



2019年08月刊

# 祖父母 的 模樣



好家庭

「祖父母」的模樣



好教養

老少咸宜的「家族旅遊」



好夫妻

牽手，愛「我們的」父母



## 好家庭



# 「祖父母」的模樣

2019年調查發現：臺灣民眾初次為人祖父母的年齡約為54歲，以國人的平均壽命80歲來看，祖孫關係可長達25年以上。「為人祖父母」是個人生命發展歷程中的重要事件，祖孫關係也是家人關係中重要的一環。

## 「祖父母」的模樣

對於「祖父母」，你的印象是什麼呢？調查發現：有8成以上的祖父母認為自己是「救火隊」。對現代雙薪家庭來說，祖父母確實是照顧孫子女、家中大小事件的重要救援部隊。在孫子女的眼中，多數認為祖父母是「歷史學家」，家族的歷史與故事，由祖父母口中，世世代代相傳。人們常說「家有一老，如有一寶」，祖父母確實是家中的寶藏，但或許並不「老」？！充滿活力、及時救援、話說古今的「祖父母」，有著各種可能的模樣！

### ♥ 祖父母的模樣

### ♥ 爺爺一定有辦法

## 「祖父母節」，

### 全家一起同樂共學！

每年8月的第4個星期日是「祖父母節」，透過這個日子，全家一起三代同樂。可以這樣做：

### ♥ 大手牽小手

### ♥ 外婆萬歲

### 和孩子一起向祖父母 表達感謝

寫張卡片、畫張圖、唱首歌送給祖父母；一個擁抱或打個電話給祖父母，告訴他們「祖父母節」，這個屬於他們的獨特節日。

### 為祖父母安排 一個家庭聚會

這一天讓祖父母當主角，在家煮一桌祖父母喜歡的料理，或選一個祖父母喜歡的餐廳，全家共聚一堂。

### 穿越時空 跨越世代 「同樂會」

祖父母唱一首老歌、孫子女分享一個現代流行的歌曲，透過流行歌曲等交流，家中不同世代增進了解也互相學習



## 喜歡「賴」在爺奶心坎裡



對祖父母而言，看到孫子女是最開心的事，「滑時代」下，住得遠、忙學業的孫子女，試試以下3個好方法，讓祖孫常常「賴」在一起！

### ♥ 全家拍照趣

### 語音訊息



利用「語音訊息」留一段話，「阿孫，颱風放假了！要出門還是要小心喔」彼此傳遞訊息與關心！

### 即時分享



「即時分享」照片或影片，分享生活大小事。「阿嬤！我在墾丁天氣晴」



### 互動遊戲



善用貼圖、換臉等互動遊戲，增加樂趣，拉近祖孫距離！





## 好教養

# 老少咸宜的「家族旅遊」!



小時候，爸媽帶我們出去玩，是童年記憶中最美好的回憶。

趁著暑假，帶著阿公、阿嬤和孩子，全家三代一起出遊去，創造出更豐富的家族回憶！祖孫同遊，三代聚在一起，祖父母可以和孫子女同樂，同時也是父母的最佳幫手。不過，規劃適合「年長」+「年幼」的家族旅遊，不簡單！要如何安排？可以試著用以下的檢核表事先準備，讓家族旅行大小都開心，一路歡樂。

### 給祖父母的TIPS

- 定期藥物：  
出遊前先去醫院，與醫生確認定期服用藥物，及旅遊自備藥
- 避寒避暑：扇子、薄外套、遮陽帽、墨鏡
- 行走：拐杖(助行器)、輪椅、便於行走的鞋子
- 物品：手機、證件、緊急聯絡資訊

\* 回味無窮的沿途風光，一起 **坐電車，出發**

### 給祖孫子女的TIPS

- 常備藥物  
內用：腸胃、發燒、止咳藥、鼻水、過敏藥物  
外用：OK繃、蚊蟲咬藥膏
- 避暑避寒：帽子、扇子、薄外套、雨衣
- 行走：推車、背巾
- 物品：尿布、玩具、安撫小物、小零食、耳溫槍、副食品

\* 父母的最佳幫手

喜之客：super 阿嬤的超級教養術

### 給全家人的TIPS

- 隨身物品：濕紙巾、衛生紙、乾洗手、毛巾、手帕、防蚊液
- 飯店選擇：通用設計、無障礙
- 餐廳選擇：空間較大的餐廳、有兒童座椅
- 景點選擇：考量安全、體力與喜好，定點式從容漫遊
- 了解天氣：雨備、合宜穿著
- 視需要購買保險

\* 來看看小朋友對祖父母的印象是

老人印象拼圖



7歲+

## 預備充足，讓「車程」充滿趣味

三代同遊，車程建議兩個小時以內，對全家人都適宜。短短的車程中，除了閉眼休息外，可以試試以下小撇步，增進旅途趣味，也能使三代的關係更緊密！

此階段的孩子可以完整表達並理解大人說的話。藉著車程時間，分享三代間不同的經驗和感受，對彼此的生活有更深入的了解，促進三代間的交流與情感。

### 試試看：

- \* 彼此分享對景點的想像以及期待的心情
- \* 彼此分享曾經去過的景點和回憶
- \* 討論旅行景點的特色(風景名勝、地理人文等)

\* 做好萬全準備

家庭急救包





## 好夫妻

# 牽手，愛「我們的」父母



當孩子出生，我們的父母就成為孩子的「祖父母」！兩家人的生活多了含飴弄孫、三代共處的時刻，重要的是，夫妻倆人與上一代的互動模式會影響到祖孫關係及全家人的相處。對於祖父母在孫子女成長過程中的參與，夫妻的想法如能有共識，搭起三代間情感的橋樑，這將是我們送給父母及孩子最棒的人生禮物。透過以下兩個練習，拉緊三代的心！

### 練習1：認識另一半的成長經驗，了解祖父母的教養方式

要完整的認識一個人，不只是看他現在說的話、表現的行為，而是要進一步了解行為背後可能的成因，認識彼此的原生家庭需要發揮這種偵探精神。首先，和另一半聊聊：印象中，小時候父母的管教方式，可以幫助我們理解祖父母的教養習慣；接著，讓另一半說說小時候對爸媽的印象，例如：覺得爸媽是怎麼樣的人？個性如何？家庭世代之間相處情形等，進一步理解另一半原生家庭經驗與價值觀。

### 練習2：理解「祖父母」對孩子的愛與期待

孩子健康快樂成長，是全家人共同的希望，兩代也許做法不同，但出發點是一樣的。當兩代之間想法不同，先「看見」祖父母的出發點是「愛孩子」，再解讀祖父母的作為。例如，祖父母期待孩子在忙碌的學校生活外，可以有放鬆的時光，所以讓孩子看電視、吃點心等。因此父母若能先戴上「正向」的眼鏡，想想祖父母的行為背後可能的原因，有助緩和代間的教養差異，也可以有兩代對話與溝通的契機。

### 了解另一半原生家庭的教養價值觀的三個關鍵問題

1

#### 重要的教養規範

如：幾歲可以有零用錢？  
犯錯最常被處罰的方式？

2

#### 重視的品格養成

如：最常被懲罰的原因？  
最常被肯定的行為？

3

#### 家庭互動與習慣

如：平日家中吃晚餐時的場景？過年的習俗？

做你家人的好家人

找一條回家的路



## 上一代給建議，夫妻有默契

不同世代的生活情境會影響教養的觀念，兩代之間不免會對教養孩子的想法或方式有所不同。面對意見不同時，可以先建立屬於夫妻倆人的小默契，攜手一與上一代溝通、協調。



設立原則

教養孩子是父母的責任，由夫妻二人溝通：屬於我們家的教養原則，以及設立這些原則背後的原因。



正向眼光

正向的態度看待上一代愛孩子的心，謝謝他們願意以他們認為最好的方法，來對待我們的孩子，適時向祖父母表達感謝。



合宜溝通

聆聽與理解上一代想法的同時，以「我的父母、由我去溝通」為原則，夫妻協力讓上一代明白我們家的教養原則與想法。

育兒心連心

意想不到的幸福家庭秘訣



和樂共親職電子報2019年08月



各期電子報



訂閱電子報



發行 / 教育部委託辦理家庭教育數位加值計畫

總編輯 / 林如萍 執行編輯、責任編輯 / 胡晏菽 編撰群 / 宋采臻、陳家容、蕭子喬、胡晏菽、陳寅真