



Po Leung Kuk
Lo Kit Sing (1983) College

保良局羅傑承(一九八三)中學

Cheung Hong Estate, Tsing Yi, N.T., Hong Kong

香港新界青衣長康邨

Tel: 2497 7110

Fax: 2431 1156

Dear Parents,
各位家長：

P24022

'Comprehensive Program for Improving Youth Quality of Life' (Secondary 2 & 3)

「青少年網絡成癮、情緒壓力及不良生活習慣全方位改善計劃」(中二及中三)

To assist students to cope with the problems of Internet addiction, emotional stress and unhealthy habits, the Chinese University of Hong Kong will conduct an improvement plan called 'Comprehensive Program for Improving Youth Quality of Life' for secondary students. All S2-3 students take part in the above program. For details, please refer to the attachment.

為協助同學應對社交媒體成癮、情緒壓力及不良習慣，香港中文大學將推行「青少年網絡成癮、情緒壓力及不良生活習慣全方位改善計劃」予全港中學生。本校中二及中三同學將參與上述計劃。有關此計劃的詳情，請參閱附頁。

Po Leung Kuk Lo Kit Sing (1983) College
保良局羅傑承(一九八三)中學



Law Wing Chung, Principal 羅穎忠校長

17th September, 2024 二零二四年九月十七日

E-class Reply Slip

電子通告回條

I acknowledge the above captioned circular and
本人知悉 貴校來函，並

- agree that my ward will take part in the program.
同意敝子弟參與上述計劃。

- do not agree that my ward will take part in the program.
不同意敝子弟參與上述計劃。

「青少年網絡成癮、情緒壓力及不良生活習慣全方位改善計劃」

研究項目家長/法定監護人通告

敬啟者:

青少年的網絡遊戲/社交媒體成癮正引起社會各界的廣泛關注。本校現正參與由香港中文大學賽馬會公共衛生及基層醫療學院健康行為研究中心推行的「青少年網絡成癮、情緒壓力及不良生活習慣全方位改善計劃」研究項目，目的是了解本校學生網絡遊戲嗎，社交媒體與情緒問題，同時探索學生的行為健康。

現誠邀貴 **家長的子女**參與是次「青少年網絡成癮、情緒壓力及不良生活習慣全方位改善計劃」研究項目。三次學生情緒行為問題問卷評估及五次低強度網絡干預將由學校安排於課室進行。為感謝您的支持，在完成後會獲得小禮物。**是次調查對推廣香港中學生建立健康的網絡習慣有莫大裨益。懇請貴家長及子女協助並參加。**

「青少年網絡成癮、情緒壓力及不良生活習慣全方位改善計劃」之研究計劃	
對象	中一至中六學生
計劃時期	2024-2025 年
形式	<ul style="list-style-type: none">學生在半年間回答三次紙本問卷篩查（每次約 15-20 分鐘）篩查出的高風險學生在兩個月內完成五次低強度網絡干預（每次約 15-20 分鐘）
內容	<ul style="list-style-type: none">網路成癮和情緒問題的水平與成因健康習慣動機形成及提升
好處	<ul style="list-style-type: none">學校將會收到免費年度學生整體網路成癮及健康報告可為學校老師和家長提供基於本校調查結果的相關講座和訓練免費參加由臨床心理專家設計的干預項目，提高學生心理與行為健康
研究人員	楊雪教授
項目編號	香港醫療衛生研究基金 20210481

此項研究不會對參加者構成任何風險，參加者的參與乃自願性質。研究資料將在研究結束三年後銷毀。參加者提供的所有資料絕對保密，只會提供給香港中文大學的研究人員作分析。

冀望閣下及貴子女的家長/法定監護人同意參與是次項目。若閣下及貴子女不同意參與是次項目，您可以簽署以下不同書並交回學校，此不同意書將不會影響貴子女在學校參與任何學習或活動的機會。若閣下及貴子女如果同意參加是次計畫，則無須交回。

若閣下對這項調查有任何疑問，可向香港中文大學楊雪教授查詢 (sherryxueyang@cuhk.edu.hk)，您亦可聯絡香港中文大學健康行為研究中心駱小姐 (veeleahlok@cuhk.edu.hk ; 2647 5298 / 6583 2385)。

即時港聞

2023年7月10日星期一

調查指三成受訪學生「狂打機」 學者：打機成癮與精神健康問題

← 上一篇 下一篇 →

調查指三成受訪學生「狂打機」 學者：打機成癮與精神健康問題有關聯 (15:49)

Twitter WhatsApp Facebook Like 0

A+ A- [Link] [Email] [Print]



圖1之1 - 中大賽馬會公共衛生及基層醫療學院教授楊雪指，過往不少研究指出…… (劉煒陶攝)

「青少年網絡成癮、情緒壓力及不良生活習慣全方位改善計劃」研究項目

家長/法定監護人不同意書 (子女參與)

本人不同意 子女_____ (子女姓名) _____ (年級) _____ (學號) 參與此調查項目。

家長/法定監護人姓名:

簽署:

_____ 年 _____ 月 _____ 日