

作者：李維榕博士

刊登日期：2022年7月23日

原文刊載於信報財經新聞專欄<故事從家開始>

跨越三代家庭

很多鬧矛盾的夫婦都說：我們沒有其他問題，只是在管教孩子上面，才有不同意見。

管教孩子，真的是一個容易產生矛盾的領域。千萬別小看這個問題，從跨代家庭的理論而言，處理孩子所產生的瓜葛，可以牽連數代人的脈絡，成為一個跨越幾代人的矛盾鎖鏈。

這天我們就看了一個這樣的案例；一個八歲小男孩，還有一個六歲小妹。父母、公公婆婆也來了，都投訴孩子難教，尤其是小哥，讓他們完全無計可施，有趣的是，問題都是發生在家中。孩子對家人十分敏感，尤其注意母親的一舉一動。

母親欲言又止，眼睛老是向婆婆望去；很快就發覺，在這個家庭中，婆婆和母親才是主角。她們是母女，理應容易說話，可是不知何故，兩人之間好像存有一種別扭。表面上，大家都認為這是代溝問題，一代過於寵愛孩子，一代卻忙於管教，造成孩子無所適從。

代溝是無可避免的事實，難道不同時代的人就無法共存？究竟問題出現在那裡？

其實孩子的適應能力很強，如果大人沒有太多情緒糾葛，孩子一般都不會因為大人的教法不同而產生問題，反而會從中學到如何取巧。米蘭的家庭治療大師 **Boscolo** 就曾經說過：「如果是家中人人都一致，孩子完全無計可施，才真的要憂鬱起來！」

孩子需要兩樣東西：一是全家人都安泰所帶來的安全感，二是適當的心理空間學習處理自己的問題。

因此，三代或三代以上的家人一同生活，最主要的是每一代人都心安理得，就會代代安康。相反地，如果任何一代存有解決不了的糾結，很容易就會在其中一代，尤其孩子一代出現問題。道理很簡單，因為家庭是一個會把每個人都拴在一起的系統，源於一種歸屬感、一種情緒交流。所以在我們的三代家庭評估，會量度每一代人對上一代人的生理反應。先是孩子對父母的反應，然後是孩子父母對他們自己父母的反應，包括心率速度、皮下體溫、及手汗分泌，從而探索每一代的相互關連。

當我們量度這孩子的時候，發覺男孩對父母的反應十分強烈，每次母親出現情緒不安，他的心率和汗線就產生大變化。同樣地，孩子母親對自己父母的反應也十分劇烈。

公公婆婆的一代，經歷過他們那個時代的歷史動盪和變遷，現在應該是安享晚年的時候。但是老爸卻心中苦悶、鬱鬱寡歡，老媽與丈夫格格不入，滿腔情懷無從舒解，變成絮絮不休的獨白。

他們的對話尤其耐人尋味：

老媽：「你不要老是發脾氣，動不動就罵人...」

老爸：「你不要嘮叨不停，我就不會罵人！」

老媽：「你這兇巴巴的，孫兒們見了你就怕...」

老爸：「怕什麼？他們都喜歡靠在我身上，是他們欺負我才真。」

老媽：「我們都活了一把年紀，有什麼是過不去的，還有多少時間？應該活在當下，享受人生大好風光...」

老爸開始看手機，完全不理會老媽。老媽繼續源源不絕，追着老爸說個不停。她說的每一句話都很對，但是聽起來卻讓身邊的人完全受不了。尤其是她的女兒，心率一直在加增，有時達到每分鐘一百九十多下。她解釋說，這是因為從小就習慣聽着父母這種對話，一來知道老媽是說一套做一套，二來擔心老爸忍不住就會爆發罵人。其實老爸這次並沒有如期發作，甚至不受干擾的專心看手機，反而是女兒忍不住連神經系統都不斷對老媽作出反應。

這是一個我在臨床工作中常遇到的現象；如果孩子長期在父母的怨懟中成長，長大後那種經驗仍然深藏在自主神經系統中，遇到同樣情境時就會作出預料中的猜測，讓自己不由自主地焦慮起來。母親的焦慮，很容易就成為孩子的焦慮，上一代的矛盾，就是這樣潛移默化地一代代傳遞下去。

母親說：「自少看着父母這種不愉快的婚姻狀態，我一直提醒自己千萬不要重蹈覆轍！可幸找到一個可以支持自己的丈夫！」

過去的不幸，的確可以從新家庭的支持下獲得療癒。但是母親必須醒覺自己仍然重重地受着原生家庭的互動模式所牽動，要把自己從上一代的母女糾纏抽離出來，才有機會與自己的伴侶建立新氣象。她的丈夫理應是一家之主，如果被邊緣化，就很難發揮作用。三代同堂，關鍵在於中間的一代，因為他們負有承先啟後的任務，否則就會失去功能。當上兩代人心平氣和地交流，兩個孩子就很配合地靜靜聆聽，完全沒有出現報導中的行為問題。

看了這個家庭，一位同工十分感慨地分享：「我就像那年輕母親一樣！多年來一直不明白為什麼自己與老媽愛恨交織，現在才明白那三代相連的根源！」

可見家庭關係，對任何人都有想像不到的重大影響。因為我們不是孫悟空，不是從石頭蹦出來的，即使有孫大聖的本領，也離不開家的五指山。教育孩子，最重要的還是趕忙建立一個代代安寧的好氣氛！