

目錄

長者與兒媳的關係

內容	頁數
前言	1
使用簡介	2-4
課題內容	5-8
附錄：	
一 課前/課後問卷	9
二 常見的問題及回應/常見的情況及處理方法	10-11
三 個案分享	12-13
四 社區支援服務介紹	14
五 衛生署長者健康服務熱線及網址	15
六 光碟銷售地點	16
七 參考資料	17
八「DIY 自助式健康自學/教學教材套」意見調查	18-19
九 投影膠片內容	T1-T13
附件：	
一 參考單張：「與長者溝通的技巧」 「肌肉鬆弛練習-漸進式」 「自我鬆弛法」 「長者心理健康」	
二 參考視像光碟： 「靈活溝通顯關懷」 「自我鬆弛練習」	

前言

衛生署長者健康服務外展隊伍的服務宗旨是透過不同形式的健康教育活動，增加長者對老年生理、心理健康及護理的認識，使長者的健康及護理知識普及化，從而提高長者的自我照顧能力，鼓勵他們培養良好的生活習慣，支持和鼓勵家人照顧長者，以減低長者染病及罹患殘疾的機會，藉以提高長者的生活質素。此外，更透過護老者訓練的方式，以提昇及加強他們對長者護理的健康知識及技巧。

要做到「普及健康資訊，促進長者健康」的目標，除長者健康服務的努力外，還有賴社會人士或跨部門的合作，不遺餘力地參與推廣健康的工作。我們相信社會上有很多熱心人士，正以不同形式進行健康教育的工作。

有見及此，長者健康服務於 2005 年推出一項「DIY 自助式健康自學/教學教材套」之計劃，這計劃目的在與各界社會人士如長者地區中心及長者鄰舍中心的同工及社區義工等的合作，成為推廣健康及預防疾病的工作伙伴，藉着「DIY 自助式健康自學/教學教材套」的輔助，鼓勵服務提供者/義工等積極地推廣健康資訊或作訓練護老者之用。

使用簡介

「DIY 自助式健康自學/教學教材套」是以長者健康服務現有的健康教育教材精簡改良而成，使用者毋須具備醫學或護理知識亦可獨立使用。

「自學/教學教材套」內容：

- 課前及後問卷
- 課題內容介紹及投影膠片
- 常見的問題及回應/常見的情況及處理方法
- 個案分享
- 社區支援服務介紹
- 衛生署長者健康服務熱線及網址
- 光碟售賣地點
- 「DIY 自助式健康自學/教學教材套」 意見調查
- 參考單張、視像光碟及書目

對象

- 「DIY 自助式健康自學/教學教材套」使用者：
熱心推廣健康教育人士，如：
 - 長者地區中心及長者鄰舍中心的服務提供者
 - 義工、家務助理員
 - 專業人士，如護士、教師等
 - 家中護老者、退休人士、宗教團體等
- 使用者之服務對象：
 - 長者、義工
 - 護老者、家中護老者
 - 有興趣人士

使用形式及場合

不限形式，如：

- 正式講座

- 非正式長者中心日常活動，例：例會中簡述健康訊息
- 正式或非正式小組聚會、探訪長者
- 家中護老者自學作參考

配合其他活動時用，如：

- 個別輔導
- 個案討論
- 角色扮演
- 擇錄於刊物等

使用方法

「DIY 自助式健康自學/教學教材套」內的資料可根據不同場合及對象的需要，選擇合適資料而靈活地運用，不需局限形式。本課題內容在協助長者認識與兒媳關係最常遇到的困難，以及學習如何協調雙方不同的生活方式、對事物的不同觀點和處事方法。

「DIY 自助式健康自學/教學教材套」提供對有關課題的基本知識，使用者如欲知道更詳細之解說，或對課題有疑問，歡迎致電與各區衛生署長者健康外展隊伍聯絡，安排有關講座予義工。

「自學/教學教材套」均附有課題內容的投影膠片，附件參考單張、參考視像光碟及書目。如有需要，亦可自行下載或影印單張作分發之用。部份單張亦可向衛生署中央健康教育組或長者健康中心索取，有關目錄可瀏覽中央健康教育組及長者健康服務之網頁。另外，部份「自學/教學教材套」內的參考視像教材，可按附錄(六)光碟銷售地點購買。

初次使用者須知：

- 使用者按照對象需要運用「自學/教學教材套」內的資料，可依據課題內容與投影膠片互相對照來使用。進行活動前，須配合活動形式及對象，安排場地及準備使用器材。如採用參考視像光碟，可因應環境及時間使用。

- 「自學/教學教材套」的資料內容豐富，使用者可**每次選擇合適的部份資料**使用。亦可利用個案分享或相關課題之視像光碟內的故事來與長者作討論及分享。
- 如回答發問或需更多資料，可參考附錄(二)「常見的問題及回應/常見的情況及處理方法」及附件參考單張等，亦可使用附錄(五)衛生署長者健康服務熱線及網址。
- 使用者可自由選擇使用附錄(一)「課前/課後問卷」，以評估學員對課題內容的認識。
- 如需跟進個案，亦可參考附錄(四)「社區支援服務介紹」及附件參考單張作轉介。

評估

為改善日後「DIY 自助式健康自學/教學教材套」設計，使其更臻完善，我們誠意邀請閣下中將寶貴意見填寫於附錄(八)「DIY 自助式健康自學/教學教材套」意見調查表上，傳真至 2121 8628 或郵寄至：“衛生署長者健康服務總部”香港灣仔皇后大道東 183 號，合和中心 35 樓 3502-4 室。

課題內容

長者與兒媳的關係	教材
<p>長者與兒媳的關係</p> <p>良好的人際關係有助促進身心健康，令生理、心理、和社交生活保持良好的狀態。長者與兒媳的關係是人際關係中一個重要的環節，要如何做到彼此「互相協調」、「互相溝通」及「互相尊重及體諒」，是需要學習與實踐。以下列舉了一些長者與兒媳在相處中常遇到的困難，並且提供了一些建議，以協助建立彼此之間良好的關係。</p> <p>*講者可利用附錄三：個案分享提供的故事來引述下文，並可與長者一起討論。</p> <p>*講者亦可參考視像光碟「靈活溝通顯關懷」，內容有一個講述婆媳溝通的短劇，使用者可選擇播放作個案討論。購買地點，可參照附錄六。</p> <p>相處上的困難：</p> <p>1.人生階段的轉變</p> <p>身份及角色的轉變</p> <p>進入晚年，長者的身份及家庭角色逐漸轉變，例如：子女長大成人，開始另有家室，在日常生活中，較少照顧父母的時間；加上長者開展其退休生活，閒餘時間較多，容易令長者覺得子女不再需要自己，容易造成焦慮，甚至令長者有被遺棄的感覺，從而影響與兒媳的關係。</p> <p>「自主權」的矛盾衝突</p> <p>長者往往為子女的事務而操心（例如：工作的態度、財務的安排、伴侶的選擇等）。部分長者可能會因子女沒有採取自己的意見而感到不被重視和尊重，甚至產生不滿。同樣地，兒媳若干干涉長者的生活和選擇，亦可能會導致彼此的不和。</p>	<p>投影膠片 (T1)</p> <p>投影膠片 (T2)</p> <p>個案分享</p> <p>視像光碟: 「靈活溝通顯關懷」</p> <p>投影膠片 (T3)</p> <p>投影膠片 (T4)</p>

過份承擔責任

長者幫子女承擔責任 (例如：做家務、照顧孫兒、還債、付交物業的供款等等)，有時超越了自己的能力範圍，便導致沉重的生活壓力，造成身心疲累。

投影膠片 (T5)

2. 人際相處的不協調

生活習慣及處事方法上的差別

由於媳婿在不同的家庭背景下成長，難免會跟長者有不同的生活習慣、思想、觀念及處事的方法 (如飲食習慣、持家之道等)，便容易引致誤會和衝突。

投影膠片 (T6)

期望上的分歧

若長者和兒媳之間的期望未能得到協調 (例如：不同住的兒媳下班後想多爭取時間休息，而長者則期望兒媳多抽時間回家相聚)，而雙方面缺乏溝通，便可能對彼此間的關係造成不良的影響。

投影膠片 (T7)

建立良好關係的方法：

1. 適當的承擔責任

子女既已長大成人，便要為自己的生活及行為承擔責任。長者不宜過份地替子女負上責任，更要鼓勵他們獨立自主。(例如：長者毋需勉強自己替子女照顧孫兒、或替子女償還債務。)長者只要在適當的時候提出意見，以供子女、媳、婿參考，並給予適當的支持。

投影膠片 (T8)

2. 開創自己的生活領域

長者不宜以照顧子女作為生活的唯一目標、及得到滿足的唯一途徑。長者可參加各類型的社區活動，以擴闊社交圈子、增廣見聞，並可發展個人興趣。此外，學習一些新事物，避免與時代脫節，可加強與年輕一輩的溝通。

投影膠片 (T9)

3. 互相的尊重

假若長者和兒媳在處事方法上有所不同 (如不同的育兒方法)，大家必須尊重對方，不要過份干涉對方的生活模式，並以開放的態度加強溝通，以達至共識。

投影膠片
(T10)

4. 體諒、包容和欣賞

長者和兒媳要互相體諒對方的立場及難處，彼此包容，嘗試「設身處地」站在對方的立場和處境好好想一想，例如：媳婦在外工作了一整天，吃過飯希望可以休息多一會而未能即時洗碗，作為奶奶或家公便多體諒。此外，長者和兒媳宜多學習欣賞對方的優點，不要只留意對方的缺點，並且對大家所付出的努力要多加欣賞和肯定。

投影膠片
(T11, T12)

5. 互相協調

長者和兒媳可調整個人的期望及要求，互相的協調及達致共識，例如當涉及有關共同生活的事務(如經濟開支，照顧孩子起居的安排)可考慮共同商議，至於個人私事(如衣着打扮，朋友選擇)，則盡量避免干涉對方。雙方面主動及積極的態度，是維繫兩代之間良好的關係的基礎。

投影膠片
(T13)

總結

要有良好的兩代關係，長者與兒媳雙方面需要不斷學習，互相體諒和尊重對方，以協調長者與兒媳間微妙關係，並在生活上以主動積極的態度來維持。

備註：

*對於不少長期受到兒媳關係困擾的長者而言，經常處於不快和緊張的狀態容易令長者身心疲累、肌肉繃緊，甚至情緒低落。自我鬆弛練習是幫助調節緊張的身心狀態，從而令到身體肌肉放鬆、身心舒暢，對身處緊張狀態的人士尤其適合(香港心理學會臨床心理學組，1990)。故此，**如場地環境寧靜，時間足夠及器材配合，使用者可選擇播放視像光碟「自我鬆弛練習」，同時與長者一起練習。**

*「**靈活溝通顯關懷**」視像光碟內有使用手冊，以供參考。內容內有三個短劇適合不同對象，**使用者可選擇合適者播放。**購買地點，可參照附錄六。

視像光碟「自我鬆弛練習」
(約需時
30 分鐘)

視像光碟:
「靈活溝通顯
關懷」

附錄一：課前/課後問卷

	贊成	反對
1. 長者與兒媳的關係問題是無法處理的。		√
2. 兒媳決定搬開不與長者同住便表示對長者的遺棄。		√
3. 長者與兒媳只要不同同住便沒有相處上的問題。		√
4. 長者與兒媳是可以融洽相處的。	√	

附錄二：常見的問題及回應/常見的情況及處理方法

當長者與子女、媳婿相處上遇到以下情況，講者可參考下列方法處理：

1. **黃婆婆訴說女兒唔生性，欠下一大筆賭債要她償還，她感到十分吃力和情緒低落**
 - 令黃婆婆明白子女亦需要為自己的債務負上責任，而黃婆婆必須顧及自己的意願和能力，切勿勉強自己
 - 鼓勵與女兒，甚至與其他子女商討償還債務事宜，以尋求家人的支持，從而減少因壓力而引起的情緒困擾
 - 若女兒仍沉迷賭博，除了鼓勵女兒接受心理輔導外，還要鼓勵她積極面對困難
 - 若經常受到財務公司騷擾，可考慮自己是否需要搬遷或向電話公司申請加裝密碼，並交由警方處理
 - 尋求專業人士(如社工、醫生、護士和臨床心理學家等)的協助，以紓緩長者的精神壓力和疏導情緒
 - 定時進行自我鬆弛練習
2. **兒子不理會張伯的反對，在數年前買下現時所居住的單位，結果在經濟不景下成了負資產業主，張伯覺得當初的意見不被重視和尊重**
 - 令張伯明白兒子需為自己買樓決定負上責任，而毋需為兒子的情況過份擔心
 - 張伯既然已經提出有關買樓意見供兒子參考，無論兒子最後的決定如何，張伯亦要尊重和體諒對方當日的決定，而非勉強對方接受自己意見
 - 鼓勵關心兒子現時供樓情況，並予以支持和鼓勵
3. **新抱不容許梁伯夫婦倆湊孫兒，怕會寵壞他們，令梁伯夫婦感到十分無奈和不快**
 - 既然兒子和新抱毋需梁伯夫婦協助湊孫，梁伯夫婦便不要勉強對方，並尊重兒子和新抱的決定
 - 夫婦倆可向兒子和新抱提出他們可隨時提供協助
 - 可以透過開展自己的生活(例如參加長者中心活動、建立個人興趣等)，充實自己，避免單靠子女為生活滿足的唯一來源
4. **子女們每星期都探望獨居的林婆婆，可是她仍感到子女們的關心不足**
 - 了解林婆婆為何感到子女們的關心不足
 - 令林婆婆體諒子女有自己的生活和需要(如忙於工作或家庭生活等)，並欣賞子女能每星期抽時間到訪
 - 鼓勵與子女們協調聯絡時間、方式和頻密程度
 - 可主動與子女溝通聯絡(包括用電話聯絡或相約他們見面)，以表達自己的關心，毋需太過介意誰做主動或被動
 - 鼓勵建立自己的社交生活
5. **女婿要求何婆婆在家湊孩子和做家務，令何婆婆感到十分吃力**
 - 假若何婆婆未能應付湊孩子和做家務的工作，便要儘快與家人商討處理方法，切勿勉強自己
 - 處理方法包括尋求親家的幫忙、聘用家務助理或外地傭工等

6. **馬婆婆與兒子和新抱同住，馬婆婆經常為著衣服的晾曬問題和清潔用品的擺放問題與新抱引起爭執**
 - 令馬婆婆明白由於自己與新抱在不同的家庭背景下成長，以致大家的生活習慣不大相同
 - 鼓勵與新抱商議衣服的晾曬問題和清潔用品的擺放方式，切忌將自己的一套強加於對方身上
 - 鼓勵盡量與新抱取得初步共識，並以不影響他人為大前題

7. **女兒和女婿為免劉婆婆辛勞預備晚飯，於是邀請她一起出外吃晚飯，可是劉婆婆卻認為他們嫌棄自己所煮的飯菜，因而拒絕外出**
 - 令劉婆婆明白女兒和女婿提出出外吃晚飯是基於一番好意，而非嫌棄她所煮的飯菜
 - 多欣賞女兒和女婿的好意
 - 可與女兒和女婿協調回家吃飯和出外吃飯的時間和頻密程度

8. **新抱經常大聲呼喝文婆婆，令文婆婆不願留在家中，她每天經常由早上八時至黃昏六時均在樓下公園遊蕩**
 - 先了解文婆婆與新抱因何事產生爭執
 - 鼓勵文婆婆多參加長者中心活動，以充實自己
 - 與可信任的朋友傾訴，以紓緩壓力
 - 可考慮申請入住長者屋或老人宿舍，以減少與新抱經常爭執
 - 若懷疑文婆婆的情況為虐老個案，應儘早通知有關機構，尋求專業人士(如社工、醫生、護士和臨床心理學家等)的協助，以防演變成家庭悲劇

9. **兒子和新抱對陳伯夫婦不瞅不睬，又不尊重他們的意見，令夫婦倆感到被孤立，以致經常留在房內，甚少出外**
 - 先了解兒子和新抱為何對陳伯夫婦毫不理睬
 - 鼓勵夫婦倆參加長者中心活動或建立自己興趣，以充實自己
 - 與可信任的朋友傾訴
 - 可考慮申請入住長者屋或老人宿舍，以紓緩精神壓力
 - 可尋求專業人士(如社工、醫生、護士和臨床心理學家等)的協助，接受心理輔導
 - 若懷疑陳伯夫婦的情況為虐老個案，應儘早通知有關機構

附錄三：個案分享

藉着故事中譚師奶和何師奶的對話，令長者明白與兒媳相處不和諧可能與雙方不同的觀點或生活模式有關。

故事人物：譚師奶 (65 歲，與兒媳同住)
何師奶 (67 歲，與兒媳非同住)

譚：何師奶，好耐無見你嚟中心玩啲？見你面色唔多好，呢排心情麻麻地呀？

何：唉，唔好提啦.....個仔叫我得閒上去佢屋企幫手執屋，順便睇埋個孫仔，煮餐飯俾佢食，唔知點解個仔同個新抱成日俾面色 我睇。

譚：佢哋為咩事俾面色你睇呀？

何：有時去到個仔度，見到佢哋趕住返工，成張梳妝台都係唇膏、化妝品，咪好心幫佢哋執拾下，點知佢哋唔鍾意。以前個仔好孝順，依家個仔就淨係聽個老婆話！

譚：不過，假如換轉頭係佢去你屋企幫你執廚房，你都未必高興啦！你知啦，有時我哋會收埋的嚟屋企度，唔想人哋搞亂㗎嘛，你話係唔係？

何：咁又係既。

譚：呀，聽講你個新抱一直對你都唔錯㗎？

何：總之依家就.....唉。依家個孫仔先得果五歲，梗係鍾意玩啦，我咪俾佢玩陣先做功課囉。啊，個新抱居然話我縱壞佢，個仔又唔出聲。你話依家做人奶奶幾慘呀，成日要受氣！

譚：我以前咪又係好似你咁激氣。不過過我依家覺得既然個仔同新抱都咁大個人，佢哋有自己一套睇法同生活習慣好平常。譬如湊孫咁，我通常會同仔、新抱講吓我自己既心得，唔會硬性要佢哋跟我果套做，仲會尊重佢哋既決定同欣賞佢哋所付出既努力。

何：聽落又係既，之但係我個仔同新抱的態度真係搞到我好激氣，咁係咪我做得唔啱先？

譚：上次中心阿黃姑娘話兒媳關係無啱定錯，好多時係需要大家既遷就、體諒同埋接納，而唔係單憑長者單方面既努力可以做到。

其實你都可以發展自己私人空間，多的參加活動，發掘自己既興趣，等自己開心吓。依家我多咗去中心參加活動，又朝朝 早去做運動，間唔中跟埋個仔、新抱去飲茶，生活不知幾充實，仲同佢哋既關係好咗添！

討論一：究竟何師奶遇到邊幾方面同兒媳相處既困難？

建議答案 (1):

1. 兒媳覺得何師奶干涉他們的生活習慣(如執拾化妝品)感到不滿
2. 兩代教養孩子的方法不同
3. 期望兒媳接納她的意見，但不獲接受而感到失望和不受尊重。

討論二：究竟有何方法可以改善大家既關係呢？

建議答案 (2):

1. 建立個人生活空間、發展個人興趣、參與長者中心活動、做運動等
2. 兒媳需為自己生活負責
3. 尊重兒媳有不同的生活方式
4. 與兒媳互相協調
5. 協調自己與兒媳的期望

附錄四：社區支援服務介紹

社區支援服務

服務項目	服務性質	☎ 機構查詢電話
1. 輔導及經濟援助	提供輔導、日間或住宿暫託服務、經濟援助、家務助理等服務	社會福利署 ☎ 2343 2255 伸手助人協會 樟木頭老人度假中心 ☎ 2640 8810 聖雅各福群會 護老者資源中心 ☎ 2805 1250
2. 復康訓練及互助小組	提供長期病患者活動資料及活動	香港復康會 社區復康網絡 ☎ 2794 1122 ☎ 2794 3010 病人互助組織聯盟 ☎ 2304 6371
3. 長者心理健康資訊	提供長者心理健康資訊及圖文傳真	衛生署長者健康服務 ☎ 2121 8080 網址：www.elderly.gov.hk

附錄五

二十四小時電話熱線



歡迎收聽健康資訊及索取圖文傳真

長者健康服務網址：

<http://www.elderly.gov.hk>

附錄六



衛生署 長者健康服務 光碟銷售地點

	部門名稱	地址	電話
香港區	中央健康教育組	灣仔軒尼詩道130號 修頓中心7樓	2572 1476
	灣仔長者健康中心	灣仔軒尼詩道130號 修頓中心貝夫人診所2字樓	2591 4847
	香港仔長者健康中心	香港仔水塘近10號香港仔 賽馬會診療所B座地下	2580 3554
	筲箕灣長者健康中心	香港筲箕灣柴灣道 筲箕灣賽馬會診療所地下	2569 4333
	堅尼地城長者健康中心	堅尼地城域多利道45號 堅尼地城賽馬會診療所地下	2817 3418
九龍區	南山長者健康中心	九龍石硤尾南山邨 南堯樓地下	2779 5596
	油麻地長者健康中心	九龍油麻地炮台街145號 油麻地賽馬會分科診所1樓	2782 5577
	觀塘長者健康中心	藍田德田邨 藍田社區綜合大樓地下	2727 5616
	中九龍長者健康中心	九龍亞皆老街147號A 中九龍健康中心	2762 8911
新界區	荃灣健康教育組	荃灣西樓角路38號 荃灣政府合署13樓	2417 6505
	荃灣長者健康中心	荃灣沙咀道213號 戴麟趾夫人分科診療所地下	2408 2267
	東涌長者健康中心	大嶼山東涌富東街6號 東涌健康中心1字樓	2109 4711
	大埔長者健康中心	新界大埔寶湖道1號 王少清診所地下	2657 2329
	下葵涌長者健康中心	葵涌麗祖路77號 下葵涌分科診療所地下	2741 2069
	屯門長者健康中心	屯門湖康街2號 屯門湖康診所1字樓	2430 7634
	元朗長者健康中心	元朗西菁街26號 元朗容鳳書健康中心地下	2470 5982
	石湖墟長者健康中心	上水石湖墟馬會道108號 石湖墟賽馬會診療所1字樓	2672 5858

附錄七：參考資料

1. Bilofsky, P., & Sacharon, F. (1991). In-laws/Out-laws: How to Make Peace with His Family & Yours. New York: Copestone Press.
2. Comijs, H. C., Pot, A. M., Smit, J. H., Bouterm L.M., & Jonker, C. (1998). Elder abuse in the community: prevalence and consequences. The Journal of the American Geriatrics Society, 46, 885-888.
3. Cotterill, P. (1994). Friendly Relations? Mothers and their Daughters-in-Law. London: Taylor & Francis Ltd.
4. Fisher, L. R. (1983). Mother & mothers-in-law. Journal of Marriage & the Family, 45, 187-192.
5. Hosley, S. C. (1996). In Laws: A Guide to Extended-family Therapy. New York: John Wiley & Sons, Inc.
6. Kington, P., & Reay, A. (1996). Elder abuse and neglect. In R. T. Woods (ed), Handbook of the Clinical Psychology of Ageing. John Wiley & Sons Ltd, London.
7. Lachs, M. S., Williams, C., O'Brien, S., Hurst, L., & Horwitz, R. (1997). Risk factors for reported elder abuse and neglect: a nine-year observational cohort study. The Gerontologist, 37, 469-474.
8. Leader, A. L. (1975). The place of in-laws in marital relationship. Social Casework, 21, 486-491.
9. Wiehe, V. R. (1998). Elder abuse. In Understanding Family Violence: Treating and Preventing Partner, Child, Sibling, and Elder Abuse (pp. 127-166). Thousand Oaks: SAGE Publication.
10. Wolf, R. S., & Li, D. (1999). Factors affecting the rate of elder abuse reporting to a state protective services program. The Gerontologist, 39, 222-228.
11. 王小龍(2001)。《明明白白你的心 – 與老年人溝通》。北京：中國紡織出版社。
12. 李太太和她的姊妹(1999)。《做人新抱甚艱難?(第二版)》。香港：零至壹出版有限公司。
13. 林蕙瑛(1999)。《家庭EQ-相愛容易，相處不難》。台北，九儀出版社。
14. 林傑斌、陳奇麟(1991)。《婆媳和睦相處 70 高招(第二版)》。台北：心理出版社。
15. 大公報(1999.10.11)。「和而忍，處事良規」模範祖母袁婆婆談婆媳相處心得。
16. 香港特區政府新聞公報(1999.12.1)。立法會十五題：長者被虐問題。
17. 香港特區政府新聞公報(2000.3.1)。立法會十題：虐待長者行爲。
18. 明報(2001.5.28)。虐老案指引及登記系統。

「DIY 自助式健康自學/教學教材套」意見調查表

*機構使用者適用

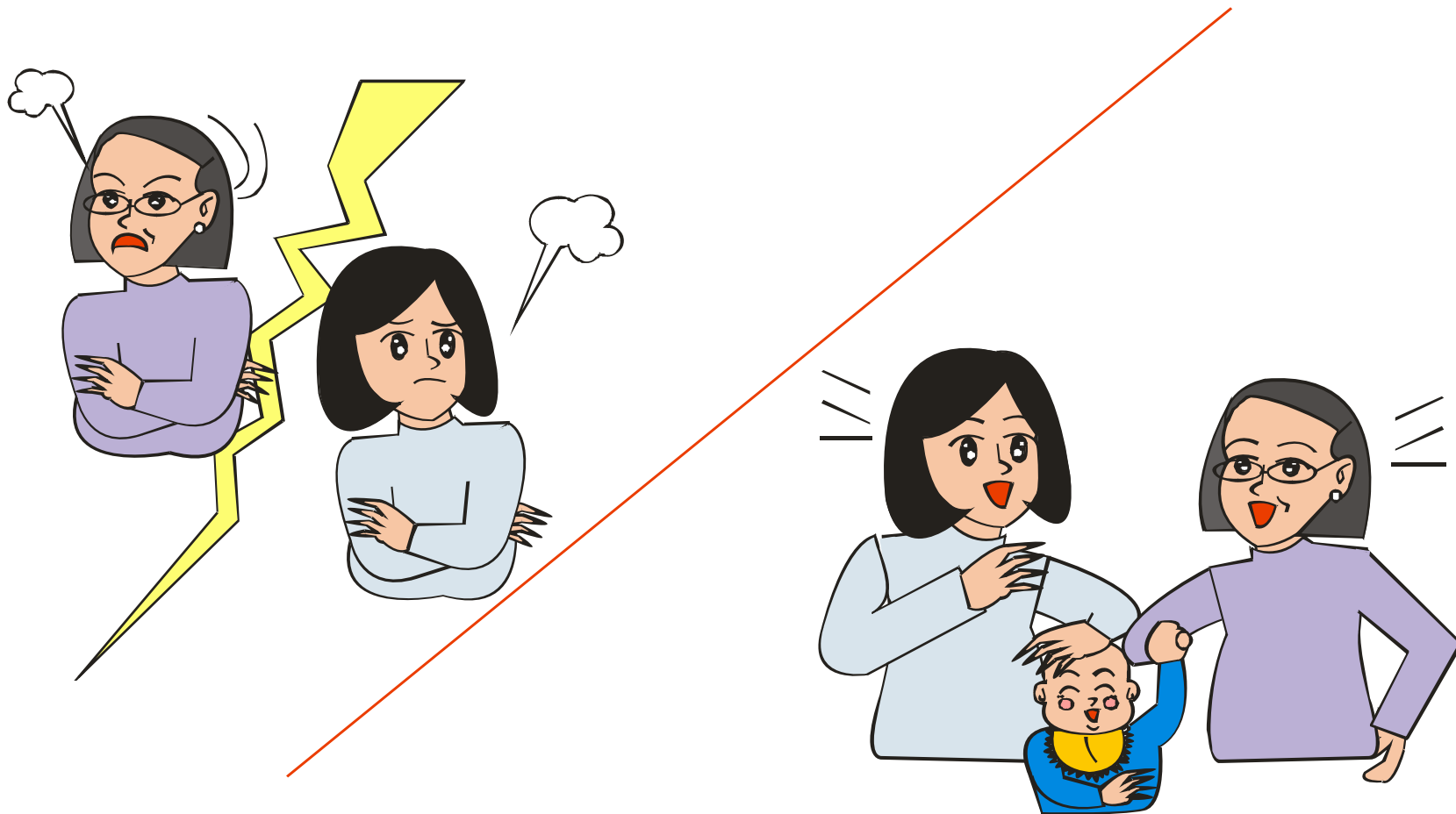
為改善日後「DIY 自助式健康自學/教學教材套」設計，使其更臻完善，我們誠意地邀請各機構使用者將寶貴意見填寫於下列「DIY 自助式健康自學/教學教材套」意見調查表上，衛生署長者健康外展隊伍護士將定期到貴機構收集意見調查表，以便跟進。

教材名稱及編號： 長者與兒媳關係

使用者姓名	職位	日期	場地	用途	學員種類	學員人數	其他意見

長者與兒媳關係





「互相協調」

「互相溝通」

「互相尊重及體諒」

長者與兒媳關係所遇到的困難

1. 人生階段轉變的不適應 角色/身份轉變



「自主權」的矛盾衝突

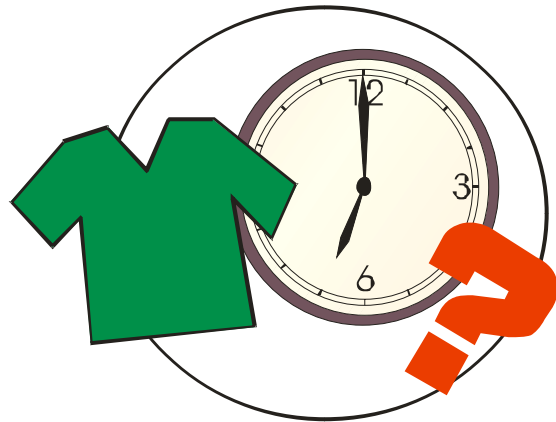


過份承擔子女應有責任



2. 人際相處的不協調

生活習慣及處事方法上的差別

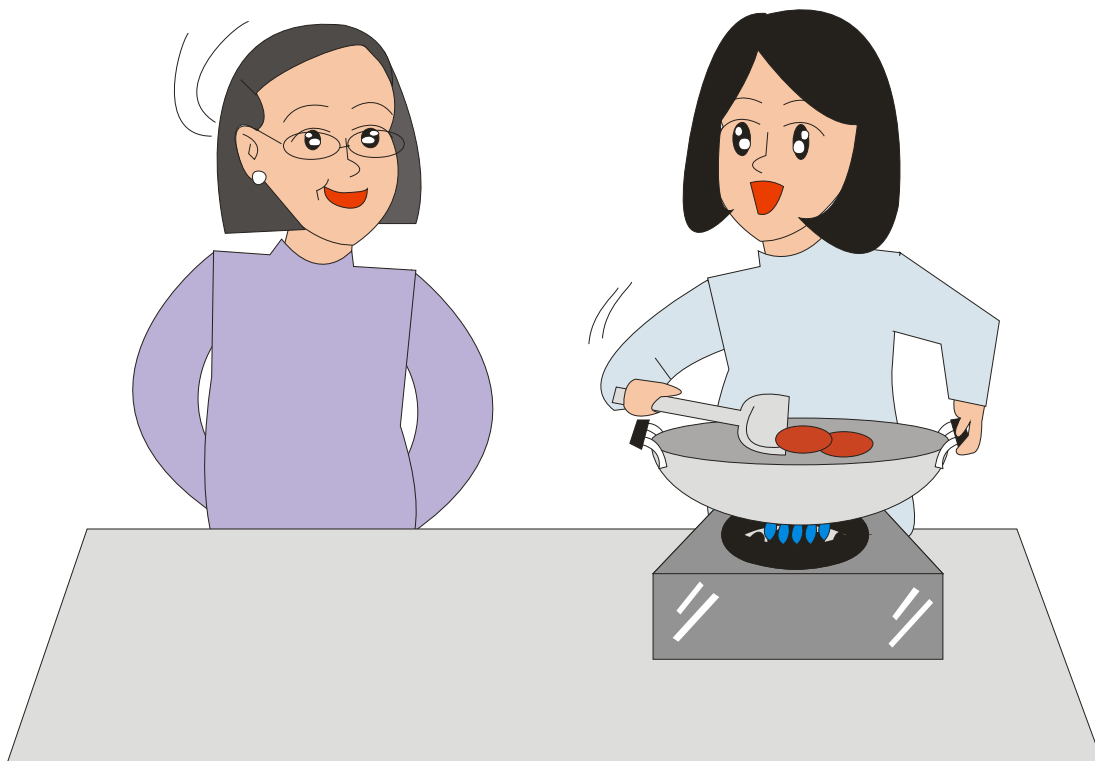


期望上的分歧

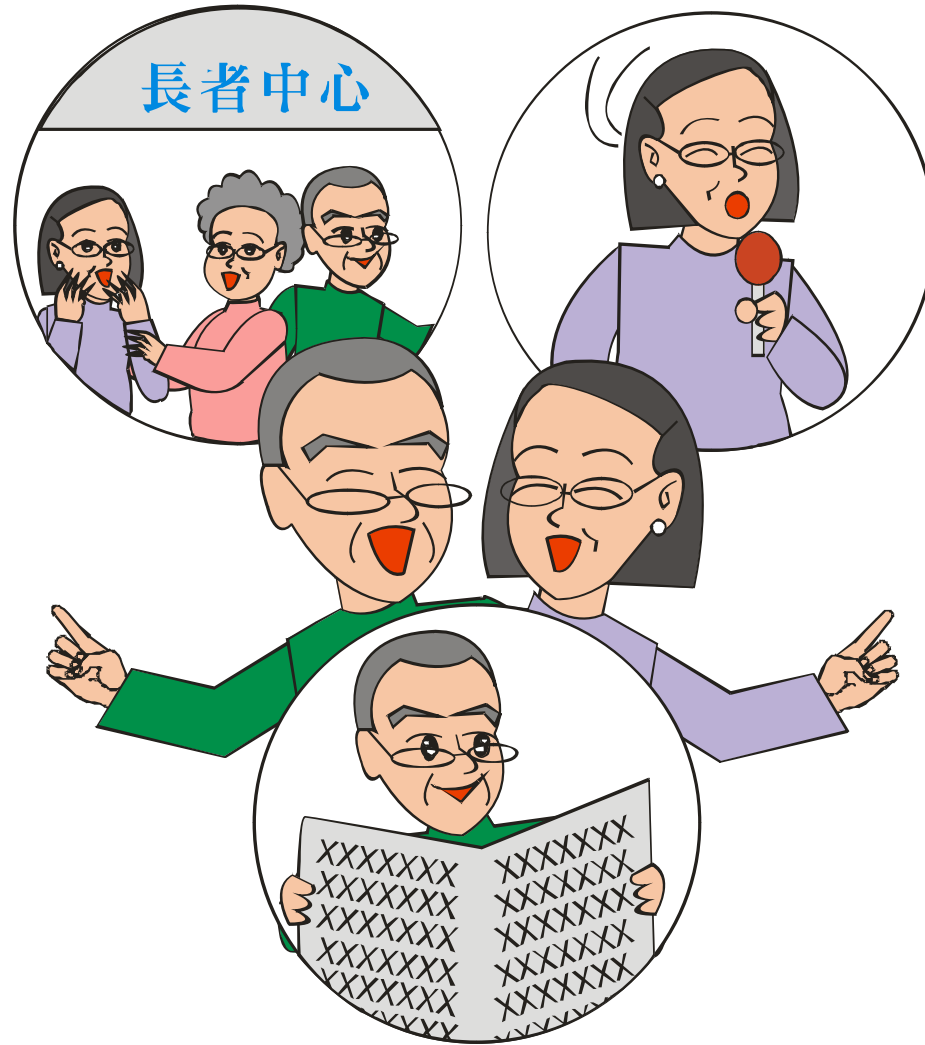


給長者/兒媳改善關係 的建議

適當的承擔責任

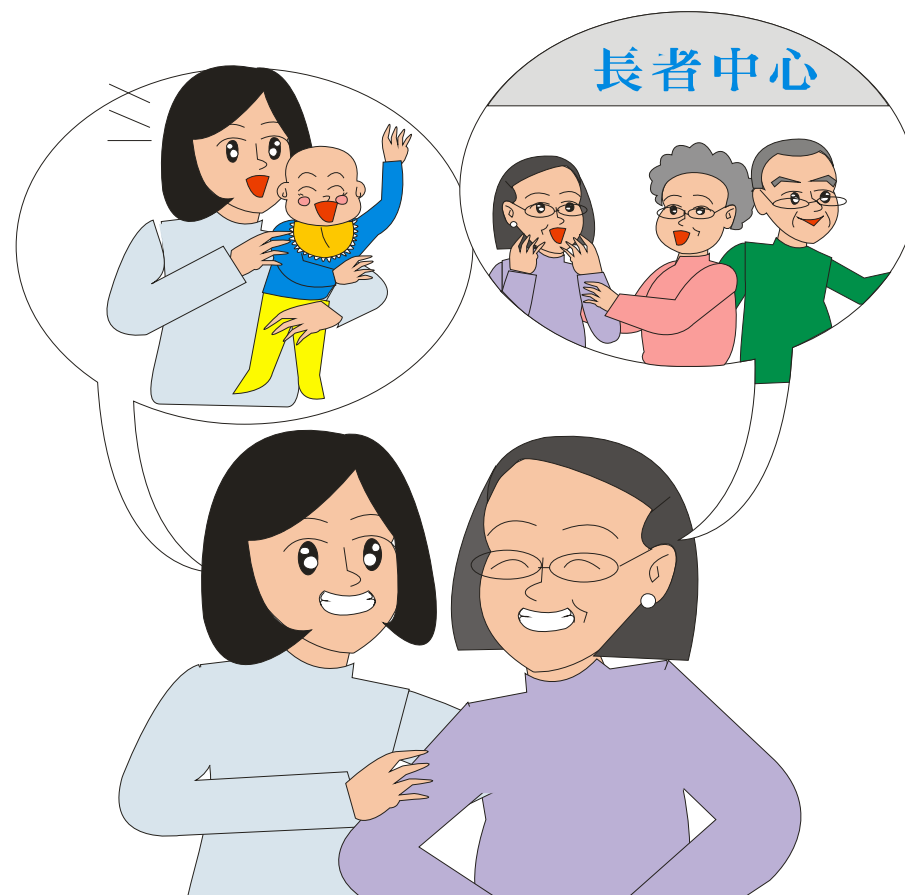


開創自己的生活領域



尊重子女有不同處事 方式

互相尊重



體諒和包容



欣賞和稱讚



互相協調及溝通

