

現代父母如何做好家庭經營

高雄縣國小教師

陸建國

34-37

壹、前言

家庭經營的成功，首在於夫妻關係的融洽所帶動的和諧家庭環境氣氛，及父母教養觀念的成長。夫妻之間、親子之間可以意見不同、可以發洩情緒，但彼此學習良性的爭執與理性的溝通，才能以愛化解責罰，將衝突的阻力化為增進了解的助力。本文就婚姻的經營、理性的爭執與溝通和子女的管教等方面作為探討，期能對現在的家庭有所助益。

貳、家庭的重要性

家庭是兒童最早接觸的環境，家庭生活的經驗對兒童的行為發展影響很大（註1），父母是兒童最好的老師，如果兒童能在穩定和諧的家庭中成長，父母提供良好的成長環境，使兒童具有安全感及自信心，個人的潛能必將充分的發揮（註2、3）。

參、家庭的經營理念

（一）婚姻經營

當國內出現低結婚率、高離婚

率、晚婚、不孕伴隨而來的便是低出生率。因生育率下降，每個家庭的成員數目逐漸減少，想藉子女以作為感情維繫以及未來的經濟期望已逐漸消逝，其實婚姻不過是一張契約，唯有真正情感的交流，務實的共同生活，心甘情願的相互扶持才能持續，而這些並不是與生俱來的，可以透過學習和體驗來增強能力，要用心經營婚姻生活並不容易，除了夫妻之間的問題，還有常見的婆媳關係、妯娌相處、家庭經濟、子女教養等困難。但基本上只要夫妻能同心，堅守婚約誓言，這些問題並非無法解決的。以下提供四個原則提供給大家作參考：

- 1.正確的了解對方心意，切勿自我臆測又自以為是。
- 2.有目標的溝通，清楚表達自己的想法與意見，不可模糊不清又要求對方應該知道才對。
- 3.放下批評的態度，多用讚美鼓勵的方式。
- 4.承擔起個人的責任，用心經營夫妻關係。

最後，鼓勵大家在遇到問題時，要勇於求助，現在的精神醫療及婚姻

諮商之專業人員，可以給大家一些意見與提醒，何妨一試呢？

（二）經營家庭基石—良性溝通

- 1.『溝通』是爲了要『了解』家人，所以正向溝通的經營是要做個快樂說話者與傾聽者，笑容是溝通的基本公德心，經營出不急著批判的談話環境，也不排除任何的話題。
- 2.衝突也是一種溝通，在家庭互動中不可避免，但如何學習在衝突中放棄防衛、講真話，體認人與人之間沒有完全的不公平，並尋找適當的情緒出口，都是有效的經營衝突及轉化爲家人彼此成長的契機。

（三）學習懂得家人的需要

『需要』不等於『問題』，協助家人抒發情緒、化解衝突，滿足家庭的每一個分子「心理」與「關係」的需要，家庭是家人需求相互滿足的場所。

（四）經營家人的親密感—家庭儀式的塑造

家庭儀式是家庭生活重心，藉由慶祝生日、結婚週年紀念日或渡假、家庭團聚和時令活動等儀式，我們可以玩樂，可以探索與豐富生命的意義，重新建立家庭關係，增進家人的

親密感，使生活再度活潑起來（註4）。

（五）理性的爭執

- 1.對事不對人：例如先生晚歸，做太太的宜用擔心的口氣詢問原因，而非疑問語句或命令說明口氣，否則很容易造成盲目的衝突發生。
- 2.不爭對與錯：夫妻是各自獨立的個體，常因見解觀念不同而有所爭執，也許表面上贏了，但實際上確輸掉了親人之間的情愛。
- 3.千萬不要和對方一起情緒化：當一個人在怒氣高漲時言語是帶刺而不理性的，這時不妨先離開現場使場面冷卻下來。千萬不要受對方言語挑釁而隨之起舞。
- 4.不全盤否定對方，或是做人身攻擊：在用語上「不貼標籤」，如「你總是…」、「你老是不關心這個家…」、「你從不關心孩子…」等全盤否定句，讓對方下不了臺。其實吵架、爭執主要是把彼此的看法說清楚，而不是要把對方擊倒（註5）。

肆、父母教養子女方式

父母教養在子女的社會發展上一直扮演著塑造的角色，而且是長久以來社會學家關注的焦點（註6）。家庭是個人在一生發展時期的重要場所，在親子之間長期的互動過程中，父母是子女重要的認同楷模，其思想、行為、態度都可透過教養方式傳達給子女，且子女的行為深受其所知覺的父母行為所影響（註7）。

父母教養方式依感情層面和行為層面歸納如下列四點：

（一）營造溫暖且具親密互動的家庭氣氛

建構溝通良好的家庭，當是父母親責無旁貸的責任。父母之間抱怨、相互指責等爭執的現象越嚴重時，子女在家庭生活上的困擾亦隨之升高。若父母能營造溫暖且具親密互動的方法，參加推動家庭功能的相關活動，例如婚姻關係成長營、夫妻溝通成長團體、親職座談等等，皆不失為減緩青少年不安感受的方式。

（二）適度地與子女溝通父母兩人的婚姻關係

父母可適度地將家裡發生的事坦白地與子女溝通，不僅可降低子女的疑慮與煩憂、增加親子互動，更可讓

子女學到理智面對兩性相處之道。

（三）正視不同性別子女之困擾層面，並予以同等對待

父母若能同等對待家中不同性別的每一份子，提供青少年子女自由表達的機會，正視並接納其內在需求，身教和言教並重，彼此的互動關係才有機會改善，青少年的困擾方有減緩的可能。

（四）暢通與青少年子女的溝通管道，並在子女處理事情時給予信任和支持

當青少年感受到父親與母親不願瞭解自己在課業、休閒、交友、生活作息或溝通等方面的想法，或甚至予以懷疑時，青少年的心理便容易對親子互動或父母的管教形成不平衡的狀態；而父母越是尊重子女的自主性，給予適度的自由，青少年的家庭生活困擾也就越低（註8）。

伍、結論

導正社會風氣，根在家庭。要從家庭生活，倫理禮節做起，父母要教會孩子誠正是非（註9）。健康家庭的型塑有賴於父母對子女的教養態度、家庭成員間彼此的相處關係、父母感情狀況、父母個人行為等，都會對兒童日後的身心發展造成影響。父母之

間婚姻關係越親密與和諧時，子女在家庭中的困擾便越低。正由於父母溝通良好的狀態，在教養青少年上實扮演著互為支持系統的角色，會深深影響子女對家庭與對社會的信念、生活態度及兩性價值觀。若青少年能從父母身上學得與他人做好雙向溝通之觀念，必定有助於其在自我能力、情緒穩定、家庭生活、學校生活與人際關係等方面效能之提高。家庭因素對青少年的影響是比學校和社會來得深刻及長遠，做為現代父母怎能不好好學習、經營呢？

附註

- 註1：Craig, G. J. ed. . Human development (Englewood Cliffs. N. J. : Prentice-Hall, 1976) .
- 註2：王鍾和，「家庭結構、父母管教方式與子女行為表現」(國立政治大學教育研究所，博士論文，民84)。
- 註3：陳英豪、何華國和李梵娟，「資賦優異班教師與家長之教育態度調查研究」，國立台南師範學報 1期 (民80)，頁51-78。
- 註4：楊尚儒，「婚姻的差異性是『慢慢會改』亦或『慢慢習慣』？」(檢索日期：民國94年10月1日) (<http://www.webhospital.org.tw/essay/essay.html>)
- 註5：劉焜輝等編，伴我成長親職教育家長手冊·第一輯 (臺灣省：省政府教育廳，民94)，頁6。
- 註6：Pettit, G. S., Bates, J. E., & Dodge, K. A., "Supportive parenting, ecological context, and children's adjustment: A seven-year longitudinal study" Children-Development, 68 : 5 (1997) , 908-923.
- 註7：金惠梅，「國小學童父母情緒智力、管教態度對其子女人格適應的影響」(中國文化大學兒童福利研究所，碩士論文，民86)。
- 註8：劉淑媛，「父母教養方式與青少年行為困擾之調查與訪談研究」(國立成功大學教育研究所，碩士論文，民93)，頁5~6；頁119。
- 註9：證嚴法師，「心室效應他你我」，天下雜誌 324期 (民83)，頁258。