

青少年成長與發展

香港理工大學應用社會科學系 導師
梁玉嬋女士及曾瑞霞女士

I. 前言

青少年是人生之中一個獨特的時期，充滿著成長的欣喜——身體各部份也達到最後的成熟期，準備承擔社會繼往開來的重任，卻又令家長／教師和青年工作者十分頭痛，因為他／她們有很多「大人」不明白的行為：：喜怒無常／講粗口／食煙／打架：：。既反叛又自我，視權力如無物，處處跟你作對。但無奈地，青少年卻又是社會的未來主人翁，所以，無論如何，我們也得跟他／她們相處，協助他／她們過渡這個「風暴」、「困惑」、「反叛」時期。很多從事青少年工作的學者亦指出，分析青少年的現象及行為必須要從社會整體及青少年本身的角度出發，才能切實認識及了解我們年青的一代，才能避免人云亦云，將青少年的行為負面標籤化及誇大。（黃成榮，1999）

這一章就是要讓大家明白青少年的成長與發展，令大家更正面地理解那些我們接受不了的行為的背後原因，從而協助他／她們成長及發揮其潛能。

II. 目標

在完成研習這一課後，你應能：

1. 知道何謂青少年及認識青少年不同的定義；
2. 了解青少年生理、智能、人格、情緒的身心發展特質；
3. 明白影響青少年成長的因素；
4. 能夠初步分析香港青少年問題的成因及需要；及
5. 探討作為青年導師可如何協青少年健康成長和作出反思。

III. 內容

學習活動

小統計：統計參加者在青少年時期的行為

在你的中學階段，你有沒有以下的行為：

- | | | | |
|-------------------|--------|----------------|--------|
| 1. 跟別人打架 | 有 / 沒有 | 6. 離家出走 | 有 / 沒有 |
| 2. 跟父母吵架 | 有 / 沒有 | 7. 穿著父母反對的入時衣服 | 有 / 沒有 |
| 3. 偷鄰家 / 鄰坐的東西 | 有 / 沒有 | 8. 違反校規 | 有 / 沒有 |
| 4. 刻意破壞公物 / 別人的東西 | 有 / 沒有 | 9. 偷偷地嘗試飲酒 | 有 / 沒有 |
| 5. 偷偷地嘗試食煙 | 有 / 沒有 | 10. 欠交功課 | 有 / 沒有 |

請統計你們小組的數字：有的多？還是沒有的多？有沒有組員完全沒有以上的行為？你們的結果反映了什麼？

以上的調查只為證明一點，在青少年期，我們或多或少也有一些違規的行為，一九九五年香港大學為撲滅罪行委員會所做的調查也顯示了這一點，這是我們要強調的。



學習活動

認識不同的法定年齡的測驗

1. 根據香港少年犯條例，少年人 (young person) 是指由____歲至____歲的人士。
2. ____歲以上可以結婚。
3. ____歲就可以登記為選民。
4. ____歲以下不可以工作。
5. 一般青少年中心的會員資格是由____歲至____歲
6. ____歲以上可以不用父母簽名結婚。
7. ____歲以下不需負上刑事責任。
8. 傑出青年選舉以____歲或以下為界。

(答案在頁底)

你們答對了多少？從中你又又可以發現我們的社會如何界定「青少年」？

1. 青少年的定義

何謂青少年？原來青少年的英文 (adolescence) 是來自拉丁文 *adolescere*，*ad* 的意思是朝向 (toward)，*alesere* 則為生長 (to grow)，若 *adolescence* 是指人類，可演繹為即將發育成長的階段。所以青少年 (*adolescence*) 是泛指個體完成兒童階段後發展至成人的一段時期。

其實，青少年可以看作一個概念，不同觀點有不同界定，現時對青少年的定義大致有四種看法：

1.1 生理學觀點

青少年期的生理發展很快，身體各方面急促發展及轉變，外表上明顯各有不同，如少男開始長鬍子，少女開始胸部脹大。另外，生殖器官將具有生育能力，少女有月經的來臨，少男開始有射精及夢遺的出現，男性和女性賀爾蒙分別因應其性別而增加。身體其他生理器官及骨骼也正在快速成長至成熟的階段，從生理學的角度來說，青少年期是指兒童期後至成人期前。

答案： (1) : 14, 16 (5) : 6-24 / 30
(2) : 16 (6) : 21
(3) : 18 (7) : 10
(4) : 15 / 13-14 (學徒) (8) : 40



1.2 心理學觀點

青少年的心理隨着生理轉變及社會的要求而有不同發展，青少年智能方面漸趨成熟，如：獨立思考、減少依賴、有個人的意見、對事物有客觀的認知能力，並且具有抽象和邏輯思維的能力。他/她們的心智能夠有一定的成熟程度，對自己及社會環境的認識比兒童期來得深刻，從心理學觀點來說，這就是青少年期。

1.3 社會學觀點

社會學的觀點普遍指青少年期是由兒童至成人的一個過渡期，此期間的青少年開始脫離被受保護，但亦未能有成人的自主權及獨立能力。青少年的界定在不同社群有不同標準，而標準往往因應社會變遷及價值觀念而不同。有些群體會用儀式或典禮慶祝個體作為成人，此時，青少年階段便開始結束，進入成人階段。

1.4 年齡與法律上的觀點

在法律觀點上，對青少年的年齡略有不同，在香港，以取得成人身份證作為界線，即18歲後便成為成年人，18歲前為青少年，香港的《保護兒童及少年法例》以18歲為界線，但是，香港的刑事責任則由10歲開始，而香港的兒童及青年中心服務對象則由6歲至24歲，另外，傑出青年選舉則以40歲為上限，看來，香港對青少年的年齡定義是沒有統一的說法。

用單一年齡、生理、心理及社會學的觀點來界定何謂青少年是有缺點的，因為，它不能充份反映現今青少年實際的生理和心理轉變，以及社會對他/她們的要求及期望。因為現今青少年生理、心理較以前早熟，有向下調較及向上縮短的趨勢，例如：電子傳媒的發達，使青少年更容易接觸外間的資訊，而社會對青少年的要求比以前更寬鬆，例如：師長、父母比以前更了解和接納現今的青少年，及協助他/她們解決問題。

最後，青少年期也可分為少年及青年期(Bee & Mitchell, 1984)，少年期是由12至18歲，青年期則由18歲到22歲，他/她們最大的分別在於後者無論在心理及經濟上，都有較獨立的能力，不用事事依賴家庭。



2. 青少年的身心發展的特質

學習活動

小組討論(4-5人): 請看以下網上日記(附件一), 從中找出你認為是時下年青人的特質。

2.1. 生理發展

生理變化的影響

急促的生理變化中, 女孩子的青春期比較男孩子早, 往往在 11 歲至 13 歲, 而男孩子則在 12 歲至 14 歲。由於生理變化急促, 青少年未必能完全適應及有良好的處理, 對心理產生影響, 例如: 未能接受自我形象等等。隨著生殖能力的成熟, 他/她們對性充滿疑惑, 為了滿足好奇心, 探求真相, 往往會做出一些越軌的行為, 例如: 偷看色情雜誌、閱覽色情網頁, 甚至發生性行為。

2.2. 智能發展

青少年的認知特色

2.2.1 推理能力的發展

皮亞傑 (Jean Piaget) 認為青少年認知的發展階段是為形式運作期 (formal operation)。認知能力隨着年齡遞增, 記憶力及專注力比以前加強, 吸收新資訊較快, 思維更精細, 因此, 他/她們可以將事物用邏輯推理, 思考出更多的可能性及可行性。在人際互動上, 他/她們會懂用自己的角度思考及作出選擇, 亦會質疑父母的觀點及指示, 不再接納及認同, 開始有挑戰權威的行動, 因此, 青少年與父母易生衝突。青少年往往因為猜想得太多, 有時會脫離現實, 對身邊的人的期望若果與現實情況不同, 就會產生不滿或做成衝突。青少年亦會對自己的價值觀、信仰、愛情觀、學業的重要性等發生懷疑。

2.2.2. 內省能力的發展

皮亞傑認為青少年進入形式運作期 (formal operation) 後, 便開始有內省能力。將自己和別人的觀點一同思考, 從別人的看法來判斷自己的外表、智力、人格是否有對錯。青少年的認知發展不單對父母及社會的態度有變化, 對自己的態度及思考方法亦會重新評估, 但是, 他/她們多把注意力集中在自己身上。艾爾肯 (Elkind) 指出, 青少年有能力將自己及他人的思考概念化, 但尚不能分辨自己和他人所關心的對象是有不同, 因此, 出現自我中心。



2.2.3 青少年的自我中心

艾肯爾 (Elkind) 指出，青少年的自我中心有兩種形式，「想像聽眾」(Imaginary Audience) 及「私人神話」(Personal Fable)。

「想像聽眾」是指青少年往往覺得自己一舉一動都被人注目或批評，注意力多放在自我身體的變化，和與別人比較，例如：美醜、肥瘦、高矮等。因此會花更多時間裝扮自己，增強吸引力或掩飾自己的不足。由於他/她們心智尚未成熟，思想及行為會經常自相矛盾，所以，此階段的青少年往往會有焦慮、不安、自信心不足的情況。

「私人神話」是指青少年以為自己的經歷是獨特及唯一的，因此感覺到沒有人明白他/她們。例如，青少年對自我的外表特別重視，他/她們以為其他人亦一樣重視外表，所以，當青少年發覺成人與自己的想法不同，尤其是父母和師長，就會覺得不被理解，於是堅持自己的看法及行為，寧願受罰亦不認錯，因此，在成人的眼中就是反叛、不成熟、自我中心、行為怪異、不守規則、引人注意等等。

由於青少年心智尚未完全成熟，衝動而缺乏詳細的考慮，往往會用自己認為正確的方法去處理，結果不如理想時，便會覺得很丟臉，認為人生再沒有希望，進而選擇自己的道路。

2.3. 人格發展

2.3.1. 自我的認同

艾力遜 (Erikson) 認為青少年階段為人格發展中重要的階段，其發展任務是自我認同 (Self Identity)，即自我認識、自我接納及要求別人認同，建立自我身份。對自己生存產生疑惑，會問究竟自己是甚麼？我從那裡來？我是誰？我有甚麼優點及缺點，我將來會怎樣？所以他/她們非常留意他人對自己的評價，漸漸能分辨性別及個別性，開始學習與人相處，包括與異性相處等，如果自我認同失敗，便會對自己的個性及性別上的角色混淆不清，產生混亂，不知如何是好。

如果青少年無法肯定自己是誰，將來要做甚麼便沒有人生目標，迷失自我，可能會做些反叛行為來證明自己與別不同來確定自己的存在價值，或者放棄自己，退縮在自己的安全世界裡，近期出現的隱蔽青少年或多或少是因為他/她們無法為自己定位，加上自我形象低落，生活充滿挫敗，失卻人生目標，看不到人生的意義和不知為何而活，才會自我隱蔽。



2.3. 2. 朋輩的認同

青少年尋找自我的角色及身分殊不容易，為了朋輩的認同，他/她們會放棄自己的不同，又或冒着父母的反對，也要與朋輩一樣，為求只是被他/她們認同及接納。例如：年青人追逐衣着潮流，近期女孩子以Lolita的打扮，就可見一斑。別人有而自己沒有，便會覺得很無臉。所以，朋輩的影響最為重要。

2.4 情緒發展

2.4.1. 敏感及不穩定的情緒

早期的情緒較為簡單及直接，到了青少年期，個人的情緒複雜性增加，對事物特別敏感，遇事容易激動及情緒化，讓自己做出後悔的行為。情緒容易不穩定是青少年階段特徵之一，由於身體急促成長，生理上產生許多變化，未能有充份的心理準備，故容易覺得不安，加上成人對青少年的期望與新要求與以往不同，令少年需要重新調適，例如：有時候青少年會被視為成人，但有时候又被認為是小孩，令青少年無所適從，在情緒上使他/她們更容易焦慮、煩躁不安。他人的讚賞會加強他/她們的自信心。

2.4.2. 情緒容易受外界的影響

人生往往要面對許多經歷，當中有失敗、挫折、失落和被拒絕，青少年在應付這此危機時，缺乏成熟的心智及經驗處理，常會感覺悲傷、沮喪、抑鬱，認為自己是毫無價值，甚至會退縮或自我毀滅。不過，有些青少年會因為自己無能、挫折而自責，衍生的反應方式可能是發脾氣、故意不順服及反抗權威，甚至有攻擊性的行為出現。

2.5 小結

青少年比較敏感，加上在認知層面上較為自我，若青少年能在智能、人格及情緒上能得到正確的引導及發展，青少年便能健康成長地邁向成人階段，但若在成長階段中，不能接受生理帶來的變化、自我認同失敗、認知層面仍停留在自我中心的階段，稍有不如意時，往往會產生負面的情緒，再加上受到朋輩的影響，部份青少年會以消極方式面對、自我放棄、濫用藥物、沉迷網上虛擬世界，或甚至走向自殺之路，部份則偏激、聯群結黨、欺凌弱小，甚或破壞法紀等等。至於青少年能否順利過渡，就要看他/她們的成長因素。

學習活動

小組討論（4-5人）：

想像你是以上日記的主人翁，你當時的情緒、心理狀況如何？你認為他們/她們有什麼想法？他們/她們的價值觀又如何？

學習活動

角色扮演

每一組派出一位「朋友」跟另一組派出的（日記的）主人翁談心，看那一個主人翁演出最投入，能夠反映日記主人翁的心態。作為扮演角色或觀看者，你可體會到青少年的境況嗎？

3. 影響成長的因素

學習活動

辯題： 英雄造時勢抑或是時勢造英雄

副題： 雙失青年是咎由自取的

思考： 現實生活中，有 10A 狀元，也有會考只有 1 分的毅進生，更有「流落」街頭的問題青少年。他/她們為什麼有不同的發展？不同的狀態？剛才我們的辯論題目正好讓我們想想有那些因素影響青少年的成長，使他/她們有著不同的際遇。以下可以從四方面去了解。

3.1 生理因素

在我們體內成千上萬的因子之中，大部份是跟別人相同的，造成我們有共同的形態及發展，但亦有為數不少的獨有的因子，令我們有自己獨有的長相及特徵，例如：高短肥瘦。我們的智商及性格也是受遺傳因子所影響——有人天生較聰明；有些則在藝術上有天份；有些有人脾氣較暴躁；有些則較害羞。在成長過程中，若有任何的疾病或意外都會對青少年的成長有影響。我們相信青少年的部份成長是天生的，因而影響他/她們心理及社交發展，但是，我們認為後天環境對青少年的發展也有一定的影響，簡單而言，長期處於營養不良或受壓迫的環境，年青人無論有多大的天份，他也不能發揮，相反，能力較弱，但有適當的環境培養，這個年青人肯定會為社會作出一些貢獻。

3.2 家庭因素

在探索青少年問題上，家庭是少不了的一個重要因素，很多調查都顯示家庭是青少年問題的主因。

3.2.1 家庭結構改變

家庭是人類成長的搖籃，也是社教化的一個重要單位，父母背景及家庭狀況對青少年的成長有直接的影響。出身問題家庭和單親家庭，大都在較為貧乏，競爭力較弱的環境下成長，更重要的是部份的父母未能履行管教的功能，更甚的是對孩子作出身體或心理上進行虐待，使他/她們的成長路上留下不易磨滅的陰影。



3.2.2 家庭成員關係薄弱

九十年代，有很多的家庭已將照顧子女的責任交予菲傭，父母則忙於工作、應酬，與子女的關係就愈趨淡薄，不少調查都顯示親子時間愈來愈少，所以，不少的青少年認為父母不了解自己，有困難和問題的時候，只會找朋友解決、分享，而不會向父母透露。例如：

「他們（父母）完全不關心我，他們只顧搵錢。」

「與他們（父母）講心事是沒用的！他們不會明白，只會罵我。」

「我不想留在家中，它只是我睡覺的地方。我的父母一早出外，很夜才回來。」

（P. 9，李永年，2002）

很多父母也知道自己的不足，心感內疚之時，惟有不斷以物質彌補孩子心靈及情緒上的需要，造成孩子對物質的追求，而父母的溺愛也令孩子未能好好學習面對成長上的挑戰，削弱了他/她們的抗逆力。於是，部份青少年就會逃避或甚至放棄自己，造出各種傷害自己的行為。

總括而言，家庭關係淡薄，一方面令青少年缺乏情緒支援和學習典範，影響他/她們在人格上的發展，另一方面亦把他/她們推出「家門」，受社會負面風氣影響。

3.3 教育因素

青少年的成長過程中，面對種種因成長而來的疑惑及困難，除了需要家庭的指導外，學校亦是培育他/她們成長的地方，隨著家庭培育下一代功能的減弱，學校的角色也就愈來愈重要。

3.3.1 教育制度下的挫敗感

香港的教育制度一向重視個人的學業成績，在這種競爭的學習環境之下，學生面對的壓力，加重了他/她們在成長上的負擔。被淘汰的一群，在學術上會有很大的挫敗感。這種挫折會對於正要尋求自我認識、自我接納及要求別人認同以建立自我身份的青少年是有很深遠而負面的影響，部份可能因此而對自己失卻信心，形成負面的自我形象，以後做事就畏首畏尾，部份則由自卑轉化為自大，目空一切，影響人際關係。

3.3.2 因學業成績造成衝突

在學業上劇烈競爭的過程中，部份的學生會因功課、成績跟父母、老師有不少的衝突，影響他們之間的關係，這不單令青少年討厭學習，更把他/她們推離開正規的教育過程。離開學校以後，終日無所事事，惟有依賴朋輩的支援，如交上不良份子，更有可能習染越軌行為，這個時候，要把他/她們帶回正軌就不容易了。



3.4 社會文化與風氣

青少年的認知能力雖然有所增長，但往往較為自我，而家庭及學校因上面所述的種種原因，不一定能跟青少年建立良好的關係，為青少年培養道德判斷，分辨對與錯，一旦受到不良的社會風氣影響，後果堪虞。

3.4.1 物質主義的社會

香港社會的成功指標是收入與地位，很多年青人雖然努力求學，目標只是為了加強自己日後賺錢的本錢，這樣的氣氛下，我們會培育出那一類的年青人？香港是一個商業社會，為求利潤，不惜一切地推銷產品。現在，無論坐在巴士、小巴、火車，有無數的產品出現在你的眼前，今天的消費文化，青少年追求潮流玩意，手機換了一部又一部，加上信用咭及借貸公司的推銷，很多大學生或初出道的青年人在未有經濟基礎之前已債台高築。

3.4.2 大眾傳媒的影響

電視電影近年以「反映現實」為名大說粗話，淋漓盡致的描寫點黑社會的英雄及暴力事跡，在耳濡目染之下，青少年很快就習染了他們的行為模式。有些報章為求突破，放大血腥和恐怖的照片和嘩眾取寵的文字來吸引讀者。近年，學校欺凌事件及青少年暴力罪行相信也與此有一定的關係。而專門揭露藝人私人生活的「八卦」雜誌，更是以性為題材，不是拍下「走光」照片，就是將他/她們的私生活互相比拼。部份內容充斥做愛的漫畫，內容十分露骨，這正好對生理發展漸趨成熟但心智尚未能成熟及道德觀念薄弱的青少年來說，此等不良刊物，對他/她們是極度的誘惑。

3.4.3 虛擬世界的入侵

廿一世紀的今天，影響青少年最深的要算是電子網絡，在香港，幾乎家家都有一部電腦，青少年就算足不出戶也可以在網絡上找資訊、玩遊戲，對青少年的成長影響頗深。幾年前，流行的ICQ，無論大人小孩，大家都以假名、假身份在網上交談，今天流行的網上遊戲，年青人往往跟不知名的人士對賽，沒完沒了，在現實世界得不到滿足感的年青人，就是在這種虛擬的世界裡找到自己的落腳點，於是就有了隱蔽青年。其實，沉溺上網不單荒廢學業，影響人際關係，對於青少年的健康和心智發展也有很大的影響，明顯的是視力和體力會下降，智力也只流於對感官的反應，減少主動思考，上課時也會打瞌睡，從我們給予你們看的網上日記，可以察覺到他/她們在網上交流的文化。

3.5 小結

每一個人的成長實在有很多因素影響，你會發現除以上的四個因素外，還有青少年的朋輩和他/她們的居住環境等，我們希望拋磚引玉，引發大家多思考其他的因素，明白行為背後是有很多不同影響因素，而不是純粹是個人因素。



其次，因素與因素之間是互相影響的，生理影響心理，心理的發展亦會反過來影響生理成長。從社會學角度的「推拉理論」，即家庭及學校留不住青少年，社會的不良風氣就會把他們/她們拉進去，習染不良行為，這個情況出現以後就會形成惡性循環，青少年成長的過程變得更複雜。

事實上，無論個人、家庭也是受著大環境的影響，大環境又是人與人之間的互動所產生，所以，我們要對年青人多一點明白及多一份關心，特別是那些仍在成長之中的青年人。

學習活動

在你的青少年成長上有甚麼有利與不利因素？你又如何渡過？回想當時，你最希望別人如何跟你相處？

IV. 結論

今天香港的青少年的需要是甚麼呢？這個問題已變得很複雜，不是三言兩語可以說清楚。簡而言之，我們可以從生理、心理、思維及情緒等角度去關心他/她們，明白他/她們，並「對症下藥」，例如：

青少年喜愛獨立及自主：我們建議與他/她們相處時，避免專橫，權威要用得合理，盡量給予選擇及自決機會。

青少年反叛性亦強：我們認為首先要了解反叛的動機，接受他/她們的不滿情緒，引導他/她們表達，從而提供意見。

青少年正值生理發展期，很注重自己的外貌：我們不要隨便取笑他/她們的身材樣貌。

青少年自卑重，自尊心強：我們先要尊重他/她們個人私穩，凡事讓他/她們申述，不要太早下評價，責罰時針對事而不針對人。

青少年缺乏自制能力：我們可接受他/她們有渴望得到的感受，訂定合理的條件範圍才滿足他/她們的要求，並且向他/她們解釋事件的後果，讓他/她們抉擇。

當他/她們有問題發生的時候，我們可以多一點理解他/她們成長面對的一些不利因素，多一點諒解，多一點支持和給予一些意見及指引，過程中，我們必須要言行一致，成為青少年的良好模範。因為，很多青少年已不能單憑自己及家庭的力量去成長及發展，我們實在有需要幫他/她們一把，明白及了解他/她們的景況就是第一步。



V. 要旨重溫

以下是這一課的主旨，看看你們能夠回答所有的問題：

1. 甚麼叫青少年？
2. 青少年的界定有那幾個說法？
3. 青少年的發展與成長有甚麼獨特之處？
4. 影響青少年的成長與發展有甚麼因素？

學習活動

在完成這一課堂以後，我們希望你對青少年的行為有一個新的理解及處理方法，現在就請你們回家將以下的表格填好。

青少年的行為 問題	你以往的 理解和感受	現時的理解 (背後的原因、成長的因素)
例：經常遲到、 上課沒精打采...		生活習慣（受社會文化、 風氣影響）

VI. 參考資料

李永年（2002）。《香港青少年問題 - 廿一世紀的現象、剖析與對策》。香港：香港大學出版社。

李惠加（1997）。《青少年發展》。台北：心理出版社有限公司。

青少年犯罪成因研究報告執行摘要 1995年5月撲滅罪行委員會香港

陳作耘主編（2003）。《青春何價（上）成長中的青年》。香港：香港基督教服務處。

陳作耘主編（2003）。《青春何價（下）青年與社會》。香港：香港基督教服務處。

曾文星（2004）。《青少年心理》。香港：中文大學出版社。

黃成榮（1999）。《青少年價值觀及違規行為探索》。香港：三聯書店（香港）有限公司。

劉玉玲（2002）。《青少年心理學》。台北：揚智文化事業股份有限公司。

蔡元雲，黃成榮，蔡志森，陳之虎（2002）。《進入NET新世界 - 揭示青少年生活面貌》。香港：突破出版社。

鄭漢光，盧鐵榮，黃成榮（2004）。《少年偏差行為的自我及社會心理因素載於青年研究學報》，第七卷，第二期。香港：香港青年協會出版。

Bee, H. L., & Mitchell, S. K. (1984). *The Developing Person: A Life-Span Approach* (2nd ed.) New York: Harper & Row, Publishers.

Coleman, J.C. (1980). *The Nature of Adolescence*. London: Methuen.



VII. 其他資料

有用網頁：

突破 <http://www.breakthrough.org.hk>

香港青年協會 <http://www.hkfyg.org.hk>

有關青少年的資訊節目：

時事追擊 : 虛擬世界 (亞洲電視 2003/02/04)

星期六檔案 : 打機人生 (香港電視廣播有限公司 2003/06/07)

星期日檔案 : 雙失背後, 隱蔽青年 (香港電視廣播有限公司 2005/02/30)

活著就是希望 : 十五十六時 (香港電視台電視部, 香港大學香港賽馬會防止自殺研究中心聯合製作 2005/05/20)

城市論壇 : 新世代父母角色如何扮演 (香港電視台電視部 2005/07/03)

城市論壇 : 如何協助雙失青少年投入社會? (香港電視台電視部 2005/07/31)

網上市誌 1

January 3 , 2006 Tuesday

今日都係返工啦>>>>>>

比人話冲兩句：：慣冲 la!!!!

都好想唔做 + = 但係無計 \$\$\$\$\$

GOOD LUCKKKKKKKKK

January 4, 2006 Wednesday

今日辟炮唔做+++：咁辛苦>=<

又比,,,,,人話，都効唔做：

今次都捱冲三個禮拜

算同自己交待到 la~

算把啦：算把啦：算把啦：算把啦

今晚落 D：玩嚟先，到時先算 ^^

January 7, 2006 Saturday

今日起身時已經効宴晝!!!

原來老豆返冲落黎添：

比佢知道無做嘢：娥冲兩句：

對住佢咁煩：早走早著：扮搵工囉!!!

January 9, Monday

好鬼悶，你淋去冲邊 ar?

個個都係 off9 ge>< ”

定係封鎖冲我 ////

老豆又仲係到，日對夜對.= = ”





網上日誌 2

2006-1-5

好憎亞媽囉：成日話我無用：讀唔成書!!

又唔出來搵嘢做，成日嘈，真係好鬼**煩**架!!

今日亞媽又講我無用囉.. 擔心我將來唔知點：???

多X餘ge：今日唔知聽日事啦：話吾定：有日我發冲達`啦~~

佢又迫我出去搵嘢做：

其實佢都唔明我淋ge：又無經驗 >>> 唔効我淋懶囉其實：

今日好好好好好嬲呀!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!

唔比我用電腦：又鬧我：

我對佢講唔好迫我啦!!!!!! 如果唔効我**跳樓**：：死比佢睇咁囉：

點知佢話：“死就死，唔好要脅佢：：”

都白痴ge：：咁ge老母你見過未？

2006-1-15

呢個禮拜都無返屋企訓 """"-----

無 on 9：：前幾日 d 嘢唔記得 lu：

琴日佢陪我：

今日佢話唔得閒，

就 call 冲 Heidi 出黎 shopping：：

我淋大有收穫：好似**顛**咗咁囉：

好 high，好 hapi：

跟住撞倒雯雯，佢話同佢老公吵冲：

就叫我淋上佢屋企玩：

so 而家就係到上網：

((佢淋叫我唔好自閉：))

哈哈：：

我要同佢淋玩 la：

下次再寫啦：