



現代家庭的新家人關係

國立空中大學生活科學系兼任講師 蘇森永

原來，那個讓主角有很多不解與偶爾不耐的叮嚀—媽媽的「嘸通」，早已深植主角的內心。

「直到當了爸爸，才明白媽媽的『嘸通』，都是對平安的執著」，這是農曆七月的應景廣告，「嘸通」是這個家庭的隱藏規則。家庭是一個規則管理的系統，因此有許多管理的規則，這些規則中，有些是公開的，如：子女們應該在幾點鐘之前回家；有些規則是隱藏的，雖不說，但家人都知道，如：小孩「有耳無嘴」（周麗端，2016）。廣告隨著主角的成長歷程展開，女兒一句：「爸爸，什麼時候去海邊玩？」，在主角的媽媽喊出「咍！」時，他搶先說出：「嘸通，七月是什麼時候，嘸通玩水。」，媽媽的欣慰神情與主角的覺察表情，說明了世代互動的家庭規則，原來，那個讓主角有很多不解與偶爾不耐的叮嚀—媽媽的「嘸通」，早已深植主角的內心。廣告中的親子互動，有人會提出質疑：看似媽媽的關心，有時會不會是「情緒勒索」的包裝？走在家庭教育路上，我們相信的是：主角與媽媽親子情感銀行裡的愛的存款應該十分豐厚，不然，怎禁得起一味的「嘸通」！

伴侶關係是婚姻家庭的主體

家人關係是要經營的。在現代家庭的互動倫理中，親子相互關愛與子女主動的文化反哺、夫妻互惠與平權的關係、合作與友愛的手足關係（周麗端，2016），都是現代家庭需要學習的課題。家人關係是從「親密」開始發展的，這是與生俱來的，但卻不是自

然就會好。親密關係需要不斷地努力經營，親密感才會愈來愈好。家庭是孩子建立「親密感」的開端。伴侶組成婚姻家庭後，當第一個孩子出生，兩人便進入了家庭生命週期的擴展期，也就是所謂的「共親職時期」。孩子的出現可能會影響到伴侶關係。很多伴侶將孩子的成長視為婚姻家庭的首要任務，有了孩子，卻忘了關照另一半，致使孩子成了影響兩人關係的「隱形第三者」，加上生活與經濟的壓力，常常會讓伴侶關係陷入緊張。當伴侶關係不穩定時，首當其衝影響的是親子關係。辦理新婚教育時，我們總會不斷地提醒伴侶們：「成為伴侶之後，才是戀愛的開始」、「婚姻家庭優先，感恩原生家庭」和「穩定的伴侶關係是給孩子的最大祝福」。婚姻家庭是孩子的原生家庭，也是他們安全感與親密感的源頭，而伴侶關係是婚姻家庭的主體，唯有穩定的伴侶關係，親子之間才可能有健康的關係。

「陪伴」是共親職的重要功課

現代的親職角色要隨著孩子的成長階段不斷更新。父母陪伴孩子的時間會隨著孩子的成長階段而改變，大致可分為四個階段：新手父母階段、家有學齡前兒童階段、家有學齡兒童階段和家有青少年階段，每個階段都有不同的發展任務。「陪伴」，是共親職時期共同且重要的議題。孩子的成長只有一次，不會有第二次的機會。大家都期待孩子





是帶著我們的祝福來到這個世界，所以，我們教養孩子絕對不是爲了生氣而來。讓維護孩子最佳利益的主張不再是口號，將其化爲行動，這將是身爲父母的最大善意。陪伴孩子一起成長吧！

全家共讀 同樂 一起動一動

3C產品是現代家庭生活不可或缺的工具。家人之間的互動，似乎已被3C這個「虛擬的第三者」制約，不時地查看手機的「紅色警示」。通訊軟體的貼圖十分便利，感覺也簡單易懂，但如果想把關心的話語說得更清楚些，家人可能要多花些時間，讓彼此的互動多些溫度。3C是一股擋不住的浪潮，可否讓3C爲家庭生活加分，是大家可以思考的議題。教育部自民國105年開始提倡「善用3C，幸福3T」—全家共讀、同樂、一起動一動，同時，也建置了三個可以讓家人互動更有技巧，並增進家人感情的網站：iLove戀愛時光地圖、iCoparenting和樂共親職和iMyfamily愛我們的家，期待透過學習的連結，讓3C不再只是影響家人關係的壞東西，而是可以善用它、親近它，讓它成爲家庭的有利資源。

學習 讓我們更相愛

瞭解家人和關懷家人，是每一個人都要學習的功課。世界的腳步愈快，心要愈靜。家人的關係可能隨著環境的刺激而改變，但家庭的功能與價值是我們必須守護的，如果可以讓家人關係有更好的可能，我們都要試著努力。不管家庭如何變遷？科技如何進步？家人關係互動的基礎：尊重與瞭解，始終都要放在最前面。學習，是家人關係的加油站。努力更好的自己，爲了愛，我們要不斷地前進，讓家成爲學習型組織，家人的關係將更會更加親近。

善用「愛之語」

想要有良好的家人互動，其實，是有辦法的。善用Gary Chapman的五種「愛之語（love language）」：肯定的言語、精心的時刻、貼心的禮物、服務的行動和身體的接觸，透過「愛的語言檢測」可以清楚自己和家人可以感受到愛的方式，適當的表達情感語言，對於家人關係會有不錯的加溫效果。

「愛家123」一起來

忙碌的生活佔據了你大部分的時間嗎？再忙都要和家人說說話。每天找「1」個時間，和家人分享一天生活中的「2」件事，分享後，給家人「3」個鼓勵或「3」分鐘的擁抱，這就是所謂的「愛家123」。愛的行動要時時做、天天做，持之以恆，相信家人會因彼此的用心與投入，讓關係溫穩流長。

面對各式各樣的挑戰，家人關係很難不被影響。多元的年代，需要更多包容的智慧。喚醒家人關係的親密感，找回初始的感動，以愛爲出發點，點滴堆疊的家庭記憶，會讓家人關係的親密感與時俱增。新世代，新倫理，將心動化爲行動，保持家人互動的彈性，一起做個可以隨時「update」的現代人吧！

參考書目：

王以仁、周麗端、吳明燁、利翠珊、陳富美、唐先梅（2016）。婚姻與家人關係。臺北：空大。

