

中銀全幣種信用卡 全球簽賬免1.95%跨境手續費 積分自動兌換成現金 離澳簽賬即送旅遊保險

當前報紙日期：2019年4月13日 星期六

← 上一篇 放大 縮小 默认

生活祝君健康 失智症與正常老化分別 意想不到的海洋弧菌 孕婦慎用含麝香中成藥 蜂膠與黃酮的微妙關係 準新人如何做好父母的期望管理

準新人如何做好父母的期望管理

德蘭



準新人如何做好父母的期望管理

某些婚禮籌備公司打出“拯救焦慮新娘”的廣告台詞，廣告文字雖然聳動，但可理解到籌備婚禮不只是喜事，更是讓人焦慮的大事。確實不少情侶都在籌備婚禮期間經歷吵架，包括出現準新人與自己的父母或與對方的父母意見不合的情況。關於出嫁，上一篇討論了父母的心情，這次從子女的角度，談談怎麼做好父母的期望管理。

身處現代化的澳門，絕大部分的青年都是自由戀愛，婚姻已不再是父母之命、媒妁之言。但是遇到婚嫁這等大事，不少新人都反映，平日開明的父母，怎麼變得如此傳統及諸多要求？事實上，雙方父母的壓力並沒有比一對新人少。先看中國人的喜帖，一般會以父母名義發出，如果新人的祖父母都健在，就要在喜帖中加入“承嚴命”、“承慈命”或“承嚴慈命”等字眼，所以當發帖人為父母，喜酒的主人就是雙方父母而非新人。酒席是否得體，賓客是否滿意，是雙方父母的負責。如果子女明白到這一點，自然能理解為甚麼父母如此在意要請誰、在甚麼酒樓宴請、菜單甚至喜帖的顏色等等。此外，婚宴期間招呼客人也不是容易的事情，怎讓所有親友都感到被尊重往往是婚宴的難題，特別是平常較少出席社交活動的父母，怎能不緊張！當子女接納父母的焦慮情緒，就可以更坦然與父母合作完成這項任務。預留充足的溝通時間是非常重要的，特別是婚宴的安排總會經常改變，同理父母的擔心，讓父母感到獲得支持，新人應與父母共同擬定原則再討論細節，例如時間、預算及宴請親友的範圍等。準備婚宴是新人與雙方父母的團體作業，新人切莫以為自己埋頭苦幹，父母就會欣然接受，由於子女及父母的身份及角色不同，所以想法及做法不同是必然的。

此外，對父母而言，子女成家也就意味著要離家，原本同住的子女，如今要搬家離開，父母心裡難免會有些失落。母親可能會感慨兒子結婚，究竟是少了一個兒子，還是多了一個女兒（媳婦）？準新人除了要準備婚宴，別忘了要花心思幫助雙方父母適應，特別是日常生活的轉變。婚前不妨刻意安排與父母共處的時間，邀請另一半逐步融入自己的家庭，妥善安排家庭聚會，讓父母有安全感。與此同時，協助父母開展其他社交及休閒活動，這將有助父母適應新生活。上述雖然只談及父母，但有時同住或關係緊密的家人，例如祖父母、兄弟姊妹也可能有相類似的情緒，值得準新人留心。

澳門心理學會 德蘭

← 上一篇