

## 案例五

# 遠距相處零距離 婆媳溝通無阻礙



## 家庭故事

### 案例四

大雄和宜靜婚後就跟公婆同住，公公是個傳統男性，不喜歡小孩吵鬧，兩個孩子才6歲跟8歲，常常打打鬧鬧，也會為了看卡通跟公公搶電視，公公聽到就會大聲責罵小孩；大雄因為擔任工程師，常駐臺中，假日才會回家，平時婆婆雖然能夠幫忙照顧兩個孩子，但婆婆和宜靜的教養方式也確實不同，導致宜靜在家都是當黑臉管教孩子常規，宜靜也想當白臉疼孩子，但又怕孩子被寵壞，這樣的兩難讓宜靜覺得好崩潰~~

## 親職妙方

假日夫妻是在平時因為先生工作，而不能長期生活在一起，只有在假日或休息時聚集在一起的伴侶。這種關係模式，在現代的社會中越來越常見。假日夫妻的優點在於能保有自己的空間及獨立性，缺點則是遇到挑戰時，可能會有因為距離帶來的疏離感以及溝通問題。在這個案例中，還夾雜著和公婆同住，一起養小孩卻教養不同調的問題。遠距離婚姻中的共親職確實是一個挑戰，解決公婆同住在一個屋簷下產生的問題，也是一個敏感而複雜的議題。以下提供一些策略和方法，可以幫助緩解公婆同住的緊張關係，及提供有效地管理和增進親子關係。

## 關於離婚後的 修復之建議

- 1. 保持定期溝通：**使用視頻通話、語音消息或聊天應用程式，保持與伴侶和孩子的聯繫。定期的溝通能夠幫助維持情感連結。
- 2. 規劃喜愛活動：**即使身處不同地點，夫妻雙方也可以一起制定育兒計劃，包括教育、健康和娛樂活動。利用共享日曆協作安排重要事項。
- 3. 創造共同經驗：**定期安排虛擬家庭活動，比如一起看電影、玩遊戲或讀故事書，讓孩子感受到雙方的關注和參與。
- 4. 安排聯繫訪問：**儘量安排定期的實地探訪，無論是父母之間互訪還是孩子在某一方居住，這樣可以增強親子之間的聯繫。

## 關於離婚後的 修復之建議

5. **尋找支持系統**：尋找當地的朋友、家人或支持團體，幫助照顧孩子，讓孩子在缺乏一方父母時也能感受到關愛。
6. **保持教養一致性**：在育兒方面保持一致的價值觀和規則，這樣孩子在兩個家庭中都能感受到穩定性和安全感。
7. **持續定期反思**：定期與伴侶進行檢討，看看哪些地方運作良好，哪些需要改進，並適時調整計劃。
8. **善用科技資源**：利用應用數位科技來分享孩子的成長瞬間，例如照片、影片，讓另一方能隨時參與孩子的生活。

## 金句



分享個人及育兒的生活點滴，無論是簡單的日常還是小小的成就，這些都能讓你們的感情更加緊密。

## 關於婆媳溝通的建議

1. **專心傾聽及開放的對話**：安排一個時間，讓婆婆和媳婦都可以表達自己的想法和感受。保持冷靜，並避免指責。鼓勵彼此耐心傾聽，理解對方的立場。
2. **找出相同點及確定期望**：讓婆婆和媳婦分享自己對彼此的期望，以及對家庭的期望。尋找雙方可以共同遵循的價值觀或目標。
3. **安排共同活動及定期檢查**：安排一些共同活動，如一起逛街、運動、逛超市及做飯增進彼此的了解。定期檢查進展，討論目前的狀況和感受，及時調整計劃。

## 關於如何讓孩子接受新對象的建議

- 4. 尋求家人支持及專業輔導：**如果需要，可以請丈夫或其他家人協助調解，促進和諧。在情況嚴重的情況下，考慮尋求專業輔導的幫助。
- 5. 設定界限及培養耐心：**根據雙方的需求和舒適度，設定一些健康的界限，以避免過度干涉。改善關係需要時間，保持耐心和積極的心態，逐步建立信任。

## 金句



良好的溝通是建立在相互尊重和理解的基础上，努力去營造一個開放和支持的環境，會讓關係更加地融洽。

## 成為祝福



在遠距離教養中，鼓勵彼此保持聯繫，珍惜每一次互動，讓愛和支持跨越距離，成為孩子成長的力量。而在隔代教養中，尊重和傳承家庭的智慧，讓祖父母的愛成為孩子心靈的寄托。無論身處何地，愛的陪伴和鼓勵都是孩子成長最美好的禮物，願每個家庭都能在這份愛中茁壯成長。

### [延伸閱讀]

- [遠距家庭的教養新挑戰](#)
- [其實，婆婆不是另一個媽](#)