

國立臺灣大學社會科學院社會工作學系

碩士論文

Department of Social Work

College of Social Sciences

National Taiwan University

Master Thesis

女性單親家庭親子韌力開展歷程

The Resilient Development Process of
Families Headed by Females with Their Children



李奇勵

Chi-Li Lee

指導教授：鄭麗珍 博士

Advisor: Li-Chen Cheng, Ph.D.

中華民國 100 年 2 月

February, 2011

國立臺灣大學（碩）博士學位論文
口試委員會審定書

女性單親家庭親子韌力開展歷程

本論文係 李奇勵君（學號 R95330013）在國立臺灣大學社會工作學系完成之碩士學位論文，於民國 100 年 02 月 25 日承下列考試委員審查通過及口試及格，特此證明。

口試委員：

鄭麗珍

（簽名）

（指導教授）

劉翠珊

劉淑華

系主任、所長

社會工作學系
系主任 古允文

（簽名）

誌 謝

終於要畢業了啊！四年多的碩士生涯畫下句點，很開心我作到了！一切的辛苦都是值得的，研究所的學習除了讓我在專業智識的精進，更重要是培養我獨立思考與獨立研究的能力。撰寫論文的過程，很感謝指導教授鄭麗珍老師，從研究题目的定調、論文書寫的建議、專業概念的討論，還有內容架構的指導，麗珍老師不厭其煩一字一字地審閱我的論文，提出清晰具體的修正意見，讓我理解學術研究的嚴謹與呈現。老師更在我生命困惑時給予關懷及鼓勵，這是一輩子的收穫。感謝口試委員利翠珊老師及彭淑華老師，提供我在論文中能更多面向的思考，及提醒內容的盲點，謝謝您們的每個寶貴建議都讓我的論文能更臻完整。

感謝四位受訪者，勇敢又堅強的媽媽與小孩，您們無私的分享不只成就論文的價值，同時也教會我人生正向積極的態度，及面對生命關卡的勇氣。

在工作、學業蠟燭兩頭燒的艱辛過程，謝謝南港區公所長官及同事的照顧，不管是業務上或是心理上，都給我豐盈的支持與包容，阿甜、阿咩、慧賢、小英、機咪、姐阿、緊繃、秀穎、咻評、美菇、猛山、阿笑、佳鳳等，謝謝你們一直照顧我這個出外人，儘管我到了花蓮工作，還是讓我溫暖隨身，不時帶我遊山玩水紓解壓力（雖然是大部分是考驗意志力的冒險活動），並不斷地刺激我該是畢業的時候了...。還有好友靖智、猴秘、K 哩、國隆...，東吳大學中社幫小白、心怡、小馬、雪娟，時常的關懷與問候都給我豐沛的力量。以及 R95 的同學，尤其同是在職生的鳳雅與恩子，與你們相互取暖鼓勵外加吐苦水，有著充滿魔力的支撐力量。

最重要的，感謝我的母親，給我最大的支持與空間，感謝父親的鼓勵，及妹妹的陪伴與關心。謝謝阿姨們、表弟妹們給我的溫暖。感謝 charleen 一路的陪伴與照顧、激盪我智識成長，在我生命低潮困頓時，教我如何去愛與包容，讓我相信我自己很棒。最後，感謝在天上的外公外婆，您們是我心中偉大的巨人，您們的愛給我堅定的意志與質樸寬厚的心胸，希望我有讓您們感到榮耀。

奇勵 謹誌 2011/花蓮

中文摘要

根據韌力的觀點，女性單親家庭的成員雖然面臨多面向的生活困境，但這些危機困境也成為單親家庭成員成長淬鍊與韌力開展的契機，本研究試圖發掘單親的生命歷程中除了無奈的消極適應外，是否還有積極成長的可能性。

過去，單親韌力的研究多以單親家長或子女一方為研究的對象，所蒐集的資料可能偏頗一方。因此，本研究立意取樣並深度訪談各一對女性喪偶、離婚家庭的同戶親子，欲探索他們形成女性單親家庭的歷程，所遭遇的生活困境，以及因應困境的韌力來源及展現過程，嘗試完整全面地呈現親子之間的家庭韌力之開展歷程，期待本研究的成果可以知會相關社會福利政策的制訂，社會工作實務人員提供更適切的服務給女性單親家庭。

從受訪的兩個單親家庭生命歷程可以看到大致相似的軌跡，家庭在重大壓力事件之下，家境急遽跌入谷底、瀕臨崩解失能（悲痛期），母親為了孩子自覺要奮力一搏，勇敢面對逆境，家庭成員共同奮戰，發揮家庭韌力，從谷底慢慢爬升（重振生活期），後隨著小孩成長獨立自主、分擔家計，家庭漸趨穩定向前（家庭穩定期），構成一組三階段的生命曲線圖。本研究還發現，帶動這兩個家庭從谷底止跌反彈的重振因素包括：化悲憤為力量、家庭成員互助、社會資源，而能夠讓家庭穩定向上的韌力因素則有：相互包容的親子關係、手足互助、開放而清晰的表達方式。最後，本研究依據不同的復原歷程階段提出各項社會政策面與社工實務層面的建議。

關鍵字：女性單親、韌力、家庭韌力、離婚、喪偶、單親媽媽、單親小孩

英文摘要

Families headed by females usually encounter all kinds of predicaments in everyday life. These setbacks may be stressful, but they sometime are served as resilient facilitators and eventually bring positive impact on everyday life. This study intended to explore where the families gained resilience from and how resilience could set off and help them to bounce up from the adversities.

Previous studies collected data from either single mothers or their children regarding their resilient experiences. This study in-depth interviewed two pairs of single mothers and their children, one mother divorced and the other one widowed. The approach was able to construct a holistic view of the resilient process of the two families. The results indicated that two families went through a similar trajectory of resilient process which included a three-stage recovery development, hit the bottom, bounce back, and maintain stable. And, three key factors were found to help families bounce up from the bottom of the trajectory, which included turning grief into power, working together, and access to social resources. To maintain stable in the trajectory, family members should have compassion for each other, help each other, and have clear and open communication. Policy and social work practice implications were included.

Key words: Female Single Family, Resilience, Family Resilience, Divorce, Widow, Single Mother, Children with Single Parents.

目 錄

誌 謝	ii
中文摘要	iii
英文摘要	iv
第一章 緒論	1
第一節 研究緣起	1
第二節 研究目的與提問	4
第二章 文獻探討	7
第一節 女性單親家庭遭遇的困境與壓力	7
一、經濟層面	9
二、親子關係層面	10
三、社會人際關係層面	11
四、情緒及行為層面	11
第二節 韌力相關概念	13
一、韌力概念	13
二、個人韌力	14
三、家庭韌力	16
四、Walsh 家庭韌力取向	18
第三節 單親家庭韌力相關研究	23
一、單親媽媽韌力研究	23
二、單親子女韌力研究	24
三、女性單親親子關係韌力研究	25
第三章 研究方法	28
第一節 研究設計	28
一、質性研究法	28
二、研究對象	29
三、研究對象選取經過：喪偶及離婚女性單親家庭親子	30
四、資料收集方法	32
五、研究者的角色	33
第二節 資料處理與分析過程	35
一、訪談過程	35

二、訪談資料分析	35
第三節 研究的倫理考量	39
一、知會後同意	39
二、錄音機使用的同意	39
三、保密原則	39
四、訪談過程中的研究態度	40
第四章 研究分析	41
第一節 女性單親家庭	41
壹、飛家的故事	41
貳、宇家的故事	50
第二節 女性單親家庭壓力事件之困境	58
一、「丈夫缺席」	58
二、「父親缺席」	68
第三節 女性單親家庭韌力展現關鍵	75
壹、重振生活的關鍵因素	75
一、化悲憤為力量	75
二、家庭成員互助	81
三、社會資源	91
貳、穩定向上的重要因素	97
一、相互包容的親子關係	97
二、手足互助—相互傾聽、關心、包容	108
三、開放而清晰的表達方式	110
第四節 家庭繼續前進，尚未完結的故事	115
一、蛻變成長—親職化的覺察，改變的契機	115
二、親子獨立分化，追求自我發展	116
三、愛仍在，開始學習放手（重心由家人轉向自己）	119
四、原諒—在受傷的關係中和解	121
五、再婚的不確定性	124
六、未來展望	127
第五章 結論與建議	130
第一節 研究發現與結論	130
一、女性單親家庭的生命歷程三階段	130
二、女性單親家庭韌力展現關鍵	130
三、親子獨立分化、追求自我發展	134
四、對父親的愛與包容	135
五、再婚的考量	136

六、未來生活樣貌的期待	136
第二節 建議	137
一、「正向轉念」的觸媒	137
二、托育政策的多元化	138
三、經濟及就業支持—注重教育投資性、就業發展性	139
四、促進良性家庭成員關係	140
五、別用異樣眼光看我—給單親家庭「正向」意象	141
第三節 研究限制與建議	143
一、研究限制	143
二、未來研究建議	144
第四節 後記	145
參考書目	147
附錄	155



表 目 錄

表 1	生活事件改變形成的生活改變單位.....	9
表 2	復原性適應：復原性適應與各類相關因子之動力關係	15
表 3	受訪者資料.....	32
表 4	資料編碼舉隅.....	36
表 5	概念整理範例.....	36
表 6	研究地圖.....	38



第一章 緒論

第一節 研究緣起

從成長經驗出發，對女性單親家庭用心與生命的凝視

幸福美滿的雙親家庭是一般人所追求和推崇的家庭形式，這是許多邁入婚姻的人之人生憧憬，但要維持一個雙親家庭其實是需要一些運氣，或需要上輩子修來的福氣才能幸福美滿。每個人在結婚當時，沒有人會「預期」自己會成為單親，因為很多時候，剛好遇人不淑，或是另一半遭遇不幸而逝去，突然間變成單親了。單親家庭不是次於雙親家庭的家庭形式，也不是因為能力不足，更不是犯錯後得到的懲罰，其實是上天經過精心挑選的戰士，有能力去克服人生的困境，應付更多別人沒有的挑戰，卻能突破層層生活關卡，讓自己存活下來。

在我的成長過程中，我的父親因故缺席，現實生活中，媽媽變成類單親家長，我和妹妹成了類單親的孩子，必須面對生活中的諸般無奈。從小到大，我一直很敬佩媽媽，小至水電維修大至經濟生計，每天從早忙到深夜的兼職多份工作，獨自處理生活與經濟關卡，肩上扛下許多的苦難，我跟妹妹因此瞭解我們必須提早長大幫媽媽分擔，而我也一直努力扮演著一個「沒有問題」的孩子，分享母親患難與共的革命情感。親身經歷這段熬過來的人生旅程，挺過各種生活難題，想要讓家人以後過好日子信念一直支撐著我，也滋養了我更強壯的人生觀。後來，進入社會福利領域工作，職場上接觸了更多女性單親家庭的家長與小孩，我好像看到好多個「媽媽」，總是十八般武藝皆通，一手包辦一家人的生活，趕場的工作、接小孩、家務...，單親小孩成熟懂事，幫媽媽分擔工作，半工半讀，每個家庭似乎都反映了我曾經親身體驗的家庭生活。

朋友 A（單親媽媽）——談到離婚經驗的初期，是人生最大且難以接受的傷痛，『那時連喝水都會痛...』她如是說，有好一段時間無法工作，於是放了自己一個月的長假，到國外散心與平靜自己。之後，為了小孩，

她勉強自己在短時間內學會許多生活技能，學騎機車、學會認路、水電維修等，而最難的是，一個人處理自己與孩子間的心理調適與工作生活安排，還有接受與其他家庭「不一樣」的單親樣貌...。一路走來，生活上的大小事鍛練了她的身心，她很了解「單親」是怎麼一回事，走過生命困頓旅程之後的豁然開朗，如人飲水，冷暖自知。

在與單親媽媽的互動經驗中，她們常說，子女是她奮力走下去最重要的支持力量，正所謂「為母則強」，親子間的情感動力強化了母親的能力與耐力。Phares 與 Renk (1998)研究青少年對父母的感受發現，在 18 至 25 歲之間的青年，對母親比起父親有更多的正向看法及較少負向看法。在談到單親小孩與父母的情感，Arditti 與 Prouty (1999)的研究指出，當離婚之後，由母親監護的小孩比起由父親監護的小孩生活衝擊較小，是因為母親在離婚前已是小孩的主要照顧者，小孩視母親為主要生活支持，關係本就較為親密，有更佳的互動，而小孩與父親的關係則較難有親密感；比起父親，母親在結束婚姻關係後，可以花較少心力去學習照顧小孩的技巧，或重新培養與小孩間的默契，在黃秀媛(2005)的研究中亦有相同發現。離婚會削弱父親與小孩的關係，但對母親與小孩的關係則沒有顯著的影響(Amato & Booth, 1996)。即使母親沒有獲得小孩的監護權，Arditti 與 Madden-Derdich (1993)的研究也發現，沒有監護權的母親，比起沒有監護權的父親更能與小孩保持聯繫與親密的關係，而小孩對無監護權母親比無監護權的父親，較不會因為沒有同住而疏遠。從上述文獻可以看出子女與母親之間的情感與親密度較與父親來得豐盈，且母子關係較不因無監護權或不同住而疏遠。緣於我的成長背景及閱讀文獻提到單親母親與小孩緊密的親子關係，引起我對女性單親家庭親子的關注與興趣。

隨著時代變遷、社會價值觀念及工作環境改變、女性意識抬頭，過去時代的家庭模式穩定與秩序已不復存在，取而代之的是一種多元開放且複雜多變的家庭結構與角色。儘管現今社會所存在的家庭形式已是包羅萬象，相對於社會認為是「正常、健康」的雙親家庭而言，單親家庭不論在社會地位上、經濟上仍是處於

相對弱勢的地位。依行政院主計處家庭收支調查顯示，在 2001 至 2008 年間，台灣單親家戶占有所有家戶的比例由 7.73% 上升至 9.59%，顯見單親家庭有增加的趨勢；而從單親家戶戶長性別來看，2001 年男性及女性單親戶長數分別為 250,887 人及 269,449 人，至 2008 年各上升達 309,085 人及 414,609 人，由統計數字可知，單親家庭不但逐年增加，且女性單親家庭高於男性單親家庭，差距亦逐漸擴大。現今女性單親家庭數量日益增多，社會上仍存在男高女低的就業機會及薪資結構差異，造成女性單親家庭地位上較為弱勢且較易落入貧窮，例如以 2006 年觀之，雙親家庭落入貧窮的比例為 1.97%、單親家庭則為 5.51%，而男性單親家庭貧窮率為 3.98%、女性單親家庭貧窮率為 6.48%（李淑容，2009）。顯見女性單親家庭相較其他型態家庭更易產生經濟困難，這是社會現實存在的議題，不能再將之邊緣化，應予以重視。

女性單親家庭中親子兩個角色生命歷程、互動關係，皆展現與雙親家庭很不同的樣貌，是否如社會刻板印象所言，少了配偶的陪伴就單翅難飛？少了父親的孩子就會變壞？我的經驗告訴我應該不是這樣。沒有太多時間唉聲歎氣，因為要用更多的力氣讓自己和家人好好過下去，究竟是什麼力量可以讓風雨中的單親家庭依然屹立茁壯？

第二節 研究目的與提問

我目前在公所的社會課工作，在工作上接觸了許多女性單親媽媽與子女，我發現有些單親家庭即使生活貧窮困苦，但在生活適應上及工作成就上，比一般家庭有著更多的穩重成熟、傑出工作表現，與知足的生活滿意。究竟是什麼因素讓他們在成為單親家庭後能從失喪的混亂重新回復平穩？親子之間是否如同我的成長經驗一樣有著互賴卻又緊張的關係？單親家庭存在哪些個人及家庭特質可以化危機為轉機？需要何種資源及協助來增強能力？

1992 年 Saleebey 在 *The Strength Perspective in Social Work Practice* 一書中揭櫫了社會工作實務上運用優勢觀點(strength perspective)為案主服務。Walsh 也在 1998 年所著 *Strengthening Family Resilience* 書中提出家庭韌力概念(family resilience)，進一步認為處在壓力及危機中的個人及家庭，透過韌力的展現可以發揮潛能，從逆境中浴火重生成長轉化，重新建立更有意義的關係與生命追求。家庭韌力取向是延伸自優勢觀點而來，強調家庭克服逆境的能力(Walsh, 1998/2008)。兩種觀點皆以尊重、敬佩的正向視角來看待案主，且認為案主本身有其潛能及力量可待發揮運用。至此，開啓了社會工作服務的另一種視角，對於遭遇危機逆境的個人及家庭，不視以污名烙印，而是以有力量的鬥士來看待他們。自 2003 年起，台灣也引進韌力(復原力)及優勢觀點，逐漸應用於家暴、性侵害、高風險家庭、精神疾患及個案管理等實務工作領域，亦都著見成效(宋麗玉、施教裕，2009)。

目前探討單親家庭親子關係或生活適應為主題的研究數量已非常多，回顧 2000~2009 年間的國內的碩博士論文，以單親家長作為研究對象的有共有九篇，分別是陳靜雁(2002)、賴宜櫻(2003)、胡韶玲(2003)、楊華玲(2004)、張允中(2005)、周雅萍(2005)、賴怡霖(2007)、陳宏宓(2007)、張碩文(2008)，或以單親子女為研究對象，共有何斐綾(2000)、吳慧玲(2003)、傅玉琴(2004)、吳月霞(2004)、郭玲芳(2006)、葉毓峰(2007)、謝欣容(2008)、吳慧屏(2008)、李伊文(2008)九篇研究，上述研究特色多以問題取向來論述單親家庭困境，後以探討單親家庭家長或子女的

適應歷程。自優勢觀點及韌力概念的引進後，始有以此理論基礎來研究單親家庭，若以「韌力」、「單親」或「復原」、「單親」或「復元」、「單親」或「優勢」、「單親」為關鍵字來搜尋國內碩博士論文，共找到十三篇，研究對象依身分區分，以父/母角色有七篇，分別為蔡群瑞(2001)、李嘉莉(2001)、施束鍾(2002)、胡韶玲(2003)、曹桂榮(2004)、王俐雯(2004)、邱弈絜(2005)，及以子女角色有陳若喬(2001)、吳秀莉(2001)、陳信英(2001)、楊雅華(2002)、黃秀媛(2005)、黃寶萱(2006)共六篇。

以上的研究為探討單親家庭的相關研究，但以親子為共同研究對象的數量極少，僅有蔡淑霞(2003)以單親子女及其父/母為研究對象，以量化問卷調查法探討單親父母共依附對其青少年子女教養態度及共依附之影響；及陳怡伶(2008)以質性研究方法訪談四個父親逝世的家庭共十二位家庭成員，探討經歷父親逝世的家庭其家人關係轉變情形。

不同於過去單親家庭的研究重視親或子單方面的探討，本研究選擇以同戶女性單親家庭親子共同為研究對象，理由有二：

一、想瞭解女性單親家庭歷程，如僅以一方為研究對象，可能會偏向單一角色的詮釋，如以親子雙方為共同研究對象，分別讓兩種角色一起發聲，詮釋對單親歷程的理解與感受，如此應有較足夠的資訊來獲得全面性、深入性的女性單親家庭親子互動歷程樣貌。

二、在實務經驗中常看到許多單親媽媽沒日沒夜地為生計打拼，想讓孩子有好的生活環境，但有些孩子卻沒有體貼母親的用心，恣意揮霍甚或誤入歧途；而也有一些單親家庭的家長不務正業或長期酗酒賭博，疏於照顧小孩，家中卻能「歹竹出好筍」，小孩能自立自強不因襲父(母)惡習，有好的成長結果。Walsh (1998/2008)給家庭韌力下了一個定義：是一種家庭中長期性、關係性的互動過程，透過家庭成員合作因應突發危機與長期困境，將使個人與關係都變得更強壯。只探討親或子單方面的韌力並無法反映家庭韌力的動力全面。本研究主張要瞭解家庭韌力，不能僅由親/子一方擔任擁有韌力的獨角戲，而應該是親子雙方發揮韌力的雙簧戲

份。

另外，本研究從韌力取向出發，雖認為單親家庭的確面臨許多面向的生活困境，惟視此危機困境為單親家庭成員成長的淬鍊與韌力開展的契機，而不是多重的「問題」，試圖發掘單親生命歷程除了無奈的消極適應，抑有積極成長的可能。每個人都有韌力，但父母及子女各自的韌力是什麼？彼此的韌力互動為何？因此，本研究取代先前研究韌力僅以單親家長或子女一方為研究對象，而以同戶單親親子共同為訪談對象，以求能完整全面地探索出家庭韌力開展的核心過程。同時，也希冀藉此研究作為我的生命探索，重新審視我的家庭及對我一路成長的影響。本研究的目的有三：

一、 女性單親家庭的形成歷程為何？親/子所經歷的困境有哪些？

二、 在女性單親家庭中，激起親/子迎向困境的韌力因素有哪些？

親/子韌力展現個別過程為何？彼此的韌力互動為何？家庭動力過程展現韌力關鍵為何？

三、 期待本研究的成果可以提供社會福利政策與社會工作實務，提供更適切的服務與協助予女性單親家庭。

第二章 文獻探討

第一節 女性單親家庭遭遇的困境與壓力

單親家庭的形成主因有：(1) 父母任一方死亡；(2) 父母離婚；(3) 父母分居；(4) 父母任一方遭遺棄；(5) 兒童由單一養父或養母收養；(6) 未婚生子；(7) 父母任一方服刑中。目前臺灣產官學界對於「單親」並沒有一致的定義與估算標準。1990 年及 2000 年行政院戶口及住宅普查將單親家庭定義為「由父親或母親與未婚子女所組成之家庭」。行政院主計處家庭收支調查報告(2008)中，單親家庭指「該戶成員為父或母親其中一人，以及至少一位未婚子女所組成，但可能含有同住之已婚子女，或其他非直系親屬，如兄弟姐妹」。若以社會福利需求的角度觀之，薛承泰(2000)曾以 1990 年人口普查資料來推估單親家庭數量，將單親家庭定義為「目前非在婚（包括離婚、分居、喪偶或未婚）的父或母和十八歲以下未婚子女同住」的住戶。本研究為探討女性單親家庭中母親及子女之韌力開展歷程研究，為呈現家庭曾經遭逢生活困境，設定形成單親家庭時，子女需為 18 歲以下依賴人口與母親共同生活，故本研究對單親定義採用薛承泰(2000)的單親家庭定義，「目前非在婚（包括離婚、分居、喪偶或未婚）的父或母和十八歲以下未婚子女同住」的住戶。

在五 0 年代以前，單親家庭多由於配偶死亡或遺棄造成；五 0 年代以後，離婚造成的比例超過喪偶；七 0 年代，不婚女性獨立生育孩子成為單親家庭的新趨勢（王鍾和、吳秀碧、陳慶福、蕭文、楊瑞珠、林秀娟、李玉卿，2000）。以全部單親家庭觀之，依據行政院主計處台灣地區家庭收支調查報告 2001 至 2008 年台灣單親家戶逐年提升，占所有家戶的比重由 7.73% 上升至 9.59%。單親家庭數量的成長，主要來自離婚數量的增加(游顥瑜，2006；李伊文，2009)。內政統計通報顯示，我國 2008 年全年離婚對數計 5 萬 6,103 對，雖較 2007 年減少 2,307 對，但 10 年來離婚對數之平均年增率為 2.5%。楊靜利與董宜禎(2007)在台灣家戶組成變遷

的研究中，以 1990 年的台閩地區人口普查資料為基礎，使用九 0 年代的登記與調查資料估計標準年齡組成，並設定未來的總體參數，以多維家戶推計模型推估台灣 2050 年的家庭結構，其中以中推估資料顯示女性單親家庭的比例（設定父母離婚後有相同獲得子女監護權的機率），預期將從 1990 年的 4.43% 攀升至 2050 年的 20.05%，增加了五倍之多，強占台灣家戶組成形態的五分之一，將不再是弱勢邊緣小眾，儼然已將成為普遍的家戶形態。

單親經驗是非預期的，且非大部分的家庭歷程中會經歷一般性、可預期的不適應(如空巢期、退休)，它是一個家庭重大危機事件，並會持續影響到家庭成員、結構與後續的生活方式。面對家庭另一個重要支持的缺位、家庭結構改變，家庭收入減少，社會人際關係也隨之改變，還必須背負社會烙印的十字架，單親女性一肩扛起生活重擔，獨自撫養至少一位未成年的孩子，各種挑戰迎面而來，家庭成員必須重新調整生活的腳步，適應心理上及生活上各種不同層面的改變。單親的適應是一段長期、動態的歷程，不同的階段會有不同的壓力事件、不同的適應問題以及不同的資源需求。

家庭生活事件的發生產生的家庭改變，由下表(表 1)可看出生活改變單位分數最高的前三名分別為喪偶、離婚及分居，而這三種家庭事件，正是形成單親家庭的屬性。以系統理論觀之，家庭結構的改變，會相對牽動與家庭每個相關次系統隨之因應改變，例如結束婚姻關係後，與前夫/妻所屬的親友關係可能因此隨之結束。再者，經濟結構的改變，亦影響職業型態的選擇。而就業地點及人口的減少(前夫/妻、非監護權子女的搬離)，影響居住環境的考量，因此搬到小一點、離工作近一點的房子，連帶改變了社區鄰居、朋友、職場系統。而家庭改變牽動次系統環環相扣的變化，形成家庭壓力衝擊家庭成員心理、情緒及生活各方面的適應。

Weinraub 與 Wolf (1983)研究發現，與在婚姻中的母親角色相比，單親媽媽會面對更多生活變化的壓力，尤其在職業、家庭責任、生活環境及個人目標等方面。

表 1、生活事件改變形成的生活改變單位

生活事件	生活改變單位	生活事件	生活改變單位	生活事件	生活改變單位
喪偶	100	財務狀況改變	38	改變工作時間	20
離婚	73	好友死亡	37	改變住所	20
分居	65	換工作	36	轉學	20
親屬死亡	63	與配偶衝突 次數改變	35	改變休閒活動	19
坐牢	63	抵押超過 10 萬	31	調整教會活動	19
受傷或生病	53	喪失貸款權力	30	調整社交活動	18
結婚	50	改變工作責任	29	抵押少於 10 萬	17
失業	47	子女離家出走	29	改變睡覺習慣	16
婚姻調整	45	與姻親爭執	29	增減家人團 聚人數	15
退休	45	傑出成就	28	改變吃的習慣	15
家屬健康	44	配偶開始或 停止工作	26	渡假	13
懷孕	40	開學或結束	26	聖誕節	12
性生活障礙	39	改變生活狀況	25	輕微犯規	11
加入新成員	39	修正個人習慣	24		
職務調整	39	與老闆相處 不好	23		

資料來源：Greenberg, J. S. (1995) **壓力管理** (潘正德譯)。

女性單親家庭在生活上會經歷的困境分述如下：

一、經濟層面

以官方貧窮線為基準，男性單親家庭落入貧窮機率比起雙親家庭高出 2 倍，而女性單親家庭則高出 3.3 倍。2006 年雙親家庭落入貧窮的比例為 1.97%、單親家庭則為 5.51%，而男性單親家庭貧窮率為 3.98%、女性單親家庭貧窮率為 6.48%，顯見女性單親家庭相較其他型態家庭更易產生經濟困難（李淑容，2009）。

Christopher, England 和 Smeeding (2002)在探討美國與七個歐洲國家在貧窮議題中性別差距與不平等之研究中指出，女性單親家庭在各國貧窮家戶中皆佔最高的比

例，並認為女性單親家庭較男性單親家庭容易陷入貧窮原因有：1.女性單親比較常與小孩同住，生活支出增多、2.女性薪資較少（勞動參與率低、多兼職工作、低薪資）、3.政府所得移轉上的性別不平等。而女性單親本身人力資源缺乏（學歷低、工作經驗與技術的缺乏等），加上在財務、社會資源、兒童照顧的選擇的限制，工作安排多半從事兼職、無技術性待遇低的勞力工作，使得經濟收入微薄、困窘，易陷入貧窮狀態 (Debord, Canu, & Kerpelman, 2000 ; Himmelweit, Bergmann, Green, Albelda, & Koren, 2004 ; Mayhew, 2006 ; 洪麗芬，1992 ; 李嘉莉，2000 ; 彭淑華，2006)。離婚後初期發生的生涯轉換多直接受到離婚事件影響，其中，非職業婦女在離婚後面臨就業問題，而職業婦女在離婚後則面臨到中年轉業的需要(楊宇彥，2001)。

二、親子關係層面

在女性單親家庭中，由於父親角色的缺位，母兼父職的情形下，再加上因為外出工作造成多重角色壓力，經濟弱勢者會更需要較長的工時來賺取家庭溫飽，沒有太多的時間與子女相處，因此會對子女運用更多的控制力，要求子女能「立即」順從 (Weinraub & Wolf, 1983)。而無經濟壓力的單親媽媽，會全心投入對子女的期待上，容易對子女管教趨於嚴格 (江素芬、劉慈惠，2004 ; 彭淑華，2006)，此兩種教養方式都容易產生親子衝突。單親事件剛發生，親子關係有變差的情形，但隨時間的過往而會逐漸恢復或好轉(李雅惠、鄭麗珍，2001)。單親子女，尤其是較大的兄姐，通常要承擔大量責任，常被迫早熟承擔母親的部分角色，影響單親子女的身心適應 (Kissman & Allen, 1993/1999 ; 蔡淑霞，2003 ; 江素芬、劉慈惠，2004 ; 彭淑華，2006 ; 劉惠琴，2008 ; 李伊文，2009)。

三、社會人際關係層面

在臺灣社會以父系傳統家庭觀念為主的背景下，社會上存在固有性別不平等，女性一旦落入單親，經常比男性單親更容易招來批評責難及負面的刻板印象。單親女性在離婚前的社會人際網絡，往往以配偶為中心，所結識的親朋好友多因配偶而來，一旦婚姻關係不在，人際支持網絡也隨之漸漸淡漠，也連帶失去其原有的社會關係及地位，單親後易陷入孤立無援的處境（賀正貞，2002；彭淑華，2006）。「嫁出去」及「姓氏（外孫）」在心理上區分認定為「自家人」與「終究是外人」的意識形態，在在讓單親女性家庭成員在生活適應上遭受到不平等及資源支持上的限制。屬於原生家庭的「女兒」角色，已被變成親家的「媳婦」角色所取代。且原生父母在已年老無經濟收入且多與兄嫂同住的情況下，也無力給予協助，故女性在婚姻結束後，得到娘家經濟及情感上支持並非容易（彭淑華，2005）。吳婉慧(2000)研究發現，與父母同住的低收入戶離婚女性，是在生活壓力已不堪負荷、個人資源不足及正式資源有限時，才會搬回娘家，心理上會有寄人籬下、自責委屈不敢表達，並必須不斷付出勞務的工作來換取家中的地位及資源，而這些情感上與經濟上的協助更可能隨著父母過世而停止。

四、情緒及行為層面

心理情緒適應方面，單親家庭成員常覺得孤單、沒人了解、缺乏安全感、胡思亂想、心情不好、亂發脾氣(謝品蘭，1992)。Barrett 和 Turner (2006)研究指出，單親家庭較雙親家庭家庭成員有更多的憂鬱症狀。在離婚的單親家庭成長的小孩易有情緒適應困難、性格缺失、低自我概念、性別角色認同問題（吳靜樺，1994）。角色負荷方面，面對親子關係，單親女性需扮演母兼父職的角色，對子女有更多的責任。單親媽媽因為經濟壓力，必須花更長的工作時間，僅能在有限的時間內應付自己在情感上、娛樂上的需求，及照顧子女的需求。如果選擇花時間在子女

身上，單親媽媽會感到孤單及未被滿足的挫敗，會增加對看護小孩的易怒及敏感性；而如果花較多時間在滿足自己的需求(如常與朋友相處)則會無法理解及回應子女的需要（Weinraub & Wolf, 1983）。在工作類型與親子教養之間選擇的矛盾也往往是女性單親家庭最大的困擾，在兒童照顧與長時間工作賺錢處於兩難的緊張關係(Christopher et al., 2002 ; Debord et al., 2000 ; Himmelweit et al., 2004)。

綜合以上文獻發現，女性單親家庭面對丈夫（父親）的缺席，家庭角色重組，可能還需面臨住居搬遷、工作轉換、小孩轉學等變動，都必須重新適應，生活各個層面上會面對許多挑戰，也容易帶給家庭成員不良的影響。Scanzon, Polonko, Teachman, 與 Thompson (1989)假設家庭是改變的實體，家庭生活是動態的過程，單親家長與子女創造了單親家庭，並隨時間改變家庭生活樣貌，單親家庭的成員會呈現上述適應的問題。然而，適應良窳的因素非家庭結構所決定，而是取決於家庭功能是否發揮。有一些適應良好的單親家庭，成員面對生活逆境能展現韌力，創造新的生活方式，使家庭功能恢復正常運作，是很值得借鏡學習的。

第二節 韌力相關概念

一、韌力概念

1990 年前，對於危機、創傷的處理，多以 Freud 病理學為主的治療概念，將問題解決負面起因及病理化。1990 年以後，心理健康諮商模式開始盛行，以正向、健康取代病理、弱勢的視角瞭解個人離婚後的適應過程，轉向擴充當事人的內在資源、增強其能力為問題改善的焦點(蔡群瑞、蕭文，2004)，開啓以家庭優勢觀點取向對危機家庭進行處遇，並強調韌力(Resilience)的展現對家庭治療的重要。韌力係指處在被預期會產生不良的適應與影響的重大危機中，仍能維持良好運作。要研究單親家庭的韌力產生，首先要先討論單親家庭歷程算不算是一種重大危機(significant adversity or crises)。Masten 與 Coatsworth (1998)在復原力的研究中定義何為家庭重大危機：

- (一) 長期性、不間斷地處在高危機且不利的社會地位，如貧窮。
- (二) 經歷創傷事件或嚴峻的困境。
- (三) 高危機處境與創傷事件結合的經歷。

Boss (1994)在家庭壓力管理一書中，亦對家庭危機提出定義：

- (一) 在一個平衡狀態產生嚴重失序。
- (二) 此壓力是嚴重的。
- (三) 改變是激烈的，致家庭系統面臨障礙、喪失機動性，且至少在一個期間，家庭失去功能。

單親家庭不只是男主人或女主人的缺席，所指涉的是家庭整體在心裡層面及生物層面的瓦解及重建的歷程(王鍾和等，2000)。單親歷程包含心理的創傷經驗、家庭功能角色的缺位、家計負擔者減少，遭遇經濟、親子關係、社會人際關係及情緒及行為等各方面的困境，屬於家庭重大危機。Walsh (1998/2008)指出，每個家庭皆具有獨一無二的面貌，包含家庭結構、凝聚力、成員的特質、擁有的資源等，

在面對家庭發生危機之際，透過家庭信念系統、組織模式及溝通過程的適當重組與調和，會激發家庭韌力的展現，讓家庭成員駕馭生活挑戰，創造新的生活方式，能使家庭功能恢復正常運作重新適應，獲得破繭而出的成長與發展。

回顧國內碩博士論文中有關單親家庭的研究，在 2000 年以前多是以問題解決取向，探究單親家庭所遭遇的困境，以及單親如何建構支持網絡來論述，或是個別對單親家長或子女探討其家庭角色的適應歷程。然而，以問題及需求取向來進行單親家庭研究，雖明白地揭示了單親家庭可能遭遇的困境及所需求的資源面向，藉以引起社會重視及福利供給。但卻也涵指了單親家庭的缺陷、弱勢及待救助的社會地位，深化了社會看待單親家庭，持以「非正常」、「不幸」、「破碎」及「多重問題」的眼光，甚至帶有責難、同情悲憫的態度待之。2000 年以後，開始有以優勢觀點及復原力或韌力適應為主題來研究單親家庭，共有十三篇論文（附錄）：研究對象依身分區分，包含父/母角色(李嘉莉，2001；蔡群瑞，2001；施束鍾，2002；胡韶玲，2003；曹桂榮，2004；王俐雯，2004；邱弈絜，2005)，及子女角色(吳秀莉，2001；陳信英，2001；陳若喬，2001；楊雅華，2002；黃秀媛，2005；黃寶萱，2006)，以單親家庭親子共同為研究對象來探討單親家庭韌力的，目前仍付之闕如。

二、個人韌力

「Resilience」一詞在中文翻譯多譯為「復原」、「復元」、「韌力」，來自拉丁字根，意謂「跳回」或「反彈」。Resilience 是一種多面向的動力過程，而非一種與生俱來的人格特質，是指在挑戰與威脅的環境下，能夠以積極的適應，展現出社會勝任的狀態(Rutter, 1999；Seccombe, 2002)。有關 Resilience 的著名研究是 Emmy E. Werner 和 Ruth S. Smith (1993)研究團隊在夏威夷 Kauai 島上進行研究對象為 1955 年出生的 698 位兒童的成長發展之貫時性研究(1950s-1980s)，其中的 210 位兒童屬於高危險的脆弱群組，調查生長在高危險環境兒童的長期影響，研究結果

顯示，三分之一的危險脆弱群組兒童，長大後成為有能力的成人，具表現愉悅的氣質、健康的人際和社會關係、穩定的生涯工作且受傷後不屈服等人格特質。Wolin 與 Wolin (1993)研究中歸納出韌力的七個特性：洞察力、獨立、主動性、人際關係、創意、幽默及道德。個人面對困境如何產生韌力，除了人格特質外，支持性的人際與社會關係亦是重要因素(Walsh, 1998/2008)。

Rutter (1987)提出韌力適應是危險性因子(risk factors)及保護性因子(protective factors)一起交互作用的運作結果。危險性因子指的是問題發生的可能性，處在逆境、惡劣性的環境或生命中的壓力事件、壓力源，具有漸增、連鎖性及遞變性，如貧窮、離婚、喪偶等；保護性因子是指能夠降低遺傳或惡劣生活環境下所帶來的負面影響，如正向樂觀的人格特質、正面的生活事件等，復原性的適應便是指保護性因子緩衝危險性因子所造成影響的過程。保護性因子是當危險性因子存在的時候才有作用，保護性因子並不能夠在沒有危機性因子的前提下，提高個體潛能。Luthar 與 Cicchetti (2002)進一步加入傷害性因子，是指會惡化逆境的負面影響因子，如低智商、父母不當管教等。如果內外在的保護性因子影響力大於危險性與傷害性因子，則可以有復原性的適應；反之，則會造成不良適應。而事件歸屬於何種因子是隨情境而定義(引自陳金定，2006)(表 2)。

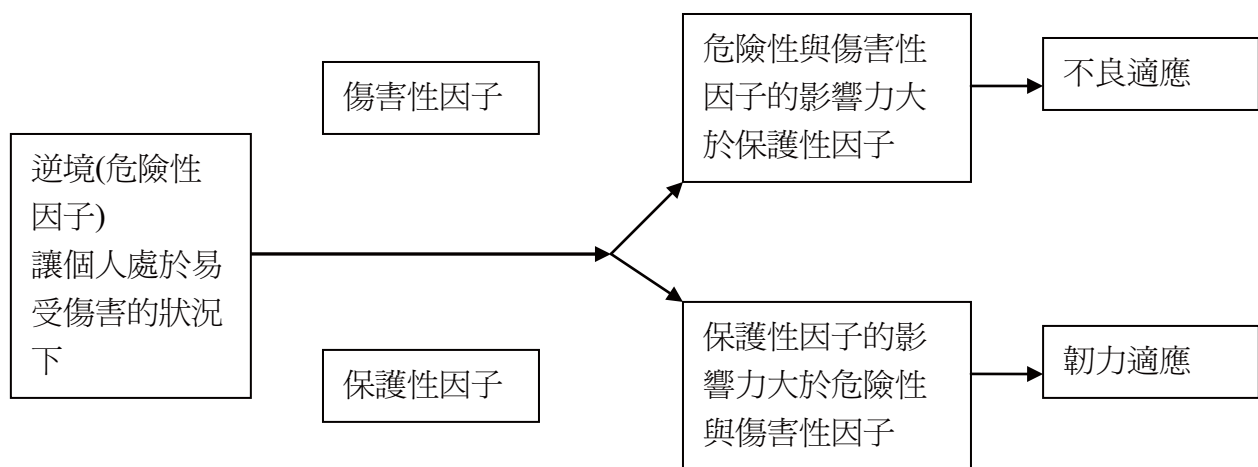


表 2、復原性適應：復原性適應與各類相關因子之動力關係(一)。資料來源：陳金定(2006)。輔導季刊，42(3)，6。

曾文志(2006)認為，韌力指的是儘管面對逆境，且對個體發展造成相當程度的負面衝擊，個體仍能維持在認知、心理及社會三方面的健全能力與正向適應的動力過程。蕭文(2001)指出，韌力是個人具有或學習到的某些正向積極的特質，這些特質或行為會因個人與環境的互動，保護個人不受壓力或挫折情境的影響，使個人重新獲得自我控制的能力，並發展出健康的因應行為，是一種在情境中的交互動力過程。綜合言之，韌力強調個體從處理痛苦創傷的過程中，因能夠有良性的掙扎及奮鬥，也同時從中引發自身的成長及對生活的重新掌握，免於陷落在犧牲者的位置上以憤怒、憂鬱及無力感來包裹傷痛。Walsh (1998/2008)進一步指出韌力與復原在定義上的不同，「韌力超越了復原，它包含了在困境中所延伸出來的新發展。家人不可能只是回到原來的狀態去復原」。宋麗玉、施教裕(2009)也提出相同的見解，認為 resilience 不等同於 recovery，resilience 是個人發展歷程中逐漸形成的內在能力，這種能力會在不同的情境與挑戰下，而有不同的表現，是 recovery 過程的助力。我認同這樣的詮釋，單親家庭的成員不再可能回復到雙親家庭的生活模式，並且需要透過在生活情境中做各方面的改變來適應，因此，本研究將 resilience 以「韌力」取代「復原力」的概念意義加以延伸。

三、家庭韌力

Patterson (2002)指出韌力概念以生態系統的不同層次展現，可分為(一)個別的家庭成員、(二)家庭單位、(三)不同的社群脈絡來加以檢視，如處在高風險家庭的孩子(如父或母酗酒賭博，疏於照顧甚或虐待小孩)，仍能夠在成長過程中發展良好，家庭為危機來源，韌力展現層次則為家庭個別成員(小孩)，而非家庭韌力。家庭韌力是從個人韌力的意義擴大延伸至家庭整體成員，指經歷逆境及危機的家庭，因應壓力維持良好功能運作的歷程(Walsh, 1998/2008; 劉惠琴, 2008)。劉惠琴(2008)認為家庭韌力研究涵括三個重要條件，以家庭為單位來探究，並有挑戰家庭適應的危機存在，而家庭中隱約存在保護的機制或歷程。以家庭整體為單位來探討家

家庭韌力，不僅是處理家庭單一成員角色的個別特質、能力與資源運作，而以家庭系統概念來釐清家庭面對危機的特徵與屬性。「個別的總和不等於全體」，家庭韌性涵括了個別成員及成員之間互動關係中所存在的動力，及彼此之間的相互影響。因此，家庭韌力非原有固定的屬性特質，而是動態的過程。而以家庭為整體來評估家庭韌力是否展現，Masten 與 Coatsworth (1998)認為必須考量到三個條件：首先，家庭層級的結果必須被概念化，以便於測量家庭能力去產生結果的程度，其次必須有家庭被預期不能成功因應的危機發生，再者必須了解是什麼保護機制防止了本來預期會發生的負面結果。

Hill (1949)及 Koos (1946)提出的家庭危機適應之雲霄飛車模式(the roller-coaster model of family crisis)，認為家庭對危機適應的動態歷程，有如雲霄飛車一般，危機剛發生時，壓力與日俱增，家庭適應呈現急遽下滑的勢態，直至家庭組織破裂到了極點，會出現停損點，但因家庭系統為一有機體，具有成長及學習的潛能，化危機為轉機，在家庭跌至谷底後，經過重組與整合，產生復原的轉捩點，復原的程度因為家庭潛力的激發，高於家庭發生危機前的功能(引自 Boss, 1994)。此觀點呼應了家庭韌力是透過從重大危機事件學習成長才會展現，而家庭從危機壓力事件中，家庭成員被迫發揮自己的潛能，對內重整家庭互動模式及角色關係，對外連結所有可能的資源運用，在在都因生活試煉進而成長，相對也增強了處理危機的能力。

McCubbin 與 McCubbin (1988)定義家庭韌力為家庭的特質與面向，其幫助家庭抵抗混亂的危機情況之改變與適應。處於逆境的家庭中如有：1.問題解決和溝通的能力；2.家庭角色具公平性；3.有精神信仰基礎，能對創傷找到正向、有意義的詮釋；4.家庭規模具彈性，能適時調整家庭生活型態；5.願意面對逆境；6.對未來有信心與期望；7.家庭成員能夠共同努力解決眼前的問題；8.家庭有共聚的時間與例行慣例；9.擁有來自家庭外部環境給予的社會支持；10.家庭成員有健康的生理與心理等條件具備下可激發家庭韌力展現 (McCubbin, Thompson, Han & Allen,

1997，引自趙善如，2006)。而家庭韌力產生結果，是指家庭能力與需求之間的平衡，家庭功能指的是，經濟支持、撫育、社會化及對無防衛性家庭成員(如身心障礙、小孩及老人)的保護，家庭功能發揮來滿足家庭需求。Patterson (2002)認為家庭韌力展現的結果是，維持家庭組成，持續發揮功能，促進個別家庭成員的發展，並完成家庭歷程任務。

家庭韌力層次的探討，以生態理論觀之，不應侷限於家庭內的層次，而應該包含個人、家庭、社區等多面向層次，因此每個家庭的韌力展現過程具獨特性 (Patterson, 2002；劉惠琴，2008)。Seccombe (2002)也提出相同看法，認為家庭韌力不能只在個別層次下檢視，應從社會結構性的缺失與社會政策中強化家庭能力去面對困境。逆境家庭如何增進韌力可從幾方面著手：

- (一) 教導正向的關係模式、人際互動技巧與能力，及創造正向家庭認同的社會心理特質，增加家庭能力去處理壓力及危機。
- (二) 從可能引起危機的結構性狀況及政策等方面檢討，降低逆境家庭所處結構面所產生的壓力與危機的發生。

綜合上述家庭韌力探討，描繪出家庭韌力概念的大致輪廓，涵括家庭成員、家庭關係動力、組織型態、及與親友、社區及社會系統等互動組合，而 Walsh (1998/2008)所提出的「家庭韌力取向」統合了上述家庭韌力研究，除了同樣強調檢視家庭內外各系統外，更說明了啟動家庭韌力核心在於家庭信念系統、組織模式及溝通過程，細緻地探索家庭成員的心理動力、互動關係、家庭角色與外部系統交流的可能模式。

四、Walsh 家庭韌力取向

Walsh 於 1998 年發表 *Strengthening Family Resilience* 一書中，指出家庭會經歷各種變化與挑戰，「韌力」是讓家庭成員在無常來襲與生命轉變的危急存亡之際，能夠重整家庭重新振作，並轉化成長的關鍵。韌力在平常時刻可能不易察覺，是

透過逆境得到強化，生命的危機與艱苦可以讓人發揮潛能、面對挑戰。韌力展現讓傷痛得以療癒，並非把過去的創傷一筆勾銷，改變的是認知及感受，以及創傷對生命所產生的意涵。

Walsh (1998/2008)提出家庭韌力的關鍵在於家庭信念系統、組織模式及溝通過程三項構面，此三個系統因應危機逆境的來襲而活絡改變，並帶動韌力歷程的開展。

(一) 家庭信念系統

家庭共有的信念根植於社會文化價值觀中，這些信念會影響家庭成員看待與詮釋事件及行為的方式，成員因為各自有著不同的特質、立場及人生經驗，即使有著共同一致的信念，還是可以發展不同的觀點、生活方式與認知。家庭的價值觀及信念能預測家庭面對壓力的易受傷性，及如何因應、處理或解決問題。在家庭發生危機時分，家庭系統及其文化中最主要的信念，會成為最主要的指引。然而逆境所產生的影響，也可能促使家庭成員重新建構生命故事與信念(Walsh, 1998/2008 ; Boss, 1994 ; 王俐雯, 2004)。家庭信念系統涵括為逆境創造意義、正面展望及超越性與靈性三個部份：

1. 為逆境創造意義

在家庭面對危機時，理解並對它賦予意義，將逆境經驗正常化，瞭解其脈絡背景，會讓困境變得比較容易忍受、可以理解及處理(Walsh, 1998/2008)。透過對危機賦予此情境為並非專屬自己的厄運，可以創造出一種與危機事件的分離感與體驗感，讓它可以被解釋，能超越自己的經驗，客觀的去觀察，瞭解現實，平息恐懼，知道他人早就經歷過這些事件（如離婚、喪偶事件），自己也可以安然度過。

2. 正面展望

Walsh (1998/2008)提出家庭韌力的養成，正面展望是重要影響因素。包括希望、樂觀、力量、潛力、勇氣、鼓勵，積極的掌控與接受。正面展望不代表去相信能消弭危機，而是能接受事實，明白自己會有使不上力的時候。

3. 超越性與靈性

家庭需要一個能夠超越他們經驗與知識的價值體系，在家庭發生問題時，讓成員得以設法取得理解、獲得希望，從新的角度及寬廣的視野去看待痛苦、恐怖及未知的事實，比較不會覺得無助與絕望。靈性與宗教信仰，得以對危機情況賦予意義，尋找希望、安撫與慰藉(Walsh, 1998/2008)。當離婚、喪偶事件發生時，面對突如其來的家庭劇變，家庭成員往往會尋求宗教信仰的解釋，例如夫妻本是相欠債、業障、前世因果、放下、不執著等，找到一個可以接受事件發生的說法，或寄託宗教儀式，如求籤、法會、觀落陰等；有的也會積極投入靈性關懷的課程、閱讀心靈成長的書籍，藉著更高的精神指引，讓自己可以在逆境中釋懷。

(二) 組織模式

家庭組織模式是一種家庭系統結構，支持家庭與成員的整合與適應，建構自家庭成員對彼此的期待，由家庭內、外部規範及文化與家庭信念體系所影響，並會因為習慣、彼此配合，或因具備某些功能而延續。可促進韌力的家庭組織模式，具備三個關鍵過程—彈性、連結及社會與經濟資源(Walsh, 1998/2008)。

1. 彈性

家庭在危機狀況發生，功能良好的家庭會改變及重整原有家庭規則及互動模式，來因應壓力情境，使家庭重新回復平靜的秩序。彈性要素亦指家庭成員關係上的互惠與平等，具有協商及改變的機會(Walsh, 1998/2008)。彈性的家庭組織及成員關係在家庭處於逆境時可相互支持、共同解決問題，維持家庭功能運作。

2. 連結

即是家庭凝聚力，家庭成員之間情感與結構上的連結。在共同面對家庭逆境時，家庭成員必須團結起來，彼此支持、合作與承諾，凝聚力量來讓家庭發揮最大功能，同時也要尊重個別界限、差異與需求(Walsh, 1998/2008)。而 Walsh 的論述也指出，在單親家庭中較年長的子女會承擔較多照顧弟妹、家務工作及負擔經濟的責任，此種模糊的親子界限雖在早期的家庭系統理論中認為是家庭功能不彰，

但實際上卻是必要且可行的(但應僅扮演協助角色)，孩子也能提早能力培養。

3. 社會與經濟資源

動員親友、社區及社會福利資源，是處在逆境家庭中的韌力表現(Walsh, 1998/2008)。如單親支持團體、申請社會福利補助等，有助於單親家庭度過難關。

(三) 溝通過程

1. 清晰

在家庭狀況處於焦慮與不確定未來的狀況下，家庭成員都能夠清楚知道危機事件的狀況，並掌握事件發展的資訊，相互坦承分享溝通，可避免誤會及疑慮(Walsh, 1998/2008)。

2. 情感表達

了解家庭狀況後，家庭成員並能彼此分享真實感受，在過程中的喜悅與痛苦、希望與恐懼的部份，互相同理、容忍差異(Walsh, 1998/2008)。

3. 協同合作解決問題

家庭成員在互惠及共同決策的原則下以創造性的腦力激盪、運用各種資源，開創新的解決方式來幫助家庭克服逆境(Walsh, 1998/2008)。

本研究欲探究單親媽媽及子女兩種角色在單親歷程中，各自不同的認知與韌力過程，家庭韌力概念從系統理論出發，探討單親家庭與社區、社會及經濟資源之各系統間的互動，並細部探討家庭成員之心理層面、溝通過程與靈性信念，能使研究更深入了解家庭個別不同角色的心念轉變過程，及互動關係的改變，從中強化韌力的結果。家庭韌力取向並具發展觀點，家庭成員挑戰逆境的同時，會帶來成員的角色流動及再定義，也是家庭改變與成長的契機，然而逆境所產生的影響，也可能促使家庭成員重新建構生命故事與信念，所帶出的正向人生意義也是重要收穫。本研究適合以 Walsh 之家庭韌力取向為研究的參考架構，透過家庭信念、組織模式及溝通過程探討女性單親家庭韌力過程，藉此得以瞭解家庭產生韌力的要素，期待可以運用於實務上，改變以往在處理單親家庭所抱持的同情、弱

化觀點，而著力於發掘家庭優勢資源為方向，為單親家庭提供更貼近、更細緻實用的福利與服務。



第三節 單親家庭韌力相關研究

1980 年代開始，受到有機觀(organism)對傳統機械觀(mechanism)的影響，家庭研究者開始重視人類社會系統中主動改變而非被動適應的力量(利翠珊、蕭英玲，2008)。以家庭系統觀點來理解單親家庭親子間的韌力開展歷程，可分為單親媽媽角色/單親子女角色/單親媽媽與子女之間三個領域，從三種不同訪談對象的實證研究，藉以初步了解女性單親家庭成員韌力展現可能的樣貌。

一、單親媽媽韌力研究

蔡群瑞與蕭文(2004)提出離婚適應會經歷極力挽回、情緒盈滿；在沉澱之後，逐漸瞭解復合無望，現實感提升；最後可以重新組織生活、漸入佳境。並歸納出有助於離婚者適應的韌力因子可分為七大類：正向、主動、彈性、信任、負責、堅強、樂觀及獨立自主的個人特質，包含先天及後天養成；良好的社會支持網絡；覺察、肯定、接納及正向期許的自我概念；正向認知；良好社會因應技巧；原生家庭的支持及宗教等。韌力會與環境產生正向的交互循環作用及回饋，另外，離婚適應歷程中，不同的時間點需要不同的韌力因子。謝美娥(2008)訪問離婚女性單親家長生活適應的韌力，研究發現有韌力的單親家長具備有：1.積極樂觀的人格特質；2.問題解決式的因應方法；3.原生家庭的充分支持；4.有效地使用社會支持與社會資源。邱弈絜(2005)研究離婚後單親媽媽因應壓力的復原力，認為可分為個人與家庭兩個層次，個人層次為本身具備獨立、自主、積極以及正向轉化的信念態度，並願給自己發聲的機會；家庭層次包含正向的家庭信念、彈性的組織型態與清晰的溝通過程，此研究結果與 Walsh (1998/2008)所提出的家庭韌力取向相符。

韌力研究對象除了上述離婚的單親媽媽外，亦有針對特定族群的單親媽媽為研究對象，胡韶玲(2003)研究低收入戶單親媽媽發現，與子女互動經驗及承受困境考驗，能有助韌力滋長，並能肯定自己的付出換得子女成長茁壯，及本身的自我成長與生命學習。另有施束鍾(2002)提出都市原住民單親媽媽雖身處於「種族」、「單

親」的雙重弱勢地位，然後卻能發揮幽默、樂觀的優勢族性，寄託於宗教與時間之流，釋放傷痛。王俐雯(2004)觀察宗教支持團體慈濟單親媽媽，發現超越逆境的因素包括個人特質與外在因素，聆聽自己面對逆境的身心反應、接受逆境，下定決心後有所行動，並懂得從逆境中尋求正向意義、提高自我效能與面對壓力的能力，重視靈性追求及逆境後的影響與改變。

單親媽媽在面對一段重要關係的失落，也意味的未來生活樣貌被迫改變。在分離的初期仍會抱有否認失去與復合的期待，負面的情緒翻湧，而隨著時間的過去，藉著正向的個人特質、親友及信仰支持與社會資源的運用，交互作用與回饋，逐漸在心理上與生活上可以慢慢接受現況，讓先前混亂的生活恢復平穩，對生命有更成熟的體認、獨立自主、自我成長的生活方式。

但上述研究只是以單親媽媽為對象，無從知道媽媽的韌力對子女的影響，或子女如何看待媽媽的韌力，而子女本身是否亦有韌力展現。

二、單親子女韌力研究

不論與父親的關係如何，少了父親角色，不可否認的，對於小孩來說永遠是一個缺憾。在心智尚未茁壯到可以面對如此考驗的生命時刻，眼看著即將朝向黑暗的路，然而，卻也可以選擇奮力發揮潛能提早成熟，轉個彎，邁向不可思議的光明旅途。Grotberg (1995)指出，在逆境中能展現韌力的孩子具有三項要素：擁有的資源(I have)、個人特質(I am)及處世的態度與能力(I can)。I have 指正向的家庭環境與結合、重要他人無條件的關注與信任、結構與規律的環境；I am 包含中等以上的智力、樂觀與希望的正向思維、責任感，與尋求新奇經驗的好奇心；I can 則是幽默感、自我效能感、找出問題解決技巧、適應的疏離感、尋求並接受他人的幫助、同理心、自治能力與前瞻性的洞察力(引自莊瑞君、陳慶福，2007)。對單親家庭成長的子女而言，Amato (1987)研究指出單親家庭的青少年比起其他家庭，有更多的獨立自主，並能承擔更多的家庭責任。王鍾和等(2000)也有類似研究發現，

單親家庭對兒童生活適應的正向影響有：(1) 民主化的教養；(2) 彈性化的角色與規則；(3) 早熟並勇於負責；(4) 較富創造力；(5) 發展出較堅強的人際關係；(6) 較有耐性、同情心，樂於分享經驗。而國內共有六篇碩士論文研究青少年時期(研究對象分別有國小至大學)經歷父母離異的適應過程，研究發現大致皆認為青少年的韌力因子的關鍵在於有正向的個人特質，如獨立、自主、樂觀、同理心、高自我價值感、主動性、責任感、希望感及自我內控能力等(陳若喬，2001；陳信英，2001；吳秀莉，2001；楊雅華，2002；黃寶萱，2006)；良好家庭支持系統，如親子關係佳、親族的資源(陳若喬，2001；陳信英，2001；楊雅華，2002；黃秀媛，2005；黃寶萱，2006)以及家庭外支持系統，如社會福利制度(楊雅華，2002)、同儕支持(陳若喬，2001；陳信英，2001；楊雅華，2002；黃秀媛，2005；黃寶萱，2006)、老師支持(陳若喬，2001)、宗教力量(陳若喬，2001；楊雅華，2002)等資源，其中又以同儕最為重要。

綜上所述，女性單親家庭中家長與子女各自的個人韌力因子，不外是與個人本身的特質、家庭內部的支持及家庭外在系統的資源有關。但是，單方面親或子的韌力是否可以代表家庭韌力的全面動力？有韌力的母親或子女是否也可以相互帶動親子之間的良性互動？或在單親的哪些表現對子女韌力有影響？

三、女性單親親子關係韌力研究

單親家庭親子間因生活體驗與成員組成的不同，刻畫出與雙親家庭親子關係截然不同的樣貌。Amato 與 Booth (1996)以貫時性研究離婚前後父母與小孩的關係發現，雖然母親與子女的關係較不會因為離婚而變差，但在離婚前的低品質婚姻關係(父母不合、爭執)，卻會弱化親子關係(無論父親或母親)。因此婚姻狀態惡劣的雙親家庭，父母尚處於婚姻的泥濘中，紛亂的思緒及煩躁的情緒使父母無心照顧孩子的需求與感受，小孩缺乏關愛與溫暖，因此可能會有著比單親家庭更差的親子關係。李嘉莉(2000)研究亦發現離婚後親子關係變得更好者居多。

雖有研究指出，女性單親獨立撫養小孩過程中，會特別依賴小孩的情感支持，會使親子(世代)界限弱化模糊，導致孩子角色負荷過重及承擔更多附加責任，對親子關係有負面影響 (Kissman & Allen, 1993/1999; 蔡淑霞, 2003; 江素芬、劉慈惠, 2004; 彭淑華, 2006; 劉惠琴, 2008; 李伊文, 2009)。但亦有研究發現，單親家庭具有特殊的成員結構優勢，反可營造更平等的家庭關係，Arditti (1999)以家庭優勢觀點關注單親母親與子女之間的界限與角色流動，該研究結果發現，小孩因感受母親對他的需要，相互提供支持與關愛，親子之間的角色界限從傳統雙親家庭式的上下階層轉變成類朋友關係，具有開放特質，強化關係的平等，彼此更可以敞開心胸分享心事，及生活各面向的小事，縮短親子之間的距離，這樣的類朋友地位，讓小孩從一起幫忙處理家務中，學習自主獨立、負責任，並更有能力去處理各種難題。劉惠琴(2008)研究單親媽媽與小孩的關係中發現親子間透過共同敘說家庭故事的過程，創造家人對話反思的空間，反思家庭對她們的意義，記錄家庭文化的轉化過程，能展現家庭韌力建立的過程。單親家庭成員因為家庭人口結構(工作人口少、依賴人口多)的受限、資源的不足可能導致生活經濟各方面困境，回顧Walsh (1998/2008)提出韌力家庭組織模式及溝通過程，強調家庭成員關係中的組織彈性與凝聚力，以及溝通互動模式中的清晰、情感表達、協同合作解決問題。呼應上述研究發現，單親家庭角色若能夠彈性、適切分工，在親子關係中能夠清晰坦誠的溝通，開放信任的情感交流，縱使有比雙親家庭來得更大的家庭責任扛在單親成員的肩上，從逆境經驗學習，凝聚力量相互支持，親子之間的情感與互動，還有家庭功能的發揮並不會亞於雙親家庭。

在打破雙親家庭的家庭界限後，單親家庭成員與外在環境的互動機會增多，親子間、親戚、同事及朋友的支持更顯豐沛(Arditti, 1999; 胡韶玲, 2003)。Hanson (1986)調查 84 位身心健康的單親家庭成員(家長及小孩)，發現女性單親家庭會積極向外尋求社會支持與救助，並有良好的親子溝通，增進親子在生理與心理健康。在雙親家庭結構下，往往較少機會與家庭外各系統互動，家庭成員對外交流常受限於

父親的權威，而女性單親家庭需要與外界互動來得到支持，程度上解構了這樣的約束感，間接也促使單親家庭的人際互動可能變得較為彈性及頻繁。Shaw (1991) 亦指出，單親家庭成員會發展出獨立及處理各種問題的能力與責任感(引自 Richards & Schmiede, 1993)。單親家庭成長環境，並非全然的負面，會有種與其他家庭成員特殊的相依為命感及對家庭的責任感，解構父權的權威關係，參與更多的家庭決策，有富創意更彈性的角色界限，家庭內外系統互動更頻繁。

不可否認，單親家庭的確會帶來「少一個重要他人」的支持感，上述研究發現，減一不等於負一，單親家庭有時更能因為這樣的缺存在，母親與小孩之間更會努力去維繫彼此間的關係，負負得正的加乘效果，去展開更創新、更彈性、更細緻豐盈的親子關係，及更多家庭外系統互動關係，發展適性的生活型態。從文獻探討中瞭解，韌力超越了復原，人不可能只是回到原來的狀態，它包含了在困境中所延伸出來的新發展(Walsh, 1998/2008)；韌力較適應更具正向力量，且具主動性及發展未來能力、抗壓性、培養樂觀甚而助人想法的「積極適應」。

目前單親家長與子女共同為研究對象來探討家庭韌力的研究數量極少，質性研究僅見劉惠琴(2008)以行動取向的家庭敘事方法，透過訪談一位單親媽媽及其兩位女兒的敘說家庭故事的過程，探討家庭韌性歷程。而我的研究同樣以女性單親家庭成員為對象，但增加受訪者樣本數，改善劉惠琴(2008)研究中僅有一戶樣本的缺憾，應更能提高女性單親家庭歷程探討的深度與廣度。另外，在研究面向有所差異，本研究探索家庭中信念系統、組織模式（包括家庭、社區與社會）及溝通過程，由微至巨之各系統面向(個人、親子、親友、社會等)，不僅著重在個人心理機轉、親子關係及生活方式的流動。

第三章 研究方法

第一節 研究設計

一、質性研究法

質性研究法與量化研究的差別在於，質性研究將世界視為一個複雜且不斷變動的動態事實，研究者透過有系統且嚴謹的觀察及訪談當事者對現象的主觀解釋與意義，保持開放的態度予以歸納分析，試圖發現在現象內社會行為的關係與影響，不以推論為目的，重點是新觀念的開發；而量化研究視世界為有秩序、法則，且穩定的事實，將研究上的構念與概念轉化為操作性的定義，運用標準化測量將許多人對一些有限問題的回應，加以統計分析，最後以數據的形式呈現，檢驗變項中的差異性、關聯性與因果關係，並試圖推論(簡春安、鄒平儀，1998；Patton, 2008)。

本研究以質性研究為取向，並立意取樣尋找符合本研究目的之對象，以一般性訪談導引法，讓受訪者主觀詮釋單親歷程，來分析單親家庭親子兩種角色對單親的理解與影響。

本研究採用質性研究方法，理由有三：

- (一) 生命歷程的探究需要以時間軸的方式來呈現每個時期的不同，及受訪者的主觀感受與深度回應。質性研究具深度、開放性，且詳盡周密，能產生關於較少數人和個案豐富又詳盡的資訊，去除研究者持有的「主觀」、「假設」及「架構」，真實紀錄受訪者敘事，可增進對所研究個案和情境的深度理解。
- (二) 韌力開展歷程係透過包含個人、家庭及社會等系統交互影響，研究此一複雜的動態事實，符合質性研究著重系統整體性交互脈絡影響與動態過程分析。
- (三) 單親家庭韌力開展過程有其獨特性，不同家庭有不同的歷史脈絡與發展結果，且生命歷程涉及細緻深層的心理機轉與不斷的生活改變，對於每個重

要事件的發生均須予以列入分析，適合使用質性研究。

二、研究對象

本研究欲探討女性單親家庭成員(親/子角色)單親家庭經歷的韌力開展過程，選取對象為：

- (一) 成為女性單親時，至少一位小孩為 18 歲以下未婚者。
- (二) 成為單親家庭之時間為 5 至 15 年。為受訪者能回溯生命經驗，完整敘說單親韌力開展歷程，考量受訪者成為單親時間太短可能尚處於混亂階段，而成為單親時間已太久，可能記憶受限。參考胡韶玲(2003)「四位低收入戶單親母親的復原歷程－論親子力量的影響」研究中，受訪者之單親經歷為 5 至 10 年，均已度過「生存煎熬期」、「努力面對期」及「接納開展期」，均已能有穩定、正向的生活適應；及李嘉莉(2000)的研究發現離婚年數五年以上者，現在生活適應較佳。
- (三) 單親媽媽及至少一位子女主觀適應良好，能夠回憶及清楚表達單親經歷，並有意願接受訪談。

本研究採取立意取樣(purposeful sampling)方式，選擇符合研究目的且可提供資訊豐富(information-rich cases)之親子雙方為受訪者，進行深度研究。尋求訪談對象的策略如下：

- (一) 工作場域：由於研究者在社政部門工作，經常會接觸到許多女性單親媽媽，透過單親媽媽前來申請相關福利，可大略了解其家庭結構及生活概況，如有初步符合研究目的之對象，詢問其是否有意願接受訪談。如有意願，再進一步了解其對單親經歷之感受與其子女是否亦適合且有意願接受訪談。
- (二) 電子佈告欄(PTT)：從台大批踢踢實業坊中的單親子女板(o-p-children)尋找訪談對象，由於電子佈告欄的使用對象為大學生或六十年次以後出生的人居多，又單親子女版的使用對象為單親家庭成長之子女(少部分為單親家長)

為主，會瀏覽該版且具基本的表達能力，推測其有較大意願分享單親經歷。至該版發佈本研究資訊及需求受訪者之訊息，並告知其母親(或子女)亦需參與訪談。

(三) 透過以上場域選取訪談對象，再以滾雪球方式(snowball sampling)詢問受訪者是否曾接觸或認識符合研究目的的對象，請其轉介接受訪談，提高樣本豐富度。

考量親子必須共同符合研究要求且同時有意願接受訪談，選取樣本具相當的困難度及時間上的限制，本研究採用立意理論性抽樣（theory-based sampling），取樣對數視達到資訊豐富且有已重複情形始停止。

三、研究對象選取經過：喪偶及離婚女性單親家庭親子

本研究目標在於探討女性單親家庭內親子的韌力發展，以同戶家庭親子中依時間為軸線共同面對重要家庭事件的歷程，分析親子兩種角色在家庭中存在個別不同的韌力要素與成長發展。因研究時間有限且找尋同時願意受訪之親子實有難度，本研究立意取樣各一對喪偶及離婚家庭中的親子為研究對象，以求探索不同原因形成的單親家庭，其韌力展現過程的資訊豐盈度及異質性，期待發現單親家庭的韌力多樣因素及變異性。

尋找訪談對象的過程中，著實遇到了蠻大的挫折。我打定主意不找很熟識的單親家庭，恐因過度熟悉而作出超越訪談文本的理解與詮釋，決心放棄這條訪談對象通路後，我的論文進度開始停滯與茫然。為求盡快找到出路，首先我在網路上台大批踢踢(PTT)的單親子女版上，瀏覽單親成員發表過的文章，字裡行間中去搜尋我認為符合訪談資格的單親家庭，然而寄出了邀請函卻如同石沉大海，僅僅一兩封回應，卻都是子女願意受訪、媽媽不願受訪的情形，雖然我提出保證說明絕對保密遵守學術倫理，以及誠摯邀請及感謝他們受訪的價值與對學術上的貢獻，但畢竟要在陌生人面前示現自己「說了沒好處、可能會難過」的那段日子，對當

事人來說是很困難而且沒必要，還有可能被揭露的風險。所以，我等待了許久進度還是掛零。同時，我也開始向親友、同事說明我的研究計畫與需要的訪談對象資格，希望透過引薦的方式知道更多可能有意願的受訪者。後來，陸陸續續媽媽、同事及朋友又幫我介紹幾個家庭，但卻都只有親或子一方願意受訪，尤其經常聽到的是：「我很願意受訪耶，但是我媽媽可能不行，我怕她會哭，她不想提這件事...」或是「我願意受訪，可是我小孩很忙耶，提這件事我怕會對他造成壓力...」。其實，我們心自問自己願不願意向陌生人展現自己結痂的傷口，老實說我也不想，而我也理解親子會互相保護對方的心情，於是，只能繼續等待有緣的家庭。終於，經過同事為我拜託奔走，終於找到了訪談的第一道曙光—飛家。剛開始飛媽有點抗拒，同事代為協助說明本研究訪談資訊及保密的措施，我一方面也以電話與飛媽說明論文計畫及可能有的風險、我能做到的保護，飛媽終於點頭並給我小飛(飛媽女兒)的電話。小飛是個好貼心的女孩，現在也就讀社會工作研究所，在電話中她反而安慰我說她了解研究的困難，所以她願意受訪，並且她會幫我說服飛媽，文獻上曾經說到單親小孩有同理心特質(飛媽說，小飛叮嚀她不可以給我臉色看)，我真的感受到了。

後來，同事在工作上案主接觸經驗中告知我有一個低收入戶的離婚單親家庭亦很符合我要訪談對象的條件，親子雙方都展現了正向積極的生命力，所以便鼓勵我可以去詢問其訪談意願。透過電話先向宇媽介紹訪談相關資訊及保密保證，再經由宇媽詢問小宇後，兩位皆表示願意受訪。

表 3、受訪者資料

家庭代碼	受訪者	性別	單親原因	單親年數	家庭成員 (成為單親年齡/ 現在年齡 2010 年)	受訪日期	受訪時數
飛家	飛媽	女	喪偶	15 年	飛媽 (30 歲/46 歲) 小飛 (8 歲/23 歲)	99/5/22	2.5
	小飛	女			飛弟 (7 歲/22 歲) 飛妹 (3 歲/18 歲)	99/5/23	2
宇家	宇媽	女	離婚	7 年	宇媽 (39 歲/46 歲) 小宇 (11 歲/18 歲)	99/10/23	2
	小宇	男			宇弟 (8 歲/15 歲)	99/10/23	2

四、資料收集方法

本研究為瞭解受訪者生命經驗之回溯性研究，透過受訪者自述，來探索其對經驗的主觀認知及詮釋，經由敘事文本來貼近與理解單親家庭生活底蘊。訪談內容結構包括五部分：(一)受訪者的單親故事：由受訪者敘述自己的單親歷程；(二)家庭信念：對單親的自我詮釋、家庭儀式、從困境中是否獲得自我成長；(三)組織模式：生活模式、工作型態、人際關係的調整，來自社區或社會福利的資源取得；(四)溝通模式：家人間的溝通是否坦誠、開放、信任，充分表達想法情緒，關係平等、彈性；(五)對未來的想像與期許。

本研究透過訪談適應良好的單親家庭成員，對象包含同一戶之親子雙方，以分別訪談的方式，透過雙方主觀詮釋家庭故事，加以分析探討其家庭韌力展現的關鍵與過程，期待能得到各自以親子的不同角度出發，來獲得全面性、完整性的家庭真實。

五、研究者的角色

對於努力生存的單親家庭，我存著一份敬佩。由於我的成長背景是很類似單親性質的假性單親家庭¹。我的父親常年在外地工作，因為生意失敗，導致家中產生負債，對家庭雖有負起經濟照顧責任，但卻因為工作距離的關係，極少參與家庭事務，我與妹妹從小的生活起居是由母親一肩扛起，還有來自外婆家的資源支持，也因此我與父親的關係顯得疏離，卻有著與母親深厚卻又緊張的依附關係。在這樣家庭長大的我，對於母親必須一個人處理家中大小事，還需獨自面對經濟、工作、小孩教養、親友相處問題，身為母親激發出的韌力，深深感到敬佩與尊敬。在我的成長過程中，與雙親家庭比較，的確有著更多的困境與難題，不論是現實生活上或心理適應上。也因為母親的操勞忙碌，我與妹妹必須強迫自己要比別人家的小孩獨立懂事，來減輕母親的負擔，對於未來更知道要靠自己努力去爭取來改善生活環境。在大學及研究所的科系選擇上，我和妹妹不約而同地選擇社會工作相關科系，畢業後並前後進入公部門的社會福利部門，得以轉化自己充滿壓力與難關的成長經驗，更有同理心去幫助弱勢族群。回首來時路，雖然我並不是很確定我們這樣的家庭是否有達到家庭韌力產生的美好結果，但可以肯定的是，我的家人並沒有因債務與父親在生活上的缺席，而產生負面的心態與悲觀的未來，反而可以憑著自己的努力找到一個讓自己與家人互相扶持、好好過生活的方式，也慢慢地改善以往所存在的家庭壓力，如經濟壓力、親子、親友關係緊張等。

由於我的成長背景，使我對於單親家庭成員的相關研究格外感興趣，尤其對於單親家庭成員能夠在經歷逆境後激發韌力來適應生存環境，欲探索位在其中可能的構成要素及一路的生命歷程。從論文題目的選取到文獻探討、訪談對話與分析，對我誠然也是一種自我生命回顧及成長療癒，我也將與受訪者在研究過程中釋放與獲得。對單親家庭在親子關係上與生活困境上，我已有某種程度上的親身

¹動力學觀點認為，若父親未能擔負其應有的角色功能，即時結構上仍是雙親家庭，但仍屬於單親狀態，為假性單親¹（Kissman & Allen, 1999）。

體驗與高度興趣，但我要時時警覺自己是否以自身的成長經驗在研究中作過多的投射與自以為的理解，提醒隨時保持以受訪者陳述為主、運用專業的研究知識來分析。

而八年服務民眾的社政工作經歷中，與單親媽媽與小孩接觸的次數頻繁，能了解其可能的生活困境與福利申請資格的種種限制。女性單親家庭亦常是低收入戶及特殊境遇婦女補助結構的大宗，許多單親媽媽爲了家庭生計、爲了給小孩更好的生活，努力尋求社會資源的協助，自己亦不分日夜的兼職；有些單親小孩體恤媽媽的辛勞，用功唸書善用低收入戶資格領取獎學金，或能利用課餘時間打工，爲家庭盡一份力量。這份工作經驗讓我看到了他們在逆境中奮力生存，也培養出我能與單親家庭成員在訪談與互動中，可較深入探索出其生命難題與可能產生韌力的來源。



第二節 資料處理與分析過程

一、訪談過程

Walsh (1998/2008)指出家庭韌力是一種家庭中長期性、關係性的互動過程，透過家庭成員合作因應突發危機與長期困境。因此，欲了解家庭韌力須依家庭週期的時間軸線探究家庭面臨的壓力事件、因應方式、成員的想法情緒感受、互動關係、家庭發生的重要事件及家庭內外部資源等動力歷程。本研究以半結構、一對一的訪談方式，首先訪談母親角色，因母親較能清晰了解、完整回憶單親歷程，訪談中取得家中大致的單親時間經過、家庭重要事件結構及個人情緒感受等發展。再訪談子女，亦先以半結構提問方式請其敘說單親歷程等相關內容，再輔以在訪談母親時曾提及的家中重要事件，詢問小孩對事件的處理與感受。在取得訪談資料後謄打逐字稿，記錄受訪者當時的訪談內容、情境與情緒感受，逐字稿完成後寄予受訪者核對確認無誤後，再進行整理分析。

二、訪談資料分析

從訪談內容中事件出現的時間歷程排序，再透過編碼歸類概念，同時詮釋分析（表 4、表 5）。兩組受訪家庭中，先分析同一個家庭親子角色不同的訪談資料，取出同一家庭中親子兩方的訪談資料及家庭動力改變，以及研究者敏感到值得探討親子雙方各自不同的感受想法的部份。最後，再擷取兩組家庭可能共同相似的元素加以討論（表 6）。

表 4、資料編碼舉隅

訪談逐字稿	編碼
飛媽：我本身又是農家子弟，很保守，有時候會把自己隱瞞起來，痛苦自己承擔，我很怕會把這種（個性）遺傳給小孩。我先生走的時候我剛好 30 歲，底下有三個孩子，背上一個，手牽兩個，我又不會開車，又不想拜託別人，我的個性又很強（倔強），我知道不可以靠別人。P.2	女性單親家庭韌力展現關鍵 貳、重振生活的關鍵因素 一、化悲憤為力量 (一) 成長經驗淬鍊堅強信念與積極價值觀
小飛：我已經有點厭倦這樣的生活，就是當學生又要去打工，而且如果說打工的時間如果你可以調配的話是很好，可是我會覺得像現在暑假又要到了，然後我媽那天又問我說你有沒有要實習阿？我就說我可能沒有要實習，然後我心裡其實很想跟她說：我很想要休息，可不可以有一個美好的暑假，就是可以不用去上班。P.13	女性單親家庭壓力事件之困境 二、「父親缺席」 (二) 分擔經濟壓力的角色 負荷、生涯衝突

資料來源：研究者整理。

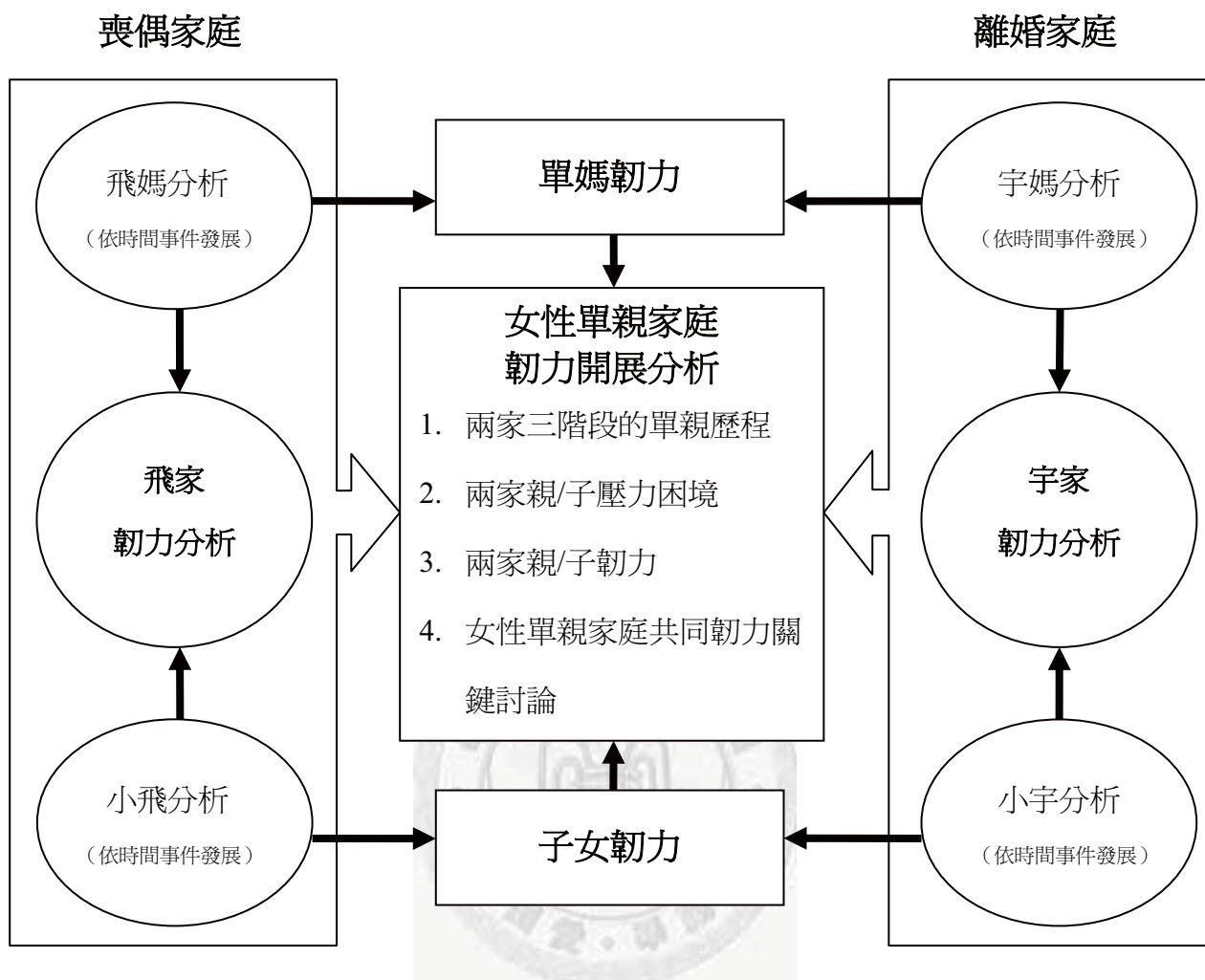
表 5、概念整理範例

編碼概念	訪談摘錄	異同比較
女性單親家庭韌力展現關鍵 貳、穩定向上的重要因素 一、相互包容的親子關係 (一) 子職的體貼與分擔	飛媽：她那時候高中，我在念○商夜校，她那時候晚上在麵包店幫人家顧店，早上跟下午在圖書館打工，那時候賺的錢是兩千四百零二塊的樣子，她把每一元都拿回家，她從高中後就沒從家裡拿過錢，那時候政府補助的錢，我就把它拿來買小飛學校要用的書、電腦啦。她用暑假打工課輔班（低收資格暑假工讀）的錢，三萬多拿去買了一台機車，機車四萬八，剩下的我再幫她付。P.12 小飛從高中就沒跟家裡拿過半毛錢，而且她賺的錢，還會拿給弟弟妹妹用。P.13	飛媽肯定小飛分擔家計。

女性單親家庭 韌力展現關鍵 貳、穩定向上 的重要因素 一、相互包容的 親子關係 (一) 子職的體 貼與分擔	小飛：我的第一份工作是國中畢業升高中的那個暑假，我也不知道為什麼耶，我那時候的想法就是要讓家裡的生活好一點，我就默默地去找工作，而且我都沒有跟我媽媽講（笑...），我是到錄取了，然後好像工作一個禮拜之後，然後我媽有一天就忽然跟我說：『你為什麼都這麼晚回家，你明明就中午就下課了，為什麼都搞到四五點才回來，或是有時候到十點。』p8 我那時候滿腦子就是想說要多賺一點錢。我也不知道我這個觀念是什麼時候開始的，我會想說我自己有錢，然後我可以給弟弟妹妹零用錢（笑...），然後我可以不要跟媽媽拿錢。P9 在結束這份工作之後，因為我很怕下一個工作沒有著落，因為我已經習慣就是讀書、上班、讀書、上班，雖然沒有假日，可是不知道為什麼，我就會覺得好像有幫到家裡什麼。 P9	小飛直覺要默默為媽媽、弟妹付出，讓家裡好過一點。
--	---	---------------------------------

資料來源：研究者整理。

表 6、研究地圖



第三節 研究的倫理考量

一、知會後同意

- (一) 受訪者：向受訪者說明研究主題、研究目的、資料收集方式及注意事項等相關資訊，包含研究者身分、研究者與受訪者之間的角色釐清、訪談可能所需的次數與時間、訪談方式、資料保密措施，受訪者有拒絕回答或中途退出的權利，告知受訪者上述訊息後，由受訪者充分瞭解後並同意後，始可進行訪談。
- (二) 資料來源單位：如受訪者來源係由透過機構中所獲得，須先向單位主管告知研究相關訊息，取得同意後始進行訪談。受訪者如於研究者之工作場域中取得，須報請主管同意，並事先對受訪者表明研究者與任職單位之間的關係，並強調不會影響受訪者目前的福利身分及權利。

二、錄音機使用的同意

由於研究者必須全神貫注地聆聽、思考並理解受訪者，並同時提出與受訪者目前所說的話有關聯的探問，因此本研究必須全程以錄音方式記錄與受訪者的談話。在訪談前均會先經過受訪者的同意才開始錄音，且告知受訪者在訪談過程中的任何時刻，均可要求關掉錄音機，僅呈現所意願表達的，並說明所有錄音在過程中保管妥當且不公開，在研究結束後全部銷毀。

三、保密原則

研究者先告知受訪者本研究的性質(僅做學術用途)，研究者能做到的保密保證，內容中可能揭露個人資料的風險(如可能在公開場所發表、被指認出所可能產生的困擾)及利益(如家庭故事的書面保存)。在維護受訪者隱私權的原則下，對受訪者的個人基本資料在研究中予以保密。

四、訪談過程中的研究態度

訪談情境中研究者的態度會大大影響受訪者情緒感受與敘說內容深度，對受訪者經歷保持高度熱忱及表達其對社會之重要性，感謝願意分享，重視受訪者訪談內容同理尊重且不評斷、保持中立。謹慎注意受訪者細微的反應，如有情緒負荷過重的情況，訪談應視情況暫停，給予情緒上的支持或在專業上告知相關資源取得方式，並等候受訪者恢復心情及受訪意願後再繼續進行訪談。



第四章 研究分析

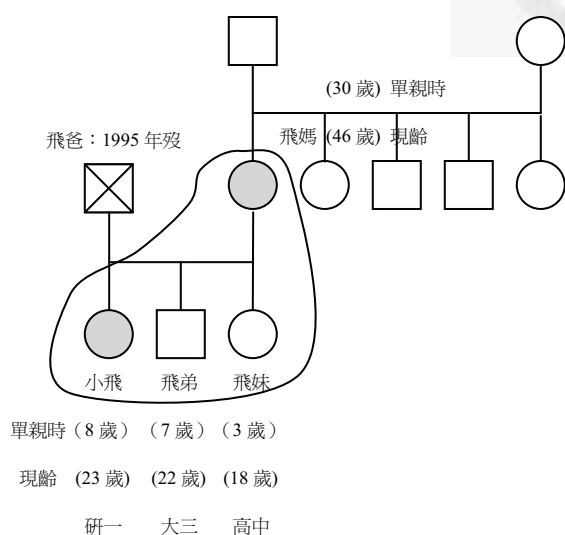
離婚與喪偶的單親家庭有各自的復原軌跡，女性喪偶是非自願、非自主意思的成為單親家庭，丈夫、父親角色在家庭生活中的生命實體已是永遠的離開，留下的印象只有在回憶與紀念中。而怨偶離婚的夫妻關係則感情雖然斷裂，但並不等於是子女與父親關係的終止，親子關係仍舊存續，不論關係親疏。但同是「丈夫/父親缺席」的女性單親家庭究竟是如何因應後續的家庭生活呢？不同的「丈夫/父親缺席」經驗又如何影響後續的家庭生活呢？

第一節 女性單親家庭

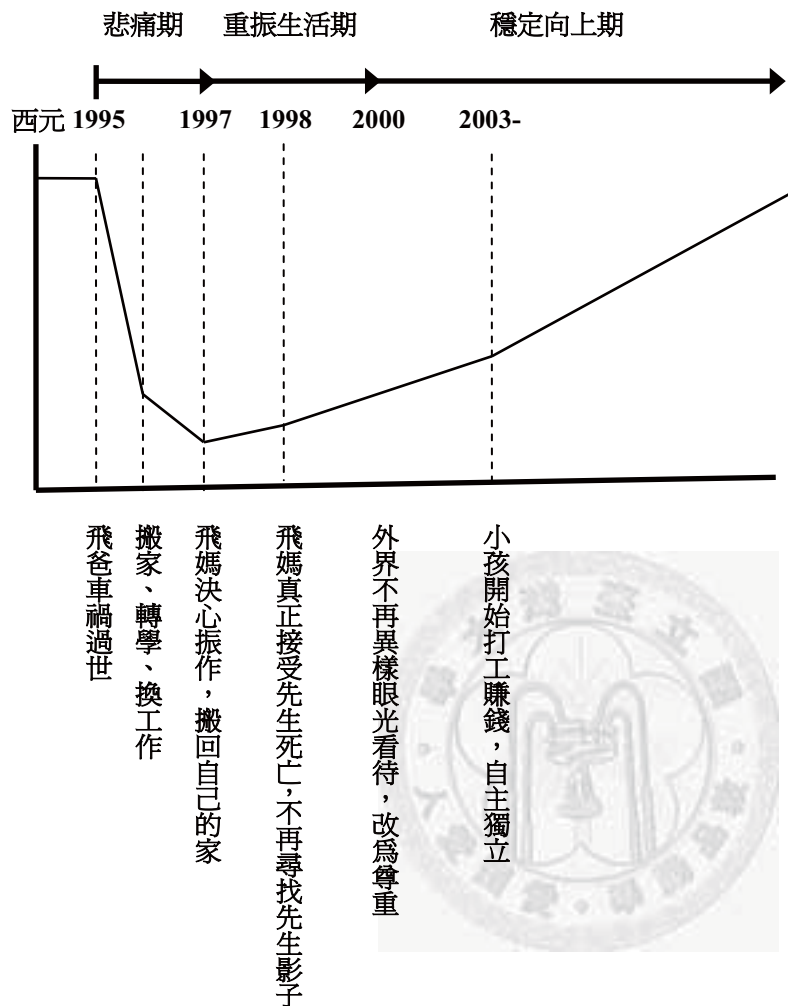
壹、飛家的故事：

一場車禍摧毀安定的家庭，飛媽爲了孩子在風雨中奮力撐起那片缺角的帆，讓家能繼續飄搖航行。

➤ 家系圖 (2010 年)



➤ 飛家家庭生命歷程曲線圖



那時是民國 84 年，在飛爸與飛媽的胼手胝足地打拼下，飛家終於買了屬於自己的房子，雖然就要開始過著揹負房貸的日子，但這是一家五口獨立自主幸福生活的期待與寄託，快樂的日子持續著...。

這幾天，8 歲的小飛覺得心情有點浮躁，眼皮也一直跳個不停，睡得不是挺安穩，還一直作著奇怪的夢，夢到爸爸被鬼魅拖走，小飛在夢中大聲呼救，都沒有人來救爸爸，眼睜睜看著爸爸被帶走，消失...。好在，起床後爸爸還是好好地在家，還不就只是一個夢嘛...。那一夜，飛爸還在外工作，算算也該是下班的時間了，飛媽張羅小飛與弟妹入睡，這時，電話聲響起，小飛朦朧睡意中似乎聽到媽

媽開門出去的聲音，心想已經很晚了這有點不尋常，搖醒了飛弟問媽媽要去哪裡，沒有人知道，還是先睡吧。夜晚寧靜著，媽媽這麼晚了還出去讓小飛有點擔心。不知過了多久，有人開門的聲音，是媽媽回來了，小飛出了房門，看到媽媽坐在沙發上哭泣。小飛不敢靠近也不敢多問，媽媽也不願意講話只是一直哭一直哭。隔天一早，家裡來了好多人不知道在跟媽媽討論什麼，但是就是沒有看到爸爸。小飛當時雖然才小學三年級，但心思很敏感，悄悄在旁邊聽大人說些什麼，好像是...爸爸出了車禍。大人們互相說了很多很多，但是，沒有人來跟小飛與弟妹說點什麼。接下來的日子，大人們忙著準備東西，小飛似懂非懂地明白了，爸爸不會回來了，小飛心情很茫然不知所措，眼淚流不出來，心裡迷惑著，大人不是說夢不會成真嗎？為什麼爸爸真的被帶走了。小飛好自責，應該要早點告訴爸爸，不要讓他出門的，為什麼會這樣？為什麼會這樣？年紀很小的飛，對於死亡的概念還很模糊，加上大人沒有明確地解釋，在心理自責內疚，以為父親的車禍是自己的錯。

「那時候可能因為太小，我也不知道大人說什麼東西，我只是覺得說我很重視的一個東西，不見了。然後媽媽好像也沒有說什麼，然後我就有一點就是責怪自己說，我那時候為什麼沒有阻止他出門，我有感應到就是眼皮一直跳阿，我怎麼沒有去阻止事情的發生。」(小飛)

爸爸過世之後沒幾天，小飛夢到了爸爸回家了，爸爸的臉很綠很綠，讓小飛有點害怕，爸爸似乎有話跟小飛講，但好奇怪，嘴巴都沒有動，小飛自然就知道爸爸要講什麼了，爸爸說：「如果我來找你的話，或是誰給你東西喝，你都不能喝喔，我有話跟你講，你要...」。陸續的幾天，小飛都有夢到爸爸跟她交代一些事情，但小飛看到爸爸都會被嚇到，因為爸爸臉很綠，不是平常的爸爸，有說不上來的陌生。小飛透過夢中與爸爸溝通，告訴了大人們應該如何安排爸爸的後事，包括爸爸想要什麼儀式、衣服、東西，不可以出現什麼物品，大人們雖然有點不解，但也相信這是父女之間特殊的心電感應吧，是一種神秘的力量，不能違逆。這段

時間，家裡來了好多人多了好多事情，小飛還很小沒有辦法搞清楚這到底是怎麼一回事，一直到告別式那天，飛媽礙於習俗不能出現，小飛與弟妹代表家庭出席，或許知道這是最後一次看見爸爸真實的面容，直到那一天小飛才哭了出來，那時才 7 歲的飛弟與 3 歲的飛妹還不明所以，稚氣地在旁邊玩鬧著。

告別式過後，一切恢復寧靜，家裡出現的人不再那麼多了，充斥著不安的寧靜與哀傷的氣氛，媽媽總是抱著妹妹在房間哭泣，音樂開得很大聲，小飛跟弟弟就站在角落看著媽媽，也不知道能做什麼。媽媽的脾氣開始變得暴躁，小飛與弟妹常常被唸被打，家裡開始沒有媽媽的笑聲，只有啜泣的聲音與沉重的悲傷。

「以前，死亡是一個事件、一個突發狀況，因此，會讓人騷動、關切、緊張、痙攣、抽搐。突然有一天，它不再是事件，而是一種持續狀態、沉甸甸、無意義、無以言宣、陰沉、求助無門：真正的喪傷無法以任何方式表述。」(羅蘭·巴特，2011)

飛爸的過世，由於小飛及弟妹都還很小，對死亡的了解尚未成熟，因此對家裡成員中所造成衝擊最大的就屬飛媽了，要面對伴侶永遠的離開，還要一肩扛起照顧小孩與負擔經濟的責任，一瞬間的遽變，湧上的悲傷情緒及生活方式被迫改變，讓飛媽難以承受。因為悲傷過度心力交瘁，飛爸走後不到半個月飛媽就整整瘦了二十幾公斤，無法工作，每天過著行屍走肉必須施打營養針的生活。在家睹物思人情緒崩潰，飛媽無力照顧自己與小孩，一家的生活陷入了沉重混亂。

「那個悲傷期，我那時候就像我妹妹說的就像『會走的屍體(台語)』，別人跟我說什麼，我有聽，但是不見得聽進去，吃東西沒有味道，那種痛喔，只差沒有把心挖出來，如果今天說我是離婚或是家暴，就不會那麼痛。我先生在的時候，我從沒有提過重物，我都常講說我是武則天。一瞬間的那種痛，因為我從來沒有想過有一天會這樣，沒辦法接受，我走過生命線的求救，我走過自己不知道該怎麼辦的，我本身又是農家子弟，很保守，有時候會把自己隱瞞起來，痛苦自己承擔。」(飛媽)

小飛的姨丈擔心飛媽在悲傷崩潰的情緒下生活無法自理，更遑論能照顧孩子，於是要飛家搬到阿姨家的隔壁，阿姨一家來幫忙照顧孩子。於是，飛家搬家，小飛與飛弟轉學，飛媽換了新工作，在租屋對面的檳榔攤工作，每天都工作好久好久，小飛與弟妹總是要到半夜才看得到媽媽，白天的時候，就待在阿姨的家裡。

「工作時間是早上九點到晚上三點，我用工作來麻木我自己，小孩子我都沒有顧，我妹妹幫我顧。我那個最小的，很可愛眼睛很大，我先生在的時候，我都幫她梳包子頭像小公主一樣，可是去我妹那邊，我妹自己都有四個小孩子了，還要照顧我三個，阿是不是每個人都黑黑的、流鼻涕，然後媽媽又不正常（笑...）。」（飛媽）

失去爸爸後的生活，每當看見姨丈家父子(女)間互動，小飛與飛弟對爸爸的思念便排山倒海湧現，卻又深刻地知道生命中的爸爸無法被取代，但也無法再存在，身影雖逐漸幽微，但喪親的悲痛卻是越見鮮明。如哲學家海德格的名言：「缺席是現身最強大的方式（Absence is a strong mode of presence）」。小孩對父愛急切的渴望，會羨慕別人繼續存在的父子(女)關係，小飛以隱藏的方式深埋心事，飛弟則是選擇用抗議的作法來表達內心對現狀的不滿與對父愛的渴望。

「有一個超級明顯的現象就是，跟阿姨還有姨丈在吃飯的時候，就是表姐妹都會在一起吃飯，然後就是會看到表妹叫姨丈爸爸東、爸爸西的時候，然後我跟我弟就會很難過（哽咽...），我知道我很難過，可是我也沒有做什麼奇怪的表現出來。然後我弟就是會用別的行為，就是會去引大家注意這樣，可能就是他心情不好他就會去撞牆壁阿或什麼之類的，然後阿姨就會注意到，就會說你怎麼...什麼什麼之類的，就會唸他什麼的。其實當下那個場景就是...好像就是有看到弟弟也想跟著叫（爸爸）...，可是我們都知道那個是別人的爸爸。」（小飛）

飛爸過世之後，飛媽除了悲痛情緒難以自勝外，還必須面對隨之而來各方面的巨大壓力，包括經濟、孩子托育等問題，居住地、工作選擇及小孩就學都必須調整，還有外面給予的負面觀感等，當時小飛才小學三年級、飛弟小學二年級、飛

妹尚在念幼稚園，三個小孩都還是懵懂愛吵鬧的階段，飛媽所承受的壓力自是不可言喻，長達一年的時間都必須靠精神科的藥來穩定自己心緒。

「那段陰暗期，我看什麼東西都不順眼，那時候很好笑喔，我做青仔的時候，有個精障的人來亂，我就拿刀子要射他，老闆娘的弟弟問我脾氣那麼壞幹麻，我就說：『不知道是我瘋還是他瘋』（笑...），從此那個精神障礙者不敢再到檳榔攤來了。我在想那時候我的眼光應該很恐怖，我也不知道那時候為什麼會想殺人，因為我也走過憂鬱啦，我先生的走，我在草屯療養院吃了一年的藥，藥吃了之後昏昏沉沉，我覺得藥對我沒有幫助。」（飛媽）

租屋的這一年，飛媽用長時間工作來麻木自己，避免悲傷的情緒佔據大部分的生活，需要自我空間與時間來療傷，三個孩子由妹妹幫忙看顧，但妹妹必須照顧自己的四個小孩，還要幫忙帶飛媽的三個孩子，自然無法有很好的照顧品質，因此小孩子總是看起來黑黑髒髒的。年幼的飛妹時常趴在樓上陽台往對面的檳榔攤看，她說：「這樣我才能看到媽媽」。小飛與飛弟也因為搬家而被迫轉學，離開了熟悉的老師同學還寄人籬下，他們跟飛媽說：「我不要再轉學了，媽媽不要再作檳榔了，我想回家」。飛媽把小孩的話聽進去了，在心裡埋下要改變幽暗生活的種子，只是，還需要一點時間...。

在那次，精神恍惚的飛媽遇到了洗髮店的老闆娘，她點醒飛媽的理智，告訴她必須要開始清醒...。「我那時候幾乎都在恍惚中，我為什麼會回頭，是被一個洗髮店的老闆娘，狠狠的敲我一槓，我去洗頭的時候，就歇斯底里地口中亂念，那個老闆娘聽過之後，頭洗好了，她說她不跟我收錢，她叫我回去看我的小孩，如果我還要繼續這樣下去，她說：「沒關係你繼續，你看你會教育出什麼樣的小孩。你要是希望你的小孩像你現在一樣，那你就繼續好了」。我就騎著車回去我妹妹那邊，我看到我的小女兒流著鼻涕，整個人黑黑髒髒的，我先生還在的時候，我都給她梳包子頭像洋娃娃一樣，我的女兒怎麼現在變那個樣子，那時候我先生過世快一年了，我看到我的家怎麼變這個樣子，我家那個公主不見了。所以那時候我

是因為小孩子跟我說：「媽媽，我不要你再做青仔(檳榔)」，然後我又看我家公主不見了，我就跟我妹妹說我一定要回家，我不相信我沒辦法養活三個孩子。」(飛媽)

爲了讓孩子有正常安定的生活，飛媽決定在租屋一年後搬回原來的家，強忍觸景傷情，勇敢面對那已不再有男主人的房子與接下來的生活，小飛與弟妹總算可以常常看到媽媽了，終於回到自己原來的家，不用寄人籬下了。飛媽逆境壓力下，爲了小孩、爲了讓自己保持穩定，採取了一些紓壓的方式：

「我會讓我去忘記這件事情，或者是讓我很忙很忙，或者是跑出去走一走，我不會去尋短，因為我還有三個孩子啊。」(飛媽)

「我會拼命的打掃家裡，他們或許知道。把精力全部發洩掉，或是把小孩丟在家裡，我自己一個人跑出去，不讓他們找到，其實他們知道我的個性。」(飛媽)傷痛來襲時，用忙碌來麻痺，讓自己沒有多餘的精力來思念先生。製造自己獨處的時間不讓小孩看見，好好宣洩悲傷，才能有力氣面對孩子與生活。這樣的紓壓模式，飛媽認爲這是她與小孩之間沒有說出口的默契。

在家中不提「死亡」是飛家心照不宣的共識，是自認的體貼。「其實那段時間，好像就是一個默契，家人會很刻意的就會把這個事情給遺忘掉。」(小飛)。三個小孩對於喪父的失落、悲傷、難過的複雜感受說不出口，依年齡及個性的不同有各自的反應。「我的話是我知道他(飛爸)不在了，我也知道我不想去承認而已；弟弟的話，我比較不清楚，因為那時候我還蠻討厭他的(笑...)，就是會討厭他為什麼那麼叛逆、不聽話阿。我弟有個情形就是，他會覺得別人家的東西都很好，然後明明那個東西我們家也有，可是他就是永遠會覺得別人家的東西很好，別人家的菜、別人家的媽媽、別人家的姐姐很好或是別人家的妹妹很好，就是什麼都是別人家的東西很好就是了；妹妹的話，她是有問我，我不知道她有沒有問過我媽，妹妹那時候問我說爸爸去哪裡了?她有一直問我這個問題。我忘記我什麼時候回答她的，就說他就是...然後不會再回來了。然後她就沒有問了。」(小飛)。小飛內心否認父親的死亡；飛弟失去父親會自卑、討厭自己的家庭，羨慕別人的家庭；飛

妹年紀尚小，不理解死亡的意義，家人亦未給予明確的說明，「死亡」的意象在飛家是闇而不顯的，然而卻始終強大。

時間過了三年，飛媽在生活中逐漸適應沒有飛爸的日子，但內心一直沒有接受飛爸已經死亡的事實，把死亡的訊息深藏在潛意識裡，在遇到特殊情境時引發聯想，對死亡的壓抑會無意識地以不正常行為表現出來。

「我先生生前是搭鷹架，每次陰天下雨他就會回家。每次下雨我心情就不對勁，我就開始找，抽屜拼命的找，但是我不知道我在找我先生。好像過了兩年多將近三年的時候，有一天，又是陰天，我平常在家做手工，那天我又開始拼命地找，我小姑打電話來，她跟我很要好，問我在幹嘛？我說：『小姑，我在找東西』。她說：『你怎麼常常在找東西，那你有找到嗎？』我說：『我找了很久都找不到』。我那時不知道我在找什麼，每次雨天陰天我就開始找東西。她就跟我說：『阿嫂，我知道你在找什麼，你現在把椅子搬來電話旁，我跟你說』。我說：『你騙肖耶，你知道我在找什麼，我都不知道我在找什麼了』。她說：『你椅子搬過來，我跟你說，你在找我哥哥』（哽咽...）。從那次之後，我就不再找了，我那時候才知道我是在找他（先生），所以我那個憂鬱的情況大概有三年。因為那個家可以看到那個影子，可是我不知道我在找。」（飛媽）

「我還是過正常的生活阿，我自己一個人的時候我會找，雨天陰天我就會找得很兇。我小姑跟我說了之後，那時候我心裡的石頭就放下來了，我就不再找了。因為我那時候根本沒有精神去管小孩子的感覺。我只能管他們吃飽、不要生病，然後我要工作，我幾乎把我想找回先生影子的精力全部放在工作上，所以我大概找了三年，才不找我先生。」（飛媽）。

飛媽遇到了敏感度高的親人看出了她異常行為背後的隱藏意義，讓飛媽的心理能真實地面對先生死亡的事實，接受它、放下它，這個轉化的過程飛媽足足走了三年之久。不再尋找先生的影子之後，飛媽終於能把所有的關注力重新放在自己與孩子身上，小孩開始可以感受到媽媽全然的愛，再也不用與看不見的影子來分享

不完整的愛。

從飛媽決定搬回原來的家，帶領孩子揮別喪親的陰霾，努力過生活，家庭開始有了止跌向上的轉折。但單親路上總是滿佈荆棘，飛家面對經濟壓力、就業限制、親職教養、角色負荷、承受外界給予的負面標籤等，還好家庭能發揮互助功能，小飛與弟妹會分擔家事，幫忙媽媽作手工賺錢，尤其身為長姐的小飛更是協助媽媽照顧年幼的弟妹，及親友與社會資源的協助下，全家漸漸走出失序混亂的生活，家庭功能慢慢回穩。終在單親第 6 年後，婆家及鄰居開始不再以異樣眼光看待，不再認為飛媽無法獨立撫養孩子，也不再強迫介紹再婚對象給飛媽，改為尊重飛家，飛家終能在心理上、生活上穩定踏實。

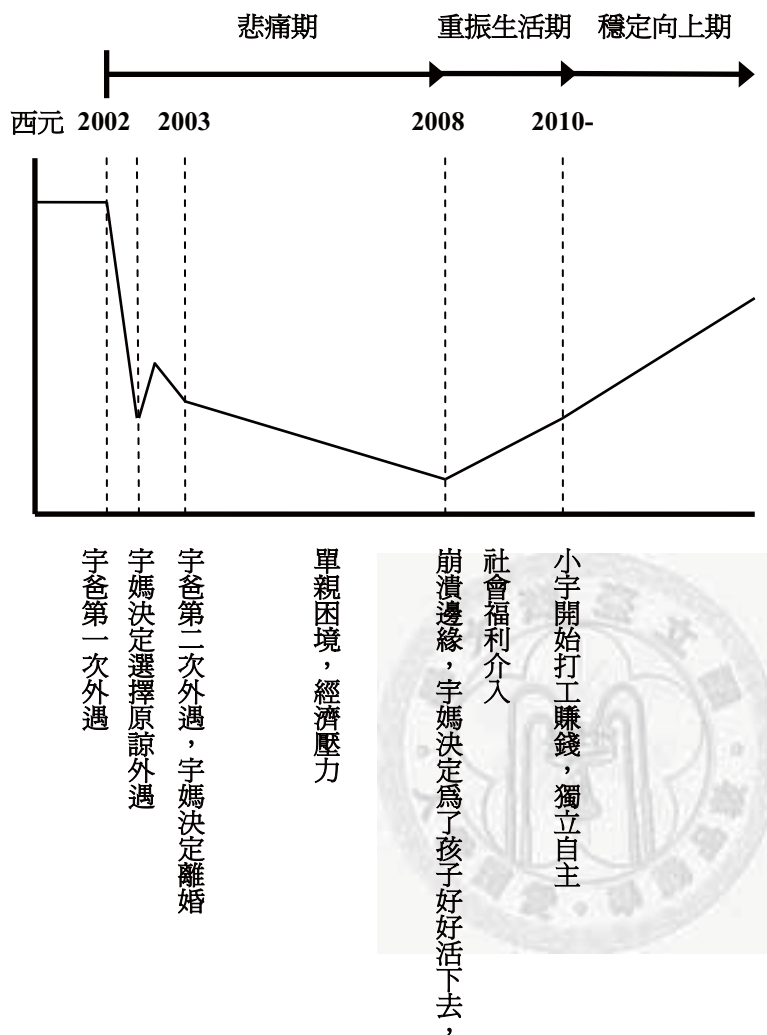
隨著時間經過，喪親之痛漸已在每個人心中各自轉化、平復沉潛，三個小孩也漸成長懂事，貼心的小飛更是在高中的時候就開始打工負擔家計，飛弟與飛妹也隨著姐姐腳步開始打工，飛家多了經濟收入，飛媽不再是一個人撐著這個家。飛媽對於目前的生活有了很正面的看法，有了三個貼心乖巧能相互支持的小孩，希望未來有能力回饋社會、服務人群的期待，知足與感恩是飛媽幸福的來源。「以前我先生在時，我是一個幸福的家庭，現在先生不在了，雖然比較清貧一點，小孩子長大了，我還是一個幸福的家庭。為什麼呢？因為我可以去服務人群，我可以去回饋。我以前拿人家多少，雖然沒辦法還多少，但是我在想我的後半輩子應該在快樂中過去。」（飛媽）。

飛家的韌力在飛爸離開後，其實就已經存在了，只是展現的樣貌不同，悲傷是一種情緒宣洩的療癒過程、改變環境是一種積極的作法、家庭互助支持發揮角色功能為家庭築起更堅強的堡壘，家庭生活漸趨安定滿足，穩穩向前。

負債、外遇、離婚，宇媽看著貼心懂事的孩子，鼓起勇氣下定決心，要給自己跟孩子一個活下去的機會。

[illegible]

➤ 宇家家庭生命歷程曲線圖



宇爸長年在大陸做生意，宇媽在台灣一肩扛起養育兩個年幼小孩的責任，然而宇爸在大陸的生意並不順利，積欠了龐大的負債，也因此並沒有固定充裕的錢寄回台灣的家。不過，宇媽苦撐著，相信宇爸有一天終會成功，會給自己跟小孩幸福的生活，縱使耳邊已經充斥著宇爸在大陸外遇的耳語，宇媽仍舊選擇「睜一隻眼閉一隻眼」委屈體諒與繼續等待。

「小宇的爸爸到大陸去蠻多年的，(距今)大概十幾年有了，其實以前有很多人說過就是他爸爸在大陸有女人，因為他在大陸太久的時間嘛。其實我就覺得只

要不要正面面對，其他就是說你在那邊怎麼樣，只要不要讓我知道看到就是 ok 的，因為我覺得他在那邊也蠻可憐的，一個人在那邊生活其實還蠻不容易的。其實我會覺得說你在大陸甚至於有小孩都沒有關係，可是不能影響到台灣家人的生活，更重要的是，我絕對不允許任何人傷害我的小孩。」(宇媽)

那一晚，宇媽打電話到大陸的家找宇爸，電話的另一頭是一個女生的聲音，宇媽正覺得奇怪的時候，女生說：「我是 OOO(宇爸名字)的女朋友。」宇媽心頭一驚，急忙試圖聯絡宇爸，無奈一直聯絡不到。宇爸的婚姻出軌，對宇媽造成相當大的傷害，崩潰的情緒附加排山倒海的生活壓力超出宇媽所能承受，瞬間讓宇媽失去理智摧毀生存力量，動了與小孩一起輕生的念頭。

「我覺得為了那個負債已經讓我還蠻難過，後來又經歷一個女人跑來告訴我她是我老公在大陸的女朋友，其實當時我還蠻不能接受的，所以我真的還有點要崩潰了。」(宇媽)

「當時剛聽到他爸爸發生那件事情的時候，就是那個女人出現的時候，到我一直找不到他爸爸那個人，我到半夜其實已經崩潰了，我記得很清楚當時我拿了一把刀，我覺得我不想活下去了，可是我在掙扎要連我孩子一起砍死還是我自己死了就算了，我想我當時的舉動一定嚇壞了我的兩個兒子，所以我選擇了告訴他們，如果我怎麼樣了你們要好好活著。我記得當時我兩個兒子還蠻難過的。」(宇媽)。宇弟將媽媽想自殺的念頭寫在聯絡簿上，老師緊急通報社工前來關心宇媽，幸運地阻止了悲劇發生。

隔了一段時間，宇爸總算主動連絡，但打死不承認有外遇。宇媽縱使不相信，但她體諒宇爸長年一個人在大陸難免因為孤單而逾矩，所以還是選擇原諒宇爸。

「那時候很多朋友覺得我很笨，因為我選擇原諒他，因為其實我都一直想說他在大陸蠻可憐的，我雖然在台灣我很可憐但是我有小孩陪伴我，所以我選擇原諒他。」(宇媽)

宇媽原諒了宇爸第一次的外遇，委屈沒有求來圓滿，反而是宇爸變本加厲的

逃避問題對家庭不負責任，經常性的失蹤、不處理負債、不負擔家庭開銷，這樣的婚姻生活讓宇媽感到失望與無力。半年後的一天晚上，宇媽有急事打電話給宇爸，卻聽到宇爸話筒旁邊聽到有人喊著：「老公、老公」。宇媽懂了，這次已是徹底地灰心，身心已經極度疲憊，宇爸再次的外遇，瓦解了宇媽維繫婚姻的最後一道防線，自己單方面的苦撐婚姻已經失去了意義與希望，加上生活中長久的不滿與痛苦，讓宇媽決定離婚（2003 年）來切斷對先生不斷外遇的煩惱與牽掛。

「我覺得事情要有個解決，除了他把很多負債留給我以外，他把這個攤子丟在這邊不出面解決，所以一直到我找到他，又聽到有一個女孩子叫他『老公』的時候，我覺得已經沒有必要再繼續下去了，這是我後來選擇離婚的原因。」(宇媽)

宇媽在離婚後，清楚明白地告知小孩婚姻的結束與可能的發展，讓小孩能有心理準備與調適，宇媽也向小孩說明未來生活的不確定，包括可能與小孩分開生活。那時的小宇是國中階段的年紀，可能因為年紀還小以及長久的時間沒有與宇爸共同生活，父母的離婚對小宇來說並沒有受到太大的衝擊與影響，並有一套自己對父母離婚的解釋方式，認為人會分開是很正常的。「可能因為年紀還小吧，也沒有什麼特別的想法，因為我覺得人會分開都是正常的阿，我覺得沒有必要看很重，可能是因為年紀還小還不懂事吧，所以就真的覺得沒有什麼特別的阿，就可能就覺得說爸爸媽媽...就可能分開了這樣，就是這樣的想法而已。」(小宇)。但小宇對於可能與宇媽分開就感到強烈的難過與不捨，因為從小就與宇媽生活在一起，對宇媽的情感依附與生活依賴更甚於宇爸。「她就是說，好像是這樣說吧，現在他們沒有在一起了阿，也不要覺得奇怪，或許以後我們會分開啦，就是說媽媽說可能會跟我分開，那就...反正以後的事不知道阿。要跟媽媽分開當然是很不捨，就會有強烈的難過感阿，畢竟從小帶我帶到大就是媽媽阿，當然就會有很深的那種感情嘛，所以說當下難過不是說爸爸媽媽分開啦，而是，我不能再跟媽媽在一起。」(小宇)。

離婚後宇媽雖不用再擔心丈夫不斷的外遇，但因為前夫未能在離婚後負起共

同照顧小孩的財務責任，由宇媽獨立撫養兩個孩子，經濟上已是十分吃緊，加上前夫所留下的龐大債務，債主全找上留在台灣的宇媽。每個月全家生活費加上負債需還的錢，將近要十萬元，家庭面臨雙重嚴峻的經濟壓力，最基本的生命安全也不能確保。「他爸爸一直以來都是有錢才寄回來，沒有錢他就告訴你說他沒有錢，有時候三五天或一整個禮拜都找不到他，雖然是我們已經離婚的狀態，可是有一些債務是屬於他的，那個債務是我們有婚姻關係的時候就借的，尤其他爸長期在大陸，所以所有的債權人都一定是找我，所以變成說那些負債就會全部都是我這邊，只是說我有需要的時候跟他求救，他有錢才會給我。」(宇媽)

經濟重擔就這樣一直壓著宇媽幾乎無法動彈，那一天(2008年)，宇媽真的撐不下去了，討債的人一直上門來，自己的身體又相當不好，小孩也還在唸書，全家沒有足夠的收入應付種種開銷，生活壓力壓得宇媽喘不過氣來。宇媽身心極度疲累與絕望，好想就這樣死了一走了之這猶如人間地獄的生活。那一夜，她問了小孩要不要一起走，小孩稚氣的眼光透露出悲傷與不解，他們對人世還有好多想探索想經歷的，他們都還沒揮灑人生。宇媽在極度痛苦中看到小孩的不捨與眷戀，也知道小孩不能沒有她。

「我突然間想到說如果我真的去死或是發生什麼意外，我的孩子將會比我現在活著，讓人家一直要債阿、或是人家打電話給他們要跟媽媽要債，要面臨這麼多難堪的情形。可是我覺得至少他們有我，如果說他們連我都沒有了，我的小孩子就真的完全沒依靠了。我想到說我之前在我家樓下髮廊(報章雜誌報導)看到所謂寄養家庭的小孩，我就想到說到時候我的小孩子可能也必須經過這樣的安排，會到寄養家庭去，所以我就覺得說...。」(宇媽)

「我當下又決定了，我不要死，我要給自己最後一個機會，我希望用一點點的努力，加上對我孩子的心啦，就是說，我不希望做一個不負責任的媽媽，因為我覺得我為了照顧他們那麼多年、堅持那麼多年，我怎麼能在最緊要的關頭選擇放棄了，所以當下我就決定我要活下來，所以隔天早上我又打了一通電話給我的社

工，我告訴她我想通了，我決定了我要走出那一步，就是我不再想說我要死這件事，因為死其實對我自己來講很簡單，可是我覺得我的兩個小孩現在已經這麼可憐了，我怎麼忍心讓他們連媽媽都沒有，而且從小他們就跟我生活在一起，如果說失去了這個媽媽以後，我想我的孩子也會活不下去，所以我決定了我會好好活下來，為了我的孩子。」(宇媽)

爲了孩子，宇媽決定不要當一個劊子手，再怎麼苟活，也要給自己跟孩子一個機會，隔天一大早，她打給曾經輔導他們的社工尋求能活下去的支撐。「我想我需要找到一個出口，我需要有一個支撐點、有一個人來告訴我我必須要活下去。所以我當時掙扎了很久，所以在早上很早的時候我就打電話給社工，我就告訴她我當時的心情，就是我沒辦法面對這樣的心情，我也沒辦法走下去了。」(宇媽)

那時還是國中生的小宇對家裡的困境感到無能爲力，難過媽媽在婚姻中一路走來的付出與壓力，心疼媽媽生活過得很辛苦。對於媽媽在壓力超出極限時作出的不理性舉動，小宇能以理解及體諒來看待，言語中也透露了對生命的無奈與無力感。

「我就是覺得媽媽真的很可憐，過得那麼苦，我覺得人壓力到了一定極限的時候，做出什麼事情我覺得都有可能，這不能怪媽媽，只能說人的命就是這樣阿，我也不會覺得特別的怎樣，反正就是覺得媽媽過得很苦。」(小宇)。

「我覺得是一種難過，因為我真的不忍心看媽媽這樣受苦，所以我覺得(我承受的)負擔是還好，可是真的就是會很難過，因為我知道媽媽那麼努力都是在為我們，不是為她自己。」(小宇)。雖然年紀還小無法有實質上的協助，但是小宇會在自己能力範圍之內爲家庭盡力。「我會很想盡一份力啦，在我能做到的範圍我都會盡力。」(小宇)

在生活極爲困頓絕望的同時，對子女的愛讓宇媽產生繼續勇敢向前的信念，積極走出陰暗情緒向外尋求可協助的資源。在社工連結相關低收入戶、弱勢兒少、房租補助等社會救助，宇家藉以維持家庭基本生活的安全，再加上宇家家庭成員

都能體會彼此的辛苦、相互給予關懷支持，更隨著小宇漸成長獨立，開始打工賺錢來分擔家計，宇家已逐步邁向穩定向上的生活。

小結

飛家的單親歷程始於飛媽剛喪偶時的痛苦沉溺期，到開始自覺自己要爲孩子堅強起來扛起家庭責任(家庭內部)，一直到外界對飛家不再以異樣眼光看待，改爲尊重肯定(家庭外部)，是重振生活期。在飛媽努力下及小孩漸長大共同協助分擔家務、負擔家計，家庭邁入穩定向上期。

➤ **【悲痛期】：**

先生死亡→搬到租屋處生活期間(檳榔攤工作)。

➤ **【重振生活期】：**

母親意識到自我及家庭生活需要振作→搬回自己的家。

➤ **【穩定向上期】：**

外界不再以異樣眼光看待、改爲尊重，家庭成員互助支持。

宇家遭逢負債、外遇、離婚等生命逆境，宇媽在喪失生存意志邊緣，處於悲痛期。之後宇媽爲了孩子決心奮起，啓動正面積極的信念與作爲，宇家開始接受社會福利救助，並重組家庭結構、發揮功能，是爲重振生活期。隨著小孩漸能獨立自主、協助分擔家務，家庭壓力漸減輕，進入穩定向上期。

➤ **【悲痛期】：**

離婚前的委屈與期待→決定離婚→離婚後的困境。

➤ **【重振生活期】：**

身心崩潰的那晚→決心振作→進入社福救助體系。

➤ **【穩定向上期】：**

社會福利紓解經濟困境、家庭成員互助支持。

在受訪的兩個單親家庭生命歷程皆可以看到大致相似的軌跡，家庭在重大壓

力事件之下，家境急遽跌入谷底、瀕臨崩解失能（悲痛期），母親爲了孩子自覺要奮力一搏，勇敢面對逆境，家庭成員共同奮戰，發揮家庭韌力，從谷底慢慢爬升（重振生活期），後隨著小孩成長獨立自主、分擔家計，家庭漸趨穩定向前（家庭穩定期）的三階段生命曲線。而其中又可發現離婚家庭（宇家）的悲痛期比起喪偶家庭（飛家）更爲長期且複雜，因爲離婚家庭的家庭壓力可能在離婚前就已經開始，從離婚的起因到決定離婚的歷程，中間夫妻雙方經歷了衝突摩擦、不安掙扎，過程短則數月長則數年。離婚可能是一個痛苦婚姻中的解脫，亦是單親獨立撫養小孩生活壓力的開始。宇家的家庭壓力在離婚前就已經開始，缺乏穩定性、安全感的婚姻生活、假性單親的教養壓力、承受鉅額的負債，還必須面對先生的外遇，離婚後又加上家庭角色缺位致家庭功能更形弱化，所以更形拉長了家庭困於苦難的險境。

研究結果也證實了 Hill (1949，引自 Boss, 2002)提出的家庭系統理論，家庭在面臨危機時會經歷三階段，第一階段爲壓力發生初期，家庭功能會逐漸下降；第二階段爲解組期，家庭功能降到最低點，混亂的家庭角色分工，瀕臨失能解組；第三階段爲復原期，家庭經過了一個轉折點，家庭注入新的信念、進行重整分工，家庭功能逐漸提升。

第二節 女性單親家庭壓力事件之困境

「Life's a struggle 日子還要過

品嚐喜怒哀樂之後 又是數不盡的 troubles

Everyday 有多少問題要去面對

有多少夜 痛苦煩惱著你無法入睡」

(取自宋岳庭(單親家庭成長) Life's a struggle 歌詞)

研究結果發現女性單親家庭會面臨因為「丈夫缺席」與「父親缺席」之角色功能缺位所致的壓力困境，分述如下：

一、「丈夫缺席」

單媽對「丈夫缺席」所遭遇的壓力事件困境，我觀察到有五個面向：

(一) 失落與悲傷的困境

喪偶與婚姻的背叛解組都代表與一個曾經相約共度一生的伴侶告別，是親密家人關係的斷裂，亦是對美滿婚姻的期待破滅，丈夫的離開所帶來的失落會引發身心靈的崩解。

➤ 飛媽

「我先生剛走的那年，我天天幾乎都是要靠打針，打營養針。他 10 月 8 日往生，我到 10 月 31 日已經瘦了二十幾公斤，幾乎一天一公斤一直在下降，所以我妹婿只好把我帶至他們家附近住，他說不然我會死在家裡。」(飛媽)

「先生剛過世時，我全部工作都停頓，沒辦法做阿，到那年的 10 月 31 日，那時候我整個人是快崩潰了，人不像人，從 10 月 8 日往生到 10 月 31 日，我瘦了 20 公斤，本來八十幾公斤剩下六十幾公斤，不過很慶幸我還沒有想不開或怎樣啦。」(飛媽)

因為飛爸是車禍過世的，所以飛家對於飛爸的死亡完全沒有心理準備，無法接受事情突如其來地發生，飛媽在先生過世後的初期，心理調適是一段痛苦的歷

程，難以用言語形容，「只差沒有把心挖出來」，說明心理巨大的傷痛，程度相當於幾近自己的死亡，飛媽現在仍清楚地記著先生過世的日期，並重複以自己那時生理上的病態來說明身心靈的崩潰，悲痛力道之強大甚至連自己的妹婿都認為有死在家裡的可能(擔心自殺或無法照顧自己)。

➤ 宇媽

獨自在台灣苦撐著家庭的宇媽，總是相信丈夫終有一天在大陸能事業成功，能一家團圓給自己與小孩好的生活。然而盼到的卻是丈夫對婚姻的不忠、背叛，自己長久的期待與信任瓦解碎裂，如此打擊讓宇媽極度失望崩潰，動搖了活下去的意志。

「當時剛聽到他爸爸發生那件事情的時候，就是那個女人出現的時候，到我一直找不到他爸爸那個人，我到半夜其實已經崩潰了，我記得很清楚當時我拿了一把刀，我覺得我不想活下去了，可是我在掙扎要連我孩子一起砍死還是我自己死了就算了。」(宇媽)。

(二) 經濟壓力與重回就業市場的困境

單媽一人必須撫養多位年幼子女，加上弱勢的就業條件，飛、宇兩家均符合低收入資格，經濟問題在單親歷程中一直是最大的問題，並深深地限制了家庭成員在每個生命階段中重要的生涯規劃與選擇。

➤ 飛媽

1. 工作低薪、不穩定

飛媽獨立撫養三個小孩，經濟方面有著龐大壓力，飛媽的工作是屬於較為低薪、不穩定的工作類型，曾做過檳榔攤、家庭代工、工廠加工及政府部門的臨時人員等，雖有政府的補助，但是因為家庭只靠飛媽在賺錢，有三個依賴人口，所以過著拮据的生活。小孩在長大之後，一有工作能力就會半工半讀來分擔家計。

「像我一個月大概一天七百六，有做有錢，工作天大約 22 天，你看我要怎麼

過，我小孩子有領政府生活補助，但他們都拼命打工拼命兼職，之前小飛還去兼職打工累到暈倒，你明天訪談她的時候不要問她喔。我聽到的時候很難過，我跟她說，你全部都給我辭掉（哽咽...），她說：『我如果不做，媽媽會做死』。我跟她說：『我要一個順利畢業健康的女兒，我不要一個做死或想不開去跳樓自殺的女兒』。」（飛媽）

貼心懂事的小飛由於從小看到媽媽的辛勞與重擔，只要自己有能力，小飛會自動幫忙扛起一部分的家庭責任，減輕媽媽的壓力。

2. 就業環境對單親女性的壓迫剝削

女性單親家庭除了易成為經濟上的弱勢外，社會上也常會出現自大的父權思想將其詮釋為「女人無靠」，可以輕易地輕薄與貶低。飛媽在職場上遇到不肖的雇主的欺負剝削，提供不安全的工作環境、壓榨工時，以及言語上的攻擊騷擾。

「我記得有一次，工作時工廠的廠長跟我說過一句話，說：『我專門欺負你這種『死尪』的』，你知道那天我在工廠東西一丟，我皮包一拿我就回家了，那時候工廠騎到我家要 15 分鐘，我那天不到 15 分，我一下子就到家了就拼命哭。因為那時候我在工廠做的那份工作是一種機器射出的工作，塑膠會產生毒，所以每過一段時間就要輪流換人做（一個早上就要換一個人做），可是我已經連續站好幾天了，都沒有人願意跟我輪班，廠長說我速度很快，要我一直做，可是他都沒有考慮到我的身體，我已經頭很痛了，我請廠長換人一下，我真的頭很痛。他說我速度快，不願意幫我換人。我回去哭一哭，可是之後，我不會恨他，為什麼，好在他有跟我說這句話，不然我現在可能還是禁不起打擊。不過現在如果有人說我先死了，我會笑笑的說：『死了就死了，不然要怎樣』。我以前很怕『死尪』這個字眼，所以我很感謝那個廠長，就是有他，我才會去面對『死尪』這個情況。」（飛媽）

3. 生涯規劃衝突

因為曾經接受過來自公部門的補助與社工的協助，飛媽希望自己能成為一位社

工員，對於從事社會工作有一套自己的想法與期待，並認為這是可以改善家庭經濟、發展自我興趣及實現自我成就的工作，也規劃出未來期待的理想藍圖。飛媽努力自學考上了社會工作學系在職專班，無奈在現實的考量下，在職專班的學費並非飛家可以負荷的，飛媽不願意因為要實現自己的理想來影響家庭的生活品質，並希望把有限的資源留給小孩的思考下，飛媽不得不放棄就讀的機會。

「學費（低收入戶）減免完還要再繳 24500 元，我就很生氣，我一邊開車一邊哭，我有一個很好很好的二專的同學，她不放心我開車陪我去，她看我整路眼淚一直掉。那時候考上○大的時候，我都已經想像好要怎樣去架構我的人生，如果我順利畢業的話，那時候我低收也已經被撤銷了，所以現在這個工作也沒了，我準備跳板到比較偏遠的地區，（當社工）幫助一些原住民或是單親媽媽的家庭。我的薪水應該會是兩萬多起跳了，不是像現在的一天七百六，我可能會住在那邊，假日再回來跟小朋友聚一聚，薪水我是打算說，因為小孩子已經不用我養了，三分之一捐出來，三分之一當作我的老本，剩下就平常生活用，我是這樣子規劃。但是這件事情發生後，我就想說，阿死了，我又必須重新來過了，真的，我真的是用哭的。」（飛媽）

「如果今天考上的是小飛，我就算去借錢我也要給她念。我弟弟說：『你為什麼這樣想』，我就說我的工作年限剩多少，我自己衡量一下，如果說我再拿這些錢來投資我，把家裡的生活品質全部搞壞，我寧可不要，因為我好不容易收支平衡。我不想讓小飛再去兼職，我不想讓第二個小孩子做到昏倒，我寧可放棄我可以拿到○大的學歷。」（飛媽）

經濟的弱勢亦限制了飛媽自我生涯的規劃與發展，自己的想望在生活壓力下必須妥協。

➤ 宇媽

龐大負債，收入入不敷出

由於宇媽的前夫在婚姻中已積欠龐大的負債，債務部分是透過宇媽去借的，

婚姻結束後債務並沒有隨之歸屬前夫，且前夫不在台灣，許多債權人都向宇媽討債，宇家每個月必須至少歸還一定的金額。只靠宇媽賺錢，前夫未寄錢回來、小孩尚未有工作能力、宇媽身體狀況不佳，家中基本開銷再加上必須歸還的債務，單親經濟能力弱勢再加上龐大負債的複合性經濟壓力，迫使宇家生活在極大的生計困境中。而因為宇家之前向親戚朋友借錢，能借的都已經借了，所以也缺乏來自親友的經濟資源，只能依靠宇媽的薪水及低收入戶補助來支撐生活基本開銷。

「曾經有一度我還蠻沮喪的，因為他爸爸快兩年的時間都沒有拿錢回來，加上我們之前就有負債，我還要負擔兩個小孩子，而且就是我身體一直不好，陸陸續續就是一直開刀、很多的毛病這樣子，所以我也沒有辦法很穩定的工作。大概在(距今)兩年前吧一度我是真的...，我在社會局哭過大概一次還兩次，因為我很沮喪，還有一次我還打電話打給社工，因為我覺得我的路已經走到絕境上了，我覺得自己走在懸崖上，就是一不小心我就會跌下去，因為我要面對很多朋友，就是說我的債務嘛，常常就是有人打電話來要跟我要錢，而且數字都不小，再來是我的小孩子隨時回來都要交學費阿、餐費阿、學校要用什麼錢什麼的。」(宇媽)

「有一些債務可能就會，因為我有一些散會的錢會先解決目前的困境，可是那先散會的會錢還是要繳，那當你收支不平衡的時候，你就會發現你是挖這個洞補那個洞，越補洞越來越多越來越多，不知不覺你已經好多洞補不起來了，所以後來會造成我在兩年前的時候我開始一度快要崩潰，我覺得我已經不可能把那個洞補起來了，以我那時的能力。我那時候算過我所有的負債包括會錢等等，其他不要說啦，我一個月不吃不喝都要負擔大約六、七萬，如果加上我家的生活費，我大約一個月需要十萬，其實就算現在的景氣或家庭背景很好，一個女人一個月要賺十萬塊其實是不太可能的，所以延伸到後面我會走不下去就是因為我的債越來越多了。」(宇媽)

貧窮困境削弱了家庭的生活品質，雖然每月領有社會福利補助，惟仍不足以支應生活花費，單媽必須兼職多份工作來賺取足夠維持家庭的收入，且工時必須

是彈性的，讓單媽可隨時應付小孩發生的任何狀況，而這樣的工作類型往往是低薪、勞力性、不穩定且無發展性的，如飛媽在工廠代工、檳榔攤工作；宇媽從事電話行銷工作。研究發現與文獻探討結果相似，女性單親家庭因本身人力資源缺乏，及在財務、社會資源、兒童照顧選擇的限制，多半只能從事低薪無發展性質的兼職工作(Debord, Canu, & Kerpelman, 2000 ; Himmelweit, Bergmann, Green, Albelda, & Koren, 2004 ; Mayhew, 2006 ; 洪麗芬，1992 ; 李嘉莉，2000 ; 彭淑華，2006)。

社會救助及工作收入是低收入戶單親家庭主要經濟來源，收入僅夠勉強養活全家，生活捉襟見肘，更遑論生活所需外的消費支出，故少有娛樂休閒的享受，物質上的滿足感較低，生活決策及生涯選擇常必須考量經濟狀況。

(三) 親職壓力

由於兼職工作及弱勢的就業條件，單媽必須長時間在外工作，在家與小孩相處的時間比一般家庭少了許多，單媽要擔心小孩單獨在家的安全問題、三餐問題，還有沒時間教養小孩及課業輔導等，親職壓力讓單媽身心疲累，小孩也無法獲得妥善的照顧及足夠的關愛。

1. 工作、親職蠟燭兩頭燒

飛爸在孩子尚幼的時候就過世了，飛媽除了要扛起經濟重擔之外，還要照顧三個嗷嗷待哺的孩子，在沒有人分擔照顧責任的情況下，飛媽過著必須工作與親職蠟燭兩頭燒的生活。

「以前小孩子小的時候，很多人會告訴我，你們最好啦，不用管先生，只有孩子在身邊最自由，講這種話的人認為我們很自由，但是其實最不自由的是我們，因為像小孩子生病什麼的，沒有人可以頂替，我沒有時間可以喘氣，小孩子生病發燒我要自己顧。」(飛媽)

單親媽媽因為要兼顧小孩照顧需求，在工作的選擇上經常受限，工時必須是彈性的，以便能應付小孩突如其來的各種狀況。飛媽為了能順利找到工作養育小

孩，向雇主提出請一小時假補兩小時工時的條件，發揮了媽媽爲了小孩能屈能伸的柔軟身段。

「我那時候是做腳踏車的雷射雕刻，說到那時候應徵更好笑，我跟老闆說，你要是用我，我絕對不會讓你虧錢，但是我有一個要求就是，學校一通電話，我馬上走人，但是我隔天會把工時補足，我請一小時假，我會還你兩小時工時，因為我是單親媽媽。」(飛媽)

2. 以打罵教育來得到小孩立即服從之效

母代父職的飛媽，在單親過程中要兼顧工作與養育小孩，在孩子年紀尚幼的時候，必須樹立了家長的權威，以打罵方式讓小孩能立即服從。

「到 92 年的時候，有個機會讓我進去○○公所上班，開始從事訪個案、獨居、福利，我就什麼都學，我才知道說要讓小孩子有講話的機會。我們有作一些『飛行少年』，輔導一些個案，我那時候才了解小孩子不是用管的、不是用打罵，其實我會打會罵是我先生喪偶那年讓我很怕。」(飛媽)

(四) 負面標籤

台灣社會的家庭觀念大部分仍是固守「男主外、女主內」的分工模式，「以夫爲天」的信念深植在傳統保守女性心中，社會認爲女性應存有在家相夫教子的美德，女性單親家庭就是違反傳統的分工模式，雙親家庭才是所謂的正常家庭。

「外人的眼光就等著看我一個女人要怎樣養大三個小孩。」(飛媽)

對於單親媽媽必須拋頭露面的去工作，並要養大三個尚幼的小孩，社會上認爲這不是一個女性可以辦到的事情，需要靠「男人」來接手幫忙。

「其實我跟婆家會走到這種地步，也是因為我婆婆那時候逼著我要嫁給她那個沒有娶的小孩(先生的弟弟)，我很生氣、我非常非常生氣。」(飛媽)

「我先生走了之後，每一個人都在看說那個女人要怎樣養大她三個小孩，而且那時我才三十出頭，你說會不會有一些不必要的騷擾事件。所以六年後，總算讓左右鄰居說我：那個女人不能(隨便讓人家)碰的。很難聽，不過我讓人家不能

碰得的是我家的事情，干你們屁事。所以說我都會說我一路走來，多采多姿，但是蠻坎坷的。因為第一年的時候，左右鄰居都用很異樣的眼光看我，要幫我介紹什麼什麼的，第五年的時候他們比較知道我的個性了，到了第六年的時候，那一些困擾都不見了，甚至對我們家改為尊重了。」(飛媽)

自己的婆家以一種極不尊重的態度，不顧飛媽一家的意願感受，屢屢對飛媽提出要她再嫁自己的小叔的無禮要求。而事不關己的外人，也以異樣眼光及閒言閒語來施加對飛家的生存壓力。女性單親家庭在社會上的地位，因為「沒有男人做主」被視為是不完整、沒有保護力、易碎性的弱勢家庭結構。家庭外的人，貶低女性單親家庭，認為單親媽媽沒有能力撫養小孩長大，投以輕視眼光、言語上的輕薄騷擾，自以為是地要介紹另一個男人來介入這個家庭。而這一路坎坷，飛媽自述必須用六年行動證明，才能獲得社會賦予「貞節牌坊」的道德尊重，才能不被以「異樣眼光」看待。從中可看出女性單親家庭在社會上面臨了不平等與不尊重的對待，以虛假道德桎梏壓迫其自由選擇與發展，用偽善的道德判斷來決定家庭的優劣。

外界給予的負面標籤，也讓小飛與飛弟自責自己是拖油瓶，阻擋了媽媽尋找下一段婚姻，找到可以依靠的男人與幸福的可能。小飛提到：「那時候我的想法是，因為寄人籬下嘛，然後阿姨他們可能不會說什麼，可是媽媽工作的場所，還有其他的鄰居，就是會有那個閒言閒語阿。然後我是有聽到說，就是嗯...不好的啦，就是一個女人阿要帶三個小孩阿什麼之類不好的，然後可能一些東西吧。我會覺得說我跟弟弟妹妹是不是拖累她這樣子，我跟我弟是有這樣子的想法，我妹是因為太小了，所以我就不知道。」(小A)

(五) 心理自卑、缺乏安全感、孤立無援

不管是喪偶或是離婚的女性單親家庭，單親媽媽帶著尚未成年的小孩獨立生活，在心理上常有「一個人撐著這個家」的無助。在成為單親的過程中，飛家面對喪偶衝擊，突如其來沒有心理準備下就失去了所愛的親人，「無常」的威脅讓飛

家的家庭成員有深刻的陰影，失去另一個經濟支柱隨之而來的貧窮困境，影響家庭成員覺得生命不能掌控，未來的規劃易受外來事件破壞，在心理上對生活沒有安全感。而宇家在離婚前已經歷了長久的家庭爭執與衝突，宇媽因外遇事件產生不信任感，再加上又被迫扛起家人所欠的負債，宇爸長久以來無法支付家庭生活費，債務一再壓迫宇家的生活，宇媽覺得自己的處境是孤立無援的。

➤ 飛媽

意外事故喪偶，對飛媽也造成了一直無法痊癒的創傷，對親人死亡的恐懼、遺憾人生中就此失去伴侶，也因為自己的單親身分而感到自卑。

「其實我一直覺得別人會看不起我們，我一直自卑感很重。我先生走那個創傷，我承認我到現在沒有完全走出來。每次人家夫妻吵架，我都會很羨慕，人家就會說我肖ㄟ。我說我都沒人可以跟我吵架，所以說沒有失去不會知道擁有的可貴。」(飛媽)

單親家庭現實存在許多困境，必須比雙親家庭更用力地生存著，飛媽在單親路上，必須堅強、必須勇敢，偽裝自己脆弱、沒有安全感的一面，面對外界要強悍起來，一個人才能當兩種角色用，才能保護家人，這是一種求生的方式。

「在單親的家庭的話，我的缺點就是我怕、我沒有安全感，我一直都沒有安全感，我先生走後，我完全沒有安全感，但是我不得不把我偽裝起來，我不得不在眾人面前我要比任何人都來的堅強，所以外人看到我會覺得我蠻冷漠的、刺刺的，其實這是我像變色龍一樣在保護我自己。我的朋友常常給我的評語就是兇巴巴，但奇怪怎麼那麼好相處。」(飛媽)

➤ 宇媽

離婚前的宇媽已是經歷一段身心交瘁的掙扎，才有勇氣做出離婚決定，而離婚後又是另一段單親困境的磨難，在長時間的婚姻糾結、背叛、不信任，原本是生命寄託的人輕易選擇離開，不安定的生活環境，都耗損了宇媽的安全感。孩子成

爲宇媽唯一的生命寄託，心理的依賴，儘管生活困頓仍堅持要取得孩子的監護權來鞏固自己內心的安全堡壘。

「我執意要監護權是為了要那個安全感，就是安全感三個字，我會覺得孩子是屬於我的，我不用害怕有一天他爸爸說要來爭撫養權什麼的，因為他已經沒有權利了。」(宇媽)

「我覺得一個單親媽媽很缺乏安全感，會變得驚慌無措，我常常覺得我是一個人，我所謂一個人是我會覺得我很孤單是如果沒有我的孩子，我的世界就是什麼都沒有了。」(宇媽)

來自娘家的資源是離婚女性單親家庭很重要的支持，但宇媽因爲母親已過世，而原生家庭的兄弟生活亦不好過無法提供經濟協助，宇媽必須一個人面對債務與獨立撫養小孩。加上宇媽有獨立、好強、愛面子及不想別人爲自己擔心的特質，因此有難題不易向外傾訴尋求外界幫助，阻礙了情緒與壓力的釋放，缺乏情感上的支持及可能獲得資源的管道。宇媽認爲是自己一個人在撐著一家人的生活，缺乏安全感、孤單、無力感，沒有可以依靠的協助。

「我曾經(兩年前)大概有半年多吧，我覺得非常非常的沮喪，我覺得我沒有辦法繼續這樣下去了，沒有人幫我，而且我自己的媽媽是(六、七年前)突然間在睡夢中過世的，所以我是連娘家都沒有。」(宇媽)

「我覺得自己很可憐，我一個人要面對這麼多的債務，而且從小孩子還很小，從小宇小學的時候，我們就自己在台灣了，那段時間我突然覺得一路這樣走過來，媽媽又突然間過世，我會覺得自己很可憐，就是別人在困難的時候雖然沒有老公，可是她們會有娘家，而我沒有，我竟然連娘家都沒有。」(宇媽)

「在那段時間我會那麼的沮喪就是，你看哥哥弟弟也不能幫我，反而還會來連累我，然後小宇的爸爸也這樣丟著我們不管。你看我一個人照顧兩個孩子，我為什麼要照顧他們照顧的那麼辛苦呢？我那時候一直有個問號是為什麼所有人都不願意管孩子，為什麼我一個人我要管他們呢？」(宇媽)

「我非常的好強、非常的愛面子，再怎麼樣我都不想在人前...，就像我老公的事情我在人前我不願意講，因為我會覺得說，因為你要講要講到很多過程，所以我不太願意去提那個事情。再來就是我從以前的習慣啦，我不希望家人為我擔心，就算那時候我媽媽不在了，你更沒有人好講了，你要去跟誰講。」(宇媽)

研究發現單親成員共同的特質就是個性多熟善感、獨立、堅強、不依賴別人、不易信任別人，負面的影響是心理孤立無援與沒安全感，與謝品蘭(1992)研究結果相似，單親家庭成員常會覺得孤單、沒人了解、沒有安全感。

二、「父親缺席」

「父親缺席」的壓力事件之困境，我的觀察有五：

(一) 子女照料母親失落與悲傷的情緒

前面提到單媽在喪偶或離婚初期都會經歷一段身心靈崩潰的黑暗期，情緒不佳家庭氣氛低迷，小孩感受到媽媽的難過，會以聽話與聽媽媽訴苦來舒緩媽媽的失落悲傷。

➤ 小飛

小飛回憶當時在喪父初期與飛媽的親子關係，覺得媽媽有強烈的情緒起伏，容易因為自己心情不好來遷怒小孩，小孩必須要懂得察言觀色，要乖乖聽話順從來安撫媽媽。

「她一天到晚在工作，然後就是她心情起伏超大的，就是她不爽阿，我們三個小孩就沒有好日子過，她不高興，我就會跟我弟說：『她不爽了，我們自己要小心一點』。就可能比如說哪件事情她可能心情不好，然後我們可能又有什麼事情要問她什麼之類的，她就會說：『我現在心情很煩，你不要來吵我』。就是沒有辦法跟她接觸，我們就會覺得說，她好像會...那時候就是覺得說是...，喔對，那時候我弟有講到一個很重點，我不知道他為什麼會有那個想法，就是他會跟我說：『姐姐

我覺得媽媽好像不喜歡我們』。」(小飛)

而這也造成了已經失去父愛的小飛及弟妹，在父親過世的時候亦無法感受到母親的愛，以為媽媽的冷漠是不喜歡自己。

➤ 小宇

對於家庭的經濟壓力，小宇了解自己現在的能力還沒有辦法實際去解決經濟問題，能夠幫忙家裡的就是傾聽媽媽訴苦，分擔媽媽心理的壓力與痛苦，主動關心媽媽、逗媽媽開心、一起分享心事，在媽媽需要的時候陪在她的身邊。

「因為說實話啦，我只能做個聆聽者的角色，因為我覺得現在我出不了力，那就是至少聽媽媽說，讓媽媽把她的苦分擔出來，不管我們能不能解決，講出來就是比較好，我只能做到這樣。」(小宇)

「那個時候喔，就是會幫媽媽分擔阿，當然不是分擔經濟方面的問題，因為媽媽跟爸爸分開了，我畢竟是長子嘛，能分享的事情可能就比較多阿，所以我會幫媽媽分擔心裡的事情阿，就是可能常常聊天阿、關心阿。因為人的表情是很明顯的，媽媽就算不說，看得出來就是...有一種感覺嘛，做孩子的當然就是會產生關心什麼的，那我就會主動去關心媽媽。」(小宇)

「當然也只能難過阿，還是難過阿，我在想為什麼我都已經那麼大了，為什麼還是不能多幫媽媽一點，我能做的可能還是只有這一些，可是我會盡量讓媽媽就是過得輕鬆一點，可能媽媽不舒服要看醫生什麼的，我會盡量抽空陪她，只要我一有空下課如果媽媽在醫院，我就會去陪她，我就是能做到這個阿，很心疼。」(小宇)

「可能就晚上的時候就跟媽媽聊聊天阿，分享一下心事阿，不管是分享我在學校發生的事情，至少讓媽媽就是不要再多操心我這一塊，至少讓她知道我過得很好，讓媽媽少操心一件事情，我覺得這樣就很夠了，有時候媽媽也會分享她的心事阿，那我就幫媽媽分擔阿，雖然我不能做什麼，但是我能做的就是聽一聽嘛，至少心事講出來就會比較好，憋在心裡就不好。」(小宇)

小宇認為目前自己能幫媽媽分擔的就是聽媽媽訴苦、分擔她的心事。然而，研究發現父母會與小孩分享秘密，並期待小孩傾聽他們的問題及提供同理與愛，如此一來，父母便無法充分提供給小孩所需的愛與支持(Arditti, 1999)。在小宇訪談中，小宇認為自己很樂觀會轉化母親給的負面訊息，至於未來會不會對小宇的發展造成影響，尚待探究。

（二）分擔經濟壓力的角色負荷、生涯衝突

➤ 小飛

1. 半工半讀的角色負荷

國高中時期，面對競爭的升學壓力，必須投入專注的心力來吸取學校大量的課業知識，也是與同儕相處密切、相互學習模仿與競爭的年紀，甚或可能會有所謂的「青春叛逆期」。小飛在面對龐大的課業壓力下，利用課餘空閒的時間半工半讀，幾乎是沒有休閒放鬆的時間，壓力一直累積著，順從媽媽的意見，壓抑屬於同年紀小孩應有的成長改變與需求。為了家庭的經濟重擔，為媽媽分憂解勞，小飛選擇就學期間一路的半工半讀，犧牲了休閒娛樂、同儕間的相處與讀書時間。長久下來，小飛感受身心疲累，內心渴望可以專心當一個學生的角色，還有完整的暑假假期來放鬆自己，然而，考量家裡的經濟，這仍是一個說不出口的梦想。

「我已經有點厭倦這樣的生活，就是當學生又要去打工，而且如果說打工的時間如果你可以調配的話是很好，可是我會覺得像現在暑假又要到了，然後我媽那天又問我說你有沒有要實習阿？我就說我可能沒有要實習，然後我心裡其實很想跟她說：我很想要休息，可不可以有一個美好的暑假，就是可以不用去上班。」(小飛)

2. 生涯規劃衝突

大學畢業後，面對繼續唸研究所或就業的兩難，小飛很希望可以就業，結束長久以來的半工半讀身心疲累，不用再兼負學生與工作的兩種角色，可以專心就業

賺錢，發展自己的興趣。但是如果她選擇就業，依家庭內工作人口及依賴人口結構來計算，小飛一旦喪失學生身分，便算是工作人口，家裡的低收入戶資格就會被取消，家庭的經濟會重陷困境。

「大四我畢業了，因為我沒有辦法去做選擇，所以繼續唸研究所。本來想說要畢業了，所以我也瘋狂地在找工作，就瘋狂地投履歷，可是我也沒想到會繼續唸書，我那時候滿腦子就是，這樣的生活我已經累了，我累了，而且這不在我的生涯規劃內，本來想說(專業知識)不夠了，再去念研究所。」(小飛)

「因為我們家那個低收的資格阿，我有算過，如果我沒有繼續念的話，它會算我有工作能力，就是兩個養兩個一定不會過，就算你現實的生活沒辦法那個，可是那個計算方式我到現在一直覺得很不公平。這樣我就算阿，我的獎學金就會沒了，然後我弟弟妹妹也念私立的，我一個月的薪水最少最少要六萬，不然家裡可能沒有辦法那個。而且我想到說如果不讀了，可能 2009 年我們還可以撐過，因為補助是整年度的，但是今年的話可能媽媽就會沒有工作，我不知道媽媽有沒有跟你說，她是用以工代賑的身分進去的，然後一個月的薪水不多，就算最低工資有調升，但是對以工代賑的人來說，他們的薪水沒有提升阿。」(小飛)

「其實像我現在就這樣一直念書阿，我是還會有個遺憾是，其實那時候(大學畢業後)我有找到一個一個月大概 3 萬左右的工作，可是它不是作社工，是我朋友開的一個咖啡店，我就覺得工作很彈性、然後跟朋友又很好。」(小飛)

雖然小飛還不是主要家計負擔者，年紀尚輕卻已懂得要了解家庭的經濟狀況財務分配狀況，視情況來決定自己的生涯規劃。身為家中第一個可以步入正式職場的小孩，小飛不像弟弟妹妹一樣有選擇空間，為了維持家庭低收入戶身分，讓家中成員可以享受低收入戶的各項福利，小飛儘管心中很不願意，還是決定繼續為家庭設想選擇升學，犧牲自己期望的生涯選擇。身為家中的母親與長姐面臨同樣的問題，必須為了考量全家的經濟，選擇放棄自己想要的生涯規劃，願意為家庭犧牲。

（三）與同儕不同

➤ 小飛

國高中時期就開始打工幫忙家裡減少負擔，雖然有賺錢的成就感，但與大多數都不用打工的同儕比較，小飛會覺得自己與別人不同，產生自卑心態。

「那時候我有發現到一個景象就是，我們班上同學來找我的時候，我如果遠遠地看到，就是那個店是玻璃的，有些個地方的有透明的窗戶，就可以看到誰誰誰來了。然後那時候可能麵包、吐司都分好了也切好了，我那時有個舉動就是，我看到他們誰誰誰來了，我就很自動地會跟我同事說，還有沒有什麼東西沒有切阿，然後我就跑到裡面去了，就是不想讓同學看到說我在外面上班的一個情形。可是我到現在也不知道說為什麼我會不想讓他們看到，我在想說，是不是我會想讓他們感覺說我跟他們都是一樣的（笑...）。」（小飛）

青少年階段的小飛每天在上課打工間忙碌，也因為家裡的經濟困境，如飛媽所說家裡的錢都是剛好可以過生活而已，不能像同儕一樣愛漂亮、跟流行，沒有錢滿足生活必需品外的物質需求。也因為打工佔用了小飛大部分的休閒時間，減少與同儕間互動的機會，讓同儕誤以為是小飛不合群，也影響了小飛的人際互動關係。

「那時候我就很多抱怨，從學校生活、到我自己的部份，譬如說衣服阿、我想用的東西都沒有，然後有時候電腦壞掉還要跟別人借...什麼之類的，然後還有要一直上班阿，然後被同學說為什麼班上的聚會你都不參加，你很不合群阿。」（小飛）

➤ 小宇

與同學、朋友在一起聚會或出遊的時候，小宇相較於同學，因為沒有零用錢，小宇的用錢方式都會詢問媽媽同意，所以更為省吃儉用，不會有太多的奢侈性花費。在同儕之間的相處是融洽的，朋友會體諒小宇的經濟狀況特別照顧小宇。在

情感方面，小宇不太會向同儕傾訴心中煩惱與家裡的困境，因為認為問題並不能因此獲得解決，同時也不想因此在同儕間顯得身分不同，被以差別眼光看待。

「因為同學也會很照顧我阿，他們覺得說你這麼省喔，那可能就是有時候會分我吃一點東西，所以我覺得這樣感覺其實也沒有很差，就沒有特別...。」(小宇)

「可是我覺得這些事情是我們自己家的，因為現在大家都只是學生嘛，不可能跟同學講這種事情嘛，難道要說：『同學，我家經濟有困難，你要補助我嗎？』不可能講這種話阿，當然就放在心裡。」(小宇)

「聊天當然可能會聊到我家庭的狀況阿，可是我會用一種開玩笑的說法，就是當作一種聊天，我不會當作是分擔心事，因為我不希望...假設我跟男生講，因為男生你知道...只會嘻嘻哈哈，所以不可能會講；那如果我跟女生講，那我不希望女生會覺得很...你知道我不希望讓她們產生一些...那種比較不好的想法啦，當然不是那種負面，就是會有點...會覺得我...，我不希望會表現的這樣。」(小宇)

Erikson 認為青少年時期為人格發展重要的階段，面臨「自我統合對角色混亂期」(張春興，1994)，與同儕間的相處具影響力，會從朋友、同輩間相互學習行為來獲得自我認同。訪談中的兩位單親小孩有著跟同儕不同的家庭背景與經濟狀況，差別性的物質條件，而且必須在課餘時間打工賺錢分擔家計，減少了與同儕的相處時間。小飛甚能感受到同學認為她在打扮上「跟不上潮流」及沒時間參加同學間的聚會而排擠她，讓小飛心理產生自卑感，並覺得同儕不能理解她「必須早熟」生活方式。小飛與小宇皆表示不希望因為是單親小孩的身份或必須省吃儉用、打工來度過經濟窘境，使同儕以不同的眼光看待，顯得「跟同儕有所不同」。

(四) 負面標籤

➤ 小飛

飛家的單親家庭歷程遭遇許多困境與不平等的對待，例如因為少了爸爸、經濟條件差被別人貶低、看不起，小飛能透過逆境磨練出向上的信念與動力，而非

自暴自棄，希望靠自己的力量扳回弱勢處境，改善家庭生活。

「我那時候很大的想法是，我不想被別人看不起(笑...)，我想要給某部份的人看，就是爸爸那邊的兄弟姐妹，就是我那些堂哥堂姐他們。我會覺得說你們都在騙我，你們都在看我家的笑話，我很討厭你們，我要靠我自己的力量，讓我們家過得比你們還要好，就算沒有像你們家那麼有錢，或是想要什麼就有什麼，可是至少我們有那口氣就是不想...，我就是覺得那口氣贏過你們就好了，我不想跟你們任何人接觸這樣子。」(小飛)

(五) 心理缺乏安全感、沒有自信

➤ 小飛

沒自信及沒安全感是喪父的單親生活對小飛的負面影響，小飛認為是因為自己在很小的時候即必須面對父親的死亡，這與一般人來說是很不同的，大部分的人都預期在中年之後才需面對父母的失喪，如此才符合對生命週期的期待。國小三年級小飛即面臨了非預期地、意外地父親過世，生命的無常太早對小飛示現，心智成熟、心理調適及家庭環境等條件都尚未準備好承受改變，影響了小飛的缺乏自信與安全感。

「單親對我的影響喔，最近有朋友跟我說我太過獨立，他說朋友其實是可以來幫忙的。其他的影響可能就是比較沒有自信，這個可能除了家裡的因素之外，還有一點就是感情吧。還有爸爸走的那個時候的一個情緒，這部分我比較不知道，我會自己去推測沒自信可能是因為有一些事情要太早接受之類的吧，導致那個時間點亂掉，其實我一直不知道我的沒自信是從哪裡來的。我都會想問別人你的自信到底是從哪裡來的?還有就是沒有安全感，到現在一直都存在，這是很大的一個影響。」(小飛)

第三節 女性單親家庭韌力展現關鍵

家庭為一複雜的動力系統，「人創造形勢」，單親父/母與小孩創造了單親家庭，每個單親家庭都活出獨一無二的、隨時間改變的家庭樣貌(Richards & Schmiede, 1993)。「貧賤夫妻百事哀」，說明了貧窮是不利家庭穩定的重要因素，本研究訪談兩個單親家庭皆有低收入戶資格，除了已是處在單親困境，在經濟上比起其他家庭更是困頓、生活壓力更大。為什麼在相似的家庭逆境中，有些家庭會耗盡資源，無法產生對抗的力量，放棄奮力一搏，家庭解組、家庭功能喪失；而有些家庭卻能經由家庭成員共同努力、協商來回應逆境，經由轉化悲慘的經歷，處理它、解決它，甚能從生命難題中得到成長茁壯。家庭如何度過生命難關，在風暴中激起韌力不斷改變彈性因應，從谷底爬升邁入另一段新的家庭穩定，需要親子之間共同協力。女性單親家庭韌力展現的關鍵可依時間光譜分為重振生活期及穩定向上期來分別討論：

壹、重振生活的關鍵因素

一、化悲憤為力量

分析兩個單親家庭能從瀕臨崩潰解組邊緣，逆境谷底時刻，止跌回升的重要契機有以下三點：

(一) 成長經驗淬練堅強信念與積極價值觀

飛媽與宇媽從小到大的成長經驗，均是原生家庭中為家庭付出最多的那個孩子。

飛媽是家中的長女，在傳統的務農家庭從小就必須照顧年幼的弟妹，磨練出堅強、不求人、不認輸，痛苦自己承擔的個性，然而卻也擔心這種自己咬著牙默默承擔痛苦的個性，會遺傳給小孩，這是一種身為母性，寧願相信自己可以忍受，也不忍心見到小孩若是受苦卻不求助的矛盾心理。

「我本身又是農家子弟，很保守，有時候會把自己隱瞞起來，痛苦自己承擔，我很怕會把這種（個性）遺傳給小孩。我先生走的時候我剛好 30 歲，底下有三個孩子，背上一個，手牽兩個，我又不會開車，又不想拜託別人，我的個性又很強（倔強），我知道不可以靠別人。」（飛媽）

而宇媽是家中唯一的女兒，一直到現在儘管日子很不好過卻還是為兄弟背債。成長經驗造就兩位女性保守堅毅的個性與為家人犧牲付出的胸懷，這樣看似宿命的心念，卻是日後讓兩位單媽在單親歷程上對抗逆境的信念。

（二）單親媽媽的轉念

為了孩子，要努力活下去

尼采名言：「懂得『為何』而活的人，幾乎『任何』痛苦都可以忍受（He who has a “why” to live for can bear almost any “how”）」這也是弗蘭克(Viktor E. Frankl)創立意義治療法（Logotherapy）的核心概念，強調在人生絕望失落下還能繼續活下去，取決於人在痛苦中是否能找出生命的意義，瞻望永恆、有所希望(Frankl, 1995)。

➤ 飛媽

在喪偶初期，飛媽在情緒悲痛困頓之下，是三個小孩子帶給她奮力活著的支持力量。

「我不會去尋短，因為我還有三個（孩子）啊，我一個人去尋短，那三個怎麼辦？所以外面所講的帶著小孩子自殺，我從來沒想過，因為我覺得我既然生下他們，我就有責任。」（飛媽）

剛喪偶時飛媽無法待在充滿先生影子的家，低潮情緒難以自勝，於是陸陸續續搬了幾次家。為了給小孩安定的生活，飛媽自覺在外租屋不是長久之計，於是飛媽決定從租屋處搬回原來的家，努力鼓勵自己要堅強奮起好好面對生活，這對飛媽來說是終止繼續耽溺悲傷，所跨出的第一步。

「回家後，大家抱在一起哭一哭，我又到我先生往生的地方哭一哭，然後我就決定要走出去了。我為了要克服我自己的心理障礙，我把小孩轉到○○國小，我每天載他們上學，每天都要經過我先生死亡的地方，一天要經過來回四次。那一段路 200 公尺，我幾乎都不敢喘氣，甚至於我想把那段路的電線桿全部拔掉丟掉，那恨是有多大，所以，到最後我還是要從那個地方爬起來。」(飛媽)

➤ 宇媽

生命逆境幾乎磨掉了宇媽繼續活著的力氣，看不到自己未來的希望。「爲母則強」，爲了怕孩子無依無靠，親子間濃厚的依附情感，讓宇媽產生了奮力活著的動機。

「我跟我兩個兒子感情真的還蠻好的，你知道嗎那時候我真的爲了他們才沒有做傻事。」(宇媽)

「我覺得有時候人就是一個轉念，就是在我轉念我突然覺得說，如果說我媽媽的離開我會覺得我自己很可憐，因為我連個依靠的人都沒有，然後我突然間想到了，如果我真的發生了什麼事我的兩個孩子怎麼辦？他們將會面臨比我更慘的局面是，我還有兩個孩子是我的依靠，可是我的兩個孩子會連依靠都沒有，因為那段時間爸爸幾乎是失蹤的。」(宇媽)

「我真的很疼小孩子，我非常愛我的孩子。當年我決定要活下來的時候，我就沒有再去想過其他的，一直到今天，我都告訴我自己就是，我現在活著都是爲了我的孩子，只要有任何傷害到或是危害到我孩子的事情，我絕對不允許。」(宇媽)

女性單親家庭遭逢生命逆流的當下，縱使外在資源險惡，不足支持這個家庭繼續往前走，家庭成員如能夠在內心展望一個可期待的目標，一個信念來支撐自己繼續奮力求生的意義，「懂得『爲何』而活的人，幾乎『任何』痛苦都可以忍受」，也許自己的未來已不堪期待，但是對家人的愛能帶給單親成員力量及動力。在受訪家庭中，均能發現單親媽媽在絕望甚想結束生命了結苦痛的時刻，知道自己是

年幼小孩唯一的依靠，照顧小孩是自己的責任，因此「為小孩活下去」成為單親媽媽克服困境的最主要信念，讓小孩安全成長是主要目標也是家庭中可堪期待的未來。

（三）尋求突破逆境的實際行動

家庭是避風港，成員彼此依靠。在逆境中絕望原本想以自殺來了結一切苦痛的單媽，想到了年幼的孩子，為了不讓小孩受到傷害及失去依靠，「為孩子而活」，是處在逆境的單親媽媽生命繼續前進的唯一信念，孩子是媽媽可堪期待的未來目標，增長了單媽的內在力量，化為帶領家庭突破逆境的實際行動。

➤ 飛媽

1. 家庭分工重新調整、共同努力

飛媽下定決心要回到自己的家「從這個地方重新站起來」，在完成了幾個重要的「自我激勵儀式」後，開始規劃家庭的運作，並與小孩溝通分工，大家共同為新生活努力打拼。

「我就告訴我自己，我絕對還要從這裡爬起來，這間房子雖然有我先生的影子，我跟小孩就把家裡整理一下。有一天，我趁孩子都睡著的時候，我到先生過世的地方大吼大叫說：『我絕對要從這裡爬起來』。從此之後，我不要讓我自己覺得說我會死在這裡這樣，我就開始準備找工作。後來很幸運，有一些手工讓我帶回家做，早上帶小孩子上課，白天、晚上就做晚一點，然後母子開始有了共同的生活，漸漸地就邁入比較正向了。後來有人就介紹我工作，我學會慢慢跟小孩子商量，我開始交代小飛要照顧弟妹怎樣怎樣，然後我去工作。」（飛媽）

2. 工作積極

飛媽現在是以低收入戶資格在政府單位社政部門從事以工代賑的工作，在這份工作之前，多從事體力勞務的臨時性低薪工作，如檳榔攤、工廠代工及家庭手工等。因為沒有接觸過文書工作，飛媽很努力積極地學習。

「從 92 年我進入○○公所之後，一個國中學歷，歐巴桑，什麼都不會，影印機也不會，承辦人員教我一次按按按，太快了我還是不會，第二天我又去問，那人回說：『這你也不會喔』，我就說：『那你動口，我動手』，第三天我就學會了。」(飛媽)

飛媽的工作態度是不計較工作量的大小，希望有學習更多工作的機會，甚至超越工作上的要求，來增加自己在職場上的不可替代性，充實自己的工作經驗，將來自己無法從事以工代賑的工作時，還可以有其他的發展機會，也能早日脫離貧窮的弱勢地位。

「像我在一個職務上，我絕對會想辦法把所有課內的全部業務都摸索清楚，其實我現在的工作只是送送公文及簡單釘文書就好了，我為什麼要學這麼多，讓我盡量不會被取代掉，說我自私也有可能、說我好高騖遠也有可能（笑...），因為我想要在以工代賑這個區塊、在小孩子成長這個區塊，這個社會扶助體系下，可能成為我離開低收入戶的跳板。我把我自己都學習好了、充實好了，我這份工作不見了，我相信其他的地方還有更多我可以發展的空間，雖然我年紀比較大了。」(飛媽)

「在工作職場上，我不敢說我是一個很盡責的，我會想盡辦法把主管給我的任務完成，我是標準型被利用型的，說一句趣味一點的，我隨時在創造被別人利用的機會，我在職場上我永遠不會沒有工作，雖不好聽，但這就是我們這種弱勢的媽媽想上進、想生存的一種方式。」(飛媽)

飛媽家曾是社政單位服務的個案，在受助經驗中及自己後來在社政單位服務的經驗中，飛媽對社會福利工作產生了很大的興趣，也把從事社會工作當作未來可以努力的目標。

「我記得我曾經告訴○○大學的老師，雖然我年紀大了，但如果我要服務老人的話，我是一個年輕的社工；我要服務青少年，我是一個資深的社工，而且我親身走過了，只是我剩下的工作年限比較少而已，我願意學習的話，難道我會輸給年

輕人嗎？」（飛媽）

在職場上的飛媽，有著自我要求、積極學習的工作態度，工作對飛媽來說，不只是一個賺錢謀生的管道，也是一個充實知能、提升自我成就與價值，脫離弱勢處境的期待。

➤ 宇媽

死都不怕的勇氣化為積極面對的勇氣

宇媽面對生命逆境的絕望，原想結束生命來逃避一切，爲了孩子，在逆境轉念後化為勇敢面對的力量，連死都不怕的勇氣化作突破生命難題的實際行動，宇媽願意咬牙忍受債主的辱罵、努力工作賺錢解決經濟上的關卡，在逆境面前放下自尊，並非向命運屈服，而是用更柔軟堅毅的身段來面對命運，逆境如同大石壓草，卻抵擋不住小草能順應而生的發展力量。宇媽以新的信念來面對龐大負債壓力，重新設定爲一個可處理的目標(讓自己和孩子繼續活下去)，可以扭轉人生故事。

「如果有機會我還蠻希望把這樣的念頭告訴其他人，就是曾經會有走不下去的人，我當時突然間想到就是如果我連死的勇氣都有了，對阿，那我還有什麼好怕的呢？一個連死都不怕了，你怎麼會怕人家來跟你要債呢？你怎麼會怕人家來對你做什麼呢？對阿，死這麼大的關卡你都不怕了，所以我決定了我要來面對所有的人、所有的事，就是當有人來跟我要債的時候，不管有人覺得我厚顏無恥阿、臉皮厚什麼都好，我當時只有一個念頭啦，我為了我的孩子，只要不讓我去做偷阿、搶的犯法的事，為了我跟我孩子要活下來，我什麼都願意做，包括就是有人來要錢我沒有錢還他，他怎麼辱罵我都沒關係，因為辱罵並不會痛，可是我至少有機會可以活下來，我可以為我的孩子好好活下來，而且說不定因為這樣子，我的努力或許有一天...，其實當時想法很簡單，就是會不會有一天老天爺看到我這麼這麼努力、為了我跟我的孩子而活，祂是不是肯給我一個機會，對，就這樣子，真的就是這樣子。」（宇媽）

「所以我決定了我會好好活下來，為了我的孩子，隔天我才打電話跟社工這樣

講。」(宇媽)

決定挑戰生命逆境後，單親媽媽在心態上與生活上皆有所轉變，從消極浮沉任命運操弄，到正向積極向命運宣戰。飛媽帶著小孩搬回原本的家、宇媽決定向社工尋求社會救助，單媽帶領全家以實際行動因應各種生活難關，至此，家庭的生命曲線走到了最低點往上的轉彎處。

二、 家庭成員互助

兩個受訪單親家庭中的每個成員皆能發揮角色功能，互愛互助。

(一) 母職的有力領導，角色模範的遞嬗

如研究發現，單媽積極對抗逆境展現的堅強韌力，是帶領家庭可以繼續向前發展的重要關鍵，所謂「言教身教」，單媽的以身作則是小孩的角色模範，小孩會服從母親的規訓與教導。

1. 母親對孩子照顧的重視

➤ 飛媽

飛家是低收入戶的單親家庭，飛媽會灌輸小孩要節省及每一分錢都要用在刀口上的觀念。教育小孩要獨立、為自己的行為負責。

「我在教育小孩子的方式，我會告訴他們一句話，在我能力範圍之內，我寧願存一角也不願浪費一元，我寧願賺一元花九角，我也要存一角。存這一角累積下來，或許有另外的功用，這是比較正向的。」(飛媽)

「從小我就訓練他們，課本沒帶一次，我可以幫你帶，但是第二次不可能幫你帶去，你要自己負責，行為要是不檢點，我給你們三次機會，不然我就會用眼睛殺死人那樣子。比如說要去親戚的家，比較富裕的家庭，我會叮嚀你們應該做什麼，不准離開我的視線範圍，怕會弄壞人家的東西，所以我們一直在很自卑的那種心態成長。」(飛媽)

不亂花錢、節儉儲蓄與自愛負責的教育方式，影響小飛與弟妹珍惜每一分錢的重要，懂得靠自己的努力去賺錢。

➤ 宇媽

縱使貧苦的環境中，宇媽很重視品德教育，教導小孩正確良善的觀念，建構良好的家庭價值觀。

「我記得在我最沮喪的那段時間，其實我跟我的小孩都蠻好的，我一直告訴我的孩子只要我活著我有一口氣，我都會盡我所能給你們最好的，可是我希望對他們的要求就是至少你們品德要端正、做人要對得起自己，因為我已經很辛苦才你們養到今天，如果說你們連做人都不會，還要讓我為你們操心的話，我會覺得我這麼多年的辛苦是白費的了。」(宇媽)

2. 兄姐成為弟妹的仿效對象

母親是小孩的角色模範，而出生序別的不同影響小孩的內在心理及外在表現發展，家中的長子/女較為成熟懂事，所謂「長兄如父/長姐如母」，兄姐亦會成為弟妹的仿效對象。

➤ 小飛

小飛為了分擔家計從國中即開始打工，弟弟妹妹感受到姐姐為家庭的付出，會以姐姐為模範起而仿效，有工作能力之後也開始打工，學習為家庭付出。

「我覺得他（飛弟）是受到我的影響，還有前面已經有人做給他看了，所以他說他想去打工。」(小飛)

「長姐如母」，在小飛身上也看的出這種特質，當弟妹情緒或行為出狀況時，小飛會跟媽媽一樣擔心，或是與媽媽同盟來解決弟妹的問題。

「我跟我媽曾經有想要把我弟的朋友都斷掉，因為他有一些朋友就真的都怪怪的，我弟就是，有時候朋友講的話大於家人講的話，我們很怕他被帶壞，就是在我們家庭沒有那麼完整的時候，就三個女生一個男生，沒有可以給他做一個很

好的榜樣。」(小飛)

「我只有在 msn 跟他說：『你只剩一年而已，就算你再怎麼不喜歡這個科系，你只剩一年而已，至少大學要給我畢業。』我只有給他這個警告而已。」(小飛)

對弟妹的期待，多半也承襲來自母親的期待，小飛希望弟妹可以有好的行為規範、有順利的未來，或是跟她一樣也能是一個媽媽期待的樣子。

➤ 小宇

因為父親的缺席，母親又因為工作較為忙碌，宇家兄弟間的互動是哥哥負起親職來照顧弟弟，小宇會複製宇媽的規訓來教導宇弟。不過也由於家族序列，兄弟處於平輩地位年紀也相差不大，小宇雖然心智言行較為成熟，教導宇弟的時候往往宇弟會不服氣，到最後就像是在爭執一樣。但如宇媽所言：「我是覺得說有人說身教言教啦，不是只有父母，其實哥哥姐姐也可以影響弟弟妹妹。」雖然兄弟間有所爭執，但小宇的言行會成為宇弟仿效的對象，具潛移默化的實質影響。

「有阿，我會叫他不要亂買阿，可是因為我弟也大了阿，現在也高中生了阿，基本上也不受我控制，我也只是一個身為哥哥的人，我當然控制不住他，我就不會想跟他多說什麼，那就希望他有一天會自己弄懂這些事情。」(小宇)

「我跟我弟是兄弟嘛，常常吵架阿，所以後來我就知道一件事，我管不動他，我畢竟只是一位哥哥，那他可能...就是兄弟之間，哥哥跟弟弟其實是差不多啦，也沒有什麼輩分，那我唸他他也不會想聽，也不會...就是他情願裝作不聽或是聽不懂，那我就可能意思意思跟他講，就偶爾會提一下吧，就希望他哪一天可以想通，我只會這樣而已。」(小宇)

「當然是會兇他會管他阿，可能就是因為年紀太相近了，就會變成很像在吵架阿，所以就是...那樣子做，其實只會讓媽媽更辛苦。」(小宇)

「現在開始都是用聊天的方式阿，以前當然會比較強制性一點阿，年紀還小當然會比較強制性一點，他上國中的時候，就開始有點叛逆了阿，我開始慢慢講不動他了，我叫他作什麼他也不願意去做，就會開始吵架阿，所以現在就是用聊

天的方式阿。」(小宇)

「所以我現在就是會轉變成用提醒的方式，就是只能跟他提一下，因為我慢慢發覺到，因為我如果說太強勢，兄弟之間年齡太相近會變得不能很兇他，因為他會反抗，這樣會增加媽媽的困擾。」(小宇)

(二) 貼心的子職

➤ 小飛

1. 體諒媽媽的辛勞，協助家務

小飛從小看著媽媽每天日以繼夜不斷工作養活小孩，儘管年紀還小，就會貼心地為媽媽分擔，並且也教導弟妹要懂得媽媽的辛勞，共同幫忙完成工作，利用家庭分工的方式，讓媽媽可以早點休息。

「我就跟弟弟說，我們趕快把它作完然後媽媽就可以早一點睡覺。她如果睡飽了就比較不會對我們發脾氣，就不會一直碎碎唸、碎碎唸，因為我們覺得她碎碎唸的功力還蠻強的。我們就會想說這些東西作完，錢比較多，我們就可以買自己想要的東西，那時候心態是這樣。」(小飛)

2. 順從媽媽，壓抑自我

飛媽因為生活的忙碌與壓力，為了可以立即收小孩服從之效，對小孩的管教方式是屬於權威型，嚴格要求小孩的言行，一個口令一個動作，會用打罵方式教育小孩，比較少花時間傾聽小孩的想法。小飛對於媽媽的話言聽必從，不敢表達自己的心事及想法，會藏在心裡或跟其他人講。親子互動方式屬於權威與服從，在家庭內小孩會壓抑自我，較沒有表達自我的空間。

「我跟媽媽的互動就是，她一個口令我就一個動作，從那個時候一直到我大二。她說什麼我就是（說）好，不會去反駁，就算有自己的意見我也不會去跟她講。我可能就是放在心裡、寫寫日記、找朋友聊一聊阿。」(小飛)

因為曾經意外喪夫，小飛感受到媽媽對於親人的安全會特別的擔憂與過度的

預防，媽媽情緒起伏過大，讓她不明白被處罰是錯在哪裡，無所適從，覺得自己是媽媽發洩情緒的受害者。

「搬回家之後，媽媽好像有比較好一點，可是她情緒起伏還是很大，就是她可能會因為別人的一些話，就是有時候會把氣發洩在我們身上。其實那時候我們也不太懂，我想說會不會是我們太不聽話什麼之類的。我們那時候要幹麻幹麻，她會很叮嚀我們出去要小心什麼的，還有包括交朋友阿，還有就是都不准我們出去玩，就是把我們關在家裡阿。」(小飛)

飛媽對於小孩的控制性是比較高的，時常性的叮嚀讓小孩覺得很嘮叨、會不耐煩，如此也阻礙了雙向溝通，小孩較不願意與媽媽分享想法，認為意見不被接受，媽媽對小孩的要求，都是以媽媽的意見為主，小孩認為自己想法沒有被尊重，很難與媽媽溝通，但一方面又能瞭解、體貼媽媽對自己的用心，所以雖有抱怨，但還是會順從媽媽。

➤ 小宇

1. 順從媽媽，減少媽媽的負擔

小宇從小看媽媽獨立養育自己與弟弟長大，知道媽媽的辛苦與壓力所在，懂得體貼與感謝媽媽，並了解自己家庭的經濟困境，養成了很節儉不浪費的用錢習慣，由於自己年紀尚小，可以做到的就是盡量少花錢不拿零用錢，能力範圍之內盡量分擔家裡的事情，幫忙媽媽，讓媽媽少一點負擔。儘管會羨慕同儕有較佳的生活享受，小宇認為「作自己」最重要，不會盲從跟隨，「作自己」的涵義也在於能夠順應自己的環境限制，不讓家庭因為要滿足自我的欲望而增加負擔。

「因為媽媽很努力很辛苦阿，那要從灰暗時期走出來真的很困難，那要獨立撫養小孩也是很辛苦的阿，因為就是上了國中了還是多少懂這些阿，就是說知道媽媽辛苦，然後就是也不希望媽媽那麼辛苦。」(小宇)

「就是可能我們都知道說這件事情在所難免會發生，因為媽媽真的壓力很大，我們就會覺得說盡量幫媽媽啦，就是她很灰暗的時候，我們就盡量幫媽媽。」

(小宇)

「我覺得以現在的我們就是幫媽媽分擔家裡的事，從生活做起吧，經濟方面當然我現在就是打工嘛，就是學生賺的錢沒多少，就意思意思，主要就是幫媽媽分擔家裡的事，什麼都做阿，洗衣曬衣拖地掃地，除了煮飯啦，反正就是一些雜七雜八的事情都要做啦。」(小宇)

「我從小就是這種消費習慣阿，我們家從小就沒有零用錢，媽媽很辛苦了，怎麼可能還去要額外的零用錢嘛。我覺得作自己最重要，就是看別人花錢當然多少會有羨慕嘛，看同學吃好的喝好的多少會有點羨慕，但是我自己生活下來那種習慣會打敗我的欲望，所以我的欲望不會很強烈。」(小宇)

「現在錢當然還是吃的比例比較多嘛，我衣服穿著什麼的，就覺得...還好，因為那種東西就是能不花則不花，說起來我以前吃得也是很省啦，因為可能是個性節省的關係吧，就是只吃我需要吃的，譬如說現在午餐我就吃午餐，我不會額外出去吃別的東西，所以我不怎麼吃什麼巧克力、餅乾阿、不喝飲料阿。」(小宇)

當研究者問到，在經濟協助家裡的部份，是否覺得身為長子的身分所以責任比較重，小宇回答：「我覺得這不是長子不長子的問題，我覺得這是做孩子該做的事情。」

研究者又問小宇是否有所謂的青春叛逆期，小宇回答：「我一路上走來就是過這樣的生活阿，我覺得我也沒有必要要作什麼叛逆的事情阿，那段時間就是媽媽那麼辛苦了，我還要不服管教，我為什麼要讓媽媽過得那麼辛苦，我不服豈不是要讓媽媽過得更苦嗎？就是我媽媽說什麼，我能接受的我都做，反正就是唯一只有一個想法，就是想要讓我媽媽過得更好。」小宇認為媽媽的日子已經過得很苦了，如果自己再不服媽媽的管教或是意見不同，這樣只會讓媽媽更辛苦，生活的磨練讓小宇有著超齡成熟的體貼，順從媽媽的意見為言行的依歸。

「我對很多事情都很隨緣，沒有什麼特別想法，譬如說未來假設我有家庭，我媽這個人很開放阿，或許我的老婆小孩不希望跟我媽住在一起，那我媽一定會

接受阿，但我不會因為這樣子就讓我媽過不好，我一定會讓我媽住好的，這是我的首要想法而已，我不會讓我媽過得比我差。」(小宇)

小宇的信念是「在能接受的範圍內要盡自己一切可能，讓媽媽過得更好，比自己更好」，信念意義在於把媽媽的需求置於自己的需求之上，凡事會先考慮媽媽。信念會引領行動，小宇會主動關心照顧宇媽、會以實際行動分擔宇媽的家庭責任，親子間會相互合作度過家庭難關。

2. 正向樂觀性格，轉化負面訊息

逆境所帶來壓力的多寡，關乎怎麼樣去詮釋它。Phares 與 Renk (1998)研究青少年對父母的感受發現，如果對父母有更多正向的感覺，特別是對母親，對青少年會有更佳的心理健全。小宇在訪談中多所肯定母親的付出與辛勞，且本身有著正向樂觀的特質，會用正面積極的態度看待家庭所遇到的難題，把事情往好的方向想，或者是以不想太多的方式，只著眼於眼前的困境，不過度擔心未來還沒有發生的事情。對於媽媽所傾訴的煩惱及困境，小宇會先理性地思考事情的態樣與可能的發展，再想辦法以實際行動來幫助家庭一起度過難關。

「因為我本身就很樂觀吧(笑...)，我平常沒有什麼難過的事情阿，平常沒什麼壓力耶，我不會想太多，就是想到這個點就好了，我不會再去想更多的事。我會把它(困境)轉化成一種正面的情緒啦，因為再負面也改變不了什麼，那就是正面一點，我只會往好的方面去想，我要怎麼改變，我不會想說我為什麼會這樣，我不會想說為什麼媽媽要跟我講這一些。我會先思考，思考怎麼幫媽媽。」(小宇)

➤ 宇媽

宇媽認為小宇跟宇弟都能瞭解自己家庭的不足，但不因此有負面的想法及影響，反而能順應環境，在逆境中鍛鍊出比一般家庭的孩子更成熟懂事的心智，這是身為單親媽媽最大的安慰跟驕傲。

「我覺得單親媽媽跟孩子真的關係很微妙，再來是我覺得單親的小孩子真的會比較懂事，我想他們看到的世界是不同的，其實他們都知道自己的生活環境是

跟人家不一樣的。」(宇媽)

「宇弟給我的卡片就寫到說，他每天看到我回到家之後，我從客廳收拾到房間，洗衣服曬衣服，家事每一個地方就開始一直做一直做(笑...)，他就說他看到我忙碌的背影，他覺得他很難過也很對不起，是因為他沒有辦法幫我分擔很多的事情，因為他如果幫我多做一些事情，我就可以少做就可以不用忙到那麼晚，所以他說每次看到我忙碌的背影他就很難過，他跟我說放心他已經慢慢長大了，以後這些事情可以慢慢的交給他讓他來做。而我也確實看到了我的孩子是真的長大了，就是他們會幫我分攤很多，除了家事還有需要他們幫助的時候。」(宇媽)

「我常常都不知道小孩子要帶錢這件事，真的，我也不知道小孩子要去福利社，再來我兒子也不曾來跟我要求過，而且小宇省的程度是人家來跟我講我才發現，從國中高中我都維持午餐是 50 元晚餐也是 50 元，所以他們就是一天 100 元飯錢嘛，我們家的小宇非常厲害，那時候我記得很清楚他國中的時候，有人跟我說你知不知道現在便當一個 50 塊錢不夠，你兒子很強ㄟ，這樣一天一百塊，他可以用半年的時間存了八千多。」(宇媽)

「小宇從很小就會盤算他自己要買的東西，他會去盤算說譬如我現在要買這個東西，我們家的小孩子從很小就這個樣子，就是他們沒有所謂的零用錢。我後來知道說因為他沒有零用錢，然後他們要買一些金額大的東西，其實我是不可能給的，以我的經濟能力我沒有辦法幫他們負擔這個錢，所以他就是會自己去存他的錢。我那時候知道都很驚訝，你為什麼一個禮拜七百塊還可以存錢呢？我後來就是覺得他養成這個好習慣，可是我覺得因為那段時間因為他要買東西那麼辛苦，可是從此以後他就知道了，他要獲得什麼東西他要自己付出勞力或辛苦去獲得，就是他要自己想辦法去努力才能得到那個東西，而不是來跟我開口要求，因為我能力不一定能夠幫他負擔。」(宇媽)

林文婷(2007)研究發現貧窮生活環境下的青少年具有正向思考、正向人格特質、良好的自控能力與問題解決能力、遇到困難不退縮與自我瞭解等內在優勢。

單親家庭的小孩比起雙親家庭小孩更能承擔家庭責任，會發展出獨立自主、責任感以及處理問題的能力(Amato, 1987 ; Shaw, 1991，引自 Richards & Schmiede, 1993)。小飛與小宇亦是苦過來的孩子，雖一樣有著充滿生命考驗的童年，然而有媽媽給予滿滿的愛與堅強信念指引，單親的孩子能跟媽媽一樣堅強獨立，負責任、同理體貼，會想辦法解決困難及不服輸的特質。

(三) 母兼父職、子代親職

➤ 飛家

飛爸過世後，飛媽便開始日以繼夜地工作來維持家計，在飛媽不在的時候，年長的小孩被母親期待、自己也主動地扮演媽媽或爸爸的角色來照顧弟妹。

「她（小飛）會扮演媽媽的角色，我們家小朋友從來不吵架，只有她爸爸還在的時候吵過架，自從爸爸過世之後，姊姊扮演媽媽的角色，哥哥就扮演爸爸的角色，最小的那個幾乎是他們帶大的。」(飛媽)

飛家的家庭系統的運作是趨向年紀較長的孩子照顧年紀較小的孩子，因此身為長姐的小飛，在三個小孩子中當中，為家庭扛起更多的責任、替媽媽分擔更多的壓力。

「弟弟妹妹很怕她，她有大姐的威嚴。而且我們家很自然的就是小的會聽大的。其實全部操控其實都還在我手上，我很想放。小飛很多事情都會想到媽媽、弟弟妹妹。以前小飛在圖書館打工，有人送她員林的芭樂，老師給她兩顆，她兩顆都帶回家，她說她捨不得吃，要跟家人分享。後來老師又給她一顆，她連那一顆都帶回家。」(飛媽)

這當中，可以看到媽媽的期待、長女角色的「主動承擔」，擔負家中有意識而明顯的期望，認為滿足家庭每一個人的需求是自己的責任，比起弟妹會更少想到自己的需要，容易把自己與家庭綁在一起，自主性較低。而這種無私的個性，也著實幫助家庭度過難關，扮演奉獻型的角色，維持家庭運作。

➤ 宇家

宇家在離婚前已是假性單親家庭的狀態，持續到離婚之後一直都是宇媽獨立撫養小孩，能從宇爸那邊獲得的經濟資源是不穩定且不足夠的。宇媽必須外出工作，大部分的時間家裡只有小宇與宇弟在家，宇媽要扮演父與母的角色且身體狀況又差，所以會期待身為哥哥的小宇能夠照顧弟弟、分擔一些家務，而小宇也能主動承擔這個責任照顧好弟弟與自己，扮演協助親職的角色，讓媽媽能夠輕鬆一點。相對來說，宇弟就較小宇沒有壓力與煩惱。

「我們家那個小宇是一個比較懂事的孩子，他是那種喔你可以踩我一下我痛一下沒關係，因為他從小就知道一件事就是他是哥哥嘛，他一直扮演一個角色就是照顧弟弟，他也知道要做這件事他也一直很認份。所以我們家的宇弟是天真無邪型的、無憂無慮型的。」(宇媽)

「我們家小宇小的時候他就知道要照顧弟弟，所以他不太需要我去幫他承擔很多其他的問題，加上我自己身體也不好，所以從小小宇會照顧宇弟。」(宇媽)

小宇從小除了懂事、獨立自主外，不讓媽媽操心外，體諒媽媽要煩惱的事情太多、生活壓力很大，認知自己身為兄長有照顧弟弟的責任，負起協助媽媽照顧弟弟的生活起居、課業等的責任。

「因為我是長子嘛我下面還有弟弟阿，所以我當然是還有照顧弟弟的義務阿，而且我現在越來越大，大學生了嘛，當然我現在開始有幫助媽媽分擔經濟的能力，所以說我當然有這些義務存在的阿。那因為弟弟...我爸說過一句話，他說兄弟是一輩子的阿，所以說他再不懂事，我還是要照顧他，因為如果說我媽媽要操心我弟弟的事，又要操心生活方面的事，那她真的太累了，所以我寧願幫她分擔就照顧弟弟阿。」(小宇)

「如果說媽媽在外面，那是不是家裡剩我們兄弟，那我就會負責幫他弄吃的阿，我會幫他處理晚餐阿，處理他的功課阿，因為功課一般都是問爸爸比較多嘛，那就是爸爸不在身邊阿我就會照顧他的功課阿，我會幫他打理工課、打理工他

的生活，至少這是我可以做的事情。」(小宇)

「我的能力範圍內就是煮個水餃阿，然後蒸個東西給他吃阿，因為我們奶奶會從鄉下寄一些粽子什麼的，那些東西是用蒸的阿，電鍋可以弄得出來阿，就是我媽會教我簡單的步驟，我大概會弄一下，再不然可能就會去外面買。」(小宇)

三、社會資源

包括正式及非正式資源，以下分就經濟支持及情感與照顧支持來討論：

(一) 經濟的重要

1. 親戚資源

➤ 飛家

單親家庭最大的困境就是經濟壓力及工作與小孩托育的兩難，飛媽的兄弟協助飛家房貸的寬解，妹妹則幫忙在飛媽工作時照顧小孩。娘家提供飛家經濟上的實質支持，讓飛媽能有足夠的時間與精力來處理悲傷及解決現實生活上的問題。

「像我的娘家系統還不錯，因為我是老大，我底下有兩個弟弟妹妹，我父母都是務農的，九二一地震後，弟弟就在外面買房子，我兩個弟弟都是公務員，所以我弟弟會幫我負擔房貸部份，把一筆錢幫我還掉，所以我不用再付房貸以後，我的經濟就比較穩定，可是我以後還是要還啦，只是不用繳利息，這筆利息錢對我們來說夠了，那時候房貸還兩百多萬，算是蠻幸運的啦。」(飛媽)

「(檳榔攤)工作時間是早上九點到晚上三點，我用工作來麻木我自己，小孩子我都沒有顧，我妹妹幫我顧。」(飛媽)

➤ 宇家

宇媽雖已離婚，但仍有來自前婆家經濟上協助。

「其實一直以來還蠻感謝他爺爺奶奶的，在他們有能力的時候其實都會幫我們。就是偶爾在我們經濟情況不好的時候，如果說打電話跟他們求救，他們就是

會盡自己的能力還是會幫我們。」(宇媽)

2. 正式資源

➤ 飛家

飛家有低收入戶的補助資格，除了給予每個小孩每個月的生活扶助費外，另亦有補助學費等教育相關費用，及享受低收入戶資格的相關福利，紓解大部分的經濟壓力。「政府低收入戶對小孩的補助，你只要用在刀口上，我跟你講，夠了。」(飛媽)。飛媽努力工作賺錢、小孩節儉不亂花錢，再加上家庭經濟分配運用得宜，飛媽認為低收入戶的相關補助對家裡來說已經足夠了。

➤ 宇家

來自社會福利的救助，如兒童及少年生活扶助、低收入戶相關補助包括每月給小孩的生活扶助費、學費減免、房租補助，在宇媽生病期間獲得醫療補助及馬上關懷急難救助等經濟資源，讓宇家能維持基本生活所需，小宇與宇弟在就學期間獲得經濟上的安全，社會福利資源予以宇家實質的金錢救助，維持生活的安定。

「在我真的很困難的時候，最大的幫助應該是社工，那時候我就像是一個溺水的人，那時候那個早上我會想到要打電話給社工，其實那時候有幾個點就是比較私心是，當時尋求不到任何幫助，因為我欠很多人錢，我也希望社工能夠在金錢方面幫我，因為我覺得假使我沒有這筆錢，我將會跟我兒子連住的地方都沒有，今天我連死都不怕了，我如果說厚著臉皮如果說社工可以幫我的話，至少我跟我兒子就有機會可以活下來，這是當時或許有一些小小的私心。」(宇媽)

「那時候社工就幫我尋求了一些幫助，那時候就是兒少(生活扶助)，把我們轉給兒少的社工，所以我們接受兒少服務大概一年。在這一年裡面其實後來有社工跟我說以我們的情形我們是可以申請低收的，因為我自己獨立扶養兩個孩子，就算是沒有負債，因為低收是沒有審核這一塊的，不過我還是可以申請低收的。」(宇媽)

「我告訴當時的社工就是請她幫助我。第一個我是請她幫助我經濟，因為那時候我連房租都付不出來，我已經欠了房東很多個月的房租了，我會完全崩潰是說，如果我連房租都繳不出來，我將會連個住的地方都沒有，這樣我的孩子怎麼辦？所以我非常之著急。當時社工就一直安撫我、告訴我說其實她可以幫我申請一定的幫助，雖然可能不見得能夠完全補足我的房租，可是是一定多少有幫助，她一直勸我先冷靜下來，事情總會有解決的辦法。」(宇媽)

「政府經濟上的補助在於譬如我小孩子的學費阿讓我很安心，我覺得幫助最大的是低收這一塊，在學費上會有很多減免，尤其是在小宇上高中的時候，他上的是私立的，當時其實還蠻感謝因為有低收的身分，所以學費少了很多從四萬多變成只有五千多，這個部份對我幫助很大，不然我可能會連學費都會...。」(宇媽)

「如果一直到今天你問我低收對我有沒有影響，其實還是有，因為他們上了大學以後我才知道，天阿，大學花費好多，跟高中真的差好多喔，食衣住行阿、一天到晚要買書阿，天阿，我突然發現費用真的增加好多喔。所以我是覺得說還是蠻感謝，我之前雖然不能接受低收，可是我目前真的需要這個幫助，因為我的孩子都還在念書。」(宇媽)

「政府的補助就真的有補助到阿，就是稍微可以讓我們過得比較好一點。」(小宇)

(二) 支持的重要

1. 親戚

➤ 小飛

阿姨與舅舅提供小飛親情上及物質上的資源，是小飛的重要支持。

「我小阿姨給我很大的支持，我主要的支持主要都來自我阿姨舅舅那邊。」(小飛)

➤ 小宇

對小宇而言，來自爺爺奶奶與舅舅一家的親情支持最為重要，在媽媽必須長時間工作的情況下，能從親友那邊得到生活上的照顧。

「照顧我們的人很多阿，親戚的部份就是爺爺奶奶，會給我們一些經濟上的幫助，說真的我真的很感謝我們爺爺奶奶，一路上走來真的很辛苦，其實有很多部分都是他們在幫我們，不管是經濟上的分擔或心理上的。」(小宇)

「像我們平常在家沒有東西吃嘛，我們就吃爺爺奶奶寄過來的，因為爺爺奶奶平常會寄很多東西過來給我們吃，我覺得...你知道收到那種就會有那種雪中送炭的感覺，就是收到會真的很感動，爺爺奶奶特地送這些東西給我們。」(小宇)

「我(大)舅舅也是很照顧我媽媽阿，他們經濟也不是很好過，也都有自己的故事阿，但就是我們會互相扶持阿，譬如說我舅媽阿，我表弟會去我家玩，媽媽在忙的時候，表弟會來幫我分擔家事，他會跟我一起打掃家裡，我表弟在我家裡佔了很重要的一個成分，他算是我們家很重要的一個人，在我們家庭佔了很重要的角色。他不是我們家的人，可是他還是會來幫我們洗衣打掃，會幫我們分擔家事。不只是他，媽媽在比較忙的時候，我們舅媽會來照顧我們，之前年紀比較小嘛，有時候舅媽會叫我們去她家吃飯，因為我們住很近嘛，她就會煮很多叫我們去吃。那有時候就換表弟來我們家，我們就會...我媽就會盡我們能力範圍照顧他。他們家對我們來講很重要，很大的支持。」(小宇)

2. 朋友

➤ 飛媽

飛媽的一個很要好的朋友，雖然已經過世，但飛媽對於朋友那時候給予她的支持，至今難以忘記。

「我那個往生的朋友和她的男朋友，那個男朋友是竹科的，五專畢業，在我小孩子數理、化學我沒辦法教的時候，她男朋友也住我家會教他們。那時候她還

沒往生前，我先生剛走我失蹤的那一年她很擔心，她就問我說可不可以住我們家，我那個朋友還幫我整理家裡，她男朋友也跟著住我家。雖然我朋友往生了，可是她男朋友我們到現在都還有聯絡，他會幫忙教小朋友數理。」(飛媽)

由於飛媽因工作無暇顧及小孩課業，又沒有多餘的錢給小孩家教或補習，飛媽懂得善用資源，請朋友幫忙教小孩數理。而朋友也給予飛媽相當大的情感支持，甚至還因為擔心要求與飛媽一起住，如此的朋友情誼與親人感情一樣濃厚。

➤ 小飛

小飛國中畢業的暑假開始了半工半讀的生涯，家庭的外在資源加入了來自小飛工作場域的資源，打工的老闆、同事、學校同學及朋友都是小飛的重要支持。

「我很喜歡那份工作，就是老闆娘和同事都對我很好，可能老闆跟老闆娘比較照顧我吧，她給我的薪水比另外一個人還要多（笑...）。我同學也很好，他們其實不愛吃那家麵包，他們就說想要看我在那邊有沒有被虐待之類的（笑...）。他們就會故意的去，但不買東西又會覺得怪怪的，就會強迫自己買一個東西，然後就會跟老闆娘說，我是你們那個員工誰誰誰的同學之類的。」(小飛)

3. 鄰居

➤ 飛家

在飛媽去工作的時候，鄰居也提供了幫忙看顧小孩的資源。

「還有我的隔壁鄰居，人家說遠親不如近鄰，在我的身上完全看得到，我的親戚不可能隨時看顧我。」(飛媽)

4. 小孩的學校老師

➤ 飛家

隨著小孩日漸長大就學，面臨小孩在學校中與自我發展上各種疑難雜症，這是每個家庭都必須面對的成長課題，然而不同的是，單親家庭面對更多壓力困境，由於要兼顧工作且是母兼父職的情況下，飛媽沒有足夠的時間來關注小孩。在一

次飛弟遭校園霸凌事件中，飛媽與老師合作一起解決了這個問題，從此，飛媽便學會利用與老師的聯繫與溝通來了解小孩的教育情形。

「我到現在很慶幸我的小孩沒有變壞這樣子，其實我要感謝很多老師，如果今天小孩子換一個導師，我會叫小孩子去問說老師大概什麼時候有空，晚上的時候我會電話跟老師溝通，講說我的小孩子是什麼樣的個性。」(飛媽)

在一次飛弟換導師的經驗中，新導師將飛弟貼上「單親家庭壞小孩」的負面標籤，飛媽發現飛弟開始行為異常。飛媽循上次與老師溝通的良好模式，再與這位新導師溝通協調飛弟的教育方式。

「後來他（飛弟）就在廁所大吼大叫，他又不說，怕被我打，老師在聯絡簿說他在學校大吼大叫，我就想說，阿死了，怎麼行為變成這樣，我就想說我來做這個工作，沒時間管小孩，小孩子如果變壞，那我賺這個錢是要幹麻。我連續兩個晚上沒睡，我不知道要怎麼跟孩子說，有什麼事情你要跟媽媽說，我也不了解他的心態阿，而且講實在的，我那時候知識真的不足，我只能孩子顧好穿飽，賺錢，我其他沒辦法想，連我自己都過得懵懵懂懂那種日子了。」(飛媽)

「我就跟老師講說，我知道我兒子有很多不好的習慣，但是我相信我的孩子絕對不是一個壞小孩，雖然我是單親，但是在某些方面我還有辦法管教，在學校的方面，我希望老師你配合我一下，我的要求很簡單，我的小孩子可以打、可以罵，但是不准傷及要害，老師你覺得這樣的限度可以嗎？如果他（飛弟）有犯什麼樣的錯誤，你馬上告訴我，我一定馬上跟你配合。經過這樣談過以後，他（飛弟）下一次的段考，在全班三名以內。所以那次之後，每次開學換老師我就會先跟老師溝通，因為我要讓她知道我的孩子很好動，可是他的優點在哪裡、他的缺點在哪裡。」(飛媽)

飛媽面對小孩突然有反常的行為出現，會先向老師了解情況，進而解決問題，也因此小孩的導師角色在飛家教育小孩系統中，由阻力轉而成爲飛家的支持資源。從中也看出女性單親家庭除了要面對無瑕教養小孩的困境，還容易被外界貼

上負面的標籤。

飛家存在多元性支持系統發揮不同的功能，持續有親戚、朋友、小孩學校老師、鄰居及來自政府的正式資源。相較於飛家，宇家獲得的資源較少。因為宇爸投資的失利導致負債，宇家週遭的親戚朋友均早已給予宇家經濟上的協助，如宇媽所說「能借的都借了」「當時尋求不到任何幫助，因為我欠很多人錢」(宇媽)，龐大的負債拖垮宇家的經濟，但親友卻也已是無能為力，再加上宇媽的兄弟經濟狀況也不佳，無法給予經濟挹注，只有來自小宇年邁爺爺奶奶少許的金錢協助。而宇媽又是屬於比較好強、愛面子，不願向外界求助的個性，「我非常的好強、非常的愛面子，再怎麼樣我都不想在人前...，就像我老公的事情我在人前我不願意講，因為我會覺得說，因為你要講要講到很多過程，所以我不太願意去提那個事情」(宇媽)，所以來自家庭外的資源較少，直到宇媽在絕望想放棄生命的邊緣，有了為孩子繼續活下去的信念，開始尋求社會福利救助來改善家庭經濟困境。

貳、 穩定向上的重要因素

一、 相互包容的親子關係

受訪的兩個單親家庭的優勢在於家庭成員都能站在對方的立場來同理對方、能敏感地覺察對方的需求。

(一) 親職的省覺、轉變

➤ 飛媽

隨著小孩年紀漸成長，自主意識越來越強烈，飛媽也會不斷地思考成長，並能意識到自己對孩子是「霸道的」，會反省應尊重孩子的意見，彈性改變自己對孩子的管教方式，並教導小孩正確的價值觀。

「雖然小孩子現在都是獨立的個體了，但是只要我強（迫），他們還是會照我的話做。我會講到讓他們了解必須去執行這項任務。所以說我家向心力很強，如

果我一句話，他們都會回家。不過我也發覺說我很霸道，所以我現在有感覺說，我要改。」(飛媽)

飛媽認為成為單親家庭後，家裡發揮更高的凝聚力，並會向同事及朋友交換、學習與小孩的互動經驗，來增進親子關係。

「我覺得先生過世後，我們家庭的向心力比以前更強了，而且我會跟同事之間互相交換與小孩子互動的經驗，我同事有單親的、也有雙親的家庭，我單親家庭的朋友蠻多的，我覺得我做不到的、可以效仿他們的地方蠻多的。」(飛媽)

在親子互動中，隨著小孩逐漸成長，飛媽會透過外在的資源及自我覺察來檢視及修正與小孩的關係，慢慢收起身為母親的權威，讓小孩有意見發聲的機會，此階段打罵式的管教漸漸轉向互相溝通。同時飛媽期許能充實知能，讓自己保持持續成長的狀態，與小孩能同步發展。

「我如果有一個高中的小孩子，我會扮演一個高中角色的媽媽；如果我的小孩子念到大學，我相信我有能力去扮演一個大學角色的媽媽。如果他們將來可以成為很多人都認為不錯的話，我相信我會成為不會讓他們失望或是遜色的那種角色，所以我也一直強迫我自己要跟著走（成長）。」(飛媽)

➤ 小飛

面對飛媽權威式的管教，小飛與弟妹不是選擇對抗或逃避，而可以試著站在飛媽的角色來設想其動機為何、理解其背後的意義，即使自己有所抱怨，但絕大部分可以體諒飛媽的管教並順從，協力合作來豐盈資源不足的家庭。

「然後我就跟我弟講說，你(對媽媽)的看法是什麼?我弟就會說他也有這樣的感覺。我也有問我妹，看我妹會不會站在不同的角度，我妹就說她也是。我就會發現到說媽媽是太寂寞嗎?還是...?我們三個小孩子會去角色扮演阿，我們也會去模仿媽媽現在的想法是什麼（笑...）。這部分我會覺得媽媽沒有安全感之外，其實應該也會有點寂寞，她那種寂寞是失落的那種寂寞，然後她其實很怕說她跟我們的軌道是分歧的，可是她又知道說她要放我們去飛，就是她應該也很掙扎啦。」(小飛)

飛媽一路辛苦獨立將三個小孩撫養長大，小飛對媽媽盡是欽佩，肯定媽媽的能力，認同媽媽。但也能分辨媽媽處理事情上的盲點，這個覺察是很重要的，小飛在欣賞認同中可以區辨其優缺點，不一味盲從，慢慢成為獨立自主思考的完整個體

「可能是媽媽太強吧，對我們三個小孩子來說，媽媽是一個很厲害的女人，就是像人家傳統說的，很能幹，我不知道怎麼形容，只能說她真的很強，雖然她有些地方我不是很認同她。」(小飛)

➤ 宇媽

宇媽隨著小孩的成長能聽懂父母的訓誡，管教方式從打罵教育轉變為與小孩溝通，宇媽在過程中雖感受到小孩成長的衝擊與不適應，但會去思考彈性改變教導小孩的方式，理解這非孩子叛逆或是親子間的愛有所變化。

「我以前會打小孩，其實我也很少罵小孩或打小孩，可是當小孩有很嚴重的錯誤的時候我會打他們，我會讓他們知道說這個叫做絕對的不可以。我記得那時小宇不曉得做錯什麼事我非常生氣，我記得我拿了像塑膠球棒的東西要打他，我就一直打打打很多下，小宇做了一個動作，他用手擋，當下我很生氣，我突然間覺得說你為什麼可以用手來擋，然後我就丟了棍子我很傷心我就回房間去了。可是也是因為當下小宇做了這個舉動以後，我想了很久很久，就是關於是不是要再打他們，他們都大了，其實那時候小宇國一、宇弟才小學，可是我在想要不要再打的方式，因為我覺得是不是有別的方式比這個方式更好？就是說那天我想了很久很久，我想了很多天，第一個我的孩子大了，不再是可以用打的了，第二個是我想我要怎麼樣才能讓我的孩子知道這件事是錯的，還有媽媽很愛你，我很希望幫你，可是我不見得可以幫到你，我希望你可以了解我的苦心。」(宇媽)

由於是單親家庭，宇媽必須獨自負擔管教小孩的责任，宇媽了解小宇與宇弟具有懂事貼心及不忍媽媽難過的個性，發展出屬於宇家一套獨特的管教方式—「動

之以情」。宇媽灌輸孩子「子不教父之過」的觀念，看似把孩子的犯錯責任轉移到自己身上，但實際上卻讓孩子因為媽媽扛起了犯錯責任而自責，進而敦促自己不再繼續犯錯。

「那天晚上我就把他叫到我的房間，我告訴他說，兒子，媽媽很對不起你，我說喔，你應該有聽過古人講的『子不教父之過』因為你爸爸不在，所以這個責任就是我，我看到你們做錯事的時候，我覺得對你們很抱歉，因為我沒有把你們教好，所以你們才會犯這樣的錯，我想我要比你們承擔更大的責任。所以我說該檢討該反省的是我，因為如果你有錯，媽媽的錯一定更大，所以你現在回去你的房間，我要好好來思考往後媽媽要如何來教你們，讓這個錯誤減少，因為你們一次犯的錯比一次還要大。後來我就發現，有時候作為單親媽媽的，如果說用這樣逆向思考的，我的孩子每次看到我為他們作錯事在房間裡閉門思過的時候，他們就會非常難過(笑...)。因為我看他們很難過，會進來跟我說：『你不要生氣了好不好』。然後我會告訴他們說：『其實我真的沒有生氣，我在思考我自己的錯』。後來我就發現說，其實由這樣子不是用打罵的，對他們來講其實懲罰更大，因為媽媽在承擔他們的錯。」(宇媽)

➤ 小宇

小宇對於媽媽那時管教方式的改變，自覺愧疚，認為是自己叛逆不懂事。

「年紀還小阿，我沒有什麼想法，就只是覺得很痛，小孩子叛逆嘛，當初就不懂事就擋下來了。我媽從那個時候就開始覺得我長大了就不打了，管教就只有從那個時候開始改變。可能是一種成長吧，小的時候用講的可能不會聽吧，小朋友怎麼可能用講的就會聽。國中當然多少還是有點叛逆啦，可是越大就越聽得懂。」(小宇)

對於媽媽所教導的道理，小宇能夠順從接受並且內化於個性中。

「因為我們家管教一直是說誠實最重要阿，作弊是不好的，我媽就會這樣講阿。她就會叫我們不要作弊阿，她就講一些道理給我們聽阿。」(小宇)

「我做錯了阿，我們家一貫的傳統就是做錯事就承擔阿，我覺得沒有什麼好丟臉，沒有什麼好不認錯的，做錯事就承擔。」(小宇)

Rutter(1987)提出在面對危機狀況時需探究家庭中存在的「保護性因子」(protective factors)與危險性因子(risk factors)，家庭為因應因喪偶或離婚而來的改變與生活挑戰，家庭成員會相互依附凝聚力量來度過危機，即所謂的家庭中的「保護性因子」，而隨著家庭週期改變及家庭成員的成長，過度的緊密與依附反會成為「危險性因子」，阻礙小孩成長獨立的需求與自主能力的培養，家庭規則應彈性改變因應。有些單親家庭可能必須面對小孩因乏人管教或過於權威管教，導致小孩偏差的窘境，本研究中兩個受訪家庭單媽均能多花心力去瞭解小孩的成長發展需求，適性轉變管教方式及溝通方式，而小孩亦可能因為了解自己單親家庭的不足，體貼單親家長的辛勞，反更能自我要求謹慎言行，不增加單親家長的壓力與負擔。

同時檢視飛、宇家親子兩方都能了解從打罵到溝通管教是順應成長而彈性改變，孩子成長了已不需要經由打罵便能接受父母的訓示，且亦越來越需要有保持自尊的空間，彼此都能在為對方著想的立場下，磨合出更佳的可行方式。

(二) 子職的體貼、分擔

➤ 飛媽

小孩打工協助分擔家計

先生過世後，飛媽一個人獨立扶養還在唸國小的小孩，到了小孩有工作能力的時候，小孩們也都會自動自發地去打工幫忙負擔家計，減輕媽媽的經濟壓力。小飛從高中以來就持續的兼職數份打工，飛弟是約高中後開始打工。

「小飛那時候高中，我在念○商夜校，她那時候晚上在麵包店幫人家顧店，早上跟下午在圖書館打工，那時候賺的錢是兩千四百零二塊的樣子，她把每一元都拿回家，她從高中後就沒從家裡拿過錢，那時候政府補助的錢，我就把它拿來買

小飛學校要用的書、電腦啦。她用暑假打工課輔班（低收資格暑假工讀）的錢，三萬多拿去買了一台機車，機車四萬八，剩下的我再幫她付。」（飛媽）

「小飛從高中就沒跟家裡拿過半毛錢，而且她賺的錢，還會拿給弟弟妹妹用。」（飛媽）

「像我們家的人如果想要一個東西，我們就會先存一段時間的錢，像小飛比較貼心，她錢存夠了之後，她有時會說：『媽媽，我已經不太想要那個東西了，我們把錢存起來』。不會像飛弟一樣，先買再說。」（飛媽）

小飛比一般同年紀的小孩更早開始打工，把所賺得的每一分錢全交給媽媽分配家用，無私地為家庭奉獻，可能也是長女的關係，小飛比起弟弟妹妹，在人生階段中更早開始為家庭賺錢，而且沒有間斷一直都在打工，從高中開始就沒再跟飛媽拿零用錢了，也拿了較多的錢(全數)回家，給媽媽的同時也會分配一些零用錢給弟妹花用，反而沒有留一些錢在自己身上。

飛弟約在高中後開始打工，由於大學念的科系功課較為繁重，因此只有寒暑假的時候打工，打工的薪水也都會拿給飛媽家用，也會為姐姐妹妹添購物品。

「弟弟在家裡是屬於最懶惰的（笑...），可是還好啦，他也會工讀，平常沒有在工讀，因為他是護理系要實習要做報告沒有辦法，但寒暑假會去工讀，他也每一塊錢都拿回家。」（飛媽）

「飛弟也是蠻貼心的，他打工的第一份薪水，他買了一雙 NIKE 的球鞋給我、姐姐和妹妹，那一天他花了四千二百元。我頭一雙合我的腳買的新鞋，就是他買給我的，不是只有我有，姐姐妹妹都有。」（飛媽）

飛妹現在尚在唸高中，也已有工讀經驗：

「那個妹妹從去年也開始工讀，去年剛好是我朋友開服裝店，請她去幫忙看店，還有小飛也去幫忙，剛好就把學費補足。」（飛媽）

➤ 小飛

貼心？犧牲？從國中畢業開始的半工半讀生涯

因為明瞭家裡的經濟困境，小飛才剛國中畢業，儘管同年紀的朋友都在快樂地放暑假，小飛就會開始想要打工，而打工賺取的薪資不是自己花用，而是全數用來分擔家計，及給弟妹零用錢。

「我的第一份工作是國中畢業升高中的那個暑假，我也不知道為什麼耶，我那時候的想法就是要讓家裡的生活好一點，我就默默地去找工作，而且我都沒有跟我媽媽講（笑...），我是到錄取了，然後好像工作一個禮拜之後，然後我媽有一天就忽然跟我說：『你為什麼都這麼晚回家，你明明就中午就下課了，為什麼都搞到四五點才回來，或是有時候到十點。』」（小飛）

「我那時候滿腦子就是想說要多賺一點錢。我也不知道我這個觀念是什麼時候開始的，我會想說我自己有錢，然後我可以給弟弟妹妹零用錢（笑...），然後我可以不要跟媽媽拿錢。」（小飛）

「在結束這份工作之後，因為我很怕下一個工作沒有著落，因為我已經習慣就是讀書、上班、讀書、上班，雖然沒有假日，可是不知道為什麼，我就會覺得好像有幫到家裡什麼。」（小飛）

從小到大就常常看到媽媽為錢煩惱，小飛對媽媽的印象就是「媽媽好像很愛錢，如果沒有錢媽媽就會煩惱生氣，然後會把氣出在小孩身上」，所以自己一有工作能力，會馬上想賺錢給媽媽，讓她減少生氣的機會，家庭氣氛才會好一點。

「我那時候的想法是，你好像很愛錢，就這樣。我也沒特別想什麼，就是反正你開心就好了。那時候就覺得至少有幫到家裡，看到媽媽開心，她開心的話小孩子比較沒事情。喔，我想起來那一仟塊我都拿來做什麼了，就是可能我會買個小東西幾十元，然後就會找個幾百的，我就給我弟弟妹妹當零用錢。」（小飛）

小飛就這樣從國中畢業一路的打工，而且不是只有寒暑假才打工，在（高中、大學及研究所）學期中的時候就接下許多學校的工作（如圖書館打工、教官室打

工、研究助理)，一直這樣半工半讀度過學生生涯。相較之下，弟妹就不像小飛這麼早就分擔家計，但弟妹也會體會、效法小A對家庭的付出，因此也會主動去打工，把賺的錢給媽媽分配家用。

「我覺得他（飛弟）還不錯，他會尊重，就是說多多少少我們也是家庭的一個關係裡面都會互相的模仿，他會跟我媽講，確定ok之後...。就是後來的這份工作薪水他不會全部拿回家，他會跟媽媽說我現在有三萬元，然後一萬五我要幹嘛，我確定一半會給家裡，因為我住外面，所以我有什麼規畫。就是 he 會講得很清楚，所以這部分我媽媽就沒有什麼（意見），因為我們有拿錢回家（笑...）。我們小孩的看法是，你不要全部都自己拿走。或是說我們這樣看媽媽會覺得好像你不用給她很多耶，你只要有錢拿回家的話，多跟少她好像沒什麼意見。」（小飛）

在訪談者問小飛說，對於自己將薪水全部給媽媽，而弟弟卻不用全數給，可以留一些自己花用，小飛對此會不會羨慕？小飛表示：「不會耶，我不會耶，我也不知道，有時候我都覺得自己有病（笑...），我不會羨慕他，我只是有點羨慕他為什麼他可以有一點很輕鬆很自在的作他想要做的事情。」（小飛）

「妹妹可能不知道是老么還是什麼之類的，我有時候會覺得她很好，什麼都不用扛，然後前面就是我跟我弟會去頂著。其實，我還蠻羨慕她的，她可以很自在的作她，念她想念的學校，做她想做的事情。」（小飛）

訪談至此，會發現小飛的長姐角色與弟妹明顯的不同，小飛把打工賺取的薪資全數交給媽媽，這與媽媽相同，會把所賺的薪水全部用於家用，甚至小飛還會給弟妹零用錢，小飛在這個部份似乎填補了父親角色的功能，自己晉身到小大人的位置，認為自己有照顧家庭與弟妹的責任。在國、高中的年紀而言，應該是有許多幻想、許多自己想買想要的東西，小飛把自己的需求隱藏起來了，把家庭的需求擺在第一位，有超乎年紀的行為表現與早熟想法。對於弟妹在家庭中是較為輕鬆自在的角色，小飛仍會有點羨慕，而這樣的羨慕也留下小飛未來成長蛻變的伏筆。

➤ 宇媽

單親的經濟逆境讓小宇從小就知道，要買自己想要的東西就必須靠自己努力賺得，家裡沒有額外的錢來支付基本生活外的消費，也不能再增加媽媽的負擔。

「小宇他會去打工就是之前他想要買電腦，可是因為他知道我的能力，他也不會要我負擔，所以他利用暑假打工買了他自己要的電腦。這點是小宇的優點啦，他其實有想買的東西，可是他不想讓我幫他付這個錢增加我的負擔，所以他想繼續打工把這個錢存夠然後去買他自己要的東西，小宇就是這一點好。」(宇媽)

➤ 小宇

小宇除了協助媽媽分擔家務、分擔親職外，另外打工賺的錢扣除自己在課業上的必須花費及生活費後，剩餘的會全數交給媽媽分配家庭的支出，以家庭需要為優先。

「我賺的錢都給媽媽阿，我沒有用到的都全部給媽媽。我只有暑假那段時間賺的錢我花在我自己身上(購買就讀大學用品)，現在我沒有要花什麼錢，就只是日常生活吃喝而已，所以現在賺的錢就全部給媽媽，然後媽媽再分我一些生活費阿。像我上個月好像賺八千吧，因為作假日比較少，八千怎麼可能生活費一個月用到八千阿。上個月我給媽媽八千，我媽好像給我(生活費)大概一半吧。」(小宇)

「我能做的我想說經濟是最大的回饋阿，所以我盡量先從分擔經濟、分擔媽媽的心事這方面著手；那我弟弟不同阿，因為他現在沒有在賺錢阿，經濟分擔不了阿，所以他可能就是從分擔家務做起，像我現在不住在家裡了，他可能就打掃家裡阿，就換成這樣阿。」(小宇)

「我從以前都用自己的錢，我買什麼都用自己的錢，不管是我賺的、我存的，我都會用我自己的錢，而且我的優先考慮就是，譬如說現在這筆錢我媽會需要，那我就不會先拿，我都以那個方向為優先考慮。」(小宇)

「我不會先買自己想要的東西啦，畢竟奢侈品可有可無啦，能分擔我當然覺得

最好阿。我的習慣就是把錢都給我媽阿，可能我現在有一萬塊好了，我可能會先給我媽阿，到時候我想買什麼的話，我媽如果說那時候經濟狀況好，那我就會買阿，那我媽如果說這時候不適合我就不會買阿，因為我對這種事不強求阿。」(小宇)

在飛家與宇家中可以發現，尚未有工作能力的小孩會克制自己的欲望，不要求零用錢及娛樂休閒性質的消費，只把錢花在生活必需上，省吃儉用存錢來滿足自己想買的東西。已有工作能力的小孩除了克制慾望及節儉外，還會以半工半讀的方式來幫忙分擔家計，把賺得的錢交給媽媽分配家計。這與林文婷(2007)研究青少年貧窮生活經驗研究發現相同，面對貧窮的匱乏經驗會有兩種因應方式：1.控制自身的欲望，不與他人比較、2.以存錢或打工方式自力購買；及陳若喬(2001)研究發現在父母離異經濟困苦環境下成長的青少年多能對家境感同身受，會主動節省開支或打工家教減輕家庭的經濟負擔，養成個人的經濟獨立等的研究結果相似。而提前分擔家計的經驗，使他們較一般青少年更為成熟懂事，具有自我犧牲的利他精神(劉宛儒，2010)。在本研究中有相同發現，家中第一位孩子在克制自己消費欲望及打工時間在程度上更甚於其他出生序別的孩子，早熟、貼心懂事，有更深的利他價值觀及家庭互助觀。另外在劉宛儒(2010)的研究中發現過早分擔家計的青少年犧牲個人權益，過多的時間在工作上，壓縮了讀書的時間，教育品質低落，影響身心發展，更可能因此而落入貧窮循環，在本研究結果中未發現因為子女過度的分擔家計而導致教育品質低落或貧窮循環的明顯負面影響。

(三) 親子照顧角色流動與權力移轉

➤ 飛家

隨著小孩成長，飛家的親子關係漸漸由上下權威轉向平等，從小都是媽媽照顧小孩、擔心小孩，小飛與弟妹長大後，媽媽教養重擔減輕，孩子開始會照顧媽媽，以「開玩笑的命令」語氣來要求媽媽好好照顧自己的身體，親子關係權威結

構弱化，孩子在家中的角色地位提升，漸漸有親子間照顧責任移轉的雛形出現。

「去年最不順的就是我婆婆往生、○大退學，又發現我長了將近六公分的肌瘤，每個人都建議我要開刀，因為這件事情讓我三個小朋友對我更注意，我目前還在追蹤沒開刀。譬如說我不願意去做檢查，我三個小朋友就會說我這樣他們會很擔心，要拿刀槍來押我去做檢查，所以我就不得不去（笑...）。不過我後來有去吃藥，醫生說應該不用開刀會自己萎縮掉，我看完之後我就會打給小朋友說，醫生怎麼講怎麼講，所以說這種親子關係變成以前我擔心他們，現在變成他們擔心我。我現在的規畫就是把我自己照顧好，不要造成他們的困擾。」（飛媽）

飛媽感受到小孩因單親經驗變得早熟、堅強，會害怕失去她、會保護她，所以很多事情都不用讓飛媽擔心。

「我覺得我的小孩子會變得很早熟，會變得說爸爸的早走，讓他們會覺得說不可以再失去媽媽，所以他們心態會覺得說要保護媽媽才最重要。所以他們在我面前真的都很堅強，所以阿，我也曾經煩惱我自己的媽媽啦、妹妹啦，把別人的事都拿來煩惱，從來都沒有煩惱自己的小孩。後來人家問我說，小孩子有曾經給過我困擾嗎？在成長過程中會煩惱小孩是很正常的嘛，我現在想一想，好像沒有耶。」（飛媽）

➤ 宇家

宇媽在最艱困的人生逆境中，爲了孩子奮力求生，孩子對於宇媽來說是可以期待的未來。一路辛苦把小孩拉拔長大，孩子的貼心懂事成爲宇媽最大的安慰與生命回饋。隨著孩子漸漸成長，宇媽感受到自己漸漸可以卸下了照顧孩子的責任，而小宇也慢慢開始承擔一部分的家庭責任及照顧媽媽，家庭責任在親子間的移轉已然啓動。

「我會覺得說走過困境當你的孩子大的時候，其實是換他們在照顧你，所以，不會啦，雖然我曾經那麼辛苦，可是我覺得一直到今天我看到我的孩子很懂事。」（宇媽）

「我會覺得很安慰是，我雖然辛苦了很多年，可是一直到今天我也把我的孩子養大了，我孩子已經大到可以照顧我、照顧他們自己了。」(宇媽)

二、手足互助—相互傾聽、關心、包容

➤ 飛家

小飛與弟妹的互動如家庭序列般，年紀大的會照顧年紀小的，彼此會互相關心，手足間的感情融洽。

「我們家三個小孩是有一定的默契，可是，如果要說了解程度的話，我跟我弟比較相近一點點。然後我妹的話，我們有時候雖然可以猜出她在想什麼，可是她很少表達說她的看法什麼之類的。不過這部分我跟我弟有去做一點補救就是說，我會從她的穿著，我們三個都有無名（部落格的一種），我會去看看她打了什麼東西，她如果有鎖起來的文章，我就會問她說：『那個是什麼東西？有秘密都不跟我們講喔』。她就說：『沒有啦』。我就會說：『好啦，等你想說在跟我們說啦』。她如果心情很好，她自己就會講出來了。然後那篇文章就會從網路上面消失，她自己就會去把它刪了（笑...）。」（小飛）

在物質上也會互相支持，家庭成員都懂得體恤對方的付出，會感謝與回饋。

「然後他領那個薪水的時候，他還會分紅給我，然後我就很開心（笑...）。我就會跟他說為什麼我要拿這個，我還有錢，我只是暑假沒有打工，學校的部分我都還是有薪水的，只是可能不多。然後我弟就只回我說『阿！你不懂啦！』，然後我就會覺得你很大男人主義。」（小飛）

當小飛有心事或是困難時，由於較不習慣向媽媽表達，或是當與媽媽有爭執時，小飛會選擇向弟妹傾訴。對小飛來說，家中雖然親子溝通較受阻礙，但能在手足間獲得講心事、訴苦與商量的對象，手足是小飛釋放壓力的重要資源。

「我跟我媽講話我會看時機。常常是跟弟妹，只要他們一回來，我就會劈哩啪

啦地跟他們講。」(小飛)

而弟弟在接收小飛所傾倒的苦水時，會疑惑為什麼姐姐所做的決定都必須顧及那麼多家庭的事情，不了解姐姐為什麼不能照自己想要的意思去做，希望姐姐可以「作自己」。小孩想法的不同可能展現了在家庭中的長幼序位或性別差異的議題存在。

「那時候回家，我有跟弟弟講吧，然後弟弟就說，你不要想太多。可是有時候兩個講著講著，因為那時候我跟我弟睡同一個房間，上下鋪這樣，然後妹妹跟媽媽睡。然後我就會跟弟弟抱怨，然後弟弟就會說：『姐姐你很奇怪，為什麼不好的事情都要跟我講，你可以作你自己阿，你看你學我阿』。我就說：『可是你知不知道有時候你這樣子的話會讓媽媽傷心』。」(小飛)

➤ 宇家

宇家的手足間都有很愉悅的互動，縱使偶有小爭執也無損對彼此的愛，開放坦誠的溝通、重視對方的意見、緊密的情感交流，無私為彼此著想，分擔困難、分享愛與關懷的滋養。

「小宇與弟弟互動非常好，他們會聊天、談心事，我們家的互動因為從以前就是只有我們三個人嘛，所以我們三個真的是無話不談啦。」(宇媽)

「弟弟只要碰到任何困難，一直到現在都是，第一個想到的就是找哥哥。可能從小就是我們三個人啦，那種緊密的力量讓他們兩兄弟...，雖然打歸打，可是感情就是非常好，就是會一起商量，弟弟每次一有事情想到的就是哥哥。其實哥哥會疼弟弟是，像他在 7-11 打工，有時候買飲料回來，他買給我的時候也會買給他弟弟，就像前天我叫弟弟打電話給哥哥幫我買茶，結果後來小宇回來就買四瓶，我就問他買那麼多幹麻，他就說一個給宇弟阿，他弟弟聽到就說：『阿!你有買我的阿!』弟弟就非常高興。他們兩個兄弟就是...，就是吃飯好了，宇弟會說：『哥哥愛吃這個，這個留給他』，我們家的哥哥知道弟弟愛喝什麼他也會買給他，所以我就說兄弟就是兄弟，有那種不一樣的感情在。」(宇媽)

單親家庭中具彈性、健康的親子關係與手足關係，家庭成員間能情感連繫相互支持，產生正向的家庭動力，是家庭能穩定向前的重要關鍵。

三、開放而清晰的表達方式

（一）親子溝通

➤ 飛媽

開放、坦誠、尊重個別差異

飛媽與三個小孩的溝通方式是具彈性且因人而異的，三個小孩有三種不同的個性，飛媽會去了解三個孩子的差異，採取彈性變通的溝通方式。在與小孩溝通不良的情況下，飛媽會透過某一位小孩來跟另一個小孩溝通。

「我三個小孩是有三種不同的溝通方式，像小飛比較敏感，所以我在跟她說話的時候會比較注意；我的兒子個性就跟我比較像，會大刺刺的，所以我要開罵就直接開罵。像我跟小飛說話我就會注意一點，因為我知道她壓力已經很大了，不要再造成她的壓力，我們當媽媽的都看在眼裡，也打從心裡知道。我有時候也會透過身邊親密的人，例如飛弟，來與小飛溝通。」（飛媽）

如果發現小孩可能有說不出口的心事，飛媽會利用與小孩獨處的時間，找個放鬆的地方與小孩聊聊，協助解決小孩的問題。

「因為弟弟妹妹在的時候，她會有一些事情不敢談，所以我會找個時間她有空，我請假，車子開一開阿去海邊阿、山上阿聊一聊。必要的時候，我會讓他們一把鼻涕一把眼淚的把心裡的事情說出來。我會跟他們說，我是媽媽，你要把事情說出來我才有辦法幫你。相對的，我是媽媽，我有困難我也會把事情說出來，你們才有辦法幫我。你告訴媽媽，總比你到處去求人、碰了一鼻子的灰才回來。」（飛媽）

飛媽敏感到小孩子的心事，她對小孩的擔心不會隱藏在心裡，會找個恰當的

時機開放彼此溝通的管道，讓孩子有機會訴說心事與難題，飛媽認為讓問題浮現出來，才能動員家庭力量找到最佳的解決方式。

➤ 小飛

不再壓抑，勇敢表達自己的想法

成長的過程並非如此平順，親子兩種角色有不同的期待與權力不對等關係，小飛試著改變不以壓抑自我的方式來討好家人及維護假性平和的家庭氣氛，勇於說出自己的感受讓家人能了解真實的她。小飛主動改變與飛媽的溝通模式，不可避免地經常會有爭執或碰撞。親子之間的情緒衝突與小孩的青春期的關係，並非因為單親身分，青春過後，小孩會發展成熟，對母親有新的瞭解與情感(Arditti, 1999)。家庭中適度的爭吵亦是一種重要的溝通方式，是表達自我意見的重要管道，適時將不滿之聲發出，將意見不合迅速表達，可以避免因怒氣積壓太久而釀成更大的危險(Napier & Whitaker, 1991)，小飛從中也不斷磨合出安全可行的溝通方式。

「我也知道她(飛媽)現在應該有很多話想跟我說，可是她又不敢逼我，她知道我現在會反抗她，就是我會用另外一種方式挑戰她就對了，可是又不能讓我們家像我那時候考研究所那樣的激烈(衝突)。」(小飛)

「我弟跟我媽吵架的時候，有時候他不想講，我弟會用寫信的，然後貼在我媽房間的門口，或是放在我媽的書桌。然後我就發現這個也是一個很好的溝通方式，我忘了是我寫信還是媽媽寫信，就是寫在一張紙，反正後來就是我贏了，我第一次贏了，就是賭氣媽媽先來跟我低頭（笑...），然後就是稍微跟她講說就是失戀阿...。」(小飛)

家庭是一個避風港，而家庭最可貴之處在於安住在此不需要偽裝自己，可以表現最真實的自己，釋放受壓抑的情緒。懂得尊重自我表達自我，以坦誠、清晰、直接的溝通來面對家人，可以得到壓力的釋放與自我能量的提升。

「我就說：『明明就是她的錯，不可以因為她是媽媽，我就先跟她低頭，我應該也有發脾氣的時候吧』。我就跟我妹說：『雖然有時候我對你們發脾氣是我不對，

可是我是用最真實的心情來面對你們，而不是我現在都已經很火了，我還要面帶笑容的去面對別人，在家裡的時候我就不可以把我的面具拿下來嗎？我真的很生氣我就不可以生氣嗎？」然後我妹就說：『算了，隨便你們』，那時候我妹有試著要做緩和的一個角色。」(小飛)

➤ 宇媽

相互分享的溝通，表達愛的肢體語言

宇家的親子互動融洽，晚上或聚在一起的時間會一起聊天看電視，主動愉悅相互分享的家庭時光，是增進宇家情感及凝聚力重要的日常儀式。

「我們常常聊天阿，可能晚上下課下班，也不侷限於晚上啦就是有空時間阿，大家沒事就是看看電視聊天阿，或是我就去房間找媽媽聊天阿，就像昨天就是媽媽在房間看電視，我就去房間在她旁邊躺著聊天阿。」(小宇)

宇家家庭成員除了在言語上不吝於表達對彼此的愛之外，也會透過肢體語言來傳達愛的訊息，親子之間會相互擁抱、親吻臉頰以最直接外顯的方式來表現情感。這讓雙方都能強而有力地清楚感受到對方給予的愛與關懷，也帶給雙方溫暖與安定的力量，強化家庭成員緊密的連結，增進共同面對逆境的力量。

「愛其實放在心裡，因為我不會讀心術，我沒有辦法去讀到你的心在想什麼，你必須要表現出來，而且往往一個小小的舉動都會給我很大的鼓勵。我們家從小的時候我們最常做的動作就是親親，慢慢慢慢他們越來越大了，我們親親的動作已經沒有了，我們以前講親親叫『嘟嘟』，我們會說過來嘟嘟，現在我最常跟我小兒子就是嘟嘟，可是現在大兒子，我們現在最常做的就是...，像昨天小宇比較早到家，我每次看到他到家，因為他住校嘛，我要一個禮拜才看的到他，我第一件事看到他就是會說：『小宇來，媽媽抱抱』(笑...)，然後我就會發覺，我不知道什麼時候開始我們家的小宇，從跟我齊高，慢慢慢慢終於到有一天我跟他說：『小宇，媽媽要抬頭才看的到小宇ㄟ』(笑...)。」(宇媽)

宇媽從處於逆境的孤立無援、獨自面對，而隨著孩子的成長，母親原本是付

出的角色，孩子能力的增長，家庭角色功能逐漸改變，照顧責任漸移轉到孩子身上，母親能從過程中得到安心及壓力鬆卸，孩子從承擔責任中獲得獨立與自主，付出與接收角色漸趨向平衡進而再往另一端傾斜，家庭功能提升及傳承。

「我常常覺得以前是我抱著我的孩子給他們安心的力量，現在真的不一樣了，現在是我的孩子抱著我的時候，我只要我的孩子抱著我，我就會有很大的力量，我抱著我的孩子我就會覺得很安心。」(宇媽)

(二) 把問題說出來，共同協力解決

➤ 飛家

飛媽會把家庭的經濟狀況與面臨的困難與小孩溝通，讓他們可以了解，也才能全家一起凝聚力量共同解決，所以小飛與弟妹都清楚家庭的狀況，會知道怎麼做對家庭是好的，也會分別向外尋找資源(如打工)來支持家裡，小孩也會依循長幼序互相照顧、聽話，充分發揮家庭的互助功能。

「我家三個小朋友也都蠻知道自己家庭狀況的，我覺得說如果你不跟小孩子講說你自己的家庭面臨這些困難，你不把這些窘境告訴他們的話，你有沒有辦法背負。你選擇自己背負，卻讓小孩子去亂刷卡揮霍，到時候你有沒有辦法去收拾那個殘局？我是這樣子來考量，所以我都會讓每個小孩子知道家裡的細目，也間接讓小孩子知道要如何去打理家庭。雖然說家裡狀況不好，但是我有辦法用最少的資源來發揮最大效用。」(飛媽)

「有時候我覺得我媽可能會覺得說我可能不了解家裡的狀況，我知道她一直三不五時就跟我講家裡怎樣怎樣。其實我沒有當面跟她講啦，我都有在看，其實我很清楚家裡的狀況，我只是比較不清楚保險的那個部分，但是家裡的收入支出我都有在看，我也有算過我家的收支，如果我沒有念(研究所)，我們家可能需要負擔多少阿，才會達到平衡，這個我都有在算。」(小飛)

► 宇家

宇媽在離婚後，清楚明白地向小孩說明離婚原因與經過以及未來可能的生活方式，讓小孩能理解父母分開的原因，不會把父母離婚的責任歸咎於自己，對於家庭角色的重整與責任分工亦能有所心理準備及安排。

「那天晚上我有跟我孩子談過（離婚），包括他爸爸發生的事情。」（宇媽）

「有講，可是算是有一段時間就是，因為媽媽怕我們不能接受，就是小的弟弟還太小阿，怕不懂阿，所以她就是花長時間這樣，算是先有講，算是...慢慢地才講，一點一點地表示啦。大概那時候講了一次就知道就分開了。」（小宇）

家庭成員在遇到難題或抉擇時，會與家人相互討論，尊重接納彼此的意見，同時又不失於自主想法，共同研商出適宜的辦法。

「我跟小孩子的互動真的還蠻好的，他們常常在晚上我下班以後，跑到我房間來，其實現在也會啦，就會說：『媽，我有事情可以跟你聊一下嗎？』，他們會希望知道我會怎麼做或是我會建議他們要怎麼做，他們還蠻好是，他們什麼事情都會來問過我，所以這點是我還蠻安慰的。」（宇媽）

「像他(小宇)要買衣服他會打電話來問我說：『你覺得買這個 o 不 ok？你覺得這個價錢 o 不 ok？』或者是他會問我說想要跟哪個人去吃飯、我們有聚餐，因為我說我們家小孩沒有零用錢，所以要聚餐要三四百塊，他會先打來問我，我幫他付這個錢 ok 嗎？所以那是從小的習慣，除了不像以前就是會隨時跟我報備嘛就是『我到家了』、『我現在要去哪裡』，其他都還是一樣耶。」（宇媽）

「譬如說我像我現在上早上的課，所以我就會想說我不想打工了阿，那我就會跟我媽討論說我不想做了，我媽就會說看我自己，她會提她的看法，但是我們家就是比較自由，主要決定還是在我，她只是提她的看法，類似這樣子。」（小宇）

第四節 家庭繼續前進，尙未完結的故事

一、蛻變成長—親職化的覺察，改變的契機

從飛媽與小飛的訪談內容可以看出飛家家庭動力的梗概，飛媽是屬於權威型管教的母親角色，小飛身為長女會主動分擔媽媽的親職，也自認自己應該比弟妹為家庭付出更多，常常自願犧牲自己的意見來滿足家人，有親職化小孩的現象。而飛弟與飛妹則可較單純扮演著小孩的角色，個性上較有自主性，目前負擔較少的家庭責任，較有機會照自己的主見過生活。

「她（媽媽）把重心好像都放在我們身上。她重心的部份，我會覺得份量很不平均（笑...）。以前我會覺得我的份量揸得比較多，多很多很多。然後到大二的時候，老師有教一個親職化小孩，然後大三實習的時候，因為我在生命線實習，我的督導是心理系畢業的，後來因為九二一後需要很多諮商輔導，在實習的時候她就發現到我有親職化的情形，就是考慮事情什麼的，就是好像威權體制下長大的。我就說：有嗎？後來我才慢慢地去看這個部份。後來才發覺到會耶，好像有一點點，有時候又感覺很嚴重。就像在畫圈圈一樣，我把外面那圈（指家人、朋友）都想完了，都可以了，才會想到自己，可是碰到自己裡面的那個圈圈的時候，我好像又會把那個專注力轉到外面去了，就一直沒有回到自己身上。後來我知道這個點，我會慢慢地把它調回來。就像我室友好了，我會覺得她好像怎麼都不會照顧自己，然後我有時候就會對我室友有點嘮叨，然後當我發現我又開始（嘮叨）的時候，我就會跟她說對不起，然後我就會把我自己拉回來。就是很多事情都還沒發生，然後我就會把它想好，而且就會想好備案，萬一這個怎麼樣、那個怎麼樣，然後我接下來怎麼做。可能別人不會這樣，但是我就會。然後我室友就會跟我說：『我覺得你很像媽媽』。我有想到這個部份，然後我也有想說為什麼那時候薪水要分給弟弟妹妹，就是我好像有點替代爸爸的那個角色。然後就是媽媽有什麼話都會跟我講。」（小飛）

Johnston (1993)提出單親母親依賴小孩的情感支持，可以強化關係平等、增進親近，但如果親子角色混淆，親子界限被侵犯，小孩須扮演不適當的角色或代替父母功能，會產生父母不能分辨小孩的需要，兩代間界限弱化或痛苦(引自 Arditti, 1999)。小飛一向要求自己成為母親眼中不用擔心的孩子，寧願委屈自己的需要也不願違背媽媽的期待。然而，每一個人都是獨立的個體會有不同的需求與期待，小飛對媽媽的要求雖有許多的不滿，但還是選擇了退讓與順從，這是給媽媽的貼心，也是對自己的委屈。同樣身為家中的小孩，小飛與弟妹在個性上也有極大的差異，也許是因為長女的關係，小飛覺得自己有責任比弟妹為家庭付出更多。飛弟感受到小飛的不快樂，認為小飛應該要做自己，不要壓抑自己來滿足別人，但對小飛來說，滿足媽媽的需求比滿足自己的重要。

生命成長到了關鍵時刻（始於青春期），就必須經過艾力克森（Erikson）所謂的「自我認同(ego identity)危機」，生命尋找自己的價值，與父母漸漸的脫離，創造一個獨立的自我，追尋完整自我的實現，才能真正的長大。一直以來小飛對媽媽的要求一向順從，然而隨著年紀漸大，自我意識滋長，長久被壓抑的需求讓小飛不滿現狀想要有所改變。亦因為選讀了社會工作系，發現自己在家庭中可能有親職化(parentification)²的現象，有角色認同問題，開始對自我成長及親子關係有更多的探索與覺察，並嘗試去轉化存在的不當發展。

二、親子獨立分化，追求自我發展

情感緊密，獨立發展：畫出家庭與自我的界限

小孩是獨立的個體，會加入自己的方式與風格來發展，不會完全遵照父母的指導與示範，縱使他們會因而犯錯或受到挫敗，這也是大自然為他們安排的學習方式與成長機會(Bradshaw, 1993)。小飛與媽媽的互動關係在就讀研究所的階段，開

² 親職化(parentification)：首先由 Minuchin 於 1967 年提出，指兒童或青少年承接單親家長部分的親職角色，扮演兄弟姐妹的父/母親角色(parental children)，或是成為父母親的照顧者，或者扮演父母親的伴侶(引自李伊文，2008)。

始有了改變，小飛會試圖不再那麼服從媽媽的要求，會開始重視自己的需要與想要，會開始表達自己的意見，嘗試分離與獨立，重新組合以自己為軸心的親子關係。但這對飛媽來講，往常的親子互動方式與教養小孩的方式無法立即跟上小飛成長的發展及適應小飛的改變，認為小飛開始「叛逆」了。而小飛也能接納自己、分辨自己的改變並非叛逆，而是一種自我陶成的過程。小飛懂得去尋找一些支持，如弟弟妹妹及阿姨舅舅，讓自己蛻變的路不會孤獨及無助。

「我覺得很大的不一樣（笑...）。像有一陣子她跟我說，她覺得我現在比較叛逆，就是從大四之後，她覺得我有變。那時候我記得我回她說：『我沒有變，我一直以來都沒有變』。研究所之後，她說我都變了，尤其是在○○(課輔)作兩個月回來之後，她覺得我會跟她大小聲，會說出自己的想法。這個部分的話，我弟跟我妹給我很大的支持，所以就算我跟媽媽再鬧得不愉快，我都沒有在怕的，因為我有阿姨跟舅舅給我支持（笑...），然後還有弟弟妹妹給我支持。這樣說有點殘忍，好像把我媽孤立起來（笑...）。可是我覺得我也有發現自己的點，我就會開始去找我想要的東西是什麼，然後有點...有點不安現狀吧。我會想要跳出...，我會覺得好像有時候被我媽控制，可是我會想要跳出來。我會想說我現在思考的面沒有很好，因為就像我剛才講的，現在的生活對我來說是一個很大的衝擊（笑...），可是我會發現到說我會去回想，去看以前的自己，而且我有寫日記的習慣，我也有無名（個人部落格），可是無名有些東西只是輕描淡寫地帶過去而已，日記的話就寫給自已看吧（笑...），然後我會去翻以前的日記，會覺得我最大的轉變就是說我好像慢慢發現到說我自己要什麼東西，還有我跟弟弟妹妹的關係、跟媽媽的關係，也不是說完全跳脫耶，應該說我想要試著去改變一些...一些可能性。」(小飛)

對於自己在生活中親子互動的不滿，小飛的自我優勢在於會想主動尋求改變，而非消極等待對方改變來滿足自己。在改變的過程中，雖然對飛媽來說會有些難以接受，小飛不再是百依百順的「乖小孩」了，難免會有失落感。很幸運地家中有來自弟弟妹妹主動的支持與認同，手足間能傾聽對方、互信、互敬、互愛，讓

小飛更能堅定地面對成長過程艱辛的轉變，不會懷疑自己這樣做是不是錯了，或害怕失去家人的愛，慢慢將自己歸向正常的家庭序位，當一個跟弟弟妹妹一樣的小孩角色，而不是個假爸爸或假配偶，讓家庭成員都能平等地分擔家庭責任。

「因為我弟那一天的那句話，就是他跟我說：『姐姐，我很喜歡現在的你。』然後我就想說他怎麼會跟我說這句話。我妹那時候也跟我說：『對阿，我也超喜歡現在的你。』我就說：『我以前不好嗎？』她就說：『也不是不好，我覺得以前你好像...都不敢作自己，就事情就很簡單阿，你幹麻想這麼多，不過我們現在都可以了解說為什麼你那時候要想這麼多。』我弟那時候還有說一句我也很感動，就是說：『姐姐我長大了，很多事情我可以幫你。』後來我就覺得很開心，真的超感動的。然後我妹就說：『我也要，算我一份』這樣子。」(小飛)

弟妹對於小飛過度為家庭犧牲忽視自己的心聲，可能會產生自責與內疚感，覺得自己不如小飛如此對家庭貢獻，而在小飛開始重視自己、珍愛自己時，弟妹皆表示支持與肯定，對弟妹而言，小飛回到了當姐姐的角色，而不是一個「爸爸」或「媽媽」。

家庭是一不斷隨成員成長改變的動態系統，飛媽亦能意識到小飛長久以來的家庭付出及過於沉重的壓力，對於小飛的成長需求與渴望轉變，能夠體諒，並透過依家庭成員年紀成長來調整家庭的分工，讓家庭中的每一份子都能承擔家中的責任，及思考親子關係應隨著孩子成長而變化。

「不過我也發覺說我很霸道，所以我現在有感覺說，我要改。我應該要給她(小飛)更多的空間。去年我就告訴飛弟一句話，我說姊姊承擔我們家太多的壓力，你已經成年了，姊姊承擔得很累，我也很累，你應該要把我們身上的一些擔子，你要挑一點了，不是由我們兩個來承擔你們兩個。弟弟比較不會被綁得那麼緊，但是小飛就會，像你(指研究者)是老大你也很清楚，做任何事情會想到媽媽與弟弟妹妹。」(飛媽)

這兩個家庭目前皆處在有青少年小孩的家庭生命週期，青少年本身就需處理兒

童過渡到成年的自我轉化命題，開始有成長獨立的需求、離家居住等可預期的正常轉變，亦是家庭中很重要的壓力事件。吳宇娟(2004)研究少年家庭照顧者的成長歷程研究發現，青少年階段在人生週期中應是扮演學生與接受照顧的角色，角色任務在於建立同儕關係、尋求個體獨立，脫離對父母依賴關係，但如果青少年必須代理父母角色，承擔照顧家庭成員的責任，過多的責任及相互衝突的角色壓力會讓青少年出現焦慮、埋怨的情緒，自我認同產生負面影響。大部份在單親家庭因為家長必須要外出工作賺錢養家，年紀較長的孩子會被期待應照顧家中的弟妹，讓家長專心去工作，而這個照顧者的角色經常是長子或長女。但在青少年時期就必須適度的分離與父母的依附關係，發展自我獨立的成長任務，然而單親家庭中的年紀較長孩子多了「代理父母」的角色，角色混淆增加了自我認同與獨立發展的困難。到了成長的關鍵時刻，親子雙方都必須積極面對獨立分化的議題，家庭成員如能予以體諒與支持，家庭規則與分工適性改變，將有利親子雙方成長發展。

三、愛仍在，開始學習放手（重心由家人轉向自己）

在不正常的家庭中的成員會放棄了自己的獨特性，只扮演該扮演的角色，以維持系統封閉的平衡(Bradshaw, 1993)。親子如能慢慢從過度的緊密依附以及親職化小孩現象，孩子與母親建立自主而有選擇性的關係，雙方逐漸可以自我成長獨立分化成各自完整的個體，有助於發展健康的親子關係。

➤ 飛媽

飛家的家庭規則在家庭成員的用心同理及體諒包容下，是屬於開放、彈性、可變性的。飛媽在親子關係上也有反省與覺察，透過一些社工的專業課程學習，從中了解成年後的小孩是獨立的個體，不是緊緊依附媽媽，媽媽的角色要面對小孩漸漸獨立，必須學習捨得與放手，並開始要規劃屬於自己的未來、重新把重心放

在自己的身上、觀照自己的想望。

「我覺得世間喔，你想要的東西真的不是你一味地追求就拿得到，所以我學到了如何捨得與放下，我是真的變了，我以前會捨不得小飛他們遠離我，因為○大社工系的課程，我學到了小飛他們都是獨立的個體，不是我的附屬品。我以前會想說我的責任就是教育他們，我現在只剩下一個責任，就是把最小的那個的學歷完成，至於小飛跟飛弟，我相信我這樣子教育他們，我相信他們現在都還好啦。就是最小的這個還未成年，我還有責任。到現在，我要問的是我自己想要什麼，不是小孩子想要什麼，我已經進入這個階段了。以前為小孩子、為家，但是現在是為家、還有問我自己要什麼。」(飛媽)

➤ 宇媽

單親媽媽必須外出工作，孩子課餘時間在家沒人照顧是單親家庭一大難題，為了確保小孩的安全，宇媽必須隨時用電話來知道小孩的行蹤。而當小宇進入大學開始住宿之後已可照顧自己，每天以電話報備行蹤的習慣已無必要，在親子雙方溝通協調取得共識後改以偶爾電話關心取代。親子連繫密度或居住方式的改變，並不表示雙方的愛減低，而是必須在新的成長階段，讓彼此有各自發展的空間，小宇已屆成年必須學會獨立照顧自己，而宇媽也需要學習慢慢放手，信任孩子的能力，慢慢放下照顧孩子的重擔。

「以前我們家的小孩子是嚴格規定就是放學回到家必須要打電話告訴我他們到家了，要外出必須先打電話告訴我經過我的允許才能出去，我不曉得你能不能體會那種心情是一個人帶著兩個孩子，我必須要隨時知道我孩子的狀況，何況我在上班的時候我看不到我的孩子，我不希望我的孩子因為我小小的疏失我的孩子走偏了，人偏一點點可以救得回來，我怕我一個沒注意他們越走路越歪，等我發現我已經拉不回他們了，所以我對這點我很堅持。」(宇媽)

「小宇的一段話讓我知道說我的孩子真的長大了，就是他說：『媽媽你知道嗎，我現在18歲了，成年了，其實我可以照顧我自己了，你身體這麼不好，你不要隨

時為我們費心，你要不要試著就是讓我們自己照顧我們自己，這樣你會輕鬆很多，何況你身體那麼不好。」然後我才突然間驚覺我的孩子真的長大了，我覺得是不是我真的需要放手了，所以我現在對於放學不打電話什麼的，偶爾我會找一下他們，知道他們安全就好了。」(宇媽)

單親親子有相互「放心、放手」的思考及付諸行動，對於紓解依附性親子關係及個體的發展會是很大的助益。飛媽道出了自己的擔憂與對小孩的期望：「現在我有一點擔憂，我是不是有無形的那個線把我小孩拉著，讓小孩沒辦法高飛，但如果小孩高飛，只要平安就好」(飛媽)，說明了親子關係像是放風箏一樣，既希望風箏飛的更高更遠，但手上的線卻又是緊緊不放，是母親永遠對孩子的擔心。

四、原諒—在受傷的關係中和解

離婚後的和解並非是破鏡重圓，為孩子最佳利益著想，是重新將理解的新意義整合到生活中，尋求重新連結，創造新的關係，在新關係中注入愛與包容，彼此不再是那個受傷、怨懟的關係，孩子與雙親都維持著可靠、較無衝突的關係，提升孩子在雙親離婚後的適應程度(Walsh, 1998/2008)。

➤ 宇媽

處在逆境的家庭中，面臨家庭角色的缺席以及嚴峻的經濟困境，年紀尚幼的家庭成員心智尚未發展成熟易落入茫然失措，難以在逆境中自處與判斷，因此需要長輩正確的教導引領，建立家庭價值觀與信念予以遵循。宇媽雖然承受來自宇爸所帶給她的痛苦，但宇媽以愛與包容來理解父子之情，設身處地為小孩著想怎麼做對小孩是最好的。宇媽清楚明白地告訴小宇與宇弟，夫妻間的情感糾結與財務處理，與父子關係是各自獨立的。這價值觀讓單親小孩能接受來自父親的愛，並且不易陷入父母不完美的關係中，利於小孩身心的發展。

「所以我後來告訴他們說，選擇原諒爸爸是因為，如果他們一直記得這件事

情的話，我想他們會不快樂，再來是我怕對他們造成影響。」(宇媽)

「我告訴我兩個孩子我希望他們也選擇原諒他爸爸，因為恨爸爸對他們來說會是不愉快的記憶，我覺得如果我都可以原諒他爸爸的話，因為當事者是我，那時候我記得他們已經是國中了吧，就是已經比較大了，我覺得我可以跟他們正面來談這件事了，我讓他們知道說連我都可以原諒他爸爸，我希望他們釋懷這件事，因為這是兩個大人之間的事，而且我也再告訴他們說，當感情產生變化的時候，不一定是誰對誰錯啦。」(宇媽)

宇媽曾經的苦痛是因與宇爸不愉快的婚姻關係而起，對宇爸難免存有怨懟、不滿的情緒，然而宇媽清楚明白與前配偶的關係應與親子關係有所切割，擁有來自父親的愛對小孩是對的、是好的，不應剝奪孩子享受父子親情的權利，因此選擇用愛與包容原諒宇爸，同時也告訴孩子自己的決定與立場。宇媽的包容原諒也帶給孩子對父親意義的建構，小孩獲得完整的親子關係，感受來自父母的愛，與父親的互動不用擔心選邊站或背叛的問題，對父親的愛是純粹清明沒有困惑的。

「我覺得很安慰是第一個我的孩子沒有變壞，第二個我的孩子跟我一樣選擇了原諒，原諒了他爸爸曾經對我們的遺棄，再來是我一直相信一件事啦，就是有愛的孩子是不會變壞的，我的孩子懂得愛我、懂得愛他爸爸。其實我現在還蠻高興他們在一起，我最後會開始接受這件事是我覺得，真的耶，爸爸在兒子心目中真的是媽媽沒辦法替代的，爸爸就是爸爸，跟媽媽的角色扮演是完全不一樣的，縱使我曾經那麼全力地也做他爸爸的位置，可是我還是代替不了，有很多事情好像是媽媽做不到的。」(宇媽)

「我會覺得他跟爸爸的對話是屬於男人跟男人之間，好像就像張清芳唱過的一首歌『Men's Talk』，這個時候我會感覺就是，媽媽是替代不了的，最明顯的就是成長期，男孩子跟女孩子一樣成長期都會有一點轉變嘛，我的孩子就不會來跟我討論這方面的問題，包括他們對於譬如說性方面可能心裡有質疑的時候，他們也不可能會來問我，因為我是媽媽，我突然感覺到那個角色扮演就不一樣。」(宇媽)

➤ 小宇

Arditti (1999)研究單親小孩的親子關係研究發現，小孩與哪一方同住，會發展較緊密的親子關係，不同住的那方除非有很多時間與小孩相處。小宇從小到大的生活父親極少參與，父親的角色對小宇來說已經內化為一個「朋友」，不需要必然存在於日常生活中，不會有所依賴，但卻又是不可或缺的心理支持。「父親角色」對於女性單親家庭成長的小孩與一般家庭的小孩，有著不同的定義與意象，對母親的依附遠大於父親，生活上可以沒有爸爸，但絕不能沒有媽媽，媽媽對小宇的重要性多過爸爸。小宇接收了來自母親對父親的包容信念，爸爸雖曾經遺棄家庭，小宇亦能展現寬容諒解態度，甚至是個性使然不刻意去想、去比較，不帶太多雜質的父子關係，因此能維繫良好的父子互動。

「對媽媽的感覺就是一種照顧，因為畢竟長年媽媽都一直這樣子養我，不管是在工作或是家裡的，很辛苦，那因為爸爸畢竟都是在工作層面比較多，辛苦是辛苦，可是小朋友都不懂說，當然只會對自己曾經特別照顧的那種人，就會產生感情，所以我覺得那很正常就是...你知道的阿。」(小宇)

「因為其實爸爸長年在外工作很辛苦，那我覺得爸爸可能...，我爸爸很生活化，我就覺得很像我的朋友，阿朋友不管是不是分開了，在遠方在近方，都可以聊天、都可以...你知道就是...還是會存在一種情感，所以就不會特別有什麼眷戀或是依戀，就不會說很想跟隨著爸爸走，或許是分隔兩地，朋友就是朋友，會有那種感覺。」(小宇)

「不會說很有爸爸的感覺就是...爸爸不是應該都會有種威嚴在嗎，可是我爸爸不會阿，他也不會有那種...他講話可能就會把我們當好朋友，就會聊天阿、講話阿，從小到大就是這樣阿。所以我對爸爸的感覺就是像週遭的一個朋友阿。弟弟跟爸爸的互動也很好阿，前幾天爸爸回來我還跟爸爸一起去東區逛街，我們父子關係都很好阿。」(小宇)

小宇對家庭中父母的關係、自己與父親的關係，有相當成熟的觀念，尊重彼

此的想法，也有自己獨立的看法。小宇尊重父母的選擇，也敬愛父母在自己心中的家長地位，把自己從父母糾結的情感關係、債務關係抽離，視自己與父親的關係、自己與母親的關係是個別獨立的，不因爲父母雙方彼此怨懟而影響自己的親子關係。

「我的想法是這樣啦，不管兩個人是不是分開了，我的爸爸就是我的爸爸，我的媽媽就是我的媽媽，我不會因為就是...不管我的媽媽現在過得怎麼樣，她還是我的媽媽，不管我爸過得怎樣，那也是我爸。就是一日是我爸，我就覺得終身都是我爸。」(小宇)

「我爸爸他還是我爸爸阿，還是可以打電話阿、聊天阿，因為我們...這樣說好了，因為我爸很懂電腦，我們會在網路上聊天，那大家還是像朋友一樣，就是父子嘛，那種情感還是在的，那為什麼要難過。」(小宇)

「因為現在的社會是自由的阿，我的媽媽她也可以過她的生活阿，那我的生活我媽媽也會讓我自己去過阿，現在很開放阿，我媽也沒有道理不讓我跟我爸聯絡阿，就是這樣阿。」(小宇)

五、再婚的不確定性

再婚對於單親媽媽來說是可能解決目前獨撐家庭窘境的選擇，是相互分享陪伴、是未來人生路途另一種新的方向與期待，然而，單媽是不是要再走入婚姻，在她們心中認爲是很大的賭注及風險。要考慮的不只是自己愛不愛、想不想要，還要擔心未來的另一半能不能將自己的孩子視如己出？層出不窮的繼父母虐打、性侵孩子的社會事件，讓單媽有太多的卻步跟考量。

➤ 飛媽

能找到與自己相伴一輩子的伴侶，是大部分人的渴望。在三十出頭年紀即喪偶的飛媽，對於再婚也不是沒有想過。

「我也看到很多單親媽媽，交男朋友、賭博、喝酒、唱 KTV，但其實交男朋友我覺得很正常，包括我自己都有資格交，但是我自己有女兒，要是我交個離婚或喪偶的，我的原則是我不破壞別人的家庭，如果離婚或喪偶的他有小孩，我不是問對方說喜不喜歡我的小孩，我是問我自己的內心深處我能不能疼對方的小孩，我如果可以，我才去捧人家的飯碗。我也曾經問過一個輔導人員，我這種想法是不是偏差，照道理我想要交男朋友，應該要問他愛不愛我、愛不愛我的小孩，這才是正確的阿，為什麼我會先想我自己？我自己到現在還覺得自己很不對。還有一個更自私的想法，我怕我的女兒被欺負，所以我寧可不結，所以我講得很好聽，寧缺勿濫（笑...），到底是不是真的，我自己也不知道。」（飛媽）

對於是否再婚，飛媽有許多擔心與考慮，不破壞人家現有的家庭是飛媽的原則。另外，最重要的一點是，飛媽相當注重與對方小孩的關係，以及對自己小孩的保護。再婚，是一種未知的改變與賭注，牽涉到兩個家庭的相處磨合，飛媽經過了婚姻的洗鍊，知道兩人的結合，不會只是情投意合而已，許多現實問題必須考量，最重要的關注，就是不能傷害小孩，飛媽不會先考慮自己的需求，如果這件事是對雙方小孩好的，才能去做。

「我再給（再婚）的也不一定是好的，這可能也是我自己想的，我真的不希望我再婚、或是交男朋友，讓我的小孩子受到任何的威脅，尤其是女孩子，我絕對沒辦法再禁起一次的打擊，如果我的小孩子再受傷或不見的話，我告訴你，我一定會死得很難看，我絕對沒有辦法像現在熬到現在了。」（飛媽）

➤ 小飛

小飛與弟妹會為媽媽著想，主動為飛媽介紹不錯的再婚對象，飛媽感受到小飛與弟妹皆不反對飛媽的再婚。

「他們會去注意說，這個老師阿、教授阿未婚，又很不錯，我要幫媽媽找對象。他們會說：『媽媽，你可以找一個對象啦，不要把精神都放在我們身上啦』。我就會說，你們找你們自己的吧（笑...），我自己要我會自己找。我會覺得說他們

不反對我交男朋友，其實我也無心去交，我只是覺得我找不到那種我可以跟他去走的人。像小飛會覺得如果有一個人真心愛她媽媽，她們也願意，不過有個條件就是，也要對我們（小孩）不錯的喔（笑...）。」（飛媽）

飛家的家庭成員，都能互相為對方著想、體諒、讓步。小孩會向媽媽推薦不錯的再婚人選，容許讓外人變成家人，其實是需要相當的勇氣與開放體諒的心胸。

➤ 宇媽

結束了一段不愉快的婚姻，經歷了自己獨立撫養小孩的生活，宇媽從結婚到離婚，因為前夫長年在大陸，大部分的時間都是宇媽一個人面對生活上的難關，身心已是極度疲累。一路走來，宇媽缺乏安全感、無力感，會想要有一個往後的依靠、生活寄託，讓自己可以休息、可以得到陪伴，這是自己所希望、想要的。然而，單親媽媽會遇到再婚與小孩的兩難，考慮再婚的對象是否能疼愛自己與前夫所生的孩子？生活重心在孩子與先生間能否維持平衡？孩子是否能得到好的照顧？往往讓單親媽媽寧願選擇維護孩子的權益，先放棄自己的需求。

「我有跟一個男孩子在一起過，其實我們就是分分合合很多次，大概都是為了小孩子啦，因為他會覺得說我為我兩個兒子付出太大的心力，就是我會把比較多的時間跟精神都放在我自己的小孩身上，我對他的照顧就比較少，他會希望有一個家，就是屬於我跟他的這樣。我堅持那麼久就是為了要照顧我兒子，你現在叫我為了一個男人放棄我兒子怎麼可能呢？」（宇媽）

「所以我們會為了這個問題就是一直達不成共識，沒有平衡點，最後平衡點的情況下我就是選擇就是...如果你只選擇要愛我而不能接受我的小孩子，就算你接受我的小孩子但常常會出現這種不平衡的時候，我就只有選擇分開，因為我覺得沒有什麼比我的兒子對我來說更重要了。」（宇媽）

「我會覺得我辛苦了大半輩子，其實我很想結婚是一個念頭就是我覺得...辛苦了那麼久、努力了那麼久，如果我孩子大了大到我可以放手的時候，我是不是可以停下來休息一下。」（宇媽）

➤ 小宇

小宇與宇弟都能設身處地為媽媽著想，希望有人照顧媽媽、希望媽媽快樂，贊成媽媽再婚。而孩子也會把對宇媽再婚的態度，明白地讓宇媽知道，親子間是開放坦誠，沒有避諱的。

「我的兒子(宇弟)告訴我說：『其實媽媽，我都沒有關係、我們都沒有關係耶，我們希望你快樂，希望有人照顧你，其實有人照顧你，我覺得也很好。』」(宇媽)

小宇認為媽媽有追求自己幸福的權利，尊重媽媽對未來的再婚決定，同時，如果對方會好好照顧媽媽，不讓媽媽再這麼辛苦，小宇能夠接納並感謝這個男人，認為這對媽媽來說是一個好的安排。

「我覺得很好阿，我媽過得快樂就好，我媽的人生她有自己的決定，我就是不希望她過得苦，那她既然能找到一個男人照顧她，我覺得很好、非常好阿，我會對那個男人感謝，因為他能照顧我媽。」(小宇)

六、未來展望

➤ 飛媽

飛媽漸漸能對孩子放心、希望孩子能自由發展，已能好好開始為自己打算，對於以後成為社工的期待，雖因為現前經濟困難無法就學，然而飛媽卻沒有放棄，打算日後有能力繼續完成，逐步規劃自己未來的生涯。飛媽對於自己能力的認真與自信、對於自己曾經苦盡甘來重生的肯定，助人信念在心上扎根，會選擇日後要當社工，是幫助別人，也是自我回饋。

「我希望小孩子有發展的空間，然後我可能還會去考○大社工系的夜間部，如果沒有考上的話，我可能會去把二技的學歷拿到，或者是以後要幫忙帶孫子，輔導小孩子的技術我就先去學一學（笑...）。我是這樣子規劃，我想說如果我真的可以社工系畢業，真的可以去做社工人員，我會用我自己的經驗去做，用心去解決

個案的問題，不讓他們認為我在挖他們的瘡疤，我會讓他們知道我要幫助他們站起來，而不是一直賴在福利制度下。之前我們領社會補助也覺得很丟臉，小飛也覺得很丟臉，後來我跟小飛說，我們領補助，把自己的學經歷弄好，把自己強大了，我們以後才有能力幫助人家。這樣才是真正回歸到自己的生活，我不想創造下一代跟自己一樣。我對於走社工這條路是很有自信的。」(飛媽)

➤ 小飛

現正就讀研究所的小飛最大的希望就是趕快畢業，專心投入就業職場。對於家庭責任，小飛也期待弟妹能一起分擔，回歸家庭成員共同經營，自己才有空間自由地發展興趣與生涯規畫，而這份期待在飛家家庭成員共同努力下，慢慢地已可看出實現的發芽。

「我現在只想趕快畢業（笑...），想趕快去工作，不管我以後走不走社工，我想要當一個角色就好了，然後也不是說不要再對家裡付出，可能想說我還有弟弟妹妹，他們也可以試著分擔，不過我覺得他們已經有在長大，所以這部分其實我可以放心。」(小飛)

學鋼琴在小飛心中是個很特別、很重要的渴望，同時可能也是對過早被迫成熟的童年的一種補償。而這個夢想，小飛希望靠自己的力量達成，是對自己的肯定，也是開始重視自己、珍愛自己的表現。

「然後第二個就是我想要去學鋼琴，就對於學鋼琴這件事情，就是會羨慕別人阿，然後有時候看到別人家有鋼琴會想說為什麼你不學。這是一個遺憾，我打算畢業之後去學鋼琴。那真的是一個夢想，我從小時候想學到現在，再加上我看到我小舅舅家裡那台鋼琴，我小舅媽人很好，說我有空就可以回去，叫表弟教我，我知道那是好意，可是我還是想靠自己的力量去學。」(小飛)

➤ 宇媽

對宇媽來說，再婚是一種想圓滿自己在婚姻上跌跌撞撞的缺憾，同時也是對

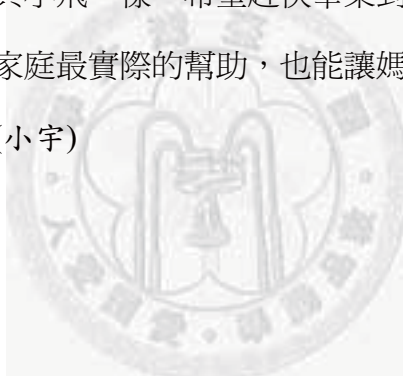
自己未來期待的寄託及獨自辛苦的終止，等待孩子長大獨立後，對別人的付出可以告一段落，與再婚的伴侶寫下另一段嶄新的人生回憶。

「其實我想結婚，因為我會覺得到了我這個年紀，有時候我會覺得自己...，我想要結婚的意念是我覺得我想要有自己的家，想要過很簡單的生活，可能小宇他們很小爸爸就在大陸了，其實他爸爸去大陸一直到我們離婚，其實我記得常跟他爸爸講的就是，其實我再怎麼堅強我有時候會希望有人陪在我身邊，尤其是我遭遇很大困境的時候，而不是讓我覺得說我永遠都得自己一個人來承擔這一些。」
(宇媽)

➤ 小宇

目前就讀大學的小宇與小飛一樣，希望趕快畢業到職場上工作，賺取的薪水可以增加家庭的收入，給家庭最實際的幫助，也能讓媽媽不必再那麼辛苦。

「我想趕快賺錢。」(小宇)



第五章 結論與建議

第一節 研究發現與結論

一、女性單親家庭的生命歷程三階段

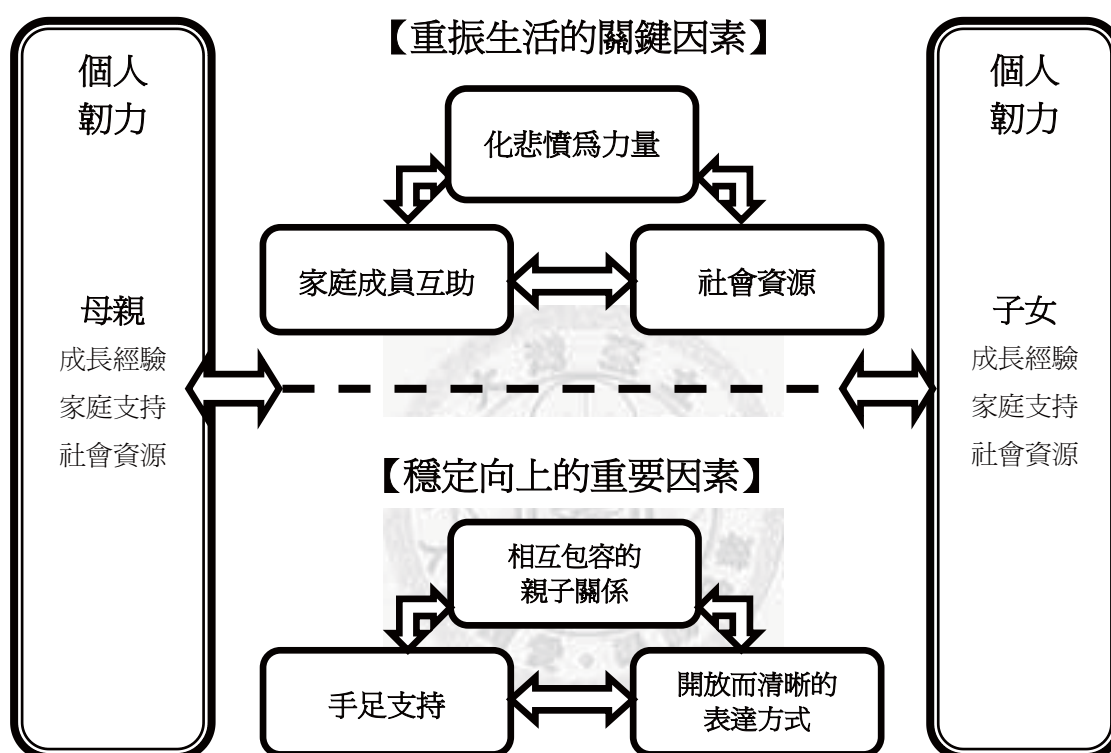
根據家庭系統理論 (Hill, 1949, 引自 Boss, 2002), 原本雙親的家庭結構, 無論是因為離婚或喪偶成為單親家庭, 其中所經歷的, 不僅是一個人的缺席, 對整個家庭而言, 雖然其他家庭成員不變, 但卻像是經過粘土般的扭捏、擠壓, 動力系統上會呈現混亂的崩解, 再重新塑造、重組關係, 進而展現另一種新的穩定結構。本研究中受訪的兩個單親家庭都經過第一階段的悲傷耽溺、慌亂失措, 第二階段逐漸情緒平復、決定奮力求生, 到第三階段生活漸漸回復穩定, 能以樂觀感恩的心境回首來時路, 獲得回饋與成長。這一路雖然跌跌撞撞, 但總是可以咬著牙爬起繼續向前。如鄧美玲於《遠離悲傷》一書中道出將喪夫的巨大傷慟轉化自我成長的心境, 她說:「並不是不再疼痛, 而是無懼疼痛」, 人性脆弱雖無法如鋼鐵般可以壞過再造不留傷口, 但人性珍貴的地方在於, 可以在傷口結痂後, 展現出另一種更堅強的面貌, 皮更硬了、肌肉更堅實了, 單親家庭成員帶著結痂的傷口, 雖有遺憾, 但已能穩穩向前。

二、女性單親家庭韌力展現關鍵

本研究發現, 單親媽媽因丈夫的角色缺位會面臨失落悲傷、經濟與重回就業的市場壓力、親職壓力、外界歧視, 以及心理上的自卑、無助、缺乏安全感等的生活考驗; 單親小孩則會因父親角色缺位, 需要照料母親失落與悲傷的情緒, 為分擔家中經濟壓力半工半讀而來的角色負荷、生涯衝突, 會感受到單親身份的負面標籤、與同儕不同, 心理亦會缺乏安全感、沒有自信。但女性單親家庭能激發家庭韌力來突破逆境, 韌力展現的關鍵在於家庭成員的個人成長經驗養成正向積極堅強特質, 也在於家庭成員間的關係動力、家庭凝聚力, 及來自家庭內外部的

各種資源。換言之，家庭韌力不只來自家中的單一角色，而是每位家庭成員的共襄協力。分析本研究中兩個受訪家庭的家庭韌力展現關鍵，可分為重振生活期及穩定向上期來討論：

家庭韌力結構圖



(一) 重振生活期

1. 化悲憤為力量

訪談內容中可以看出四位家庭成員都曾有著必須為家庭付出的童年，早年的成長經驗磨練出他們具有正向積極的特質，如「好強」（飛媽、宇媽、小飛）、「不想依賴別人、不想依賴社會福利」（飛媽、宇媽、小飛、小宇）、「不服輸、不想被別人看不起」（飛媽、宇媽、小飛）、「知足認份」（飛媽、宇媽、小飛、小宇）及「正向樂觀」（小宇）等。這些特質助益了日後在逆境中能轉念，要「為孩子活下去」、想辦法讓自己振作起來，並在挫折中汲取經驗，把外界的歧視轉化為成長的

動力。

2. 家庭成員互助

兩位單親媽媽在逆境中開始有了「為孩子活下去」的轉念後，帶領家人訴諸實際行動來尋求改變，全家動員相互支持發揮力量來因應困境。單媽對逆境堅持奮鬥不放棄的處理態度是孩子仿效的模範，使小孩有所依規，有責任感、自控能力及問題解決能力，遇到難題不會退縮放棄或誤入歧途。

飛、宇家有著很明顯的共通點，就是親子間能互為彼此著想，希望對方過得更好，即使自己辛苦一點也無所謂。如前述所言單親媽媽為了孩子能克服逆境，努力建構讓孩子成長的安定環境，孩子亦能體念母親的辛勞，「幫媽媽」是孩子自覺的信念，盡自己所能分擔家庭責任、傾聽母親的憂苦、壓抑自己的欲望省吃儉用來幫忙家庭度過難關，尤其身為長子/女更必須協助媽媽幫忙照顧年幼的弟妹，希望透過自己的分擔讓媽媽不要那麼辛苦。

3. 社會資源

低收入戶相關的福利資源對經濟弱勢的女性單親家庭而言是重要的經濟支持，每月的生活補助協助飛、宇家養育小孩的基本開銷，以及子女就學的各項支出，讓單媽至少不用擔心小孩的生活所需，能較安定地維持家庭運作。

來自親戚的支持是兩家重要的資源角色，尤其是心理支持方面，發揮互相看顧的功能。另外朋友、鄰居、同事與小孩學校的老師都是單親路上的重要資源。

（二）穩定向上期

1. 相互包容的親子關係

兩家母親會隨著孩子的成長需求，彈性改變管教小孩的方式，從嚴格要求小孩服從的打罵教育到相互傾聽溝通、講道理，親子互動從上對下的權威關係轉變成類朋友地位的關係。親子間能察覺到彼此的成長轉變，隨之調整家庭規則來因應，讓雙方都能在自在、被重視的家庭環境中得到自我成長與滋養。

家庭成員除了相互情感支持外，單媽努力兼職賺錢，小孩有工作能力後會利

用課餘時間打工，日常生活中省吃儉用存錢來紓緩家庭經濟壓力。家庭成員瞭解家庭的困境並將此視為全家共同的挑戰，能盡自己所能分攤家務，給家庭實質的幫助一起度過難關。在此階段也會發現隨著孩子逐漸成長獨立，單媽的教養小孩責任減輕，小孩在家庭中的決策權力漸被凸顯，媽媽漸能尊重接納小孩的意見，照顧角色開始逐漸由媽媽移轉到小孩，漸漸會變成小孩照顧媽媽。

研究發現兩個單親家庭成員間有著共度逆境的革命情感，因為丈夫/爸爸角色的缺位，單媽自然把專注重心全放在孩子身上；孩子也因從小生活依賴著單媽，親子比起雙親家庭有著更深厚的依附關係，將彼此視為人生極為重要的人，家庭成員彼此會相互疼惜、體貼、付出。

2. 手足支持

手足之情，兄姐會為弟妹多承擔一些家庭責任，希望弟妹能過得比自己輕鬆一點，而弟妹亦能尊敬感謝兄姐為家庭的付出。研究結果也可看出克服困境的積極態度與作為具有遞嬗性，單媽在家庭逆境中所表現解決困難的能力與堅持毅力，讓子女在過程中以母親為處事榜樣，而年紀較小的孩子也能仿效學習兄姐為家庭付出，家庭具互助性、凝聚力。

3. 家庭成員溝通過程

單親家庭存在許多或大或小的生活難題，訪談中的兩位單媽都選擇講出問題，讓家庭成員都能瞭解家庭現在的情況，小孩瞭解家庭的困境，會「知所當為、知足認份」不做超出能力範圍之外的事情(如奢侈消費等)，對家庭也較能有參與感、一體感。訪談資料可看出孩子尚幼時，全家是以單媽的想法意見為主，孩子會唯命是從，媽媽藉以減輕照顧管教的壓力；而隨著孩子成長懂事，自我意識漸彰顯，單媽能察覺孩子已經長大，不能再以權威打罵的態度來要求小孩，會尊重孩子的想法，親子間改以相互溝通的方式來表達意見。

家庭內的溝通管道暢通，家庭成員遇到了困難能共同商量獲得解決的辦法，或因想法差異有所摩擦衝突時，個人意見也能因為家人的愛與包容能被傾聽、被

尊重，情緒感受被接納與支持，在家庭內得到能量與資源。

三、親子獨立分化、追求自我發展

(一) 出生序別的孩子表現

訪談結果可以看出在兩個單親家庭中首位出生的孩子比起其他序位的小孩，更會從家庭整體設想，家庭需求優先於自己的需求，會以實際的行動來幫助家裡，甚至比母親期待的做得更多更滿。同時首位出生的孩子會自認應扛起比弟妹更多的家庭責任，認為有照顧弟妹的義務，為家庭犧牲付出的程度甚於弟妹也不計較，希望弟妹過得比自己好。而在單親家庭的小孩比起雙親家庭的小孩有更多的家庭任務要分擔，在單親家庭中的首位出生的小孩在過多的家庭責任下，容易走入「親職化」的處境。

(二) 親子轉向獨立自主發展

單親家庭面臨了經濟、親職壓力、教養問題的許多難題，不得不發展出「親職化小孩」的家庭歷程，誠如 Walsh (1998/2008)所言此種模糊的親子界限雖在早期的家庭系統理論中認為是家庭功能不彰，但實際上卻是必要且可行的(但應僅扮演協助角色)，孩子也能提早能力培養。尤其在在親職人力不足的單親家庭中，這是家庭成員共同發揮互助的集體力量來維繫家庭的重要方式。對這位親職化小孩而言，有著埋怨、犧牲、放不下的委屈，卻同時又有著被需要、被看重、付出、成就感等的心情交織，是付出但也有回饋。

在本研究中發現，單親家庭的長子/女有親職化現象，代替母親在日常生活中照顧弟妹、管教弟妹，並自認這是自己的責任。小飛渴望自我發展，又放心不下對家人的照顧及經濟，在許多人生階段中的重大抉擇都是以家庭整體為考量，例如因為打工放棄與同儕相處機會及犧牲讀書時間，大學畢業後為了母親的期望與維持低收入戶資格，違反自我意願選擇繼續唸研究所，累積的衝突漸漸激盪出小

飛的自我覺察與自我瞭解，而小飛也在單親家庭的人生歷練內化出獨立自主、成熟、處事能力佳、體貼同理他人的正面特質。離婚家庭中成長的小宇瞭解家庭極為艱難的經濟困境，體諒母親需要在外工作賺錢養家，自動會在日常生活中照顧弟弟，負擔部份家務，在假日的時候打工來支援媽媽。兩個單親家庭中的長子/女角色皆或多有不同程度的親職化現象，而單媽也都能察覺到此一現象，在教養方式與互動相處上作彈性調整，給青春期追求獨立自主的孩子一個自由發展的空間。親子間的互動需要相互配合與體諒，彼此能一進一退，跳出一場和諧的雙人舞。

進一步分析，宇家小孩的家庭責任分擔較飛家小孩分工平均，且小宇比小飛負擔家計程度較低，從小宇的言談中也尚未有親職化的覺察，這可能存在因素有：

1. 因為小宇年紀尚輕，成長必須面臨的轉變與自我需求尚未凸顯；
2. 涉及性別議題及傳統觀念影響，單親家長賦予長女多於長子的家務負擔與責任。個人成長發展階段與家庭性別意識不同是否導致長子與長女負擔家庭責任態樣的差異，尚待進一步的研究探討。

四、對父親的愛與包容

縱使已成為單親家庭，對飛、宇兩家來說，即使分屬不同的單親原因，父親角色的重要性與影響仍是很大。飛家係因飛爸的過世而單親，但家庭成員對丈夫/父親的愛與懷念仍舊深厚。宇家雖是因離婚而單親，但宇媽不會把對宇爸的怨懟情緒傳遞到孩子身上，並會明確地跟孩子說明夫妻與父子的情感與關係應有所區分，「恨」自己「所愛」會帶來更多的糾結與痛苦，不需因為父母不適合關係來影響的父子的愛，孩子不用選邊站，亦不需扮演父親的代罪羔羊。兩家的孩子在心理能保有來自父親的愛，對父親角色在生活上的缺席能予包容，原諒與釋懷就能產生愛與力量。

五、再婚的考量

分析兩個受訪家庭的親子雙方對於單媽是否再婚的態度發現，家庭成員能夠相互為對方著想，就算是要被分掉一部分的愛與關係、必須面對未知的生活，及犧牲自己的需求也能體諒也甘於如此。就飛媽、宇媽而言，對再婚縱使有所期待，儘管孩子也樂於接受，然而在為了孩子最佳利益的諸多考量，再婚伴侶與小孩不能兼顧的情形下，往往就選擇了忽略自己再婚的需求來保護孩子，這是一種保險而犧牲的選擇。

六、未來生活樣貌的期待

經過親子同甘共苦相依為命的單親生活歷練之後，隨著親子雙方的自我成長與獨立分化，單媽與小孩對於未來生活的期待，均逐漸把考量重點及生活重心由家庭逐漸轉向自我發展，開始重視自己的需求及期待，但家人的愛仍舊存在，成為追求個人自我發展背後的重要支持。

第二節 建議

家庭是培育下一代成長的重要場域，家庭的穩定是社會安定的基石，現今社會普遍存在多元的家庭形態，每一個家庭價值都應該被尊重與看重。女性單親家庭因為家裡少了一個共同承擔家庭責任的功能角色，單媽必須表現得比別人更強悍、強勢來保護孩子與家庭，單親的小孩要省錢、要打工，也許還要幫忙照顧弟妹，身上穿的不是充滿花花綠綠的流行感、沒很多時間與同學朋友相處，這的確都是單親家庭成員可能不同於雙親家庭成員的地方。然而，社會大眾要選擇怎麼樣去看待這樣必須用力活著的家庭？深入瞭解單親家庭生命歷程之後，我們瞭解在現實生活中各面向的困境在單親家庭中的確存在，但研究發現看到更多的是家庭成員為在困境中生存的奮鬥與不屈服的勇氣，共同激發的家庭韌力，是超越一般雙親家庭所經歷。單親家庭需要的不是社會施恩式的對待，也不是試圖讓他們像個雙親家庭般的幫助，需要的是完整而獨立的服務設計與政策規劃。

女性單親家庭獨特的生活樣貌，要如何激發逆境中的韌力？除了需要家庭成員的努力外，來自家庭外部的資源亦相當重要。依本研究結果分別從單親生命歷程中悲痛期、重振生活期及穩定向上期對社會政策面與社工實務面提出以下建議：

【悲痛期】

一、「正向轉念」的觸媒

誠如研究發現，當家庭陷落泥沼困境中，單媽的正向轉念是帶領家庭突破逆境向上的重要關鍵。正向轉念的契機包含個人正向積極的特質、家人的愛與陪伴及親友的關懷提醒等多元化的支持。然而，如果當家庭現有內外資源都不足的情況下，家庭成員是否能向外求助？高危險家庭的通報系統是否能發揮功能？生活周遭的人與社政工作者扮演了關鍵性的角色。

（一）通報機制與敏感度

家庭發生重大危機時，成員的言談舉止可能出現異樣，可能會有負面陳述或

透露自殺訊息，此時學校的老師、社工人員及村里鄰長、鄰居等生活周遭相關人員都必須具高敏感度，通報評估為高危險家庭，讓更多社會支持系統介入，持續關懷追蹤家庭情況，給予立即且實質的資源協助，及鼓勵家庭成員讓他們看到更多活下去的可能。在社工實務上，除了要連結經濟補助解決立即性的問題外，對於喪偶單親家庭，在喪偶初期應提供家庭成員悲傷輔導方案及喪偶/喪父支持團體，來幫助家庭成員走出喪親陰霾；對於離婚初期的單親成員可提供失婚的互助團體與情緒轉化的方案規劃來發揮支持陪伴的功能。

（二）暢通求助管道

訪談資料中看到宇媽在面對龐大負債壓力，萬念俱灰想結束生命之際，打了一通電話向社工求助，社工介入媒合社會救助挹注後，化解家庭悲劇。因此，危機家庭迫切需要的是可以二十四小時（輪值制）立即暢通的求助管道，在家庭狀況惡劣時知道能向社工尋求協助，社工除了為家庭媒合各種福利資源，亦是扮演心理支持的重要關鍵。社工與單親家庭工作時，不管是與單媽或小孩建立關係都相當重要，讓家庭成員感受社工是一個可信任、可依靠的資源，願意向其求助。

二、托育政策的多元化

孩子在幼齡階段的女性單親家庭，比起一般家庭，不但是少了一位可以照顧小孩的人力，也是少了一位家計負擔者，需要靠單媽外出工作謀生養活全家。幸運的或許可以找到親友鄰居代為照顧，讓單媽能有安心上班的機會，但大部分的單親家庭缺少托育資源，陷入選擇就業或親職的衝突窘境。

政府應提高單親家庭托育服務的經濟補助額度及收托人數，規劃彈性、可近性的托育服務，提供時數性的臨時托育，培育有專業證照的保母人力，托育地點可選擇到府居家托育、保母家或機構托育等，創造多元性、優惠性、便利性的托育選擇。

【重振生活期】

三、經濟及就業支持—注重教育投資性、就業發展性

研究發現女性單親家庭普遍存在最大的問題就是貧窮與就業條件差，對社會福利方案及政策規劃提出以下建議：

（一）開設就業專業知能課程

單媽因為本身處在弱勢的就業條件，不易獲得理想薪資及發展性高的工作機會，政府就業服務單位應多開設學習專業知能與技巧的課程，例如各項專業證照輔導課程（如電腦資訊）等，單親成員可獲學費補助，利用夜間或假日等非工作時間來學習，彌補專業知能與學歷的不足，能從低薪、不穩定的工作轉換到具成就感、發展性的工作。

（二）創造友善的就業環境

單親家長為了照顧小孩多只能選擇兼職工作，壓抑自我期望及生涯規劃受限。政府部門應開創或補助企業發展適合單親家長能方便照顧小孩，工時更為彈性、薪資及發展性較佳的全職工作，提升女性單親家庭脫貧的機會，獲得充足的親子相處時間與個人職涯發展空間。

（三）政府經濟補助資格放寬

來自政府的經濟補助雖能提供單親家庭維持生活所需消費，但在就學方面目前僅限支持小孩到大學的生活與學費補助，然而目前大學的教育程度已實屬社會上一般教育水平，大學畢業的就業市場之薪資標準仍無法讓家境貧困的單親家庭達成脫貧，易複製下一代貧窮。「教育即投資」是脫貧的希望，但許多的單親成員為了經濟上的因素選擇放棄升學或先工作再升學，惟現行低收入戶補助對於進修部、夜間部，或 24 歲以上的學生就必須設算基本工資審查補助資格並取消該成員的經濟補助。誠如小飛必須捨棄待遇不錯的工作而繼續念研究所（研究所設算的

薪資會比就業薪資低)，以維持低收入戶資格讓弟妹安心就學；宇弟同時考上國立的夜間部與私立的日間部，爲了省學費只能選擇國立夜間部就讀，而夜間部的學生卻又必須設算基本工資，影響低收入戶補助。社會救助法在實務操作面所存在的弔詭情況，違背立法精神應扶植經濟弱勢家庭得以自立，建議社會救助法應予檢討改善，例如補助資格應放寬至進修部、夜間部學生及碩、博士，且不設限年齡、不設算基本薪資。

【穩定向上期】

四、促進良性家庭成員關係

雙親家庭的親子關係是由雙親、小孩所組成，而女性單親家庭的親子關係則僅由單媽、小孩組成，結構上及互動上皆有所不同，研究發現女性單親家庭中親子關係有兩大特色：1.單媽因工作關係與小孩有較少的相處時間、2.親子相互依附性比起雙親家庭更爲糾結、深重，導致親子獨立分化歷程會較爲困難與複雜。實務社會工作者應規劃一些支持性、互助性的女性單親家庭方案，建議如下：

（一）單親成員成長課程與成長團體

目前許多單親服務單位已經普遍發展了多元的成長課程與互助團體。相關課程及團體方案可再依功能角色的獨特性細分爲「單親媽媽」、「單親長子/女」、「單親青少年」、「單親獨生子/女」、「單親親子」等來提供服務，處理不同角色、不同成長階段所遇到心理上、生活上的問題。

研究發現單親小孩在青春期的成人階段會有自我認同定位的課題需解決，與母親的依附性親子關係也應有所轉變，才能發展完整且獨立的自我，因此在親子獨立分化階段，可藉由相關成長支持團體、方案及成長課程協助親子雙方，讓他們能了解彼此的成長需求及可能的轉變，互動方式能予因應，發展健康的親子關係。

另外，單親成員在成長過程中因家庭環境弱勢易產生自卑感、沒有自信等負面

心理，在成長課程及互助團體中增加「自我肯定、自我鼓勵」的正向質素，彼此分享在生活中遇到困難解決的信念與方法，在當中能看見自己擁有了哪些優勢與力量。

（二）親子關係、手足關係及互動教育

家庭韌力除了個人需具備正向積極的信念外，家庭的互助性及凝聚力更甚重要。單親家庭可能因為家長忙於工作無法有充足的時間與孩子相處，容易忽略孩子可能在成長、學習上遇到的問題，孩子也會感覺孤單、不被關愛，易造成日後偏差發展；手足間相互的愛與關心亦是在家庭中是否感受溫暖與支持的關鍵。單親家庭服務方案應能全方位關注及處遇家庭中的親子、手足關係，視家庭為一個整體，每位成員都是服務對象。設計增進親子、手足關係的講座或方案，並著重教育於每位家庭成員在每個成長階段可能會有的需求與反應，促進對彼此的瞭解。

另外，服務設計與政策規劃除了應依女性單親家庭單親歷程三階段的需求有所因應外，最重要的是應從社會教育面來教導社會大眾及社政服務人員，應平等尊重看待單親家庭。

五、別用異樣眼光看我——給單親家庭「正向」意象

單親家庭的主要基調是人，而不是家庭的結構，要活出怎麼樣的家庭風格，在於家庭成員對自己的看法，還有外界帶給單親家庭什麼樣的看法。社會對於女性單親家庭的看法仍舊普遍存在「不完整、不幸」的負面解讀，甚或直接將單親成員扣上「無所依靠、沒人管教」等家庭失能的標籤，在在都讓單親成員備受歧視，增加了生活上的壓力，且容易將之內化為自己及家庭的缺陷，產生自卑、沒有自信的自我意象，甚會讓一些單親成員掉入負面的「自我預言」，自暴自棄養成偏差價值觀與行為。

（一）從教育做起、由宣導著手

社會大眾必須被教導公平地看待每種家庭形式，孩子在學校教育就應該被灌輸每一個同學都是平等的，少了父或母的同学或朋友並不會因此比較笨或能力較差，該給他們的不是可憐與歧視，而是鼓勵與關懷，及相同的對待。在媒體及社會教育、學術研討部分，應多從優勢觀點與韌力觀點來處理單親議題，例如現在有很多節目例如「非關命運」或「爸媽囧很大」等節目邀請單親成員來現身說法自己的單親歷程，輔以家庭專業領域的學者專家來說明，提高社會大眾對單親家庭的正確認知及瞭解，肯定單親家庭價值，單親本身並不弱勢，而且是很有力量的。

（二）服務輸送端

實務社會工作者及福利服務提供者應對女性單親家庭有正向認知，瞭解其獨特性而非視其「殘缺、不正常」，肯定其家庭成員對生活的努力與付出。多以優勢觀點及韌力觀點來提供服務，除了連結運用家庭內外部資源外，更要協助家庭成員發掘家庭優勢，激發家庭韌力。

第三節 研究限制與建議

一、研究限制

本研究對象是女性單親家庭親子雙方，採一對一分別質性訪談，由於研究時間有限以及樣本蒐集的困難，本研究限制如下：

（一）研究對象

1. 推論的限制

- （1）針對同戶親子訪談較為創新，但由於同時願意接受訪談的單親親子實屬難尋，本研究對象僅有兩對，故推論上有所限制。為求彌補訪談對數的不足，本研究取樣考量探索不同原因形成的女性單親家庭，其韌力展現過程資訊的豐盈度及異質性，以訪談喪偶及離婚各一對女性單親親子，親子部分各為長女及長子，希望能藉由提高訪談對象的異質性，增加研究發現議題的廣度。
- （2）由於是同一家庭的親子接受訪談，雖是分別訪談，但受訪者之間可能會存在不願讓彼此知道的秘密，或擔心引起誤解或傷害，訪談內容會有所保留，研究結果可能因此受限。

2. 應以整個家庭系統為研究對象

本研究僅徵得家中首位出生的子女願意受訪，僅能透過受訪者訪談內容來推測其他手足的資料，研究發現無法獲知不同出生序列的小孩在單親歷程的感知與經驗是否有所差異。

（二）研究分析

1. 出生序列與性別意識的差異

本研究中發現單媽對於首位出生的小孩比起其他孩子有更多期待，要求分擔較多的家務與照顧責任，而長/子女也會將母親對他的期待內化，進而作出符合單媽期待的樣子。進一步發現，在飛家中的長子(飛弟)角色雖非首位出生的孩

子，然而在責任分工與分擔家計上比起長女(小飛)來得輕鬆許多；而小飛與小宇雖同是首位出生的小孩，但小飛較小宇承擔更多的家庭責任，親職化程度更高。這些現象是否單純為出生序位的問題，還是涉及家庭中性別意識議題，所以有著不同的期待與要求，待進一步研究檢視。

2. 研究時間受限

家庭韌力屬於時間性與關係性的質時質素，本研究受訪家庭最大的子女皆處於少年階段，故僅探討單親初期至現階段的發展。受限於研究時間，家庭韌力展現對於該家庭成員未來就業或成家後的發展及影響未能予以探究。

二、未來研究建議

(一) 研究對象多元化

單親家庭形態多元，不同的子女人口、年齡結構，或小孩在不同生命階段成為單親家庭，所帶來的心理感受、自我認知及影響也可能因而不同，未來建議可專門研究獨生子/女的單親家庭，或小孩在幼兒成為單親、青少年成為單親的家庭是否具差異性。

(二) 量化研究

本研究為質性研究方式，未來建議可採用量化研究，可擴大樣本的來源，增加家庭戶數，及同一單親家庭中不同出生序別的小孩皆納入研究，應更能探究出不同樣貌女性單親家庭韌力的豐富內涵。

(三) 貫時性研究

單親歷程中，不同的時間點需要不同的韌力因子來適應。建議可採長時間家庭歷程的貫時性研究，研究期程延續至單親小孩就業或成家階段，可探究家庭韌力的展現是否對家庭成員有長期性的影響，能獲得較全面性與完整性的女性單親家庭韌力歷程。

第四節 後記

在蛻變的路上

撰寫論文的過程中，閱讀了許多關於家庭動力的資料，分享了受訪者的經歷與想法，改變了我對自己與家庭關係的看法。以前的我認為孝順就是要體貼家人的心意，達成他們的夢想與任何想望，服膺家人給我的為人犧牲奉獻的美德，要為別人著想、要懂得感恩，自己吃虧一點沒關係。我很愛我的家人，只要家人有任何情緒不開心或是希望得到什麼，我會盡量退讓順應他們的想法，甚至勉強自己替他們完成原本屬於他們的責任。過程中，我的確得到許多「聽話、懂事、孝順」的美名，也享受了助人的快樂與安心，儘管有時我覺得委屈，但卻也一直認為這樣做是對的，從未表現出抱怨。然而，這樣的不滿長久在心中壓抑，藏在潛意識的深處不自覺。研究所接觸到了社會工作課程，閱讀了許多關於家庭治療的書，加上知心好友給我的提醒，這些都埋下促使我認真思考我與家庭關係的種子。

有一天，外婆家發生了金錢糾紛，原本的家庭系統、親人系統一瞬間產生劇烈變化及不斷地衝突，我又成為那個被家人期待的人，我困擾著，為什麼是我？我只是一個外孫阿，怎麼我的家庭跟其他人不同，朋友說，外婆家的事情關你什麼事？為何你和你媽媽變成了解決事情的主事者？老實說，我也不解，我就是會不自自主的想去解決它。這時的我已經三十歲了，面臨各種人生的抉擇與自我定位，開始有了屬於自己未來生活樣貌的期待，也有屬於我自己的煩惱與要完成的理想。碰到外婆家的事情，藏在心中的不安全感再度湧現，我的不滿與抱怨瞬間爆發出來。在與麗珍老師的 meeting 中、在心理諮商中、在好友的點醒中，我慢慢去試圖釐清一些存在我與家庭間不正常的家庭動力，例如我與媽媽緊密緊張的共依附關係、我的自我界限模糊，我跟家庭在心理上過分緊密地綁在一起了(雖然我長年住在外面，或許這是一種逃避與渴望自我獨立性)、我害怕被遺棄、我害怕家人不再喜愛我、我努力的討好家人等。自此，我開始走上探索自我的這條路，我要努力開拓出讓自己和家人都真正開心的一條道路。我深刻地記得一句話：「父母最

大的希望是看到子女快樂」。我鼓勵我自己，如果我在家庭關係中不快樂，要如何讓家人快樂呢？或許我之前的想法是有一些誤解的，我嘗試向父母說出我的抱怨，後來媽媽給我的回饋也出乎我的意料，媽媽說從不希望我因為家人的事情不快樂，有時候她也只是抱怨，並不是真的希望我去承擔什麼，媽媽說：「我最大的希望就是你可以活得快樂」。過程中，我也看到母親遇到難題奮力運用資源解決的強大韌性，對於我是影響鉅大的人生典範，然而我也已經知道，母親是有足夠能力處理屬於她自己的生命難題，我可以給母親支持，但我毋須過度涉入。另在與妹妹多次 msn 的交談，雖然我們都是不輕易透露心事，會武裝堅強的人，但言談中，我感受到妹妹與我相互的關心，都希望彼此過得很好的訊息。

家庭關係，是一門錯綜複雜的學問，有誤解、有傷心、有挫敗，當然，還有更多的是滿滿的關心和愛。這本論文，我用第三者的角色寫下別人的故事，當中也看到了故事中的我自己，原來我跟別人也一樣想追尋更好的改變，這樣的成長過程讓我知道我不是異類、不是自私、不是叛逆、不是不孝順，我只是想讓自己成為更好，讓自己更有能量把快樂帶給家人。在自我探索的過程中，在衝撞與澄清的黑暗時刻，來自家庭的愛包容著我，我才不致跌倒放棄。我還在這條路上努力著，未來，也希望能回饋給跟我一樣曾經迷惘失措的人。

參考書目

中文部分：

- 王俐雯（2005）。**慈濟單親媽媽超越逆境之敘說研究**。國立屏東師範學院教育行政研究所，屏東縣。
- 王鍾和、吳秀碧、陳慶福、蕭文、楊瑞珠、林秀娟、李玉卿（2000）。**單親家庭之教育與輔導**。臺北市：心理。
- 江素芬、劉慈惠（2004）。喪偶單親媽媽與她的孩子之間--失去膀臂之後的日子與教養。**新竹師院學報**，**19**，113-138。
- 李伊文（2008）。**單親家庭青少年子女承擔親職角色經驗之探討**。私立東海大學社會工作研究所，臺中市。
- 李嘉莉（2001）。**高雄縣市離婚婦女生活適應及其復原現況之研究**。國立高雄師範大學成人教育研究所，高雄市。
- 李淑容（2009）。**台灣男性單親家庭與貧窮：1992-2007**。哭喊對策—單親生活處境研討會暨單爸行動研究成果發表會，私立東吳大學，臺北市。
- 李雅惠、鄭麗珍（2001）。單親婦女離婚歷程之探討--以經歷外遇者為例。**東吳社會工作學報**，**7**，37-90。
- 宋麗玉、施教裕（2009）。**復元與優勢觀點在台灣之推展與成效**。復元與優勢觀點國際研討會，臺北市。
- 利翠珊、蕭英玲（2008）。壓力下婚姻韌性的展現：夫妻情感與互動行為之影響。**應用心理研究**，**38**，151-172。
- 吳秀莉（2001）。**復原力對國中單親家庭學生生活適應之影響**。國立彰化師範大學輔導與諮商研究所，彰化縣。
- 吳月霞（2004）。**國小高年級單親兒童親子互動、社會支持與其幸福感之研究**。國立嘉義大學家庭教育研究所，嘉義縣。
- 吳宇娟（2004）。**少年家庭照顧者之生命故事**。國立政治大學社會學研究所，臺北

市。

吳婉慧（2000）。三代情-以父母支持離婚女兒為例探究代間協助。國立臺灣大學社會學研究所，臺北市。

吳慧玲（2003）。單親學生親子關係、自我概念與生活適應關係之研究。國立屏東師範學院國民教育研究所，屏東縣。

吳慧屏（2008）。單親國小學童家長教養態度與生活適應之研究－以台中縣為例。私立靜宜大學青少年兒童福利研究所，臺中市。

吳靜樺（1994）。離婚家庭青少年期子女生活適應之分析研究。私立東吳大學社會工作研究所，臺北市。

邱弈絜（2005）。生命的困與破－單親媽媽離婚後復原力之敘說分析。私立淡江大學教育心理與諮商研究所，新北市。

何斐綾（2000）。疏離也是一種危機?!－單親父子家庭兒童之個案研究。臺北市立師範學院國民教育研究所，臺北市。

周雅萍（2005）。經濟弱勢單親父親的子女照顧困境及因應方式：以臺北縣區域社會福利服務中心的個案為例。國立臺灣大學社會工作研究所，臺北市。

林文婷（2007）。運用優勢觀點探討青少年之貧窮生活經驗。國立臺灣師範大學社會工作研究所，臺北市。

洪麗芬（1992）。低收入女性單親的生活調適之研究--以台北市低收入戶為例。私立東吳大學社會工作研究所，臺北市。

胡韶玲（2003）。四位低收入戶單親母親的復原歷程－論親子力量的影響。國立臺北大學社會工作研究所，臺北市。

施束鍾（2002）。擺渡人生－從優勢觀點看都市原住民單親婦女的生活世界（以台北縣市阿美族為例）。國立臺灣大學社會工作研究所，臺北市。

陳怡伶（2008）。父親逝世經驗下個人的失落與家人關係轉變歷程。私立輔仁大學兒童與家庭研究所，臺北市。

- 陳若喬（2001）。單親小孩上大學--以優勢觀點探討青少年時期經歷父母離異事件的生活歷程。國立臺灣大學社會工作研究所，臺北市。
- 陳信英（2001）。青少年單親經驗中的悲傷與復原：生命故事敘說之研究。國立花蓮師範學院國民教育研究所，花蓮縣。
- 陳金定（2006）。復原性適應：復原性適應與個類相關因子之動力關係（一）。輔導季刊，42(3)，1-11。
- 陳宏宥（2007）。單親家庭教養未成年子女經驗與福利探究－以新竹市香山中學之單親家庭為例。私立玄奘大學社會福利研究所，新竹縣。
- 陳靜雁（2002）。單親母親之母職經驗與內涵。國立暨南國際大學社會政策與社會工作研究所，南投縣。
- 曾文志（2006）。復原力保護因子效果概念化之統合分析。諮商輔導學報，95(14)，1-35。
- 莊瑞君、陳慶福（2007）。走過死亡幽谷邊界之復原力展現--一個生命的奇蹟。輔導季刊，43(1)，9-19。
- 郭玲芳（2006）。單親家庭高中（職）學生父母管教方式、自我概念與生活適應之相關研究--以台北縣市為例。私立中國文化大學生活應用科學研究所，臺北市。
- 曹桂榮（2004）。喪偶婦女悲傷反應與復原之研究。私立南華大學生死學研究所，嘉義縣。
- 賀正貞（2002）。女性單親家庭之家庭資源管理與生活適應研究－以台中縣中低收入女性單親家庭為例。國立臺灣師範大學人類發展與家庭研究所，臺北市。
- 張碩文（2008）。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研究所，南投縣。
- 張允中（2005）。單親家長對青春子女親職性溝通之探討-以財團法人台灣兒童暨家庭扶助基金會南部地區家扶中心單親家庭為例。私立樹德科技大學人類性學研究所，高雄市。

張春興（1994）。**教育心理學**。臺北市：東華。

彭淑華（2005）。婆家？娘家？何處是我家？女性單親家長的家庭支持系統分析。

社會政策與社會工作學刊，**9(2)**，197-260。

彭淑華（2006）。臺灣女性單親家庭生活處境之研究。**東吳社會工作學報**，**14**，25-62。

黃秀媛（2005）。單親青少年生活適應之復原力研究。國立嘉義大學家庭教育研究所，嘉義縣。

黃寶萱（2006）。復原力對離異家庭高職學生生活適應之影響研究。國立彰化師範大學輔導與諮商研究所，彰化縣。

傅玉琴（2004）。單親家庭父母生活品質與其子女行為困擾之相關研究～以台中市課後托育中心中高年級學齡兒童為例。私立中國文化大學青少年兒童福利研究所，臺北市。

游顯瑜（2005）。單親家庭福利需求與福利網絡組織的關係研究。國立中正大學社會福利研究所，嘉義縣。

楊靜利、董宜禎（2007）。台灣的家戶組成變遷：1990-2050。**臺灣社會學刊**，**38**，135-173。

楊華玲（2004）。另類單親媽媽：家有小學生之台商在台配偶親職壓力與調適心路歷程。私立嘉義大學家庭教育研究所，嘉義縣。

楊雅華（2002）。請戴上綠色眼鏡進入我的翡翠城堡：運用優勢觀點探討離婚單親家庭兒童的生活世界。私立東吳大學社會工作研究所，臺北市。

楊宇彥（2000）。離婚女性生涯轉換之分析研究。國立高雄師範大學輔導與諮商研究所，高雄市。

葉毓峰（2007）。青少年子女與單親父親關係之研究。國立彰化師範大學輔導與諮商研究所，彰化縣。

趙善如（2006）。從復原力觀點解析單親家庭的福利服務—以 高 雄 市 為例。**社區發展季刊**，**114**，147-158。

- 劉惠琴（2008）。行動中家庭的故事。應用心理研究，38，17-59。
- 劉宛儒（2010）。如果有選擇的話——分擔家計青少年生活經驗初探。國立臺灣大學社會工作研究所，臺北市。
- 蔡群瑞（2001）。復原力對離婚後個人適應之影響研究。國立彰化師範大學輔導與諮商研究所，彰化縣。
- 蔡群瑞、蕭文（2004）。復原力對離婚後個人適應之影響研究。諮商輔導學報，11，59-79。
- 蔡淑霞（2002）。單親父母共依附對其青少年子女教養態度及共依附影響之研究。國立高雄師範大學輔導研究所，高雄市。
- 賴宜櫻（2003）。獨當一面——單親家長親職之研究。私立東吳大學社會工作研究所，臺北市。
- 賴怡霖（2007）。離異單親母親之母職經驗敘說研究。國立暨南國際大學輔導與諮商研究所，南投縣。
- 謝美娥（2008）。離婚女性單親家長復原力的初探。東吳社會工作學報，18，1-33。
- 謝品蘭（1992）。單親家庭親子關係與生活適應之分析研究--以離婚分居家庭為例。私立東吳大學社會工作研究所，臺北市。
- 謝欣容（2008）。單親兒童與雙親兒童父母管教方式及生活適應之比較研究。國立臺灣師範大學教育心理與輔導研究所，臺北市。
- 薛承泰（2000）。台北市單親家庭之數量、分佈與特性。臺北市政府研究發展考核委員會委託。
- 蕭文（2001）。復原力概念及在輔導上的應用。華人輔導知能研討會，新加坡。
- 簡春安、鄒平儀（1998）。社會工作研究法。臺北市：巨流。
- Barthes, R.（2011）哀悼日記（劉俐譯）。臺北市：商周出版。
- Boss, P.（1994）家庭壓力管理（周月清譯）。臺北市：桂冠。
- Bradshaw, J.（1998）家庭會傷人：自我重生的契機（鄭玉英、趙家玉譯）。臺北市：

張老師文化。

Frankl, V. E. (1995) 活出意義來—從集中營說到存在主義 (趙可式、沈錦惠譯)。

臺北市：光啓社。

Greenberg, J. S. (1995) 壓力管理 (潘正德譯)。臺北市：心理。

Kissman, K. & Allen, J. A. (1999) 開創生機：單親家庭權能增強社會工作 (黃鈴翔、張意真譯)。臺北市：亞太圖書。(原著出版年：1993)。

Napier, A. Y. & Whitaker, C. A. (1991) 熱鍋上的家庭 (李瑞玲譯)。臺北市：張老師文化。

Patton, M. Q. (2008) 質的評鑑與研究 (吳芝儀、李奉儒譯)。嘉義縣：濤石。

Walsh, F. (2008) 家族再生—逆境中的家庭韌力與療癒 (江麗美、李淑珺、陳厚愷譯)。臺北市：心靈工坊。(原著出版年：1998)。

外文部分：

Amato, P. R. (1987). Family processes in one-parent, step-parent, and intact families: The child's point of view. *Journal of Marriage and the Family*, 49, 327-337.

Amato, P. R., & Booth, A. (1996). A prospective study of divorce and parent-child relationships. *Journal of Marriage and Family*, 58(2), 356-365.

Arditti, J. A. (1999). Rethinking relationships between divorced mothers and their children: capitalizing on family strengths. *Family Relations*, 48(2):109-119.

Arditti, J. A., & Madden-Derdich, D. (1993). Noncustodial mother: Developing strategies of support. *Family Relations*, 42, 305-314.

Arditti, J. A., & Prouty, A. (1999). Change, disengagement, and renewal: Relationship dynamics between young adults with divorced parents and their fathers. *Journal of Marital and Family Therapy*, 25, 61-81.

Barrett, A. E., & Turner, R. J. (2006). Family structure and substance use problems in

- adolescence and early adulthood: Examining explanations for the relationship. *Addiction*, 101(1), 109-120.
- Christopher, K., England, P., & Smeeding, T. M. (2002) The gender gap in poverty in modern nations: Single motherhood, the market, and the state. *Sociological Perspectives*, 45(3), 219-242.
- Debord, K., Canu, R. F. & Kerpelman, J. (2000). Understanding a work-family fit for single parents moving from welfare to work. *Social Work*, 45(4), 313-324.
- Hanson, S.(1986). Healthy single parent families. *Family Relations*, 35(1):125-132.
- Himmelweit, S., Bergmann, B., Green, K., Albelda, R., & Koren, C. (2004). Dialogue lone mothers: what is to be done. *Feminist Economic*, 10(2), 237-264.
- Masten, A., & Coatsworth, J. (1998). The development of competence in favorable and unfavorable environments. *American Psychologist*, 53(2), 205-220.
- Mayhew, E.(2006). The parental employment context. UK: Edward Elgar. Ch.3.
- McCubbin, H. I.,& McCubbin, M. A (1988). Typologies of resilient families: Emerging roles of social class and ethnicity. *Family Relations*, 37(3), 247-254.
- Patterson, J. M. (2002). Integrating family resilience and family stress theory. *Journal of Marriage and the Family*, 64(2), 349-360.
- Phares, V., & Renk, K. (1998). Perceptions of parents: A measure of adolescents' feelings about their parents. *Journal of Marital and Family Therapy*, 60, 646-659.
- Richards, L. N., & Schmiede, C. J. (1993). Problems and strengths of single-parent families: Implications for practice and policy. *Family Relations*, 42, 277-285.
- Rutter, M. (1999). Resilience concepts and findings: Implications for family therapy. *Journal of Family Therapy*, 21(2), 119-144.
- Saleebey, D. (1992). The strengths perspective in social work practice. New York: Longman.

- Scanzoni, J., Polonko, K., Teachman, J., & Thompson, L., (1989). The sexual bond: Rethinking families and close relationships. *Newbury Park, CA: Sage*.
- Secombe, K. (2002). "Beating the odds" versus "changing the odds": Poverty, resilience, and family policy. *Journal of Marriage and the Family*, 64(2), 384-394.
- Weinraub, M., & Wolf, B. M. (1983). Effects of stress and social supports on mother-child interactions in single- and two-parent families. *Child Development*, 54, 1297-1311.
- Werner, E. E. (1993). Risk, resilience, and recovery: Perspectives from the Kauai longitudinal study. *Development and Psychopathology*, 5, 503-515.
- Wolin, S. J. & Wolin, S. (1993). The resilient self. New York: Villard Books.

網站：

行政院主計處，2001 年~2008 年台灣地區家庭收支調查報告。

<http://www.stat.gov.tw/mp.asp?mp=4>

行政院主計處，1990 年、2000 年戶口及住宅普查。

<http://www.stat.gov.tw/mp.asp?mp=4>

內政部統計處，內政統計通報(2009，第22週)。

<http://sowf.moi.gov.tw/stat/week/list.htm>

附錄

國內碩博士論文單親家庭韌力相關研究（2000 年～2009 年）

研究者及年代	論文中文名稱	研究方法	研究對象	個人層面	家庭支持(含親人)	外在資源
李嘉莉 2000	高雄縣市離婚婦女生活適應及其復原現況之研究	半結構訪談、問卷調查	六位離婚婦女(訪談)及二〇五位離婚婦女(問卷調查)	願與他人分享，產生連結。	親人支持。	社會福利機構（少數人使用）。同事及朋友支持。
蔡群瑞 2001	復原力對離婚後個人適應之影響研究	深度訪談	六位離婚者	個人正向特質與認知。社會因應技巧。處理情緒能力。	原生家庭支持。	社會支持網絡。宗教。
施束鍾 2002	擺渡人生——從優勢觀點看都市原住民單親婦女的生活世界（以台北縣市阿美族為例）	深度訪談	七位現居住於台北縣市的阿美族女性單親家長	風險分攤、未雨綢繆。正向自我認知。幽默、樂觀的族性。	婆家及娘家支持。	同事、鄰居及宗教資源。
胡韶玲 2003	四位低收入戶單親母親的復原歷程--論親子力量的影響	深度訪談	四位低收入戶單親母親(單親時間五年以上)	自覺子女因自己的照顧而成長，進而肯定自我價值，促能。	子女的支持力量。	政府及社會各種福利資源。

研究者及年代	論文中文名稱	研究方法	研究對象	個人層面	家庭支持(含親人)	外在資源
王俐雯 2004	慈濟單親媽媽超越逆境之敘說研究	半結構深度訪談、文件蒐集法	三位慈濟單親媽媽 (高雄市)	獨立自主不依賴他人的能力。自我認同。控制環境的能力。有改善自我及生活的意願。尋找資源。對自我和生活有目的性。對未來有高期望。根據有意義的價值觀過踏實的生活。追求靈性生活。	娘家協助(兩位為婆家協助)。	社會支持(非正式資源為主)。宗教團體。
曹桂榮 2004	喪偶婦女悲傷反應與復原之研究	半結構深度訪談	九位喪偶婦女	積極正向的行動改變自己。發展問題解決的能力與處理。		社會支持。
邱弈絜 2005	生命的困與破-單親媽媽離婚後復原力之敘說分析	深度訪談	三位單親媽媽	獨立、自主、積極的性格。正向轉化的信念態度。願意給自己發聲的機會。	正向的家庭信念。彈性的組織。清晰直接的溝通模式。家庭凝聚力。	
陳若喬 2001	單親小孩上大學--以優勢觀點探討青少年時期經歷父母離異事件的生活歷程	深度訪談	國中時期父母離異之大學以上的在學生或已畢業之五位男性及六位女性	養成個人經濟獨立(打工)。發展自我因應行為。改變認知。個人內在與混亂環境劃清界限。環境意識提昇。自我反省與評價。自我內控能力。獨立。健康幸福感。	未同住父母的心理與經濟支持。家人支持。	學校師長、同儕、宗教支持。

研究者及年代	論文中文名稱	研究方法	研究對象	個人層面	家庭支持(含親人)	外在資源
陳信英 2001	青少年單親經驗中的悲傷與復原：生命故事敘說之研究	深度訪談	四位父母離異的青少年	願與他人產生關連，與他人分享。自我覺察。接受控制。參加有意義的活動。設立及執行明確規範。	依親親人良好關係。	同儕支持。
吳秀莉 2001	復原力對國中單親家庭學生生活適應之影響	深度訪談	六位經歷單親經驗的國中	良好自我概念。情緒安全感。良好人際關係。學業、社交、情緒、自我激勵以及角色仿效。		
楊雅華 2002	請戴上綠色眼鏡進入我的翡翠城堡：運用優勢觀點探討離婚單親家庭兒童的生活世界	半結構深度訪談	六位四到六年級的單親兒童	找尋直接解決問題的方法。人際關係能力。樂觀、自立、獨立、正向特質、新想法以及坦然面對單親身份。	家人親密感情。管教方式改善。穩定而和諧的家庭氣氛。家庭溝通直接方便。	同儕、教會、社福機構資源。
黃秀媛 2005	單親青少年生活適應之復原力研究	深度訪談	兩位於國小階段經歷父母離婚的青少年		親人支持。	外在系統支援。
黃寶萱 2006	復原力對離異家庭高職學生生活適應之影響研究	深度訪談	六位於青春時期經歷父母離婚（二年以上），目前生活適應良好的高職學生	獨立、堅強、開朗與樂觀。自我內控能力。同理心。高自我價值感。主動性。責任感與希望。	與非監護人關係良好。與家人親密連結。雙親關係和諧，教導正向因應策略與賦予合宜期待。	正向學校或校外經驗。同儕支持與成人指引。

資料來源：研究者整理。