



臺北市天主教光仁國小輔導資訊 2021 年 11 月

長輩老愛干涉孩子的教養問題 好困擾？掌握這六大關鍵

作者：陳志恆 諮商心理師

如果你和長輩同住，從孩子出生的第一天，不！是孩子打從娘胎的那一天起，就得面對長輩不斷在教養上面下指導棋的困擾了。

為什麼說是困擾？如果兩代之間的教養觀念不一致，勢必會發生衝突，這時到底該聽誰的？又因為父母是長輩，總是得禮敬三分，再加上如果時常需要長輩幫忙照顧孩子，再怎麼樣也是有求於人，怎麼可以不順著他們的意思？

於是，許多新手父母便處在進退兩難的處境。解決這個問題最好的方法，大概就是別與父母同住，但是，這未免太不切實際了！

教養的執行者，永遠是孩子的父母

好吧！如果非得同住一個屋簷下，或者時常會碰面，就需要正視這個問題。請先把一個觀念牢記在心——**你是孩子的父母，你就是孩子教養上的主要執行者**，而上一代只是顧問。所謂顧問，就是扮演參謀的角色，提供意見，但是否採納意見，或實際如何執行，得交由執行者來做最終決定。

所以，理想上的教養圖像應該是，祖父母分享過來人的寶貴經驗，而由年輕的父母共同思考與決定是否採納，祖父母則予以尊重並支持。你會說，你也想這樣，但理想終歸是理想呀！

我想請你思考的是，既然你的父母會干涉你對孩子的教養方式，是否也會干涉其他你人生中的大小事？像是，找什麼工作、在哪裡定居、婚配的對象、結婚的禮俗……等，答案應該是肯定的。於是，你總會覺得，你已經長大了，父母還要干涉你很多。沒錯，你的父母就是無法對你放手，還把你當成個孩子，所以，連你生兒育女的事情也不免要參一腳。

你不能要求長輩不干涉，但你可以決定不讓長輩干涉

面對長輩不時的亂入，你的態度是什麼？

長輩會干涉，就是會干涉。如果你的父母還沒有意識到你已經獨立成熟，難以對你放手的話，你只能接受「父母就是會出手干涉」。換句話說，你不可能要求他們不這麼做——他們一直以來都是如此，這是他們人生價值的來源。但是，他們的干涉會成功，往往是你讓步了，也就是，你允許他們干涉你對孩子的教養。

因此，你要做的，就是**明確地讓他們知道，你已經長大了，有足夠的成熟與智慧，去判斷如何教養孩子**。請堅定地告訴他們：「**我謝謝你們、也尊重你們提供的意見，但是否採納或如何做，請尊重與支持我的判斷。**」

即使你這麼說，長輩仍然會喋喋不休，處處想方設法介入，特別容易破壞你對孩子設下的界限與規範，甚至對你來個情緒勒索。這時，你也不需要與他們有過多爭辯，請**堅定地**再度將教養規範給建立回來，用**實際行動**讓父母知道，**你在孩子的教養上面自有一套原則**。

成為神隊友，支持你的另一半勝過你的長輩

為什麼我們難以抵擋長輩的干涉呢？有很多時候，**長輩的介入正反應出，伴侶之間的相處品質本身可能正亮起了紅燈**，也許是無法互相信任、難以互相支持、缺乏適切溝通，或者，逃避真正的問題。

當夫妻之間有了嫌隙，第三者就有了趁虛而入的空間，那個第三者，不是「孩子」，就是「外人」，不然就是「長輩」。當孩子介入夫妻關係時，便成了提早成熟或長不大的孩子；當外人介入夫妻關係時，就有了外遇的可能性（另一個外人叫做「工作」）；而當長輩介入夫妻關係時，就會過度干涉孩子的教養問題。

現在你明白，**家庭的核心就是你與另一半的關係，是不容許被介入的**。上一代不該介入下一代的婚姻，下一代也不該被捲入上一代的婚姻風暴中，**代與代之間都需要互相尊重**。

所以，請檢視你們的婚姻關係，**用實際行動支持你的另一半**。當婚姻中的一方，能在孩子的教養上感受到另一方的全力支持，**兩人擁有著一致的教養態度**，那麼，在面對長輩干涉的壓力下，也會越堅定，越能踩穩腳步，至少，壓力不會這麼大。

自己的父母自己搞定

面對長輩干涉的問題，最困難之處就在於下指導棋的人不是自己的親生父母，於是婆媳衝突的戲碼總是反覆上演著。所以，當長輩又在介入指揮時，千萬別讓太太獨自一人去與公婆奮戰，或者由先生自己去與岳父母對峙。

自己的父母請自己搞定吧！只有你最理解自己的父母，**你本該負起責任去做好溝通的工作**；就是因為你不夠堅定，放不手的長輩才會管到你的另一半去。雙方若能各自搞定自己的父母，便能專心一致地將更多心力放在孩子的教養上。

溫和而堅定，孩子都看在眼裡

對許多人而言，與長輩溝通教養觀念，是相當費力的。在這過程中，你得堅守立場，但又不能輕易動怒，因為他們是你的父母，你需要尊敬他們。你必須學會用「**溫和而堅定**」的態度去應對，就好像面對叛逆或不聽話的孩子，溝通的原則也是一樣——溫和而堅定。

千萬不要用貶低、輕視或責怪的語氣與父母溝通，因為，再怎麼樣，他們都是出於一片善意。更重要的是，**你如何與長輩互動，孩子都看在眼裡，未來也會用這種方式對待你**。你表現出的是尊敬的態度，孩子就學習到尊敬；你表現出的是粗魯無禮，孩子未來就會與你沒大沒小。

身教永遠大於言教，請記得孩子一直在觀察著。

最後，當有一天孩子長大成人，有了下一代後，**請退讓出位置，讓孩子自己主導教養孩子的事情**。你就做個顧問，在一旁觀察，適時提供意見，更多的是表達支持，當孩子的後盾，如此就好。

夾在長輩與孩子之間，該怎麼處理？

一般人最常遇到的，大概是長輩時常以愛為名破壞了父母為孩子設下的規範。例如，讓孩子多看電視、延長使用手機的時間，或者，拿不健康的零食給孩子吃——用這種方式表達對孫子的疼愛。你的困境在於，一旦規範被打破，就很難再建立回來，因為，孩子會拿阿公阿嬤當擋箭牌，讓你束手無策。

除了和長輩不斷溝通外，你仍然得用溫和而堅定的態度告訴孩子：「阿公阿嬤之前讓你玩手機，是他們對你的疼愛，你要感謝他們；但爸爸媽媽與你約定好的事情，你需要遵守。現在，請你將手機交給我。」

記得，**再怎麼火冒三丈，也不可以在孩子面前說長輩的壞話**，你可以帶孩子去體會祖父母的關愛，但仍得遵守父母設下的規範。自始至終，你的態度依然是「溫和而堅定」。

★作者：陳志恆 諮商心理師：

中華民國諮商心理師/美國 NLP 大學認證高階訓練師（Master Trainer）/心理療癒系列專題作家

★本文章轉載自愛心理網站：

<https://reurl.cc/GmLl9G>



感謝您的閱讀！祝福您闔家平安喜樂！