

## 賽馬會「樂天心澄」靜觀校園文化行動

各位家長：

香港大學社會科學學院正與貴子弟的學校合作，進行一項由賽馬會資助的靜觀校園文化計劃。計劃旨在探討靜觀課程對學生身心健康的正面影響，從而提升學生的身心發展。

貴子弟的學校已把一個靜觀課程融入學校課堂中，因此貴子弟會在課堂中學習到靜觀。課程內容包括如何提升注意力及應付壓力等。為評估課程成效，我們誠邀貴子弟參與有關的評估研究。在課程的三個不同時段(前期、完結及課程完結後兩個月)，學生會填寫有關身心健康的問卷。

為了保證教學的質素，教學過程有可能會被錄影。整個研究過程不會為參與者帶來任何風險。而完成此計劃有機會增加貴子弟對靜觀的認識，從而提升他們的身心健康。在計劃完成後，我們樂意與家長、老師和同學分享整體的研究結果。

雖然課程是學校課程的一部分，但參與有關的評估研究純屬自願性質，而所收集的資料只供研究員作研究用途，個人資料將絕對保密。而所有數據會在研究報告發佈五年後銷毀。參加者可以隨時停止參與研究的部分而無任何不良後果。為了減省學校處理收集回條所需的行政工作，如閣下同意貴子弟參與是項研究，則不需要任何回覆。如閣下不希望貴子弟參與是項研究，請於 2021 年 7 月 9 日或之前聯絡研究員謝小姐 (3917 5176)。如閣下想知道更多有關研究參與者的權益，請聯絡香港大學非臨床研究操守委員會(2241 5267)，計劃編號為 EA1908007。

香港大學社會科學學院  
林瑞芳教授  
謹啟

主辦院校 Organised by:



捐助機構 Funded by:

