



青少年思健推廣計劃 聯校話劇創作比賽

宣揚精神健康信息

醫院管理局與「思健」（怡和集團為提倡精神健康而設的慈善組織）為了加強青少年對精神健康的認識，合辦了「Teen 使行動——青少年思健推廣計劃」（簡稱「Teen 使行動」），其中的「聯校話劇創作比賽」早前假培道中學禮堂舉行。九間參賽學校經過一番激鬥後，三位評判最終甄選出五個獎項的優勝者，而鄧鏡波學校更獲得三個大獎，成為今次話劇比賽的大贏家。

現時不少青少年因面對考試壓力、自我形象困擾、家庭及朋友問題而出現很多負面情緒，嚴重影響身心健康。因此，「Teen 使行動」於2002年開始透過工作坊、義工服務及各種不同活動，例如以精神健康為題的話劇比賽、標語設計比賽等，鼓勵青少年以身體力行的方式了解精神病患者的需要，從而減少歧視，建立和諧共融的社會。

5月24日舉行的聯校話劇創作比賽，以宣揚精神健康信息為主。參與比賽的九間中學，以減肥、厭食、暴食、吸煙、濫藥、酗酒及抑鬱等為主題，創作各具特色的劇目，闡釋青少年的精神及心理健康，提升大眾對心理健康的關注。當天，各校同學全情投入演出，爭奪五個獎項，包括「最佳啦啦隊」、「最佳舞台效果」、「最佳合作團隊」、「最佳劇本」及「至尊大獎」。負責是次評審工作的三位嘉賓評判為怡和集團人力資源服務總經理陳林詩、醫院管理局葵涌醫院高級臨牀心理學家潘麥瑞雯和葵涌醫院註冊護士及葵涌醫院話劇團團長蘇偉生。

鄧鏡波學校（最佳合作團隊、最佳劇本、至尊大獎）

擔任導演、編劇、燈光及音響的李志威同學對拍攝電影、舞台話劇充滿興趣。早前他曾參加學校的課外活動，學習如何拍攝錄像、構思場景及製作戲劇效果，令他獲益良多，有助統籌今次聯校話劇創作比賽。

李同學表示：「今次比賽最困難的地方是時間緊迫，其次是多名參演的同學都沒有演戲經驗，在用聲、語調、語氣、角色揣摩方面都要反覆練習。我特別挑選中三的同學馬藻翰擔任男主角，因他曾為學校拍攝一齣短片，對角色演繹拿捏準確。在整個排練過程中，同學用心揣摩角色的心態、性格、小動作及處境，並不斷試音及練習。今次演出，我覺得同學的表現較排練時投入認真，演繹出色，令人感動。」這次奪得三個獎項對有份演出的同學是很大鼓舞，而李同學更認為每個同學都有功勞，值得表揚。

協助學生演出的黃老師表示，學校雖然沒有戲劇小組，但同學的演繹卻非常精采，而且能享受整個過程，實在是既難得又豐富的體驗。今次是學生第一次外出比賽，有此佳績，校方亦非常雀躍。

「Teen 使行動」聯校話劇創作比賽的師生、評判、表演嘉賓及「怡和親善大使」合照。



鄧鏡波學校的「Teen 使行動」學生、導師、「怡和親善大使」和明愛代表均認為，精神病康復者痊癒後可以完全融入社群，服務社會。

叫他們控制情緒，但現在我會跟他們分析事件，鼓勵及支持他們建立正確價值觀；現在我已漸漸學會情緒管理及與人相處之道。」

透過活動改善身心健康

就讀中六的學生丘德偉，希望藉着「Teen 使行動」結交不同的朋友和加深認識情緒緊張及焦慮症。他直言：「以往我對精神病康復者敬而遠之，很少與他們接觸，但接觸後令我有所改變。在『同樂日』義工服務的當天，有復康者跟我攀談，以關心的語氣問我讀書辛苦嗎，功課多嗎，當時我很感動。跟他交談令我得益不淺，因他的人生閱歷豐富，在很多方面較我優勝。」參與「Teen 使行動」，丘同學的得着較他預期為多。除改變了



迦密主恩中學奪得「最佳舞台效果」獎項，導演劉婷婷及眾演員與頒獎嘉賓合照。

迦密主恩中學透過「五星級的家」這故事，講述每個人遇上壓力時應找家人或朋友商討。



迦密主恩中學（最佳舞台效果）

中六生劉婷婷因喜歡寫作而獲同學推選出任幕後的靈魂人物——導演及編劇。劉同學因為沒有舞台經驗，開始時遇上不少困難。她直言：「由於自己不懂演戲，因此在排練時面對很大壓力和困難，但得到『怡和親善大

生第一次外出比賽，有此佳績，校方亦非常雀躍。



▲ 奪得三個大獎的鄧鏡波學校，導演李志威(前排右三)、主角(前排右二)與眾演員及「怡和親善大使」合照，分享獲獎的喜悅。

▶ 鄧鏡波中學講述一名學生在朋友鼓勵下決心戒除毒癮，改邪歸正。

對精神病康復者的誤解

此外，參與演出的同學除主角外均是「思健大使」(「Teen使行動」計劃的成員)。李同學表示：「我的理想是當社工，可接觸不同的人與事，加強溝通技巧和增廣見聞。以前甚少接觸精神病康復者，一直以來都帶着有色眼鏡看他們，但參與這項活動後令我完全改變。我是『思健大使』，必須在校內透過不同渠道傳達推廣精神健康的信息。最難忘的是拍攝一齣有關自閉症的短片，我要搜集資料並找社工指導以掌握演繹手法。在過程中，我明白到自閉症患者也有個人專長，只是他們不太懂得表達及溝通。最後，這齣短片收到預期效果，反應理想。至於個人最大得着，是以前有人找我談心事或吐苦水時，我只懂得

天，有復康者跟我攀談，以關心的語氣問我讀書辛苦嗎，功課多嗎，當時我很感動。跟他交談令我得益不淺，因他的人生閱歷豐富，在很多方面較我優勝。」參與「Teen使行動」，丘同學的得着較他預期為多。除改變了他對精神病康復者的看法外，也加強他對精神健康的了解、知識和處理技巧。

中三的李達舜同學是希望透過工作坊可擴闊思維，改善身心健康。李同學在與精神病康復者相處的活動中，主動帶領大家跳舞助興，帶出歡樂融洽的氣氛。他笑稱：「以前覺得精神病康復者是『暴力狂』，但接觸後發覺他們性格友善，康復後可重投社會。參與『Teen使行動』令我有很大的滿足感和得益，如在『自我形象』工作坊令我體會到青少年在發育期間，如貿然減肥會造成飲食失調及情緒困擾，對身心構成不良影響。」

同學 精神病康復者互勉

負責協助鄧鏡波學校同學的「怡和親善大使」(怡和集團年輕行政人員)李家輝，是第二年參加「Teen使行動」計劃。他指出：「這個活動既有意義又可學到很多東西，除了懂得分配時間及工作外，也明白在公司和學校的處事手法是不同的。公司裏講求個人表現和領導能力；在學校，則要給予同學空間作出嘗試和發揮潛能，因這些經歷有助他們成長。」

致力向青少年推廣精神健康信息及提供早期介入服務的浸會愛群社會服務處註冊社工許佩英表示，「Teen使行動」是達致社會共融的協作計劃，是給予商界、學生與精神病康復者建立友誼的平台，讓他們加深認識和接納精神病康復者；同時也令康復者有機會與不同人士接觸和共處，提升他們的自信心。

負責活動的學校導師陳老師表示，透過「Teen使行動」看到同學的成長和進益。在一次義工活動中，有同學向她表示這是他人生中第二個最開心的日子；一名精神病康復者亦向她表示，很喜歡同學設計的遊戲。這些說話令她非常感動，充分體現社會共融的崇高精神。

庇理羅士女子中學(最佳啦啦隊)

八名來自中一級的啦啦隊隊員，在譚老師的鼓勵下，憑着熱誠和進取的精神，在午飯時間抽空排練，經過三四天的練習，終於由舞步凌亂至步伐一致，感到非常快慰。其中一名同學表示：「每年中一級的同學都要負責為水運會及陸運會擔任啦啦隊，之前我們曾演出過一次。今次的舞步設計與早前略有不同，但每個同學都表現積極和投入，很快便跟貼步伐。今次得獎我們感到非常開心，也標誌着同學只要齊心合力便可排除萬難。」

中六生劉婷婷因喜歡寫作而獲同學推選出任幕後的靈魂人物——導演及編劇。劉同學因為沒有舞台經驗，開始時遇上不少困難。她直言：「由於自己不懂演戲，因此在排練時面對很大壓力和困難，但得到『怡和親善大使』及黃老師的支持和鼓勵，教曉我怎樣利用劇情節奏、舞台走位及燈光音響來達到戲劇效果，令我獲益不淺。」

評判讚賞同學表演出色

評判之一的葵涌醫院話劇團團長蘇偉生表示：「很喜歡看中學生的話劇表演，原因是他們的演繹和構思都具創新意念，令人歎為觀止。在今次話劇創作比賽中，我發現同學很用心演繹角色，部分表現投入、演出細膩，對角色特性曾下苦功鑽研。另一面，或許學生多看電視劇而採用多個場景來帶出故事情節，但這種交替場景的做法容易令劇情變得鬆散。其實，舞台劇的場景毋須太多，是貴精不貴多。」

蘇偉生讚賞奪得至尊大獎的鄧鏡波學校：「飾演主角的男同學表現淡定，極具天分，希望他繼續在這方面發展。劇本方面活潑大膽，有戲劇效果。各個演員都表現出色，能正面帶出精神健康的重要性。」

評判之一、怡和集團的陳太稱：「透過『Teen使行動』計劃，我希望學生真正明白精神健康的重要性。希望他們把學到的精神健康知識加以理解和消化，再與家人和朋友分享箇中感受，藉以把信息推展至社區層面。透過今次活動，我看到各同學都能用心理解何謂精神健康，他們懂得以不同的故事去闡釋厭食症、暴食症、濫藥及情緒困擾等問題，令我非常高興。」



▲ 庇理羅士女子中學奪得「最佳啦啦隊」獎項

▶ 庇理羅士女子中學以青少年的暴食症問題作主題，鼓勵年輕人建立均衡的飲食習慣。



▲ 妙法寺陳呂重德紀念中學以超人的故事，道出每個人應建立正確的價值觀。



▲ 天水圍賽馬會毅智書院講述市民遇上情緒困擾時，應從速求醫或尋求協助。



▲ 馬錦明慈善基金馬陳端喜紀念中學藉學生瘦身故事，闡釋運動也可塑造完美體態及紓緩壓力。



▶ 香港培道中學藉着悲劇故事，帶出都市人面對問題時應以積極的態度面對。



▲ 中華基督教會公理高中書院以吸毒摧毀人生的故事，闡述建立精神健康生活的重要性。



▲ 民生書院透過探訪精神康復者的故事，鼓勵市民支持和幫助精神康復者融入社會。

合辦機構：



醫院管理局
HOSPITAL
AUTHORITY



Kwai Chung Hospital
葵涌醫院



On Mental Health from the Jardine Ambassadors
由怡和親善大使推動之精神健康計劃



Jardine Ambassadors
怡和親善大使



教育局
Education Bureau