# I 家庭的組成、發展與變化

不一樣的家庭，一樣的幸福

# 序

家庭是一個人最早的生活場域，也是影響一個人發展與成長既深又遠的環境，因此家庭教育是人生中最基礎的教育。

過去，人們從場域的觀點，將教育分成家庭教育、學校教育、社會教育；然而隨著社會變遷、教育革新，已不再從場域的觀點定義教育。家庭教育已從刻板的家庭中父母對子女的教育，轉為所有家庭成員終其一生，學習有關家庭生活知能的教育；因此可以在家庭、在學校、在社會中推展與實踐。

十二年國民基本教育課程綱要將家庭教育納入十九項議題之一，議題主要在處理生活面對的課題，因此具有時代性、脈絡性、跨域性、討論性、變動性的特性（國家教育研究院，2019），高級中等以下學校可將議題融入各學習領域或科目。

在2019年5月8日，修訂公布的家庭教育法第十三條「高級中等以下學校每學年應在正式課程外實施四小時以上家庭教育課程及活動；另應會同家長會對學生及其家長、監護人或實際照顧學生之人辦理親職教育」，高級中等以下學校每學年需在正式課程外，提供每一位學生至少4小時（即240分鐘）的家庭教育課程及活動，高級中等以下學校必須依法推展家庭教育。而嬰幼兒階段是人類發展極為快速的時期，因此家庭教育需要往下延伸至幼兒園階段。

為提供高級中等以下學校及幼兒園教師，在推展家庭教育時，能有參考架構，因此以「十二年國民基本教育課程綱要－家庭教育議題」為藍本，並延伸至幼兒園，研訂「高級中等以下學校及幼兒園家庭教育參考大綱」。各教育階段皆包含五項主題軸，分別為「家庭的組成、發展與變化」、「家人關係與互動」、「人際互動與親密關係發展」、「家庭資源管理與消費決策」、「家庭活動與社區參與」。

本套家庭教育議題教師手冊，乃依據「高級中等以下學校及幼兒園家庭教育參考大綱」而撰寫，每項主題軸皆以生活故事出發，撰寫的家庭教育內容呼應或解決生活故事中的點點滴滴，期待提供教師們一套容易讀、易推展的家庭教育手冊，以培養學習者從小具備經營幸福、溫馨與健康家庭的素養。

感謝16位參與撰寫老師們的用心撰寫，並透過無數次的討論與修正，力求正確與周延；感謝15位審查委員的專業審查，提供更臻完善的修正建議；感謝繪圖設計與美編的鼎力相助，讓本書得以圖文並茂；更感謝助理的細心與耐心的統整，讓本書得以順利出版。

國立臺灣師範大學人類發展與家庭學系
副教授兼系主任　周麗端

# CONTENTS

序 ---------- ii

## PART 1

### 家庭的意義與內涵

壹、家的意義—我「家」在哪裡？ ---------- 05
一、「家」的概念—家的意義真豐富！ ---------- 06
二、家的法律定義—「家」，法律怎麼說？ ---------- 06
貳、家庭組成—誰是家人？ ---------- 08
一、家人關係與親屬—誰與你／妳有關係？ ---------- 09
二、自己與家人的關聯性—我與家人之間 ---------- 11
參、家庭的功能—家人的需求與付出！ ---------- 12
一、情感功能—愛的補給站 ---------- 13
二、保護與照顧功能—家是避風港 ---------- 13
三、教育與社會化功能—我的第一位老師 ---------- 13
四、生理與生育功能—生命的延續 ---------- 13
五、經濟功能—互助互賴的後盾 ---------- 14
六、休閒娛樂功能—家庭的歡樂時光 ---------- 14
七、宗教功能—家人凝聚力 ---------- 14
肆、家庭生活儀典—那一年，我們一起做的事！ ---- 15
一、家庭生活儀典的內涵—生活中的儀典 ---------- 15
二、家庭生活儀典的改變—過節的氣氛變了嗎？！ ---------- 17
伍、家庭的型態—你家、我家，都一樣嗎？ ---------- 18
一、以世代組合分—幾代同堂呢？ ---------- 19
二、以組成人口分—誰和誰成為一家人？ ---------- 20
三、以居住狀態分——家人，怎麼住？ ---------- 21
四、以世系傳承分—繼承誰，誰繼承？ ---------- 22
資源運用 ---------- 23

## PART 2

### 家庭的發展與任務

壹、家庭中成員的發展—小種子的成長 ---------- 27
一、個人的發展—我們就這樣長大了 ---------- 28
二、生理、心理和社會關係的持續發展—改變了什麼？ -------- 31
三、家庭成員發展的意義—家，是用愛來灌溉！ ---------- 31
貳、家庭的發展—家也會出生、成長和衰老嗎？ --- 33
一、家庭生命週期—家的生命和個人一樣嗎？ ---------- 34
二、家庭不同階段的發展任務—我們將面對什麼？ ---------- 35
三、家庭不同階段的挑戰—我們準備好了嗎？ ---------- 40
參、家庭不同階段的壓力與需求—攜手的力量 ------ 40
一、家庭發展階段的壓力與需求—我家你家不一樣嗎？ ------- 40
二、尋求家庭資源—我家有哪些資源與支援？ ---------- 45
資源運用 ---------- 47

## PART 3

### 家庭系統與轉變


壹、家庭的轉變—生命的偶然與必然 ---------- 51
一、家庭可預期的轉變—先知先覺壓力降 ---------- 52
二、家庭不可預期的轉變—現知現覺壓力增 ---------- 53
三、家庭轉變的影響—壓力分數警訊大 ---------- 53
貳、正向面對家庭的改變—問題不是問題，如何因應才是問題 ---------- 55
一、改變對事件的看法—換個角度想想 ---------- 55
二、改變對事件的行動—齊心協力共面對 ---------- 55
參、家庭系統的內涵與運作—墊腳站高俯瞰家庭 --- 56
一、家庭系統的意義—家若是蛋糕，麵粉、糖、奶油缺一不可 ----- 56
二、家庭系統與運作—規則在哪裡？ ---------- 59
三、家庭系統與超系統—看不見的那雙手？ ---------- 59
資源運用 ---------- 61

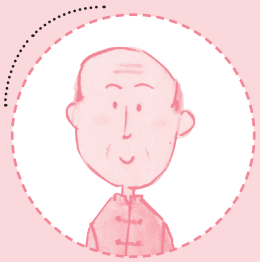
## PART 4

### 社會環境中的家庭


壹、不同族群的家庭文化—我們的家庭故事 --------- 65
一、傳統的家庭儀典—不同家庭的故事 ---------- 66
二、不同文化的家庭儀典—慶典大不同 ---------- 66
貳、社會環境對家庭的影響—我們都是一家人 ------ 67
一、華人文化對家庭的影響—我是東方好華人 ---------- 68
二、科技發展對家庭的影響—科技始終來自人性 ---------- 71
三、經濟發展對家庭的影響—經濟帶來美好的生活 ---------- 72
參、社會變遷與個人及家庭的關係—變，是唯一不變的 73
一、社會變遷的意涵—不變應萬變 ---------- 74
二、社會變遷帶來的影響—我變，故我在 ---------- 74
三、社會變遷對家庭的影響—我變、我變、我變變變 ---------- 75
資源運用 ---------- 77

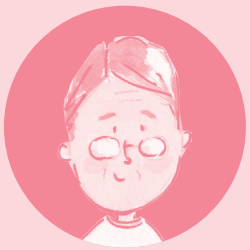
參考文獻 ---------- 78
附錄一 高級中等以下學校及幼兒園家庭教育參考大綱 -- 80
附錄二 本手冊內容與學習重點的對應 ---------- 88
附錄三 家庭教育法 ---------- 90

# 角色介紹



阿公

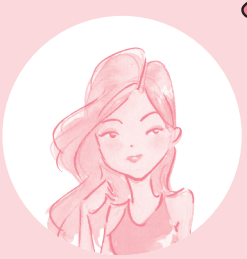
阿嬤



外公

外婆

姑丈

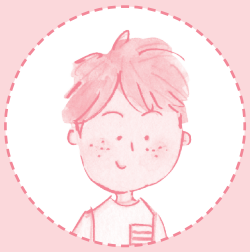


姑姑

小喬爸

小喬媽

小喬



安弟

# 小喬的年夜飯

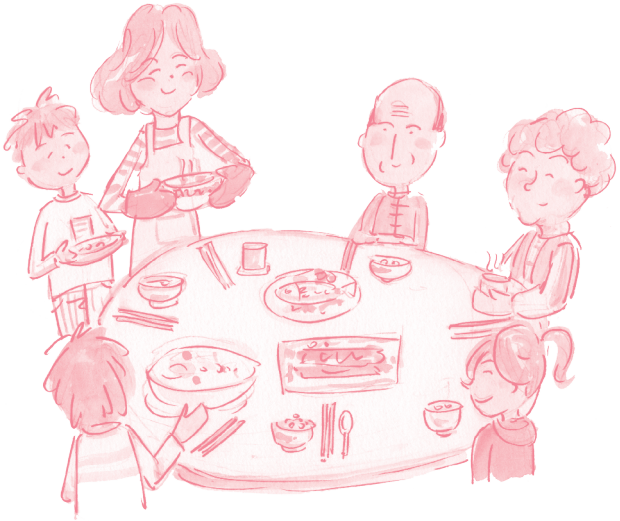
除夕傍晚，八年級的小喬與爸媽及幼兒園的安弟
從新竹搭高鐵回到斗六的阿公阿嬤家。
哇！三合院中央，兩桌香噴噴的年夜飯已經準備好了，
全家都喜氣洋洋的！

阿嬤對小喬說：「伯母是烹飪高手，
這是伯母帶著堂哥、堂嫂一起準備的年夜飯。」
堂嫂的小寶寶剛滿月，
媽媽說：「小喬當姑姑啦，安弟也變成了叔叔。」

小喬只要回到斗六，就發現自己有好多親戚。

大年初二，
住在臺北的姑姑也會和義大利籍的姑丈一起回斗六過年，
總之這個時候小喬特別感受到原來自己有許多的家人。

每年吃完了山珍海味的年夜飯，
阿公、阿嬤和長輩們都會發壓歲錢。
大家總是開心的守歲、玩牌、放煙火、聊天到半夜。



# PART 1

# PART 1 家庭的意義與內涵

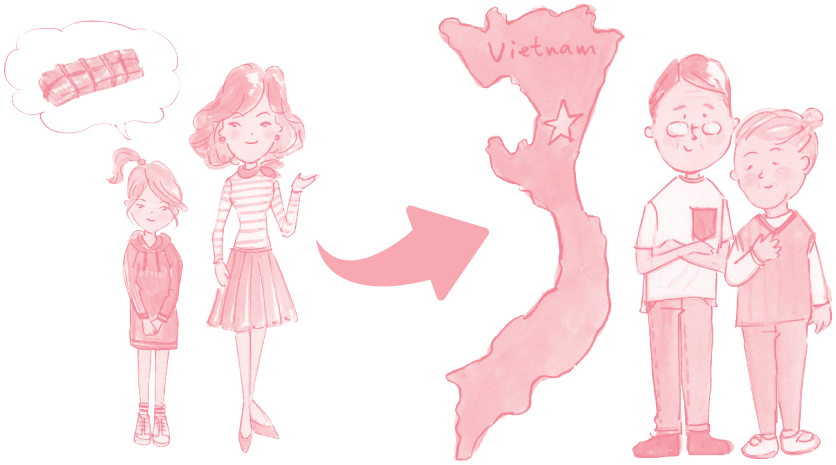
- 家的意義
- 家庭組成
- 家庭的功能
- 家庭生活儀典
- 家庭的型態

家，用愛編織而成！

## 故事內容

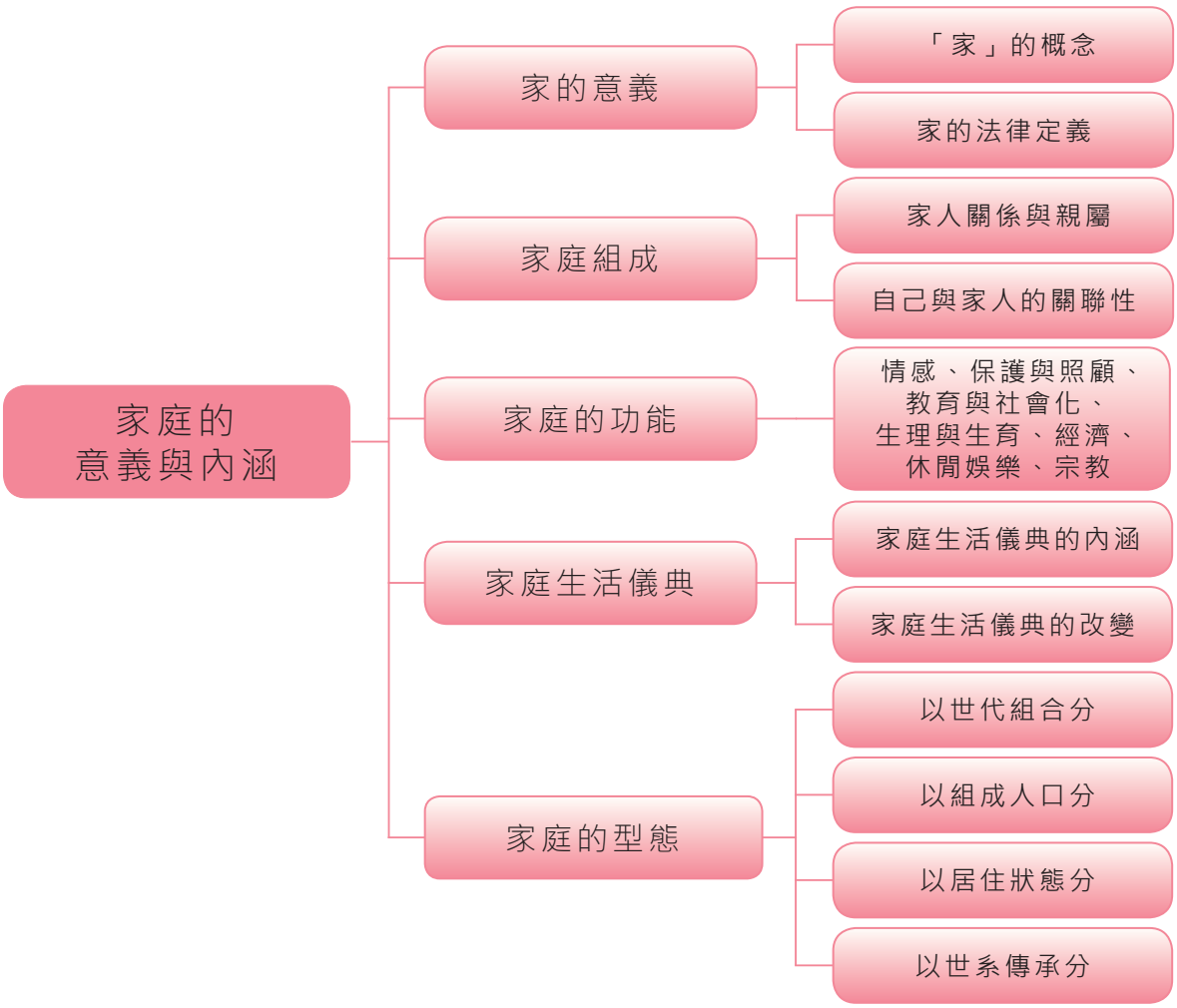
### 快樂過新年

大年初一清早，小喬揉著睡眼給阿公、阿嬤拜年，
兩位老人家祝福小喬和安弟學業進步，
小喬則說恭喜新年萬事如意。
媽媽開始整理行李，準備搭半夜的飛機啟程，
因為今年初二小喬要回越南的外婆家！
越南也有初二回娘家的習俗，
有兩年沒去越南過年，媽媽很想念阿姨們，
小喬也想見見表姊，以及吃美味的越南大粽子，哈！
過年總是會和很多許久沒見面的家人見面，
特別忙碌，也特別開心。
到底誰是小喬的家人呢？
在特別的日子裡，為什麼家人總是有一些活動呢？
在越南的外公外婆家，又有哪些不一樣的活動呢？




## 主題摘要

人之所以幸福—因為有家可回嗎？！
你的家人包括哪些人？
你的家庭是什麼樣的家庭？
家庭有大有小、形形色色！老師走進任何一間教室，會發現孩子每天回去的家，都很不一樣，幸福的家庭，不會只有一種樣貌。



## 壹、家的意義—我「家」在哪裡？

小喬的香梅媽媽來自越南，爸爸在竹科工作，因為外派到越南，認識了媽媽，兩人談戀愛後回臺灣結婚。雖然外公是華人，但剛開始媽媽不太會說國語，小喬讀國中後，卻連閩南語都說得嚇嚇叫，又碰上爸爸公司有時放無薪假，所以除了照顧我和弟弟外，香梅媽媽也開始到餐廳工作貼補家用，工作雖然辛苦，但媽媽說上班後認識許多新朋友，讓她非常開心。

在每個人的成長中，幾乎都曾經畫過「我的家」、寫過「家」這個作文題目。無論是貧富貴賤，每個人都需要一個家。談到「家」，你認為怎樣才能稱得上「家」呢？當有人這樣問時，我們是否也充滿了疑惑呢？

## 一、「家」的概念—家的意義真豐富！

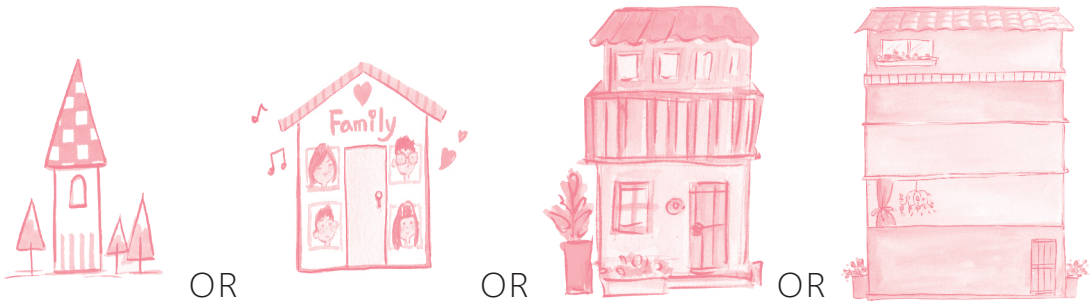



圖 1-1 各式各樣的家

你搬過幾次家？你的家溫暖嗎？你家中有幾人？當我們在討論「家」（圖 1-1）時，通常會談論到 house「家屋」、home「家」、family「家庭」（圖 1-2）這幾個用詞。「家」究竟是什麼呢？畢恆達（2000）指出：「我的家非常寬敞」、「今天晚上不回家」指的是 house；「我有一個溫暖的家」指的是 home；而「我家有 4 個人」則是指 family。顯然，「家屋」是一個具體的空間；「家」則須要家庭成員持續的經營與情感的投入，因為金錢買得到家屋，卻買不到家。因此，在談論家的概念時，不可否認家人是最重要的內涵。

| | |
|---|---|
| family- 家庭 | • 我家有四個人 |
| home- 家 | • 我有一個溫暖的家 |
| house- 家屋 | • 我的家非常寬敞<br>• 今天晚上不回家 |

圖 1-2「家」的不同概念

每個家庭都有獨自的特點，每個家庭中的人、事、物都不相同。身為家庭中的一分子，可從家庭成員、日常生活事件及家庭物品等認識自己的家庭。

## 二、家的法律定義—「家」，法律怎麼說？

《民法》第四編親屬編中，第六章第 1122 條：「稱家者，謂以永久共同生活為目的而同居之親屬團體」。民法對家庭的觀點，家的要件包括：

1. 親屬團體或以永久共同生活為目的同居一家之家屬。
2. 同居。
3. 以永久共同生活為目的。

婚姻是家庭建立的開始，對多數人而言是生命歷程中非常重要的歷程與選擇，婚姻是一種儀式，也是一種契約，更是一個親密關係的實現。多數社會中，婚姻具有法律效力，我國的《民法》親屬編及 2019 年通過之《司法

院釋字第七四八號解釋施行法》，對婚姻的成立都有詳細規定（圖 1-3）。近年來，也有些人選擇同居，而不採取法律上的婚姻登記，因此，家庭建立的樣貌也愈來愈多元。

**《民法》親屬編**

- 結婚應以書面為之，有二人以上證人之簽名，並由雙方當事人向戶政機關為結婚之登記。
- 男未滿 18 歲，女未滿 16 歲，不得結婚。
- 男未滿 17 歲，女未滿 15 歲，不得訂定婚約。

**《司法院釋字第七四八號解釋施行法》**

- 相同性別之二人，得為經營共同生活之目的，成立具有親密性及排他性之永久結合關係。
- 未滿 18 歲者，不得成立前條關係。未成年人成立前條關係，應得法定代理人之同意。

圖 1-3 法律對婚姻的規定

綜合上述，討論家庭定義的主要考量有三，包括成員屬性、功能提供，以及成員居所（圖 1-4），這就是「家」。

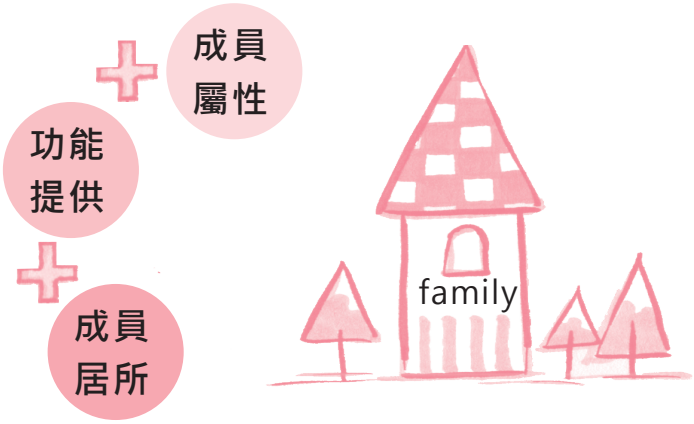



圖 1-4 家庭的定義主要考量三要素

1. **成員屬性**：家庭中具有血緣、婚姻或法律之親屬關係。
2. **功能提供**：提供情感功能、保護與照顧功能、教育與社會化功能、生理與生育功能、經濟功能、休閒娛樂功能及宗教功能。
3. **成員居所**：家庭成員具共同居住的特性。

家庭是透過家人間分享親密情感、資源、決策及價值，並互許承諾、共同生活的一個組織。家，也是有形的物體，家庭中也有生活物品，家人共同生活，也共同經歷日常生活事件，形成了每個人獨一無二的家。

## 貳、家庭組成—誰是家人？

除夕夜裡及大年初二，小喬的家裡好熱鬧，住在臺北的姑姑也會和義大利籍的姑丈一起回家過年，叔公、姑媽都來拜年。

這麼多的人在過年期間都相互祝福，誰是小喬的家人，誰是小喬的親戚呢？

家庭成員在《民法》有明確規定，指「家」中的家長、家屬及親屬團體。在「家」中通常以家中最尊輩者擔任家長，除了家長以外，其他的人則稱為家屬，家長以全體家屬之利益為前提，負責管理家務。當家屬已經成年，或是雖然未成年但已經結婚時，可請求由家分離，獨自生活或組核心家庭。

## 一、家人關係與親屬—誰與你 / 妳有關係？

你知道你的家人是誰嗎？你知道與你同住與不同住家人的姓名、生日及喜好嗎？你知道與你同住與不同住的家人該怎麼稱呼嗎？當婚姻關係成立時，就產生了家人關係，包括配偶關係、血親關係及姻親關係（圖 1-5）。

1. **配偶關係**：沒有血緣關係的 2 個人，法律規定的方式組成最親密的親屬關係。
2. **血親關係**：因「出生」的事實而產生的親屬關係，又分為「直系血親」與「旁系血親」，以及透過收養由法律加以承認的「擬制血親」。
3. **姻親關係**：因婚姻關係而使配偶雙方的家人產生親屬關係。

| 配偶關係 | 血親關係 | 姻親關係 |
| --- | --- | --- |
| • 由婚姻而結合的配偶關係 | • **直系血親**：祖父母、父母、子女<br>• **旁系血親**：兄弟姊妹、叔伯、姑、姨、姪子女、堂兄弟姊妹等<br>• **擬制血親**：透過**收養**由法律加以承認的血親，如養父母與養子女 | • **血親的配偶**：嫂嫂、妹婿、姑丈、舅媽、女婿<br>• **配偶的血親**：公公、婆婆、岳父、岳母<br>• **配偶的血親的配偶**：妯娌、連襟 |

圖 1-5 家人關係

「親屬」就是所謂的家人，無論同住與不同住的家人，我們都應該了解這些家庭成員的關係，進而對家庭成員有適當的稱謂（表 1-1）。了解家人彼此間的稱謂與關係，可以讓自己和家人的相處上更和諧，感受自己在家庭中的歸屬位置。

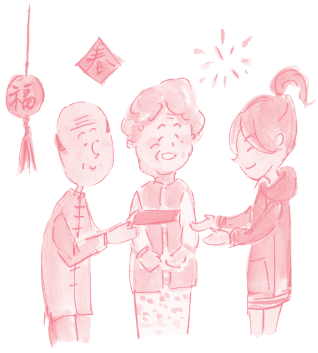


表 1-1 家庭成員的稱謂

| 關係 | | 稱謂 | 說明 |
|---|---|---|---|
| 配偶關係 | | 夫 | 結婚女性對自己伴侶的稱呼 |
| | | 妻 | 結婚男性對自己伴侶的稱呼 |
| 血親關係 | 直系血親 | 父親 | 雙親中的男性，也稱爸爸 |
| | | 母親 | 雙親中的女性，也稱媽媽 |
| | | 祖父 | 父親的父親，又稱爺爺<br>母親的父親，又稱外公或外祖父 |
| | | 祖母 | 父親的母親，又稱奶奶<br>母親的母親，又稱外婆或外祖母 |
| | | 曾祖父 | 父親的祖父<br>母親的祖父，又稱外曾祖父 |
| | | 曾祖母 | 父親的祖母<br>母親的祖母，又稱外曾祖母 |
| | | 兒子 | 子女中的男性 |
| | | 女兒 | 子女中的女性 |
| | | 孫 | 兒子 / 女兒生育或收養的子女，依性別又分孫子、孫女 |
| | | 曾孫 | 孫子 / 孫女生育或收養的子女 |
| | 旁系血親 | 兄弟姊妹 | 雙親生育或收養的其他子女 |
| | | 伯父 | 父親的兄長，也稱伯伯 |
| | | 叔叔 | 父親的弟弟，也稱叔父 |
| | | 姑姑 | 父親的姊妹，也稱姑媽 |
| | | 舅舅 | 母親的兄弟，也稱舅父 |
| | | 阿姨 | 母親的姊妹，也稱姨媽 |
| | | 堂兄弟姊妹 | 父親的兄弟的子女 |
| | | 表兄弟姊妹 | 母親的兄弟姊妹及父親的姊妹的子女 |
| 姻親關係 | | 公公 | 丈夫的父親，也直稱爸爸 |
| | | 婆婆 | 丈夫的母親，也直稱媽媽 |
| | | 岳父 | 妻子的父親，又稱丈人，也直稱爸爸 |
| | | 岳母 | 妻子的母親，又稱丈母娘，也直稱媽媽 |

（續下頁）

| 關 係 | 稱 謂 | 說 明 |
|---|---|---|
| 姻親關係 | 兒媳 | 兒子的妻子 |
| | 女婿 | 女兒的丈夫 |
| | 嫂嫂 | 兄長的妻子 |
| | 弟媳 | 弟弟的妻子 |
| | 姊夫 | 姊姊的丈夫 |
| | 妹夫 | 妹妹的丈夫，也稱妹婿 |
| | 伯母 | 伯父的妻子 |
| | 嬸嬸 | 叔叔的妻子 |
| | 姑丈 | 姑姑的丈夫 |
| | 舅媽 | 舅舅的妻子 |
| | 姨丈 | 阿姨的丈夫 |

## 二、自己與家人的關聯性—我與家人之間

在家庭中，我們與家人有哪些關聯呢？我們和家人各自的角色是什麼呢？自己與家人間的關係有哪些感受呢？家人關係包括配偶關係、親子關係、手足關係、祖孫關係以及姻親關係（圖 1-6），是家人之間分享親密情感、資源、決策、價值，並互相許下承諾的組織，是一種自己與家人間的相互照顧的關係。

1. **配偶關係**：是家人關係中最先建立的，有了配偶關係才會發展出其他成員的關係。
2. **親子關係**：是指家庭中父母與子女之間的關係。
3. **手足關係**：是指家庭中兄弟姊妹之間的關係，手足關係是人一生當中，關係最持久的一種情感性連結。
4. **祖孫關係**：是指祖父母與孫子女之間的關係。在現代社會中，孩子從小在家庭中缺乏與老人接觸的經驗，容易造成孫子女對長輩的疏離感。
5. **姻親關係**：在家庭生活中，除了有血緣關係的親屬之外，尚包括婆媳、姑嫂、翁婿、妯娌、姊夫、妹夫、舅媽、伯母、姨丈等。

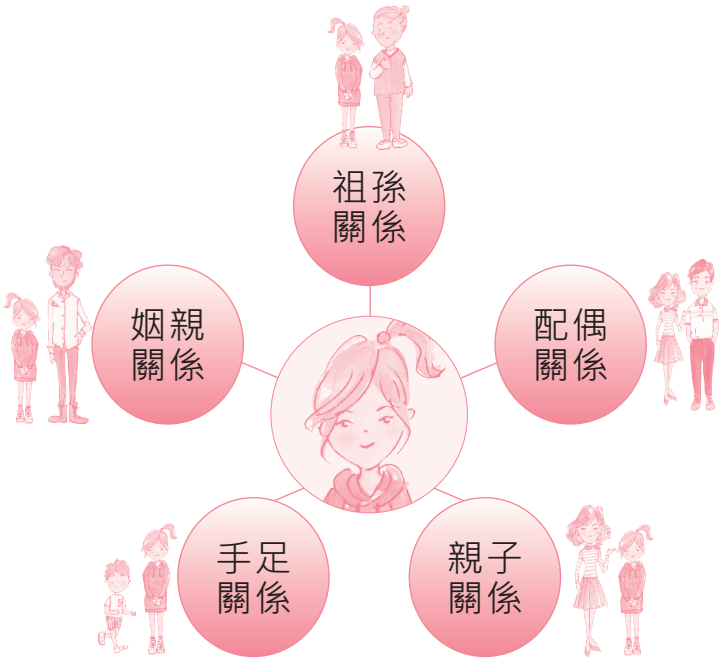



圖 1-6 自己與家人的關聯性

## 參、家庭的功能—家人的需求與付出！

小喬的家，充滿了歡樂，大家相互照顧與支持，在新竹小小的家、在斗六好大的家族，一家人生活在一起，都讓小喬覺得有個「家」，真好！

家滿足了一個人哪些需求呢？家庭是家人間分享親密情感、資源、決策、價值，並互相許下承諾的組織，一個人生活在家庭中，家庭具有滿足人類和社會需求的功能，一般而言家庭提供個人成長歷程中的情感功能、保護與照顧功能、教育與社會化功能、生理與生育功能、經濟功能、休閒娛樂功能、宗教功能（周麗端，2016a）（圖 1-7），讓家庭成員健康成長。每個人在家庭中不但得到需求的滿足，也對家人付出。

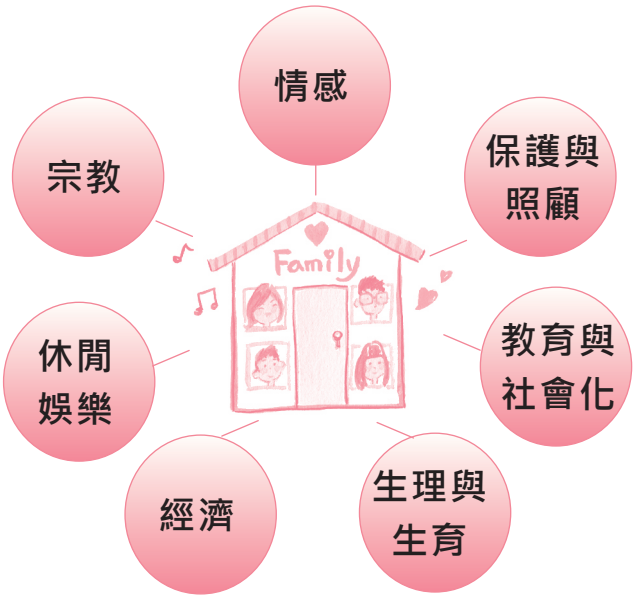



圖 1-7 家庭的功能

## 一、情感功能—愛的補給站

社會心理學家 Maslow 的需求層次理論中，「愛與歸屬」的滿足為人類最基本需求之一。家庭最主要的功能就是滿足家庭成員的情感需求，家人溝通不良或情感表達出現困擾，會導致彼此無法相互了解，並影響日常生活適應力。雖然現今社會人際互動的管道與形式更多元，但家人的情感需求與支持，依然是提供家人愛與情感的重要來源。

## 二、保護與照顧功能—家是避風港

家庭能保護家庭成員避免受外力的侵害，提供安全的家庭環境，當家庭成員生病受傷、失業、衰老或生病時，家庭是個人的避風港。對於嬰幼兒、兒童、青少年、青年、中年、老年等不同發展階段的家庭成員，家人可依其需求提供不同的照顧，但隨著社會變遷，家庭的保護功能也在轉變中，例如照顧小孩及老人的功能已部分被托育機構及安養機構取代。

## 三、教育與社會化功能—我的第一位老師

家庭是一個人最早的教育場所，對個人的教育與社會化影響最早也最深遠。家庭中子女能從父母、家人中學到價值觀、信仰、處事態度等。早期社會，家庭是教育子女的主要場所，隨著社會及制度改變，學校或其他機構取代家庭的部分教育和社會化功能。現代家庭不僅重視父母教育子女，家人間透過對話、溝通與分享，充實生活經驗及新知能更為重要，例如文化反哺、學習型家庭的推動。

## 四、生理與生育功能—生命的延續

生育是家族文化傳承與生命延續的必經過程，家庭是最主要場所。傳統華人家庭以傳宗接代為重責大任，除了生育之外，家庭須安全撫養照顧子女，使其獨立。目前臺灣的平均生育率屢創新低，有些人選擇不生育子女，也有些人則是未婚生子，這些現象說明了家庭的生育功能，相較於過去有逐漸改變的趨勢。

## 五、經濟功能—互助互賴的後盾

家庭是最小的經濟組織單位，以前家庭是生產單位，在農漁牧社會，即使成家的手足仍共同耕種、工作，家人之間互相資助，家庭是自給自足的生產單位。工業化與現代化社會，核心家庭增加、個人主義高漲，成家後手足經濟多為各自獨立，家庭也轉變成消費單位。此外，家庭的經濟互助情況也有一些改變，例如老人的經濟依賴，也部分轉向依賴政府救助或津貼。

## 六、休閒娛樂功能—家庭的歡樂時光

家庭是子女學習娛樂的第一場所，在農業社會中，休閒生活以家庭為中心，家庭成員童年時期娛樂活動也多由家庭提供，現今社會變遷，生活壓力逐漸加重，透過休閒娛樂放鬆心情、減輕工作壓力，促進家人間感情的交流更是重要。家人彼此利用各種節慶及紀念日，共同慶祝、享受家庭相處時光，是過去生活中的主要娛樂；在娛樂方式多元、個人講究獨處時間與空間的現今社會，家人共同參與的休閒活動反而需要刻意安排。

## 七、宗教功能—家人凝聚力

人們最初接受宗教的洗禮就在家庭中，宗教信仰的傳遞、宗教儀式的學習可以凝聚擴展家庭的向心力。在西方家庭中，宗教維繫了家人的團結，有著慎終追遠與傳承的意義；在華人社會亦如此，藉由祖先崇拜維繫家人的凝聚力，因此祭祀祖先也是家庭的一項重要功能。隨著宗教信仰的多元化，家庭成員的信仰可能不盡相同，使家庭的宗教功能逐漸消失。

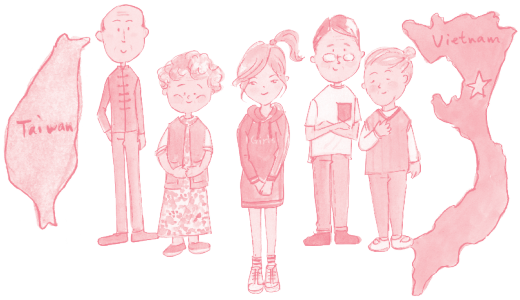
家庭功能是動態且多面性的，隨著人類的需求以及時空的變化而有所轉變，現代健康的家庭除了要調整並發揮原有功能之外，更要創造新的功能。聯合國 1989 年宣布，1994 年為「國際家庭年」元年，並訂定每年 5 月 15 日為「國際家庭日」，強調家庭的重要性，並且提升國際社會對於家庭重要性之認識，期望人們用生命與愛心去建立家庭。不論家庭功能如何改變，婚姻和家庭仍是人類社會制度中重要的一部分，多數人仍盼望擁有和諧的家庭。

# 肆、家庭生活儀典—那一年，我們一起做的事！

今年的年夜飯，小喬的親人們都回家吃年夜飯，除夕姑姑帶義大利姑丈一起回家團圓，初一向爺爺奶奶拜了年，初二小喬媽媽又說要回越南外婆家，為什麼小喬的家有這麼多有趣的現象呢？這代表什麼意義呢？

小喬外公家和爺爺家一樣，都在國曆元旦一月一日過新年，同時也和多數華人一樣過傳統的春節。

越南的端午節也是農曆五月初五，許多人雖然不知道「屈原」，但大家會在當天喝雄黃酒、吃粽子。還會給孩子戴上五色絲線，這五色絲線要在夏季的第一場大雨或是第一次洗澡時，扔到河裡，以此求得平安健康。越南人也稱這天為滅蟲日，是因為這段時間會出現很多蟲。小喬覺得外公家和斗六的爺爺家有些相同又有些不同真的好有趣！




## 一、家庭生活儀典的內涵—生活中的儀典

儀典（ceremony）為社會學名詞，其意義包括「儀式」、「典禮」及「儀典」（國家教育研究院，2015）。「儀典」是由諸多「儀式」（ritual）所組成，藉由各項「儀式物件」、「儀式行為」與「儀式動作」，共同堆疊出一套步驟分明、深具意義且結構完整的活動體系。「舉行儀典」有時是對生命或生活的回饋與反應，經由一些非必要的儀式形式和儀式動作，以表達對生命與生活的一種感念與宣示（陳俊玄，2019）。儀式又分為個人與家庭的儀式。

## （一）個人的儀式

個人的儀式包括日常儀式與文化習俗儀式（表 1-2）。日常儀式，例如睡前說故事、早上喝咖啡、晨間慢跑；文化習俗儀式，例如滿月禮、收涎儀式、抓週、成年禮等。儀式是一種不斷反覆的行為，能幫助孩子去型塑、體驗日常生活，並建立秩序，對於年幼的子女特別重要，因此父母可以採用適合子女的家庭儀式，在家庭日常生活中為孩子建立秩序，協助孩子養成良好的生活習慣，並與人建立和諧的互動模式。

表 1-2 日常儀式與文化習俗儀式實例

| 類別 | 儀式內容 | 舉例說明 |
|---|---|---|
| 日常儀式 | 起床儀式 | 父母可以打開窗簾、溫柔地喚醒兒女、給他（她）一個吻、讓門是開著的或告訴兒女再賴床 5 分鐘後起床……等。 |
| | 收拾儀式 | 父母提前 10 分鐘收拾、播一首兒歌來倒數計時、收拾時間撥放收拾歌曲，子女在歌曲結束前收拾完畢…… 等。 |
| | 冷靜儀式 | 父母可以請孩子倒一杯水慢慢喝完、坐在椅上冷靜、察覺自己的情緒或告訴「愛生氣玩偶」自己為什麼憤怒，孩子冷靜後，父母給予一個擁抱……等。 |
| | 睡覺儀式 | 鋪好棉被、說一個晚安故事、互道晚安、睡前擁抱、開啟小夜燈、閉上眼睛或聽父母唱一首晚安曲進入夢鄉……等。 |
| 文化習俗儀式 | 收涎儀式 | 將收涎餅以紅紗線串起來，掛在四個月大的孩子的脖子上，請擁有福氣的長輩、親友拿下一個餅來，在寶寶的嘴邊擦一擦，口中邊念幾句吉祥話以表達祝福。 |
| | 抓週儀式 | 第一步祭拜祖先，以牲禮和紅龜粿來拜祖先；第二步祝福儀式，而小孩的外婆家也要送頭尾和紅龜來祝賀。第三步開始抓週儀式。<br>註：「送頭尾」是指嬰兒滿週歲時，外婆家送嬰兒從頭到腳所穿的衣物及飾品，包括帽子、衣服、鞋子、襪子及金飾……等 |
| | 成年禮儀式 | 例如臺南市「做十六歲」，在七夕當天，男生頭戴狀元帽、女生戴鳳冠，鑽「七娘媽亭」開啟智慧的竅門，出「鳥母宮」酬謝神恩及父母養育之恩。 |

## （二）家庭的儀式

每個家庭都有獨特的生活儀式，例如家庭日活動、家庭會議。在家庭生活中，家庭的儀式就像一條紐帶，將家人聯繫在一起。儀式涉及家人共同興趣，儀式讓家人之間更有認同感、接納感。因此，家庭儀式具有特殊的意義，藉由這些家庭儀式，例如每天共進晚餐、每年共度生日，能成為家人共

享的記憶，增進家人關係。家庭儀式可以幫助家庭成員了解「家人是誰？家人重視什麼？」，這些儀式能凝聚家庭、文化、社會中的人際關係，形成歸屬感，透過家庭儀典的舉行，家庭成員間的情感與關係互動更為緊密。在節日當中也有慶典的儀式，家人的文化活動節日的儀式，包括中秋節賞月、端午節包粽子及春節拜年等。

一年三百六十五天當中，除了國定假日、民俗節慶之外，每個家庭也會有專屬於家人的特殊日子，在這些日子中舉行相關的儀式，這就是一種重要的儀典，例如家庭中有家人即將結婚，家庭會舉行結婚儀式，傳統的華人家庭中，男方與女方分別有其重要的儀式進行，男方進行迎娶、鳴砲後，便至女方家中迎娶，女方則必須進行迎新郎、討喜、拜別父母、上禮車後至男方家中進行拜轎、牽新娘、祭祖敬茶等儀式，透過以上儀式的進行才完成傳統婚禮的典禮（圖 1-8）。

華人傳統的婚禮儀式代表著父權社會的傳統意義，並以此達成嫁入男方家庭並以此形成家庭歸屬感。現今社會結婚儀式多有簡化，且非強調男娶女嫁，而是兩人共組家庭、兩家成為親家。這些家庭儀典的進行，表達了對生命與生活的一種感念或宣示。

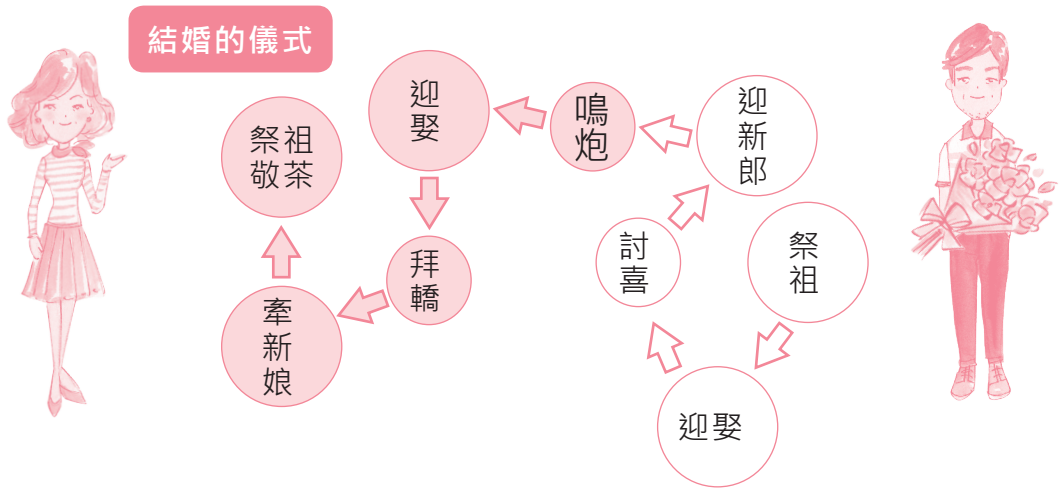



圖 1-8 結婚的儀式

## 二、家庭生活儀典的改變—過節的氣氛變了嗎？！

家庭生活的儀典可能來自於文化的傳承，尤其是民俗慶典活動，主要與神明的誕辰或祭祀有關，且具有消災、祈福、團圓聚會等性質，呈現出華人對祖先的懷舊、感恩以及虔敬的情懷。進行祭拜祖先的儀典，不只是悼念祖先，而是重新確認個人在家族綿延不絕的生命長河裡，賦予自己生命意義，以便在這些承先啟後的世界中找到安身立命之處，建立家庭成員的凝聚力。

隨著時代的變遷，現今的家庭儀典有了更多樣貌，傳統歲時節慶中的儀典也產生了些微改變，以清明節為例，過去在清明節時家家戶戶會插柳、掃墓、掛紙及吃「潤餅」等，至今因為火葬的盛行，逐漸改變了傳統的清明儀典。另外，過去子女滿週歲時，需要祭拜祖先，進行祝福儀式，以及抓週儀式，演變至今抓週儀式的流程與內容也產生了簡化及改變，甚至有許多家庭選擇簡單的慶生儀典（圖 1-9）。可見，家庭儀典不但具有傳承的特色，隨著時代的變遷，現今的家庭儀典有了更多的樣貌。

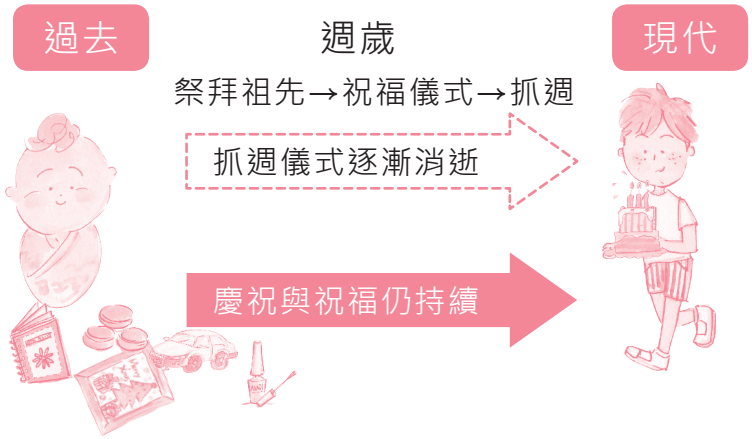



圖 1-9 慶生儀典

## 伍、家庭的型態—你家、我家，都一樣嗎？

小喬：「新竹的家裡有爸爸、媽媽和弟弟。斗六的家裡有阿公、阿嬤、大伯父、大伯母、堂哥、堂嫂和小姪子。臺北還有姑姑、姑丈。越南的家有外公、外婆，還有三個阿姨、一位小舅舅，以及數不清楚的其他親戚。」

小喬的家，到底是小家庭？大家庭？新移民家庭？或是雙新家庭？原來家庭的樣貌有這麼多，小喬發現每個家庭都很獨特。

每個人的家都一樣嗎？以不同的關注焦點來看家庭的組成，有好幾種分類。人是家庭的主體，當然有成員才能成為家，而成員的結合關係，早期認為是法律關係，例如婚姻、收養等關係；隨著社會的變遷，現在多元的家庭型態，更廣於法律所定義的「家」的樣貌，諸如同居家庭、同志家庭、單親家庭、兩地家庭等；不同地區或不同的國家，因為文化或習俗的關係，有不同的家庭型態，例如父系家庭、母系家庭、雙系家庭等，說明如下。

## 一、以世代組合分—幾代同堂呢？

家庭的型態以世代組合的分類，可分為核心家庭、主幹家庭以及擴展家庭（圖 1-10），說明如下：

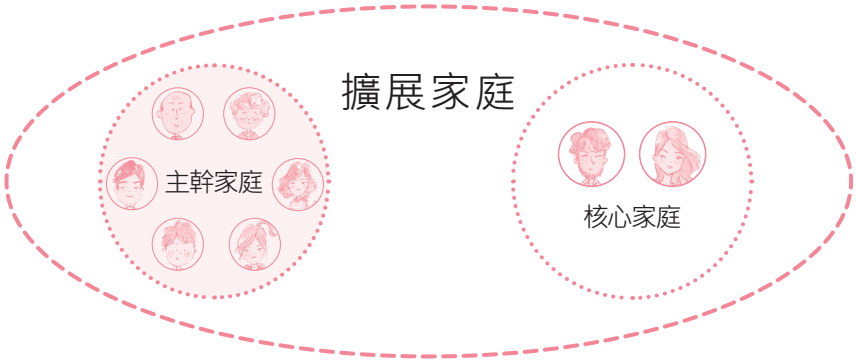



圖 1-10 以世代組合的分類

**1. 核心家庭**

核心家庭（nuclear family）又稱為「小家庭」或「配偶家庭」，家中只有配偶兩人或加上其未婚子女，是最基本的家庭結構型態，也是現代社會中最常見的型態。人類學家又將核心家庭分為（黃迺毓，1988）：

**（1）原生家庭（Family of Orientation）**：即出生及成長之家庭，又稱為「養育家庭」、「生長家庭」或「生育之家」，是我們一生下來即為人兒子或女兒的家庭。當人一出生就成為原生家庭的一份子，由於是「從其所出」，因此，通常會先接受父母與家人的社會化。

**（2）生殖家庭（Family of Procreation）**：指個人長大後與其他家庭的成員結婚、生育子女形成的新家庭，又稱「婚姻家庭」或「出生之家」，是因結婚及生育下一代而為人父親或母親的家庭。是「從己所出」，亦即以長輩的身份提供子女養育及社會化等功能。

臺灣由配偶及未婚子女組成的家庭是最常見的，另外，由配偶兩人所組成的「夫婦家庭」比例也很高。

**2. 主幹家庭**

主幹家庭（stem family）又稱為「三代家庭」或「折衷家庭」，是指直系三代同居的家庭，所占比例僅次於核心家庭。主幹家庭是由父母、夫婦及未婚子女所組成，又稱為「三代同堂」。近年來為兼顧照顧長輩和幼兒托育，越來越多人選擇和父母「比鄰而居」，這種「比鄰」的方式，包括「騎車 5 至 10 分鐘的距離」、「住在隔壁、同棟、同一個社區」或「走路 10 分鐘之內」的距離。家人間能彼此照顧又不互相干擾，各自可選擇自己喜歡的生活方式，是一種越來越被接受的家庭型態。

**3. 擴展家庭**

擴展家庭（extended family）又稱為「大家庭」或「血緣家庭」，是指一個家庭內由數代、數房所組成的家庭，也就是由已婚的第一代，加上兩個或兩個以上的已婚的第二代，以及未婚的第三代所組成的家庭，因為是數個核心家庭的聯合，也稱為「聯合家庭」（joint family）。此類型的家庭除了夫婦與未婚子女外，也包括已婚子女及其子嗣、祖父母、兄弟手足或其他親屬在內，是以血緣關係為基礎所形成的家庭。擴展家庭有較強的代間權威、長幼輩分清楚，以及親屬間的經濟互助與互賴；缺點則是人口眾多，溝通難度增加，成員互相依賴程度會提高。這種數代、數房所組成的家庭，在傳統中國社會中很普遍，但目前已越來越少見了。

## 二、以組成人口分—誰和誰成為一家人？

**1. 單親家庭**

因離婚、服刑、喪偶、遺棄、分居、未婚生子、單身收養等因素，只有一個家長與其未具生產能力的子女所組成的家庭。依戶籍統計上所定義的單親家庭，是針對子女的年齡在 18 歲以下。隨著工業化、都市化與社會價值改變的影響，單親家庭的數量與比率都有增加的趨勢。

**2. 雙親家庭**

家庭的成員包括父母與子女。雙親家庭是最典型的家庭型態，此種家庭型態，父母角色健全，家務能有人分擔，子女也有角色學習的楷模，也是臺灣目前最普遍的家庭類型態。

**3. 重組家庭**

原有家庭關係結束後，透過再婚重新組成的新家庭。因父母雙方或一方曾經結過婚，帶來前次婚姻所生的子女共組新的家庭，又稱為「重建家庭」、「繼親家庭」、「雙核心家庭」或「混合家庭」等。對重組家庭而言，原本生活在不同家庭的人，選擇透過婚姻的方式進而同居，家庭的成員可

能包括繼親及半手足，家人在經濟資源上可以互相支持，但家庭複雜的親屬關係，相較於核心家庭可能需要更多的溝通與調適。

**4. 同志家庭**

「同志家庭」指兩個相同性別的人，共享情感、共同生活，所組成的家庭。《司法院釋字第七四八號解釋施行法》的解釋為：相同性別之二人，得為經營共同生活之目的，成立具有親密性及排他性之永久結合關係。

**5. 同居家庭**

「同居家庭」係指未經結婚法律手續而共同生活的家庭，是一個沒有婚約的家庭。

**6. 異國婚姻家庭**

「異國婚姻家庭」是指夫或妻一方非本國國籍，透過婚姻而組成的家庭，又稱「新移民家庭」、「外籍配偶家庭」、「跨國婚姻家庭」及「跨文化家庭」。

## 三、以居住狀態分—一家人，怎麼住？

**1. 同住家庭**

配偶雙方或加上其子女居住在同一個住所，也是過往大家對典型家庭型態的描述。

**2. 通勤家庭**

通勤家庭是指配偶因某些因素，例如工作、進修或服役等，須暫時分居兩地，每隔一段時間才能相會的家庭型態。配偶一方就像候鳥，工作一段時間後會回到家中與家人相聚，又稱為「候鳥家庭」。由於配偶分隔兩地，也稱為「兩地家庭」。有些通勤家庭，因為在臺灣傳統產業外移後，配偶到更遠的越南、大陸、香港等地就業，家人相聚的時間間隔更長了。

**3. 分居家庭**

配偶雙方仍有法律的婚姻關係，但因感情不睦而協議分居。配偶雖分居兩地，但在法律上並未結束婚姻關係，婚姻效力仍存在。

**4. 隔代教養家庭**

隔代教養家庭又稱「祖孫家庭」，是指孫子女因故無法與父母同住，讓孫子女與祖父母同住的家庭。廣義的隔代教養是指祖父母輩，以及隔代的其他親友於任何適當時機對孫子女的教養與照顧。

## 四、以世系傳承分—繼承誰，誰繼承？

**1. 父系家庭**

起源於男子因勞動優勢，例如農、漁、牧、手工業興起，取得社會經濟地位，在家庭中男性地位高於女性，使父系家庭興起，子女從父姓，男性才能繼承家產，例如中國大陸、日、韓等亞洲國家。

**2. 母系家庭**

母系家庭是最自然的社會組成型態，由母系擔任生產、養育後代及延續種族生命的角色。子女從母姓，財產由母親傳給女兒，是較少見的家庭類型；婚姻是由男方入贅女方家，繼承女方的家族姓氏，祭祀權由女方家的女子來繼承，例如中國雲南摩梭族「走婚習俗」。

**3. 雙系家庭**

父母雙方同等重要，可繼承父方及母方的財產，亦對雙方盡相同的責任，現代的歐美國家屬於此類。目前我國法律規定：子女可繼承父母雙方的姓氏與財產，現代社會家庭多屬於雙系家庭。

變遷的社會中，家也一直在改變，家庭的組成、發展與變化等皆是。人們對於家的期待與想像也不盡相同，不同的家庭類型，有不同的特性、優勢及挑戰，每個人生長在不同的家庭之中，唯一相同的就是屬於自己獨一無二的「家」，個人是家庭中的一份子，在家庭中與家人間互相照顧，感受著不一樣的家庭，一樣的幸福。

# 資源運用

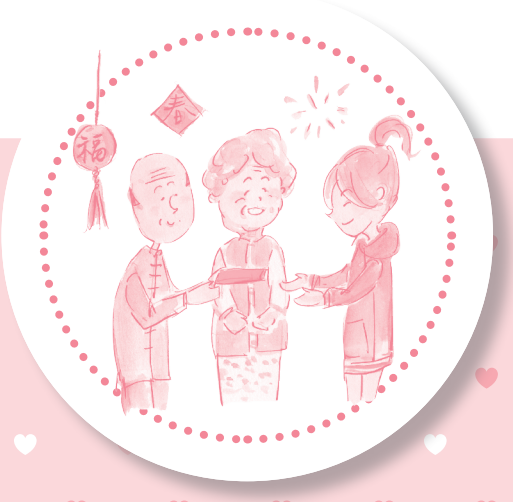
| 內涵 | 資源類別 | 資源名稱 | 內容簡述 | 運用方式 | 適用階段 |
|---|---|---|---|---|---|
| 家的意義 | 繪本 | 我的家人(上人，2016) | 操作書，藉由推一推、說一說的操作，配合書中圖畫改變，說出圖畫呈現的家人稱謂，了解家族親戚的關係。 | 教師引導幼兒使用操作書，並且分享家庭成員的稱謂。教師先示範分享，引導幼兒進行生活經驗敘說。<br>延伸學習活動：以家人的相片貼出幼兒的「家庭樹」。 | 幼兒園 |
| 家庭組成 | 繪本 | 我爸爸(格林文化，2018) | 我爸爸是個偉大的舞蹈家、歌手、踢足球高手，常常逗我哈哈大笑。我愛我爸爸，他也永遠愛我，傳遞孩子對爸爸滿滿的愛與崇拜。 | 教師分享繪本內容，引導學生對家人的關注與察覺，完成學生的「圖畫日記創作」，以表達或圖像表現方式，讓學生發表對家庭成員的知覺與感受。 | 國小低年級 |
| 家庭的功能 | 繪本 | 我愛我的家(人類文化，2011) | 從「爸媽是不是不愛我」開始，帶出一連串孩子對家人的需要，討論家人的需求與滿足。 | 教師導讀繪本，請學生對圖畫書的回應，分享自己體察家人對自己的照顧經驗。<br>家庭學習單：「家人共讀紀錄」，學生完成與家人共讀紀錄，分享感受並討論「家」的功能。 | 國小低年級 |
| 家庭生活儀典 | 繪本 | 好圓好圓的月亮(新北市政府教育局，2010) | 多元文化繪本東南亞篇—好圓好圓的月亮，描述臺灣和越南都有中秋節，臺灣與越南的嫦娥奔月，提供不同文化的節慶的對照話題。 | 教師導讀繪本，引導學生覺察環境中文化的多元現象。<br>延伸活動：「社區參訪-來我家作客」，透過不同文化家庭的拜訪，引發學生對文化的投入與關注。培養蒐集家庭儀典的訊息，進而尊重及體認各種文化的價值和重要。 | 國小中年級 |
| 家庭的型態 | 桌遊 | 扮家家遊(臺灣性別平等教育協會，2012) | 打破傳統家庭的刻板印象，提供孩子認識家庭組成的多元樣態的桌遊設計。 | 使用遊戲牌卡，進行桌遊活動。教師依據學生不同的年齡引導學生透過遊戲牌卡分享自己的家庭樣貌，活動中也藉由傾聽彼此的家庭描繪，讓學生體會超越個人生命經驗，認識多元樣態的家庭。 | 國小中年級 |

# PART 2

# PART 2

## 家庭的發展與任務

- 家庭中成員的發展
- 家庭的發展
- 家庭不同階段的壓力與需求

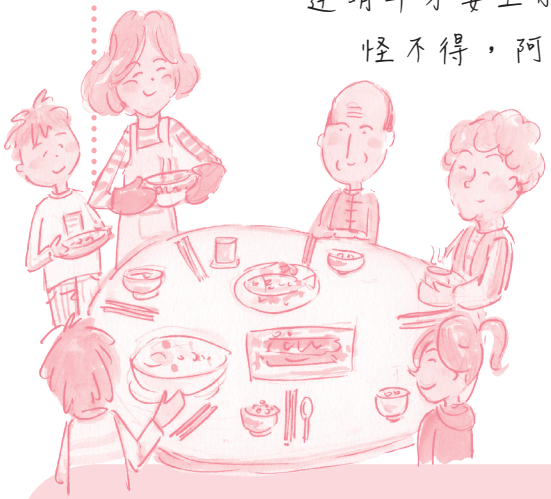


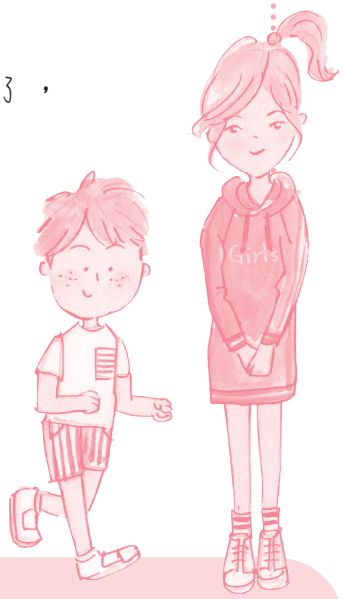
家裡有我，我在家中！

## 故事內容

新年新氣象，我們都不一樣了！

每年全家開心一起吃年夜飯，
小喬發現一起吃年夜飯的親友，年年見面都好像有點不同。
哥哥、姊姊們都和自己一樣長大了一些，
今年大堂哥和堂嫂抱著新生的寶寶，
小喬當了寶寶的姑姑，
連明年才要上小學的安弟，都當了叔叔了，
怪不得，阿嬤的白頭髮也越來越多。

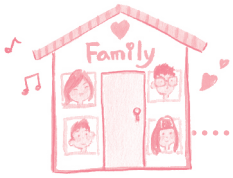




## 主題摘要

我一直在成長，我的家庭也在成長嗎？家庭在不同階段，人數、互動與要完成的任務都不一樣，家的需求當然也不同。這段主題將介紹家庭中成員的個人發展、家庭生命週期、家庭發展在不同階段有哪些壓力與資源需求。也讓我們了解我們在家中成長，家庭也因為家人的個別發展而結合成不同的樣貌，人和大自然所有的生命本是一樣的。

- 家庭的發展與任務
  - 家中成員的發展
    - 個人的發展
    - 生理、心理和社會關係的持續發展
    - 家庭成員發展的意義
  - 家庭的發展
    - 家庭生命週期
    - 家庭不同階段的發展任務
    - 家庭不同階段的挑戰
  - 家庭不同階段的壓力與需求
    - 家庭發展階段的壓力與需求
    - 尋求家庭資源




## 壹、家庭中成員的發展—小種子的成長

阿公跟小喬說：「小喬呀，妳越長越高，我背駝了、縮矮了，也快要光頭囉！因為我已經當阿祖啦！呵呵……」

安弟好奇的問姊姊：「所有的人不是都應該和我們一樣，一天一天的長大嗎？但為什麼阿公、阿嬤說：『時間過得好快，小喬和安弟都長這麼大了，怪不得阿公、阿嬤一天比一天老了哩……』？」

## 一、個人的發展—我們就這樣長大了

人從出生到死亡會經過許多階段，這是屬於個人的發展（圖 2-1）。從嬰兒到幼兒、兒童期（學齡前、學齡期）、青少年、成年期（成年早期 - 又稱青年期、成年中期）、老年期等，在生理上的質與量皆會產生變化，簡述如下：

圖 2-1 個人的發展

### （一）嬰兒期

指出生後的頭兩年。在這段時期，嬰兒學會爬行、站、走、說話，並能維持動作的平衡和協調，身體各部分生長比例開始相稱。此時身體生長速度最快，嬰兒和幼兒身體上半部分的生長速度比身體其餘部分更快，需要學習控制身體和身體的動作。嬰兒透過感官和動作去認識這美麗的世界，且藉由學習發聲、單字發展到片語，然後就會藉由發問、說出句子，開始建立表達溝通的語言能力。

### （二）兒童期

包括學齡前、學齡期，指 2 歲後發展至青少年前。此時期骨骼和牙齒開始快速生長，除了身高體重外貌的成長，體力與能力也快速增加。兒童的肌肉長成，協調能力發展成熟，在整體的運動與活力上都顯現出活力，也要學習能自由支配自己的身體，發展平衡力。兒童能夠循邏輯法則推理思考，逐漸跳脫眼前具體的事情或熟悉的經驗限制，可以照具體例子去理解邏輯問題，展現出理解世界的能力。

### （三）青少年期

青少年期的身高、體重會較迅速增加，由於性激素會刺激男孩和女孩生殖器官的生長和引起第二性徵加速發育，通常女孩子的青春期較早開始。也因為內分泌改變與快速成長，身體的機能也日趨成熟，要適應自己的生理變化，情緒較不穩定，有時會感覺沮喪，是我們常說的青春風暴時期。此時期抽象思考能力提升，且期望獨立，能夠像成年人一樣解決問題，但仍需要學習更多的技巧以做出明智的抉擇，為未來踏入成人世界做準備。

## （四）成年期

包括成年早期（又稱青年期）及成年中期，指個體生長速度逐漸穩定，然後緩慢下降的人生階段。步入成年期後，前面的 20 歲至 30 歲是成人身體最強壯的時期，迅速發展到高峰後趨緩至停止。在 40 歲後，成人身體活動和新陳代謝速度都開始減慢，女性通常在 45 歲至 55 歲之間步入更年期，生理期逐漸停止，男性的更年期則較晚。人會發生一系列的正常變化，體力也在成年後期開始下降。此時期因為經驗和知識的累積，能力不斷的成長，是大多數人生命中，各方面最均衡與精彩的階段。

## （五）老年期

艾瑞克森（Eric H. Erikson）的心理社會發展理論（psychosocial developmental theory），將成年晚期定義為 50 歲以後，現代人通常指的老年期則為 65 歲以後的階段，在職場上可能進入退休養老，身體的各系統及視覺、聽覺、觸覺開始退化，外表更是因斑點、縐紋、白髮、頭髮稀疏等情況出現而改變，也出現體力衰退、骨質流失和肌肉量下降等狀況；此外因平衡能力較弱，容易跌倒，皮膚脂肪和肌肉的流失也容易覺得寒冷。老年期因為多年經驗累積出許多的處事智慧，部分老年人可能因為身體健康退化，以致思考較慢，處理問題的能力較為遜色，但經過人生的歷練，大多數的人都比前面的時期感覺更穩定安詳。

個人的生命從出生、成長、成立自己的家、生兒育女等等，就像四季般有春夏秋冬，最後也會老化死亡。家庭是一個完整有機體，包括了全家的每一個人，而人人都在這裡發展自己的生命。有趣的地方是，家雖然是一個整體，但它又大於所有個體的總和，因為成員的互動關係，讓家庭生活更豐富。

除生理變化外，個人的社會心理發展也相當重要，不同時期有不同的發展關鍵。艾瑞克森的心理社會發展理論將人的發展分為八個時期（圖 2-2）：

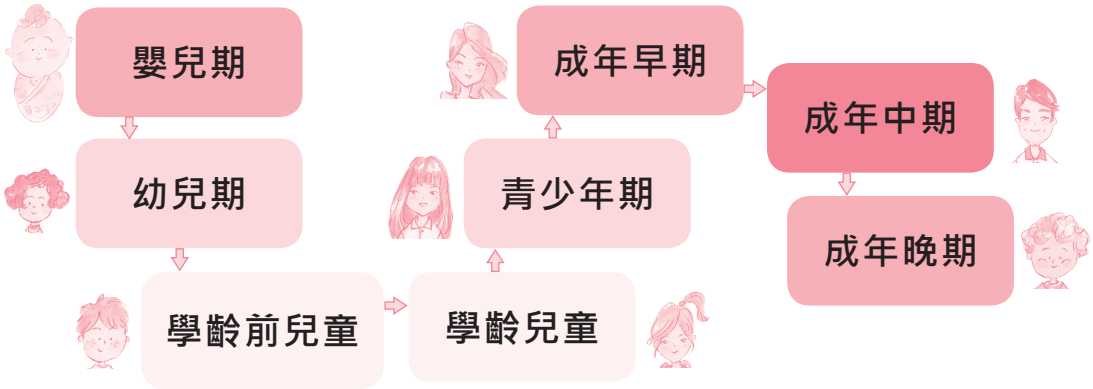



圖 2-2 Erikson 心理社會發展理論—人類發展八個時期

艾瑞克森的人類發展八個時期有不同的發展關鍵（表 2-1），人際關係的焦點也不同，在每個時期發展障礙與發展順利會有不同的結果，大略說明如下。

表 2-1 艾瑞克森的人類發展八個時期不同的發展關鍵表

| 生命週期 | 發展關鍵 | 人際關係焦點 | 發展障礙 | 發展順利 |
|---|---|---|---|---|
| 嬰兒期：0-1 歲 | 信任 VS. 不信任 | 母親或主要照顧者 | 依賴退縮 | 對人信賴、有安全感、有生命驅力 |
| 幼兒期：2-3 歲 | 活潑自主 VS. 羞怯懷疑 | 父母、長輩 | 缺乏韌性、自我懷疑 | 自我控制、有意志力、行動有信心 |
| 學齡前兒童期：4-6 歲 | 自動 VS. 內疚 | 手足、家庭、鄰居 | 自我中心、自我貶抑 | 獨立進取、行為有目的、有方向 |
| 學齡期：6-11 歲 | 成就 VS. 自卑 | 同學、老師 | 過度狂熱、自暴自棄 | 具有求學、待人處事的基本能力與方法 |
| 青少年期：12-18 歲 | 自我認同 VS. 角色混淆 | 同儕、楷模、社群 | 盲從、生活無目的 | 明確的自我觀念與自我追尋的方向 |
| 成年早期：19-30 歲 | 親密 VS. 孤獨 | 朋友、配偶、伴侶 | 人際關係混亂或疏離 | 與人相處有親密感 |
| 成年中期：31-50 歲 | 創造 VS. 停滯 | 工作場所、家庭、社區 | 過度擴張人際、不在乎子代發展 | 熱愛家庭、關懷社會，有責任心、有正義感 |
| 成年晚期：50- 生命終點 | 自我滿意 VS. 失落悔恨 | 周圍所有的人 | 頑固、悔恨或絕望 | 隨心所欲，安享餘年 |

## 二、生理、心理和社會關係的持續發展—改變了什麼？

家庭成員的身心發展，包含生理改變（例如成長、身高、體重、皮膚）及心理改變（例如心智、情緒、能力）等等。人的身心發展過程中，特別影響家人關係的是情緒和互動關係兩方面，不同階段的發展也呈現不一的樣貌。

在情緒層面，例如嬰幼兒期極需建立安全感，無安全感的孩子和父母或照顧者分開時會表現出焦慮；童年期的孩子，尚不懂得完全解釋和說明自己的感受及情緒，此時期逐漸建立自我價值和自尊，希望自己在朋友和家人眼中有價值；青春期則因生理和荷爾蒙分泌上的改變而引致情緒控制不易，而過高的自我意識令情緒及情感容易被激發；成年期會因穩定的關係和事業帶來滿足，而失敗的婚姻或伴侶關係，或者事業帶來的壓力及焦慮等會造成傷痛；老年期如果能積極利用退休時間做自己喜歡的事情，則感到人生的秋天充滿自由歡樂，反過來說，如果自視老化無用，或被他人認為退步、無能或被家庭長期的負擔所拖累，則會感到情緒及自尊低落。

在社會關係方面，嬰幼兒時期主要在和家人與照顧者建立依附關係；童年期開始受家庭外同儕、朋友的團體行為影響；青春期則愈來愈獨立，甚至可能覺得朋友們比家庭更重要，也想嘗試建立親密關係；成年期則開始建立並開拓自己的社群網，因結婚、成立家庭或生兒育女等，必須同時適應伴侶、父母或職業角色等不同的身分；老年期則進入照顧孫子和延展社群網絡的階段，更衰老則面對親朋凋零、身體老化或健康問題無法維持健康的社交生活，也會面對親人離世。這些都在不同階段讓人體驗生命的自然過程與變化，而這變化也隨著所處社會環境與文化的差異而影響。

無論如何，每一個人在不同時期，質與量上均發生了變化，而家庭成員的身心發展，不單單只是增加或提升（例如孩子成長、能力增加），也有可能是衰退（例如逐漸衰老、體力退化），家人在不同階段也因發展而有不同的支持方式。在幼時必須靠父母長輩照顧成長，待長大後，祖父母衰老，可以協助父母分擔照顧祖父母的責任，這不同的生心理發展，讓家人有不同的互動關係。

## 三、家庭成員發展的意義—家，是用愛來灌溉！

### （一）生命中的自然現象

家庭成員的身心發展，不只單純是量增加或質的提升，到一定穩定狀態後，當然也可能是逐漸衰退老化，無論對提升或衰退，都應以正向態度面對，因為這都是生命自然的現象，懂得感恩與享受生命的美好，是最快樂的事。

家庭成員個別在不同階段有不同的變化，而整個家庭中的每一位兒童、青少年、中年父母、老年長輩，都有其需要面對的發展需求與挑戰任務。個人發展過程中有常態的發展，例如幼兒、青少年等，有時也會有特殊的狀況，例如家人生病、遭受家庭暴力及加入新住民身分的家人等。

如果能對家人多一分認識與了解，就能提供更有利的關懷與照顧，例如了解幼小孩童各方面的發展，就能對需要受到較多照顧的弟妹，不產生嫉妒感；又例如了解青少年與同儕的關係會比與父母的關係更為密切，內心期盼受到同儕團體的認同與接納，藉此提升自我價值感，就能體會青春風暴的原因；對長輩的殷殷叮嚀，了解老化帶來的身心改變，就能更正向的面對家中長輩。對待特殊狀態的家人，例如病弱、身心障礙、老年獨居等等，我們必須更同理、體貼與協助。

在成長的過程中，每一位家庭成員的需求並不相同，家人依其年齡、特質、背景與角色等，可能經歷升學、就業、結婚、生育、升遷、退休、老化或困頓等階段。這些過程中，家人各有不同的發展需求，我們不僅要了解家人所肩負的多元角色，更要進一步關心家人的生理、心理、社會等層面的需求，學習同理家人的想法與期待，才能適時給予家人最需要的體諒與支持，使家人感受到接納與關懷。

## （二）家人在成長過程中的相互關懷

想要做一個「稱職」的家人是需要學習的。家人在成長過程中的相互關懷，第一步就是分享。家人間的分享可以不拘內容，重點是要能學會傾聽。在對話的過程中，了解彼此的生活經驗，同理對方的感受。而透過分享，可以有效提升家人為家庭幸福快樂而努力的意願，這份「意願」正是讓家庭變健康的最重要信念，在不同生命階段的家人皆希望接受到愛與關懷的行動。

### 1. 關懷兒童的行動

關懷兒童最好的方式是陪伴與鼓勵，家人應多花時間與兒童相處，例如陪伴看電視、運動、繪畫及玩桌遊等，不僅促進身心健康，更可增進彼此感情。兒童期的身心發展任務為培養勤奮進取，此時的孩子會為希望得到肯定而遵守規則。因此家人可以鼓勵、讚美及引導兒童遵守家規，由長者帶頭一同操作家事，增進孩子手眼協調和自我控制，由家事成功經驗中讓孩子培養自信，並養成勤勉的生活習慣。

### 2. 關懷青少年的行動

關懷青少年最好的方式是尊重與互信，家人此時期應更注意關心其學校生活、交友狀況和人際關係的發展，給予孩子空間，根據其提問，適時的給予建議。青少年期的發展任務乃是建立自我認同並探尋未來方

向；極度需要同儕認可是此時期特色，也因此與家人較疏離，需要自由和獨立，有時會故意挑戰權威。當青少年開始進入約會與戀愛階段時，手足因年齡相近，比較容易了解青少年的想法與需求，可扮演青少年與其他家人間的橋樑。家人也可和青少年相互參與對方網路社群，分享在網路世界的見聞，讓上網不只是休閒，更成為拓展學習的途徑。

**3. 關懷中年父母的行動**

關懷中年父母最好的方式是支持與主動，父母進入初老階段，因外貌的改變、體能的衰退及更年期的症狀等，容易引發心理上的焦慮。子女更應該多體諒與關懷，關心父母的身體健康，接納父母的情緒變化，多給予心理上的情緒支持。中年期父母在工作上可能正面臨職業生涯和家庭上有老下有小的壓力，體力與精神上的負荷極大，子女除了應支持父母、分擔家務，更要善盡自己的家庭責任。中年父母也可能面對子女離家獨立，生活突然變得空虛失落，在外子女應更主動表達對父母的關愛，除了安排固定返家的時間，平時也要多打電話、傳訊息，與父母分享在外生活點滴。

**4. 關懷老年長輩的行動**

關懷老年長輩最好的方式是體貼與傾聽，對老年長輩各種感官知能等的退化應表達同理與體諒，在書面資料提供時可放大字體，陪伴聊天時可提高音量、速度放慢，必要時提供放大鏡、擴音耳機、枴杖或助步器等輔具。此外面對老伴或老友相繼離世，老年人可談話的對象越來越少，子孫耐心傾聽其生命故事是家庭最好的關懷與傳承。在家中環境方面也應進行調整，例如照明的亮度、地面或樓梯的高低落差、衛浴設備的防滑扶手等，這些皆是表達關懷與貼心照顧的重點。

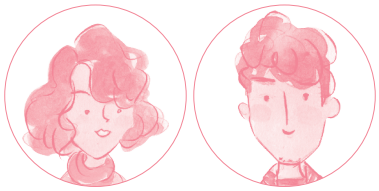
其他例如患病、單身、單親或有特殊身心狀況的家人，關懷需要有實際的行動，例如每天留些時間跟家人相處；特別的日子（例如生日、紀念日、節慶等），安排特別的儀典，讓每天生活都充滿期待，也讓家人更相互珍惜。久而久之，家庭建立了所謂「我家」特有的互動模式與傳統（制度或是某種約定成俗的默契），而在生活中的感動、體悟與智慧也可以藉此延續傳承，更可以讓「未來的家人」更容易融入這個家庭。

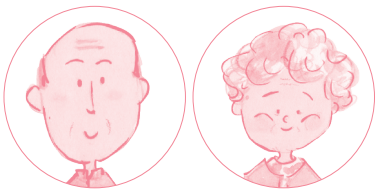
## 貳、家庭的發展—家也會出生、成長和衰老嗎？

小喬的姑姑和姑丈新婚；堂哥和堂嫂正開始養育兒女；而小喬爸媽的家則在擴大階段；阿公阿嬤家因為四代同堂，正是人口最蓬勃的時候；每個家庭的面對的任務都不一樣喲！

姑姑、姑丈的家剛建立是在建立期。

堂哥、堂嫂的家生了小寶寶，開始進入擴大期。





阿公阿嬤的家，因為伯父伯母和爸媽結婚搬出，以及姑姑的出嫁，進入收縮期。

Duvall 與 Hill 於 1948 年提出「家庭生命週期」的概念，說明一個家庭從建立、蓬勃發展到終止發展的改變歷程，之後發展成家庭發展理論。家庭發展理論就是將家庭視為一生命體，由生命開始、茁壯到結束的歷程，及其所產生的順序性改變之主張。家庭和個人一樣，從建立、成長、壯大到子女外出讀書、各自成家立業，父母也經歷新婚、生育、子女成長、子女離家、退休空巢老夫妻及夫妻一方去世、自己生命終結等階段（圖 2-3）。

圖 2-3 家庭的發展

## 一、家庭生命週期—家的生命和個人一樣嗎？

人從出生到衰老、死亡，家庭也會經歷從建立到凋零，但人的成長無法重來，家庭雖然和人一樣發展，其階段有時會跳躍或倒轉。家庭生命週期主要的劃分依據包括家庭成員增減、親職階段及家計負擔者是否退休。以「親職」為主軸劃分階段，也就是以孩子為關鍵人物，來觀察一個家庭的改變。大多數家庭的發展會經歷八個階段，但也可能因家庭的生育狀況、婚姻狀況而有所不同，家庭不必然經歷這八階段，例如高齡再生么子女會產生階段迴轉或因無子女而跳躍階段。由於家庭生命週期的觀點是以核心家庭的發展為範本，家人關係僅止於父母及子女。

家庭發展理論主張每一個家庭的發展循著固定、可預測的階段邁進（黃迺毓等，2004），雖然隨著時代變遷，家庭的型態越來越多元，也因此無法適用於每個家庭，但它仍可提供給將成家者參考。家庭發展理論核心概念是

將家庭視為一個個體，指一個家庭從建立、蓬勃發展到終止的過程，並由家庭發展歷程更了解家庭史。Duvall 與 Hill 將家庭發展劃分為三期共八階段（圖 2-4）：

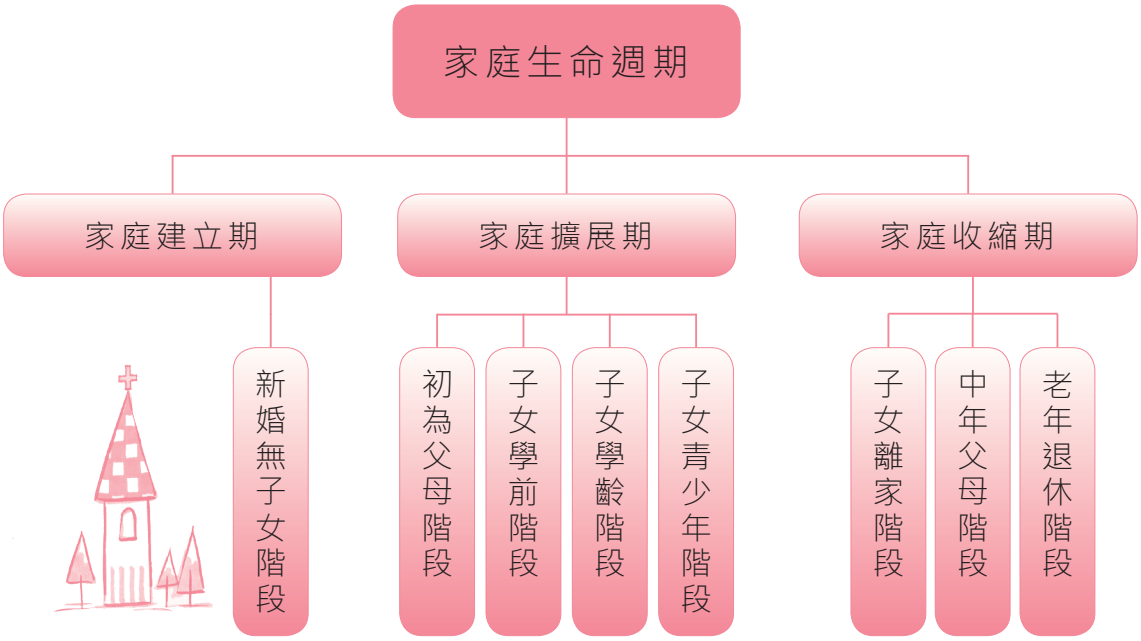



圖 2-4 家庭生命週期

資料來源：唐先梅、周麗端（2019）。教育部委辦「高級中等以下學校及幼兒家庭教育數位學習課程計畫」。

## 二、家庭不同階段的發展任務—我們將面對什麼？

如同人的成長中，不同時期有不同任務，家庭發展理論所劃分的家庭各發展階段，從家庭中主要的四大關係面向而言，即夫妻關係、親子關係（父母與未成年子女間的關係）、代間關係（父母與成年子女間的關係）和手足關係（子女間的關係），每個階段也會因為成員的改變及生活事件的衝擊，使家庭必須改變或調適；而每一個發展的階段，家庭都有其任務要完成，使家庭能順利進入下一個階段。以下分別說明各階段主要發展任務與階段學習主題。

建立期（階段一）：新婚無子女階段。家庭任務主要為關係的建立、建立家庭運行規則及家庭計畫的規劃（表 2-2）。

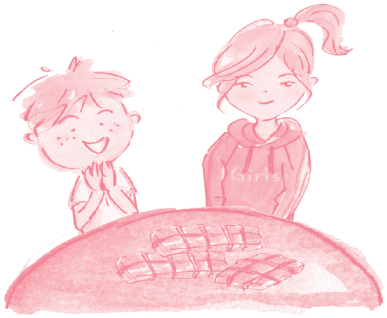
表 2-2 家庭建立期 - 新婚無子女

| 關係面向 | 發展階段任務 - 學習主題 |
|---|---|
| 夫妻關係 | 1. 夫妻互動：此階段是建立夫妻互動模式的重要時期。<br>2. 家庭運行規則：建立家庭規則，例如學習家務分工的原則和方法、工作與家庭的平衡、家庭財務規劃等。<br>3. 懷孕的調適：面對懷孕各階段的身心變化。 |
| 親子關係 | 1. 為人父母的準備。<br>2. 育兒及家庭基金的準備。 |
| 代間關係 | 1. 姻親關係的經營。<br>2. 為人媳與女婿等新角色的人際關係互動準備。 |

擴展期（階段二）：初為父母階段 - 最大子女 3 歲以前。此階段的主要發展任務為適應因孩子的出生所帶來的改變（表 2-3）。

表 2-3 家庭擴展期 1- 最大子女 3 歲以前

| 關係面向 | 發展階段任務 - 學習主題 |
|---|---|
| 夫妻關係 | 1. 夫妻互動的調整：幼兒出生對夫妻互動質及量的影響，對幼兒教養觀念的溝通。<br>2. 生活的調適：幼兒的加入使家中出現許多新的家務，需學習家務分工的調整、工作角色與家庭責任的釐清。 |
| 親子關係 | 1. 學習為人父母：學習育兒知能、適當的教養態度並了解父母對子女的責任等。<br>2. 協助幼兒成長及發展：學習為孩子建立良好的生活習慣、營造適合孩子成長的環境。 |
| 代間關係 | 1. 教養觀念協調：學習避免因育兒而起衝突。<br>2. 代間教養溝通：若由祖父照顧孫子女，應學習如何與祖父母協調幼兒的照顧及教養問題。 |



擴展期（階段三）：子女學前階段 - 最大子女 3 歲至 6 歲。此階段家庭主要的任務為適應孩子的成長（表 2-4）。

表 2-4 家庭擴展期 2- 最大子女 3 歲至 6 歲

| 關係面向 | 發展階段任務 - 學習主題 |
|---|---|
| 夫妻關係 | 1. 主要延續上一個階段的學習主題。<br>2. 新成員加入的準備：如果準備生育第二個子女，夫妻間彼此時間、人力及財務的重新協調等。<br>3. 夫妻親密關係的經營：珍惜單獨相處時間，維持良好親密關係。 |
| 親子關係 | 1. 分離焦慮的調適：最大子女若進入幼兒園，必須學習協助子女度過與家長分離的焦慮。<br>2. 進行親子共學：建立子女良好的學習態度。<br>3. 教導子女參與家務分工：建立家務參與的習慣。<br>4. 處理手足衝突：若生育次子女，需協助孩子建立良好手足關係。 |
| 代間關係 | 1. 夫妻可能尋求彼此的父母協助子女接送及部分的教養工作，故應分工合作，避免衝突。<br>2. 學習代間理想的溝通模式，以互相尊重的方式化解彼此歧見。 |
| 手足關係 | 1. 最大的子女應學習如何面對手足出現可能對自己造成的影響。<br>2. 子女應學習如何建立正向的手足互動關係。<br>3. 子女應培養處理問題的能力及負責任的態度。 |

擴展期（階段四）：子女學齡階段 - 最大子女 6 歲至 12 歲。此階段家庭的主要任務是協助子女適應就學生活（表 2-5）。

表 2-5 家庭擴展期 3- 最大子女 6 歲至 12 歲

| 關係面向 | 發展階段任務 - 學習主題 |
|---|---|
| 夫妻關係 | 1. 此階段主要延續上一階段的學習主題。<br>2. 子女開始進入學校就讀，夫妻間應充分的溝通及協調，包括彼此對於子女學校教育的不同期待、要求以及課業輔導的分工。 |
| 親子關係 | 1. 協助子女適應就學生活：幫助孩子調適就學面臨的壓力、與學校建立良好的親師關係。<br>2. 陪伴子女成長：協助子女面對身體的變化、教導子女學習自我管理及做決定。 |
| 代間關係 | 1. 學習代間互相尊重的溝通模式。<br>2. 共同學習新事物，親子一起成長。 |
| 手足關係 | 1. 學習建立正向的手足互動關係。<br>2. 培養處理互動問題的能力及負責任的態度。 |

擴展期（階段五）：子女青少年階段 - 最大子女 12 歲至 20 歲。此階段主要的發展任務為協助子女成長及面對彼此父母的老化（表 2-6）。

表 2-6 家庭擴展期 4- 最大子女 12 歲至 20 歲

| 關係面向 | 發展階段任務 - 學習主題 |
|---|---|
| 夫妻關係 | 1. 主要延續上一階段的學習主題。<br>2. 工作與家庭間的時間、體力等規劃，並進行充分溝通與協調。 |
| 親子關係 | 1. 協助子女面對青春期身心的變化。<br>2. 協助子女學習做好情緒管理。<br>3. 協助子女區辨做決定後需要承擔的後果。<br>4. 接納子女自主獨立的想法與行動。<br>5. 輔導子女適當的選擇朋友與交友。 |
| 代間關係 | 1. 夫妻彼此的父母漸漸進入老年期，父母的照顧是學習的重點。<br>2. 學習表達及管理對彼此父母的情感、善盡對彼此父母的義務及責任。 |
| 手足關係 | 1. 隨著彼此互動時間相對變少、手足間較平權，爭吵也減少。<br>2. 隨著年紀增長，手足應學習成為彼此重要的支持者。 |

收縮期（階段六）：子女離家階段 - 子女成年自立。此階段主要任務為適應子女陸續離家所造成的改變（表 2-7）。

表 2-7 家庭收縮期 1- 子女成年自立

| 關係面向 | 發展階段任務 - 學習主題 |
|---|---|
| 夫妻關係 | 1. 面對中年危機：夫妻學習幫助彼此渡過此階段可能面臨的困難。<br>2. 討論及規劃彼此的退休生涯。<br>3. 家務分工的重新調整：因子女陸續離家，家庭人力及家務工作變化，夫妻須學習重新調整彼此的分工。 |
| 代間關係 | 1. 學習面對子女的獨立及離家。<br>2. 協助子女投入工作。<br>3. 協助子女接受婚前教育。<br>4. 協助子女成家。<br>5. 學習與子女的配偶建立良好關係。 |
| 手足關係 | 1. 手足應學習成為彼此重要的支持者。<br>2. 因離家造成互動減少，可藉家庭活動增進聯繫機會。 |

收縮期（階段七）：中年父母階段 - 進入空巢期。此階段主要任務為面對空巢的婚姻關係（表 2-8）。

表 2-8 家庭收縮期 2- 進入空巢期

| 關係面向 | 發展階段任務 - 學習主題 |
|---|---|
| 夫妻關係 | 1. 培養共同的興趣，學習休閒技能、安排休閒活動。<br>2. 討論及規劃彼此的退休生涯。<br>3. 家務分工的再度重新調整。<br>4. 面對空巢的婚姻關係：夫妻重新回到二人世界，學習重新建立與維持夫妻間親密關係是最重要的工作。 |
| 代間關係 | 1. 學習與成年子女良好的溝通及尊重。<br>2. 提供子女教養孫子女的協助。 |
| 祖孫關係 | 1. 學習擔任祖父母的角色。<br>2. 學習建立良好的祖孫關係。<br>3. 提供孫子女良好的支持及經驗的傳承。 |

收縮期（階段八）：老年退休階段 - 家計負擔者退休。此階段主要任務為面對老化、退休生活及獨居的調適（表 2-9）。

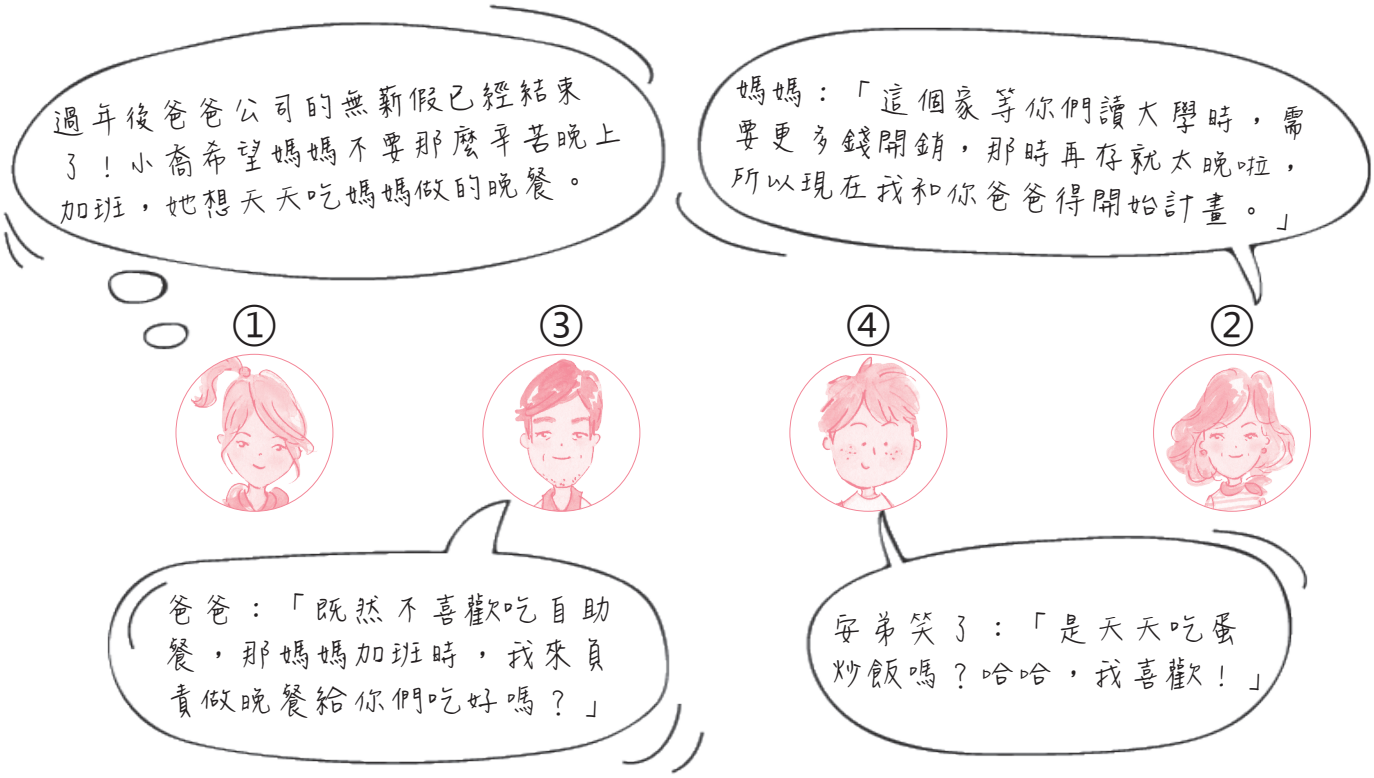
表 2-9 家庭收縮期 3- 家計負擔者退休

| 關係面向 | 發展階段任務 - 學習主題 |
|---|---|
| 夫妻關係 | 1. 適應及關心彼此身體的老化：面對老化的心理調適及生理適應、老年生理及心理的健康管理等。<br>2. 執行退休規劃：夫妻可能陸續從工作職場上退休，生活重心將回歸家庭，經濟收入也會有改變，故應學習時間、財務及資源的運用，或參與志工活動等。<br>3. 共同休閒生活的執行：退休後夫妻可共同運用的時間增加，進行彼此有興趣的休閒活動，可增進親密關係。<br>4. 學習居家照顧：如夫妻一方病弱，另一方應學習如何照顧配偶及自己身心的調適等。<br>5. 適應配偶的過世及獨居：夫妻總有一方會先過世，每人皆可能面對喪偶的生活及獨居，宜擴大同儕朋友的關照。 |
| 代間關係 | 1. 此階段子女對父母的支持與協助更加重要，父母應學習接受子女的照顧與回饋。<br>2. 適應並接受新世代的代間模式，父母和子女相互尊重並以適切對等的行動表達愛與關懷。 |

## 三、家庭不同階段的挑戰—我們準備好了嗎？

家庭在不同階段既然有不同的發展任務，當然也有不同的挑戰，若未能順利達成發展任務，則可能面臨壓力或危機。如果在前一階段事先有準備，便能較順利的面對。例如：家庭建立期有婚姻關係的適應與協調，夫妻倆在婚前就該開始討論，新婚階段即可慢慢調適；擴展期有初為父母的適應挑戰，夫妻從單純的夫妻關係成為新手父母，育兒的準備有時全家族的生活都會變動；家庭收縮期有孩子成家立業，夫妻面對單獨相處的調整與適應，以及父母與成年子女代間關係的調整與適應等挑戰。

# 參、家庭不同階段的壓力與需求—攜手的力量




## 一、家庭發展階段的壓力與需求—我家你家不一樣嗎？

壓力是什麼？家庭壓力又什麼？壓力即改變，當然改變的結果得看我們如何反應。適度的壓力可以幫助人成長，過大的壓力也可能讓人的生活失去方向。不同階段的家庭可能面對不同的壓力，而同樣一個事件對不同家庭衝

擊也不一樣。隨時間推移，家庭的大小（family size）改變，家庭有不同的任務，面對任務的變化自然會有不同的壓力。

依據唐先梅、周麗端（2019）指出各家庭發展階段在當代所面臨的壓力，分別說明如下：

1. **新婚無子女階段：**此時期主要在建立夫妻關係，有婚姻關係調適、工作與家庭協調、生育決定、親屬互動及建立家庭規則等方面的壓力（圖 2-5）。

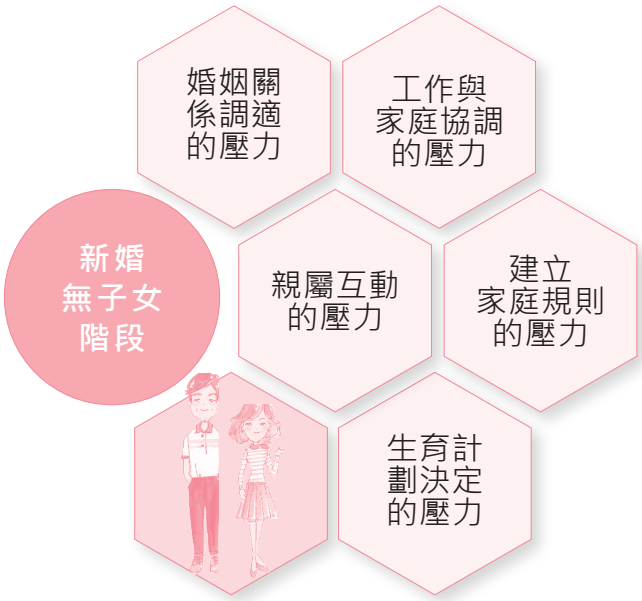



圖 2-5 新婚無子女階段的壓力

2. **初為父母階段：**此時期因為孩子加入，有初為父母的夫妻關係調適、家庭因育兒調整環境、托育方式與環境選擇及代間教養觀溝通等壓力（圖 2-6）。

圖 2-6 初為父母階段的壓力

3. **子女學前階段：**此時期因為孩子慢慢成長，有孩子準備入學、了解孩子成長、工作與家庭平衡及因應孩子活動擴展融入社區等壓力（圖 2-7）。

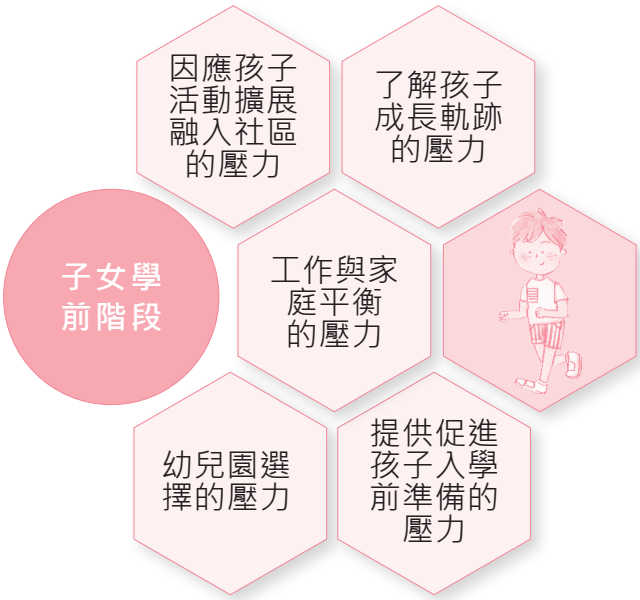



圖 2-7 子女學前階段的壓力

4. **子女學齡階段：**此時期因孩子入學，有協助孩子良好學習習慣養成、了解孩子交友狀況、親師溝通與合作、擔任數位媒材守門員及社區活動參與等的壓力（圖 2-8）。

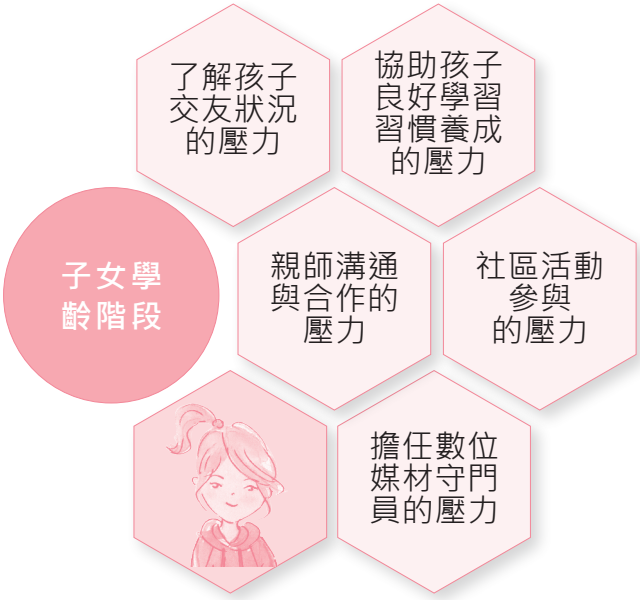



圖 2-8 子女學齡階段的壓力

5. **子女青少年階段：**此時期因為孩子進入青春期，除了協助孩子課業，還有了解孩子交友、子女自主與尊重之平衡及協助孩子生涯發展等壓力（圖 2-9）。

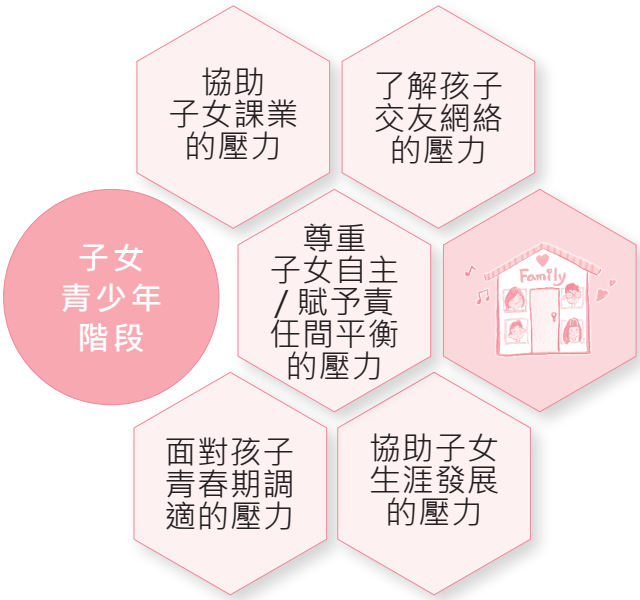



圖 2-9 子女青少年階段的壓力

6. **子女離家階段：**此時期孩子準備離家，有調適孩子離家、子女深造經濟壓力、子女成婚、子女婚後姻親互動調適以及家庭人數改變需調整職家生活等壓力（圖 2-10）。

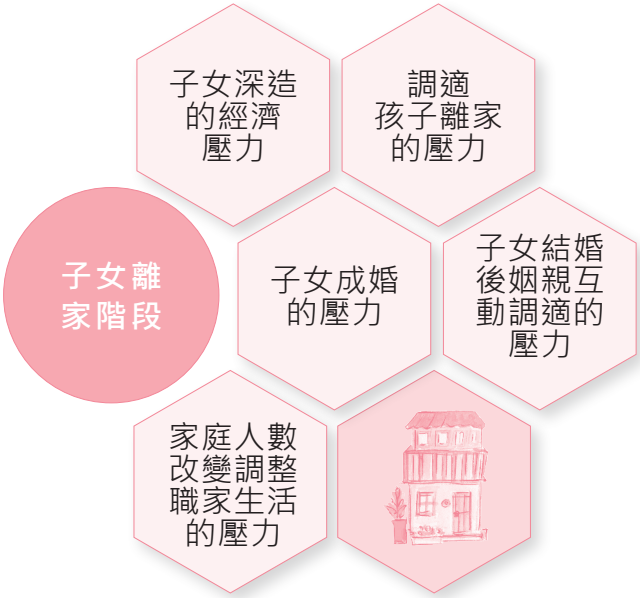



圖 2-10 子女離家階段的壓力

7. **中年父母階段：**此時期孩子都已離家，有準備調適退休生活、維持與離家成年子女關係、學習為人祖父母及面對體力衰退等壓力（圖 2-11）。

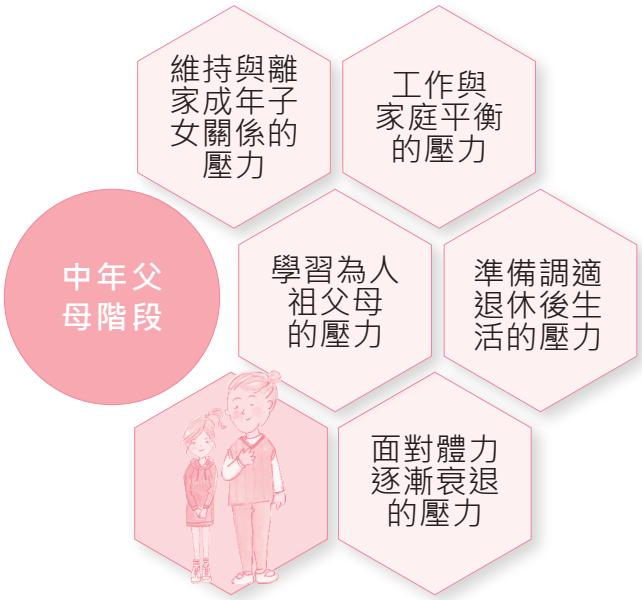



圖 2-11 中年父母階段的壓力

8. **老年退休階段：**此時已退休，有調適生活重心、面對身體老化、生活經濟、配偶生病及死亡等壓力（圖 2-12）。

圖 2-12 老年退休階段的壓力

在面對壓力時能有效因應，充分運用身邊的資源和支持系統，會發現有時壓力不一定是壞事，適當的壓力是推動個人與家庭成長的助力，面對家庭壓力與需求，只要全家能一起面對，將可能的危機化為轉機，讓家人間更有

向心力。而面對家庭的需求，家庭內外部資源的運用得宜，也能讓全家一起邁向更幸福的未來。

## 二、尋求家庭資源—我家有哪些資源與支援？

綜合統整以上家庭的不同發展階段，又分為三大時期，包括：建立期、擴展期及收縮期。因家庭面對的壓力不同，家庭資源需求如下（表 2-10）：

表 2-10 家庭發展三大時期面對的壓力及資源需求

| 時期 | 家庭可能面對的壓力 | 家庭的資源需求 |
|---|---|---|
| 建立期<br>（階段一） | 婚姻關係調適、工作與家庭協調、生育決定、親屬互動、建立家庭規則等壓力。 | 婚姻關係與適應的學習、生育的預備、雙方家人關係建立的學習等資源。 |
| 擴展期<br>（階段二至五） | 育兒、托育、工作與家庭平衡、子女課業、家校合作、協助子女生涯發展、賦與子女尊重 / 責任平衡等壓力。 | 新手父母的協助、社區托育服務、學校教育聯繫、兒童課後輔導安排、青少年的社區支持、圖書館資源利用、安全的休閒環境等資源。 |
| 收縮期<br>（階段六至八） | 調適子女離家、子女成家、姻親互動、調整生活重心、學習為人祖父母、體能衰退等壓力。 | 終身學習管道、志工或義工服務管道、休閒運動環境、健康醫療機構、社區照顧服務等資源。 |

家庭本身的內部資源與能量尤為重要，但此力量卻不能無限延伸，當家庭內部資源不夠用時，尋求合適且足夠的外部資源，也可以讓家庭所擁有的資源得以擴張，那麼，在處理壓力時，便能夠較為得心應手。McKenry 與 Price（1994）提出家庭資源，可分類為個人與家庭資源、政府資源、民間機構資源（圖 2-13），說明如下：

圖 2-13 家庭資源的分類

**1. 個人與家庭資源**

（1）個人資源：包括人力資源，例如個人的時間、精力、知識、態度、人格特質、專長等，以及物質資源，例如家庭設備設施、社會提供之設施與場地等。

（2）家庭資源：包括經濟資源，指的是具有經濟價值的物質資源，例如金錢、物品、房屋、土地、有價證券等；以及非經濟資源，指不具有具體形式不具有經濟生產與服務的無形資源，例如家人、親戚、朋友等及其情感、時間、能力、精力、價值觀和動機等。

**2. 政府資源**

（1）提供學習與休閒活動的單位：例如幼兒園、學校、家庭教育中心、樂齡學習中心、社教館／所、科學館及博物館等。

（2）法令政策：例如經濟補助的法令政策：青年創業貸款及助學貸款等，或是保護生活的法令政策：家庭教育法及老人福利法等。

**3. 民間機構資源**

（1）托育機構：托嬰中心、幼兒園及安親班等。

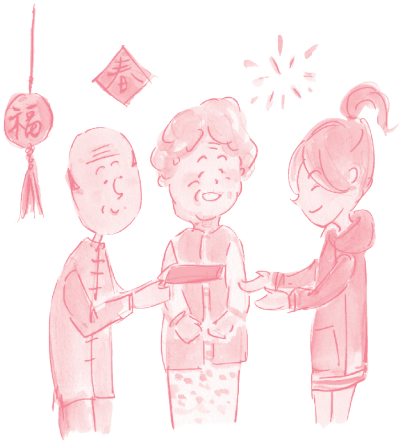
（2）協會、基金會：各類社會服務、家庭或生命教育協會及基金會等。

（3）媒體資源：如實體電視臺、出版社、網路出版品或書籍及社群等。

（4）非營利組織：各類社會服務、家庭服務、生命教育協會及基金會等。

（5）各類社團或宗教團體：協會、社團、教會及寺廟等。

家庭資源的使用皆包括了解、尋找、判斷、分析及運用等過程，必須讓每個家庭成員都能了解自家所擁有的家庭內外資源，不但可以幫助全員同理心的建立，也能有利於聚焦與簡化問題，共同作適當的處理。面對挑戰，內在尋找家人彼此都可以接受的解決方式，外在尋求各項資源協助，並努力調適、實踐之，讓家庭在面對各階段壓力時，更順利地通過挑戰，迎向幸福。



# 資源運用

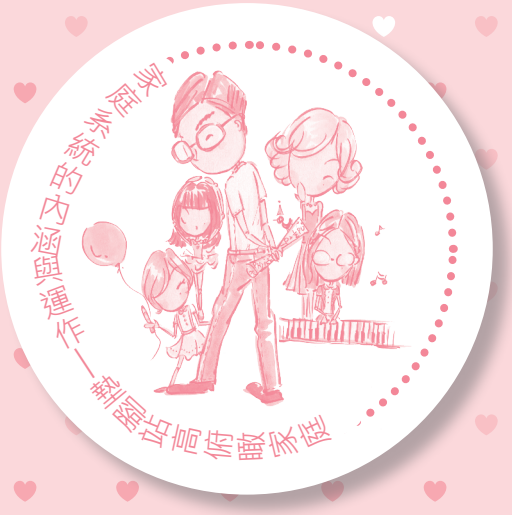
| 內涵 | 資源類別 | 資源名稱 | 內容簡述 | 運用方式 | 適用階段 |
|---|---|---|---|---|---|
| 家庭中成員的發展 | 繪本 | 鱷魚柯尼列斯（上誼，2003） | 人人生來不同，做該做的事，發展自己能力在對的地方。互相學習對方的優點，模仿是最高的接受與敬佩。 | 分組活動：討論什麼是個人成長與自信心？<br>作業單：我的特點是什麼？班上同學我最欣賞誰的特點？為什麼？ | 國小高年級 |
| | 桌遊 | 豬朋狗友（Jolly Thinkers, 2012） | 藉由小豬或狗不同的大小、顏色、左右手、戴眼鏡、拿爆米花等的異同區辨，了解和分享同與異的家人發展。 | 分組比賽找出完全一樣的卡片，區辨異同，並輪流說出家人間相同或相異的個性或行為。 | |
| 家庭的發展 | 繪本 | 黑兔與白兔(遠流·1996) | 永遠在一起是黑兔的願望，但永遠是什麼？相愛是發自內心的互相欣賞、相處是習慣的互相調適。家庭始於夫妻雙方的承諾，那麼承諾又是什麼呢？ | 教師帶領討論如何與家人享受共處時光與家人間承諾是什麼？<br>作業單：我們的家目前在哪個階段？未來家人關係與任務的變化和挑戰？ | 國中 |
| | 桌遊 | 妙語說書人（新天鵝堡，2008） | 藉由不同圖案的卡片，讓個人獨特的想法、看法與思考方式得以呈現，進一步促進溝通與了解。 | 輪流解讀、分享各自抽到的卡片與自己家庭發展的關係。<br>每組分 5 張卡片，說出與國中生相關的家庭故事，其他組猜正確答案。 | |
| 家庭不同階段的壓力與需求 | 繪本 | 安娜的新大衣（臺灣東方，2003） | 安娜需要新大衣，媽媽沒錢，她想辦法從找羊毛、紡織、染色到裁製逐漸換到大衣。遭遇家庭物質資源壓力，家人如何團結面對與度過。 | 討論：家人如何一同面對壓力？如何獲取家庭資源？<br>作業單：家庭生活中的壓力與可用資源。 | 高中 |
| | 桌遊 | 驢橋（新天鵝堡，2014） | 隨意抽出 2-7 張單句的卡片後，編列和家庭生活有關的故事，再比賽誰能記得卡片的詞句。故事必須有高低起伏並融入家庭壓力和資源。 | 分組：解讀、分享自己抽到的卡片，將數張湊成一個故事。輪流說與家庭壓力和資源融入有關的故事後，其他組猜是哪幾張卡片。 | |

# PART 3

# PART 3

## 家庭系統與轉變

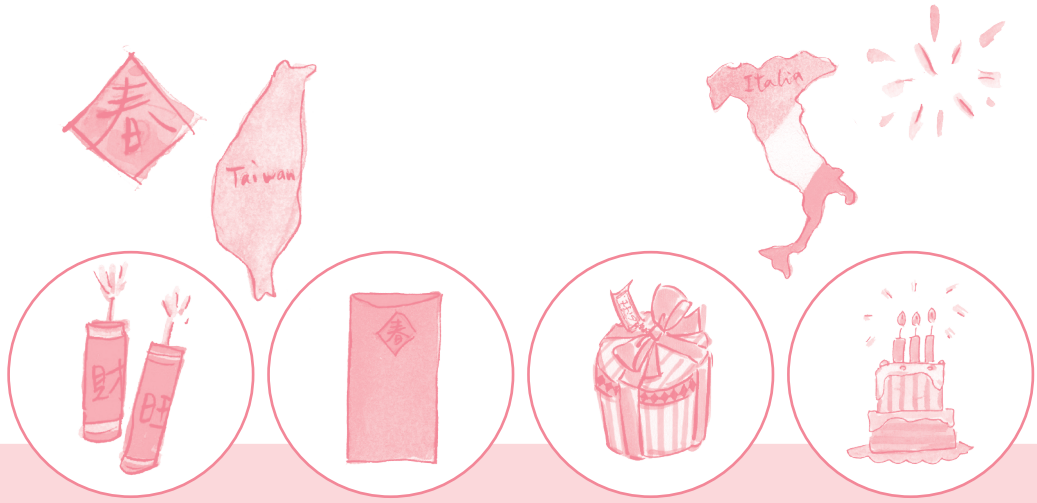
- 家庭的轉變
- 正向面對家庭的改變
- 家庭系統的內涵與運作



## 故事內容

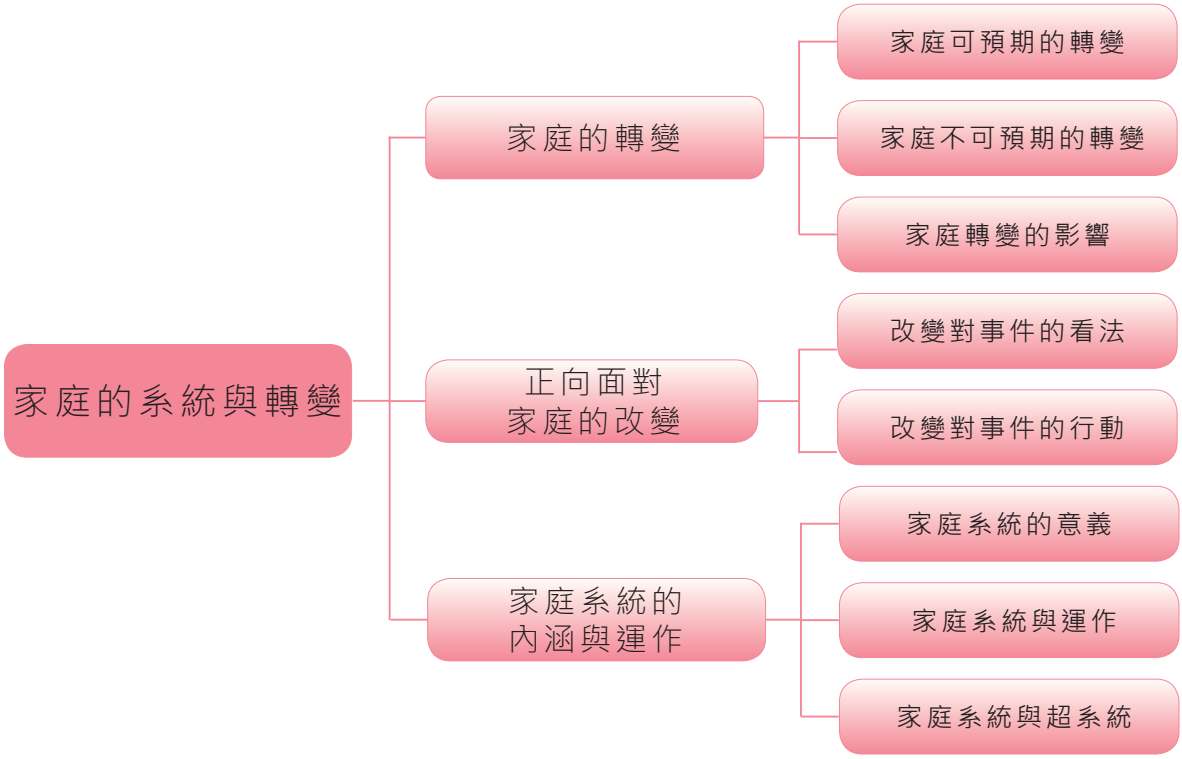
家是永遠不變的嗎？

家庭既然和個人一樣，當然在發展過程是會遇到變動與轉變的。
義大利姑丈是第一次在臺灣過年，
大堂哥的小女兒也是出生後第一次領壓歲錢，
爸爸說這個家越來越熱鬧了，
等弟弟就讀小學，爸爸可能又要派到國外工作一年，
只留我們母子三人在新竹，
媽媽又要上班，爸爸擔心我們沒人照顧，他不放心。
爸爸媽媽還在想該如何因應，或許我們可以搬回斗六住，
還是阿公阿嬤暫時北上到新竹陪陪我們呢？
我可以想像未來我們家還有許多的事情將會發生，
這些事情讓我們家人相處也產生了改變。
媽媽對我說：「別急，別急，這事情要慢慢考慮清楚……」
為什麼只是搬家而已，我們要想這麼多哩？




## 主題摘要

從最高點看「家庭」，會看到什麼嗎？無論可預期的事件或不可預期的事件，只要影響個人，就會影響家庭。面對家庭變動，我們若能以正向的態度面對，並觀察家人關係互動、家庭規則調整，便能將家庭危機化為轉機，讓家人關係更和諧。



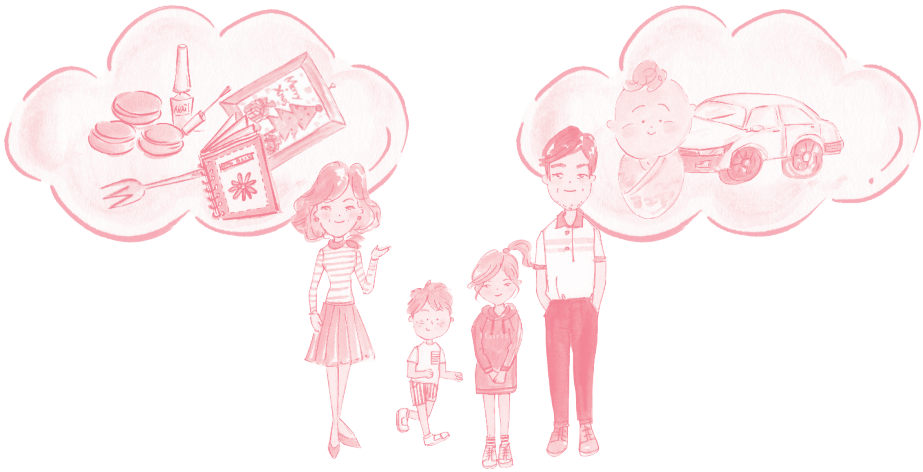

小喬家庭的成員包括許多的家人，小喬和所有家人組成的大家庭，也可以聚焦小喬自己及爸爸媽媽組成的小家庭。從爸爸的無薪假、家庭的新年儀典、小喬媽媽的再就業等，許多可以預期和不可以預期的事件，影響著小喬一家人。

在這部分我們會以家庭系統理論來解釋家庭現象，主要著重個人與家庭成員間的互動來討論家庭結構、家庭運作與家庭功能。

前面提到，家庭和個人一樣，被視為有生命的生物體， 這個生物體由許多互相依賴的成員所組成，這些成員關係密切也相互影響，成員間也不停的互動，形成一個系統。

## 壹、家庭的轉變—生命的偶然與必然

小喬和安弟的出生是爸媽家庭計畫的結果。姊弟們的成長和預期的經濟、精力及時間等花費，也是爸媽早就心理有數的，已經有了準備。但爸爸去年的無薪假卻是他們完全沒有料想到的事情，這真是很突然的壓力啊！



個人、家庭和地球都一樣，無時無刻都處於變動當中。上一節的家庭生命週期理論提及個人、家庭變動共同譜出多采多姿的家庭發展任務。家庭發展任務往往是可預期的轉變，然而生命當中一定也有不可預期的轉變。無論是可預期或不可預期的事件，只要造成家庭改變，就會形成壓力。

## 一、家庭可預期的轉變—先知先覺壓力降

可預期（expected 或 predictable）的轉變通常為家庭發展歷程的階段任務，例如家庭成員的成長、就學、離家、新加入、退休及老化等。此類型的壓力，隨著時間改變而至，有時甚至是被期待的，例如家中迎接新生命的誕生！然而，即便已經預知可能會面對的壓力，當壓力真正來臨時，仍然會造成或多或少的影響，使得家庭生活產生變化。

可預期的轉變（圖 3-1）通常持續時間較短，且帶有社會期待，如此也讓家庭對改變有所了解及準備。但是，可預期的轉變事件如果接續發生的時間相當接近，也可能讓家庭難以適應，例如家中哥哥要讀小學，恰好弟弟也要就讀幼兒園的時候，爸爸與媽媽就要同時關照兩位孩子的適應狀況。

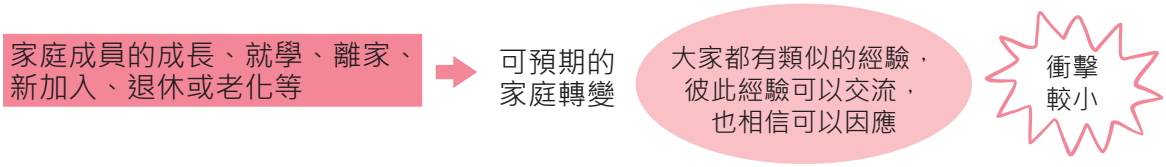



圖 3-1 家庭可預期的轉變

儘管可預期的轉變事件為家庭所熟悉，但若此轉變發生在「非預期的時間點」—過早或過晚，也會造成家庭的壓力，例如青少年未婚懷孕、超過育齡時間生育子女。因而，不同的家庭或不同的社會文化環境，對「可預期」轉變有不同的時間觀點及不同的家人角色期待。

## 二、家庭不可預期的轉變—現知現覺壓力增

不可預期（unexpected 或 unpredictable）的轉變常會比預期的壓力來得震撼，例如天災、人禍、失業、家暴、外遇、離婚及親人生病等，這些突發轉變令人措手不及（圖 3-2）。當然家庭在面對此類型壓力時，更需要沈著冷靜，理性評估與處理。

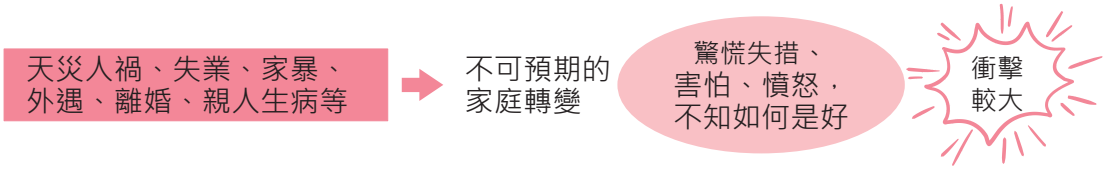



圖 3-2 家庭不可預期的轉變

不可預期的轉變發生在特殊情境，重複的機率很低（例如 9 月 21 日再次發生地震的機率並不高），讓家庭無法事先準備、後續影響狀況曖昧不明，沒有規則、沒有方向可依循。然而，非預期的事件並非全然是壞事，為人喜愛的好事也可能讓家庭難以因應，例如升遷或中樂透。

家庭的轉變有可預期或不可預期，也有正向或負向的家庭轉變，所產生的結果，對家人的感受與壓力也不同。無論何種轉變，都將對家庭系統造成壓力，家庭系統及成員都需要未雨綢繆並預作準備。例如家庭急用金預備；家庭短期、中期、長程計畫；家庭資源的建立、維持及擴展等，我們應以健康、正向態度面對家庭改變所產生的壓力或挑戰。

## 三、家庭轉變的影響—壓力分數警訊大

談及家庭的轉變與改變，牽涉到我們要如何計算改變量，或者我們可以將家庭轉變、改變事件予以評分嗎？

Holmes 與 Rahe（1967）想了解家庭改變狀況所帶來的壓力是否會導致疾病，他們以 43 件重大事件，調查超過 5000 位病人，探問他們是否在這 2 年經驗到這些事件。他們將這 43 件重大事件以「生活改變單位（life-change units，簡稱 LCU）」這一詞來計分（表 3-1）。

Holmes 與 Rahe 以此提出「社會再適應量表」（The social readjustment rating scale）。人們可根據自己過去一年是否經歷這些事件，計算出生活改變單位分數。若高於 300 分，則有高度罹病風險；150-299 分是中度罹病風險，與高度風險相比降低 30%罹病機會；小於 150 分則是低度罹病風險。

當家庭發生轉變的時候，不僅增加家庭成員個人生理層面罹病的風險，也會影響心理層面的情緒狀態，例如憂鬱、焦慮與自我概念的自我價值、自我效能及自我認同，對他人和世界的信任感、希望感及掌握感等內在狀態，同時也影響社會層面的人際關係、角色扮演及生活維持等。

此外，當家庭發生轉變的時候，以家庭為整體來看，也造成物理與心理層面的改變。在物理層面，例如經濟收入、家庭人數、健康、互動、聚會與活動、家中物品擺設與家庭座落地點等有形可直接觀察到的改變。心理層面上的改變，例如家庭規則、家庭角色期待及家人間情感等的改變。

表 3-1 家庭事件「生活改變單位」分數

| 等級 | 生活事件 | LCU 分數 | 等級 | 生活事件 | LCU 分數 |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 配偶死亡 | 100 | 23 | 子女離家 | 29 |
| 2 | 離婚 | 73 | 24 | 法律困擾 | 29 |
| 3 | 夫婦分居 | 65 | 25 | 個人有傑出成就 | 28 |
| 4 | 牢獄 | 63 | 26 | 太太出外工作或離職 | 26 |
| 5 | 親密的家庭成員死亡 | 63 | 27 | 初入學或畢業 | 26 |
| 6 | 個人受傷或疾病 | 53 | 28 | 生活環境重大變化 | 25 |
| 7 | 結婚 | 50 | 29 | 個人習慣的調整 | 24 |
| 8 | 被解僱 | 47 | 30 | 與上司相處困難 | 23 |
| 9 | 夫婦間的調停和解 | 45 | 31 | 工作時間或環境重大改變 | 20 |
| 10 | 退休 | 45 | 32 | 居住狀態改變 | 20 |
| 11 | 家人健康狀況改變 | 44 | 33 | 就學狀況改變 | 20 |
| 12 | 懷孕 | 40 | 34 | 休閒方式改變 | 19 |
| 13 | 性關係困難 | 39 | 35 | 宗教活動改變 | 19 |
| 14 | 家庭成員加入 | 39 | 36 | 社交活動重大改變 | 18 |
| 15 | 事業再適應 | 39 | 37 | 小額貸款（少於100萬） | 17 |
| 16 | 財務狀況改變 | 38 | 38 | 睡眠習慣改變 | 16 |
| 17 | 親密好友死亡 | 37 | 39 | 家人團聚次數重大改變 | 15 |
| 18 | 更換工作行業 | 36 | 40 | 飲食習慣重大改變 | 15 |
| 19 | 與配偶發生重大爭執 | 35 | 41 | 渡假 | 13 |
| 20 | 鉅額貸款 | 31 | 42 | 聖誕節[1] | 12 |
| 21 | 借貸抵押物被沒收 | 30 | 43 | 輕微違法（例如收到交通罰單或闖紅燈） | 11 |
| 22 | 職務變動 | 29 | | | |

[1] 等同於華人社會農曆新年

# 貳、正向面對家庭的改變—問題不是問題，如何因應才是問題

小喬和安弟問爸爸，您為什麼千里迢迢去那麼遠的地方把媽媽娶回家呀？

爸爸說：「我就欣賞你媽媽的個性，她每天都笑咪咪的，遇到什麼困難，總說想辦法解決就好！」

小喬覺得自己真幸福，爸媽是非常樂觀的一對夫妻，面對問題總一起討論，也很正向的看待，從不怨天尤人。

## 一、改變對事件的看法—換個角度想想

家庭成員對於改變事件的看法，會在「家人之間的互動」顯現出來，因而家人對於改變事件的態度會直接影響家庭對這事件的「士氣」，及自我效能感。

家庭成員如果對改變事件賦予正向意義，則事件對家庭則可能有正向影響，例如當父親決定到外地工作時，我們便可強調，父親離家後，讓我們學會與父親用不同的方式進行聯繫；父親離家後，我們用父親提醒的方式來照顧媽媽；經歷父親外地工作，讓我們一家人更珍惜團聚時光，而且我雖然很想念父親，但我知道父親也是一樣想念我，我們之間的愛不因為距離而有所改變。這樣，可將轉變化為家庭進步的動力。

## 二、改變對事件的行動—齊心協力共面對

### （一）調整家庭規則與角色分工

家庭面對改變事件的行動，是指家庭成員在賦予轉變事件正向意義後，彼此團結商量採取怎樣的行動來因應，其中關鍵的要素是家人可調整互動方式，家庭也可調整家庭的規則與角色分工。例如當家中主要生計者爸爸放無薪假，家中經濟有些困難，經家人討論後，媽媽外出工作貼補家用。孩子先暫停課外補習，向鄰居讀大學的姊姊請教功課。

簡而言之，家庭規則與角色任務因著不同情境而彈性調整與變動，而成員彼此互補，讓家庭生活得以持續順暢運作。

### （二）家庭成員的溝通與協調

每一件家庭事件的發生，都有期待和非期待的正負層面。雖然人們都是期待正向且預期的事件發生，因此面對不期待事件發生時，個人往往會陷入懊悔、難過、逃避或憤怒的情緒，加深家人溝通的困難，但此時家人之間的溝通更顯得重要。家庭溝通強調家人之間要傳達清楚且一致性的訊息，傳達自己真實的情緒與想法，彼此可以分享各式各樣的感覺（擔心、害怕、喜悅或興奮），並同理對方，試著站在對方的立場去思考對方的感受與行為，並以一種尊重彼此、共同重視家人關係的態度思考解決問題。當家庭成員清楚溝通，彼此形成共識，又相互支持打氣，這就是正向因應、面對家庭的轉變。

## 參、家庭系統的內涵與運作—墊腳站高俯瞰家庭

小喬問爸爸：「我們家只有四人，是很簡單的小家庭吧！」

爸爸說：「是小家庭，但別看它小，我們家人關係可複雜哩！妳媽媽和我是夫妻關係、我們和妳及安弟是親子關係、妳和安弟是手足關係，如果納入斗六和越南的親人，你們算算有多少種關係呀！」

媽媽也插話道：「是呀！結婚真不是 1+1=2 那麼簡單，家庭更不是單純人數的組合。」

### 一、家庭系統的意義—家若是蛋糕，麵粉、糖、奶油缺一不可

家庭系統理論源於 Ludwig Von Bertalanffy 於 20 世紀中期提出的一般系統理論（general systems theory），Broderick 和 Smith 指出一般系統理論所主張的概念可用來解釋家庭中各種行為與現象（引自周麗端，2016b）。

家庭系統理論從系統觀點看家庭，家庭成員因互動而形成系統。家庭系統內個人因為與他人關係不同而形成許多角色，例如丈夫同時也是祖父、父親或哥哥等，因個人的多重角色，以及角色與角色互動間形成許多次系統，例如夫妻次系統、親子次系統、手足次系統或代間次系統等。因而，我們得以在不同觀察層級中，看著個別家庭成員間的互動、個人與家庭次系統間的互動、次系統之間的互動，也可了解原生家庭及生殖家庭之間的相互影響。舉例來說，我們聚焦在自己及父母所組成的家庭當中，家人之間的彼此互動是如何相互影響，也可聚焦於祖父母對父母的管教是如何影響到父母對自己的要求與回應。

## （一）家庭系統

系統為彼此互動的各個部分所形成之體系，家人之間互動所形成的體系就稱為家庭系統。在家庭系統當中可以說明與觀察家庭成員相互連動、持久並不斷演進的互動樣貌。以小家庭的夫妻為例，先生與太太來自於不同的家庭，帶著不同的家庭經驗進入婚後家庭，又在婚後家庭當中建立屬於他們家庭的生活經驗，而隨著生兒育女，不同的個人又在這個家庭當中有著不同的經驗，就是這樣複雜的家庭經驗，讓每個家庭的樣貌都有所不同。

家庭正是如此，由家庭成員、家人互動、原生家庭影響、家人期待及家庭規則等組成更大的組織。因而，以核心家庭中的組成「父親＋母親＋子女」來看，家庭系統並不等於「父親＋母親＋子女」組成，更包括了其之間的互動，如夫妻、親子及手足互動；如果沒有互動關係，就沒有所謂的系統。因此，家庭系統可以說是「整體大於部分的總和」，能發揮「1 ＋ 1 ＞ 2」的效果（周麗端，2016b）。

## （二）家庭次系統

家庭中比家庭系統小的互動系統稱為次系統，家庭中最持久的次系統為夫妻、親子及手足三個次系統（圖 3-3）。形成次系統的原因十分多元，有些次系統的組成與人跟人之間互動有關，例如因世代、成員組成以及角色等因素而形成的祖孫次系統、手足次系統或婆媳次系統；有些則是跟其他議題有關，例如家庭中因擁有相同信仰或是同類型的興

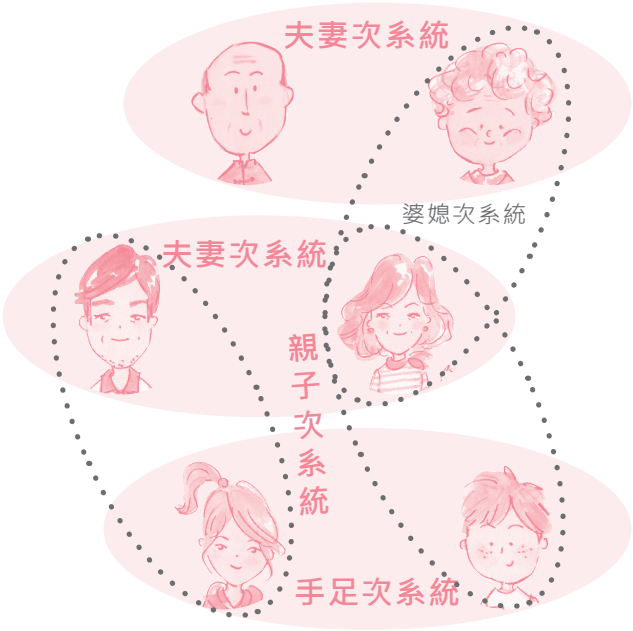



圖 3-3 家庭次系統

趣、嗜好而形成的次系統。每個成員可能同時存在於多個次系統，也在不同次系統，學習不同層次人際互動。

每個次系統會執行不同的功能，使家庭系統得以運作。若某個次系統運作發生狀況，也可能影響到其他次系統，連帶影響家庭成員個人行為。例如父母發生衝突，爸爸對於兒子的管教態度就不耐煩，相當嚴厲，兒子近期面臨家中父母爭吵及父親的嚴厲對待，也與班上同學發生爭吵（圖 3-4）。

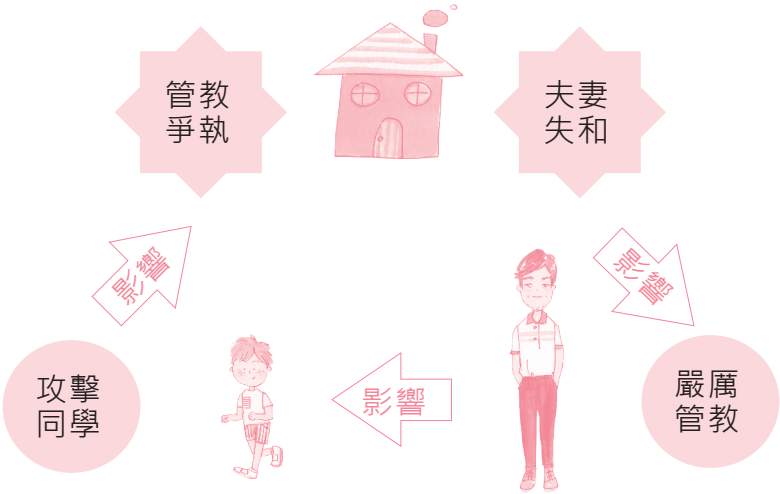



圖 3-4 家庭次系統連帶影響

## （三）界限

在家庭系統中，界限至少有四種意義，1. 界定家庭成員。2. 界定家庭的次系統。3. 界定物理界限，例如居家空間及物品等之使用與歸屬。4. 界定家庭系統與外在系統互動的流通，例如有些家庭對於外在資訊的接受度大，有些家庭則否。

家庭界限也是會變動的，隨著家庭發展階段、家庭成員的需求而有所變化。例如隨著家中子女要選填大學志願，家庭可能就需要有更多的資訊進到家中來決定。因而青少年和成年初期通常加重家庭界限的流通，允許孩子與外在世界有更多接觸。

## （四）關係

家人關係乃是人類最基本的互動基礎，也因著有家人關係，彼此有家人互動，進而形成家庭。當家中成員增加或減少，彼此的關係也隨之變化。以核心家庭為例，家有新生兒誕生，這個家庭除了多了一名成員之外，其中的關係亦多了「父與子」、「母與子」，「父＋母＋孩子」之親子關係；而對於個人而言，除了原先的妻子和丈夫角色之外，同時也多了為人父母的角色。也就是說，家中多了一個人，會多了很多種關係，也會使家庭成員身負更多的角色。例如隨著家中的女兒結婚，婚後女婿加入家庭，爸爸就多了「岳父」

的角色，其他人也同樣因為新成員加入而新增角色，整個家庭因新成員而有新的相處互動。同樣，未來當女兒出國讀研究所，家中突然少了女兒的聲音，少了女兒的參與，連帶著影響爸媽，家人間的互動也可能連帶改變。

## 二、家庭系統與運作—規則在哪裡？

家庭需要透過許多規則來維持順暢運作。家庭規則往往反映出家庭的價值觀、協助建立和家庭價值觀一致的家庭角色，以及從中提供家庭內關係的規則性和穩定性。例如子女返家的門禁時間、每個月的零用錢金額；非口語的家庭規則，或家庭成員彼此心照不宣的互動方式，例如小孩「有耳無嘴」或「萬般皆下品，唯有讀書高」等。

每個人在家中都要學習什麼是被允許的、被期待的，而什麼是被禁止的。然而若家庭規則缺乏彈性，且未隨著個人發展階段、家庭發展階段或社會脈絡改變，則可能導致家庭功能無法運作。一般來說，新婚期家庭規則可較彈性，生兒育女後家庭規則較穩定，子女青春期時家庭規則較彈性些；特別在家庭面對家庭發展轉折期或經歷非預期的危機事件，為因應家庭系統的變動更需要彈性與靈活的家庭規則，將有助於家庭度過危機。

## 三、家庭系統與超系統—看不見的那雙手？

家庭是離不開環境的。人類歷經群居社會、狩獵社會、農業社會、工商業社會與知識經濟社會，人類這一路發展歷程，如今人類與前人所處的社會環境、自然環境相比，可說物換星移、滄海桑田。更進一步說，社會環境包括文化、習俗、價值、政策、教育、經濟、科技及戰爭等，而自然環境包括自然資源、天候或天然災害等，這些都將隨著不同時間而有所改變。

社會與自然環境對個人與家庭的發展息息相關。例如以農立國的華人社會，農業發展需要人力，百子千孫就是理想家庭；工業革命後的工業化、都市化影響，小家庭取代大家庭制度；經濟衰退、通貨膨脹可能導致家人失業，對個人及家庭帶來負面影響；科技進步，為人們帶來便利的生活，也改變了家人溝通方式。

簡而言之，上述內容皆是比「家庭系統」更大的系統，我們稱之為超系統（super system）（周麗端，2016b）（圖 3-5）。超系統當中的社會文化、政府政策和生活環境等，不只影響家庭系統的運作，也影響個人成長與發展。更特定說，社會文化可以指當代主流思潮或流行文化，例如韓星引領的流行文化會影響青少年家人的電視收視習慣，影響著青少年的流行穿著。政府政策可以指政府於 108 年 5 月 22 日公布的《司法院釋字第七四八號解釋施行

法》，同性者可以組成婚姻。生活環境可以指都市發展政策下的大樓興建，也可以指莫拉克颱風後的新建永久組合屋及連帶影響的鄰里互動，都是指生活環境因著非個人因素主導變動下的因應。

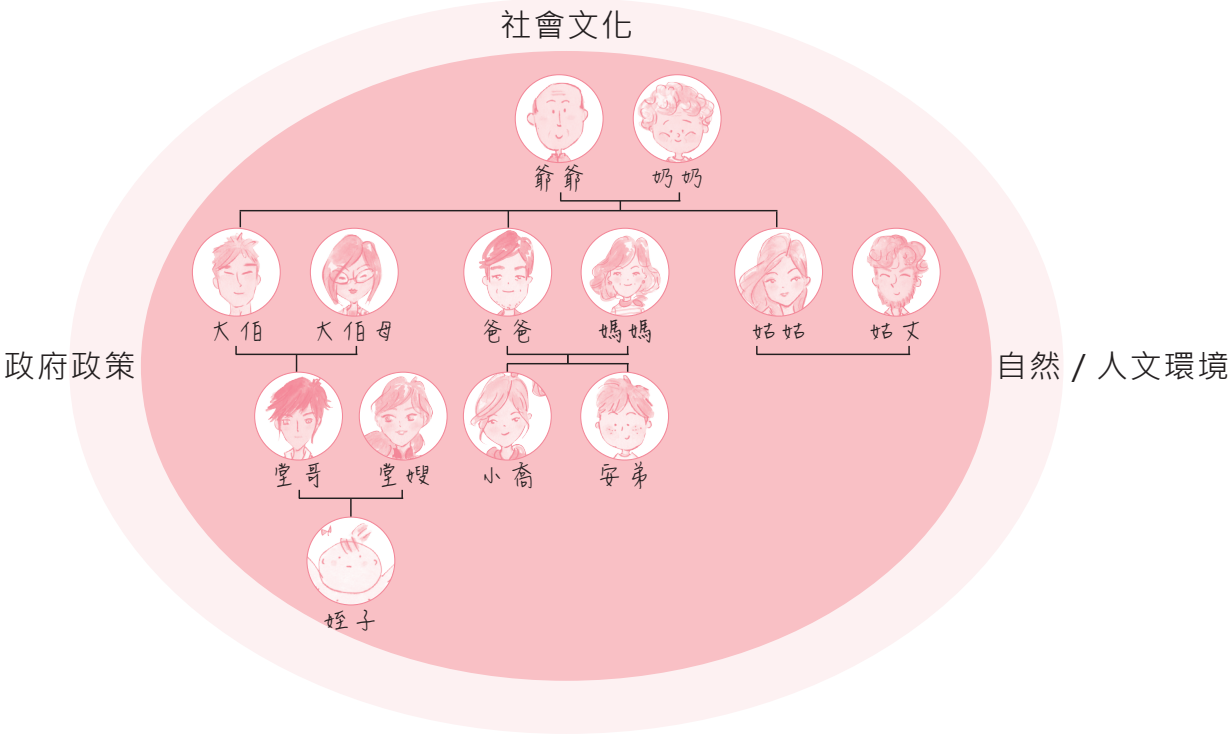



圖 3-5 超系統

家庭發展如同個人發展一樣，會歷經可預期和不可預期的轉變，而在面臨家庭轉變的過程中，我們可觀察家庭運作的模式及運作的規則，同時也看到家庭成員之間溝通互動、角色扮演。家庭經驗對個人發展、親密關係提供最初、最持久的模式，將顯著地影響個人對婚姻伴侶及事業的抉擇，也影響子女成年後如何養育他們的孩子，以及其他長久的問題與對生活滿意度。即使原生家庭的影響深遠，但造成問題的規則、角色與溝通模式是可以重新學習的，生活雖然不完美，但不代表它不美。家庭系統理論協助我們觀察「如何從日常生活互動中體察到家庭是如何影響個人之成長」，當我們發現並能理解之後，我們就可以化被動為主動，找到適合彼此的互動方式，讓家人之間的關係更為舒適。最後，家庭並不是真空於環境當中，我們必須了解環境如何對家庭產生影響。

# 資源運用

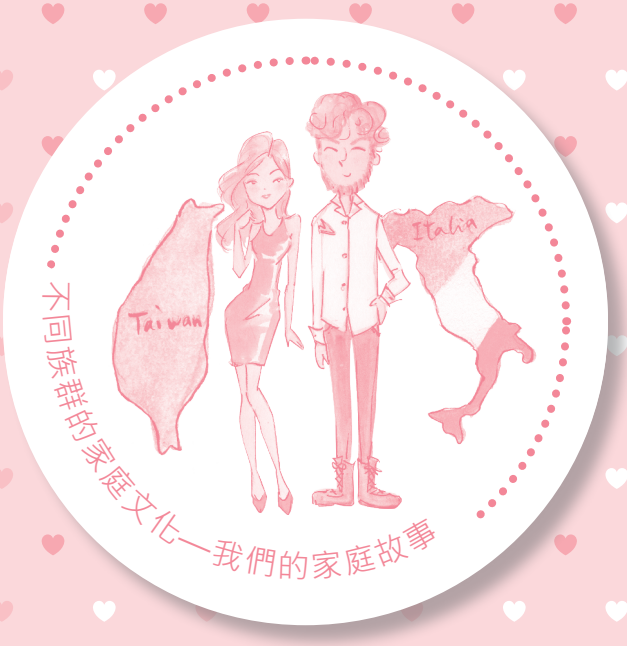
| 內涵 | 資源類別 | 資源名稱 | 內容簡述 | 運用方式 | 適用階段 |
|---|---|---|---|---|---|
| 正向面對家庭的改變 | 繪本 | 媽媽的紅沙發(三之三，1998) | 一場大火無情地燒掉了一個單親家庭所有的家具，三個相依為命的女性—小女孩、媽媽及外婆，努力存錢想買一張舒適的紅沙發，他們的願望能夠實現嗎？ | 教師邀請同學思考小女孩、媽媽及外婆如何面對家庭的非預期轉變？ | 國小高年級 |
| 家庭的轉變 | 影片 | 尖叫旅社 1（得力影視，2012） | 劇情大綱：經營特殊「五星級」旅館的吸血鬼公爵，面對女兒的長大成人，並與人類客人結交人鬼戀？！<br>10:12-19:10(8分58秒)<br>女兒在派對開始前，為了讓爸爸同意她去人類的世界，獨自在房間想著如何與爸爸溝通。 | 1. 教師與同學討論影片中父親面對女兒終將長大的心態與行為？他如何面對？<br>2. 邀請同學分享父母對你現在的管教與國小時候的管教有何不同？ | 國中 |
| 家庭系統的內涵與運作 | 牌卡 | 紅花卡（健康卡片發明家，2016） | 紅花卡為 90 張的圖像，每張圖像都隱含不同的人生面向、角色、生命階段、關係，可讓觀圖者自由分享觸動的家庭故事情節與感受。 | 教師邀請同學上前拿取有觸動的圖像，並在課堂分享、說出圖像事件背後之家庭脈絡。 | 高中 |
| | | 人生百味卡（劉月瑛，2020） | 人生百味卡為 100 張臺灣常見美食之圖卡。抽牌者可隨機抽取牌卡，分享過往食用經驗。 | 教師邀請學生依據個別家人或全家挑取喜好食物，並分享家中食物主導權、口味偏好、誰可配合及堅持、享食過程點滴。老師從旁協助引導學生思考家庭的權力、家庭的次系統及家庭規則在飲食議題上的展現。 | |

# PART 4

# PART 4

## 社會環境中的家庭

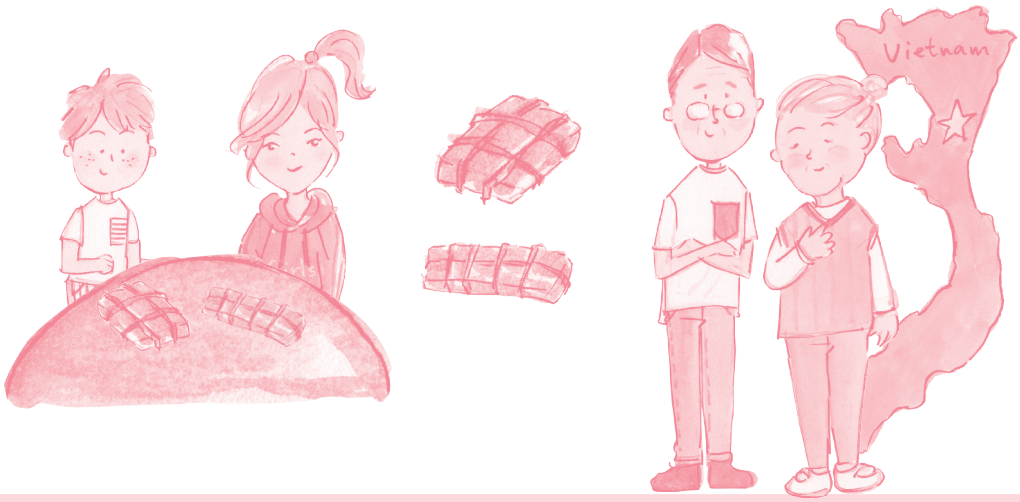
- 不同族群的家庭文化
- 社會環境對家庭的影響
- 社會變遷與個人及家庭的關係



## 故事內容

### 家在地球村

這次陪媽媽回娘家，還發現很有趣的事情，
在越南有些風俗和我們一樣，有些不同。
像初二回娘家的習俗是一樣的，但越南是初一祭天、初二祭祖，
初三大家把工作的器具帶到教堂或廟宇去求神降福，
媽媽也要小喬和安弟把課本帶去，希望新的一年，功課更進步。
越南的粽子是香蕉葉包成的，有二十公分長，如拳頭般粗，糯米多，裡面放了肉和去殼的綠豆，沒有臺灣粽那麼多餡料，可吃到糯米的清香，就算冷了用細線切片來吃，也有QQ的口感。




## 主題摘要

形形色色的家庭

家庭受到大環境的影響而有所不同，雖然這些都是我們的家，但也有各種不同的面貌。本主題介紹社會文化對家庭的影響、科技與經濟的影響以及社會變遷對家庭的影響。我愛我的家，我也在適應改變中的家。

- 社會環境中的家庭
  - 不同族群的家庭文化
    - 傳統的家庭儀典
    - 不同文化的家庭儀典
  - 社會環境對家庭的影響
    - 華人文化對家庭的影響
    - 科技發展對家庭的影響
    - 經濟發展對家庭的影響
  - 社會變遷與個人及家庭的關係
    - 社會變遷的意涵
    - 社會變遷帶來的影響
    - 社會變遷對家庭的影響

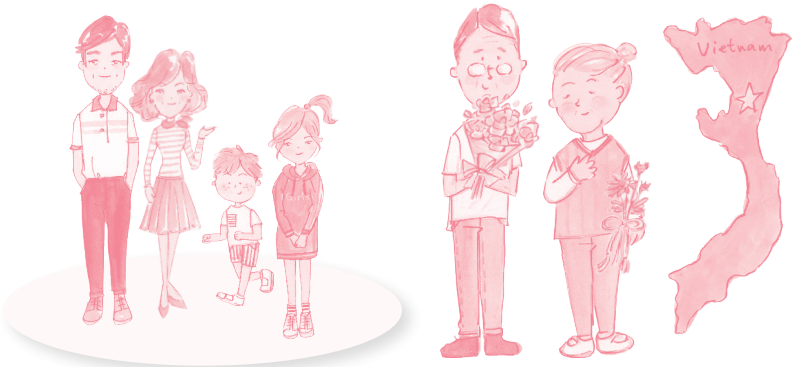
## 壹、不同族群的家庭文化—我們的家庭故事

越南的外公外婆都說紅色是最福氣的顏色了，家裡也養了二隻狗，他們非常喜歡狗，認為狗忠實、可靠、勇敢。

外婆特別喜愛桃花，認為桃花鮮豔美麗，是吉祥之花，而且它又是越南國花。

媽媽則說在越南不可以拍人的肩膀或用手指著他大聲叫嚷，因為這是非常失禮的舉動。更忌諱別人隨意觸摸他或其小孩的頭部，認為被人摸過頭會帶來厄運。

在外公外婆家也用筷子吃飯，餐餐桌上都有「魚露」，安弟很喜歡沾著生春捲吃。爸爸卻說好腥，但是因為越南特別重視對老人家表示尊敬，長輩端上桌的食物，爸爸都馬上大口吃了，讓外公外婆好開心。



每個族群有其文化代表性，而不同族群的家庭生活中，擁有不同的家庭儀典與習俗，形成了獨有的家庭文化傳統。

## 一、傳統的家庭儀典—不同家庭的故事

在家庭系統的概念中，超系統中的文化、風俗對於家庭依然有所影響；不同族群的家庭文化與傳統，每個文化傳統都影響家庭關係的互動，尤其是不同文化蘊涵獨有的家庭儀式與習俗，傳承了每個家庭內的觀念。儀典代表著凝聚家庭、文化、社會中的人際關係，形成歸屬感，透過家庭儀典的舉行，家庭成員間的情感與關係互動更為緊密。一年三百六十五天當中，家人的文化活動、節日儀式，每個家庭與每個文化都會有專屬於家人的特殊日子。

### （一）家庭節慶

家庭節慶會隨著季節、氣候、時間、節氣等而轉換，因而有特定主題的節日，其中反應了前人與自然萬物共存中所形成的人我關係，華人有二十四節氣而形成不同的節慶；例如華人的春節、清明節、端午節及中秋節四大節日，分別在春夏秋冬四季，各有其意義，同時也象徵了家庭內的團聚節日。相對於華人的節日，西方文化亦因宗教信仰而產生了不同的慶典節日，例如萬聖節、感恩節及聖誕節等節日，透過重要節慶增進家庭內的互動。不同種族傳承了不同文化，同時保留其重要的家庭節慶，增進家庭內的互動關係與文化承襲的意義。

### （二）家庭儀式

華人文化重視自我與關係的和諧，個人更為重視家庭內的關係。例如華人的春節與中秋節，意味新的一年將開始及家人團聚，家人會自各地返回家鄉團聚，歡慶春節、中秋節並團圓聚首，透過春節聚餐、中秋節烤肉團圓等家庭儀式凝聚家人情感。西方人亦同樣重視節慶所帶來的家庭團聚，例如感恩節，意味感謝上帝賜予年度豐收的祝福；西方人亦會邀請親友聚在一起共進晚餐，火雞則是餐桌上的傳統主菜，由女主人進行火雞的分食。在春節與感恩節的家人團聚儀式，代表著家庭內的共享與凝聚，家人們也在共度家庭節日的過程中建立家庭共有的儀式。

## 二、不同文化的家庭儀典—慶典大不同

不同族群的家庭有不同的文化與傳統，每個文化傳統影響了家庭關係的互動，尤其是不同文化蘊涵獨有的家庭儀式與習俗，傳承了每個家庭內的觀

念，以下將分別就華人文化、原住民族文化、西方文化等說明不同文化慶典之差異性。

### （一）華人文化

華人文化重視自我與關係的和諧，個人更重視家庭內的關係。而不同的家庭儀典延續了家庭關係的傳承，例如華人的春節與中秋節意味家人團聚及新的一年將開始，是以在春節與中秋節之時，家人會自各地返回家鄉團聚，歡慶春節、中秋節並團圓聚首。

### （二）原住民族文化

原住民族則有雅美族的收穫祭、阿美族的漁撈祭等，例如阿美族的漁撈祭具有敬老尊賢的意義，青年以魚蟹、米酒祭拜河神或海神，並由各年齡階層進入海河溪流中撈捕魚類、烹煮，將煮熟的漁獲送交長者、耆老品嚐，以表示老者優先，而年長者也會賞賜漁獲給表現良好的年輕人，具有互助共享、重視長者等倫理觀念。

### （三）西方文化

西方人亦同樣重視節慶所帶來的家庭團聚，例如感恩節，意味感謝上帝賜予年度豐收的祝福；西方人亦會邀請親友聚在一起共進晚餐，火雞則是餐桌上的傳統主菜，由女主人進行火雞的分食。在感恩節的家人團聚，代表著家庭內共享與凝聚，家人們也在共度家庭節日過程中建立家庭共有的儀式。

## 貳、社會環境對家庭的影響—我們都是一家人

安弟在幼兒園的每位同學都有遊戲機，安弟吵著要爸爸送他一臺。

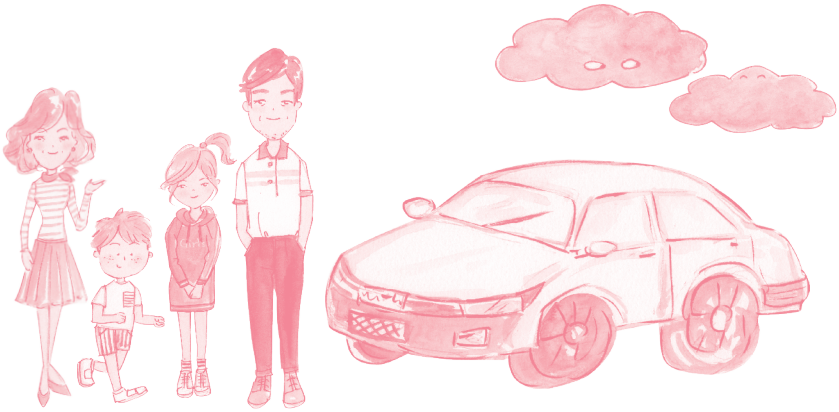
媽媽羨慕地說：「我看網紅推薦一款氣炸鍋，一個就代替所有的鍋子，炸、烤多方便，真想擁有一臺哩！」

爸爸說：「我的汽車舊了，真該買最新款的車方便我上下班……」

小喬：「英文線上學習課程常停格，希望家裡網路換成光纖……」

爸爸說：「我們來算算用過年紅包的錢買這些禮物夠不夠……」

最近剛放完無薪假開始有收入的爸爸，對於家裡的收支更會精打細算，大家都得配合一起周詳的規劃。



家庭是社會系統中的一環，家庭的整體狀況受社會環境、自然環境等大環境影響，社會環境包括文化、習俗、價值、政策、教育、經濟、科技及戰爭等，自然環境包括自然資源、天候和天然災害等。二者為整個脈絡環境對家庭的影響，社會環境下的文化使得華人家庭有獨特家庭文化特徵，而經濟與科技的轉變亦影響家庭。

## 一、華人文化對家庭的影響—我是東方好華人

### （一）華人家庭文化特徵及對家庭的影響

在家庭系統的概念中，超系統中的文化、風俗對於家庭依然有所影響；華人文化下，著重個人與家庭關係之間的平衡。華人家庭文化對於家庭的影響包括了價值信念、關係結構及溝通模式三個面向（表 4-1），以下將分別進行闡述：

表 4-1 華人家庭文化特徵

| | |
|---|---|
| 價值信念 | • 興盛家道<br>• 繁延家族 |
| 關係結構 | • 角色階級<br>• 男性優勢<br>• 重視向心或一體感 |
| 溝通模式 | • 交換資訊簡短不具體<br>• 不善表達情感<br>• 處理衝突<br>• 教導子女 |

資料來源：唐先梅、周麗端（2019）。教育部委辦「高級中等以下學校及幼兒家庭教育數位學習課程計畫」。

**1. 價值信念**

華人社會的價值信念主要為團結合作、興盛家道及繁衍家族的價值。華人文化重視家庭內的團結互動與合作信念（李美枝，2002）；華人文化著重關係的和諧，華人總會特別重視家人關係內的互動，家人關係必須擺在個人發展之前，所以在重要的節慶或儀式活動中會期待家庭總動員，例如中秋節代表「月圓人團圓」，而家庭內部成員的出席則代表著家庭內部的凝聚力，同時也是興盛家道的重要指標。此外，家族內部中有承襲的概念，家庭中的長子與長孫背負著繁衍家族信念的重要代表，所以家族內有著「重男輕女」以及「長孫『捧斗』（閩南語，喪葬儀式之一）」的文化傳統習俗。

**2. 關係結構**

華人文化中的集體主義概念，著重「義務取向」為首要的人際道德（許詩淇、黃囉莉，2009），義務取向強調個人在人際中的「角色」、「關係」及對應的「義務」（黃光國，1998），也就是每個人都必須擔任好自己在家庭內的角色，「嚴父慈母」正是代表著家庭內的父母親角色分配與個人義務，亦即父親角色必須嚴格、母親角色則必須仁慈慷慨；以下將分別由角色階級與男性優勢、重視向心或一體感來加以說明。

**（1）角色階級與男性優勢**

「關係主義」是華人心理學研究之基礎，角色責任乃個人於家庭、國家與天下間的個人角色扮演，在達成自我角色義務之下以維持關係的和諧（陸洛，2007）；也就是每個人都必須好好扮演自己在家庭內的角色任務，我們必須同時扮演著家庭內的子女及學校的老師不同角色，而扮演好家庭內子女位置的孝順義務，才能夠維持家庭關係；扮演好學校老師教授課程的角色才能維持社會文化下的「師者，傳道、授業、解惑」的義務以維持社會關係。在傳統華人文化的概念下，重視家庭中發揮個人的角色，盡到個人角色的義務與責任，例如「君君，臣臣，父父，子子」強調每個人在自我角色上具備的任務與責任，個人在家庭中亦需發揮個人的家庭角色（張雅淳，2017）。華人傳統文化概念下的家庭角色，代表每個人在家庭中都必須各司其職，尤其過往在農業社會中，家庭是父權制與父系繼承的，男性有絕對優勢的角色與位置，男性擁有支配性之權威，婦女、兒童需順服父權；父親必須具備父親的威嚴、擁有父職的傳統責任，父親不應該跨越父親的角色而與子女太多互動，必須維持個人的絕對威嚴；子女則必須順從、不得頂撞父親的意見。

**（2）重視向心或一體感**

華人傳統認為團體成員重視團體的福祉勝過個人的利益（吳煒聲譯，2016），也代表著華人文化重視自我與關係的和諧與整體性，尤其是

華人與重要他人的關係代表著家庭內的一體性，例如父母因子女優異表現而備感光榮，子女的成就代表著父母親在家庭的成就，子女成就與家族成就為一體的。

同時，華人家庭必須有向心力，個人須重視家庭內的關係，不應將個人的利益擺在家庭的前面；理想工作類型為「錢多，事少，『離家近』」、論語曰：「父母在，不遠遊。」子女個人的生涯進行轉換時，必須以家庭為優先考量，亦即在選擇工作的時候，必須選擇離家距離較近，可以就近照顧父母、子女的職業。此外，華人重視家庭內的互動關係，人際關係長期相互依賴及相互控制，不設立界線，不賦予家庭成員有個體性，也能確保父母可以具有控制孩子、命令孩子的權威。家庭內部的界線模糊不清，但是家庭內部卻也同時必須保有向心力，這也使得華人傳統文化的家庭內部有著界線不明與交互影響性，進而產生了華人家庭內的溝通模式。

**3. 溝通模式**

華人文化重視關係的和諧（吳煒聲譯，2016），華人家庭延續中華文化的群體概念，著重家庭內的關係和諧，家庭成員間「以和為貴」。然而，個人在人際關係中達成自己的任務以維護和諧（陸洛，2007），家人間的衝突需放下彼此的自我意識，使得家庭成員交換資訊簡短而不具體，往往會因此忽略了彼此的情感表達，造成了家庭內部的溝通不一致。當家庭溝通不一致而形成家庭衝突時，對長輩、平輩與晚輩的處理方式皆有所不同，因為傳統華人家庭重視家庭內的角色階級位置，所以晚輩必須忍耐與承受所有的錯誤，並且接受長輩的教化，進而形成家庭內的溝通與衝突持續產生。然而，華人家庭深信「家和萬事興」，家人間必須齊心、相互愛護、相互關心支持，家人間必須不拘小節，有事共同擔當與商量，則再困難的事都能夠面對與解決。這也使得華人家庭文化中，認為家事並無對錯，只有和與不和，「一家和，黃土成金」，家和才能萬事興！

## （二）華人家庭的風俗及對家庭的影響

華人家庭的風俗對於家庭的影響包括在其宗教信仰、婚喪喜慶、年節慶典、節氣生活、祖宗祭拜、飲食文化等都受到影響。正如前一節所描述的家庭儀典等，正是受到節氣的影響而有不同的年節慶典，而以年節慶典為例：除夕與過年的時候，每戶都會貼上「春聯」及「年畫」，藉以敬神祈福，有吉祥討喜之意；元宵節又稱小過年，則人人提花燈；中秋節則會進行拜月、祭土地、走月亮等活動。每個年節慶典都代表家人關係的凝聚與互動時刻，同時也傳承了華人文化的重要意義。

此外，在年節慶典之時，每個家庭都會有其代表的飲食文化，例如除夕

與過年的時候，家庭就會共同享用長年菜、八寶飯、年糕、發糕、蘿蔔糕，以此代表長壽與步步高昇；元宵節會家人一起吃元宵，以此代表家庭團圓；清明節會吃草仔粿及春捲（潤餅），意義為子孫繁榮，習俗有「拜粿有『傢伙』（閩南語，意指財產）」之含意；臘八節（農曆十二月八日）為「臘日」，吃臘八粥則代表豐收的意涵，有俗語代表「臘八粥，吃不完，吃了臘八粥便豐收」、「天寒地凍臘八粥，暖暖親情湧心頭」。

## 二、科技發展對家庭的影響—科技始終來自人性

家庭是社會系統中的一環，科技與經濟條件屬於不同時代下的產物，現今的科技主導了社會的發展，同時也影響了家庭整體發展。臺灣社會自第二次世界大戰後有很大的轉變，生活由早期的「農業社會」邁入「工業社會」之時代，而後隨著高科技產業的發展，臺灣目前邁入「資訊科技社會」，個人使用網路的比例節節升高，傳達知識更加的快速。

### （一）科技發展的種類

科技產品的便利性使得生活精彩，科技對於生活帶來諸多便利性，包括了傳播科技、製造科技、營建科技、運輸科技、能源科技及科際整合等六大類別。

1. **傳播科技**：傳播科技是協助人類溝通、分享，以及處理訊息的技術方法，帶來了知識的迅速傳遞與快速累積，例如攝影、網頁及影片剪接。
2. **製造科技**：製造科技通常被定義為「將原料轉變為有用物品的程序」，提供了生產技術的變革與更新，例如壓克力、木工及陶瓷等。
3. **營建科技**：營建科技指人類為營造生活空間，運用其智慧，所發現或發展出來的工程技術及知識，讓我們有便利、舒適和安全的生活環境，例如模型屋、室內設計及造橋承重結構。
4. **運輸科技**：運輸科技乃是利用各種運送工具及通路，將人及貨物從甲地運至乙地，克服空間阻隔的一種方法，以縮短城鄉差距並帶動工商業發展，例如潛水艇及動力車等。
5. **能源科技**：能源科技是指一切開發和使用能源的科學技術，使得能源產生動力且動力推動科技，例如太陽能板及燃料電池等。
6. **科際整合**：科際整合取向是指不同科之間的相互溝通與整合，包括學門、人員、方法、概念、原理、術語及價值等之整合，則使得我們的保健與生命的延長。

### （二）科技發展的正面影響

科技產品的便利性使得每個人的生活更為精彩，相對也使得個人使用電子產品的時間增加。而家庭成員共同使用電子產品以增進家庭內的娛樂活動，

家庭成員之間也透過電子通訊軟體的快速聯繫以迅速掌握彼此的生活步調，透過社群網站的互動與分享以了解彼此的生活圈，科技在無形之間增進了家庭成員的共同娛樂與便利性，同時也增加了家庭成員的共同話題，無形中促進家庭關係的互動。青少年主要以即時通訊與父母聯繫，而此較能激勵青少年對父母表達自身的感覺與信賴感（張伯謙、林承宇，2018），科技網路的使用，使得親子之間能夠表達內在想法，亦拉近親子之間的距離。

### （三）科技發展的負面影響

科技對於生活來說不僅僅帶來正面的影響，然而科技也形成了生活上的負面改變，包括在生態、人際互動及健康都帶來了改變。

1. **科技對生態的影響**：來自於酸雨、室效應、水污染以及噪音污染的產生，這也使得生態系統受到破壞而造成自然環境的負擔。
2. **科技對人際互動的影響**：科技也使得人與人之間的人際互動減少，人們選擇跟手機互動卻忽略了面對面的溝與表達，社會疏離感加重。科技原本期待帶來工作的便利性與舒緩，然卻也因為科技的便利而工作量提升，造成更大的精神壓力。資訊及技術被不正當的使用，犯罪手法層出不窮。
3. **科技對人類的健康影響**：包括網路成癮、眼睛提早老化與病變、肩頸或手部的肌腱炎或筋膜炎、頸椎椎間盤突出及失眠等病變。

科技產品讓生活的便利性提升，然而也因為孩子對科技產品過度依賴，家庭成員把生活的關注都放在科技產品上，進而剝奪了家庭成員在家庭互動寶貴的面對面交流和溝通時間。人們能隨時隨地使用手機或平板上網，網絡世界具備形形色色的樣貌，不少人沉迷網路世界而成為「低頭族」；家庭成員若人人都成為低頭族，每個人都獨立地使用科技產品，則減少了共同的話題與興趣，甚至於不再面對面的直接溝通，轉而透過通訊軟體表達彼此想法，缺少了情感互動與交流，無形之中成為了家庭關係的屏障。

## 三、經濟發展對家庭的影響—經濟帶來美好的生活

家庭是一個生活的共同體，也是經濟活動的基本單位。經濟結構的轉變有產業結構、就業結構、社會階層結構及收入分配結構等轉變，大經濟體的轉變對於家庭收入和家庭支持系統都造成了影響性。

### （一）經濟的改善

家庭環境條件受到社會環境的經濟條件轉變的影響，當社會經濟改善，相對會造成生活質量的改善。倘若以經濟合作及發展組織（Organisation for Economic Co-operation and Development，簡稱 OECD）目前採用

「Your Better Life Index」（美好生活指數）為例，OECD 投注近 10 年時間，希望跳脫自限於短期 GDP 的成長目標，尋求更佳的方式衡量社會的長期進步與福祉。OECD 著眼於影響人們日常生活的領域，選取攸關福祉的物質生活條件（居住、收入及就業）三大領域及生活品質（社群關係、教育、環境、政府治理、健康、生活滿意度、安全、工作與生活平衡）八大領域，亦即不再單純以經濟指數來衡量，而是期待可以由各種生活品質的改善來看見整體的經濟轉變。

### （二）經濟結構轉變的正面影響

經濟結構的轉變包括了產業結構、業結構、社會階層結構及收入分配結構等轉變，影響了家庭內的收入與家庭支持系統的轉變。現在整個社會經濟的快速發展，完善的勞工制度與基本工資的給予，使得個人的收入能獲得基本保障，同時也使得家庭的收入得以獲得規劃與安排。此外，政府也提供育嬰假與育兒津貼的補助政策，家庭收入獲得政府的支持與補助，家有新生兒的家庭得以有穩健的經濟與家庭照顧支持系統。

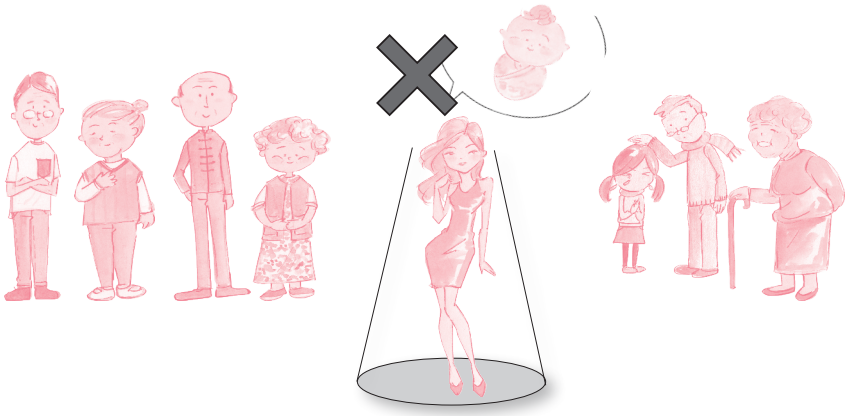
### （三）經濟結構轉變的負面影響

整體社會經濟變動影響家庭的收入，並且造成貧富差距拉大，諸如引進了外籍勞工、中高齡失業、無薪假、資遣、人力派遣及無預警停工等；亦即經濟體制的轉變影響了家庭經濟。倘若家庭成員因社會經濟因素而導致失業，家庭的收入頓時受到限制而使得家庭經濟不穩定，對個人及家庭都會帶來負面衝擊。

因為經濟結構的轉變，家庭為了達到經濟的穩定性，家庭成員必須調整個人的工作型態或環境以保有經濟來源，這也使得家人可能會分居各地而形成候鳥家庭，或是成員必須有較多的交通移動時間，而縮短了家庭共有時間，家庭互相支持依賴的生活模式也面臨挑戰。

## 參、社會變遷與個人及家庭的關係—變，是唯一不變的

聽新聞說，臺灣是高齡社會了。小喬算算阿公、阿嬤、姑婆、還有阿公的哥哥大伯公、大伯嬤，哇喔！斗六老家就有 6 個高齡者咧，小孩卻只有小喬、弟弟和大堂哥的女兒，老人真的比小孩多喲！小喬回想起，學校老師開口閉口都說少子女化，在小喬的家中，也發現少子女化現象了。姑姑說不想生小孩，希望姑姑趕緊多生一些寶寶，我們可以一起玩，也讓這個家的小孩和年輕人能更多一些。



社會變遷是指從過去到現代，社會由於各種因素而發生變化的過程。社會變遷受到戰爭、人口遷徙、外來文化及新技術發明的影響等，同時隨著社會環境的變遷，科技發展和社會經濟結構的轉變，影響了個人與家庭型態，近年因網際網路的普及，使得資訊更快速傳遞、打破國界限制，社會變遷更加快速；而人口高齡化、家庭生育率減低、婚姻狀況改變及女性就業率提升的改變則影響了家庭結構。

## 一、社會變遷的意涵—不變應萬變

社會變遷受到了整體環境與社會因素的影響，包括在器物、制度以及理念上都會有所轉變（圖 4-1）。器物代表著與人類衣食住行具體生活有關的改變，例如人類在飲食上由過往的大魚大肉轉變成重視健康飲食。制度則是社會的典章規範與風俗習慣的改變，社會過往重視傳統節慶祭祖的繁文縟節（例如每位祖先的忌日），但也因為現代人的時間有限，而縮減為簡易的祭祖行動（九九重陽節）。理念代表著個人的理想、觀念和價值，現代人的理想與觀念由過往的家庭為主與著重關係互動，因為西方教育思潮的融合，逐漸轉化為個人自我認同與傳統關係的平衡。

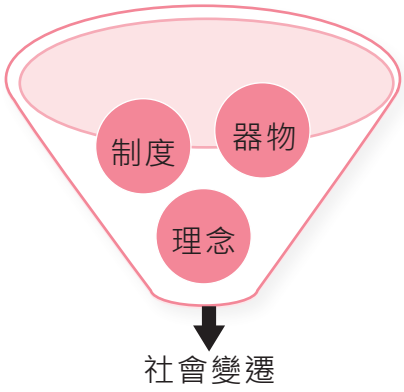



圖 4-1 社會變遷的內涵

## 二、社會變遷帶來的影響—我變，故我在

社會變遷包括器物、制度與理念的改變，而三者之間的改變會交互影響，例如網際網路（器物）的發展造成了人們對於網路使用的普遍性提升，而普

遍性的提升則造成網路資訊的濫用或盜用他人的相關資料，進而必須透過制訂法律制度，來約束人們的網路使用，以此建立資訊倫理（理念）的相關概念，藉此達到人們相互尊重其網路的智慧財產。三者之間會彼此牽制且相互影響，進而使得社會變遷的速度能夠相互加成，正向的影響社會。

社會變遷能夠帶來前述的正面影響，使得生活更為進步，並加速社會的流動；在另一方面亦會帶來負面的影響，價值體制可能會混亂不清，例如詐騙、信用卡的先享受後付款，影響量入為出的價值觀式微，也就是說人們為了達到更為進步且流動的生活，可能會拋棄個人的倫理道德價值，著重眼前的利益而不再斟酌個人的能力。

## 三、社會變遷對家庭的影響—我變、我變、我變變變

社會變遷對家庭的影響（圖 4-2），包括人口老化、雙工作家庭增加、少子女化、跨文化家庭，以及離婚、單親、再婚等議題，說明如下：

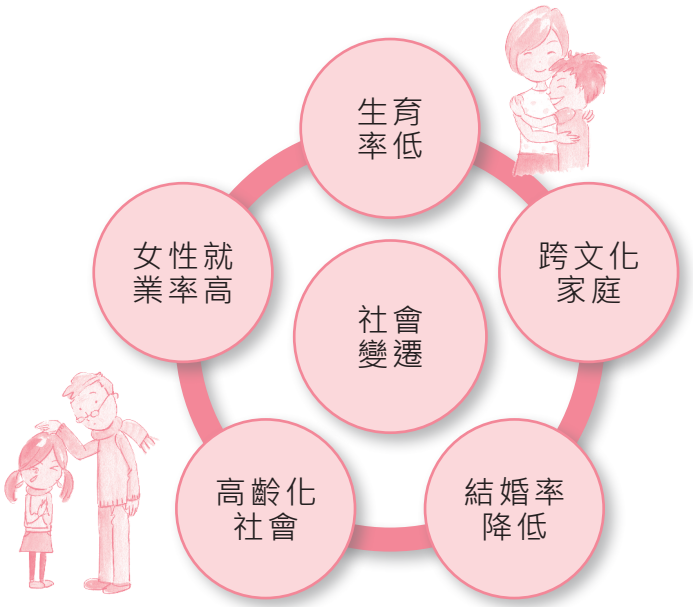



圖 4-2 社會變遷對家庭的影響

### （一）家庭人口結構高齡化

由於國民平均壽命延長，使老年人口的比例提升，65 歲以上人口占總人口達 7%稱為「高齡化社會」；達 14%為「高齡社會」；達 20%為「超高齡社會」。臺灣社會快速「老化」，1993 年進入「高齡化社會」，2018 年 3 月底正式成為「高齡社會」，2026 年就會邁入「超高齡社會」（張世雄，2018）。隨著臺灣人口老化、老年人口依賴比上升，臺灣整體社會愈來愈重視老年人的社會福利制度，減輕家庭內勞動人口的家庭負擔。

## （二）女性就業率提升

臺灣地區的教育普及率高，人民的教育程度提升，臺灣女性的勞動力參與率增加；此外，我國生育率偏低，且人口結構高齡化，15 歲至 64 歲工作人口逐年下降，而使得部分家庭夫妻都必須工作，才能維持家庭基本開銷。已婚女性亦由配合家庭生命週期的間斷式就業，轉為持續性就業的趨勢（呂玉瑕、伊慶春，2005）。而現在臺灣經濟環境不理想，年輕人普遍晚婚且不易擁有穩定的工作，女性年輕人剛離開校園，開始找工作，工作剛起步，在自身經濟條件都還不穩定的階段，家中如有新成員報到，無異是增添新的挑戰，間接地也使得生育率持續下降。

## （三）家庭生育率降低

根據最新的統計數據顯示，臺灣在 2018 年的總生育率（平均每位婦女一生生育的小孩總數）是 1.06，比日本、南韓 2017 年的 1.44、1.17 還低。而臺灣婦女生育第一胎新生兒的平均年齡從 2011 年的 29.6 歲一路增加到 2017 年 30.83 歲，足足延遲了 1 年多（內政部戶政司，2019）。臺灣育齡婦女總生育率持續下降，晚育及生育數量的減少，使得臺灣整體的家庭人口持續減低。

## （四）跨文化家庭

跨國婚姻趨勢目前在全球移民潮中主導地位，尤其目前的臺灣已進入新移民社會，經濟發展、產業結構的變動和政府的南向政策等，間接促成了跨文化婚姻的產生，並衍生後續的跨文化家庭。就內政部統計處（2019）的資料分析，目前臺灣人以和大陸籍（含港澳）人士結婚最多，與東南亞籍結婚者為次之，餘為其他國籍者。跨文化家庭的產生，代表了多元文化的適應，其子女面臨了多重的文化調適議題。

## （五）婚姻狀況

根據內政部統計，2011 年至 2018 年的 7 年之間，臺灣結婚人口少了近 3 萬對，臺灣整體的結婚率下降。此外，2015 年至 2017 年，臺灣離婚率是全亞洲中除了中國大陸以外離婚率最高的國家（王如玄、姚淑文、黃世昌，2019）。臺灣結婚率下降，而離婚率的持續上升，當大家思考生育率下降而檢討女性不生兒育女的問題時，由婚姻狀況顯示了整體婚姻狀態的轉變，間接影響了家庭結構的改變。

社會文化的變遷，大環境脈絡下的文化、科技與經濟的影響家庭亦隨著不同時間點而帶來不同型態，若能跟上社會文化變遷的腳步，調整家庭形式與文化，則溫馨的家庭將是我們永恆的幸福！

# 資源運用

| 內涵 | 資源類別 | 資源名稱 | 內容簡述 | 運用方式 | 適用階段 |
|---|---|---|---|---|---|
| 不同族群的家庭文化 | 繪本 | 回家過年囉（教育部，2015） | 故事描述阿美族的豐年祭與捕魚祭，阿美族慶豐收像過年，包含神話、祭典、服飾、語言、民族歌舞和工藝，展現原住民在祭典的情境。 | 教師透過繪本介紹原住民族的傳統儀典，增加學生對不同文化的認識，同時對照家庭的過年儀式以協助學生釐清不同種族儀典的差異。 | 國小高年級 |
| 社會環境對家庭的影響 | 影片 | 《多一點互動，找回更多感動》-雷霆戰機（Garena Games，2015） | 描述父親與孩子雙方透過科技產品互動，增進家庭關係，過往由父親教導孩子玩遊戲，現代則是青少年子女教導父親電子產品的使用。 | 教師透過影片討論不同世代的差異性，同時鼓勵青少年與家長之間透過科技網路的互動以增進親子間的共同話題。 | 國中 |
| | | 好好家庭【爺爺2.0】（香港社會服務聯會，2015） | 描述家人送手機給獨居的爺爺，爺爺學習手機的使用並以手機與家人互動，孫子收到爺爺的訊息及關愛後，相互回應並增進代間關係。 | 教師透過影片的欣賞，討論科技對於長輩的影響，科技帶來家庭關係的轉變，以及不同世代的科技發展對家庭的影響。 | |
| 社會變遷與個人及家庭的關係 | 繪本 | 各種各樣的家：家庭大書（維京，2012） | 「家」並非只有一種固定樣貌；其實「家」有很多不同的組成或型態，每個家庭在不同時間會經歷各種轉變，但那都是我們的「家」。 | 透過繪本閱讀，教師帶領學生認識各種不同型態家的樣貌，同時也讓孩學生了解到社會變遷與時間轉變而有家庭型態的轉變。 | 高中 |

# 參考文獻


內政部戶政司（2019）。**歷年人口統計資料**。取自 https://www.ris.gov.tw/app/portal/346

內政部統計處（2019 年 2 月 9 日）。**108 年第 6 週內政統計通報**。取自 https://www.moi.gov.tw/stat/news_detail.aspx?sn=15509

王如玄、姚淑文、黃世昌（2019）。**從相愛到不愛：婚姻的啟程與出逃，你應該要懂的法律權益**。臺北市：書泉。

司法院釋字第七四八號解釋施行法（2019 年 5 月 22 日）。

民法（2019 年 6 月 19 日）。

吳煒聲（譯）（2016）。**正向心理學：人類優勢的科學與實務探索**（原作者：S. J. Lopez, J. T. Pedrotti, & C. R. Snyder）。臺北市：雙葉。

呂玉瑕、伊慶春（2005）。社會變遷中的夫妻資源與家務分工：臺灣七〇年代與九〇年代社會文化脈絡的比較。**臺灣社會學刊**，**10**，41-94。

李美枝（2002）。中國人社會取向的本土契合度。載於葉啟政（主編），從**現代到本土：慶賀楊國樞教授七秩華誕論文集**（83-104 頁）。臺北市：遠流。

周麗端（2016a）。婚姻與家庭的變遷。載於王以仁等（編著），**婚姻與家人關係**（1-34 頁）。新北市：空大。

周麗端（2016b）。家庭理論在家人關係中的應用。載於王以仁等（編著），**婚姻與家人關係**（35-80 頁）。新北市：空大。

唐先梅、周麗端（2019）。教育部委辦「高級中等以下學校及幼兒家庭教育數位學習課程計畫」。

國家教育研究院（2015）。**雙語詞彙、學術名詞暨辭書資訊網**。取自 http://terms.naer.edu.tw/detail/3365199/

國家教育研究院（2019 年 12 月）。**十二年國民基本教育課程綱要 國民中小學暨普通型高級中等學校議題融入說明手冊**。取自 http://www.naer.edu.tw

張世雄（2018）。 高齡社會中的社區照顧與社區政策：社區要怎樣照顧？臺灣**社區工作與社區研究學刊**，**8**(3)，1-34。

張伯謙、林承宇（2018）。青少年透過新通訊科技與父母溝通之行為：探索家庭關係的關鍵影響因素與結果。**資訊社會研究**，**34**，105-144。

張雅淳（2017）。**正向心理學在提升高風險家庭之家庭幸福感的應用**（未出版之博士論文）。國立臺灣師範大學，臺北市。

畢恆達（2000 ）。家的意義。**應用心理研究**，**8**，55-147。
許詩淇、黃囉莉（2009）。天下無不是的父母？父母角色義務對親子衝突與親子關係之影響。**中華心理學刊**，**51**（3），295-317。
陳俊玄（2019）。典禮儀式與象徵意涵：全國大專校院運動會開幕典禮儀式化研究。**運動研究**，**28**（1），57-85。
陸洛（2007）。個人取向與社會取向的自我觀：概念分析與實證測量。**美中教育評論**，**4**，1-24。
黃光國（1998）。人能弘道，道通為一：心理學本土化的方法論挑戰及其回應。**本土心理學研究**，9，365-399。
黃迺毓（1988）。**家庭教育**。臺北市：五南。
Holmes, T. H., & Rahe, R. H. (1967). The social readjustment rating scale. *Journal of Psychosomatic Research*, *11*(2), 213-218.

# 附錄一

## 周麗端、唐先梅（2018）。高級中等以下學校及幼兒園家庭教育參考大綱。教育部委辦「高級中等以下學校家庭教育參考大綱研修計畫」結案報告。

### 壹、基本理念

家庭是每個人出生、成長、茁壯、老年安適的生活場所，因此人人都希望擁有幸福與健康的家庭。家庭教育提供所有人學習主動分享與關心家庭成員、提升與家人的互動關係、創造家人共好的生活環境。高級中等以下學校家庭教育的內涵與目標，呼應十二年國民基本教育的「啟發生命潛能」、「陶養生活知能」、「促進生涯發展」、「涵育公民責任」總體課程目標，更是實踐十二年國民基本教育課程「自發」、「互動」、「共好」的重要教育活動，亦是家庭教育法開宗明義的第一條所示「為增進國民家庭生活知能、家人關係，健全家庭功能」。

### 貳、學習目標

**一、具備探究家庭發展、家庭與社會互動關係及家庭資源管理知能。**

**二、提升積極參與家庭活動的責任感與態度。**

**三、激發創造家人互動共好的意識與責任，提升家庭生活品質。**

### 參、學習重點（含學習表現與學習內容）與補充說明

**一、編碼說明**

| 學習重點 | 第 1 碼：主題軸 | 第 2 碼：教育階段 | 第 3 碼：流水號 |
|---|---|---|---|
| 學習表現 | 主題軸 1,2,3,4,5 | 0（幼兒園）、I（國小低年級）、II（國小中年級）、III（國小高年級）、IV（國中）、V（高中） | 流水號 |
| 學習內容 | 主題軸 A,B,C,D,E | 0（幼兒園）、I（國小低年級）、II（國小中年級）、III（國小高年級）、IV（國中）、V（高中） | 流水號 |

## 二、學習表現、學習內容與補充說明

依據家庭教育法**第十三條**「高級中等以下學校每學年應在正式課程外實施四小時以上家庭教育課程及活動；另應會同家長會對學生及其家長、監護人或實際照顧學生之人辦理親職教育」，高級中等以下學校每學年需在正式課程外，提供每一位學生至少 4 小時（即 240 分鐘）的家庭教育課程及活動；又依據十二年國民基本教育課綱，家庭教育為 19 項議題之一，其內容可融入各學習領域或各科目（含生活課程）。因此，本參考大綱提供教師將家庭教育設計為「外加」的家庭教育課程及活動，或設計為「融入」學習領域或科目的參考。據此，家庭教育參考大綱中各項學習表現、學習內容，若可對應的十二年國民基本教育課綱各學習領域或科目，則以括弧標示出可融入該領域之處。

*本參考大綱，以「十二年國民基本教育課綱—家庭教育議題」為藍本（如下表），並延伸至幼兒園。各教育階段皆包含五項主題軸，分別為「家庭的組成、發展與變化」、「家人關係與互動」、「人際互動與親密關係發展」、「家庭資源管理與消費決策」、「家庭活動與社區參與」；據此研發完整的家庭教育學習表現與學習內容，並加列補充說明。

| 議題實質內涵—家庭的組成、發展與變化 | | |
|---|---|---|
| **國民小學** | **國民中學** | **高級中等學校** |
| 家 E1 了解家庭的意義與功能。<br>家 E2 了解家庭組成與型態的多樣性。 | 家 J1 分析家庭的發展歷程。<br>家 J2 探討社會與自然環境對個人及家庭的影響。 | 家 U1 探究家庭系統的意涵，以及家庭系統與社會變遷的相互關聯影響。<br>家 U2 解析家庭發展任務與挑戰，因應家庭壓力與挑戰，展現家庭韌性。<br>家 U3 解析社會、經濟及人口結構與家庭的互動關係。 |

以下依家庭教育議題主題軸—「家庭的組成、發展與變化」列出家庭教育學習表現、學習內容與補充說明。

## 三、主題軸一「家庭的組成、發展與變化」學習表現、學習內容與補充說明

| 教育階段 | 學習重點 | | 補充說明 |
|---|---|---|---|
| | 學習表現 | 學習內容 | |
| 幼兒園 | 1-0-1 認識自己及家庭成員，並覺察自己與家人間相互照顧的關係。<br>（社 - 幼 / 小 -1-4-1）<br>（社 - 中 / 大 -1-4-1） | A-0-1 自己是屬於家庭的一份子。<br>A-0-2 自我與家人間的互相照顧。 | 1. 參與家庭活動，體會自己與家人的角色。<br>2. 自己與家人的關聯性，感受自己與家人間的互相照顧關係。 |
| | 1-0-2 描述自己家庭的特點。 | A-0-3 自己家庭中的人、事、物。 | 描述自己家庭的家庭成員、日常生活事件、家庭生活物品等特點。 |
| 國民小學一、二年級 | 1-I-1 認識家庭成員的姓名、生日、喜好、關係，並能對家庭成員有合宜稱謂。 | A-I-1 同住與不同住之家庭成員的姓名、生日、喜好。<br>A-I-2 同住與不同住之家庭成員的關係及稱謂。<br>（國語文 Cb-I-1） | 1. 認識同住與不同住的家庭成員姓名、生日及喜好。<br>2. 了解家庭成員的關係，例如親子、手足、親戚等，進而能對家庭成員有適當的稱謂。 |
| | 1-I-2 了解家庭的意義與功能。<br>（家庭教育議題 E1） | A-I-3 家庭在個人心中的意義。<br>A-I-4 家庭在個人成長中的功能。 | 1. 了解家庭是家人間分享親密情感、資源、決策、價值，並互相許下承諾的組織。<br>2. 家庭提供個人成長歷程中的情感、教育、保護、經濟、娛樂、宗教等功能，讓家庭成員能健康成長。 |
| 國民小學三、四年級 | 1-II-1 描繪自己的家庭，並從中探討不同的家庭型態。<br>（家庭教育議題 E2）<br>（性別平等教育議題 E12） | A-II-1 多樣的家庭型態。<br>A-II-2 不同地區、不同國家的家庭型態。<br>（社會 Bc-II-2）<br>（國語文 Cb-II-2） | 1. 社會中的多樣家庭型態，如雙親家庭、單親家庭、雙薪家庭、三代同堂家庭、隔代家庭、候鳥家庭、繼親家庭等。<br>2. 不同的地區或不同的國家，因為文化或習俗的關係，有不同的家庭型態，例如父系家庭、母系家庭、雙系家庭等。 |

| 教育階段 | 學習重點 | | 補充說明 |
|---|---|---|---|
| | 學習表現 | 學習內容 | |
| | 1-II-2 了解家庭生活儀典，並能參與家庭儀典活動。<br>（綜合 3c-II-1） | A-II-3 家庭的生活儀典，及家庭生活儀典的傳承與改變。<br>（綜合 Cc-II-2）<br>（國語文 Cb-II-1）<br>A-II-4 家庭儀典的參與。<br>（綜合 Cc-II-1） | 1. 家庭的生活儀典包括慶典、節日中的飲食、衣著、儀式等；家庭生活儀典有些代代相傳，而有些會因著社會變遷而改變。<br>2. 透過參與家庭儀典，熟悉家庭儀典及家庭的文化傳承。 |
| 國民小學五、六年級 | 1-III-1 了解家庭成員的身心發展，並正向看待家庭成員。<br>（綜合 1a-III-1） | A-III-1 家成員的身心發展。<br>A-III-2 對家庭成員身心發展的正向態度。<br>（綜合 Aa-III-1） | 1. 家庭成員的身心發展，包含生理（如：五官長相、身高、體重、膚色）及心理（如：心智、情緒、能力）等。<br>2. 家庭成員的身心發展，不只是增加或提升，也有可能是衰退，無論是提升或衰退應以正向態度面對。 |
| | 1-III-2 覺察家庭轉變，並以正向的態度面對。 | A-III-3 家庭中可預期與不可預期的轉變。<br>A-III-4 健康、正向的處理家庭變化所帶來的感受。 | 1. 家庭的轉變包括可預期與不可預期的。可預期的家庭轉變，包括結婚、子女出生、就學、進入青春期、退休等；而不可預期的家庭轉變，通常對家庭的衝擊較大，例如天然災害（如颱風、地震）、火災、父母離婚、父母失業、家人發生意外等。<br>2. 可預期或不可預期的轉變，都可能給家庭帶來衝擊與壓力，以健康、正向態度面對家庭改變所產生的壓力或挑戰。 |
| | 1-III-3 了解族群文化，並分析其對個人與家庭發展的影響。<br>（家庭教育議題 E2）<br>（多元文化教育議題 E6）<br>（社會 2b-III-2） | A-III-5 不同族群的家庭文化與傳統。<br>（綜合 Cc-III-3）<br>（綜合 Cc-III-4）<br>（社會 Bc-III-1） | 1. 不同族群的家庭生活中，有不同的家庭儀典與習俗，形成了家庭文化。例如春節、清明節、端午節、中秋節、萬聖節、感恩節、聖誕節等節日的慶賀方式； |

| 教育階段 | 學習重點 | | 補充說明 |
|---|---|---|---|
| | 學習表現 | 學習內容 | |
| | （綜合 3c-III-1） | A-III-6 不同族群家庭文化對個人及家庭的影響。 | 婚喪、生育等的慣用習俗等。<br>2. 不同族群文化的家庭儀典與習俗所具有的獨特。意義，例如華人的春節意味家人團聚及新的一年將開始；西方人的感恩節，意味感謝上帝賜予年度豐收的祝福。家庭文化影響著個人的家庭觀念與家庭的凝聚。 |
| 國民中學 | 1-IV-1 了解家庭發展歷程，並能解析各發展階段的分期。<br>（家庭教育議題 J1）<br>（綜合 1b-IV-1） | A-IV-1 家庭發展階段的區分。<br>A-IV-2 家庭各發展階段的內涵與歷程。<br>（家政 Db-IV-2） | 1. 家庭發展歷程是指一個家庭從建立、蓬勃發展到終止的過程，並由家庭發展歷程更了解家庭史。依據 Duvall 與 Hill（1986）將家庭生活發展分為三期共八階段：<br>（1）家庭建立期<br>①第一階段（建立階段）：新婚無子女<br>（2）家庭擴展期<br>②第二階段（初為父母階段）：家中有新生兒 ~ 未滿 3 歲<br>③第三階段（子女學前階段）：最大子女滿 3 歲 ~ 未滿 6 歲<br>④第四階段（子女學 齡階段）：最大子女滿 6 歲 ~ 未滿 12 歲<br>⑤第五階段（子女青少年階段）：最大子女滿 12 歲 ~ 未滿 20 歲 |

| 教育階段 | 學習重點 | | 補充說明 |
|---|---|---|---|
| | 學習表現 | 學習內容 | |
| | | | （3）家庭收縮期<br>⑥第六階段（子女送出階段）：子女陸續遷出家中<br>⑦第七階段（中年父母階段）：子女全部遷出，進入空巢階段<br>⑧第八階段（退休階段）：生計負擔者退休至二老去世<br>2. 多數家庭的發展會經歷八個階段，但也可能因家庭的生育狀況、婚姻狀況而有所不同，家庭不必然經歷這八階段。 |
| | 1-IV-2 了解社會與自然環境，及其對個人及家庭的影響。<br>（家庭教育議題 J2）<br>（國語文 5-IV-5） | A-IV-3 個人及家庭生活脈絡中的社會環境、自然環境。<br>A-IV-4 社會環境、自然環境對個人及家庭的影響。 | 1. 社會環境包括文化、習俗、價值、政策、教育、經濟、科技、戰爭等，而自然環境包括自然資源、天候、天然災害等。<br>2. 社會與自然環境和個人與家庭的發展息息相關。例如科技的進步，為人們帶來便利的生活；而經濟衰退、通貨膨脹等可能導致家人失業，對個人及家庭帶來負面衝擊。 |
| 高級中學 | 1-V-1 了解家庭系統的內涵與運作。<br>（家庭教育議題 U1）<br>（家政 4b-V-2） | A-V-1 家庭系統的基本概念。<br>（家政 Db-V-2）<br>A-V-2 家庭組成與家庭系統運作。<br>（家政 Db-V-2） | 1. 從系統觀點看家庭，家庭成員因互動而形成系統。在家庭系統內個人因為與他人關係不同而形成許多角色，如丈夫同時也是祖父、父親、哥哥等，因著這些角色的互動產生了許多次系統，如夫妻次系統、親子次系統、手足次系統、代間次系統等。 |

| 教育階段 | 學習重點 | | 補充說明 |
|---|---|---|---|
| | 學習表現 | 學習內容 | |
| 高級中學 | | | 2. 家庭次系統的互動影響個人的成長，如夫妻次系統的衝突，影響親子次系統的親子互動關係，進而影響一個人的成長與發展。<br>3. 比家庭系統更大的系統，稱為超系統，如社會文化、政府政策、生活環境等，不只是影響家庭系統的運作，也影響個人成長與發展。 |
| | 1-V-2 剖析社會變遷、經濟發展及人口結構對家庭系統的影響。<br>(家庭教育議題 U3)<br>(國語文 5- V -3) | A-V-3 社會變遷、經濟發展及人口結構的基本概念。<br>A-V-4 社會變遷、經濟發展與人口結構對家庭系統的影響。 | 1. 社會變遷含廣義及狹義的定義，廣義的社會變遷泛指一切社會現象的變化，如器物、制度、價值觀；而狹義的社會變遷則指社會結構的變化，如人口結構的變化。經濟發展包含 (1) 經濟社會結構性的轉變，如產業結構、就業結構、社會階層結構、收入分配結構等；(2) 經濟社會質的方面的改善，如生活質量改善，生態環境良好等；(3) 國民經濟量的增長與擴張等。<br>2. 社會變遷、經濟發展對家庭人口結構、家人互動、家庭經濟等都帶來影響。 |
| | 1-V-3 分析家庭發展歷程中的任務及壓力。<br>(家庭教育議題 U2) | A-V-5 家庭各發展階段的任務、挑戰、壓力與危機。<br>A-V-6 家庭各發展階段的資源需求。 | 1. 家庭發展的不同階段，須完成不同的發展任務與挑戰，若未能順利達成發展任務，則可能面臨壓力或危機，例如家庭建立期會有婚姻關係的適應與協調、家庭擴展期會有初為父母的適應、 |

| 教育階段 | 學習重點 | | 補充說明 |
| --- | --- | --- | --- |
| | 學習表現 | 學習內容 | |
| | | | 家庭收縮期會有中老年夫妻的調整與適應及父母與成年子女代間關係的調整與適應等發展任務。<br>2. 家庭的不同發展階段，有不同的資源需求，例如：<br>（1）建立期：婚姻關係與適應的學習、生育的預備、家人關係建立的學習等資源。<br>（2）擴展期：新手父母的協助、社區托育服務、學校教育、兒童課後輔導、青少年的社區支持、圖書館、安全的休閒環境等資源。<br>（3）收縮期：終身學習管道、休閒運動環境、健康醫療機構、社區照顧服務等資源。 |

# 附錄二

## 本手冊內容與學習重點的對應

| 大綱 | 對應學習重點 | |
|---|---|---|
| | 學習表現 | 學習內容 |
| PART1 家庭的意義與內涵<br>壹、家的意義<br>一、「家」的概念<br>二、家的法律定義<br>貳、家庭組成<br>一、家人關係與親屬<br>二、自己與家人的關聯性<br>參、家庭的功能<br>一、情感功能<br>二、保護與照顧功能<br>三、教育與社會化功能<br>四、生理與生育功能<br>五、經濟功能<br>六、休閒娛樂功能<br>七、宗教功能<br>肆、家庭生活儀典<br>一、家庭生活儀典的內涵<br>二、家庭生活儀典的改變<br>伍、家庭的型態<br>一、以世代組合分<br>二、以組成人口分<br>三、以居住狀態分<br>四、以世系傳承分 | 1-0-1 認識自己及家庭成員，並覺察自己與家人間相互照顧的關係。 | A-0-1 自己是屬於家庭的一份子。<br>A-0-2 自我與家人間的互相照顧。 |
| | 1-0-2 描述自己家庭的特點。 | A-0-3 自己家庭中的人、事、物。 |
| | 1-I-1 認識家庭成員的姓名、生日、喜好、關係，並能對家庭成員有合宜稱謂。 | A-I-1 同住與不同住之家庭成員的姓名、生日、喜好。<br>A-I-2 同住與不同住之家庭成員的關係及稱謂。 |
| | 1-I-2 了解家庭的意義與功能。 | A-I-3 家庭在個人心中的意義。<br>A-I-4 家庭在個人成長中的功能。 |
| | 1-II-1 描繪自己的家庭，並從中探討不同的家庭型態。 | A-II-1 多樣的家庭型態。<br>A-II-2 不同地區、不同國家的家庭型態。 |
| | 1-II-2 了解家庭生活儀典，並能參與家庭儀典活動。 | A-II-3 家庭的生活儀典，及家庭生活儀典的傳承與改變。<br>A-II-4 家庭儀典的參與。 |
| PART2 家庭的發展與任務<br>壹、家庭中成員的發展<br>一、個人的發展<br>二、生理、心理和社會關係的持續發展<br>三、家庭成員發展的意義<br>貳、家庭的發展<br>一、家庭生命週期<br>二、家庭不同階段的發展任務 | 1-III-1 了解家庭成員的身心發展，並正向看待家庭成員。 | A-III-1 家庭成員的身心發展。<br>A-III-2 對家庭成員身心發展的正向態度。 |
| | 1-IV-1 了解家庭發展歷程，並能解析各發展階段的分期。* | A-IV-1 家庭發展階段的區分。*<br>A-IV-2 家庭各發展階段的內涵與歷程。* |

| 大綱 | 對應學習重點 | |
|---|---|---|
| | 學習表現 | 學習內容 |
| 三、家庭不同階段的挑戰<br>參、家庭不同階段的壓力與需求<br>一、家庭發展階段的壓力與需求<br>二、尋求家庭資源 | 1-V-3 分析家庭發展歷程中的任務及壓力。 | A-V-5 家庭各發展階段的任務、挑戰、壓力與危機。<br>A-V-6 家庭各發展階段的資源需求。 |
| PART3 家庭系統與轉變<br>壹、家庭的轉變<br>一、家庭可預期的轉變<br>二、家庭不可預期的轉變<br>三、家庭轉變的影響<br>貳、正向面對家庭的改變<br>一、改變對事件的看法<br>二、改變對事件的行動<br>參、家庭系統的內涵與運作<br>一、家庭系統的意義<br>二、家庭系統與運作<br>三、家庭系統與超系統 | 1-III-2 覺察家庭轉變，並以正向的態度面對。 | A-III-3 家庭中可預期與不可預期的轉變。<br>A-III-4 健康、正向的處理家庭變化所帶所帶來的感受。 |
| | 1-IV-1 了解家庭發展歷程，並能解析各發展階段的分期。* | A-IV-1 家庭發展階段的區分。*<br>A-IV-2 家庭各發展階段的內涵與歷程。* |
| | 1-IV-2 了解社會與自然環境，及其對個人及家庭的影響。* | A-IV-4 社會環境、自然環境對個人及家庭的影響。* |
| | 1-V-1 了解家庭系統的內涵與運作。 | A-V-1 家庭系統的基本概念。<br>A-V-2 家庭組成與家庭系統運作。 |
| PART4 社會環境中的家庭<br>壹、不同族群的家庭文化<br>一、傳統的家庭儀典<br>二、不同文化的家庭儀典<br>貳、社會環境對的家庭影響<br>一、華人文化對家庭的影響<br>二、科技發展對家庭的影響<br>三、經濟發展對家庭的影響<br>參、社會變遷與個人及家庭的關係<br>一、社會變遷的意涵<br>二、社會變遷帶來的影響<br>三、社會變遷對家庭的影響 | 1-III-3 了解族群文化，並分析其對個人與家庭發展的影響。 | A-III-5 不同族群的家庭文化與傳統。<br>A-III-6 不同族群家庭文化對個人及家庭的影響。 |
| | 1-IV-2 了解社會與自然環境，及其對個人及家庭的影響。* | A-IV-3 個人及家庭生活脈絡中的社會環境、自然環境。<br>A-IV-4 社會環境、自然環境對個人及家庭的影響。* |
| | 1-V-2 剖析社會變遷、經濟發展及人口結構對家庭系統的影響。 | A-V-3 社會變遷、經濟發展及人口結構的基本概念。<br>A-V-4 社會變遷、經濟發展與人口結構對家庭系統的影響。 |

註：* 表示該學習表現或學習內容對應 2 個以上的主題。

附錄三

# 家庭教育法

6. 中華民國一百零八年五月八日修正公布全文 21 條
5. 中華民國一百零三年六月十八日修正公布第 14 條條文
4. 中華民國一百零二年十二月十一日修正公布第 2 條條文
3. 中華民國一百年十二月二十八日修正公布第 2、14、15 條條文
2. 中華民國九十九年五月十九日修正公布第 2 條條文
1. 中華民國九十二年二月六日制定公布全文 20 條；並自公布日施行

第一條　為增進國民家庭生活知能、家人關係，健全家庭功能，特制定本法；本法未規定者，適用其他有關法律之規定。

第二條　本法所稱家庭教育，係指具有增進家人關係與家庭功能之各種教育活動及服務；其範圍由中央主管機關定之。

第三條　本法所稱主管機關：在中央為教育部；在直轄市為直轄市政府；在縣（市）為縣（市）政府。

本法涉及各目的事業主管機關職掌時，各該機關應配合辦理。

第四條　中央主管機關掌理下列事項：

一、家庭教育法規及政策之研訂事項。
二、推展家庭教育工作之研究及發展事項。
三、推展全國性家庭教育工作之策劃、委辦及督導事項。
四、推展全國性家庭教育工作之獎助及評鑑事項。
五、家庭教育專業人員之職前與在職訓練事項及人才庫建置。
六、家庭教育之宣導及推展事項。
七、推展國際家庭教育業務之交流及合作事項。
八、其他全國性家庭教育之推展事項。

第五條　直轄市、縣（市）主管機關掌理下列事項：

一、推展地方性家庭教育之策劃、辦理、宣導及督導事項。
二、所屬機關、機構、學校等辦理家庭教育工作之獎助及評鑑事項。
三、推展家庭教育之機關、機構、學校、法人及團體之人員及志願工作人員之在職訓練事項。
四、推展地方與國際家庭教育業務之交流及合作事項。
五、其他地方性家庭教育之推展事項。

第六條　各級主管機關應遴聘（派）學者專家、機關、團體代表組成家庭教育諮詢委員會，其任務如下：

一、提供有關家庭教育政策及法規興革之意見。
二、協調、督導及考核有關機關、團體推展家庭教育之事項。
三、研訂實施家庭教育及服務措施之發展方向。
四、提供家庭教育推展策略、方案、計畫等事項之意見。
五、提供家庭教育課程、教材、活動之規劃、研發等事項之意見。
六、提供推展家庭教育機構提高服務效能事項之意見。

七、其他有關推展家庭教育之諮詢事項。

前項家庭教育諮詢委員會之委員遴選、組織、運作方式及其他相關事項之辦法，由各級主管機關定之；諮詢委員會之主任委員在中央為教育部部長，在直轄市、縣（市）為直轄市、縣（市）首長。

第一項學者專家、團體代表不得少於二分之一；任一性別委員人數不得少於委員總數三分之一。

第一項會議召開時，得邀請兒童、少年或其他相關人員列席。

第七條　直轄市、縣（市）主管機關應設家庭教育中心，並結合教育、文化、衛政、社政、戶政、民政、農政、消防、警政、勞工、新聞、環保、原住民族事務等相關機關或單位、學校及大眾傳播媒體，共同推動轄區內家庭教育事宜，包括：

一、規劃及推展各項家庭教育。

二、結合社區資源，推展家庭教育。

三、提供家庭教育諮詢及服務。

四、召募、培訓及考核志願工作人員。

五、推展其他有關家庭教育事項。

家庭教育中心應置主任一人，專任或由直轄市、縣（市）主管機關教育局（處）長兼任之；並應進用家庭教育專業及社會工作相關專業人員，其人數，自本法中華民國一百零八年四月二十三日修正之條文施行之日起三年內，應達進用人員總數二分之一以上。

第一項家庭教育中心之組織規程，由直轄市、縣（市）主管機關定之。

第二項專業人員之資格、進用、培訓及其他相關事項之辦法，由中央主管機關會商中央社政主管機關定之。

第八條　直轄市、縣（市）主管機關得邀集學者專家、教育人員及家庭教育實務工作者，組成家庭教育輔導團，協助家庭教育中心至學校、社區執行課程、教材之設計及活動之推展。

第九條　推展家庭教育之機關、機構、學校、法人及團體如下：

一、家庭教育中心。

二、終身學習機構。

三、各級學校。

四、各類型大眾傳播機構。

五、其他與家庭教育有關之公私立機構或團體。

前項第一款之家庭教育中心主任及工作人員，每年應接受十八小時以上家庭教育專業研習時數。

第一項第二款與第三款之機構及學校之推展家庭教育工作人員，每年應接受四小時以上家庭教育專業研習時數。

第一項第四款及第五款之機構、團體應積極鼓勵所屬之推展家庭教育工作人員，每年定期接受家庭教育專業研習。

第十條　推展家庭教育之機關、機構、學校、法人及團體得徵訓志願工作人員,協助家庭教育之推展。

第十一條　各級主管機關應對推展家庭教育之機關、機構、學校、法人、團體之人員及志願工作人員，提供各種進修課程或訓練。

前項課程或訓練計畫，於每年度由各級主管機關定之；直轄市、縣（市）主管機關擬訂之計畫，應報中央主管機關核定。

第十二條　家庭教育之推展，以多元、彈性、符合終身學習為原則，依其對象及實際需要，得採演講、座談、遠距教學、個案輔導、自學、服務推廣、參加成長團體及其他適當方式，並結合大眾傳播媒體、網際網路、行動通訊載具及其他資訊科技執行推展工作。

各級主管機關應將家庭教育之相關資料提供予醫療機構、國民小學及戶政機關，並由其依權責提供予新生兒之家長、監護人或實際照顧之人、辦理小學新生註冊、結婚登記、離婚登記及出生登記之人。

第十三條　高級中等以下學校每學年應在正式課程外實施四小時以上家庭教育課程及活動；另應會同家長會對學生及其家長、監護人或實際照顧學生之人辦理親職教育。

各級主管機關應積極鼓勵師資培育之大學、空中大學及其他大專校院，將家庭教育相關課程列為必修科目或通識教育課程。

第十四條　中央主管機關得視需要研訂優先接受家庭教育服務之對象及措施並推動之；必要時，得委託直轄市、縣（市）主管機關或推展家庭教育之機關、機構、學校、法人及團體辦理。

前項優先對象及推動措施之方式，由中央主管機關定之。

第十五條　高級中等以下學校於學生有重大違規事件，應即通知其家長、監護人或實際照顧學生之人；並提供相關家庭教育諮商或輔導等服務；其內容、時數、家長參與、家庭訪問及其他相關事項之辦法，由該管主管機關定之。

家長、監護人或實際照顧學生之人被通知參與相關家庭教育諮商或輔導等服務，經書面通知三次以上未出席者，該管主管機關得委託推展家庭教育之機關、機構、學校、法人及團體進行訪視。

該管主管機關所屬或受其委託之機關、機構、學校、法人及團體進行訪視時，學生之家長、監護人或實際照顧學生之人、師長或其他有關之人應予配合或提供相關資料；必要時，該管主管機關並得請求其他相關機關、機構、學校、法人及團體協助，被請求之機關、機構、學校、法人及團體應予配合。

前項受委託之機關、機構、學校、法人及團體或進行訪視之人員，因業務上而知悉個案之秘密或隱私及所製作或持有之相關文書，應予保密，非有正當理由，不得洩漏或公開。

第十六條　社政主管機關於執行職務時，經評估有家庭教育需求者，得轉介推展家庭教育之機關、機構、學校、法人及團體，提供相關家庭教育課程、諮商或輔導等服務。

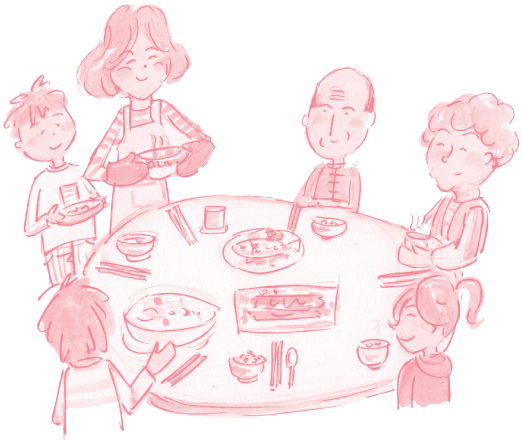
第十七條　中央主管機關得委託相關機構、學校，進行各類家庭教育課程、教材及服務方案之研發。

第十八條　各級主管機關應寬籌家庭教育經費，並於教育經費預算內編列專款，積極推展家庭教育。

第十九條　各級主管機關應訂定獎助事項，鼓勵推展家庭教育之機關、機構、學校、法人及團體辦理家庭教育；其獎助辦法，由各級主管機關定之。

第二十條　本法施行細則，由中央主管機關定之。

第二十一條　本法自公布日施行。



國家圖書館出版品預行編目 (CIP) 資料

高級中等以下學校及幼兒園家庭教育議題教師手冊 . I, 主題軸一：家庭的組成、發展與變化 / 國立臺灣師範大學人類發展與家庭學系編撰 . -- 臺北市：教育部 , 民 109.08
面； 公分
ISBN 978-986-5460-11-2( 平裝 )

528.2 109012383

**高級中等以下學校及幼兒園家庭教育議題教師手冊 I**
**主題軸一：家庭的組成、發展與變化**

主　　編：周麗端、唐先梅
執行編輯：林素秋
編撰人員：陳美姿、易君常、黃庭偉、張雅淳（依編撰內容順序排列）

出版機關：教育部
地　　址：臺北市中正區中山南路 5 號
網　　址：http://www.edu.tw
電　　話：(02)77366666（代表號）

編撰單位：國立臺灣師範大學人類發展與家庭學系
地　　址：臺北市大安區和平東路一段 162 號
電　　話：(02)77491447

封面設計：羅安琍、陳怡君
美術編輯：陳怡君、羅安琍
插畫設計：羅安琍

出版年月：109 年 8 月初版
其他類型版本說明：本書同時登載於教育部網站
定　　價：新臺幣 100 元
展 售 處：五南文化廣場
地址：400002 臺中市中區中山路 6 號　電話：(04)22260330
網址：http://www.wunanbooks.com.tw/
國家書店松江門市
地址：104472 臺北市中山區松江路 209 號　電話：(02)25180207
網址：http://www.govbooks.com.tw/
國家教育研究院
地址：106011 臺北市大安區和平東路一段 181 號　電話：(02)77407689
網址：http://www.naer.edu.tw/
三民書局
地址：104080 臺北市中山區復興北路 386 號　電話：(02)25006600
網址：http://www.sanmin.com.tw/
教育部員工消費合作社
地址：100217 臺北市中正區中山南路 5 號　電話：(02)77366054
GPN：1010901202　ISBN：978-986-5460-11-2
著作財產權人：教育部
本著作係採用創用 CC「姓名標示 - 非商業性 - 禁止改作」3.0 版臺灣授權條款釋出。此授權條款的詳細內容請見：
http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/tw/