

活動訊息

☆ 升學資訊

106 學年度日間學制學士班新生招生名額分配表(含繁星推薦、個人申請、考試分發名額)，請參閱輔導處網頁。

家庭教育文章

別讓孩子成為父母雙方「原生家庭成長議題」的戰場

作者：陳鴻彬心理師

【父母各有堅持，卻苦了孩子】

這已經不知道是他們第幾次為了孩子的「入睡時間」爭吵了。

牆上的鐘指著晚上 10：30 的時間，小女孩眼眶泛著淚、還在努力地完成每天需完成的任務：讀經、拉琴、複習美語…等。

孩子的媽則在一旁盯著，不准孩子的爸插手。但深夜裡，夫妻兩個人的爭執越來越大聲，連一旁的孩子也忍不住大哭了起來，全家烏煙瘴氣。

媽媽總擔心：如果不堅持要孩子每天完成該完成的例行學習任務，怕養成孩子投機的心態、學得不紮實，那麼以後該怎麼跟人家競爭？

爸爸則很心疼這個才四歲多的孩子，無論前一天晚上多晚睡，每天早上都被迫得早起、勉強睜開惺忪的睡眼，跟著爸媽出門，沿途送她上學，然後爸媽才去上班。

所以當爸爸單獨負責陪孩子的夜晚，無論孩子完成母親所訂的功課了沒有，只要時間一到九點，就帶著孩子入睡。

孩子的爸三不五時就傳一些關於「睡眠充足對大腦發展及學習的重要性」之研究跟孩子的媽分享，用以佐證自己為什麼這麼重視孩子的睡眠是否充足。

孩子的媽也不甘示弱，回敬「幼兒階段提早學習第二外語(或音樂)的好處」、「讀經對孩子品格教育的正向影響」…等一類的文章或報導，向孩子的爸宣告：我的堅持，才是對的！

於是，孩子彷彿成了「父母各自不同堅持」下的戰場，在孩子的作息與學習上不斷拉扯、拔河，家裡時常上演上述的劇碼。

而對孩子來說，看著父母時常因她而吵架，小小年紀卻已常反覆經歷「自責」的情緒，並且手足無措、好像怎麼做都不對。

幼兒園的老師屢次在小女孩的童言童語裡，感覺到有些不對勁，終於鼓起勇氣，建議這對父母應該要尋求專業諮詢。

【孩子的媽：在「自卑與超越」腳本下長大的孩子】

與這對父母深談之後，對於他們對孩子的愛與關心，我絲毫沒有懷疑，也相信他們都真心希望孩子能夠成長得很好。

但憑藉著在親職教育上的工作經驗，以及近年來對於「原生家庭成長經驗對個人影響」的關注，我也隱約嗅到：「為什麼夫妻兩個都對自己信奉的教養原則這麼堅持、不肯退讓」的原因。

原來，孩子的媽自小在家裡是個成就感很低的孩子，相較於其他手足的表現優秀與突出，媽媽與哥哥姊姊常笑她「妳怎麼這麼笨？連這麼簡單的也不會。」所以她顯得相當沒有自信，成長過程裡不斷想證明自己並不比其他兄弟姐妹差。也因為從小自我價值感低落，從原生家庭感受到的否定與傷害遠大於愛，所以與原生家庭的關係很疏離。

在自己有了孩子以後，她無時無刻不期盼女兒能夠贏在起跑點上，不會被人嘲笑、看不起，所以時常焦慮於孩子學太少、學太慢，卻渾然忘記：女兒，不過才四歲。

「妳的一生，不斷在『自卑與超越』的生命腳本中打轉，已經夠辛苦了！面對幼時的成長環境，妳也許沒得選擇，但是妳的孩子還有得選擇，而且選擇權目前就在妳的手上，可以有機會不同。妳確定還要繼續把同樣的腳本複製貼上在孩子身上、讓孩子跟妳一樣辛苦？」聽完我這段話後，她已紅了眼眶。

【孩子的爸：幼時成長歷程的遺憾，不希望孩子重蹈覆轍】

至於孩子的爸，其實成長歷程跟孩子的媽相仿，因為資質不好、所以求學過程很辛苦，時常以「比別人更大量地投入時間」換取「還可以的成績」，但因為每天固定的時間就這麼多，所以他只好「向睡眠搶時間」，時常熬夜唸書以補不足。自小就常常生病的他，把這一切歸咎於自己長期睡眠不足導致抵抗力太差。

所以當他有了孩子以後，立誓不要讓孩子跟他一樣忍受睡眠不足的辛苦，以及承擔長期犧牲睡眠後可能需付出的代價。

夫妻倆人，相似的成長經驗，但發展出來的生命腳本與個人議題迥然不同，而且差異之大超乎他們的想像。他們至此也才驚覺到：原來，比起「教養原則的對錯之爭」來得更重要的是「回到自己身上去覺察自己這些原則是怎麼來的？又為什麼這麼牢不可破？」。

【當遇到難解的教養差異時，記得回頭看看自己是怎麼長大的】

在推廣親職教育的過程裡，時常聽到父母親為了教養觀念上的差異而爭論不休，而且雙方都不肯讓步與妥協，結果孩子彷彿成了父母親教養觀念的「戰場」。

但我也時發現：當父母雙方反覆出現這樣的爭戰時，回過頭去探索各自原生家庭的成長經驗或學習歷程，往往都有跡可循，或多或少可以找得到「為什麼這麼堅持某原則」的經驗脈絡。

教養孩子的過程裡，我們總是花很多力氣在學習「好的教養方法與策略」、努力設法改善問題，這是必要的，毋庸置疑。

然而，如果父母親能夠花些時間，對於自己源自於原生家庭的個人議題能夠再多些覺察與探索，並且反思這些議題對我們在教養孩子過程產生哪些影響，據以修正，或是必要時尋求專業協助，也可以幫助我們疏通卡住的地方。

特別是，在親子衝突越大、教養上卡關越嚴重時，卡住的關鍵往往不是在「教養策略與方法」，而是在「操作這些策略與方法的人，卡在哪？」