

香港青少年「希望感」追蹤研究

何瑞珠 | 香港中文大學教育行政與政策學系教授

青少年踏入高中階段前後，需要經歷連串影響個人未來發展的改變，諸如選擇學術專業、應考公開試以求取資歷、決定中學畢業後出路，這些都使他們逐漸邁向成年人的世界。他們在這階段開始了解自我志向、萌生個人目標，同時要面對現實生活愈加複雜的限制和挑戰。部分能夠調適這種矛盾的青少年會建立人生的方向，對前景充滿希望，但部分未能應付的青少年會沮喪及放棄，更甚者是對未來感到絕望。



為了解香港年青一代對升學及就業的期望，香港中文大學（中大）香港教育研究所展開「香港青少年之追蹤研究」，圖為「香港青少年之追蹤研究」的研究成員

有關「希望感」的研究

關注青少年發展的早期研究普遍著眼於成長期間的心理和行為問題（例如壓力、情緒和精神病患、自殺及自毀行為等），並嘗試判定及防止相關的潛在風險因素（社經背景、性格特徵、朋輩影響、生命中的重要改變等），較少關注個體是如何正面面對挑戰。有見及此，正向心理學者提倡從人的心理情緒和素質著手，嘗試培養並發揮個體的優點或潛能，適應生命改變及挑戰，以達至個人成長（Seligman & Csikszentmihalyi, 2000）。

「希望感」（hope）是近年正向心理學中學者廣泛研究的一個心理素質（personal strength）。希望感不單是對美好事物如願發生的主觀期許（Snyder, 1994），亦是達成個人目標的「認知－動機」歷程（cognitive-motivational process），當中包含兩個元素：（1）認知層面，具較高希望感的人自覺能夠找到達成目標的行動途徑（pathway），並且在選擇途徑的過程中保持靈活，即使一種方式不奏效，亦能思考不同方法解決困難和達成目標；（2）動機層面，具較高希望感的人有持續向目標邁進的能動力（agency），即使遇上困難或挫折亦能自我激勵，解決問題。

過去二十多年，希望感這項心理素質吸引了大量心理學、教育學、輔導學學者及工作者關注，其測量工具亦廣泛應用到相關性研究（correlational studies）之中。研究發現，希望感能預測個體的學術表現（Snyder et al., 2002）、運動表現（Curry, Snyder, Cook, Ruby, & Rehm, 1997）、精神健康（Marques, Pais-Ribeiro,

& Lopez, 2009）和生活滿足感（Marques, Pais-Ribeiro, & Lopez, 2011），以及較低程度的抑鬱（Geffken et al., 2006）和焦慮情緒（Chang & DeSimone, 2001）；反之，具較低希望感的青少年傾向參與高風險的行為，例如暴力行為、濫藥和意外受創等（Bolland, 2003）。基於以上種種，學者普遍視希望感為青少年正向發展的預測因素（predictor）和保障因素（protective factor），認為培養青少年的希望感能協助他們迎接成長上的各樣挑戰。

香港青年人的「希望感」

為了解香港年輕人的升就歷程和對將來的希望感，「學生能力國際評估計劃——香港中心」於2017年6至8月進行了「香港青少年之追蹤研究（HKLSA）」第四期問卷調查，調查對象為1,049名約20歲的青年人，他們均曾參加PISA 2012，並循不同途徑升學或就業，受訪期間為中學畢業後第三年。我們亦在同年4月，根據他們的升就途徑，以隨機抽樣方式邀請其中16名青年人進行聚焦小組訪談，從青年人自身的角度來闡釋他們的升就抉擇。以下我們分析這批青年人的希望感，以及希望感與個人背景及家庭因素的關係。

本研究採用Snyder et al. (1991) 研發的「希望感量表」（Hope Scale）測量受訪青年人的希望感。受訪者按六點李克特量表（1=「十分不似我」，2=「不似我」，3=「頗不似我」，4=「頗似我」，5=「似我」，6=「十分似我」）對題項評分。

表一顯示量度希望感的八個題項的平均值。八個題項分為「行動途徑」和「能動力」兩個副量表，各題項的平均值均高

表一：受訪青年人的希望感

	平均值	標準差
行動途徑 (Pathway)		
1. 任何一個問題都有很多解決方法	4.27	0.95
2. 我能想出很多方法走出困境	3.98	1.04
3. 我能想出很多方法去獲得生命中對我重要的東西	3.95	1.01
4. 即使別人都放棄了，我仍相信我會找到解決問題的方法	3.91	1.09
能動力 (Agency)		
1. 我過去的經歷助我好面對將來	4.28	1.09
2. 我熱切追求自己的目標	4.08	1.03
3. 我能達到自己定下的目標	3.73	0.97
4. 直到目前為止，我的人生是頗成功的	3.62	1.11

於 3.5，其中最高的是受訪者自覺「過去的經歷有助面對將來」（4.28），其次為「任何一個問題都有很多解決方法」（4.27）和「熱切追求自己的目標」（4.08）。這反映受訪青年人在生活上傾向有希望，在尋找解決困難方法上抱有正面想法。

影響青年人「希望感」的個人背景及家庭因素

上述結果顯示青年人的整體情況，然而，來自不同背景的青年人的希望感有否差別？本研究以希望感的兩個副量表——行動途徑及能動力——的因素分數 (factor score) 作為依變量 (dependent variable)，並以青年人的家長教育程度、家長職業類別及家庭教育資源，建立一個社經地位指標作為自變量 (independent variable)，使用線性迴歸 (linear regression) 模

型分析背景因素對青年人希望感的影響。

表二顯示個人背景因素對希望感的影響。女生與男生在行動途徑方面有輕微但顯著的差異，女生低於

男生約 0.09 個標準差，在能動力方面則沒有顯著差異。這可能顯示，女生雖與男生有相若的意志和決心去達成目標，但對於達成目標的方法和途徑，女生則沒有男生那樣有把握。而社經地位亦與青年人的希望感有顯著相關：社經地位每上升 1 個標準差，青年人感知的行動途徑便增加約 0.09 個標準差，能動力亦增加約 0.12 個標準差；反映社經地位高的青年人希望感傾向較強，社經地位低的青年人希望感則傾向較弱。

從以上看來，富爸媽的子女才能對將來有希望嗎？HKLSA 第四期問卷亦有問及父母在情感上的支持（例如「當我遇到困難，父母會支持我」），受訪者按四點李克特量表 (1=「非常不同意」，2=「不

表二 影響青年人希望感的個人背景因素

個人背景因素	行動途徑		能動力	
	標準係數 (Std. B)		標準係數 (Std. B)	
女性	-0.094	*	0.000	
社經地位	0.085	*	0.115	**

註：*p < 0.05; ** p < 0.01; *** p < 0.001

表三 影響青年人希望感的個人背景因素和家庭因素

	行動途徑		能動力	
	標準系數 (Std. B)		標準系數 (Std. B)	
個人背景因素				
女性	-0.106	**	-0.013	
社經地位	0.054		0.080	*
家庭因素				
父母在情感上的支持	0.183	***	0.205	***

註：*p < 0.05; ** p < 0.01; *** p < 0.001

同意」，3=「同意」，4=「非常同意」) 對四個題項評分。以該四個題項建立一個指標，加入線性迴歸模型內(表三)。結果發現父母在情感上的支持與青年人的希望感有顯著的正相關，而且比社經地位與希望感的相關度較強：父母在情感上的支持每上升1個標準差，青年人感知的行動途徑便增加約0.18個標準差，能動力亦增加約0.21個標準差。這顯示即使父母未必能提供豐富的經濟資源，若能多點鼓勵和支持青年人的升就選擇，已經足以對青年人的希望感帶來正面的影響。另一角度而言社經地位的影響力，部分是通過「父母在情感上的支持」影響青年人希望感。

青年人升就路上的心聲

近年香港特區政府在自資學位界別推出「免入息審查資助計劃」，致力支持中學畢業生修讀自資學士學位課程。據《行政長官2018年施政報告》所述，「從政策上來說，所有在香港中學文憑考試考獲入大學門檻成績(即「3322」)的學生都可接受資助的大學教育。」(149段)這項政策固然有助經濟上有需要而又合資格的年

青年人升學，卻未能惠及那些未達大學入學門檻而又有志升學的年青人。而2019年「指定專業/界別課程資助計劃」將涵蓋約二千個自資副學位學額(施政報告，167段)，相比起每年二萬多的副學位學

生來說只是杯水車薪；年青人在報讀副學位和各類專上課程時，仍會受制於經濟或種種限制因素。

我們在聚焦小組訪談期間，與年青人討論過他們在升就路上的經歷。其中兩位於中六畢業後入讀基礎文憑課程，及後升讀高級文憑，卻因經濟條件所限，同樣於就讀高級文憑期間退學，受訪期間從事兼職工作。

簡單輯錄的受訪心聲：

「我家剛好在我讀 found. dip. (按：基礎文憑) 那年斷了綜援，我都有個妹妹。那年因為審批，要交上一年的入息去批，那我家裡交不了，所以不能申請政府免費批一筆錢給你，要申請跟政府借。夠借去交學費，但就不夠借去作生活費。」(安琪 [化名]，女)

「其實我家裡不是很有錢，只是又未到最沒有錢那些階層。我家其實不止我一個，我還有兄弟姊妹，其實我家要負擔那麼多人很是辛苦，但又不可以借錢，要自己完全負擔學費，學費又不是便宜。到了 high dip. (按：高級文憑) 時候原來又要花一大筆錢，但我又借不到，又不合資格，

那我覺得很難做。」（敏怡 [化名]，女）

**談到有關父母的支持，
敏怡有以下的敘述：**

「我需要別人的支持……即是不要做每一件事都好像不符合家人所想，每天都會被人罵那樣。我想他們都可以認同我一些東西。即是不一定要付錢讀書那些，可能只是些小事，可以認同一下我的話，我已經覺得很好。」

**談到對將來的希望，
安琪和敏怡皆表示打算再次升學：**

「我希望在我讀書那刻，至少不用有那麼多負擔，即是不用那麼多經濟上的（負擔），即是可以很安穩地度過那兩年，沒有什麼特別已經是最幸福、最美滿了，不用弄到好像現在那麼『唔湯唔水』。」（安琪）

「（希望）找到自己喜歡的東西，讀到自己喜歡的科目，家人又支持你，其實已經很好。可以找到一份自己有熱誠的工

作，我覺得是一件很好的事。」（敏怡）

由此看來，這些青年人雖曾經歷升學上的挫折（因經濟原故而退學），卻仍懷著對將來的希望，沒有輕言放棄。這些敘述一方面顯示對於學業方面稍遜、以至缺乏自信的青年人來說，家長在情感上的支持和鼓勵尤其重要；另一方面，亦顯示了政策制定者在制訂宏觀的教育政策同時，亦須以微觀角度，透過聆聽不同階層和社經地位的年青人的聲音，了解他們的實際境況，才能令所制訂的政策更為全面和「貼地」，使那些成績稍遜但富有潛能的年青人亦得以悉心培育。

總結

香港特區行政長官向立法會發表《行政長官2018年施政報告》的發言中，以「堅定前行、燃點希望」為主題，「呼籲學校、家長和關心孩子成長的不同持份者，與教育局繼續攜手協力，一同建構『正向的』社會氛圍，幫助學生建立正面價值觀和人



調查結果顯示，父母在情感上的支持與青年人的希望感有顯著的正相關，而且比社經地位與希望感的相關度更強。圖為DSE放榜，家長到場支持



筆者認為，政策制定者在制訂宏觀教育政策的同時，亦須以微觀角度聆聽不同階層及社經地位的年輕人的聲音。圖為專家與青年人進行小組訪談

學選擇看似比過去的多，但同時間，就業市場和社會對年青人學歷的要求亦有所轉變和提升。現時高等教育制度內所提供的種種升學出路，能否真的給予年青人希望感、以至達成希望的途徑？對於那些成績未如理想的年青人，現時的政策能為他們做到的又有多少？為此政府在檢討高等教

育政策時，宜更全面考慮每一個年青人的升學需要，除了考慮有能者（學業成績達標者）外，亦多了解能力稍遜者、以及來自弱勢家庭者的需要，使每位年青人皆能燃點希望，朝著理想而可達到的目標堅定前行。

隨著高等教育擴張，今日年青人的升

學政策時，宜更全面考慮每一個年青人的升學需要，除了考慮有能者（學業成績達標者）外，亦多了解能力稍遜者、以及來自弱勢家庭者的需要，使每位年青人皆能燃點希望，朝著理想而可達到的目標堅定前行。

參考文獻

1. Bolland, J. M. (2003). Hopelessness and risk behaviour among adolescents living in high-poverty inner-city neighbourhoods. *Journal of Adolescence*, 26 (2), 145—158. doi: 10.1016/S0140-1971(02)00136-7
2. Chang, E. C., & DeSimone, S. L. (2001). The influence of hope on appraisals, coping, and dysphoria: A test of hope theory. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 20 (2), 117—129. doi: 10.1521/jscp.20.2.117.22262
3. Chang, E. C., & DeSimone, S. L. (2001). The influence of hope on appraisals, coping, and dysphoria: A test of hope theory. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 20 (2), 117—129. doi: 10.1521/jscp.20.2.117.22262
4. Curry, L. A., Snyder, C. R., Cook, D. L., Ruby, B. C., & Rehm, M. (1997). Role of hope in academic and sport achievement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73 (6), 1257—1267. doi: 10.1037/0022-3514.73.6.1257
5. Geffken, G. R., Storch, E. A., Duke, D. C., Monaco, L., Lewin, A. B., & Goodman, W. K. (2006). Hope and coping in family members of patients with obsessive-compulsive disorder. *Journal of Anxiety Disorder*, 20 (5), 614—629. doi: 10.1016/j.janxdis.2005.07.001
6. Marques, S. C., Pais-Ribeiro, J. L., & Lopez, S. J. (2009). Validation of a Portuguese version of the Children's Hope Scale. *School Psychology International*, 30 (5), 538—551. doi: 10.1177/0143034309107069
7. Marques, S. C., Pais-Ribeiro, J. L., & Lopez, S. J. (2011). The role of positive psychology constructs in predicting mental health and academic achievement in children and adolescents: A two-year longitudinal study. *Journal of Happiness Studies*, 12 (6), 1049—1062. doi: 10.1007/s10902-010-9244-4
8. Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55 (1), 5—14. doi: 10.1037/0003-066X.55.1.5
9. Snyder, C. R. (1994). *The psychology of hope: You can get there from here*. New York, NY: Free Press.
10. Snyder, C. R., Harris, C., Anderson, J. R., Holleran, S. A., Irving, L. M., Sigmon, S. T., ... Harney, P. (1991). The will and the ways: Development and validation of an individual-differences measure of hope. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60 (4), 570—585. doi: 10.1037/0022-3514.60.4.570
11. Snyder, C. R., Shorey, H. S., Cheavens, J., Pulvers, K. M., Adams, V. H., III, & Wiklund, C. (2002). Hope and academic success in college. *Journal of Educational Psychology*, 94 (4), 820—826. doi: 10.1037/0022-0663.94.4.820