

關注未婚媽媽 或未成年母親 的精神狀況



由於害怕家人、朋友等身邊的人會對她們有負面的看法，這些婦女即使覺得自己壓力過大、精神受到困擾，她們都大多不會主動尋求援助。如果我們留意到身邊的人是未婚媽媽或未成年母親，我們可以：

- 多關心、少責備：體諒少女的心智未完全成熟、我們應盡量從她們的立場出發、避免硬碰硬的爭執、惡化問題
- 為她們尋找育兒資訊的渠道、甚至根據自己經驗提供育兒教育
- 向有關社會福利機構尋求協助，例如母親心理輔導、日間托兒服務等
- 了解少女重投社會需要注意的事情，配合言語及行動支持
- 如果發現她們精神或情緒長期不穩，我們應陪伴她們尋求專業支援



如欲了解更多有關思覺失調的資訊及本計劃，請瀏覽 www.jcwow.org

電郵地址
info@jcwow.org

查詢電話
3917 9559



捐助機構



主辦機構



賽馬會思妍婦女精神健康計劃
Jockey Club Mental Wellness
Project for Women

少女懷孕 與 未婚媽媽現象

協辦機構



Early Psychosis Foundation
思覺基金會



香港婦女中心協會
Hong Kong Federation of Women's Centers



New Life
Psychiatric Rehabilitation Association
新生精神康復會



引言

「少女懷孕」、「未婚媽媽」在中國傳統文化的價值觀中都帶有負面意義。即使香港有受西方較為開放的文化影響，關注女性的團體發現本港學校及家長仍然對性教育十分保守，間接令性觀念開放的年輕人缺少認識性健康知識及育兒責任的機會，少女未婚懷孕的問題有上升趨勢。

多國研究概括出少女未婚懷孕的風險因素，包括社經地位較低、缺乏社區支援網絡、來自單親家庭、貧窮等。在心理質素方面，低自尊、較被動依賴、具冒險性及渴望愛情的人都有較高機會成為未婚媽媽。



少女未婚懷孕的心理轉變

本港大學的調查指出，超過一半意外懷孕的少女會選擇自行照顧嬰兒，而不是在胎兒出生後交予領養機構。少女的心智並未完全成熟，意外懷孕的她們在自己角色從女兒變成媽媽的過程中，會因發展階段與自己原本計劃十分不同而壓力大增。外國研究發現，未成年生育會令少女原本就不穩定的心理狀態更為不穩，擔當母職後所承受的壓力也比成年母親大。本港的少女較少選擇墮胎，其中一些因素是地點以及金錢的限制。



如果少女與家人關係欠佳，或者不希望父母擔心的話，她們會偷偷進行人工流產，例如前往內地或者去價錢較低廉的診所處理，但這些方法對少女的健康風險通常較高。未婚懷孕對少女造成的身心傷害還可以來自她們的伴侶，例如男朋友會因要額外花費墮胎而責備她們、甚至不顧而去，加上嬰兒出生後照顧其的壓力，這一切都可以令她們情緒受困擾甚至抑鬱。

未成年母親的精神健康

研究顯示，未成年母親比成年母親患上抑鬱症的機會高一倍，也有更高機會與冷漠或會虐待她們的伴侶相處、墮入不健康的浪漫關係。此外，她們的孩子也更有可能會被虐待或疏忽照顧、有發展障礙等問題。