

新聞稿 即時發放

修身、齊家、推己及人令快樂加倍

「香港家庭快樂指數調查」發佈會

(香港—2008年6月29日) 家庭原來是香港人的快樂之源，大部分香港人均同意「家庭開心，人亦會愈開心」，同時香港人亦普遍認同「愈可以為身邊的人帶來快樂，人會愈開心」。另外，相對青年及家長，兒童的快樂指數高據榜首，年紀愈小快樂指數亦愈高。

香港小童群益會委託香港大學民意研究計劃進行了一項「香港家庭快樂指數調查」，並由香港迪士尼樂園全力支持。調查於本年5月至6月期間進行，以隨機抽樣電話調查方式，成功訪問了超過1500名年齡9歲或以上的香港居民。調查對象分兒童(9至17歲)，青年(18至34歲，沒有子女)，以及家長(18歲以上，有最少1名17歲或以下子女)三個組別，是同類調查中首次細分組別，可作比較研究之用。

香港大學民意研究計劃主任鍾庭耀博士在講解調查結果時指出：「調查結果顯示家庭關係是香港人快樂的重要元素，相反物質與社會大環境只是影響他們快樂的部份因素。」

香港小童群益會總幹事羅淑君女士表示：「從調查結果可見香港市民不論年齡及背景均視家庭為他們快樂之源，正面、積極的家庭關係對比金錢對個人的快樂有著更重要的影響。調查同時引證了助人為快樂之本的傳統信念，這表示港人若要活得更快樂，可能首要重視與家人的關係及願意為身邊的人帶來快樂。」

香港迪士尼樂園公共事務副總裁盧炳松表示，樂園希望透過這項調查，深入了解香港不同人士，特別是兒童對快樂的看法。他表示：「香港迪士尼樂園很高興支持香港小童群益會進行這項『香港家庭快樂指數調查』。今次亦是香港迪士尼樂園首次與本港一個資歷最深厚的兒童、青少年及家庭服務機構攜手，藉著進行這項調查，根據結果一同構思及組織迪士尼歡樂家庭義工團，在未來展開一系列的社區義工活動。」

羅淑君女士續說：「現時香港的家長長時間外出工作，較少機會和子女進行溫習以外的家庭活動，這會減弱家庭成員間分享快樂的機會。因此，香港小童群益會一直透過推行親子活動及建立家庭義工服務的平台，以協助家庭強化成員間的關係，讓兒童及家庭不單可活得更快樂，更希望可培養兒童與別人分享快樂，把快樂透過義工服務傳播給身邊的人，這樣對兒童的成長極為重要，亦可使香港成為一個越來越快樂的城市。」

來港不足3年的黃蓓表示：「自從與女兒參加香港小童群益會的親子義工活動後，大家一同見識新事物，認識新朋友，拓闊了彼此的視野及話題，又可以於進行義工服務時以同輩的身份相處，有助加深互相的了解。」她10歲的女兒迦明則表示：「能和母親一同進行有意義的義務工作，既可以幫助他人、肯定自我，又可令我們互相更靠近，使我感到加倍快樂。」

現年廿八歲的葉耀強(Andy)亦經常身體力行為身邊的人帶來快樂，同時令自己更快樂。擁有超過十三年義工工作經驗的 Andy 表示：「一年中我平均會用 90 小時從事義工服務，希望透過義工服務盡自己能力幫助有需要的人。同時他們的歡樂、笑容亦往往感染感動我，令我快樂及令我更懂知足常樂，珍惜自己擁有的一切。」

對於逾六成受訪者表示**陪伴家人**從事輕鬆的活動是最佳令對方快樂的方法，**香港小童群益會臨床心理學家方少慧女士**表示，家長陪伴子女的活動，不應只局限於溫習，也需要**安排時間與子女從事多元化的活動**，如傾談、義工服務、興趣學習班等，均**有助建立和諧快樂的家庭氣氛**。

方少慧女士建議：「每個家庭均宜分配時間進行一些家庭活動，讓彼此有好好的相處機會，經歷有質素、有意義的家庭時光，這有助建立正面、積極的家庭的關係，豐富家庭的快樂資本。」

給家長的建議

1. 每天與子女傾談，互相了解和分享，強調互相支持和接納。
2. 與子女一起參與有意義的活動(如義工服務)，幫助別人會令自己更快樂。
3. 參與子女感興趣的活動。
4. 積極樂觀過生活，勇於面對困難和挑戰。
5. 營造快樂家庭氣氛。

『香港家庭快樂指數調查』結果*顯示：

- 近九成受訪者同意**愈可以為身邊的人帶來快樂，人會愈快樂**。
- **香港兒童較成年人快樂**，兒童的快樂指數為 76.7，而青年為 67.2，家長則為 64.8，而且兒童的年紀越小，快樂指數越高。(調查以零至 100 分作自評指標，愈接近 100 分，其快樂指數愈高。)
- 三個組別均有逾九成受訪者同意**家庭快樂，人亦會愈快樂**。
- 三個組別當中均有逾六成受訪者表示**陪伴家人**從事輕鬆的活動是最佳令對方快樂的方法，兒童(66%)、青年(83%)、家長(72%)。
- 近九成受訪者同意**愈可以為身邊的人帶來快樂，人會愈快樂**。
- 不足五成的受訪者認同**香港是個充滿喜悅的地方**，兒童(57%)、青年(34%)、家長(42%)。
- 低於五成的受訪者同意**人愈有錢，會愈快樂**。

~完~

*詳細調查結果請查閱「香港家庭快樂指數調查」概要。

傳媒查詢：

香港小童群益會
高級機構傳訊主任 馬若儂小姐
電話：2823 8628 / 9175 0855
cecily.yn.ma@bgca.org.hk

香港小童群益會
機構傳訊主任 馬國樑先生
電話：2823 8636 / 9766 0907
francis.kl.ma@bgca.org.hk