

Having a place to go — is a home.

Having someone to love — is a family.

Having both — is a blessing. —Donna Hedges

能夠擁有和諧美滿的家庭關係是一份祝福。要在生命中建立這份祝福，便要從最基本開始守護。

正向夫婦關係的重要性

很多時「婚姻年資」比較長的夫婦都容易覺得與伴侶的關係失卻「戀愛的感覺」，甚至要經常面對與日俱增的爭執，子女出生後情況尤甚，很多時子女便會成為夫婦關係的「調解」。然而，這絕非一個合宜的方式處理夫婦之間的問題。要令子女在充滿愛的環境中健康成長，便要維繫健康的夫婦關係，健康關係不代表在相處中完全沒有不咬弦的情況，而是如何共同跨越這些婚姻的障礙，令關係更穩固，子女便自然能在父母的愛中建立正面健康的身心發展。

夫婦關係持續地出現衝突，伴隨的負面情緒容易增加與子女關係的矛盾與衝突，當子女在缺乏溫暖及充滿焦慮的環境中成長，更易經歷被拒絕，容易出現自卑感。另外，婚姻關係欠佳，會令子女對兩性及父、母的角色產生負面的印象，令他們對與異性建立親密關係、甚至婚姻關係失去信心，如在婚姻關係中出現暴力或虐待的情況，嚴重者甚至會覺得為要逃避像父親或母親一樣因婚姻關係欠佳而要承受痛苦，而不願扮演與自己相同的性別角色，引致性別角色混亂，影響將來與人建立(親密)關係。

孩子問題 其實是夫婦問題？

常聽到夫婦衝突好像都源自子女的問題，但原來很多時候，子女只是家庭問題的「代罪羔羊」。當夫婦關係出現問題而又不知道如何解決時，最好的逃避/處理方法就是把焦點指向「問題子女」的身上，當要花大量的時間與精力「處理」

子女的「問題」(如：自理 / 學業 / 行為 / 交友問題等) 時，便可以忽視夫婦關係原本的問題。夫婦會認為當「問題子女」的問題得到解決時，便能解決一切，而作為「代罪羔羊」的子女亦要承受來自父母關係或家庭的羞愧，令他們在成長的過程中質疑自己的價值，甚至深信自己就是引起父母衝突的「罪人」，有機會引發對自己感到羞愧的感受，容易導致情緒、行為問題(如：抑鬱、焦慮、酗酒、濫藥、性沉溺等)。

家庭治療師Salvador Minuchin指出，關係糾纏(enmeshment, 圖1)是一個家庭結構的常見狀態，出現於家庭中的兩代(即父母與子女)之間，也特別易於出現在相反性別的子女身上(即母親對兒子、父親對女兒)。這是指到關係糾纏的父母，過分照顧子女而令他們難以建立自己的身份意識、難以獨立發展甚至缺少自決的能力，與子女相關的事情都要經過父母的「檢視」與「批核」，長久會令子女過分依賴父母，難以與家庭以外的人建立關係。

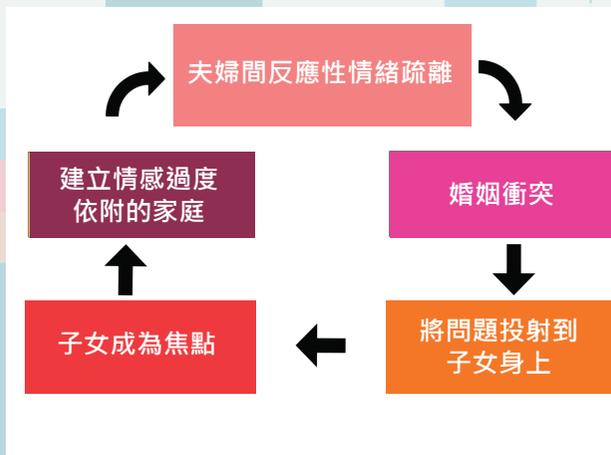


圖1：家庭結構中的一種常見狀態——關係糾纏(enmeshment)。

是維繫關係，還是破壞家庭的結盟？

如此可見，子女的身、心、社、靈各方面的成長都受著父母關係的質素而影響。但很多時父母非但未能察覺，更甚的是把子女拉進戰場中，令家庭中的結構、角色及功能變得更複雜。家庭結構最常見的問題就是出現結盟(coalition)的情況，舉例：如夫婦之間出現問題，很多時母親會傾向尋求子女的同情，希望他們與自己連成一線對抗父親；或者出現三角關係(triangulation)。簡而言之就是當二人關係面臨不能解決的問題時，一方或雙方都會尋求其他人的同情；如那位被尋求的人長期地介入，便會形成三角關係，當未能找到合適的人，或會以其他興趣或活動代替或逃避處理問題，這同樣能造成三角關係的局面，如當夫婦關係出現問題，而其中一方選擇以沉迷電玩去逃避正視問題。

當衝突出現時，很多時都涉及權力鬥爭(power struggle)，而子女往往首當其衝，成為權力衝突的磨心。更甚者是當子女意識到自己的行為或情緒問題可以令父母的注意力放在自己身上，而減少他們之間的衝突，子女亦會願意擔任這角色。當父母未能察覺因夫婦衝突而引伸的家庭問題時，便很容易掉進家庭功能失衡的漩渦中。



正向夫婦關係 有助子女成長

家庭結構及功能既複雜而且緊扣，健康的家庭模式是夫婦關係親密，與子女有適當的界線，不會讓親子關係取代伴侶的關係，子女對父母有適當的尊重，夫婦對教導子女有一致的共識。但很多時家庭成員中出現不同的結盟、三角關係、權力鬥爭等，便會引致家庭關係出現很大的張力，甚至令某些家庭成員抽離 / 疏離(disengage)於家庭系統中。

研究調查顯示，夫婦關係的質素良好，能持續並正面地影響孩子與家庭的發展，包括：孩子的行為表現、社交能力、學習情況、情緒表達、親子間之溝通等。^{1,2,3,4}亦有研究指，夫婦關係愈好，子女對婚姻的態度愈正面，並且預期他們將來會有較優質的婚姻關係。^{5,6}

既然夫婦關係對子女在成長階段中能否建立正面及合宜的價值觀、自我形象、解難能力、情緒表達、甚至對未來親密關係的建立都有十分重要的影響，可想而知，如夫婦關係惡劣，經常吵鬧，這樣的原生家庭便會塑造了孩子對兩性關係的認知、在解難的方式、情緒管理、自我形象的建立等等都會帶來負面的影響。

家庭的相處模式會塑造孩子處理問題的方法，當他們在成長過程中遇到相類似的情況，會透過再現(reenacting)、重複(recapitulating)及內化(introjecting)再次展現從原生家庭中所學到的解難方法，如果夫婦關係的相處模式不理想，子女日後亦可能會重複這種不理想的模式。

references

- 1 Gerard, J. M., Krishnakumar, A., & Buehler, C. (2006). Marital conflict, parent-child relations, and youth maladjustment. *Journal of Family Issues*, 27(7), 951-975.
- 2 Harold, G. T., Aitken, J. J., & Shelton, K. H. (2007). Inter-parental conflict and children's academic attainment: A longitudinal analysis. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 48(12), 1223-1232.
- 3 Quinn, J. (1999). Where need meets opportunity: Youth development programs for early teens. *The Future of Children*, 9(2), 96-116.
- 4 Hair, E. C., et. al. (2009). Parent marital quality and the parent-adolescent relationship: Profiles of relationship quality. *Marriage and Family Review*, 45, (2-3), 189-217; Orthner, D. K., et. al. (2009). Marital and parental relationship quality and educational outcomes for youth. *Marriage and Family Review*, 45(2), 249-269; Kaye, K., et. al. (2009). Parent marital quality and the parent-adolescent relationship: Effects on sexual activity among adolescents and youth. *Marriage and Family Review*, 45(2-3), 270-88; Hair, E. C., et. al. (2009). Parent marital quality and the parent-adolescent relationship: Effects on adolescent and young adult health outcomes. *Marriage and Family Review*, 45(2), 218-248.
- 5 Cunningham, M., & Thornton, A. (2006). The influence of parents' marital quality on adult children's attitudes toward marriage and its alternatives: Main and moderating effects. *Demography*, 43(13), 659-673
- 6 Amato, P. R., & Booth, A. (2001). The legacy of parents' marital discord: Consequences for children's marital quality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81(4), 627-638.

地址：九龍荔枝角長裕街8號億京廣場11樓1105室

電話：2768 4204

傳真：2743 9780

電郵：info@truth-light.org.hk

網址：www.truth-light.org.hk

facebook：

<https://www.facebook.com/Soc.of.TruthLight>

夫婦 衝突 對子女成長 的影響

