

本文章已註冊DOI數位物件識別碼

► 育兒階段夫妻工作家庭壓力調適：系統界限的定位與轉變

Work/Family Stress and Coping among Child-Rearing Couples: Boundary Setting and Shifting

doi:10.30074/FJMH.201403_27(1).0002

中華心理衛生學刊, 27(1), 2014

Formosa Journal of Mental Health, 27(1), 2014

作者/Author：利翠珊(Tsui-Shan Li);張妤玥(Yu-Yueh Chang);鄧皓弓|(Hao-Ying Teng)

頁數/Page：37-72

出版日期/Publication Date：2014/03

引用本篇文獻時，請提供DOI資訊，並透過DOI永久網址取得最正確的書目資訊。

To cite this Article, please include the DOI name in your reference data.

請使用本篇文獻DOI永久網址進行連結:

To link to this Article:

[http://dx.doi.org/10.30074/FJMH.201403_27\(1\).0002](http://dx.doi.org/10.30074/FJMH.201403_27(1).0002)



DOI Enhanced

DOI是數位物件識別碼（Digital Object Identifier, DOI）的簡稱，是這篇文章在網路上的唯一識別碼，用於永久連結及引用該篇文章。

若想得知更多DOI使用資訊，

請參考 <http://doi.airiti.com>

For more information,

Please see: <http://doi.airiti.com>

請往下捲動至下一頁，開始閱讀本篇文獻

PLEASE SCROLL DOWN FOR ARTICLE



育兒階段夫妻工作家庭壓力調適： 系統界限的定位與轉變

利翠珊 張妤玥 鄧皓引

研究目的：本研究從家庭系統的角度出發，檢視育兒階段夫妻的工作與家庭壓力現況及其調適。本研究試圖了解家庭系統界限在他們處理工作與家庭角色壓力過程中的變化。**研究方法：**我們一共邀請了31對雙薪、平均年齡35歲且第一個孩子進入幼兒園的夫妻，並以事先設計好的訪談大綱針對個別夫妻進行聯合訪談。**研究結果：**本研究發現不少雙薪夫妻在孩子上幼兒園後因托育方式改變，反而真正體會「新手父母」的壓力。他們的小家庭系統在此時與原生家庭分立出來，展現出由「婚姻次系統」或「親職次系統」主導的現象。而為了因應工作與家庭壓力，部分夫妻會尋求家族支援，但也同時會受到系統界限模糊的衝擊；另一些夫妻則是在缺少外援的情況下，對個人次系統界限進行壓縮調整。**研究結論：**育兒階段是華人夫妻小家庭界限確立的重要階段，原生家庭是育兒的資源或是阻力取決於夫妻對系統界限的共識；此階段的夫妻亦須格外注意親職次系統凌駕於婚姻次系統的可能問題。

關鍵詞：工作與家庭衝突、系統理論、系統界限、夫妻聯合訪談

利翠珊：輔仁大學兒童與家庭學系教授；美國普渡大學博士；專長領域與研究興趣為婚姻情感、婚姻韌性、成年子女代間關係、忍。(通訊作者；E-mail: shan@mail.fju.edu.tw)

張妤玥：國立臺灣大學工商管理學系暨商學研究所博士；才庫人力資源顧問公司/顧問師；專長領域與研究興趣為工作壓力、工作與家庭、領導風格。

鄧皓引：財團法人愛家文化事業基金會副執行長；輔仁大學兒童與家庭學系碩士；專長領域與研究興趣為工作與家庭。

收稿：2012年06月30日；接受：2013年10月22日。

一、緒 論

過去研究結果顯示在婚姻面臨危機時，夫妻之間的恩情、為家庭的犧牲付出，以及積極或消極的各種策略往往能協助彼此安然度過風暴，而原本極具殺傷力的考驗也可能促發夫妻之間更深厚的情感，使得婚姻關係更趨緊密(利翠珊，2005)。然而，對於育有幼兒的夫妻來說，此時期需面對的壓力源則來自四面八方。在家庭中，幼兒對父母的高度依賴不僅僅消耗了父母的精力，夫妻間的互動與家務分工等問題也接踵而至；此外，尚有經濟負擔、工作與家庭之間的平衡等問題待克服。面對諸多的壓力，夫妻如何看待這個階段的婚姻生活？如何解決上述難題？他們會如何開創自己的幸福婚姻？

另一方面，育有幼兒階段的夫妻，同時身兼「父母」的角色，以「系統」的概念來看，從個人到婚姻到親職，是系統界限不斷外擴的過程，婚姻中個人如何及是否確定將另一半乃至孩子納入自己認定的系統範圍，以及夫妻雙方是否能在這件事情上形成共識，也考驗著婚姻關係。加以華人社會的家族性，夫妻又將如何面對我的父母、他/她的父母、孩子的(外)祖父母的支持、協助，甚或破壞、阻力，更是此階段夫妻在社會變遷過程中必須面對的課題。

在上述的疑問下，本研究以育兒階段的夫妻為對象，將研究觸角擴及西方近年來盛行的「工作與家庭」議題，在研究方法上嘗試過去研究較少見的「夫妻聯合訪談」。以家庭系統的觀點，鎖定工作與家庭為夫妻帶來的各項角色壓力進行探討。具體而言，本研究想探究：育兒階段的夫妻其工作與家庭衝突的現況如何？他們如何平衡工作與家庭角色壓力？另一方面，夫妻婚姻系統在面對育兒階段的挑戰下，如何與外界系統互動，調整自己的系統界限？

(一) 育兒階段婚姻滿意度的下降

婚姻的經營是一個長期的歷程，期間會經過各種常態性與非常態性的挑戰(McCubbin, Cauble, & Patterson, 1982)。除了新婚階段必須適應從「情侶」到「夫妻」的角色轉變之外，「父母」角色更使得夫妻的兩人世界因第三人的加入而複雜許多。

此外，夫妻必須提供孩子照顧、增加經濟收入，也要與家族、學校、社區有更多的互動，是為「家庭擴展期」的開始(周麗端、吳明燁、唐先梅、李淑娟，1999)，指的是不斷增加的角色與責任。許多研究都顯示，在育兒階段這個高壓力的時期，夫妻的婚姻品質或婚姻滿意度面臨嚴峻考驗而下降(Belsky & Pensky, 1988; Ruble, Fleming, Hackel, & Stangor, 1988)，並在親密感、尊重、溝通或共識程度上出現較低的分數(Feeney, Noller, & Ward, 1997)。後設分析結果也顯示，育有子女的夫妻其婚姻滿意度顯著的低於沒有小孩的夫妻；再者，孩子數越多、孩子年齡越低，則婚姻滿意度也越低(Twenge, Campbell, & Foster, 2003)。其中，越是高社經地位的年輕世代父母，其親職對婚姻滿意度的衝擊也越高，這可能導因於角色衝突與喪失自由的緣故。不過，另一個新近的小型後設分析則指出，相較於個人主義文化，集體主義文化下親職對婚姻滿意度的衝擊來得較小，可能的解釋是集體主義文化中家族的育兒協助減緩了父母的壓力(Dillon & Beechler, 2010)。前述有關家庭資源的緩和效果說法是否成立，仍須更多研究探究，但可看出華人夫妻在面對工作家庭壓力時，似有其獨特的文化脈絡。因此，更進一步了解育兒階段的夫妻如何以己之力、如何運用既有資源因應壓力有其特殊的重要性。

(二) 育兒階段的工作與家庭角色壓力

在雙薪家庭比例大幅提昇的現代社會，不論男性與女性都需肩負「工作」與「家庭」兩種角色。然而，工作角色與家庭角色往往會相互競爭個人的時間與心力，甚或有兩角色要求不相容的情形，形成工作與家庭衝突(work and family conflict)(Greenhaus & Beutell, 1985)。此種衝突可能源自工作角色妨礙家庭角色的扮演(即：工作對家庭衝突)，反向的影響也有可能(即：家庭對工作衝突)，兩種形式的衝突都會對個人產生壓力感受(Carlson, Kacmar, & Williams, 2000; Frone, Russell, & Cooper, 1992)。也因此，任一角色的過度要求會導致更嚴重的壓力感受，而任一角色的資源則可為壓力帶來紓緩(Michel, Kotrba, Mitchelson, Clark, & Baltes, 2011)。國內研究也指出工時長、工作負荷重、擁有較年幼子女者，其工作與家庭衝突的感受也較強(陸洛、黃茂丁、高旭繁，2005)；而來自主管的理念性支持、組織友善家庭文化、配偶

支持則可減緩衝突感受(張婷婷、陸洛, 2009; 陳淑貞、王中元、蔡麗真, 2009)。新近的一項文獻回顧也顯示：親職要求的確會引發家庭角色對工作角色的干擾(Michel, et al., 2011)。輔以前述婚姻研究的發現可知，育兒階段的夫妻的確是面臨工作與家庭衝突的高危險族群。

那麼，育兒階段的夫妻究竟承受哪些壓力，這些壓力帶給他們哪些挑戰呢？以整體的婚姻關係來看，高旭繁與陸洛(2006)回顧台灣的婚姻研究後發現，最常見的婚姻衝突問題可以歸為三大類，分別是：(1)夫妻與長輩間相處與奉養的問題、(2)夫妻管教子女與責任分擔的問題，以及(3)夫妻之間溝通表達與對家事分工公平性等看法上差異的問題。對育兒階段的夫妻來說，除了第一類與長輩間的問題可能會因與長輩互動並不頻繁而有免除的可能之外，第二、三類的問題在每對夫妻身上都很難避免。

若聚焦於育兒階段的特殊狀況可以發現，育兒階段的夫妻因子女的誕生而增加了許多「工作」的需要，這些工作包括家庭內的勞務工作，也包括家庭外的職場工作。以家庭內的勞務工作而言，所指的是為了維繫一個「家」所需的各種無薪工作，它包含了家事工作、子女照顧與情緒工作三個部分(Shelton & John, 1996)。在家事工作方面，國內學者唐先梅(1999)的訪談研究歸納出三項最基本的家事工作項目，分別為室內環境整理、衣服清洗整理與餐點準備及清理。而陳富美與利翠珊(2004)所編製的育兒階段親職分工量表則將子女照顧工作區分為「勞務」與「教養」兩部分；前者所指的是替孩子餵食、洗澡、看醫生等工作，後者則包括了規範孩子行為、協助孩子學習以及陪伴、傾聽孩子等部分的「情緒工作」。至於針對其他家人所進行情緒工作的研究，在國內似乎較少被探討。另一方面，Eby、Casper、Lockwood、Bordeaux與Brinley(2005)的回顧也發現工作角色的要求太高或涉入太深，以及家庭中有子女需要照顧都是造成工作與家庭衝突的重要因素，而其結果往往造成身心健康的問題，或有較低的家庭滿意度；此外，個人若在家庭中缺少家事協助的幫手，也會為家庭生活帶來較多的壓力。

至於家庭外的工作，過去在婚姻研究領域中所關心的主要是婦女外出就業是否會影響到婚姻或家庭幸福。Haas(1999)綜合該領域相關的研究結果指出，女性工作對

婚姻品質的影響並不大，甚至一些研究顯示了婦女就業反而有助於家庭脫離貧窮，進而降低離婚的可能性。值得注意的是，在各種大樣本的調查研究中，女性參與家務工作的時間比例都遠遠大過男性(Haas, 1999)，她們在工作與家庭多重角色的壓力下，會用減少工時、降低家務標準、尋求幫手、要求分工等方式作為因應。除此之外，Walker(1999)也發現，職業婦女的休閒時間顯著的低於家庭主婦，可見她們犧牲自己的休息時間也成了一種不得不做的妥協。

至此，我們可發現過去工作與家庭領域的研究多以職業婦女為研究對象，對男性現況的了解較為缺乏。爾後，多篇實徵研究、後設分析(meta-analysis)亦顯示工作與家庭衝突感受沒有性別差異。不過，壓力感受的「量」沒有差異這並不意味著兩性在工作與家庭場域中的表現是一樣的。張妤玟與陸洛(2011)的研究指出：來自配偶的家事協助可減輕男性的工作家庭衝突，但女性則需仰賴來自父母的家事協助，才可減輕工作家庭衝突感受。顯見，工作與家庭衝突的現象場中，兩性所面臨的挑戰、可使用的資源、化解壓力感受的方式不盡相同。尤其，對育有幼兒的夫妻來說，托育安排的決策往往可能引發夫妻間的權力角色協商，甚至可能涉及與上一代的關係。是故，有關工作與家庭衝突的探討，從個人出發，勢必牽涉到共同生活的另一半、子女、乃至於上一輩，才能對現象有較完整的了解。宛如一個向外擴張的同心圓，個人隸屬於系統之中，如果我們將個人從系統脈絡中抽離，便難以窺探全貌。因此，我們將採取家庭系統的觀點進行育兒階段夫妻工作家庭壓力調適之探究。

(三) 家庭中的系統界限

Bertalanffy於1960年代所提出的一般系統理論開啟了家庭研究的「系統思維」新視野(顏澤賢，1993)。一般系統理論強調系統的組織性與整體性，當我們將系統一一拆解為成分時，無法體現整體系統之樣貌，因系統中的成分無法單獨被了解。爾後，家族治療實務工作者以一般系統理論為基礎，降低其理論命題的抽象程度，作為觀察家庭互動的假設，形成家庭系統理論。Minuchin(1985)認為家庭系統的運作特色包括：(1)家庭系統是有組織的整體，系統內部的成份彼此互依；(2)家庭系統運

作的模式並非是線性發展的，而是多元循環的；(3)系統具有恆定的特性；(4)開放系統才能進行改變與演化；(5)複雜的整體系統是由多個次系統組成；(6)次系統間具有界限(boundary)，彼此的互動則由隱晦的家庭規則來決定。

在這些家庭系統運作特性中，「界限」是一個相當重要的概念，根據Turner與West(2002)的說法，家庭會創造自己的界限，以描繪系統內部的關係，並限制外在訊息的流入。界限的概念之所以重要，乃是因為它界定了家庭系統的範圍，一旦畫出範圍，系統內外的關係及運作規則便容易看得清楚。

對華人家庭來說，界限是一個既熟悉又陌生的概念。熟悉的是我們在人際關係中向來傾向於區隔「自己人」與「外人」，並根據關係的親疏遠近給予不同的對待(楊宜音，2000)；但是奇妙的是，這些區隔有時並無法截然畫分，楊中芳(1991)稱之為個人界限具有「可伸縮性」，也就是說，我們有時候會將某人納入界限範圍內，有時卻又將他排除在外。

個人人際界限的可伸縮性放大到家庭來看，可能造成家庭次系統間界限的模糊。根據婚姻次系統，例如：對夫妻而言，倘若他們的個人界限中均包含了原生家庭的父母，他們的婚姻系統就容易產生界限模糊的狀況，雙方原生家庭父母的關懷或協助舉動可能會被對方視作對婚姻系統的介入。然而以國內的現況來看，婚姻往往被視作兩個家族的結合，婚姻中夫妻個人界限的可伸縮性若未能達成共識，可能正是問題的根源。

這類議題在國內諮商輔導界也漸漸受到重視，在新近出版的書中，趙文滔與許皓宜(2012)就曾經指出，「系統思維」是家族治療師學習從關係脈絡下進行問題評估的重要觀點；而系統界限中的「共生」與「依附」問題，是華人家族治療師必須重視的部分。不過劉惠琴(2011)也提醒，家庭系統界限的概念與華人社會「家人一體」、「以父為尊」等文化思想有所抵觸，在使用上必須很小心。此外，陳秉華與游淑瑜(2001)也曾經指出，台灣的家庭工作者在應用西方家族治療的概念時，常會出現一些文化上的衝擊，特別是系統觀點中所提到的婚後要脫離原生家庭而獨立的概念，與家族主義文化中世代共居、頻繁互動的概念正好相反，往往令台灣家庭工作者對這些概念又愛又怕，他們一方面希望認可與尊重家族主義與孝道價值，一方面

airiti

又擔心夫妻新組成的家庭會在被期待要融入家族的過程中，失去了新家庭所需要的空間與界限。可見這類議題有再進一步研究之必要。

對有孩子的夫妻而言，上述文化傳統及個人價值對系統界限認知的差距所帶來的問題可能更大，主要的原因是孩子的出生除了「小家庭」與「原生家庭」系統間的界限問題之外，又加上了「婚姻」、「親職」及「親子」等次系統的考量。崔詠欣、黃庭偉與王依婷(2012)整理了國外文獻對婚姻/親職/親子三次系統交織的情形，提出夫妻可能面對負面情緒溢出、親職撤出、界限模糊、管教失調等不同的狀況。該文所提到的問題尚未包含華人夫妻「家族性婚姻」的假設。以台灣的夫妻而言，孩子的出生往往還背負著祖父母「抱孫」的期待，隔代的親職與親子次系統也會為夫妻關係增添更多的變數。夫妻如何面對「你的」、「我的」、「你家的」、「我家的」，以及「我們的」、「我們家的」問題，是育兒階段夫妻的重要考驗，也是本研究所關注的焦點。

總結來說，育兒階段夫妻的工作與家庭壓力，可能引發夫妻所組成的小家庭與其各自原生家庭等三個家庭系統的互動，而各家庭系統對內又有婚姻(夫妻)、親職(包括：夫妻、祖父母或其他照顧者)、親子(包括夫妻與孩子)、代間(夫妻與父母、祖父母與孫子女)等次系統交互運作。本研究所關心的即是這些「家庭系統」與各家庭系統內「次系統」之運作，擬探討的問題有二，一是育兒階段的夫妻如何在婚姻所組成的小家庭與自己的原生家庭之間進行定位，劃出界限？他們的兩人世界是否會因孩子的托育教養問題而受到干擾？與各自的原生家庭又維持著什麼樣的關係？在華人家族主義文化的影響下，夫妻所處的小家庭系統會如何與原生家庭系統互動？

本研究所關心的第二個問題是，夫妻所組成的小家庭系統在面對工作與家庭壓力的同時會面臨哪些轉變？他們是否及如何向外求援？這些壓力因應的行為又將如何展現在家庭系統與外界的互動以及家庭內各種次系統的運作中？西方育兒階段通常由夫妻主導的親職次系統，在國內是否會納入祖父母的角色，進而影響小家庭系統的運作？

二、研究方法

(一) 研究對象

為了收集育子階段夫妻角色調適及婚姻維繫的資料，研究者透過大台北地區幼兒園所的協助，邀請了31對家有第一個孩子進入幼兒園幼幼班(2歲至3歲)或小班(3歲至4歲)就讀的夫妻參與本研究。這個選擇主要是由於：(1)比起養育子女的其他時期，第一次養育幼兒的父母在從夫妻系統進入到親職系統的過程中，相當容易經驗到家庭生命週期轉捩點的常態性壓力。此外，孩子進入幼兒園之後，加上了與同儕、學校等系統互動，應能展現更複雜的婚姻系統面對外在壓力調適之歷程。(2)台灣地區男女初婚年齡分別為34歲與28歲(內政部統計處，2004)，以此來推估育有幼兒階段的夫妻其年齡約在30-40歲之間，正處於事業必須衝刺、經濟生活尚未穩定的時期，所面臨的角色壓力與衝突頗大，是瞭解夫妻如何經營家庭內與家庭外關係的良好時期。

(二) 研究程序

考慮育有幼兒的雙薪家庭在時間上的緊張與壓力，夫妻能同時抽出時間接受1-2小時訪談的研究對象尋覓不易，研究者主要透過在幼兒園工作的朋友或與任職學校有交流合作之幼兒園來招募受訪者，或由受訪者介紹後續的訪談對象。所有的訪談均配合夫妻受訪時間、地點，必要時亦提供育兒協助以利訪談順利進行。總計透過21所幼兒園的協助，訪談31對夫妻。附錄一呈現這群受訪者的基本資料。這些受訪對象均為初婚，丈夫平均年齡36歲(年齡介於29至49歲)，妻子平均年齡34歲(年齡介於29至50歲)；多數具有大學學歷(佔60%)，高中職與碩士以上學歷則為少數(分別為18%與22%)。平均結婚5.9年(婚齡介於3至10年)，58%夫妻育有一名子女，42%則育有二名子女。2/3的家庭為夫妻子女同住，其餘1/3則為夫妻子女與上一代長輩或親戚同住。

本研究採夫妻聯合訪談(conjoint interviews)的方式進行資料收集，目的在獲取此階段夫妻的集體或共享知覺(collective or shared perspective)，也可增進夫妻研究的可

airiti

靠性(trustworthiness)(Racher, Kaufert, & Havens, 2000)。此外，根據Daly(1992)的說法，夫妻共同訪談雖然可能使有些夫妻避免談論一些衝突或尷尬的議題，但卻有多項好處：透過兩人資料的敘說，可以呈現更可靠的資料，也可以平衡夫妻之間的觀點；在訪談中，配偶通常能協助對方回憶起某些互動的片段，也會使對方提供更誠實的資料。此外，夫妻聯合訪談也是一種招募丈夫的好方法，可以解決婚姻研究中男性通常較少參與的問題；又因為所有資料的取得夫妻雙方均在場，無隱瞞配偶之虞，在呈現上較無揭露對方秘密之倫理顧慮。不過，針對育兒階段夫妻聯合訪談的經驗卻也是一波三折的。對這群極為忙碌的夫妻而言，參與訪談意味著他們休閒時間的被剝奪，因此在約訪的過程中往往要敲定很久，在訪談當日亦常常發生孩子生病、工作上要加班等問題而必須改約時間。這些問題透過聯絡人、研究者、研究助理的協調聯絡均獲得解決。

(三) 研究工具

我們依研究主題設計三大類的訪談問題，包括一般性問題、特殊性問題以及關鍵事件問題。「一般性問題」作為訪談的起點，希望夫妻敘說他們的主體經驗，由夫妻雙方各自回答後，再由訪員邀請對方對配偶的回答做回應。「特殊性問題」是在一般性問題之下的子問題，主要根據文獻發現及研究者的先前理解進一步探索夫妻的經驗。在本研究中是以「工作家庭壓力」為設計的主軸，探討工作內、家庭內、家庭外的工作家庭壓力，以及其婚姻信念、雙方溝通方式。最後，「關鍵事件問題」則是請研究參與者回想印象最深、影響最大的事件，並據此深入探問。

訪談開始前請受訪者填寫訪談同意表，結束時請其填寫基本資料表及關係發展圖，並提供婚姻諮詢的相關機構資訊。訪談後由訪員填寫訪談紀錄，並請問介紹另一對夫妻受訪的可能性。每次訪談總計有一位主訪員、一位協訪員、受訪夫妻兩人，所有訪談由本文三位作者協力完成。研究者並採取以下的方法，篩選訪員及掌握訪談的品質：(1)訪員必須修習過訪談技巧及質性研究相關課程，或曾參與過相關研究，具有足夠經驗者。(2)正式訪談前將提供訪員訓練，說明研究計畫內容、提供訪談情境模擬訓練，及進行試訪。(3)訪談期間定期聚會，提出問題討論，掌握訪談品質。

(四) 資料分析

在受訪者同意的前提下，所有的訪談過程均錄音，並於事後謄寫逐字稿。除了先由研究團隊自行勘誤之外，亦交由受訪夫妻確認內容的正確性。檢核後的逐字稿資料輸入MAXQDA 10軟體，分析時依循Huberman與Miles(1994)質性資料處理的原則，分為資料縮減(data reduction)、資料展現(data display)與結論抽取(conclusion drawing)三個階段。資料分析以「家庭系統」觀點為研究者的先前理解，並將焦點放在以下三個部分：研究參與者在此階段對於婚姻與育兒的獨特或具本土性的經驗或感受、工作家庭壓力下正向的婚姻維繫、親職角色與壓力調適經驗，以及夫妻所組成的小家庭系統與內外系統相互增能的歷程。

具體而言，研究者閱讀逐字稿後，標註主要、獨特、鮮明的意義單元或段落，同時，與研究討論過程中浮現的重要思考單元或意義詮釋相對照，刺激新概念的產生，以深化資料所呈現的意義。據此原則，我們凝聚出主要的分析主軸，並盡量引用符合該描述的逐字稿片段。總計在31對受訪者中，本文援用了其中26對的資料。未使用的5對受訪者同樣分享了許多寶貴的資料，然因資料已達理論飽和，礙於篇幅我們未能引述所有相對應的逐字稿。另一原因則是有些受訪者談論的主題較未切中本文分析主軸，將另文討論之。

三、結果與討論

本研究的資料顯示，處於育兒階段的夫妻大多必須面對時間的壓力與多重角色的負荷，他們的生活絕大多數被工作、孩子、其他家人所圍繞，不論是丈夫還是妻子，工作責任與家庭責任使他們過得十分緊湊，必須在多種角色與關係中折衝協調。本研究以探討育兒階段夫妻的工作家庭壓力現象為主，並以「系統觀點」作為資料分析的主要視框，探討夫妻、親子及家族等次系統間彼此的運作。以下將從成為父母對小家庭的衝擊，以及系統界限的調整與轉變兩個方向呈現。文中C02代表第二對夫妻，並以W代表妻子，H代表丈夫。引述的文句之後以括弧代表引述的段落(如：S6代表逐字稿的第6個段落)。

(一)「成為父母」對小家庭婚姻次系統的衝擊

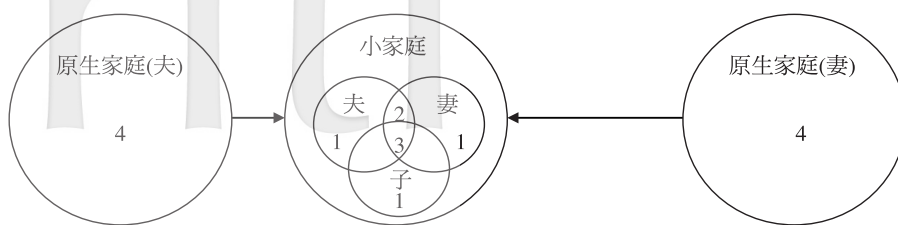
在傳統華人的婚姻關係中，孩子(特別是兒子)的出生往往象徵著婚姻的目的達成，對丈夫來說，家族傳承的責任已經完成；對妻子而言，則是鞏固了她在父系社會中的地位。然而，本研究的結果顯示，在西方婚姻觀念的影響下，現代的夫妻邁向結婚多基於情感而非家族責任，孩子的誕生並不僅僅是家族責任或地位的改變，並且在夫妻的情感關係上帶來許多衝擊，對不同夫妻也會產生不同的意義與挑戰。從本研究的資料中，大致可歸納出「婚姻次系統確立」與「親職次系統主導」兩大型態的小家庭系統。

1. 婚姻次系統確立

第一類夫妻展現的是「樹大分枝」，從大家庭獨立出來，形成小家庭的過程。這些夫妻雖與上一代，特別是丈夫的父母因育兒需要而有不少互動，但不論在育兒責任或托育決策上，都展現「夫妻」為主、「家族為輔」的特性，在家庭系統界限的移轉上，呈現如圖一的現象。如圖一所示，圓圈代表系統的界限，規範了系統內的成員及各種次系統組合，其中「小家庭」是夫妻因婚姻關係結合而產生的小家庭系統範圍，包含夫、妻、子三個「個人次系統」、夫妻交集的「婚姻次系統」，以及由夫妻次系統衍生出來，因親職角色而形成的「親職次系統」。在小家庭左右兩側，各自有一個夫妻原生家庭的系統範圍，表示兩者分立的關係。長短不一的箭頭則是表示原生家庭對小家庭遠近不同程度且仍在變化中的影響。

本研究的結果顯示，對華人的家庭來說，孩子出生似乎比起結婚更能做為夫妻正式「成家」的指標，因結婚而形成的「婚姻家庭」在有了孩子之後似乎更易從原生家庭分立出來，形成清楚的小家庭系統界限，而來自夫方原生家庭的影響似乎大於來自妻方的影響。

不過，這些以婚姻次系統為主的小家庭雖然確立了他們的界限，但是在缺乏相關經驗同時又有全職工作的情況下，許多受訪者都提到孩子誕生後生活兵荒馬亂的共同經驗。夫妻不僅得滿足工作場域的要求，更得接受家庭場域的全新挑戰。有些夫妻中將孩子24小時交由長輩(多為男方親屬)，或是保母照顧，扮演著「假日父母」



圖一 家庭系統界限移轉圖：婚姻次系統的確立

註：1.個人次系統；2.婚姻次系統；3.親職次系統；4.原生家庭次系統

的角色；有的夫妻則與長輩輪值，白天由上一代協助育兒，下班後自己照顧；還有的夫妻基於經濟、距離或父母健康等因素，由自己帶孩子。但不論是哪種類型的托育方式，新角色的學習、分身乏術、壓力緊繃、父命/母命難違是多數新手父母的體認。

2. 從「假日父母」到「每日父母」衝擊個人心力及兩人世界

以假日父母來說，這些夫妻通常並未在孩子誕生後，立即感受到孩子對婚姻系統的衝擊，相反地，婚姻系統有時因為有了更多共同的話題而顯得更親密。不過，這群夫妻的考驗往往延後到孩子進入幼兒園時才開始，當他們由「假日父母」變成「每日父母」時，夫妻必須同時面臨孩子接回家後對原有兩人世界的衝擊。C02、C07、C08、C10、C17、C23是這些家庭的典型。C02是一對在國中任教的夫妻，原本有悠閒的生活，假日去探望孩子。坦言直到接孩子回來上幼稚園，「這半年才開始當父母的」，生活有很大的改變，這也是壓力最大的時期。

C02W：我們兩個之前的生活是非常悠哉悠哉(笑)，下了班就是各打各的球，晚上回家就睡覺…半年前把他接上來之後，哇！生活劇烈改變(笑)，就變成整個生活非常受限…(S6)

C02H：壓力比較大是說他晚上會有一些哭鬧，其實我不知道他到底怎麼了，所以有時候睡到一半會整個驚醒，像以前即使只睡五個鐘頭睡到天亮隔天上班都沒問題，現在睡八個小時還是很累…(S37)

C08與C10同樣是假日父母的情況。C10在孩子上幼稚園後接回來，夫妻獨自照顧，增加體力與心力的耗損，嚴重影響白日工作；特別是孩子從祖父母照顧轉換

到父母照顧，出現許多適應不良的情況，更加重了夫妻的疲累。只同住半個月，妻子便考慮再送回娘家，但丈夫鼓勵彼此再堅持一下，否則日後恐要再花時間適應一次，在雙方的配合搭配下總算順利熬過去了。C08也表示，比起以前每週往返南部探望孩子，目前與孩子生活的適應期讓夫妻都倍感辛苦。

C10W：我十天瘦了三公斤，因為我從來沒有把她接回來過，那陣子接(孩子)回來又不舒服，又感冒又吐，我還猶豫要不要把她送回去，而且她半夜會哭要找阿嬤…我跟他(按：丈夫)說：「我覺得我整個快不行、快崩潰，我很累」…整個步調被一個小孩打亂。(S350)

C08W：因為她(按：女兒)上來可能適應學校的環境，還要適應跟我們生活，所以她比較可憐一點。她兩歲多那時候有叛逆期，所以就會愛唱反調，所以我跟她磨了一陣子…(S66-71)

3. 下班後毫無喘息的「第二班」工作

另一群夫妻雖然藉助保母或家族親人在白天的協助托育，但在下班後馬上接手「第二班」的育兒工作，「忙碌」是這些夫妻的寫照，通常並無暇顧及婚姻生活。尤其是當第二個孩子出生時，忙碌的情況更為加劇。

C03W：小的是會在半夜不斷的起來，所以我就跟他(按：丈夫)說，如果我們兩個都這樣的話，一定很快兩個人都沒有辦法支撐下去，所以我就說，你就跟○○(按：大女兒)睡另外一間，那我帶小的…就是盡量把那個時間掌握到最好，回來的話就是完全配合小孩子。(S63)

C12W：就是覺得時間上，因為送小孩上課後，要趕上班，下了班之後，要趕接小孩…總覺得時間不夠用，就會有這種感覺…每天都要弄到很晚，也很想要去睡覺。(S28-32)

C24丈夫婚前即外派大陸，孩子庶務由她一手包辦，常覺得分身乏術。期間，丈夫曾考慮換工作回台，但妻子覺得都「犧牲到這種地步了，就乾脆犧牲到底」，況且丈夫外派薪水優渥，年薪是她的10倍。想到此，妻子還是咬牙硬撐。

C24W：他在大陸的時候，小朋友就我自己帶…我覺得比較壓力很大的一點是，因為我又從事那種高科技的，我回到家裡，我只想放空坐在那邊…只想坐在那邊發

個呆，看個新聞，就算那個新聞只是連播或是幹嘛，但是我就是不想去管小孩子，可是你回到家的時候，她會黏著妳，她會一直去提醒，你作父母的那種責任。(S2)

婚後歷經流產、不孕後才順利生下老大的C06夫妻，視孩子為珍寶。當時原打算接父母同住而買房在郊區，現卻造成夫妻通勤時間長，一下班就是趕著接孩子，料理家務，像「打仗」一樣，讓兩人感到非常疲累，覺得「每天的時間都不夠」。

C06W：我們回去之後就是開始打仗(笑)，然後打打打打打，就叫她(按：女兒)趕快睡覺，因為我怕她睡眠不足，早上我七點五十就必須要上班，所以我們大概六點半就要把小孩叫起來，七點要出門，先去送小的(按：到保母家)然後再去上班。(S21-30)

4. 長輩期望與親職角色的夾攻

相對於前兩種新手父母的在時間與精力上的衝擊，第三種夫妻則涉及家族系統更複雜的挑戰，他們在試圖建立自己婚姻疆界的過程中，經歷了許多掙扎。例如受訪夫妻C14中的妻子新婚後即懷孕生子，住在夫家的她孩子小時白天由公婆帶孫，還沒與夫家磨合就面臨教養衝突，並且隱然面臨與公婆「爭奪」丈夫及兒子的狀況。因此，她在孩子較大後，刻意選擇入市區幼兒園就讀，以避開兩代衝突；但是取而代之的煩惱則是下班後為了等丈夫下班一起回郊區住處，總要帶著孩子在外拖時間；而C14丈夫也提到為了一家人進市區上班上課的接送安排，而放棄某些工作機會的情況：

C14W：我丈夫被我公公、婆婆說：「娶了老婆，就變老婆的。」可是，他就是我唯一可以講話的人啊！…我的朋友他們不再會找我出去逛街…因為小孩子不方便帶出去…好像與世隔絕，生了一個小孩之後，就被綁住了。(S381-382)

C14W：我就是需要等他(按：丈夫)下班，我才可以回家…我就會覺得幹嘛都這麼晚下班…我們兩個(按：與孩子)就坐電扶梯(按：在百貨公司)，坐到最上面，再坐下來…我就只能這樣拖著他…(S168)

C14H：為了要帶大家(按：妻子與兒子)出門，很多工作機會，那麼早上班就不是很想去，或是有些工作時間七點三十，好趕、好累，我就會放棄；不是說我已經談下來，而是我根本不會去爭取那樣的工作…(S165)

C14H：我趕的是下班時間，譬如說…下午人在台中，以前如果未婚，晚上就去吃個飯，跟朋友聊聊天，八點多再開車回來；但是現在不是，三點半結束，趕四點高鐵，五點要回台北市，就是這種時間上的壓力。(S207)

另一對夫妻則是因為孩子姓氏的問題在男方家族掀起一陣波瀾，歷經多次努力才確保夫妻次系統的穩定，C02妻子因為沒有男性手足，婚前雙方父母曾口頭約定若生了兩個兒子，有一個將從母姓。婚後第一個孩子出生即交由妻子的母親全天候托育，「假日父母」的他們大幅傾賴妻子娘家提供的托育與生活資源。爾後，C02W生第二個兒子時，兩家人為了姓氏僵持不下，讓正在坐月子的妻子身心俱疲。後來，丈夫出面與父母溝通，強調若此事無法圓滿解決，他的婚姻恐怕也不保了，父母才同意讓步。顯示在育兒階段夫妻除了忙於學習如何照顧孩子、調配生活腳步之外，往往還得處理來自上一代的期望或要求。

C02W：我阿公前兩年過世，他一輩子活了九十幾年最大的遺憾就是他沒有男孫子，我媽媽就覺得很想要完成這個心願…雙方(按：長輩)各持己見…那個時候就搞得我們兩個夾在中間裡外不是人，也不知道怎樣去面對雙方(按：夫妻)…那一次我真的第一次覺得我的婚姻有危機…(S124-128)

C02H：一定有的，或多或少還是會(按：父母對妻子的看法)，那我也是希望她有空多回我家，多跟我媽相處慢慢把它化解…因為我覺得我媽跟我爸心裡總是有個疙瘩，傳統的家庭那個壓力還是在，他覺得愧對祖先，真的是這樣子(S168)

從上述受訪者的現身說法可看出，打從孩子出生，新手父母便被迫面對新角色的挑戰，為了照顧新生兒往往睡眠不足，影響工作精神。而當孩子開始就學，夫妻又得規劃上班上課動線，早晚接送的時間壓力，讓許多夫妻喘不過氣來。顯示當夫妻倆人生活加入孩子這個新成員之後，將耗費許多時間與心力。此時，小家庭系統的界限雖已出現，但若夫妻大量依賴長輩資源，或是長輩有額外的要求或期待，會更加重育兒階段夫妻的負荷。

(二)親職次系統主導

第二類夫妻則是屬於「有子萬事足」的狀態。如同第一類夫妻，他們為人父母

的角色大幅取代了為人夫妻的角色，孩子佔據了夫妻系統中極大的空間。雖然有諸多的疲累，但這些受訪夫妻仍開心且歡迎「孩子」的誕生，他們均表示有了孩子後他們的人生變得很不一樣，為了孩子，他們或許更忙碌，但忙碌得更有方向、更有目的。夫妻間或透過分擔育兒工作或透過彼此的溝通與協商，普遍對彼此的生活都有更多的參與，因而凝聚出未來共同努力的目標。

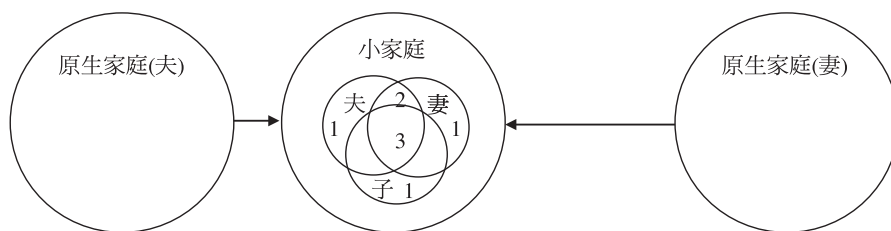
不過，這些親職角色過度膨脹的夫妻也有一些負作用，有些夫妻會因為過於專注育兒責任而無暇經營婚姻，使另一方感覺受到冷落，有些夫妻則會出現隱隱的角力，擔心自己成為父子(女)/母子(女)兩人關係的第三者。研究者以圖二來說明親職次系統擴增下的變化，其中原生家庭系統的影響仍在，婚姻次系統受到親職次系統的壓縮變得很小，而龐大的親職次系統在夫妻均有共識時可能是一種「甜蜜的負荷」，但是在夫妻角力的情況下，則可能出現一方拉扯、一方受冷落；或是一方擠壓、一方受威脅等不同的狀況，以下分別說明之。

1. 親職角色的甜蜜負荷

對許多受訪夫妻而言，孩子幾乎是他們生活的全部，有了孩子之後，個人習慣、工作狀況及休閒時間等都可能跟著調整。特別是許多妻子提到他們的丈夫在有了孩子後產生極大的變化，而這些妻子們也往往因為看到丈夫對孩子的付出，而更願意包容丈夫原先的一些小缺點。

(1) 為孩子改變個人習慣

有些丈夫隨著成家育子後，責任感與家庭價值觀也逐漸建立。C02丈夫以前下



圖二 家庭系統界限移轉圖：親職次系統擴增

註：1.個人次系統；2.婚姻次系統；3.親職次系統；4.原生家庭次系統

班後就到球場報到，似乎對未來一點也不擔憂，直到孩子出生，妻子看到丈夫的付出，才覺得丈夫真的變成熟了。C04丈夫年輕時常換工作，工作的起伏嚴重影響心情。婚後，家庭成為工作的動力，現在即使得常出差，但反而不會有換工作的念頭。C10的丈夫婚前是個工作不固定、生活作息混亂的人，也抱持著不想被婚姻束縛的想法，遲遲不願結婚生子，後來在同居期間因女友不慎懷孕而決定結婚。婚後丈夫逐漸「收心」，在孩子進入幼兒園就讀之後，更因為必須接送妻小上班、上學，而養成固定作息，連帶地上班也不再遲到早退了。而C29的妻子也表示，丈夫在婚前對她比較小氣，但是隨著結婚與孩子的出生，丈夫的包容度越來越好。

C02W：我覺得他像個大男孩，有時候我會很氣他，覺得說他都不會為我們這個家庭的未來規劃，包括理財啦，包括本身對這個家庭將來的設想…不是說對我沒有責任感，是很氣他沒有一些規畫…(孩子出生後)我覺得他真的是一個好爸爸，因為他在孩子身上花的心思比我多很多。(S236-240)

C04H：譬如說像今年工廠出了一些trouble，所以我今年初三開始就在忙了，沒有辦法好好放個假，以前的話就會覺得不愉快，可是現在來講，因為有家庭就覺得我的努力是有代價的，我的小孩一天天的長大…(S303)

C10H：有了小孩之後，不知道，覺得心態改變很多，好像真的要成為一個父親…覺得都已經成家了，也有小孩了，所以要負點責任…也三十幾歲了啦，該歷練、該玩的也都嘗試過了。(S325-327)

C10W：在我們交往的時候，想說他上班都會遲到耶，我嫁給這種人，連對自己的上班都沒辦法負責任了。你能對我負些什麼責任呢？…我們是搬來這邊之後，他整個步調變得比較正常(S404-412)

(2)為孩子改變工作狀態與休閒時間

除了為了孩子改變個人習慣之外也有夫妻在孩子出生之後產生共同的目標，在工作狀況與休閒時間上的調整，C15、C20與C28是這樣家庭的代表。C28是一對藝術創作的夫妻，在孩子出生後的兩年間，夫妻將工作量減到最低，全心全意的陪伴孩子，並共同參與和分享育兒的喜悅。雖然妻子表示自從孩子出生後「每一天都在挑戰極限」，甚至在當父母這四年，老了彷彿十歲，但卻相當甘願，並相當珍惜當父母的保鮮期。

airiti

C28W：他(按：丈夫)說給人家帶太可惜了，這麼好的經驗給人家帶太可惜了…
(S16)

C28W：如果我們是生在像社會福利很好，像瑞士那樣子的國家，可以叫我們五、六年都不要工作，完整的陪他到上小學之前，我們都願意，因為我們覺得這個工作是很重要的…(S208-212)

C15則是一對為了孩子決定共同創業，試圖兼顧工作與家庭的夫妻。丈夫原來任職於一家公司，外派的工作性質使他感到難以回應家庭生活的需求，因而與妻子商量自行創業，並刻意在幼兒園附近置產作為公司及住家之用。這些事先的評估與規劃使他們在孩子進入幼兒園階段可以兼顧孩子的接送，自營事業也使夫妻保有彈性調整工作家庭負荷的彈性。以下呈現C15丈夫為家庭放棄原來工作自行創業的選擇：

C15H：以前我有一次在半夜醒來的時候，因為燈是暗的，第一件事是想：「這裡是哪裡？」台灣、越南、柬埔寨、菲律賓、印尼、馬來西亞、不知道？燈打開了才知道，喔！我是在台灣。很辛苦，以前比較辛苦。

C15W：後來懷孕了要生小孩子，就覺得這樣真的不行，小孩子總不能一個月只看到一次爸爸，回來叫叔叔怎麼辦，對不對？(笑)…因為他們搭回來的時間，都是凌晨12點多、1點多，回來時間很晚，有一次，他回來叫我，我眼睛睜開來，我跟他講：「你是誰呀，怎麼在這裡？」(笑)(S275-278)

C15H：我可能一個月只有一個禮拜在台灣…她希望我能夠陪著小朋友一起成長，那我來講是一個很大的挑戰。第一個是放棄我原本的事業、原本的工作，第二個是我要成為一個爸爸，我很緊張…也對啦！小朋友的成長只有這麼一次…這是我的責任，所以就選擇ok說「好」，我也是自行創業，我就陪著小朋友一起。(S97-99)

此外，晚婚的C20相當期待孩子到來，他們調整自己的心態，面對工作與家庭要求，不以為苦。降低物慾、減少自己的需求、珍惜親子共處時間，是C20夫妻共同的想法。

C20W：有時候想想他一下就長大，生小孩最好玩就是他不懂事這個時候；懂事的時候有自己的想法了啊，所以我們還蠻珍惜…我算蠻晚婚的…告訴我自己要玩，可以結婚前出去玩；以後結婚了認份，就是要顧小孩...(S14-25)

C20H：有的人會想以後都沒有辦法自由。你想說我五年內就是小孩子百分之八十、我自己留百分之二十。你要有這個認知啦...等階段性任務完成以後，你要玩要怎麼去再去玩…(S23)

從這些夫妻身上可以很清楚地看到華人社會因「孩子」而圓滿的家庭價值，也看到了家庭帶來的穩定社會之力量，對大多數的受訪者而言，「家」也許是「枷」，但他們多樂於承擔這個枷鎖，邁向共同的目標，走向不一樣的婚姻生活。

2. 婚姻次系統受冷落：消失的兩人世界

隨著精力投注於孩子身上，時間被眾多角色瓜分，育兒階段的夫妻享受甜蜜負荷的同時，也學著適應新家庭階段的改變。在這過程中，夫妻的生活多以孩子為重心。有的夫妻終日忙碌，疲於應付各種要求，擠壓到夫妻的兩人時間，彼此的親密情感早已淡化。有的夫妻因配偶與孩子親密，引發另一半的不適應；也有的夫妻用心經營與孩子的關係，一起成為「好朋友」；但不論是哪一種情況，夫妻之間的互動減少是共同的現象。

(1) 疲於應付育兒責任，無暇經營夫妻關係

如前述提到的C06也被時間追著跑，但因孩子得來不易，精力有限的情況下，也只能犧牲夫妻時間。而同樣是住在郊區但於市中心上班的C14，光是每天上下班的通勤安排就夠令人頭疼，婚後更是覺得薪水怎麼都不夠，夫妻均感受經濟的沉重壓力。因此，生活首重基本溫飽，根本無暇經營夫妻與親子關係。C08夫妻也表示，以前常在來回看孩子的路途上溝通彼此的想法，不過孩子北上後，丈夫明顯覺得溝通時間會因為陪伴孩子而減少。

C06W：一個(孩子)的時候也還好，因為經濟壓力沒有那麼大，可是現在有兩個，就會覺得…自己的時間不夠，然後享受也沒了(笑)…譬如像以前我們還會看個電影啊，現在就幾乎沒有了嘛，因為等一下就要去接小孩，就綁著兩個小孩…(S27-29)

C14H：生活上，不管摩擦也好，或者妥協也好，都是生活的一部分，已經當吃飯、喝水或睡覺一般平常，比較沒有重心去管那些，你就不會再去想，如何增進親子關係？如何增進夫妻關係？…你再想想看，我們房屋要買哪裡？房貸又多少，這些東西應該花我比較多的精神。(S297-300)

C08H：之前她(按：女兒)在南部的時候我們常回去，開車的過程那麼長我們就會常聊天，就把一些平常可能沒時間講的…反而是她上來之後，我們之間的溝通就變少了，因為她(按：妻子)下班就帶她，我下班她就會纏著要玩什麼…(S32)

(2)受到冷落的另一半

此外，當夫妻一方專注於孩子，另一方較注重兩人世界時，便容易引發配偶的不滿。C07丈夫的家人都在國外，孩子出生後交由妻子的娘家照顧，夫妻倆人生活緊密。但是，當孩子接回來生活後，夫妻與孩子均不習慣彼此，兩人的話題始終圍繞著小孩，妻子覺得受到冷落。儘管丈夫認為只是現階段，孩子大了之後，有很多自己的時間。但，一直希望保持「熱戀」感覺的妻子，對丈夫的表現仍不太滿意。

C07W：剛開始實在很不習慣…因為我平常都跟他(按：孩子)一起睡，我就是睡到天亮，我們兩個(按：夫妻)比較沒有什麼時間聊天，有一天我特地十點多爬起來，坐在電視旁他(按：丈夫)旁邊，想說來聊一下天，結果他就起來，去洗澡了，我就開始大哭，我就說：「你都不覺得我們兩個都沒講到話嗎？」他是覺得我想太多，在跟我兒子吃醋…(S260)

本身即為幼教老師的C09妻子，懷孕後期便辭去工作專心帶孩子，後來恢復上班也讓孩子就讀自己所服務的園所。丈夫曾希望兩人偶爾能一起去逛街，但妻子總是放不下孩子而拒絕。丈夫更直言小孩與夫妻之間應有彼此的空間，不應太黏膩，但妻子仍無法回應丈夫的期望。

C09W：可能她從小我在帶，二十四小時跟我在一起，我覺得我如果把她丟在那裡給別人顧，我自己去看電影我會有一種罪惡感…現在那個興趣(按：看電影)沒有那麼大。(S362-370)

C09H：放下媽媽的身份，不要一直扛著會很累，她很累我也會覺得很累，受不了我會自己去做我自己的事，去找個女朋友算了(笑)…我是覺得她整個身份已經被綁住了，她就是媽媽的身份沒有老婆的身份，整個都是以小孩為主…(S371-374)

C09H：畢竟這是三個人兩種關係，不是說只有都是以小孩子親子關係，有時候還是有夫妻的關係，彼此都要有一點空間…(S406)

(3)婚姻/親職次系統的競爭

除了忙於生活而無暇經營夫妻或親子關係，或是偏重於孩子的照顧引發另一半

airiti

抗議，有些夫妻則是雙方有志一同地看重親子關係的維繫。C01是一對年過30才結婚生子的夫妻，丈夫提到「一家三口，小朋友是兩個同心圓的圓心」，夫妻與孩子形成密不可分的「鐵三角」，說明了孩子在他們家庭的角色。

C01W：我一直提醒我們的小孩，三個人一起，所以怎樣我們三個人都要一起就對了。(S246)

C01H：其實沒有小孩反而會不自在耶！我們還是希望把小孩拉到我們的生活裡面，真的很有必要的時候我們才會把小孩臨時性的托給褓母或朋友。

C01W：我們就把她當成三人小組…(S265-270)

C02丈夫擅與小孩子相處。期間，妻子懷第二胎，深怕老大會不小心傷到胎兒，只能被迫與孩子保持距離。妻子覺得父子感情好，讓她感到著急。尤其在每日上課趕出門前，孩子與她鬧彆扭不願意配合時，挫折感越發嚴重。

C02W：我就會覺得很吃味，我在你身上花了那麼多時間，可是你什麼事情都要找爸爸…尤其我今年暫時調整自己(按：工作)，把所有的重心放在小孩子身上…就是為了他，但是在他身上沒有得到相對的回饋的時候，我就覺得很失落。(S217-220)

C02W：真的不算吃醋，那感覺應該是很想要變成他們三個好朋友，不是他們二個，是一起變成三人小組，變成一起好朋友，但是他們兩個的關係比我跟他們兩個關係還要緊密，我覺得我這部份的情緒是比較心急，我覺得我好像沒有辦法完全融入他們這一塊(S254)

顯見孩子的到來雖可讓夫妻凝聚共同努力的目標，但在多重角色的要求下，不論有意或無意，兩人世界往往是此階段夫妻最常被忽略的一環。倘若夫妻雙方均願意將時間投注於孩子身上，尚不致引發問題。但如果雙方期待有落差，或兩人均無心經營夫妻關係，當育兒壓力來臨時，往往會導致更嚴重的衝突或疲累之感。

(三) 系統界限的調整與轉變

從前述的分析結果可看出，對於這個階段的夫妻來說，孩子的出生最重要的並非是傳統家族地位的鞏固或傳宗接代責任的承接，現代自由戀愛結合的婚姻中，夫妻對於維繫與經營夫妻情感關係均有一定程度的期待，只是育兒所花費的時間與精

力往往容易衝擊到原本的夫妻關係；而雙薪夫妻在兼顧工作與家庭的過程中，又因為需要藉助他人的協助來因應各種突發狀況，在我們的國情之下，雙方父母或家族常被視為容易求助的對象，順著這樣的文化脈絡，以下提出「家庭系統界限模糊」與「個人次系統壓縮調整」兩種現象。

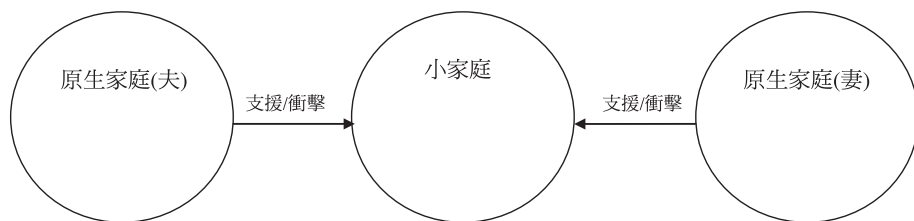
1. 模糊的小家庭vs.原生家庭系統界限

本研究的結果顯示，育兒階段夫妻所組成的小家庭，有部分與原生家庭之間的界限是相當模糊的，他們雖然各自從原生家庭獲得不少育兒的支援，但是也同時受到不少衝擊，甚至引發雙方原生家庭的相互影響(圖三)。

31對受訪者中，有不少夫妻得到家族大量的育兒資源。這一群夫妻試圖兼與配偶、孩子及父母的關係，不過這樣的托育方式也很容易造成小家庭與原生家庭之間界限的模糊。C12、C14、C16、C23、C29、C30與C31夫妻都有類似的情況，C16的妻子因為與上一代育兒觀念的不同，造成婆婆會對丈夫告狀的情況發生；C31的丈夫則是因父母與妻子育兒觀念的差異感到為難，進而影響婚姻關係。以下呈現這兩對夫妻的狀況：

C16W：我認為六個月可以吃粥，我婆婆的觀念認為一歲以前餵她喝奶就好了…我只能順著我婆婆，因為孩子是她帶的，我們不希望為了這件事，像我跟我丈夫談論這件事，他們以前也是這樣帶的，我就會說服自己。(S8)

C31H：在教養上面和父母有衝突…一個是我父母，一個是我妻子，通常我會比較尷尬，因為我沒有辦法決定哪一邊是對的…(S60-65)



圖三 模糊的小家庭vs.原生家庭系統界限

註：虛線代表模糊的家庭系統界限

雖然有前述介入所帶來的困擾，但許多夫妻仍肯定父母提供的資源對減緩工作與家庭之間衝突的助益，C20的妻子即表示非常感謝公婆協助家務與幫忙帶孩子，讓她可以繼續工作，不致與社會脫軌，也因長輩的協助，才讓兩人在育兒與工作之間有諸多喘息的空間。

C20W：我公婆是覺得說…因為身體還算很OK。那如果我都在家，將來大了等到孩子到了一個階段妳再出社會妳就沒有競爭力…如果沒有這麼多人幫我，可能壓力就來了。妳又要賺錢又要顧又要打掃、有時候又要洗衣服，那全部事情就會很煩躁。(S26-32)

C22夫妻因雙方父母樂於提供接送孩子與陪伴孩子的協助，在雙方溝通下發展出由外婆與爺爺去接孫子下課，孫子再到爺爺、奶奶家吃晚餐的模式，這樣的安排除了讓夫妻擁有兩人獨處的時間外，在工作較多的情況下，他們也可以先回家處理完公事再去將小孩接回家。

C22H：至少我們在照顧小孩的部分…壓力是小很多的，相較於其他同輩的，有的也跟父母住，但父母會有生病，有可能(小孩)二十四個小時都在保母家，當然我們的環境這部分是好很多。(S7-8)

C22W：像我昨天要聽演講，我就會先跟他說…跟公婆講我們有事，我們就不回去(按：回父母家用晚餐)，自己簡單解決吃的，在家裡把事情做完再過去接他。(S32-37)

不過，多數夫妻只將上一代的協助視為暫時性、補充性的資源，仍然視自己是主要的育兒責任承擔者，原因在於，夫妻必須經常考慮到父母/公婆體力上的負荷，也須拿捏在金錢或其他方面該給予他們多少回饋。有時候被倚賴的照顧者因突發狀況無法提供協助時，也會產生非預期的壓力，打亂了既有的工作排程，如C03、C04都提到類似的情況。

更複雜的是，家庭系統間的密切互動也會引發家族糾紛，在重視家族關係的台灣社會中，這些初期看似不起眼的小磨擦，日積月累下可能產生很難彌補的裂痕。此外，一些先前並未突顯的代間相處問題在這個階段也會浮現出來，其中最明顯的議題莫過於兩代間育兒管教上的差異，C08、C13、C14與C31的夫妻都有過這樣的困擾。

C31W：他(按：丈夫)很難，我也難啊。因為那是我公婆啊，當一個媳婦我總不能罵吧？所以我就會轉向他，希望透過他去跟他們講…(H：通常我沒辦法回應。)對，所以我就覺得壓力很大。(S60-65)

C08W：我就覺得我婆婆給我干擾太多，就是我們對小朋友的處理方式不一樣，可能我比較粗魯，我覺得那個ok，但是她比較仔細…我就覺得沒有必要搞成這樣子，所以就會意見不一樣(S320-326)

C13H：我們兩個都不敢講話…月子餐的事情、小朋友的名字也是她(按：丈母娘)決定的，還有帶小孩的方式要按照她的模式…(S236-238)

C13W：…(住娘家)寄人籬下的感覺，還是回到這邊(按：自己家)比較OK，最起碼自己的一些教育理念，比較可以落實，我後來發現還是要這樣(S257-262)

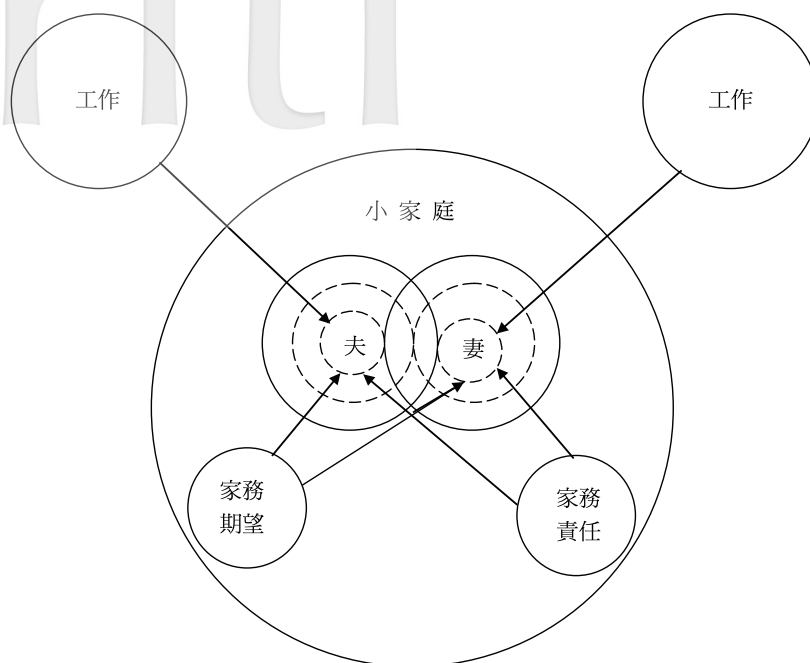
由此可見，雙薪夫妻因育兒與原生家庭產生的連結關係，一方面強化了華人社會中原有的家族關係網，使壓力下的夫妻得以獲得支援，減緩工作及育兒壓力帶來的生活衝擊；但是，伴隨夫妻原生家庭資源而來的，往往也是更複雜的人際關係，婚姻、親職、以及因原生家庭而形成的祖孫，代間等次系統間界限的模糊也會為夫妻情感及子女教養等關係帶來許多挑戰。

2. 個人次系統界限的壓縮調整：犧牲與妥協

相對於來自原生家庭「一體兩面」的資源協助與生活衝擊，另一些夫妻則因與原生家庭居住距離或心理距離較遠等因素而並無這個選項。他們的小家庭系統界限通常較清楚，但是在資源相對不足的情況下，面對育兒階段的多重壓力，往往必須採取自我犧牲與妥協的策略，限縮個人的界限範圍。如圖四所示，小家庭系統外的的工作將夫與妻的個人界限向內擠壓，而小家庭系統內的家務責任與家務期望亦壓縮著妻子與丈夫的個人界限，形成個人次系統界線模糊且範圍忽大忽小的現象。

本研究的結果顯示，工作與家務責任的擠壓力量不同，以及個人對這些擠壓力量的抗拒或反彈，均會影響個人次系統界線範圍的劃定。而個人在調整系統界限範圍過程中最常使用的策略則是自我犧牲與妥協。其中，有一大部分的犧牲表現在工作上的調整。

對妻子而言，由於傳統對女性的期待是落在照顧家庭的責任上，因此在面對工



圖四 個人次系統界限的壓縮調整
 註：虛線代表模糊的個人次系統界限

作育兒難兼顧的情況時，個人界限的調整往往會出現工作角色的退位，也就是減少工作上的投入。其中C31W為了兼顧家庭而轉換一份時間較為彈性的工作；C09W、C19W、C26W曾為了專心照顧孩子辭去工作，C24W則是丈夫長期在大陸工作，即使對工作再有企圖心，下班後也不得不暫緩手邊工作回家顧小孩。

C31W：那時候就想不行，一定要趕快找一個穩定一點的，固定休假的，至少我要陪孩子啊，加班也可以自己控制的。(S304-306)

C19W：因為生哥哥只有一個的時候，那時候還有在上班，懷了妹妹之後，就把工作辭掉…那時候我就想說，有兩個孩子的情況下，那就乾脆我就自己帶好了…(S68-72)

C24W：你會覺得，她已經沒有爸爸在身邊了，媽媽又忙著工作的話，基本上，我是覺得小孩子是很可憐的，可是並不代表說我的工作已經做完了，我只是把它扔在那邊，明天再去看它，就會變成工作沒做好，小朋友也沒照顧好。(S4)

airiti

對男性而言，他們所經驗到的則是另一種衝擊。雖然傳統上並未期待男性犧牲工作擔負育兒角色，但是在缺乏托育資源的小家庭中，不免需要在妻子無力負荷時扮演補充性的照顧角色。而在他們打破傳統，對親職角色有所承諾的同時，也意味著必須犧牲在工作上的投入以及升遷的可能性，例如C03H就曾經因為考慮到孩子還小而拒絕一項誘人的工作。

C03H：去年我就有點不想做了，有想要換(按：工作)啦，因為有別的公司會來說你要不要過來到我們的公司…但是考量到去年小朋友已經要生第二胎了，所以如果這麼多變動起來，我不能保證…如果都沒有孩子的話，我想面對的事情的彈性會更大…自由度會大很多啦…(S87)

C06丈夫工作一向忙碌，假日也得協助處理狀況，原先妻子欣賞丈夫的責任感，但孩子出生後，丈夫不時得支援工作的情况對家庭造成極大的干擾。爾後，丈夫為了小孩，與主管溝通降低工作量，但同時也擔心工作未持續進步會被淘汰。

C06W：有一次我們剛好要出去，他就聽到那邊囉，他就開始連線(H：隨身攜帶notebook)，因為他有權限，可以直接上網，緊急去處理…好不容易出去玩，你在那邊處理(笑)…我們真的受不了，而且他真的很愛小孩，他還去跟老闆說他要換單位。(S245-263)

C06H：我都會想說做到最好…後來有小孩…我跟我們課長講，現在壓力我是沒辦法，像我一個人的壓力，全都攬在我身上…我沒辦法去做那麼重的工作…我們經理那時候有講說換哪裡…又要把我叫過去(笑)。(S266-274)

除去工作上的犧牲外，也有夫妻提到降低家事期待以應付龐大的角色壓力，由於傳統的家事責任主要是落在妻子身上，育兒階段妻子的自我似乎受到更多來自「家務責任」的擠壓，需要犧牲與妥協的部分不少。對於丈夫而言，他們對妻子打理家務的期望，在妻子外出工作及孩子出生後受到挑戰而必須妥協，他們的個人次系統界限主要被壓縮到的是對妻子的「家務期待」。例如C04丈夫從原本對一家人共進晚餐的期待，轉變成亦能接受外食；C04妻子則是會為孩子準備營養的餐食，但夫妻通常買便當來解決一餐。

C04W：我們家其實是幾乎都沒有開伙啦！這是真的(C04H：娶老婆不是用來煮飯的)，可是他以前的想法就覺得家裡不開伙怎麼像一個家庭？但因為我也工作，所

airiti

以他不會要求我做那麼多家事，他也會幫忙…因為他其實不喜歡吃外食，可是呢，我沒有辦法做到！所以他就放棄了他這個堅持，好吧！他就隨便吃！吃外面也沒關係。

C04H：因為她有更重要的事情呀！那相對來講家事就比較沒有那麼高的要求了啦！（S405-408）

另一方面，各自接手原生家庭家族事業的C18夫妻在工作與育兒上的忙碌中，對於家庭環境的吵雜與整潔只有選擇不去計較。：

C18H：她上班也累了，我上班也累了，我今天如果要強求這個部分(按：家事)的話，那家事就是請人來做就是了而已啊！…我們都自己感覺舒服就好…就是說自己覺得髒了就把它弄一弄，覺得該擦就把它擦一擦這樣子，保持基本乾淨就好了！（S52-57）

本研究也發現，這些個人次系統界限調整的背後往往有著維護婚姻次系統的動機，在使用自我犧牲妥協的因應策略的同時，有些夫妻明顯地展現出「夫妻一體」的行為動機，反映出他們對「配偶」與「婚姻」的重視，可以說是婚姻次系統因應親職角色而進行的相互配搭，個人的犧牲妥協背後有著夫妻相互協調的默契。以下幾對夫妻的例子可以作為說明。

C16夫妻因應孩子出生後開銷的增加，為了籌措未來的教育經費，而共同討論分工合作的方式，由工作性質較有彈性的妻子一手打理家事及育兒工作，丈夫全力衝刺事業，他們雖然少有夫妻共同的時間，但丈夫即使再忙，每天仍會與妻子通電話分享心事，在生活及情感上都相當依賴與信任妻子。

C16W：他六、日也要上班…大部分小朋友的問題，都是我告訴他，他會去了解，他會相信我顧小孩的這一塊…我們的未來、退休基金之類，我不用去管那一塊，因為我知道他會去處理…就算他假日在忙，中午會打電話問小朋友怎樣，我人好不好類似這樣。（S15）

C12由於丈夫在外地工作，同樣是由妻子負擔主要育兒庶務的工作，但妻子十分享受與孩子相處的時間，並感謝丈夫給她相當大的空間，自主決定如何教育孩子。丈夫表示十分感謝妻子的全心投入，讓他可以安心工作，並滿足「工作優先」的需求。

C12H：你會去調配生活重心的比例，例如現在我的部分…把工作與家庭會六、四來放…不會說例如我在工作上，把家庭放七，工作放三，那我可能每天工作的時候，都在想家庭了，這部分可能工作上也做不好…(S234-237)

此外，C08H多次在工作上與老闆溝通保留家庭時間對他的重要性，而自己當老闆的C07H則是在孩子進入幼兒園之後，從長時間的工作投入到大幅減少工作量，每天負責定時接送小孩。以下分別呈現他們的說法：

C08H：在換工作的時候會想說我當然選擇薪資比較高的，或者是說未來可能會比較好的…有孩子之後，考慮的會比較不一樣…我其實每次都會很明白的告訴他(按：主管)說，我希望的並不是全心全意放在工作上其他都不要管。(S105-108)

C07H：還沒有孩子之前我大概每天平均沒有八點是沒辦法回家。…(現在)基本上我都盡量把要外出的時間安排在早上，在下午我就在公司做一些，比如paper work，還是說去巡堂、去巡一巡…因為我是桌上有鬧鐘，它一響我就知道差不多了，要去接小孩了。(S141-143)

整體來說，本研究發現夫妻在此階段經歷了工作與育兒的雙重壓力，小家庭系統外的家族資源帶來相當大的幫助，但是也因界限的模糊而產生一些問題。而夫妻在小家庭系統內最明顯的改變為：他們願意自我犧牲暫緩工作上的衝刺，並降低家事期待與妥協，以撐過忙碌的尷尬期。有些夫妻甚且能夠彼此配搭，維護婚姻次系統界限，產生共同犧牲妥協的默契。這些調整似乎都與個人的家庭價值有關，也涉及傳統性別分工的觀念。

四、結 論

本研究針對育有學齡前幼兒的夫妻進行聯合訪談。資料顯示育兒階段雙薪家庭的夫妻關係受到孩子的影響很大，夫妻在工作與家庭間力求平衡，家庭系統也在個人、婚姻、親職等次系統間進行轉換，夫妻間在系統界限上的共識相當程度地影響了他們面對工作與家庭壓力的調適策略。以下提出幾項暫時性的結論並進一步說明之。

(一) 育兒階段夫妻呈現婚姻次系統確立，或親職次系統主導的現象

本研究結果顯示，在這個階段中，除了少數大量依賴父母經濟或育兒資源者之外，多數的夫妻都會脫離原生家庭的影響，形成獨立的小家庭。有趣的是，本研究也發現，國內的夫妻並不見得是生了孩子就立刻進入真正的「育兒期」，特別是雙方都在工作的夫妻，在孩子出生後可能會由他們的父母或保母全天候托育，僅在假日時候接孩子回家。對這些夫妻而言，孩子進入幼兒園反而才體驗到「新手父母」的忙亂，也是他們親職角色的真正考驗，而從「假日父母」到「全日父母」的轉變，使得小家庭內的婚姻次系統與親職次系統必須進行調整。

在「婚姻次系統確立」的狀況中，「父母」這個新角色對多數雙薪夫妻而言意味著多重要求。也面臨對原有兩人世界的衝擊、新手父母的慌亂。在孩子就讀幼稚園的階段，接送安排往往是雙薪夫妻的煩惱。除非工作彈性、有其他家人/保母支援，否則疲於奔命的情節每日上演，嚴重耗損時間與精力。不過，倘若雙方的界定一致，則孩子的到來往往可引發夫妻共同的家庭目標，像是努力工作為家庭打拼，珍惜與孩子共處的時間，對於角色要求不以為苦。

另一類由「親職次系統」主導的夫妻則會經驗到不一樣的壓力與衝突。對婚姻次系統而言，以親職角色為重的夫妻往往會因為孩子的高度依賴佔據了父母的心思，當雙方對於夫妻與親子界限的界定不一時，常造成配偶對這樣的改變感到不習慣，而需要夫妻進一步溝通。

(二) 模糊的小家庭系統界限，帶來家族支援與衝擊

本研究的結果也說明了育兒階段夫妻雖已脫離原生家庭形成獨立的小家庭，但是不少夫妻仍與原生家庭維持著密切的互動。特別是當夫妻雙方均在工作時，原生家庭父母協助育兒會是他們很大的資源。然而，在接受父母支援的同時，也意味著小家庭的系統界限必須維持相當程度的開放性；但過度開放的系統界限也容易出現「界限模糊」的困擾(Minuchin, 1985)，因而衝擊小家庭的運作。

這樣的模糊界限與楊中芳(1991)所提到的「界限可伸縮性」有相似的意涵，只不過前者是對各個系統間關聯的通稱，後者特別指出華人社會中個人被包覆於各種關

airiti

係脈絡之中的現象。本研究放在「家庭的脈絡」觀之，所處理的問題似乎因此複雜許多。若從小家庭與大家庭系統界限的角度來看，夫妻所形成的小家庭因育兒的需要，可能會在脫離原生家庭系統的包覆後，又重新形成與原生家庭的連結，這種家庭系統間彼此資源與衝擊的關係似乎較接近「界限模糊」的概念。

不過，本研究也發現，當夫妻援用代間資源來協助育兒時，免不了會受到上一代對於教養方式的干涉。如果夫妻能明確向父母溝通，劃定親職界限時，諸多婆媳衝突乃至於親子衝突都是可以避免的。只是，在華人文化傳統下，孩子被視為家族生命的延續，每一位家族成員都可以是孩子的教養代理人。因此，大部分的受訪夫妻仍多少提到與長輩的教養衝突，只是程度高低不一。在重視家族關係的台灣社會中，這些問題若未被妥善處理，有可能從小糾紛演變成大災難。然而，這些挑戰也可能為夫妻提供另一種機會，家族力量除了可能是維繫夫妻關係穩定的力量之外，夫妻對家族問題的處理得當也能增加他們人際關係的經驗，並因此轉換為在職場與社會生存的能力。

(三) 伸縮個人次系統界限以因應工作與家務挑戰

若從個人次系統界限的角度來看，本研究夫妻在面對來自工作與家庭的雙重壓力下，所顯現的因應方式則較難以西方「界限模糊」的概念涵蓋，而是表現出「界限伸縮」的現象。依據楊中芳(1991)的說法，華人的自我與西方人所稱的自我有所不同，宜區分成「個己」與「自己」來稱之，「個己」會透過不斷的成長與轉化，形成包含許多他人的「自己」。本研究主要的旨趣雖不在探討華人的自我概念，但似可借用「界限伸縮」的概念來描述個人在工作與家庭壓力下，時而犧牲妥協時而抗拒協調，且不斷限縮調整個人次系統界限的現象。

對一些與原生家庭互動並不頻繁的夫妻來說，本研究的結果顯示，他們的小家庭界限雖然相對清楚，但是在面臨工作與家庭的雙重責任與壓力下，壓縮個人的時間空間似乎成了最主要的因應方式。

本研究也發現，雖然妻子在面臨工作與家庭難以兼顧時，較常採取調整或放棄工作的方式來因應，但亦有不少丈夫表示為了多花一些時間在小家庭中，他們會放

棄升遷的機會，也會打破男主外女主內的社會期待，與主管協商減輕工作的投入。

對於不願意放棄工作投入的夫妻而言，降低家事的付出則是他們保有個人次系統界限的妥協，由於妻子受到傳統較多的家事責任期待，因此往往需要更費力地取得丈夫的理解；而丈夫則要面對理想家庭圖像的破滅。而個人除了自己的犧牲妥協之外，也可能進入婚姻次系統的層次，也就是為了夫妻共同的未來，暫時性的由一方做出犧牲。由於基於承諾所形成的婚姻關係具有歷史性與未來性，個人此時的犧牲若有著夫妻彼此協調的默契，對個人而言似乎可以減輕不少委屈與不悅。

(四) 研究的貢獻與限制

本研究的初步發現雖有待後續研究進一步觀察與檢證，但仍可提供家庭工作者一些省思：(1)本研究以夫妻聯合訪談所收集到的資料，展現了夫妻的聚合觀點，也可以看到夫與妻在面對同一個議題上可能有的歧見，家庭工作者若能致力於邀請夫與妻共同參與教育成長活動或聯合諮商輔導，將有助於以夫妻作為一個系統，同心協力外求資源或抵抗外界壓力。(2)透過質性資料所展現的各別資料的背景脈絡，也讓我們看到婚姻關係的複雜性，家庭工作者宜揚棄單一的工作方式，試圖針對不同夫妻發展不同的介入方案。(3)本研究發現現代夫妻雖因育兒需要而多與上一代保持聯繫，但家中權柄似已轉移到這些夫妻身上，也就是說，台灣雖然受到家族主義文化的影響，但陳秉華與游淑瑜(2001)等家庭工作者所擔心的夫妻小家庭界限無法建立的問題，似乎在育兒階段可獲得解決。在確立小家庭界限的情況下，家庭工作者宜將焦點放在協助夫妻面對與上一代的關係，使其能成為育兒的「資源」而非教養的「阻力」。而對於「親職次系統」主導的夫妻而言，提醒他們在履行親職角色的同時莫忘夫妻關係經營也是很重要的。

最後，本研究的主要限制也表現在夫妻共同訪談的研究策略上。雖然這項策略能呈現以夫妻為單位的聚合觀點，但面對婚姻系統以外的訪員而言，這些夫妻不免會產生「某些話不便在外人前說」的情形，特別是在外人面前批評對方的不是是我們和諧文化中並不鼓勵的，因此較難窺知婚姻互動中的負面訊息。此外，本研究的受訪者有教育程度偏高的現象，而夫妻均願意受訪的夫妻通常也表示婚姻關係處在相對較佳的位置上。這些均為本研究的限制，推論上宜謹慎。

謝 詞

本研究感謝國科會專題計畫之補助(計畫編號：NSC96-2413-H-030-002-MY3)，以及研究過程中諸位聯絡人的協助與31對夫妻的熱心參與。

參考文獻

- 內政部統計處(2004)：〈內政部統計通報〉。2005年12月1日，取自<http://moi.org.tw/state.htm>。
- 利翠珊(2005)：〈身心障礙兒童家庭中夫妻的壓力、付出與恩情〉。《中華心理衛生學刊》，18卷2期，25-54。
- 周麗端、吳明燁、唐先梅、李淑娟(1999)：《婚姻與家人關係》。台北：國立空中大學。
- 唐先梅(1999)：〈從家務工作的本質談雙薪家庭夫妻家事分工〉。《應用心理研究》，4卷，131-173。
- 高旭繁、陸洛(2006)：〈夫妻傳統性/現代性的契合與婚姻適應之關聯〉。《本土心理學研究》，25卷，47-100。
- 陸洛、黃茂丁、高旭繁(2005)：〈工作與家庭的雙向衝突：前因、後果及調節變項之探討〉。《應用心理研究》，27期，133-166。
- 張妤玟、陸洛(2011)：〈工作家庭雙介面支要求、資源與職家衝突關連之性別差異〉。《商略學報》，3卷1期，25-38。
- 張婷婷、陸洛(2009)：〈資源損失與資源獲得對職家衝突之影響：資源保存理論的觀點〉。《臺大管理論叢》，20卷1期，69-98。
- 崔詠欣、黃庭偉、王依婷(2012)：〈初探家庭次系統中的婚姻、親職、親子次系統之交織關係〉。《家庭教育雙月刊》，37期，41-53。
- 陳秉華、游淑瑜(2001)：〈台灣的家庭文化與家庭治療〉。《亞洲輔導學報》，8卷2期，153-174。
- 陳富美、利翠珊(2004)：〈夫妻的育兒經驗：親職分工與共親職的探討〉。《中華

- 心理衛生學刊》，17卷4期，1-28。
- 陳淑貞、王中元、蔡麗真(2009)：〈中小企業從業人員工作與家庭的雙向衝突－主管支持，同事支持，配偶支持，重要親友支持之調節效果〉。《人力資源管理學報》，9卷4期，43-64。
- 楊中芳(1991)：〈回顧港台「自我」研究：反省與展望〉，見楊中芳、高尚仁(編)：《中國人中國心－人格與社會篇》。台北：遠流。
- 楊宜音(2000)：〈「自己人」：一項有關中國人關係分類的個案研究〉。《本土心理學研究》，13期，277-322。
- 趙文滔、許皓宜(2012)：《關係的評估與修復》。台北：張老師文化。
- 劉惠琴(2011)：〈家庭調適的質量對話〉。《教育心理學報》，42卷4期，567-590。
- 顏澤賢(1993)：《現代系統理論》。台北：遠流。
- Belsky, J., & Pensky, E. (1988). Marital change across the transition to parenthood. *Marriage & Family Review*, 12(3-4), 133-156.
- Carlson, D. S., Kacmar, K. M., & Williams, L. J. (2000). Construction and initial validation of a multidimensional measure of work-family conflict. *Journal of Vocational Behavior*, 56(2), 249-276.
- Daly, K. (1992). Parenthood as problematic. In J. F. Gilgun, K. Daly, & G. Handel (Eds.), *Qualitative methods in family research* (pp. 103-125). Newbury Park, CA: Sage.
- Dillon, L. M., & Beechler, M. P. (2010). Marital satisfaction and the impact of children in collectivist cultures: A meta-analysis. *Journal of Evolutionary Psychology*, 8(1), 7-22.
- Eby, L. T., Casper, W. J., Lockwood, A., Bordeaux, C., & Brinley, A. (2005). Work and family research in IO/OB: Content analysis and review of the literature (1980-2002). *Journal of Vocational Behavior*, 66(1), 124-197.
- Feeney, J. A., Noller, P., & Ward, C. (1997). Marital satisfaction and spousal interaction. In R. J. Sternberg & M. Hojjat (Eds.), *Satisfaction in close relationships* (pp. 106-189). New York, NY: Guilford.
- Frone, M. R., Russell, M., & Cooper, M. L. (1992). Antecedents and outcomes of work-family conflict: Testing a model of the work-family interface. *Journal of Applied Psychology*, 77(1), 65-78.

- airiti
- Greenhaus, J. H., & Beutell, N. J. (1985). Sources of conflict between work and family roles. *The Academy of Management Review*, 10(1), 76-88.
- Haas, L. (1999). Families and work. In M. B. Sussman, S. K. Steinmetz, & G. W. Peterson (Eds.), *Handbook of Marriage and the Family* (2nd ed.) (pp. 667-685). New York, NY: Plenum Press.
- Huberman, A. M., & Miles, M. B. (1994). Data management and analysis methods. In N. K. Denzin & Y. S. Lincoln (Eds.), *Handbook of qualitative research* (pp. 428-444). Thousand Oaks, CA: Sage.
- McCubbin, H. I., Cauble, A. E., & Patterson, J. M. (1982). *Family stress, coping and social support*. Springfield, IL: Charles C Thomas.
- Michel, J. S., Kotrba, L. M., Mitchelson, J. K., Clark, M. A., & Baltes, B. B. (2011). Antecedents of work-family conflict: A meta-analytic review. *Journal of Organizational Behavior*, 32(5), 689-725.
- Minuchin, P. (1985). Families and individual development: Provocations from the field of family therapy. *Child Development*, 56(2), 289-302.
- Racher, F., Kaufert, J., & Havens, B. (2000). Conjoint research interviews with frail, elderly couples: Methodological implications. *Journal of Family Nursing*, 6(4), 367-379.
- Ruble, D. N., Fleming, A. S., Hackel, L. S., & Sraigor, C. (1988). Change in the marital relationship during the transition to first-time motherhood: Effects of violated expectations concerning the division of labor. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55(1), 78-87.
- Shelton, B. A., & John, D. (1996). The division of household labor. *Annual Review of Sociology*, 22, 299-322.
- Turner, L. H., & West, R. L. (2002). *Perspectives on family communication*. Boston: McGraw-Hill College.
- Twenge, J. M., Campbell, W. K., & Foster, C. A. (2003). Parenthood and Marital Satisfaction: A Meta-Analytic Review. *Journal of Marriage and Family*, 65(3), 574-583.
- Walker, A. J. (1999). Gender and family relationship. In M. B. Sussman, S. K. Steinmetz & G. W. Peterson (Eds.), *Handbook of marriage and the family* (2nd ed.) (pp. 439-474). New York, NY: Plenum.

附錄一 人口背景簡表

編號	年齡 H/W	學歷 H/W	婚齡 (年)	子女數	上一代 同住與 否	幼兒期子女 白天與夜晚 照顧者	工作內容 H/W	每週工作 時數 H/W	編號	年齡 H/W	學歷 H/W	婚齡 (年)	子女數	上一代 同住與 否	幼兒期子女 白天與夜晚 照顧者	工作內容 H/W	每週工作 時數 H/W
C01	44/ 38	大專/ 大專	7-8	1	否	保母	加油站職員/ 航空公司職員	40/40	C10	35/ 27	大專/ 大專	3	1	否	祖父母	銀行職員/ 總機	46/ 48~50
C02	33/ 32	大專/ 研究所	6	2	否	祖父母	國中老師/ 國中老師	40/40	C11	34/ 33	高中職/ 高中職	6	1	是	自己	廚師/美髮師	54/ 不一定
C03	34/ 34	大專/ 研究所	5	2	否	祖父母	網路公司工程師主管 /政府機關主管	54/60	C12	35/ 34	大專/ 大專	5	2	否	自己、 祖父母	科技業老闆/ 科技業職員	50/40
C04	42/ 39	大專/ 研究所	4-5	1	否	祖父母	3C公司職員/ 國小老師	55/45	C13	45/ 36	大專/ 高中職	6	1	否	自己、 祖父母	報社編輯/ 壽險公司業務員	30/缺
C05	39/ 34	大專/ 大專	6	1	否	祖父母	國中老師/ 國中老師	50/45	C14	35/ 31	大專/ 大專	4	1	是	祖父母	證券分析師/ 壽險公司職員	70/37.5
C06	40/ 39	研究所/ 大專	7	2	否	祖父母	電信公司職員/國小 行政	50~60/42	C15	38/ 32	大專/ 大專	5	1	否	保母	自營事業/ 自營事業	60/45
C07	36/ 30	大專/ 大專	7	1	否	祖父母	公司老闆/ 電子業職員	80/40	C16	30/ 31	大專/ 研究所	5	2	是	祖父母	房產業務主管/ 金融業職員	缺/缺
C08	34/ 34	大專/ 大專	6	1	否	祖父母	電腦公司研發幼兒 園老師	45/40	C17	37/ 33	高中職/ 高中職	5	1	否	祖父母	髮藝老闆/ 美髮師	66/54
C09	37/ 35	大專/ 大專	9	1	否	自己	平面設計師/ 幼兒園老師	20/40	C18	36/ 33	高中職/ 高中職	5	2	否	自己、 保母	玩具製造業職員/ 貨運公司職員	60~70/ 70
C19	36/32	高中職/ 大專	5	2	否	自己	模貝工作/ 民間機構職員	缺/缺	C26	33/ 33	高中職/ 高中職	5	2	否	自己	貨運司機/ 網拍銷售	40/60
C20	38/36	高中職/ 高中職	6	2	是	自己、 祖父母	英語補習班/ 英語補習班	42/54	C27	35/ 34	大專/ 大專	5	1	是	保母	家族事業/ 旅行社	60/40
C21	36/37	大專/大專	7.5	1	否	自己、 祖父母	民間機構職員/ 壽險公司職員	50/60	C28	49/ 50	大專/ 缺	10	1	否	自己	自營劇團/ 自營劇團	60/缺
C22	35/35	研究所/ 研究所	8	1	是	祖父母	研發部門主管/ 大學研究助理	缺/缺	C29	34/ 28	大專/ 大專	8	1	是	祖父母	工程師/ 幼兒園老師	40/40
C23	32/33	研究/ 研究所	5	1	否	祖父母	電腦公司職員/ 自營工作室	96/50	C30	29/ 29	大專/ 大專	5	2	是	祖父母	民間機構職員/ 幼兒園老師	90/40
C24	37/36	研究所/ 大專	5	1	否	自己、 外祖父母	電腦公司主管/ 科技公司職員	40/40	C31	34/ 31	研究所/ 大專	4	2	是	祖父母	公務員/ 大型民間機構職員	50/50
C25	34/33	研究所/ 研究所	5	2	是	自己、 祖父母	大型民營機構企劃單位 圖書館員	44/40									

Work/Family Stress and Coping among Child-Rearing Couples: Boundary Setting and Shifting

TSUI-SHAN LI, YU-YUEH CHANG, HAO-YING TENG

Purpose: Using a family system perspective, this study examined the phenomenon of work and family stress and coping of couples with young children with the goal of understanding changes in family system boundaries while managing work and family stress. **Methods:** A total of 31 pairs of dual-career Taiwanese couples with mean age of 35 and with their first child in preschool were invited. They were conjointly interviewed, with a pre-designed interview guide.. **Results:** Qualitative analysis of the interviews indicated that most dual-income couples experienced stress with the change of childcare arrangements as their first child entered preschool. The boundary of the nuclear family system blurred with different subsystems. Two types of power structures in the nuclear family were evident: one dominated by the marital subsystem, and one dominated by the parenting subsystem. To cope with work and family stress, some couples sought support from their parents and experienced the impact of system boundary ambiguity. Others squeezed and shrank their individual boundaries due to the lack of outside resources. **Conclusions:** Child-rearing is a critical stage for establishing the boundaries of a nuclear family for Taiwanese couples. Whether the resources provided by their families of origin were helpful or not depended upon the consensus of the couple. When the parenting subsystem overpowered the marital subsystem it presented a problem for couples with young children.

Key words: work and family conflict, system theory, system boundary, conjoint marital interview

Tsui-Shan Li: Professor, Department of Child and Family Studies, Fu-Jen Catholic University. (Corresponding Author, e-mail: shan@mail.fju.edu.tw)

Yu-Yueh Chang: Ph.D., Department of Business Administration, National Taiwan University. Associate Consultant, 360d HR Consultancy Co., Ltd.

Hao-Ying Teng: Deputy Executive Manager, Loving Family Foundation.