

2022年11月22日

## 兄弟姊妹常爭執 家長角色尤重要



撰文：家庭動力創辦人

婚姻及家庭治療師

兒童遊戲治療師 吳綺琴

近來接受遊戲治療的個案中，有好幾個孩子的情緒問題都與年幼的兄弟姊妹相處有關。但大多數的起源都不是甚麼大爭執，而是在細微的互動中，大家都在爭取母親的關注，比較彼此之間得到母親多少的正面回應，比較母親對誰的「愛」多一些！孩子的手足相爭，往往是因為對兄弟姊妹產生嫉妒，而藉機發洩不滿情緒。

確實，每個人都「偏心」，父母也如是。不論是先天的性格及後天的培育，都會令他們鍾愛某些表現及行為模式。若父母沒有深思這個問題，他們不會因為孩子都是自己子女而眼光突然變得開闊。

對於孩子的不同性格，父母或會對某些特質特別欣賞，某些特質較為抗拒，這是可以理解的。問題是父母必須對這種狀況有所意識及察覺，並讓自己先跳出狹隘的框架，讓自己在父母的角色中成長，增加自己眼界的寬度和闊度，並學習欣賞孩子性格的差異，從心底裡欣賞孩子獨特的優點，在日常生活中傳遞出去，讓孩子接收得到，能自我肯定，這樣才能避免手足相爭的問題惡化，令孩子產生不必要的嫉妒及猜忌。

在孩子年幼的階段，母親的角色尤為重要，因為母親與孩子的互動質素如何，對孩子的自我價值及安全感建立有關鍵性的影響。在最近這幾個個案中，不約而同地發現孩子家中都有一個活潑開朗、善解人意、喜歡表現自己，甚得大人及老師歡心的兄弟姊妹。在言談之間，筆者也看到母親在描述這人見人愛的孩子時那份喜悅及自豪，無怪個案中的孩子因性格較內向、寡言、害羞和謹慎，往往有被比下去的感覺。



有一位母親也意識到要欣賞兒子的能力，於是不斷讚賞他，但在性格上，卻不經意地鼓勵兒子以姐姐為榜樣，多表達和融入群體當中，但這實在非孩子性格的本質，令孩子會懷疑自己的性格一定是有甚

麼缺憾，不能得到母親接納。這種內在的傷痛，很容易化為孩子對姐姐的嫉妒情緒，令父母更覺得孩子對姐姐的態度無理，會更進一步令孩子不能走出這個負面循環。

筆者建議父母不要拿孩子來比較，對較內向、害羞、寡言和謹慎的孩子，多安撫他們：「你不需要強迫自己學哥哥一樣與小朋友玩，你靜靜地觀察已是一種參與，待你覺得安心時再出去玩也不遲！」或說「不是每個孩子都需要像姐姐那樣健談或喜歡在人前表演，媽媽喜歡你能按自己的意思，在你認為適當的時候表達自己便可以了。」



對情緒反應較大和行為較衝動的孩子，在安全的情況下，先聆聽他們，後才幫助他們糾正行為：「你的反應這麼大，要打哥哥，你心裡一定感到很憤怒，讓我聽聽你的感受好嗎？」父母有時候確實要處理孩子「爭些甚麼」，但有更多的時候，父母要做的是滿足孩子心理及情感的需要，肯定他們的本質，孩子自然能夠好好相處！