

台灣祖父母的正向帶孫經驗

陳富美

研究目的：過往探究祖父母教養的議題，常被限縮為隔代教養，關注的焦點為其負向效應。然而，現今有許多祖父母，與子女偕同照顧下一代，減輕子女在工作與家庭間兩忙的壓力。這些祖父母在帶孫上擁有更高的自主性，對於帶孫有想法、有方法、並且樂在其中。本論文探究祖父母的正向帶孫經驗及其影響因素。**研究方法：**本研究之研究對象為目前正在帶孫(1-6歲)、且有正向帶孫經驗的祖父母。透過台北及新北市保母系統、幼兒園、親子館及社區活動中心等招募，共訪談9位祖母及3位祖父，其中有3對為共同帶孫之祖父母。**研究結果：**正向帶孫有四個重要的元素：關係連結感、貢獻感、勝任感與自主感。同時，良好的代間關係是正向帶孫的基礎動機，祖父母的體力、角色單純及低負荷也為重要的基礎因素。正向帶孫的進階促進因素則涵蓋個人、家庭、社區及社會四個層面。**研究結論：**在少子化的現今，祖父母可以是優質的托育生力軍；在高齡化的趨勢下，帶孫可以是銀髮族活力老化的一個選項。建議政府在相關政策上持續支持祖父母帶孫，嘉惠於三代。

關鍵詞：祖父母、祖孫關係、祖父母教養、代間關係

陳富美：輔仁大學兒童與家庭學系副教授；美國密西根州立大學家庭生態與兒童發展博士；專長領域與研究興趣為親職角色、教養行為、親子關係、婚姻與親職。(通訊作者；E-mail: chenfumei8528@gmail.com)
收稿：2017年9月13日；接受：2018年2月3日。

一、緒 論

在高齡化、少子化及雙薪家庭比例提升的社會變遷趨勢下，無論是幼兒托育或老人照護的需求，都突顯家庭支持網絡的重要性。然此網絡中的祖孫關係卻相對被忽略。首先，以往針對高齡化的議題，多關注失能長者的照護，但忽略了更大多數健康老人在家庭中所扮演的主動性角色。在健康老人的家人關係中，長輩與子代間展現雙向互惠的特性，甚至親代幫助子代更多(Hughes & Waite, 2004)，其中常見的協助之一即是祖輩協助照顧孫子女，也就是「帶孫」。此種帶孫的特性是，祖父母與子女協同照顧下一代，讓子女在工作與家庭間不至於蠟燭兩頭燒。近幾年大陸、美國及歐洲國家的文獻皆提到此一趨勢(Chen & Liu, 2011; Luo, LaPierre, Hughes, & Waite, 2012; Neuberger & Haberkern, 2014)。美國祖父母教養研究中心(The National Research Center on Grandparents Raising Grandchildren)也於2014年正式出版了「祖父母家庭：研究、實務及政策」期刊(GrandFamilies: The Contemporary Journal of Research, Practice and Policy)，顯示學術界對於此一議題之重視。不僅國外，國內的狀況也是如此。依據2013年「婦女婚育與就業調查」(行政院主計處，2013)，有近八成育有三歲以下子女的父母，理想中照顧嬰幼兒的形式是由自己照顧，其餘近兩成則希望由祖父母照顧，以其他托育形式(如保母、機構等)為理想選擇的比例非常低。上述為父母理想中的托育選擇，至於實際的狀況，則是有近五成的父母如願自己照顧幼兒，而由祖父母照顧者則達四成。因此，無論是從實際狀況、或者從父母的選擇意願上，再再顯示祖父母在幼兒托育上的重要性。

帶孫的支持意涵，不僅是祖父母協助子女育兒及家務，更能協助子女舒緩工作與家庭間的平衡壓力，以追求整體家庭福祉的促進。另一方面，帶孫也是活化老人生活的有效方式，帶動祖父母在家庭中的主動角色，在帶孫期間與父母輩及孫子女輩的情感連結，亦是日後代間支持網絡建立的重要基礎。本研究藉由訪談有正向帶孫經驗的祖父母，以了解祖父母正向帶孫的面貌及其影響因素。

(一) 帶孫的多元新面貌

以往探究為人祖父母(grandparenthood)的議題，常被限縮為隔代教養，因此關注的焦點為祖輩的負擔與壓力、及對孫子女可能的負向影響。例如國內有不少探究隔代教養的文獻，特別是原住民、居住地為偏鄉之族群(李湘凌、高傳正，2006；郭李宗文，2011；鄭凱芸，2011；駱俊賢、邱道生，2013)。然而，祖父母教養除了上述的隔代教養(skipped generation)、也有學者稱之為監護型祖父母(custodial grandparent)外，還有其他形式。最常見的分類還有其他兩種，其一為共教養祖父母(co-parent grandparent)，或稱三代共托育(multigenerational caregiver)，它的特色為三代同住，祖父母與父母共同教養孫子女；其二為保母型祖父母(extensive babysitters)，或稱非同住托育(nonresidential caregivers)，此類狀況多因父母皆在工作或就學，因此由祖父母照顧孫子女，但祖父母並未與父母及孫子女住在一起(Fuller-Thomson, Serbinski & McCormack, 2014; Ku, et al., 2013)。上述三種不同形式的祖父母教養，在不同社會中有其成因和人口比例上的差異。Ku等人曾整理相關文獻指出，就亞洲的狀況而言，大陸隔代教養較多，且老人多覺得帶孫是為人祖父母的責任；香港則因高漲的房價，形成較多三代同住共教養孫子女的狀況。至於在新加坡及日本，則是非同住托育較多。這群祖父母多有較豐沛的經濟資源，擁有自己的住房，樂於協助照顧孫子女，但也強調保有自己的獨立空間、自由運用的時間與社交生活(Ku et al., 2013)。在上述Ku等人針對臺灣老人的研究中，也發現在20%帶孫的老人中，其中最大比例(12.5%)為非同住型帶孫。這樣的帶孫形式通常在孫子女進入幼兒園及小學後，轉變成接孫子女下課回祖父母家吃點心、洗澡及吃晚飯等候父母下班、抑或是協助接送孫子女上不同的才藝班等。

帶孫除了有不同的形式外，現今帶孫的本質與過往也有所差異。在以往，祖父母面臨幫這個子女帶孫、也非得幫另一個子女帶孫的公平焦慮，但若全帶則負荷過重、且可能在帶孫時間上延續超過十年。反觀少子化的現今，在子女人數少、孫子女人數更少的情況下，照顧唯一、唯二的「寶貝孫」、「金孫」，被視為值得珍惜的機會。此外，現今祖父母和以前的祖父母在成長環境與資源上也有相當程度的差異。他們擁有更高的教育程度、更充分的經濟實力、退休後擁有更完善的養老、醫

療等保險制度、對於教養與生活也更有想法。大陸因為一胎化政策，對於這群父母多有討論，在文獻中被稱之為「80後父母」(胡向明，2010)。這些父母多出生於20世紀50年代，他們的子女多是獨生子女，生於20世紀80年代之後，也就是所謂的「80後」。當這群受到寵愛的80後為人父母後，80後的父母則面臨退休。對於這群祖父母而言，帶孫是自願的，是一種精神的慰藉和情感的需求。同時，這群父母因著社會對80後不夠獨立、太被寵溺的質疑，他們開始反思自己的教養方法，並將反思的結果應用於教育第三代。美國、新加坡、香港和臺灣的狀況也呼應此一趨勢。教育程度越高、收入及資產越多的祖父母，越可能帶孫，特別是與子女分居型式(non-coresidential)的帶孫。此種狀況的托育，祖父母是有能力、且願意幫忙照顧孫子女的(Ku et al., 2013; Luo et al., 2012)。此類祖父母對於帶孫的時間與職責規劃相當有想法。帶孫對於他們而言，無過度的負荷，但有高度的參與。國內的研究發現，祖父母的教養參與和祖孫關係有正向關聯。祖父母教養參與程度越高、國小高年級學童所感受的祖孫關係越好(嚴俊翔、陳若琳，2012)。然而，祖父母有自己想法、高度的教養參與，是否會造成與中間世代更多的衝突？參與而非干預，也是祖父母教養所需關注的課題(Breheny, Stephens & Spilsbury, 2013)。

(二) 正向帶孫的相關理論與研究

本研究關注祖父母的正向帶孫經驗，然而，對於高齡者而言，正向狀態的內涵指標為何？事實上，在高齡化的趨勢下，如何評估並提升高齡者的生活品質及身心福祉，早為學界所關注。Lu(2017)統整分析老年福祉的相關概念—健康老化(Healthy aging) (World Health Organization-WHO, 1990)、成功老化(Successful aging) (Baltes & Baltes, 1990; Rowe & Kahn, 1997)及活力老化(Active aging) (WHO, 2002)，以「主觀—客觀」及「狀態—歷程」兩個向度進行分類，提出正向老化的內涵指標：生命意義感(meaning in life)、主觀幸福感(happiness)、安適幸福感(peace of mind)及老化自我知覺(positive aging self-perception)。此指標強調對正向老化「主觀—狀態」的建構。Lu指出，不同於先前相關概念著重客觀的評估，例如成功老化(Rowe & Kahn, 1997)所定義的「避免疾病與失能」，「維持認知與身體功能」及「持續參

與生活」；或對於動態歷程的強調，如成功老化的「選擇、最適化、補償」模式 (Selection, optimization, compensation: SOC model) (Baltes & Baltes, 1990)，包含個人在老化歷程中目標的選擇設定、方法策略及調適，Lu所提出的正向老化內涵指標聚焦於個人對於自身老化經驗的全面、正向評價，包含認知、情感及自我概念。首先，生命意義感即是在認知面相信並實現生命的正面價值。主觀幸福感及安適幸福感屬於情感層面，它是個人主觀界定的心理狀態。老化自我知覺則屬自我概念，包含對於外觀與生理、心理與認知、人際關係與社會參與、工作與經濟安全四大面向，老人對於自身老化經驗的評斷(陸洛、高旭繁，2016；Lu, 2017)。Lu所提出之指標內涵雖非針對帶孫老人、抑或帶孫的特定經驗，但它全面性的涵蓋了高齡者對於自身狀態的評估及感受。因此，在本研究中，將做為援用之理論觀點。

此外，生產老化(productive aging)的理論觀點也能直接與本研究主題相呼應。胡夢鯨與王怡分(2016)整理生產老化相關文獻並指出，所謂生產老化是指中高齡者在退休後，仍然保有貢獻或服務社會的熱忱與動能，並繼續不斷地以行動參與社會，發揮實際的影響力。經濟及非經濟性的服務皆屬之，無給職的服務之重要性與有給職的工作是相同的。就業、家庭照顧、志願服務及個人成長均涵蓋在生產老化概念中。而高齡者的持續貢獻，對於個人的幸福感、歸屬感及生命價值感皆有提升的效果。

若由個人層次的發展階段出發，Erickson(1982)的社會心理發展理論也能呼應帶孫與老人福祉的關聯。Fuller-Thomson等人(2014)便以Erickson所提出「祖父母創造繁衍」(grand-generativity)觀點來支持祖父母帶孫所得到的正向回饋。依據Erickson的社會心理發展理論，創造繁衍(generativity)本為成年期的任務，主要為建立、引導與確保下一代的福祉，其核心即是照顧(care)。然而Erickson後來又將此時期延展至老年期，亦即“grand-generativity”。祖父母持續為下一代的福祉貢獻心力，讓老年人的人生充滿意義且可避免陷入停滯(stagnation)。Fuller-Thomson等人的訪談研究也發現，帶孫祖父母感受到的回饋包含：為自己能幫到子女感到驕傲、感到生活更有目標及意義。除此之外，讓家人間更為親近、孫子女得到更安全的照顧，和孫子女間相互的尊重、以及與孫子女互動的樂趣，也是受訪祖父母提到的正向回饋。

再者，依據角色理論，若個人的角色實踐能符合社會的期待，則有助於社會適應；若未能實踐社會的期待，則將承受壓力與他人的質疑，對於個人身心健康將產生負向的影響。因此，帶孫的效應也需置於文化脈絡中檢視。Neuberger與Haberkern (2014)曾以歐州14國的資料，分析比較不同國家祖父母帶孫對其生活品質影響的異同。研究結果發現，帶孫對於祖父母生活滿意度的影響，的確和其所處社會對於祖父母帶孫期待的高低程度有關。在期待祖父母帶孫的社會，如近地中海的歐洲國家，帶孫祖父母的生活滿意度較高，包含較佳的主控感、自主感、成就感與愉悅感，而未帶孫祖父母所感受到的生活滿意度則較低。對於祖父母帶孫沒有特別期待的國家，如荷蘭和丹麥，則帶孫與否與祖父母的生活滿意度沒有關聯。此外，依據多重角色理論的壓力取向與增強取向(Marks, 1977; Sieber, 1974)，祖父母帶孫的正負向效應須考量其承受的負荷及擁有的資源。首先，帶孫的負荷不僅存於照顧孫子女此事本身，三代間頻繁的互動也可能帶來衝突、產生壓力。大陸的研究指出(Chen & Liu, 2011)，同樣是祖父母帶孫，三代同堂的祖父母，較會有健康變差的狀況，而與子女分居的祖父母，健康狀況則持平良好。由於三代同堂更常面對代間衝突，對於崇尚家族和諧的傳統華人而言，自然造成了身心的壓力。相對的，未與子女同住的祖父母，不但減少衝突，且帶孫時間明確，父母將孫子女帶回家後，就是祖父母休息、可自由運用的時間，將帶孫維持在可負擔的程度下，就能呼應角色增強理論，祖父母得以享受帶孫的正向助益，包含更活躍的生活型態、生活充實感、意義感及家族的歸屬凝聚感，進而促進身體健康。在帶孫資源的部分，上述研究發現，相較於都會區祖父母，鄉村帶孫的祖父母更容易有健康變差的狀況。對此結果，該研究進一步比較了鄉村與都會祖父母帶孫的差異。首先，鄉村祖父母多沒有優渥的退休福利，在經濟上常需依賴子女，因此帶孫常帶有一種交換的目的，以老年早期的帶孫換取老年晚期生活被子女照顧的承諾。相對的，都會區的祖父母在經濟及各種資源(如社會網絡及交通)皆較充裕的狀況下，帶孫多是出自於疼愛、協助子女等情感性目的。且因為資源的充沛，帶孫對於健康的衝擊小、甚或有正向的助益。

綜上所述，帶孫對於祖父母身心健康有正向助益，但仍需考量祖父母所處社會的文化價值觀、祖父母個人資源和帶孫的負荷量。目前臺灣對於帶孫影響的研究十

分有限，Ku等人(2013)的研究團隊分析臺灣老年長期資料庫1993到2003年的資料，研究結果發現，帶孫祖父母的健康狀況比不帶孫的祖父母為佳，特別是對於三代同堂的祖父母而言，包括自覺較佳的健康狀況、較高的生活滿意度及較低的沮喪感受。在另一項分析資料為2003到2007年的國內長期資料研究中(Tsai, 2016)，研究者調查祖父母帶孫的狀況並請祖父母自評現在以及四年前的憂鬱狀況。結果發現，在這四年中有帶孫的祖父母，無論是持續帶孫或開始帶孫者，他們都比以前快樂、享受生活，同時也比未帶孫者快樂。此二研究結果顯示帶孫有助於臺灣老人的身心福祉，然由於所採用的資料距今已有十年至二十年，在快速的社會變遷下，臺灣祖父母帶孫的狀況、以及促進帶孫正向助益的相關因素，有待學界持續探究。

(三)研究的重要性

國內祖父母帶孫的比例不低，但研究上對此托育的特色與內涵卻嚴重缺乏了解。在有限的幼兒托育研究中，多將祖父母帶孫和其他親人托育合併為一種托育形態，與其他型式(例如父母自己帶、保母、托育機構)進行不同托育選擇的分析或托育滿意度的比較(陳若琳、涂妙如與李麗圳，2014；馮燕，2000)。部分代間關係的文獻，也較聚焦於代間教養介入或矛盾(利翠珊、張妤珩與鄧皓引，2014；梁書華，2010)，對於祖父母帶孫的特色、樣貌與其影響因素之研究付之闕如。帶孫不像隔代教養因為面臨種種挑戰而引發關注、也不像其他托育型態(如專業保母及托嬰中心)需接受專業評鑑考核。本文刻意採用一般民眾使用的詞彙「帶孫」，來呈現其此種形式的祖父母教養之內涵及效應未被重視的現況。帶孫的「帶」字，意味著僅求基本照顧的期待、而不強調托育的重要性與品質，也因之對於祖父母教養未有太多的尊重與肯定。然而，祖父母帶孫有其特殊性。首先，此種家庭式的托育不是一項工作，而是代間支持的實踐。也因為血緣關係，托育的信任關係是被滿足的。此外，祖孫關係會一直持續下去，不像其他托育型式會因為托育關係中止而結束。同時，祖孫互動時祖父母對於家族故事的敘說與傳承，將協助孫子女了解自己在家族歷史軌跡中的位置、有助於孫子女的自我認同(Smorti, Tschiesner, Farneti, 2012)，此一特色內涵也是其他托育形式所無法複製的。

(四) 研究問題

本研究將探究祖父母的正向帶孫經驗，包含動機、實際情形、感受到的助益及其影響因素。若將帶孫的正向效應極大化，不僅協助中間世代父母、有助於高齡者健康老化、增進孫子女的健康發展，並可為未來孫子女成年後投入祖父母的支持網絡，奠定良好的基礎。本研究之研究問題如下：

1. 祖父母帶孫的正向經驗為何？包含其動機、實際情形與感受到的助益為何？
2. 影響帶孫正向經驗的因素為何？

二、研究方法

(一) 研究對象

本研究之研究對象為目前正在帶孫(1-6歲)、且有正向帶孫經驗的祖父母。帶孫的條件設定為白天照顧、晚上父母自己照顧；或星期一到五由祖父母照顧、週末父母照顧。共訪談9位祖母及3位祖父，其中有3對為共同帶孫之祖父母。受訪祖父母的年齡範圍在60-70歲之間，教育程度從國小到大學皆有，高中及以上學歷者居多。他們自己的子女數多為2-3位，只有GM5育有5名子女。

這些祖父母的孫子女數介於1-6個之間，有6位受訪者是第一次帶孫，另兩位則是第二次帶孫，只有一位已經帶過6個孫子了。目前所照顧之孫子女多為1歲到3歲間，平均年齡為2.75歲。祖父母幫兒子媳婦或女兒女婿帶小孩的比例約各半，孫子女父母的年齡在30-40歲之間，教育程度皆在大專以上，皆為雙薪、已婚有偶家庭。父母輩的子女數為1-2位。表一編號的數字為受訪者代號，GM代表祖母，GF代表祖父，編號數字相同的祖父母為夫妻。

(二) 研究對象之招募

由於本研究立意訪談正向、高動機及積極參與帶孫之祖輩，透過台北及新北市保母系統、幼兒園、親子館及社區活動中心(如繪本館)等，請主任、館長及工作人員推薦介紹符合上述狀況之祖父母。

表一 受訪者基本資料表

個案	編號	角色	年齡	教育程度	先前職業	是否與 孫子女及 其父母同住	孫子女 性別	孫子女 年齡
1	GM1	外婆	60	高中	在家做拼布 保母	否	女	1歲3個月
2	GM2	外婆	61	國中	洗衣店 保母 月嫂	同住	女	3歲7個月
3	GF3 GM3	外公 外婆	65 60	大學 大學	夫婦： 印刷廠 出版社(家族) 攝影創業	否	男	2歲7個月
5	GM5	外婆	68	國中	做拉鍊	否	女	3歲多
6	GF6 GM6	爺爺 奶奶	70 64	大學 專科	夫：校長 婦：幼教老師	同住	女	6歲
7	GM7	奶奶	60	專科	國小老師	否 (住同一棟)	男	1歲半
8	GM8	奶奶	65	高中	政府部門	同住	女	1歲2個月
9	GM9	奶奶	66	國小	手工藝 工廠工作	同住	女	2歲多
10	GF10 GM10	爺爺 奶奶	69 63	高中 國小	夫：五金行員工、 警衛、工地工人 婦：家管	同住	男 男	4歲半 2歲

註：表中未列GM4資料。GM4在初次電話訪談時屬於本研究高動機及高參與之帶孫者，但其家訪資料顯示其帶孫經驗非屬正向，因此最後未列入分析。

(三) 研究方式

研究者先透過電話與受訪者進行第一次初步訪談，了解其帶孫的基本背景資料、動機及參與狀況，並藉由其語氣及用詞描述等，評估其是否屬本研究設定之受訪對象。第二次正式訪談則皆於受訪者的家中進行。研究者簡要說明研究目的後，請受訪者簽署「受試者說明暨同意書」。每位受訪者的訪談時間約為一小時至兩小時不等，若祖父母同時受訪則為一個半至兩小時，訪談皆以錄音記錄。訪談後致贈小禮物以表感謝。所有正式訪談皆由研究者(碩士研究生隨同)進行。

本研究訪談祖父母帶孫緣起動機、帶孫行為、照顧教養內容及帶孫感受等。並依受訪者的回答延伸相關的提問。每次訪談後皆進行訪談省思紀錄。

訪談大綱如下：

- 1.帶孫的決定？帶孫的主要原因？
- 2.帶孫的日常？通常一天會如何過？怎麼帶孫？為什麼這樣安排？
- 3.帶孫對於自己的生活有沒有帶來甚麼樣的改變？

(四) 資料分析

研究者在錄音謄稿完畢後，參考張芬芬(2010)提出之質性資料分析步驟，分別為文字化、概念化、命題化、圖表化及理論化，進行資料分析。首先，反覆檢視資料，對照省思記錄，將概念賦予某段文字資料，接著將概念分類、分層，累積類別與層級。從概念組成正向帶孫內涵與影響因素的命題，最後再以圖表和理論進行統整連結。

在本研究信效度的建立與提昇上，首先，在資料收集過程中，研究者採取同理的中立(empathic neutrality)之態度與策略(Patton, 2002)，藉由同理的傾聽，了解受訪者的觀點、不給予評價與批判，以提昇資料的真實性、豐富度及深度。研究者在資料詮釋時，引用逐字稿，以低推論的描述方式，呈現受訪者最真實的用語。最後，研究團隊(包含研究者及兩位碩士研究生)針對資料的分類詮釋多次討論，以進行主觀性的檢視及偏見的控制。

三、研究結果

(一)帶孫的動機緣起

1. 奠基於良好兩代關係的幫助之心

受訪祖父母談起當初帶孫的決定，GM3、GM4、GM5、GM8、GM9及GM10分別以默契、理所當然、自然而然、從沒想過要給別人帶等用詞來說明帶孫。舉例來說，GM3和GM7皆提到當年自己在上班，小孩就是給外婆帶。因此GM3認為自己現在帶孫是一種傳承，理所當然幫女兒帶。

雖然多位受訪者的第一反應如上述，但在接續的訪談中，受訪者紛紛提到帶孫是為了要幫助子女。經濟因素是最常被提及的幫助原因。有人照顧小孩，父母輩就可以外出工作賺錢，同時省下保母費用。

GM2：她(女兒)跟我講啦，她跟我說如果我這個小孩子生出來我希望你幫我帶，我說好、我幫你帶…因為她賺錢也不是很多…

GM9：沒賺錢不行，兩個沒賺錢怎麼可能，都在吃老本耶…我幫她帶不用錢，你如果請人家帶不是要兩萬元…

總共帶過六個孫子，並曾經一次帶兩個孫子的GM5，以划算來形容這樣的幫助。且除了經濟因素外，帶孫也能減輕小家庭在工作與家庭間兩忙的壓力：

GM5：因為給年輕人出去，反正我也工作那麼久了，我一個可以帶他們兩個的(小孩)，他們兩個可以出去，那如果我不帶他們兩個都留在家裡…趁可以做就替他們多做一些，大家也不是說經濟上面那麼好，可以出去就趕快去…你看這樣多划算，我一個顧兩個，你們就不用兩家都留下來顧小孩…

祖父母來帶孫子是好處多多啦，也真的是疼你的啦，如果不疼你就不會幫你顧了…再來也是幫你省錢，你不用來來去去、奔波啦，好處多多啦…

值得特別注意的是，這樣自然而然、想要幫助子女的動機，其實是奠基於良好的兩代關係之上。就如上述GM5提到自己帶孫也是因為疼女兒、讓女兒不用來去

奔波；GM2則認為女兒也很樂意將孩子給外婆帶；GM5和GM8同時提到，她們覺得別人不帶孫的原因可能是和晚輩的感情不好，或因為感情不好晚輩也不給長輩帶。這也說明了為何多位受訪者認為帶孫的前、後，兩代的親子關係並沒有特別改變的原因；以前就不錯，到現在也「一直都是這樣」(GM7)。

2. 「體力」及「角色負荷低」為帶孫的必要條件

帶孫動機雖以幫助子女為核心，但有重要的必要條件—「體力」及「角色負荷低」需要具備。研究者在詢問祖父母「如果再有一個孫子，會幫忙帶嗎？」這個問題，最常聽到的立即回答即是「看有沒有體力」。如GM1談到如果未來小兒子結婚再有孫子會不會帶時，她估量一下應該還要好久，說：「我不會幫耶，因為我那時候怎麼會有體力啊，真的那時候已經沒有。」換言之，如果沒有體力，再怎麼想幫也沒有辦法。研究中的祖父母年齡皆介於60到70歲之間，年齡最大者是與老伴共同帶孫的兩位祖父(分別為69歲及70歲)。受訪祖父母在此一人生階段，體力尚佳，但角色職責相對單純，子女成年、職場退休、或者自己的父母也已離世，因此在人生的此一階段，角色負荷是低的。這些因素皆是不言自明的帶孫必要條件。

(二) 祖父母帶孫的優勢特色

在解析祖父母帶孫的實際情形後，研究者發現祖父母帶孫以下的優勢特色：

1. 從容投入

祖父母帶孫與當年帶小孩最大的差異就是有「時間」。有時間並不只是陪伴時間量的增加，更代表著心情的放鬆、心境的轉變。因為有時間、所以有心情，也就是所謂的「閒情逸致」。GF6就提到，在帶孫回家的路上，不用像下班後的父母趕著回家，孫子女看到路邊有趣的事物，可以一起停下來，觀察探索。

GF6：譬如說去帶回來(接大孫女下課回家)，我發現有很多媽媽急著回家，有時候我這條路看一下、那條路走一下，有時候看到東西，她(大孫女)說，阿公可不可以帶回來，我說好，我們就帶回來(GF6)…(阿公說完，接著展示他們從路邊帶回的小昆蟲及樹葉等…)

GM1的帶孫圖像十分優雅從容，她所展現出來的樣貌也的確如此。帶孫不必像八爪章魚般，一次專心做一樣事情就好。

GM1：我絕對不要用背巾。我認為背巾是爸爸媽媽的事…你不覺得說，背在身上感覺就是比較辛苦嗎？為甚麼你要背在身上，就是因為你還要去做其他事嘛，所以你才得把孩子背在身上…阿嬤帶孫，很堅持，沒有在背背巾這件事情的。這個意思是說，就是專心帶她。

因此，GM1描繪的帶孫日常是很從容的，她說自己絕對不邊抱孫子邊自己吃飯，她會等孫子睡了，再好好的自己坐下來吃東西、聽音樂、看書或喝杯咖啡。

對於專心帶孫這件事，其他阿嬤也有類似的呼應。GM2及GM3不約而同的提到，現在的年輕父母帶孩子時喜歡用手機，他們則不會如此。GM2提到有些年輕媽媽帶孩子去公園遊戲場玩，只顧著滑手機，都沒在看孩子；但她在帶孫時，會看著孫子女、注意安全，並適時糾正孫子女推擠的行為。GM3則提到帶孫子女去坐捷運，絕對不拿出手機，也不讓孫子女玩手機，在捷運上就是小聲的和孫子女互動，看書、玩車車等。

帶孫的投入也能讓祖父母得到樂趣與成就感，因為觀察到孫子女的特點與成長。而這是以前自己當父母時，沒有心思去注意到的：

GM7：他(孫子)會去注意很多的東西。這點對我來說很難得。他有很多的東西也許是我們沒有注意到的。特別是在藝術、閱讀方面。應該是說看著小朋友在進步，有新的東西出來，我就會很高興，怎麼會是這樣子。也許我以前孩子曾經有過怎麼樣，只是我們都跳過去沒有看到。

值得注意的是，這個時間上的優勢也嘉惠在父母輩身上，父母們不必像到托嬰中心、保母那裡，急急忙忙的趕在時限內接小孩，這份從容也延伸到父母的身上。

2. 祖父母的經驗與智慧：

祖父母的經驗智慧包含其育兒的知識經驗、專業工作知能及特有的成長經驗。首先，育兒是所有祖父母曾有的經驗，GM1和GM2皆提到先前教養自己孩子的經驗，就是現在帶孫最好的基礎。除了延續先前的教養方式外，也會檢討先前做得不

好的地方，在帶孫時改進。像GM1和GM2及GM4都曾參加坐月子、保母的研習課程。除了憑藉之前育兒的經驗、更加精進教養知識。GM3和GM5皆在帶孫前就是故事媽媽，她們在帶孫之後並未停止故事媽媽的志工服務，而是帶著孫子女一起參加。GM5也提到故事媽媽的培訓讓她學到許多。唸故事書不再只是照著唸，還會有互動和知道抓重點。GM3提到孫子從小就和她一起去故事媽媽活動的助益：

GM3：才六、七個月，我就帶到圓山親子館，下午兩點親子館，禮拜三貓頭鷹媽媽說故事。就為一歲以下的小孩講故事，他六個月就這樣看、聽故事。不管五分鐘、十分鐘也好。都講很簡單的故事，就一直唸一直翻，所以她只要聽繪本，就會乖乖坐在那邊。所以那天媽媽出差，我想到我禮拜六要去圖書館講故事，我就帶著去，跟他說：「阿嬤今天是老師喔，老師等一下在那邊講故事，你要乖乖聽。」她就真的，別人的小孩在那邊動，她就坐在那邊認真聽。

此外，對於先前的職業是保育、教育專業的祖父母而言，這些專業工作經驗現在都可以應用在帶孫上。GF6阿公提到以前擔任小學的導師，必須十項全能樣樣精通，這些基礎現在都對帶孫有所幫助，GF6強調：「有幫助、而且是大幫助」。

GF6：小學大部分都是全包的，體能科，跑操場欸，再來還有音樂呢，考那個琴法，還有畫圖…

不僅是教育相關專業對於帶孫有所助益，GF3的阿公提到先前自己開公司多年，這樣的社會歷練可以應用在帶孫上。他以人際關係來舉例，先前面對的是客戶，現在面對的是孫子女，原理原則其實是相同的：

GF3：那做生意不能只想自己要怎麼樣，要比較迂迴，要比較有彈性。其實帶小孩也是一樣，它一樣是一種人際關係，只是另一種人際關係，親子、祖孫、客戶都是一種人際關係…我覺得很多人都覺得這樣對，就這樣做，也就是你明明是為他好，結果卻搞得大家關係都很不好。他也生氣，你也生氣，那其實這跟你當初要的就不一樣了。小孩子和客戶一樣，你要讓他很高興照你的要求做，還是讓他不開心，只是手段不太一樣。

在我們的觀察記錄中，的確發現GF3阿公運用了這樣的技巧。在我們與受訪者

祖孫出遊的紀錄中，阿嬤幾次告知孫子要回家了，但玩沙的孫子還是不想結束。這時阿公接手換一個方式來和孫子溝通：

GF3觀察記錄：阿公：「走啦～我們去玩水啦～要將你的手還有腳用水洗一洗啦！」。孫子沒有說話，嘴巴表情向下有點小嘟嘴，阿公再說了一次：「走啦～我們去玩水呀！」。阿公說完，孫子便走向水龍頭的地方。

最後，祖父母的幼年成長經驗可能和父母輩非常不同。這樣的經驗帶給孫子女不同的生活體驗。像GF6的阿公就提到，自己是鄉下小孩，從小光著腳在田野間成長，現在帶孫也希望讓孫子女體驗大自然的美好：

GF6：像我們會去跑，我追她她追我，可能很少父母會這樣吧，而且赤腳…誰敢這樣讓一個小女生這樣一直跑，那我是不會，所以我們就她追我我追你，坐在地上就玩泥巴，她也不會哭…觀察，欸這個樹可以爬，一定要爬，試驗一下，就讓她爬樹。

3. 有原則、有彈性且能運用資源

(1) 角色職責定位清楚

由於週間要帶孫，因此大多數的祖父母都強調假日時間保留的原則。GM1、GFM3、GM6、GM7、GM8、GM9及GFM10皆提到週間和週末的區隔。雖然偶爾還是要支援需要加班的子女，但基本上週末就是自己的時間。想要做自己的事就做自己的事，如果有全家的活動，想要一起去的時候就一起去，不想去就不去。舉例來說，GM3和GF3提到週間由他們帶孫，但假日的時候祖父母倆就各有各的活動，這是從先前還未退休時就如此了。阿公會去教太極拳，阿嬤則早上導覽植物，下午去圖書館講故事。GM9也提到和子女約法三章，週末是自己的休息日：

GM9：(週末)我們喜歡泡溫泉就去泡、喜歡去哪裡就去哪裡、去遊覽，看我們啦…假日啊，那時候要帶就有跟他們說，平常日不行，六日我們才能休息…我才有我自己的時間啦…

除了假日時間的原則外，祖父母也將自己的帶孫職責定位清楚。祖父母將自己定位在教養協助者的角色，子女則要扮演父母的角色。自己不需於踰越、也毋須干涉。

GM1：你是協助的角色，你不要找別人麻煩，因為你是要幫助，你不是要增加困擾…其實他們(子女)只需要知道孩子的狀況…只需要這樣，他並不需要你指導他怎麼樣…

GM5：不要說完全在阿嬤身邊，以前我們這些也都晚上自己帶回去，像小baby幾個月也都是帶回去，你們才知道帶小孩是多麼辛苦啊，父母跟小孩才知道要怎麼教，不能說一直在我們這邊，我們教的方法跟他們不一樣，在他們身邊他們看得到，不對的他們才會去糾正她

(2)彈性調整心態與作法

在原則之下，祖父母們也能保有彈性的心態與作法。以托育時間為例，雖然強調自己休息的時間，但祖父母們還是都會彈性配合子女，協助他們加班、甚至生活上的需求。GM1會彈性配合女兒和女婿的時間，她提到就這兩年，所以還好。

GM1：我比較彈性欸…因為他們有的時候會出差，出差的時候我就會要住這裡…因為他們上班族嘛，需要運動。所以他們都會，固定時間，就是下了班會去運動。如果他們去運動的時候，我就是晚一點再走…其實我會覺得說，就是自己的角色狀態自己要搞清楚，你既然接了這個擔子，像那時候我會覺得說，啊就是兩年嘛…

此種時間上的可負荷感，也反映在少子化現況下孫子女數的減少上。帶孫不是一個接一個的漫長歷程，「就這兩三年」(GM1)「就這一陣子」(GM8)，或者體認到現在都生得少，帶孫帶起來「很寶貝」(GM9)，皆顯示在心態上不會有得長期擔負此責任的重擔感受。心態的定位與調整，都為帶孫的經驗帶來加分的作用。

以GM5為例，GM5雖然目前只帶一個孫子，但她前前後後總共帶過六位孫子女，歷時十多年。她是以正向的心態來看待帶孫。

GM5：你給它想說我有幫助到，而且我是有利用的、有價值的…算我還有價值

GF3與GF10也提到因為帶孫而省思自己喜歡的生活是甚麼，而非盲目的比較：

GF3：有人會說你這樣都被綁住都沒辦法去做自己喜歡的，我也自己有一個反

省，我想什麼是自己喜歡的？像這樣就很喜歡了啊！他們會說什麼要去國外，去旅遊，啊我每天這樣帶，我也是另類的一種遊戲…所以我們最主要不會去比較說喔你去國外的次數，或是去哪裡玩的次數多，好像就會比較高興…那我們認為不會去這樣一個比較的話，就比較好辦啊…

GF10：…我在外面做運動，參加很多團體，聽到的都是說我才不要帶…是阿公的天性吧…人生的追求不同吧…我們覺得帶孫子也是一種快樂。

除了休息時間的保留及心態的調適外，祖父母在社會參與上也有彈性調整的作法。對於受訪的祖父母而言，帶孫後不必然被綁住，許多活動可以帶著孫子女一起參與，如前述帶孫一起說故事的GM3和GM5即是例子。若有些活動真的會因為帶孫而無法前往，祖父母也能以轉換參與形式的方式來彈性調整。帶孫前積極投身各項活動的GM7，即提到自己轉由在家製作小禮物和表演道具來表達參與的心意：

GM7：帶了他(孫子)之後就變得沒有辦法。因為他媽媽去上班之後，這些事情我都要停下來了。停下來之後就轉一個方向，去做不一樣的事情。上次不是有八仙塵爆？我就看了覺得很可憐，我就跟我孫子說阿嬤要幫助他們，我就在家裡面做票卡，做幾十個，就我兒子開車一起載著孫子去醫院送給急診室的護士。我就跟他們說這樣可以幫助他…

像今年畢業40年，我們有校友回娘家。我同學就問我要不要參加，要上台跳舞，我就說我要帶孫子沒辦法…我就會想說要怎麼樣比較好。上禮拜天是校友回娘家要表演，禮拜六要彩排的時候，我就把道具都帶去…禮拜天的演出就非常的厲害…

(3) 老伴協同帶孫、聰明運用社區資源

帶孫最佳的資源就是自己的另外一半了。本次受訪者除了共同受訪的GFM3、GFM6及GFM10為祖父母共同帶孫外，GM8及GM9也有另一半共同協力。基本上，阿嬤負責飲食，阿公負責玩是最常見的狀況。同時阿公通常比較有力，出去玩需要抱時也可以派得上用場。GF6的阿公以主將和副手來形容配偶及自己在帶孫上所扮演的角色。GM6的阿嬤主要煮飯，阿公認為這是最重要的，也認為阿嬤非常用心在

全家人飲食的營養健康，因此自己就負責帶孫子女出去玩。GM3及GF3的分工也是類似的狀況：

GM3：他(孫子)很清楚，要吃東西是找阿嬤啦。要玩是找阿公。阿公都陪他玩，很有耐心的講故事，辦家家酒，他都會說：「阿公這請你喝。」

GM8、GM9及GM10的另一半參與程度雖不如上述的兩位阿公，但也明顯的產生支持的作用。最主要的作用還是祖父可以帶孫出去，這時祖母就可以去買菜、做家事、或出去走一走、跳舞運動等。也因此，GM8多次提到帶孫「很輕鬆，因為有兩個人帶」。

其次，社區的資源運用，也可以豐富帶孫的活動。像GM1就對於自己善用社區的親子館等資源頗為自豪：

GM1：喔我是一個會google的阿嬤…我是屬於，就是會把這個地區的資源，就是會搞清楚的人…我一直都是這樣，我從帶我自己的孩子的時候，要不然你看喔，我那時候經濟不好，不過我的孩子書都念得蠻好的，因為，我覺得我還蠻用心的…後來都還是蠻順利的這樣，那當然，你要找很多資源啊！

如前所述，GM3和GM5一直以來就積極參與社區活動，是社區的故事媽媽。在帶孫之後，並未停止這樣的社區參與，而是將孫子女帶入社區，共同參與社區說故事活動。GF6阿公在訪談結束後帶我們去搭車時，沿路介紹社區的資源，大學校園、科學博物館等，並說明他們都會充分運用這些資源，帶孫子女去走走逛逛。而GM7也指出，自己先前當老師時，就很注意社區資源，常常帶學生走出課室學習；現在自己帶孫，自然也就延續先前的經驗。

(三)帶孫的助益

1. 腦力活化、享受與孫子女一起成長的成就與喜悅

祖父母與孫子女一起學習，孫子女旺盛的好奇心，是祖父母腦力活化的泉源。

GM2：我的年紀反而會比較年輕，他(孫子女)問的問題你想不到，他問問題，你就要想辦法讓他了解…你跟著他成長，你不會覺得你老，反而年輕，這個我覺得很好

GM7：現在等於是所有的時間都跟他們在一起…我現在才學習很多東西…現在我帶他們去動物園…我去動物園回來又學習到新的東西。譬如說那天去看到蛇，回來之後哥哥就拿一本書有講到蛇的成長，他就馬上可以跟那些東西聯想在一起。他還會把其他故事書有蛇的都拿出來。我們跟著他一起成長的時候，整個視野又變得更大了。我覺得這點是蠻令人開心的事。又更不一樣了。

如先前所言，因為帶孫的投入，讓祖父母能細心觀察到孫子女的成長。GF3和GF6都提到自己的孫子很愛看書，他們也花了許多時間念書給孫子聽，孫子女學習的成果，也都看在眼裏，並從中感到成就與喜悅。

GF3：他會自己找書，他要看什麼書就會拿過來要我們唸…他從中間學到很多詞彙…他常常會從書裡的故事，冒出一句話，你會覺得很驚訝，為什麼他有辦法回答這種詞句。

GF6：像我讀故事給她們聽，有一天這老二她會拼音了，她就自己拼，會拼出正確的音…啊，你就覺得，喔怎麼(長)這麼大了。

2. 心境愉悅年輕、保持健康活力

開心、變年輕，也是祖父母帶孫後的心境轉變。前述GM2就提到因為要和孫子女一起學習成長，因而不會覺得老，覺得自己變年輕。再以GM1為例，她在訪談當天穿著á la sha的衣服，此品牌以色彩繽紛，圖案可愛著稱。她說因為當天要帶小朋友外出，她在帶孫外出時都會穿得比較可愛，才能夠吸引小朋友的目光與注意力。也因此，GM1提到帶孫真的會變比較年輕。祖父母為了帶孫也會自我砥礪保持良好體力，GF6阿公提到退休後積極運動、爬山培養出的體力，現在帶孫就用上了，所以還要努力保持。

GM6覺得帶孫後的生活更充實。在這個年紀，她不會以忙和累來形容帶孫，而是很高興自己還能夠動。同時GM6也認為帶孫是開心快樂的。

GM6：真的跟孩子在一起很開心欸，他們有很多很多的驚喜給你，每天都有不一樣的東西出來…有時候一些很奇怪你都想不到的話，他突然就想出來了…

幼兒帶來的活力感，也影響家中其他長輩。GFM3夫妻和GM7皆同時照顧上一輩及孫子女。他們提到小孩的活力不僅帶動祖父母，也影響曾祖父母。在高齡化的現今，此一助益實屬珍貴：

GM7：我現在年紀比較大了…像我看我自己的爸爸，覺得一直衰老下去…可是只要看到小朋友，就又覺得充滿了活力。像我婆婆看到他(曾孫)就會很開心。

GM3在訪談時，和我們分享孫子女與曾祖父的互動影片，包含牽手去運動和玩遊戲：

GM3：帶阿祖去運動，傍晚去樓下走。很快樂，就會帶阿祖。我爸爸有他陪，我也很感恩。像這樣牽他，我都好感動…我要他睡都不要，如果是小孩叫就願意。其實老人家就是要有小孩這樣，很高興…玩手電筒、辦家家酒、乾杯。

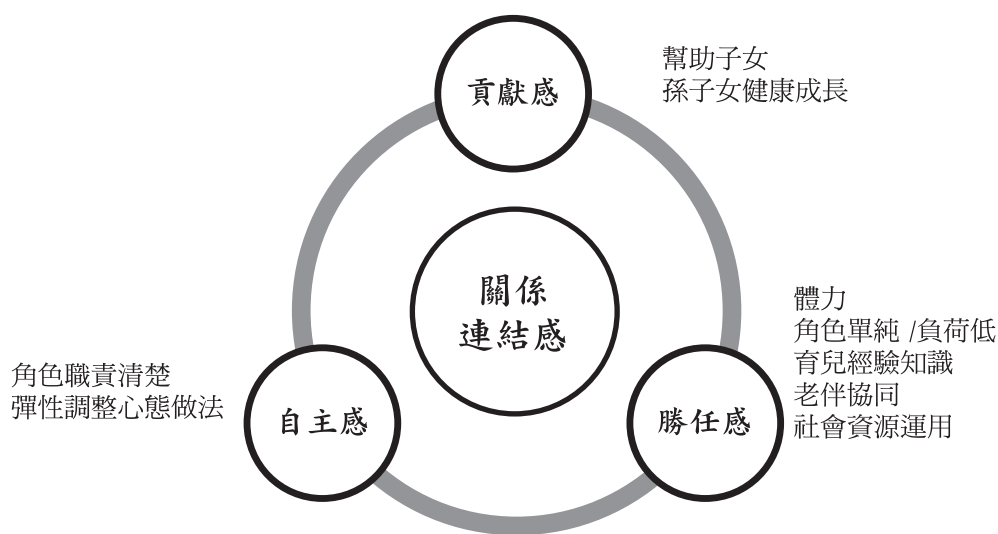
GF3：而且小孩子會主動去逗他(阿祖)，這樣他很高興，而且不容易生氣。

四、討論與結論

本研究發現，現今祖父母的帶孫經驗，有其優勢特色，展現正向的面貌。然而，正向帶孫並不必然，它需要多元因素支持。以下將以正向帶孫的元素及影響因素作為此研究之總結。

(一) 正向帶孫的四感：關係連結感、貢獻感、勝任感及自主感

研究者從帶孫的動機緣起、優勢特色及助益中，解析出正向帶孫的內涵，歸納出正向帶孫的四感元素(圖一)。首先，本研究發現，正向帶孫以關係連結為起始核心，雖然祖父母們多以默契及自然而然來形容帶孫的緣起，然而這樣的默契得來不易，它建立在兩代之間的互愛互信之上。父母輩因為認同當年父母的教養，所以放心讓祖父母帶孫；祖父母感受到子女的信任與情感，自己也樂於幫助子女。在兩代關係良好的前提下，「父母輩願意、祖父母也樂意」的自然狀況才能成形。在情感



圖一 正向帶孫的四感內涵

性、而非交換目的之帶孫基礎下，發展出貢獻感、勝任感及自主感。帶孫既幫助子女、又提供孫子女良好的成長環境，祖父母們達成老年期創造繁衍的發展任務，貢獻感因而滋生。同時，祖父母雖以無給職的帶孫做為繼續貢獻的選項，但因為祖父母帶孫，父母輩才能工作賺錢，因此以整個家族而言，它也有經濟貢獻的意涵。

此外，正向帶孫經驗尚涵蓋勝任感及自主感。祖父母們在體力夠、時間足及角色單純負荷低的大前提下，加上自己的經驗知識，並充分運用資源，帶孫是有勝任感的。研究中的祖父母在帶孫後感受到年輕活力、欣喜於孫子女的學習成長，皆是帶孫勝任的指標。反映出帶孫為角色增能、而非耗竭。老化適應的持續理論指出，老人不需特別開創新的活動，能持續其過去的經驗、角色與生活方式，對於老人即是有益的。持續理論所持的觀點是，若於老年後再開始積極的社會參與，對於某些老人而言，是具有壓力、且非自然舒適的改變(謝美娥，2013；World Health Organization, 2002)。帶孫並非是全然陌生的，它是一種重溫、整合過去育兒經驗的活動。除了自己的育兒經驗外，本研究中有五位祖父母具教保背景，本身對於教養的經驗知識已有紮實基礎，其他祖父母則透過不斷的學習參與，如參與社區的說故事活動，為帶孫增能。有體力、有方法且有資源，帶孫對於這群祖父母而言，是勝

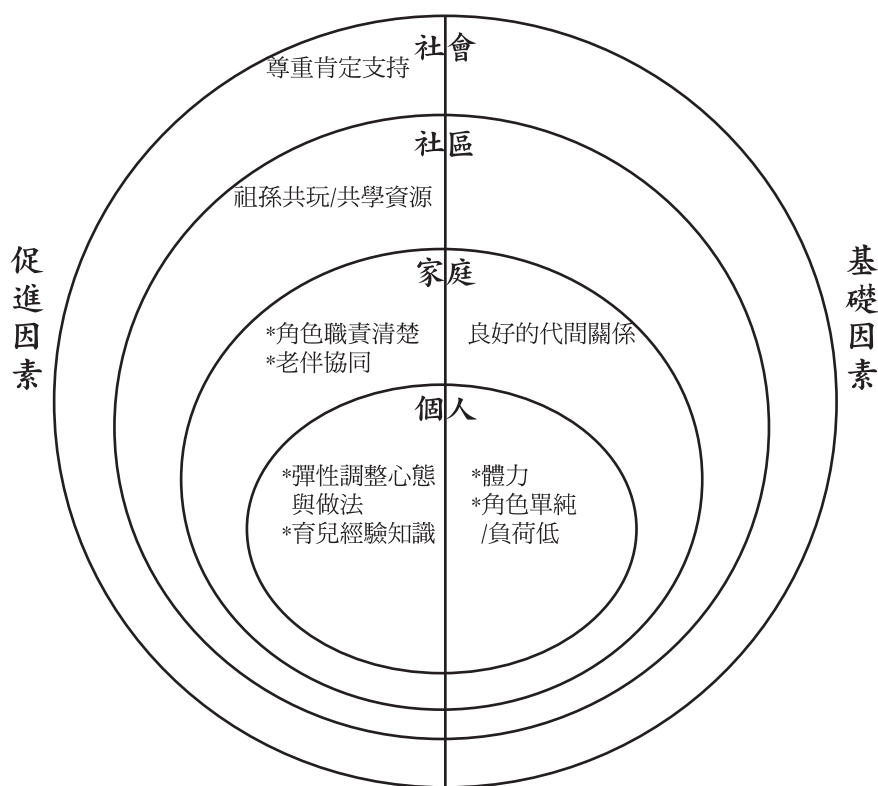
任愉快的。最後，在自主感的部分，首先，祖父母帶孫是自主決定的，而非被迫為之，同時因為祖父母們能夠把持角色職責，又能彈性調整作息、心態及社會參與形式，因此不會感受到生活因為帶孫而受限，其自主感並未因帶孫而被剝奪減損。

正向帶孫的四感也能與正向老化的主觀感受指標(Lu, 2017)相呼應。首先，祖父母對於家庭有所貢獻的認知，即是重要的生命意義感。而帶孫核心的關係連結感，也是主觀幸福感及安適幸福感的來源。最後，正向帶孫的祖父母對於老化的自我評估是自主的、健康的、帶孫帶得不錯的。在這四感的帶動下，帶孫對於祖父母的身心健康產生正向的助益。國外近期的量化研究也支持了此一現象。Gessa, Glaser與Tinker(2016)的長期研究發現，在控制了老人帶孫前的身心健康狀況及社經背景因素後，帶孫老人(包含每日帶孫及偶爾帶孫者)的健康較沒有帶孫老人顯著為佳。Gessa等人指出，先前聚焦於隔代教養的研究發現教養孫子女對於祖父母的健康有負向影響，然而在歐洲更普遍的帶孫狀況是父母輩功能良好、祖父母只是輔助性的角色，這樣的帶孫安排對於祖父母的健康不但沒有減損、反而是有助益的。Gessa等人也據此推測，帶孫的成就感、價值感、代間的家庭支持感以及因為帶孫而提升的活動量，皆是促進祖父母健康的重要因素。此一研究結論頗能呼應本研究的質性訪談結果。

(二) 正向帶孫的影響因素

研究者接著統整出正向帶孫的影響因素(請見圖二)。在個人、家庭、社區及社會四個層次下，區分為基礎因素和促進因素。如上所述，良好的代間關係為正向帶孫的家庭基礎，對於本研究的祖父母而言，帶的是內孫還是外孫、是幫女兒女婿、還是兒子媳婦帶沒有太大差別，只要代間關係好，兩代都覺得祖父母帶孫是個好安排，就是一個正向的開端。此外，在個人的層次上，祖父母的體力為不可缺少之必要。同時，沒有太多其他角色競爭彼此的時間、精力與資源，也是帶孫的基礎條件。

基礎因素主要立基於個人和家庭層次上。然而，在進階的促進因素上，則涵蓋了個人、家庭、社區及社會四個面向。在個人層次上，祖父母在心態和行動上的彈性調整和持續學習，是正向帶孫的重要促進因素。祖父母除了回顧反思當年的育兒經驗外，應用自己在職場上的相關知能、持續的進修及志工經驗等，對於帶孫的勝



圖二 正向帶孫的基礎及促進因素

任度都有提升的作用。祖父母在心態和社會參與形式的彈性調整，則有助於維持自主的感受。

在家庭層次的部分，祖父母一起帶孫，祖父祖母成為彼此重要的人力資源，更能享受「二打一」的游刃有餘。在本研究中，祖母還是扮演著主要照顧者的角色，雖然祖父帶孫的參與程度不一，但多一個人幫忙，祖母感覺就輕鬆許多。此外，帶孫的職責界定清楚也是正向帶孫的促進因素。祖父母皆認為父母親的教養職責不容取代，父母輩應負起責任，祖父母對於孫子女的教養是參與而不干預；只要父母在，就把孫子女交還給父母。雖然三代不同住可以在空間上具體區隔，但本研究發現，若祖父母能夠清楚定位自己的職責及休息時間，同住與否並非重點。同時，職責定位清楚還能減少兩代間對於孫輩教養的衝突，良好的代間關係得以維繫。

在社區的部份，主要則為社區資源的運用。多元友善的社區資源能協助祖父母規劃帶孫活動，而非只是關在家裡。參與活動對於孫子女的發展及祖父母的健康都有所助益。最後，則是社會對於祖父母帶孫的尊重、肯定與支持。這部分很容易被忽略，但也最為重要。雖然本研究中的祖父母能調整心態，釐清自己想過的生活，但如GF3所言，耳邊還是有不少對於「好命」老人刻板印象的聲音，例如應該到處遊山玩水享受生活等。以社會角色理論觀之，若老人被定位為應從家庭角色中退位享福，那麼帶孫祖父母將因不符合角色期待而減損其福祉。反之，若社會呈現出多元的正向老化面貌，視「帶孫」為銀髮族活力老化的一個選項，則將為帶孫的正向經驗加值。本研究發現，在少子化的現今，這群祖父母是優質的托育生力軍；若具正向帶孫經驗的祖父母能被群聚起來，讓社會看到－我們是一群樂在帶孫的新世代祖父母，形成一種群體認同(social identity) (Tajfel & Turner, 1979)，應可進一步形塑整體社會對於祖父母帶孫尊重及肯定的氛圍。

(三) 省思與建議

現今政府積極打造「放心生、安心養」的環境，希望能提升生育率與兒童福祉。在嬰幼兒托育政策的推動上，除了公私立托育中心及社區保母系統之建置外，祖父母這珍貴的資源應被重視。本研究發現，祖父母帶孫有其優勢特色，而非僅如媒體所呈現出之「寵溺」孫子女樣貌。除了目前補助親屬保母(包含祖父母)的政策外，建議政府挹注更多資源鼓勵帶孫，特別是提供免費或優惠的祖孫共玩共學課程活動，讓祖父母帶著孫子女共同參與。共玩共學活動不但有助於嬰幼兒發展，也能讓祖父母作中學，提升托育知能。藉由走入社區，讓帶孫的場域不侷限在家中，祖父母及孫子女間可以在活動中相互認識，祖父母彼此支持、孫子女互為友伴。如此一來，可進一步建立祖父母的朋輩支持團體，邀請有經驗的帶孫祖父母經驗傳承，支持協助「新手」祖父母。將銀髮資源發揮於帶孫，不僅能滿足家庭及社會的托育所需，促進下一代的健康成長，也有助於高齡者之福祉。重新繪製新世紀的含飴弄孫圖像，是為國家社會之福。

參考文獻

- 行政院主計處(2013)：〈婦女婚育與就業調查〉。2015年4月20日，取自<http://www.dgbas.gov.tw/ct.asp?xItem=35732&ctNode=3303&mp=1>。
- 利翠珊、張妤玥、鄧皓引(2014)：〈育兒階段夫妻工作家庭壓力調適：系統界限的定位與轉變〉。《中華心理衛生學刊》，27卷1期，37-72。
- 李湘凌、高傳正(2006)：〈隔代教養幼兒在幼兒園生活適應之個案研究〉。《幼兒保育研究集刊》，2卷1期，38-56。
- 胡向明(2010)：〈80後城市獨生子女之替代父母角色現象分析〉。《中國青年研究》，9期，68-72。
- 胡夢鯨、王怡分(2016)：〈從生產老化觀點分析退休者的貢獻經驗及障礙：以樂齡中心工作者為例〉。《台科大人文社會學報》，12卷2期，85-112。
- 張芬芬(2010)：〈質性資料分析的五步驟：在抽象階梯上爬升〉。《初等教育學刊》，35期，87-120。
- 梁書華(2010)：〈祖父母教養介入對外籍配偶母親與幼兒影響之初探〉。《幼兒教育》，300期，63-74。
- 郭李宗文(2011)：〈原住民隔代教養家庭中順利成長之重要元素探討〉。《臺灣原住民研究論叢》，9期，71-106。
- 陳若琳、涂妙如、李麗圳(2014)：〈新北市家長對嬰幼兒托育照顧的滿意度研究〉。《人類發展與家庭學報》，16期，79-102。
- 陸洛、高旭繁(2016)：〈正向老化之概念內涵及預測因子：一項對臺灣高齡者的縱貫研究〉。《醫務管理期刊》，17卷4期，267-288。
- 馮燕(2000)：〈兒童家庭社會人口特性與托育模式分析〉。行政院國家科學委員會專題計畫成果報告，計畫編號：NSC89-2412-H-002-005。
- 鄭凱芸(2011)：〈從生命歷程觀點看危機家庭隔代教養者之困境〉。《家庭教育雙月刊》，34期，6-27。

- 駱俊賢、邱道生(2013)：〈原住民族群隔代家庭祖孫教養態度之探討—以花蓮縣秀林鄉為例〉。《商業現代化學刊》，7卷1期，155-180。
- 謝美娥(2013)：〈從退休的規劃、老化適應理論、自我知覺與生命意義探討退休老人的生活品質〉。《東吳社會工作學報》，25期，35-70。
- 嚴俊翔、陳若琳(2012)：〈國小高年級學童知覺祖輩教養參與、父母鼓勵與祖孫親密關係之相關研究〉。《輔仁民生學誌》，18卷1期，107-122。
- Baltes, P. B., & Baltes, M. M. (1990). *Successful aging: Perspectives from the behavioral sciences*. New York: Cambridge University Press.
- Breheny, M., Stephens, C., & Spilsbury, L. (2013). Involvement without interference: How grandparents negotiate intergenerational expectations in relationships with grandchildren. *Journal of Family Studies*, 19(2), 174-184.
- Chen, F., & Liu, G. (2011). The health implications of grandparents caring for grandchildren in China. *The Journals of Gerontology, Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 67(1), 99-112.
- Erikson, E. H. (1982). *The Life Cycle Completed: A Review*. New York: W. W. Norton & Company.
- Fuller-Thomson, E., Serbinski, S., & McCormack, L. (2014). The rewards of caring for grandchildren: Black Canadian grandmothers who are custodial parents, co-parents, and extensive babysitters. *The Contemporary Journal of Research, Practice and Policy*, 1(1), 1-31.
- Gessa, D. G., Glaser K., & Tinker A. (2016). The impact of caring for grandchildren on the health of grandparents in Europe: A lifecourse approach. *Social Science & Medicine*, 152, 166-175.
- Hughes, M. E., & Waite, L. (2004). The American family as a context for healthy ageing. In S. Harper (Ed.). *Families in Ageing Society: A Multi-Disciplinary Approach* (pp. 176-206). New York, NY: Oxford.

- Ku, L. J. E., Stearns, S. C., Van Houtven, C. H., Lee, S. Y. D., Dilworth-Anderson, P., & Konrad, T. R. (2013). Impact of caring for grandchildren on the health of grandparents in Taiwan. *Journals of Gerontology, Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 68(6), 1009-1021.
- Lu, L. (2017). Creating wellbeing among older people: An eastern perspective. In C. L. Cooper & J. C. Quick (Eds.), *The handbook of stress and health: A guide to research and practice* (pp. 299-399). Sussex, United Kingdom: John Wiley & Sons.
- Luo, Y., LaPierre, T. A., Hughes, M. Z., & Waite, L. J. (2012). Grandparents providing care to grandchildren: A population-based study of continuity and change. *Journal of Family Issues*, 33(9), 1143-1167.
- Marks, S. R. (1977). Multiple roles and role strain: Some notes on human energy, time, and commitment. *American Sociological Review*, 42, 921-936.
- Neuberger, F. S., & Haberkern, K. (2014). Structured ambivalence in grandchild care and the quality of life among European grandparents. *European Journal of Ageing*, 11, 171-181.
- Patton, M. Q. (2002). *Qualitative evaluation and research methods*. Newbury Park, CA: Sage.
- Rowe, J. W., & Kahn, R. L. (1997). Successful aging. *The Gerontologist*, 37(4), 433-440.
- Siebert, S. (1974). Toward a theory of role accumulation. *American Sociological Review*, 39, 567-578.
- Smorti, M., Tschiesner, R., & Farneti, A. (2012). Grandparents-grandchildren relationship. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 46, 895-898.
- Tajfel, H., & Turner, J. C. (1979). An integrative theory of intergroup conflict. In W. G. Austin & S. Worchel (Eds.), *The social psychology of intergroup relations* (pp. 33-48). Monterey, CA: Brooks/Cole.

- Tsai, F. J. (2016). The maintaining and improving effect of grandchild care provision on elders' mental health—Evidence from longitudinal study in Taiwan. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 64, 59-65.
- World Health Organization. (1990). *Healthy aging*. Geneva: WHO.
- World Health Organization. (2002). *Active Aging*. Geneva: WHO.

Taiwanese Grandparents' Positive Experiences of Taking Care of Grandchildren

FU-MEI CHEN

Purpose: Previous studies regarding grandparenting issues are commonly limited to skip-generation parenting and focus on its negative effects. However, it has now become quite common for grandparents to provide care for their grandchildren with the parents. These grandparents are autonomous. They know how to take care of the grandchild and enjoy the experience. This study identifies the positive experiences of these grandparents. **Method:** We interviewed 9 grandmothers and 3 grandfathers who had positive experiences as grandparents and who were currently taking care of their 1 to 6-year-old grandchildren. They were recruited from a baby sitters network, preschools and parent-child centers. Among the 12 participants were 3 pairs of grandparents who took care of their grandchildren together. **Results:** Positive grandparenting experiences entail 4 components: relationship connection, a sense of contribution, self-efficacy, and autonomy. A good intergenerational relationship is the motive for positive grandparenting. The health and energy of the grandparents is also a factor, as are task characteristics, such as being simple and undemanding. Advanced factors include personal, familial, community, and social dimensions. **Conclusions:** Grandparents can be a good resource for child care. Taking care of grandchildren can be good for seniors. This study suggests that the government supports grandparents in taking care of their grandchildren, which will promote the well-being of all three generations.

Key words: grandparents, grandparent-grandchild relationship, grandparenting, intergenerational relationship

Fu-Mei Chen: Associate Professor, Department of Child & Family Studies, Fu Jen Catholic University (Corresponding Author, e-mail: chenfumei8528@gmail.com)

