

## 香港小童群益會 在考試及功課壓力下兒童的權利意見書

兒童是未來的主人翁，而兒童的身心發展是兒童成長中重要的一環。根據報導，近年香港青少年到醫管局求診精神科人數每年增幅達 5-6%，因此關注兒童及青少年身心均衡發展是刻不容緩，亦成為本會四大服務宗旨之一。就兒童考試及功課壓力問題，本會之「香港兒童快樂因素 2016」透過問卷調查訪問 1055 位兒童，調查發現，十大兒童希望的快樂分別為：考試成績好(38.2%)、沒有壓力(35.2%)。另外，不同年齡的兒童對希望的快樂亦有差異，選擇希望「沒有壓力」的受訪兒童由 9 歲開始增加，顯示兒童在 9 歲後開始感到壓力，與本會與香港教育專業人員協會及教育學院畢業同學會進行的「香港學童餘暇生活調查 2014」結果配合。該調查訪問了 1016 名高小至高中學生，結果顯示，高小學生明顯較中學生補習的時間長，平均每週補習 5.64 小時，初中和高中則分別為 4.31 小時和 4.15 小時，顯示年幼學生在家長、學校的期望下，會透過補習等學習活動以追求學業成績上的成功感。另外，調查亦發現學生每天做功課時間平均數由 2002 年的 2.02 小時增加至 2014 年的 2.26 小時，當中增加較多的是中學生。上述調查結果顯示考試、成績是影響兒童快樂元素的重要因素，兒童亦會因透過不同方法（例如補習）提升學業成績，加上兒童做功課時間增長、使餘暇時間縮短，兒童容易面對考試及功課的壓力而又未能有足夠的餘暇時間放鬆，並因過度側重於功課及考試成績而出現壓力及精神緊張，妨礙兒童身心均衡發展。另外，本會「睡眠與快樂—香港兒童快樂調查 2017」曾以問卷調查方式訪問 1068 位 6-17 歲的兒童，調查發現，考試／溫習及擔心成績是 6-17 歲兒童遲睡及睡眠質素欠佳因素，而整體睡眠質素較佳的兒童，快樂程度亦較高。綜合上述調查顯示考試及功課是兒童壓力的來源，而且壓力亦比以往增加。壓力過大會影響兒童情緒，為兒童精神健康帶來負面影響。根據《兒童權利公約》第 31 條列明「兒童有權享受閒暇、遊戲和文化藝術活動的權利」，但在考試及功課壓力下，學習佔兒童生活的大部份時間，使兒童享受閒暇的機會減少，未能使兒童在個性、才智及身心發展，壓抑兒童發展權利。

另外，根據本會第八屆香港小特首<sup>1</sup>所收集的相關數據發現，最多受訪中學生表示每星期有一至兩次測驗、評估或默書，換言之，學生們每年最多有 78 次測驗、評估或默書，相等於 41% 的上學日內有測驗、評估或默書；超過 70% 受訪中學生自評考試帶來的壓力指數超過 7 分（0 分為無壓力，10 分為十分大壓力）。意見反映現時考試及測驗頻密，兒童亦因考試需承受嚴重的精神壓力，過度壓力容易使學童對

---

<sup>1</sup> 『香港小特首』的中心理念是「兒童權利」以及「兒童參與」。我們相信，要建設一個兒童友好（Child-friendly）的居住環境，兒童的意見和意願是重要的考慮條件。兒童既是社會大眾的一份子，他們的想法便應該被尊重及考慮。透過各項活動為他們提供發表意見和參與社區事務的平台，期望他們透過自發性的參與及籌備，表達個人想法之外，也能對社會各層面有更深入全面的瞭解，以及服務有需要的群體。此外，各項活動亦能提昇高小及初中學生對社會事務的參與，鼓勵兒童及青少年發聲，並藉此提醒社會大眾對「兒童權利」及「兒童參與」之關注。27 位第八屆香港小特首於 2016 年 1 月正式就職，任期兩年，第八屆香港小特首將於 2017 年 12 月 3 日發表「小小施政報告」，其中內容包括考試與快樂學習的關係、探討香港青少年睡眠質素及青少年壓力與自殺問題。

學習以外的事物提不起興趣，影響他們的身心發展。《兒童權利公約》第 28 及 29 條列明「兒童有受教育的權利，以充分發展其個性、才智和身心能力，培養對人權、他人及自然環境的尊重及責任感」。教育應該使兒童能充分發展，但現時過度催谷模式，認為功課和考試量多則等同「為小朋友好」，兒童因做功課及溫習至夜深而過度疲累，亦因考試和測驗承受不少壓力，並未符合兒童權利公約中讓兒童充分發展的權利。第八屆香港小特首亦認為現時「填鴨式」的教育模式及「贏在起跑線」的期望使兒童在考試及功課承受不同的壓力，未能達至快樂學習。

因此，就考試及功課壓力下的兒童權利，本會有以下建議：

### **1. 教育模式的轉變**

現時傳統抄寫模式及填鴨式教育使兒童缺乏創作的機會，本會認為教育模式的轉變及使課程更生活化，令兒童透過能協助達致兒童身心均衡發展。另外，應同時切合不同學童的需要，減少學生來自抄寫、背誦的壓力，讓不同能力的兒童亦能在透過教育充分發展，重視兒童的發展權。

### **2. 推行家長教育，加強推廣多元出路**

兒童希望成績好才會得到快樂，家長的期望對於兒童的想法亦有所影響。本會認為應推行家長教育，提倡身心均衡發展的重要性，尊重兒童享受閒暇的權利，同時加強推廣多元出路，改變兒童及家長認為成績好才有出路的「單一」成功期望，減輕兒童因重視成績而帶來額外的功課壓力。

### **3. 聆聽兒童的意見，檢視教育制度**

本會認為現時教育政策制訂及教育制度的設計缺乏聆聽兒童的聲音，建議日後應諮詢兒童事務委員會的意見及透過委員會直接聆聽兒童的意見，全面檢視現行教育制度，包括上課時間、課程及評估方法等。並作定期諮詢及採納不同持分者的意見，確保兒童的參與權及發展權，不應忽視兒童各方面發展的權利。