

離婚單親父親的父職實踐經驗：四位中年男性的敘說分析

盧雅蘋¹ 呂鳳鑾² 王大維³ 林聿庭⁴ 李盈瑩⁵

摘要

受到社會變遷影響，單親家庭的數量急速成長，然而過去有關離婚的文獻多半聚焦在女性的經驗，對離婚父親的探究較少。在傳統的性別文化之下，男性並不被期待發展出擔任父職角色所需的關懷與照顧特質，若再加上離婚所帶來的壓力，這些父親在面對與孩子培養正向親子關係的種種議題上，可能會面臨許多挑戰。本研究主要的目的在於了解因離婚而單親的父親在擔任親職的經驗與實踐為何，並探索與父職實踐相關之因素。本研究採取質性研究的深度訪談，研究參與者為四位臺灣南部的中年單親父親。透過研究參與者對於親職經驗的敘說，並從故事中整理出主題，以呈現出每位父親之父職實踐樣貌。研究結果發現，四位單親父親的故事主題中呈現出多元的父職風格。四位單親父親對於親職角色相當重視，也都願意負擔起教養孩子的工作。在親職實踐的過程中，單親父親經常感受到負面的情緒，唯有在看到孩子的表現與成就時，會感到榮耀。單親父親對於離婚的態度與處理方式會影響其親子關係，單親父親常忙於工作與教養孩子之間的平衡，有些父親會疏於與孩子建立關係，而逐漸疏離，有些參與者則在經歷一些事件後有所覺醒，從實踐的過程中去修正與調整教養方式。與單親父職實踐相關因素有正面亦有負面，包括個人心理、原生家庭與社會文化層面。根據上述發現，本研究也提出未來後續研究及對單親父親的心理輔導及福利服務提出實務上的建議。

關鍵詞：單親、離婚、親職、父職、親子關係

1 國立屏東大學教育心理與輔導學系校友

2 國立嘉義大學輔導與諮商學系研究生

3 國立屏東大學教育心理與輔導學系助理教授

4 國立屏東大學教育心理與輔導學系校友

5 國立屏東大學教育心理與輔導學系校友

通訊作者：王大維，E-mail: wangtwdavid@gmail.com

壹、緒論

由於離婚率節節高昇，離婚家庭已不再被視為是「另類家庭」，而被視為是常態家庭發展的一個過程 (Carter & McGoldrick, 2004)。但即使是如此，離婚仍然會對於整個家庭系統帶來挑戰與衝擊 (Lansford, 2009)，因此離婚後的家庭該如何調適成為社會科學的熱門研究議題 (Thompson & Amato, 1999)。早期研究多集中在探究離婚對於兒童身心適應的影響，Emery (1982) 在一篇經典的研究中發現離婚對於兒童造成的衝擊不是在離婚這件事本身，而是在離婚前父母之間的衝突帶來負面情緒。研究亦發現離婚之後父母若無法好好的協調與處理居住地或監護權，亦對於孩子造成影響 (Fabricius & Luecken, 2007)。愈來愈多研究開始將焦點轉移到父母親身上，試圖理解他們在過程中的感受與挑戰，並且將視框轉移到從韌性的觀點看到離婚家庭的力量 (Hetherington, 2014)。

傳統上女性在性別角色社會化過程中較被期待擔負教養與照顧的角色，男性則被期待發展能力與成就。但隨著性別角色的轉變，也有愈來愈多父親投入親職角色 (Cabrera, Tamis-LeMonda, Bradley, Hofferth, & Lamb, 2000)。若婚姻無法維持下去，離婚後這些父親如何經歷離婚歷程以及成為單親父親的經驗，這樣的問題過去較少被探究。Greif (1994) 發現美國擁有監護權的單親父親在離婚後的挑戰主要是在照顧孩子、個人社交及與法院的交涉之間取得平衡。張碩文 (2009) 也發現單親父親在經濟、心理與親職實踐上，為其主要備感壓力的來源。蘇森永 (2005) 提及，有些離婚男性會將離婚的原因歸咎在自身，其可能會在人際、工作、親職互動中產生自我懷疑。林莉菁、鄭麗珍 (2001) 也曾於研究中指出，有些單親父親在剛開始面對親職角色問題，或是獨力養育子女的過程中，難免都會有自我否定、愧疚感等心理壓力。萬一再加上失業的衝擊，單親父親可能會遭遇到孤單、奔放不羈、失落受傷、繼續奮鬥等經驗，並透過被排除與放逐、冒險與成就、犯錯與磨難、承受與犧牲等方式來建構自我的意義 (王行, 2013)。由於男性從小就被教導男兒有淚不輕彈、不輕易向外界求助，也不允許自己表達脆弱等的行為，使得單親父親在面臨困難時傾向於選擇壓抑，很多男性甚至不願或不知道如何向外尋求幫助，以致他們的問題未能被社會所重視 (Coles, 2009)。

基於上述，本研究試圖回答下列兩個研究問題：（一）單親父職實踐與經驗為何？（二）與單親父親的親職實踐與經驗相關之因素為何？

貳、文獻探討

一、父職相關研究

隨著社會價值觀與家庭結構的改變，父親除了經濟外，亦須負起照顧與教養孩子的責任。王叢桂 (2000) 的研究指出，父親的第一大職責即是要努力賺錢，

以便孩子能有更佳的學習機會，並擁有美好的未來，除此之外，父親也會以身教的方式來示範良好的品行，並注意孩子不要學壞。國外發展心理學家在數十年前即開始重視父親參與對孩子身心發展的重要性 (Lamb, Pleck, & Levine, 1985)，這樣的觀點也在晚近的實徵研究中得到支持 (Sarkadi, Kristiansson, Oberklaid, & Bremberg, 2008)，國內外探討父職與父職參與的研究與文章大幅成長 (Cabrera, Tamis-LeMonda, Bradley, Hofferth, & Lamb, 2000; Lamb, 2000；涂妙如，2007)。王大維 (2000) 曾指出了父職參與可能的幾個面向：情感、認知、行為與關係，在情感部分包含了父親在實踐親職時所感受到的種種正負面情緒；認知層面是指其對於父職的概念，認為自己應該負起哪些責任等；行為層面則是父親如何實踐其親職；最後是關係層面，包括父親與親子互動及親密。

礙於傳統性別角色分工的影響，婚後男性仍被社會期待擔負養家者的角色，而教養工作則多為女性來承擔，這樣的情形可能使得男性缺少學習父職的機會，對父職更為疏離，那些真正能參與且擔負親職角色的父親，必須經過一番努力以發展出對於父親角色的自我認同 (Höfner, Schadler, & Richter, 2011)。許多男性都是在當了父親之後才開始學習如何作父親，因此可能缺乏擔負親職角色所需的關懷、照顧與親密連結等能力。邱珍琬 (2010) 指出，雖然父親也有與家人更親密的需求，但礙於養家職責、妻子的間接阻撓，以及社會期待因素與壓力等，其實是無法讓父親隨心所欲地發揮其親職功能，也因此父親的角色是被邊緣化的。Brandth 與 Kvande (1998) 則是研究一群因為孩子出生而請育嬰假照顧孩子的父親，發現他們的照顧與關懷孩子方式與母親不太一樣，會沿用一種得以重新強化其男性氣概形象的方式來擔任父職角色。上述研究勾勒出父職的輪廓，但我們對於父職的經驗仍了解不夠，尤其是當父親面臨家庭壓力與轉折時，其如何因應這些挑戰，令人好奇。

二、單親父職實踐經驗

在美國早期社會仍視父親為較不適合教養小孩，因此法院的判決多半將監護權給母親，在性別平等的觀念下，法官逐漸認為不應單從性別來判斷誰是最好的撫養者，而應該全盤考量，因此也愈來愈多父親獲得監護權 (Warshak, 1986)。臺灣的脈絡則有不同的發展，我國的法制對於離婚後未成年子女之親權行使演進大致經過五個階段 (陳竹上，2017)：第一階段 (1930 至 1989 年)：父方優先原則。第二階段 (1993 年至 1996 年)：兒童福利法之突破。第三階段 (1996 年迄今)：民法親屬編之修正。第四階段 (1998 年迄今)：家庭暴力防治法之特別規定。第五階段 (2013 年迄今)：修正民法第 1055 條之 1。由於早期臺灣社會係以夫家為主權，因此孩子監護權多直接判給父親，然而經過婦女運動的爭取，女性在離婚後已愈來愈多比例擁有子女親權。從內政部 (2017) 的統計數據顯示，2016 年整體離婚事件中父親擁有子女親權者佔 42%、母親佔 38%、共同擁有者佔 20%。若是從 2017 年地方法院的離婚訴訟案件判決來看，法官將監護權判給父親者有

30.07%、判給母親者 62.57%、判決共同監護者為 6.78% (司法院, 2018)。當前的判決多是根據子女之最佳利益原則來判定, 然而根據筆者擔任家事調解及程序監理人的經驗, 很多情況要做出妥善的決定是相當困難。從上述統計數字來看, 某方面來說, 社會的性別平等, 讓女性的權益受到重視, 因而親權較不會因過去父權主義而受到犧牲; 但另一方面, 可能亦存在一個隱憂。例如法官可能因缺乏性別敏感度, 將親權判給女性是出自「親善型性別歧視」(benevolent sexism, Glick & Fiske, 1997), 認為照顧孩子是女性的「天職」, 而這樣的歧視可能被隱藏在「兒童最佳利益」的聲稱之下, 無從被檢驗。然而這樣結果不但對女性不一定有利, 也對適合且亟欲擔任親職的男性造成傷害。80 年代美國興起了男性運動的一個支派—「父親權益運動」(fathers' rights movement) (Bertoia & Drakich, 1993), 就是一群認為自己的親權受到剝奪的父親所發起。然而如何兼顧父親關懷孩子的權益, 但又不重蹈父權主義的覆轍? 這是一個複雜也難解的困境。

當部分男性離婚並獲得親權之後, 真正的挑戰才要開始。社會上對於「男主外, 女主內」的傳統性別角色分工, 使得單親父親要將生活重心從事業轉移到親職, 如何在工作及家庭間找到平衡, 是很大的挑戰。Umberson 與 Williams (1993) 曾訪談 45 位離婚父親, 發現他們的親職角色緊繃程度很高, 連帶著心理困擾與酒精濫用的機率也升高。Frieman (2002) 則研究一個離婚單親父親支持團體, 成員們表達出來的關切包括: 對於兒童福祉的關心、離婚所引發的壓力、對於前妻的行為、在分居或離婚所經驗到的社會孤立感。這些挑戰不但影響父親個人, 也可能會影響親子關係及整個家庭。以下將單親父職實踐分為三大層面:

(一) 單親父親的親子關係

根據林莉菁與鄭麗珍 (2001) 的研究, 取得監護權的單親父親與子女的情感較以往緊密, 雖然生活並沒有美滿幸福, 但彼此已漸漸熟悉這相依的關係。謝碧容 (2006) 的研究指出, 單親父親在離婚後, 與孩子的感情比以往還要更加緊密, 原因有以下四點: 1. 男性單親後會積極製造與孩子相處的機會; 2. 離婚後, 單親父親與孩子一同面對家庭驟變, 培養出革命情感; 3. 透過親人協助, 嘗試修正自己的脾氣, 學習尊重並與孩子溝通; 4. 單親父親期望與孩子成為無話不談的朋友, 雖然可以增進親子情感, 但可能使父親忽略本身也應具備引導孩子成長的責任。另一方面, 蕭世慧 (2005) 則發現有些單親父親會使用忽視冷漠的態度, 很少給予正向積極的反應, 平時較少向孩子表現關愛與親情, 也很少與子女溝通。

(二) 單親父親的教育困境

張碩文 (2009) 發現, 教育是單親父親們很重視的面向, 他們會希望孩子顧好課業, 以便在未來得以生存, 且他們的能力與背景也會影響對孩子的教育方針。王郁琇 (2006) 則認為相較於成績, 父親們更重視培養孩子對讀書的習慣與態度。謝碧容 (2006) 指出, 因為平時自己的工作繁忙, 回家還要處理家務, 這使單親父親筋疲力竭, 無暇再處理孩子的課業, 使自己不想要也無法過度涉入孩

子的課業。在無法平衡下，單親父親通常以規定、安排、放任的方式來執行孩子的教育工作，只有在有困難時相助；另外，有些單親父親也不知如何安排孩子的課業，此時他們在教育上則是採陪伴的方式，陪伴孩子讀書，但不給孩子壓力，亦不要求他們的成績。邱珍琬 (2010) 也發現，由於工作與家務的忙碌，導致單親父親在教育孩子上可能稍感力不從心，因此單親父親比較無法好好的監控孩子的行為。

黃敬傑 (2011) 則指出單親家庭對子女的教育負面影響，而其中單親父親對孩子於教育上的負面影響較大，其原因有二：第一，雖然單親父親的經濟狀況較單親母親好，但是其投入於子女的教育資源卻相對較少，再加上單親父親較不積極關注孩子的課業及升學，無法了解孩子在學習上遇到何種困難；第二，因為單親家庭的孩子經歷過父母在協議離婚時產生的衝突與爭吵，如此不好的記憶將會對孩子在整體的學習表現都產生較大的負面影響。

(三) 家務與孩子的生活照顧

隨著時代變遷，父親角色雖然有改變，但基本上還是主要以經濟、提供保護者的角色自居 (邱珍琬，2010)。也因此無論其在單親前後是否曾參與家務，在單親後都會傾向仰賴父母或親戚的幫忙，特別是當孩子的年齡越小的時候。倘若無家人可以求助，單親父親也會從外買入家務服務來解決家務，以增加工作時間來賺取更多的金錢。同時，另一方面，單親父親在關於家務分工的想法，仍受到傳統性別刻板印象的影響，會請其他女性來處理家務 (王郁琇，2006)。在《不單單是爸爸》一書中則提到不少單親父親在平常生活中，也會教導孩子如何做家務，一方面可以減輕單親父親的負擔，另一方面也能夠藉此訓練孩子獨立生活的能力 (十一位爸爸與一位女兒，2009)。

對於家有身心障礙孩子的父親來說，他們可能因為面臨巨大壓力而無力於親職實踐上，表現會比單親前還不好 (張碩文，2009)。Wetchler (2006) 反思自己身為一位重度智障兒的單親父親的經驗，發現其困擾包括時間的緊縮與缺乏隱私、親子過於糾結黏密、生理照料與衛生的挑戰等。值得注意的是，對於低社經地位的爸爸來說，其通常會將注意力集中滿足孩子生理需求，而較忽略其他層面的照顧。

三、與單親父職實踐相關之因素

本研究參考了許多文獻，將可能與單親父親實踐相關之因素分為四個部分：心理情緒、社會支持、經濟困境、求助困難、原生家庭經驗。

(一) 心理情緒

因為男性自小便成長於「男兒有淚不輕彈」的傳統性別角色社會化之下，不習慣表露脆弱的情感，變隱藏自己真實的情緒。梁竹記 (2003) 提到離婚男性心情難過時，因為不擅長表達，而使得他們在離婚後遭受極大的痛苦。蘇森永 (2005) 提及，有些離婚男性會將離婚的原因歸咎自身，可能會在人際、工作、

親職互動中產生自我懷疑。林莉菁、鄭麗珍 (2001) 則發現有些單親父親在剛開始面對親職角色問題，或是獨力養育子女的過程中，會有自我否定、愧疚感、不知所措等心理壓力反應出現。若單親孩子在學校出問題，即很容易被標籤化。單親父親除了會被孩子的行為所影響而產生焦慮，同時也感受到社會對於男性單親的冷漠，此雙重壓力將使得單親父親更加孤立無助 (王郁琇，2006)。此外，張碩文 (2009) 指出，少數單親父親不知道該找誰尋求協助，內心的感覺不知道該如何向家人傾訴，有時還會受到親戚的冷眼對待，因此會產生一種被家族遺棄的無奈感。

(二) 社會支持

林莉菁、鄭麗珍 (2001) 發現離婚前後都有和自己的父母親同住的單親父親，在離婚後較容易獲得父母的托育協助，單親父親則擔任協助的角色；而離婚前後皆未與父母親同住或是離婚前後居住型態改變的單親父親，他們的父母親大多也會提供協助，譬如白天的托育照顧。除了家人、朋友以及工作夥伴們的支持系統外，單親父親亦多會在網路上尋求協助與自我肯定。在網路的單親社群中，他們可以結交到其他擁有相同處境的朋友，因此感覺到自己不是孤單的，並減少失落感；資訊交流也可以讓他們澄清許多對單親家庭的負面看法或刻板印象，避免不必要的焦慮 (謝碧容，2006)。DeGarmo、Patras 與 Eap (2008) 則是研究了 218 位單親父親，發現社會支持 (包括緊急與非緊急的兒童照顧、實質支持、及經濟支持) 會當作緩衝劑，讓減緩壓力對親職品質的衝擊。

(三) 經濟困境

Brown (2000) 發現單親父親收入比雙親家庭的父親要少、平均家戶所得也較低、通常教育程度也較低、且受到社會救助的機率也較高，兩者的社經地位的差距也逐漸拉大。謝碧容 (2006) 指出，無論單親與否，男性總將經濟視為是最重要的，並將自己定位在「經濟提供者」的角色。傅雅暉 (2007) 的研究結果指出，若將一位父親的生活分成事業、家庭兩部分來看的話，事業會被擺在第一優先，家庭則為次之。單親父親必須要擔任各種角色，在家庭責任與工作的抉擇上，不論選擇哪個，勢必會壓縮到對另一個角色的付出，甚至是連帶的相互影響 (洪婉嬪，2010)。

(四) 求助困難

實徵研究指出礙於傳統性別角色社會化的影響，男性對於心理困擾的求助意願與行為是遠比女性來得更被動 (Addis & Mahalik, 2003)，這樣的情形若再加上離婚後與教養上的壓力，將對於單親父親的求助行為更為不利。單親父親不易向外求助心理及社會資源可能的原因有二：第一，單親父親將社會長久以來對男性的期待內化成對自己的期待；第二，家庭經濟上的困難，進而限制縮小單親父親求助的空間及資源。梁竹記 (2003) 也發現，刻板印象對男性的侷限，使得他們就算沮喪、難過，也不會輕易表露自己的情緒及向外尋求協助。王郁琇 (2006) 也發現，在實務上，男性對社會尋求協助的比率一直低於女性，是因為不少男性認

為自己的問題該由自己解決，因此選擇壓抑或隱藏自己的無助感，而不願向外求助。另外，張碩文 (2009) 發現，單親父親在求助的過程中明顯較為被動、消極的，他們會認為向外尋求協助會影響他們的尊嚴。男性強烈的自尊心，往往使他們身陷於複雜的情緒困擾中。

(五) 原生家庭經驗

原生家庭對個人有很重要的影響，單親父親的親職實踐也有可能是受到原生家庭經驗的影響。首先社會學家發現離婚似乎有代間傳遞的效應，也就是上一代父母離婚，自己的婚姻會以離婚收場的機率也會比較高 (McLanahan & Bumpass, 1988; Wolfinger, 2000)。這樣的情形當然有很多種理論可以解釋，學習理論是其中之一，也有可能是自己在父母離婚時受到情緒的影響，長大之後對於親密關係的維繫也可能受到影響。這種代間傳遞的現象也出現在親子關係，Hank、Salzburger 與 Silverstein (2017) 在一項大型的調查中發現上一代的親子關係能有效的預測下一代的親子關係 (包括情緒親密、衝突、及矛盾)。Beaton、Doherty、及 Rueter (2003) 則是發現新手父親對於父職角色的態度會受到原生家庭經驗的影響，與自己父親非常親密及非常疏遠的者，對於父職有較為正向的態度。非常親密組可能從原生家庭經驗中有好的正向楷模，非常疏遠組可能期許自己不要像上一代那樣，因此希望改變。Bernier 與 Miljkovitch (2009) 則是去檢驗單親父親與自己的父親的依附及自己與孩子的依附之關連性，發現在婚姻中的父親這二者並沒有關連，但在離婚父親組，他們與自己父親的依附跟與孩子的依附之間有關，他們認為當父親是主要照顧者時，可能會啟動過去的依附經驗，並影響孩子的行為。

參、研究方法

一、研究方法

本研究採取質性研究法，並運用半結構的深度訪談以蒐集單親父親經驗之敘說 (narratives)，並從個別參與者的個人故事中分析出主題 (themes)，最後再綜合分析父職實踐經驗及可能的相關因素。

二、研究對象

為了解單親父職實踐經驗，本研究參與者設定為「離婚後之單親父親，目前擁有子女 (不限定子女年齡及婚姻狀況) 監護權，並曾獨自養育過子女一段時間」。經過招募邀請四位單親父親參與本研究，其背景資料如表 1。

表 1 研究參與者背景資料

研究參與者	阿湯	阿武	阿成	阿振
年齡	55 歲	54 歲	51 歲	54 歲
婚姻狀態	離婚	離婚	離婚	分居*
受訪時單親年數	8 年	9 年	初次 3 年，第二次 4 年	13 年
子女數	1 女 1 男	2 女	2 男	1 女 1 男
受訪時職業	開店，目前失業	建築工人	技術員	業務員
宗教信仰	佛道教	佛道教	基督教	基督教
訪談次數	2	2	2	3
備註	身障、低收入戶			

*阿振與妻子分居多年，並未辦理正式離婚手續，但生活方式形同離婚，因此仍納入本研究。

三、研究工具

(一) 訪談大綱

研究者在閱讀過相關文獻後，將單親父親親職實踐分為五個面向（基本背景與資料、親子間的情感交流、日常生活照顧與家務分工、教養理念與模式、影響單親父親親職實踐的因素），並據此擬出初步訪談大綱。

(二) 研究者

本研究第一、第二、第四、及第五作者在研究進行時為教育心理與輔導學系學生，曾修習過諮商與輔導相關課程，並具有訪談經驗。第三作者則為教育心理與輔導學系教師，具有輔導與諮商博士學位，曾修習並執行過質性研究，其研究專長為性別研究及家庭諮商，因此可對於本研究提供性別敏感及系統觀點。

四、資料蒐集與分析

研究者與單親父親進行二至三次不等的訪談。第一次為建立關係及了解基本資料，第二次之後的訪談，則是了解父職實踐經驗。研究者將訪談錄音檔謄寫成逐字稿，確定無誤後，便進行編碼，最後再將相同的概念加以組織形成主題，並進一步尋找主題間的關聯性。為了能清楚區辨研究對象，研究者分別以 A、B、C、D 代表阿湯、阿武、阿成及阿振，而在流水編碼的部份，則以英文代號再加上四位數字的方式呈現（如：A1001），英文代號後的第一個數字為訪談次數，後面三位數字則為段落的編碼。

肆、研究結果

一、阿湯的父職故事

阿湯，五十五歲，個性幽默、風趣，思維較為傳統保守。受訪時，阿湯獨自經營店家，然而今年因故失業，目前一人居住，子女皆在外地求學。2006 年，

阿湯與前妻離婚，當時女兒就讀國三、兒子為國一。早在 2003 年當女兒為國小六年級、兒子國小四年級時，阿湯發現妻子外遇，產生了離婚的念頭，但為了兒女暫緩離婚。在這段期間，阿湯的情緒十分不穩定，使得其對子女的管教方式漸趨嚴厲。

(一) 為了孩子而維持表面的婚姻

離婚前三年，阿湯發現妻子外遇，「那時我就跟自己心裡講：『把重心放在孩子身上！』」(A1062)。即便妻子出軌讓阿湯感到痛苦，但更令他擔心的是，若與妻子分開，年幼的孩子無法承受，「因為畢竟那種..對不起喔，對小孩子也不是很好。」(A1056)。加上阿湯也不忍孩子受到外人異樣的指點，「因為那個外面(臺)，看孩子的眼神都不一樣，... (略) ...，一些三姑六婆他們講話都...很...直接，而且有時候會很難聽。」(A2034)。這讓其開始有了拖延離婚的念頭，「想說拖看看，孩子能不能大一點，有辦法承擔」(A1056)。

(二) 女兒當頭棒喝，讓我下定決心離婚

三年間，阿湯與妻子的相處雖不好，但為了孩子仍苦撐著。直到有天，女兒對他說：「『爸爸，爸爸！啊你們都這樣了，為什麼不離婚？』我才突然想到，其實孩子，小孩子的那個心裡喔、敏感度喔，比...你所想像的還強！」(A1058)，這時阿湯頓悟道：「啊！確實，該離還是要離。」(A1058)，才下定決心與妻子離婚。

(三) 迴避談離婚，但仍讓孩子與前妻維持連繫

離婚初期，阿湯為了讓孩子依舊可與前妻有連結，把一個套房給老婆住，也使得阿湯在離婚後經濟上面臨困境，「希望說她(女兒)的那個教育，教育方面幫忙出一點啦喔。」(A1058)

阿湯自離婚後，鮮少與孩子談論離婚。當時兒女正步入青春期的阿湯擔心「叛逆期的話，很容易跟他們有衝突，啊一衝突的話，就會談到他們，講到他媽媽，啊一講到啊就，不好啊，啊所以我量避開啦，講好就避開，說難聽就是逃避啊。」(A1140)，如此就可避免孩子受到更大的傷害，畢竟「只是說在他們傷口當中再灑鹽而已，他們已經在痛了，你又講出來，他們更痛。」(A1140)。然而，不與孩子談論前妻並無法掩蓋孩子思念母親的心情，「因為那個男生有跟我談到，『啊我就沒媽媽。(臺)』，這句話我嚇一跳，我說，『沒有沒有，你還是有媽媽啊，只是你媽媽是...不跟我們住一起，你要找她隨時還是可以去找，只是要跟我說一下，打個招呼說你要去。』」(A1138)，這讓阿湯了解到孩子與前妻維繫連結的重要性。為此阿湯對孩子說：「你...以後...跟你媽媽...多要一些零用錢！(笑)」(A1058)，主要是期望孩子透過向母親「要錢」，來增加孩子與前妻的接觸，維繫情感，但「她(前妻)竟然拒絕她(女兒)，拒絕幫忙付，我覺得好好笑，我給妳機會捏，我給妳機會當媽媽捏，妳還不要！」(A1138)，這讓阿湯對前妻感到失望。

(四) 對於嚴厲打罵造成孩子缺乏自信感到懊悔

孩子上國中，阿湯發現到能力一向不錯的女兒成績漸漸下滑，兒子的成績則是時而優異、時而退步。當時無法理解孩子的轉變如此大，阿湯嚴厲責打他們，「我竟然拿那個... (略) ...劍道的竹劍喔打他們，而且我打得好狠...」(A1060)。但是打完後，阿湯卻後悔了，「我曾經也哭著跟他們說...說我很後悔，打他們」(A1094) 因為阿湯認為孩子是受到家暴的影響，才讓「他們自卑，他們躲起來，他們的自信不見了。」(A1060)，為此阿湯對自己的行為充滿悔恨與抱歉。

(五) 從過於嚴格轉為過於寬容

意識到自己對孩子所造成的傷害後，阿湯便對孩子產生彌補心態，「他現在因為他也是都是功課上的關係需要手提電腦，... (略) ...，假如我對物質上有...有彌補的話，就是在這些而已啦！」(A2042) 且相較於以往對孩子嚴厲的要求，阿湯轉而以寬容的態度來對待孩子，「離婚之後阿，他們有時他們上課遲到，我反而不會去罵他們，壓著他們，我反而車子趕快...希望...已經遲到了，至少要趕到上課時間，把他送到學校去」(A2044)。另外，阿湯也時常順應孩子的心意，「我現在跟小朋友多...延續啊，小朋友要做什麼，我都無條件地說：『好，去！去！去！』」(A1060)，並轉為以溫暖、關懷的方式與孩子溝通，「像前幾天，我兒子去找同學，啊整天都...整個晚上沒有回來，阿其實我放心，因為他跟同學，我很放心他拉。啊...我只是告訴他沒有錯，爸爸放心你，但是你要告訴我...喔...告訴我，我不用在家裡等門」(A1062)，阿湯期望藉此讓孩子看到自己行為及態度上的轉變，以彌補過去對他們所造成的傷害。

(六) 對於無法拉近親子關係感到挫折

懊悔於過去的家暴推阻隔與孩子的關係，「本來想說，當朋友應該距離會近一點，不過沒想到我的孩子竟然回答我說什麼：『哪有這樣的！爸爸就爸爸，哪有是朋友的！』我嚇一跳啊，蛤...怎麼會這樣？」(A1060) 阿湯當下感到十分錯愕，覺得「好難過、好傷心，那這讓我真的好傷心」(A2052)。這讓阿湯開始小心翼翼地與孩子互動。有次阿湯拿十萬元給女兒作為旅費去澳洲，雖然未果，但阿湯相信「應該她不會亂花拉，我還是相信她啦。阿就是...至於說，她為什麼沒去，我也沒有問她。」(A1072)

(七) 孩子漸長大，把握愈來愈少的相處機會

即便如此，阿湯仍關心孩子，「我跟他說，你現在喔，跟同學的相處比較重要，因為以後你的事業，你的未來，爸爸給你的幫助不多，反而是同學給你的比較多，所以你要多認識一些同學。」(A1089)，並在孩子升學時給其建議：「你要為了你的興趣去做事賺錢，你才會很快樂」(A1094)。隨著孩子長大後忙於學業而鮮少回家，阿湯平時會「偶爾我用 FB 偷看他們」(A2104)，並期待在孩子回家時，把握彼此的相處時間，「其實現在，雖然回來一起吃飯，夠了，聊聊天就夠了。」(A2106)，但連要吃個飯都不容易，「我攞嘛嘆虧：『喔你事業

做很大喔，要和你甲飯要約時間喔，攞謀一定約ㄟ到喔（臺）』」（A2106）。透過不斷的努力與彌補，「我現在跟我的孩子互動也比較好」（A1117）

（八）對於向外求助感到矛盾

即便阿湯在離婚後面臨經濟與情緒的困境，也不願向外尋求協助，「單親爸爸，每一個人喔，碰到的狀況不一樣啦，...（略）...，所謂的外面的幫忙喔，我，我不知道是有什麼好幫的」（A2086）。阿湯認為政府對單親家庭的補助資訊過於模糊，表示「沒有，我都沒有利用到」（A2094），而是靠自己賺錢，他說「我有能力，去賺錢啊，去那個比較重要」（A2090）。但在教養女兒上曾尋求家人支援，女兒面臨青春期時，「我有找我姐姐來跟她聊天ㄟ。」（A2052），讓身為女性的姊姊來教導女兒注意事項。

二、阿武的父職故事

阿武，五十四歲，育有兩位女兒。阿武相當注重家庭倫理，是一位極為傳統的男性。由於身為建築工人，長時間在外地奔波，一個月僅有幾天在家裡。離婚前，照顧女兒的責任多落在妻子的身上，當阿武事業失敗後，為了不拖累妻女，決定於 2005 年與妻子離婚。當時，阿武將女兒交給前妻照顧，自己仍主要負擔經濟來源。約 2008 年時，前妻表示無力撫養孩子，阿武便決定將兩位女兒接回照顧至今。

（一）為了還債到外地工作，不想連累妻女

阿武在離婚前面臨了破產困境，一夕之間，從優渥的生活變得每天躲債主的日子，在這樣的情況下，「我也要，一定要有經濟來源啊，我一定要到外面工作啊」（B1042）。因此阿武只能先獨自到外地工作，兩個女兒則與母親生活，開始與妻女分隔兩地。然而，負債累累的阿武擔心妻女會受到連累，萌生了與妻子離婚的念頭。

（二）離婚後承擔經濟重擔，與孩子聚少離多

與妻女聚少離多的阿武，因長期累積的問題，婚姻也亮起紅燈。在一次衝突中，阿武以妻子對長輩不尊敬為由而要求離婚。阿武雖然擁有女兒的監護權，卻因長期在外工作而無法負起照顧女兒責任，只能先將孩子交給前妻撫養。長期在外奔波的阿武，能夠回家與女兒團聚的機會很少，「一個月回來一次，兩三天，還有家人的事也要處理，處理也要...很多時間阿，喔，跟她們聊聊天，一下子就走了嘛，...（略）...，有時候要趕著要再回去工作的地方」（B2111）。即便好不容易回家一趟，父女實際相處的時間卻不多。這種寂寞與疏離只能自己承受，他提到「阿你跟誰講都沒有用，嘖，喔只會讓人家...別人在那邊...說實在的...現實的社會，人家要指指點點而已啊」（B1208）。

（三）欲重建親子關係，卻遭孩子拒絕

幾年後，前妻突然告訴阿武，她已無力再獨自撫養孩子，希望阿武可以擔起照顧孩子的責任，當下阿武便立即決定要讓孩子們回到老家，「妳媽媽不在...不

在妳們身旁，我就不會讓妳們住在外邊，我一定要回...讓妳們回來住在這邊。」(B1178)，無奈女兒卻堅持要住外面，絲毫未考慮到阿武的擔憂。後來，女兒雖然順應了阿武的要求回到了老家，但面對親戚們的協助，女兒卻表示了極度的不願意，阿武對此雖感無奈，但也只能順著孩子的意，「我說好，那妳...就由妳啦，我是有...有啦，啊但是問題是說，她說，嘖，不喜歡跟人家這樣，好啊好啊，那妳就自己想辦法了阿」(B1170)。

(四) 與女兒重聚後面臨重大就學挑戰

而當孩子們終於回到了自己身邊之後，阿武即面臨到大女兒休學與小女兒推甄的重大事件。阿武雖對大女兒表現出強硬的態度，但其實心裡是相當擔心、心疼大女兒的。同一時期，小女兒則面臨到了大學推甄不公的事件，阿武替小女兒感到十分不平，但後來，阿武選擇用鼓勵小女兒的方式，「我也跟她說，妳再重考，大學分發妳再重考」(B2291)，而小女兒也接受了爸爸的建議，並且證明了自己的實力。最後在選填志願上，阿武僅告訴小女兒：「最主要的是看妳的興趣啦」(B2293)，同時也表示出對老師的全然信任，「妳跟妳老師商量就好，... (略)...，妳跟妳老師說，不用問我意見」(B2291)。

(五) 主動破冰，拉近親子關係

在親子互動中，多是阿武主動詢問孩子的近況，「找我討論喔，幾乎都不會啦，嘿，都我在問，他們才會講啦。」(B1094)。而面對生活中的喜怒，阿武依然是個主動的父親，在父女間發生爭執時，彼此間覆蓋著沉默的冰霜，而阿武的內心雖有著滿腔的怒火，但過了一段時間，他還是先拿起了電話，撥打女兒的電話號碼，「我就說好啊，就沒事了啊，沒事就好啊，講快一點就是這樣啊，一定會啦，就比較簡單，兩三句都好阿。」(B2260) 透過自己先主動破冰，再次拉近親子間的距離。

(六) 隱忍退讓，避免親子衝突

現在的阿武，與女兒的關係雖然比過往親近，但他仍小心翼翼地保護這段關係，避免與女兒產生衝突，畢竟「啊你跟妳說，到時候又...關係又搞壞了啦。」(B1104)，故當與女兒們意見相左時，阿武通常會以講道理的方式來回應女兒，「啊就是這樣，就...用講啊，啊勸妳、跟妳講，啊妳要聽妳就聽。」(B1104)。深怕影響到那得來不易的親近關係的阿武，最後通常都會委屈自己而順從女兒的選擇，「啊妳要整理就整理啊，啊不整理就等我有空再整理啊！啊沒空就把它放著，啊不然怎麼辦？」(B2040)。

(七) 從原生家庭反省自身教養方式

無論是在離婚前還是離婚後，阿武都採取相當開放的教養態度。有鑒於原生家庭的嚴厲管教，阿武認為「年輕的時候，爸爸媽媽也管的很嚴啊，啊我還不是一樣，在外面，賭、喝，... (略)...，他也是沒有辦法管我」(B1058)，藉由反省父母親無效的管教方式，阿武因而決定要用開放的管教方式，讓女兒能夠多方的去嘗試，但唯有一點，阿武要求女兒不能吸食毒品，「妳什麼都可以去嘗試，只

有一樣不能嘗試，就是那吸毒不要不要碰到」(B1058)。此外，阿武認為自己對於老師的看法與父母親是相同的，若孩子在學校被老師責罰了，那一定是孩子做錯事，回顧自己的原生家庭，「他(父親)也是這樣，他說：『你沒有犯錯人家不會打你。』」(B1114)，延續了這個信念，阿武從未質疑過學校老師對孩子的管教。

(八) 從個人的失敗經驗悟出「靠自己」最實在

在事業失敗之際，阿武身邊的親友迴避他，「到我下坡的時候，沒有一個人在那裡」(B1244)，這樣慘痛經驗不僅讓他看清了朋友的勢利，也體悟到世態炎涼。而由於自身這樣的人生境遇，因此阿武便一直向孩子灌輸一個觀念，「朋友互相而已，喔，真的，即使不要說朋友啦，親人也是一樣，只是互相而已。」(B1212)，提醒女兒即使是最親近的親人及朋友都不要太過於相信，凡事「靠自己」最為實在，同時也希望女兒能懂得明哲保身之道，如此才能讓自己全身而退，免於受到波及。

三、阿成的父職故事

阿成，五十一歲，為工廠技術員，基督徒，育有兩個兒子(25歲及22歲)。目前兩位兒子均在外地工作、求學，故現在獨居。阿成與前妻曾經歷兩段婚姻。第一次離婚於1999年，因夫妻相繼外遇而協議離婚，當時兒子分別就讀小學五年級與二年級。三年後，在友人的牽線下與前妻復合。但由於彼此的家庭理念不同而時常發生爭執，使得夫妻感情間逐漸對立且冷淡，故於2010年與前妻協議第二次離婚，結束了八年的再婚生活。

(一) 衝突與外遇，讓婚姻迅速瓦解

在與妻子離婚前，阿成就獨自承擔家務工作而過著緊湊的生活，「我就想說我乾脆做死算了，... (略) ...，早上六點多起來，就要趕快煎蛋，弄早餐給他們吃，吃完要趕快洗盤子，洗完然後要趕出門」(C1219)。對於妻子不能幫忙分擔家務工作，阿成十分不諒解。阿成與妻子先後有外遇使得婚姻難以維繫，兩人經過一次談判後便協議離婚。

(二) 夾在孩子與工作之間，蠟燭兩頭燒

離婚之後，阿成擁有兩個孩子的監護權，肩負起獨立撫養孩子的責任。當時礙於自己需要工作以維持家裡的收入，故只能讓兒子獨自上下學，「有時候你聽了都很心痛，因為妳(研究者)想想看，他跟妳(研究者)一樣大才小學三年級，真的很可憐啊，就一人孤零零的一個坐在教室門口，都沒有人理他，嘿啊，這樣的日子也過滿長的時間啊」(C1031)，阿成雖感到心疼，卻也無能為力。

(三) 從小建立孩子獨立自主的習慣與有原則的教養方式

獨力撫養兩個孩子的阿成，在對孩子的管教上，阿成告訴孩子：「你們自己可以處理的事情喔，你們就自己處理，喔，沒有辦法處理你來找我，我一定全力...全力幫忙。」(C1163)以訓練孩子獨立自主的能力。此外，阿成在管教上賞

罰分明，「他如果說今天都對的，我會，我就是會獎勵，喔，讓他有一個正向的鼓勵嘛，啊做錯我也是絕不手軟啊！」(C1171)而為了讓孩子明白自己的管教方式，阿成從孩子小學的時候就訂定明確的家庭規則，「我會要求他們你們下課一定就要回家，不可能...不可以去別的地方逛，你如果要去逛的話要找同學，你要先跟我講一下，喔，我們會把...把...約法三章，把遊戲規則講清楚」(C1029)。

(四) 為了孩子情緒更穩定而與前妻復合

事隔三年，抱持著能夠給孩子一個完整家庭的阿成決定與前妻復合，而前妻返回家中後，孩子便有了母親的照顧與陪伴，使得孩子的情緒較為穩定，「我們再復合的時候因為有媽媽在陪伴，所以他們情緒各方面會比較穩定」(C1163)。此外，阿成也肯定前妻陪伴孩子平穩度過青春期的，「孩子在青春期那段時間，我覺得他媽媽回來，對他來說還是有幫助，若沒回來，搞不好那段時間會出trouble也說不定。」(C1179)。

(五) 衝突不斷，再次以離婚收場

在復合的八年間，後期兩人開始爆發了衝突，主要起因於對前妻處理家務的態度，「因為她是家庭主婦啊，我總是覺得妳至少可以花一點時間整理嘛，這應該是可以做到的，但她不願意，所以我，坦白講我也很是不爽」(C1142)，因此阿成試圖與前妻進行溝通，並希望前妻能體諒自己的難處，「你...你該講的都講了，你已經把你的難處都跟她講了，... (略) ...，她就說她不願意」(C2034)，由於無法與前妻進行有效的雙向溝通，加上兩人也時常爭執不斷，最終再度以離婚收場，「當彼此關係不好而失去信任的時候你講什麼都是多餘的，她...她會從負面的來解釋，她並沒有辦法去...去...聽到你...內心...真正...誠意的那一塊。」(C2048)。

(六) 與大兒子的關係日漸疏離

離婚後的阿成，發現自己與大兒子遙遠的親子距離，「坦白講，本來就不是很好，... (略) ...，慢慢地在疏離，所以到後來就...越來越...越冷漠這樣，一定當下你一定不覺得。」(C2106)，再看看與孩子們相處的時間，「因為他們讀大學，都在北部讀阿，阿他們寒暑假，都很多活動阿，暑假充其量就回來兩個禮拜而已。」(C2233)雖然感受到大兒子的冷漠，但因為知道大兒子始終無法釋懷父母的離異，讓阿成無法再多說什麼，「嘖，我們自己有責任嘛，所以並不會去苛責他。」(C2112)。

(七) 但願自己之前能更主動親近孩子

對於與大兒子的關係，阿成認為「應該說早一點經營好彼此的關係的話，常常可以好溝通聯繫，其實我想這是更好的結局啦。」(C2122)阿成事後自我反省，「應該可以再更多跟孩子溝通，而且再多一些肢體上的接觸，讓孩子感受，我們對他的愛。」(C2287)。如果能夠增加互動的機會，如此就能讓大兒子感受到自己對他的關愛。

(八) 經濟的重擔讓孩子升學受到影響

阿成原本希望大兒子能夠就讀警察大學以幫忙減輕家中經濟負擔，但大兒子卻拒絕，於是便要求他：「你要去讀高...大學，那麼你就要...我只能給你一半的生活費，你要辦助學貸款，而且以後你要交。」(C1071)這也是阿成無奈的選擇，畢竟當時小兒子就讀高中亦需要補習費用，「這個壓力就...就...就變成就是把壓力轉嫁到他身上，因為我沒有辦法...負擔...這樣大的一個經濟壓力。」(C1071)。同樣地老二升學時，阿成建議選擇負擔較輕的學校「ㄟ啊老...啊老大不讀只好去拜託老...老二去讀(警大)」(C1092)。

(九) 運用家人與社區的力量協助照顧孩子

忙於工作以承擔家中經濟重擔的阿成，無暇顧及孩子的生活照料，故曾請三姊幫忙照顧孩子，「因為畢竟，我兒子跟我姐姐她們，還有跟我姐姐的小孩很...感情很好，所以希望說她們那邊能夠提供一些，一些化解的方式，嘿，那就是會把一些家裡的情況告訴她們，喔，讓她們如果在適當的機會可以幫助孩子。」(C2170)。除了請三姊幫忙照顧孩子，阿成也會請教會的成員幫忙關心兒子，聊聊生活上的事情，「可能一方面也可以降...降低他心...內心這一...對一些負面情緒的一些專注」(C1059)。

(十) 透過成長團體與休閒活動，調適自己心情

為了讓生活過得更好，阿成在第二次離婚後，便開始參與教會中舉辦的成長團體，過程中「別人是真的蠻用心在傾聽，所以你也會在這方，在傾訴的過程當中也得到一些抒...解壓」(C1024)，且透過成員的分享，阿成發現，「其實有些事情別人會站在第三者的立場跟你做一些剖析，其實慢慢你會看到過...過去自己的一些...看不到的盲點跟錯誤，所以有收到...有收到反省的功用」(C1024)。此外，阿成也積極參與社交活動，「有很多同事朋友，大家可以一起運動啊、騎腳踏車，... (略) ...，你就會讓自己，內心的那種鬱悶會慢慢越開」(C1191)。

除了仰賴教會及人際支持，阿成也會運用運動來調適負面情緒及壓力。平日下班後，「就會透過運動啊，... (略) ...，然後慢慢的就這樣的一個...一個...牽...牽絆裡面走出來。」(C1120)，或是正向思考，「盡量往正向想，... (略) ...，多看一點正向的書，還有往，往一些正向的活動，讓自己走出來這樣」(C1193)。

四、阿振的父職故事

阿振，五十四歲，育有一男一女，在貿易公司工作，目前與母親、唐氏症姪女和兒女同住。阿振為了照顧自己的兒女已心力交瘁，因此唐氏症姪女由母親獨力照顧。阿振於2001年與妻子分居，當時兒子六歲，女兒四歲，沒有登記離婚，由阿振獨自撫養孩子。分居後，阿振相當關注孩子，因兒子有過動症，讓他花費相當多的心力去照顧，因此互動也比較好。相較之下，對女兒則較少關注，關係也較疏遠。

(一) 對於一夕之間成為單親感到困惑

自孩子出生後，阿振便不斷地學習照顧孩子，然而妻子對於親職參與較少，也不體恤阿振的辛苦。在與妻子分居前，阿振便承擔較多的親職責任。由於希望妻子能投注更多的心力在家庭上，阿振要求妻子辭掉工作，但也引發妻子不滿，後來隔日即突然地離去，讓阿振感到十分的困惑，「我當時還不知要怎麼說服她，也不知道她背後隱藏啥動機」(DS010)，阿振在沒有心理準備的情況下進入了類單親的生活。

(二) 看到孩子的狼狽樣子，決定重新振作

在分居初期，妻子向法院提出告訴，當時經濟拮据的阿振只能倚靠自己的力量寫訴狀、打官司，這過程讓阿振十分煎熬與痛苦，「我不知道我...我...我不會關...被關起來，或者會被...被...會不會被罰錢？你知道嗎，我會怕，最重要的是，我怕我...我孩子會被搶走」(D1047)。直到看到孩子因為自己疏於照顧而狼狽的樣子，阿振感到相當難過與愧疚，從此決定無論多麼辛苦，也一定要好好照顧孩子，「有一次，我看到我女兒馬上眼淚都掉出來，冬天吶，冬天...她平常就洗洗洗，根本沒辦法擦得很乾淨，你...你去看她的時候，身上還又[有]水珠子沒有...沒有擦到，她躺下的時候，頭髮是整個散開的，然後她整個人是濕的，因為她沒有吹乾...眼淚就掉出來」(D1047)。

(三) 一人擔負親職感到身心俱疲，卻得不到孩子體諒

為了養育過動症的兒子，阿振身心俱疲，「他過動喔造成我很大的困擾，那個照顧他很累，然後過敏」(D1057)。妻子離開後，阿振扛起所有的親職責任，面對巨大經濟壓力與繁重的家務之下，阿振希望孩子能夠分擔一些家務，但孩子似乎無法體會爸爸的難處，「為什麼不體恤我...一個人...這樣子操勞家事...然後公事，然後為了他們兩個的事情都很煩惱，我幾乎是一個人當五個人在用」(D3014)。有時冷靜想想，可以理解離婚對孩子帶來衝擊，因此對於家務較不強求孩子幫忙，「因為媽媽離開，造成他們潛在心裡的創傷喔，我一直覺得他們選擇的去...看不到一些需要用心的地方」(D3014)。

(四) 叛逆的女兒，緊張的父女關係

阿振與兒子與女兒的關係不同，他感覺自己與兒子較親近，「他(兒子)跟我互動很好，那個小孩子說實在是老實，所以他比較會聽話」(D2020)；但認為女兒在妻子離開後，變得較為反抗，「我女兒小時候她是非常內向、很乖的，不喜歡拍照，喔，很文靜，但是她後來變得很聒噪。她媽媽離開大概兩三個月之後，她就開始講話很大聲」(D1016)。原本乖巧的女兒開始出現說謊行為，有時甚至會對爸爸沒大沒小，讓阿振十分不能接受，父女關係降到了冰點，阿振將這一切歸因於前妻不負責任的一走了之。因此常常負氣地對女兒說：「妳不是我女兒，我現在只是在養妳，但是我感覺不到妳是我女兒」(D2017)。

(五) 沒錢也要栽培孩子

獨自照顧兩個孩子的阿振，被沉重的經濟壓力壓得喘不過氣來，「我如果沒

錢，我會去用信用卡去領現金，那個年代，五六年前的事情，我用現金，預借現金去買飯給小孩子吃（哽咽）」（D1054）。即使經濟不寬裕，阿振仍盡可能地栽培孩子，「我拚了命喔，給他們去補奧林匹克數學、佳音的英文，啊還有...畫畫、美術，然後，學柔道，還有學心算、學圍棋，學...學很多啊！...（略）...，所以那個時候，我一直都在貸款，個人信用貸款，那個時候大概負債一百萬，我幾乎我領來的錢都在繳利息」（D1049）。因此，阿振也期許孩子能了解自己的用心，希望孩子能在學習上多元發展，「我常常跟我的孩子講，我肯借錢讓你們去學東西，就是希望你們能夠多元化學習不是只有死讀書」（D2015）。

（六）為了孩子，還是要堅持下去、努力不懈

在歷經了許多人生低潮，阿振之所以能撐到現在，主要是因為「我體力好，然後我又是完美主義的，喔，那我又很...我最大的動力就是來自於我小時候我爸爸媽媽就...就不太好了」（D2050）。此外，阿振也認為「我最大的優勢是，我的那種業務員精神，還有我...我的...我的個性，比較會努力不懈的那一種」（D1048）。而另一方面，阿振對凡事也常保持著正向的信念，「你要有一個開懷，敞開胸懷去包容這個人生，不然的話，你如果一直在感受那個（痛苦），真的會自殺」（D1077）。但最重要的，阿振認為他的兩個寶貝孩子使他能堅持到現在，「他們是我人生中的資產，我人生要努力就是他們兩個，這樣我才能夠...慢慢的走到人生的盡頭，才不會有遺憾」（D1034）。

（七）覺察之後調整說話語氣，拉近親子距離

阿振漸漸發現自己急迫的講話方式讓兒女不太喜歡跟他互動，「他們不太願意說坐在那邊聽我講話，...（略）...，啊不是啊我都很急啊，他們就覺得有壓力，就不太喜歡跟我講話」（D3042）。在覺察這樣的狀況後，阿振試著調整與孩子的溝通模式，「啊所以有時候都會我就會稍微改變一下我講話的速度跟那種口氣，然後用很溫和的口氣，讓他們盡量能夠說，啊我這樣講是想把我的經驗跟你們講不是要跟你們說教」（D3042），希望孩子能理解爸爸的關心，並且拉近與他們的距離。

五、綜合分析與討論

（一）單親父職實踐經驗

單親父親的父職實踐是十分獨特的，每位單親父親會依照自己對父親角色的定位、生活中所面臨的事件、個人的正負面情緒等，而產生獨樹一幟的親職實踐風格。根據四位研究參與者的親職經驗並參考王大維（2000）所提出的架構來整理。

1. 情感：

本研究中的單親父親可能因過往疏於親職而產生負向的情緒感受，尤以阿湯與阿振特別明顯。另一方面，兼顧親職與經濟對帶來沉重的負擔，對身心造成壓

力。雖然在擔任親職上是辛苦的，但在過程中看著孩子平安成長或有傑出表現，也因此感到滿意與肯定。

2. 認知：

四位單親父親在擔任父職的信念上都是持正面態度，能夠同意、接受父親擔任親職的觀念，並且努力地去實踐。也因為這樣的信念，即使教養相當辛苦，爸爸們也願意承擔這甜蜜的負荷，並將「教養好孩子」視為自己的責任。

3. 行為：

單親父親具體實踐其親職的行為包括四個部分：

(1) 與孩子溝通婚姻關係的結束：

研究者發現，對於較難以承受前妻離開的單親父親來說，由於自身無法調適及處理面對妻子離開的傷痛，故通常會以迴避的方式不直接與孩子談論夫妻分離的決定，轉而以安撫孩子的方式來解釋前妻的離開。相較之下，對較能接受前妻離開的單親父親（阿武與阿成）來說，也較能向孩子談論母親的離開。

(2) 多樣貌的教養型態：

每位單親父親會受到個人經驗及環境的影響，會有其獨特的教養理念與方式。阿湯從嚴厲的管教，轉為較寬容、放任的態度。阿武則受到原生家庭及個人經驗的影響，完全信任學校老師，不會干涉孩子的學習狀況。阿成的管教方式則是訂定明確家規，建立賞罰分明的原則，從小培養孩子獨立性格。阿振則十分重視學習，積極為孩子報名才藝班。

(3) 工作與照顧形成蠟燭兩頭燒：

單親父親在日常生活中所感到最大的困擾在於無法同時兼顧家務與工作，造成了陷於蠟燭兩頭燒的情境。大部分單親父親遇到此兩難情境時，傾向以工作為主，故常請求家人、親戚協助照顧孩子，使其較能專注於扮演經濟提供者角色。此呼應了王郁琇（2006）研究所指出，一旦有其他替代者協助單親父親照料孩子，單親父親容易回到工具型角色。

(4) 物質資源的提供：

單親父親即便自己經濟不富裕，仍會在孩子的求學過程中，盡量在經濟及物質上滿足孩子的需求。譬如：阿湯會為自己有能力為兒女存一筆錢而感到自豪；而阿振為了負擔孩子的生活費及補習費甚至不惜負債。

4. 關係：本研究單親父親與孩子的親子關係在離婚後大約經歷了以下歷程：

(1) 階段一：從關注自己轉為關注孩子

最初單親父親會隱忍自己心裡的苦痛而與孩子疏離，直至一段時間後發現孩子不尋常的轉變，才意識到關注孩子的重要性。

(2) 階段二：尋找方法以彌補疏離的親子關係

此時的單親父親轉而想積極主動的拉近親子關係，對有些單親父親來說，孩子此刻可能早已封閉自己，因此小心翼翼的關注孩子，深怕一不小心，又會破壞得來不易的關係。

(3) 階段三：孩子離家獨立使維繫親子關係更加困難

當孩子長大、紛紛至外地求學念書後，單親父親只能透過電話或是網路，來關注兒女的近況。在缺乏與孩子互動的機會下，連拉近親子關係的管道都沒有，也使親子關係逐漸疏離，造成父親的遺憾。

(二) 與單親父職實踐經驗相關之因素

本研究歸納出單親父親親職實踐有三個面向，分別為個人心理、原生家庭與社會文化層面，每一層面又包含正面與負面的相關因素。

1. 個人心理因素

大部分的父親會藉由「自身的反省」，學習如何與孩子拉近距離。另外，在面對人生的艱困與低潮期，單親父親選擇轉換自己的想法，靠著正向信念調適心情。「個人的堅毅性格」也是一個要素，讓他們在艱苦環境下，仍獨力負擔起親職責任。除此之外，單親父親也會遭遇到心理困擾。例如因無法控管自身的情緒而對孩子有暴力傾向而引發愧疚；或是因妻子的離開而沉浸於失落中，待覺醒後又感到自責與懊悔。

2. 原生家庭影響

單親父親大多面臨到需要顧及工作與孩子的情況，而面對這樣的困境，大部分的爸爸們都曾獲得原生家庭的協助，且其中伸出援手的多為家族內的女性。另外，有些單親父親會從原生家庭中學習到的經驗中反思，並決定不要與自己的父母所採取的嚴格管教方式，進而以開放的態度教養女兒。但原生家庭的協助也有負面影響，如請家人協助照顧孩子，但這也使得家人取代了父親提供情感支持的角色，使親子間的互動減少。

3. 社會文化影響

經濟、性別刻板印象與社會支持等因素將影響單親父職實踐。「經濟」對單親父親們的親職實踐造成很大的影響，他們必須透過各種工作，賺錢養育孩子，同時也仍需負擔家務。此也證實了單親父親的角色是沉重的，除了該承擔起原本負擔家計的傳統男性角色外，還需扛起家中的種種事務與責任（王郁琇，2006）。此外，單親父親亦受到「性別角色」影響，不輕易向外界尋求心理支持。單親父親們雖然承受了很大的心理壓力，但他們總是靠著自己來熬過這段艱困的時期。

伍、結論與建議

一、結論

本研究發現，四位單親父親從離婚後到目前，其父職實踐與親子關係的歷程都各有其特殊樣貌。大多的單親父親都面臨壓力與挑戰，因此難免產生負向情緒。然而這並非父職經驗的全貌，研究參與者都有其韌性與調適之道。在親職信念上，單親父親都能夠接受父職角色。在父職實踐上，單親父親皆盡力提供資

源以滿足孩子的需求。在親子關係上，單親父親與孩子會先面臨疏離時期，但為了修補親子關係會採取行動以拉近親子距離，不過，實際的結果則各有不同。在影響單親父親親職實踐的因素上，本研究歸納出「個人心理」、「原生家庭」及「社會文化」三個層面，各層面皆可能有正面與負面的影響。

二、建議

(一) 對於未來研究之建議

本研究研究參與者來自臺灣南部地區，所以研究發現可能與其他地區單親父親經驗不同，未來可多增加研究參與者的異質性，包括族群背景、離婚的時間、孩子的數量與性別等等考量進來。本研究只訪談了父親，而未來的研究可加入孩子的觀點，與父親的觀點進行對偶的分析，以呈現更完整的親子關係面貌。由於本研究者都非來自於單親家庭，加上年齡與性別的差異，可能較難貼近單親父親的生命經驗與感受。建議未來研究者在訪談前對離婚父親有更多的準備及先前理解。最後本研究為質性研究，主要在呈現四位參與者的故事，並無法回答究竟是哪些因素影響父職是否成功或失敗的因素，此為實證主義量化研究才能回答。未來研究也可嘗試較大樣本的量化及縱貫研究。

(二) 對於實務工作之建議

從本研究發現單親父親有許多福利或心理資源的需求但礙於刻板印象，多半未積極向外求助。政府部門、社會福機構及社區心理諮商單位，應思考如何提升單親父親的求助動機，並提供更使用者友善的服務輸送管道。心理諮商輔導人員宜加強對於諮商服務的行銷，讓單親父親願意求助，以減少親職壓力。在與單親父親工作時，宜採取正向與優勢觀點 (Oren, Englar-Carlson, Stevens, & Oren, 2010)，不宜太快將他們標籤為親職功能不彰，應該同理其艱困的處境可能引發的負面情緒，協助其能有所抒發。從本研究來看，四位父親雖然在父職的實踐都經歷一些困境，但是也慢慢走過來，並從中得到一些反思與成長。因此諮商人員在面對單親父親，宜將目標放在提升單親父親個人及家庭的韌力 (resilience) (Walsh, 2002)，而取代只是把焦點放在協助父親做問題解決。此外諮商輔導人員也應認知到自我可能內化了性別刻板印象，因此宜保持自我覺察與省思；同時也應保持性別敏感度，從個案概念化中所了解單親父親的心理困境是否與其男性角色刻板印象有關，並助其挑戰且鬆綁這些性別角色加諸的束縛 (王大維，2010)。此外也可透過帶領單親父親反思其父職的形象與認同是否受到原生家庭經驗的影響，若是過去的父子關係正向，如何運用此資源來運用在當前與孩子的關係，若過去父子關係經驗不佳，如何透過情緒與信念調整，認清自己與父親的差異，重新透過自我肯定來形塑更正向的父親認同。

參考文獻

- 十一位爸爸與一位女兒 (2009)。不單單是爸爸：風雨中的生命書寫。臺北：張老師。
- 內政部 (2017)。各縣市父母離婚未成年子女權利義務行使負擔人數按性別及歸屬分 (按發生日期)。2017 年 8 月 20 日，取自 <https://www.moi.gov.tw/stat/node.aspx?sn=6826&Page=2>
- 王大維 (2000)。「父職參與」或「參與親職的父親」？。應用心理研究，7，12-18。
- 王大維 (2010)。與男性在關係中工作—男性氣概理論對伴侶與家族治療之啟示。輔導季刊，46 (1)，32-43。
- 王行 (2013)。失業單親爸爸生命敘事中的男性社會處境探究與再認識。輔仁社會研究，3，111-150。
- 王郁琇 (2006)。單親父親之親職實踐。世新大學性別研究所碩士論文，未出版，臺北市。
- 王叢桂 (2000)。促進參與父職因素的探討。應用心理研究，6，131-171。
- 司法院 (2018)。地方法院離婚事件附帶子女監護權歸屬。2017 年 8 月 20 日，取自 <https://www.judicial.gov.tw/juds/report/sf-18r3.htm>
- 林莉菁、鄭麗珍 (2001)。離婚單親父親因應親職與工作角色的探討。社會政策與社會工作學刊，5，113-174。doi:10.6785/SPSW.200112.0113
- 邱珍琬 (2010)。父親形象與其轉變。臺北：五南。
- 洪婉嬪 (2010)。單親就業父母工作與家庭衝突之研究。國立政治大學社會研究所碩士論文，未出版，臺北市。
- 涂妙如 (2007)。以生態系統論評析國內近二十年來父職角色之研究脈絡。弘光學報，50，199-219。doi:10.6615/HAR.200705.50.15
- 張碩文 (2009)。單親父親親職實踐與社會支持之研究—以離婚經濟弱勢者為例。國立暨南國際大學社會政策與社會工作學系碩士論文，未出版，南投縣。
- 梁竹記 (2003)。中年離婚男性生活經驗之研究。國立嘉義大學家庭教育研究所碩士論文，未出版，嘉義縣。
- 陳竹上 (2017)。離婚後未成年子女親權行使之探討：法制沿革、社會困境及兒童權利公約之檢視。社區發展季刊，157，125-140。
- 傅雅暉 (2007)。學齡前幼兒父親父職參與和親職壓力相關之研究。國立朝陽科技大學幼兒保育系碩士論文，未出版，臺中市。
- 黃敬傑 (2011)。世上只有媽媽好？單親父、母親對子女的教育影響。國立臺北大學社會學系碩士論文，未出版，臺北市。
- 蕭世慧 (2005)。單親家庭問題之探討。網路社會通訊，46，Art. 33。2017 年 8 月 20 日，取自 <http://mail.nhu.edu.tw/~society/e-j/46/46-33.htm>

- 謝碧容 (2006)。親職實踐的承襲與轉變。國立彰化師範大學輔導與諮商研究所碩士論文，未出版，彰化縣。
- 蘇森永 (2005)。離婚「男」事－男性離婚的心理調適與應對。網路社會通訊，44，Art. 28。2017年8月20日，取自 <http://mail.nhu.edu.tw/~society/e-j/44/44-28.htm>
- Addis, M. E., & Mahalik, J. R. (2003). Men, masculinity, and the contexts of help seeking. *American Psychologist*, 58(1), 5-14. doi:10.1037/0003-066X.58.1.5
- Beaton, J. M., Doherty, W. J., & Rueter, M. A. (2003). Family of origin processes and attitudes of expectant fathers. *Fathering: A Journal of Theory, Research, and Practice about Men as Fathers*, 1(2), 149-168. doi: 10.3149/fth.0102.149
- Bernier, A., & Miljkovitch, R. (2009). Intergenerational transmission of attachment in father-child dyads: The case of single parenthood. *The Journal of Genetic Psychology*, 170(1), 31-52. doi:10.3200/GNTP.170.1.31-52
- Bertoia, C., & Drakich, J. (1993). The fathers' rights movement: Contradictions in rhetoric and practice. *Journal of Family Issues*, 14(4), 592-615. doi:10.1177/019251393014004007
- Brandth, B., & Kvande, E. (1998). Masculinity and child care: The reconstruction of fathering. *The Sociological Review*, 46(2), 293-313. doi:10.1111/1467-954X.00120
- Brown, B. V. (2000). The single-father family: Demographic, economic, and public transfer use characteristics. *Marriage & Family Review*, 29(2/3), 203-220. doi:10.1300/J002v29n02_12
- Cabrera, N., Tamis-LeMonda, C. S., Bradley, R. H., Hofferth, S., & Lamb, M. E. (2000). Fatherhood in the twenty-first century. *Child Development*, 71(1), 127-136. doi:10.1111/1467-8624.00126
- Carter, E. A., & McGoldrick, M. (Eds.). (2004). *The expanded family life cycle: Individual, family, and social perspectives* (3rd ed.). Boston: Allyn & Bacon.
- Coles, R. L. (2009). Just doing what they gotta do: Single black custodial fathers coping with the stresses and reaping the rewards of parenting. *Journal of Family Issues*, 30(10), 1311-1338. doi:10.1177/0192513x09339290
- DeGarmo, D. S., Patras, J., & Eap, S. (2008). Social support for divorced fathers' parenting: Testing a stress-buffering model. *Family Relations*, 57 (1), 35-48. doi:doi:10.1111/j.1741-3729.2007.00481.x
- Emery, R. E. (1982). Interparental conflict and the children of discord and divorce. *Psychological Bulletin*, 92(2), 310-330. doi:10.1037/0033-2909.92.2.310

- Fabricius, W. V., & Luecken, L. J. (2007). Postdivorce living arrangements, parent conflict, and long-term physical health correlates for children of divorce. *Journal of Family Psychology*, 21(2), 195-205. doi:10.1037/0893-3200.21.2.195
- Frieman, B. B. (2002). Challenges faced by fathers in a divorce support group. *Journal of Divorce & Remarriage*, 37(1/2), 163-173. doi:10.1300/J087v37n01_10
- Glick, P., & Fiske, S. T. (1997). Hostile and benevolent sexism: Measuring ambivalent sexist attitudes toward women. *Psychology of Women Quarterly*, 21(1), 119-135. doi:10.1111/j.1471-6402.1997.tb00104.x
- Greif, G. L. (1994). Single fathers with custody following separation and divorce. *Marriage & Family Review*, 20(1-2), 213-231. doi: 10.1300/J002v20n01_10
- Hank, K., Salzburger, V., & Silverstein, M. (2017). Intergenerational transmission of parent-child relationship quality: Evidence from a multi-actor survey. *Social Science Research*, 67, 129-137. doi:10.1016/j.ssresearch.2017.06.004
- Hetherington, E. M. (Ed.). (2014). *Coping with divorce, single parenting, and remarriage: A risk and resiliency perspective*. New York: Psychology Press.
- Höfner, C., Schadler, C., & Richter, R. (2011). When men become fathers: men's identity at the transition to parenthood. *Journal of Comparative Family Studies*, 42(5), 669-686.
- Lamb, M. E. (2000). The history of research on father involvement. *Marriage & Family Review*, 29(2/3), 23-42. doi:10.1300/J002v29n02_03
- Lamb, M. E., Pleck, J. H., & Levine, J. A. (1985). The role of the father in child development. In B. B. Lahey & A. E. Kazdin (Eds.), *Advances in clinical child psychology* (pp. 229-266). Boston, MA: Springer.
- Lansford, J. E. (2009). Parental divorce and children's adjustment. *Perspectives on Psychological Science*, 4(2), 140-152. doi:10.1111/j.1745-6924.2009.01114.x
- McLanahan, S., & Bumpass, L. (1988). Intergenerational consequences of family disruption. *American Journal of Sociology*, 94(1), 130-152. doi:10.1086/228954
- Oren, C. Z., Englar-Carlson, M., Stevens, M., & Oren, D. C. (2010). Counseling fathers from a strength-based perspective. In C. Z. Oren & D. C. Oren (Eds.), *Counseling fathers* (pp. 23-47). New York: Routledge.
- Sarkadi, A., Kristiansson, R., Oberklaid, F., & Bremberg, S. (2008). Fathers' involvement and children's developmental outcomes: A systematic review of longitudinal studies. *Acta Paediatrica*, 97(2), 153-158. doi:10.1111/j.1651-2227.2007.00572.x
- Thompson, R. A., & Amato, P. R. (Eds.). (1999). *The postdivorce family: Children, parenting, and society*. Thousand Oaks, CA: Sage.

- Umberson, D., & Williams, C. L. (1993). Divorced fathers: Parental role strain and psychological distress. *Journal of Family Issues*, 14(3), 378-400. doi:10.1177/019251393014003003
- Walsh, F. (2002). A family resilience framework: Innovative practice applications. *Family Relations*, 51(2), 130-137. doi:10.1111/j.1741-3729.2002.00130.x
- Warshak, R. A. (1986). Father-custody and child development: A review and analysis of psychological research. *Behavioral Sciences & the Law*, 4(2), 185-202. doi:10.1002/bsl.2370040207
- Wetchler, J. L. (2006). Reflections from a single father of a teenage daughter with mental retardation. *Journal of Feminist Family Therapy*, 17(2), 65-78. doi:10.1300/J086v17n02_04
- Wolfinger, N. H. (2000). Beyond the intergenerational transmission of divorce: Do people replicate the patterns of marital instability they grew up with? *Journal of Family Issues*, 21(8), 1061-1086. doi:10.1177/019251300021008006

投稿日期：2017/11/07 接受日期：2018/03/14

Experiences of Divorced Single Fathers' Fathering Practices: A Narrative Analysis of Four Middle-Aged Men

Ya-Ping Lu¹ Feng-Luan Lu² Ta-Wei Wang³ Yu-Ting Lin⁴ Ying-Ying Lee⁵

Abstract

Under the influence of social change, the numbers of single families are growing. Most past research on divorce focused on females' experiences, and there were only few studies on divorced men. Due to the traditional gendered culture, men are not expected to develop traits of care which is essential for the role of fathering. Adding the stress caused by divorce, these single fathers may experience a lot of challenges when facing various parenting issues and building positive father-child relationships. The purpose of this study was to understand the divorced single fathers' experiences and practices of parenting, and to explore the factors related to the fathering practices. This study utilizes the qualitative methods, and the participants were four divorced single fathers in middle adulthood who reside in the southern part of Taiwan. Results show that all four single fathers represent diverse styles of fathering in the themes of stories. They all value the task of parenting and are willing to take on the role of taking care of children. During the practices of parenting, they often experienced negative emotions, but seeing children's achievement makes them feel proud. These fathers' attitude toward and the ways of handling divorce might affect their father-child relationships. Divorced single fathers usually try to find balance of work and child-rearing. Some fathers might neglect to build relationships with their children so they become distant, other fathers might gain self-awareness after some incidents and try to adjust the parenting styles. Factors related to the fathers' parenting practices include individual psychological level, family of origin level, and socio-cultural level, which can be positive or negative influence. Finally, the implications and suggestions can be provided for future research and counseling social welfare services for divorced single fathers.

Keywords: Single Parents, Divorce, Parenting, Fatherhood, Parent-Child Relationships

1 Alumna, Department of Educational Psychology and Counseling, National Pingtung University

2 Graduate Student, Department of Counseling, National Chiayi University

3 Assistant Professor, Department of Educational Psychology and Counseling, National Pingtung University

4 Alumna, Department of Educational Psychology and Counseling, National Pingtung University

5 Alumna, Department of Educational Psychology and Counseling, National Pingtung University
Corresponding Author: Ta-Wei Wang, E-mail: wangtwdavid@gmail.com