

# 夫妻如何演好對手戲？

文／許芳菊



好的婚姻品質，是孩子能夠得到好教養的關鍵，不論是好爸或好媽，都得先從好夫妻做起。二〇〇七年，台灣離婚率已高居亞洲第一，平均每天有一百七十七對夫妻勞燕分飛。同時，台灣的生育率降到世界最低，平均每位婦女生育子女數只有一·一人。高離婚率、低生育率的警訊，除了反映出台灣大環境對家庭的支持不足，也反映了現代夫妻相處與養兒育女上遇到重大挑戰。

許多研究都發現，婚姻品質良好，孩子的發展會比較正向。弘光科技大學幼保系助理教授趙蕙鈴指出，這是因為懂得經營婚姻的夫妻，他們的觀念、言行、舉止對孩子都是最好的身教。更重要的是，他們能創造和諧的家庭氣氛，這對孩子的人格發展有關鍵影響。

因此許多專家都提醒，要男人當一個好爸爸，一定要先從當個**好丈夫**做起。

而好爸爸還需要有好媽媽跟他演對手戲才行。師大人類發展與家庭學系副教授林如萍指出：「一個人的角色絕對是配合演出的，因為是一台戲，爸爸的角色絕對受到媽媽互動的影響，所以婚姻品質是共親職的前提。」

## 夫妻共親職，爸媽是個 team

所謂共親職（co-parenting），是指夫妻能共同分擔照顧、教養孩子的責任，爸爸不再只是有空才來協助媽媽照顧小孩的幫手，而是和媽媽形成一個親職同

盟。夫妻能夠成爲一個 team，各自發揮爸爸媽媽的優勢教養孩子，給孩子最好的影響。想要做好共親職，包括夫妻兩人要能互相支持、溝通合作、彼此尊重。

### 爸爸別把教養責任全丟給媽媽

要建立愉快的親職同盟，男人首先要去除的盲點，就是別把教養的責任全丟給媽媽。經常在各地舉辦親子與婚姻關係講座的趙蕙鈴，有次演講會後，一位爸爸跟她說：「孩子不好的時候，我都會去怪太太，太太就會生氣，不跟我講話。」

另一位爸爸則說：「我從來不跟我太太溝通孩子教養的事，我覺得我已經做好父親的事了，可是太太永遠覺得我做得不夠。」

趙蕙鈴發現，這幾位爸爸共同的盲點是，都認爲教養孩子是太太的責任，他們偶爾幫幫忙就好。這種心態上的落差，常常成爲夫妻口角的原因。爸爸覺得自己在管教上無法著力，根本的原因其實是對父親角色的認知與夫妻溝通出了問題。

夫妻要能愉快的共親職，得先拉攏另一半的心，而不是把責任推給另一半，有問題的時候，夫妻才會站在同一陣線，互相討論怎麼做才好，而不是互相責備。

### 媽媽別當守門員

要做好共親職，除了爸爸心態要調整，媽媽的角色也很重要。國內外研究都

顯示，男人能否成為好爸爸，妻子很重要。

如果妻子希望丈夫成為好爸爸，要提醒自己：「千萬別當守門員」。

爸爸做家事或照顧小孩時，媽媽常會貶損他，罵他「笨手笨腳」、「會寵壞孩子」、「讓我更難教導」等等。師大副教授林如萍提醒，這些貶損爸爸的言行，等於把每個好球都擋在門外，讓爸爸無法積極參與教養。

共親職的第一個要訣，就是肯定對方的重要性。不管他做什麼、做得如何，爸爸只要願意動手做，媽媽就應該表示支持。就算不同意或不支持都應該私下溝通，避免當著孩子的面批評對方。爸媽之間互相尊重，不但能讓孩子在充滿安全感的環境成長，也讓孩子感受自己被接受、被尊重。

找出共同的教養目標，各自發揮影響力

共親職的另一個挑戰，則是爸媽要能找到共同的教養目標，避免教養不同調。調查，超過三成的爸爸覺得自己和太太的教養觀念不一致，嘉義大學家庭教育與諮商研究所教授張再明認為，這個數字凸顯了親職教育的迫切必要性。教養觀念的差異，如果沒有做良好的溝通妥協，往往成為婚姻與親子關係隨時會引爆的地雷。

趙蕙鈴提醒，夫妻教養子女時，應該先有共同的目標，再各自發揮擅長的教養影響力。例如在她家，爸爸做了什麼決定，媽媽一定支持。媽媽如果對孩子說了什麼承諾，也會趕快讓爸爸知道。「如果夫妻沒有共識，在教養上各做各的，往往會互相減分。」趙蕙鈴提醒。

是親密夥伴，也是親密愛人

暢銷作家侯文詠曾有趣的比喻「男人結婚前是動物、結婚後是植物，有了孩子之後是礦物。」

版畫家侯俊明剛當父親時，也曾經歷過：「原來的親密愛人不見了，家裡多了一個媽媽」的失落期。

夫妻在教養子女上是同盟、是夥伴，但也別忘了更是彼此的親密愛人。多位專家提醒，別因為忙著照顧孩子而冷落對方，或忽略了持續經營兩人的關係。研究父職角色多年的張再明，建議夫妻應該一起討論照顧與養育孩子的責任，但也讓兩人都能擁有一點屬於個人的時間，不至於讓養兒育女的重擔壓得喘不過氣。

尤其很多媽媽沒有喘息時間，爸爸可以讓媽媽放個假，享受「今天不當媽媽」的假期。也可以給自己和小孩一段父子、父女的獨處時光，做些平常媽媽很少跟孩子做的事。

現在是奶爸的陳嘉佑也提醒媽媽，要能體諒爸爸，讓男人偶爾也去照顧一下他「心中的小孩」，去透透氣，不用一直委屈自己。

除了讓彼此有喘息透氣、放個「不當爸媽」的假期之外，不論孩子多大，夫妻也都可以巧妙的安排兩人共處的時間。趙蕙鈴經常和社區的爸媽「交換小孩」，有時孩子去鄰居家住幾天，有時輪到好友把小孩寄養給他們。孩子感覺新鮮有趣，爸媽也可以趁機去看電影、泡湯、喝咖啡，重溫兩人世界。

夫妻兩人扮演父母親的角色時，如果也能經常有機會為自己、也為兩人關係充充電，換換心情，必定能成為更好的教養夥伴。因為好的婚姻品質，正是好教養的關鍵。