

親子同路



拼出幸福家



## 婚姻如探戈

一對中年夫婦來尋求婚姻輔導，他們都在教會成長，丈夫被教導要做婚姻及家庭的頭，加上是家裏老大，自然擔起大當家角色；太太則被教導要順服丈夫，加上是家裏最年幼，也自然配合扮演跟從者角色。他們認為只要固定在「一強一弱」互動模式裏，便能造就一個強健帶領的丈夫及一位賢良淑德的太太。他們沒留意到，在經年累月固定地跳着相互加強的舞步時，關係漸漸出現大傾斜：「強者愈強，弱者愈弱」，不自覺地慢慢踏上怨偶的路途上！

美國精神科醫生梅利·博域(Murray Bowen)創立一套關於人際關係的理論——「博域家庭系統理論」。他稱這一強一弱互動模式為「交互式功能失調」(Reciprocal Dysfunctioning)：夫婦通過其中一方功能失調或減退來處理關係中的緊張和焦慮，一位成為功能過高者：承擔家庭主要責任，控制大局，照顧和為配偶犧牲；另一位則成為功能過低者：放棄自己責任，愈來愈聽從配偶的決定和指導，愈發表現弱小和無助的形態。

這種模式表面看來好像只是一個太強一個太弱，但現實是兩者同樣都有困

難作長期及深層次的調整。博域醫生指，每個個體都被兩種互相抗衡的生命驅力所支配：連結性驅力與個別性驅力(Togetherness - Individuality Life Forces)。「連結性驅力」推動個體需求別人的支持、同意及關愛；同時亦會被「個別性驅力」驅使個體努力保持自己的獨特性、原則及發展自己的空間。

在安舒狀況下，兩種驅力可友善合作；但在焦慮下，會促使連結性驅力增強，傾向期望自己和別人在思想、行動和感受上相似，同樣也期望別人和自己在思想、行動和感受上相似。若讓焦慮情緒繼續高漲，連結性驅力便持續增強，導致彼此情緒上互相牽引和操控，關係變得糾纏不清。

那對中年夫婦因經年累月固定在「一強一弱」的互動模式裏，令焦慮逐漸累積在關係中，導致兩種互相抗衡的生命驅力失衡，最後連結性驅力持續增強，彼此情緒上便變得互相牽引和操控。故此，那對夫婦若能各自負責調整個人的焦慮，平衡兩種驅力，便能自然地良性影響配偶的情緒反應，如跳探戈舞時能自如地有時鬆開有時拉近，整個婚姻系統便能走上舒適的步伐了！

本欄由基督教宣道會北角堂家庭服務中心社工及輔導員輪流執筆；本文作者為戴惠嬋姑娘。