



【新聞稿】

2010年9月26日

「愛+人：賽馬會和諧社會計劃」 港大調查香港家庭溝通模式 多點讚賞 多點快樂

全港調查

為協助建構一個和諧社會，香港賽馬會慈善信託基金捐款二億五千萬港元，主導推行「愛+人：賽馬會和諧社會計劃」（簡稱：「愛+人」計劃），並邀請香港大學公共衛生學院攜手合作進行研究。計劃的基本理念是，傳統的家庭觀念仍適用於現代社會，而且能夠為老、中、青三代帶來健康、快樂及和諧（3Hs: Health, Happiness and Harmony）的家庭生活（「家有康和樂」）。「愛+人」計劃於2009年底進行全港電話問卷調查——「香港家庭及健康資訊問卷調查」。是項調查旨在探討多個主題，包括香港家庭溝通模式、家人關係，以及家庭健康（Health）、快樂（Happiness）及和諧（Harmony）等指數（即3Hs指數）。

多點讚賞 多點快樂

是項調查發現，家人溝通時間與家庭健康、快樂及和諧三方面息息相關，尤其對較年長人士的情況更為顯著。與家人有較多優質相處時間，如一起食飯、行街或散步，對家庭和諧、快樂和個人心理健康三方面都有正面影響。

調查指出，一些溝通模式與家庭快樂及和諧有明顯關係，包括日常多點讚賞家人、擁抱家人、搭肩膀等身體接觸。然而，以上幾種並非港人常用的家庭溝通模式。調查亦顯示，只有約三成（30%）受訪者常以身體接觸表示關懷，而常常讚賞家人的更只有兩成多（23.9%）；相反，超過六成（64.1%）受訪者認為為家人服務，如做家务等會改善與家人關係，但調查結果顯示，這方法並非最有效。

兩代關係有待改善

至於與家人的關係，青年人（18-24歲）及成年人（25-44歲），傾向視母親為關係最要好的家庭成員。五成半（55.19%）青年人（18-24歲）表示與母親的關係較好，反觀只有一成青年人（10.58%）與父親的關係較好。同樣，在成年人（25-44歲）受訪者中，有超過三成（32.24%）人與母親的關係較好，而與父親關係較好則少於一成（7.65%）。由此可見，在大多數港人家庭中，母親較受子女歡迎，相反父親則關係較疏離。長遠而言，我們應該關注如何加強父親與家人的溝通，以提升整體家庭快樂及和諧。

另外，年長人士（45-64歲），與他們關係較好 / 最好的多數為配偶（47.8%）而非子女。由此可見，本港家庭的兩代關係是值得大眾關注的課題。

香港大學護理學院院長兼「愛 + 人」計劃項目調查研究員陳肇始教授表示：「要提升家庭的快樂及和諧，增加與家人的優質相處時間最為有效，家庭成員不妨多進行一些家庭活動，例如與家人一起逛街及食飯等。另外，中國人一般較內斂，少像西方人般直接表達對家人的正面感受，但調查證實，讚美說話能使家庭更快樂及和諧，所以若家人有值得欣賞的地方，不妨多些稱讚，為家庭帶來多點快樂。」

香港大學公共衛生學院院長兼「愛+人」計劃項目首席調查研究員羅旭龢基金教授（公共衛生學）林大慶教授表示：「除了『香港家庭及健康資訊問卷調查』外，『愛+人』計劃還包括另一個核心研究項目—全港住戶調查，研究以『家庭』為單位，並以如何預防家庭問題發生為研究重點，有別於一般以補救已發生的家庭問題為目標的項目，此研究項目計劃訪問二萬個住戶，已完成一萬多，我們呼籲市民繼續大力支持，而第二次全港住戶調查將在明年初進行。」

調查背景

是項調查由香港大學公共衛生學院委託香港大學民意研究計劃，於 2009 年 11 月 19 日至 12 月 23 日期間，通過隨機方式以電話進行訪問，對象為 18 歲或以上操粵語的香港居民，合共訪問了 1,510 位香港市民。

愛 + 人：賽馬會和諧社會計劃

網址：<http://www.family.org.hk>

給你和你家人的窩心片段 @YouTube：<http://www.youtube.com/user/familyhk3h>

-完-