

誰偷走了我的



2015年12月13日

香港學童餘暇生活調查發布會

調查背景

- 香港小童群益會、香港教育專業人員協會、及教育學院畢業同學會，曾於一九七九、一九八九年及二零零二年合作進行『香港學童餘暇生活調查』，以了解香港學童餘暇生活的轉變。近年有不少影響學童餘暇的改變，如學校全日制、補習/課餘託管的盛行、互聯網及智能手機的普及、教育改革中的「全方位學習」、其他學習經歷(OLE)和「學生學習概覽」的推行等。這些社會轉變如何影響學童的餘暇生活，是三會都關心的議題。因此，我們於二零一四年，再度進行是項調查，以掌握香港學童餘暇生活的最新情況，並嘗試理解現象的背後可能原因。

調查目的

- 了解高小及中學生的時間運用、餘暇生活情況，並與2002年的學童餘暇生活調查作比較；
- 了解學童在安排餘暇時間及活動的自主性，父母及學校參與安排的情況；
- 了解餘暇活動與學童精神健康的關連；
- 了解「其他學習經歷(OLE)」對學童選擇課餘活動的影響；
- 了解電子裝置的興起對學童餘暇活動之影響；
- 探討學童的餘暇時間與補習及做功課的關係，同時課餘活動「結構化/規劃化」的趨勢。

調查方法

- 調查日期：2014年9月- 12月進行
- 調查對象：小四至中五的學童
- 調查方式：
 - 調查採用隨機抽樣方法，每間學校選出一班作問卷訪問
 - 最後訪問了14間小學及27間中學，共收回有效問卷1016份。
 - 由於回收問卷班級不平均，以下分析經加權處理。

受訪者基本資料

學童資料		
年級	小四至小六	33.1%
	中一至中三	39.2%
	中四至中五	27.8%
性別	男	50.5%
	女	49.5%
住屋類型	公共屋邨 / 保障房	46.6%
	居者有其屋	8.2%
	自置私人單位 / 自购房	22.9%
	租住私人單位 / 租賃房屋	15.9%
	租住房間	2.6%
	其他：	3.8%

學童的生活模式(平日)

時間	活動	%	時間	活動	%
6:00-7:00	睡覺	79.1%	15:00-16:00	上課	70.3%
7:00-8:00	日常起居	47.3%	16:00-17:00	上課	31.2%
8:00-9:00	上課	60.3%	17:00-18:00	做功課	23.8%
9:00-10:00	上課	70.2%	18:00-19:00	做功課	26.2%
10:00-11:00	上課	71.8%	19:00-20:00	日常起居	30.0%
11:00-12:00	上課	72.1%	20:00-21:00	日常起居	25.7%
12:00-13:00	上課	64.3%	21:00-22:00	看電視	22.8%
13:00-14:00	上課	51.0%	22:00-23:00	睡覺	31.1%
14:00-15:00	上課	70.0%	23:00-00:00	睡覺	69.2%

學童的生活模式(星期六)

時間	活動	%	時間	活動	%
6:00-7:00	睡覺	91.0%	15:00-16:00	玩電腦遊戲、上網、手機遊戲	18.7%
7:00-8:00	睡覺	75.3%	16:00-17:00	玩電腦遊戲、上網、手機遊戲	17.4%
8:00-9:00	睡覺	54.3%	17:00-18:00	玩電腦遊戲、上網、手機遊戲	15.7%
9:00-10:00	睡覺	32.3%	18:00-19:00	日常起居	17.8%
10:00-11:00	日常起居	17.7%	19:00-20:00	日常起居	30.0%
11:00-12:00	日常起居	12.5%	20:00-21:00	日常起居	29.4%
12:00-13:00	日常起居	29.7%	21:00-22:00	看電視	27.6%
13:00-14:00	日常起居	23.6%	22:00-23:00	睡覺	30.1%
14:00-15:00	玩電腦遊戲、上網、手機遊戲	18.5%	23:00-00:00	睡覺	62.0%

學童的生活模式(星期日)

時間	活動	%	時間	活動	%
6:00-7:00	睡覺	92.6%	15:00-16:00	玩電腦遊戲、上網、手機遊戲	15.3%
7:00-8:00	睡覺	75.2%	16:00-17:00	玩電腦遊戲、上網、手機遊戲	13.8%
8:00-9:00	睡覺	57.3%	17:00-18:00	玩電腦遊戲、上網、手機遊戲	15.2%
9:00-10:00	睡覺	37.7%	18:00-19:00	日常起居	14.8%
10:00-11:00	日常起居	22.7%	19:00-20:00	日常起居	35.8%
11:00-12:00	看電視	13.8%	20:00-21:00	日常起居	33.7%
12:00-13:00	日常起居	30.9%	21:00-22:00	看電視	29.6%
13:00-14:00	日常起居	21.0%	22:00-23:00	睡覺	36.9%
14:00-15:00	玩電腦遊戲、上網、手機遊戲	13.8%	23:00-00:00	睡覺	72.0%

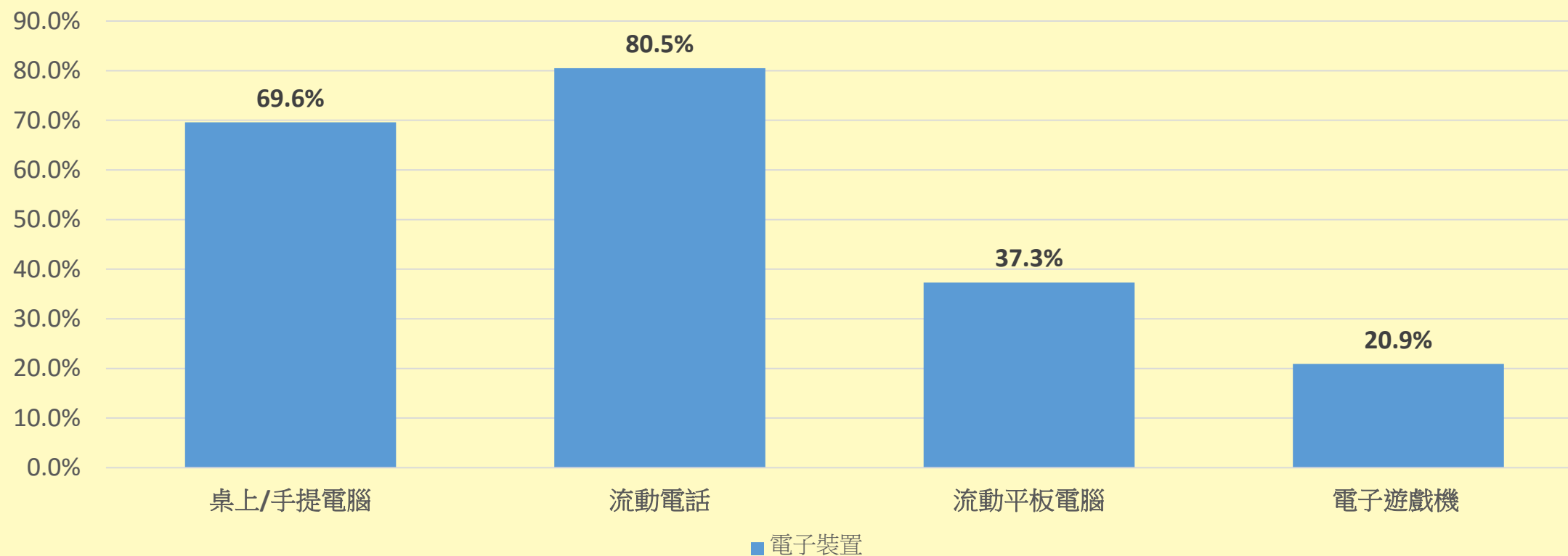
學童最經常做和喜歡做的餘暇活動

經常做活動	%	喜歡做活動	%
玩電腦遊戲、上網、手機遊戲	29.4	玩電腦遊戲、上網、手機遊戲	27.0
運動	17.3	運動	16.9
使用電子社交平台	11.2	藝術/音樂/繪畫/書法	7.9
看電視	10.0	聽音樂	7.4
聽音樂	7.6	看電視	6.7
課外閱讀	6.4	使用電子社交平台	5.7
藝術/音樂/繪畫/書法	5.6	課外閱讀	5.1

*餘暇活動指所有活動扣除起居生活及學習相關後的結果

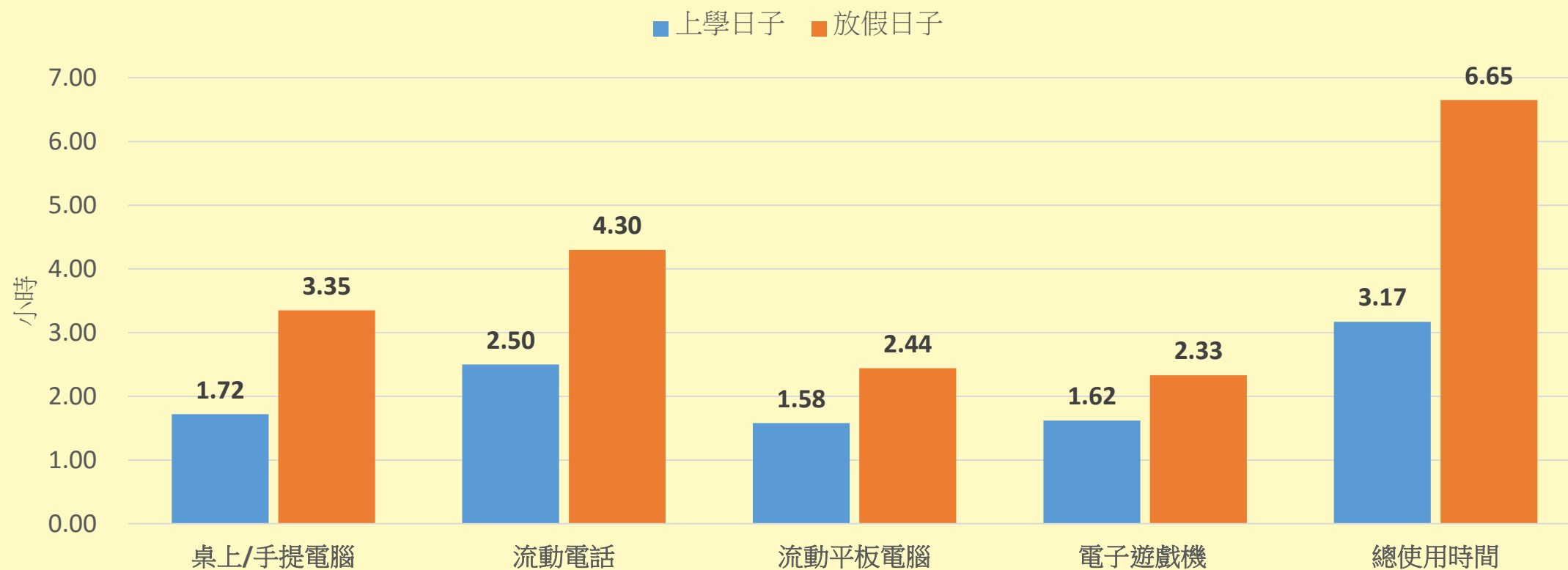
使用電子裝置作消閒娛樂

有以電子裝置作消閒娛樂的學童比例



使用電子裝置作消閒娛樂

每天使用電子裝置的時間

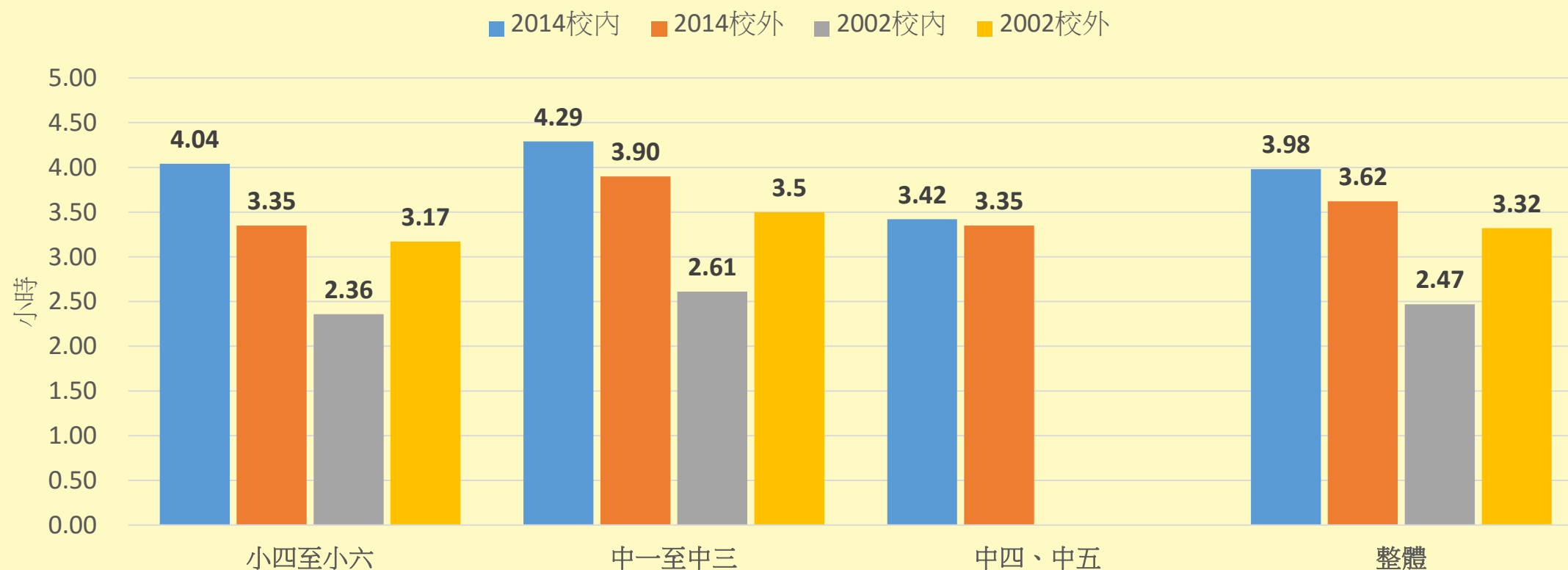


學童參加和喜歡的課餘活動

活動	校內參加	校外參加	最喜歡的活動
興趣活動(例如：手工藝、攝影學會等)	41.8%	26.2%	28.1%
體育活動(例如：田徑)	39.5%	18.2%	26.3%
戶外活動(例如：旅行等)	37.2%	32.5%	21.0%
各科學會(例如：中文學會等)	30.2%	5.6%	2.8%
社交活動及成長活動	24.8%	17.0%	2.1%
功課輔導、補習班	21.6%	38.0%	2.8%
制服團體（例如：童軍等）	20.9%	9.5%	4.5%
義工服務	20.6%	16.9%	3.1%
大型活動	17.5%	21.2%	4.0%
宗教活動	14.3%	16.8%	1.9%

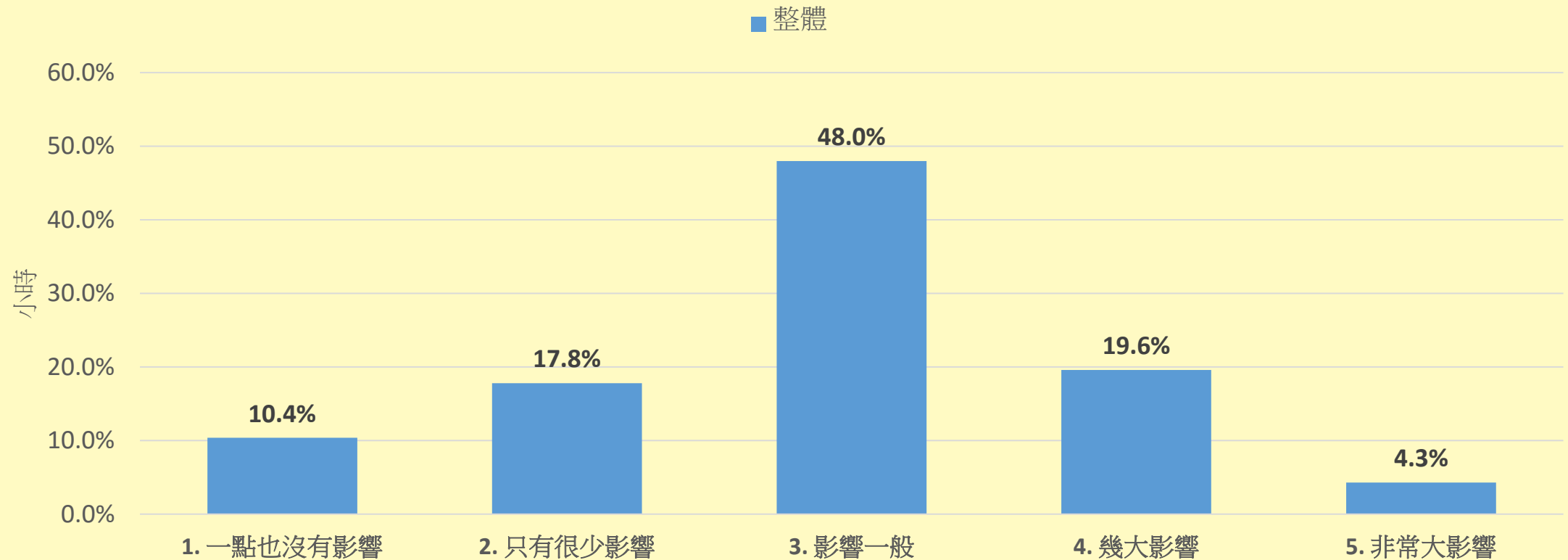
學童參加校內外課餘活動的時間

每週參加校內外課餘活動的時間



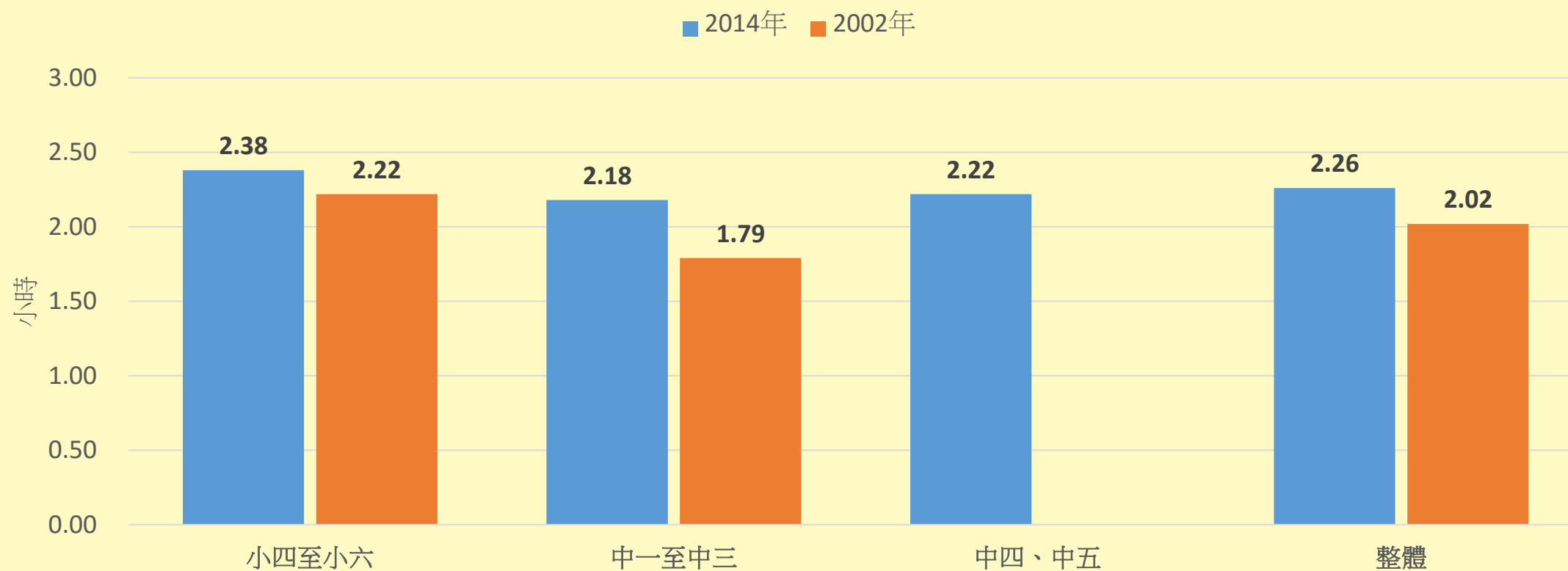
其他學習經歷對學童參加課餘活動的影響

OLE的影響



學童做功課的時間

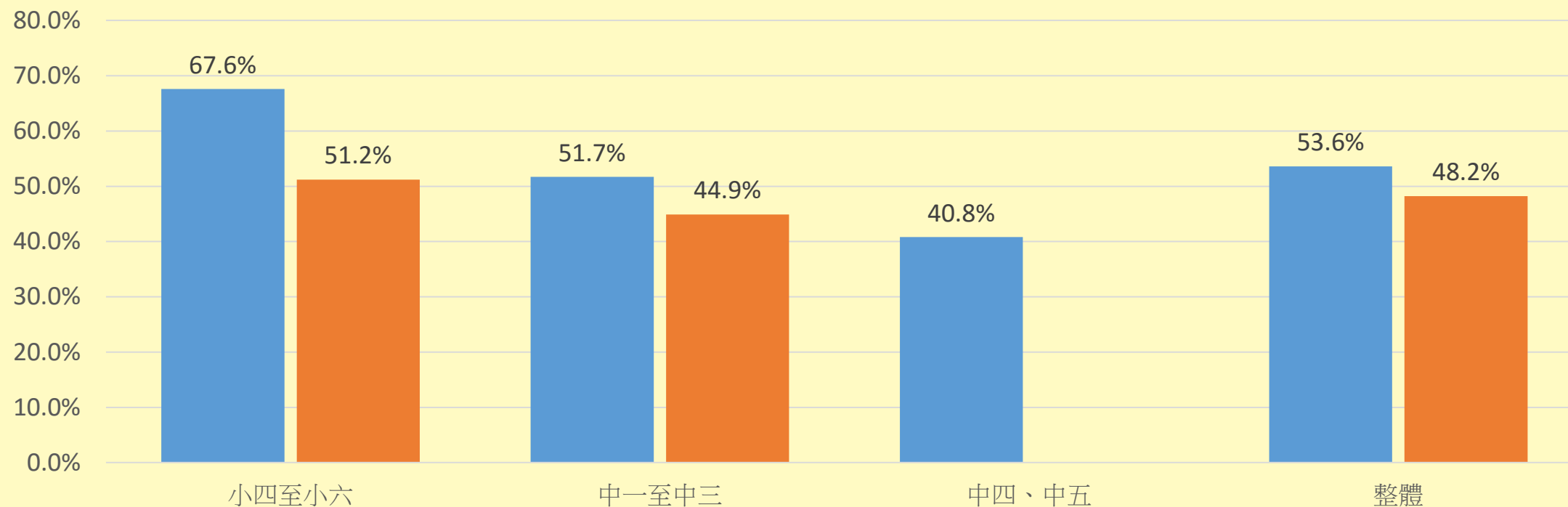
每天做功課的時間



學童補習的情況

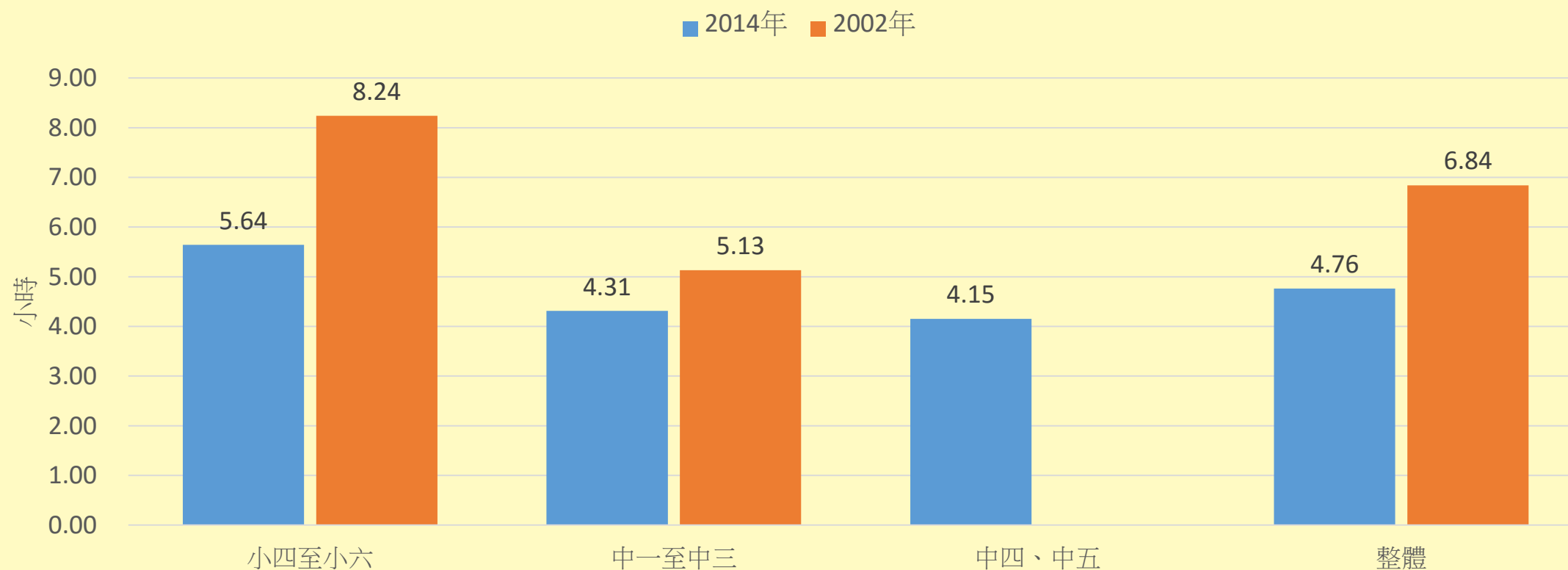
有補習學童的比例

■ 2014年 ■ 2002年



學童補習的時間

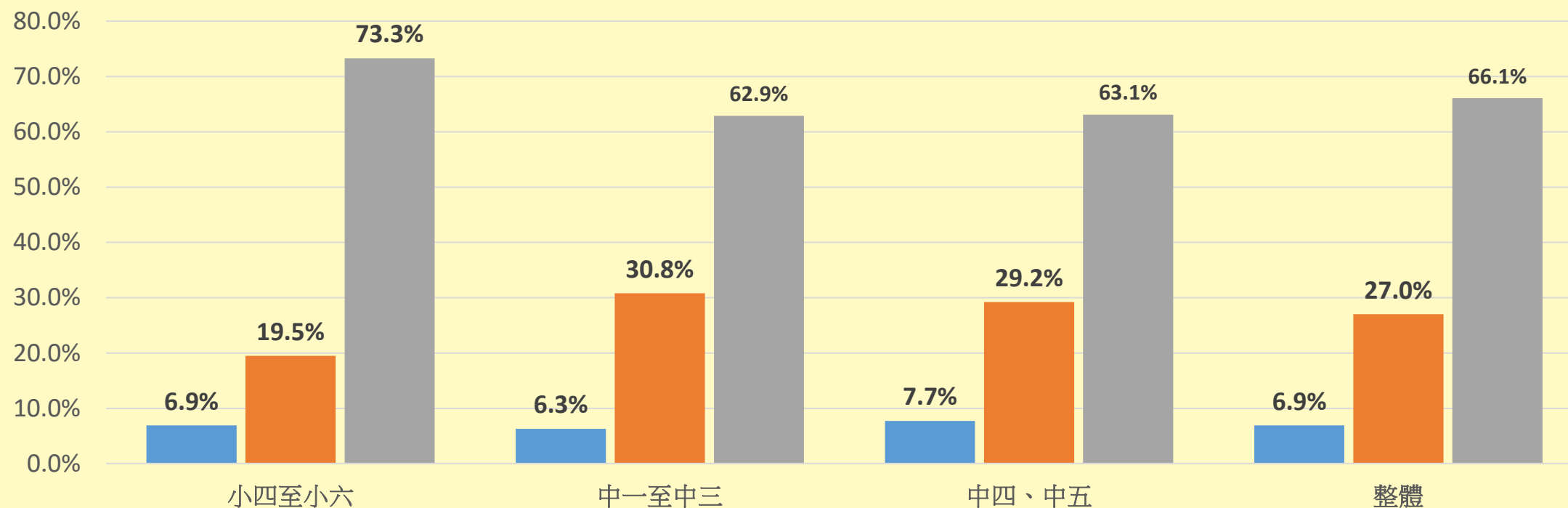
每週補習的時間



學童對餘暇生活的滿意度

學童對餘暇生活的滿意度

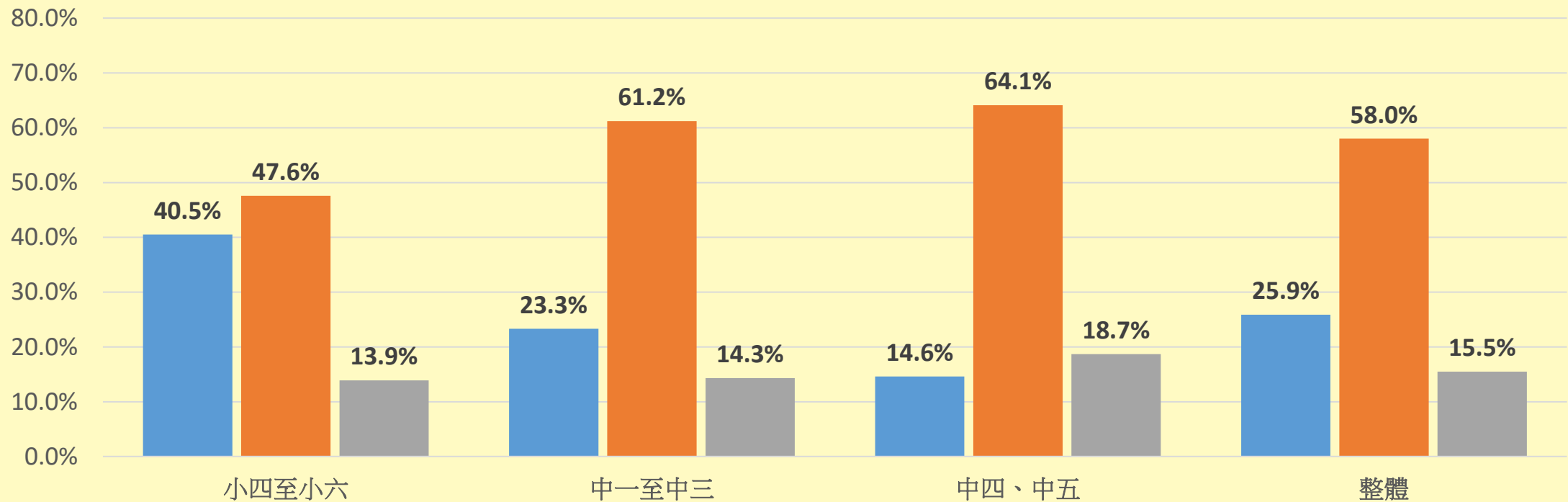
■ 不滿意 ■ 普通 ■ 滿意



學童參與課餘活動的自由度

學童參與的課餘活動，由誰提出？

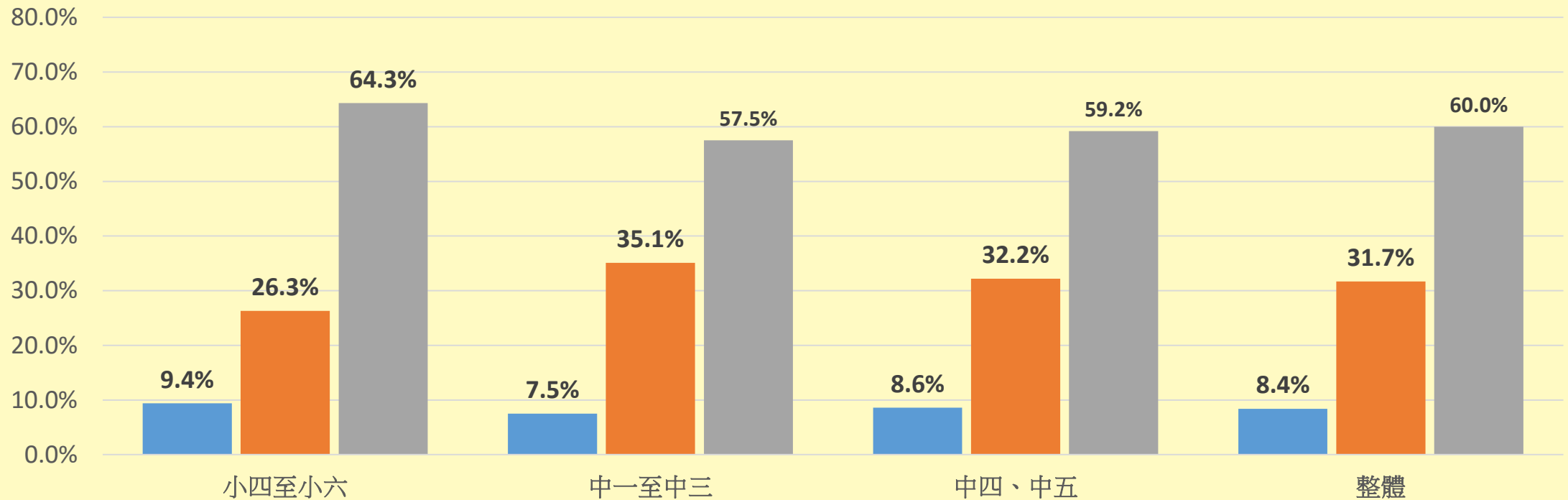
■ 父母 ■ 學童自己 ■ 學校/老師



學童參與課餘活動的自由度

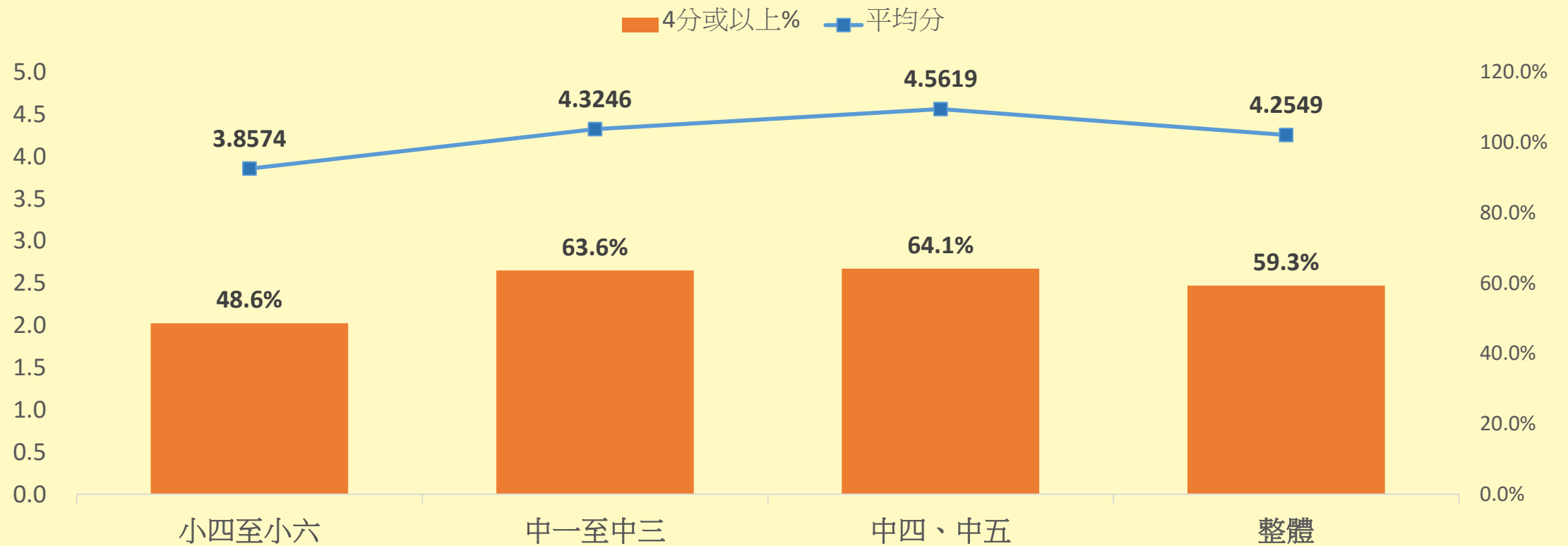
學童對自由度的滿意度

■ 不滿意 ■ 普通 ■ 滿意



學童的餘暇與精神健康的關係

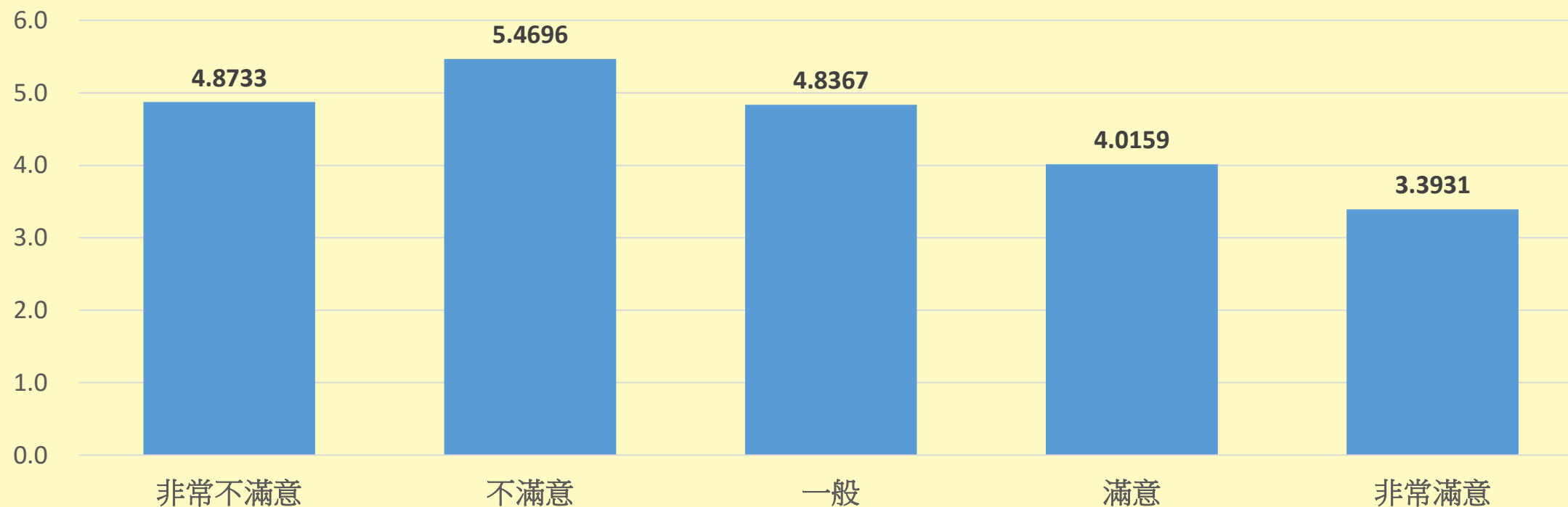
學童的精神健康分數(GHQ-12)



學童的餘暇與精神健康的關係

餘暇滿意度與精神健康

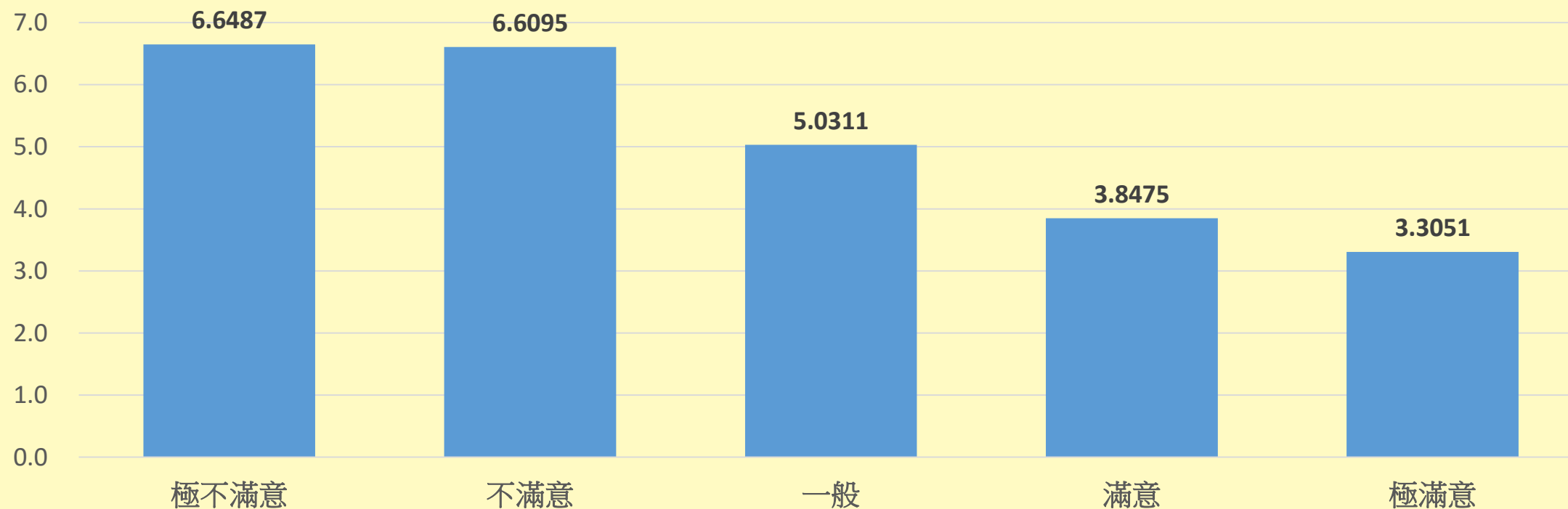
■ GHQ平均分



學童的餘暇與精神健康的關係

參加課餘活動的自由度與精神健康

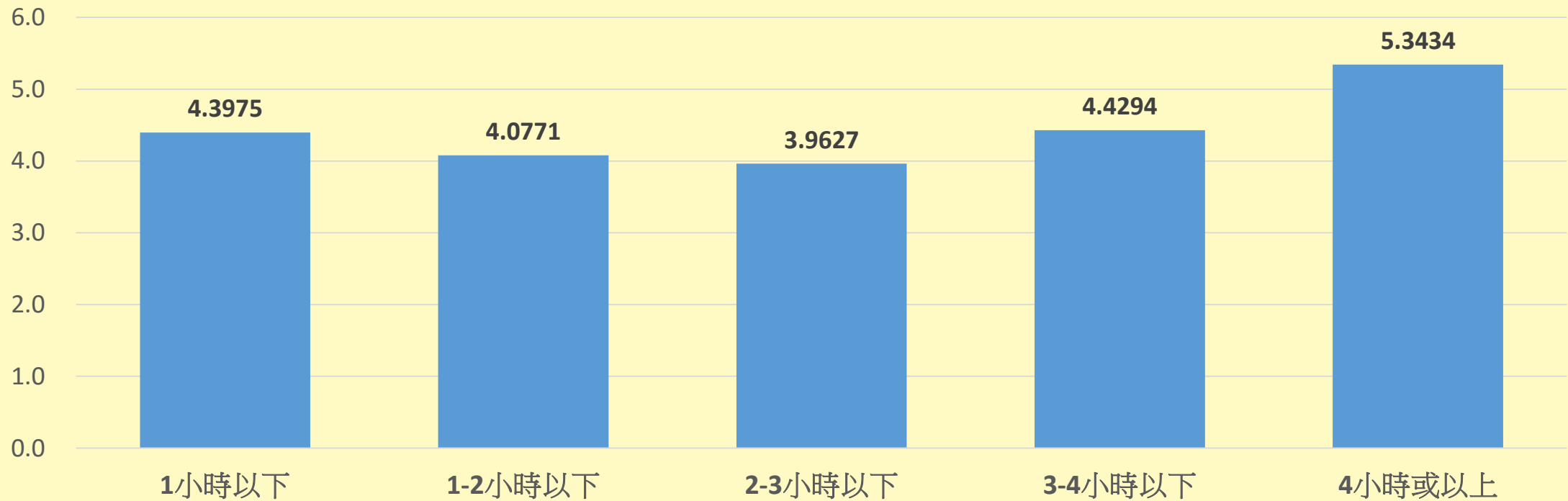
■ GHQ平均分



學童的餘暇與精神健康的關係

每天做功課時間與精神健康

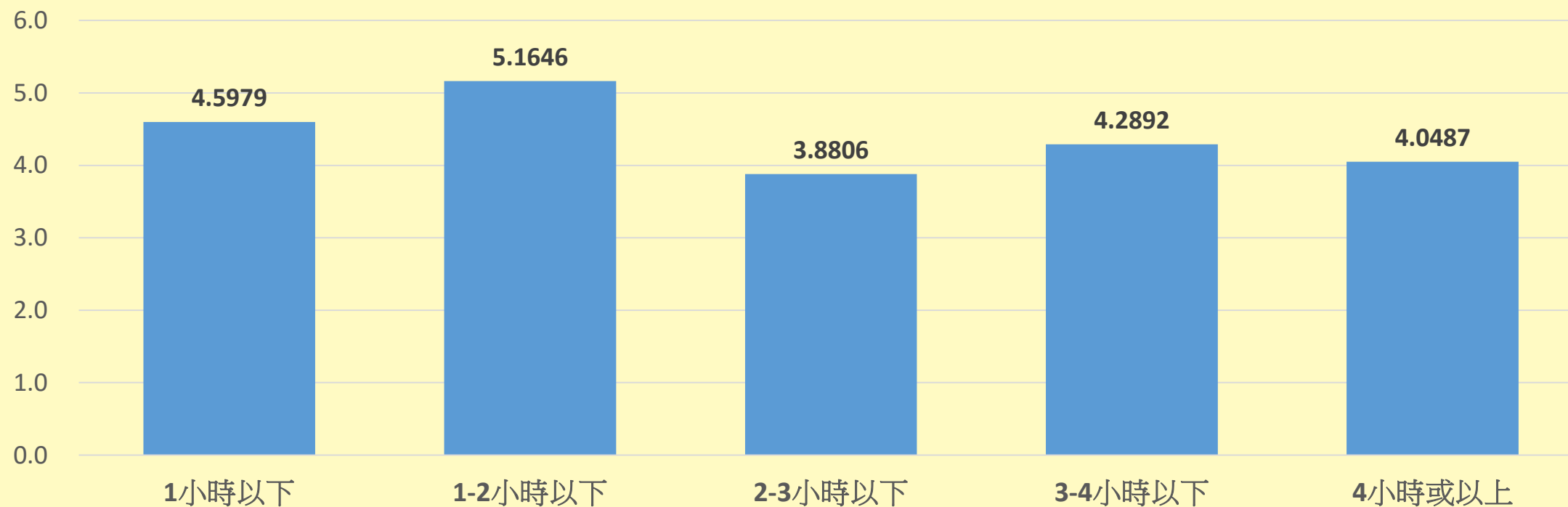
■ GHQ平均分



學童的餘暇與精神健康的關係

每週參加課外活動時間與精神健康

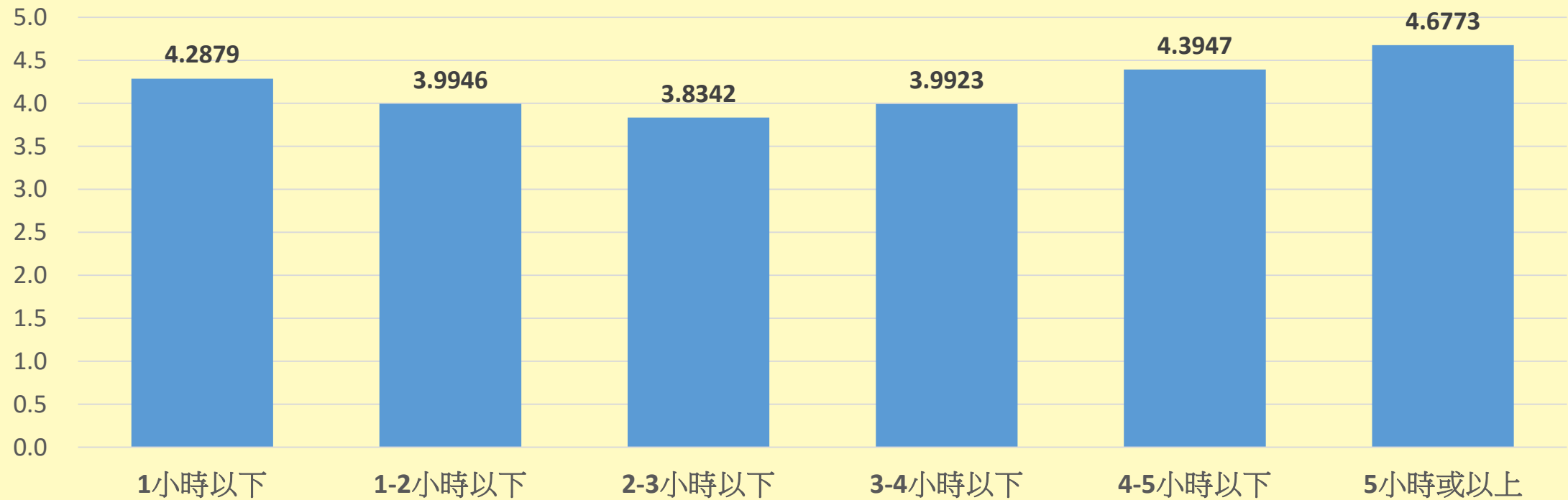
■ GHQ平均分



學童的餘暇與精神健康的關係

上學日子，每天使用電子裝置總時間與精神健康

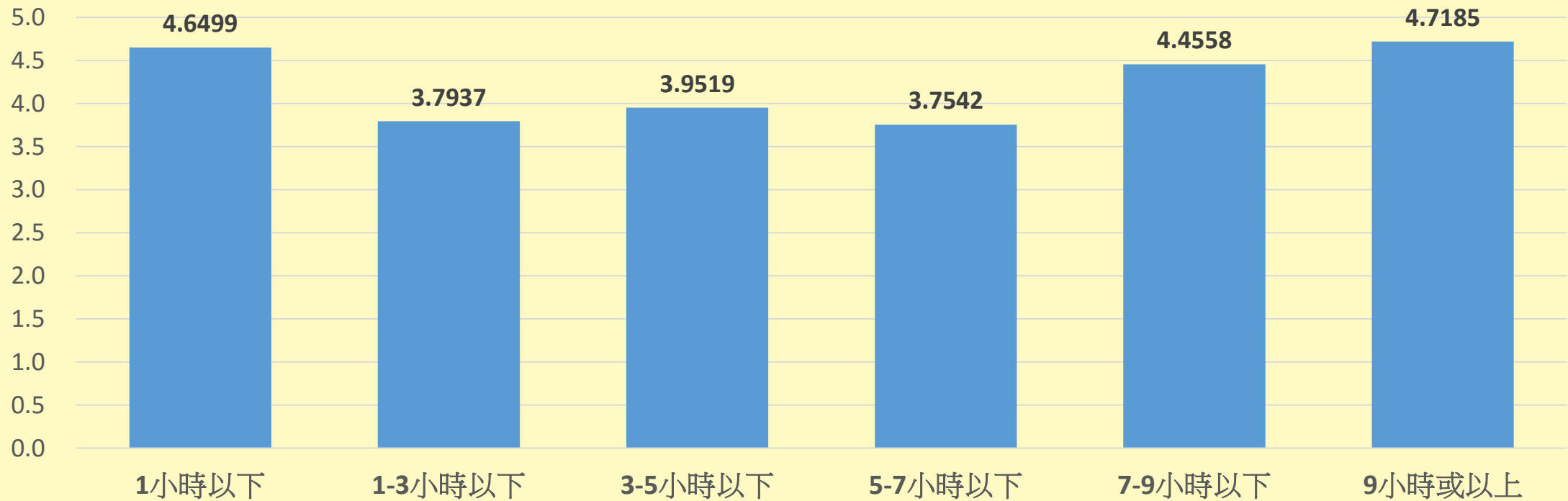
■ GHQ平均分



學童的餘暇與精神健康的關係

放假日子，每天使用電子裝置總時間與精神健康

■ GHQ平均分



討論及建議

1. 課餘活動課程化的反思

- 教改將「學習」從八大課程領域中殖入課餘活動，並以「學習」之名引導官方課程，由校本組織施行，又按「其他學習經歷」劃分課時比例，配以「學生學習概覽」宣示學生在活動中的成就表現
- 原來以學生主導或不計成果的課餘活動變成具備目的、內容、組織及評鑑元素的課程。學校因應官方課程規劃、家長為子女增強競爭力、機構為迎合社會需要，紛紛看準學童的餘暇拓展課餘活動
- 課程化了的課餘活動無限佔據學生餘暇生活時間，究竟是否過度干預及規劃下一代的生活，釀成人格成長標準套餐呢？
- 建議政府重新檢討多年來教改下與「課餘活動」有關的政策措施，減低「課餘活動」「課程化」的傾向。

2. 擠壓與異化的課餘活動

- 學生留校時間普遍長了，中小學生的做功課時間較前多了，補習人數也較前多了，種種現象與原先教改期望「拆牆鬆綁」有很大落差。
- 大量公帑用於支援課餘活動時，同時意味要監察課餘活動的成效。學校為了向管理層交代，課餘活動也就偏向以參與次數、獲獎項目等顯而易見的數字來交代成果，而忽略了學生內在體驗與感受，尤其奪去了教師與學生建立良好師生關係的平台，課餘活動逐漸成為餘暇生活被擠壓與異化的「學習任務」。
- 我們建議課餘活動的主體應回歸學生；家長、學校、社區及政府只應扮演協助、促進和引導學生參與的角色，讓學生重拾時間和空間去平衡學習、課餘活動、起居和其他餘暇生活的需要。

3. 受擠壓下的自主空間和虛擬補償

- 學生的適量及自主的課餘活動有助其身心健康，但過多的功課與補習時間擠壓了餘暇時間，加以「學生學習概覽」形成課餘活動目的異化，均不利學生的精神健康。
- 做功課時間增加與課餘活動的擠壓和異化，均令學童需要尋找紓緩出路，電子裝置正是學生忙裏偷閒和虛擬補償的工具和方法，但若學童將餘暇時間過多放於電子裝置上，則其精神健康狀況也值得關注。
- 我們建議要正視學生運用各式電子裝置去忙裏偷閒及作虛擬補償的閒暇需要，學校及社區團體應更鼓勵學童在人際關係的改進及在情意方面發面的培養。

3. 受擠壓下的自主空間和虛擬補償（續）

- 家長及老師應與學生更多接觸和交流，更善加利用電子新媒體去促進學生「虛擬實體」(Online & Offline) 相結合的學習、課餘活動、社交和其他餘暇活動的正向發展

4. 教育守護者與促進者

- 課外活動定性為學校教師的「補償」課程不足的工作，教師如何與學生共享生活經驗，以至在課餘活動中成就學生潛能與成長，是教師專業的一部分。
- 作為一個負責任的家長代理人和有識之士，教師往往是協助學生組織課餘活動，提供成人經驗及各方面意見，並與學生同行共享過程，適時點撥，照顧和欣賞個別差異，促進不同學習。
- 我們建議教師應從宏觀角度排除無價值的枷鎖，為學生全人成長及個人興趣而共享課餘活動；在微觀角度，確保學生適量安排課餘活動，在生活中能享閒暇。

5. 家長角色

- 我們支持家長進入學校當義工，與教師和學生一起參與活動，既增加人手和減輕教師工作量，亦可讓家長更明白學童，老師和學校的想法和困難。
- 課餘活動往往提供很多輕鬆及真實的生活教育，親身示範成人與學童的相處和應有行為，達至易子而教和身體力行的果效。
- 家長要珍惜與子女一起家庭餘暇共聚時間，亦應調整對子女餘暇活動過份工具和功利性的考量。
- 當局應積極推動家校合作政策，增加親子進行課餘活動。

6. 掏空社區，學校「超負荷」失衡

- 近年青少年社會服務機構的工作正朝向集中「支援」學校推行各式各樣「校本」「成長活動」方向走。
- 在缺乏各政府部門的「青少年政策」及「教育政策」的協調一致下，這等活動項目不斷增多、各自為政，甚至有時重複交錯，令老師、社工及學生應付得「疲於奔命」。
- 學生已愈來愈少有學校及家庭以外的真正「社區生活」的時間和空間。
- 建議政府及有關當局必須正視學校在學生學習以外，課餘活動的「超負荷」失衡現象，及其對教學及師生關係的負面影響，檢討相關青少年及教育政策措施，使其更協調一致，在學校家庭以外，重建學生「社區生活」的健康另類體驗。