

# 『兒童的均衡發展需要』調查發佈會新聞稿

(2011年11月20日)基督教香港信義會長腿叔叔信箱服務舉行了「兒童的均衡發展需要」調查發佈會，對兒童成長五大範疇：**遊戲、休息、學習、品德及關心社會**等進行了解千禧兒童的『均衡發展』概況，從而讓家長及社會知道該如何把握良機，協助子女有良好及均衡的發展，讓兒童發揮最大的潛能。以下是該項調查的結果簡介：

## 研究目標

- 1) 了解千禧兒童的「發展」概況 (包括休息、遊戲、品德、學習、關心社會等各方面)
- 2) 了解家長的管教模式與兒童「均衡發展」的關係

## 量性研究調查設計

- 形式：自行填寫
- 受訪對象：兒童(高小學生) 和 家長
- 訪問日期：2011年5月至2011年7月
- 樣本來源：全港小學，以方便樣本形式(Convenient Sampling)收集問卷
- 有效問卷：862份學生問卷 和 450份家長問卷

## 統計結果 (學生問卷)

- 1) 六成半被訪者的睡眠時間比專家指引為少，兒童的休息情況值得關注
  - 我們從是次調查中，發現被訪的862位兒童中，有12.8%每天平均只有6小時或以下的睡眠時間，52%有7-8小時，只有35.2%被訪者符合專家建議成長中的兒童每天該有9小時或以上的睡眠時間。
  - 此外，共有12.9%被訪者表示自己每天沒有足夠時間休息；17.9%表示自己沒有充足的睡眠；更值得關注的是有33.7%兒童表示即使自己感到疲倦，仍不可以自由休息；又有20.2%表示不能選擇不同的方式休息。
  - 同時，共有30.8%兒童表示未能在大部分時間感到輕鬆自在。
- 2) 遊戲是兒童成長中不可或缺的部分，約半成被訪兒童每天少於1小時的遊戲時間
  - 是次調查發現，被訪兒童中有46.4%表示每天平均只有1小時或以下的遊戲時間，(當中更有6.3%表示每天沒有和13.3%表示少於半小時的遊戲時間)。
  - 此外，亦有27.1%兒童表示未能每天都有享受遊戲的機會；又有21%兒童表示未能自由選擇遊戲的方式和種類；36.6%對「如果我喜歡、身邊會有人陪我玩」表示不同意。
  - 除室內遊戲外，30.9%兒童表示每星期並沒有到戶外遊戲的機會，37.1%兒童表示自己未能在遊戲中發揮創意(如自製玩具)。

3) 兒童在品德發展方面的自我評價中，感恩表現最為滿意，相對誠信表現評價最低

- 從調查中有以下的了解：

各方面的品德行為表現	範疇	自我評價	次序
我會主動向家人或朋友打招呼（如說「早晨」）	禮貌	83.4%表示同意	5
縱使我很疲倦，也會讓座給有需要的人	禮貌	77.7%表示同意	7
當我犯錯時，我會承認並道歉	責任	86.6%表示同意	4
我答應過的事情，必定會做到	誠信	82%表示同意	6
<b>當我收到別人的禮物或幫助時，我必定會主動道謝</b>	<b>感恩</b>	<b>95%表示同意</b>	<b>1</b>
我會孝順父母，以報答他們養育之恩	感恩	91.7%表示同意	3
我會做好學生本份，遵守校規	責任	93.3%表示同意	2
我不會說謊	誠信	68.4%表示同意	8

4) 兒童在自理能力發展方面表現理想，但仍有約一成被訪兒童表示未能自行用餐

- 調查發現有 79% 兒童平日在家中有協助分擔家務，21% 表示不同意。
- 多於 90% 兒童表示會自行用餐，但值得關注的是仍有 9.1% 被訪者對「我會自行用餐」表示不同意。
- 95.2% 兒童表示會自行更換衣服，但亦有 4.8% 表示不同意。
- 96.6% 兒童表示會自行完成功課及收拾書包，3.4% 表示不同意。
- 約 9 成被訪者(89%)表示會自行管理及收拾個人物品(如自行收拾床鋪和玩具)，但仍有 10.9% 表示不同意。

5) 兒童除上學外，每天花在學習上的時間比重太高，可能影響兒童的均衡發展

- 從調查數據了解，大部分兒童除上學外，平均花在學習上的時間是 1-2 小時(19.1% 少於 1 小時，1-2 小時的佔 41.6%)，3-4 小時的佔 25.9%
- 同時，有 13.4% 被訪者表示每天仍花 5 小時或以上在學習上，(當中包括 4.3% 在 7-8 小時及 2% 在 9 小時或以上)；這可能影響他們沒足夠時間休息和進行學習以外的活動(包括遊戲和運動等)。
- 有 68.2% 被訪兒童除學校的功課外，仍須完成其他補充習作。
- 亦有 59.4% 兒童參加私人補習或小組補習。
- 如在學習上出現困難，有 18.9% 兒童表示未能隨時找人支援及教導。
- 共有 58% 兒童表示需要父母/家人協助溫習功課/測驗考試。
- 此外，共有 75.4% 被訪兒童表示除學校舉辦的課外活動外，還參加其他興趣活動。

6) 兒童願意關心社會，因此更應給予機會參與和貢獻社會

- 89.1% 兒童同意自己與鄰里和諧共處。
- 93.6% 兒童表示會尊重在香港生活不同國籍、語言、種族、信仰的人。
- 82% 兒童表示會定期閱讀報章或收看電視新聞以了解時事。
- 79.2% 兒童願意參與義工活動，幫助社會上有需要的人，但亦有 20.8% 表示不同意。
- 78.1% 表示如果有機會，會勇於發表意見，改善社會，但亦有 21.9% 表示不同意。
- 80.9% 兒童認為自己認識兒童權利(包括自己擁有生存、被受保護、發展及參與等基本權利)

## 7) 兒童在個人發展的「自理能力」方面評價最高

- 以(0-10分，滿分10分)平均值去計算，862位被訪兒童給自己品德的滿意程度是7.42分
- 自評自理能力的滿意程度是8.09分
- 自評關心社會的滿意程度是7.49分

## 統計結果 (家長問卷)

### 1) 約兩成被訪家長表示孩子每天沒有足夠時間休息和充足的睡眠

- 我們從是次調查中，發現被訪的450位家長中，有5.6%的孩子每天平均只有6小時或以下的睡眠時間，67%有7-8小時，只有29.1%的孩子達到專家建議成長中的兒童每天該有9小時或以上的睡眠時間。
- 此外，有19.2%被訪者認為自己孩子每天沒有足夠時間休息；21.4%表示自己孩子沒有充足的睡眠；更值得關注的是有11.4%家長表示如果孩子感到疲倦，也不可以自由休息；又有8.3%家長表示除睡眠外，不會讓孩子選擇以不同的方式休息。
- 同時，15.6%家長表示孩子在大部分時間未能感到輕鬆自在。

### 2) 遊戲是兒童成長中不可或缺的部分，約半成被訪兒童每天少於1小時的遊戲時間

- 是次調查發現，被訪家長中有45.2%表示孩子每天平均只有1小時或以下的遊戲時間，(當中更有2.8%表示每天沒有和9.9%少於半小時的遊戲時間)，與兒童問卷結果相若。
- 此外，亦有16.9%家長表示孩子每天未能享有遊戲的機會；20.9%家長表示孩子未有自由選擇遊戲的方式和種類；21%對「如果孩子喜歡、身邊會有人陪我玩」表示不同意。
- 除室內遊戲外，22.3%家長表示孩子每星期並沒有到戶外遊戲的機會；19.3%家長認為兒童未能在遊戲中發揮創意(如自製玩具)。

### 3) 家長在品德發展方面的評分比兒童評分較低，感恩表現最為滿意，相對誠信表現評價最低

- 從調查中有以下的了解：

各方面的品德行為表現	範疇	自我評價	次序
孩子會主動向家人或朋友打招呼 (如說「早晨」)	禮貌	72.9%表示同意	4
縱使孩子很疲倦，也會讓座給有需要的人	禮貌	68.2%表示同意	7
當孩子犯錯時，會承認並道歉	責任	71.2%表示同意	5
孩子答應過的事情，必定會做到	誠信	55.3%表示同意	8
當孩子收到別人的禮物或幫助時，必定會主動道謝	感恩	92%表示同意	1
孩子會孝順父母，以報答他們養育之恩	感恩	87.1%表示同意	3
孩子會做好學生本份，遵守校規	責任	90.7%表示同意	2
孩子不會說謊	誠信	68.8%表示同意	6

### 4) 家長在自理能力發展方面比兒童評分低，特別在自行管理和收拾個人物品表現最需要改善

- 調查發現有71%家長表示孩子平日在家中有協助分擔家務，29%表示不同意。
- 多於96.2%家長表示孩子會自行用餐，但值得關注的是仍有3.8%被訪者對「孩子會自

行用餐」表示不同意。

- 94%家長表示孩子會自行更換衣服，但亦有 6%表示不同意。
- 86.6%家長表示孩子會自行完成功課及收拾書包，有 13.1%被訪者表示不同意。
- 約六成半被訪者(64.1%)表示孩子會自行管理及收拾個人物品(如自行收拾床鋪和玩具)，35.9%表示不同意。

#### 5) 兒童除上學外，每天花在學習上的時間比重太高，可能影響兒童的均衡發展

- 從調查數據了解，大部分家長表示除上學外，孩子平均花 1-2 小時在學習上(13.9%少於 1 小時，1-2 小時的佔 49.2.6%)；而 3-4 小時的佔 30.7%。
- 同時，6.2%被訪者表示孩子每天仍花 5 小時或以上學習，(當中包括 1.9%在 7-8 小時及 0.5%在 9 小時或以上)；這可能影響他們沒足夠時間休息和進行學習以外的活動(包括遊戲和運動等)。
- 65.6%被訪家長表示除學校的功課外，孩子仍需完成其他補充習作。
- 63.2%家長的孩子參加私人補習或小組補習。
- 如在學習上出現困難，孩子可隨時找人支援及教導一項，有 11.9%家長表示不同意。
- 82.9%家長表示孩子需要父母/家人協助溫習功課/測驗考試，較兒童問卷的數據比率為高。
- 另外，共有 83.7%被訪家長表示孩子除學校舉辦的課外活動外，還參加其他興趣活動。

#### 6) 兒童願意關心社會，因此更應給與機會參與和貢獻社會

- 93.2%家長同意孩子會與鄰里和諧共處。
- 96.4%家長表示孩子會尊重在香港生活不同國籍、語言、種族、信仰的人。
- 70.1%家長表示孩子會定期閱讀報章或收看電視新聞了解時事。
- 78.6%家長表示孩子願意參與義工活動，幫助社會上有需要的人，但亦有 21.4%表示不同意。
- 74.9%家長表示如果有機會，孩子會勇於發表意見，改善社會，但亦有 25.1%表示不同意。
- 78.9%家長覺得孩子認識兒童權利(包括自己擁有生存、被受保護、發展及參與等基本權利)

#### 7) 家長在孩子個人發展的「品德」方面評價最高

- 以(0-10 分，滿分 10 分)平均值去計算，450 位被訪家長給自己孩子品德的滿意程度是 7.69 分
- 給自己孩子自理能力的滿意程度是 7.48 分
- 給自己孩子關心社會的滿意程度是 7.08 分

## 討論和分析

### 1) 兒童發展先決條件是健康和足夠休息，兒童缺睡的情況需要正視

- 是次調查不但發現了有六成半兒童的睡眠時間比專家指引<sup>1</sup>為少，他們的休息情況值得關注。同時，在深入分析時發現，12.9%被訪兒童表示自己每天沒有足夠時間休息，數據顯示，隨著年齡和就讀年級的遞增，相關的休息情況愈見不足：小四被訪兒童中有9.7%表示自己每天沒有足夠時間休息、小五的有13%、小六的更有15.9%，顯示隨著級別的遞增，越多兒童表示沒有足夠休息。

### 2) 家長與兒童的數據存着一定的差異，反映家長的管教模式，與孩子真正需要存着距離

- 雖然是次問卷調查的訪問對象是隨機抽樣，即被訪的兒童與家長問卷沒有刻意配對，但從所得數據中也有一些發現，如某些具爭議的題目，兒童不同意的比例較家長為高。值得討論的包括在遊戲時間方面，大概半數被訪兒童(45.2%)及家長(46.7%)分別表示每天只有1小時或以下的遊戲時間，但在「我每天也享有遊戲的機會」問題中，27.1%兒童表示不同意，相反只有16.9%家長表示不同意；從中可能反映有些家長覺得自己已給孩子機會遊戲，但孩子卻不覺得自己享受，彼此在遊戲的定義上存着分歧。
- 又如兒童希望自由選擇遊戲的方式(包括自創遊戲)，37.1%兒童表示自己未能在遊戲中發揮創意；相對家長問卷只有20.9%表示不同意，因此，值得提醒家長不要太規限遊戲的工具和形式，或只偏重於學術方面的遊戲，以致扼殺了孩子的創意和自由，失去遊戲的意義和精神。
- 同時，36.6%兒童對「如果我喜歡，身邊會有人陪我玩」表示不同意，而家長問卷不同意的比例只有21%。特別的是，在此題表示不同意的兒童及家長中，各有約15%雇有家傭，所以，縱然家傭長期駐守家中工作及陪伴孩子，他們也未能代替家長陪伴孩子的角色。

### 3) 兒童的品格發展在禮貌、感恩等方面較易看到成績，相對在責任和誠信的發展表現較難評估，因此更需要家長的支持和鼓勵，從旁耐心引導和培育

- 若以品德表現的問題回應(1分為最同意，4分為最不同意計算)計算被訪者的平均數值進行比較<sup>2</sup>，我們發現家長在每項品德表現的平均數值也較兒童的高，以越高分為越需要關注理解，家長對兒童的品德表現之滿意度較兒童自評的為低。
- 在感恩的品德表現較為理想，如在『當我收到別人的禮物或幫助時，我必定會主動道謝』和『我會孝順父母，以報答他們養育之恩』的平均數為最低，即表現最理想和滿意。
- 相反，我們發現特別在『我答應過的事情，必定會做到』和『我不會說謊』的誠信表現方面之平均數值為最高，同時亦是兒童和家長彼此差異最大的一項；家長對孩子在此品德表現之滿意度較孩子自評低。
- 值得欣喜的是雖然家長在每項品德表現的滿意度也較兒童的為低，但在品德的整體滿意度的平均數值(7.69)卻較兒童的(7.42)為高，可見家長也明白這是孩子成長的過程，從中也能自動調較對他們的期望。
- 最後，在家長教育程度與品德的滿意度進行比對，**發現中學教育程度的家長給予兒童品德較低評分(以少於6分)的比例最高**。如兒童問卷中給自己品德滿意度(少於6分)共有94人，當中中學程度的家長佔63人(即67%)；而家長問卷中給孩子德滿意度(少於

6分)共有26人，當中為中學程度的家長佔20人(即77%)。相對小學及大學程度的家長，中學程度的家長對兒童品德表現滿意度較低。

#### 4) 兒童自覺有能力自理，是次研究有助為『港孩』的指控平反，家長該按其能力及不同的發展階段加以訓練

- 是次調查發現兒童對個人自理能力有正面的評價，如在整體自理能力的平均數值為8.09，比較其他發展部分如品德及關心社會更高。反映兒童對自理能力有信心，因此建議家長可按其能力及不同的發展階段加以訓練。
- 我們嘗試以家傭的因素與自理能力進行交叉比對<sup>3</sup>，當中發現如家中有家傭，對兒童自理能力表現中的自行用餐(題12.2)及自行梳洗更換衣服(題12.3)之影響最大，即有家傭在這兩項表現上表示「不同意」的比例較高。
- 相反，在自行完成功課及收拾書包(題12.4)及我會管理及收拾個人物品(題12.5)，與有家傭在這兩項表現上表示「不同意」的比例較少。我們推論這與家傭在家庭上的角色及期望有關，一般家傭協助照顧兒童的起居飲食，相對在學習及遊戲等角色較少，反而可能令兒童在此方面表現更積極。因此，建議家長在安排家傭工作時也要作出提醒，鼓勵孩子獨立及自理。

#### 5) 兒童均衡發展，不應只側重學習

- 從調查中了解，13.4%被訪兒童表示每天仍有5小時或以上的時間花在學習上；同時，68.2%被訪兒童除學校的功課外，仍需完成其他補充習作；59.4%兒童參加私人補習或小組補習，這可能導致他們沒有足夠的時間休息和進行學習以外的活動(包括遊戲、興趣和運動等)。
- 另一值得探討的現象是，調查中發現在「孩子需要父母/家人協助溫習功課/測驗考試」的問題中，82.9%被訪家長表示孩子需要父母/家人協助溫習功課/測驗考試。相對較兒童問卷的58%數據比率為高，相差近25%；反映家長對高小子女的學習仍然緊張，不輕易放手。
- 最後，75.4%被訪兒童、以及83.7%被訪家長表示除學校舉辦的課外活動外，還參加其他的興趣活動。所得結果令人開心的是，大部分兒童除學習外還有其他發展興趣的機會，但家長也要注意項目數量及時間會否過多，又或是否孩子真正喜歡的種類，否則花了金錢時間，孩子卻未能享受過程，十分可惜。

#### 6) 應該由小開始鼓勵兒童參與關心社會，實踐公民責任

- 從數據分析，被訪兒童關心社會的「認知度」高、但「參與度」仍有改善空間。如有89.1%兒童表示自己會與鄰里和諧共處；93.6%兒童表示會尊重在香港生活不同國籍、語言、種族、信仰的人；以及82%兒童表示會定期閱讀報章或收看電視新聞了解時事。可是，在實際參與上，有關的百分比立時有下降跡象：例如只有79.2%兒童表示願意參與義工活動，幫助社會上有需要的人；78.1%兒童表示如果有機會，會勇於發表意見，改善社會；更有20多個百分比的兒童表示不願意參與。
- 同時，從家長問卷中發現，家長對孩子的關心社會程度的平均數最低。以(0-10分，滿分10分)平均值去計算，**品德**的滿意程度之家長評分是7.69分、**自理能力**的滿意程度是7.48分、**關心社會**的滿意程度只是7.08分。因此鼓勵家長應由小鼓勵孩子參與社會、培養關心社會的精神。

## **建議**

### **1) 兒童的均衡發展，需要個人、家長、學校及社會等多方面的配合**

- 自小向孩子灌輸均衡發展的理念，有助個人更全面發展
- 學校宜減少功課，善用全日制課程的教育精神，讓學生在學校課堂上完成習作
- 家長亦須明白孩子學習以外的發展需要，特別是遊戲對兒童成長的重要性。
- 社會上許多政策，例如在新學制和大學收生標準方面，也可加強考慮學生在主流學習成績以外的表現，相信有助本港培訓多元的專業人才。

### **2) 配合兒童成長發展的不同階段，加強品德教育**

- 『誠信』和『責任』等核心價值，需要在孩子成長的不同階段有不同層次的提升和學習。
- 教育局計劃 2012 年起在學校全面推行『德育及國民教育科』<sup>4</sup>，從而取代學校原有的德育及公民教育，課程涵蓋的內容也較豐富，但若有關學科仍只佔目前 3-6% 的學習時間(約每星期 1-2 課節)，或由學校自行調適(如運用班主任課)，便變相減少了德育的教學時間及機會。我們希望當局小心設計課程，以達真正培育國民在『誠信』和『責任』等核心價值素質之目的。

### **3) 加強兒童權利教育，藉此從小培養兒童的公民意識**

- 兒童期是一個非常重要的成長過程，這階段的孩子能醒覺、能吸收，最容易模塑。聯合國兒童權利公約中列明，每個兒童均有個人的『發展權』，我們必須確保每個兒童都能透過遊戲、休息、教育及文化活動，發揮最大的潛能，有關教育更應及早介入。
  - 如能讓兒童從小認知、感受、體驗和實踐權利、義務之平等和尊重的信息，相信有助他們未來以社會公民的身份主動和積極關心社會、參與社會。
-

註解：

1. 睡眠對青少年生長發育至關重要，許多研究也指出兒童缺睡帶來種種不良影響(包括肥胖問題)，因此美國睡眠基金會建議青少年每天最佳睡眠時間為 9 小時 45 分。5-12 歲兒童每天應有 10 小時睡眠。

2.

兒童與家長在『品德』滿意度平均數比較

問題	品德分類	兒童平均數	家長平均數	平均數差別
我會主動向家人或朋友打招呼 (如說「早晨」)	禮貌	1.84	2.10	0.26
縱使我很疲倦，也會讓座給有需要的人	禮貌	1.98	2.21	0.23
當我犯錯時，我會承認並道歉	責任	1.80	2.19	0.39
我答應過的事情，必定會做到 *	誠信	1.91	2.40	0.49
當我收到別人的禮物或幫助時，我必定會主動道謝	感恩	1.51	1.82	0.31
我會孝順父母，以報答他們養育之恩	感恩	1.66	1.98	0.32
我會做好學生本份，遵守校規	責任	1.62	1.81	0.19
我不會說謊 *	誠信	2.19	2.20	0.01

3. 兒童『自理能力』與『家傭』的交叉比對

題目	不同意人數	佔整體比例	有家傭佔%
12.1 平日在家中，我有協助分擔家務	179 人	※21%	17.9%
12.2 我會自行用餐	77 人	9.1%	※23.4%
12.3 我會自行梳洗及更換衣服	41 人	4.8%	19.5%
12.4 我會自行完成功課及收拾書包	29 人	8.8%	13.8%
12.5 我會管理及收拾個人物品 (如自行收拾床舖及玩具)	92 人	10.9%	10.9%

4. 教育局課程發展處德育及公民教育組已於 2010 年 7 月 1 日更名為「德育、公民及國民教育組」。德育、公民及國民教育是全人教育的重要元素，通過各學科課程的講授及多元化的學習經歷，培育學生正面價值觀和積極態度；幫助他們在成長的不同階段，當遇上與個人、家庭、社會、國家以至世界相關的議題之際，能以此作為判斷的依歸，並勇於承擔和實踐。2001 年推行的課程改革，將「德育及公民教育」列為四個關鍵項目之一，著重培育學生正面的價值觀和態度(建議首要培育價值觀包括：「堅毅」、「尊重他人」、「責任感」、「國民身份認同」及「承擔精神」)。為了配合社會不斷的轉變及對青少年的期望，於 2008 年就「德育及公民教育」課程架構，作出修訂和增潤；除了加入「誠信」和「關愛」作為首要培育價值觀，並臚列各學習階段和教育範疇的學習期望，亦增加「生活事件」事例及範疇，支援學校推動德育及公民教育的工作，幫助學生認識如何實踐正面價值觀。

有關發佈會相關相片可到以下網址下載：<http://www.sendspace.com/file/se6ayg>

有關發佈會資料可到以下網址下載：<http://service.elchk.org.hk/unclelongleg/index.html> 最新消息