



接近六成受訪者平均跟家人進行有意義溝通一週少於七小時 家庭議會主席石

丹理教授：不要「為追求一間屋，而失去一個家庭」

港人工作繁忙，工時冠絕全球，連擠出與家人相處的時間也變得愈來愈少。李錦記家族基金及和富社會企業於2月底至3月初委託研究員收集問卷，研究有關香港人與家人相聚的「優質時間」，共收回1035份有效問卷。於週六(3月24日)在香港理工大學舉行「代代有愛---家心相聚」調查發佈會，結果指出超過兩成家庭不快樂，超過三成受訪者平均只跟家人相處一週少於七小時，更有接近六成受訪者平均與家人進行有意義溝通一週只有少於七小時。

石丹理教授：錢足夠就可以 再多也無助快樂石教授提到不少研究均指出愈賺得多錢，不代表人會愈開心。他又表示當人愈有錢，其實對快樂沒有幫助，甚至可能更差。他認為工作可能導致與家人見面的機會少了，變相溝通的時間也少了；價值觀上，他指出「追逐錢」的心態可能令人與人的關係傾向與錢財有關，並舉例有父母以零用錢當作缺乏時間陪伴子女的補償，終致與子女關係日益生疏。他最後建議港人，不要「為追求一間屋，而失去一個家庭」。若然經濟上許可，應分更多時間予家人，並置家庭的價值觀及快樂於首位。

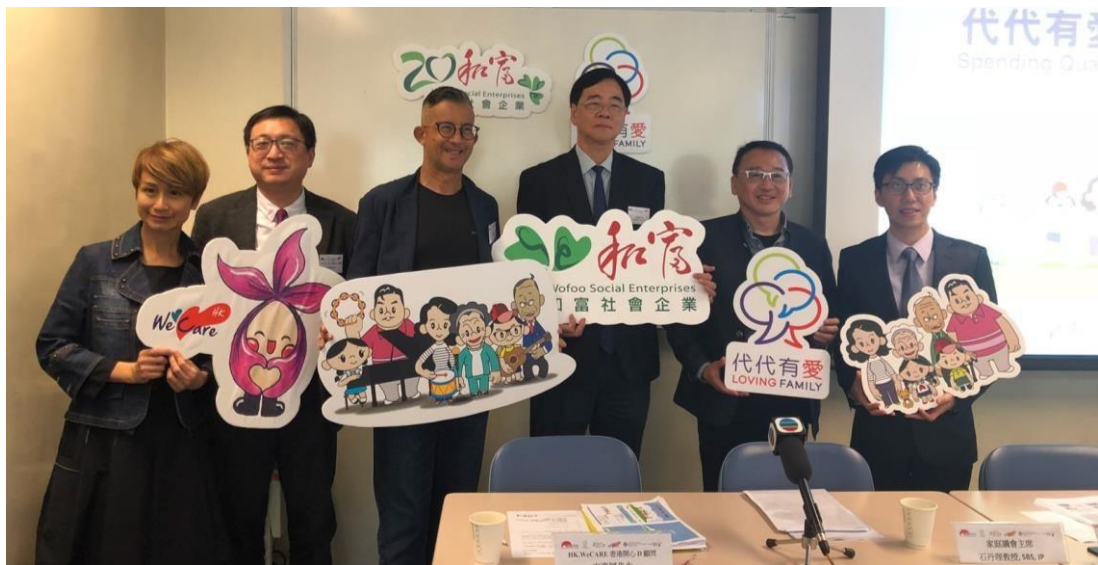
家庭快樂的四大支柱：與家人家庭關係、自我快樂、與家人接觸時間及與家人共享優質時間研究顧問林清博士指出是次調查結果得出，只有四項主要因素：包括與家人家庭關係、自我快樂、與家人接觸時間及與家人共享優質時間，能有效預測和解釋快樂家庭。他認為社會各界可針對這四個大方向著手，增加家庭快樂。

HK.WeCARE(香港開心 D)顧問方奕展先生：一切溝通源於關懷港人因工作繁忙，客觀上缺乏時間溝通，這難以在一朝一夕改變。惟主觀上，港人也不懂利用僅剩的時間與家人作出深入交流，從而達致真正的「優質時間」。對此，

HK.WCARE 顧問方奕展先生建議一切應從關懷著手，並把僅剩的溝通時間作為關懷自己家人時間。

港人家庭的「優」與「憂」石教授表示結果能反映出港人家庭的「優」點，指出有八成六受訪者表示願意照料家人，為傳統中國人的美德。他又表示港人比較實際，傾向透過行動如分擔家務及送贈禮物來表達自己對別人的愛。惟他又擔憂家人除了相處時間不足外，深入相處的時間也不足，例如受訪者均指出主要傾訴對象是朋友，僅次為家人。他又提到有近五成人從不或甚少

與家人擁抱，以及甚少給予家人讚美的說話，而這些「愛的語言」均很值得港人去學習，並加以宣揚。



HK.WeCARE 顧問方奕展先生(左二)、家庭議會主席石丹理教授(右三)、李錦記家族基金主席李惠雄先生(右二)、研究顧問林清博士(右一)