

甜蜜祖孫情 — 漫談祖孫相處

有句令人莞爾一笑的話是「有一種冷，是阿公覺得你冷」，或「有一種餓，是阿嬤覺得你餓」。冬天即使已經穿了三件甚至五件衣服，長輩還是怕孫子冷到；即使夏天，長輩看到寶寶穿得少，掛在嘴邊的俗諺「有六月天，沒六月嬰」，仍叮囑著要幫寶寶保暖；小孩吃飽跑去玩了，長輩怕孫子餓到追在後面餵，也是常見的景象。上述都顯示長輩疼孫的心情，怕他們冷到、餓到，另一方面也顯示傳統育兒觀念可能影響帶養孩子的方式。

和藹可親的爺奶形象

如同父親及母親與孩子互動及相處模式可能不同，長輩與孫子的相處模式也可能具有差異。常聽到父母說一句話「我小時候爸媽對我好嚴格，做錯事要嘛被罵要嘛被修理，怎麼現在他們待孫子完全不同，百般呵護與疼愛？」

這是因為人生不同階段的發展任務不同，艾瑞克森 (Eric H. Erickson) 的心理社會發展論定義人的一生各有不同發展任務，其中成人中期為精力充沛 (生產)，顯示在職場與家庭投入、實踐社會責任為父母的重要角色任務，忙碌的生活與教養責任讓父母有時

不得不扳起臉來扮黑臉；成人晚期也就是老年期，則為自我榮耀(統整)，事業儼然不是生活重心，放慢腳步隨心所欲，含飴弄孫是一些老年人退休後的生活寫照，正因為無須為了五斗米折腰、為事業衝刺，所以多出許多心理空間與耐性來慢慢陪伴孫子，重溫童真與親密的親子時光，也讓長輩感受到生命活力與傳承意涵。

後援因家庭而異，感情一樣濃密

有時候長輩是父母的強力後援或後勤部隊，不管是孩子突然生病需要接回看醫師，或是常態接送孩子上下課，長輩都是雙薪家庭投入職場維持家庭與社會經濟穩定的重要幫手，也可能是全職父母要維繫感情或與朋友聯絡情誼等放鬆時刻偷得浮生半日間的助力。更遑論疫情嚴峻時自北部開始停止到校改為居家上課時，父母因無法在家看顧而「北孫南送」的特殊景象。

然而，每個家庭情況不同，有的長輩有時間有心力照顧孫子，高齡化的社會中許多長輩仍有生產力或自己的生活規劃，所以有長輩年邁了還沒退休，或喜歡過著閒雲野鶴、遊山玩水的退休生活。因此，視小家庭的需求與長輩的興趣及餘力來決定祖孫的相處時間是重要的，核心家庭延伸至大家庭的網絡或緊或疏，都由家庭資源與家人動力形塑而成，不管長輩提供的協助多寡，若父方與母方的祖孫

之間都能保持聯繫、共享生活與共創珍貴回憶，不但父母與長輩內心平衡，小孩也能感受到家庭和諧與滿滿的愛，是成長過程最安全穩健的堡壘。

前線與後援的溝通藝術

有的父母對長輩帶養孩子的方式有不同想法，像是光給不給糖吃就可以掀起一番論戰，年輕父母因有文獻指出孩子吃糖導致過動或過敏的風險提升，故避免讓年幼的孩子吃糖或少吃；長輩則認為過去養育孩子時給孩子吃糖，孩子不也是好好地健康長大了。兩方論點看起來都沒錯，但要成功說服另一方有時並不容易，以下做法可供參考。

面對教養不一致，身為父母你可以這樣做：

- 溝通原則—和孩子溝通的同時，也告知長輩家中飲食的原則，請長輩配合，像是「我知道你疼小寶怕他下課肚子餓，但小寶吃糖過敏會變嚴重，所以盡量讓他吃水果當點心。」
- 控制環境—可將零食收到不透明的箱子或櫃子中，避免孩子看到吵著要吃。
- 替代方案—如果長輩仍難執行，可準備水果或健康食物當點心，讓孩子小餓時有替代食物吃。

- 維持本身的教養原則—如果溝通困難或餵糖情形尚在可接受範圍，可體諒長輩疼孫的心情，父母在場時貫徹不吃糖的原則即可。

面對教養不一致，身為長輩你可以這樣做：

- 維持教養原則一致—如果跨情境的要求具體明確且一致執行，孩子的行為控制力較好，情緒穩定度較高。
- 以其他方式滿足需求—觀察孩子討糖的原因（如：飢餓/煩躁/無聊），並提供相應回應（如：健康食物/情緒安撫/陪伴遊戲）。
- 建立新原則—若有困難以相同原則執行，則提供最低的糖果量，例如「每天最多一顆糖」。

允許不同人與孩子互動時有不一樣的相處模式，是父母的心理彈性，也是孩子鍛鍊適應力的好時機，同時也可以提供其他照顧者空間，讓他們決定如何與孩子相處，只要相處方式不對孩子造成傷害，祖孫互動的點滴會成為祖孫倆心中珍貴的回憶，爺爺奶奶的疼愛與包容，欣賞孩子的純粹，接納孩子的天真，用愛灌溉，在原始與柔軟的心田將長出親密又動人的祖孫之情。

臨床心理中心臨床心理師 陳思臻

NTUHF