

我們的研究審視目前香港兒童在心理健康方面的需要，包括參考大量學術文獻和由香港其他非政府組織進行的小規模調查。研究結果所得出的結論，亦反映香港救助兒童會從以下途徑收集的數據，包括：



香港兒童和青少年在心理健康方面所承受的負擔



- 與新型冠狀病毒相關的隔離措施和壓力
- 動盪下的情緒困擾
- 自我關顧能力不足
- 巨大的學習壓力
- 緊張的親子關係
- 過長時間使用電子產品

研究發現

社會和政治動盪加上新型冠狀病毒疫情，加劇兒童及其家庭原有的心理健康問題和壓力，公共心理健康服務亦受到壓力。



經過一段時間的政治和社會動盪，有多達39%（每5人就有2人）的中小學生出現精神健康疾患的癥狀。

1000s+



今年，需要臨床精神科服務的兒童較去年激增。然而，心理健康意識的不足，對公共服務供應者缺乏信心，加上嚴重污名化等因素，只有很少人積極尋求協助，或獲轉介接受精神健康服務。



研究中有35%的學童形容停課期間，家裡的氣氛緊張或令人感到恐懼。

由2018年7月到2019年7月，在香港部份地區，兒童接受精神健康治療的輪候時間長達
113周



由2011至2016年，醫院管理局兒童精神科的病患
增加了50%

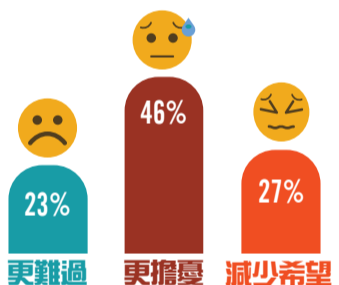


但只有**4%**的青少年個案涉及抑鬱症。

2019年有58宗青少年和兒童自殺案件，可能有抑鬱的人口比例，從2014年起已增加70%。



在受訪的兒童中，64%表示在疫情及停課期間的情緒變得更加負面。



接近三分之一的香港兒童認為，自己花太多時間在互聯網上。

- ↓ 社會及心理健康
- ↑ 抑鬱癥狀趨升

與青少年花在互聯網及流動設備上的時間增加有關。



聲音



從事兒童住宿照顧服務的資深社工

香港的社會服務系統過於分割……大量個案上升意味著社工無法迅速跟進及作出妥善處理，我們需要更多人手。

曾參與香港救助兒童會「Young Voices」焦點小組的匿名青少年

我們班上沒有自殺個案。不過，很多學生似乎都有割手。除非傷口很明顯，否則很難確定。學生都很會隱藏傷口。

曾參與香港救助兒童會「Young Voices」焦點小組的匿名青少年

由於無法承受來自父母的壓力，我小時候曾經試圖自殺。既然不可能改變父母，你所能做的就是改變處理事情的方法……



救助兒童會 心理健康和社會心理支援小組 資深兒童保護顧問 Anne-Sophie Dybdal

經常身處室外的人，大腦中重複出現負面情緒的部份，活動量較低。這正是兒童在當前所處環境中，為何容易陷入負面情緒甚或抑鬱的原因之一。

我們的建議

改善社區對心理健康的認識，及尋求精神服務的態度

改善社區提供基礎精神健康服務的能力，並致力接觸沒有求助卻有需要的兒童及青少年



減少兒童及青少年的學習及家庭壓力

協助兒童及青少年管理時間，健康地使用電子產品

詳細報告見：<https://savethechildren.click/mental-health-report>

THE MENTAL HEALTH MATTERS REPORT

保護香港兒童的心理健康

兒童友善資料便覽 (2020年9月)



Save the Children
救助兒童會

我們的研究審視目前香港兒童在心理健康方面的需要，包括參考大量學術文獻和由香港其他非政府組織進行的小規模調查。研究結果所得出的結論，亦反映香港救助兒童會從以下途徑收集的數據，包括：



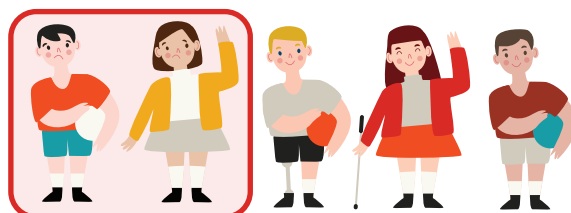
香港兒童和青少年在心理健康方面所承受的負擔



- 與新型冠狀病毒相關的隔離措施和壓力
- 動盪下的情緒困擾
- 自我關顧能力不足
- 巨大的學習壓力
- 緊張的親子關係
- 過長時間使用電子產品

研究發現

社會和政治動盪加上新型冠狀病毒疫情，加劇兒童及其家庭原有的心理健康問題和壓力，公共精神健康服務亦受到壓力。



經過一段時間的政治和社會動盪，有多達39%（每5人就有2人）的中小學生出現精神健康疾患的癥狀。

1000s+



今年，需要臨床精神科服務的兒童較去年激增。然而，心理健康意識的不足，對公共服務供應者缺乏信心，加上嚴重污名化等因素，只有很少人積極尋求協助，或獲轉介接受精神健康服務。



研究中有35%的學童形容停課期間，家裡的氣氛緊張或令人感到恐懼。



由2018年7月到2019年7月，在香港部份地區，兒童接受精神健康治療的輪候時間長達

113周



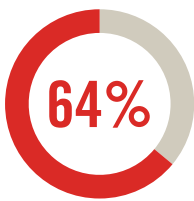
由2011至2016年，醫院管理局兒童精神科的病患

增加了50%

但只有4%的青少年個案涉及抑鬱症。

2019年有58宗青少年和兒童自殺案件，可能有抑鬱的人口比例，從2014年起已增加70%。





在受訪的兒童中，64%表示在
疫情及停課期間的情緒變得更加負面。



接近三分之一的香港兒童認為，自己花太多時間在互聯網上。

↓ 社會及心理健康

↑ 抑鬱癥狀趨升

與青少年花在互聯網及流動設備上的時間增加有關。



← 聲音



從事兒童住宿照顧服務的資深社工

香港的社會服務系統過於分割……大量個案上升意味著社工無法迅速跟進及作出妥善處理，我們需要更多人手。

曾參與香港救助兒童會「Young Voices」焦點小組的匿名青少年

我們班上沒有自殺個案。不過，很多學生似乎都有剝手。除非傷口很明顯，否則很難確定。學生都很會隱藏傷口。

曾參與香港救助兒童會「Young Voices」焦點小組的匿名青少年

由於無法承受來自父母的壓力，我小時候曾經試圖自殺。既然不可能改變父母，你所能做的就是改變處理事情的方法……



救助兒童會 心理健康和社會心理支援小組 資深兒童保護顧問 Anne-Sophie Dybdal

經常身處室外的人，大腦中重複出現負面情緒的部份，活動量較低。這正是兒童在當前所處環境中，為何容易陷入負面情緒甚或抑鬱的原因之一。

我們的建議

改善社區對心理健康的認識，及尋求精神服務的態度

改善社區提供基礎精神健康服務的能力，並致力接觸沒有求助卻有需要的兒童及青少年



減少兒童及青少年的學習及家庭壓力

協助兒童及青少年管理時間，健康地使用電子產品

詳細報告見：<https://savethechildren.click/mental-health-report>



Save the Children
救助兒童會

西環德輔道西410-418號太平洋廣場8樓

(852) 3160-8686 | hkinfo@savethechildren.org

這份文件的設計有使用Freepik.com的資源