

香港家庭溝通模式

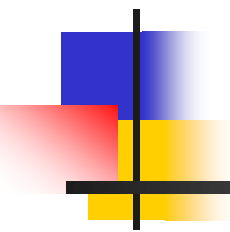
新聞發布會
2010年9月26日



香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust



SCHOOL OF PUBLIC HEALTH
THE UNIVERSITY OF HONG KONG
香港大學公共衛生學院



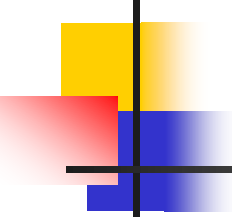
第一部份 「愛 + 人」計劃概覽

林大慶教授

羅旭龢基金教授（公共衛生學）

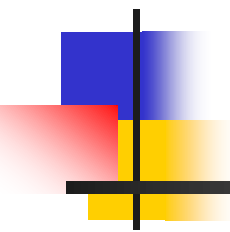
香港大學公共衛生學院院長

「愛 + 人」計劃項目首席調查研究員



簡介

- 「愛 + 人：賽馬會和諧社會計劃」由**香港賽馬會慈善信託基金**主導推行的一項全港計劃，馬會捐款二億五千萬港元，與**香港大學公共衛生學院**攜手合作
- 此計劃旨在透過大型住戶調查、一系列家庭支援項目和公眾教育活動，尋找家庭問題的根源，設計預防方案，並宣傳「家有康和樂」（家庭健康、快樂及和諧）的訊息

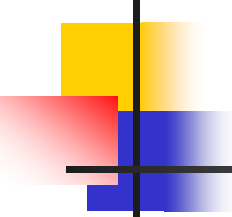


第二部份 香港家庭溝通模式調查

陳肇始教授

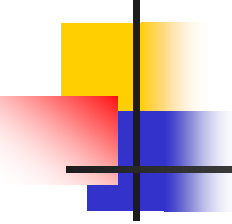
香港大學護理學院院長

「愛 + 人」計劃項目調查研究員



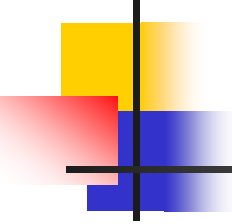
背景

- 於**2009**年底，進行全港問卷調查 —— 香港家庭及健康資訊問卷調查
- 是項調查旨在探討多方面主題，包括家庭溝通模式、家人關係，以及家庭健康、快樂及和諧指數
- 首次調查已完成，第二次調查亦將於**2010年11月**開展



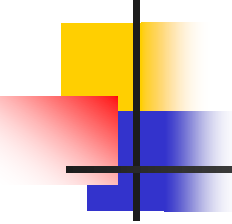
調查目的

- 闡述香港家庭的溝通模式及家人關係
- 分析家庭溝通模式與家庭健康、快樂及和諧之間的關係



調查方法

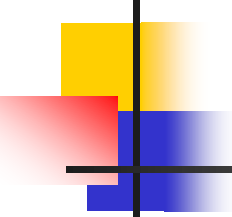
- 調查日期為**2009年11月19日至12月23日**
- 由經專業訓練的調查員透過隨機方式以電話訪問進行
- 調查員在成功接觸目標住戶後，再從住戶內抽取一位符合條件的家庭成員接受訪問
- 訪問對象為**18歲或以上**操粵語的香港居民



調查結果

- 成功訪問共**1,510**位**18**歲或以上操粵語的香港居民

被訪者特徵	百分比(%)
性別	
男	46.2
女	53.8
年齡組別	
18-24	10.6
25-44	38.4
45-64	35.7
65或以上	15.3
居住地區	
香港島	18.6
九龍	29.8
新界	51.6
已婚	61.9
在職	53.2



健康、快樂及和諧的量度方法

- 以下是量度心理健康、快樂及和諧的評估題目例子：

心理健康 (指數愈高，健康愈好)：

在過去四星期裏，有多少時間你覺得心情不好，悶悶不樂？

(1.常常如此/2. 大部分時間/3. 有時/4. 偶爾/5. 從來沒有)

快樂 (指數愈高，愈開心)：

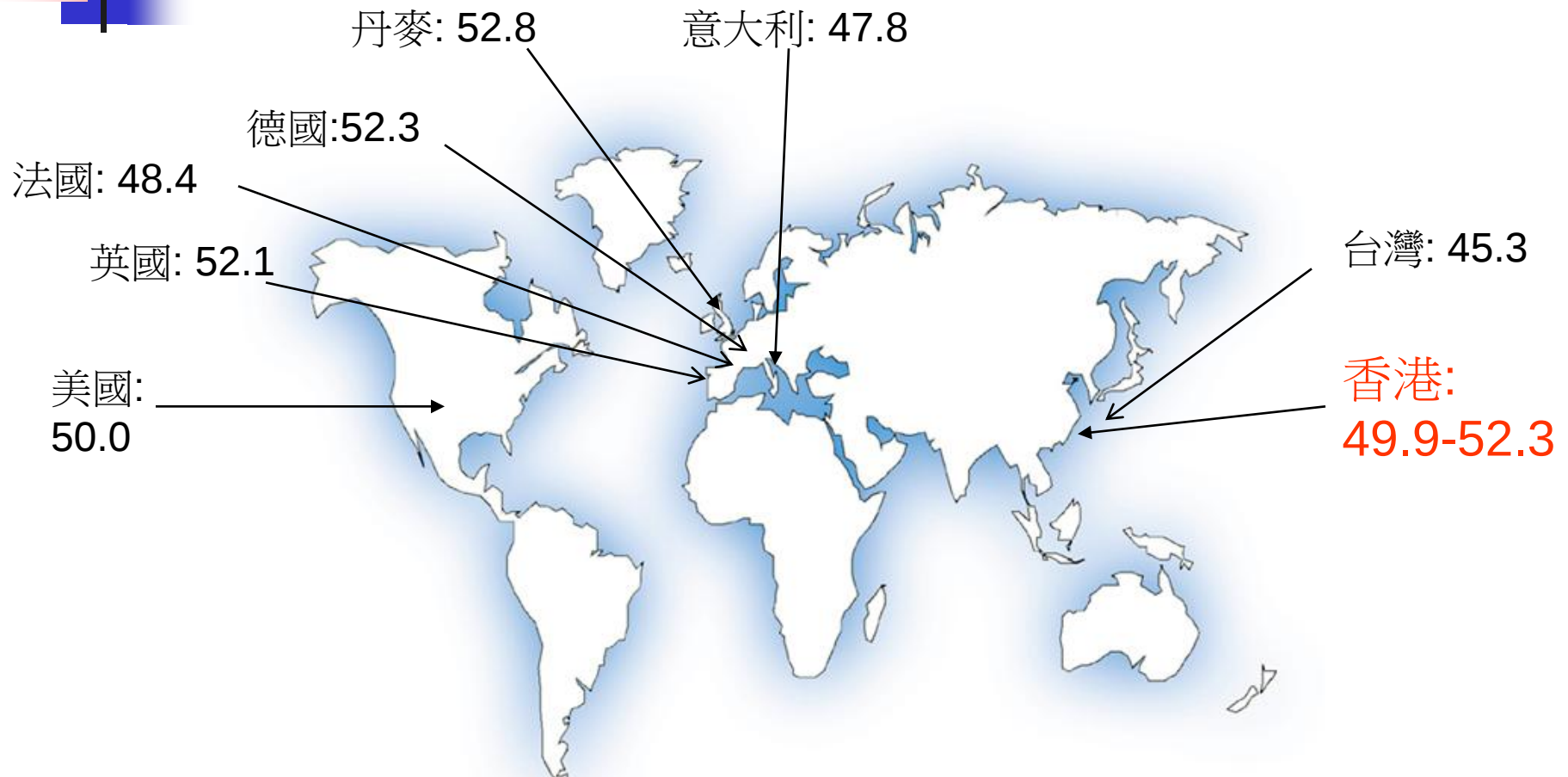
一般而言，我覺得自己: 1. 不是一個很快樂的人 ...7. 是一個很快樂的人

和諧 (指數愈高，愈和諧)：

相比其他家庭，我家各人的關係很密切。

(1.非常不同意/2.不同意/3. 中立-有意見/4. 同意/5. 非常同意)

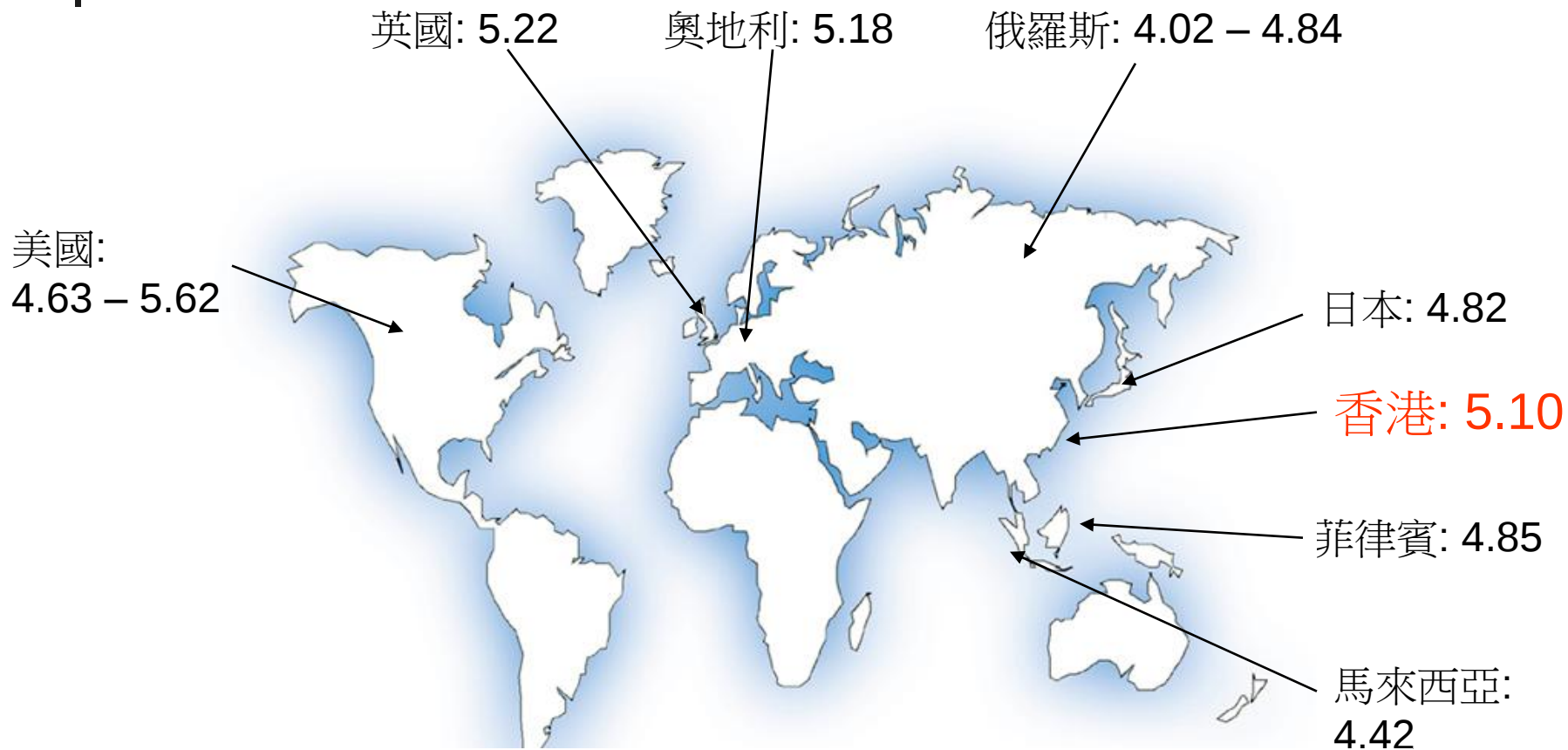
自我評估心理健康指數： 相比其他國家為高



心理健康指數大約介乎-1至79之間

資料來源：Gandek et al (1998)；Chang et al (2007)

快樂指數：在亞洲相對較高



快樂指數介乎1至7之間

資料來源：Lyubomirsky and Lepper (1999)；Swami et al (2009)

和諧指數：頗正面

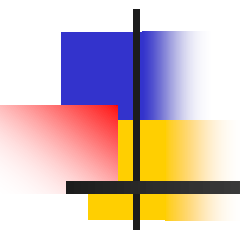
- 家庭和諧指標是由香港大學「愛 + 人」計劃團隊於2009年編訂



香港:
31.8 – 32.9
或
74.3 – 77.8%*

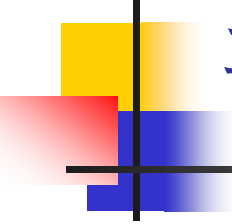
和諧指數介乎8至40之間

* 指數演算為 $(31.8-8)/32 = 74.3\%$; $(32.9-8)/32 = 77.8\%$; 範圍介乎0至100



家庭溝通模式

- 與家人相處時間
- 家庭關係



平均家人相處時間

「在過去七天內，你每日平均用多少時間與家人溝通或傾談？」

項目	平均數	中位數
整體所用的時間	128分鐘 (2.13小時)	90分鐘 (1.5小時)

每天平均與家人相處時間：全球概覽

加拿大：
3.4小時
(2005年)

美國：
2.77小時
(2009年)

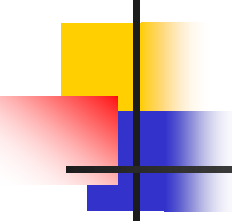
日本：
2.13小時
(2006年)

香港：
2.13小時
(2009年)

新加坡：
2.4-5.5小時
(2007年)

澳洲：
2.28-5.4小時
(2007年)

註：其他國家所計算的家人相處時間，包括管教子女、照顧子女、處理家務及與家人逛街。香港的數據只計算與家庭成員溝通／傾談的時間。



青年及成人與母親關係較好

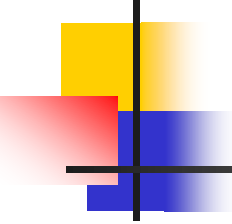
- 大部分被訪者 (86%) 指出與某位家庭成員關係最好
- 在指出與某位家庭成員關係最好的被訪者中，

18-24歲的青年人：

- 超過一半 (55.2%) 認為與母親的關係較好 / 最好
- 只有十分一人 (10.6%) 認為與父親的關係較好 / 最好

25-44歲的成年人：

- 三成 (32.2%) 認為與母親的關係較好 / 最好
- 只有少於一成 (7.6%) 認為與父親的關係較好 / 最好



年長人士與配偶關係較好

- 在指出與某位家庭成員關係最好的被訪者中，

45-64歲的年長人士：

- **47.8%**認為與**配偶 / 伴侶**的關係較好 / 最好
- **33.8%**認為與**子女**的關係較好 / 最好

65歲以上的長者：

- 接近一半人 (**49.8%**) 認為與**配偶 / 伴侶**的關係較好 / 最好
- **35.6%**認為與**子女**的關係較好 / 最好

較好 / 最好關係的家庭成員
按年齡組別分類

	較好 / 最好關係的家庭成員*	較差 / 最差關係的家庭成員**
18-24歲	母親 (55.2%)	父親 (45.4%)
25-44歲	母親 (32.2%)	父親 (24.2%)
45-64歲	配偶 / 伴侶 (47.8%)	子女 (38.9%)
65+歲	配偶 / 伴侶 (49.8%)	子女 (53.5%)

註：*百分比按所有指出與某位家庭成員關係較好／最好的被訪者計算；

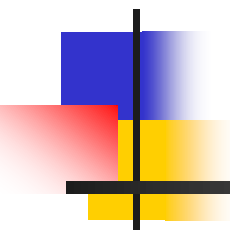
**百分比按所有指出與某位家庭成員關係較差／最差的被訪者計算

最好及最差關係的家庭成員 按性別分類

	較好 / 最好關係的家庭成員*	較差 / 最差關係的家庭成員**
男	配偶 / 伴侶 (43.8%)	父母 (37.7%)
女	子女 (30.9%)	兄弟 / 姐妹 (25.5%)

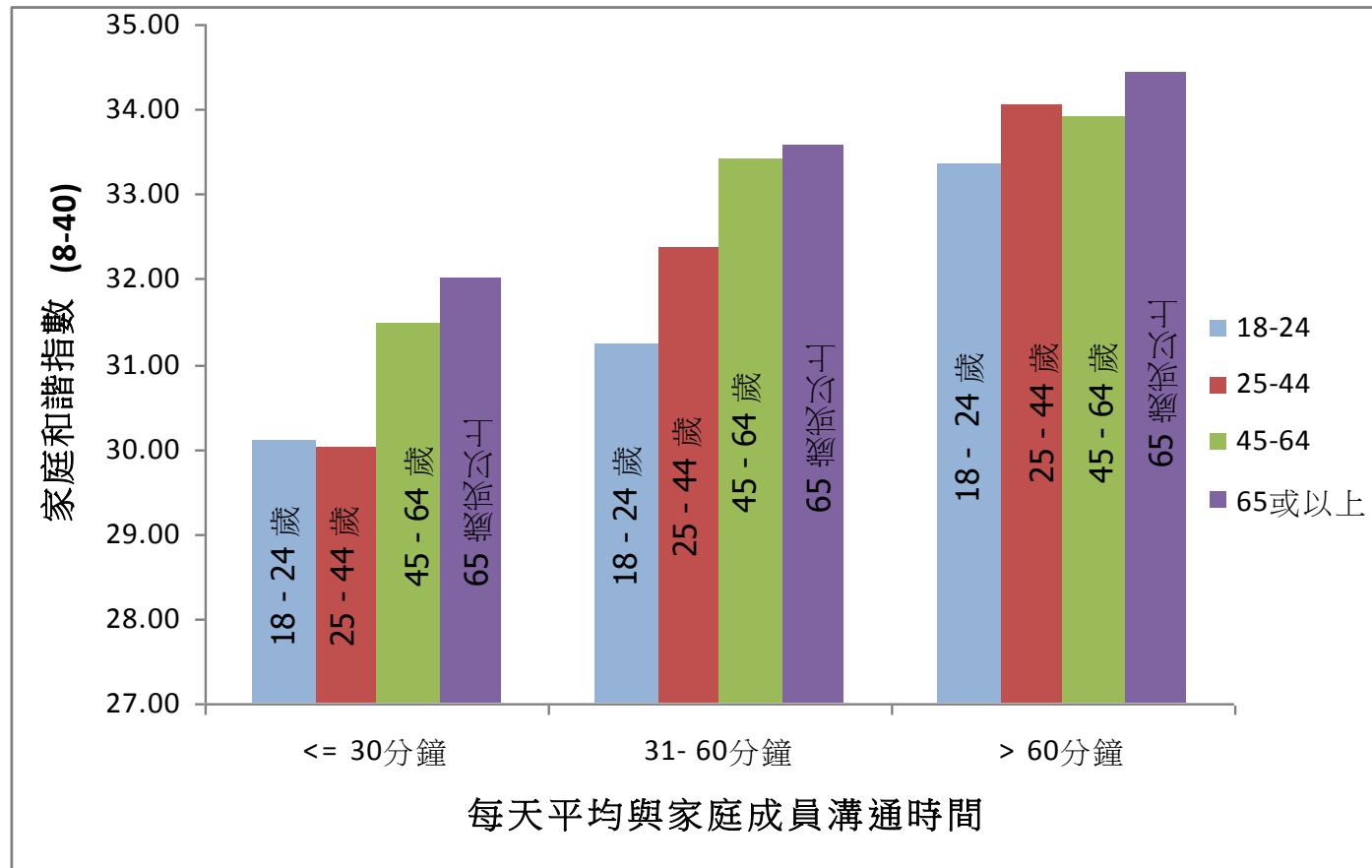
註：*百分比按指出與某位家庭成員關係較好／最好的被訪者計算；

**百分比按指出與某位家庭成員關係較差／最差的被訪者計算

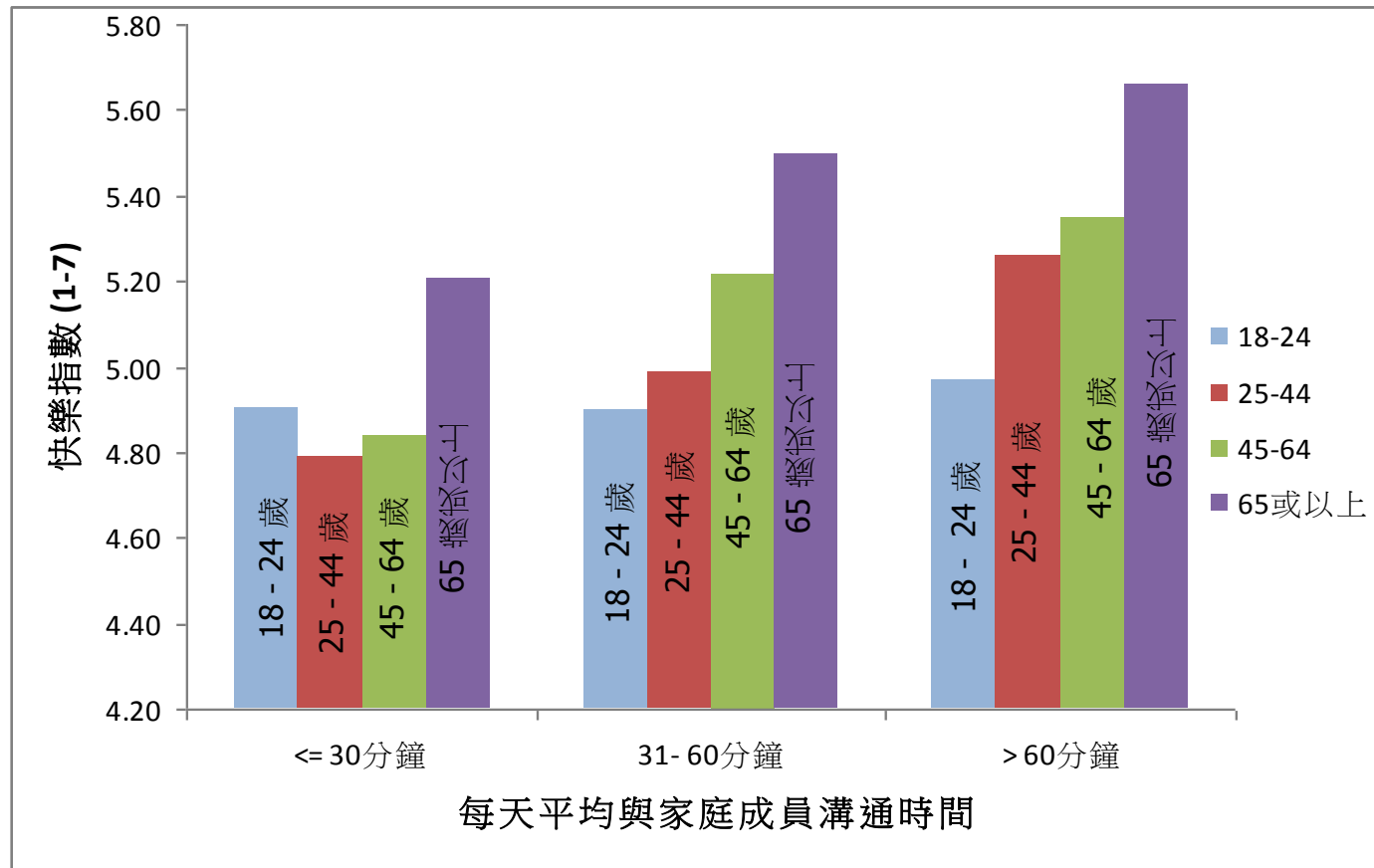


與家庭健康、快樂及和諧 相關的因素

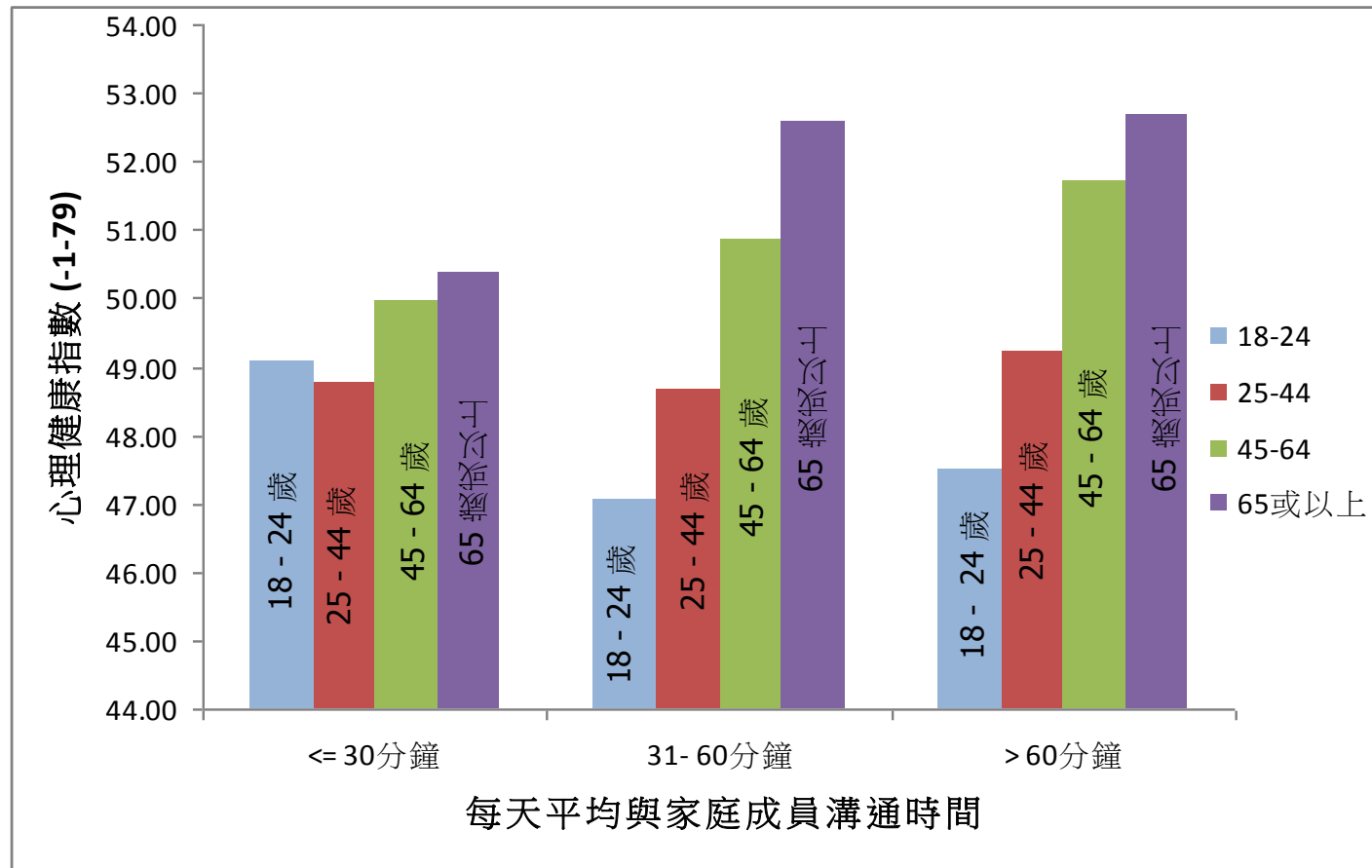
家人相處時間與家庭和諧有正向關係



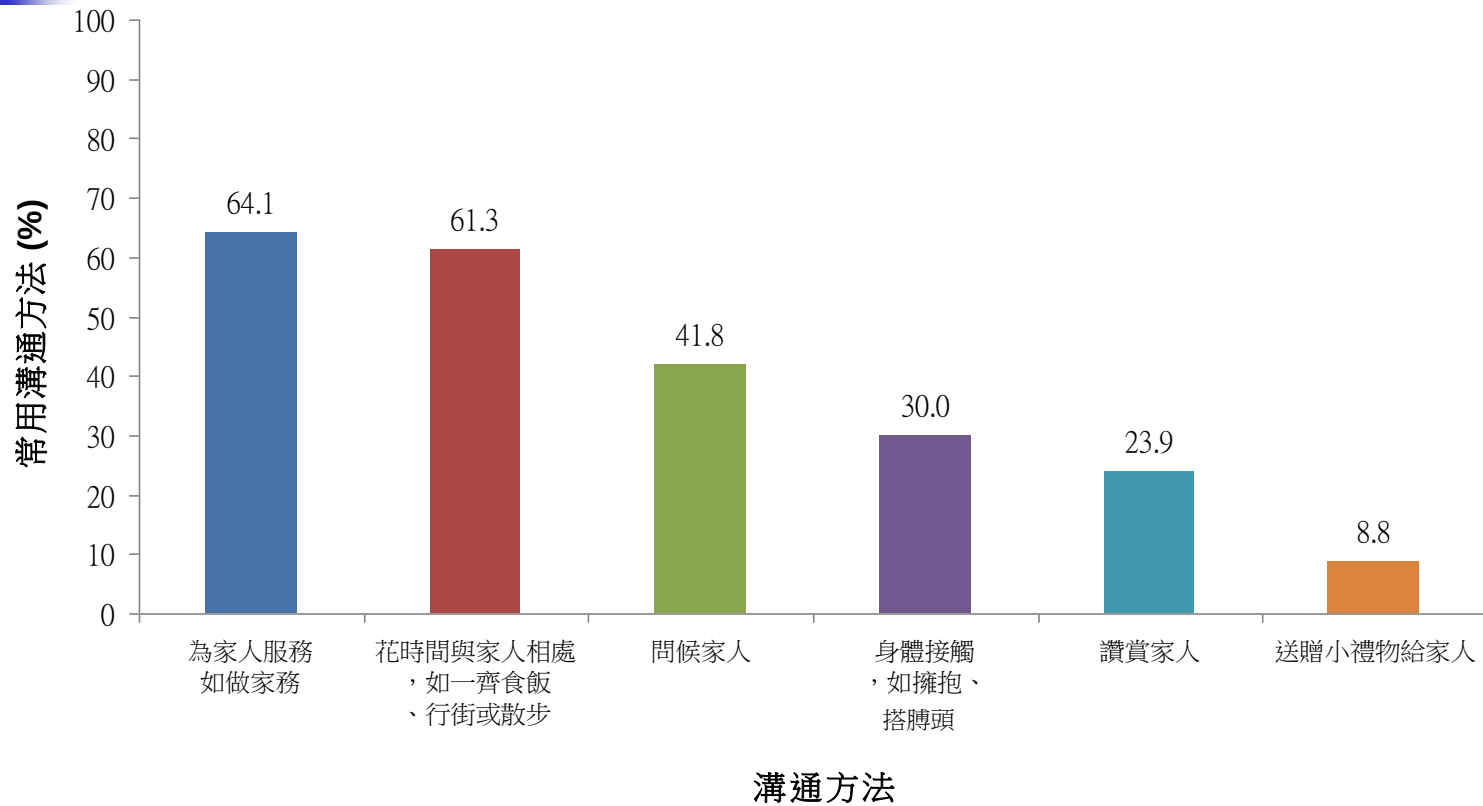
家人相處時間與快樂有正向關係， 尤其對於25+歲人士

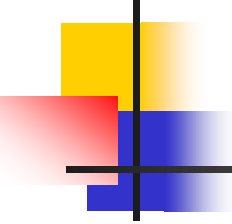


家人相處時間與心理健康有正向關係， 尤其對於25+歲人士

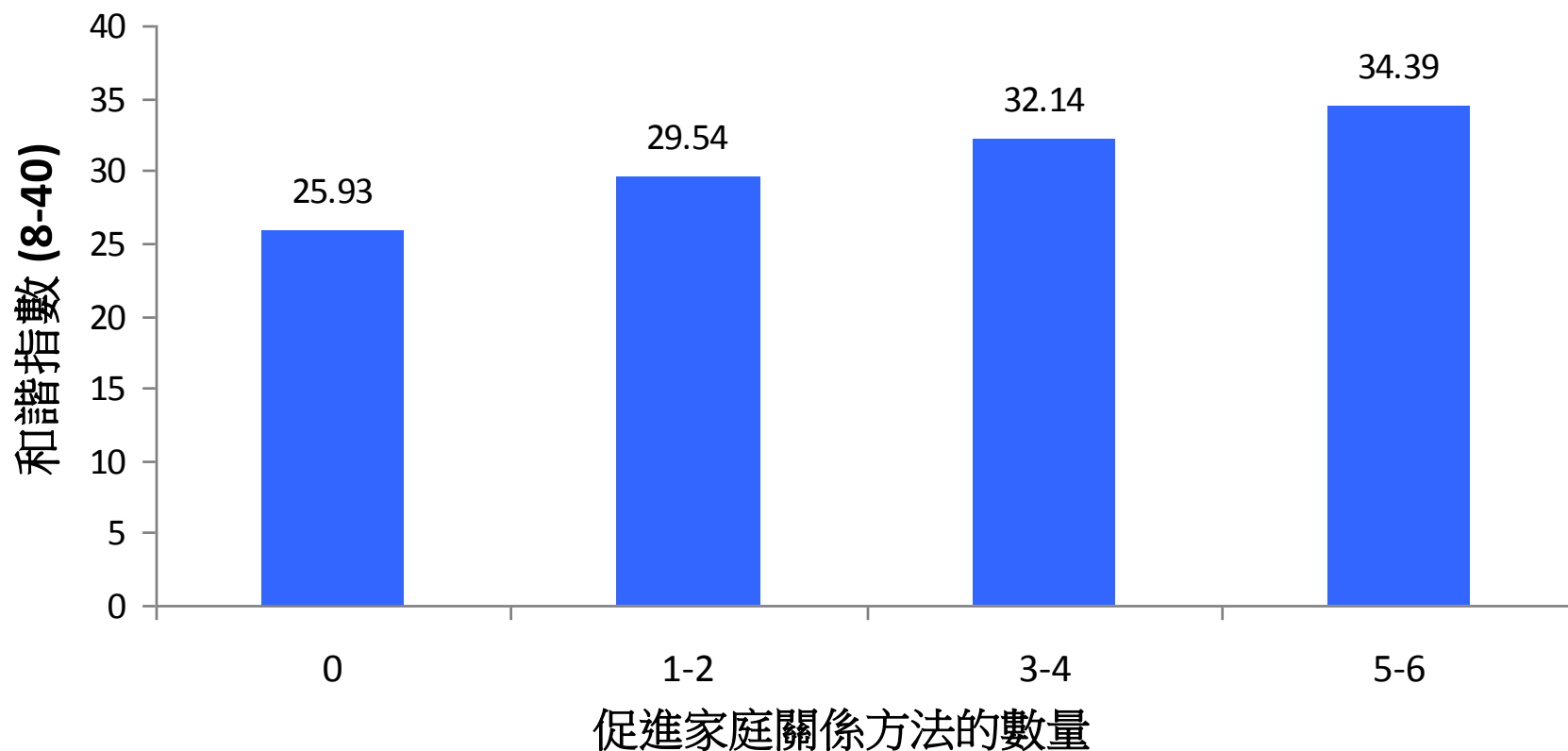


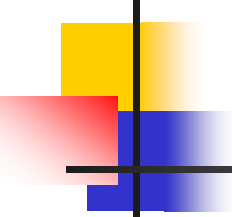
維持或促進家人關係的溝通方法



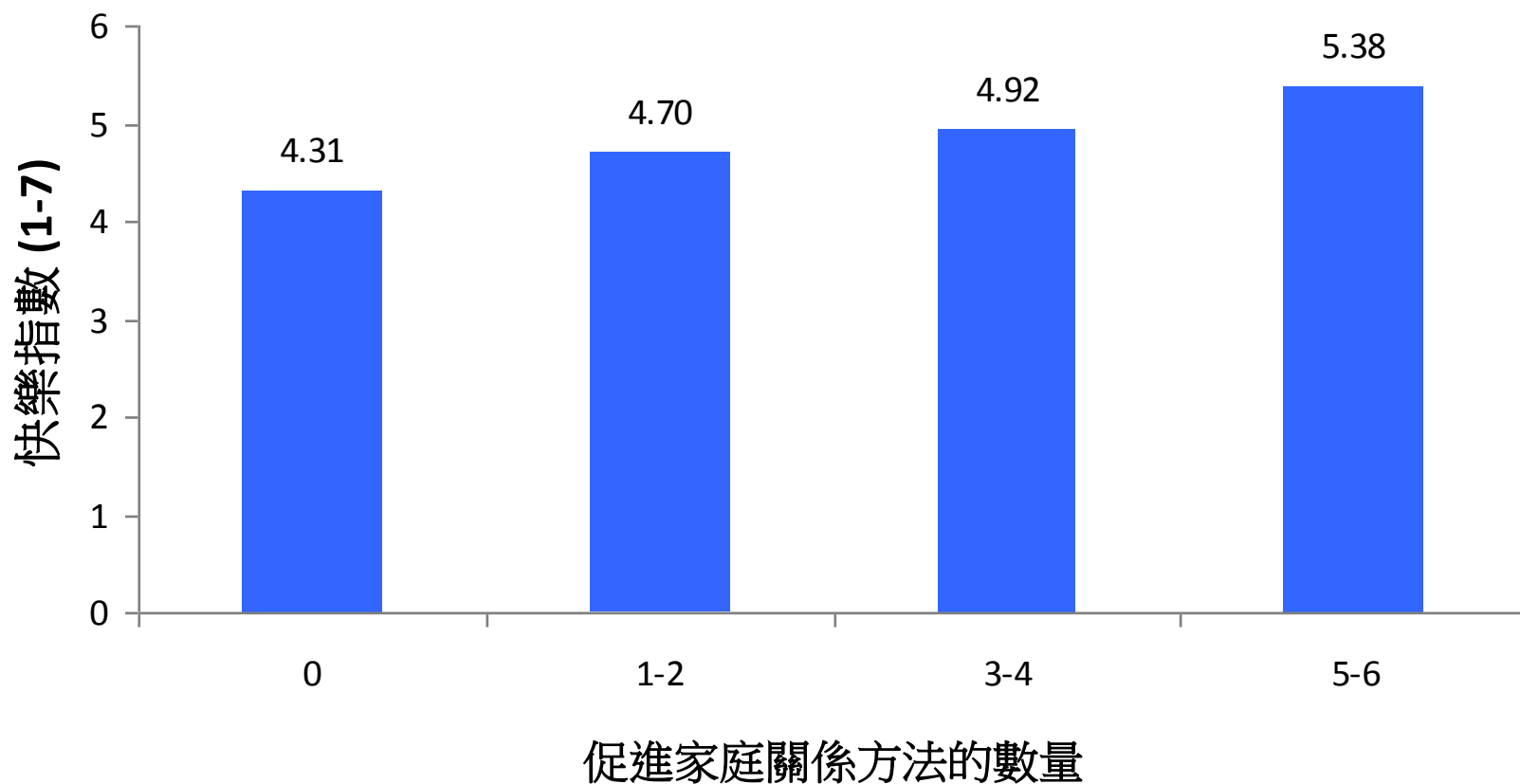


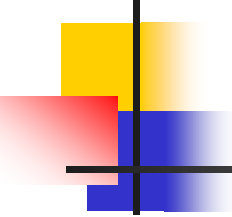
溝通方法愈多樣化，家庭和諧指數愈高



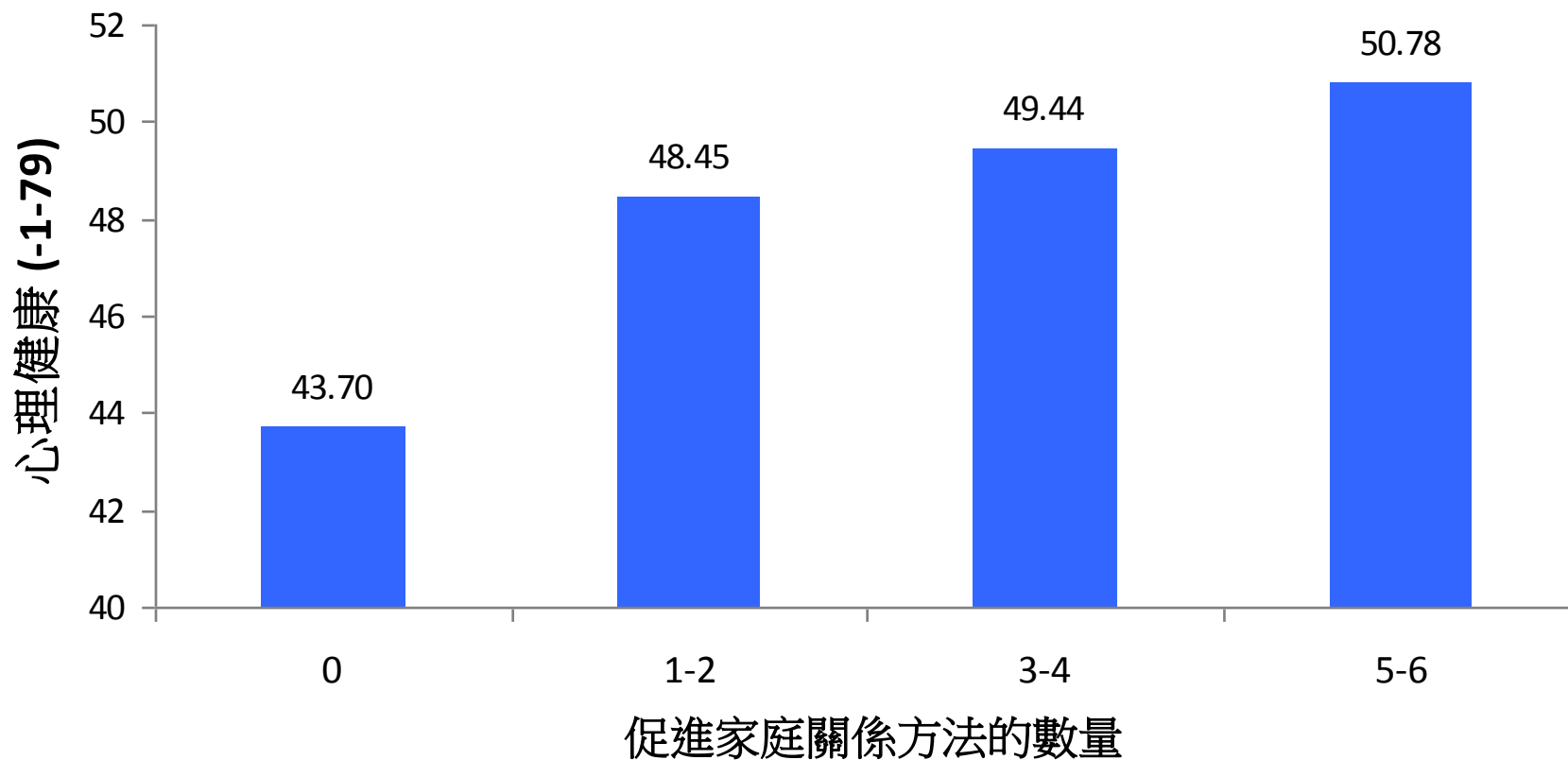


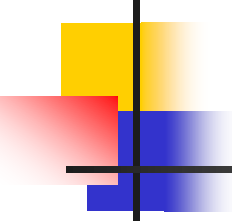
溝通方法愈多樣化，家庭快樂指數愈高





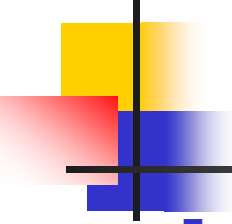
溝通方法愈多樣化，心理健康指數愈高





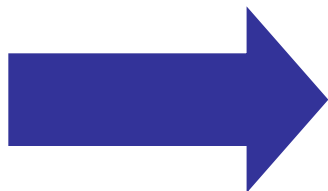
家庭溝通方法與 家庭健康、快樂及和諧

- 「讚賞家人」與家庭和諧及快樂有正面的關係 ($p<0.001$)
- 「身體接觸」(如擁抱、搭膊頭)與家庭和諧及快樂有正面的關係 ($p<0.05$)
- 與家人「共度優質時間」，如一起食飯、逛街，與家庭健康、快樂及和諧有正面的關係 ($p<0.001$)

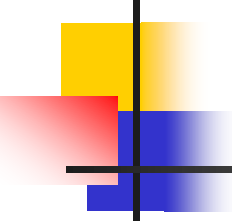


總結與啟示 (一)

- 促進家庭健康、快樂及和諧因素：
 - 溝通時間 ↑ ；3Hs ↑
 - 溝通方法 ↑ ；3Hs ↑
- 港人傾向以「為家人服務」作溝通方法，維持或促進家人關係，但較少人讚賞或擁抱家人
- 然而，讚賞家人及身體接觸，與家庭和諧及快樂有正面的關係
- 與家人共度優質時間，例如一起食飯、逛街，對家庭健康、快樂及和諧均有正面的作用

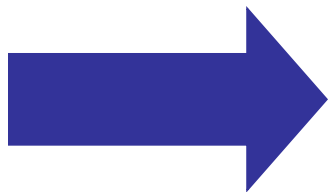


多點與家人溝通、讚賞及擁抱；
多點快樂及和諧！

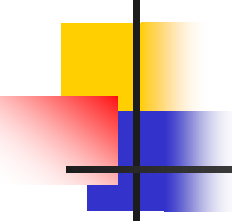


總結與啟示 (二)

- 除了與**母親**保持良好關係外，亦鼓勵青年及成年人 (18-44歲) 與**父親**互相建立較好關係
- 鼓勵年長人士 (45+歲) 與子女互相建立較好關係



改善兩代關係
是家庭和諧的重點



鳴謝

- 1,510名被訪者
- 香港賽馬會慈善信託基金
- 香港大學民意研究計劃
- 「愛 + 人：賽馬會和諧社會計劃」團隊成員
- 哈佛公共衛生學院的Vish Viswanath博士

我們的YouTube頻道：

<http://www.youtube.com/user/familyhk3h>

我的超人媽媽

單親家庭普遍要面對較多生活上的難題，家庭成員之間的關心及互相支持尤為重要。



與您同行

若家庭成員健康狀況出現突變，對家人可說是艱苦的挑戰，一家人團結一致，一起同行定可應付轉變。



成長的樂章

正面管教不單止幫助子女學習正確的態度及行為，同時藉著互動的過程，更可強化家庭關係。

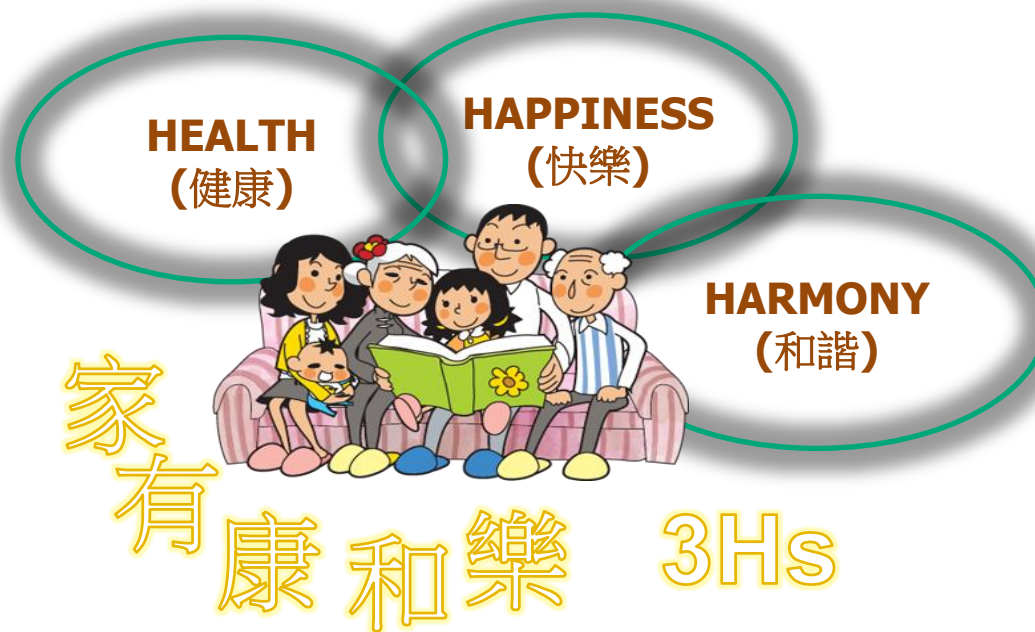
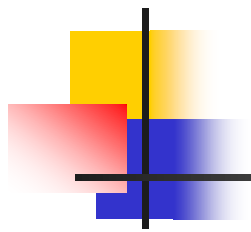


孩子的第一課

父母是最具影響力的老師，因此，家長以身作則樹立正確榜樣，對孩子來說極為重要。



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



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>