

## 跨單元議題

單元一：個人成長、生活技能、社教化、社會文化、朋輩影響

單元二：生活素質、社會向上流動機會

單元五：公共衛生、健康生活模式

# 香港孩子快樂嗎？

## 本課節學習重點

### 概念 / 知識

1. 影響青少年快樂成長的因素
2. 青少年精神健康的情況
3. 提升青少年快樂的方法
4. 評估方法的成效

### 能力 / 回應技巧

1. 數據歸納及分析
2. 解讀漫畫及剖析因果關係
3. 立場判斷，論證立場
4. 建議適切的解決方法
5. 評估及比較方法成效

## 「香港孩子快樂嗎？」課前預習

1. 以下句子的描述是否正確？

### 問卷調查

A. 你認為哪些因素影響你的快樂？(不少於五項)


B. 在 A 題的因素中，你認為哪一項因素最為重要？

\_\_\_\_\_

C. 試解釋這項因素如何提升 / 降低你的快樂感。(不少於五十字)

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. 請瀏覽香港教育局網頁、衛生署網頁或自行搜集有關《好心情@學校 - 家長篇》資料，然後回答以下問題：

《快樂孩子約章》中關於提升孩子的快樂感，包括：

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_
6. \_\_\_\_\_
7. \_\_\_\_\_
8. \_\_\_\_\_
9. \_\_\_\_\_
10. \_\_\_\_\_

參考資料：香港教育局網頁

[https://www.edb.gov.hk/attachment/tc/edu-system/special/resources/joyfulatschool/Family\\_1.pdf](https://www.edb.gov.hk/attachment/tc/edu-system/special/resources/joyfulatschool/Family_1.pdf)



## 探究活動一：香港孩子快樂嗎？

### 「香港學童快樂程度」工作紙

#### 資料一

2015 年香港兒童快樂指數調查由香港嬰幼兒發展研究基金會贊助，並由嶺南大學公共管治計劃協助進行，採用與往年調查相同的研究方法。共有 9 所小學和 14 所中學（國際學校除外）參與調查，並成功收回 1,146 名就讀小四至中三的學童（包括 428 名小學及 718 名中學學生），以及 1,509 名家長回答的問卷。調查結果顯示，香港兒童的整體快樂指數由 2014 年的 6.74（以 0-10 分計算），顯著下跌至 2015 年的 6.49。

資料來源：〈嶺南大學調查發現 2015 年香港兒童快樂指數連續兩年下跌〉，取自嶺南大學網站  
[https://www.ln.edu.hk/cht/news/20160330/Children\\_Happiness\\_Index\\_2015](https://www.ln.edu.hk/cht/news/20160330/Children_Happiness_Index_2015)

#### 資料二

### 香港不同年齡的快樂指數(0 分為很不快樂；10 分為很快樂)

	小四	小五	小六	中一	中二	中三
很不快樂(人數) (0-2 分)	8	6	10	9	12	8
中立(人數) (3-7 分)	40	57	92	68	171	175
很快樂(人數) (8-10 分)	46	63	86	40	87	77
平均分	6.93	6.98	6.86	6.22	6.32	6.18
總人數	94	126	188	117	270	260

資料來源：《嶺南大學—2015 香港兒童快樂指數》

#### 資料三

### 2012 - 2015 兒童快樂指數

年級	2012	2013	2014	2015
小四	7.94	7.82	7.25	6.86
小五	6.96	7.75	6.94	6.69
小六	7.31	7.44	6.9	6.91
中一	6.93	7.33	6.93	6.56
中二	6.37	7	6.45	6.52
中三	6.55	6.67	6.55	6.15
平均指數	6.91	7.23	6.74	6.49

\*0 分為最不快樂，10 分為最快樂

資料來源：《嶺南大學—2015 香港兒童快樂指數》

資料四

**青年快樂指數**

國際青年商會香港總會於 2014 年進行「亞洲青年 100 快樂指數」調查，訪問香港、澳門、中山、寧夏、台灣、日本、新加坡、泰國、澳洲及馬來西亞等國家/地區的 18 歲至 40 歲青年。結果發現，若以 10 分為滿分，台灣和寧夏的 6.69 分屬於最高，香港則有 43% 受訪者選擇「7 至 8 分」及約 45% 選擇「5 至 6 分」，快樂指數平均分為 6.4 分。

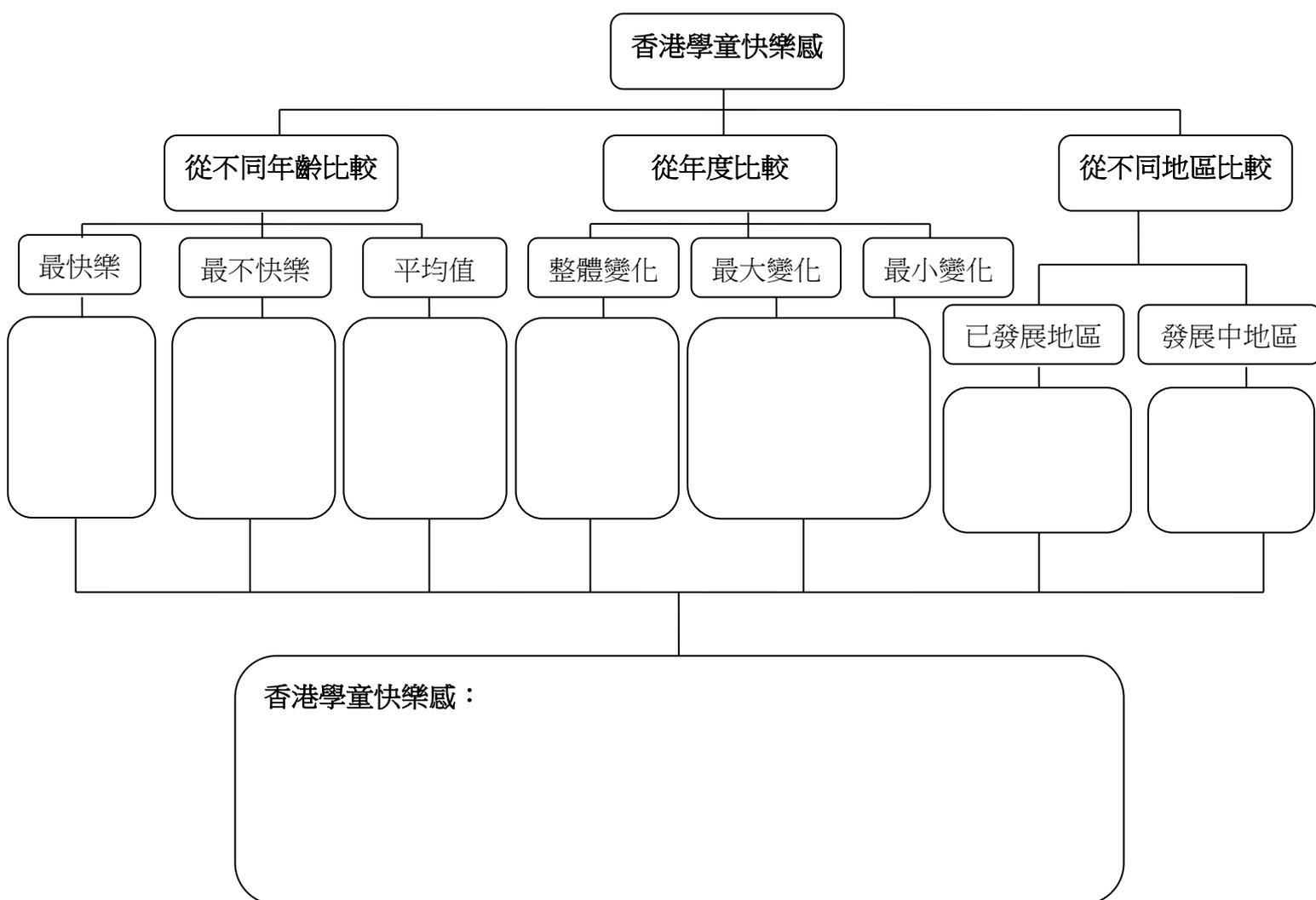
**亞洲青年 100 快樂指數排名表**

國家/地區	台灣	寧夏	日本	新加坡	澳洲	泰國	中山	香港	馬來西亞	澳門
平均分數	6.69	6.69	6.56	6.56	6.55	6.53	6.5	6.4	6.27	6.01

3. 根據以上資料一至四所顯示香港學童的快樂程度，回答以下問題：

根據資料一及二，比較香港不同年齡學童的快樂程度。	最快樂的年齡：
	最不快樂的年齡：
	平均值：
根據資料三，比較香港學童快樂程度的變化。	整體趨勢：
	升 / 跌幅度最大：
	升 / 跌幅度最小：

資料四的圖表反映香港學童的快樂水平與其他鄰近國家/地區有何不同？	香港的排名：
	與經濟發展較發達的國家/地區比較：
	與經濟發展較落後的國家/地區比較：



## 「影響青少年自尊的因素」課前預習

4. 根據教師所提供的參考資料，回答以下問題：（基於版權所限，未能提供資料的全文。）青少年的自尊感受到\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_及\_\_\_\_\_等多方面的因素影響。

### A. 身形和外貌

個人根據\_\_\_\_\_和\_\_\_\_\_形成對自己身形和外貌的看法。青少年會特別在意\_\_\_\_\_。青少年追求的理想體型，往往受到\_\_\_\_\_潛移默化地影響。

### B. 朋輩接納

青少年很在意自己和朋友的關係。隨著青少年的\_\_\_\_\_擴大，他們的\_\_\_\_\_便更容易受到朋輩關係所影響。若青少年在與朋輩交往的經驗中，經常獲得朋友的\_\_\_\_\_，例如讚賞自己的表現、肯定個人對群體的付出等，能令青少年感到被\_\_\_\_\_，個人的\_\_\_\_\_便會提升，與人交往的\_\_\_\_\_亦隨之而增加。

### C. 家庭情況

家庭是大部分人出生後最\_\_\_\_\_及長期在其中生活的群體，對一個人的\_\_\_\_\_及\_\_\_\_\_建立均是十分重要的因素。父母不同類型的\_\_\_\_\_，皆會影響子女的個人自尊感。另外，家庭的\_\_\_\_\_愈高的學生，愈有發展\_\_\_\_\_的機會，\_\_\_\_\_及\_\_\_\_\_普遍愈高，也有較好的學習動機。

### D. 學校生活

學校是大部分青少年主要的生活場所之一，一般來說，成績愈佳的學生，愈能切合\_\_\_\_\_及\_\_\_\_\_的\_\_\_\_\_，亦較常獲得他們的正面評價。不過，若師長的期望過高，而青少年未能達標，令青少年對自己的能力產生\_\_\_\_\_，影響\_\_\_\_\_，甚至變得\_\_\_\_\_。

### E. 社會文化

青少年受所屬地區的\_\_\_\_\_影響自尊感，中國傳統社會一向重男輕女，以及「男主外，女主內」，男生較為\_\_\_\_\_，女生較為\_\_\_\_\_，這些\_\_\_\_\_的觀念，逐漸形成\_\_\_\_\_，令男女角色被\_\_\_\_\_，間接影響青少年的\_\_\_\_\_。

另外，普遍香港社會認為讀書成績較佳、擁有大專學歷的青少年是較\_\_\_\_\_。因此，如讀書成績較弱、未能擁有大專學歷的青少年自尊感便受到\_\_\_\_\_影響。

探究活動二：影響香港孩子快樂成長的因素？

「影響香港學童快樂的要素」工作紙

漫畫來源：星島日報《副刊》

漫畫一：〈過猶不及〉

[http://stedu.sheadline.com/media/article/2014/08/26/img\\_20140826225858\\_586.jpg](http://stedu.sheadline.com/media/article/2014/08/26/img_20140826225858_586.jpg)

漫畫二：〈身教〉

[http://stedu.sheadline.com/media/article/2013/04/22/img\\_20130422224045446100193772.jpg](http://stedu.sheadline.com/media/article/2013/04/22/img_20130422224045446100193772.jpg)

漫畫三：〈開學在即〉

[http://stedu.sheadline.com/media/article/2014/09/11/img\\_20140911233257.jpg](http://stedu.sheadline.com/media/article/2014/09/11/img_20140911233257.jpg)

漫畫四：〈學童睡眠時間〉

[http://stedu.sheadline.com/media/article/2015/01/06/img\\_20150106161931.jpg](http://stedu.sheadline.com/media/article/2015/01/06/img_20150106161931.jpg)

5. 根據以下漫畫內容，指出及說明漫畫的訊息。

漫畫一	
星島日報漫畫〈過猶不及〉	人物：
	背景：
	動作：
	訊息：
影響青少年自尊的因素：	
解釋：	
漫畫二	
星島日報漫畫〈身教〉	人物：
	背景：
	動作 / 對話：
	訊息：

影響青少年自尊的因素：	
解釋：	
漫畫三	
星島日報漫畫〈開學在即〉	人物：
	背景：
	動作：
	訊息：
影響青少年自尊的因素：	
解釋：	
漫畫四	
星島日報漫畫〈學童睡眠時間〉	人物：
	背景：
	動作 / 對話：
	訊息：
影響青少年自尊的因素：	
解釋：	

資料五：網上短片（鏗鏘集：功課奴隸）（時間：0'00-9'00）

根據影片的內容，回答以下問題：

## 鏗鏘集：功課奴隸

全日制小學下，部分學生放學後還有繁重的功課，數量多兼內容艱深，還要參加不同補習班、興趣班等等。很多小朋友由早上六點幾起床，「勤力學習」，一直忙到晚上九點或更夜才可上床，無間斷又缺乏遊戲的環境下，對初小學生來說，是否理想的學習模式？……

網址：<https://www.youtube.com/watch?v=w-cQJy8zMgU>



1. 片段內的學童家晴及他的同學每日繁忙的原因是甚麼？（時間：0'00-4'42，7'42-9'00）

---

---

---

2. 完成以下家晴及他的同學時間表（時間：7'42-9'00）

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
家晴							
女同學							
男同學							

3. (a) 陳紹鴻校長在開學初期為了減輕學童壓力，他在學校推行了什麼措施？（時間：4'50-5'35）

---

---

- (b) 陳校長實行(a)題所提及的措施後，他面對什麼困難？（時間：5'35-6'05）

---

---

---





## 探究活動四：快樂的生活的良方

## 「香港快樂生活的良方」工作紙

1. 指出影響學童快樂感的因素。

因素		簡單說明
成 因	個人因素	
	家庭因素	
	社會文化	

2. 分組活動，試從 P.2 預習工作紙提及的《快樂孩子約章》中，選擇兩項最有效的方法以提升香港學童快樂感，試解釋你的答案。（提示：運用評估準則，如針對性、可行性、即時性及長遠性）

2. 親子伴讀 -  
親子伴讀好時光，  
有傾有講最難忘。

1. 充足睡眠 -  
每日睡足十個鐘，  
身心健康兼集中。

4. 擁抱自然 -  
功課學業暫放開，  
擁抱自然活教材。

3. 無拘無束 -  
無拘無束一個鐘，  
孩子快樂在其中。

5. 傾偈互動 -  
日日傾偈廿分鐘，  
親子互動又輕鬆。

6. 每日運動 -  
每日運動半個鐘，  
讀書溫習變輕鬆。

7. 閒暇活動 -  
閒暇活動樂趣多，  
大人細路笑呵呵。

8. 父母關係 -  
快樂孩子常歡笑，  
父母關係是首要。

9. 休息放鬆 -  
善待自己不能少，  
休息鬆弛好重要。

10. 調校期望 -  
孩子能力要了解，  
期望過高會谷壞。

方法(一)：	
評估準則	解說
針對問題的成因	
容易實行，持份者配合	
即時 / 長遠效果	
限制：	
反駁：	

方法(二)：	
評估準則	解說
針對問題的成因	
容易實行，持份者配合	
即時 / 長遠效果	
限制：	
反駁：	