



香港遊樂場協會 HONG KONG PLAYGROUND ASSOCIATION

HEADQUARTERS 11/F., SOUTHERN CENTRE, 130 HENNESSY ROAD, WANCHAI, HONG KONG.
TELEPHONE: 25733849 FAX: 28346007
E-mail Address: hq@hkpa.hk
Website: www.hkpa.hk

總辦事處：
香港灣仔軒尼詩道
130號修頓中心11樓
電話：
二五七三三八四九
圖文傳真：
二八三四六〇〇七
電郵地址：
hq@hkpa.hk
網址：
www.hkpa.hk

Our Ref.:
Your Ref.:

致港聞 編輯/採訪主任

【即時發佈】

《2023 香港青少年使用網絡狀況及網絡危機調查》

新聞稿

【2023年9月9日，香港】香港遊樂場協會一直十分關注青少年的健康成長，為掌握最新香港青少年對網絡的使用狀況及網絡危機，香港遊樂場協會於2023年3至6月邀請了4,087名6-24歲兒童及青少年填寫實體或網上問卷及10名青少年參與焦點小組訪談。是項調查結果於今日發佈，讓公眾了解和關注香港青少年的網絡使用及網絡危機狀況。

調查結果顯示，香港青少年正經歷著不同程度的網絡危機，其中約三分之一學生曾有網絡欺凌經歷，參與網絡欺凌的主要原因包括報復(34.5%)、發洩憤怒(22.5%)和憎恨別人(22.4%)。此外，調查亦發現受訪者的個人及社交能力：與同學和朋友關係越好，在朋友的地位越高以及體能越好，參與網絡欺凌的機會越低；而經歷越多網絡欺凌，精神健康則越差；受訪者當遇到網絡欺凌，59.2%表示會向父母求助，55.8%向朋友求助。

另一項令人擔憂的是13.7%的受訪者可能具有高度網絡成癮傾向，22.4%受訪者上網時間多達7小時或上，而網絡成癮傾向越高，精神困擾亦越高。調查結果顯示個人及社交能力：與父母關係越好、家庭經濟狀況越好、體能越好及學業表現越好，網絡成癮傾向越低。有關網絡安全，接近一半受訪者表示遇到網絡陷阱會先向家長求助。

發佈會期間一位中四級同學嘉豪分享他自從2021年疫情網課期間開始沉迷打機，網課時邊上課邊打機，導致影響學業表現，成績由全級首五十名退步到百名後。情況最嚴重時，嘉豪會因不能打機而出現焦慮，不願外出見朋友，甚至因此常常與家人爭吵。

透過家長向社工的主動求助，三人一同討論方案重整生活規律，其中擴闊嘉豪的社交模式為主要目標，經社工介紹參加香港遊樂場協會各種活動，包括義務工作、影視藝術創作及康體發展活動等，在持續參與不同活動下，嘉豪已可以有效管理上網時間及網上活動，學業亦重回軌道。由此可見，青少年及兒童若可以持續參與合適的活動並擴闊社交，在減低網絡成癮上有正面幫助。

Patron 贊助人

The Honourable John KC LEE,

GBM, SBS, PDSM, PMSM

The Chief Executive

Hong Kong Special Administrative Region

People's Republic of China

中華人民共和國香港特別行政區行政長官
李家超先生, 大紫荊勳賢, SBS, PDSM, PMSM

President 會長

Mr. Victor Hui Chun Fui, GBS, MBE, JP

許晉奎, GBS, MBE, JP

Managing Vice President 常務副會長

Dr. Lam Hoi Ham, LLD, JP

林海涵博士, LLD, JP

Mr. Pang Sung Yuen, SBS, CSDSM

彭詢元先生, SBS, CSDSM

Vice-Presidents 副會長

Dr. Henry Hu, GBM, OBE, JP

胡鴻烈博士, GBM, OBE, JP

Prof. Herman Hu, GBS, JP

胡曉明教授, GBS, JP

Chairman 主席

Mr. Sin Yat Kin, SBS, CSDSM, JP

單日堅, SBS, CSDSM, JP

Vice-Chairman 副主席

Mr. Arthur K. C. Li

李傑之先生

Hon. Treasurer 義務司庫:

Ms. Fiona Lam

林靄欣女士

Hon. Legal Advisor 義務法律顧問:

Mr. Kong Churk Hoi Billy, BBS, MH, JP, LL M

江焯開, BBS, MH, JP, LL M

Auditors 核數師:

Fan, Chan & Co. Limited

范陳會計師行有限公司

Executive Director 總幹事:

Dr. Wan Lap Man

溫立文博士



香港遊樂場協會 HONG KONG PLAYGROUND ASSOCIATION

HEADQUARTERS 11/F., SOUTHWORNS CENTRE, 130 HENNESSY ROAD, WANCHAI, HONG KONG.
TELEPHONE: 25733849 FAX: 28346007
E-mail Address: hq@hkpa.hk
Website: www.hkpa.hk

總辦事處：
香港灣仔軒尼詩道
130號修頓中心11樓
電話：
二五七三三八四九
圖文傳真：
二八三四六〇〇七
電郵地址：
hq@hkpa.hk
網址：
www.hkpa.hk

Our Ref.:
Your Ref.:

Patron 贊助人

The Honourable John KC LEE,
GBM, SBS, PDSM, PMSM
The Chief Executive
Hong Kong Special Administrative Region
People's Republic of China
中華人民共和國香港特別行政區行政長官
李家超先生, 大紫荊勳賢, SBS, PDSM, PMSM

President 會長

Mr. Victor Hui Chun Fui, GBS, MBE, JP
許晉奎, GBS, MBE, JP

Managing Vice President 常務副會長

Dr. Lam Hoi Ham, LLD, JP
林海涵博士, LLD, JP
Mr. Pang Sung Yuen, SBS, CSDSM
彭詢元先生, SBS, CSDSM

Vice-Presidents 副會長

Dr. Henry Hu, GBM, OBE, JP
胡鴻烈博士, GBM, OBE, JP
Prof. Herman Hu, GBS, JP
胡曉明教授, GBS, JP

Chairman 主席

Mr. Sin Yat Kin, SBS, CSDSM, JP
單日堅, SBS, CSDSM, JP

Vice-Chairman 副主席

Mr. Arthur K. C. Li
李傑之先生

Hon. Treasurer 義務司庫:

Ms. Fiona Lam
林靄欣女士

Hon. Legal Advisor 義務法律顧問:

Mr. Kong Churk Hoi Billy, BBS, MH, JP, LL M
江焯開, BBS, MH, JP, LL M

Auditors 核數師:

Fan, Chan & Co. Limited
范陳會計師行有限公司

Executive Director 總幹事:

Dr. Wan Lap Man
溫立文博士

是次發佈會亦邀請了香港理工大學應用社會科學系副教授李紫媚博士及香港警務處警察臨床心理學家馮浩堅先生分享。希望借此調查與各持分者一起共同努力，建立正面的網絡文化及鼓勵關心網絡罪行受害人。馮浩堅先生提到面對網絡欺凌或網絡陷阱的受害人心理影響不能忽視，認為網絡欺凌引致嚴重的情緒問題有時比實體欺凌還要大。同場，李紫媚博士分享如何實踐「好生活模式」以加強青少年網絡健康。二人皆指出家長的參與和與子女日常保持溝通更能有效處理青少年網絡危機問題。

針對上述情況，香港遊樂場協會在新聞發佈會中提出協助青少年健全成長的關鍵：必須同時加強學生的網絡健康、心理健康及身理健康這三方面。以下有關建議方案讓學校、家長及社工參考，協助學生面對有關處境。

網絡健康服務建議：

賽馬會 FEEL3 網『樂』及網上學習支援服務在學生及家長群體中建立「網絡健康大使」支援網絡，提升他們對網絡危機的認識。協會建議學校定期舉辦以網絡健康為主題的活動，讓學生學習正確知識，預防墮入網絡陷阱。青少年透過參與 FEEL3 體驗式活動，可提升同理心及復原力亦應對不同的網絡危機。如有需要，尋求「e 世代健康支援網絡」熱線幫助。

心理健康服務建議：

協會的「瞓一 HUB」青少年身心靈支援服務及「賽馬會平行心間計劃」提供舒適自在，不受打擾的空間讓青少年抒發情緒，一起為心靈加油。

體育服務建議：

參與賽馬會銀礦灣營、香港遊樂場協會東涌營及賽馬會「動歷全城」創意體育計劃舉辦的活動，從運動體驗中發掘自己的興趣及強項，通過新興運動來養成持續鍛煉的習慣，以提升個人的體能及社交能力。

如有任何服務需要，歡迎與我們聯絡，我們願意與各界攜手促進兒童和青少年的全人健康發展。

網站：www.hkpa.hk 聯絡人:9537 7980(李欣宜女士)/6524 9015(齊超先生)