

教師心理衛生小報

本文摘錄引用自「P.E.T. 父母效能訓練」(新雨出版社出版)一書，提供老師們在家庭經營、親子教養、親子互動方面參考。

父母的權威對孩子的影響

即使權威的效果不大，多數的父母，不論其教育程度或社會地位是如何，仍然選擇使用權威的教養方式。

教導「父母效能訓練課程」的講師常常發現，班上的父母竟然知道權威的害處。我們的工作是：要求父母描述親身經歷，說明當他們多雙親使用權威時，他們所受到的影響。這些父母記得兒時對權威的感覺，卻「忘記」他們的孩子對權威之感受。我們要求每一班學員列當年他們雙親使用權威時的應付方式。

每一班列舉的方式都差不多：

1. 抵抗、反抗、反叛、作對
2. 怨恨、生氣、敵意
3. 攻擊、報復、反擊
4. 說謊、隱瞞
5. 責罵他人、喋喋不休、欺騙
6. 壓制、指揮、欺負弱小
7. 只要贏、不願輸
8. 組織小團體對抗父母
9. 屈服、順從、盲從
10. 修正行為、整取寵愛
11. 僵化、缺乏創造力、害怕新嘗試、沒有成功的把握就不嘗試
12. 退縮、逃避、空想、退化

◆ 抵抗、反抗、反叛、作對

一位媽媽回想他小時候與父親衝突：

爸爸：你再說，我就賞你兩耳光。

孩子：來啊！打啊！

爸爸：(打孩子)

孩子：再打啊！用力打啊！我偏要說。

有些孩子反抗父母使用權力要求他們做的事，他們通常會做出相反的事。

- 一位媽媽告訴我們：「我們運用我們的權利，希望我們的女兒可以遵守三件事情：保持整潔有序、上教堂，以及不喝酒。我們很堅持這些事情。現在他的房子裡一團糟、她沒有去教堂，而且每天晚上都喝雞尾酒。」
- 一位青少年在接受輔導時告訴我：「因為父母極力鞭策我成為好學生，我從來不想得到好成績。如果我得高分，他們會很高興，就像他們是對的、他們贏了。我不想要讓他們有這種感覺。我才不讀書呢！」
- 另一位青少年談到父母嘮叨他的長髮時，他的反應是：「我猜剪掉長髮，他們就部會在嘮叨。但是他們愈是要我剪，我就偏不剪。」

對父母權威的這類反應很普遍。孩子反抗父母的權威已經有好幾代了。歷史告訴我們，現代青年與其他時代的青年無所差別。孩子的自由一直受到威脅孩子的應付方法之一。就是對抗威脅自由的人。



◆ 怨恨、生氣、敵視

孩子怨恨對他們施加權威的人，他們認為既不公平又不合理。如果父母或老師挾著身材的優勢，控制孩子並限制他們的自由，他們便怨恨師長的高且壯。

父母使用權威時，孩子感覺是：「打架只能找實力相當的對手。父母，惹不得。」

不論多大年紀的人，對於供應他們需求的人感到憤怒。多數人對有權分配酬賞的人，沒有好感。厭惡別人控制物質需求，希望由自己控制。多數人期盼經濟自主，因為知道依賴他人很危險。我們依賴的人會愈來愈不可靠、不公平、有偏見、不可理喻；要不則是要求我們符合他的價值觀，做為酬賞的代價。此即溫和的專制主義的老闆一對員工「福利」和「津貼」很慷慨（如此，員工會很感激地接受老闆用權威管理），但員工卻經常埋怨老闆。研究工業關係的歷史學家指出，最嚴重的暴力罷工發生在以溫和的專制主義管理的公司。即使強國援助弱國，卻引起弱國的敵視與恐慌之原因。

◆ 攻擊、報復、反擊

在父母權威的支配下，孩子的需求受到壓抑、日久形成孩子的攻擊性格。使用權威的父母可以料想到孩子如何表現攻擊性。孩子試圖以貶低父母、嫌惡的頂嘴、悶不吭聲，或其他可以報復及傷害的攻擊性行為來對待父母。

這種應付方式是：「你傷害我我就傷害你——或許你就不在傷害我。」我們在報章新聞上所見的是弑親案是最極端的報復。無疑地，許多反抗學校權威、反抗警察、反抗政治領袖的行為，是由報復或反擊某個人所引起的。

◆ 說謊、隱瞞

許多孩子早就學會說謊可以減輕處罰。偶爾，說謊甚至還能帶來獎勵。孩子經常學父母的

價值觀——清楚了解父母的愛憎。我治療的每一個孩子，父母都使用獎賞和懲罰來對待他們，他們都對我透露，他們曾對父母扯了不少謊。

一位十六歲的女孩承認：「媽媽不讓我和男朋友出去，因此我請女同學來載我，謊稱要去看表演。事實上，我是和男朋友約會。」

另一個孩子說：「我媽不讓我穿低胸的衣服，所以我在低胸的衣服外面再穿一件衣服，當我離開家時，我會在離家幾條街外將外面那件衣服脫掉，回家之前再把外面的衣服穿上。」

由於孩子說謊是因為父母太依賴獎勵和懲罰，我深信說謊不是青少年的天性，而是學來的反應，應付試圖以獎勵與懲罰來控制孩子的父母。在尊重孩子且接納孩子的家庭裡，孩子不可能扯謊。

孩子不跟父母討論或聊天，是因為父母過度懲罰孩子。孩子知道如何與父母周旋，方法之一就是少開口。

◆ 責罵他人、喋喋不休、欺騙

在不只有一個孩子的家庭裡，孩子爭著要得到父母的獎勵，避免父母的懲罰。他們很快就學會另一套應付的方法，讓其他孩子處於不利的地位、不討好、轉移挨罵。

方法很簡單：「讓其他孩子看起來不乖，我就比較討喜。」這種想法卻違背了父母的原意。父母原本要孩子互助合作，然而使用獎勵和懲罰卻助長競爭行為——兄弟鬩牆、互打小報告：

「她的冰淇淋比我多！」

「為什麼我必須打掃庭院，而喬卻不必呢？」

「是他先打我的，他先動手的！」

「艾瑞卡以前這麼做，你都沒有處罰他。」

「未什麼你讓艾迪得到所有的東西？」

拌嘴、彼此責罵多肇因於父母已獎勵和懲罰來養育孩子。由於父母沒有空間、耐性、公平分配獎勵與懲罰，因此經常引起子女間的競爭。希望自己得到最多的獎勵，其他兄弟姊妹則多挨點打，這是孩子的天性。



◆ 壓制、發號施令、欺負弱小

為什麼孩子想要支配或欺負弱小呢？理由之一是父母使用權威壓制他。因此只要他有權力，就試著發號施令。觀察孩子玩洋娃娃即可得知，他們對待洋娃娃（他們的「孩子」），就像父母對待他們。心裡學家可以從孩子玩洋娃娃了解父母養育孩子的方式，若孩子扮演媽媽時，對洋娃娃發號施令，那麼，他的媽媽正是如此待他。

因此，如果父母親用權威教育控制孩子，將不支不絕冒著把孩子養成獨裁性格的危險。

◆ 只要贏、不願輸

如果孩子在充滿獎勵與懲罰的氣氛下長大，他們會變得很想贏、不願輸。尤其父母已獎勵取向、絕對的評價、獎金和金錢作為酬賞的家庭。不幸的，許多父母確實如此，尤其在中上家庭。我發現許多父母理論上反對用懲罰控制孩子，但卻很少發現質疑獎勵效果的父母。美國父母看太多建議讚美獎勵的書刊，多數父母毫不懷疑接受這種建議，結果，美國有許多父母每天已嘉許、特權、獎勵、糖果、冰淇淋等控制孩子。難怪這一代孩子就想贏、討好並登上巔峰，更加不願輸。

以獎勵取向養育孩子的另一個反效果是：能力、智力、體力有限的孩子很難得到獎勵。因此天賦本質教兄弟姊妹和同儕差的孩子，在家或運動場上，很容易成為失敗者。

一個家中，有一個或者更多這種孩子，他們注定要過著經常失敗、看別人獲得獎勵的挫折。這些孩子自尊心若，顯得絕望而失敗主義。癥結在：充滿獎勵氣氛的家庭，對於不能表現和別人一樣好的孩子，害處更多。

◆ 組織小團體對抗父母

權威教育下孩子長大後，學會用另一套方式對付父母——聯絡家中或外面的孩子組織聯盟，孩子發覺「團結力量大」，他們能夠像美國勞工

組織、公會透過組織團體對抗老闆。

孩子常透過，全部採用相同說法，以團體對父母表達他們的共同態度。告訴父母其他孩子可以做某事，為什麼他們不能？鼓勵其他孩子加入，期望父母不會把他們揪出來處罰。今天的年輕人發覺，透過組織與團隊行動對抗父母和長者，才能達到真正的效果——透過如嬉皮運動、罷課、靜坐抗議、為服裝規定示威、要求校園有更多不同意見、和平遊行等，即可得知。

由於教育孩子多採取權威方式，父母和其他成人促成最悲嘆的一件事——青少年組織小團體與成人對抗。因此，社會有兩極化的交戰團體——青年團結對抗成人與有權階級；不然可以說，窮人對抗富人。孩子不認同家庭，反而認同同儕團體，與成人的混合勢力對抗。

◆ 屈從、順從、盲從

即使不明白原因，孩子仍決定屈服於父母權威，他們以屈從、順從或盲從來應付父母。父母嚴厲的使用權威，常會發生上述情形。特別是懲罰嚴厲時，孩子對之畏懼而學會屈服。孩子對於父母權威的反應，就像小狗被懲罰後變得怯懦、害怕一樣。因為反抗太冒險了。孩子年幼時，會屈服於嚴苛的懲罰，他們對父母權威的反應是聽話或盲從。當孩子進肉青少年時期，反應可就截然不同了，因為孩子有力氣和勇氣試圖反抗。

有些孩子在青少年時期繼續屈從、盲從至長大成人。這些孩子因早期受父母權威之害最深切，不管在哪裡，只要遇見有權威的人，他們都會懷著深深的恐懼，纏繞著孩提時代的陰影，屈服於權威，拒絕自我的需求，害怕擁有自我，恐懼衝突太依賴而不能忍受自己的過失。結果，最後只好求助於心理學家與心理衛生專家。

◆ 修正行為，爭取寵愛

另一種應付有權決定懲罰的人的辦法是：「表現他喜愛的一面」，藉著格外努力贏得他的垂愛。有些孩子對父母或師長採用這種方法。公

式是：「如果我表現良好，讓你喜歡我，那麼你就會獎勵我，不會處罰我。」孩子早就知道成人的獎懲分配不公，成人可以被取悅，他們有愛好。某些孩子學會利用此弱點，採用「花言巧語討好」、「變成老師的愛將」等行為。

不幸的，當孩子以技巧的討好成人時，卻引起其他孩子的反感。這些孩子常被同學嘲笑、排斥、同儕懷疑他的動機，覬覦他所贏得的寵愛。

◆ 僵化、缺乏創造力、害怕嘗試、沒有成功的把握就不嘗試

父母的權威不能助長孩子的創造力，反而造成孩子僵化，就像團體中獨裁作風遏止了革新。創造力來自自由的體驗、嘗試新事物、新的組合。再強烈獎懲氣氛下成長的孩子，不可能和在較開放氣氛下成長的孩子感受同樣的自由。權威造成恐懼，恐懼遏止創造力而促成僵化。法則很簡單：「為了得到獎勵，我不能多事，要遵守正當行為，我不敢做不尋常的事……。不然，就冒著被處罰的危險。」

◆ 退縮、逃避、空想、退化

如果應付父母權威太困難，孩子可能會試圖逃避或退縮。他們可能因懲罰太嚴厲，父母的獎勵有限公允，難以獲得獎勵，要學會避免被懲罰的行為太難，而造成退縮。上述的情形都可能使孩子放棄學習「遊戲規則」。孩子放棄應付現實—現實社會太痛苦、太複雜而難懂。他不會做適當的調整以應付來自周遭環境的壓力，他贏不了。因此他告訴自己逃避現實比較安全。

退縮和逃避的程度，可能從完全到偶爾逃避現實，包括：

- 做白日夢、空想
- 無精打采、被動、冷淡
- 過度看電視、玩電動
- 看太多小說
- 獨自玩(與幻想的玩伴嬉戲)
- 生病

- 逃避
- 吸食毒品
- 飲食異常
- 意志消沉



進一步探討父母的權威

即使我們「父母效能訓練課程」的班上已經想起自己過去如何應付雙親的父母，經我們列出他們子女應付他們的方法，有些父母仍深信養育孩子使用權威是合理的。不過，大部分「父母效能訓練課程」的成員，增加對權威的關切與體認，並引起廣泛的討論。

難道孩子不需要權威和規矩嗎？

外行人與專家有個共同的觀念，孩子需要權威—他們需要父母立下規矩來規範他們的行為。爭論焦點是，父母使用權威，孩子會覺得更有安全感。沒有規矩，孩子不但放蕩沒教養，而且不安全。這個觀念延伸為，如果父母不用權威立下規矩，孩子會覺得父母不在乎他、不愛他。

我猜這個觀念已被許多父母接受，因為他讓父母認為使用權威是合理的。我不想說這個觀念僅是藉口。這個觀念仍有正確之處，因為檢討它必須更加小心。

常識和經驗都支持孩子與父母的關係必須有限制的看法。孩子需要怎麼做才不會被排斥，那麼他們才不會做錯。人際關係亦是如此。

因此，孩子要知道「父母能接受的程度」是一回事，他們要不要父母立下規矩又是另一回事。孩子對父母立下規矩的反應亦是如此。

當父母獨斷地對孩子的行為立下規定孩子會相當憤怒、反感。

我從來沒聽過孩子希望父母限制他們的行為：

- 「你得在午夜前回來—這是我的規定」
- 「你不准坐汽車」
- 「你不可在客廳玩卡車」
- 「我們不准你們抽煙斗」

- 「我們不准你跟那兩個男孩起玩」

讀者瞭解這些都是我們熟悉「提出答案」的溝通方式(亦即都是「你訊息」)。

比「孩子需要父母使用權威訂立規定」更合理的觀念是:孩子需要知道父母對他們行為的感受,如此,可以修正他們的行為,不致受父母排斥。

然而,孩子的確不需要父母以權威來限制或改正他們的行為。簡單地說,如果孩子的行為顯然需要被限制,孩子會想要由自己設限。孩子就像大人一樣,寧可自己主宰自己的行為。

如果父母前後一致,權威難道不好嗎?

有些父母認為使用權威有理因為他們相信只要自始至終不矛盾、前後一致,權威是有效而且沒有害處的。這些父母在「父母效能訓練課程」的班上,訝異的發現不互相矛盾、前後一致絕對是正確的。「父母效能訓練課程」的講師讓他們了解,不互相矛盾、前後一致是使用權威的基本要求。還有,如果他們使用權威,孩子會期望父母不矛盾、前後一致。

這些「如果」很重要,不是因為權威沒有害處,而是如果父母使用權威有矛盾、前後不一致,害處更大。不是孩子希望父母使用權威,而是他們期望使用權威時,能夠前後一致。如果父母覺得有使用權威的必要,前後不矛盾,孩子會更有機會了解,何種行為一定會受到懲罰,何種行為一定會有獎勵。

許多實驗的證據顯示,如果利用獎懲改變動物的行為,賞罰卻不一致將會產生反效果。心理學家諾曼·梅爾的實驗即是一例。梅爾將老鼠置於安裝了閘門的籠子裡。如果老鼠跳起撞擊畫有正方形的門,則門會打開,並獲得食物。如果老鼠跳起撞擊的是畫有三角形的門,那麼門不但不會打開,反而會撞壞老鼠的鼻子,讓老鼠摔得遠遠地。由此可見,一項簡單的制約實驗,教會老鼠區別三角形與正方形的差異。

梅爾決定使用獎懲時有所矛盾。他以隨機

選擇標誌,謹慎地改變情境。有時候正方形的門打開後會有食物,有時候不但不會出現食物,反而讓老鼠摔倒。這位心理學家就像許多父母一樣,在使用獎勵與懲罰時,前後矛盾。

老鼠出現什麼樣的反應?有的老鼠因此神經受到傷害,有的老鼠出現皮膚疾病,有的老鼠產生歇斯底里的狀態,有的老鼠發狂地在籠子裡漫無目的地奔跑,有的老鼠拒絕和其他老鼠來往,有的老鼠不吃不喝。梅爾靠著獎懲的矛盾和不一致,使老鼠患了「實驗性的精神衰弱」。

使用獎懲不一致,同樣地對孩子有害。獎懲的不一致使孩子沒有機會學好「合宜」(被獎勵)的行為,避免「不受期望」的行為。他們贏不了,可能會使得挫折、憤怒,甚至「罹患神經疾病」。

影響孩子難道不是父母的職責?

父母可能還沒有聰明到可以做這種決定,只要是人都會犯錯—包括父母與其他有權威的人。使用權威的人都會自稱,是為了別人好。歷史上記載許多人,它們自稱用權威是為了生活在他們權威下的人的福利。「我是為你好才這樣做」並非是讓人信服權威的理由。

艾克頓曾經寫到:「權力腐化和絕對的權力帶來絕對的腐化。」而雪莉的看法是:「權威就像可怕的瘟疫。所到之處必受遭殃。」布爾克則認為:「權威愈大,則愈有濫用的危險。」

政治家和詩人所感受到的權力之危險仍然存在。今日權力在人際關係上的運用深受質疑。為了能在原子能時代共同生存,也許有一天會成立有世界法庭的世界政府。美國最高法院不再認為白人有權支配黑人;工商界認為權威是的管理已是落伍的觀念;夫妻間存在多年的權力差別已逐漸消沉;最後,教會所擁有的絕對權威已被受打擊。

人際關係裡權威的最後據點是家庭—親子關係,同樣也存在於學校的師生關係之間,權威依舊是老師控制學生行為的主要方式。

父母使用權威,實際上常降低對孩子的影

響力，因位權威老是引起反抗行為(孩子做與父母要求相反的事，來應付父母的權威)。我聽父母說：「如果我們用權威要孩子做我們不要他做的，我們可能更有權威。但他會不做我們要他做的。」

父母用權威會失去對孩子的影響力，拒絕使用權威會對孩子更有影響力，乍看之下很矛盾，其實是千真萬確。

如果父母對孩子影響的方式不會引起反抗行為，顯然父母會更對孩子具有影響力。非權威的方式更可能讓孩子審慎地考慮父母的想法或感受，以父母期盼的方向來改變他們的行為。他們不會老是改變行為，但是只要有機會，他們就會改。但是，反叛的孩子很少為了父母改變他們的行為。

.....
以上文章的內容，引用摘錄自「P. E. T. 父母效能訓練」(新雨出版社出版)一書
「第十章 父母的權威：必要且合理嗎？」
.....

更多內容，歡迎有興趣的老師們詳細閱讀「P. E. T. 父母效能訓練」一書，期盼我們能藉此提升自我效能，在面對孩子教養的方法上有更多的學習與成長!!

~與您共勉之~