

彩橋



本通訊旨在加強衛生署學生健康服務和學校之溝通

二零零四年三月

第二十二期

出版：衛生署學生健康服務

近期有報導說香港人的智

商是全球最高的，平均的智商達到107。

究其原因，報導指是有可能因為香港地少人多，人口比較密集，人與人之間的聯繫溝通也隨之增加。每天有不少機會與別人談話應對，因此訓練了思維，學習要腦筋轉得快才能與別人的話題接得上。

當香港人知道這消息後，心裡難免也會沾沾自喜，總覺得自己比亞洲及其他國家的人稍勝一籌。但智商高是否就能代表勝券在握，一定會比別人成功呢？近年都有不同的學說提到一個人的成功與否，並不是單由智商去決定，其他的因素如情緒處理、創意思維、面對逆境及個人多方面發展等，都是成功的關鍵。

現今香港的學生面對繁重的學業壓力，智商對於課本知識的掌握固然重要；但在整個學習過程中除了增加學術知識外，同學還要掌握其他技巧，例如在學校守紀律、能和洽與同學及家人相處、有能力去應付困難和逆境及對事物能建立一個正面的價值觀等，這些技巧相比起單有好的成績來得更重要。因此，對於我們這一群陪伴青少年成長的工作者來說，似乎更應注意青少年人的心理社交和情緒健康，引導及關懷他們。學生健康服務所提供的健康普查、健康評估以及青少年健康服務計劃正是將重點放在學生的生理、心理及社交健康上，以確保他們在教育體系上得到最大的裨益，能建立自信及有能力投入社群。

編輯委員會・唐雅穎醫生、陳淑姿醫生、林潤香護士、鄒民琪護士、樊秀敏護士、董月紅護士

電話・2349 4212 / 2349 2772

傳真・2348 3968

網頁・http://www.info.gov.hk/dh/main_ser/index-c.htm

編
者
的
話

性教育工作坊

專題探討之點滴

資料提供：青少年健康服務計劃

導師：「男女之間的交往，如何界定是友誼還是戀愛？」

甲同學：「食飯後，如果是AA制出錢的是友誼，由男方出錢的是戀愛。」

答案引來全班同學大笑，
導師隨即講解兩者的分別。

導師：「你們認為與『異性』最親密的行為可以是什麼？」

乙同學：「拖手及接吻。」

丙同學：「什麼也可以做，
祇要不生仔。」

導師：「怎樣才可以不生仔？」

丙同學：「用多種避孕方法，幾管齊下便沒事。」

導師待同學笑聲過後，便糾正同學錯誤的避孕知識。





以上的情景是我們青少年健康服務隊與一班中二學生在探討「友誼與愛」專題時發生的。雖然有些同學刻意說出「反斗」及調皮的答案，但也反映出他們曾用心思考過這類問題。

在專題活動中，“性教育工作坊”是最受學校歡迎的項目。性教育的內容十分廣泛，包括學習自我接納，分辨友誼與愛情，認識正確的戀愛態度，明白性濫交帶來的後果，了解各種避孕方法，認識性騷擾行為及色情文化對青少年成長所造成的影響等。

作為性教育工作者，我們雖感到自豪，但也有無限的感慨。自豪的是與同學溝通過程中，能澄清他們一些謬誤。而透過分享我們在醫院及診所的所見所聞，擴闊了他們的眼界，加深他們對性的認識。感慨的是看到同學從不同的色情媒體及傳媒，接收了很多的錯誤觀念。現今有很多對性觀念似是而非的詭辯，在不知不覺中惑亂青少年的心，混淆是非黑白。為了使青少年掌握正確的知識及明確的價值觀，我們要加把勁，抗衡這些媒體的影響力，消滅它們散播的謬誤。

在帶領同學討論「性」的話題中，最重要的是把握機會糾正同學從坊間學到的謬誤。有時這些似是而非的謬誤令我們啼笑皆非，例如幾種避孕方法同時採用便可以有百分百安全。導師除了解釋各種避孕方法的正確用法及其局限外，更帶領同學思考性行為所引致的後果。為避免「言者諄諄，聽者藐藐」，導師會透過情景討論及真實個案，讓同學有清晰的訊息，堅定的立場，不要隨波逐流，人云我亦云。要他們學習擇善固執，擇真堅持，才能有效地抗拒色情文化帶來的不良影響。

由於我們服務隊的成員內有醫生和護士，可以提供在醫學上的專業知識，因此我們相信這服務可為同學們解決不少疑問。而隊中的社工同事也設計了不同的活動，以活潑的手法把主題訊息帶出，使同學在輕鬆的氣氛下更有興趣學習。在帶領的過程中，我們觀察得很多同學都用心地聆聽我們的訊息。雖然他們未必即時表達自己的意見或看法，但從他們的面部表情，可見他們領悟到要用什麼態度去正視誘惑和謬誤。我們堅信在學校老師及社工的配合下，同學們能從正面的角度去深入認識和探討性教育。



性教育工作坊： 同學回應

導師能專業
地講解有關
性的敏感話題



可知道多些關於
身體發育的知識



可以知道
濫交的
後果



用遊戲的形
式有趣好玩



可透過活動
帶出性及愛
的問題



有分組活動及討
論，大家都有發
表意見的機會



內容令我
們對性教育
方面的知識
加深了解



學習分別
友情與愛情



零用錢

對於零用錢的多少和如何使用，是兒童與青少年在成長階段裏必然要學習的課題，而父母在指導子女管理零錢及建立他們正確的金錢觀念上，扮演着重重要的角色。雖然每個父母對於給與子女零錢都抱有不同態度，但大都希望藉此向子女灌輸正確的觀念，並以身作則，訓練子女，分辨出在適當的情況下有效地運用零錢。

設於學生健康服務中心的心聲版，近期以「零用錢」為題，收集了同學對於零錢的觀點和使用方法。我們看出學生雖然只是小小年紀，卻不單只顧着購買自己需要的用品，還懂得省下錢來作其他有意義的用途，例如捐助給有特別需要的人，或買禮物送給家人，可見他們的愛心比金錢更能為別人送上溫暖。對於金錢的看法，他們明白到父母的愛護與陪伴比金錢更重要，這些都是值得我們欣賞的，亦是我們這群關注學生心智發展的工作者，努力耕耘下的一點成果與安慰。



以下是同學們對 花零用錢的心聲

買東西給自己

- * 文具
- * 電腦
- * 零食
- * 寵物
- * 自己喜愛的東西
- * 書籍
- * 衣服
- * 遊戲機



作慈善用途

- * 助養一個小朋友
- * 買食物給弱能人仕
- 捐錢給：
 - * 癌病基金
 - * 山區兒童
 - * 愛護動物協會



與家人分享

- * 請婆婆飲茶
- * 買手袋給媽媽
- * 買生日禮物給媽媽



對零用錢的其他看法

- * 錢可以不零，只零與爸爸、媽媽一起
- * 不零太多零用錢，只想爸爸、媽媽多些陪我
- * 雖然沒有零用錢，但我也非常開心
- * 不需要零用錢來買沒有用的東西
- * 其實零用錢的多少並不重要
- * 零用錢應善加利用，因為父母給我的零用錢是辛辛苦苦賺回來



儲蓄以待長大後使用

- * 儲入錢箱
- * 存放入銀行戶口
- * 長大後讀大學時用
- * 待有需要時用
- * 環遊世界



健康通訊站



每個人都追求完美和渴望擁有幸福愉快的家庭，如果在成長的過程中，沒有感受到父母的愛，弟兄姊妹的手足情，不單令人難受，甚至情緒受到困擾。

香港人生活繁忙，往往減少了家人間的相聚和溝通時間。踏入青春期，同學可能因此情緒會有起伏，如果缺乏與家人的溝通，便會產生誤會，懷疑自己不被家人愛護。

要健康愉快的成長，便要共同努力，各盡本份，加強父母與子女間的溝通尤為重要。



健康通訊站哥哥姊姊：

Hi！你好！我叫Amy，我有一件心事，想和你們分享。我是小學五年級學生，我有一個哥哥，我覺得全家人不愛我，因為我天生就有濕疹（皮膚炎），所以很少人和我玩，加上全家人都重男輕女，所以我很不開心。

其實，我有和父母討論過，他們次次都話沒空，但哥哥叫他們，他們又有另一張面孔……可能我剛踏入青春期，所以多疑。

最可惡的是，當哥哥的電腦有毛病或心情差，我就是他的出氣袋，他從前不是這樣的，是買了電腦後……謝謝你們聽我說話。

祝

身體健康！

Amy 上

best wish for you

The days with you never make me feel lonely.



親愛的AMY：

多謝你的來信。

我體會到你覺得自己不被家人愛護的難受，亦多謝你對我的信任，將你的心底話向我傾訴。我相信每一個父母都愛自己的兒女，只是他們用的表達方式，有時與接收訊息的人所能體會的可能不同。你覺得父母愛你的哥哥多一些，你自然會特別留意父母對哥哥的態度。你可以多些留意父母對你關心愛護的舉動，平日亦可多些和父母溝通，但有時父母因工作忙碌，回家後可能感到疲倦，需稍作休息，你亦可以嘗試待他們休息過後，再與他們傾談。我相信他們會樂於和女兒談天的。如果你因為這些事情而感到家人不愛你，你便會感到不开心。有適當的機會可以向哥哥表達你的感受，坦白告訴他不喜歡他向你發脾氣，或許你表達後他會有所改善。主動關心家人，這樣亦有助改善家人彼此的關係。

濕疹是一種沒有傳染性的慢性皮膚炎，若你遇着不了解的人，你可以向他們解釋清楚，以免他們誤會。你也醒覺自己有可能已進入青春期的，因此情緒會有起伏，希望你能接受青春期的轉變，用正面態度去面對，愉快地渡過這階段。如果當你嘗試努力與家人溝通，但仍未有改善時，我建議你可尋求老師或社工的協助，將你的情況告訴他們，讓他們更明白和支持你，並協助你一起面對成長中的困難。

祝
生活愉快！



健康通訊站



九龍觀塘
啓田道九十九號
藍田分科診所四字樓
健康通訊站

如欲查詢有關學生健康上的問題，歡迎與本通訊站聯絡。