

# 浸大推網上睇症治抑鬱

## 募集400成年人免費參與 專家料網談更易訴心聲

抑鬱症在香港十分普遍，惟公營專門診服務一般需長期輪候，或令患者失去求醫動力。浸大研究團隊本月展開一項名為「勇破抑鬱谷」的認知行為治療網上計劃，為輕度至中度抑鬱症狀的人提供網上及面談混合服務。負責人指，計劃正招募400名18歲至70歲的人參與，費用全免，有意者可由今天起到網站登記，料最快5月可為首批參加者提供服務。

香港文匯報記者 姜嘉軒

「勇破抑鬱谷」計劃獲創新及科技局「創科生活基金」資助400多萬元。項目負責人、浸大社會工作系副教授潘佳雁表示，根據估算本港有超過68萬名抑鬱症患者，惟精神科醫生、臨床心理學家及社工數目遠遠不足應付所需。

「這類網上輔導計劃可以運用最少資源，盡可能服務更多有需要人士」，潘佳雁介紹指，「勇破抑鬱谷」計劃參加者會先透過網上問卷篩選，出現輕度至中度抑鬱情緒者會獲邀參加計劃，高風險個案則會被轉介至社會服務單位作緊急跟進。

計劃採用混合服務模式，包括為期8星期、每周一節的線上單元，內容包括講解、個案示範影片、論壇以及練習。計劃又會安排臨床心理學家與參加者進行兩次面談和兩次電話跟進，以評估他們的進展。其後參加者需完成網上評估，以檢視服務成效。

### 研究指網療與面談成效相若

潘佳雁續說，計劃以瑞典一個網上認知行為治療計劃作為藍本，再因應香港情況特別設計，在製作上更貼近香港的語言和文化環境。研究顯示網上認知行為治療的成效，與傳統面談治療的成效相若。

浸大社工系臨床心理學家葉惠蓮表示，部分抑鬱者不願外出，亦未必願意主動求助，「網上平台則可讓他們安坐家中，在舒適環境下會較願意傾談自己的感受和處境」。她相信經評估後確認無即時危險的個案，適合透過網上平台進行溝通和協助。

明愛全樂軒高級督導主任黃敏信表示，疫情下本港市民面對多元化問題與困境，諸如家人、子女關係、裁員問題，患病焦慮等等，受困人數眾多，目前服務實難配合需求，相信網上服務會是出路。

### 今起網上登記 料下月提供服務

潘佳雁補充，「勇破抑鬱谷」網頁(https://cando.hkbu.edu.hk)於今天正式開通，現正接受報名及登記，費用全免。計劃早前亦透過其他途徑招募，已有約130人表示感興趣，預料5月起可開展首批服務。



浸大團隊本月展開一個名為「勇破抑鬱谷」的認知行為治療網上計劃，讓出現輕度至中度抑鬱症狀的人更容易獲得輔導服務。

香港文匯報訊(記者 文森)運輸署為紓緩車主的經濟壓力，宣佈轄下12個政府公眾停車場的收費將由6月1日起凍結現有水平，為期1年。運輸署發言人表示：「在檢討收費時，已考慮多項因素，包括自去年調整收費後的通脹率、鄰近私營公眾停車場的收費水平，以及政府停車場的使用率等。考慮到新冠肺炎疫情對經濟造成的衝擊，以及對停車場使用率的相關影響後，運輸署決定收費維持現水平。」

該12個停車場為堅尼地城停車場、林士街停車場、天星停車場、大會堂停車場、天后停車場、筲箕灣停車場、香港仔停車場、油麻地停車場、雙鳳街停車場、黃大仙公共運輸總站停車場、葵芳停車場及荃灣停車場。

## 派萬元點樣使? 逾四成管理層:收到先算

香港文匯報訊(記者 高俊威)特區政府計劃向每名年滿18歲或以上香港永久居民派發1萬元。一項主要以高級行政人員為對象的調查發現，近兩成受訪者未派錢先使錢，但亦有超過40%受訪者待錢到手後才花費，多數人只會動用少於一半資金來消費，當中超過60%受訪者將錢用作購買日常用品。

理工大學工商管理博士衛生會(DBAAA)早前透過網上問卷成功訪問278人，主要為高級行政人員，以了解他們會如何運用政府派發的1萬元。

DBAAA榮譽司庫兼研究召集人傅振煌昨日在記者會上指出，根據

以往研究發現，「意外之財」未必能促使個人作出即時性消費，澳洲、美國、歐洲、日本等地的不同學術研究也發現，人們傾向將政府派發的資助儲起而非消費。

理大的調查顯示，受訪者多數未有對政府派錢表現出踴躍或興奮的態度，47%受訪者傾向在有實際需要時才動用款項，33.9%受訪者表明款項到手後才花費，亦有近兩成(19.1%)受訪者「先使未來錢」，未派錢先使錢。整體而言，該筆款項主要用於有必要的開支



DBAAA公佈有關高級行政人員如何運用政府派發1萬元的調查結果。

上，如超過60%受訪者會將錢購買日常用品如衣服或食物，近18%用作繳交欠款如樓宇貸款等。

超過40%人只會動用5,000元以下款項作消費，另有約15%受訪者表明不會花錢。傾向儲蓄的受訪者當中，逾一半會儲起超過2,500元；也有22.7%人儲起超過7,500元。



### 落區抗疫

新任民政事務局長徐英偉昨日首次落區，於灣仔民政事務專員陳天柱陪同下到訪灣仔民政諮詢中心，了解中心為市民提供的服務及一系列防疫措施。他強調，社會各界在疫情下需同心抗疫、共度時艱。

香港文匯報記者 文森

# 全力支持 國務院港澳辦、香港中聯辦聲明 強烈譴責 反對派無視香港市民福祉惡意污衊



香港各界婦女聯合協進會  
Hong Kong Federation of Women