



婚姻與家庭季刊 第145期 二零一八年十二月
www.link.cmac.org.hk

主題：再婚與親職生活



再婚・不再分 建構再婚家庭的藍圖

婚姻輔導員
魏安儀

有一天，小昭的父母決定帶著她出海冒險，途中他們遇上大風浪，船被吹翻了，爸爸失去所踪，小昭與媽媽找著浮木漂流到一個荒島，經歷浩劫的二人收拾悲慟，於島上展開新生活。一天，一位探險家乘著小船經過，他向小昭母女伸出援手，願意乘載她們回家。媽媽很高興有機會和小昭離開荒島，立即便答應了；小昭心裡不想離開，她希望留在島上能與失蹤的爸爸重逢，她對陌生的探險家亦存有懷疑。船駛出大海，途中遇到不少風浪，小昭暈船情況嚴重，媽媽忙於照顧她，無暇協助探險家處理航行事宜。探險家發現小船的容量原來不足應付三人，船行駛得很慢，船上的物資難以支撐回到岸上，他很憂心但又找不到解決方法；此時，海上驟然飄來一股濃霧，三人被困海中央，茫然地尋找出路……

中國人喜歡用「同舟共濟」比喻團結互助，同心協力，共渡困難。故事中的三人雖然共坐一舟，但因成員間欠缺共同目標，告別荒島前欠缺周詳計劃，遇到困難時更變得手足無措。小昭內心早已不情願跟隨探險家出海，身體的不適令她不能自救，媽媽心繫女兒，沒有仔細了解探險家是否有足夠能力背負她們的安危；探險家，空有一股熱誠協助母女逃離困境，但欠缺妥善的安排，亦未意識到小船的容量及物資是否能應付三人在海上的日子。

小昭的故事正好描繪再婚家庭，在建立家庭初期所遭遇的挑戰和惶恐。

家庭的變奏

一般家庭是由夫婦二人結合開始，途中逐步加入兒女，家人間的感情和團結隨著年日和成長階段的調整和接納，才可融洽相處。再婚家庭的組合則是有所不同，如果夫婦任何一方有子女，親子關係和子女均自動地加入這個家庭，各成員並需要以較快的速度協調適應，使「新」家庭得以安定下來。再婚家庭組成後第一個挑戰便是親父/母和子女要再一次面對一場重大的家庭變奏。為再婚人士來說，要再次相信及委身一段關係，難免會顯得戰戰兢兢，這種不安往往反映於面臨轉變時的猶豫不決。由於親子關係的建立先於再婚的夫婦關係，親父/母習慣以孩子的需要作依歸，容易忽略新配偶的需要。為孩子來說，他們仍然渴望見到父母能破鏡重圓，很難由衷地接納繼親的加入，再加上對非同住親父/母的忠誠，即使繼親待孩子不薄，要得到孩子的接納還是需要等待。繼親若然不能理解親生父/母和子女的連繫，很容易產生一種被排拒於外的感覺。繼親的孤單失落及情感需要，如長時間得不到配偶的回應，便會化為憤怒怨懟，夫婦二人會因為管教孩子或共親職等事宜起衝突，令關係變得緊張。再婚家庭的結構越複雜（如雙方都是帶着子女再婚），初階段所經歷的適應和挑戰會更多。

香港的再婚率佔結婚人數達到三分之一，顯示再婚家庭的數目不容小覷。然而，再婚這議題於本地很少被談及，針對再婚家庭的服務於本港亦是處於起步階段，因此如何理解再婚家庭遇到的問題及解決方法鮮有例子可循。我們若以再婚家庭當作為與一般家庭無異，很可能會帶來很大的期望落差，甚至把過渡期遇到的挑戰理解為彼此“愛得不夠，認識不深”，為夫婦帶來另一次的離異危機。

再婚家庭建構歷程

因此，夫婦二人對再婚家庭的建構有清晰的理解及設定合理期望，是建立新家庭的首要任務。學者 Papernow 對再婚家庭建構歷程的研究或許可給我們一點幫助：

初期階段

1) 幻想期 (Fantasy Stage)

夫婦期盼新家庭能撫平上一段婚姻帶來的傷口（無論是離婚或喪偶帶來的傷感），再婚的一方希望為自己和孩子找到一位更好的伴侶和父/母；繼親亦期望自己可以填補這個家所欠缺的。相對於成年人，孩子於此階段仍強烈渴望見到父母重修舊好，甚或能維持與父/母親「單對單」的接觸。

2) 沉浸期 (Immersion Stage)

夫婦開始體驗到再婚家庭結構上的獨特所帶來的現實狀況。親生父/母與孩子的情感連繫、日常生活習慣、假日活動安排、做決定時的默契等等都會形成一道無形的界限，讓繼親感到被排拒於外，成為家庭中的「外人」。對於繼親的不能融入，親父/母往往會歸咎於對方不夠委身，或與孩子沒有血緣關係所致。

3) 意識期 (Awareness Stage)

繼親意識到自己被拒絕並不單純是個人問題，而是「外人」的位置令他無法迅速融入家庭，這份覺察讓繼親減少自我批評及自責，開始表達自己的感覺及個人需要；親父/母亦意識到新家庭的建立不能一蹴而就，重新思考自己作為橋樑的角色可以怎樣協助新家庭建立。

中期階段

4) 移動期 (Mobilization Stage)

繼親開始為自己作更多的爭取，要求與配偶有更多二人相處時間，希望對方減少與前度配偶的接觸等等。親父/母感受到被拉扯的壓力，會掙扎是否要迎合新配偶的需要。

5) 行動期 (Action Stage)

家庭成員間的需要及界限變得清晰，亦開始釐清各人的角色位置。對於新家庭如何運作取得共識，家中的爭拗減少，關係漸趨穩定。

後期階段

6) 接觸期 (Contact Stage)

家中開始出現一對一的關係（夫婦、親父/母子女、繼親與繼子女），各系統間能互相扶持及好好相處。夫婦間能攜手處理家庭不同事宜，甚或商討子女管養問題。

7) 穩固期 (Resolution Stage)

新家庭建立了穩固及互信的繼親子女關係，屬於這家庭的傳統及規條得以順利建立。繼親與孩子能建立非血緣的親密關係，成為「親密的外人」。

為新家庭建立足夠裝備

據統計，以上的建構過程平均需時要四至七年，因此再婚家庭於成立初階段要有充足的心理預備，新家庭的建立不會一蹴而就，成員間的真感情亦需要生活經驗一點一滴累積起來。要協助新家庭有充足的裝備面對挑戰，夫婦二人需要共同經營：

1) 合理期望

夫婦二人認知建立再婚家庭的複雜及獨特性，不要低估家庭磨合所需要的時間。繼親不能取替非同住親生父母的位置，亦不能馬上履行管教子女的角色。

2) 建立互相支持的夫妻關係

親父 / 母留心繼親於初階段時的適應，聆聽及接納對方可能會感受到被排外的孤單及嫉妒。多安排二人相處時間，讓夫婦關係有所滋長，穩定家庭。

3) 找出共通點

再婚家庭的成員往往擁有不同的生活習慣、宗教信仰和價值觀，多發掘成員之間的相同之處，有助拉近彼此距離，提升和諧及熟悉的感覺。



大仁和小芳兩人情投意合，拍拖不久便決定結婚了。由於小芳發覺大仁對籌辦婚禮表現欠主動，霎時令她對未來的婚姻感到憂慮。因此他們特意來參加婚前輔導。

對新婚的準備

經輔導員了解，他們曾經都有過一段婚姻。大仁表示婚禮只是一種儀式，他認為自己對婚禮已有經驗所以一切不需太用心；小芳聽後立時落淚，表示她很重視這次婚禮，儘管是再婚，她與亡夫的一切都已成過去，如今，她倆是全新的關係，而婚禮正是一個新開始的象徵。大仁聽後激發他重燃初婚時那份熱心，更主動計劃新婚生活的一切，如新居、新裝修、生育計劃和生活習慣……等。

前段婚姻事宜的處理

小芳在大仁家中怕自己成為“苛刻後母”，所以對大仁的成年兒子態度如好朋友一樣熱情，但大仁則認為小芳是自己的妻子，該以長輩的身份較合適，他會協助小芳適應這個新角色。另一方面，小芳主動向大仁提出她想為亡夫盡孝道，要照顧亡夫的父母，大仁義不容辭地給予支持。同時大仁也向小芳表示要給予前妻贍養費，小芳亦願意在財務上配合。他們很開心能彼此敞開心扉，坦誠相對地處理由前段婚姻引致的事宜。



今天，是我認識了近二十年的閨密好友小美的婚宴。在幾天前的聚會中，她才告知我一段鮮為人知的家庭故事。

原來，小美在一個再婚家庭裡成長。他的大哥是父親與前妻所生的兒子，而二哥是母親與前夫所生的兒子，即是說他們並沒有血緣關係。小時候，小美的家中經常出現複雜的爭吵，例如「你嫌棄我兒子。」、「你不是我的親生父親。」、「你不是我的親生母親。」、「我不知怎樣與你相處！」等氣話。當各人吵罵激烈時，親生的父母親為了避嫌，就會責備自己的兒子以表心跡；兩個哥哥亦因而痛恨自己的親生父母親。

小美與二哥的關係較親近。有一次，二哥被母親責怪後

4) 建立新的家庭傳統

藉著節慶或於特別日子舉辦家庭活動，建立屬於「新」家庭的傳統和家規，有助創造共同回憶，增加家庭成員之間的歸屬感。

5) 同路人支援

因為社會對再婚人士的偏見，家庭成員難以向別人分享內心的苦難，這些鬱結往往會進一步內化為個人問題，時而自怨自艾、時而控訴伴侶，為家庭關係帶來動盪。現時本港亦開始有機構提供再婚家庭輔導服務，再婚人士可主動參加相關課程，建立同路人支援網絡，彼此勸勉，孕育希望。

結語

要成功建立再婚家庭，只有愛是不足夠的。夫婦需要設計新家庭的發展藍圖及作好充足的預備，依循預設航線徐徐漸進，縱然偶而偏離航道，亦能迅速重整旗鼓，重新出發。當夫婦二人能同心領航，新家庭必能安穩地揚帆出海，迎向美好的未來。

參考書目：

Papernow, P.L. (2009). *Becoming a stepfamily: Patterns of development in remarried families*. New York: Routledge.

黃麗影著 (2015)。《幸福的實踐——婚姻輔導解構》。香港：突破出版社。

家庭生活工作員
楊麗儀

檢視前段婚姻

輔導員幫助大仁與小芳審視前段婚姻的經歷。大仁憶記自己與前妻欠缺坦誠溝通；又沒有妥善處理衝突，及後縱使努力修補關係，仍是離婚，深感難過。小芳回想自己與亡夫雖然融洽相處，但因著生活忙碌，缺少共聚時間而感到惋惜。他們經一事長一智，決定今後要維持良好溝通和以積極的行動及正面的態度化解衝突。輔導員指出二人談及前配偶時眼泛淚光，他們都表示要時間去處理內心複雜的情緒，有需要時會找專業人員協助，以減少對婚姻的影響。

對婚姻的期望

言語間，大仁透露他擔心小芳今次結婚是找前配偶的代替品，而小芳也有相似的擔憂。他們各自表白—自己今次結婚是找到一個相愛相知的伴侶共度餘生；彼此努力不將對方與前配偶作比較；決定要重新認識和接納對方，包括信念、想法、性格及彼此原生家庭對婚姻的影響等，他們很希望今次的婚姻會幸福。

由大仁和小芳的例子，讓我們了解再婚夫婦的婚姻關係是全新和獨一無二的，他們同樣要面對一般婚姻生活的挑戰，只是他們要額外處理因再婚而引起的事宜，因此，他們需要努力才有美滿幸福的婚姻。

家庭服務社工
朱麗雲



離家去了，這次後他一直沒有返家，也從不透露住處，後來與小美亦只維持著電話聯繫。小美還記得，二哥離開的時候她只有六歲，家中失去了二哥，她一直不安和難過。她亦常常擔心同學們知道自己的家事，害怕別人覺得她是異類。回想起來，這個既可愛且溫柔的小美，總給人一份疏離感，事事不敢坦言。雖然小美是父母再婚後所生的唯一女兒，卻沒有額外的幸福感。

今天，婚宴開始時一對花童邊小步邊撒著籃中的花瓣，親友們無不歡呼喝采。這對花童分別是小美與前夫所生的兒子，與及小美丈夫與前妻的所生的兒子。小美與丈夫沒有「再婚」的忌諱，十指緊扣跟在花童後步入禮堂。在這溫馨氣氛滿滿的一刻，我衷心祝福著他們這一家！



感恩同行

Alvin (化名) :

短短時間，我的生活起了很大變化。回想四年前，我和你只是工作上的同事，但今天我倆已結為生活的伴侶，我亦是你子女的繼母。憶記當知道你前妻決定與你離婚，為著一對子女有較理想的生活及將來，你甘願當單親爸爸，肩負起照顧及教養子女的重任。那時，我不期然產生強烈的想法，很想和你共同面對及經歷這些艱難的日子。

那刻，我們都有很多顧慮和擔心，怕雙方的父母不接受，亦怕身邊的朋友說三道四。縱然身邊的家人和不少朋友都覺得我選擇了一條不易走的路，但慶幸它比我們想像中走得順暢。

很開心這幾年可以一直和你陪伴著子女成長。從前兩個上幼稚園的小兄妹，現在已一同上小學了。彼此慢慢適應這個新家庭，而且很享受一起玩樂的美好時光。

Michelle (化名)

Michelle (化名) :

回想前妻決定要和我離婚那段日子，我心情很低落，不知前路應怎樣走，甚至有一死了之的念頭。慶幸在我人生最低谷的日子，喜獲得妳的聆聽和開解，妳的出現就像關顧我和小朋友的天使，讓我重新振作。

當要重整及開展新生活，我有不少顧慮：擔心小朋友不接受妳，也害怕婚姻再次觸礁，這對小朋友會造成再次的傷害。幸好我和妳都能坦誠相對，說出彼此的顧慮及想法；亦多得社福機構針對離異、重組家庭支援服務，讓小朋友慢慢適應，重投新生活，也讓我從上一段婚姻中總結學習。希望彼此可以多點聆聽及體諒，融洽相處，讓家庭生活更美滿愉快。

雖然妳不是小朋友的親生母親，但妳對他們卻照料有加。我相信妳對他們的愛和付出，小朋友是深深感受到的。

Alvin (化名)



婚姻就好比橋樑，溝通了兩個全然孤寂的世界。

基爾·凱絲勒



《仙履奇緣》番外篇

家庭服務社工
鄧文雪

大家好，我是崔梅恩夫人，你該不認識我吧！但提起灰姑娘，你會想起：對，我就是《仙履奇緣》中灰姑娘的繼母。一直以來，別人都說我歹毒邪惡，惡形惡相。唉！實在有苦自己知，又有誰明白我呢？

原本我以為幸福會追隨著我，當丈夫突然病逝，我以寡婦的身份帶著兩名女兒，終日以淚洗面，前路茫茫，日子並不好過。自灰姑娘的父親出現，他令我感受到被愛與關懷，我倆同樣經歷了喪偶之痛，彼此互相慰藉，很快便情投意合，決定再婚組織家庭。

婚後，我接觸灰姑娘，她溫柔善良，的確是一個乖巧的女兒，又與我兩名女兒年紀相若。我一直以為大家會相處融洽，即使偶有爭執，也以為是孩子氣，沒有多加理會。

好景不常，丈夫在商旅途中不幸去世，我再次承受喪夫之痛，夜夜無眠，不斷自怨自艾，我為甚麼這麼命苦？現在回想起，當時那種歇斯底里的怨鬱，逐漸侵蝕著我的本性，以致患上情緒病也沒察覺。我變得刻薄，可憐灰姑娘便成為我洩憤的對象。剎那間，我要肩負管教三名青

春期女兒的責任，我實在是有心無力，不知如何招架。原來女兒也各自不適應新家庭的人和事，這都怪我未夠細心，沒有處理好她們姐妹間的情緒衝突。

好心腸的灰姑娘，這孩子長大了，當年對我處處忍讓；如今貴為王妃也沒有向我報復，還不計前嫌，體諒我當年的行為，把我們接回皇宮照顧，慢慢地令我解開心結，放下悲憤。

以上內容只屬創作，但或許當中某些片段是再婚家庭會面對的困局，例如再婚前沒有好好計劃安排，婚後未能適應新角色和責任等等。社會上普遍標籤繼母為惡毒偏心，繼親子女間因親疏有別而未能和睦共處，繼親間互有芥蒂，再婚家庭往往會遇上衝突和挑戰，這時便需要多點關愛、體諒，才能像童話故事中「一直幸福快樂下去」。



輔導隨想

同行共舞

家庭服務社工
黃錦梅

今天是甲先生和甲太太來輔導的最後一節，他們回想過去數十年的婚姻，是沉寂？是冬眠？大家很少溝通，亦不理會對方做什麼；及至太太發現丈夫有婚外情，面臨離婚的抉擇時，內心的傷痛，讓她知道自己很重視丈夫；當丈夫面臨離婚的可能時，這才感到家庭和太太對自己是多麼重要。經過一段時間的輔導和夫婦的努力，丈夫明白婚外情對太太和家庭的傷害，為此他作出道歉和承諾，太太亦原諒丈夫，願意修理傷痛，重建關係。在關係改善的過程中，太太察覺到當自己對丈夫的事情給予意見時，她認為這是傳達愛和關心；可是丈夫卻感到不被尊重；丈夫亦察覺到自己渴望被欣賞和肯定，當太太對自己給予意見，自己會覺得被批評，不被信任，會黑著臉或晦氣地回應，令太太感到被拒絕。現在太太嘗試多給予丈夫肯定，尊重他的選擇自由，丈夫亦注意自己的態度需要友善；兩人共同努力，走出惡性互動的循環。儘管他們還有一些小衝突和未解決的問題，但甲太太表示，現在是他們數十年來關係最好的時段，也是時候結束輔導，讓他們靠自己繼續在婚姻路上攜手前行。

乙先生和乙太太，因經常的衝突和冷戰，懷疑能否在婚姻路上繼續維繫下去。經過數次的輔導面談，終於打破冷戰的冰牆，互相溝通和聯繫。乙先生明白到太太為照顧孩子，耗盡心力和體力，很多事家傭是不能取代父母的角色，他便以幫忙照顧嬰兒代替抱怨被冷落；太太亦明白丈夫在育嬰方面，欠缺認識和信心，她學習在提點時多點耐性和肯定。夫妻倆重拾同行的信心。面對漫長的婚姻路，他們思索如何鞏固關係，達至「執子之手，與子偕老」。

丙先生和丙太太的個案，是兩年前結束的。今天丙太太來電：他們倆又開始少了溝通，各有各忙，雖然明白定期讓兩人有獨處時間是很重要的，可惜沒有堅決執行，停了輔導一年之後，也停了定期的約會，現在已囤積了不少問題，卻又不知從何說起……

「執子之手，與子偕老」，是男女結婚時的期望，亦是互相的承諾；可沒想到漫長的婚姻路上，挑戰可不少。婚姻輔導，協助有困難的夫婦，讓他們體會到雙方的感受和需要，改善表達和回應，走出困境。如果身體有毛病，我們會尋求醫生治療；在平常日子裏，我們也要強身健體，預防疾病，才能享受更美好的生活。婚姻有病，我們見婚姻輔導；當問題紓緩後，或在平常日子裏，我們可有想到怎樣去強化婚姻，預防問題，享有更美滿的婚姻生活呢？

「翦燭夜談」是香港公教婚姻輔導會為夫婦而舉行的強化婚姻活動，每月首星期五的晚上，夫婦二人攜手參與，透過活動和夫婦對談環節，增進互相瞭解和親密感，透過與其他夫婦的分享，獲得鼓勵，肯定和啟發。

無論你倆處於婚姻哪個階段，哪個位置，歡迎你來「翦燭夜談」，與其他夫婦共舞同行，在婚姻路上，互相扶持，打氣加油，如你願意付出更多的時間和心力，幫助帶動夫婦的同行共舞，歡迎你參加「同行共舞婚姻大使計畫」，成為婚姻大使。（查詢：2810 1105）

愛與生命

奇妙旅程

家庭服務社工
鄭慧玲

回想起一年前，我懷著緊張的心情獨自走進婦科診所驗孕，知道懷孕後，我的心情既驚又喜：一方面我擔心自己還未準備好為人父母，另方面亦為新生命將降臨我的家庭而感到喜悅。那刻開始，我的人生已變得不一樣……

「十月懷胎，含辛茹苦」這話從小我經常聽到，它道出母親辛勞的情況。但究竟有多辛苦，以前未能完全明白，如今，則別有一番感受。我體會到不單是懷孕的辛酸，而是作為準媽媽的我在懷孕過程中變得更堅強、更成熟。懷孕前，我是多麼的自由自在，喜歡去哪兒、吃甚麼、做甚麼，都是隨心的；懷孕後，為了小寶寶，他是我決定事情前一個重要考慮因素，我不覺得這是負擔，反有時樂在其中，雖然小寶寶還未出生，但他已成了我生命中重要的一部分。

懷孕的後期，我與寶寶的連繫就更緊密，那份感覺真的好奇妙！對我來說，每次照超聲波時聽到他的心跳聲，那是世間上最美妙動聽的聲音；每天感應著他在我肚皮下舞動，他彷彿顯示著強大的生命力。當我遇到困難時，我會輕撫肚子，心想著：「寶寶，我們一齊加油！」我便能重拾勇氣及力量面對難關。這些轉變都是寶寶給我原動力，令我成長。

臨近預產期，我總是幻想著他的模樣，但他遲遲不肯露面，我當然心急如焚，最後寶寶逾期居留了一星期，他出世的一刻，聽到他的哭聲，百感交集，不能用言語來描述呢！我很感恩自己能當上媽媽，寶寶與我的連繫，有著十個月的經歷、體會，只屬於我和寶寶的。這個旅程並非只有十個月，而是一輩子，我相信我的人生會變得更完整、更豐富、更多采多姿！

「聽聽孩子聲」熊仔義賣活動 「Hear Me Bear」Charity Sale

最新消息

面對逆境，例如父母的離異，家庭的轉變，對孩子帶來莫大的衝擊。他們的疑惑、苦惱和擔憂，又有誰明白及可以即時被聆聽。

我叫「Hear Me Bear」，是一位真誠可靠的孩子陪伴者。我願意聆聽孩子的呼求，接納孩子的眼淚和傷心，默默地陪伴孩子渡過陰霾的日子。

目的：

- 提升社會大眾對逆境及離異家庭孩子的需要及了解
- 首批「Hear Me Bear」送贈予有需要的離異家庭孩子
- 期望計劃得以延續，將「Hear Me Bear」送贈給面對家庭逆境的孩子

詳情請參閱本機構離婚支援網 <https://divorce.org.hk> 查詢電話：2782 7560

