

# 淺談文化和家庭關係

跟在外地成長的華人個案談及他們與父母的關係時，經常出現一種情況：「我明明很愛父母，可是就因為沒聽他們的話，爸媽就覺得我不愛他們了。」

我在督導一個英國臨床心理學家時，她百思不得其解，她的個案（來自中國）為什麼和父母那麼糾纏不清？在她眼中，個案已是成年人，還沒活出一個成年人應有的自主。

集體主義和個人主義的文化最基本分別，是我們傾向用「關係」來定義自己。個人主義的社會較着重談個人權利，而集體主義則更着重談義務。我們自小被教育要重視自己的貢獻，着眼於一己怎樣能夠有益於社會和國家。追求自我完成、成為最好的

自己，較少出現在我們的教育之中。

但那只是基調而已。要向外國人解釋中國的文化，就像跟夏蟲談冰差不多。

中國人「孝」的概念於西方社會彷彿不存在。在大部分西方社會，他們有「愛」自己的父母和「感恩」他們的養育等概念，不過，這與「孝」有點分別。「孝」這概念，包含了大家如何看待父母與子女的關係，當中包括「忠誠」、「尊卑」、「服從」等意味在裏面。

對於比較傳統的上一輩來說，要明白他們在外國長大的子女有不同價值觀，待人處事會因而不同，然而，仍一樣愛他們，是很難的。在他們眼中，讓父母生氣、擔心的孩子，就是不孝。由於我們習慣用關係來定義自我，也會很自然地感到「內疚」，讓父母難受，我就是一個「不夠好」的人。

有時，子女寧願說謊來維持表面和諧，結果反而拉遠了和父母的距離。孩子一方面在想「我不想讓父母擔心」，另一方面在想「他們的意見讓我很有壓力」或者「他們又會罵我不聽話甚至不愛他們！」兩者都會讓人陷入兩難。

因此，兒時曾受父母虐待的人，成長後會面對更糾結的感情。不只生氣又傷心，還會內疚，且要哀悼自己兒時沒獲得的愛。

作者為註冊臨床心理學家  
[www.mindfully.hk](http://www.mindfully.hk)



▲ 子女有時寧願說謊來維持表面和諧，最後反而拉遠了和父母的距離。