

今日香港+個人成長與人際關係

追求幸福

香港兒童死亡個案檢討委員會曾發表兒童死亡個案檢討報告，集兒科醫生、臨床心理學家、校長、社署助理署長等組成的委員會，研究兩年間共238宗死因庭已審理的18歲以下兒童死亡案件。該委員會主席建議，當兒童向友人、家人提及有自殺傾向，他們應該盡快向專業人士求助。也有兒科專科醫生強調，運動等遊戲時間有助學童加強解難應變能力，家長應趁子女尚年幼時，增加互動，加強親子關係。要家庭和睦幸福，親子關係固然重要，夫妻相處之道也是關鍵。有調查發現香港婚外情普遍，情況值得關注。

莊達成 曾任通識教育科專業發展學會會長。曾任教高補通識教育科，現任教高中和初中通識教育科。香港中文大學教育學院通識教育科課程發展與教學文學碩士。編著《如何做好通識教育科獨立專題探究》一書。



有兒科專科醫生強調，家長應趁子女尚年幼時，增加互動，加強親子關係。 資料圖片

補習不如久伴 出軌不如互諒

今日香港+個人成長與人際關係

1. 細閱以下資料：

資料A：香港兒童死亡個案

Table with 3 columns: 死亡個案類別, 宗數, 主要死亡方式. Rows include 死於自然, 自殺, 意外, 遭受襲擊, 死因不明, 總數.

資料來源：兒童死亡個案檢討委員會

資料B：學童新年願望

有調查出乎意料地發現，一眾莘莘學子的新年希望非科科100分，而是想增加玩樂時間，逾一半受訪學童更認為只要有玩樂時間或有父母作陪已經很快樂。有兒科專科醫生強調，運動等遊戲時間不但有助學童加強解難應變能力，也能提高社交技巧。

家長應趁子女尚年幼時，增加互動時間，加強親子關係，切忌一窩蜂為他們報讀興趣補習班。



現今為子女報讀興趣補習班十分普遍。圖為小孩子學習珠心算。 資料圖片

資料C：香港學童自理能力

為了解香港學童的競爭力，有團體訪問800名中小學家長，發現約四成人認為子女的自理能力低，處理問題時會鬧情緒或要求父母代為處理。有約兩成家長為提高子女學業成績，安排每周參加補習或興趣班10小時或以上。

不少家長更出現「虎爸」、「虎媽」行為，例如接送初中子女放學、遇問題時只懂得向學校投訴，令港童變得更加依賴，抗逆力降低，相比台灣及內地學童，自信心較弱。

資料來源：綜合各大大地報刊

想一想 (a) 根據資料A和B，就香港兒童死亡問題，你可總結出一些什麼趨勢？試加以解釋。

(b) 參考資料，你認為香港家長應採取什麼方法以提升學童的自理能力？試加以解釋。

今日香港+現代中國+全球化

2. 細閱以下資料：

資料A：全球幸福指數排名榜#

Table with 4 columns: 排名, 國家或地區, 排名, 國家或地區. Lists countries like 巴拿馬, 哥斯達黎加, 波多黎各, 瑞士, 美國, 英國, 台灣, 日本, 新加坡, 香港, 中國內地, 阿富汗.

#註：調查涉及145個國家及地區。 資料來源：美國蓋洛普顧問公司、健康機構Healthways

資料C：建立幸福家庭方法

一個美滿家庭能為生活注入正能量。要營造幸福家庭，有臨床心理學家建議我們要為彼此的情感注滿能量，可透過下列5個簡易方法來給予對方更多的愛：

- 1. 「每日一讚美」，令對方感到被欣賞及認同。
2. 重視對方為家庭和對自己的付出。
3. 對方訴苦時，先聆聽，以明白對方感受，別急於給予建議。
4. 每晚抽10分鐘至15分鐘分享逸事，過程中大家要全神貫注地聆聽對方。
5. 當對方正生氣時，減低自己聲量再作回應，緩和氣氛。

資料來源：綜合各大大地報刊

想一想 (a) 根據資料A和B，試解釋當中的調查結果。

(b) 參考資料，有觀點認為建立幸福家庭是夫婦的責任。你是否同意這一觀點？試加以解釋。

資料B：香港家庭調查

Table 1: 幸福家庭必須具備條件. Columns: 項目, 百分比. Rows: 彼此溝通, 互相坦白, 給予對方空間和自由.

資料來源：新地會

表二：香港家庭角色心目中言行

Table 2: 父母最不想子女做的事, 子女最不想父母做的事. Columns: 項目, 百分比. Rows: 不注重健康, 不眠不睬, 不聽父母的意見, 為我下廚, 生病時照顧我及安慰我, 主動分擔家務.

資料來源：新地會



港人幸福感低落，要多學習為家庭生活注入正能量。 資料圖片

今日香港

3. 細閱以下資料：

資料A：香港婚外情受訪者婚姻年期

Table with 2 columns: 婚齡, 百分比. Rows: 少於1年, 1年至5年, 6年至10年, 11年至15年, 16年至20年, 21年至25年, 26年至30年, 31年至35年, 36年或以上.

資料來源：明愛向晴軒

資料B：香港婚外情情況

香港婚外情有多普遍？調查發現每兩個人便有一人身邊親友有婚外情，31歲至50歲是高危族，並有年輕化趨勢，有婚後數個月已出現。導致婚外情出現的主因是少溝通、聚少離多和分隔家庭，有六成婚外情對象是「朋友」和「同事」。

該調查的主任表示，婚姻出現婚外情，有第三者的一方最重要有悔意，並要與第三者立即終斷關係，不要拖拉，才可重建信任。

資料來源：明愛向晴軒



老人慶祝金婚。 資料圖片

資料C：維持婚姻建議

- 婚姻需要雙方用意志和堅持，才能維持關係。
· 學習自律，尊重婚姻承諾和伴侶的感情，時刻提醒自己要持守婚姻關係，才能免受婚姻以外的誘惑。
· 要平等相待，接納差異，互諒互讓，並學習妥協的藝術，以和平的方式處理紛爭衝突。

- 多讚許和肯定伴侶的付出。
· 雙方能互相分享和聆聽大家的渴求、需要、心意和期望。
· 夫婦在重建婚姻時，雙方必須釋出悔意、善意和真誠，共同努力處理傷害和矛盾。

資料來源：明愛向晴軒

想一想 (a) 根據資料A，數據反映了香港婚外情的哪些趨勢？

(b) 「現時在香港，夫婦不重視中國傳統文化精神是導致離婚率上升的最大原因。」參考資料，你在什麼程度上同意這一說法？試加以解釋。

結語

香港人往往因為生活忙碌而容易忽略與家人溝通的重要。美滿家庭是和諧社會的基石，一個美滿的家庭需要用愛來維繫。事實上，家人之間給予認同和適當的讚賞，將有助建立自信，也能讓家人明白自己，有伴相隨互助，可以成為生活的動力，也是每人追求和實現自己理想背後的原動力。

幸福源自一份愛的心意，只要付諸行動，就能為家庭生活增添更多甜蜜。

延伸閱讀

- 1. 《逾半學童嚮往父母陪玩樂》，香港《文匯報》，2016年1月2日，http://pdf.wenweipo.com/2016/01/02/a02-0102.pdf
2. 《「七年」不再癢 結婚11載更癢》，香港《文匯報》，2015年12月21日，http://paper.wenweipo.com/2015/12/21/HK1512210030.htm
3. 《全球幸福指數港排120 幸福感低》，文匯網，2015年6月25日，http://news.wenweipo.com/2015/06/25/IN1506250018.htm