

家庭議會

「家・凝聚愛」家庭教育短片 — 長跑夫妻的浪漫 陳家豪與姚潔貞

愛鬥氣的夫妻

陳家豪：你說
姚潔貞：你先說
陳家豪：你先說
姚潔貞：你先說啦
陳家豪：很多人都認為
我們是一對鬥氣冤家
我們的關係起初不是這樣的
她（潔貞）本來是一隻溫順的小貓
姚潔貞：他（家豪）是一隻內向的老鼠
現時則變了
他間中會發牢騷
陳家豪：不是讓我先說嗎？
其實我們經常吵架
但很快會和好
我不會放在心上
你應該也是吧
姚潔貞：當然
你看我為人表露無遺
就不言而喻了吧
很多人看見我經常向他說教
因為他就像一個「大細路」
現在成為爸爸之後就好一點
陳家豪：這句我一定要說
很多人以為我很威猛
是男子漢
其實這角色是屬於她的

女兒為家庭帶來歡樂

陳家豪：我是不是愛妻號？
我間中都獲得這稱號
但我覺得自己只是盡男朋友和老公的責任
姚潔貞：他現在不是愛妻號了
成為了愛女號
其實未有小朋友時
一直都很期待有小朋友的畫面
究竟有小朋友之後

我們的生活會出現什麼變化呢？

起初當新手媽媽時

在很多方面都感到一定壓力

如在照顧和培養小朋友等方面

不過

我認為都要順其自然

多聽意見

小朋友出生之後

是開心的

陳家豪

：

女兒出生之後真的很開心

不只我倆

還有雙方父母

大家非常融洽

亦多了很多聚會時間

為大家帶來很多歡樂

運動的意義

姚潔貞

：

以前我很內向

不太懂與人溝通

因為做運動

所以擴闊了生活圈子

跟別人多了話題

個性開朗了

亦不怕面對面與人溝通

運動改變了我的性格、態度

以及認識了身邊這一位老公

陳家豪

：

最重要的是這句

運動在我們家基本上是例行公事

就如吃飯一樣

基本上，沒有哪一天不做運動

都會跑步

即使我送女兒上學

不是踩單車

就是邊跑邊推着 BB 車，送她上學

育兒理念一致

陳家豪

：

我倆都是運動員

未必想女兒太早接觸跑步

因為跑步是一項辛苦的運動

又要日曬雨淋

我們的目標非常一致
她起初不要接觸太多戶外運動
不要太多
先以室內運動為主
例如參與武術、游泳
若她長大後想跑步
再看看有沒有機會遺傳我們的跑步基因
成為將來的香港隊隊員

想對女兒說的話

姚潔貞：我跟家豪都經常做運動
沒有太多時間和你相處
你經常聽我們說
爸爸和媽媽去了跑步
教哥哥和姐姐跑步
希望她明白
其實我們是希望為她的將來鋪更好的路

陳家豪：其實我有想過
瑤瑤，你以後會不會喜歡跑步呢？
我們經常出去跑步
你會不會討厭跑步呢？
「經常去跑步而不理我」
希望你不會
無論你以後喜歡什麼
我們都會支持你