

作者：李維榕博士

刊登日期：2022年6月11日

原文刊載於信報財經新聞專欄<故事從家開始>

不必盲目要求一致

婚姻出現問題時，總是公有公理、婆有婆理，各有各一個版本。唯有在不經意的共處時，才知道兩人是如何互相牽制。

怪不得婚姻研究鼻祖 John Gottman 在評估夫婦關係時，往往讓夫婦兩人在他的「婚姻實驗室」起碼住上一個周末，期間用儀器紀錄下他們整個互動過程，從而預計這段婚姻的成敗算數，據說有九成以上的準確性。

我們的家庭評估程式，其中一部份是邀請父母互相交談半個小時，同時量度孩子對父母互動時的生理反應，原意是測量孩子對父母的話題和互動模式的敏感度。但是很快就發現，父母自由交流的過程，本身就是十分重要關鍵，讓我們可以深入瞭解夫妻之間出現的實際溝通困難。對於婚姻治療來說，這是不可忽視的資料。

因為在這短短的半小時中，無論夫妻交談、甚至不交談，都會表露出他們日常相處的真實面貌。即使小心翼翼，仍然隱藏不了夫婦共處上的各種自然反應。

舉一個最常見的例子：

女：「你有話必須好好表達，什麼都不說，我們怎知道你在想什麼？我又不是你肚子裏的一條蟲！你看我多努力參加各種課程，就是要為自己增值……」

男：（不語。）

女：「我們要活在當下，不可以老是躲縮，夫妻之間必須要有溝通，只有我學會表達，你完全不能配合，那是不會有好效果的……」

男：（不語。）

這種「對話」，往往維持半個小時不變。也許你會懷疑，這怎能算是對話，來來去去都只有一個人的聲音？其實一個不停說話，一個完全不語，也是一種對話，而且不幸地，這是很多不幸夫妻的寫照。一個愈想表達，一個愈不想表達；而一個愈不表達，正正造成另一個愈想表達。

所謂「夫妻互補」，就是變成一個愈高功能，一個就愈低功能。這種你追我跑的互動方式，有時也會一觸即發。

經過一番沉默，男的終於發作：「你不停向我發施號令，究竟當我是老公，還是僕人？」

另一個例子：

男：「教孩子不能太緊張，總得讓他有些自己發展的空間！」

女：「所以叫你負責管功課，你就自己看報紙？由得孩子坐着發呆？」

男：「像你這樣坐在他身邊死盯着，不停罵人，就管教得了？」

女：「是我教不來，所以才叫你教，但你這樣算是教孩子嗎？」

男：「明知自己的方法無效，為什麼還要逼我使用你的方法？」

另一段更無奈的對話：

女：「家裡的事你什麼都不管，我一個人又要上班、又要做家務，我不求你幫手，起碼想聽到你的意見，總不能連一點意見也沒有！」

男：「那天我們去餐館吃飯，你問我吃什麼，我說咖哩牛腩飯，你立刻就說，咖哩牛腩飯有什麼好吃！我連自己要吃什麼都不知道，還可以有什麼意見？」

我早期負責的一項研究，就是比較亞洲五個地區的男女如何商議他們分歧。這些地區包括日本、南韓、上海、台灣及香港在內。研究方法就是在每個地區邀請十對夫婦，讓他們自己交談半個小時，然後仔細分析他們的商議模式。我們的結論是，同是亞洲人，夫妻的商議模式卻十分不同。最顯著的是日本夫婦，他們看來超級合作，沒有明顯的張力。台灣的夫婦最為隱晦，他們帶來的故事都是迂迴曲折、情緒深沉。南韓的妻子對丈夫比較像母親對孩子，循循善誘。上海的丈夫多會擔當家務，夫妻角色有時好像對調。香港夫婦最為西化，較其他地區都更為直接。當然這都是片面的觀察，只能證明不同地區的亞洲夫婦各自有其不同文化表徵，不能一概而論。

其中一段香港夫妻的表白，最具代表性：

男：「原來結了婚就等於沒了自己！我想見朋友，不！我想看足球，不！我老媽子要來看孫子，不！我想問，其他亞洲地區的男人，結了婚都是這樣的嗎？」

女的也十分不忿：「我原以為，丈夫應該保護妻子、守護她、安慰她，不讓她有半點委屈！而不是好像保持單身一樣，只顧自己的喜好！」

這段對話，真的代表了大部分男女在婚姻關係的情懷。最重要的是，無論表達方式如何，這些夫婦都很難談到一個彼此滿意的結論。好像兩條直線，無法交接。這說明了一個簡單的道理，也許夫妻之道，真的不能凡事要求同進同退。某程度的分歧，是必須互相尊重和接納的，否則就會碰撞得焦頭爛額。

夫妻互動所表露的爭持，最大的張力都來自要求一致，而要求兩個來自不同背景、不同思考、各有主張的人凡事一致，是不可思議的一回事。夫妻之間的一致，是一個需要互相探討與磨合的過程，而不是一廂情願的要求，否則很容易就變成你追我跑、不停糾正、或針鋒相對，不但無補於事，甚至把大好姻緣變成惡性循環。

怪不得很多婚姻研究專家，例如 **Gottman** 等人，都勸告我們不要盡信溝通，也不要費力改造對方，覺得在一起比不在一起好，就已經足夠，其他都不重要。

五百年前的一次回眸，才修來今生的緣份，如果不想下世又碰上此人，今世就得隨緣隨份，好好善待對方。