

# 新聞稿

## 青協「DSE 27771112」公布「DSE 2026 升學規劃調查」結果

近四成六應屆考生放榜壓力高企 約半數規劃前路感困難  
近七成憂個人競爭力不足 經濟前景與 AI 發展成壓力源頭  
近半學生從未聽聞「應科大」 僅不足半成視為首選  
青協 DSE 放榜支援 7 月 13 日起加強升學輔導服務  
聯乘初創推「DSE 升學易」APP 「AI 選科」助考生規劃出路

文憑試（DSE）下周三放榜，正站在人生十字路口的應屆考生，心情難免忐忑不安。香港青年協會「DSE 2777 1112」今日（9日）公布「升學規劃調查」結果。是項調查共訪問 1,241 名學生，包括 445 名應屆文憑試考生及 796 名中五學生。結果顯示，近四成六（45.6%）應屆考生及逾五成四（54.1%）中五學生均表示其面對文憑試壓力達 7 至 10 分的高水平（1 分為最低，10 分為最高）【表五】。有求助考生個案於試後持續情緒低落，更出現「耗竭」（burnout）狀態。

調查發現，應屆考生的三大壓力來源依次為：「擔心個人競爭力不足」（69%）、「未來前景的不確定性」（如：經濟環境、AI 發展等）（38%）以及「考生人數上升」（32.1%）【表六】。此外，考生普遍對升學前路感到「擔心」（57.8%）和「迷惘」（55.5%）；不過，近三成八（37.5%）則對未來表示「期待」，保持正面態度【表七】。

然而，即使升學資訊日趨多元，仍有約半數（49.2%）受訪考生及中五學生在規劃升學及未來發展方向時感到高度困難，達 7 至 10 分的高水平（1 分代表最輕鬆，10 分代表最困難）【表四】。

就長遠升學而言，近五成九（58.9%）考生以大學學位為主要目標【表一】。如未能於聯招獲派心儀科目，近五成二（51.9%）會考慮報讀自資副學位課程，其次為自資學士學位課程（40%）及邊工作邊進修（21.8%）；部分亦會考慮重讀或自修（20.4%）、學習職業專門技能（14.4%）【表二】。在選擇升學出路時，考生主要考慮「課程與個人興趣的配合」（74.4%）、「考獲成績」（69.4%）及「經濟環境與就業前景」（50.1%）【表三】。

政府近年積極推動職業專才教育及應用科學大學（應科大）發展，以實踐「行行出狀元」的教育理念，惟調查顯示，近四成九（48.5%）受訪考生及中五學生從未聽聞「應科大」【表八】；超過四成半（45.2%）傾向優先選擇傳統大學，選擇應科大的不足半成（4.1%）；近兩成二（21.6%）則

「需視乎具體學科而定」【表九】。此外，近五成二（51.7%）認為畢業生的就業競爭力取決於個人能力，與院校類型無直接關係【表十】。

此外，逾半（50.9%）認為，「取得專業資格」是修讀大學學位的重要意義之一，另有約半數（48.7%）表示可藉此鍛鍊職專技能。結果反映，在不明朗的經濟前景下，學生傾向透過學歷架構及專業認可提升個人競爭力，並為日後就業提供更大保障。【表十一】。

香港青年協會督導主任陳英杰指出，近年 DSE 考生人數上升及就業市場轉變，加劇學生的憂慮。他認為，在人工智能時代，修讀學位並非提升競爭力的唯一途徑，市場更重視多元人才，學生應透過自學、職場實習及專案實作等方式，提升競爭力。他續指，應科大課程緊貼行業脈搏，設大量實習及業界協作，學術與技術並重，能培養切合市場需求的人才，建議政府及院校應加強推廣職專教育的優勢與就業前景。

針對考生最關心的「課程與興趣配合」的升學考慮，青協「DSE 27771112」出版網上及實體「放榜攻略」，並聯同初創企業限量免費提供「DSE 升學易」APP 帳戶。程式可因應考生成績、興趣及就業取向，提供「AI 選科」，並由青協升學輔導員在 APP 內提供線上支援，協助規劃最適合的出路。

青協「DSE 2777 1112」由去年 9 月 1 日至今年 7 月 9 日共接獲 8,170 宗求助個案，以下是部分求助個案情況：

個案一：一名 Band 1A 學校、成績穩居全級前 30 名的考生，考完 DSE 後持續情緒低落、對周遭事物失去興趣、拒絕外出和社交。眼見同輩積極安排暑期活動，她卻毫無動力，認為 DSE 帶來沉重心理陰影。她形容自己正處於「耗竭」(burnout) 狀態，對升讀大學失去期待，難以擺脫自我懷疑。

個案二：有家長求助表示，雖預期子女成績可達大學基本門檻，但仍擔心英文等核心科目一旦失手會影響升學。即使知悉院校設有「彈性收生」政策，仍感競爭壓力巨大。在 JUPAS 選科排位上，家長態度傾向保守，而子女則堅持進取選心儀學科，雙方因出現意見分歧而引發爭執。

個案三：有考生求助指，對「應科大」等非傳統大學學位缺乏了解且感到抗拒，並認為「若未能順利直升大學，便等同人生失敗者」。她亦憂慮個別科目表現未如理想，對升學前景感到不安，在等待放榜期間持續焦慮，並出現入睡困難等壓力反應。

青協「DSE 27771112」於 7 月 13 日至 18 日期間，特別延長熱線及 uTouch.hk 網上輔導服務，為考生和家長提供即時的升學諮詢及情緒支援。此外，「青協與你同放榜 2026」放榜支援站，亦會在放榜前夕及放榜日於六間青協平行心間（天悅、天耀、隆亨、將軍澳、茵怡、祥華）同步舉行。

## 香港青年協會「DSE 27771112」

### DSE 放榜支援服務

文憑試放榜期間，服務時間將會延長：  
7月13至18日（上午10時至凌晨2時，  
放榜日7月15日於上午9時開始服務）

WhatsApp、輔導專線： 2777 1112  
升學網站：[27771112.hk](http://27771112.hk)  
Instagram/Threads：[@DSE 27771112](https://www.instagram.com/DSE27771112)  
Facebook：[DSE27771112](https://www.facebook.com/DSE27771112)  
網上輔導：[uTouch.hk](http://uTouch.hk)  
「同傾·同行」一鍵式全健平台：[talknwalk.hk](http://talknwalk.hk)

附件：青協「DSE 2026 升學規劃調查」結果

#### 傳媒查詢：

香港青年協會  
高級傳訊經理  
何詠筠女士  
電話：3755 7044

香港青年協會「DSE 27771112」  
隊長  
張家瑜女士  
電話：2788 3433

#### 香港青年協會 [hkfyg.org.hk](http://hkfyg.org.hk) | [m21.hk](http://m21.hk)

香港青年協會（簡稱青協）於1960年成立，是香港最具規模的青年服務機構。隨著社會瞬息萬變，青年所面對的機遇和挑戰時有不同，而青協一直不離不棄，關愛青年並陪伴他們一同成長。本著以青年為本的精神，我們透過專業服務和多元活動，培育年青一代發揮潛能，為社會貢獻所長。至今每年使用我們服務的人次超過450萬。在社會各界支持下，我們全港設有90多個服務單位，全面支援青年的需要，並提供學習、交流和發揮創意的平台。此外，青協登記會員人數已達50萬；而為推動青年發揮互助精神、實踐公民責任的青年義工網絡，亦有超過26萬登記義工。在「青協·有您需要」的信念下，我們致力拓展12項核心服務，全面回應青年的需要，並為他們提供適切服務，包括：青年空間、M21媒體服務、就業支援、違法防治、輔導服務、家長服務、領袖培訓、義工服務、教育服務、創意交流、文康體藝及研究出版。

Facebook Page: [www.facebook.com/hkfyg](https://www.facebook.com/hkfyg)

網上捐款平台: [giving.hkfyg.org.hk](http://giving.hkfyg.org.hk)

附件

**DSE 2777 1112**  
**「DSE 2026 升學規劃調查」調查結果**

調查日期：2026年5月12日至6月28日

有效問卷總數：1,241

表一 以下哪一個是你長遠的升學目標？

	中五 (n=796)		中六(n=445)		總數(n=1,241)	
	人數	百分比	人數	百分比	人數	百分比
大學學位	445	55.9%	262	58.9%	707	57.0%
未有想法	113	14.2%	34	7.6%	147	11.8%
副學士／高級文憑	85	10.7%	49	11.0%	134	10.8%
碩士	50	6.3%	52	11.7%	102	8.2%
基礎文憑	43	5.4%	13	2.9%	56	4.5%
博士	29	3.6%	21	4.7%	50	4.0%
專業資格	17	2.1%	10	2.2%	27	2.2%
不再進修	14	1.8%	4	0.9%	18	1.5%

表二 如在 JUPAS 大學聯合招生辦法（聯招）未能獲派心儀科目，你會選擇以下哪些出路？  
 （可選多項）

	中五 (n=796)		中六(n=445)		總數(n=1,241)	
	人數	百分比	人數	百分比	人數	百分比
自資副學位課程 (Asso/HD)	287	36.1%	231	51.9%	518	41.7%
自資學士學位課程	288	36.2%	178	40.0%	466	37.6%
邊工作、邊進修	190	23.9%	97	21.8%	287	23.1%
海外升學	161	20.2%	46	10.3%	207	16.7%
重讀或自修	116	14.6%	91	20.4%	207	16.7%
內地升學	162	20.4%	38	8.5%	200	16.1%
學習職業專門技能（如美容、水電工程等）	117	14.7%	64	14.4%	181	14.6%
未有打算	119	14.9%	33	7.4%	152	12.2%
正式工作，不再讀書	53	6.7%	30	6.7%	83	6.7%
其他	3	0.4%	3	0.7%	6	0.5%

表三 選擇升學出路時，你最主要的考慮因素是什麼？（最多選 3 項）

	中五 (n=796)		中六(n=445)		總數(n=1,241)	
	人數	百分比	人數	百分比	人數	百分比
課程是否配合個人的興趣	552	69.3%	331	74.4%	883	71.2%
考獲的成績	503	63.2%	309	69.4%	812	65.4%
經濟環境及就業前景	358	45.0%	223	50.1%	581	46.8%
家庭或個人經濟能力	191	24.0%	89	20.0%	280	22.6%
父母對升學安排的意見或期望	190	23.9%	82	18.4%	272	21.9%
海內外發展的空間	109	13.7%	45	10.1%	154	12.4%
院校的排名及認受性	87	10.9%	54	12.1%	141	11.4%
朋輩的選擇	40	5.0%	9	2.0%	49	3.9%
其他	4	0.5%	2	0.4%	6	0.5%

表四 規劃自己的升學及發展方向，我感到：（1 分代表最輕鬆，10 分代表最困難）

指數	中五 (n=796)			中六(n=445)			總數(n=1,241)		
	人數	百分比	水平	人數	百分比	水平	人數	百分比	水平
1	12	1.5%	低 (1-3) 5.3%	15	3.4%	低 (1-3) 11.5%	27	2.2%	低 (1-3) 7.5%
2	9	1.1%		6	1.3%		15	1.2%	
3	21	2.6%		30	6.7%		51	4.1%	
4	50	6.3%	中 (4-6) 42.7%	26	5.8%	中 (4-6) 44.3%	76	6.1%	中 (4-6) 43.3%
5	162	20.4%		104	23.4%		266	21.4%	
6	128	16.1%		67	15.1%		195	15.7%	
7	175	22.0%	高 (7-10) 52.0%	101	22.7%	高 (7-10) 44.3%	276	22.2%	高 (7-10) 49.2%
8	128	16.1%		65	14.6%		193	15.6%	
9	46	5.8%		9	2.0%		55	4.4%	
10	65	8.2%		22	4.9%		87	7.0%	

表五 2026 年放榜將至，此刻你的壓力指數是多少：(1 分最小，10 分最大)

指數	中五 (n=796)			中六(n=445)			總數(n=1,241)		
	人數	百分比	水平	人數	百分比	水平	人數	百分比	水平
1	39	4.9%	低 (1-3) 10.7%	22	4.9%	低 (1-3) 14.8%	61	4.9%	低 (1-3) 12.2%
2	16	2.0%		14	3.1%		30	2.4%	
3	30	3.8%		30	6.7%		60	4.8%	
4	42	5.3%	中 (4-6) 35.2%	46	10.3%	中 (4-6) 39.6%	88	7.1%	中 (4-6) 36.7%
5	123	15.5%		62	13.9%		185	14.9%	
6	115	14.4%		68	15.3%		183	14.7%	
7	153	19.2%	高 (7-10) 54.1%	90	20.2%	高 (7-10) 45.6%	243	19.6%	高 (7-10) 51.1%
8	142	17.8%		53	11.9%		195	15.7%	
9	43	5.4%		24	5.4%		67	5.4%	
10	93	11.7%		36	8.1%		129	10.4%	

表六 承上題，影響你規劃壓力的來源是哪些？(請選擇最多 3 項)

	中五 (n=796)		中六(n=445)		總數(n=1,241)	
	人數	百分比	人數	百分比	人數	百分比
擔心個人競爭力不足	553	69.5%	307	69.0%	860	69.3%
未來前景的不確定性(如：經濟環境、AI 發展等)	266	33.4%	169	38.0%	435	35.1%
對自己性格、強弱項未充分了解	272	34.2%	120	27.0%	392	31.6%
考生人數上升	221	27.8%	143	32.1%	364	29.3%
擔心學費負擔／資助金額不足	140	17.6%	114	25.6%	254	20.5%
未能獲取足夠升學資訊	163	20.5%	50	11.2%	213	17.2%
擔心心儀學科的就業前景	119	14.9%	86	19.3%	205	16.5%
升學資訊太多，未能有效篩選	130	16.3%	56	12.6%	186	15.0%
對課程認受性的了解不足	139	17.5%	44	9.9%	183	14.7%
父母對升學選擇的看法	52	6.5%	23	5.2%	75	6.0%
朋友的升學選擇的看法	14	1.8%	7	1.6%	21	1.7%
擔心心儀院校的社會聲譽及口碑	7	0.9%	10	2.2%	17	1.4%

表七 總括而言，以下哪個詞語最貼切形容你對自己前路的感觉？（請選擇最多 3 項）

	中五 (n=796)		中六(n=445)		總數(n=1,241)	
	人數	百分比	人數	百分比	人數	百分比
迷惘	491	61.7%	247	55.5%	738	59.5%
擔心	481	60.4%	257	57.8%	738	59.5%
期待	238	29.9%	167	37.5%	405	32.6%
不清	243	30.5%	137	30.8%	380	30.6%
恐懼	198	24.9%	93	20.9%	291	23.4%
無助	124	15.6%	45	10.1%	169	13.6%
充滿希望	77	9.7%	46	10.3%	123	9.9%
開心	55	6.9%	35	7.9%	90	7.3%

表八 在閱讀上述資料前，你有聽過應用科學大學（UAS）這條新升學出路嗎？

	中五 (n=796)		中六(n=445)		總數(n=1,241)	
	人數	百分比	人數	百分比	人數	百分比
完全無聽過	387	48.6%	215	48.3%	602	48.5%
有聽過，但不太了解是什麼	313	39.3%	149	33.5%	462	37.2%
有聽過，而且有一定了解	96	12.1%	81	18.2%	177	14.3%

表九 情境題：假設你的成績足以同時入讀傳統學術型大學與應用科學大學（UAS）的學位課程，在兩者均可錄取的情況下，你會優先考慮哪條升學路徑？

	中五 (n=796)		中六(n=445)		總數(n=1,241)	
	人數	百分比	人數	百分比	人數	百分比
傳統大學學位	349	43.8%	212	47.6%	561	45.2%
需視乎具體學科而定	163	20.5%	105	23.6%	268	21.6%
暫未有明確方向	151	19.0%	59	13.3%	210	16.9%
需收集專業建議再作判斷	93	11.7%	58	13.0%	151	12.2%
應用科學大學	40	5.0%	11	2.5%	51	4.1%

表十 關於未來就業的競爭力上，你認為應用科學大學（UAS）與傳統大學畢業生的主要差異在於？

	中五 (n=796)		中六(n=445)		總數(n=1,241)	
	人數	百分比	人數	百分比	人數	百分比
視乎個人能力，與院校類型無關	419	52.6%	222	49.9%	641	51.7%
職場實務經驗的差異	184	23.1%	124	27.9%	308	24.8%
學術理論訓練的差異	193	24.2%	99	22.2%	292	23.5%

表十一 整體而言，取得大學學位，對你的意義是？（請選擇最多 3 項）

	中五 (n=796)		中六(n=445)		總數(n=1,241)	
	人數	百分比	人數	百分比	人數	百分比
探索自我、認識自己 (個人興趣、能力)	473	59.4%	245	55.1%	718	57.9%
取得專業資格 (考取特定執業牌照)	394	49.5%	238	53.5%	632	50.9%
鍛鍊職專技能 (為就業作實務準備)	385	48.4%	219	49.2%	604	48.7%
培養學術根基 (思維與邏輯的訓練)	333	41.8%	193	43.4%	526	42.4%
建立人脈的機會 (擴闊社交與專業聯繫)	261	32.8%	148	33.3%	409	33.0%
獲得社會聲譽 (學院名氣與認可)	181	22.7%	90	20.2%	271	21.8%

表十二 就讀級別：

	中五 (n=796)		中六(n=445)		總數(n=1,241)	
	人數	百分比	人數	百分比	人數	百分比
中五	796	100.0%	0	0.0%	796	64.1%
中六	0	0.0%	445	100.0%	445	35.9%

表十三 你的性別：

	中五 (n=796)		中六(n=445)		總數(n=1,241)	
	人數	百分比	人數	百分比	人數	百分比
男	427	53.6%	244	54.8%	671	54.1%
女	369	46.4%	201	45.2%	570	45.9%