



●王先生(右一)與子博(右二)共同製作月餅。受訪者供圖

兩年「全職」陪伴家人 「融化」十年親子隔閡

「美好的家庭需要每一名成員的付出，自己多做一點，其他人便輕鬆一點，感情便更近一點。」在家當了全職爸爸兩年的王先生接受香港文匯報訪問時說到，這兩年是自己人生中最重要時光，與兒子的父子情從疏離變為無話不談，「過去自己為了工作，忽略了对家人的陪伴，幸好這兩年做了明智的決定，令自己沒有錯過兒子的成長，這種溫暖感無可替代。」

異國工作返港 驚覺父子疏離

3年前，飛機降落馬來西亞機場，王先生站在接機大廳，心頭是對妻兒長途跋涉的疼惜與期盼。然而，當兒子小小的身影出現後，沒有預期中飛奔而來的擁抱，眼神也無雀躍光亮，他只是靜靜走來，臉上甚至帶着一絲不情願的黯淡。這一刻，王先生心頭一緊，疏離感油然而生。十年異國工作，與家人分隔兩地，每一次短暫團聚，兒子與他之間那道看不見的牆總顯得更為冷硬。電話中的寥寥數語、相見時那份難以言喻的生疏，都沉甸甸壓在王先生心上。

不怕被質疑 兒子信任是無價

面對「男主外、女主內」的傳統觀念，親友難免質疑。王先生卻說道，「沒有任何價值比不上兒子眼中重新燃起對父親的親暱與信任。」他與妻子達成共識，毅然辭去工作，收拾行裝回到香港，決心成為全職爸爸，將自己全然投入那個曾被距離「冰封」的家。

回港後的日子，王先生開始買餸煮飯、打理家務，在瑣碎日常中默默修復裂痕，並更積極參與兒子的生活。他回憶到，在一個中秋前夕，自己帶着兒子參與街坊福利會組織的親子月餅製作活動。當麵粉沾上指尖，兒子眼睛突然亮了起來，主動靠向他：「爸爸，你看，餡要這樣包才不會漏出來！」兒子一邊認真示範，一邊滔滔不絕分享在學校學到得小技巧。那一刻，久違的主動親近與毫無保留的分享，讓王先生內心震顫——疏離的冰牆，終於開始解凍。

兩年全職爸爸的時光，是王先生用陪伴的一磚一瓦重建了親情橋樑。「現在兒子不但在開心時會撲過來擁抱，更開始主動邀請我參與他的活動，走進他的世界。」當兒子站上學校游泳比賽的跳台，目光掃向看台搜尋，最終定格在王先生身上並用力揮手時，那眼神中的信賴與驕傲，勝過千言萬語。

伴兒成長 更勝事業成就

如今兒子升讀中一，逐漸建立了自己的社交圈，王先生也重回職場。但這兩年的經歷讓他領悟到：親情，是穿透傳統框架的勇氣，是在疏離的荒原上執意種下陪伴的種子。父親願意俯身傾聽兒子分享的喜怒哀樂，陪伴兒子共同成長，是任何事業成就都無法比擬的。

●香港文匯報記者 黃子龍



●王先生(左)與子博(右)出外遊玩。受訪者供圖

由陌生到無話不談 「做餅」成破冰關鍵

一年的寥寥數面、電話那頭的寥寥數語，是王先生父子間曾經的互動。「會有一點點陌生，」王先生的兒子子博接受香港文匯報訪問時坦言，童年記憶裏，只有節日才可以見到父親，甚至過去根本沒有思考過如何與父親相處。雖然想念，也只能壓縮成通話時幾句乾澀的問候。

兩年前王先生放下事業返港後，子博的生活開始迎來微妙的變化。與王先生一樣，令子博印象最深刻的，同樣是中秋前夕在街坊福利會做月餅時，與父親「破冰」的經歷：「我們討論如何把月餅製作得更好，那是我第一次與爸爸參與活動，覺得意義重大。」

「每天都見到爸爸」最幸福

如今放學回家，子博會很自然地與父親分享所見所聞、所悲所喜，曾經的沉默早已不知不覺變成了瑣碎的日常對話。當問及父親辭職陪他對他的影響時，子博難掩幸福：「現在每天都能見到爸爸啊！」這句樸素的回答，卻道盡每個孩子的心聲——真正的父愛不是遠方的匯款數字，而是推開家門那聲「我回來了」的溫暖。從電話裏的遙遠聲音到觸手可及的依靠，子博的世界因父親「在場」而完整。

●香港文匯報記者 黃子龍

父親，可以是在外打拚的家庭靠山，也可以是妻兒回家時溫暖的港灣。隨着時代的發展變化，「男主外、女主內」的家庭傳統分工亦不再是唯一解。據香港統計署數據顯示，近年香港因「料理家務」而從未從事經濟活動男性的佔比，整體呈螺旋式上升趨勢，今年第一季相關男性人口超過4.1萬(見表)。

香港文匯報訪問不同的全職爸爸和他們的家人，發現這一份份往往是他們以家庭整體利益為出發的主動選擇，而他們在家庭和教育陪伴子女方面的付出，亦換來了幸福的親子關係和家庭生活。當然，目前全職爸爸並非主流選擇，而他們皆有智慧化解傳統與非傳統的觀念衝突。所有的考量從家出發，以尊重和珍惜為底，「男主內、女主外」的家庭同樣幸福。

●香港文匯報記者 鄭治祖



●王先生(右)參加子博(左)畢業禮。受訪者供圖

為愛甘願「男主內」 全職奶爸非主流



近年15歲及以上
因「料理家務」
未從事經濟活動男性數據
(部分)

2015年
17,300人

2018年
20,500人

2021年
34,100人

2024年
38,900人

2025年第一季
41,200人

註：15歲及以上非從事經濟活動人口是指所有15歲及以上在統計前7天內並無職位亦無工作的人士，在這7天內正在休假的人士及失業人士除外。不可隨時工作或沒有找尋工作的料理家務者/退休人士等均包括在內。

資料來源：
統計署
整理：
香港文匯報
記者 康敬

兩「非傳統父親」：一悉心培育科研神童 一勇於「轉職」重建十年親情橋樑



●鄒生、鄒太太保留了許多從前的照片，不時翻看。
香港文匯報記者康敬攝

「公屋神童」老實持家 志在助兒「求大知識」

香港「公屋神童」鄒駿宏曾代表香港於國際科學數學奧林匹克競賽拔金銀，尚讀中五便以GPA3.7修畢科大物理本科幾乎全部學分，又獲得全額獎學金，赴牛津大學攻讀四年制碩士，現正在劍橋繼續攻讀博士學位……而「神童」的背後，就是一位默默耕耘的全職爸爸。

原本在補習行業做得風生水起的鄒生，一朝被騙，一鋪清袋，唯有從頭開始，但後來教學環境發生改變，半日制學校改為全日制，也就意味着補習老師的工作時間縮減了一半，收入並不穩定。為了家庭，鄒太白天照顧年幼的兒子，晚上還要通宵返工。

補習帶上兒子 無意中打好基礎

鄒生回憶起那時的生活：兒子上小學前，他需要在晚上8點前完成工作回到家，或者與太太「交接」照顧兒子，後來兒子上小學後，他則帶兒子去上班。「對個仔來說會覺得很辛苦，下午三四點學校放學，吃碗麵就跟我上去補習，坐在角落裏，一坐就是幾個小時，兒子應該要有自己的空間，可以看電視休息、做運動，但在別人家沒可能做到，但從另一角度看，這對他學習有幫助，原來阿仔一直聽我教中學生，小學一二年級就懂得解中學的題目。」

這樣奔波的日子持續了幾年，鄒駿宏小二參加中大「資優計劃」，他讀小四時，鄒生決定不再做補習老師，轉而全身心照顧兒子學習和生活，「我當時想了幾點：第一阿仔太辛苦，第二擔心浪費阿仔時間，第三也是當時有個比較好的學習機會，我需要帶兒子到銅鑼灣上課。」於是鄒生跟太太提出這個務實的想法，鄒太了解先生想法後更是馬上表示了支持。

工作紙堆積如山 父子努力的證明

鄒生認為，父母的陪伴和付出對孩子成長至為重要。他每天都會幫兒子重新整理參考書內容，更注重以身作則，「買了一本書，孩子不一定會重視，但如果他見到爸爸也這麼努力，和他花同樣的時間整理題目和學習資料，他就會珍惜，會去做這些題。」他們家中幾疊工作紙最高的一疊逾1.8米，是父子二人共同努力的證據。

一家人靠着鄒太太每月一萬多元的薪水生活，經濟上雖然有些捉襟見肘，但明確自己的目標，志在培養兒子「求大知識」，而非追求生活富足的鄒生，覺得日子有盼頭。

把孩子扶上馬，再送一程。如今20多歲的兒子鄒駿宏正在科研道路上前進，鄒生在兒子需要他的時候會適當介入，給予幫助，在兒子有自己人生安排時，又適當退出，給予孩子自由發揮的空間。如今鄒生似是完成了全職爸爸的使命，腳步逐漸慢下來，背影漸漸佝僂，曾經為兒子學習生活操勞的工作台，如今多了很多藥物。現在他沒有回到課外講台，只是偶爾去送外賣，貼補家用。鄒太則繼續工作，一家人依舊過着平淡的生活。

鄒生非常認同自己全職爸爸的選擇和身份，「我唔後悔，亦無遺憾。」他唯一心疼太太辛苦了，「但她從來沒有抱怨過。」鄒太在一旁則未說什麼，只是給了鄒生一個安慰的笑容。

●香港文匯報記者 康敬



●這張電腦枱見證了「全職爸爸」鄒生的時光，電腦裏都是關於兒子的學習資料和成長瞬間。
香港文匯報記者康敬攝

自家分工互敬互愛 何須向外界交代

男主外、女主內的觀念依然影響着不少人，鄒生一家亦非生活在「真空」的環境中，所以他們選擇巧妙化解。時常需要與外界接觸的鄒媽媽向香港文匯報記者坦露自己的處世智慧與家庭經營之道：「我知道很多人會議論，費事說啦，跟同事、跟顧客我都不會說的。」家庭分工是自己的事，營造健康的家庭，是夫妻二人送給孩子最大的禮物。

多年靠太太一人工作支撐起家庭，鄒生坦言自己是個傳統的人，在選擇做全職爸爸這件事上他曾經歷掙扎，始終希望自己能賺錢養家，照顧妻兒，但外人的看法對他而言不重要，他比較重視自己的目標。「我其實沒什麼朋友，也喜歡獨處，所以不會太在意別人的看法，也從來沒有主動跟外人或者其他家人提起過我做全職爸爸。」

阿仔知阿媽辛苦 寫信慰勞

除了減少不必要的外界壓力，他們夫妻二人亦會用心經營關係，看到彼此的付出。不過，在外打拚的鄒太太有些許遺憾，「小時候沒能照顧到他，我有時會跟人說，有時問多陪孩子，長大了(孩子)就有自己的空間了。」鄒生見狀說道：「兒子同媽媽感情好的。」

鄒太太亦隨即想起溫馨的回憶，她幾年前在家打掃時發現兒子小學時寫的第一封給媽媽的信：「媽咪我哋家都早睡了，媽咪你唔好太辛苦工作，雖然我沒幫你做家务，但我哋家都會改掉壞習慣，不會這麼馬虎。」耳濡目染下，年幼的兒子也懂得媽媽為家庭的付出，如今鄒太太一邊讀信，也還是會不禁濕了眼眶。

香港文匯報採訪這個看似「另類」的家庭，卻感受到許多傳統的家庭經營之道，互敬互愛、互相承擔，一家人齊心，日子就愈過愈好。

●香港文匯報記者 康敬