

# 外籍新娘的環境適應和美滿家庭的經營

—新竹師範學院李倩華教授專題演講

／歐美月整理·攝影

桃園縣八德市衛生所於今（88）年1月舉辦外籍新娘聯誼座談會，特別邀請新竹師範學院李倩華教授做專題演講，主題為「外籍新娘的環境適應和美滿家庭的經驗」，李教授例舉諸多親身體驗的實例，深入淺出，將身為台灣媳婦的外籍新娘，在日常生活中，可能遭遇的諸如婆媳之間該如何相處，及夫妻的相處之道等，多引實例說明，期能讓外籍新娘處在台灣家庭裡，能夠更幸福更快樂，做個道道地地的台灣媳婦。

## 該如何與台灣婆婆相處？

李倩華教授直截地點出身為「婆婆」的人，在生理上或心理上都位處在不穩定的情況，如更年期的到來，這個時候婆婆通常已屆更年期，由於荷爾蒙大量降低，所以生、心理都很難適應，情緒較不穩定。

所以當遇到婆婆愛嘮叨，媳婦就要能諒解，別太在意婆婆情緒上的問題。

為什麼說中國的婆婆會很難伺候呢？多導因於其年輕的時候也是苦過來的，就好比俗話說：「媳婦熬成婆」，這類的婆婆很難使她們閒下來，總是愛嘮叨；所以當媳婦的最好能「將心比心」多站在婆婆的立場著想，比較能夠體會婆婆的想法。另一方面也體量到婆婆年紀大了，需要別人多一點的關照，而且婆婆好不容易將自己的丈夫養育成人，也是很辛苦的事。總之，身為媳婦的人，要多發揮自己的同理心，如此，家庭就能減少不必要的紛爭，也多一分幸福。

## 夫妻相處之道

夫妻之間該如何相處呢？往往愛一個人，可以愛到「掐死你的溫柔」，尤其是身為妻子的一方，什麼都要管，管到令對方受不了。因此，夫妻相處之道便成重要的議題。

李倩華教授說，夫妻相處要能「三機一體」，意即身為妻子的在外要像個貴夫人；在家要當個家庭主婦、賢妻良母；在閨房裡要像個蕩婦，能夠滿足丈夫的需求。而身為丈夫的呢？在外要像個君子，令人敬重；在家要做家庭主夫，幫忙做家事；在閨房裡要學習當個懂得「調情」的鋼琴師。

「三機一體」尚有另一說法，就是為人妻者，要學習當丈夫的媽媽、女兒、和紅粉知己；為人夫者，要學習當妻子的爸爸、兒子和好朋友（情人）。

夫妻之間也會有吵架的情形發生，當吵架的時候要切記以下的守則：

- 一、床頭吵、床尾和。
- 二、不要翻舊帳。
- 三、不要罵到其他的人，如父母、兄弟姊妹。
- 四、不要在孩子面前吵架。
- 五、口下留德，不要把話說得太難聽。

最後李教授特別提出，不論是婆媳、夫妻之間的相處，都應遵守「保持距離」的原則，這距離當中要包含多一點的禮貌和尊重。而婆媳之間或許可以遵守「多送禮少見面」的原則，避免不必要的紛爭，更可能會相處得較和睦一些。最後的結論是「沒有緣份的人，不會彼此相愛」所以要惜緣惜福，珍惜所愛，也愛他的家人。