

# 隱青 危機爆發

## 家長支援助脫困

現今社會競爭激烈，孩子從小承受巨大壓力，不堪受壓者或選擇逃避，終日躲於家中拒絕上學；亦有失學、失業的清貧青年為了節省開支而長期足不出戶，淪為隱蔽青年。月前一名隱居九年的青年，重投社會工作一天，便疑因未能適應而燒炭尋死。

「隱青」問題愈見嚴重，家長要預防子女進入隱蔽狀態，甚至走上絕路，應建立堅固的家庭關係作強大後盾，並協助子女發掘興趣及提升自信。

「我由十六歲開始，有兩年左右沒有出過家門，每天只是『食同瞓』、看電視、玩電腦，更不會主動跟家人說話。」二十三歲的煒婷看似陽光女孩，臉上經常掛着甜美開朗的笑容，但原來她曾是隱蔽青年的一員。基督教服務處「織網再牽情計劃」主任袁梓齡指，根據二〇〇七年統計數字，本港約有二萬名年齡介乎十五至三十歲的隱蔽青年，他們都有三個月以上待學或待業經歷，最重要一點是他們大部分時間都留在家中。

### 不擅社交 抗拒上學

曾經「隱蔽」兩年多的煒婷解釋，不出門、不上學是因為害怕別人的目光，「上小學時，經常有同學取笑我肥，不喜歡跟我玩，每次分組活動都沒有人願意跟我同組。」年幼的煒婷曾向母親求助，但她的媽媽當時未有洞悉問題的嚴重性，「媽媽只叫我不要介意別人的說話，做好自己本份。我有試過不去理會同學的說話，但效用不大。」

- 近年不少青少年長期「隱居」家中，以上網或打機打發時間。



- 擁有甜美笑容的煒婷曾因交友問題，兩年沒有踏出家門。

到了中三那年，煒婷更被兩名較親近的同學欺騙，「她們出賣我，偷了我的東西，原來她們從沒有把我當作朋友。」交友受重創，自此煒婷對所有人失去信心，開始抗拒上學、抗拒出門，終日躲在家裡。然而，煒婷媽媽並不了解她的感受，「媽媽一直認為我只是懶惰，所以才不去上學、不找工作。」



### 「隱青」Checklist

<b>情緒</b>	情緒低落或不穩定 不會向別人表達個人感受及想法 不願意談論任何具積極性的話題	<b>個人</b> 成績大幅退步或工作效率下降 不願上學或不想工作 減少或不願離家外出 經常感到沮喪 在家與電腦、電視、書本或睡眠為伍
<b>人際</b>	沉迷以虛假身分在網絡上交友 對朋友、同學和家人的事不關心或不聞不問 害怕或拒絕與人交談及見面	

註：若在三個範疇內各有多於一項相似之處，便可能已進入「隱蔽」生活。

## 忌武斷指責 宜逐步解心結

一直為煒婷提供輔導的袁梓齡指，不少家長亦與煒婷的父母一樣，對「隱青」有誤解，「以為孩子不上學、不找工作，是懶惰的表現，其實大多選擇『隱蔽』的青年，都是因為在家庭、學業或人際上受到挫折，例如在學校受欺凌、學業成績不理想、父母經常吵架、找不到工作等，而對社會、他人及自己的能力失去信心，才選擇逃避。」她提醒家長，若子女突然不願上學，不應武斷地指責他們懶惰，「他們也許不是懶惰，而是遇到一些解決不了的問題。」

有父母為幫助子女走出「隱蔽」生活，設法替他們「鋪路」重投社會。煒婷的媽媽亦曾助女兒報讀夜校及安排工作，但已習慣隱居生活的煒婷，每每捱不到一日便哭着要求回家，「我覺得自己好無用，但一出門口我就好驚，覺得街上的人都在看我，然後就懷疑自己的儀表是不是有甚麼問題。」袁梓齡提醒家長，切忌強逼「隱蔽」子女重新上學或工作，「家長很多時以為幫子女找到工作就可以解決問題，但他們的心結一日未解開，問題一日都存在。」煒婷接受了一年多的社工輔導，並參加了兩次短期實習後，才由一開始不敢踏出家門，慢慢適應至可以完全應付一份全職工作。



- 「隱青」重投社會前，最重要不是獲得工作，而是接受適當輔導。

## 老師介入 易招反效果

在青少年完全進入「隱蔽」狀態前，多數出現一些異常的行為。袁梓齡提醒家長，平日宜多觀察子女的行為習慣，「孩子忽然變得不願起牀、上學經常遲到，甚至曠課，都可能是抗拒上學的表徵。家長不要輕易給外在行為欺騙，要嘗試了解內裏的原因。」父母應擔當聆聽者的角色，當孩子願意傾訴心事，切忌敷衍他們，「千萬不要認為他們小題大做，你認為的小事，對他們的影響可能很大。」



- 不少「隱青」在社交或校園生活均出現問題。



• 袁梓齡提醒，家長若遇到子女不願上學，不應武斷地作出指責。

耐心了解後，父母可評估事件對子女的影響，嘗試與他們分析及解決問題，但不宜過早否定子女的負面情緒，令他們失去宣泄的機會。袁梓齡續稱，若父母認為問題嚴重，可進一步向學校老師或社工了解，但不宜一開始便要求老師過分介入，「若涉及同學間的相處問題，老師的介入或使其他學生反感，令問題惡化。」

## 建良好關係 助子女渡難關

所謂「預防勝於治療」，要預防子女成為「隱青」，建立良好親子關係是重要的一環。袁梓齡指，深厚的家庭關係有助青少年克服挫敗，「家長應保持對子女的適度關心，如經常一起吃飯、飲湯、看電視等，讓子女有被關懷的感覺。」同時亦應加強親子溝通，若子女抗拒透露心事，家長可由他們感興趣的話題入手，「打開話題離不開投其所好和興趣為本，先說一些他們喜歡的事情，旁敲側擊把話題引導到情緒問題。」若家庭關係穩固，親子間的信任足夠，青少年在家中得到有力支持，便可以正面面對困難，而不會選擇逃避。

另外，家長亦可助子女發掘興趣，讓他們建立自我形象及提升自信心，「在子女成長過程中，家長可觀察他們對甚麼感興趣，又或特別喜歡甚麼事情，以協助他們尋找合適的活動參加，切忌強逼孩子參加太多課外活動。」



- 親密的親子關係，有助加強子女面對逆境的能力。



- 動物治療助「隱青」打開心扉，重投社會。

## 經濟緊绌 走入「隱蔽」

除了因生活上的挫折而選擇逃避外，亦有失學、失業的清貧青年為了節省開支，選擇不出門，慢慢變成「隱青」。現年十九歲的芷慰於中二輟學，曾試過應徵侍應，有三四次面試經驗，但都不獲聘用。沒有入息的芷慰為了省錢，寧願不出門，最長試過五個多月沒有踏出家門，「沒有必要，我都不會出門，不上街就不用花錢。每日中午十二時左右起牀，開了電腦就一直打機，直至第二日凌晨四點。若爸媽沒有買飯回家，我就不吃飯。但待在家中的時間長了，我開始連說話都變得不流利。」

## 動物治療見效 重拾自信

中華錫安傳道會社會服務部總幹事伍恩豪指，大多數「隱青」的自信心低落，且性格內向、偏執，不善表達自我，「他們經常留在家中，長期與社會脫節，缺少與人接觸及對話的機會，使溝通能力出現問題，嚴重的更可能害怕與他人接觸。」伍恩豪認為，「隱青」要脫離「隱蔽」

生活，最重要是重拾自信，重新學習與人相處，動物治療就可助他們打開心扉，「動物治療只是一種手段，目的是給他們與人溝通的機會；動物美容的訓練，更可助他們重建自信。」



• 伍恩豪表示，動物治療是一種手段，讓「隱青」重新習慣與人溝通。



「輔導時只有社工跟我兩個人，我會覺得很尷尬；但有動物在一起，壓力就好似小一點。狗仔沒有機心，好似小朋友一樣，更不會把你的秘密跟其他人講。」芷慰接受動物治療後，於二〇一一年開始逐步走出「隱蔽」，現時更擁有一份穩定的全職工作。她認為動物治療的幫助很大，

「計畫令我變得自信，我學會了動物美容，幫狗仔沖涼、吹毛、剷毛、剪甲，全部都由我一個人負責，非常有成功感，原來我都可以做到。」

- 芷慰透過動物美容訓練，重新建立自信心。



• 愛與關懷，有助青少年脫離隱蔽生活。

## 防「隱」有法

### DOS

- 從小培養與孩子溝通的習慣，多聆聽他們的心事
- 時刻留意子女在校的情況，必要時向老師或社工查詢
- 純予孩子適當的空間及尊重
- 幫助孩子尋找興趣，提升自信心
- 在節日或重要日子贈送小禮物，讓子女感到被關心
- 互贈信件，通過文字表達內心想法，增加雙方了解

### DON'TS

- 敷衍應對孩子
- 貿然要求老師介入、調解
- 否定孩子的負面情緒
- 當孩子不願上學，在未了解情況下貿然斥責他們懶惰
- 過分縱容孩子，容許他們不上學或不工作
- 輕視孩子的反常行為

「隱青」問題求助熱綫

香港基督教服務處「織網再牽情計劃」 3188 5050

中華錫安傳道會「重拾動力計劃」 2324 0113