫生診所接種疫苗。

本港自6月底進入流感季節，累計錄得11宗兒童感染流感的嚴重個案。當中8宗已康復出院，兩宗情況危殆及一宗死亡。中心最新的監測數據顯示，現時季節性流感仍維持在高水平。由於近月社區的流感傳播廣泛，感染人數大幅增加，嚴重個案亦隨之上升。中心預料開學初期流感仍會持續活躍，學校亦可能出現爆發個案。

接種疫苗有效預防季節性流感

新冠病毒的活躍程度亦自6月起呈上升趨



●衛生署衛生防護中心
衛生署衛生防護中心
Fb圖片

求醫。

至於蚊傳疾病，例如登革熱和基孔肯雅熱雖不會人傳人，但學校應加強清除積水和預防蚊子滋生的工作。

此外，手足口病是常見於兒童的疾病，今年6月至7月，監察數據顯示其活躍程度曾上升並處於高位，自8月中已下降至較低水平，開學後學校和院舍可能出現零星爆發個案，患病的兒童應留在家中。

中心提醒學校應按照預防傳染病指引執行防控措施和處理爆發個案，如懷疑出現爆發個案，應立即呈報衛生防護中心盡快跟進。學校亦可參閱衛生防護中心基孔肯雅熱、登革熱、季節性流感、手足口病及腸病毒71型感染網頁。

民建聯「開學放鬆D」講座 學童刺穿「壓力氣球」



●主禮嘉賓與學童一同刺穿「壓力氣球」。

香港文匯報訊（記者 高鈺）莘莘學子會在新學年返回校園，在學業、朋輩相處等方面均可能面對不同壓力，故民建聯深水埗支部與香港心理衛生會日前舉辦「學童精神健康關顧計劃啟動禮暨『開學放鬆D』學童精神健康講座」，吸引區內約150名家長及學生踴躍參與。

啟動禮上，一眾主禮嘉賓與學童一同刺穿印有「憤怒」「焦慮」及「傷心」等情緒表情的「壓力氣球」，象徵攜手為學童及家長破除壓力、釋放情緒，迎向充滿正能量的新學年。活動透過精神健康講座及互動環節，協助家長認識子女可能出現的壓力及情緒信號，並學習以聆聽、理解和陪伴的方式回應子女需要，協助他們以正面心態迎接新學年。

主禮嘉賓之一的立法會議員鄭泳舜表示，作為家長，一直學習與孩子相處及調整自己的管教方法，故特意推行這項計劃，希望為家長提供更適切的支援。香港心理衛生會總幹事陳國溪期望透過計劃推廣互相支援、充滿關懷的環境，讓孩子健康快樂地成長。