

通識教育科  
課程資源冊系列

# 個人成長與 人際關係



教育局  
課程發展處  
通識教育組  
二零一五年

# 目 錄

前 言	1
第一部分： 學與教重點	3
第二部分： 基本概念及相關資料	13
甲· 基本概念	
• 青少年期	14
• 自我發展	16
• 生活技能	17
• 人際關係	18
• 社教化	19
• 自我概念	21
• 自尊	22
• 權利與責任	23
• 角色	24
• 人際溝通與衝突	25
• 從眾與朋輩影響	26
• 傳媒	27
• 潮流趨勢	28
乙· 相關資料	
• 青年事務委員會	29
• 香港青年競爭力	30
• 青少年快樂指數	32
• 青年價值觀指標	34
• 香港青少年制服團體	37
• 香港青少年使用媒體的情況	38
• 父母管教方式	40
• 「隱蔽青年」	42
• 青少年偶像崇拜	44
• 性別主流化	45
• 轉變中的愛情觀	47
• 〈青少年越軌行為研究〉	49
• 香港青少年吸毒的情況	51

第三部分： 學與教參考示例	53
示例（1） 香港年青的「迷『網』低頭族」	54
示例（2） 青少年期的親朋關係	92
示例（3） 新世代性別角色	116
第四部分： 延伸閱讀及參考資料	143
甲· 書刊及網址	144
乙· 「通識教育科網上資源平台」相關資源舉隅	148

\* 本分冊承蒙以下各位學者審閱及提供寶貴意見，謹此致謝：

- 香港大學學生事務長暨通識教育總監周偉立博士
- 突破機構總幹事梁永泰博士
- 香港大學心理學系區潔芳教授

（按姓氏筆劃排列）

## 前 言

通識教育科是高中課程的跨學科（inter-disciplinary）核心科目，利用當代重要議題為切入點，讓學生將各科所學融會貫通，並繼續建構知識，擴闊視野。藉着本科所提供的學習經歷，亦同時加強學生對社會的觸覺、培養思考能力，以及建立正面價值觀和態度。

《通識教育科課程及評估指引（中四至中六）》（下稱《課程及評估指引》），清楚指出本科課程的設計，是建基於學生從小學到初中教育學習所得的必需知識和能力，讓他們「透過研習不同情境的議題，繼續擴闊和深化知識基礎」。本科課程架構由三個互相關連的學習範圍（Areas of Study）所組成，均衡地「涵蓋人類的處境和當代世界的重要關注點，……為探討相關的議題提供平台，讓學生了解不同概念之間的關聯，從而更清晰地理解現今世界的狀況。」

三個學習範圍作為「探討議題的平台」，為探究學習過程提供穩固的立足點；而六個單元、各主題和探討問題，則進一步指示探究的焦點和途徑，讓學生在具體的情境下應用不同學科的知識、概念和角度（如科學、經濟、歷史、文化），以延伸學習範圍的廣度和深度。據此而言，教師在規畫本科的教學進度和校內評估時，除了注重培養學生的探究能力外，同時需要考慮所選取的議題是否均衡涵蓋各學習範圍、單元和主題，幫助學生融匯貫通和擴闊視野。

教育局和香港考試及評核局於 2013 年聯合編訂《通識教育科課程與評估資源套—釐清課程、評估有方》（《資源套》），以支援教師更清楚地理解課程的廣度和深度，並掌握公開評核的要求；而教師亦普遍認為《資源套》有助規畫課程及教學進度。為了進一步闡釋課程重點，教育局以 2013 年《資源套》對課程所作的闡釋為藍本，並因應於 2015 年公布的中期課程檢討的結果而出版《通識教育科課程資源冊系列》，按課程的六個單元為教師和學生提供更適切的學與教資源，同時紓緩教師的工作量。各單元分冊的篇章結構基本相同，分為四部分：

- **學與教重點**：主要摘錄自 2013 年《資源套》的相關部分，以及因應中期課程檢討的結果而闡述該單元的學與教重點，並建議相關的探究例子供教師參考。
- **基本概念和相關資料**：為學生提供研習該單元時的基礎知識，包含必需掌握的基本概念，以及一些有用的相關資料；並盡量包羅多元而均衡的觀點，以供探究議題時的參考。教師可視乎需要而印發予學生閱讀。

- **學與教參考示例**：配合該單元學與教重點而選取具體探究議題，並據此而設計學與教流程和課堂活動。部分示例更以主線及副線的表述方式，分別顯示探究範圍的立足點和與其他單元的相關之處。這些示例既展示了探究過程需要重視知識內涵和能力培養，亦要求學生從多角度審慎思考及建立正面價值觀和態度。各份示例既對應該單元的各項學與教重點，同時因應教學情境的需要而建議不同的學與教策略，以培養學生明辨性思考的能力和不要作批評的學習態度。教師亦可參照分冊內的學與教建議而調適學習內容和學與教策略，以照顧學生的多樣性。
- **延伸閱讀及參考資料**：為教師提供備課參考，以充實課堂教學的內容。教師宜留意資料甲項所列的書刊，鼓勵學生按其興趣和能力而選作課後讀物，以增加對該單元的認識，並培養自主學習的能力。

我們希望這套資源冊系列能夠幫助教師優化通識教育科的教學工作，往後亦會推出一系列跟進措施，例如舉辦研討會及工作坊、邀請教師分享學與教經驗，並在「通識教育科網上資源平台」(<http://ls.edb.hkedcity.net>)更新示例的內容及相關的學與教資源。教師在使用本資源冊系列以及其他課程參考資料時，應根據本科《課程及評估指引》最新版本的內容，並因應校本情況而加以調適。

在編撰各資源分冊期間，我們徵詢了課程發展議會通識教育委員會，以及前線教師的意見，並且邀請專家學者協助審閱和訂正內容，謹此致謝。

本分冊的版權由香港特別行政區政府教育局擁有，任何人士不得翻印其內容以作商業用途。如有任何意見或查詢，請與以下負責人聯絡：

香港灣仔皇后大道東 213 號胡忠大廈 13 樓 1321 室  
教育局課程發展處總課程發展主任（通識教育/跨課程學習）  
傳真：2573 5299  
電郵：[ccdols\\_ccs@edb.gov.hk](mailto:ccdols_ccs@edb.gov.hk)

## 第一部分：學與教重點

「自我與個人成長」學習範圍只有一個單元：「個人成長與人際關係」。概括而言，建議教師將學與教重點歸納為以下三項：

1. 自我發展、時下趨勢、生活技能
2. 人際關係的建立和衝突
3. 身份、角色和權責

學生學習本單元所須具備的基礎知識，大部分應已涵蓋在小學或初中課程之內。假若學生以往曾參與相關的學習經歷，例如參觀考察、領袖訓練、服務學習，亦是可資利用的學與教素材。教師可視乎學生情況，在探究過程中與他們重溫這些基礎知識及學習經歷，並提示他們如何應用、反思及分享。

教師在處理本單元的學與教重點時，或會借助輔導學、心理學、社會學等方面的學術理論，以幫助學生掌握議題及展開探究。建議教師因應學生的水平而調節深淺程度，並多以具體例子來說明抽象概念。教師亦宜向學生強調應用這些學術理論，旨在幫助理解和分析議題，而非背誦理論的內容。而引用這些理論時，亦不必全盤介紹，只需說明與探究議題相關的部分就已經足夠。



## 1. 自我發展、時下趨勢、生活技能

自青春期開始，青少年在生理、心理和社交發展上會經歷不少轉變，同時在探索自我的過程中，他們需要得到別人，尤其是來自父母、師長及朋輩的認同和接納，從而建立正面的自我概念和健康的自尊發展。然而時下的流行趨勢帶來了種種挑戰與機遇，可能會影響青少年的自我發展和人際關係，因此掌握不同的生活技能，會有助青少年裝備自己以應付成長的挑戰。建議教師利用相關的調查報告或生活事例，讓學生掌握自我、自尊等概念，繼而再處理面對時下趨勢、掌握生活技能等各項學與教重點。

### ■ 青少年尋找自我的歷程及發展

- 教師可以考慮向學生簡介青少年心理特徵，鞏固學生的知識基礎。教師宜提示學生這些特徵只是一般的描述，旨在讓他們對於青少年的心理特徵有初步印象，以助日後探究本單元各項學與教重點。
- 教師可以考慮向學生介紹自我概念，並說明自我是經由個人選擇而來，同時也會受到外在社會環境所影響。教師繼而可引入相關探究例子，並建議將探究重點集中於這些例子如何反映青少年重視自我形象，以及他們建立自我的歷程，並要留意外在社會環境對於青少年建立自我的影響。以下為建議的探究例子：

- 教師可以考慮透過一些關於青少年成長的正反面個案（宜兩者皆備），讓學生分析個案主角建立自我概念的過程，從而理解個人的外表、性格、行為、價值觀等會隨著環境變遷或是不同群體關係而改變，並且體會建立正面的自我概念對青少年成長的重要性。
- 教師可以考慮選取相關新聞報道、電影與學生分析，探究其內容或題材如何反映青少年對自我形象（例如外貌、性格、修養）的看法。而若所選取的學與教素材有提及青少年希望藉着整容而提升外在吸引力，教師可進一步引導學生探究當中反映了甚麼心態及價值觀。與學生探究時，教師須注意的是即使一些成人看來不是明智的選擇，當中亦可以同時存在正面的價值觀或有助學生提升自信心。
- 教師可以考慮以追星與崇拜偶像作為探究青少年尋找自我認同的例子。就正面而言，追星與崇拜偶像有助建立人生目標和激勵奮鬥動力；然而就負面而言，或會因為高估偶像的價值而貶低自我和導致低自信。建議教師在正面及負面影響方面都選取相關例子與學生探究，或者運用同一例子分析其正負面影響。

- 在肯定自我的過程中，青少年若然能夠客觀地了解自我、發掘個人潛能及訂立適切的目標，有助他們面對成長挑戰和把握機遇。倘若青少年在尋找自我時感到迷惘，又或是在成長階段欠缺自信和待人處事技巧，或會影響他們過渡至成年階段。教師可以利用曾經是「隱閉青年」，而其後則放棄這種生活的人物個案，與學生探究個案主角的心路歷程，並從其經歷反思青少年建立自我過程中需要留意的地方。

## ■ 影響青少年建立自尊的因素

- 培養良好的自尊，對青少年的成長有著重要的意義；當擁有較高的自尊時，他會肯定自我、欣賞自己、有信心面對困難，以及能夠建立良好的人際關係。至於影響青少年建立自尊的因素，大致分為三類：第一是在重要範疇的表現，例如學業成績、運動表現、外貌儀表；第二是能否得到重要他人，例如家人、師長、朋友的接納及讚賞；第三是外在因素，例如文化、社經地位、性別差異。教師可考慮選取相關例子與學生探究，而探究重點在於這些例子如何提升或傷害青少年自尊。以下為建議的探究例子：

- 教師可以考慮選取人物個案（例如「傑出青年」或「傑出學生」得獎者、著名運動員），讓學生探究個案主角建立自尊的經歷，了解他們如何面對逆境仍然能夠自強不息，在不同範疇有較佳的表現而提升自尊，藉以認識自尊會因應個人努力及客觀環境而改變，並反思如何正視自己不足之處，從而建立自尊。
- 教師可以考慮選取關於父母管教模式的調查報告或新聞與學生討論，而所選取的素材包括比較恰當的管教例子，也有需要改善的個案，讓學生明白家人的接納、讚賞和鼓勵，對青少年的自尊影響甚大。再者，大中華地區，以至外國父母的管教模式及經驗，亦可以考慮讓學生討論，藉以更加了解不同父母管教模式對子女建立自尊的影響。

## ■ 面對時下趨勢

- 社會不斷轉變，新事物層出不窮，時下趨勢因而常常轉變，令青少年需要面對不同的生活處境。擁有積極人生觀及掌握各項生活技能可協助青少年避免隨波逐流，理性自主地應付成長挑戰和把握機遇。建議教師選取數項時下趨勢與學生探究，當中宜包括正面及負面的趨勢，從而較為全面地了解這些趨勢對青少年的影響。以下為建議的探究例子：



- 「其他學習經歷」是高中課程的重要組成部分，旨在擴闊學生視野，達至全人發展。有些學校透過舉辦交流團或參與義工服務作為「其他學習經歷」的部分活動。教師可考慮與學生探究參加這些活動的意義及功能，以及對於青少年成長的影響。
- 參與課外活動有助青少年的身心發展，既可增廣見聞、培養興趣、發揮潛能，同時亦可擴闊社交圈子、提升生活技能。建議教師可在課堂進行關於參與課外活動的統計調查，好讓學生明白課外活動的好處，然後學生反思廣泛參與課外活動對青少年的影響。
- 教師可考慮選取調查報告或新聞，引導學生反思追求名牌，以至過度消費所反映的價值觀及影響。此外，建議教師借助這項議題引導學生反思建立良好理財觀念及習慣（例如：辨識需要和想要，選擇滿足當下或延遲滿足等）的重要。
- 互聯網及智能電話已成為青少年日常生活的重要部分。教師可以選取相關的漫畫、調查報告或新聞，與學生探究青少年使用新媒體的情況、網絡活動及手機帶來的機遇與負面影響，以及解決「網絡成癮」和「低頭族」問題的方法。

- 小結：除了上文提及的時下趨勢例子外，教師亦可考慮選取其他時下趨勢，例如「賭波」、「吸毒」、角色扮演（Cosplay）、投入義工服務，與學生探究。無論教師選取甚麼例子，都建議將探究重點放在這些時下趨勢出現的原因，以及它們對於青少年成長帶來正面及負面的影響。

## ■ 掌握生活技能

- 青少年在其成長歷程，需要學習自我管理能力和掌握生活技能，以協助他們順利過渡至成年人階段。建議教師藉着所選取的探究例子，協助學生反思掌握不同生活技能（例如自理日常生活、適當管理財政和時間、訂立個人目標、處理人際衝突、懂得應付逆境）對於青少年成長的重要性，從而把握機遇和應付挑戰。以下為建議的探究例子：

- 建議教師選取一些勵志故事（例如：傷殘運動員自強不息的個案），與學生探究個案人物如何克服身體上的缺陷、建立積極的人生觀、懂得應付逆境等，期望學生能夠透過這些成長經歷的分析，反思不同生活技能對於青少年成長的重要性。

- 教師可以考慮選取「港孩」個案或相關的調查報告，讓學生探究「港孩」現象的成因，以及由這種現象而帶出的社會問題，從而反思自我照顧、面對逆境或重大轉變等生活技能對於青少年成長的重要性。
- 教師可以考慮選取「三低」（低學歷、低技能、低收入）青少年的個案，讓學生探究青少年的自我成長歷程與其家庭背景的關係，並就「三低」青少年的部分特點，例如缺乏自信，自我形象偏低；生活接觸面狹窄，較難擴闊人際網絡<sup>1</sup>，引導學生反思掌握生活技能，以及擴闊人際關係網絡的重要性，繼而在青少年建立自信及改善人際關係方面提出具體建議。

---

<sup>1</sup> 參閱香港青年協會（2007）〈低學歷、低技能、低收入青少年的困境與出路〉，香港：香港青年協會。

## 2. 人際關係的建立和衝突

透過各種人際關係，青少年可增進自我了解，認清不同的權利與責任，亦可從中獲得情感支援，學習待人處事等生活技能，以便應對社會上各種成長挑戰與機遇。然而，隨著青少年邁向成年階段，個人身心變化、對獨立自主的渴求，往往導致他們與父母及師長的關係產生變化；與此同時，青少年愛與朋輩交往，並或會嘗試約會心儀對象。以上與家人、校園師友、朋輩及約會對象之間的人際關係，正是這項學與教重點需要處理的內容。此外，由於通訊科技和傳媒訊息而帶來溝通方式與人際關係的轉變，亦建議教師在這項學與教重點內一併處理。

- **家人關係**：青少年最主要的家人關係為父母，而如非獨生子女，則還包括與兄弟姐妹之間的關係。在年幼時，青少年需要家人的照顧，家庭關係也較親密；但當入讀中學後，青少年的生活圈子擴闊了，與家人相處的時間便會減少，彼此關係可能變得疏離。若課時許可，教師不妨將上述各種家人關係分別處理；而若認為課時較為緊張，則建議集中討論與父母的關係，並從探究過程當中引導學生反思如何與家人建立關係，以及若一旦與家人意見相左，甚至發生衝突時，應如何協調，化解矛盾。以下為建議的探究例子：

- 教師可以考慮選取親子關係的調查報告或新聞作為學與教素材(建議包括和諧相處的、發生衝突的例子兩類)，讓學生探究導致青少年與父母關係和諧及發生衝突的原因、青少年在衝突當中的態度及反應、建立和諧家庭關係及化解衝突的方法等。
- 近年香港出現多個形容父母的詞語，例如：「直升機家長」、「八爪魚父母」，教師可先向學生略為解釋這些詞語的意思，然後與他們探究不同類型家長管教子女的心態及行為、對於親子關係的正面及負面影響等。

- **校園師友關係**：青少年在校園內的人際關係對象主要為教師與同學，而與同學的關係可以和朋輩關係結合，故建議以師生關係作為探究重點。學校可算是青少年的「第二個家」，師長亦是他們的「重要他人」，彼此應互相尊重、溝通，建立亦師亦友的良好關係。教師可嘗試利用調查報告或新聞，甚至以師生關係為題材的報章專欄文章或短篇小說作為素材，與學生分析它們反映了哪些師生關係的特點、彼此溝通的情況及處理衝突的方法等。
- **朋輩關係**：青少年過渡至成年人期間，會從群體當中認識自己的角色和建立身份認同，所以他們很可能十分重視與朋輩之間的關係，期望獲得同儕的認同。朋輩對青少年有正面作用，亦有負面影響，教師可考慮從正反兩方面選取例子與學生探究。另一方面，由於青少年與朋輩的成長經歷相近，有說不盡的話題，彼此關係親密和投契；但是，也難免會發生衝突，嚴重者甚至出

現欺凌行為，教師可以考慮選取這方面的例子與學生探究。以下為建議的探究例子：

- 朋輩之間的交往，可以發揮互相促進的作用，共同向目標邁進；也可以在遇到困難時，從朋輩當中得到支援，紓緩情緒上的困擾及尋求解決問題的建議。建議教師選取新聞或個案，**與學生探究朋輩之間的正面鼓勵作用**。
- 建議教師選取調查報告或新聞，與學生探究「童黨」或欺凌行為產生的原因（**宜特別著重青少年成長及人際關係方面的因素**）、「童黨」的一般偏差行為、對被欺凌者帶來的傷害、解決「童黨」問題的方法，以及如何防止欺凌行為等。

- **約會對象關係**：建議教師處理這項學與教重點時，可先與學生比較以往和現今對愛情和婚姻的看法，從而**說明價值觀的轉變**，以作為探究的起點。繼而可因應校本情況及課時，考慮選取關於約會模式、戀愛及性觀念的例子與學生探究，並引導學生**反思與約會對象交往時需要注意的地方**。以下為建議的探究例子：

- 教師可以考慮選取調查報告或新聞與學生討論，分析青少年**對於不同的約會模式和戀愛觀念有哪些看法及行為**，並了解戀愛關係中，互相尊重、關懷、愛護和體諒非常重要。
- 教師可以考慮以性教育、中學生性知識（或性經驗）等為主題的調查報告作入手點，探究時下中學生對性的認識及態度；亦可選取婚前性行為、未婚懷孕或「援交」的新聞、人物個案、影視片段為學與教素材，**探究婚前性行為、未婚懷孕或「援交」的成因及影響**。

- **通訊科技發展與人際關係的轉變**：互聯網、智能手機等通訊科技急速發展，帶動了資訊全球化現象，亦改變了人與人之間的溝通模式。便利的通訊工具、多姿多彩的網絡世界和越來越多的社交網站，令頻密使用手機及參與網絡活動，成為很多青少年日常生活的一部分。此外，傳媒透過廣告、明星及電影與電視劇所傳遞的訊息和價值觀，亦對青少年成長及其人際關係帶來正面及負面的影響。建議教師與學生探究**通訊科技和傳媒如何改變青少年的溝通方式和人際關係，以及所帶來的利弊**。以下為建議的探究例子：

- 教師可以考慮引用調查報告或新聞，與學生探究青少年**利用數碼網絡（包括互聯網及手機）聯繫的情況及原因，並提出避免青少年沉迷數碼網絡活動的建議**。此外，由於頗多青少年喜愛在網絡世界溝通，連帶部

分父母亦開始利用網絡以維繫與子女的關係，教師可進而引導學生分析這種溝通模式對於親子關係的影響。

- 青少年在網絡上的常見行為，是利用社交網站參與交友活動或與朋輩保持聯絡，互通訊息及感受。教師可考慮引用相關的調查報告或新聞，與學生探究青少年熱衷網上交友的原因及影響，並提示他們留意要謹慎處理網上友誼，以提防網上交友陷阱、網絡欺凌及其他潛在危險。

### 3. 身份、角色和權責

青少年處於各種群體（例如家庭、學校、社會、國家、世界）當中，會因應其身份而扮演不同的角色；相應地，這些群體會對青少年的角色和行為表現予以不同的期望。與此同時，青少年可享有各方面的權利，好讓他們健康地成長；當然，他們也須承擔多項責任和義務，成為所屬群體中認真盡責的成員和貢獻社會的公民。建議教師在處理這項學與教重點時，引導學生理解他們在不同群體當中的身份和角色，並且在認識自己的權責之餘，亦主動關心社會。

#### ■ 不同群體的身份和角色要求

- 青少年在不同群體當中生活及參與活動時，需要了解其身份和角色，明白群體的要求，掌握不同社會角色應有的行為規範，從而形成個人價值觀和行為模式。青少年也要協調所屬群體內的意見分歧，以至處理大家的衝突。由於青少年擔當的角色與身份頗多，建議教師選取二至三項與學生探究。以下為家庭成員角色及社會上性別角色的建議探究例子：

- 家庭是個人成長的其中一處場景，對青少年來說更是塑造其人格發展的重要一環。建議教師從青少年身為家庭成員的角色作出發點，選取與家庭責任及角色相關的調查報告或新聞，與學生探究青少年在家庭中應擔當的角色，以及大多數父母對子女的期望，並可考慮在探究期間與學生重溫家庭內人際關係和諧與衝突的學習內容。
- 教師可以考慮選取新聞或日常生活例子，分析這些資料如何反映對性別角色的要求、是否存有性別定型的含意，以及性別角色如何影響個人行為。此外，教師可以考慮選取某些電視節目為例子，與學生討論傳統觀念何以仍在影響傳媒或部分社會人士對於性別角色的觀念和期望，從而讓學生反思兩性平等的價值觀。

- 青少年的權責：青少年除了享有一般香港居民的基本權利外，還被賦予一些特定的教育及司法權利；同時，社會人士也期望青少年承擔責任。建議教師從兩方面與學生探究這項學與教重點：第一是掌握青少年有哪些權利與義務；第二是了解社會為甚麼對青少年擁有的權利與承擔的責任均有別於成年人。以下為建議的探究例子：

- 教師可以考慮引述《香港青年約章》的條文<sup>2</sup>，讓學生認識青少年可享有的權利。《約章》內有條文列明青少年的意見應獲得充分考慮，由此

<sup>2</sup> 青年約章網頁 <http://www.hab.gov.hk/tc/youth/index.htm>。

可見青少年的權利是得到政府和社會尊重。

- 社會對於不同年齡的青少年各有相應的角色期望，例如香港法例禁止售賣酒精飲品予十八歲或以下人士；又例如司法機構對於不同年齡的犯事者，在量刑輕重方面會有不同。教師可以考慮選取與此相關的法律條文或新聞與學生討論，重點在於令學生了解這種安排旨在營造一個保護及有利於青少年成長的環境，為社會培育更多人材。



## 第二部分：基本概念及相關資料

通識教育科課程涉及眾多概念，教師在幫助學生探究議題時，可以將所涉及的個別例子或事件作概念化解說，從而分析議題的本質、反映的現象，以至爭議的重點，並對課程內容有更深入的認識。進一步而言，若果學生準確掌握這些概念的意義，亦可以轉化應用至處理其他類似議題，達到建構知識的目標。另一方面，議題探究的過程，亦包括掌握多方面的資料以協助分析，並經過慎思明辨而提出個人意見、判斷與評論。

為了協助教師備課及學生學習，這部分列出與本單元可以考慮採用的基本概念（下文甲項）及相關資料（下文乙項），以供參考之用。

甲項所列的基本概念，可大致應用於理解及處理本單元的各個學與教重點。建議教師在課堂以不同的學與教策略，並配合所要處理的議題而向學生闡述其意義，又或是借助它們而作概念化分析和解說。教師可以在課前或課後將這些概念的解釋派發予學生閱讀，並輔以適當指導，使他們掌握概念的意義之餘，亦明白如何使用，避免將其視作背誦材料。

至於乙項的相關資料，旨在為學生提供理解本單元課程的基本知識，例如歷史背景、不同持份者的意見、政府與非政府組織的概況、顯示發展趨勢或近況的數據，以充實學生於展開議題探究過程前的知識基礎。教師可視乎情況而在適當時間派發予學生參考。

教師請留意本部分所提供的概念及資料均屬參考性質，教師在預備學與教材料和構思教學活動，請因應校本情況及擬於課堂處理的議題而調適使用。

甲·基本概念**青少年期 (Adolescence)**

青少年期泛指個人由兒童過渡至成年的一個成長階段，普遍認為中學至大學階段的學生均是青少年。香港青年事務委員會把 10 至 24 歲的人士均歸入青少年期。近年香港社會對青少年有各式各樣的描述，例如：90 後、傑青、雙失青年等，當中反映了社會各界對青少年的印象與期望；這些印象與期望會衍生成社會標準，影響成人如何看待青少年，怎樣與其相處，也會影響青少年怎樣看自己，進而亦可能會影響青少年的升學、就業、待人處事及社會參與等各方面的發展。

不同年代青年的成長發展會有所不同；一般而言，上世紀七十年代的青年會較早離開學校、投身社會工作、結婚及生兒育女等；而今日的青年則普遍享有較多教育機會，遲婚的比例也較高，他們通常會較遲才過渡到成人階段。

大多數青少年的成長發展、面對的挑戰和機遇會受到社會變遷、文化差異及歷史環境等因素所影響，而且他們通常會經歷以下的成長變化及成長發展帶來的影響<sup>1</sup>：

成長發展	主要發展特色	發展可能帶來的正負面影響
生理變化	身高和體重急速增長，第二性徵加速發育。	外表的變化可能會提升或損害青少年的自尊和自我形象；對性則可能會產生好奇或困惑。
自我發展	探索自我概念、尋找自我形象和建立自尊。	自我肯定者會擁有健康的自我形象和自尊較高；而未能接納自我的青少年則可能會感到迷惘，又或者變得自我中心。
心理變化	情緒波動較大，渴求獨立自主，卻又期望別人的認同。	獲得朋輩認同的青少年通常情緒會比較穩定；但倘若青少年因為不適應社會期望而產生壓力，則可能會誘發情緒問題。
群性發展	減少依賴父母，卻期望發展緊密的朋輩關係，亦可能開展約會關係。	青少年可以透過朋輩相處獲得情感支援，但也可能會為了獲得朋輩認同而做出偏差行為；親子關係方面，發展良好者會彼此尊重，處理欠佳者則會互相疏離。

青少年期的主要成長任務是認清自我身份，若果青少年發展順利，便能夠把握機遇和應付成長挑戰。大多數青少年都擁有明確的自我概念和能夠肯定個人的

<sup>1</sup> 參閱 Dolgin, K. G. (2011). *The adolescent: Development, relationships, and culture*. Boston: Pearson Education, Inc.

身份角色，在學業或事業方面積極進取，並服務社會和承擔公民責任。不過，青少年在探索自我的歷程中或會遇到挫折，可能因為未能適應社會期望而變得沒有目標、沒有方向，對自己的將來感到迷惘。

### 自我發展 (Self-development)

「自我」是一個抽象概念，它會隨著歷史、社會環境的進化而不斷轉變。自我發展是透過內化、社會互動及模仿等社教化過程，即是個人進行內省，並在群體生活中了解自己、建立自我，然後在個人的思想和行為中呈現。(參閱「社教化」的概念解說)

按自己和別人對個人的了解情況，「自我」可包含以下組成部份<sup>1</sup>：

	別人知道	別人不知道
自己知道	<b>公開我</b> (例如：姓名、身高、性別)	<b>隱私我</b> (例如：不公開的戀情、癖好、秘密)
自己不知道	<b>盲目我</b> (例如：不自覺的動作、習慣)	<b>潛能我</b> (埋藏於潛意識的部分)

尋找「自我」的歷程在兒童期開始，而青少年期則是自我辨識與自我肯定的重要階段；在此階段，不少青少年會經歷充分的自我探索，獲得良好的自我發展，正如學校大多數的學生領袖，他們會清晰明確地訂立個人期望、身份角色、價值觀、人生目標等，並且能夠建立正面的自我概念和健康的自尊感。(參閱「自我概念」和「自尊」的概念解說)

然而，在種種影響成長的衝擊下，青少年亦容易在自我發展上遇到障礙。舉例而言，部分青少年可能會因為外貌不如人、朋輩關係欠佳或是未能從學業方面獲得滿足感而形成負面的自我概念或自我認同失敗。相反地，有些年青人雖然在公開考試中落第，但是他們獲得父母、良師益友的鼓勵，或是受到勵志人物故事的啟發，沒有輕易放棄，並肯定自我價值及訂立適切實際的期望，為了追求理想而奮鬥下去。

青少年的自我發展會受到多個因素所影響，例如：個人的外表、性別差異、學業成就、父母管教模式、社經地位等。在肯定自我的過程中，「重要他人」(significant others) 如父母、師長或朋輩的認同和接納、個人經驗累積得來的觀察和比較，以及參與各類有益身心的活動，都有助青少年進一步認識自己、發掘個人興趣及潛能、訂立積極的人生目標，以正面而健康的自我發展來面對成長的挑戰。

<sup>1</sup> 參閱 Oxford Reference. *Johari Window*. Retrieved from <http://www.oxfordreference.com/view/10.1093/oi/authority.20110803100021659>

### 生活技能 (Life Skills)

生活技能泛指個人應付生活所需要掌握的技巧與能力，例如自我管理、社交技巧等。社會學家普遍認為，對於不同社群、歷史時段及社會文化的青少年，他們所需要的技能都不一樣。青少年需要通過與其周遭的環境和人脈不斷接觸和互動才能有效地掌握各種生活技能。而社會心理學家則強調三類生活技能<sup>1</sup>：

- 人際技能：個人與他人互動、溝通的能力
- 認知技能：基礎及高層次的思考能力，包括判斷力和價值體系
- 情緒調適技能：自我管理和控制壓力的能力，維持情緒穩定和平衡

面對身心發展和社會變遷，青少年會學習各種技巧和能力，以便應付挑戰和把握機遇，從而順利過渡至成年人階段。一般而言，以下生活技能對青少年的成長十分重要：

生活技能	對青少年成長的重要性
訂立目標	提供清晰的人生方向，有助成功發展
時間管理	提升學習和工作效率，擁有健康的生活模式
財政管理	累積財富來實現理想，避免陷入財政困境
情緒管理	舒緩壓力與負面情緒，促進身心健康
應付逆境	保持正面樂觀的態度，積極地克服困難
處理衝突	建立良好的人際關係，掌握溝通技巧

大多數青少年能夠透過日常生活中的觀察、實踐和自我反省，逐步掌握自我管理、人際溝通等生活技能。這些生活技能有助青少年於日後投身社會時，發揮個人優勢，向目標邁進，成為理性、自律的公民。另外，應付逆境也是重要的生活技能之一，一些傷殘運動員的成長經驗及經歷便是很好的參考，讓青少年學習面對挫敗與逆境的訣竅，並且領悟到為理想堅持不懈地奮鬥的精神。

<sup>1</sup> 參閱 Mangrulkar, L., Vince Whitman, C., & Posner, M. (2001). *Life skills approach to child and adolescent healthy human development*. Washington, DC: Pan American Health Organization. Retrieved from [http://www.hhd.org/sites/hhd.org/files/paho\\_lifeskills.pdf](http://www.hhd.org/sites/hhd.org/files/paho_lifeskills.pdf).

### 人際關係 (Interpersonal Relationships)

人際關係是指社會人群中因交往而構成的相互依存和聯繫的社會關係，例如：親屬關係、朋友關係、同學關係、師生關係、僱傭關係、同事關係等。人與人的交往發展是動態的，彼此關係的建立不是一蹴即成，而是漸進的、階段性的、持續轉變的，並且經由溝通來建立和維持。

縱使每一個體擁有其獨特的個性、行為、思想及價值觀，人際關係的存在仍是與人密不可分。人際關係能發揮眾多的好處，主要是促進自我了解、滿足情感需求、理解社會規範和提供資源援助等。舉例而言，積極、良好的人際關係會提升自尊感和促進身心健康，使人感到安全、自信、快樂；反之，若人際關係出現衝突，如被人離棄及排斥，便會帶來悲傷、寂寞，甚至會造成心理傷痛。（參閱「自尊」的概念解說）

在邁向成年階段的過程中，青少年渴求獨立自主，其人際關係有顯著的變化。青少年開始有個人見解，他們與父母、長輩的思想交流或會減少，親屬關係也會變得較兒童期時疏離；相對地，青少年跟同儕的關係比較以往更緊密，因為他們重視朋輩的肯定，期望獲得自尊感和確立自信。踏入青春期後，青少年逐漸對戀愛感興趣，或會開始尋找約會對象。

多個因素影響人際親密程度（例如：以血緣連繫的關係最強），其中包括：關係可變程度、接觸次數多寡及深入程度、共同經歷多寡及深入程度、個人主觀感覺等。不同的親密程度會影響人與人之間的交往形式，甚至會改變人際關係的功能。人類透過交往互動加深彼此認識，因而產生了吸引、合作、服從、領導、競爭、抗拒或排斥等複雜的關係。

隨著互聯網、通訊科技急速發展，資訊全球化改變了人與人之間的溝通模式，除了現實生活中面對面的交流外，網上交友對青少年的人際關係影響甚大；舉例而言，多元化的通訊工具和互動性的社交網站，令青少年能夠認識不同地域、背景的人，擴闊了社交圈子。

### 社教化 (Socialisation)

每一個人從出生以來即開始接受各種社會文化的影響，經由社會環境中與人、事、物的互動，逐漸學習到認識自己、了解別人，並進而在人際關係中學習到如何待人、律己、循規、守紀等合乎社會規範的一切態度、觀念和行為，這個學習社會角色與行為、遵守社會規範的過程稱為「社教化」<sup>1</sup>。

根據社會學理論，社教化過程主要包含兩部份：內化和社會互動。個人從社會吸收新知識、學習遵守規範與培養價值觀，並將學習過程變成自然而然的事情，即是內化，是個人社教化的內在過程。不過，社教化並不是靜態的過程，也不是個人被動地接受社會單向的教導，而是個人可能反饋給社會，導致社會體制改變，同時社會也可改變個人行為，此過程稱為社會互動。

舉例而言，孩童通常透過社教化過程來建立公德心，若然家庭或學校只是採用「灌輸」和「教授」的形式，對培養公德心不會有太大的功效；孩童須要在現實生活中真正體會到公德心的重要性，才會把公德心這外來的概念內化成自己的信念，並作出相應的公德行為。

社會上有各種社教化媒介影響個人，令個人學會社會規則（參閱「角色」的概念解說），這些媒介包括：

- 家庭  
家庭是非常重要的社教化媒介，尤其在嬰孩時期，父母的言行成為子女的模仿對象，也會教導子女社會的規範和價值觀。
- 朋輩  
志趣相投的青少年會互相學習，並在同輩之間傳遞社會規範、互相影響和獲得認同。
- 學校  
青少年除了在學校吸收知識和發展技能之外，亦會建立價值觀和遵守紀律。學校就像是一個小型社會，學生透過遵守校規來理解社會秩序的重要性，他們也在校園生活裡掌握與現代社會相關的行為規範與價值態度。
- 傳媒  
傳媒會提供大量資訊予社會大眾，其中包含不同的價值觀和社會行為模式，例如：公民意識、利他行為等；可是大眾傳媒的社教化過程也可能產生負面效果，例如：孩童表現出侵略行為可能與觀看含有暴力成分的電視節目有關。

<sup>1</sup> 參閱吳逸驊等著（2009）《圖解社會學》，台北：易博士文化出版社，第 48-65 頁。



上述社教化媒介讓青少年在潛移默化中掌握各種社會規範和價值觀，並作出恰當的社會行為。同時，社教化也是傳遞文化、社會紀律和道德規範的重要過程，有助維持社會的穩定性。

### 自我概念 (Self-concept)

自我概念泛指個人對自己的外觀、個性、強弱項、價值觀、社會角色地位等的綜合概念，而這些概念亦會受到他人對自己的評價所影響。一般而言，自我概念可分為以下主要部分：

組成部分	例子
生理條件	外表可愛、長相漂亮、個子高挑、體型肥胖、身材魁梧
心理特質	個性開朗、積極進取、消極悲觀、天真純潔、善良慷慨
智慧能力	記憶力、判斷力、創造力、推理能力
技能方面	藝術方面的才能、運動方面的技能
社會角色	公民、學生、同學、團員、鄰居、教徒

自我概念會隨著時間而改變，個人也會隨著經驗增加而調適對自己的理解。在塑造自我概念的過程中，青少年受著不同層面的因素所影響<sup>1</sup>，包括：

影響因素	舉例說明
個人	外在條件（如：身型、樣貌等）往往直接影響人際關係，而個人天賦則會影響別人對自己的重視和認同。
家庭	家人提供角色榜樣和影響身份認同，而父母的管教模式、家人的關懷接納和家庭的社經地位等均會影響自我概念的建立。
朋輩	青少年會參考朋輩對自己的評價，以及透過跟同儕比較來評估自我價值，而朋輩的接納和讚賞是青少年自我概念的主要因素。
學校	青少年往往透過學業成績和課外活動表現來衡量個人價值和發掘自己的潛能。學校為青少年提供各式各樣的機會讓他們能肯定自己的能力和建立正面的自我評價。
社會	社會文化及風氣會提供廣受認同的形象標準和對不同身份角色的評價，個人亦可能會在網絡社群中隱藏真實身份和扮演虛擬的角色，而媒體所傳遞的信息和價值觀也會影響自我概念的建立。

建立清晰和準確的自我概念對青少年的成長是十分重要的，客觀的自我了解有助青少年自覺自省，以及面對成長挑戰。倘若青少年過分高估或貶低自己，將會影響他們的身心發展。

舉例而言，當青少年自覺有運動天分，他們會較積極在運動方面發展；就如「摘星少年」陳易希，他憑著對科學的熱衷和努力鑽研，被香港科技大學破格取錄，後來他在科學界的成就更令他獲得傑出資訊及通訊科技青年獎。

<sup>1</sup> 參閱 Dolgin, K. G. (2011). *The adolescent: Development, relationships, and culture*. Boston: Pearson Education, Inc., pp.160-185.

### 自尊 (Self-esteem)

自尊指個人對自己的能力和自我價值的主觀感覺和評價，例如：大多數人會因為自覺具備某一方面的專長和感受到別人的重視而肯定自己的存在價值。自尊和自我概念是互相扣連的，個人若對自我有較清晰的理解，也會相應地對自己有較正面的評價。由於青少年仍處於探索自我的階段，他們會特別希望獲得別人的認同，所以自尊的形成也相對不穩定。（參閱「自我概念」的概念解說）

自尊是從個人成長經歷及與他人交往的經驗發展而來，個人對自己的評價亦會隨著知識、能力和經驗的累積而有所改變。一般而言，影響個人自尊的因素<sup>2</sup>可以歸納為兩大方面：

- 在重要範疇的表現  
若個人自覺在一些「重要範疇」（如：運動、學業、家庭及外表等）比其他人優勝的話，他對於自己的評價自然較高。舉例而言，當青少年在群體中扮演一些較為重要的角色（如：領袖生、班會主席等），或是在藝術表演上獲得讚賞，他們會較認同自己的價值。
- 得到他人的尊重  
別人的接納和尊重對自尊的形成十分重要，其中以重要他人（**significant others**）對個人的自尊影響較為深遠。舉例而言，父母給予恰當的支持和鼓勵，有助子女接納自己、肯定自我價值；相反，若個人與朋輩相處時產生不被接納的感覺，這便會妨礙其建立自尊。

自尊的高低會影響個人的思想、行為、人際關係，甚至長遠的發展。自尊感較高的人會感受到自我的重要性，待人處事會較為積極，有助與他人融洽相處；相反，自尊感偏低的人做事比較缺乏自信，人際關係時常被負面情緒所影響，亦會因為別人的批評而否定自我價值，不願意追求理想及計劃將來。

<sup>2</sup> 參閱張春興（2004）《教育心理學：三化取向的理論與實踐》，台北：台灣東華書局，第 400-407 頁。

### **權利與責任 (Rights and Responsibilities)**

權利是指個人或群體合理的權力與利益；責任是指個人或群體在其角色應做的事，兩者是相對而互有關聯的概念。（參閱「角色」的概念解說）

我們可以從道德上及法律上理解權利與責任。道德是指歷史、文化及社會約定俗成的價值觀，例如：兒童享有父母的保護是道德上的權利，而孝順父母、誠實及努力學習等則是道德上的責任。另一方面，法律上的權利與責任是經過廣泛討論，由立法機關協商而確定的。例如：《基本法》已明確列出香港居民的主要基本權利，包括人身自由、經濟權利，以及文化教育權利等，而責任則包括遵守法律及定期繳稅等。

青少年在成長的階段，要了解自己的權利和責任，明白及尊重自己及他人應享有的權利，亦要清楚及盡力履行自己的責任。舉例而言，香港青少年享有 12 年免費普及教育的權利，而少年犯事者所享有的司法權利與其他年齡組別人士不同，同時青少年也有責任遵守法律、愛護環境及參與義務工作等。

有時候，權利與責任會出現衝突。舉例而言，每個人都有言論自由，但當某人的言論涉及誹謗成分，那麼他/她的言論自由就要受到制約。若然個人只說權利，而忽略他人和社會利益，便流於自我中心；反過來說，只談責任，則顧及社會的整體利益，卻忽略了個人的自由和權利。

### 角色 (Roles)

角色是指個人根據社會所賦予的位置，以及社會對該位置的期望，表現出相應的行為模式和態度。角色是社會群體或組織的基礎，如果失去了這些角色，這個組織便會解體或者變質。

不同群體會有其特定的角色，並規定每個角色「恰當」的模範形象和行為模式，以維持群體的穩定性；同時個人需要透過社教化來掌握各種社會角色和相關期望。（參閱「社教化」的概念解說）每個人都會擁有多種不同的角色，如：子女、學生、某團體的一分子及某商店的顧客等。

由於個人同時擁有多於一個的角色，當不同角色的期望出現抗衡，或者個人未能符合某些角色的期望時，便會產生角色衝突。其中一種常見的角色衝突源於不同群體對青少年的角色期望互相矛盾，例如：青少年既是父母的子女也是某群體的一分子，他們或會希望多點時間跟朋輩相處，但同時父母卻希望子女專心學業，兩者角色容易產生衝突。

此外，社會大眾會對某些角色形成刻板印象，例如：女孩子是溫柔、男孩子是剛強。過往，清晰的性別角色分工有助家庭和社會穩定。然而，隨著現代社會漸趨平等和女性的社經地位提升，性別角色分工日漸模糊，「男主外、女主內」的權責分工已非必然。

### 人際溝通與衝突 (Interpersonal Communication and Conflicts)

人際溝通是指人與人之間傳遞或交換訊息的過程，這是建立和維繫人際關係的重要過程。溝通是互動的，發訊者透過各種媒介傳送訊息給接收者，由接收者解讀後作出回饋，這便成為雙向的溝通，達致互相交流的目的。一般而言，有效的溝通技巧主要是：清晰明確地表達訊息、專注及耐心地聆聽、善用非語言溝通方法和互相尊重等。

人際溝通一般可分為語言和非語言溝通兩個層面。語言溝通泛指人與人之間透過言語及文字交談或交流；非語言溝通則是語言以外的訊息交流，包括表情和動作等身體語言，以及聲線、語調等。良好的溝通技巧，例如：開放接納的姿態、細心觀察對方的反應，都有助建立和諧的人際關係。

隨着資訊科技迅速發展，互聯網打破地域的界限和減低溝通的障礙（例如：外貌、不善辭令等），新一代青少年透過各式各樣的網上溝通平台，大幅擴闊了他們的人際網絡。

人際衝突是指雙方在交往時意見有分歧，往往令彼此或其中一方認為自己受到對方的傷害，因而處於對峙或膠著的狀態。衝突在人際關係中難以避免，而它的出現也不一定帶來負面的結果。衝突可出現於個人與個人、個人與群體，以及群體與群體之間。導致人際衝突的因素主要包括：利益衝突、意見分歧、價值觀差距等。

以下是一些處理及避免衝突的方式：

- 雙方透過溝通和合作，找出「雙贏」的解決方法
- 個人放棄自己的觀點，改為順應他人的要求
- 個人只顧及自己的利益，以爭論或威嚇性手段來迫使對方就範
- 採取退縮或中立的態度，不表達任何立場或意見
- 彼此互諒互讓，將要求降低至合理水平，雙方獲得部分的滿足

倘若能處理得宜，衝突也可以帶來正面的影響；舉例而言，衝突可顯現某問題的嚴重性並促使雙方共同解決，同時亦可增進彼此的了解。

### **從眾與朋輩影響 (Conformity and Peer Influence)**

從眾是指個人受到多數人的影響或壓力，而跟從多數人的思想或行為，但從眾者不一定認同這些意見或行為。青少年在建立自我概念時，會尋找自己所認同的社群價值和標準，可能會採取從眾行為，以求融入群體、減少衝突。(參閱「自我概念」的概念解說)

從眾是一種常見的現象，有些人為了獲得群體成員的認同或免受非議，傾向投入社群的規範。雖然規範可以維持社群甚至社會有秩序的運作，但也會帶來限制，可能令到不從眾者受到排斥，而部分商業廣告便是利用人們的從眾心理來推廣宣傳，從而鼓勵消費行為；這種從眾效應常被稱為「羊群效應」，是訴諸群眾謬誤的基礎。

朋輩影響是指同儕之間會產生一些無形的力量，令致個人的信念或行為得以形成或強化，個人亦可能會為了維繫朋輩關係而改變其態度、價值觀或行為。朋輩影響可鼓勵正面的行為及價值觀，朋輩間可以一起發展共同的興趣及學習；例如：協青社成立嘻哈舞 (Hip Hop) 學校<sup>1</sup>，透過舞蹈和朋輩凝聚力影響迷途未返的街頭少年，給予他們工作及培訓的機會，以協助他們建立良好品格、提升自信。雖然社群可能給予個人從眾的壓力，但個人也可以選擇不同的社群，透過投入與自己價值觀相近的社群，從而被認同，並獲得情感上的支援。不過，若青少年被朋輩拒絕或嘲弄，當中引發的朋輩壓力會產生很大的負面影響，可能會導致偏差行為 (例如：逃學) 的出現。

一般而言，同儕關係需要透過不同的渠道，例如學校及社交網絡等，在人際互動交往中建立。青少年比較重視與朋輩間的認同和接納，尤其在衣著、日常用語、消閒活動等方面；隨著自我概念清晰形成，個人受從眾壓力的影響會漸漸減少，亦較能夠獨立決定自己的行為。

---

<sup>1</sup> 教師可參考以下網站，了解嘻哈舞學校的理念及課程特色：<http://www.schoolofhiphop.org.hk/>



## 傳媒 (Media)

大眾傳播媒介簡稱傳媒，泛指各種從傳播者到接受者之間攜帶和傳遞信息的工具，包括電影、電視、廣播、印刷品（例如：書籍、雜誌、報紙）等。在互聯網普及的廿一世紀，傳播媒體五花八門，往昔印刷媒體傳遞訊息的速度已不及現今的電子媒體和互動式新媒體。

隨著資訊科技的蓬勃發展，社交媒體（例如：社交網站、微博等）已成為人們彼此之間用來分享意見、經驗和觀點的工具和平台。另一方面，由於社交媒體網的互動性高、能夠與客戶建立關係，不少行業會用作市場推廣，提升其業務。

一般而言，傳媒可以發揮以下功能：

- 滿足市民對資訊和新聞的需求
- 作為公共論壇，讓各種意見得以抒發
- 教育普及化、文化承傳
- 提供娛樂、藝術大眾化

傳媒不但提供各類資訊（例如：經濟、體育、宣傳廣告等），加深受眾對現實生活及社會的理解，同時也扮演著監察政府及反映民意的角色；傳媒工作者需要具備傳媒素養和專業操守，應該明瞭其社會責任，注意其對社會各類群體的教育影響力，並且要具有監察社會以至政府的作用。

人們的生活常被林林總總的傳媒所包圍，而傳媒訊息往往包含各種意識形態和價值判斷，深深地影響著受眾的思想和行為，特別是那些性格尚處於發展階段的青少年。因此青少年須要理解傳媒產品的內容和表達手法，分析傳媒的影響力及其優缺點，並抱持以下態度來面對傳媒資訊：

- 鑑定資料來源（是否真確？）、辨明其立場（有否支持理據？）及過往相關表現
- 蒐集相關資訊、多角度理解及分析
- 串聯其他資訊作為對照、包容不符己意的訊息

### **潮流趨勢 (Current Trends)**

所謂潮流，即社會上的流行文化、有較多人喜好、關注、參與的活動或行為；其可涉及多個不同面向，例如衣、食、娛樂、消費等。商業、媒體和網絡世界是推動潮流的重要媒介，而名人、偶像和朋輩對個人在潮流中的取態和選擇往往帶來具體的影響。潮流會隨著時間、大眾的喜好而不斷轉變，其轉變的走向就是趨勢。潮流可以發揮正面的作用，故對其趨勢的預測和掌握十分重要。

潮流可以對個人及社會帶來正面的影響。順應潮流可以令身處其中的人有適應良好的感覺、易於與人溝通，獲得認同和讚賞。舉例而言，近年愈來愈多青少年廣泛參與課外活動，當中包括藝術、運動、義工服務、參加制服團體等。恰當的課外活動對青少年的成長有舉足輕重的作用，既可擴闊視野、讓潛能發揮、提升自信，又能夠調劑身心、培養興趣，達致全人發展。當然，如果青少年參與過量的課外活動，則可能會導致休息不足；又或者純粹因為附和朋輩而參加活動，則參與時可能難以投入，容易半途而廢。潮流亦可以對社會帶來裨益，例如早前的冰桶挑戰透過社交網絡的呼籲及名人的宣傳效應，在很短時間受到各地民眾的仿效，使全球支援肌萎縮性脊髓側索硬化症（ALS）患者的慈善機構在極短時間獲得大量捐款。

另一方面，潮流亦可以對個人及社會帶來負面的影響。潮流可能會令人迷失自我、行為欠缺理性基礎。舉例而言，自從網上購物興起，消費變得方便和快捷，好處是能夠提升生活效率和質素。然而，這種潮流的消費模式亦有可能導致非理性的消費行為；再者，有些年輕人容易受到消費主義及商業廣告的影響和暗示，可能會養成感性消費或過度消費的習慣，例如被鼓勵透過信用卡、隨性地以分期付款等預支方式來消費，先使未來錢，日後才發現無力清還欠款，泥足深陷。部分青少年或會以為擁有一名貴或潮流產品（例如：名牌手袋和新款智能電話等）就能提升個人自尊自信，獲得朋輩羨慕和認同；於是，在消費時會減少對商品價格和需要性的考量，開支有機會大大的超出個人的經濟負擔能力，或其後發現自己其實並不需要擁有或使用有關消費項目。若然整個社會充斥著盲目追隨潮流的現象，則整個社會的發展是不健康的。

潮流趨勢有利亦有弊，一方面為青少年帶來挑戰與衝擊，可能會令青少年隨波逐流、被潮流牽著鼻子走，判斷欠理性，亦有可能要承受不良的後果；但另一方面，它亦提供磨練機會，讓青少年概括地掌握社會狀況和發展脈絡，若能明辨是非，醒覺並避免受到從眾壓力的影響，堅決地抵抗消費主義、網絡世界等潮流的誘惑，則青少年便能夠明智及負責任地成長發展，並為將來過渡至成人階段的身份角色作好準備。

## 乙·相關資料

### 青年事務委員會

香港政府於 1990 年成立青年事務委員會，專責就一切青年事務向政府提供意見。委員會的成員由民政事務局局長委任，包括社會各階層人士及政府部門代表，其理念是凝聚社會力量，協助制定及推動有關香港青年發展的計劃及相關活動，以及培養有視野、具創意、能領導、肯承擔的青年，成為香港明日領袖。

為了配合年青人在成長過程中的不同需要，青年事務委員會舉辦不同的活動，協助青年建立正面價值觀，並提升他們的競爭力及培養多元化的興趣，繼而促進青年的全人發展。委員會也透過青年交流會，為年青人提供平台與政府官員就他們關心的議題直接對話，藉此培養香港青年成為日後的接棒人。

青年事務委員會於 1993 年制訂了《青年約章》，列出〈青年發展的理想和原則〉、〈青年的主要權益〉及〈青年發展的長遠社會目標〉。這約章以 15 至 24 歲的年青人為對象，由有志促進青年發展的團體和個人自願簽署，承諾在適當情況下，會根據約章的精神，積極推動和促進青年發展的計劃和政策，致力於營造一個有利的社會環境，以便協助青年發展為成熟、有責任感、有貢獻的公民。

資料來源：

1. 參閱青年事務委員會網頁  
[http://www.coy.gov.hk/tc/about\\_coy/vision.html](http://www.coy.gov.hk/tc/about_coy/vision.html)
2. 〈青年約章〉，取自香港特別行政區青年發展網頁  
<http://www.hab.gov.hk/tc/youth/rights/step9.htm>

### 香港青年競爭力

青年事務委員會與香港樹仁大學商業、經濟及公共策研究中心於 2014 年進行「香港青年競爭力指標系統」研究，對象為 15 – 24 歲的香港青年，旨在訂立相關指標系統及收集各類關於青年競爭力的數據，為制定適切的香港青年政策提供參考資料。

研究小組把「青年競爭力」定義為：「青年在面對獨立生活和不確定的社會變化情況下，所需具備可持續發展能力」。「青年競爭力」不是以成敗作結論，更不是對個人或其人生的總結。競爭力必須因應青年在成長中所面對的不同情況、困難，從中改進、學習，才能保持競爭能力。

「香港青年競爭力指標系統」主要分為兩部分 — 青年個人層面的微觀數據和香港整體層面的宏觀數據，分別反映青年自身的競爭力狀況及他們於世界中相對其他地區的整體競爭力水平；這系統是由以下競爭力指標組成：

#### 青年個人層面的微觀數據

競爭力指標	包含元素
配合未來變化能力	專業能力、科技知識、外語能力、國際視野及多元知識
基礎技術能力	生活能力及溝通能力
心理特徵	品德、抗逆能力、情緒控制及公民意識
恆常軟實力	工作經歷、思考能力、團隊合作及學習能力
天賦因素	家庭資源：主要是父母學歷及青年與父母的關係

#### 香港整體層面的宏觀數據

競爭力指標	包含元素
人力資源	就業結構、教育制度及人力資源政策
環境配套	本土優勢及社會制度

青年個人層面的微觀數據顯示（參閱下表），「高中學生」於「恆常軟實力」中的數值（65.4）相對其他指標較低，而「在職青年」及「雙待青年」分別於「恆常軟實力」（69.5）及「配合未來變化能力」（72.5）中的數值平均較其他組別為高；此外，「專上學生」於「基礎技術能力」（74.7）、「心理特徵」（72.5）、「天賦因素」（73.8）及「綜合指標」（包括微觀及宏觀數據，75.1）中的數值平均較其他組別為高。研究結果反映各類別青年的特質、所需面對的環境變化及競爭力狀況，政府可利用「香港青年競爭力指標系統」，檢視各類別青年的需要，從而作出針對性的調整及制定適切的政策，協助不同青年全面增加其競爭力。

競爭力指標	高中學生	專上學生	在職青年	雙待青年	整體青年
配合未來變化能力	71.6	66.3	66.9	72.5	68.7
基礎技術能力	72.4	74.7	72.9	70.9	73.0
心理特徵	71.0	72.5	70.1	70.0	71.0
恆常軟實力	65.4	67.8	69.5	65.8	67.5
天賦因素	69.1	73.8	69.8	67.2	70.3
綜合指標（包括微觀及宏觀數據）	74.3	75.1	74.3	73.9	74.5

另一方面，要培養青年成為社會未來的新領袖，需要給予全面的教育，「全人教育」既是知識的傳遞，也是德性培育、態度建立，並且啟發青年的潛能及領袖素質。有學者認為，廿一世紀的領袖素質應該包括：系統思維、未來視野、倫理判斷、溝通技巧、媒體與資訊素質、想像與創意、情感智慧、逆境韌力、性別欣賞、關懷弱者、文化承傳和社會與民眾意識。學校教育除了教授知識外，亦應該著力於提升青少年的生命素質。

資料來源：

1. 青年事務委員會、香港樹仁大學商業、經濟及公共策研究中心，〈香港青年競爭力指標系統研究〉，取自  
[http://www.hksyu.edu/bepp/research/youth/youth\\_report\\_2012\\_c.pdf](http://www.hksyu.edu/bepp/research/youth/youth_report_2012_c.pdf)
2. 梁永泰（2003）《新領袖 DNA》，香港：突破出版社。

### 青少年快樂指數

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，訪問來自香港、澳門、中山、寧夏、台灣、日本、新加坡、泰國、澳洲及馬來西亞等地的 18 歲至 40 歲青年。調查發現，若以 10 分為滿分，最高分為台灣和寧夏的 6.69 分，香港有 43% 受訪青年選擇「7 至 8 分」及約四成半自評「5 至 6 分」，快樂指數平均分為 6.4 分，在 10 個地區中排行第八（表一）。

表一：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

調查顯示，受訪青年認為家庭關係融洽、身體健康、加薪與收入增加等，會令他們快樂；而導致不快樂的原因，各地區的青年取態不一，日本及台灣青年認為是與人爭執，本港青年則認為財務負債和減薪是不快樂的主要因素。有學者認為，香港年輕人可能受物質環境影響，因收入不多而無能力向上流動和置業，加上工時長、工作壓力大，難免會感到不快樂。

調查亦指出，受訪青年的壓力主要來自對前途的憂慮，其他來源依次為工作/課業壓力大、生活質素下降，以及身體健康欠佳。至於紓減壓力方式，四成以上受訪者選擇向朋友傾訴，其他則選擇娛樂消遣和運動。

另外，嶺南大學公共政策研究中心亦公佈 2014 年「香港兒童快樂指數調查」結果（表二）：

表二：香港各年齡組別兒童的快樂指數

年齡組別	兒童快樂指數	
	2012年	2014年
10歲	6.96	6.94
11歲	7.31	6.9
12歲	6.93	6.93
13歲	6.37	6.45
14歲	6.55	6.55
15至17歲	6.33	5.83
整體平均	6.91	6.74

調查顯示兒童整體快樂指數是 6.74（10 分為滿分），低於 2012 年首次進行並錄得的快樂指數（6.91）；而且隨著兒童的年齡增加，快樂指數亦有拾級下降的趨勢。從橫向比較的角度，2014 年的 10 歲及 11 歲年齡組別兒童的快樂指數值（6.94 及 6.9）均下跌，低於 2012 年的 6.96 及 7.31，而 15 至 17 歲群組的快樂指數僅有 5.83，與 2012 年的 6.33 比較，其跌幅最大。

此外，從縱向比較的角度，2012 年的 11 歲及 12 歲群組的快樂指數均在兩年後下跌，即是分別由 7.31 及 6.93 下降至 2014 年的 6.45 及 6.55（13 歲及 14 歲群組），其他年齡組別兒童亦有類似的情況。整體來說，當香港兒童日漸長大，他們就愈來愈不快樂。

表三：香港兒童對家庭的評分

家庭因素	對家庭的評分	
	快樂兒童	不快樂兒童
雙親關係	4.01	3.38
家庭財政狀況	4.06	3.43
父母的管教嚴厲程度	2.44	2.67

調查結果也反映香港兒童快樂指數與家庭因素的相關性（表三），感到快樂的兒童對雙親關係及家庭財政狀況的評分（4.01 及 4.06）均比較「不快樂兒童」的評分（3.38 及 3.43）為高；在父母的管教嚴厲程度方面，「快樂兒童」的評分（2.44）則低於「不快樂兒童」（2.67）；換言之，家庭是影響兒童快樂的重要因素。

資料來源：

1. 〈亞洲青年 100 快樂指數問卷調查〉，《浩洋脈搏》，2014 年第二期，取自 [http://www.oceanjc.org.hk/ojci\\_site\\_images/booklet/OceanJC\\_booklet\\_2014-2.pdf](http://www.oceanjc.org.hk/ojci_site_images/booklet/OceanJC_booklet_2014-2.pdf)
2. 〈青少年快樂指數香港落後 港青近二成最憂慮前途〉，《亞洲周刊》，第 28 卷 33 期。
3. 〈亞洲青年快樂指數 大馬倒數第二〉，《光明日報》，2014 年 8 月 11 日。
4. 〈港青年快樂指數僅 6.4 分 工作學業壓力大前途發展感憂慮〉，《成報》，2014 年 8 月 11 日。
5. 〈嶺南大學調查發現 2014 年香港兒童快樂指數跌至三年低位〉，取自嶺南大學網 [http://www.ln.edu.hk/cht/news/20150417/childrens\\_happiness\\_index\\_2014](http://www.ln.edu.hk/cht/news/20150417/childrens_happiness_index_2014)
6. 〈兒童快樂指數創三年新低〉，《大公報》，2015 年 4 月 18 日。
7. 〈香港兒童不快樂 指數創 3 年新低〉，《世界日報》，2015 年 4 月 19 日。

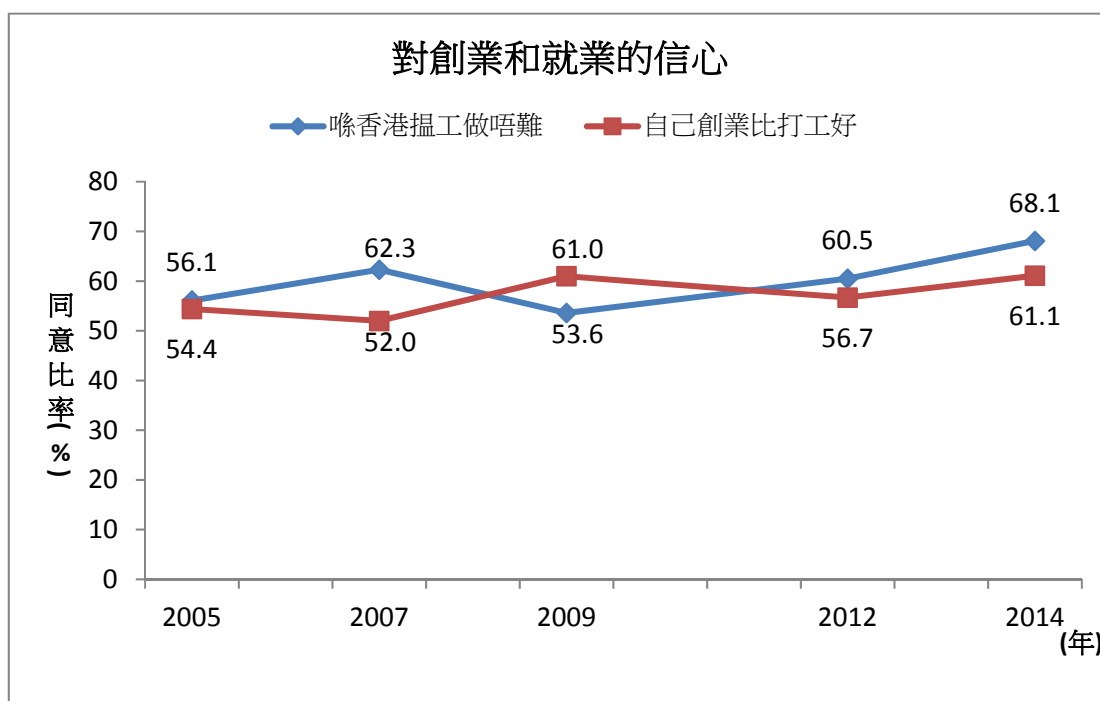


### 青年價值觀指標

香港青年協會於 2014 年進行「青年價值觀指標」調查，訪問了 531 名 15 歲至 39 歲青年。綜合自 10 年的調查結果，以下為四項值得關注的主要青年價值觀指標變化：

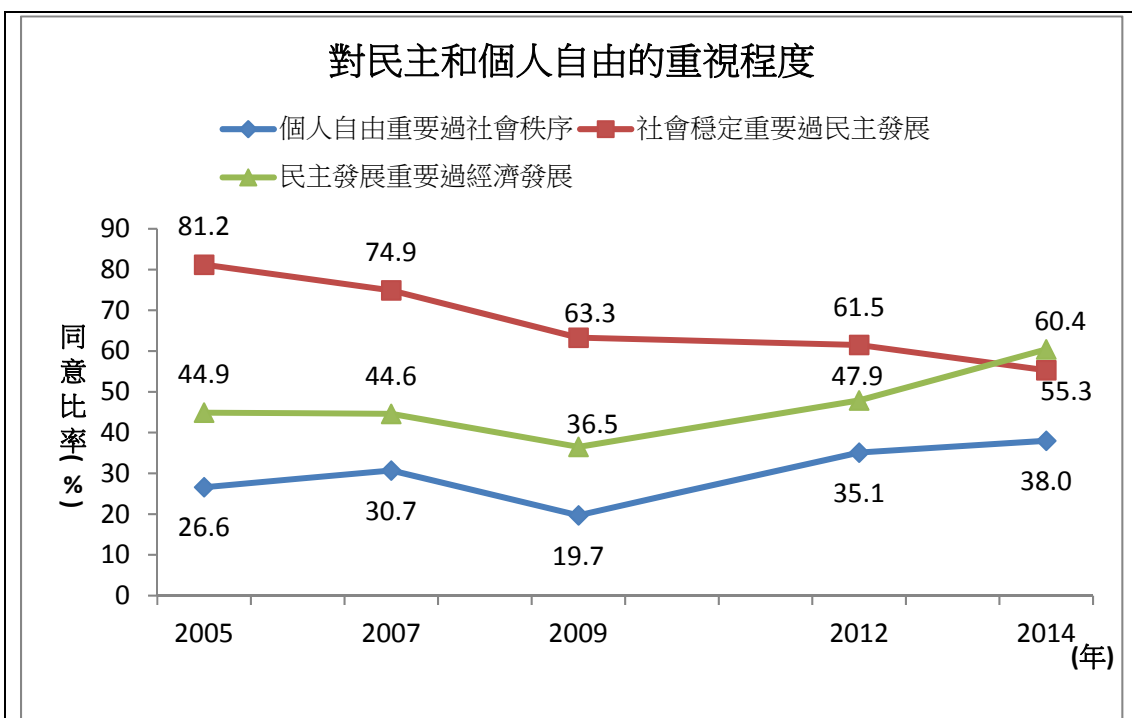
#### 1. 對創業和就業信心上升

受訪青年認為創業較打工好的比率由 2005 年 54.4% 反覆上升至 2014 年的 61.1%；而認為在香港找工作不難的比率，由 2009 年起由 53.6% 持續增加至 2014 年 68.1%。整體反映青年對創業和就業信心上升。



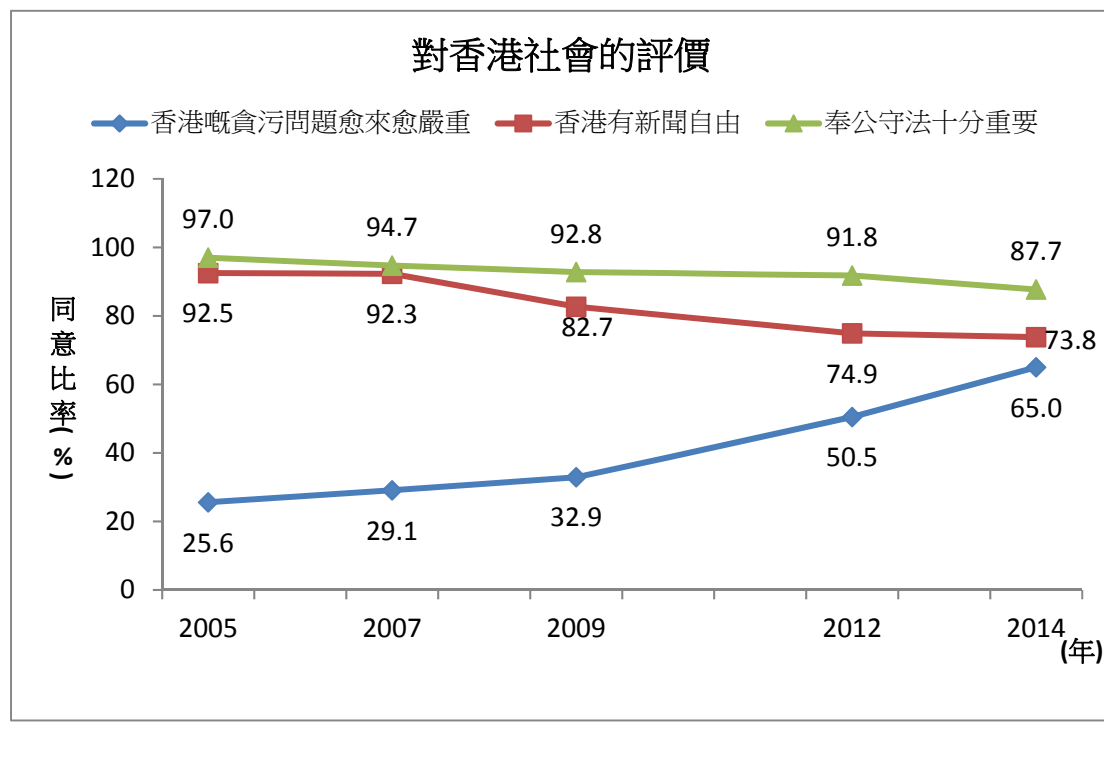
#### 2. 對民主和個人自由的重視上升

受訪青年認為個人自由比社會秩序重要的比率由 2005 年的 26.6% 反覆上升至 2014 年的 38.0%，認為民主比經濟發展重要的比率則從 2005 年的 44.9% 下降至 2009 年的 36.5%，之後大幅上升至 2014 年的 60.4%；認為社會穩定比民主重要的比率則由 2005 年 81.2% 不斷下滑至 2014 年 55.3%，下跌幅度頗大。整體反映青年越來越重視民主和個人自由。



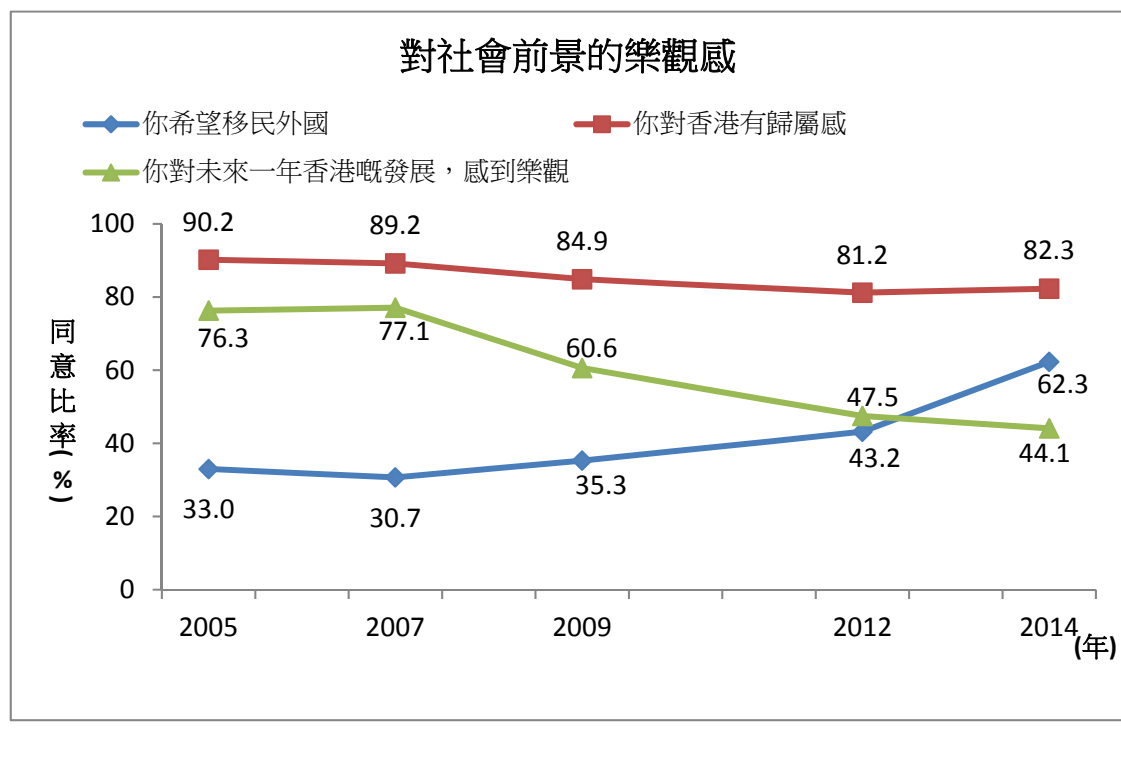
### 3. 對香港社會評價下降

受訪青年認為香港貪污問題日趨嚴重的比率，由 2005 年的 25.6% 大幅且持續上升至 2014 年 65.0%；而認為香港有新聞自由的比率，則由 2005 起的年 92.5% 持續下降至 2014 年 73.8%；認同個人要奉公守法的比率，自 2005 年起由 97.0% 下降至 2014 年 87.7%。綜合來說，青年對香港社會的廉潔、新聞自由和奉公守法的評價趨向負面。



#### 4. 對香港社會前景的樂觀感下降

受訪青年對香港未來發展抱樂觀看法的比率，由 2005 年的 76.3% 大幅下跌至 2014 年的 44.1%；對香港有歸屬感的比率，亦由 2005 年的 90.2% 下滑至 2014 年的 82.3%；至於希望移民外國的青年比率，則從 2005 年的 33.0% 稍微下降至 2007 年 30.7%，之後則持續上升至 2014 年的 62.3%，增加幅度相當大。整體來說，受訪青年對香港社會前景的樂觀感下降。



資料來源：

節錄〈青年價值觀指標 2014〉調查報告，取自香港青年協會網頁

[http://yrc.hkfyg.org.hk/news.aspx?id=2b2ea465-48e2-4877-bb0b-94c5f381b058&i=](http://yrc.hkfyg.org.hk/news.aspx?id=2b2ea465-48e2-4877-bb0b-94c5f381b058&i=2069)

2069

### 香港青少年制服團體

青少年制服團體是指具有嚴謹架構、注重紀律與服從性的青少年志願者團體；這些團隊的成員須穿著整齊制服，而活動以步操訓練為主。香港政府於 2001 年開始推行「制服團體計劃」，資助就讀小學、中學、特殊學校的學生參與制服團體活動，目的是招募更多青少年加入制服團隊，從而豐富其學習經驗，促進他們在正規教育以外的身心發展。

為了培育學生的服務精神、鍛練團隊合作及服從紀律的態度，很多學校都會安排一些制服團體活動供學生參與，例如童軍、香港紅十字青少年團等。這些團體各有特色，其服務宗旨及範圍也有不同，以下是一些附設於學校的青少年制服團體：

制服團體名稱	成立年份	團體宗旨及服務
少年警訊	1974 年	鼓勵和加強香港警方與青少年之間的溝通和認識，促進青少年與警方合力撲滅罪行。
香港童軍總會	1915 年	以富挑戰性的群體訓練和活動，訓練青少年及致力培育他們德、智、體、群、美的發展。
香港女童軍總會	1919 年	致力讓女孩子和青年婦女發展她們的潛能，使她們成為有責任感的世界公民。
香港紅十字青少年團	1956 年	提供紀律活動以訓練青少年合群性及團結精神，並提供訓練讓他們學習基本急救技能。
香港聖約翰救傷隊少青團	1948 年	訓練青少年學習基本的急救技能及家居護理常識，亦關注隊員健全的身心發展。
香港交通安全隊	1963 年	向青少年及其親友宣揚交通安全常識，並培養青少年的領導才能、責任感及自律性。
香港航空青年團	1971 年	以紀律性的編制和訓練，為青少年提供航空知識及培養團員的領導才能、自立能力等。
香港海事青年團	1968 年	為青少年提供航海知識、技能、紀律及領導才能的訓練，協助隊員充實自我、發展所長。

資料來源：

- 〈制服團體及香港青少年獎勵計劃〉，取自政府青少年網站  
<http://www.youth.gov.hk/tc/info-centre/extra-curricular/uniformed-groups.htm>
- 〈香港制服隊伍資料〉，取自香港教育學院課外活動資源網  
<http://home.ied.edu.hk/~oecas/resources/uniform1.htm>

### 香港青少年使用媒體的情況

突破機構於 2013 年進行一項「香港青少年媒體使用情況」調查，結果發現青少年每日平均上網 7.2 小時（表一），而且有 13.8%受訪者更表示自己會全日上網。

表一：香港青少年每日平均上網時數

每日平均上網時數	受訪者人數 (%)
0 - 1 小時	64 (12.8%)
1.1 - 4 小時	223 (44.4%)
4.1 - 8 小時	89 (17.7%)
8.1 - 23.9 小時	57 (11.4%)
24 小時 (全日)	69 (13.8%)
<b>樣本總數</b>	<b>514</b>
<b>平均上網時數：7.2 小時</b>	

調查結果反映青少年主要透過手機進行各種媒體活動，大約八成受訪者在 4 個生活處境裡最常使用的電子器材是手機（表二），而「網上即時通訊（如：Whatsapp、Line）」及微博是大多數青少年使用的媒體。

表二：香港青少年在 4 個生活處境裡常使用的電子器材

常使用的電子器材	受訪者人數 (%)			
	一個人時	與他人吃飯時	商討功課/開會中	上課/工作間
手機	389(79.6%)	238(84.7%)	210(62.7%)	181(62.0%)
桌上電腦	44(9.0%)	6(2.1%)	37(11.0%)	47(16.1%)
平板電腦	23(4.7%)	5(1.8%)	39(11.6%)	18(6.2%)
手提電腦	19(3.9%)	1(0.4%)	15(4.5%)	16(5.5%)
<b>樣本總數</b>	<b>489</b>	<b>281</b>	<b>335</b>	<b>292</b>

調查亦發現 60.3%受訪青少年有網購經驗，他們過去 3 個月消費 \$200（中位數），以衣物為主（36.9%），其次為電子產品（9.7%）。此外，分別有 5.6%及 8.5%青少年曾於網上受騙或網上資料被盜用，反映部份青少年網絡安全意識不足。

另一方面，根據香港樹仁大學新聞與傳播學系所進行的「社交媒體使用行為調查」，大部份受訪青少年最常使用的社交平台為臉書(Facebook；佔 89.3%)；而最普遍的使用行為是：瀏覽網站、檢查電郵、即時交談、評論留言、上載相片、更新個人狀態、分享新聞資訊、修改個人資料、上載音樂，以及上載影片等。

總括而言，網絡已融入青少年的生活，而手機是他們進入網絡，以及使用媒體的主要媒介；然而青少年卻忽視了媒體對其身心發展的影響。衛生署於 2014 年發表「使用互聯網及電子屏幕產品對健康的影響報告」，指出過度使用電子屏幕產品會增加近視加深的機會，而且很多人使用這些產品時都忽略適當姿勢及動作，容易造成頸、腰及上肢疼痛。報告亦提醒，上網成癮、網絡欺凌及其他心理社交精神健康都是與過度使用互聯網及電子屏幕產品相關的問題。

資料來源：

1. 〈香港青少年媒體使用情況 2013〉調查研究，取自突破機構網頁  
<http://www.breakthrough.org.hk/ir/researchlog.htm>
2. 〈使用互聯網及電子屏幕產品對健康的影響報告〉，取自衛生署網頁  
[http://www.studenthealth.gov.hk/tc\\_chi/internet/press/press.html](http://www.studenthealth.gov.hk/tc_chi/internet/press/press.html)。
3. 〈社交媒體使用行為調查〉，取自香港樹仁大學新聞與傳播學系網頁  
[http://stu.hksyu.edu/~wkma/ocrc/OCRC\\_SocialMediaBehaviorSurvey\(20130715\)\\_20140408.pdf](http://stu.hksyu.edu/~wkma/ocrc/OCRC_SocialMediaBehaviorSurvey(20130715)_20140408.pdf)
4. 〈制服團體及香港青少年獎勵計劃〉，取自政府青少年網站  
<http://www.youth.gov.hk/tc/info-centre/extra-curricular/uniformed-groups.htm>

### 父母管教方式

在父母管教方式的分類上，各學派的主張不太一致，而大多數學者把管教模式歸納為四大類型：

父母管教方式	管教方式的特徵	對子女的影響
恩威型	父母對子女有明確而合理的要求，並嚴格執行，又能給予足夠的支持和鼓勵；父母與子女有良好的溝通，亦重視子女的自我管理能力。	子女通常有較高的自我評價，他們表現較為獨立、有自信，勇於接觸新事物，與家人的關係比較密切，較能與他人溝通及合作。
放任型	父母會盡量滿足子女的慾望，讓他們按照自己的意願行事；父母對子女的接納度很高，有時會偏袒他們的短處。	子女傾向於擁有較高的自我評價，其言行可能會不成熟。部分子女會缺乏自省，未能承擔責任。
忽略型	父母甚少管束子女，通常會忽略子女的培育和各方面的需要，也不對子女提出要求。	子女的自我評價會稍為偏低、能力相對較弱；他們可能會缺乏個人見解和追求成就的動力，有時會情緒不穩和不合群。
專制型	父母對子女有高度的要求和控制，但與子女缺乏良好的溝通，甚少在情感上給予他們鼓勵和支持。	子女可能會變得怯懦和壓抑，自我形象會稍為偏低；部分子女可能較難與人相處和容易失控。

除了上述父母管教方式類型，近年香港也出現其他分類，例如「怪獸家長」、「直升機家長」、「虎爸虎媽」、「八爪魚父母」等，各有其特色，並沒有一個必然是最好的父母管教方式。

父母的管教方式對子女的成長有深遠的影響；舉例而言，香港有些家長過度保護子女，只注重學業成績卻忽視價值觀的培養，可能會導致「港孩」現象的出現。「港孩」多數是 20 世紀 90 年代中後期至 21 世紀初、出生於物質相對富裕家庭的香港兒童，尤以獨生子女、中產家庭兒童等較為普遍；他們自小受家人溺愛和家傭全天候照顧，習慣接受小王子、小公主般的呵護和伺候，他們只懂讀書、參加課外活動，可惜在自理能力、情緒智商和抗逆力三方面均低。

資料來源：

1. 張春興（2004）《教育心理學：三化取向的理論與實踐》，台北：台灣東華書局。

2. Baumrind, D. (1972). *Socialization and instrumental competence in young children*. In W. W. Hartup (ed.). *The young child: Reviews of research* (Vol. 2). Washington, DC: National Association for the Education of Young People.
3. Cobb, N. J. (2007). *Adolescence: continuity, change and diversity* (6th ed.). New York: The McGraw-Hill Companies, Inc.
4. 黃明樂 (2010) 《港孩》，香港：明窗出版社有限公司。
5. 〈父母投訴文化 孩子自戀根源〉，《香港經濟日報》，2013年5月8日。



### 「隱蔽青年」

「隱蔽」源自日本語 hikikomori，是一個備受關注的社會現象。「隱蔽青年」泛指一群長期不上學、不上班，拒絕社交，也不參與社會活動，過着自我封閉生活的年輕人；他們整天與電腦、電玩、書本為伍，把自己關在一個自覺安全及舒適的區域空間，甚少交際應酬，與社會系統缺乏接觸。

明愛青少年綜合服務中心的研究顯示，香港「隱蔽青年」的男女比例大約為 8：2。有學者解釋「隱蔽青年」現象的成因：

<b>個人因素</b>	在學業或生活上受挫折，導致自尊感弱，逐漸厭惡主流社會。
<b>朋輩影響</b>	被同儕排斥，甚至遭受言語或身體欺凌，引致社交恐懼。
<b>家庭因素</b>	雙職父母較少機會與子女溝通，忽略他們的需要或予以認同，令其情緒低落，繼而封閉自己。
<b>社經地位</b>	低收入家庭的社經地位欠，子女容易產生自卑感，因而封閉自己，避免與其他人比較。
<b>科技發展</b>	先進的科技會使青少年網絡成癮，同時亦會減少與人面對面的互動交流。

「隱蔽」會令到年青人從社交中退縮，減少與人互動及建立人際支援的可能性。當「隱蔽青年」的負面形象被定型，其自尊心會變得薄弱，他們更難融入主流社會，「隱蔽」程度會被強化。對社會而言，「隱蔽青年」現象可能引致勞動力減少，影響生產力和經濟活動，並且增加政府的福利開支。近年，以下機構為香港「隱蔽青年」提供支援服務：

機構名稱	個案來源及服務條件	支援服務方式
香港基督教服務處	青年或家人求助、機構或學校轉介	上門輔導、技能培訓、在活動中心進行小組分享
中華錫安傳道會社會服務部	青年或家長求助、教育局或社工轉介	透過動物治療青年，教授動物護理及美容技巧、人際溝通支援小組
明愛賽馬會梨木樹青少年綜合服務	青年、家長或鄰舍求助	家訪、義工活動、安排就學或就業出路
城大青年研究室	青年或家人求助	個人及隱青家庭輔導

資料來源：

1. 〈「隱形少年」現形記：香港御宅族網際網路使用與社會資本建構初探〉，取自香港城市大學媒體與傳播系網 <http://mcr.nccu.edu.tw/word/1314522013.pdf>
2. 〈隱蔽及低動機狀態的青年〉(2010)，取自香港基督教服務處「有網能量」青年導航及發展中心網頁 <http://webcontent.hkcss.org.hk/cy/T12.pdf>

3. 〈從 Hikikomori 到隱蔽青年〉，《青年、隱蔽與網絡世界》，2010 年，取自香港城市大學網頁 [http://www.cityupress.edu.hk/Template/Shared//previewSample/9789629371753\\_preview.pdf](http://www.cityupress.edu.hk/Template/Shared//previewSample/9789629371753_preview.pdf)
4. 〈隱蔽青年〉，取自香港電台通識網頁 [http://www.liberalstudies.tv/relationships/ls\\_relationships\\_44.php](http://www.liberalstudies.tv/relationships/ls_relationships_44.php)
5. 〈「隱青」嚴重 宅男佔八成〉，《文匯報》，2012 年 6 月 13 日。
6. 〈隱蔽青年問題「被隱蔽」 情況惡化拖垮社會發展〉，《信報》，2014 年 4 月 23 日。

### 青少年偶像崇拜

偶像崇拜的最初含意是指對神明的崇拜和禮讚。隨著歷史的演進，人類對群體中的佼佼者興起了「偉人崇拜」，即指對聖賢、偉人言行的推崇，並進而學習仿效。在現今的多元社會，偶像崇拜泛指個人對其喜愛人物產生社會認同和情感依戀，不論是影視明星、運動員、政治人物，甚或是卡通人物，都可被稱為「偶像」。

由於青少年正處於身心發展的時期，他們的求知慾強、好奇心重、愛模仿，並渴望得到朋輩的認同，甚至會受到大眾傳媒的影響而選擇偶像為效法及學習的對象，更希望有偶像相似的成就。因此有學者認為偶像崇拜的產生具有必然性和過渡性的特點，它能夠滿足青少年的情感需要，是心理發展的正常現象。

香港城市大學曾經進行有關內地及香港青少年偶像崇拜的研究，調查結果顯示青少年對偶像的崇拜程度會隨著年齡增加呈下降趨勢；而女性比較男性有更高比例的偶像崇拜行為，容易對所崇拜的偶像產生浪漫式依戀及參與「追星」活動。此外，隨著互聯網的迅速發展，青少年所崇拜的偶像類型逐漸趨向國際化及多元化。

一般而言，比較理性的偶像崇拜應該是一個由外表至內在特質、由欣賞到認同的發展過程。倘若青少年欣賞一個偶像的優秀內涵，並以偶像為學習典範，以其成功作為奮鬥的目標，這會提升個人的自我價值感，有助青少年的成長與發展。而且在崇拜偶像的過程中，青少年會認識志同道合的朋輩，擴闊社交圈子，促進人際交往。

然而，青少年過分「追星」會導致荒廢學業和誘發不理性消費，過分高估偶像的價值亦會貶低自我和不利建立自信，對偶像過分認同和依戀也會產生不切實際的幻想、導致虛浮的模仿。

資料來源：

1. 岳曉東（2007）《追星與粉絲—青少年偶像崇拜探析》，香港：香港城市大學出版社。
2. 張春興（2004）《教育心理學：三化取向的理論與實踐》，台北：台灣東華書局。
3. 周淑屏（2006）《影視娛樂背後—看通識人生》，香港：知出版有限公司。

## 性別主流化

傳統社會對男女角色存在特定的觀念，對於不同性別的家庭角色、職業、性格、言行舉止等各方面都有既定的期望，例如：父親應該是家庭的經濟支柱而母親則負責做家務和「相夫教子」。當青少年嘗試迎合社會塑造的性別角色，他們的性格發展、天賦能力、職業選擇便受到性別定型的限制，若然出現有別於社會期望或規範的行為便可能遭受排斥。

時至今日，仍然有人認為某些工作崗位只適合男性或女性，例如以為男性應從事關於電腦及機械的行業，而未能從性別平等的角度來理解男女的性格和能力；社會上有些人因性別而遭受較差的待遇、排斥或是在政治、經濟、社會、文化、公民方面的人權和基本自由受到限制。

為了促進婦女權益及兩性平等，聯合國於 1995 年通過的《北京行動綱要》確立了「性別主流化」全球性策略，目的是在法例、政策和計劃的所有範疇和層面中，納入性別觀點及需要，在設計、實施、監察和評估所有法例、政策和計劃時，考慮到女性和男性所關注的事宜和經驗。透過這個顧及性別觀點的決策過程，性別主流化確保女性和男性可以公平合理地取得和享有社會的資源和機會，從而促進婦女發展，達致兩性平等。

自 2002 年起，香港政府在多個工作範疇已採納性別主流化的概念和識別兩性的需要和觀點；而所有政策局及部門於 2015 年 4 月開始全面實施性別主流化，在制訂主要政策及措施時，必須應用性別主流化檢視清單，並充分考慮男女在不同的環境中（例如：在工作地方、學校、家庭、社區以至整個社會）的不同需要、關注事務、限制、權益和價值取向，從而促使工作的效率更高，成效更大。

舉例而言，為了顯示政府對婦女權益的重視，2015 年的《施政報告》宣布將委任女性出任諮詢及法定組織成員的性別基準提升至 35%；而屋宇署亦建議修訂法例，按照不同類別場所（例如：商場、電影院等）內男女使用人數評估，提升衛生設備供應標準。

當然，性別主流化並不局限於上述層面，政府必須平衡兩性需要。舉例而言，有些公共場所的育嬰設施已採用性別中立的標誌，代替穿裙子的人形圖案，以免為需要使用育嬰設施的男士帶來不便。此外，婦女事務委員會也進一步在公眾層面推動性別主流化，透過推廣活動加深社會各界對性別主流化的認識及鼓勵更多人應用相關的概念，讓香港邁向一個兩性平等的社會。

資料來源：

1. 周淑屏等著（2006）《左女右男：反轉兩性觀點》，香港：突破出版社。

2. 〈聯合國婦女問題：社會性別主流化〉，取自聯合國網頁  
<http://www.un.org/chinese/esa/women/mainstreaming.htm>
3. 〈性別主流化〉，取自勞工及福利局網頁  
[http://www.lwb.gov.hk/Gender\\_Mainstreaming/chi/introduction.html](http://www.lwb.gov.hk/Gender_Mainstreaming/chi/introduction.html)
4. 〈性別主流化〉，取自婦女事務委員會網頁  
[http://www.women.gov.hk/colour/tc/enabling\\_environment/gm.htm](http://www.women.gov.hk/colour/tc/enabling_environment/gm.htm)
5. 〈張建宗網誌談性別主流化〉，取自香港政府新聞網頁  
[http://www.news.gov.hk/tc/record/html/2015/04/20150406\\_103306.shtml](http://www.news.gov.hk/tc/record/html/2015/04/20150406_103306.shtml)

### 轉變中的愛情觀

愛是人類共有的情意，在不同年代和文化中，愛情的呈現方式和所涉價值觀念會有差異。舉例而言，在傳統中國社會，婚姻主要是為了宗族繁衍，並不一定包含愛情元素，只需要「父母之命、媒妁之言」，當時的年輕人受著封建制度的束縛，欠缺選擇伴侶和戀愛的權利，若然缺乏婚姻的護航，他們的愛情便會被視為越軌。

以往香港社會主要受傳統中華文化影響，重視一生一世的婚姻觀念、傳宗接代的家庭功能，而且情侶相處時表現含蓄守禮，對於任何親密接觸都有所避忌。但隨著個人主義、自由戀愛、平等權利等西方思想的傳入，香港的社會形態及價值觀念亦隨之改變，年青一代的戀愛態度比較以往開放，在公開場所的親暱行為日趨普遍，而且有關青少年婚前性行為、未婚懷孕的個案亦逐漸增加。

近年，本港多個機構進行關於青少年戀愛態度的調查研究，綜合調查結果顯示年輕人首次談戀愛的年齡大幅下降，初中已開始約會的青少年愈來愈多，與昔日大部分人上大學或工作以後才開始約會的文化大相逕庭。明顯地，互聯網為青少年提供了廣闊的交友平台，例如：網上交友聊天室、交友程式，同時也增加了青少年結交戀愛對象的機會。

現代的年輕人大多數自由戀愛，有足夠的自主權去選擇與自己個性相符、興趣相近的伴侶。至於選擇戀愛對象的要求，不少青少年希望找到思想成熟、懂得照顧別人的伴侶；不過，有些年輕人只注重外表的吸引程度，反而忽略了內涵及個性，於是很多時候交往一段時間後便會因個性不合而分手。

由於新一代年青人的交友網路發達，愛情觀念可能較昔日的開放，表白後進入約會階段的速度都比以往快，而且他們或者會因為重視親密交往，沒有太多時間去沉澱彼此的戀愛關係，亦可能因為抱持「人有我有」的態度，使得愛情關係中少了培養、發展及深化的過程。不少調查研究的結果顯示，可以接受別人或自己「一腳踏兩船」的青少年日漸增加，他們甚或同時發展多段戀情；部分青少年亦會認同「只在乎曾經擁有」的愛情，並不需要「天長地久」的戀愛關係。

對於戀愛與結婚的關係，大多數的調查結果顯示，五成以上青少年認同「先戀愛、後結婚」，有信心婚姻可維持一生一世的有六成；不過，約兩成人贊成「試婚」或「只戀愛、不結婚」，這反映部分年輕人抱著「合則來、不合則去」的心態，不願意遵守婚姻承諾，傾向選擇同居或單身的生活。

資料來源：

1. Aronson, E., Wilson, T. D., & Akert, R. 著，侯玉波譯（2007）《社會心理學》，北京：中國輕工業出版社。
2. 徐西森等著（2006）《人際關係的理論與實務》，台北：心理出版社股份有限公司。
3. 梁國香等編（2009）《青少年問題解碼》，香港：三聯書店(香港)有限公司。
4. 周淑屏（2006）《影視娛樂背後一看通識人生》，香港：知出版有限公司。
5. 〈愛情在時代變化下的新面貌〉。取自中國文化大學推廣教育部網頁  
[http://future.sce.pccu.edu.tw/reading/digi\\_reader/pages/new\\_kp\\_dtl.aspx?publication\\_dt\\_uid=ef84a8fa-405c-4d05-836a-105c6beba2b0](http://future.sce.pccu.edu.tw/reading/digi_reader/pages/new_kp_dtl.aspx?publication_dt_uid=ef84a8fa-405c-4d05-836a-105c6beba2b0)
6. 〈六成新世代無固定情人 逾半接受「一腳踏多船」〉，《文匯報》，2013 年 2 月 15 日。

### 〈青少年越軌行為研究〉

越軌行為泛指違反社會規範的偏差行為，這些違規行為的定義是隨著社會、文化及時空的轉變而有所不同。由於社會規範可以是法律或社會認同的道德價值，故此越軌行為可以是犯罪行為或非犯罪的偏差行為。

香港青年協會與香港城市大學人文社會科學院於 2013 年進行「青少年越軌行為」調查，研究對象主要是 21 歲以下及有明顯的違法或違規行為的青少年。在 145 位受訪者中，在學及非在學者（包括輟學、全職工作、兼職工作及待業者）各佔約五成；家庭背景方面，約六成案主來自健全家庭，約三成來自單親家庭，其他狀況（例如：父母不在，由其他親人照顧、父母移民外國）的個案則佔不足一成。研究把青少年越軌行為分作七項類別，最多越軌行為「與性相關」，其次為「與盜竊相關」（表一）。

**表一：青少年越軌行為的類別**

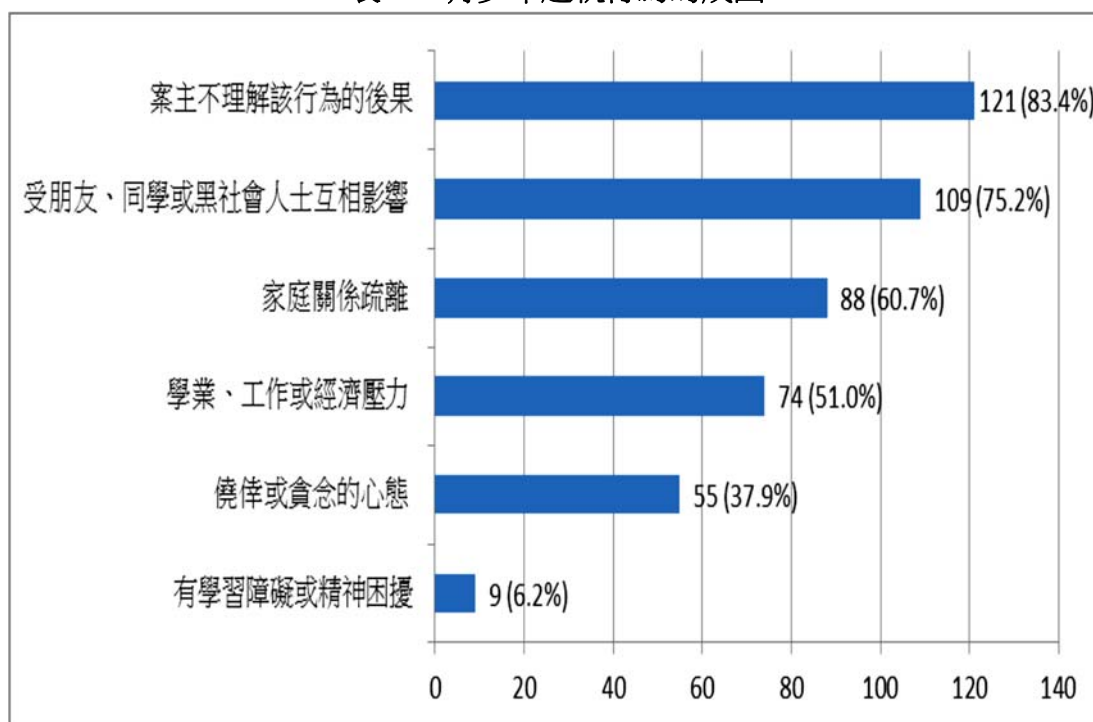
越軌行為類別	受訪人數	百分比
與性相關	28	19.3%
與盜竊相關	24	16.6%
與黑社會相關	22	15.2%
與暴力相關	20	13.8%
與網上欺凌或網上罪行相關	20	13.8%
與毒品相關	17	11.7%
其他越軌行為	14	9.7%
合計	145	100.0%

至於青少年越軌行為之成因（表二），逾八成三受訪者表示不理解行為的後果，七成半受訪者是受朋友、同學或黑社會人士互相影響而做出越軌行為，六成受訪者因為家庭關係疏離，超過一半則受到學業、工作或經濟壓力而出現越軌行為。值得注意的是，六成被訪者受著以上 3 至 4 種因素影響而做出越軌行為，情況令人關注。

調查研究反映大部分青少年輕視越軌行為的後果，亦對法律常識一知半解，容易在不知情或不小心的情況下違規。如果欠缺家長正確的指導，加上朋輩的負面影響，後果會更加嚴重。其實，要處理青少年越軌行為需要跨專業的協作（包括青年工作者、律師和警察），並清晰地向青少年闡述違法案例，訓練他們理性思考及判斷，共同探討越軌行為問題的處理方法。



表二：青少年越軌行為的成因



註：受訪者可以選擇多於一個原因。

資料來源：

節錄《青少年越軌行為》研究結果，取自香港青年協會網頁

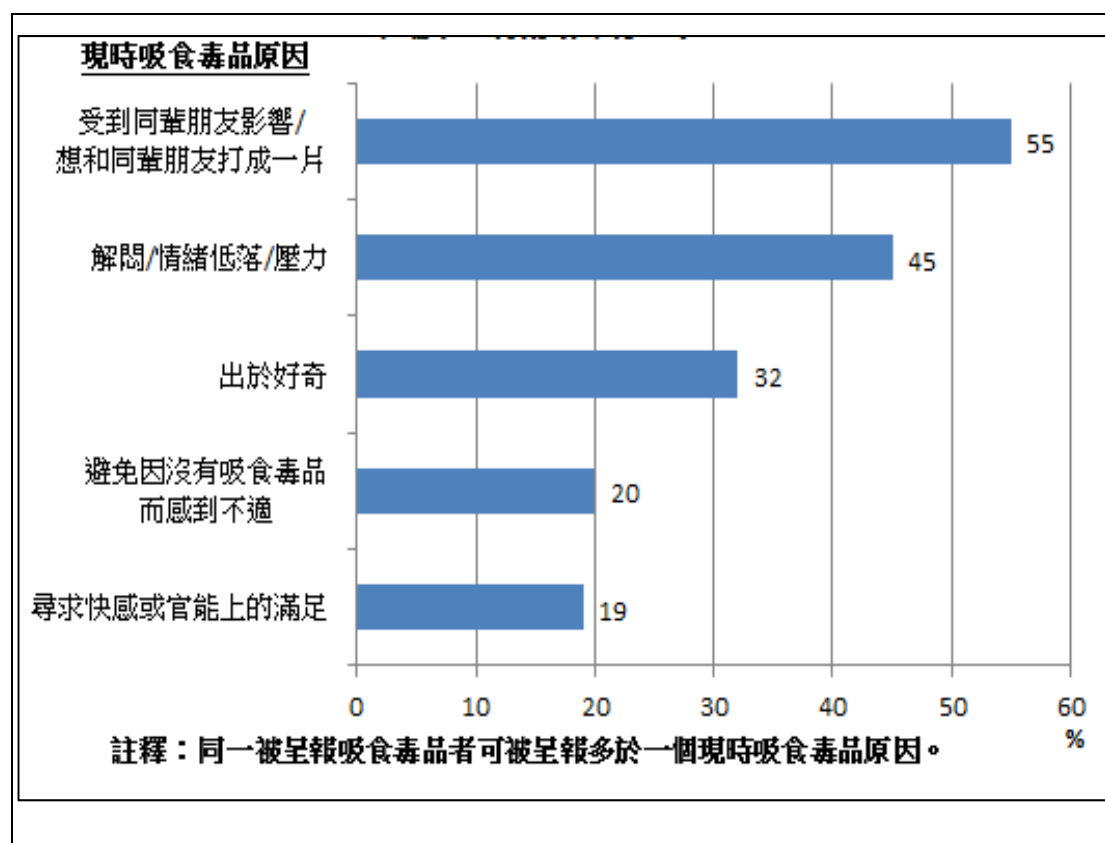
<http://yrc.hkfyg.org.hk/news.aspx?id=c05840c2-da0d-4161-9fd9-57db0e6ee25c&corpname=yrc&i=4908&locale=zh-HK>

### 香港青少年吸毒的情況

吸毒是指沒有依照醫務人員的指導或處方而服用藥物，又或隨便服用危險藥物而不是作治病的用途。吸食毒品會令人上癮、神智不清和破壞身體機能等。根據保安局禁毒處的資料，在 2011 至 2014 年間，21 歲以下吸毒青少年的人數呈現下降趨勢；不過，16-20 歲及 21-25 歲的吸毒青少年仍是高危一族，這兩個年齡組別的首次被呈報個案均佔總人數四成以上，故此青少年吸毒問題不能掉以輕心。

至於青少年吸食毒品的原因，表一顯示於 2014 年首三季，五成半 21 歲以下吸毒者均表示是受到同儕的引誘，說明朋輩對吸毒青少年的影響。

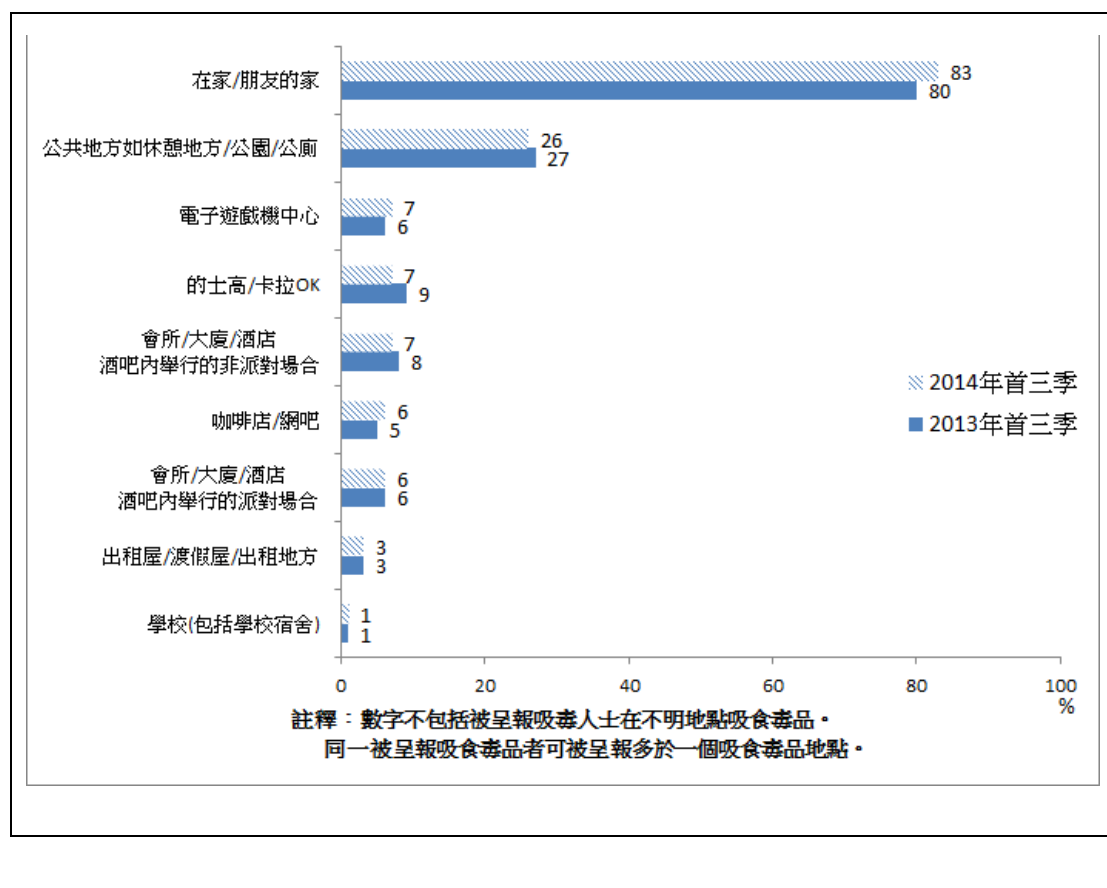
表一：按現時吸食毒品原因劃分的廿一歲以下被呈報吸食毒品人士  
(2014 年首三季)



縱使政府統計數字顯示吸毒青少年個案持續下降，但當中可能存在著不少難以被發現的個案，因為分別在 2013 年首三季及 2014 年首三季，超過八成的 21 歲以下吸毒者都是在家/朋友家中吸食毒品（表二）。此外，禁毒常務委員會主席指出，本港吸毒者的「毒齡」仍然高企，而且「吸毒隱蔽化」的情況是值得關注的課題，所以抗毒工作實在不能鬆懈。

禁毒專員曾表示，不少青少年因誤信自己所需承擔的法律責任會較成年人輕，因而被毒販利用運毒。就此，政府應該加強宣傳，以糾正有關青少年對販毒刑責的謬誤。與此同時，政府亦須循五管齊下的禁毒策略，包括教育宣傳、戒毒治療及康復、立法和執法、對外合作和研究，全面打擊毒禍。

表二：按吸食毒品地點劃分的廿一歲以下被呈報吸食毒品人士  
(2013年首三季及2014年首三季)



資料來源：

1. 取自保安局禁毒處網頁 [http://www.nd.gov.hk/tc/statistics\\_list.htm](http://www.nd.gov.hk/tc/statistics_list.htm)
2. 梁國香等編 (2009)《青少年問題解碼》，香港：三聯書店(香港)有限公司。
3. Cobb, N. J. (2007). *Adolescence: continuity, change and diversity* (6th ed.). New York: The McGraw-Hill Companies, Inc.
4. Dolgin, K. G. (2011). *The adolescent: Development, relationships and culture*. Boston : Pearson Education, Inc.

## 第三部分：學與教參考示例

通識教育科採納議題探究模式作為選擇課程內容和教學法的取向，教師需要根據《通識教育科課程及評估指引》的「探討問題」所涉及的學與教重點，從中選取合適的議題，並要設計教材和安排課堂活動，讓學生展開探究。

這部分提供了三份示例予教師考慮使用，它們都是配合本單元的各個學與教重點，部分示例更與其他單元的課程相關。教師使用前請先瀏覽各示例的甲項，了解其整體構思要旨、建議所用的課時和各項教學目標。此外，亦請留意該示例涉及的基本概念，以及學生在初中階段應已具備的學習經歷。上述資料有助教師預計實際所需的課時，並針對學生的進度而調節學習內容的廣度與深度。

各示例的乙項介紹學與教流程安排，並建議不同的學與教策略予教師採用，例如課前或課後閱讀、資料（包括文字、漫畫和數據）分析、小組討論、模擬論壇、角色扮演、辯論、教師直接講授與總結。為了節省教師預備教材的時間，大部分課堂活動都提供相關的工作紙或閱讀資料；至於課後習作亦附有設題原意，以供教師批閱時參考之用。以上各項教材都以附件形式置於各示例的最後部分，教師可考慮將這些附件影印後向學生派發。

這三份示例只是作為構思教學課題和設計活動的參考，不適宜在課堂上照本宣科。此外，教師在使用這些示例時，亦請同時配合經仔細規畫的校本教學進度，從而有效運用課時以處理學生學習差異、解說習作表現、安排校內評估等各項學與教活動。

高中通識教育科  
「個人成長及人際關係」單元  
學與教參考示例（1）

香港年青的「迷『網』低頭族」

甲. 示例的基本資料

教學課題	香港年青的「迷『網』低頭族」
相關的單元、主題、探討問題	<p><b>主線</b> 單元一：個人成長與人際關係；主題 1：自我了解、主題 2：人際關係</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 有哪些流行而顯著的趨勢會對時下香港青少年構成挑戰和機遇？他們如何回應這些趨勢？掌握生活技能對青少年而言又為何重要？</li> <li>● 香港青少年怎樣反省人際間的衝突和與人建立關係？</li> <li>● 通訊科技如何影響青少年與他人的關係？</li> </ul> <p><b>副線</b> 單元一：個人成長與人際關係；主題 1：自我了解</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 青少年的自尊受甚麼因素影響？它與青少年的行為和對未來的期望如何相關？</li> <li>● 傳媒所傳遞的信息和價值觀，對青少年有甚麼影響？</li> </ul> <p><b>副線</b> 單元五：公共衛生；主題 1：對公共衛生的理解</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 人們對健康的理解怎樣受經濟、社會等因素影響？</li> </ul>
整體構思要旨	<p>現今智能手機和網絡活動日趨普及，「使用手機上網」已成為青少年日常生活的重要一環；若然青少年不恰當地使用互聯網和智能手機，便會影響他們的自我發展和人際關係。這學與教示例以單元一所涵蓋的內容重點為核心，亦會涉及單元五的主要概念「健康生活模式」，期望透過對「迷『網』低頭族」的分析，讓學生掌握關於個人成長的一些基本知識和相關技能，辨識通訊科技和網絡活動的好與壞，繼而抱持正確的態度使用智能手機上網和培養健康的生活習慣。</p> <p>學生首先探討通訊科技的功能及帶來的挑戰，然後分析香港青少年的溝通方式及參與的網絡活動，從而掌握青少年「手機成癮」和「沉迷上網」的現況，並剖析這趨勢的嚴重性及其成因與影響，繼而評鑑對應這問題的相關措施是否有效，以及建議一些具體而可行的解決方法。</p>
所需教節	四教節（每節 40 分鐘），共 160 分鐘。
教學目標	<p>知識：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 認識通訊科技的功能及不同社教化媒介的作用。</li> <li>● 剖析青少年「手機成癮」和「網癮」問題的現況、成因和影響。</li> <li>● 評鑑青少年「手機成癮」和「網癮」問題的對應措施的成效。</li> <li>● 建議一些解決青少年「手機成癮」和「網癮」問題的方法。</li> </ul> <p>技能：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 研習當代議題時能應用相關知識/概念。</li> <li>● 詮釋及處理圖像、數據及文字資料。</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 展示恰當的立場判斷，並提供理據支持。</li> <li>● 於小組活動中發揮協作及溝通技巧、傳意及表達能力。</li> </ul> <p>價值觀及態度：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 自省自律、培養健康的生活態度。</li> <li>● 尊重自己及別人、與人建立良好關係。</li> <li>● 抱持正確態度來面對智能手機和網絡世界的引誘。</li> </ul>
<b>需要應用的基本概念</b>	自我發展、生活技能、人際關係、社教化、潮流趨勢、傳媒、自我概念、自尊、人際溝通與衝突、從眾與朋輩影響、健康生活模式（若果學生對人際關係、社教化及朋輩影響並不熟悉，教師可先處理「青少年期的親朋關係」的教材或向學生概括介紹，使他們有初步了解。）
<b>初中的相關學習經歷</b>	學生已於初中修讀個人、社會及人文教育學習領域各門學科，估計已學習關於「個人成長與人際關係」的一些基本知識，例如：影響個人發展的因素、自尊、健康的生活方式、在日常生活中的自我管理、友儕群體及它的影響、從眾與獨立、增進人際關係和社交技巧等。如教師認為學生對這些內容認識不足，建議在使用本示例前先向學生簡略介紹。

乙. 課堂學與教設計

教節	課堂學與教策略及流程安排
課前預習	<p><b>課前準備及預習</b></p> <p>派發學生閱讀資料〈網絡的影響〉(附件一)，要求學生於上課前閱讀，增加對此課題的認識。</p>
1-2	<p><b>導入活動、視頻片段分析（約 10 分鐘）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 教師播放〈有無手機的生活大差別〉<sup>1</sup>短片，要求學生指出智能手機的優點，從而引發研習這個議題的學習動機。然後學生可參閱資料(附件一)，分析互聯網的主要功能及流動上網服務帶來的好處，並完成有關的工作紙(附件二)。</li> <li>● 教師可以因應學生舉出關於智能手機及互聯網的重要性，運用相關的基本概念(如「<u>潮流趨勢</u>」、「<u>人際溝通</u>」等)來說明適當地使用智能手機上網可以帶來的正面影響，包括：增廣見聞、掌握即時資訊、擴闊人際網絡等。</li> </ul> <p><b>圖像分析、習慣調查（約 12 分鐘）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 教師展示關於「低頭族」的圖片、漫畫(附件三)，以提問方式來協助學生辨識「智能手機上網」的<u>潮流趨勢</u>，以及智能手機和互聯網的吸引力。</li> <li>● 然後進行〈網絡成癮自我小評估〉和〈測試你是低頭族嗎〉調查(附件四)，讓學生檢視個人使用智能手機上網的習慣是否符合<u>健康生活模式</u><sup>2</sup>的原則。</li> <li>● 學生在此活動無須仔細探究「智能手機上網」的<u>潮流趨勢</u>及其影響。如果時間不足，教師可考慮口頭問答，只需協助學生初步理解香港青少年如何使用智能手機上網。</li> </ul> <p><b>調查研究及數據分析、小組討論及匯報（約 25 分鐘）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 教師派發不同機構發佈關於「網癮」或「低頭族」的調查研究結果(附件五)，讓學生進行分組討論(教師可因應學生能力來調整研究結果的數目)。討論題目如下： <ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 「現時香港青少年『手機成癮』和『沉迷上網』問題是否嚴重？這問題的發展趨勢如何？」</li> </ul> </li> <li>● 學生匯報討論結果時須展示基本探究能力，例如：準確地引用數據資料來描述香港青少年「手機成癮」和「沉迷上網」問題的現況；教師亦可鼓勵學生運用相關的基本概念(如「<u>生活技能</u>」、「<u>人際關係</u>」、「<u>人際溝通與衝突</u>」、「<u>潮流趨勢</u>」等)來分析問題的本質、嚴重性及發展趨勢。</li> <li>● 教師可作小結：利用學生所列舉關於「手機成癮」和「沉迷上網」的</li> </ul>

<sup>1</sup> 〈有無手機的生活大差別〉，取自 <https://www.youtube.com/watch?v=hPh8s0a7brg>

<sup>2</sup> 教師可參考「公共衛生」單元分冊的「健康生活模式」概念。



教節	課堂學與教策略及流程安排
	<p>數據資料來歸納「迷『網』低頭族」問題的現況，並闡述這問題的發展趨勢，例如：從「港人手機上網冠亞太」及「六成青少年的暑期活動是上網」等研究結果顯示，智能手機的普及和互聯網的急速發展，令使用智能手機上網成為香港人不可缺少的日常生活，而青少年沉迷於使用智能手機上網的問題也相當嚴重，甚至有些人因過分倚賴智能手機而患上「無手機恐懼症」。</p>
	<p><b>個案分析、教師提問、製作概念圖（約 22 分鐘）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 學生閱讀關於「迷『網』低頭族」的個案（附件六），然後教師以提問方式來協助學生探討香港青少年「手機成癮」和「沉迷上網」問題的成因。</li> <li>● 教師可引導學生運用相關的基本概念（如「<u>生活技能</u>」、「<u>人際關係</u>」、「<u>社教化</u>」、「<u>潮流趨勢</u>」、「<u>從眾與朋輩影響</u>」等）來歸納及闡釋導致青少年「手機成癮」和「沉迷上網」問題的因素。</li> <li>● 教師亦可安排學生分組進行鞏固學習活動，共同建構概念圖來「展示青少年『手機成癮』和『沉迷上網』問題的成因（附件六）。（建議以單元一的基本概念為骨幹，然後加入其他相關概念。）</li> </ul>
	<p><b>總結、安排課後習作（約 8 分鐘）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 教師可以因應學生舉出關於「手機成癮」和「沉迷上網」問題的成因而加以解說及總結，例如：「使用智能手機是<u>潮流趨勢</u>」及「社交媒體和網絡遊戲的吸引」等外在因素，導致使用智能手機上網成為青少年不可缺少的日常生活；此外，青少年的個人因素（例如：欠缺關於自我管理的<u>生活技能</u>、喜歡透過網絡建立<u>人際關係</u>等）及<u>社教化</u>因素（例如：<u>傳媒</u>的推廣、<u>朋輩影響</u>等）也會引致「手機成癮」和「沉迷上網」問題。</li> <li>● 教師也可透過課後習作協助學生深入分析議題，並將所學得的概念轉化應用至類似的議題。教師指示學生完成課後習作（附件七），題目：             <ol style="list-style-type: none"> <li>(a) 根據資料，描述青少年使用智能手機的習慣。</li> <li>(b) 參考資料及就你所知，闡釋導致青少年「手機成癮」的因素。</li> </ol> </li> <li>● 期望學生能恰當地回應題目、內容配合主題、準確地運用相關概念、清晰地表達意見及立場、提供足夠的理據支持。教師亦須因應學生水平和學習進度來調適習作的深淺程度和評估要求。</li> </ul>
	<p><b>安排下次課堂的資料蒐集工作（約 3 分鐘）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 教師安排學生準備資料，在政府及相關機構的網頁/參考書籍中，分組蒐集關於青少年「手機成癮」和「沉迷上網」問題的解決方法及相關的調查研究資料（可參考附件九的例子），以便下次課堂進行討論活動。</li> </ul>

教節	課堂學與教策略及流程安排
3-4	<p data-bbox="336 241 1082 277"><b>視頻片段及時事分析、小組討論及匯報（約 20 分鐘）</b></p> <ul data-bbox="336 286 1359 898" style="list-style-type: none"> <li data-bbox="336 286 1359 517">● 學生觀看短片（如：〈杏林在線：上網成癮〉<sup>3</sup>）及閱讀關於「迷『網』低頭族」的剪報（附件八），然後進行分組討論及匯報（教師可因應學生能力來調整匯報組別的數目），討論題目是「年青「迷『網』低頭族」的<u>自我發展</u>、<u>人際關係</u>和健康狀況如何影響他們過渡至成年階段？」</li> <li data-bbox="336 526 1359 712">● 學生可運用相關的基本概念（如「<u>自我發展</u>」、「<u>人際關係</u>」、「<u>自我概念</u>」、「<u>自尊</u>」、「<u>人際溝通與衝突</u>」、「<u>健康生活模式</u>」等）來綜合分析「手機成癮」和「沉迷上網」問題對香港青少年的影響，從而增強概念運用和發展議題分析能力。</li> <li data-bbox="336 721 1359 898">● 教師可作小結：若青少年能夠恰當地使用互聯網和智能手機，他們便能有所得益，例如：搜尋網上資料以促進學習、擴闊人際交往網絡等；然而，「手機成癮」和「迷網」也會帶來負面影響，不單只造成<u>自我發展</u>的障礙和損害身體健康，也會影響青少年的<u>人際關係</u>。</li> </ul> <p data-bbox="336 907 1082 943"><b>調查研究及時事分析、小組討論及匯報（約 20 分鐘）</b></p> <ul data-bbox="336 952 1359 1756" style="list-style-type: none"> <li data-bbox="336 952 1359 1227">● 教師指示學生將已蒐集的剪報資料及調查研究報告加以整理，然後分組討論，每組只須負責一類持份者（例如：家長、負責青少年工作的機構、政府部門等）。首先說明這類持份者對青少年「手機成癮」和「沉迷上網」問題的回應及看法，然後分析持份者所提出的解決方法，並完成工作紙（附件九）及匯報（教師可因應學生能力來調整匯報組別的數目）。</li> <li data-bbox="336 1236 1359 1422">● 學生須理解剪報及調查研究報告內容並掌握重點、恰當地闡述各持份者的回應立場及其價值取向、探討過程中須考慮相抵觸的意見，並剖析不同<u>社教化</u>媒介對回應青少年「手機成癮」和「沉迷上網」問題的作用，最後透過分析各項解決方法的利弊來訓練高層次分析能力。</li> <li data-bbox="336 1431 1359 1756">● 教師可根據學生的討論內容，說明不同持份者如何回應青少年「手機成癮」和「沉迷上網」問題（例如：負責青少年工作的機構認為家長應該管教子女使用互聯網、有學者認為政府應參考有關如何防治青少年網癮的海外經驗）及其建議的解決方法，例如： <ul data-bbox="400 1624 1262 1756" style="list-style-type: none"> <li data-bbox="400 1624 1262 1659">➢ 家長與子女訂立「不用手機」及「不上網」的特定時間。</li> <li data-bbox="400 1668 1002 1704">➢ 在學校德育課教導學生善用智能手機。</li> <li data-bbox="400 1713 1193 1756">➢ 醫學界組織指導「低頭族」如何培養<u>健康生活模式</u>。</li> </ul> </li> </ul> <p data-bbox="336 1765 986 1800"><b>時事分析及評鑑成效、小組討論（約 15 分鐘）</b></p> <ul data-bbox="336 1809 1359 1991" style="list-style-type: none"> <li data-bbox="336 1809 1359 1991">● 學生閱讀關於支援「低頭族」的剪報、政府及福利服務機構所提供的網癮輔導服務及支援措施（附件十），然後進行分組討論，闡釋這些服務及措施的特色和評鑑其成效，並完成工作紙（教師須因應學生能力和學習進度來調適活動要求）。</li> </ul>

<sup>3</sup> 〈杏林在線：上網成癮〉，取自 <https://www.youtube.com/watch?v=mWzOVIhg-8>

教節	課堂學與教策略及流程安排
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 教師以抽問形式讓學生回答工作紙的問題，學生需同時將其他組別的報告內容摘要紀錄在個別的工作紙。教師應協助學生培養高階思維並運用相關的基本概念作分析（如「<u>自我發展</u>」、「<u>人際關係</u>」、「<u>生活技能</u>」、「<u>社教化</u>」、「<u>傳媒</u>」、「<u>健康生活模式</u>」等）。</li> <li>● 教師總結現時不同機構針對「手機成癮」和「網癮」所提供的支援措施及輔導服務和評鑑其成效，例如： <ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 衛生署成立小組研究手機、遊戲機等電子產品對兒童及青少年造成的健康影響，並將制訂建議予家長及教師；不過，由於指引只是建議性質，其成效取決於青少年及其「重要他人」是否落實執行。</li> <li>➢ 「網開新一面」網絡沉溺輔導中心協助「網絡成癮」的青少年重拾自制能力及健康使用網絡；然而這機構的人手不足，所提供的支援措施有限；況且並非所有「迷『網』低頭族」自覺「手機成癮」或「網癮」問題，因此他們不會自願接受輔導服務。</li> </ul> </li> </ul>
	<p><b>視頻片段分析、教師帶領討論（約 15 分鐘）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 教師播放〈警訊：網上交友陷阱〉<sup>4</sup>短片，要求學生指出網絡友誼的利弊。然後讓學生辨識網絡活動的好與壞，以及建議青少年應如何面對智能手機和網絡世界的引誘，例如： <ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 提升關於自我管理的<u>生活技能</u>。</li> <li>➢ 多參與面對面的群體活動及採用合適的<u>人際溝通</u>技巧。</li> <li>➢ 培養使用互聯網的安全意識及謹慎處理網上友誼。</li> </ul> </li> <li>● 透過上述活動，學生不僅深化對「手機成癮」和「沉迷上網」問題的認識，並能掌握關於智能手機和網絡世界的不同觀點及相關的價值觀，繼而抱持正確的「使用手機上網」態度。</li> </ul>
	<p><b>課題總結、安排課後習作及延伸閱讀（約 10 分鐘）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 教師可以利用直接講授，又或是邀請學生發言後再行補充的方式，以總結是項課題，重點包括： <ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 隨著互聯網和智能手機的<u>潮流趨勢</u>，青少年「使用手機上網」日趨普遍；他們既可瀏覽互聯網增進知識，也可利用網上社交平台來發展<u>人際關係</u>，同時可藉著網絡遊戲來消閒娛樂，甚至提升<u>自尊</u>和建立<u>自我概念</u>。</li> <li>➢ 智能手機的方便性和互聯網的吸引容易引致青少年沉迷「手機上網」，而青少年的<u>生活技能</u>和<u>人際關係</u>，以及<u>社教化</u>等因素也是當中的成因。</li> <li>➢ 「手機成癮」和「沉迷上網」問題對青少年的<u>自我發展</u>和健康狀況帶來負面影響，或會導致<u>人際衝突</u>；因此不同持份者建議一些解決方法，例如：醫學界提醒家長關注子女的<u>健康生活模式</u>，勿</li> </ul> </li> </ul>

<sup>4</sup> 〈警訊：網上交友陷阱〉，取自 [https://www.youtube.com/watch?v=\\_1pU7A7e9gY](https://www.youtube.com/watch?v=_1pU7A7e9gY)

教節	課堂學與教策略及流程安排
	<p>做「迷『網』低頭族」。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 現時除了政府及福利服務機構針對「手機成癮」和「網癮」提供支援措施及輔導服務外，不同<b>社教化</b>媒介也應積極發揮其作用，例如：學校應教導學生如何善用互聯網和智能手機、<b>傳媒</b>可宣揚「手機成癮」和「沉迷上網」的禍害等。同時，青少年亦應就個人使用智能手機上網的習慣進行反思，並檢視關於使用智能手機和網絡世界的價值觀與態度。</li> <li>● 教師安排學生完成課後習作（<b>附件十一</b>），以協助他們深入分析議題，並將所學得的概念轉化應用至類似的問題，題目：             <ul style="list-style-type: none"> <li>(a) 青少年沉迷於「手機上網」如何影響其人際溝通及資訊掌握的程度？</li> <li>(b) 「家長採用禁制上網的管教方式能解決子女的『網癮』問題。」你在多大程度上同意這觀點？</li> </ul> </li> <li>● 期望學生能恰當地回應題目、內容配合主題、準確地運用相關概念、清晰地表達意見及立場、提供足夠的理據支持。教師亦須因應學生水平和學習進度來調適文字習作的深淺程度和評估要求。</li> <li>● 教師派發關於「手機成癮」和「沉迷上網」問題的延伸資料（<b>附件十二</b>）予學生課後閱讀，增加他們對本課題的認識。</li> </ul>

-- 學與教參考示例完 --

## 附件一：學生課前閱讀資料—網絡的影響

### 資料一

#### 青少年上網的好處

##### 一、開闊視野

網際網路是一個資訊極其豐富的百科全書式的世界，信息量大，資訊交流速度快，自由度強，實現了全球資訊共用。

##### 二、加強對外交流

網路創造了一個虛擬的新世界，每一名成員可以超越時空的制約，十分方便地與相識或不相識的人進行聯繫和交流，討論共同感興趣的話題，避免了人們直面交流時的摩擦與傷害，網路給了內向性格的人一個新的交往空間和相對寬鬆、平等的環境。

##### 三、促進青少年個性化發展

網際網路提供了無限多樣的發展機會，青少年可以在網上找到自己發展方向，也可以得到發展的資源和動力。

##### 四、拓展當今青少年受教育的空間

網際網路上的資源可以幫助青少年找到合適的學習材料，有許多學習困難的學生，學電腦和做網頁卻一點也不叫苦。

資料來源：改寫自互聯網上的文章。

### 資料二

#### 互聯網對青少年的負面影響

- 互聯網容易令人沉溺於網絡虛擬世界而不願面對現實生活，有些青少年會因為沉醉於網路活動而荒廢學業。
- 互聯網中的不良資訊和網絡陷阱對青少年的身心健康和安全構成危害和威脅。
- 網上交友會令青少年的人際關係變得疏離。他們把大部分時間花在網上交友上，就會影響了正常的社交生活。
- 終日沉迷上網會引致睡眠不足、精神不振、情緒起伏不定、容易與人發生衝突，甚至會引發精神健康問題。

資料來源：綜合自報刊及互聯網上的文章。

### 資料三

#### 上網有多大魔力呢？

學生可觀看〈全民皆網：迷「網」之味〉短片，了解互聯網如何吸引青少年。

短片來源：<https://www.youtube.com/watch?v=B-ZmLKlaOuo>

主持的談話內容摘要（觀看時段：2:08-3:20）：

「我很喜歡上網，因為上網有時候可以讓我們吸收到即時的資訊，例如一些新聞網站，我可以即時看到世界各地發生的大小事件，讓我增廣見聞，我亦喜歡到聊天室及社交網站，因我也喜歡跟朋友傾談，跟他們分享我愉快或不愉快的事。」

「我跟你們一樣，喜歡到聊天室、討論區等等，亦有去一些網站搜尋資料，這些是必然的，因為做功課時會用到。另外，我沒有你們那麼乖巧，我通常會上網拍賣東西，因為方便，一下訂便很快寄到，方便快捷。」

參考資料：香港青年協會製作短片：〈全民皆網：迷「網」之味〉。

### 資料四

#### 流動上網的好處

- 與別人經常保持聯繫
- 隨時接收最新時事信息
- 即時搜尋資料 提高學習及工作效率
- 搜尋娛樂資訊 吃喝玩樂任你選
- 即時分享開心時刻 加強社交網絡
- 享受互聯網多媒體資源
- 下載應用程式 為手機功能增值

資料來源：〈流動上網服務的好處〉，取自通訊事務管理局網頁

[http://www.mobilenet.gov.hk/tc/guide/adv\\_m\\_ser/index.html#latest\\_news](http://www.mobilenet.gov.hk/tc/guide/adv_m_ser/index.html#latest_news)

**附件二：「互聯網與智能手機」工作紙**

(一)、 參考〈有無手機的生活大差別〉短片的內容，說明智能手機的優點。

<u>優點一</u>	<u>優點二</u>
<u>優點三</u>	<u>優點四</u>

(二)、 參考資料〈網絡的影響〉，說明互聯網的主要功能。

<u>功能一</u>	<u>功能二</u>
<u>功能三</u>	<u>功能四</u>

(三)、 參考資料〈網絡的影響〉，你認為青少年較重視哪三項流動上網服務？

服務一

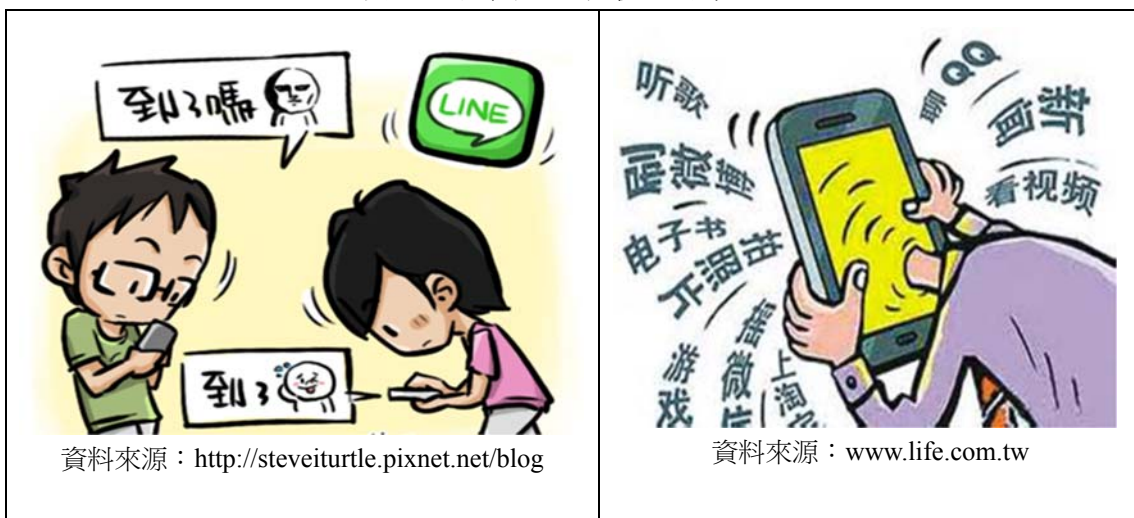
服務二

服務三



附件三：關於「迷『網』低頭族」的圖片、漫畫

漫畫：現代人如何使用手機？



1. 以上漫畫反映現代人如何使用手機？

圖片：在街頭或地鐵站，「低頭族」隨處可見？



2. 試簡單描述「低頭族」的社會現象，並指出導致這社會現象產生的兩個原因。

**附件四：個人使用智能手機上網的習慣****1. 「網絡成癮自我小評估」調查**

以下問卷參考自心理學家 Dr. Kimberly Young 診斷沉溺上網所制定的項目。

• 你是否覺得被網絡所佔據？	是 / 否
• 你覺得需要花更多的時間在網絡上才能獲得滿足？	是 / 否
• 你多次努力去控制或停止使用網際網絡，但總是失敗？	是 / 否
• 當要中止連線時，你是否覺得悶悶不樂、情緒低落、易怒？	是 / 否
• 你上網的時間是否往往比原先預期的要來得更長？	是 / 否
• 為了上網，你甘願冒險得失重要的人際關係、工作或教育機會。	是 / 否
• 你是否曾向家人或朋友說謊，以隱瞞你使用網絡的程度？	是 / 否
• 你上網是為了逃避問題或釋放一些感覺，諸如無助、罪惡或焦慮、沮喪。	是 / 否

**檢查結果（教師參考）：統計自己有多少題目選擇「是」作為答案**

0-3 題	恭喜你，你上網的行為並未有對你構成重大的影響。希望你能夠保持這種行為。
4 題	你可視為網絡成癮的危險群，你有機會因沉迷上網而衍生問題，如工作/學業和時間管理等，亦可能影響你的社交及與家人的關係。
5 題或以上	你的上網行為極可能已經失控，嚴重影響你的工作/學業、身體、情緒、家庭或人際關係等方面的均衡發展。所以，你應該考慮尋找專業人士的意見，協助解決沉迷上網的問題。

資料來源：Young, K.S., (1998). *Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder*, *Cyber Psychology and Behavior*, 1(3), 237-244.

**2. 測試你是「低頭族」嗎？**

如果下列問題一半以上回答是肯定的，那你可能已患上了手機依賴症：

1. 你是否總把手機放在身上，沒帶就感到心煩意亂，無法做其他事情？
2. 當一段時間手機鈴聲不響，你會否感到不安並下意識地查看是否未接電話？
3. 你是否總有“手機響了”的幻覺，甚至常把別人手機鈴聲當做自己的？
4. 接聽電話時，你是否時常覺得耳旁有手機的輻射波環繞？
5. 你是否經常下意識地找手機，不時拿出手機看看？
6. 你是否經常害怕手機自動關機？
7. 你晚上睡覺也開着手機嗎？
8. 當手機經常連不上線、收不到信號，你會否感到焦慮、無力和脾氣暴躁？
9. 最近經常有手腳發麻、心悸、頭暈、冒汗、腸胃功能失調等症狀出現嗎？

資料來源：〈低頭族〉，取自中文百科在線網頁 [http://www.zwbk.org/zh-tw/Lemma\\_Show/289382.aspx](http://www.zwbk.org/zh-tw/Lemma_Show/289382.aspx)

## 附件五：調查研究及數據分析

每組閱讀關於「網癮」和「低頭族」的調查研究各一篇，然後扼要說明調查研究結果，並就香港青少年「手機成癮」和「沉迷上網」問題的嚴重性和發展趨勢進行討論。

### 1. 關於「網癮」的調查研究結果

#### 資料一

香港基督教服務處進行一項名為《青少年使用電腦網絡現象調查》，結果發現，15.9%的受訪者為「上網成癮者」，較於 2005 年所進行的同類型調查高出 10.5%。其中 87.2%「上網成癮者」表示自己在「停止後仍會想著網上的內容」，而 83.5%「上網成癮者」表示「發現自己的上網時間通常比預計的長」、「要花更多時間在網絡上才能滿足網絡使用的需要」有 83.5%，「多次想控制或停止使用網絡，但總是失敗」有 80.3%，「減少或停止上網時，會覺得不安及暴躁」有 79.3% 等。至於「上網成癮者」在「上學日」及「假日」的平均使用電腦時間分別比「非上網成癮者」高出 39.6% 及 37.8%。由此可見沉迷網絡問題的嚴重性。

資料來源：基督教服務處「網開新一面」網絡沉溺輔導中心（2009）〈青少年使用電腦網絡現象調查 網癮需對症下藥才能解〉。

#### 資料二

香港遊樂場協會的調查發現，受訪青少年每週平均上網 15 小時，上網時數最多為 20 至 23 歲組群，每週上網 22.77 小時。若以美國網絡成癮指標作評估，11%受訪者有網癮傾向，11 歲或以下網癮比例達 16%，年齡越小，網癮比例越高。調查發現上網時間越長，成癮機會越大，只要每當青少年不上網則感到忐忑，腦內經常想起上網事情，繼而影響生活及學業，則可判斷為上網成癮。此外，青少年上網多會瀏覽社交網站(82.4%)、瀏覽網頁(73.2%)、使用即時溝通工具(72.6%)或網上遊戲(45.5%)。不少受訪者表示，曾使用互聯網進行不良行為，包括非法下載(50.4%)、網上欺凌(7.9%)等，也有青少年會以互聯網搜查進行不良行為的資訊，例如逃學(8.9%)、參與非法行為如偷竊(6.6%)及濫用毒品(5%)等。

資料來源：〈調查指 19 萬香港青少年染「網癮」每週上網 15 小時〉，《香港商報》，2011 年 5 月 28 日。

### 資料三

循道衛理觀塘社會服務處牛頭角青少年綜合服務中心向 12 至 22 歲學生進行調查研究，結果顯示，61% 受訪青少年暑期消閒活動是上網，59% 共花 20 至 30 小時在網絡；僅有 10% 會閱讀課外書，28% 花 100 元以下購買書籍，25% 看流行小說或散文。社工指，流動上網愈趨方便，青年除上 Facebook 和用 WhatsApp 聯絡外，亦會上網交功課和搜尋資料，但開學後應作調節，建議多參與戶外活動，學習與人相處，亦可鍛練身體，促進身心發展。

資料來源：〈暑期活動 六成青少年上網〉，《晴報》，2013 年 8 月 20 日。

## 2. 關於「低頭族」的調查研究結果

### 資料一

一項關於「市民使用手機的習慣」調查發現，超過半數受訪者每天平均使用智能手機上網兩小時或以上，當中五成四人與家人吃飯時，依然機不離手，出現一家人同枱吃飯，各顧各低頭上網，彼此之間「零溝通」的奇景，更因長時間低頭，導致肩頸和腰部勞損。

結果顯示，有 28% 受訪者願意每天花兩小時上網，不足一成人與家人相處一小時。民建聯議員表示，青年每天長時間上網，不但缺乏與家人溝通，也不利健康。有關調查建議，對沉迷手機的青少年，父母可主動打開話閘子，不要只局限於關心學業成績，可嘗試多了解時下熱門話題和新興玩意，父母與子女才「有計傾」。

資料來源：〈54%「手機低頭族」吃飯時機不離手〉，《頭條日報》，2012 年 5 月 15 日。

### 資料二

香港研究協會進行關於「智能手機使用情況」的調查，結果顯示合共逾兩成受訪者每日花至少五小時使用智能手機，另有逾五成更陷入「無手機恐懼症」。調查亦發現，六成四受訪者稱，通訊聯絡為日常使用智能手機最主要用途，最常使用 WhatsApp 等即時通訊應用程式，逾兩成更日花至少五小時或以上使用智能手機，兩成六更會不厭其煩每小時查看手機至少十次，換言之每六分鐘查看一次。四成九受訪者外遊時會隨時隨地搜尋無線上網服務，四成八習慣如廁時也攜帶電話，更有高達五成三疑患上「無手機恐懼症」、即一旦忘記帶手機外出即感到焦慮不安。

資料來源：〈逾半港人手機離身現恐懼症〉，《太陽報》，2013 年 4 月 11 日。

資料三

Google 訪問 18 至 64 歲的香港人，發現 63% 港人都擁有一部智能手機，96% 每天都會用手機上網，高於日本（94%）、新加坡（93%）、韓國（92%），冠絕亞太區；22% 寧要手機，不要電視。另有 83% 在觀看廣告後，會再搜尋相關資料。

另外，71% 每天會用手機上社交網站；68% 會在 YouTube 觀看短片或與朋友分享。應用程式方面，每名用戶平均下載 39 個 App，包括十個收費 App，僅次韓國。智能手機亦改變人們消費模式。調查指，43% 曾以手機購物，當中 68% 更在過去一個月內購物；62% 每月至少進行一次性流動購物，如訂餐廳、機票等。

資料來源：〈港人手機上網冠亞太 96% 日日用 22% 棄電視〉，《晴報》，2013 年 8 月 22 日。

### 3. 小組討論工作紙

扼要說明調查研究結果，然後分析香港青少年「手機成癮」和「沉迷上網」問題的嚴重性和發展趨勢。

#### （一）、關於「網癮」調查研究

負責機構：\_\_\_\_\_ 研究對象：\_\_\_\_\_

調查研究結果摘要

---

---

---

---

---

---

---

---

(二)、關於「低頭族」調查研究

負責機構：\_\_\_\_\_ 研究對象：\_\_\_\_\_

調查研究結果摘要

---

---

---

---

(三)、現時香港青少年『手機成癮』和『沉迷上網』問題是否嚴重？這問題的發展趨勢如何？

---

---

---

---

---

---

## 附件六：個案分析

閱讀個案，然後分析青少年「手機成癮」和「沉迷上網」的原因，並完成概念圖。這些「迷『網』低頭族」個案是否警號？

### 個案一：

2012 年，一名就讀中四的少年沉迷上網，最後輟學，每天上網十五小時，其家長梁太曾經強行關機，結果演變成母子推撞。最後梁太決定學習上網，親子溝通、關係終有改善。

### 個案二：

2013 年，曾有一名 15 歲少年，因沉迷上網被母親沒收手機，情緒激動，涉嫌揮拳毆打母親，結果母親要報警送院。

### 個案三：

2014 年 5 月一名 12 歲男童連續玩手機遊戲 3 小時後卻輸掉，聲稱要跳樓，家人報警求助。

### 個案四：

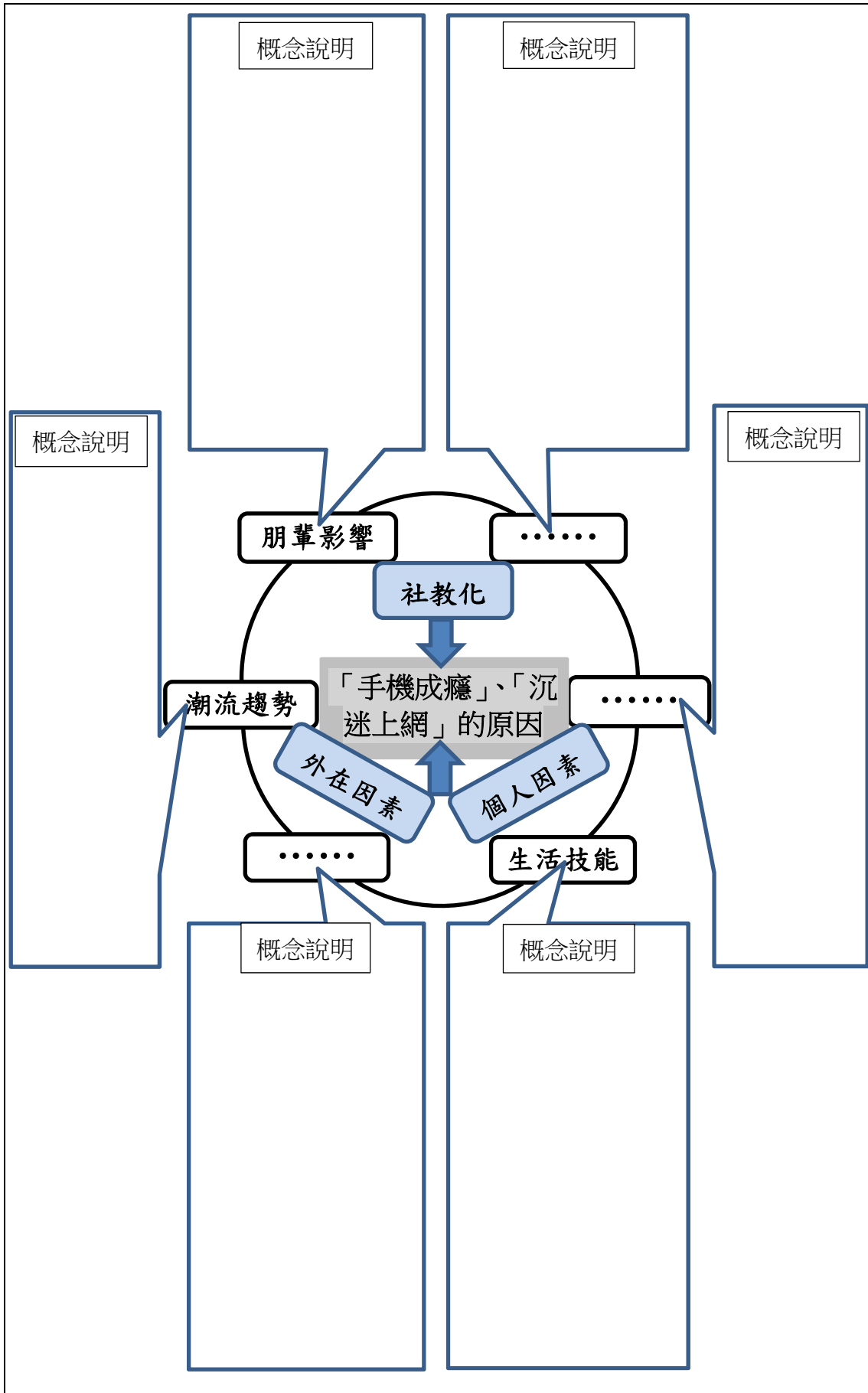
2014 年初，一個 7 至 8 歲男童求診，考試後獲准玩 iPad，由早玩到深夜致「眼瞓」，起初以為是眼睛疲勞，惟翌日情況持續，即日驗眼發現近視由百多度，加深至 400 多度，確診「假近視」。此時患者需停用電子產品、多睡眠讓眼部肌肉放鬆，以及滴眼藥水。

### 個案五：

2014 年，一名家長曾太稱，幼女兩歲時「一嘈就畀部機（NDS）佢玩」，自始沉迷手提遊戲機，一玩便兩三個小時，5 歲便確診患 250 度近視。其後，NDS 被沒收，曾太之後不敢讓孩子太常接觸 iPad 及 iPhone，除了設置密碼外，又與他們約法三章，做完功課後可獲 10 分鐘玩 iPad 的「獎賞」時間。

### 個案六：

一位家長廖女士親述她的過往經歷，「兒子於升小五暑假時開始經常打機，開學後開始欠交功課，我們(家長)當時十分憤怒，認為網絡便是問題根源，於是狠狠的把兒子的手機和電腦摔壞，怎料兒子的情況卻變本加厲，不單不做功課，更開始不上學。其後，經學校介紹專門處理青少年沉迷上網的「網開新一面計畫」，透過社工輔導，我們開始了解兒子遇到的問題 (如：在學校失去自信，難以尋找成功感等)，經過學校的協調和父母的支持，兒子終能於下學年重踏校園。」





**附件七：課後習作—資料回應題**

細閱以下資料：

香港青年協會於 2013 年 8 月至 9 月進行了有關青少年使用手機習慣的調查，以下是該調查結果：

受訪青少年最常使用手機的時間	
就寢前	71.3%
吃飯時	49.9%
如廁時	42.8%

受訪青少年最常使用手機的功能	
即時通訊	75.8%
社交網站	42.2%
遊戲	41.1%

調查亦顯示 67%受訪青年習慣 24 小時開啟智能手機，29.1%認為手機的型號最能代表自己；受訪者平均每人每日收發 221 個訊息，當中以在學青年最多，平均收發 241 個訊息，在職青年則平均 162 個。

青協青年研究中心主任說，智能手機已逐漸取代桌上電腦，青年慣性隨時隨地上網及使用即時通訊，在學青年收發訊息較多。亦有社工指出，青少年沉溺網絡，大多因為他們在網絡世界，找到現實中沒有的滿足感，建議他們適當使用資訊科技的便利，避免過度依賴手機通訊，忽視人與人的面對面溝通和交流，影響社交。

資料來源：香港青年協會（2013）〈青年使用智能手機情況〉報告摘要。

- (a) 根據資料，描述青少年使用智能手機的習慣。
- (b) 參考資料及就你所知，闡釋導致青少年「手機成癮」的因素。

## 設題原意

### 評估重點

題目資料來自香港青年協會於 2013 年進行的〈青年使用智能手機情況〉調查。學生需要描述青少年使用智能手機的習慣，然後分析導致「智能手機成癮」的因素。此外，期望學生應用相關的概念和知識，如「自我發展」、「生活技能」、「人際關係」、「潮流趨勢」、「社教化」、「人際溝通與衝突」、「從眾與朋輩壓力」等。而在探究能力及技巧評估重點方面，包括評估學生詮釋資料、因素分析及提出建議等方面的能力。

### 預期學生表現

- 知識
  - 就(a)題而言，學生應根據資料清晰地說明青少年使用智能手機的習慣，例如：分別有大約七成受訪青少年時常就在寢前使用智能手機（71.3%）和習慣 24 小時開啟智能手機（67%），顯示青少年對智能手機依賴的情況，反映他們「手機成癮」的問題。此外，約五成受訪青少年喜歡吃飯時使用智能手機（49.9%）和七成半以上受訪者時常使用智能手機的即時通訊功能（75.8%），反映青少年與人溝通的方式比較冷漠、欠缺親切感，這可能影響他們的人際關係。
  - 就(b)題而言，學生應從不同角度分析導致青少年「手機成癮」的因素，例如：使用智能手機是全球趨勢，若然不使用會害怕被朋輩排斥；上網方便和免費的社交媒體令青少年慣性使用智能手機；被智能手機的遊戲應用程式吸引；擁有昂貴的智能手機可以作為身份象徵等。期望學生能運用相關概念，如「潮流趨勢」、「自我發展」、「生活技能」、「從眾與朋輩壓力」等。
- 能力
  - 恰當地回應題目及將事實資料轉化為高層次的知識和概念。
  - 清晰地描述青少年使用智能手機的習慣。
  - 從多角度分析導致青少年「手機成癮」的因素。

## 附件八：視頻片段及時事分析

### 1. 教師可因應校情選擇播放一至三段關於「手機成癮」、「網癮」的短片：

- (a) 〈杏林在線：上網成癮〉  
now 新聞台，2013 年 12 月 8 日。(片長：8 分鐘)  
[https://www.youtube.com/watch?v=mWzOVIhg-\\_8](https://www.youtube.com/watch?v=mWzOVIhg-_8)
- (b) 〈時事多面睇：手機成癮〉  
無線電視，2013 年 5 月 21 日。(片長：9 分 42 秒)  
<https://www.youtube.com/watch?v=fl2u7u-xM2w>
- (c) 〈調查：打機上網成親子衝突源頭〉  
東方電視新聞台，2012 年 7 月 8 日。(片長：1 分 58 秒)  
<https://www.youtube.com/watch?v=8jJx34kcTIw>
- (d) 〈東張西望：手機低頭族〉  
無線電視，2012 年 5 月 21 日。(觀看時段：6:10 - 7:03)  
<https://www.youtube.com/watch?v=U9JKO5-Sxkk>
- (e) 〈成癮行為診症室之沉迷上網〉  
香港青年協會，2012 年 11 月 5 日。(片長：2 分 44 秒)  
<https://www.youtube.com/watch?v=-AIHnX0tD64>
- (f) 〈全民皆網：迷「網」之味〉  
香港青年協會 u21，2010 年 5 月 10 日。(片長：2 分 20 秒)  
<https://www.youtube.com/watch?v=KuJFSxzNFGw>

## 2. 每組閱讀一篇關於「迷網低頭族」的剪報

(a)

廣州的中山大學及澳洲的聖母大學一項聯合研究發現，嚴重上網成癮（對上網不能自拔或無時無刻要上網）的青少年比上網習慣正常的受訪者高兩倍半機會出現抑鬱症等情緒病。專家表示，過往研究只集中關注男生上網成癮，其實不少女生沉迷玩電腦及上網。

調查發現有網癮的青少年，並非透過上網學習或求取資訊，而是上網娛樂，將大部分時間放於電腦上，令社交生活及技巧大受影響。專家建議學校應做好把關工作，為上網成癮的青少年進行評估，了解他們的精神狀況，若發現有異常行為，應及早採取干預措施，避免病情惡化。

資料來源：〈青少年上網成癮致抑鬱〉，《東方日報》，2010年8月4日。

(b)

近年網絡遊戲盛行，多以免費開放作招徠，吸引不少年輕人甚至上班族沉迷，但虛擬道具需付費購買，有人月擲10萬購買的同時、有玩家豪花25萬元買道具卻因營運商關閉追討無門、更有少女以援交賺錢來購買虛擬寶物；而一般沉迷遊戲的學生，亦曾偷取家人金錢或變賣家中物品，用作購買虛擬寶物。沉溺情況除導致金錢損失外，亦會影響生活及社交。有精神科醫生指出，長期上網打機及大灑金錢購買虛擬道具，均是網絡成癮的徵兆，嚴重者會難以控制上網時間，跟病態賭徒無法控制賭博慾望沒有分別。

資料來源：〈網絡遊戲成癮 擲25萬買道具〉，《經濟日報》，2013年1月16日。

(c)

電子產品日新月異，同時亦令「四眼一族」激增，以往千多度近視已夠驚訝，時至今日竟有廿歲青年的近視直逼二千度，而老花患者亦有年輕化趨勢。醫院視力矯正中心主管指，經常使用手機會令眼乾及感到疲倦，由於過於集中用神觀看屏幕，令眼球晶體厚化，導致近視加深。此外，香港執業眼科視光師協會會長指，近年老花患者亦趨年輕化，由以往四十歲，下降至現時三十五歲，「十一、二歲的小朋友都有成千度近視，二十歲都未夠就有二千度，不要以為二十多歲就不會再加深近視，看手機、電腦太多一樣會令近視加深。」

資料來源：〈常用手機 廿歲二千度近視〉，《東方日報》，2014年5月6日。

(d)

有物理治療師表示，低頭族有機會出現「網球肘」、「媽媽手」等五大手部問題，曾有 15 歲少年因打機患「媽媽手」，導致要停學！如果拿手機時手腕經常屈曲，有機會出現「滑鼠手」，是由於手腕的正中神經受壓，出現「腕管綜合症」。經常打機就有機會出現「媽媽手」及「板機指」，前者是重複使用手腕或大拇指，例如經常用拇指按手機，令手腕靠近大拇指一側肌腱發炎；後者是手指連接手掌處的肌腱發炎，經常用手指按或掙手機都有機會出現，患者可能無法自行伸直手指。

資料來源：〈狂打手機致「媽媽手」 15 歲仔要停學〉，《晴報》，2015 年 6 月 29 日。

### 3. 小組討論題目

參考關於「迷『網』低頭族」的剪報及視頻片段，然後進行討論：

- (一)、扼要說明「手機成癮」和「沉迷上網」問題如何影響青少年的自我發展、人際關係和健康狀況。

自我發展	人際關係	健康狀況

(二)、年青「迷『網』低頭族」的自我發展、人際關係和健康狀況如何影響他們的成年階段？

---

---

---

---

---

---

---

---

(三)、 「青少年使用智能手機上網是弊多於利。」你是否同意這看法？

---

---

---

---

---

---

---

---

**附件九：課前資料蒐集、調查研究及時事分析**

1. 在政府及相關機構的網頁/參考書籍/調查研究中，蒐集一份關於解決青少年「手機成癮」和「沉迷上網」問題的資料

學生可參考以下例子：

不同持份者	相關資料（例子）
家長	<b>調查研究：</b> 青少年意見調查系列〈父母如何管教子女使用互聯網〉報告摘要，2010年6月13日。
香港政府	<b>剪報：</b> 〈政府忠告：小心手機 別讓孩子做「低頭族」〉，《經濟日報》，2013年8月1日。
青少年工作者、學校 （例如：香港青年協會）	<b>剪報：</b> 〈每10秒看手機 影響社交〉，《蘋果日報》，2014年2月24日。
醫學界組織 （例如：香港物理治療學會）	<b>剪報：</b> 〈調查顯示學童變「低頭族」影響發育〉，《大公報》，2013年9月2日。
業界人士、學者 （例如：香港電腦學會）	<b>剪報：</b> 〈智能手機普及 港「低頭族」增多〉，《香港新聞網》，2013年6月3日。
外國經驗 （例如：台灣、韓國）	<b>剪報：</b> 〈如何防治青少年網癮〉，《文匯報》，2011年5月29日。

2. 小組討論工作紙

每組只須分析一類持份者對青少年「手機成癮」和「沉迷上網」問題的看法，亦須將其他組別的匯報內容摘要紀錄在工作紙：

不同持份者	意見及回應	價值取向	提出的解決方法



## 附件十：時事分析及評鑑成效

每組閱讀一篇關於支援「低頭族」的剪報，以及一項政府或福利服務機構所提供的網癮輔導服務及支援措施，然後評鑑這些輔導服務及支援措施的成效。

### 1. 關於支援「低頭族」的剪報

(a)

香港眼科醫學院院長表示，兒童長時間使用電子產品易令眼睛疲勞，出現「假近視」。香港精神科醫學院兒童及青少年科代表稱，兒童過早依賴電子產品會容易成癮不知節制，情緒受到左右，一旦禁玩會暴躁、發脾氣。因此，眼科及精神科醫生認為需正視兒童用電子產品過度現象，建議兩歲以下幼兒不應接觸電子產品，6歲以下每日玩少於30分鐘。

衛生署去年底首次成立小組，研究手機、遊戲機等電子產品對兒童及青少年造成的健康影響，並將制訂建議予家長及教師。據悉，小組已召開了兩次會議，預計2014年中發表指引。該小組成員包括香港醫學專科學院代表、非政府組織、學者、教育局及社會福利署代表。

資料來源：〈低頭族童招假近視 衛署研指引 玩電子產品成癮 8歲童打機一夜增300度〉，《明報》，2014年3月31日。

(b)

賽馬會麗城綜合青少年服務中心進行關於青少年使用智能手機情況的調查。調查發現，四成三受訪者使用手機後人際關係變得生疏，另74%人坦言當朋友使用手機時，自己也不自覺取出手機使用；但若果朋友於聚會時不斷使用智能手機，68%受訪者曾因此感覺受忽略或不被尊重。

為鼓勵大眾珍惜與親友相聚的機會，青少年服務中心與食肆合作推動「好面膳行動」(FACE MEAL Campaign)，希望食客放下手機，實行面對面用膳兼「邊食邊傾」。「好面膳行動」計劃統籌者建議，青少年及市民應要「拎得起，放得底」智能手機，不讓自己成為機器的奴隸。在「好面膳行動啟動禮」，著名漫畫家為活動繪畫宣傳品，同時獲得多個飲食集團支持活動，十多位「好面膳大使」前往區內食肆，親身向市民推廣用膳不用機的訊息。

資料來源：〈「好面膳」大使盼食客不當「手機奴」〉，《文匯報》，2014年3月17日。

(c)

「低頭族」湧現香港，連小朋友都在手機及電子屏幕產品盛行下加入「族群」。有團體引述衛生署較早時發表的報告，指中小學生時常曾因上網及使用電子屏幕產品，從而放棄戶外活動。為讓小朋友「抬頭」，團體在西九海濱長廊舉行首次集合不同國籍的「共融馬拉松」親子跑步比賽，鼓勵小朋友參與戶外活動鍛煉。

這次共融親子馬拉松有逾 200 組多國籍家庭參賽，包括香港、美國、巴基斯坦、印度及菲律賓等。比賽分為一千米個人賽，三千米接力賽及一千米「親子賽」，希望藉以促進親子運動習慣。活動並設攤位遊戲予小朋友參與。

資料來源：〈「共融馬拉松」鼓勵親子運動〉，《東方日報》，2014 年 11 月 10 日。

## 2. 政府及福利服務機構所提供的網癮輔導服務及支援措施

### ➤ 「解開迷網，網迷開解」網頁

[http://ycs.caritas.org.hk/online\\_web/index.html](http://ycs.caritas.org.hk/online_web/index.html)

香港明愛青少年及社區服務「關注青少年沉迷上網工作小組」的網頁，目的是幫助家長了解現時青少年的上網情況，增加這方面的知識以及為一些正因子女沉迷上網而感到困擾的家長提供一點意見。

### ➤ 「做個智 Net 的」互聯網教育活動

[http://www.be-netwise.hk/about\\_us.php](http://www.be-netwise.hk/about_us.php)

由香港青年協會負責中央統籌；針對網上潛在的各種風險，舉辦「互聯網教育活動」，目的為教育青少年及市民善用互聯網，並提供 500 個就業機會。

### ➤ 網上行為資源網站 — 「Ken Sir 同你傾」

<http://cybersafety.hk/index.php>

由香港青年協會提供的資訊，分析網絡罪行的成因，並提供過濾軟件及家長錦囊，希望透過讓家長掌握互聯網的發展，提高他們對互聯網運用的能力，協助他們幫助子女在互聯網世界中愉快學習和健康成長。

### ➤ 青年全健中心

<http://ywc.hkfyg.org.hk/page.aspx?corpname=ywc&i=2989>

香港青年協會「青年全健中心」於 2011 年成立，關顧青少年面對成長中的不良誘惑，尤其著重支援青少年上網成癮的危機，並關心他們在身、心、社、靈四方面的均衡成長發展，鼓勵青少年建立具意義及自控感的生活。

- **不再迷「網」**  
<http://cyberaddiction.tungwahcsd.org/>  
 由東華三院資助的預防青少年上網成癮服務計劃，內有預防網絡成癮及網絡安全小貼士和家長錦囊，讓家長和同學學習以正確的態度使用互聯網服務。
  
- **「網開新一面」網絡沉溺輔導中心**  
<http://hkcs.org/gcb/icys/prog/online/stop.html>  
 香港基督教服務處青少年綜合服務推行「網開新一面」計畫，目標是協助沉迷網絡及網絡成癮之青少年重拾自制能力，健康使用網絡，並向社會各界推廣健康使用網絡之訊息和持續進行有關網絡成癮之研究。

資料來源：綜合自關於網癮輔導服務及支援措施的網上資料。

### 3. 小組討論工作紙

將針對「手機成癮」和「網癮」的支援措施和輔導服務填寫在表格內，並評鑑其成效：每組只須完成一項支援措施/輔導服務的分析，亦須將其他組別的匯報內容摘要紀錄在工作紙。

支援措施/ 輔導服務	相關機構	支援對象	措施/ 服務特色	措施/ 服務的成效

支援措施/ 輔導服務	相關機構	支援對象	措施/ 服務特色	措施/ 服務的成效

### 附件十一：課後習作—延伸回應題

細閱以下資料：

一項於 2012 年底以香港「90 後」為對象的調查顯示，約八成受訪者認為 Facebook 等社交網絡，以及 WhatsApp 等手機通訊程式，是日常聯絡最重要的渠道；甚至有受訪者表示「不可以上網就會死」！

至於接觸資訊方面，接近 9 成（87%）受訪者表示網絡平台對他們「重要 / 非常重要」，其次是 Facebook（76%）和電視（59%），報紙和電台的重要性則相對較低。

在針對子女沉迷上網的問題上，有家長表示禁止上網是有效的方法。

資料來源：

1. 〈90 後調查上網最重要 75%人對中國人身份自豪〉，《大公報》，2013 年 1 月 25 日。
  2. 〈90 後愛激進反融合〉，《蘋果日報》，2013 年 1 月 25 日。
- (a) 青少年沉迷於「手機上網」如何影響其人際溝通及資訊掌握的程度？參考資料及就你所知，解釋你的答案。
- (b) 「家長採用禁制上網的管教方式能解決子女的『網癮』問題。」你在多大程度上同意這觀點？參考資料及就你所知，解釋你的答案。

## 設題原意

### 評估重點

題目資料關於時下青少年使用手機及網絡資訊的情況，其來源綜合自兩篇新聞報道。學生在回答所附的兩條問題時，需要應用「青少年期」、「自我發展」、「生活技能」、「社教化」、「人際關係」、「潮流趨勢」、「傳媒」、「人際溝通與衝突」、「從眾與朋輩壓力」等概念及知識來回應問題。而在探究能力及技巧評估重點方面，包括評估學生提取及詮釋資料、影響分析、立場判斷及提出理據支持等方面的能力。

### 預期學生表現

#### ● 知識

- 就(a)題而言，學生需要按香港青少年沉迷於「手機上網」的現況，闡釋這現象對青少年的人際溝通及資訊掌握程度帶來正面與負面影響；例如：

就人際關係而言，學生需要指出青少年熱衷於利用手機或網絡通訊程式與朋友溝通，而且很重視即時互動及無間斷地和朋友緊密聯繫。學生可以說明這種現象有助保持朋友之間的關係，也方便結交更多朋友，擴闊人際交往網絡；然而過於依賴虛擬網絡世界與人溝通，或會忽略真實的人際接觸互動，削弱實際社交能力。

就掌握資訊而言，學生需要指出青少年集中從網絡媒體獲取資訊，對於文字媒體則甚少接觸。學生可以說明這種現象有助他們快速了解資訊及跟進事態發展；然而由於網絡資訊的編輯嚴謹程度及準確度，普遍而言較文字媒體為低，當中更混雜了匿名資訊及經過多人轉發，較難追尋訊息來源及查證真偽。故此如過於依賴網絡來接收資訊，未必可以準確及全面地掌握。

- 就(b)題而言，學生應根據青少年「網癮」問題，就所提供的資料和他們的已有知識，論證家長採用禁制上網的管教方式是否能夠解決子女的「網癮」問題。學生須清楚有理地解釋他們的立場，並就正反兩方面，提供全面及合乎邏輯的論證，例如：

同意的論點：青少年的自制能力較弱，需要家長指導才能約制其網絡行為；禁止青少年上網能斷絕其接觸網絡世界，能避免受網絡世界的引誘；

家長事前與青少年解釋禁止上網的原因，然後才執行，可減少日後因沉迷上網而產生的衝突。

不同意論點：青少年處於反叛時期，強制禁止上網會令矛盾惡化，青少年會更投入於網絡世界之中，以渲洩不滿情緒；家長強制禁止子女上網只會增加衝突，影響親子關係；青少年可有其他上網的途徑，家長未能完全禁止其上網行為，成效不大。

- 能力

- 恰當地回應題目及展示清晰的個人立場。
- 將文字資料轉化為高層次的知識和概念。
- 分析青少年沉迷於「手機上網」對其人際溝通及資訊掌握程度帶來的影響。
- 討論家長採用禁制上網的管教方式是否能夠解決子女的「網癮」問題，並提出理據支持。

## 附件十二：學生課後閱讀資料

### 資料一

有調查發現，逾九成受訪者每日用電子產品，其中九成二稱長時間使用電子產品後感眼睛疲倦；七成二看影像時會眼矇；但僅一成四人向專業人士求助。視光師警告電子產品發出高能量藍光傷眼，有年僅二十五歲青年每日八小時均對着電腦工作，下班後每晚煲劇七小時，導致眼痛、角膜受損，提醒市民避免長時間看電腦或手機屏幕。

另有一名五十二歲男病人同樣因長時間用電腦工作，左眼患黃斑病變，黃斑位置出血及有水泡，須轉介眼科醫生治療，相信因為眼睛接觸過多藍光所致。此外，六十歲的周女士是典型的韓劇迷，過去十年，除了每日上班時用電腦外，亦會使用電腦及手機等煲劇和打機，最瘋狂時期每日煲劇十六小時，至兩年前出現飛蚊症和視網膜退化，須接受激光手術修補視網膜，自此不敢再長時間睇劇，亦多吃護眼食品。

視光師解釋，屏幕發出的藍光可以輕易穿透眼睛，直達視網膜中央的黃斑部，增加患黃斑病變的風險。該病多在六十歲後才會出現，近年卻有年輕化的趨勢，在先進國家更成頭號致盲疾病，相信與電子產品普及不無關係。註冊營養師建議，市民可以多吃含玉米黃素和葉黃素的食物，用以保護黃斑。

資料來源：〈晚晚煲劇七粒鐘青年險盲〉，《太陽報》，2014年6月4日。

### 資料二

學生玩手機愈見沉迷，在科技強國南韓更加不在話下。以 App 封鎖 App，或許可反映南韓政府決心要對付愈趨嚴重的青少年手機上癮問題。有調查指南韓 10 至 19 歲的年青人，18.4%每日玩手機至少 7 小時，按年上升 7%。

當地學校勸喻學生把手機鎖在儲物櫃內或放書包內，但學生並未聽得入耳。有報道指當地學生上堂玩手機的情況普遍，在小息期間，學校樓梯走廊鴉雀無聲，因為學生都留在教室低頭玩手機，若老師沒收手機，則惹起學生強烈反抗。

既然拿不走學生手上的手機，便轉而以 App 封鎖學生手機功能。據報道指，教師及學生的手機上安裝「iSmartKeeper」後，教師的手機便可遙控封鎖學生的手機，配以 GPS 設置，當學生踏入校園範圍內便會生效。至於被封鎖的手機功能多少、封鎖時間長短，也可由校方設定。若學生想刪除「iSmartKeeper」，老師會收到警報。



當地傳媒報道指，「iSmartKeeper」使用前已徵得家長同意。有家長不單只支持校方使用，也在自己手機安裝，以控制子女在家玩手機的時間。雖然校方及家長支持，但卻也有聲音指踩界及校方管得太多，有中學生已指會開發逆向對付封鎖的 App，以捍衛使用手機權利，看來或會演變為一場校園手機攻防戰。

本港的手機成癮問題早已浮面，有調查指，約 60% 中學生在假日每天超過 4 小時用智能手機，40% 人每隔約 10 分鐘便要查看手機，青少年對手機拿得起、放不低，可能不少家長看在眼內，也感到無計可施。

南韓政府千方百計對付手機成癮問題，遲早輪到香港？手機已成為生活社交一部分，無論是校方或父母，要監控青少年玩手機，談何容易？即使有 App 封鎖他們的手機，相信很快會被破解，管不了還不如及早教導子女學習自控更實際。

資料來源：〈韓校園以 App 鎖 App 封殺學生玩手機〉，《香港經濟日報》，2014 年 3 月 24 日。

### 資料三

香港青年協會的調查顯示，53.9% 受訪家長從沒有想過由自己擔當家中電腦管理員的角色，49.8% 表示沒有和子女訂立使用互聯網的家庭守則。34.2% 家長更未想過主動學習和認識有關互聯網發展；當中以教育程度較低者為甚。此外，70.8% 青少年亦表示，父母沒有訂立使用互聯網家庭守則。調查發現，47.4% 青少年表示，他們在正確及安全上網方面的知識，主要是來自老師，所佔百分比最多；其次是朋輩，29.0%。只有 17.7% 受訪青年表示這方面知識來自父母的教導。

此外，一旦子女在使用互聯網方面遇到問題，66.1% 家長透露自己會先和子女傾談，12.8% 會找親戚或子女的朋友協助，12.4% 則會限制子女上網。然而，若以 0 - 10 分計（10 為最高分），合共 40.0% 家長自評對教導子女正確和安全上網的信心在 5 分或以下。另分別有 56.9% 家長及 53.6% 青少年承認，遇到問題時不知道從何途徑尋求協助。

香港青年協會表示，是次調查結果發現，家長及青少年對網絡危機的關注點各有不同，家長主要關注子女在網絡世界的交友狀況，而青年則多關注病毒軟件及個人資料等問題。同時，部份家長缺乏主動認識互聯網的相關知識，因此建議加強家庭的互聯網教育工作。調查也反映過半受訪家長及青少年均表示不知道從何途徑尋求協助，本港在推廣互聯網教育服務方面應持續深化。

資料來源：香港青年協會（2009）青少年意見調查系列〈正確及安全使用互聯網 — 家長及青少年的意見〉報告摘要。

#### 資料四

##### 使用電子產品建議

1. 兩歲以下不應接觸屏幕產品，六歲以下則每日少於 30 分鐘，中學生每隔 45 分鐘要暫停休息。
2. 中途休息時多做伸展運動，眺望 20 呎外遠景。
3. 用袋子等物品墊在大腿上承托及托高電子產品，減少肩頸受壓。
4. 避免在漆黑環境用電子產品，以免眼睛疲勞。
5. 每周至少一天去戶外活動如郊遊。
6. 家長以身作則，在子女面前減少用電子產品。
7. 為平板電腦及手機設密碼，避免幼童太容易接觸。

資料來源：綜合家長、醫生及物理治療師的意見。

#### 其他延伸閱讀資料

- 香港青年協會（2009）青少年意見調查系列〈青少年上網出了甚麼問題？〉報告摘要。
- 青年事務委員會（2010）〈資訊科技對年青人的影響研究〉報告摘要。
- 香港青年協會（2013）青少年意見調查系列〈青年使用智能手機情況〉報告摘要。
- 突破機構（2014）〈香港青少年媒體使用情況 2013〉研究摘要。
- 梁國香等編（2009）〈衝出「迷網」〉，《青少年問題解碼》，香港：三聯書店(香港)有限公司。

-- 各份附件完 --

高中通識教育科  
「個人成長與人際關係」單元  
學與教參考示例（2）

# 青少年期的親朋關係

甲. 示例的基本資料

教學課題	青少年期的親朋關係
相關的單元、主題、探討問題	<p><b>主線</b> 單元一：個人成長與人際關係</p> <p>主題 1：自我了解</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 青少年的自尊受甚麼因素影響？它與青少年的行為和對未來的期望如何相關？</li> <li>● 為甚麼青少年被賦予某些權利和責任？</li> </ul> <p>主題 2：人際關係</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 香港青少年常處身於哪些重要的人際關係？這些關係有甚麼獨特和共同的特徵？</li> <li>● 在不同的關係中，青少年如何建立身份和理解角色？</li> <li>● 為甚麼青少年與家人、師長、朋輩和約會對象的關係會有轉變？</li> <li>● 香港青少年怎樣反省人際間的衝突和與人建立關係？</li> <li>● 通訊科技如何影響青少年與他人的關係？</li> </ul>
整體構思要旨	<p>隨著青少年邁向成年階段，他們開始追求獨立自主和渴望建立個人身份角色，令親朋關係產生變化。這份學與教參考示例，旨在讓學生了解他們邁向成年階段時與父母及朋輩的關係及溝通的情況，以及影響青少年的親朋關係的因素。學生在研習過程中，從提供的資料及提示，學生可思考如何與父母及朋輩建立良好關係或協調衝突。</p> <p>學生首先探討親子關係，了解個人與父母的關係及香港親子關係的狀況，並透過個案了解青少年與父母發生衝突的原因，以及親子之間如何建立良好關係，進而反思自己如何與父母建立良好關係。學生然後探討朋輩關係，透過故事及個案了解朋輩相處的正面例子及衝突（包括網絡欺凌行為），分析出現這種關係狀況的因素，並思考如何防止網絡欺凌行為的發生。</p>
所需教節	四教節（每節 40 分鐘），共 160 分鐘。
教學目標	<p>知識：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 了解青少年期的人際關係。</li> <li>● 了解青少年如何與父母建立關係及化解矛盾。</li> <li>● 了解朋輩對青少年的正面作用及負面影響，以及如何防止朋輩之間出現的欺凌行為。</li> </ul>
	<p>技能：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 研習當代議題時能應用相關的知識和概念。</li> <li>● 詮釋及處理視頻、數據及文字資料。</li> <li>● 展示恰當的立場判斷，並提供理據支持。</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 於活動中發揮協作及溝通技巧、傳意及表達能力、創造力。</li> </ul> <p>價值觀及態度：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 尊重父母及朋輩。</li> <li>● 了解親子及朋輩之間的互相依賴關係，嘗試處理與父母衝突，並與親朋建立良好關係。</li> <li>● 反思自己在與父母及朋輩的關係中應負的責任。</li> </ul>
<p><b>需要應用的基本概念</b></p>	<p>人際關係、青少年期、人際溝通與衝突、自我發展、自尊、社教化、生活技能、從眾與朋輩影響、自我概念</p>
<p><b>初中的相關學習經歷</b></p>	<p>學生已於初中修讀個人、社會及人文教育學習領域各門學科，估計已經對影響人際關係的因素；個人在家庭及其他社群中的角色、權利及義務；友儕群體及它的影響；從眾與獨立；在日常生活中化解衝突的簡單技巧；增進人際關係和社交技巧；尊重與自己有不同價值觀和生活方式的人有概括認識。如教師認為學生對這些內容認識不足，建議在使用本示例前先向學生簡略介紹。</p>

乙. 課堂學與教設計

教節	課堂學與教策略及流程安排
1-2	<p><b>引入課題、視頻片段分析（約 5 分鐘）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 派發課堂活動工作紙（附件一），讓學生觀看短片〈負母〉<sup>1</sup>，並留意當中的歌詞，找出<u>青少年期</u>的親朋關係。教師可向學生提出以下問題： <ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 片段中涉及青少年常處身於哪兩種人際關係？</li> <li>➢ 承上題，青少年處身於這兩種人際關係時，關係的緊密程度相同嗎？試舉例並加以說明。</li> </ul> </li> <li>● 學生表達意見後，教師指出在<u>人際關係</u>中，親子關係及朋輩關係是兩種重要的關係。教師可闡釋青少年進入<u>青少年期</u>時，<u>自我發展</u>和心理變化影響了他們的群性發展，以致他們的親子關係和朋輩關係出現轉變--他們開始追求獨立自主和渴望建立個人的身份<u>角色</u>，減少依賴父母，卻期望發展緊密的朋輩關係。教師隨後可交代這兩課節的主題（即如何與父母建立關係）和教學目標。</li> </ul>
	<p><b>資料分析（約 20 分鐘）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 派發附件二甲部，讓學生完成甲部第 1 至 3 題，反思目前他們與父母的關係。</li> <li>● 派發附件二乙部，讓他們把自己與父母的關係和調查的相關數據作出比較，以找出當中的啟示。</li> <li>● 小結：由於青少年追求獨立自主，減少依賴父母，<u>人際溝通與衝突</u>難以避免。青少年與父母在交往時會有意見上的分歧，而當中的分歧可能是由價值觀差距等因素構成。藉著反思個人與父母的關係及了解香港親子關係的狀況，學生可可由父母的視角理解，從而考量父母的意見，這有助他們的<u>自我發展</u>。</li> </ul>
	<p><b>觀看及分析視頻片段、學生討論及匯報、教師總結（約 30 分鐘）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 派發附件三，播放視頻片段〈我城故事：親子衝突〉<sup>2</sup>，並讓學生分組討論。完成討論後，教師可按課堂時間及需要，決定匯報組別的數目。</li> <li>● 小結：青少年雖然在<u>青少年期</u>減少依賴父母，但應以積極及正面的態度與父母維持或建立關係。片段提供了一些個案，讓學生了解青少年與父母建立良好關係及化解衝突的方法。片段中所反映的親子關係，有的融洽，有的經常出現衝突。透過片段中受訪人士的論述，學生能了解親子之間發生衝突的原因。教師可進一步讓學生思考片段中親子之間出現衝突和保持良好關係與父母管教模式的關係<sup>3</sup>，並</li> </ul>

<sup>1</sup> 〈負母〉，取自 <https://www.youtube.com/watch?v=TL9Wgp8n-34> (04:04-05:30)

<sup>2</sup> 〈我城故事：親子衝突〉，取自 <https://www.youtube.com/watch?v=sNG-qh4C8RA> (00:19-08:20)

<sup>3</sup> 教師可按相關資料，概略地指出 Janet 的媽媽在與 Janet 的關係惡劣時，媽媽的管教方式傾向屬專制型；反之，Koko 的媽媽的管教方式傾向恩威型。而這兩種不同的管教方式對主角都有不同

教節	課堂學與教策略及流程安排
	<p>指出處理親子關係的方法也會對青少年的<u>自尊</u>構成不同程度的影響<sup>4</sup>。教師可指出<u>人際關係</u>的建立是漸進和具階段性的。</p> <p><b>小組討論及匯報（約 20 分鐘）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 派發附件四，讓學生分組討論。完成討論後，教師可按實際課堂時間及需要，選擇匯報組別的數目。</li> <li>● 小結：工作紙列出與父母建立關係的行為，而這些行為的適切程度因人而異。青少年學習各種<u>生活技能</u>，例如掌握如何處理衝突及管理情緒，有助發展人際關係；另外，若能學會訂立目標及管理時間，則不但令自己更加成長，掌控人生，更能釋除父母的憂慮。</li> </ul> <p><b>教師總結及安排課後習作（約 5 分鐘）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 總結課堂重點，包括近年親子關係的趨勢、導致青少年與父母關係融洽及發生衝突的原因、青少年在衝突當中的態度及反應、建立良好親子關係及化解衝突的方法等。</li> <li>● 讓學生在課堂後閱讀基本概念（包括「<u>人際關係</u>」、「<u>青少年期</u>」、「<u>人際溝通與衝突</u>」、「<u>角色</u>」、「<u>自我發展</u>」、「<u>自尊</u>」及「<u>生活技能</u>」）以及相關資料部分（包括「<u>父母管教方式</u>」）。</li> <li>● 派發附件五作為課後習作<sup>5</sup>。</li> </ul>
3-4	<p><b>引入課題（約 10 分鐘）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 向學生提問，讓學生以兩至三分鐘時間思考以下問題： <ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 根據這星期的經歷： <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 你與父母及與朋友在相處方式上有何不同（例如聚會地點、話題、所做的事情）？</li> <li>■ 列出<u>三項</u>你受朋友影響而做了的事情或行為（例如衣著、興趣）。</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>● 可讓學生自由匯報。教師隨後可指出青少年在<u>人際關係</u>上，與父母的思想交流或會減少，親子關係也會變得較童年時疏離；相對地，青少年跟朋輩關係比較以往更緊密。然後，教師可讓學生就他們列出受朋友影響而做了的事情或行為分類。藉此，學生可了解「<u>從眾與朋輩影響</u>」的概念，明白朋輩可影響青少年的行為及價值觀。教師隨後可交代這兩課節的主題（即朋輩的影響及如何與朋輩建立關係）和教學目標。</li> </ul>

的影響（例如行為表現等）。

<sup>4</sup> 教師可指出父母管教模式與青少年的自尊的關係，例如 Janet 與母親發生衝突時，會妨礙她建立自尊；相反地，Koko 較能得到母親關懷和照顧，Koko 較易認同自己的價值。

<sup>5</sup> 教師可按學生能力而考慮是否給予學生提示，以回答附件五的問題，例如在探討衝突的原因時，可讓學生從家居物件的擺放位置、彼此的期望（如讀書與外出拍拖）、語氣及女兒的自主性與私隱等角度列出原因。教師可指出附件五可讓學生了解個案中凱文的人際關係，例如凱文開始有個人見解，與父母的思想交流或會減少，並逐漸對戀愛感興趣。在化解衝突甚至建立良好關係方面，凱文可掌握一些生活技能，例如懂得如何管理情緒和處理衝突，而父母也可恰當地調整管教方式，以讓親子之間回復良好關係。

教節	課堂學與教策略及流程安排
	<p><b>觀看及分析視頻片段、小組討論及匯報（約 30 分鐘）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 派發附件六，播放視頻〈青春的軌跡〉<sup>6</sup>，並讓學生分組討論<sup>7</sup>。</li> <li>● 完成討論後，教師可按實際課堂時間及需要，選擇匯報組別的數目。</li> <li>● 小結：透過片段，學生可認識「<b>從眾與朋輩影響</b>」的概念，了解朋輩相處的正面作用，例如減少朋輩之間欺凌行為的情況出現等<sup>8</sup>。</li> </ul>
	<p><b>教師提問、小組討論及匯報（約 20 分鐘）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 可先問學生： <ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 曾否瀏覽校內或其他學校的臉書秘密專頁<sup>9</sup>？</li> <li>➢ 如有的話，曾否看過一些評論同學的言論？你或其他同學對這些言論有否讚好或留言？</li> <li>➢ 承上題，你認為這些行為屬於欺凌行為嗎？</li> </ul> <p>學生匯報答案，教師然後作小結：欺凌行為包括肢體欺凌、言語欺凌及網絡欺凌；而這些欺凌行為可發生在校園內或網絡中。上述臉書秘密專頁評論同學的言論屬網絡欺凌。教師可讓學生思考，其他同學讚好、留言或只瀏覽專頁而不留言的原因，然後指出這些同學在<b>人際關係</b>中，重視朋輩的肯定，期望獲得自尊感和建立自信，並避免遭到朋輩排斥。</p> </li> <li>● 派發附件七，並讓學生分組討論。學生先完成第 1 至 2 題，以了解欺凌行為對被欺凌者的影響，及建議如何發揮朋輩的正面影響以防止欺凌行為的發生，然後匯報討論結果。</li> <li>● 小結：朋輩可對青少年帶來負面影響，但同時也可帶來正面影響，這都取決於朋輩本身的態度及價值觀。教師可補充<b>自我概念與從眾與朋輩影響</b>的關係。青少年對自我的客觀了解有助他們處理欺凌行為。當青少年在發生欺凌行為中作為旁觀者時，如對<b>自我概念</b>有較清晰的認識，便可自覺自省，而受從眾的影響則會漸漸減少，會較獨立地作出判斷，這有助避免加劇網絡欺凌行為。</li> </ul>
	<p><b>課題總結、交代課後習作及課後閱讀資料（約 10 分鐘）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 派發附件八，以概念圖總結第 1 至 4 課節的內容。可按學生程度選擇讓學生自行繪製概念圖，或直接透過附件八向學生進行解說。可指出社會上有各種<b>社教化</b>媒介，包括家庭、學校及朋輩，指導青少</li> </ul>

<sup>6</sup> 〈青春的軌跡〉，取自

[https://www.youtube.com/watch?v=O0Fp2BIRsTg&index=19&list=PLuwJy35eAVaLp-5pyed8oyUWBdErC\\_Z1e](https://www.youtube.com/watch?v=O0Fp2BIRsTg&index=19&list=PLuwJy35eAVaLp-5pyed8oyUWBdErC_Z1e) (09:30-12:56, 17:26-19:20 及 19:46-24:43)

<sup>7</sup> 在作答第 2 題時，教師可按學生程度解釋價值觀的意思，以及給予作答提示，例如合作、自我反省、尊重別人、責任感及互相依賴等。

<sup>8</sup> 教師可列舉片段中的一些例子，例如起初與內地插班生相處時，有一些同學為了獲得群體成員或免受非議，而傾向投入社群的規範。內地插班生起初被一些同學排斥，是因為她在衣著及消閒活動等方面與班內的同學不同。但當雙方透過溝通和合作，找出雙贏的解決方法，他們終能加深彼此的了解。

<sup>9</sup> 臉書秘密專頁以各中學、大專院校為單位的專頁，讓網民匿名分享和瀏覽有關不同學校的種種秘聞。資料來源：〈香港學校秘密專頁風潮〉，《亞洲週刊》，2013 年 05 月 12 日。



教節	課堂學與教策略及流程安排
	<p>年的行為，影響青少年的親朋關係。在<u>人際關係</u>方面，他們需要面對良好或衝突關係，要懂得尊重別人、表達自己，甚至影響朋輩；在<u>自我發展</u>方面，他們會因着與這些「重要他人」的關係而影響<u>自我概念</u>和<u>自尊</u>的建立；在生活技能方面，他們應了解<u>生活技能</u>例如改善溝通方式、管理自我以至自省的重要性，並掌握之。事實上，<u>人際關係</u>、<u>自我發展</u>和<u>生活技能</u>三者亦互為影響<sup>10</sup>。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 可讓學生在課後反思個人在家庭和同儕的<u>人際關係</u>，如果關係並不理想，應思考如何改善之。</li> <li>● 讓學生在課堂後閱讀基本概念（包括「<u>自我概念</u>」及「<u>從眾與朋輩影響</u>」）以及相關資料部分（包括「<u>父母管教方式</u>」）。派發課後習作附件九，要求學生於課後完成，鞏固他們對影響親子關係的因素的認識，以及思考如何與父母建立關係。</li> <li>● 派發課後閱讀資料（附件十）。該份閱讀資料與本項教學課題相關，提及溝通、衝突及網絡交友行為。</li> </ul>

-- 學與教參考示例完 --

<sup>10</sup> 如有需要，教師可考慮進一步闡釋三者之間的關係，例如當青少年的人際關係可影響他們的自我發展，他們繼而進一步掌握生活技能；當青少年了解生活技能的重要性時，對自我發展和人際關係有正面影響；當青少年在自我發展方面成熟時，除了讓他們掌握生活技能外，亦對他們的人際關係有正面影響。

**附件一：課堂活動工作紙**

請瀏覽以下視頻片段，並細閱歌詞，然後回答問題。

視頻片段：	〈負母〉
網址：	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=TL9Wgp8n-34">https://www.youtube.com/watch?v=TL9Wgp8n-34</a>
觀看時段：	04:04-05:30
發佈日期：	2013年6月1日
字幕：	中文

1. 片段中涉及青少年常處身於哪兩種人際關係？

---



---



---



---



---



---



---



---

2. 承上題，青少年處身於這兩種人際關係時，關係的緊密程度相同嗎？試舉例並加以說明。

---



---



---



---



---



---



---



---

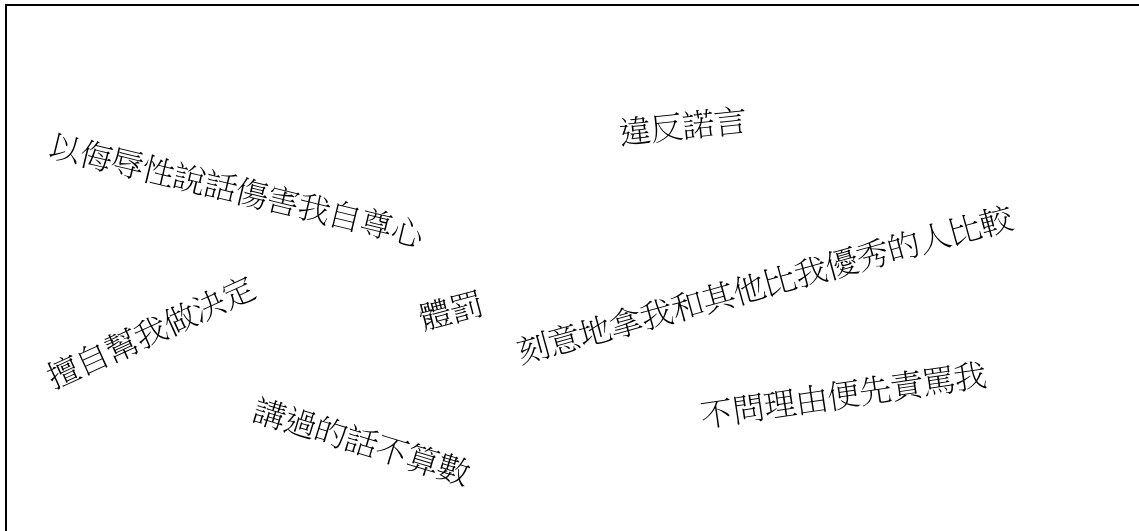
## 附件二：課堂活動工作紙

### 甲部：自我反思工作紙

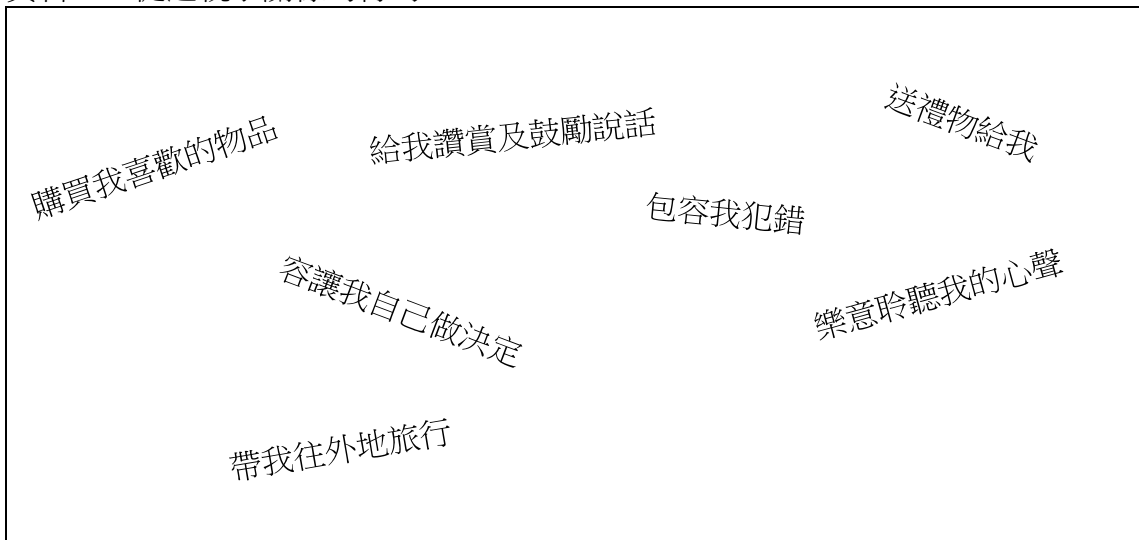
試回答下列問題：

資料一是子女普遍認為會損害親子關係的行為，而資料二則是他們認為能促進親子關係的行為。

#### 資料一：損害親子關係的行為



#### 資料二：促進親子關係的行為



1. 試在資料一及二，分別圈出三項你認為較會損害和較能促進親子關係的行為。
2. 我的父母每天平均陪伴我 \_\_\_\_\_ 分鐘，溝通時間平均為 \_\_\_\_\_ 分鐘。
3. 如以 10 分為滿分（10 分表示甚少衝突，0 分表示經常發生衝突）我會以 \_\_\_\_\_ 分評量我與父母的關係。

## 乙部：閱讀資料

請細閱以下資料：

基督教香港信義會於 2014 年訪問了 500 名擁有 24 歲或以下子女的家長，結果顯示家長每天平均陪伴子女時間為 225.7 分鐘，溝通時間平均為 105 分鐘；分析亦顯示，互助、溝通、責任及內聚四個因素均會對家庭快樂程度產生正面影響。

香港基督教女青年會亦於 2013 年訪問逾千名小四至中三的學童及家長，以 10 分為滿分，學童自評親子關係滿意指數為 7.87 分，家長則自評有 8.25 分，該機構認為家長或高估自己與孩子的關係，並從家長及子女的角度列出損害和促進親子關係的十大行為：

 損害親子關係的十大行為		排序	 促進親子關係的十大行為	
家長眼中	子女眼中		家長眼中	子女眼中
經常駁咀駁舌	刻意地拿我和其他比我優秀的人比較	1	與我分享心事	關心 我的感受
十問九不應	違反諾言	2	接納我的意見	信任我
說謊	似侮辱性說話傷害我的自尊心	3	主動諮詢我的意見	給我讚賞及鼓勵說話
沉迷電子產品	迫做不喜歡做的事	4	主動關心我	樂意聆聽我的心聲
不用功讀書	不問理由便先責罵我	5	自動自覺溫習	包容我犯錯
拒絕與我溝通	冤枉我	6	當我生病時主動關心我	帶我往外地旅行
對我粗言穢言	擅自幫我做決定	7	體諒我的困難	購買我喜歡的物品
對我不瞅不睬	不關心我的感受和需要	8	用功讀書	送禮物給我
打我	在公眾場合打罵我	9	主動擁抱或親吻我	容讓我自己做決定
呼喝/命令我做事	體罰	10	認同我為他所作背後的良好動機	接納我的意見



**附件三：視頻分析工作紙**

請瀏覽以下視頻片段。

視頻片段：	〈我城故事：親子衝突〉
網址：	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=sNG-qh4C8RA">https://www.youtube.com/watch?v=sNG-qh4C8RA</a>
觀看片段：	00:19-08:20
發佈日期：	2013 年 12 月 8 日

**個案一：Janet 與母親發生衝突，後來化解衝突**

發生衝突的例子	
發生衝突的原因	
在發生衝突時，Janet 對母親的態度及反應	
母親如何與 Janet 化解衝突以至建立良好關係	
Janet 如何與母親建立良好關係	

**個案二：Koko 與父母相處融洽**

相處融洽的例子	
Koko 與母親意見不合時，Koko 對母親的態度及反應	
Koko 與母親如何避免因意見不合以致日後影響親子關係	
母親如何與 Koko 建立融洽關係	
Koko 如何與母親建立融洽關係	

**附件四：自我反思工作紙**

透過了解香港親子關係的狀況、化解衝突及建立融洽關係的個案及個人親子關係的狀況，同學可反思如何促進與父母的關係。閱讀以下資料，並回答下列問題。

1. 以下是一些促進親子關係的例子。

	行動	在過去一個月， 你曾經做過嗎？	你將會繼續 做嗎？
a.	尊重父母的意見		
b.	關心和體諒父母		
c.	與父母分享心事		
d.	抽空陪伴父母		
e.	替父母做家務		
f.	在外出前向父母解釋，讓他們不用擔心		
g.	與父母以聊天工具溝通		
h.	說讚美父母的話		
i.	若與父母談話態度不佳，會主動道歉及解釋		
j.	當父母不理解我的生活狀況時，會讓他們親自了解我的生活情況		

2. 你認為以上各項行為，哪一項是最難做到的？為甚麼？

---



---



---

3. 承上題，你認為怎樣才能做到這行為？

---



---



---

4. 除了上述行為，你還有其他促進親子關係的方法嗎？

---



---



---

資料來源：取自「家庭守護天使」計劃網頁

[http://www.parents.org.hk/resources\\_list\\_inner.php?count=true&resources\\_uid=79f2d90a-f3d9-11e0-992d-000c29efe3b3](http://www.parents.org.hk/resources_list_inner.php?count=true&resources_uid=79f2d90a-f3d9-11e0-992d-000c29efe3b3)

## 附件五：課後習作

### 1. 細閱以下故事內容（故事內容及人物純屬虛構）：

到了晚上九時，有人拉開鐵閘門，劉凱文回來了。「哎呀，我的東西！」凱文驟見書桌給移開，書本雜誌散亂擺放，還沾滿水漬，緊張得大叫，卻沒有顧及正在善後水浸的母親。劉太心頭火氣，放大嗓門罵：「都是你把東西丟得亂七八糟，害我抹了半天！」凱文一張臉掛下來，嘴唇抵成一線，自顧撿起心愛的CD和照相簿，對母親毫不搭理。

「現在多晚了？」劉太怒火難遏，大興問罪：「上哪兒去了？」凱文使勁把地上的書一本本扔在桌上，一時「劈、劈、拍、拍」亂響，作無聲抗議。

劉太一步衝到她跟前，「枉費我們捱生捱死，讓你多讀一點書。你白花了我們的心血！光和不三不四的男生耗在一起！你以為拍拖可以當飯吃？」冷看母親的惡形惡相，凱文厭聲說：「無理取鬧！」正想走進洗手間，沒料母親捏着紙團，直狠狠地擲往她的臉。她訝然。「證據確鑿，你敢說我無理！」母親一副挑釁的架勢。

凱文驟見粉紫色紙團，心頭一虛，但瞬間怒氣填膺，一手抓起地上的東西，失控地叱喝：「你憑什麼翻我的東西，缺德！」劉太張大口，半晌說不出話來。工作以外，為要確保子女走上正軌，她都鎮守在家，。自問不曾偷懶，但女兒竟忽然變得如許陌生。究竟她幾時變成這個模樣？身為母親，為什麼竟然不知道，也看不出？就算要拍拖，也不用如此不自重！

資料來源：鄧潔明（2003）《十五十六騷動的星空》，香港：突破出版社。



2. 試就以上故事內容，回答以下問題：

<p>(a) 為甚麼劉太和凱文出現磨擦？試列舉<u>三個原因</u>。</p>	<p>1.</p> <p>2.</p> <p>3.</p>
<p>(b) 你認為劉太和凱文內心有甚麼考慮？</p>	<p>劉太：</p>
	<p>凱文：</p>
<p>(c) 參考附件二及附件三，你認為當中有哪些方法有助化解以上的親子衝突？</p>	<p>凱文：</p>
	<p>父親及母親：</p>
<p>(d) 你認為劉太及凱文有需要找第三者協助化解以上的親子衝突嗎？她們可找誰？</p>	

**附件六：視頻分析工作紙**

請瀏覽以下視頻片段。

視頻片段：	〈青春的軌跡〉
網址：	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=O0Fp2BIRsTg&amp;index=19&amp;list=PLuwJy35eAVaLp-5pyed8oyUWBdErC_Z1e">https://www.youtube.com/watch?v=O0Fp2BIRsTg&amp;index=19&amp;list=PLuwJy35eAVaLp-5pyed8oyUWBdErC_Z1e</a>
觀看片段：	片段(1) 09:30-12:56、片段(2) 17:26-19:20、片段(3) 19:46-24:43
發佈日期：	2015年7月21日

**故事簡介**（故事內容及人物純屬虛構）

班中女同學朱樂琪為內地來的插班生，她打扮有點老土，曾志偉以取笑她為樂，其他同學亦對她不認識香港流行文化而感到十分奇怪。因此，朱樂琪有一次，中文科進行分組研習，熟悉魯迅文學作品的朱樂琪被同學邀請入組，她建議用漫畫的形式提交報告，於是組員分工合作，最後小組獲得美滿的成績。朱同學亦慢慢融入香港學生的生活圈子。

**討論問題**

1. 從片段中所見，朋輩相處時，彼此之間發揮了甚麼正面作用？他們在相處時有沒有出現困難？

朋輩相處的正面作用	朋輩相處出現的困難
論點一： _____ _____	論點一： _____ _____
解釋： _____ _____	解釋： _____ _____
論點二： _____ _____	論點二： _____ _____
解釋： _____ _____	解釋： _____ _____
論點三： _____ _____	論點二： _____ _____
解釋： _____ _____	解釋： _____ _____

2. 你認為片段中的青少年抱著甚麼價值觀和態度，終能建立友誼？試列舉兩項並解釋你的答案。

價值觀和態度	解釋

## 附件七：小組討論工作紙

### 資料一：專家分析欺凌行為對青少年的影響

一些關乎個人品格的謠言被以訛傳訛，後果特別嚴重。網上欺凌的傷害比起肢體欺凌和言語欺凌可能更持久，相關文字、圖片或影片等很易廣泛流傳，被人下載收藏，『刪』之不去，被欺凌者可能會終生都不能走出陰霾。受害者會擔心有什麼人瀏覽到這件事；另外，只要一開電腦，就有機會看見自己 24 小時不斷被人欺凌。他們一方面受著別人的網上欺凌，另一方面，他們又繼續留意網上的情況，想知道對方如何說自己，以及事情的發展，這種心理狀態，正是受害者最痛苦的地方。



專家甲

欺凌行為對欺凌者和旁觀者均有影響。欺凌者會傾向以暴力表達情緒和解決問題，容易與人產生衝突。他們長大後可能會繼續用暴力和強權去待人，犯事的機會也較高。至於旁觀者，他們會感到驚慌，害怕自己成為下一個受害人，於是可能演變出支持欺凌者的行為。他們若覺得欺凌別人並不會有負面效果，日後或會嘗試參與。



專家乙

資料來源：

1. 〈中學生網上欺凌研究〉，載香港青年協會：《青少年問題研究系列（四十四）》（2010年9月）
2. 〈青少年天空：心理角度下看校園欺凌問題〉，取自聯合情緒健康教育中心網頁  
[http://www.ucep.org.hk/specialist\\_idea/detail.php?rec=14](http://www.ucep.org.hk/specialist_idea/detail.php?rec=14)

1. 「欺凌行為對被欺凌者的傷害既深入又長遠。」試參考以上資料及個人所知，解釋以上說法。

---

---

---

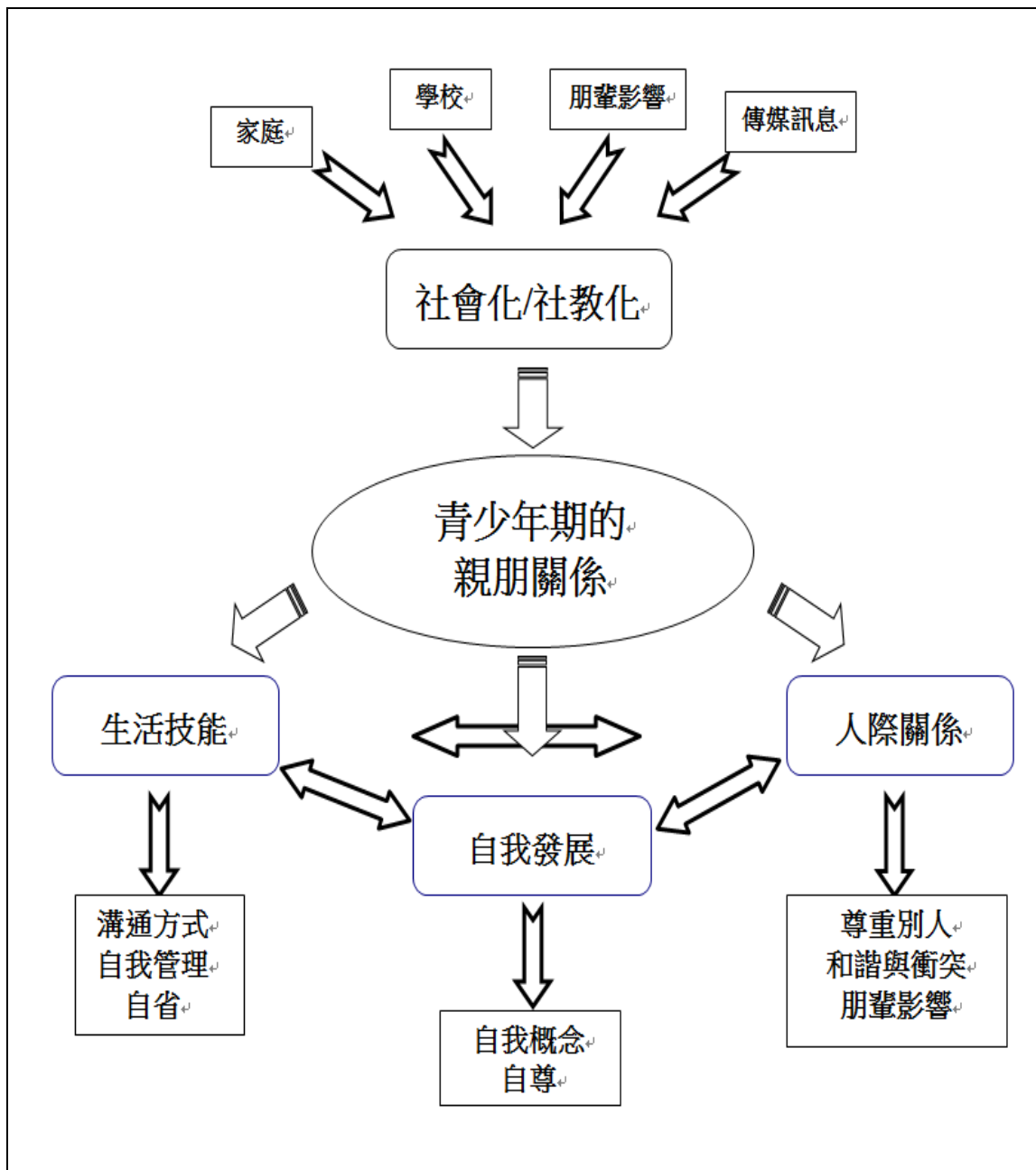
2. 你會如何發揮朋輩的正面影響，以防止欺凌行為的發生？  
(提示：看見欺凌行為發生時，可採取甚麼行動？在發表言論時應注意甚麼？  
可以如何促進持不同意見的同學彼此尊重？……)

---

---

---

附件八：概念圖總結



### 附件九：課後習作

細閱以下資料：

以下是詩蔓與其母親的對話：

詩蔓： 媽媽，我們可否買一部新的電腦？我不要再和詩莉共用電腦了。

母親： 妳花太多時間在電腦上了，誰知道妳是在做功課，還是與朋友聊天或是玩遊戲？妳要是成績退步，便注定失敗。我真不明白為何妳還要……

詩蔓： 媽媽，可是我和詩莉很多時都同時要利用電腦搜尋資料，來完成報告和功課。我需要一部屬於自己的電腦。

母親： 妳總是要這個要那個……新手提電話、iPad……我還是妳這個年紀時，家境並不富裕，我要幫忙做家務，也要在妳外公的店鋪幫忙，賺取零用錢，一點一點儲蓄起來。我們連電視機也買不起，更不用說任何像妳現在擁有的電子產品了。

詩蔓： 媽媽，時代不同了，電腦是必需品啊……

母親： 好好給我聽着，不准駁嘴！看看妳哥哥思翰，雖然取得大學獎學金，但是他還做兼職，每月都給家用；看看詩莉，她比妳強多了！她考得全班第一名，又在小學得到學業成績優異獎。

詩蔓： 那當然啦！妳投放那麼多時間在她身上，教她做功課，她得到了所有最好的東西：PlayStation Vita（電子遊戲機）、新電話……但是我嘛？妳就是不了解我，不明白我的需要！妳只管理怨我的學業！妳討厭我的朋友，批評我的行為，挑剔我的衣著……妳根本不關心我！我永遠都不能達到妳的期望，我永遠都不會像他們那麼好！

母親： 哼，似乎妳不會乖乖地聽我說話，我再說也難以令妳明白……

- (a) 根據以上對話，試描述詩蔓與母親的關係。
- (b) 指出導致詩蔓與母親發生衝突的兩個因素。
- (c) 參考以上資料，你會對與父母相處有困難的青少年提出甚麼建議？

## 設題原意

### 評估重點

透過親子對話的分析來考核學生對「自我概念」、「自尊」、「人際關係」、「人際溝通與衝突」、「青少年期」等概念的掌握和運用；同時亦評估基本能力，如：有效地運用資料，及較高層次的分析能力，如：提出讓青少年與父母和睦相處的建議。

### 預期學生表現

- 知識
  - 就(a)題而言，學生可運用資料及相關概念，如：「人際關係」、「人際溝通與衝突」等，以描述詩蔓與母親的關係。學生應掌握二人的人際關係出現衝突，而這除了反映在詩蔓的言語外（例如指出母親不了解詩蔓的需要、對詩蔓有過高的期望和常對詩蔓作出負面的批評等），亦反映在詩蔓母親的言語中（例如不准詩蔓駁嘴等）。
  - 就(b)題而言，學生可辨識導致詩蔓與其母親發生衝突的因素，並運用資料及相關概念，如：「自我概念」、「自尊」、「人際溝通與衝突」、「青少年期」等。學生可指出價值觀差距是其中一項因素，例如詩蔓及母親對電腦的重要性持不同意見、二人對怎樣才算努力學習有不同的看法。利益衝突也是另一因素，例如詩蔓感到母親偏心。關係上的依從亦是一項因素，例如母親希望詩蔓聽她的話，但詩蔓卻希望有更多的自主權。
  - 就(c)題而言，學生可建議有效的策略，對症下藥，讓青少年與父母和睦相處，如：改善化解衝突的技巧、促進互相體諒以縮窄代溝及建立對父母的尊重。
- 能力
  - 對題目有正確的理解，並作出恰當的回應。
  - 有效地運用資料及應用相關概念。
  - 準確地指出親子衝突的因素。
  - 就與父母相處方面，提出合理的建議。

## 附件十：課後閱讀資料

### 資料一

溝通是人類基本的社交需求。同時，個人的需求也往往要藉溝通來得到滿足。溝通是一個過程，在這過程中，雙方透過溝通交換信息，從而了解彼此的想法、感受和經驗。藉著溝通，我們希望別人能分享我的知識、價值和感受，以至於和我作出相同的決定。

溝通的方式有語言和非語言兩種。溝通不僅僅是語言的交流，任何具有意義的行為都是溝通的一種方式。我們用說話來問朋友：「我很喜歡這部電影，你呢？」朋友可以回答：「這確是部好電影呀。」孩子問母親：「我可以看卡通片嗎？」而母親則可以用贊許的眼光或點頭來表示同意。

至於交換信息的內容則包括了事實和感受。如果溝通過程只一味傳達事實，而缺少了感受、情緒等方面的交流，溝通就會顯得單調乏味，而溝通的雙方更往往無法完全表達自己。很多時候，在溝通之中，我們會重視個人的感受和情緒，多於重視事實內容。

溝通的過程牽涉了自己和別人—我們必須和自己有所接觸，也要與別人接觸。和自己接觸的質素會影響我們和別人的接觸，而與別人的接觸也會反過來影響我們與自己的接觸。溝通是一個讓雙方了解的過程，也讓自己有機會了解別人。因此，個人對自己的了解，是溝通活動的首要基礎。我們由接觸自己而獲得一個對自己的看法，這看法會影響我們與別人的接觸。同理，與別人接觸的經驗，也會反過來影響我們對自己的看法。因此，人際關係的質素和自我溝通是相關的。

資料來源：黃惠惠（1996）《自我與人際溝通》，台北：張教師文化事業股份有限公司。



## 資料二

當人們認為自己的目標與他人的互有矛盾時，就會發生衝突。衝突會被視為「零和遊戲」。在「零和遊戲」中，一方贏（得益）多少，就是另一方輸（損失）多少；雙方的得失加起來，總和是零，故稱「零和遊戲」。因此，「零和遊戲」共有三種典型的後果：

1. 一方贏，另一方輸
2. 一方輸，另一方贏
3. 和局

然而，在很多情況下，其實並不是零和遊戲，其後果可以是下列的第四及第五種：

4. 雙輸（雙方都有損失）
5. 雙贏（雙方都有得益）

衝突會有甚麼後果，很大程度上視乎我們如何處理衝突。根據基爾曼(Thomas Kilman)的分析，處理衝突有五種方式：

1. 競爭性方式（多關心自己，少關心別人）——衝突以角力解決。
2. 迴避性方式（對雙方都不關心）——其中一方察覺到潛在的衝突，迴避面對另一方的情緒。
3. 遷就性方式（少關心自己，多關心別人）——其中一方嘗試先滿足對方的欲望與目的，放棄自己當前（比較不重要）的目標。
4. 合作性方式（高度關顧自己及別人）——尊重對方的目標，研究有甚麼方法可以共同達成雙方的目標。
5. 妥協性方式（中度關顧自己及別人）——雙方的實力大致相同，經過一輪競爭後，協商出一個方案，達成各自部分的目標。

第三者介入解決衝突：

有時候，我們需要有第三者介入，來幫助雙方解決衝突。通常而言，這個第三者最好是已獲得雙方信任的。第三者要分析問題，嘗試提出客觀意見，使雙方的目標和欲望都得到滿足。

資料來源：

Miller, K. (1999). *Organizational Communication: approaches and processes*. United States: Wadsworth Publishing Company.

## 資料三

青少年透過網絡交友的行為，共可反映四大特質：

1. 友誼關係維持短暫：互聯網的交友方式為世界打破地域的界限，給人類一條通往各國的鑰匙，大幅擴充人際網絡。但有研究顯示，網絡友誼的時效大多很短暫。曾建立網絡友誼的青少年表示，一般與網友持續交往的時間平均不超過半年，近四成少於兩個月，更有 17.8%是在 3 星期以下。另外根據外地研究結果顯示，只有少於一成人在網絡結識朋友，而彼此關係能繼續穩定發展。
2. 匿名溝通、不受現實束縛：在人際溝通上，無可避免會遇上阻礙，因而影響人際關係建立。互聯網的匿名特點正好是減低溝通障礙的好工具。由於互相不知道對方的真實身份，故此青年可更無拘束表現自己，不必受到現實情況(如外貌、不善辭令等)的束縛，更易建立人際關係。不過，這些溝通方式以文字為主，不能應用於日常生活的交往，無助現實生活的人際關係的建立。
3. 平台五花八門、易找同道：網上溝通平台五花八門，討論區、留言版、交友網、網絡遊戲、新聞群組、博客等皆可成為交友的捷徑，在這個基礎下，青少年能從中選擇與己志趣相投的平台，因而更易認識價值觀相近的朋友。透過對同一主題發表的留言，易生共鳴，並有助增強青少年的自我認同感。但因匿名關係，網上言行是否屬實大多無從稽考，因而影響互信關係。曾有學者指出，人們很多時候只根據網上的少許線索去認識對方，想像性格、特質，並自以為很了解對方，但事實上大多都是不準確。
4. 單向傾訴、自我表現延伸：網絡友誼的顯著特點是較多自我且單向的感受吐露，對網友卻較少掌握和深入了解，故年輕人儘管會向網絡朋友傾訴心事，但因網絡交往具阻隔性，年輕人對網絡友誼的期望不大，有調查指逾半受訪青少年並不期望這段網絡友誼關係可維持長久。有心理學家說，青少年大多抱著隨意和純粹找尋傾談對象的心態來發展友誼，故網絡交友事實上是青少年自我表現的延伸。

資料來源：〈網絡交友行為 反映四大特點〉，《文匯報》，2011 年 1 月 13 日。

-- 各份附件完 --

高中通識教育科  
「個人成長與人際關係」單元  
學與教參考示例（3）

# 新世代性別角色

甲. 示例的基本資料

教學課題	新世代性別角色
相關的單元、主題、探討問題	<p><b>主線</b> 單元一：個人成長與人際關係</p> <p>主題 1：自我了解</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 青少年的自尊受甚麼因素影響？它與青少年的行為和對未來的期望如何相關？</li> <li>● 傳媒所傳遞的信息和價值觀，對青少年有甚麼影響？</li> </ul> <p>主題 2：人際關係</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 香港青少年常處身於哪些重要的人際關係？這些關係有甚麼獨特和共同的特徵？</li> <li>● 在不同的關係中，青少年如何建立身份和理解角色？</li> <li>● 香港青少年怎樣反省人際間的衝突和與人建立關係？</li> </ul> <p><b>副線</b> 單元三：現代中國；主題 2：中華文化與現代生活</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 傳統家庭觀念和功能在現代生活中受到甚麼衝擊？</li> <li>● 在甚麼程度上傳統家庭觀念和功能可以在中國人的現代生活中延續？為甚麼？</li> </ul>
整體構思要旨	<p>隨著現代社會漸趨平等和女性的社經地位提升，現今香港社會的性別角色已與以往不同。這份學與教示例，旨在讓學生了解現時社會人士對性別角色的看法。學生可了解現今香港社會對男女在職場及家庭角色的觀念及期望，以及了解有關現象的背後原因和影響。透過個案及調查，學生可思考性別定型是否仍普遍存在於現今的香港社會，進而思考現今香港社會性別角色的傳承與轉變。本示例亦透過戲劇活動，除了讓學生反思性別平等的價值觀外，亦讓學生探究青少年在家庭中應擔當的角色。</p>
所需教節	五教節（每節 40 分鐘），共 200 分鐘。
教學目標	<p>知識：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 了解現時社會人士對性別角色的看法。</li> <li>● 了解中國傳統觀念如何影響部分社會人士對於性別角色的觀念和期望。</li> <li>● 了解性別角色如何影響個人行為及社會發展。</li> </ul> <p>技能：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 研習當代議題時能應用相關的知識和概念。</li> <li>● 詮釋及處理視頻、數據及文字資料。</li> <li>● 展示恰當的立場判斷，並提供理據支持。</li> <li>● 於活動中發揮協作及溝通技巧、傳意及表達能力、創造思維。</li> </ul> <p>價值觀及態度：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 以開放及寬容的態度來看待其他人所持的意見和價值觀。</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 在多元社會中欣賞和尊重不同的文化、觀點和生活方式。</li> <li>● 在性別角色上學習互相依賴及合作，並以平等的角度看待別人。</li> </ul>
<b>需要應用的基本概念</b>	角色、人際溝通與衝突、社教化、人際關係、生活技能、家庭觀念與功能、社會流動、自我概念、自尊、傳媒、從眾與朋輩影響
<b>初中的相關學習經歷</b>	學生已於初中修讀個人、社會及人文教育學習領域各門學科，估計已經對影響對性的態度、人際關係、價值觀和信念的因素；個人在家庭及其他社群中的角色、權利及義務；性別角色與關係；與異性的關係；尊重與自己有不同價值觀和生活方式的人等課題有概括認識。而在日常生活當中，亦有機會接觸性別角色與定型的資訊。如教師認為學生對這些內容認識不足，建議在使用本示例前先向學生簡略介紹。

乙. 課堂學與教設計

教節	課堂學與教策略及流程安排
課前準備	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 派發訪問記錄表（附件一）及課前預備工作紙（附件二），讓學生訪問父親、母親或一位長輩，了解他們對性別<u>角色</u>的理解，並把訪問結果記錄在附件一。學生亦須於課前自行完成附件二。</li> </ul>
1-2	<p><b>引入課題（約 10 分鐘）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 邀請兩至三名學生就附件一的訪問進行簡短匯報，並讓其他學生就個人訪問內容及匯報同學的訪問結果概括香港社會上一輩的性別<u>角色</u>的特徵。</li> <li>● 可按課堂實際情況，就學生在附件二甲部每項或部分性格、選科及職業的分類，進行投票統計。然後詢問學生影響他們決定所示的特徵是「男性化」或「女性化」看法的因素。</li> <li>● 教師進而可帶出本學與教參考示例的主題及教學目標。</li> </ul> <p><b>教師講授（約 5 分鐘）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 可解釋性別角色定型的意思<sup>1</sup>，並指出<u>社教化</u>、<u>傳媒</u>及<u>從眾與朋輩影響</u>等因素如何影響香港社會上一輩以及現今青少年對性別<u>角色</u>的看法。此外，可指出學生於附件二甲部的分類可能涉及性別<u>角色</u>定型，又或是學生的觀察未夠全面，又或是能考慮到性別平等的價值觀。</li> </ul> <p><b>小組討論及匯報（約 20 分鐘）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 向學生派發課堂活動工作紙（附件三），讓學生分組討論，從職業類別、家庭<u>角色</u>、人生目標、<u>社會流動</u>機會及<u>自我發展</u>，透過香港社會七十年代的面貌分析以往香港社會兩性之間的不同之處。學生亦可參考附件一完成工作紙。完成後，可按課堂實際情況，選取部分組別匯報答案。</li> <li>● 教師可作小結：透過了解以往香港社會的性別<u>角色</u>，學生可了解中國傳統社會重視<u>家庭觀念與功能</u><sup>2</sup>。在家庭中，透過<u>社教化</u>，男女須學習社會<u>角色</u>與行為，並遵守社會規範，同時被賦予特定的<u>角色</u>。因此，男女在<u>社會流動</u>機會方面出現差異，甚至這些客觀環境影響了當時的青少年的<u>自我概念</u>和<u>自尊感</u>。</li> </ul> <p><b>調查研究分析、小組討論及匯報（約 15 分鐘）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 派發調查研究分析工作紙（附件四）予學生，讓學生分組進行討論。學生完成討論後，可按課堂實際情況，選取部分組別匯報答案。</li> <li>● 教師可作小結：可指出 2006 年及 2010 年的數據均顯示男性主要從事與器械、工藝及管理相關的工作，而女性則主要從事與非技術、文件</li> </ul>

<sup>1</sup> 可指出性別角色定型是社會大眾會對性別角色形成刻板印象，例如：女孩子是溫柔、賢淑，男孩子是剛強、勇敢；在社會上應是「男主外、女主內」。

<sup>2</sup> 可解釋在中國傳統社會，家庭是以男性權力為主軸，而親屬間的權力關係則以「男尊女卑」為原則，父親是家庭擔當一家之主的角色。

教節	課堂學與教策略及流程安排
	<p>處理及輔助專業性質的工作，這反映香港社會對性別<u>角色</u>的分工觀念和期望。</p> <p><b>個案分析、小組討論及匯報（約 20 分鐘）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 派發個案分析工作紙（附件五）予學生，讓學生分組進行討論。學生完成討論後，可按課堂實際情況，選取部分組別匯報答案。</li> <li>● 教師可作小結：可指出現今香港的職場上性別<u>角色</u>的分工漸趨模糊，並指出這是與現代社會漸趨平等和女性的社經地位提升有關。此外，可利用相關資料中的「性別主流化」，解釋這概念如何推動性別平等。最後可補充說明資料附件四及附件五的分別，以及說明這些分別與了解香港職場上性別<u>角色</u>定型趨勢的關係<sup>3</sup>。</li> </ul> <p><b>安排課後習作及交代繼後教節的學習內容（約 10 分鐘）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 要求學生閱讀相關的基本概念資料（「<u>角色</u>」、「<u>社教化</u>」、「<u>傳媒</u>」、「<u>從眾與朋輩壓力</u>」、「<u>社會流動</u>」、「<u>自我發展</u>」、「<u>家庭觀念與功能</u>」、「<u>自我概念</u>」及「<u>自尊</u>」）及相關資料「性別主流化」，以鞏固課堂所學。</li> <li>● 派發附件六，讓學生參考相關資料「性別主流化」，並自行搜集資料，了解聯合國和香港政府近年如何推廣「性別主流化」的概念，並於下一堂作簡短匯報。</li> </ul>
3	<p><b>引入課題（約 7 分鐘）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 讓學生匯報附件六的答案，並補充「性別主流化」的概念如何讓男女在職業類別、家庭<u>角色</u>、人生目標、<u>社會流動</u>機會及<u>自我發展</u>等方面得到性別平等的機會。</li> <li>● 交代這節課堂的教學目標，旨在了解現今香港社會的性別<u>角色</u>如何影響個人行為及社會發展。</li> </ul> <p><b>視頻片段分析、小組討論及匯報（約 25 分鐘）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 向學生派發視頻分析工作紙（附件七），播放視頻片段〈女人多自在 4--太太離家上班去〉<sup>4</sup>。組員各自選擇一題問題作答，並進行分組討論及匯報。學生完成討論後，可按課堂實際情況，選取部分組別匯報答案。</li> <li>● 教師可作小結：視頻片段可讓學生了解新世代的性別<u>角色</u>的特點及背景，以及它與中國傳統家庭的性別<u>角色</u>的傳承與轉變。劇中反映了出</li> </ul>

<sup>3</sup> 可舉例加以說明，例如附件四屬統計數據（量性資料），展示香港職業及性別劃分的就業人數，而附件五屬一些個案（質性資料），講述資料中的主角如何打破性別「角色」定型。對於了解性別角色定型是否仍普遍存在於現今香港的職場，兩份附件有其參考價值，亦有其限制（例如附件四的資料雖有助了解香港職場上性別角色定型的趨勢，卻未能展示 2010 年後的情況等）。

<sup>4</sup> 〈女人多自在 4--太太離家上班去〉，片段選取自

[http://www.liberalstudies.hk/relationships/ls\\_relationships\\_43.php](http://www.liberalstudies.hk/relationships/ls_relationships_43.php)（02:23-03:01、04:12-05:12、06:12-07:55、10:11-10:46、11:15-11:51、14:32-19:23）。

教節	課堂學與教策略及流程安排
	<p>現「男主內、女主外」的現象。當中的原因除了是現代社會漸趨平等和女性的社經地位提升外，也與家庭的經濟考慮有關<sup>5</sup>。另外可進一步指出這種性別<u>角色</u>分工如何導致<u>人際溝通與衝突</u><sup>6</sup>。</p> <p><b>安排課後習作及交代繼後教節的學習內容（約 8 分鐘）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 要求學生閱讀相關的基本概念資料「<u>人際溝通與衝突</u>」。</li> <li>● 將學生分成五人一組的「混合組」<sup>7</sup>，並向學生派發戲劇扮演預備工作紙（附件八），交代下兩課節的討論主題（「你是否贊成把家庭性別分工模式回復至『男主外、女主內』的分工模式？」）。此外，簡介戲劇扮演活動指引，並讓學生瀏覽附件四所列的視頻片段及資料一至三，以及搜集其他資料，以完成第 3 部分的角色分析工作紙，以及撰寫第 4 部分的劇本大綱。</li> </ul>
4-5	<p><b>引入課題（約 5 分鐘）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 重溫第 3 課節的內容重點，簡介戲劇扮演活動主題（「你是否贊成把家庭性別分工模式回復至「男主外、女主內」的分工模式？」）及流程，並交代這兩課節擬透過戲劇活動而達到的學習目標： <ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 反思兩性平等的價值觀</li> <li>➢ 了解性別<u>角色</u>如何影響個人行為，以及傳統觀念何以仍在影響部分社會人士對於性別<u>角色</u>的觀念和期望</li> <li>➢ 探究青少年在家庭中應擔當的<u>角色</u></li> </ul> </li> </ul> <p><b>兩次戲劇扮演活動及自我反思（約 55 分鐘）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 派發附件九，讓學生在第 1 部分立場記錄表格題(a)的第一欄，記錄自己對「把家庭性別分工模式回復至『男主外、女主內』的分工模式」的立場及看法（可按課堂實際情況作調適，例如另以全班投票形式進行）。</li> <li>● 把學生分成五個「專家組」，包括輝雄、阿萍、輝雄的母親、阿萍的親友及朗朗（若學生人數較多，則請視乎情況而作調適）。每組就所負責的<u>角色</u>匯報附件八第 3 部分的答案。各組員可就討論的內容而修改在附件八第 3 部分已完成的答案。</li> <li>● 經過「專家組」討論後，讓「專家組」的學生返回原來所屬的「混合組」。組員考慮是否修訂附件八第 4 部分的劇本大綱，並於組內進行第一次的戲劇扮演。</li> </ul>

<sup>5</sup> 可舉視頻片段作例說明，例如輝雄和阿萍因經濟考慮而不打算聘請傭工，而倒過來由輝雄負責處理家務和照顧兒子朗朗。

<sup>6</sup> 可舉視頻片段作例說明，例如輝雄和阿萍就照顧兒子出現意見分歧。此外，輝雄的母親與輝雄及阿萍出現衝突，而這是由價值觀差距所致。對輝雄的母親而言，傳統社會對男女角色存在特定的觀念，對於不同性別的家庭角色等方面都有既定的期望；恰恰相反，輝雄和阿萍的家庭角色與輝雄的母親所期望的不同。

<sup>7</sup> 這裡的「混合組」指由扮演不同角色的學生所組成的組別，而當中的角色包括輝雄、阿萍、輝雄的媽媽、阿萍的親友和朗朗。



教節	課堂學與教策略及流程安排
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 讓其中兩組「混合組」進行第二次戲劇扮演。至於旁觀同學，就同學所扮演的戲劇內容完成附件九第 2 部分。</li> <li>● 戲劇扮演活動完畢後，可邀請兩至三名負責扮演朗朗角色的同學分享感想。</li> <li>● 讓學生在附件九第 1 部分立場記錄表格題(a)的第二欄，記錄自己對「把家庭性別分工模式回復至『男主外、女主內』的分工模式」的立場及看法。</li> <li>● 可給予時間讓學生填寫附件九第 1 部分題(b)，以反思對於家庭性別分工模式的立場有否改變，以及有否改變的原因，以了解班內學生的立場與第 3 課節開首時是否有明顯差異。（可按課堂實際情況而作調適，例如另以全班投票形式進行）。</li> </ul>
	<p><b>課程總結及安排課後習作（約 20 分鐘）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 教師可作結：以上戲劇活動尤其旨在讓學生反思兩性平等的價值觀。可解釋價值觀的意思，並指出劇中輝雄、阿萍、輝雄的母親、阿萍的親友及朗朗各人的價值觀。可讓學生考慮以一些價值觀及態度協助作出判斷，例如「合作」、「性別平等」、「移情」、「堅持自我」、「尊重別人」、「責任感」及「互相依賴」等。</li> <li>● 讓學生匯報劇中所反映的「<u>人際關係</u>」、「<u>角色</u>」、「<u>社教化</u>」、「<u>自我概念</u>」及「<u>人際溝通與衝突</u>」等概念之間的關係，然後再作補充，例如：劇中反映了青少年所面對的其中一種<u>人際關係</u>為親屬關係。劇中的輝雄、阿萍、輝雄的母親以至阿萍的親友，每人對於家庭中的性別<u>角色</u>持不同意見，這都是因為各自持不同的價值觀，而他們各自都受<u>社教化</u>媒介所影響。作為兒子朗朗，面對劇中所反映的<u>人際溝通與衝突</u>，他受輝雄、阿萍、輝雄的母親及阿萍的親友等人而影響<u>自我概念</u>，思考個人的性別<u>角色</u>。藉著活動，學生可掌握<u>生活技能</u>，了解到雖然出現<u>人際溝通與衝突</u>，<u>人際關係</u>的建立須經由溝通來建立和維持，嘗試處理衝突，協助家人建立良好的<u>人際關係</u>。</li> <li>● 要求學生完成附件九第 3 部分，試以朗朗的身份撰寫一篇網誌。</li> <li>● 派發課後習作（附件十），要求所有學生於課後完成，讓他們思考傳統觀念如何影響部分社會人士對於性別<u>角色</u>的要求和期望，以及家長及學校可如何協助青少年建立性別平等的觀念。</li> </ul>

### 附件一：訪問記錄表

試訪問你的父親、母親或一位長輩，了解他們對性別角色的理解。

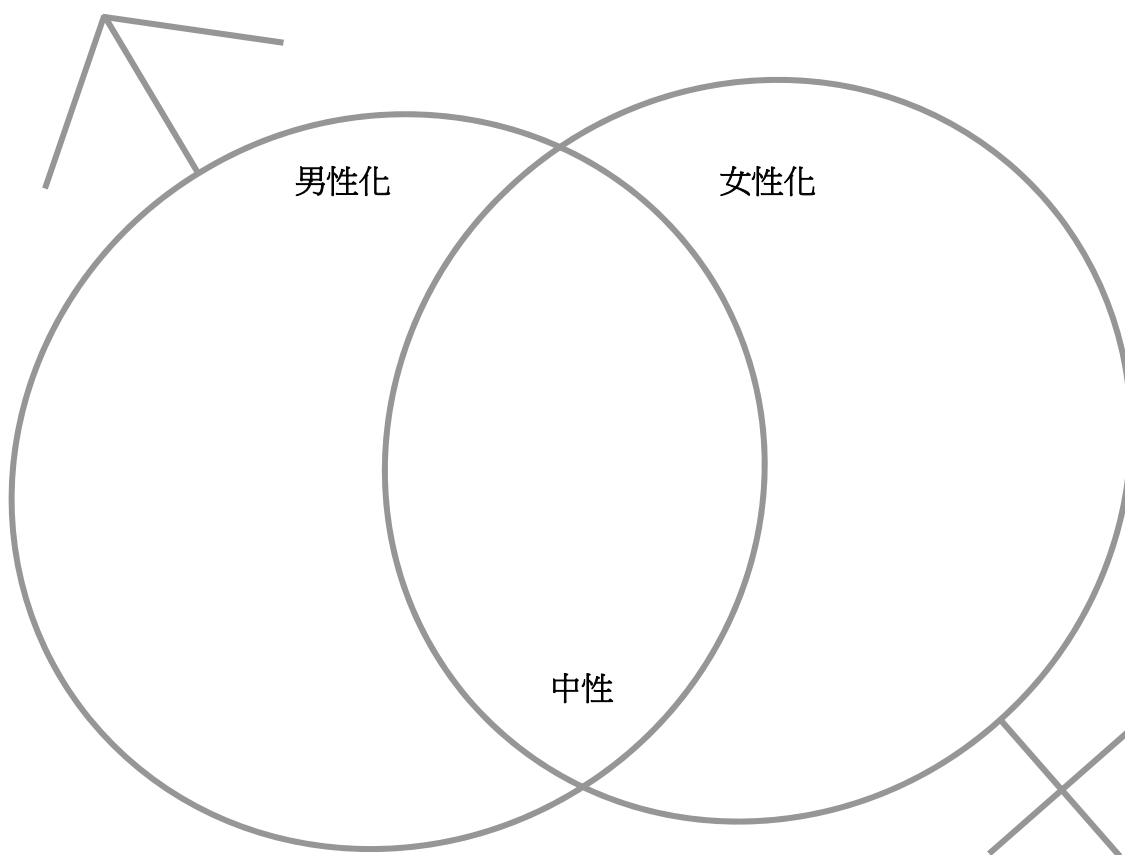
#### 甲部：特徵分類

你認為以下的性格、選科及職業是男性化、女性化、還是中性的？請把這些詞填在適當的空位上。

性格： 溫柔 果斷 小器 細心 粗魯 有恆心

選科： 工程 牙醫 哲學 語言學 護理學 心理學

職業： 幼稚園 教師 攝影師 消防員 收銀員 改衣工人 電腦技工



乙部：口述歷史

我的父親 / 母親 / 一位長輩\*生於 \_\_\_\_\_ 年代。以下是他 / 她\*年青時在家庭和職場上所負責的事情：

家庭	
職場	

\* 刪除不適用者

**附件二：課前預備工作紙**

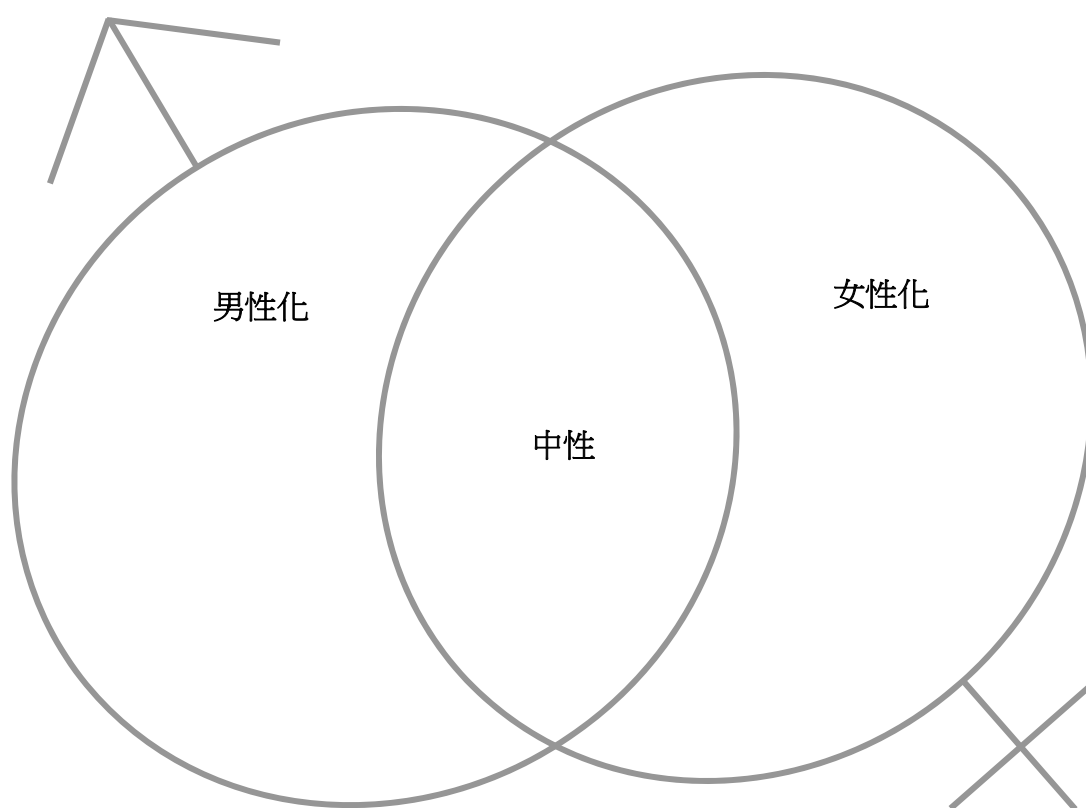
**甲部：特徵分類**

你認為以下的性格、選科及職業是男性化、女性化、還是中性的？請把這些詞語填在適當的空位上。

性格： 溫柔 果斷 小器 細心 粗魯 有恆心

選科： 工程 牙醫 哲學 語言學 護理學 心理學

職業： 幼稚園 教師 攝影師 消防員 收銀員 改衣工人 電腦技工



**乙部：個人反思**

你認為有甚麼因素影響你決定以上某些特徵是「男性化」或「女性化」的看法呢？

---

---

---

### 附件三：個案分析工作紙

以下是有關七十年代女工的口述歷史。細閱以下資料，然後回答問題。

住在愛秩序村的 Grace，她有五個哥哥，還有姐姐，家裡開士多，還有貨車、米舖等，經濟看來很充裕。不過，據她說，她們的傳統是，金錢掌握在哥哥手中，用來作生意上的週轉，不會讓她媽媽調配，所以家用很拮据。她七歲開始已經要在士多幫手。沒有人關心她的學業和前途，成績自然十分差，升中試也派不到學位。正在這時候，她那位中學畢業的哥哥考到台灣的大學，她就順理成章地入工廠。「那時十一歲，借身份證。我沒有覺得可惜，也沒有不高興……我是女兒，嫁出就算了，等哥哥光宗耀祖。家裡有人讀大學，真是很了不得。那我說，你去讀啦，我自己就出去賺錢。

那時的女孩都抱著早婚的心態，以為嫁了人便不用工作。好像一般工廠女工，她們對於尋找『長期飯票』非常緊張，一旦看中目標，甚至會作主動追求。記得某一個暑假來了一個長得非常英俊的暑期工，有他的出現，女工們便把他圍著，或拖拖拉拉，真給她們煩個不停。而有些女工會靜觀其變，探聽廠內是否有合適的對象，通常她們會向維修電子收音機的工人（俗稱『修理』）打主意。『修理』的職位和工資在廠內相當高，吸引女工也是理所當然。有一天我問她們為什麼這樣年輕便想結婚，大家只有十八、十九歲，難道沒有其他事情可以做嗎！她們的答案竟然是一樣：結婚、生子、服侍丈夫就是人生最大的目標。

資料來源：蔡寶瓊等著（1998）《晚晚 6 點半：七十年代上夜校的女工》，香港：進一步多媒體有限公司。

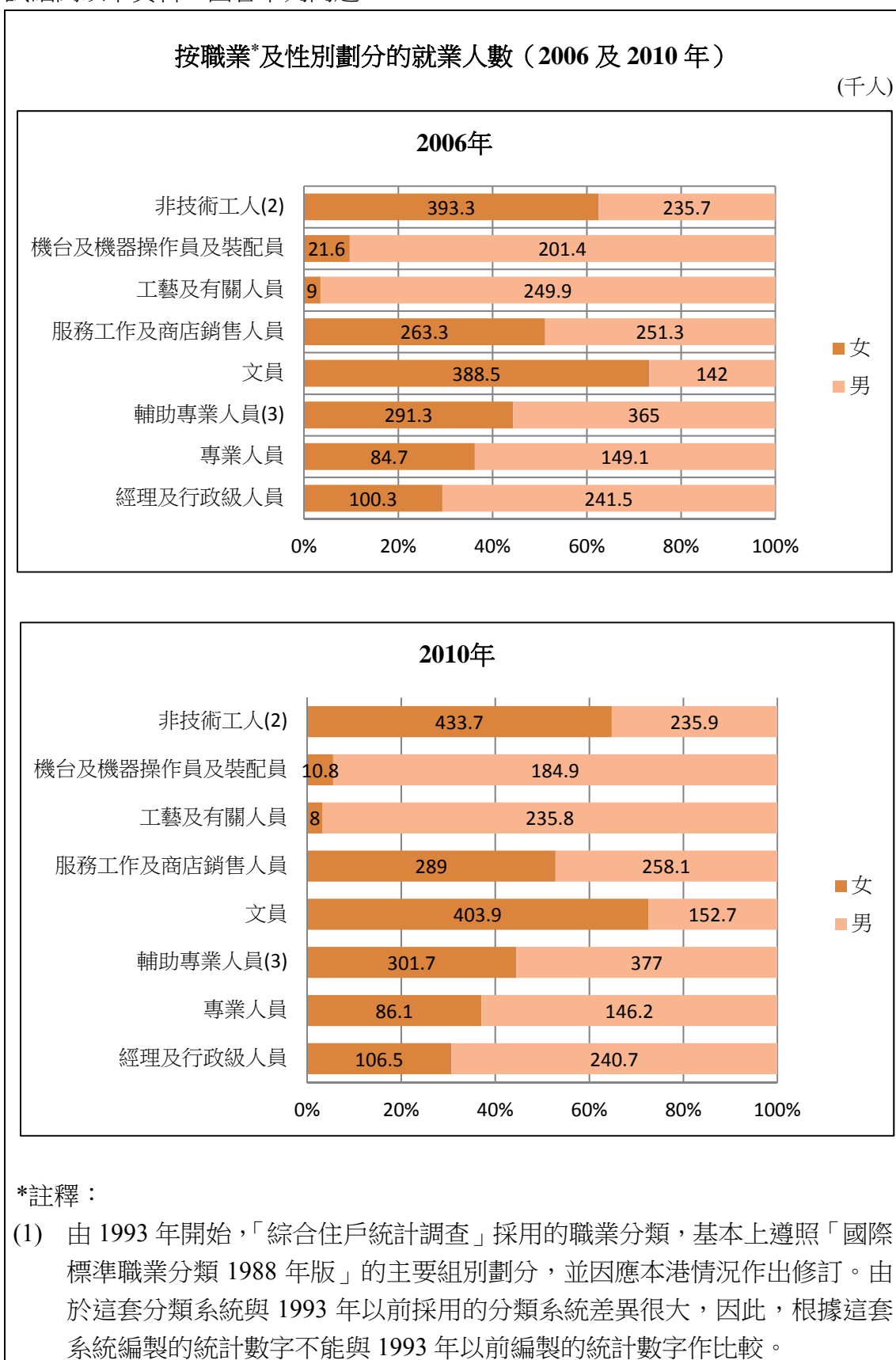
試參考以上資料及就你所知，比較七十年代男性和女性的性別差異。

	男性	女性
職業類別		
家庭角色		
人生目標		
社會流動機會 <sup>1</sup>		
自我發展		

<sup>1</sup> 這裡的社會流動機會指，在社會的不同階層人士，能否從一個層級上移到另一個階級，即是人們能否順利由下層攀到上層。節錄自鄧健一（2009）《通識詞典3》，第58-60頁。

## 附件四：調查研究分析工作紙

試細閱以下資料，回答下列問題。



- (2) 非技術工人包括小販；家務助理及清潔工人；信差；私人護衛員；看更；貨運工人；電梯操作員；建造業雜工；包裝工人；廚師助手；漁農業雜工。
- (3) 輔助專業人員：包括科學技術員、護士及助產士、牙科助理及其他保健輔助專業人員；建築、測量及工程技術員；光學及電子儀器控制員；船隻領航員及空中交通指揮員；小學及幼稚園／幼兒院校長及教師；統計助理；電腦操作員；法律文員；會計督導員；公共關係主任；營業代表；室內設計家；屋邨經理；警隊及其他紀律部隊的警司、督察及主任；藝人及運動員。

資料來源：

1. 〈香港的女性及男性——主要統計數字 2015 年版〉，取自政府統計處網頁  
[http://www.censtatd.gov.hk/hkstat/sub/sp180\\_tc.jsp?productCode=B1130303](http://www.censtatd.gov.hk/hkstat/sub/sp180_tc.jsp?productCode=B1130303)
2. 〈2011 人口普查〉，取自政府統計處網 <http://www.census2011.gov.hk/tc/terms-and-definitions.html>

### 討論問題

1. 從資料所見，在 2006 年及 2010 年，哪種職業的女性從業員比例最高？哪種職業的男性從業員比例最高？

---

---

---

---

---

---

---

---

2. 你認為以上就業分佈反映香港社會對性別角色持甚麼觀念和期望？

---

---

---

---

---

---



---

---



**附件五：個案分析工作紙**

試細閱以下資料，回答下列問題。

	個案一	個案二
稱謂	 周先生	 胡女士
職業	於 2014 年擔任幼稚園教學助理	於 1993 起擔任消防員
選擇該職業的背景	他自小便與小孩子特別投緣，對照顧小孩子亦樂此不疲，久而久之便燃起了成為幼稚園老師的念頭。在中五時，他便立志要成為幼稚園老師。	當時她發現有報紙刊登消防處『125 年以來首次招聘女性，加入前線行列！』的廣告。當時她覺得這份工作十分神秘，消防局經常關上閘門。在好奇心驅使之下就毅然投考消防員。
應徵該職業時面對的挑戰	幼兒教育被形容為女性化。	她的工作夥伴曾警告她，女消防員面對的壓力是『前無古人、後無來者』，而且當時只有女警員，沒有女消防員。

資料來源：

1. 〈心意卡鼓勵 男生樂做幼師〉，《招職》，2014 年 6 月 3 日。
2. 〈感謝父母無聲支持 兩男生走出 公開試失敗陰霾〉，《晴報》，2014 年 7 月 11 日。
3. 〈火海易闖 愛海難入 女消防首膺助理區長〉，《文匯報》，2013 年 3 月 18 日。
4. 〈本港現僅 10 名女消防 胡麗芳：我是幸運一員〉，《成報》，2014 年 3 月 8 日。

1. 從資料所見，周先生和胡女士在應徵資料中所述的職位時，他們所面對的挑戰有何相似之處？試參考資料解釋你的答案。

---



---



---

2. 你認為性別角色定型是否普遍存在於現今香港的職場嗎？試參考資料，並就你所知，解釋你的答案。

---



---



---

**附件六：課後習作**

近年聯合國和香港政府如何推廣「性別主流化」的概念呢？試參考相關資料中「性別主流化」的部分，並搜集其他資料，以解釋你的答案。

	推動「性別主流化」概念的方法
<p style="text-align: center;">聯合國</p>	
<p style="text-align: center;">香港政府</p>	

**附件七：視頻分析工作紙**

視頻：〈女人多自在 4—太太離家上班去〉

日期：2011 年 10 月 23 日

網址：[http://www.liberalstudies.hk/relationships/ls\\_relationships\\_43.php](http://www.liberalstudies.hk/relationships/ls_relationships_43.php)

觀看片段	內容要旨
02:23-03:01：	● 丈夫輝雄和妻子阿萍如何進行性別分工
04:12-05:12：	● 輝雄和阿萍在性別分工上所遇到的困難
06:12-07:55：	● 阿萍姊姊需幫忙照顧她的兩個女兒；輝雄外出工作的考慮；及輝雄如何對外回應他的性別分工
10:11-10:46 及 11:15-11:51：	● 輝雄的母親對輝雄和阿萍的性別分工表達感受；及輝雄和阿萍對輝雄的母親的回應
14:32-19:23：	● 輝雄和妻子進行性別分工的考慮因素；及輝雄和阿萍在性別分工上所遇到的困難

**討論問題**

1. 片段中的丈夫輝雄和妻子阿萍如何在家庭生活中進行分工？（提示：參考片段：02:23-03:01）

---



---

2. 承上題，他們為何考慮如此分工？（提示：參考片段：06:12-07:55 及 14:32-19:23）

---



---

3. 從輝雄的媽媽與輝雄和阿萍的相處所見，上一輩接受新世代家庭的性別分工嗎？如何見得？（提示：參考片段：10:11-10:46 及 11:15-11:51）

---



---

4. 從片段所見，你認為輝雄和阿萍在家庭中的性別分工上遇到甚麼困難？試解釋你的答案。（提示：參考片段：04:12-05:12、06:12-07:55 及 14:32-19:23）

---



---

## 附件八：戲劇扮演預備工作紙

1. 瀏覽附件七所列的視頻片段，並閱讀以下資料

### 資料一

雖然女性外出工作人數增加，但「男主外、女主內」傳統仍在。政府統計處報告顯示，女性每日花 2.7 小時照顧家庭等，遠高於男性的 0.8 小時。此外，僅 10% 男性會分擔家務。從統計處出版主題性住戶調查報告所見，2013 年 9 月至 12 月訪問逾 1 萬個住戶，發現男性平均每日花 4.1 小時工作，較女性 2.8 小時高。

資料來源：〈僅 1 成男性願分擔家務〉，《晴報》，2015 年 7 月 28 日。

### 資料二

隨着社會發展、男女趨向平等，「男主外，女主內」的傳統思想亦逐漸扭轉，如今越來越多男士願意做家務，甚至反過來當「家庭主夫」，煮飯、照顧孩子、打理家頭細務，讓太太安心在外工作。

根據統計處資料顯示，願意在家中擔起「家庭主夫」的男士有輕微增長，2010 年以料理家務者的經濟活動身份的男士有 1.5 萬多人，較 2009 年的 1.3 萬人為多。在西方國家，男女平等的思想來得較直接，社會的意識形態亦趨向講求平等，男士作「家庭主夫」的情況十分常見。美國人口普查局一項調查顯示，如今全職父親數量是 10 年前的 3 倍。英國國家統計局數據顯示，隨着越來越多英國婦女成為家庭主要的經濟支柱，在家全職照顧孩子的男士在過去 1 年增加了 10%，達到 22.7 萬人。目前，約有 10% 的家庭是由丈夫留在家中照顧孩子。

隨着社會進步，加上就業環境轉變，兩口子誰主內、誰主外，可能就交由就業狀況決定。

資料來源：〈男女平等傳統思想扭轉 家庭主夫成全球趨勢〉，《大公報》，2013 年 4 月 19 日。

### 資料三

現代女性身兼多職，既要上班，亦要照顧家庭。一項於 2014 年的調查發現，在逾 1,200 多名受訪女性中，36% 受訪的職場女士，不希望被視為「女強人」，47% 受訪者表示，因為事業，近幾年都不考慮生育問題。

資料來源：〈36% 女士不願被標籤「女強人」〉，《頭條日報》，2014 年 3 月 3 日。

## 2. 戲劇扮演活動指引

討論主題：

你是否贊成把家庭性別分工模式回復至「男主外、女主內」的分工模式？

活動要求：

工作	詳情
瀏覽視頻片段以了解背景	假設當最後輝雄和阿萍爭吵時，輝雄的媽媽和阿萍的親友到達他們的家，而輝雄和阿萍希望就朗朗的意見而決定會否改變夫妻之間在家庭中的性別分工模式（改變為「男主外、女主內」的分工模式）。
選取角色、填寫工作紙及撰寫劇本大綱	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 同學以五人為一組，組員各自選取以下其中一個角色。</li> <li>➢ 在進行戲劇活動前，各組員先瀏覽附件七所列的視頻片段及資料一至三，並自行搜集及閱讀相關的參考資料（內容應包含不同考慮角度），在附件八第 3 部分的角色分析工作紙中，填寫所屬的角色，以及思考是否贊成把現時的家庭性別分工模式改變為「男主外、女主內」的分工模式。</li> <li>➢ 完成附件八的工作紙後，組員可撰寫附件八第 4 部分的劇本大綱（戲劇時間佔約 8 至 10 分鐘）。</li> </ul>
填寫「立場記錄表格」	在正式開始戲劇活動開始前，先在附件九第 1 部分題(a)的「立場記錄表格」的「課堂開始」一欄表示對家庭性別分工模式的立場及看法。
記錄戲劇資料	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 戲劇開始後，旁觀同學聆聽扮演輝雄、阿萍、輝雄的媽媽和阿萍親友等同學所闡釋的立場及理據，並觀察他們的表情 / 心情，然後完成附件九第 2 部分題(a)。</li> <li>➢ 選取朗朗角色的旁觀同學可完戲劇結束後，另須完成附件九第 2 部分題(b)，寫下內心感想。</li> </ul>
填寫「立場記錄表格」	戲劇開始後，在附件九第 1 部分題(a)的「立場記錄表格」的「全班演戲」一欄表示對家庭性別分工模式的立場及看法。
反思	當完成附件九第 1 部分題(a)的「立場記錄表格」後，填寫附件九第 1 部分題(b)，反思家庭性別分工模式的立場有否改變，以及有否改變的原因。

## 3. 角色分析工作紙

角色	考慮點
輝雄	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 在劇中，你應該講出自己一直以來的難處，並強調現時的家庭性別分工模式是考慮平衡家庭經濟情況、照顧兒子的需要和減輕妻子的負擔。</li> <li>● 思考問題： <ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 你為何選擇和接受現時的家庭性別分工模式？</li> <li>➢ 你曾經努力去扮演好家庭的角色嗎？</li> <li>➢ 你認為你所做的令阿萍和兒子滿意嗎？</li> <li>➢ 你能否接受旁人的目光和非議？</li> <li>➢ 你能接受這刻的夫妻關係嗎？</li> <li>➢ 你認為這刻最需要解決的問題是甚麼？</li> <li>➢ 長遠而言，你應該怎樣做才可達至家庭和諧？</li> </ul> </li> </ul>
阿萍	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 在劇中，妳應該講出自己一直以來的難處，並強調現時的家庭性別分工模式是出自輝雄的建議，並經過共識而來。</li> <li>● 思考問題： <ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 妳為何選擇和接受現時的家庭性別分工模式？</li> <li>➢ 妳曾經努力去扮演好家庭的角色嗎？</li> <li>➢ 妳接受輝雄的處事方式嗎？</li> <li>➢ 妳認為自己做好母親的角色嗎？</li> <li>➢ 妳能否接受旁人的目光和非議？</li> <li>➢ 妳能接受這刻的夫妻關係嗎？</li> <li>➢ 妳認為這刻最需要解決的問題是甚麼？</li> <li>➢ 長遠而言，妳應該怎樣做才可達至家庭和諧？</li> </ul> </li> </ul>
輝雄的媽媽	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 在劇中，妳應該同情輝雄，分享個人經歷，並給予他建議。</li> <li>● 思考問題： <ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 妳期望的家庭性別分工模式是怎樣的？</li> <li>➢ 妳認為輝雄和阿萍現時的家庭性別分工模式有沒有問題？</li> </ul> </li> </ul>
阿萍的親友	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 在劇中，你應該支持阿萍，分享個人經歷並給予她建議。你可參考劇中阿萍姊姊與阿萍的對話，推斷阿萍姊姊在家庭中的性別角色。</li> <li>● 思考問題： <ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 你認為現今社會和經濟的發展對家庭有甚麼影響？</li> <li>➢ 一般新世代的夫妻如何進行家庭的性別分工？</li> </ul> </li> </ul>
朗朗	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 在劇中，你應該只有很少的對白內容，而你的角色較其他四個角色被動。</li> <li>● 思考問題： <ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 你理想中的家庭是怎樣的？</li> <li>➢ 你覺得父母有甚麼地方未能達到你的期望？</li> <li>➢ 若旁人就你父母現時的家庭性別分工予以非議，你能接受嗎？</li> </ul> </li> </ul>

假如你是輝雄 / 阿萍 / 輝雄的媽媽 / 阿萍的親友 / 朗朗\*，你是否贊成把現時的家庭性別分工模式改變為「男主外、女主內」的分工模式？

立場：贊成 / 不贊成*	
論點一：	論據
論點二：	論據
論點三：	論據
<p>小結：</p> <p>贊成 / 不贊成*把現時的家庭性別分工模式改變為「男主外、女主內」的分工模式，因為……</p>	

\* 刪除不適用者





**附件九：戲劇扮演活動工作紙**

1. 立場記錄表格
  - a. 請於不同的戲劇活動環節記錄你對「把家庭性別分工模式回復至『男主外、女主內』的分工模式」的立場及看法。

	課堂開始	全班演戲
立場	贊成 / 不贊成	贊成 / 不贊成
看法 (以 50-100 字加以解釋)		
考慮的角度 / 面向		

- b. 本戲劇活動結束後，你對家庭性別分工模式的立場有沒有轉變？為甚麼？

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---

2. 「全班演戲」環節：由所有同學填寫

討論主題：

「把家庭性別分工模式回復至『男主外、女主內』的分工模式」

(a) 作為小組活動的觀察者，請於戲劇過程中記錄以下各項：		
輝雄	立場：  表情／心情：	論據：
阿萍	立場：  表情／心情：	論據：
輝雄的媽媽	立場：  表情／心情：	論據：
阿萍的親友	立場：  表情／心情：	論據：
(b) 你認為朗朗這刻的內心有甚麼感想？		



### 附件十：課後習作

細閱以下資料，然後回答下列問題。

媽媽今天帶日朗和逸寧兩兄妹到公園玩。像平常一樣，媽媽為小兄妹預備了外出的衣服，她先為 4 歲的妹妹穿上橙色圓點的連身裙，配上白色鞋子，之後她把藍色恤衫和軍綠色褲子遞給哥哥日朗，但日朗沒有接過，他逕自跑到房間裡去，媽媽便知道，日朗不想穿這個。果然，他換了一件粉紅恤衫，再配搭軍綠色褲子。

從小開始，日朗便偏好粉紅色，衣櫃裡有多件粉紅色衣服，就連筆袋、午餐盒、或者文具，他都會選粉紅色；他最喜歡看卡通、畫畫和玩積木。為鼓勵孩子愛上其他顏色，爸爸只會買其他顏色的用品或玩具，又經常買模型、機械人給他，希望日朗會長得像個男孩。媽媽則擔心愛粉紅的男孩太柔弱，會被同學們取笑，常訓勉日朗不可以哭鬧，要堅強。

資料來源：

余寶燕〈喜歡粉紅的男孩〉，刊於 2014 年 10 月 10 日。取自《親子便利》網頁

[https://www.famplan.org.hk/sexedu/B5/article/Article\\_details.asp?arID=895](https://www.famplan.org.hk/sexedu/B5/article/Article_details.asp?arID=895)

- (a) 你認為傳統觀念如何影響部分社會人士對於性別角色的要求和期望？試參考以上資料並就你所知，解釋你的答案。
- (b) 你認為家長和學校可如何協助青少年建立性別平等的觀念呢？試參考以上資料並就你所知，解釋你的答案。

## 設題原意

### 評估重點

題目資料描述父母和社會如何為兒女塑造性別角色，以及描述子女本身的性格特徵。藉此例子，評估學生對「角色」、「社教化」、「人際關係」、「青少年期」、「自我發展」等概念和知識的掌握與運用；同時亦評估學生所掌的基本能力（例如連繫資料和概念/知識）及高層次的分析能力（例如從不同角度衡量可行程度）。

### 預期學生表現

- 知識
  - 就(a)題而言，學生先考慮資料或涉及的相關社會人士，包括父母、朋輩和學校等，並可以運用「角色」、「社教化」、「人際關係」、「性別定型」等的概念（尤其是「社教化」的概念）以作分析。學生可指出這些社會的要求和期望是由各種社教化媒介所影響，例如在家庭中，父母本身已有既定的性別角色要求和期望，他們會教導子女社會的規範和價值觀；在朋輩中，青少年的朋輩由於受社教化的影響和為獲得朋輩認同，而對性別角色有既定的要求和期望；學校也會傳遞學生價值觀；大眾傳媒亦會提供大量資訊予社會大眾，包括與性別角色相關的價值觀。學生在作答時，可參考資料並列舉日常生活例子加以說明。
  - 就(b)題而言，學生可以運用「青少年期」、「自我發展」、「社教化」等的概念，甚至運用相關資料中的「性別主流化」及「父母管教方式」以作分析。學生應先思考「性別平等」的意思，以及了解日朗自小受「社教化」影響而被性別定型，父母擔心日朗在學校內被同學們取笑。學生然後可運用「自我發展」的概念，了解青少年在自我發展過程中，「重要他人」及參與各類活動對認識自我和訂立角色期望的關係，並掌握青少年期時青少年的主要發展特色，例如減少依賴父母。有關家長的角色，學生可從父母管教方式等角度考慮；至於學校的角色，學生可考慮與家長的合作及校內的宣傳教育（例如回應聯合國及香港政府推廣「性別主流化」的概念）等角度考慮。
- 能力
  - 適當地回應題目及展示清晰的個人立場。
  - 摘取及詮釋文字資料中的主要訊息。
  - 聯繫資料和概念/知識。
  - 從多角度衡量可行程度。

-- 各份附件完 --

## 第四部分：延伸閱讀及參考資料

這部分為教師提供與本單元課程相關的延伸閱讀及參考資料，並將它們分為甲、乙兩項，以方便教師選取。

甲項為參考書刊及網址，它們的內容基本上涉及本單元各個學與教重點，可供教師備課參考，進一步認識與探究議題相關的學理基礎、發展趨勢，以至具體可用的例子，從而豐富課堂的學與教內容。至於項目內同時適合學生的書刊，在書目內以下加間線的方式顯示，請教師因應學生的程度而鼓勵他們閱讀。而凡屬公共圖書館庫藏的書籍，亦附有索書號以方便教師和學生借閱。

乙項為載於「通識教育科網上資源平台」(<http://ls.edb.hkedcity.net/>)，並與本單元相關的學與教資源舉隅。這些資源除可供教師備課參考外，部分更可調適為課堂工作紙、課後習作或校內評估之用。教師如已登記成為香港教育城的會員，即可憑個人密碼而登入網站的教師專區，瀏覽及下載所需的資源。

教師請留意這部分所建議的各項資料均屬參考性質，並非任何指定讀物，請按校本情況而適當選取和利用。

甲·書刊及網址 (生閱讀的書刊以間線顯示，公共圖書館庫藏資料截至 2015 年 11 月)

Baumrind, D. (1972). Socialization and instrumental competence in young children. In W. W. Hartup (Ed.). *The young child: Reviews of research* (Vol. 2). Washington: National Association for the Education of Young People.

Berk, L. E. (2004). *Infants, children and adolescents*. Boston: Pearson Education, Inc.

Berscheid, E. & Regan, P. (2005). *The psychology of interpersonal relationships*. New Jersey: Pearson Education. (Hong Kong Public Libraries call number: 301.15 BER)

Cobb, N. J. (2007). *Adolescence: Continuity, change and diversity*. New York: The McGraw-Hill Companies, Inc.

Corey, G., & Corey, M. S. (2010). *I never knew I had a choice : Explorations in personal growth*. Belmont : Brooks/Cole, Cengage Learning.

Dolgin, K. G. (2011). *The adolescent : Development, relationships, and culture*. Boston : Pearson Education, Inc. (Hong Kong Public Libraries call number: 305.235 RIC)

Grant, W. (2007). *How to resolve conflicts*. London : Collins & Brown. (Hong Kong Public Libraries call number: 150.13 GRA)

MacDonald, L. (2006). *Learn to manage your time*. California: Chronicle Books LLC. (Hong Kong Public Libraries call number: 658.4093 MACD)

Nakkula, M. J., & Toshalis, E. (2008). *Understanding youth : Adolescent development for educators*. Cambridge: Harvard Education Press.

Tao, J., & Yan, H. K. T. (Eds.). (2006). *Meaning of life*. Singapore: McGraw-Hill Education (Asia).

Aronson, E., Wilson, T. D., & Akert, R. 著，侯玉波譯（2007）《社會心理學》，北京：中國輕工業出版社。（香港公共圖書館索書號：541.7 0708）

Duck, S. 著，魏希聖等譯（2004）《人際關係》，台北：韋伯文化國際出版有限公司。

Papalia, D. E., Olds, S. W. 著，黃慧真譯（2002）《兒童發展》，台北：桂冠圖書股份有限公司。

Verderber, R. F., & Verderber, K. S. 著，曾端真等譯（2000）《人際關係與溝通》，台北：揚智文化事業股份有限公司。

木田拓雄著，趙征環譯（2008）《我是誰？整理混亂的自己》，北京：浙江科學技術出版社。

王以仁（2008）《人際關係與溝通》，台北：心理出版社股份有限公司。

王煥琛等著（2004）《青少年心理學》，台北：心理出版社股份有限公司。

- 余非（2005）《談情說理事件簿》，香港：突破出版社。（香港公共圖書館索書號：192.13 8011）
- 呂大樂（2006）《自我》，香港：進一步多媒體有限公司。（香港公共圖書館索書號：191 6042）
- 何文男等著（2014）《社會學概要》，台北：三民書局股份有限公司。
- 吳逸驊等著（2009）《圖解社會學》，台北：易博士文化出版社。
- 林仁和（2013）《社會心理學：掌握現代生活的必修課程》，台北：心理出版社股份有限公司。
- 周淑屏（2006）《影視娛樂背後—看通識人生》，香港：知出版有限公司。（香港公共圖書館索書號：190 7737）
- 周淑屏等著（2006）《左女右男：反轉兩性觀點》，香港：突破出版社。
- 屈穎妍（2010）《怪獸家長》，香港：天行者出版有限公司。（香港公共圖書館索書號：528.207 7724）
- 岳曉東（2007）《追星與粉絲—青少年偶像崇拜探析》，香港：香港城市大學出版社。（香港公共圖書館索書號：544.6709391 7265）
- 香港家庭計指導會（2008）《性在通通識—性行為》，香港：天地圖書有限公司。（香港公共圖書館索書號：544.72 9430）
- 香港教育工作者聯會編（2004）《青少年成長的價值教育》，香港：三聯書店（香港）有限公司。（香港公共圖書館索書號：520.2391 5985）
- 徐西森等著（2006）《人際關係的理論與實務》，台北：心理出版社股份有限公司。
- 晏涵文等編（2002）《性別平等教育—性別平等、家庭暴力、性騷擾防治》，台北：一家親文化有限公司。（香港公共圖書館索書號：544.72 9618）
- 張圭陽（2006）《傳媒風：傳媒的價值與運作》，香港：香港教育圖書公司。（香港公共圖書館索書號：541.83 1147）
- 張春興（2004）《教育心理學：三化取向的理論與實踐》，台北：台灣東華書局。
- 梁國香等編（2009）《青少年問題解碼》，香港：三聯書店(香港)有限公司。（香港公共圖書館索書號：544.6707 5987）
- 梁慧思（2010）《那年，我們吸了毒》，香港：非凡出版。（香港公共圖書館索書號：548.82 3356）
- 深堀元文著，侯鐸譯（2007）《圖解心理學》，天津：天津教育出版社。



勞麗·波肯坎普等著，左濤譯（2005）《處理家庭糾紛》，香港：智能教育出版社。（香港公共圖書館索書號：544.1 1472）

曾文星（2005）《青少年心理》，香港：中文大學出版社。

曾文星（2007）《青年人心理》，香港：中文大學出版社。

馮康等著（2010）《香港濫K》，香港：明窗出版社。（香港公共圖書館索書號：548.82 3100）

黃明樂（2010）《港孩》，香港：明窗出版社有限公司。

黃惠惠（2008）《自我與人際溝通》，台北：張老師文化事業股份有限公司。

黃惠惠（2009）《邁向成熟：青年的自我成長與生涯規劃》，台北：張老師文化事業股份有限公司。

楊旭編繪（2005）《情感啟示錄》，香港：三聯書店（香港）有限公司。

葉蔭聰（2006）《媒體識讀》，香港：進一步多媒體有限公司。（香港公共圖書館索書號：541.83 4441）

葛珮帆（2007）《新世代核心能力》，香港：三聯書店〈香港〉有限公司。（香港公共圖書館索書號：192.1 4414）

趙榮德（2008）《不一樣的家長》，香港：香港教育圖書公司。（香港公共圖書館索書號：523.12 4992）

鄧潔明（2003）《十五十六騷動的星空》，香港：突破出版社。

鄧潔明（2005）《星群1：少年隱者》，香港：青桐社文化事業。

鄭兆楨著（1996）《心理學》，香港：商務印書館(香港)有限公司。

鄭佩芬編著（2003）《人際關係與溝通技巧》，台北：揚智文化事業股份有限公司。

劉俊義（2015）《抬頭看世界－智慧型手機時代的反思》，香港：非凡出版社。

謝永齡（2003）《青少年心理問題》，香港：中文大學出版社。（香港公共圖書館索書號：173.2 0432）

網址

網 址	網 頁 名 稱
<a href="http://www.youth.gov.hk/en/">http://www.youth.gov.hk/en/</a> <a href="http://www.youth.gov.hk/">http://www.youth.gov.hk/</a>	Youth.gov.hk 政府青少年網
<a href="http://www.coy.gov.hk/tc/home/index.html">http://www.coy.gov.hk/tc/home/index.html</a>	青年事務委員會
<a href="http://www.swd.gov.hk/en/index/site_pubsvc/page_family/sub_listofserv/id_familylife/">http://www.swd.gov.hk/en/index/site_pubsvc/page_family/sub_listofserv/id_familylife/</a> <a href="http://www.swd.gov.hk/tc/index/site_pubsvc/page_family/sub_listofserv/id_familylife/">http://www.swd.gov.hk/tc/index/site_pubsvc/page_family/sub_listofserv/id_familylife/</a>	Social Welfare Department - Family Life Education 社會福利署—家庭生活教育
<a href="http://www.lwb.gov.hk/eng/home/index.htm">http://www.lwb.gov.hk/eng/home/index.htm</a> <a href="http://www.lwb.gov.hk/chi/home/index.htm">http://www.lwb.gov.hk/chi/home/index.htm</a>	Labour and Welfare Bureau 勞工及福利局
<a href="http://www.eoc.org.hk/EOC/GraphicsFolder/default.aspx">http://www.eoc.org.hk/EOC/GraphicsFolder/default.aspx</a>	平等機會委員會
<a href="http://www.nd.gov.hk/en/index.htm">http://www.nd.gov.hk/en/index.htm</a> <a href="http://www.nd.gov.hk/tc/about_us.htm">http://www.nd.gov.hk/tc/about_us.htm</a>	Narcotics Division, Security Bureau 保安局禁毒處
<a href="https://www.consumer.org.hk/ws_chi">https://www.consumer.org.hk/ws_chi</a>	消費者委員會
<a href="http://www.women.gov.hk/colour/en/home/index.htm">http://www.women.gov.hk/colour/en/home/index.htm</a> <a href="http://www.women.gov.hk/colour/tc/home/index.htm">http://www.women.gov.hk/colour/tc/home/index.htm</a>	Women's Commission 婦女事務委員會
<a href="http://www.hkfyg.org.hk/?locale=en-US">http://www.hkfyg.org.hk/?locale=en-US</a> <a href="http://www.hkfyg.org.hk/">http://www.hkfyg.org.hk/</a>	Hong Kong Federation of Youth Groups 香港青年協會
<a href="https://www.breakthrough.org.hk/index">https://www.breakthrough.org.hk/index</a> <a href="https://www.breakthrough.org.hk/index">https://www.breakthrough.org.hk/index</a>	Breakthrough Ltd. 突破機構
<a href="http://hkcs.org/">http://hkcs.org/</a>	香港基督教服務處
<a href="http://www.cys.org.hk/eng/default.asp">http://www.cys.org.hk/eng/default.asp</a> <a href="http://www.cys.org.hk/">http://www.cys.org.hk/</a>	Hong Kong Children & Youth Services 香港青少年服務處
<a href="http://www.hkfws.org.hk/en_index.aspx?aaa=3">http://www.hkfws.org.hk/en_index.aspx?aaa=3</a> <a href="http://www.hkfws.org.hk/b5_index.aspx?aaa=3">http://www.hkfws.org.hk/b5_index.aspx?aaa=3</a>	Hong Kong Family Welfare Society 香港家庭福利會

## 乙·「通識教育科網上資源平台」相關資源舉隅

### 1. 教材套

- 智能手機普及的影響
- 肥胖對青少年身體健康及心理的影響
- 蛻變關係
- 網絡活動亦正亦邪
- 八十後與五十後的矛盾
- 身份角色、權責和參與
- 隱青、夜青與追星
- 為甚麼青少年在面對和處理逆境的能力有所差異
- 青少年吸毒問題
- 青少年在人際關係中的權利與責任
- 隱蔽青年
- 親子關係
- 偷拍藝人事件

### 2. 資料頁

- 時下趨勢對青少年的影響：香港青少年的賭波風氣
- 青少年的自我發展和人際關係：隱蔽青年
- 人際關係的建立與衝突：香港青少年對戀愛的態度和性觀念
- 青少年朋輩之間的衝突：網上欺凌
- 青少年的人際關係：父母管教模式與親子關係
- 青少年的社區參與：「其他學習經歷」的社會服務活動
- 資訊科技發展與人際關係轉變：「低頭族」的啓示
- 改革開放對中國家庭的影響：「空巢家庭」
- 個人生活模式與健康的關係：香港兒童肥胖情況

### 3. 校內評估項目

資料回應題	延伸回應題
● 八十後現象	● 網癮
● 親子衝突	● 中國家庭人口
● 青少年吸毒問題	● 戀愛態度與性教育
● 隱蔽青年	● 港孩現象
● 威哥派錢	● 二次創作
● 留守兒童	● 智能手機成癮
● 計劃生育政策	● 童黨問題
● 國民身份認同	● 香港大學生刻苦耐勞指數
● 代母產子	● 利他精神與公民參與

● 八十後青年	● 香港勞動人口
● 虎爸虎媽與直升機家長	● 立法強制驗毒
● 中產家庭	● 八爪魚父母
● 青少年情緒問題	
● 新世代愛情觀	
● 青少年使用手機與網絡	
● 年青人住屋問題	
● 單獨二胎	
● 青少年越軌行為	
● 工作假期計劃	
● 啃老族	
● 驗毒助康復計劃	
● 青年就業與輸入外勞	
● 父母管教模式	
● 兒童美容	

#### 4. 學與教素材

- 「其他學習經歷」與個人成長
- 直升機家長
- 烏蠅 Daddy 及直升機父母
- 整容與「文化霸權」
- 青少年崇尚名牌的原因
- 性別分工
- 性別定型與個人發展
- 女主外、男主內？
- 家務勞動
- 甚麼年紀才是青少年？
- 〈綠色消費運動：別做衣服的奴隸〉
- 僱主對本地畢業生要求
- 儀容改善服務 vs.心理因素
- 青年公民身份認同及其發展
- 青年的絕望·絕望的青年？
- 偶像崇拜
- 「好女孩」
- 校園衝突、暴力與朋儕關係
- 逆境自強十招
- 與肥胖有關的討論

5. 曾舉辦的教師專業培訓課程：知識增益系列

- 黃成榮教授及關展祺老師：「剖析香港青少年越軌行為」
- 呂大樂教授：「年青一代所面對的機會結構：轉變及其含意」
- 傅佩儀女士：「未婚懷孕與兩性關係」
- 方旻焜女士、羅櫻子女士及譚惠鵬先生：「性別歧視與角色定型」
- 孔憲正先生及袁梓齡小姐：「青少年發展趨勢：網癮與隱青」
- 魏美梅女士：「從「八十後」看青少年的身份認同和社會政治參與」
- 張越華教授：「青少年問題：濫用藥物與越軌行為」
- 陳鈞承博士：「透視青少年人際關係之轉變及趨勢」
- 羅秉祥教授：「如何處理青少年成長議題中之價值爭議？」
- 戴希立校長：「中國近年的教育改革與發展暨香港青少年往內地升學及就業的機遇」
- 宋慧娟女士、何健中先生及張慧德女士：「香港的家庭及兒童福利服務與生活素質」
- 香港財務策劃師學會及積金局代表：「財務管理與個人成長」
- 陳廷三博士：「從『重整人生故事』到『重拾生命動力』」
- 莫漢輝先生：「青少年充權」
- 代鵬教授：「內地社會及經濟發展對青少年成長的影響」
- 陳茂釗博士：「自我概念及溝通方式如何影響青少年的人際關係？」

-- 完 --

政府物流服務署印

