



新聞發佈會：
香港中學生心理健康、學習壓力及對中學生活的觀感

*「共創成長路」計劃及相關研究由香港賽馬會慈善信託基金資助，謹在此致謝。

研究背景

- 現今的香港中學生面臨學習、社交、身心等多方面的轉變和挑戰，這些方面的適應問題會對青少年造成一定程度的壓力。其中學習壓力是導致青少年產生情緒問題的原因之一（例如抑鬱、焦慮等），如果情況嚴重的話甚至可能導致青少年萌生自殘、自殺念頭或行為。
- 新高中學制由 2009-2010 學年開始推行，香港中學教育體系從原本「3+2+2」學制（即三年初中，兩年高中，兩年預科）變更為「3+3」的新學制（即三年初中，三年高中），這轉變給中學生帶來了更大的挑戰。
- 在進行此研究之前，未曾有相關研究調查過香港青少年對中學生活的看法及其壓力來源，更未有過相關的**追蹤研究**以考察香港中學生的心理健康與學習壓力。
- 以下問題尚待找出答案：
 1. 學生在中學階段的心理健康（例如生活滿意度、無望感）狀況有些甚麼變化？
 2. 中學生的學習壓力、學習自信，以及學校支援情況是怎樣？
 3. 學生怎樣看待中學課程及中學生活？
 4. 有哪些因素影響學生對中學生活/課程的觀感和體驗？
 5. 有哪些因素影響中學生的自殺傾向？

研究方法

本發佈會涵蓋的兩項追蹤研究，皆為首次於華人地區進行的研究項目。

- **研究一：「共創成長路」計劃研究項目（階段一）**

研究數據來源於一項始於 2006 年、為期五年的追蹤研究項目（第一階段：2006 年秋；第二階段：2007 年春；第三階段：2007 年秋；第四階段：2008 年春；第五階段：2008 年秋；第六階段：2009 年春；第七階段：2010 年春；第八階段：2011 年春；Shek & Ma, 2012; Shek & Sun, 2013; Shek & Wu, 2016）。第一階段施測時，研究參與者為來

自 48 所官立或資助學校的中一學生，參與的學生人數為 7,975 人 (Shek, Siu, Lee, Cheung, & Chung, 2008)。調查採取紙筆問卷團體施測的方式，在學校進行施測。在第一階段施測前，同意參加此研究項目的家長和學校分別簽署了知情同意書。在每階段施測前，我們會再次徵求學生同意。

- **研究二：「共創成長路」計劃研究項目（階段二）**

研究數據來自於一項始於 2009 年、為期六年的追蹤研究項目。研究者從香港的官立或資助中學中隨機抽取 28 所學校，對參與的學生從中一年級開始，每隔一年進行一次調查（共六個階段）。第一階段參與研究的學生數量為 3,328 人。調查採取紙筆問卷團體施測的方式，在學校進行施測 (Shek & Lin, 2017)。在第一階段施測前，同意參加此研究項目的家長和學校分別簽署了知情同意書。在每階段施測前，我們會再次徵求學生同意。

註：於此次發佈會中發佈的研究資料，除特別說明外，主要來自於研究二。

研究工具

- **研究一**

此次研究採用自我報告的方式，透過問卷以收集數據。問卷內容包括受訪者的生活滿意度、無望感等，簡介如下：

- **生活滿意度**

量表共包括 5 個項目，例如「到目前為止，我已經取得在生命中我想得到的重要東西」。量表採用 6 點李克特量表法計分（1 = 非常不同意，2 = 不同意，3 = 有點不同意，4 = 有點同意，5 = 同意，6 = 非常同意），得分愈高代表生活滿意度水平愈高。研究顯示此量表有好的心理測量特徵 (Shek, 2004)。

- **無望感**

量表共含 4 個項目，例如「我覺得自己在將來是沒可能得到任何真正的滿足感」。該量表亦採用 6 點李克特量表法計分，得分愈高代表無望感愈強。研究顯示此量表有好的心理測量特徵 (Shek, Siu & Lee, 2007)。

- **研究二**

此次研究採用自我報告的方式，透過問卷以收集數據。問卷內容包括受訪者的生活滿意度、無望感、學習適應能力、對新初/高中課程制度的評價及偏好等，簡介如下：

- **生活滿意度**

與研究一使用相同的生活滿意度量表。

- **無望感**

量表共包括 5 個項目，例如「我可以看見我的未來全是不愉快的」。該量表亦採用 6 點李克特量表法計分，得分愈高代表無望感愈強。研究代表此量表有好的心理測量特徵 (Shek & Li, 2016)。

- **自殺傾向**

青少年的自殺傾向量表由 3 個項目組成，包括三個方面：受訪者的自殺意念、自殺計劃、及自殺行為。透過詢問學生「在過去一年內，你曾否認真地想過要嘗試自殺？」以了解其自殺意念；透過詢問「在過去一年內，你有否為你怎樣嘗試自殺而作出特定的計劃？」以了解其自殺計劃；透過詢問「在過去一年內，你實際上曾嘗試自殺多少次？」以了解其自殺行為。其中，自殺意念和自殺計劃的編碼均為：0 = 沒有，1 = 有；自殺行為被重新編碼為：0 = 沒有，1 = 至少有一次。重新編碼後，自殺意念、自殺計劃、及自殺行為三個方面的得分相加記為自殺傾向得分。

- **學習壓力**

研究從兩方面測量青少年的學習壓力及自信心，包括面對新課程制度的壓力（「面對新高中的課程，你是否感到有壓力？」）及現時的學習壓力（「面對現時的學習，你是否感到有壓力？」）。該量表採用 4 點李克特量表法計分（1 = 完全沒有，2 = 有一點兒，3 = 相當有，4 = 十分有），得分愈高代表學習壓力愈大。

- **學習自信心**

透過詢問學生「你有沒有信心應付新高中課程的要求？」來測量中學生是否有面對學習壓力的自信心。該項目採用 4 點李克特量表法計分（1 = 完全沒有信心，2 = 沒有信心，3 = 有信心，4 = 完全有信心），得分愈高代表應對新課程制度的自信心愈強。

- **學校支援**

透過詢問中學生「你覺得學校現時所提供的學習支援是否足夠？」了解學生感受到的學校支援。該項目採用 4 點李克特量表法計分（1 = 非常不足夠，2 = 不足夠，3 = 足夠，4 = 非常足夠），得分愈高代表感受到的學校支援愈多。

- **生活技巧訓練**

此研究嘗試從「需求」和「供應」兩個角度以了解中學正規課程中有關生活技巧知識的課程是否必需及是否足夠。兩個項目包括「在學校的正規課程中，你所學習到有關生活技巧的知識（例如：怎樣控制情緒和面對逆境的能力）是否足夠？」及「你認為年青人是否需要學習生活技巧方面的知識？」。兩個項目均以 4 點李克特量表法計分（1 = 非常不需要/非常不足夠，2 = 不需要/不足夠，3 = 需要/足夠，4 = 非常需要/非常足夠）。

- **對初中/高中新課程的評價**

研究採用自製量表測量中學生對新初中（中一至中三）和新高中（中四至中六）課程的看法與評價，量表共含有 12 個項目，採用 6 點李克特計量表法計分（1 =

十分不同意，2 = 不同意，3 = 有點不同意，4 = 有點同意，5 = 同意，6 = 十分同意）。其中 9 個項目屬於正面評價（例如「課程能幫助我建立正確的價值觀」），3 個項目為負面評價（例如「課程帶給我很大的挫敗感」）。

○ **對整體中學生活的觀感**

該量表透過 10 個項目，從不同方面測量中學生對整體中學生活的觀感。量表採用 4 點李克特量表法計分（1 = 十分不同意，2 = 不同意，3 = 同意，4 = 十分同意）。其中 6 個項目為正面觀感（例如「我接受的中學教育能使我全面發展」），而餘下 4 個項目為負面感知（例如「在中學的日子裡，沒有人關心我」）。

○ **對新舊中學制度的偏好**

研究者透過一個項目詢問中學生對新制度（即 6 年中學教育 + 中學文憑試）和舊制度（即 5 年基本中學教育 + 會考 + 2 年預科 + 高考）的偏好。

○ **青少年正面成長**

採用修訂版青少年正面成長量表（Modified Chinese Positive Youth Development Scale; CPYDS; Shek, Siu, & Lee, 2007; Shek & Lin, 2016）測量青少年的正面成長。量表測量了 Catalano 等（2004）提出的 15 個青少年正面成長構念（即與健康成人和益友的聯繫、社交能力、情緒控制和表達能力、認知能力、採取行動能力、分辨是非能力、自我效能感、親社會規範、抗逆能力、自決能力、心靈質素、明確及正面的身份、建立目標和抉擇能力、參與公益活動、正面行為的認同），共計 44 個項目。其中除了心靈質素為 7 點李克特計量表法計分之外，其餘構念均為 6 點計分（1 = 非常不同意，2 = 不同意，3 = 有點不同意，4 = 有點同意，5 = 同意，6 = 非常同意）。本研究採用總量表的平均值進行分析，分數愈高代表正面成長能力愈高。

○ **家庭功能**

家庭功能量表包括 9 個項目，嘗試從三個維度了解青少年的家庭功能是否運轉良好，包括家庭成員相互關係（例如「我的家人相處得很好」），家庭和諧/衝突（反向計分；例如「我們有很多磨擦」），及家庭溝通（例如「總的來說，父母和子女經常交談」）。量表採用 5 點李克特計量表法計分（其中 1 = 十分不相似，2 = 有點不相似，3 = 介乎有點不相似與有點相似之間，4 = 有點相似，5 = 十分相似）。家庭功能得分為 9 個項目的平均分。分數愈高，代表其家庭功能運作得更好（Shek & Ma, 2010）。

研究結果

A. 生活滿意度下降

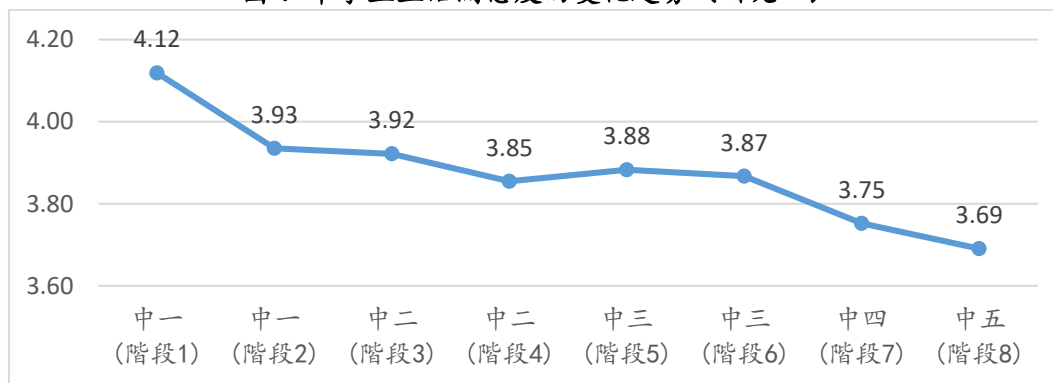
• 研究一

基於對研究一每個階段所有學生生活滿意度得分的平均值來看，香港青少年的生活滿意度表現出逐年下降的趨勢（見表 1 及圖 1）。

表 1 中學生逐年的生活滿意度得分（研究一）

	中一 (階段 1)	中一 (階段 2)	中二 (階段 3)	中二 (階段 4)	中三 (階段 5)	中三 (階段 6)	中四 (階段 7)	中五 (階段 8)
平均值	4.12	3.93	3.92	3.85	3.88	3.87	3.75	3.69
人數	7,938	7,620	7,124	6,779	6,950	6,939	6,522	6,477

圖 1 中學生生活滿意度的變化趨勢（研究一）



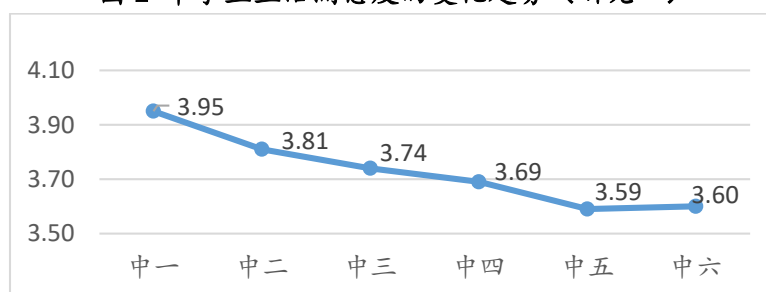
• 研究二

基於對研究二的數據分析，結論與研究一相似：香港中學生對自己生活的滿意程度出現負面的變化趨勢（見表 2 及圖 2）。

表 2 中學生逐年的生活滿意度得分（研究二）

	中一	中二	中三	中四	中五	中六
平均值	3.95	3.81	3.74	3.69	3.59	3.60
人數	3,216	3,572	4,036	3,930	3,646	3,451

圖 2 中學生生活滿意度的變化趨勢（研究二）



以量表中一個題目為例，綜合研究一及研究二的結果發現，有兩成至三成的學生不同意「我的生活狀況是極好的」（見表 3a 及 3b）。

表 3a 中學生對於「我的生活狀況是極好的」的回應(研究一)

年級	1	2	3	1+2+3	4	5	6	4+5+6	平均值	人數
中一 (階段 1)	266 (3.4%)	339 (4.3%)	973 (12.4%)	1,578 (20.0%)	2,222 (28.2%)	2,516 (32.0%)	1,557 (19.8%)	6,295 (80.0%)	4.40	7,873
中一 (階段 2)	311 (4.1%)	449 (5.9%)	1,084 (14.3%)	1,844 (24.3%)	2,319 (30.6%)	2,302 (30.4%)	1,110 (14.7%)	5,731 (75.7%)	4.21	7,575
中二 (階段 3)	251 (3.5%)	388 (5.5%)	944 (13.3%)	1,583 (22.4%)	2,252 (31.8%)	2,311 (32.7%)	928 (13.1%)	5,491 (77.6%)	4.24	7,074
中二 (階段 4)	277 (4.1%)	383 (5.7%)	996 (14.7%)	1,656 (24.5%)	2,150 (31.8%)	2,161 (32.0%)	787 (11.7%)	5,098 (75.5%)	4.17	6,754
中三 (階段 5)	210 (3.0%)	372 (5.4%)	1,027 (14.8%)	1,609 (23.2%)	2,280 (32.9%)	2,266 (32.7%)	774 (11.2%)	5,320 (76.8%)	4.20	6,929
中三 (階段 6)	233 (3.4%)	398 (5.7%)	993 (14.3%)	1,624 (23.4%)	2,311 (33.3%)	2,270 (32.8%)	726 (10.5%)	5,307 (76.6%)	4.18	6,931
中四 (階段 7)	217 (3.3%)	446 (6.9%)	1,063 (16.4%)	1,726 (26.5%)	2,262 (34.8%)	1,957 (30.1%)	556 (8.6%)	4,775 (73.5%)	4.07	6,501
中五 (階段 8)	230 (3.6%)	485 (7.5%)	1,174 (18.2%)	1,889 (29.3%)	2,254 (34.9%)	1,869 (29.0%)	442 (6.8%)	4,565 (70.7%)	3.99	6,454

註：1 = 非常不同意，2 = 不同意，3 = 有點不同意，4 = 有點同意，5 = 同意，6 = 非常同意

表 3b 中學生對於「我的生活狀況是極好的」的回應(研究二)

年級	1	2	3	1+2+3	4	5	6	4+5+6	平均值	人數
中一	119 (3.6%)	197 (6.0%)	381 (11.5%)	697 (21.1%)	893 (27.0%)	1,157 (35.0%)	557 (16.9%)	2,607 (78.9%)	4.34	3,304
中二	143 (3.9%)	252 (6.9%)	496 (13.7%)	891 (24.5%)	1,107 (30.5%)	1,210 (33.3%)	423 (11.6%)	2,740 (75.5%)	4.17	3,631
中三	147 (2.8%)	307 (7.5%)	599 (14.6%)	1,053 (25.7%)	1,361 (33.3%)	1,315 (32.1%)	363 (8.9%)	3,039 (74.3%)	4.09	4,092
中四	127 (3.2%)	338 (8.5%)	648 (16.3%)	1,113 (28.0%)	1,317 (33.2%)	1,247 (31.4%)	292 (7.4%)	2,856 (72.0%)	4.03	3,969
中五	121 (3.3%)	332 (9.0%)	662 (18.0%)	1,115 (30.3%)	1,279 (34.8%)	1,076 (29.3%)	207 (5.6%)	2,562 (69.7%)	3.95	3,677
中六	130 (3.7%)	305 (8.7%)	634 (18.2%)	1,069 (30.6%)	1,304 (37.4%)	932 (26.7%)	184 (5.3%)	2,420 (69.7%)	3.90	3,489

註：1 = 十分不同意，2 = 頗為不同意，3 = 少許不同意，4 = 少許同意，5 = 頗為同意，6 = 十分同意

B. 無望感波動

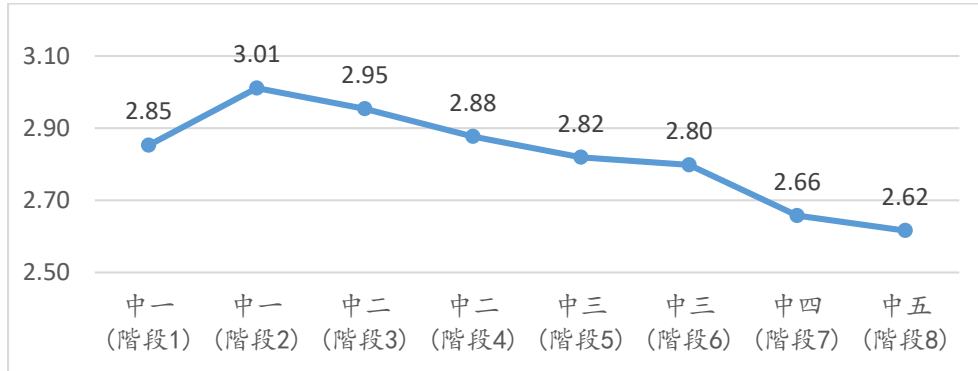
• 研究一

隨著年齡增長，參與研究一的中學生的無望感平均值數於中一期間呈上升趨勢，之後逐漸下降（見表 4 及圖 3）。

表 4 中學生逐年的無望感得分 (研究一)

	中一 (階段 1)	中一 (階段 2)	中二 (階段 3)	中二 (階段 4)	中三 (階段 5)	中三 (階段 6)	中四 (階段 7)	中五 (階段 8)
平均值	2.85	3.01	2.95	2.88	2.82	2.80	2.66	2.62
人數	7,963	7,648	7,141	6,801	6,966	6,949	6,531	6,485

圖 3 中學生無望感的變化趨勢 (研究一)



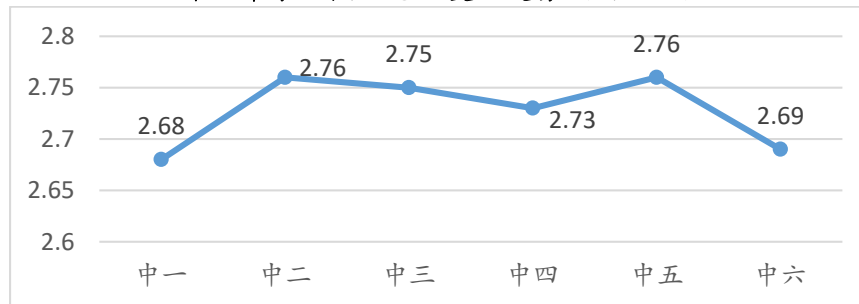
• 研究二

中學生的無望感整體上呈上升的趨勢 (見表 5 及圖 4)。中學生對未來的無望感從中一到中五在波動中有增加的趨勢，到中六有所下降。

表 5 中學生逐年的無望感得分 (研究二)

	中一	中二	中三	中四	中五	中六
平均值	2.68	2.76	2.75	2.73	2.76	2.69
人數	3,189	3,559	4,036	3,922	3,645	3,426

圖 4 中學生無助感的變化趨勢 (研究二)



以其中一個題目為例，綜合研究一及研究二發現，有超過兩成左右的學生認為「我可以看見我的未來全是不愉快的」 (見表 6a 及 6b)。

表 6a 中學生對於「我可以看見我的未來全是不愉快的」的回應 (研究一)

年級	1	2	3	1+2+3	4	5	6	4+5+6	平均值	人數
中一 (階段 1)	2,950 (37.3%)	1,644 (20.8%)	1,538 (19.5%)	6,132 (77.6%)	871 (11.0%)	496 (6.3%)	403 (5.1%)	1,770 (22.4%)	2.43	7,902
中一 (階段 2)	2,367 (31.3%)	1,566 (20.7%)	1,466 (19.4%)	5,399 (71.3%)	1,040 (13.7%)	655 (8.6%)	480 (6.3%)	2,175 (28.7%)	2.67	7,574
中二 (階段 3)	2,194 (31.0%)	1,594 (22.5%)	1,378 (19.5%)	5,166 (73.1%)	989 (14.0%)	573 (8.1%)	343 (4.9%)	1,905 (26.9%)	2.60	7,071
中二 (階段 4)	2,122 (31.6%)	1,567 (23.3%)	1,294 (19.3%)	4,983 (74.2%)	901 (13.4%)	533 (7.9%)	296 (4.4%)	1,730 (25.8%)	2.56	6,713
中三 (階段 5)	2,223 (32.1%)	1,662 (24.0%)	1,408 (20.4%)	5,293 (76.5%)	827 (12.0%)	538 (7.8%)	259 (3.7%)	1,624 (23.5%)	2.50	6,917
中三 (階段 6)	2,229 (32.2%)	1,724 (24.9%)	1,316 (19.0%)	5,269 (76.0%)	862 (12.4%)	529 (7.6%)	272 (3.9%)	1,663 (24.0%)	2.50	6,932
中四 (階段 7)	1,633 (25.1%)	2,162 (33.2%)	1,478 (22.7%)	5,273 (80.9%)	754 (11.6%)	353 (5.4%)	137 (2.1%)	1,244 (19.1%)	2.45	6,517
中五 (階段 8)	1,593 (24.6%)	2,226 (34.4%)	1,499 (23.2%)	5,318 (82.3%)	738 (11.3%)	294 (4.5%)	113 (1.7%)	1,145 (17.7%)	2.42	6,463

註：1 = 非常不同意，2 = 不同意，3 = 有點不同意，4 = 有點同意，5 = 同意，6 = 非常同意

表 6b 中學生對於「我可以看見我的未來全是不愉快的」的回應 (研究二)

年級	1	2	3	1+2+3	4	5	6	4+5+6	平均值	人數
中一	1,290 (39.3%)	760 (23.1%)	596 (18.1%)	2,646 (80.5%)	337 (10.3%)	189 (5.8%)	113 (3.4%)	639 (19.5%)	2.30	3,285
中二	1,177 (32.6%)	921 (25.5%)	759 (21.0%)	2,857 (79.2%)	457 (12.7%)	175 (4.8%)	120 (3.3%)	752 (20.8%)	2.42	3,609
中三	1,296 (31.7%)	1,072 (26.3%)	916 (22.4%)	3,284 (80.4%)	487 (11.9%)	190 (4.7%)	122 (3.0%)	799 (19.6%)	2.40	4,083
中四	1,191 (30.1%)	1,050 (26.5%)	970 (24.5%)	3,211 (81.1%)	494 (12.5%)	154 (3.9%)	98 (2.5%)	746 (18.9%)	2.41	3,957
中五	994 (27.1%)	1,083 (29.5%)	897 (24.4%)	2,974 (81.0%)	417 (11.4%)	181 (4.9%)	98 (2.7%)	696 (19.0%)	2.46	3,670
中六	951 (27.3%)	1,093 (31.3%)	841 (24.1%)	2,885 (82.7%)	402 (11.5%)	125 (3.6%)	76 (2.2%)	603 (17.3%)	2.39	3,488

註：1 = 十分不同意，2 = 頗為不同意，3 = 少許不同意，4 = 少許同意，5 = 頗為同意，6 = 十分同意

C. 超過一成的學生曾想自殺

超過一成的學生曾經想過嘗試自殺，且在初中期間，有接近 5% 的學生出現過自殺行為。總體而言，中學六年期間，學生的自殺意念、自殺計劃、及自殺行為均有所減少（見表 7）。

表 7 中學生的自殺傾向

	中一		中二		中三		中四		中五		中六	
	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1
自殺意念	2,816 (86.3%)	446 (13.7%)	3,110 (85.8%)	515 (14.2%)	3,489 (87.9%)	481 (12.1%)	3,457 (90.0%)	383 (10.0%)	3,183 (89.3%)	382 (10.7%)	3,053 (90.1%)	334 (9.9%)
自殺計劃	3,095 (95.1%)	158 (4.9%)	3,431 (94.7%)	193 (5.3%)	3,801 (95.7%)	170 (4.3%)	3,711 (96.9%)	119 (3.1%)	3,450 (96.8%)	115 (3.2%)	3,282 (96.9%)	106 (3.1%)
自殺行為	3,081 (95.3%)	152 (4.7%)	3,448 (95.5%)	161 (4.5%)	3,812 (96.2%)	150 (3.8%)	3,750 (97.7%)	87 (2.3%)	3,480 (97.7%)	82 (2.3%)	3,319 (98.1%)	66 (1.9%)

註：0 = 沒有，1 = 有

D. 面對新高中課程壓力增加

面對新學制的高中課程，中學生的壓力呈現出上升趨勢（見圖 5）。同時，超過一半的高中學生認為自己面對新高中課程的壓力相當大或者十分大，且約七成的中五、中六學生感受到相當大或者十分大的壓力（見表 8）。

圖 5 中學生面對新高中課程的壓力的變化趨勢

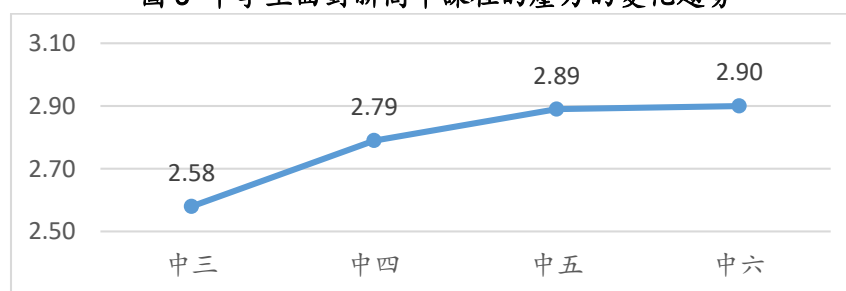


表 8 中學生於高中各年級面對新高中課程的壓力

年級	1	2	1+2	3	4	3+4	平均值	人數
中三	228 (5.6%)	1,821 (44.6%)	2,049 (50.2%)	1,460 (35.7%)	576 (14.1%)	2,036 (49.8%)	2.58	4,085
中四	133 (3.4%)	1,353 (34.2%)	1,486 (37.5%)	1,671 (42.2%)	801 (20.2%)	2,472 (62.5%)	2.79	3,958
中五	88 (2.4%)	1,056 (28.7%)	1,144 (31.1%)	1,727 (46.9%)	810 (22.0%)	2,537 (68.9%)	2.89	3,681
中六	98 (2.8%)	959 (27.5%)	1,057 (30.3%)	1,619 (46.4%)	813 (23.3%)	2,432 (69.7%)	2.90	3,489

註：1 = 完全沒有，2 = 有一點兒，3 = 相當有，4 = 十分有

E. 現時學習壓力增加

除了應對新學制改革的壓力外，中學生還要應對現時學習壓力。研究發現，中學生的學習壓力相當大，並隨著年級的升高而上升（見圖 6）。有超過七成的中六學生感受到相當大甚至十分大的學習壓力（見表 9）。

圖 6 中學生學習壓力的變化趨勢

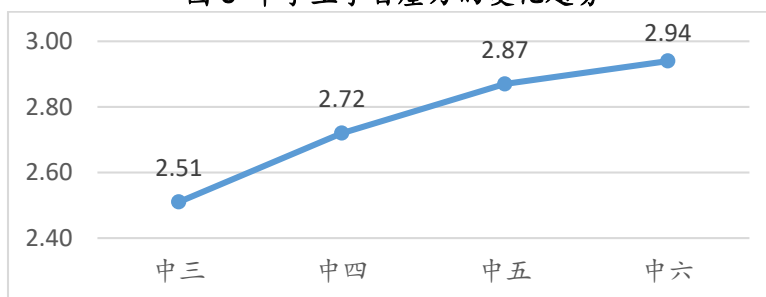


表 9 各年級中學生當前的學習壓力

年級	1	2	1+2	3	4	3+4	平均值	人數
中三	228 (5.6%)	1,821 (44.6%)	2,049 (50.2%)	1,460 (35.7%)	576 (14.1%)	2,036 (49.8%)	2.51	4,085
中四	140 (3.5%)	1,476 (37.3%)	1,616 (40.8%)	1,690 (42.7%)	653 (16.5%)	2,343 (59.2%)	2.72	3,959
中五	81 (2.2%)	1,107 (30.1%)	1,188 (32.3%)	1,706 (46.4%)	783 (21.3%)	2,489 (67.7%)	2.87	3,677
中六	107 (3.1%)	875 (25.0%)	982 (28.1%)	1,633 (46.7%)	879 (25.2%)	2,512 (71.9%)	2.94	3,494

註：1 = 完全沒有，2 = 有一點兒，3 = 相當有，4 = 十分有

F. 對學習的自信心下降

中學生對自己適應新的課程的自信心基本呈現下降趨勢，雖然在中六有稍微回升（見圖 7）。值得注意的是，在高中階段，每一年都有接近四成五的學生表示對適應新高中課程沒有或完全沒有信心（見表 10）。

圖 7 中學生適應新高中課程要求的自信心的變化趨勢

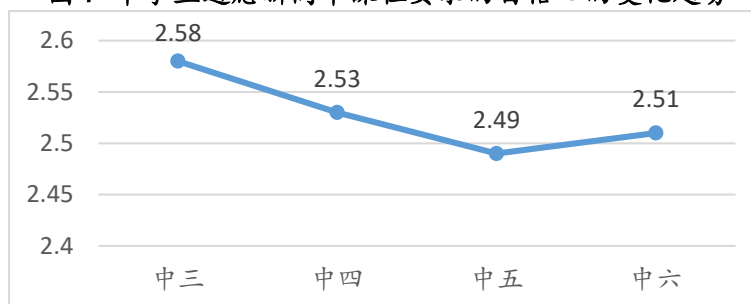


表 10 各年級中學生對適應新高中課程要求的自信心

年級	1	2	1+2	3	4	3+4	平均值	人數
中三	216 (5.3%)	2,020 (49.5%)	2,236 (54.8%)	1,392 (34.1%)	451 (11.1%)	1,843 (45.2%)	2.58	4,079
中四	278 (7.0%)	1,481 (37.3%)	1,759 (44.3%)	2,037 (51.3%)	174 (4.4%)	2,211 (55.7%)	2.53	3,970
中五	321 (8.8%)	1,372 (37.5%)	1,693 (46.3%)	1,827 (50.0%)	135 (3.7%)	1,962 (53.7%)	2.49	3,655
中六	300 (8.7%)	1,234 (35.7%)	1,534 (44.3%)	1,772 (51.2%)	153 (4.4%)	1,925 (55.7%)	2.51	3,459

註：1 = 完全沒有信心，2 = 沒有信心，3 = 有信心，4 = 完全有信心

G. 對學校支援的觀感變差

中學生自中三至中五感受到的學校支援逐年下降，直至中六才有所回升（見圖 8）。研究同時發現，各年級的中學生中，多於四成的青少年認為來自學校的支援不足夠，甚至非常不足夠（見表 11），尤其是在約一半的中五學生眼裡，學校現時提供的學習支援並不足夠。

圖 8 中學生感受到的學校支援的變化趨勢

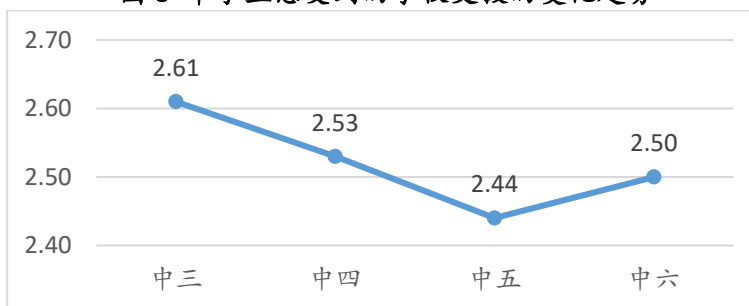


表 11 各年級中學生對學校支援的不同觀感的比例

年級	1	2	1+2	3	4	3+4	平均值	人數
中三	226 (5.5%)	1,462 (35.8%)	1,688 (41.3%)	2,184 (53.4%)	217 (5.3%)	2,401 (58.7%)	2.61	4,089
中四	298 (7.5%)	1,369 (34.5%)	1,667 (42.0%)	2,186 (55.1%)	114 (2.9%)	2,300 (58.0%)	2.53	3,967
中五	341 (9.3%)	1,468 (39.9%)	1,809 (49.2%)	1,779 (48.3%)	92 (2.5%)	1,871 (50.8%)	2.44	3,680
中六	306 (8.8%)	1,228 (35.2%)	1,534 (43.9%)	1,854 (53.1%)	105 (3.0%)	1,959 (56.1%)	2.50	3,493

註：1 = 非常不足夠，2 = 不足夠，3 = 足夠，4 = 非常足夠

H. 絕大部份學生認為生活技巧重要

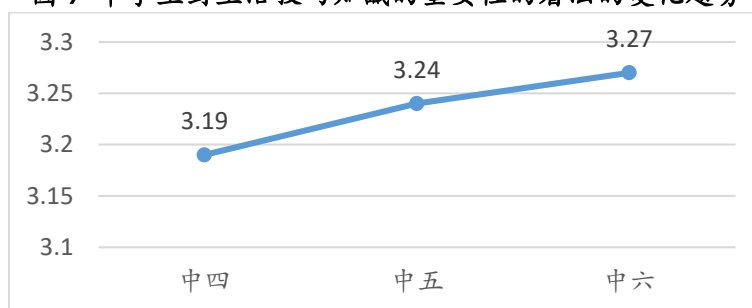
透過表 12 我們可以發現，絕大多數（超過九成）的高中生認為有關生活技巧的知識非常重要。同時，隨著年齡的增長，他們愈認識到這方面知識的重要性（見圖 9）。

表 12 各年級中學生對生活技巧知識的重要性不同觀點的比例

年級	1	2	1+2	3	4	3+4	平均值	人數
中四	79 (2.0%)	232 (5.9%)	311 (7.9%)	2,514 (63.5%)	1,133 (28.6%)	3,647 (92.1%)	3.19	3,958
中五	64 (1.7%)	196 (5.3%)	260 (7.1%)	2,219 (60.4%)	1,195 (32.5%)	3,414 (92.9%)	3.24	3,674
中六	62 (1.8%)	174 (5.0%)	236 (6.8%)	2,028 (58.2%)	1,222 (35.1%)	3,250 (93.2%)	3.27	3,486

註：1 = 非常不需要，2 = 不需要，3 = 需要，4 = 非常需要

圖 9 中學生對生活技巧知識的重要性的看法的變化趨勢



I. 較多學生認為生活技巧教育不足

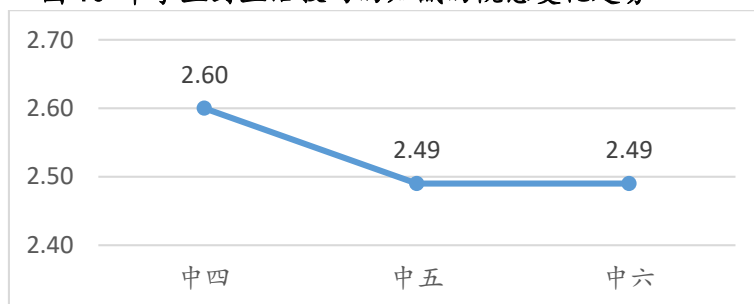
有很大部份（約 44%，見表 13）的中學生認為學校提供的有關生活技巧知識的課程和教育相當欠缺。同時，隨著年齡的增長，中學生們愈感到學校提供的有關生活技巧知識的課程和教育不足（見圖 10）。個人成長方面的教育是中學的教育制度裡相當缺乏的一方面，這種需求與課程缺失之間的矛盾，預示著教育者與政策制定者未來教育改革的新方向。

表 13 各年級中學生對生活技巧的知識的不同觀感的比例

年級	1	2	1+2	3	4	3+4	平均值	人數
中四	268 (6.8%)	1,191 (30.1%)	1,459 (36.9%)	2,339 (59.1%)	161 (4.1%)	2,500 (63.1%)	2.60	3,959
中五	360 (9.8%)	1,277 (34.8%)	1,637 (44.6%)	1,911 (52.0%)	126 (3.4%)	2,037 (55.4%)	2.49	3,674
中六	344 (9.9%)	1,201 (34.5%)	1,545 (44.3%)	1,830 (52.5%)	109 (3.1%)	1,939 (55.7%)	2.49	3,484

註：1 = 非常不足夠，2 = 不足夠，3 = 足夠，4 = 非常足夠

圖 10 中學生對生活技巧的知識的觀感變化趨勢



J. 對初中課程觀感混雜

此次研究中，中六學生被邀請回答其對新初中（中一至中三）課程和對新高中（中四至中六）課程的意見和看法。如表 14 所示，對於初中課程，大部份中六學生表示同意課程是有趣的（66.6%）和課程可以增加他們對自己的認識（69.9%）。但與此同時，他們也同意新初中課程過份強調考試成績（69.7%）、未能令自己發揮所長（61.9%），超過四成（41.6%）的學生認為新初中課程不能幫助他們找到人生的目標。

表 14 中六學生對新初中（中一至中三）課程的看法

題目	1	2	3	1+2+3	4	5	6	4+5+6
1. 課程十分有趣	214 (6.2%)	327 (9.4%)	619 (17.8%)	1,160 (33.4%)	1,523 (43.9%)	686 (19.8%)	101 (2.9%)	2,310 (66.6%)
2. 課程能鼓勵我反思	230 (6.6%)	355 (10.2%)	818 (23.6%)	1,403 (40.4%)	1,397 (40.2%)	589 (17.0%)	83 (2.4%)	2,069 (59.6%)
3. 課程能提升我對學習的興趣	228 (6.6%)	321 (9.3%)	701 (20.2%)	1,250 (36.0%)	1,431 (41.2%)	700 (20.2%)	89 (2.6%)	2,220 (64.0%)
4. 我喜歡新初中的課程	220 (6.3%)	292 (8.4%)	601 (17.3%)	1,113 (32.1%)	1,437 (41.4%)	766 (22.1%)	154 (4.4%)	2,357 (67.9%)
5. 課程過份強調考試成績	112 (3.2%)	196 (5.7%)	739 (21.4%)	1,047 (30.3%)	1,201 (34.7%)	755 (21.8%)	456 (13.2%)	2,412 (69.7%)
6. 課程未能令我發揮所長	120 (3.5%)	261 (7.6%)	934 (27.1%)	1,315 (38.1%)	1,251 (36.3%)	601 (17.4%)	282 (8.2%)	2,134 (61.9%)
7. 課程帶給我很大的挫敗感	211 (6.1%)	533 (15.4%)	1239 (35.9%)	1,983 (57.4%)	921 (26.7%)	366 (10.6%)	182 (5.3%)	1,469 (42.6%)
8. 課程能幫助我建立正確的價值觀	188 (5.4%)	216 (6.2%)	655 (18.9%)	1,059 (30.6%)	1,617 (46.7%)	684 (19.7%)	106 (3.1%)	2,407 (69.4%)
9. 課程能增加我對自己的認識	185 (5.3%)	238 (6.9%)	622 (17.9%)	1,045 (30.1%)	1,617 (46.6%)	699 (20.1%)	110 (3.2%)	2,426 (69.9%)
10. 課程能加強我面對逆境的能力	201 (5.8%)	272 (7.8%)	791 (22.8%)	1,264 (36.4%)	1,468 (42.3%)	645 (18.6%)	96 (2.8%)	2,209 (63.6%)
11. 課程能加強我處理情緒的能力	218 (6.3%)	293 (8.4%)	830 (23.9%)	1,341 (38.6%)	1,404 (40.5%)	617 (17.8%)	108 (3.1%)	2,129 (61.4%)
12. 課程能幫助我找到人生的目標	288 (8.3%)	343 (9.9%)	807 (23.3%)	1,438 (41.6%)	1,307 (37.8%)	605 (17.50%)	110 (3.2%)	2,022 (58.4%)

註：1 = 十分不同意，2 = 不同意，3 = 有點不同意，4 = 有點同意，5 = 同意，6 = 十分同意

K. 對高中課程有負面看法

對於新高中（中四至中六）課程來說（見表 15），超過六成的中六學生認為新課程給他們帶來很大的挫敗感（62.1%）、未能令其發揮自己所長（64.6%）。同時，有 36.6% 的中六學生並不同意新高中課程能夠幫助他們建立正確的價值觀。

表 15 中六學生對新高中（中四至中六）課程的看法

題目	1	2	3	1+2+3	4	5	6	4+5+6
1. 課程十分有趣	321 (9.2%)	429 (12.3%)	812 (23.3%)	1,562 (44.7%)	1,193 (34.2%)	641 (18.4%)	95 (2.7%)	1,929 (55.3%)
2. 課程能鼓勵我反思	292 (8.4%)	352 (10.1%)	733 (21.0%)	1,377 (39.4%)	1,298 (37.2%)	700 (20.1%)	116 (3.3%)	2,114 (60.6%)
3. 課程能提升我對學習的興趣	330 (9.5%)	402 (11.5%)	816 (23.4%)	1,548 (44.3%)	1,169 (33.5%)	673 (19.3%)	101 (2.9%)	1,943 (55.7%)
4. 我喜歡新高中的課程	393 (11.3%)	434 (12.4%)	863 (24.7%)	1,690 (48.4%)	1,117 (32.0%)	579 (16.6%)	103 (3.0%)	1,799 (51.6%)
5. 課程過份強調考試成績	90 (2.6%)	102 (2.9%)	353 (10.1%)	545 (15.6%)	861 (24.7%)	973 (27.9%)	1105 (31.7%)	2,939 (84.4%)
6. 課程未能令我發揮所長	137 (3.9%)	232 (6.7%)	862 (24.8%)	1,231 (35.4%)	1,192 (34.3%)	688 (19.8%)	368 (10.6%)	2,248 (64.6%)
7. 課程帶給我很大的挫敗感	142 (4.1%)	290 (8.3%)	887 (25.5%)	1,319 (37.9%)	1,146 (33.0%)	658 (18.9%)	354 (10.2%)	2,158 (62.1%)
8. 課程能幫助我建立正確的價值觀	252 (7.2%)	278 (8.0%)	743 (21.3%)	1,273 (36.5%)	1,394 (40.0%)	719 (20.6%)	97 (2.8%)	2,210 (63.5%)
9. 課程能增加我對自己的認識	234 (6.7%)	271 (7.8%)	655 (18.8%)	1,160 (33.3%)	1,412 (40.5%)	794 (22.8%)	121 (3.5%)	2,327 (66.7%)
10. 課程能加強我面對逆境的能力	253 (7.3%)	300 (8.6%)	709 (20.3%)	1,262 (36.2%)	1,356 (38.9%)	733 (21.0%)	136 (3.9%)	2,225 (63.8%)
11. 課程能加強我處理情緒的能力	282 (8.1%)	340 (9.8%)	769 (22.1%)	1,391 (39.9%)	1,278 (36.7%)	684 (19.6%)	131 (3.8%)	2,093 (60.1%)
12. 課程能幫助我找到人生的目標	310 (8.9%)	296 (8.5%)	627 (18.1%)	1,233 (35.5%)	1,248 (36.0%)	806 (23.2%)	182 (5.2%)	2,236 (64.5%)

註：1 = 十分不同意，2 = 不同意，3 = 有點不同意，4 = 有點同意，5 = 同意，6 = 十分同意

L. 學生較喜歡初中課程

比較新初中與新高中課程（見表 16），中六學生更喜歡新初中課程，認為新初中課程更有趣、更能提升他們對學習的興趣、能幫助其建立正確的價值觀。而新高中課程過分強調考試成績、未能令其發揮自己所長、帶來了更大的挫敗感，不過也較能幫助其找到人生的目標。

表 16 中六學生對新初中課程和新高中課程評價之間的差異

題目	初中 平均值	高中 平均值	t	p	比較結果
1. 課程十分有趣	3.70	3.48	10.94	.000	初中>高中
2. 課程能鼓勵我反思	3.58	3.60	-1.31	.189	沒有顯著差異
3. 課程能提升我對學習的興趣	3.67	3.50	8.46	.000	初中>高中
4. 我喜歡新初中/高中的課程	3.78	3.39	17.42	.000	初中>高中
5. 課程過份強調考試成績	4.06	4.68	-28.38	.000	高中>初中
6. 課程未能令我發揮所長	3.81	3.91	-5.00	.000	高中>初中
7. 課程帶給我很大的挫敗感	3.36	3.85	-23.46	.000	高中>初中
8. 課程能幫助我建立正確的價值觀	3.78	3.67	6.60	.000	初中>高中
9. 課程能增加我對自己的認識	3.79	3.75	2.15	.031	初中>高中
10. 課程能加強我面對逆境的能力	3.68	3.70	-.45	.652	沒有顯著差異
11. 課程能加強我處理情緒的能力	3.64	3.61	2.13	.033	初中>高中
12. 課程能幫助我找到人生的目標	3.56	3.72	-8.56	.000	高中>初中

註：p < .05，代表項目於高中和初中的平均值在統計學上存在顯著的差異。

M. 對整體中學生活觀感正面，但亦有隱憂，觀感較為混雜

對於整個中學生涯，中六學生的評價和看法相對正面（見表 17）。大部份學生認為自己的中學生活是快樂的（86.2%），所接受的中學教育對其成長是有幫助的（83.4%）。然而，仍有超過兩成的學生認為他們所接受的中學教育未能幫助他們準備面對人生的挑戰、是浪費時間的。亦有超過六成的學生認為他們接受的中學教育只是強調考試成績，接近四成的學生認為自己接受的中學教育未能使其全面發展。

表 17 中六學生對中學生活的看法和感知

題目	1	2	1+2	3	4	3+4	平均值
1. 我的中學生活是快樂的	108 (3.1%)	375 (10.7%)	483 (13.8%)	2,418 (69.2%)	593 (17.0%)	3,011 (86.2%)	3.00
2. 我滿意我的中學生活	142 (4.1%)	504 (14.4%)	646 (18.5%)	2,302 (66.0%)	542 (15.5%)	2,844 (81.5%)	2.93
3. 我接受的中學教育能夠預備我面對人生的挑戰	162 (4.6%)	663 (19.0%)	825 (23.6%)	2,286 (65.5%)	379 (10.9%)	2,665 (76.4%)	2.83
4. 我接受的中學教育對我的成長有幫助	133 (3.8%)	446 (12.8%)	579 (16.7%)	2,476 (71.2%)	422 (12.1%)	2,898 (83.3%)	2.92
5. 我接受的中學教育只是強調考試成績	195 (5.6%)	1097 (31.5%)	1292 (37.1%)	1,453 (41.8%)	735 (21.1%)	2,188 (62.9%)	2.78
6. 在中學的日子裡，沒有人關心我	918 (26.3%)	1975 (56.7%)	2893 (83.0%)	496 (14.2%)	96 (2.8%)	592 (17.0%)	1.93
7. 我的中學生活是孤單的	980 (28.1%)	1885 (54.1%)	2865 (82.3%)	519 (14.9%)	99 (2.8%)	618 (17.7%)	1.92
8. 我的中學生活是浪費時間的	924 (26.6%)	1789 (51.5%)	2713 (78.1%)	589 (17.0%)	171 (4.9%)	760 (21.9%)	2.00
9. 我接受的中學教育能讓我發揮所長	229 (6.6%)	974 (28.0%)	1203 (34.6%)	2,048 (58.8%)	230 (6.6%)	2,278 (65.4%)	2.65
10. 我接受的中學教育能使我全面發展	269 (7.7%)	986 (28.3%)	1255 (36.0%)	1,971 (56.5%)	262 (7.5%)	2,233 (64.0%)	2.64

註：1 = 十分不同意，2 = 不同意，3 = 同意，4 = 十分同意

N. 超過四成學生較喜歡舊中學制度

於所有受訪的中六學生中，有 1,456 名 (42.0%) 學生較喜歡舊中學制度，而 2,013 名 (58.0%) 學生較喜歡新中學制度。男女生對新舊制度偏好的比例相當 (見表 18)；而認為自己的學習成績偏低、學校表現較差的學生更喜歡舊制度；認為自己的學習成績偏高、學校表現較好的學生更喜歡新中學制度 (見表 19)。

表 18 不同性別對新舊中學制度的偏好檢驗

性別	舊制度	新制度	χ^2	p
男生	767	1,039	.482	.488
女生	684	972		

註： $p < .05$ 代表具有統計上的顯著性差異

表 19 學習成績高低對新舊中學制度的偏好檢驗

學習成績	舊制度	新制度	χ^2	p
平均分以下	399	473	6.827	.009
平均分以上	1,056	1,538		

註： $p < .05$ 代表具有統計上的顯著性差異

0. 青少年正面成長能力、家庭功能及學校支援影響青少年對中學課程的觀感

由表 20 可見，在中六學生中，青少年正面成長能力愈強，家庭功能愈完善，學校支援愈充足，則會有到更高的生活滿意度、更低的無望感，對新初中/高中課程的評價也會愈正面。

P. 青少年正面成長能力、家庭功能及學校支援影響青少年自殺傾向

研究數據表明，在中六學生中，青少年正面成長能力愈強、家庭運作愈好、學校支援愈充足，則自殺傾向愈低，即自殺意念、自殺計劃、自殺行為都會隨之降低（見表 21）。

Q. 學習自信心可降低青少年自殺傾向

由表 22 可見，在中六學生中，學習自信心愈強，中學生自殺傾向愈低。而我們並未發現學習壓力、課程壓力與自殺傾向有直接聯繫。

表 20 青少年正面成長、家庭功能、學校支援對中學生生活滿意度、無望感、對新初中/高中課程評價的預測 (中六學生)

結果變量	生活滿意度				無望感				對新初中課程的評價				對新高中課程的評價			
	B	SE	β	R ²	B	SE	β	R ²	B	SE	β	R ²	B	SE	β	R ²
家庭功能	.34	.02	.24 ^b		-.27	.03	-.18 ^b		.10	.02	.10 ^b		.12	.02	.10 ^b	
學校支援	.13	.02	.09 ^b	.36	-.06	.03	-.04 ^a	.26	.24	.02	.22 ^b	.22	.31	.02	.25 ^b	.28
青少年正面成長	.75	.03	.43 ^b		-.71	.03	-.39 ^b		.39	.02	.31 ^b		.52	.03	.36 ^b	

註：a 代表 $p < .05$ · b 代表 $p < .001$

表 21 青少年正面成長、家庭功能、學校支援對中學生自殺傾向的預測 (中六學生)

結果變量	自殺傾向				自殺意念				自殺計劃				自殺行為			
	B	SE	β	R ²	B	SE	β	R ²	B	SE	β	R ²	B	SE	β	R ²
家庭功能	-.04	.004	-.17 ^b		-.06	.008	-.15 ^b		-.03	.005	-.13 ^b		-.02	.004	-.12 ^b	
學校支援	-.02	.004	-.07 ^b	.09	-.03	.008	-.07 ^b	.09	-.01	.005	-.03	.04	-.01	.004	-.05 ^a	.02
青少年正面成長	-.04	.005	-.15 ^b		-.09	.010	-.18 ^b		-.03	.006	-.09 ^b		-.01	.005	-.04	

註：a 代表 $p < .01$ · b 代表 $p < .001$

表 22 學習壓力、課程壓力、學習自信心對中學生自殺傾向的預測 (中六學生)

結果變量	自殺傾向				自殺意念				自殺計劃				自殺行為			
	B	SE	β	R ²	B	SE	β	R ²	B	SE	β	R ²	B	SE	β	R ²
學習壓力	.01	.007	.02		.02	.013	.05		-.00	.007	-.01		-.00	.006	-.01	
課程壓力	.01	.007	.04	.04	.01	.013	.03	.04	.01	.007	.03	.02	.01	.006	.03	.01
學習自信心	-.04	.004	-.17 ^b		-.07	.007	-.16 ^b		-.03	.004	-.11 ^b		-.02	.003	-.09 ^b	

註：b 代表 $p < .001$

總結與建議

結果	建議
1. 生活滿意度下降及無望感波動 (A 部份及 B 部份)	<ul style="list-style-type: none"> - 加強中學生的心理健康教育 - 探討如何進行心理健康教育及相關政策 - 探討如何提升青少年的生活滿意度
2. 超過一成的學生曾想自殺 (C 部份)	<ul style="list-style-type: none"> - 加強中學生的生命教育 - 加強中學生的心理健康教育 - 加強社工人員編制及相關資源
3. 面對新高中課程的壓力及學習壓力的增加 (D 部份及 E 部份)	<ul style="list-style-type: none"> - 加強壓力管理訓練 - 增加老師學生的比例 - 加強社工人員編制及相關資源
4. 對學習的自信心下降 (F 部份)	<ul style="list-style-type: none"> - 協助學生提升學習自信 (心理社會能力 (psychosocial skills) 及自我效能感 (self-efficacy)) - 推行青少年正面成長的課程
5. 對學校支援的觀感變差 (G 部份)	<ul style="list-style-type: none"> - 增加老師學生的比例 - 加強社工人員編制及相關資源
6. 生活技巧重要但教育不足 (H 部份及 I 部份)	<ul style="list-style-type: none"> - 加強學生的社會心理能力訓練 - 注重學生的「軟技巧」(soft skills) 的訓練 - 參照實證的豐富經驗, 例如「共創成長路」(Catalano et al., 2012)
7. 對初中課程觀感混雜 (J 部份)	<ul style="list-style-type: none"> - 檢討初中課程 - 降低考試的負面影響 - 協助學生實現全人發展 (加強反思及自我認識)
8. 對高中課程有負面的看法 (K 部份及 L 部份)	<ul style="list-style-type: none"> - 檢討高中課程 - 強化學生的心理社會能力 - 協助學生找到人生目標
9. 對中學生活觀感正面, 但亦有隱憂, 觀感較為混雜 (M 部份)	<ul style="list-style-type: none"> - 協助學生發揮所長 - 促進學生全人發展 - 檢討中學課程 (特別是全人發展)
10. 超過四成學生較喜歡舊中學制度 (N 部份)	<ul style="list-style-type: none"> - 檢討中學課程 - 讓學生多了解新學制的優點
11. 個人、家庭、學校影響學生對中學課程的觀感 (O 部份)	<ul style="list-style-type: none"> - 加強學生的心理社會能力 (青少年正面成長能力) - 加強家庭對子女的支援 (家庭教育) - 加強對學校的支援 (老師及社工人員的檢討)
12. 個人、家庭及學校影響青少年自殺傾向 (P 部份)	<ul style="list-style-type: none"> - 提升青少年心理健康 (培養青少年正面的價值觀) - 加強家庭對子女的支援 (家庭教育) - 加強對學校的支援 (老師及社工人員的檢討)
13. 學習自信心可降低青少年自殺傾向 (Q 部份)	<ul style="list-style-type: none"> - 提升學生學習自信心 - 推行青少年正面成長課程
14. 香港缺乏追蹤研究	<ul style="list-style-type: none"> - 推行追蹤研究以更深入了解青少年的發展
15. 青少年生活技巧與青少年發展存在問題	<ul style="list-style-type: none"> - 加強青少年的正面發展

結論：

高中課程存隱憂
大眾政府共籌謀
生活技巧須強化
全人發展必成就

References

- Catalano, R. F., Berglund, M. L., Ryan, J. A., Lonczak, H. S., & Hawkins, J. D. (2004). Positive youth development in the United States: Research findings on evaluations of positive youth development programs. *The ANNALS of the American Academy of Political and Social Science*, 591, 98–124.
- Catalano, R. F., Fagan, A. A., Gavin, L. E., Greenberg, M. T., Irwin, C. E. Jr., Ross, D. A., & Shek, D. T. L. (2012). Worldwide application of prevention science in adolescent health. *The Lancet*, 379, 1653–1664.
- Shek, D. T. L. (2004). Chinese cultural beliefs about adversity: Its relationship to psychological well-being, school adjustment and problem behavior in Hong Kong adolescents with and without economic disadvantage. *Childhood*, 11, 63–80.
- Shek, D. T. L., & Li, X. (2016). Perceived school performance, life satisfaction, and hopelessness: A 4-year longitudinal study of adolescents in Hong Kong. *Social Indicators Research*, 126, 921–934. doi:10.1007/s11205-015-0904-y
- Shek, D. T. L., & Lin, L. (2016). Trajectories of personal well-being attributes among high school students in Hong Kong. *Applied Research in Quality of Life*, 11, 1–26. doi:10.1007/s11482-016-9492-5
- Shek, D. T. L., & Lin, L. (2017). Use of foul language among Chinese adolescents: Developmental change and relations with psychosocial competences. *Journal of Adolescent Health*, 60, 313–319.
- Shek, D. T. L., & Ma, C. M. S. (2010). Dimensionality of the Chinese Positive Youth Development Scale: Confirmatory factor analyses. *Social Indicators Research*, 98, 41–59.
- Shek, D. T. L., & Ma, C. M. S. (2012). Impact of the Project P.A.T.H.S. in the junior secondary school years: Objective outcome evaluation based on eight waves of longitudinal data. *The Scientific World Journal*, 2012, Article ID 170345. doi:10.1100/2012/170345
- Shek, D. T. L., Siu, A. M. H., & Lee, T. Y. (2007). The Chinese Positive Youth Development Scale: A validation study. *Research on Social Work Practice*, 17, 380–391.
- Shek, D. T. L., Siu, A. M. H., Lee, T. Y., Cheung, C. K., & Chung, R. (2008). Effectiveness of the Tier 1 Program of Project P.A.T.H.S.: Objective outcome evaluation based on a randomized group trial. *The Scientific World Journal*, 8, 4–12.
- Shek, D. T. L., & Sun, R. C. F. (2013). *Development and evaluation of Positive Adolescent Training Through Holistic Social Programs (P.A.T.H.S.)*. Singapore: Springer.
- Shek, D. T. L., & Wu, F. K. Y. (2016). The Project P.A.T.H.S. in Hong Kong: Work done and lessons learned in a decade. *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology*, 29, S3–S11.

