NTTU Library

國　立　台　東　大　學

教育研究所碩士論文

指導教授：郭李宗文　博士

「我當媽媽了！」

——新手媽媽初任母職歷程之研究

研究生：廖玲玲 撰

中華民國九十五年一月

謝　辭

兩年的研究生生涯在論文即將完成之際也要畫下句點了。這兩年對我和外子而言經歷許許多多的變化。我這從小在台北長大的小孩，因為考上東師教育研究所而搬回台東婆家，逐漸習慣鄉下生活的恬適與安寧。

論文的完成首先要感謝我的指導教授——郭李宗文博士。猶記得第一次和宗文老師見面不到一小時，冒昧請求老師當我的指導教授，老師居然爽快地答應了，令我又驚又喜。老師的生活相當忙碌，但爽朗樂觀的個性、對研究堅持不懈的態度、清脆有活力的聲音、親切和藹的笑容，對我亦師亦友般，我們在討論時常愉快地閒話家常。爾後我跟著夥伴們一起和老師集體 meeting，尋尋覓覓的過程中，很感謝老師讓我在有興趣的母職領域中探索，最後終於找到我要做的研究題目。在論文計劃、研究進行的過程中，遇到瓶頸時，和老師討論、溝通後，總是能讓我安心、找到方向。

其次，感謝台南大學幼教系的翠夏老師，在家庭、工作、生活相當忙碌之際，還是答應當我的論文評審委員，老師相當地親切溫柔；感謝本校兒童文學研究所的阿寶老師，上老師兒童文學的課真是一番享受，謝謝這兩位教授剴切地指正，讓我的論文可以修改得更完好。當然，要謝謝三位受訪對象接受我訪談，對我毫不隱瞞地敘說她們身為新手媽媽的經歷，我很幸運和你們三位邂逅。

感謝湘媛質性研究的分享、君蕙和婷怡在論文寫作過程中對我的鼓勵。還有我的家人，尤其是我的婆婆和外子，他們兩人永遠處在「備戰」狀態，只要我說要寫功課，就得有一人犧牲工作、照顧女兒，他們兩人也總是在我遇到困難、沮喪時給我最大的安慰和鼓勵。外子為了我的學業、與我們母女廝守在一起，捲起褲管下田做農夫是他始料未及、生涯中最大的轉變，謝謝你為家庭的付出。最後，要感謝的是我可愛的女兒，謝謝妳，讓媽媽有靈感完成這樣的論文題目，每天都過得很充實快樂，感受上蒼給予生命最大的恩賜，重溫許多美好的童真。

玲玲寫于研究室　2006 年 1 月 17 日

「我當媽媽了！」——新手媽媽初任母職歷程之研究

摘　要

本研究透過質性研究的深度訪談與文件分析，了解三位女性在成為新手母親的心路歷程，目的在探討新手媽媽對母職角色的知覺、感受及經驗，及在母親角色扮演時所面臨的衝突、改變與適應之歷程。透過書寫女性，本研究提供一些寶貴的經驗分享給每一位即將成為母親的女性們，促進更多的自我覺察與成長，同時也提供親職教育工作者一些努力的方向。

本研究的研究結果如下：

一、新手媽媽從知道要做媽媽了，就開始學做媽媽，初任母職是一連串適應與改變的歷程，包括：家庭生活週期的適應、家庭系統的改變、工作上的調適與生理變化對心理的影響。

二、母職實踐是學習的過程，新手媽媽感受很大的壓力，若新手父親或家庭成員可以幫忙分擔家務、育兒的工作，有助減輕新手媽媽的負荷。

三、新手媽媽與母親有代間傳遞的現象，自我分化程度有高有低。

四、社會支持（尤其女性親友的幫助）的多樣化，有助新手媽媽在母職實踐上早日上手。

五、新手媽媽們有向他人傾訴、分享經驗的強烈需求。

六、父權制度對家庭的影響仍大，新手媽媽們受女性主義的影響不大。

關鍵字：新手媽媽、母職、質性研究、歷程

NTTU Library

“I am a mother now!” – Study of Novice Mothers' Learning Process of Motherhood

Abstract

This study used qualitative research by in-depth interview and document analysis, trying to explore the life stories of three women becoming novice mothers. The goals were to discuss novice mothers’ consciousness, feelings and experiences in playing the role of a mother, and to describe about the conflicts, changes, and adaptations in their motherhood. Through writing the stories of females, this study provided some precious experiences to share with future mothers, help to promote more self-consciousness and growth, and to provide some ideas to family educational workers.

The findings of this study were as following:

First of all, novice mothers had learned how to be a mother from the time they got to know they were pregnant. To be a novice mother, it took a series of process with changes and adaptations, including their family life cycle, their family system, their work, and their body, as it caused some psychological influence.

Second, the fulfillment of motherhood was a learning process, novice mothers felt that they got a lot of heavy pressures. If novice fathers and other family members could give them a hand with house-keeping and child-rearing, it would help a lot.

Third, the intergenerational transmission between novice mothers and their mothers did indeed exist, but the differentiation of novice mothers was very different.

Fourth, various social supports (especially from female relatives and friends) could help novice mothers do better in practice of their motherhood.

Fifth, novice mothers felt a great need to share their experiences with others.

Finally, the patriarchal system had lots of influences on families, and Feminism only had few influences on novice mothers.

Keywords: novice mother, motherhood, qualitative research, process

目　次

第一章　緒論.....7

第一節　研究背景與動機.....7
第二節　研究目的與問題.....11
第三節　研究範圍與限制.....12
第四節　名詞界定.....13

第二章　文獻探討.....14

第一節　家庭生活週期及家庭系統理論.....14
第二節　母職與女性.....21
第三節　新手媽媽與社會支持.....32
第四節　生命史及詮釋學的理論.....36
第五節　國內相關研究回顧.....40

第三章　研究方法.....43

第一節　研究流程.....43
第二節　研究設計.....45
第三節　資料分析與處理.....54

第四章　依依：為母則強.....58

第一節　懷孕生產面臨各方面許多的適應與變化.....58
第二節　母職實踐是學習的過程.....67
第三節　與母親有代間傳遞的現象，自我分化程度不同.....69
第四節　新手媽媽無法單打獨鬥，社會支持相當重要.....71
第五節　現在的依依.....73

第五章　霜霜：愛孩子，就給他最好的.....74

第一節　懷孕生產面臨各方面許多的適應與變化.....74
第二節　母職實踐是學習的過程.....83
第三節　與母親有代間傳遞的現象，自我分化程度不同.....86
第四節　新手媽媽無法單打獨鬥，社會支持相當重要.....87
第五節　現在的霜霜.....89

第六章　珊珊：做媽媽有無限可能.....91

第一節　懷孕生產面臨各方面許多的適應與變化.....91
第二節　母職實踐是學習的過程.....100

第三節　與母親有代間傳遞的現象，自我分化程度不同.....103
第四節　新手媽媽無法單打獨鬥，社會支持相當重要.....104
第五節　現在的珊珊.....106

第七章　結果分析與討論.....108

第一節　懷孕生產面臨各方面許多的適應與變化.....108
第二節　母職實踐是學習的過程.....111
第三節　與母親有代間傳遞的現象，自我分化程度不同.....113
第四節　新手媽媽無法單打獨鬥，社會支持相當重要.....115

第八章　結論、建議與反思.....118

第一節　結論.....118
第二節　建議.....122
第三節　反思.....125

後記.....127

參考文獻.....131

A、中文部份.....131
B、西文部份.....136

附錄一　訪談大綱.....137
附錄二　訪談同意書.....139

圖表目錄

表 2-1　Goldenberg & Goldenberg（1991）家庭生命週期.....15

表 2-2　Zilbach(1989)的家庭生活週期.....16

表 2-3　Duvall(1977)的家庭生活週期.....17

表2-4　女性主義各派理論中母職的內涵.....23

表 2-5　各派女性主義母職概念涉及層面分析.....24

表 2-6　兩性參與家庭勞務內涵與特質之分野.....28

表 2-7　新手媽媽自生產開始之生理心理需求.....32

表 3-1　研究對象的基本資料.....45

表 3-2　研究對象的文件資料來源.....48

表 3-3　訪談記錄表.....49

圖 3-1　研究流程圖.....43

圖 3-2　研究架構圖.....44

圖 3-2　資料編碼與歸類過程.....55

第一章　緒論

我曾經企求過嗎？

在暗夜歸家的路途中，

抬頭仰望愈來愈稀疏的星空，或倚著山崖老樹，

眺望閃爍的萬家燈火時，

我是否曾低下頭，誠心誠意地祈求：

「給我一個可以靠岸的人，給我一個嬰兒。」

~簡媜（引自《紅嬰仔》，1999，頁9）

第一節　研究背景與動機

一、楔子：研究背景

2003 年我 29 歲生日的前一週，身體出現些微的變化，在好奇心驅使下，我買了一隻從來沒用過的驗孕棒。

（一）驚喜

回到家，在吃晚餐前我按照說明書上的指示將驗孕棒放入尿液中。我邊吃著晚餐，等待的時刻只有一則新聞的長短，當我回過頭來看驗孕棒時，竟驚訝地看到二條線！我和外子雖然深怕懷孕會為我即將參加的研究所考試帶來變數，但我們心中卻是無比驚喜的；對我而言，那個驗孕棒正是一張通往「母職」的車票，我的人生開始踏上這趟母職實踐的旅程。

（二）無知

自驗出那兩條線，我開始關心一切有關懷孕的事物。我買了一些類似懷孕百科的書，同時開始搜尋「媽媽網站」，透過網路而結識一些預產期同在十月份的準媽媽們，彼此互相分享、加油、打氣。另外，懷孕讓我成為整個家族關注的焦點，周遭有生產經驗的女性親友只要碰面，無不傾囊相授許多的建議──這才發現，有好多好多的事情是我以前從來不知曉的。

例如：懷孕不能吃薏仁否則會滑胎、要多攝取葉酸有助胎兒發育、多補充鈣質才不會腳抽筋、不要喝綠茶會影響胎兒神經發展、少吃醬油，多喝牛奶和甘蔗汁生出來的 baby 皮膚才會白皙、孕吐可以服用維他命 B 來改善、不要吃蝦蟹以

免胎兒有過敏體質……等等。

（三）禁忌

打從懷孕伊始，長輩諄諄告誡民間習俗有許多禁忌：在房間不能拿剪刀針線不然小孩會兔唇、孕婦不能剪髮，非不得已要剪須擇吉日、孕婦不能參加婚喪喜慶、孕婦不得摸別的孕婦的肚子或抱初生寶寶、不能釘釘子、不能舉高手晾衣服、房間的物品不能隨便移動、不要去廟裡拜拜（尤其是陰廟）……，凡此種種，都是怕動了胎氣，對腹中的嬰兒會不利。……

研究所開學前兩週，我順利剖腹生了一個女娃娃。

（四）衝突

研究所上學期我辦休學，專心在家帶小孩。也因為親自照顧，遭遇很多問題與突發狀況，與婆婆傳統的育兒觀時有牴觸，衝突日起。

例如：嬰兒滿月前臉上有俗稱胎毒的紅疹，婆婆買了甜膩看似感冒糖漿的「紅嬰水」餵女兒；婆婆認為換尿布後就要搽扉子粉，但護士曾教導我們不要用痱子粉；婆婆認為嬰兒要多喝水，但女兒因喝母奶大便很稀，護士有交代不用另外餵水……，有的問題可以在書籍中找到專業解答（雖然有時觀點不同，建議的做法也迥然不同），更多的時候，我上網搜尋資訊、在媽媽網站中尋求有類似經驗者而獲得安慰。

婆婆生養了四個小孩，她有很多的規矩及習俗要我們遵守：孩子取名要算命、出生第 24 天要剃光頭、不能在嬰兒面前說讚美的話、三歲前不可回娘家和去廟宇、晚上不可以帶嬰兒出門……，她會說：卡早我養了那麼多個小孩不都沒事，照以前的經驗就對了（台語）！於是，婆媳、母子衝突一再地上演……

（五）關懷、好奇

我漸漸地發現，雖然我有愛孩子的本能，但如何做一位母親對我而言是需要經過學習的……在我心中一直有個疑惑：難道每一個新手媽媽都像我這般，在育兒過程中經歷種種錯誤與嘗試？她們也像我一樣內心有許多衝突和掙扎嗎？其

他新手媽媽們有什麼樣的社會支持，她們大部份時候是沮喪的還是快樂的？

二、研究動機

成為母親是女性一生中一個很獨特的事件，許多女性將它視為生命中的某種實現（Tarkka, Paunonen & Laippala, 2000），有學者認為，成為母親是發展上的一個里程碑（Cronin, 2002）。人們期待他們的孩子可以為他們帶來一種個人成長的感受、成就感，還有提供某些生活目標。人們認為孩子帶來情感關係新發展的契機，最重要的，孩子證實了大人的自我認同，並且是擁有相當獨立人格的象徵，對女人而言尤其如此（洪惠芬、胡志強、陳素秋譯，2003）。然而在成為母親的同時，身形產生很多變化，例如 LaRossa（1997）指出，不少女性認為她們懷孕時很醜，因為她們把懷孕和肥胖聯想在一起，像這個女性所關注的議題——新手媽媽在歷經生理變化之際，心理上也會產生什麼樣的變化，她們對於母職的知覺、感受、經驗是怎樣的，這是本研究的動機之一。

洪惠芬等（2003）指出，成為母親或父親就意味著獲得一組新的經驗、新的關係、新的自我。……母職與父職如果不是被迫的，通常被視為是令人羨慕、正常的事情，而且是生命發展進程中很自然的一個部份，許多研究指出，在女性成為母親的過程中，母親們一般體驗到最大的改變是在懷孕時期、嬰兒出生以及產後三個月間（Mercer, 1986；Lederman, 1984 & Rubin,1984，引自 Tarkka 等，2000）。Conway 認為這是一個角色衝突的時期，母職帶來的是多樣性的責任（引自 Cronin，2003）。而母親本人的健康情形、自信心、心理狀況、教育程度、有無育兒的經驗以及社會支持等背景變項由於是因人而異的，對於新手媽媽在母職體驗上也會形成不同的影響。鍾思嘉（2000）的研究顯示，面臨這些角色發展的轉變之際，對大多數的為人父母者而言，可視為一個成人發展危機的經驗，適應良好，則能帶來自我實現、成就和價值感；適應不良，則可能產生壓力或自我功能失常。本研究欲關注新手媽媽在角色扮演過程中所遭遇的衝突和適應之過程，這是本研究動機之二。

當了母親，嘴邊總有說不完的「媽媽經」。由於時間點的巧合，對研究者而言，作為一名研究生與作為一位母親在生命的歷程中是齊頭並進、共同成長的。從一開始毫無心理準備到女兒誕生，我知覺到體內的「母性」漸漸滋長，我開始回溯母親和我的關係，思考母親對我的影響，在母職實踐的過程中，也常常拿母親來做對照，同時我也開始關注社會上對「母親」這個角色的期待……緣於本身的經歷，使研究者對於其他新手母親的生命故事感到好奇，希望藉由書寫女性，去關切「家庭」這個對她們而言相當重要的場所，因此決定以此為研究主題，由自己的經驗及感受作為理解的起點，嘗試深入了解新手媽媽們在蛻變為母親時的心路歷程，同時也這是本研究動機之三。

生育是女性生命中的重大改變，在社會變遷的脈絡下，新觀念與舊傳統夾雜、交織在一起，現代母親們面臨這樣的挑戰，要如何調適自己，扮演一位母親的角色。而在個人所處的環境中，新手媽媽們如何獲取育兒知識、周遭的人在精神上、物質性能提供什麼樣的實質幫助.....這些社會支持的多寡是否會影響到新手媽媽母職的實踐，了解她們是如何學習與成長的，這是本研究之動機四。

第二節　研究目的與問題

母親的角色和我預期的不同。

那是個挑戰，這個謎，讓人疲勞轟炸又收穫豐盛。

沒有保證，沒有導引，沒有手冊。

每個母親都不同，也因為每個孩子的差異而不同。……

雖然有時感覺無法承擔、孤單、憤怒；

然而母親這個角色卻為我帶來了挑戰，它改變了我。

我無法想像沒有這項經歷會是一種怎麼樣的人生。

這是我走過最驚險的一條路。

～卡洛・T・傑克生（引自《母親的聲音》，1999，頁 26）

本研究希望透過質性研究，傾聽女性在成為新手母親後的心路歷程、書寫女性，對新手媽媽們的生活經驗、支持網絡有更深入的理解與探討，目的在了解新手媽媽對母職角色的知覺、感受及經驗，及成為母親前後角色扮演時所面臨的衝突、改變與適應之歷程。也希望本研究有助於每一位即將成為母親的女性們，提供一些寶貴的經驗，促進更多的自我覺察與成長。

對於新手媽媽而言，結婚後，從為人妻、為人媳的角色外，因升格做母親後而必需多扮演「為人母」這個角色。面對這個重大的生命事件，必面臨適應及轉變，緣此，本研究的待答問題為：

一、新手媽媽在成為母親的過程中，生理及心理有何變化？對於「母職」的知覺、感受、經驗及態度為何？

二、新手媽媽在懷孕及育兒的過程中的衝突與適應歷程為何？

三、新手媽媽與母親之間的關係如何？母職實踐過程是否有代間傳遞的現象？

四、新手媽媽們有什麼樣的社會支持？她們是如何學習與成長的？

第三節　研究範圍與限制

有關本研究之研究範圍與限制，以研究對象、研究內容，及研究方法三部份進行說明如下：

一、研究對象

本研究欲探討「新手媽媽」初任母職之經歷，對於新手爸爸、家庭中其他成員如公公、婆婆等並未列入本研究之研究對象。

二、研究內容

本研究以「新手媽媽」初任母職之經歷為所關注的焦點，對於新手媽媽們的家庭與婚姻並未深入探究情況，僅能做輔助性的探討。

三、研究方法

本研究為質性研究，以半結構式的訪談大綱做深度訪談，對於研究對象而言，在她們初任母職的經歷中或許有其他事件是她們更關注的焦點，然而受限於本研究既定的研究問題和研究目的、時間上的壓縮，以及研究者的詮釋，本研究的主觀性是不可避免的，而新手媽媽們所敘說的全部內容也無法完整呈現出來。

四、研究結果

本研究僅以三位新手媽媽為研究對象，研究結果無法類推於不同的家庭、背景、經歷之新手媽媽，如單親媽媽、外籍媽媽、未婚媽媽等。在訪談過後會將逐字稿請訪談對象檢視，有疏漏、不明之處予以澄清、更正，並以三角檢定來進行信度、效度之檢核。

第四節　名詞界定

研究者針對本研究中的重要名詞加以闡釋，以界定該名詞在本研究中所代表的意涵：

一、新手媽媽

本研究中的「新手媽媽」指的是二十歲以上、已婚、雙親家庭、育有一名二歲半以下的子女之台灣女性。

二、母職

本研究中的母職可由兩方面來檢視，一是生物性的母職，包含了母親懷孕、分娩、哺乳等；一是社會性的母職，即文化上對於母親角色的形塑，以及女性在成為一位母親後所做的一切有關養育、教育子女的事務。

三、歷程

歷程是動態的，而知覺是考量歷程的關鍵因素，其焦點在事件是如何發生，而非其最後結果，且歷程經驗是因人而異的（吳芝儀、李奉儒，1998）。本研究欲探討新手媽媽初任母職之歷程，了解其在懷孕、生產、育兒等事件中所經歷的主觀經驗、想法、情緒、反應、態度等心理現象及活動。

第二章　文獻探討

本研究主要目的在了解新手媽媽對母職角色的認知，及成為母親前後角色扮演時所面臨的衝突、改變與適應之歷程。因此，本章第一節探討家庭生活週期及家庭系統理論；第二節探討母職與女性；第三節則探討新手媽媽與社會支持；第四節則是國內相關研究的回顧。

第一節　家庭生活週期及家庭系統理論

一、家庭生活週期理論

生命發展理論（lifespan developmental theory）認為每個人的一生可以以有順序的階段來區分，在每一個階段，每個人都必須精熟其發展任務（tasks），而每個發展任務在個別的或家庭的生命中皆有其成長責任，顯現其生物需求、文化義務與家庭目標。這些任務必須成功達成使得現階段得以滿足、獲得社會認可以及將來的成功（Poon & Bader, 2005）。林顯宗（1985）指出，大多數的人在他的人生旅程中，大都在相同的時期，共同經歷幾項共同的歷程……，在家族方面可以找出同樣的歷程與關節，而且它與個人有著密切的連結。

家庭發展的理論可追溯至 1777 年鄉村社會學者對家庭生命週期（family life cycle）的研究，至 1930~1950 年代萌生家庭發展的概念，1957 年 Duvall「家庭發展」一書的完成，使家庭發展理論趨近成熟（黃迺毓，周麗端，鄭淑子等，2004）。

楊連謙與董秀珠（1997）認為，當我們把家庭視為一個整體、有機體來看待時，它會有它的出生、衰老、生病和死亡，這個過程就是家庭生命週期。Goldenberg（1991）界定家庭生活週期為：一連串的階段或事件，可以提供人們辨認家庭這系統在時間的演變中，一個有組織的分析架構（引自彭懷真，1998，頁 226）。也就是說，從人與家庭的發展歷程中檢視，一些重大事件如結婚成家、生產、育兒、家有青少年、孩子成年離家、空巢期……等各階段在家庭的演變過程是普遍性的。學者們針對生命週期或者是家庭週期的起點不同與階段性任務不同，而提

出不同的階段劃分。以下提出三位學者的理論：

（一）Goldenberg & Goldenberg

Goldenberg & Goldenberg（1991）分析美國中產階級的家庭生命週期，將之劃分為六階段：

表 2-1 **Goldenberg & Goldenberg（1991）家庭生命週期**

階段	家庭生命週期的階段	階段任務
一	情緒未分離的年輕成人	1. 自我與原生家庭的分化。 2. 發展同儕間的親密關係。 3. 建立工作中的自我。
二	新婚	1. 建立婚姻系統。 2. 重建親族及朋友的密切關係於父母和祖父母的角色中。
三	有小小孩的家庭	1. 調整婚姻系統、給小孩空間。 2. 接受為人父母的角色。 3. 重建親族關係於父母和祖父母的角色中。
四	有青少年的家庭	1. 變換親子間的關係。 2. 重新關注於中年的婚姻與事業。 3. 開始關心更老的一代。
五	小孩離家	1. 再度面對兩人的婚姻。 2. 與子女的關係轉變為成人對成人的關係。 3. 建立姻親和孫輩的關係。 4. 處理（祖）父母的老、病、死。
六	晚年	1. 在面對生理衰退時維持自己和老伴的功能和利益，探測家庭或社會角色新的選擇。 2. 對中生代更多的支持。 3. 在系統內給老人的智慧與經驗更大的空間。 4. 處理失去另一半、兄弟和友人，準備接受死亡，回顧一生與整合。

（資料來源：楊連謙、董秀珠，1997，頁 71）

在 Goldenberg & Goldenberg 的階段劃分中，生兒育女是人生一大階

段，家中有新成員的加入，為原本只是夫妻而升格做新手父母的家庭帶來新的發展任務。

（二）Zilbach

另外有一個學者 Zilbach（1989）將家庭生活週期劃為三時期七階段，普遍被學術界所引用（王以仁，2000），茲將其劃分以表格呈現如下：

表 2-2 **Zilbach（1989）家庭生活週期**

時期	階段	發展任務
早期：結婚並築巢	一：結為夫妻	1.兩人同居開始了家庭，不論完成結婚手續與否。 2.由各自獨立生活變成兩人共同生活且相互依賴。
	二：變為三個人	1.家中第一個孩子出生。 2.從夫妻兩人的相互依賴到加入孩子的依賴。
中期：家人分開過程	三：進入	1.孩子入學或進入家庭外的其他環境。 2.從依賴轉變為促進分離的開始。
	四：擴展	1.從最後一個孩子或依賴成員自家庭進入社會開始。 2.支持以促進其不斷的分離（直至離開）。
	五：離開	1.從第一個依賴成員完全離開家庭開始。 2.由部份分離轉變成第一個完全的獨立。
晚期：發展完成	六：規模變小或擴大	1.當最後一個孩子離家時。 2.獨立的繼續擴展。
	七：終結	1.從丈夫或妻子死亡開始，至另一個也去世止。 2.協助家人度過哀悼，以完成最終分離。

（註：研究者自行整理列表）

（三）Duvall

Duvall（1977）認為，家庭與個人之生長過程一樣，它的成長必須經過一些特定的階段，每個階段至少有三種需求：生理上的需要、文化規範，以及個人之抱負與價值體系。表 2-3 即是 Duvall 的家庭生活週期劃分：

表 2-3 **Duvall（1977）的家庭生活週期**

階段	大約年數	階段說明	基本技能（工作）
一	2	未有小孩的已婚夫婦階段	1. 配偶兩人每日日常生活（事業上與休閒時間）上之互相適應。 2. 建立新的認同——成人配偶。 3. 對新的親戚關係之適應。 4. 可能開始期待第一個孩子之來臨，對懷孕之適應。
二	$2^1/_2$	養育幼兒階段（第一個小孩未滿 30 個月）	1. 對新的父母角色之適應。 2. 學習為人父母之各種技能。 3. 夫婦與父母角色之協商。 4. 對事業、前途等工作上之各種適應。
三	$3^1/_2$	有學齡前兒童之階段（第一個孩子年齡在 $2^1/_2$至五歲間）	1. 教導輔育兒童新的技能。 2. 對因孩子們之成長而失去隱私之適應。 3. 對事業與生涯之適應。 4. 對可能有第二個小孩降臨之準備。
四	7	有學齡兒童的階段（第一個孩子年齡在 6~12 歲之間）	1. 鼓勵每位子女身心之成長。 2. 對學校需求之適應。 3. 妻子或丈夫可能重返學校或工作崗位。 4. 逐漸增加參與和子女有關之社區活動。
五	7	有青少年子女在家之階段	1. 對子女日增自主權之適應。 2. 計劃夫妻之各種活動並做子女離家之準備。 3. 事業可能在此階段達高峰。 4. 家庭經濟在此階段多達最高峰。
六	8	步入突飛之階段（自第一個孩子離家到幼兒離家）	1. 促使成年子女之獨立機會（工作、結婚等）。 2. 繼續給予子女支持與協助但注意不過份控制他們。 3. 鞏固父母之婚姻生活。 4. 對可能失去配偶（死亡）之適應。
七	15	中年父母階段（空巢階段）	1. 享受老伴之恩情。 2. 對健康狀況之適應。 3. 對祖父母角色之適應（若有孫子時）。 4. 可能增加社區活動或其他休閒活動。 5. 保持親戚關係。
八	10~15	老年階段或鰥寡階段（自退休到死亡）	1. 對邁入老年及健康衰微之適應。 2. 接受「老人」之認同。 3. 對退休及失去社會或工作地位之適應。 4. 在健康狀況許可之範圍內參與有意義之活動。 5. 對可能失去配偶而須獨居之適應。

（資料來源：藍采風，1980，頁 33-34）

由於 Duvall 的家庭生活週期是以長子（女）的成長為基點，以其生長過程與受教育階段來做劃分，其中，第二階段由於家中第一個小孩誕生一直到小孩二歲半，清楚劃分新手父母生活因家庭成員的增加而有所改變。因此，本研究採用其理論，以家中有一位兩歲半的新手媽媽為研究對象。

小結

從上面三個學者對於家庭生活週期的劃分，我們可以了解第一個小孩的誕生，對於原本的家庭來說，經濟、空間、情感、家務都需做重新分配，夫婦也由二人世界變成「三人世界」，影響更大者，在整個家族中關係與角色重組，養育下一代及照顧下一代的任務可能也會有所改變。因此，長子（女）的到來使夫妻在個體生命發展、及家庭生命週期過渡到下一階段，而突顯出了本研究的重要性。

二、家庭系統理論

家庭是一個人接觸最早也是最久的社會團體，由兩個以上的人，經由婚姻、血緣、或收養的關係而組成。家庭是一個藉由互動模式運作的系統，重複的互動模式建立了如何、什麼時候和跟誰互相聯結，而這些模式便奠定了系統的基礎（Minuchin，1974；劉瓊瑛譯，1998）。系統是由許多的「部分」組成，這些部分彼此互動、有組織、相互依賴，有互動的模式及規則。在系統理論中即強調家庭或其他關係中的行動是彼此相關的，每一個人都會影響另一個人，這些人的回應依序反過來影響到另一個人（Muncie, Wetherell & Langan et.,1997；洪惠芬、胡志強、陳素秋譯，2003）。家庭系統理論便是把家庭當做一個有機體來看待，它是一個整體、隨時在演化與成長、有結構及層次、同時是有序性的；也就是說，家庭系統會組成、發展、改變和最後死亡，這個觀點與家庭生命週期是相同的。（楊連謙、董秀珠，1997）

一九五〇年代以來，教育及輔導工作開始將個人及所屬的家庭視為一個整體，於是家庭治療的方式取代過去以個人為中心的輔導方式，而將家庭視為一個

系統，於是家庭系統理論成為各派家庭治療（family therapy）學者的理論基礎。著名的如 Beavers 的家庭系統模式、Bowen 的跨代模式、Minuchin 的結構性家庭治療模式、Olson 的家庭系統環繞模式，等等。從他們的理論中延伸出許多核心概念，有助於我們對家庭功能的理解（陳曉蕙、蔣碧君，2000；曾端真，1998；楊連謙、董秀珠，1997；劉瓊瑛，1998）：

（一）家庭結構

結構代表家庭成員間交流的所有規則，包涵了家庭成員「如何」、「何時」、「與誰」和「用什麼方式」與其他人互動，它是動態的。家庭結構即是成員間互動時的動力關係，它是一個無形的功能需求，在重複的成員互動中將行為組織成可預期的常規。

（二）次系統

在家庭中，成員可依性別、角色、年齡、興趣、代間等分成各種次系統（subsystem），個人是次系統的最小單位，一般家庭中最主要的次系統由兩人組成的有：夫妻次系統、親子次系統、手足次系統。每一個家庭成員可隸屬在不同的次系統下，在每一個次系統中會去維持其認同、擁有不同的權力，並從中學習到不同的技能。

例如，一個女性在家庭中因次系統的不同，她可能是一位女兒、母親、妻子、媳婦、姊姊……等。由此可看出，次系統組織提供個人學習成長的機會，讓個人在「分化自我」的同時，又能學習到不同層次的人際關係、與其他不同次系統的家庭成員生活的方式。

（三）界域

界域（boundary）是家庭系統中，區分個體與個體間、次系統與次系統間無形的界線，它規定了人際彼此間的接觸程度，清楚的給成員知道「我」和「我們」的感覺，並保障家庭及次系統間的分離與自主；每個成員是獨立存在的，但並不失去對家庭的歸屬感。

功能良好的界域可以維持個體與次系統的自主性，保護之使其不受

外界干擾，並得以完成應有的任務，也就是說，界域必須兼顧自主性與保持關係的功能，在親密關係中仍要保持清楚的界限。例如有些家庭成員間缺乏分化、角色模糊、沒有自我，其界域即過於黏絆。

（四）聯盟

聯盟是家庭成員在情感或心理上的結合，聯合或對抗以執行家庭的某些任務。家庭中最常出現的功能聯盟現象即「三角化」：例如一對夫妻有衝突，未依正途解決問題，卻各自與子女形成聯盟以對抗配偶。還有常見的婆媳衝突也是三角化的一種。

（五）權力

權力與權威（由誰做決定）和責任（誰來執行）有關，與聯盟有些相似，但聯盟重在成員間情緒心理的聯結，而權力則是成員間相互影響運作的結果。在家庭中，聯盟、界域與次系統，三者是互動的結構要素，權力來自於聯盟關係的強弱與功能的健全與否。權力若用來執行家庭功能的正常運作，則是正向的力量，相反的，若用來操控家人，則會妨礙家庭功能的運作。

小結

從家庭生活週期及家庭系統理論出發，有助於我們將時間拉成一個橫軸，來剖析家庭中有第一個小孩的新手媽媽們，在這個階段所要面對的「發展任務」；同時，第三者的來臨，使原本夫妻兩人的世界產生巨變，許多次系統的衍生（例如夫妻多扮演了親職的角色，而孩子的到來產生了父子、母子、祖孫等次系統）、界域的建立（親子之間在建立親密感的同時又需保有自主性；母親對小孩過於依賴時，父親常感到受冷落）、聯盟與權力的產生（對於小孩的教養觀念和方式有不同意見時，公婆、夫妻、孩子之間產生的不同聯盟與權力運作），這些都提供我們在後續分析資料時注意與探討的方向。

第二節　母職與女性

一、母職的意涵

「母職」從字面上來看就是母親的職責，「職」這個字表示必須負責，對父母而言，父母必須對自己、對另一半以及對孩子負責；「職」字也表示「主管」某些事務，你有職務必須執行，相對的也是一種「負擔」，當你有虧職守的時候自然必須承擔並負起責任（周蔚，1995；轉引自高淑清、廖昭銘，2004）。

何謂母職？對於這個問題的答案，個人的看法與社會上所形塑的形象或有差異。邱育芳（1995）認為母職是：「一種角色、功能，也是一種職務，是社會建構的一組活動和關係，包括撫育和照顧，而且也是一種程序，是主要的傳遞媒介，使人們形成他們的認同及社會位置。廣義來說，也就是可能包涵了女性作為母親的一切過程，包括懷孕、哺乳等與母職事務，及作為一種社會身份的指稱角色。」（轉引自黃儀娟，2000）這個說法強調了母職是社會認可的角色，也就是女性擔任母親一職是社會化的過程。

現代的女性身處在工商社會，雖然有更多的彈性可以發展個人的能力及志趣，然而，女性仍須面對自古以來女性所面對的生育之責任。張瀞文（1997）指出，在社會變遷的過程中，女性的母職已儼然成為社會制度之一；她更進一步說明：母職分為生物性的母職與社會性的母職。生物性包括孕育與滿足子女吃、住等需求，社會性則指一切社會化的行為及意識形態符合社會的規範與期待。Mead曾經研究三個新幾內亞部落中兩性行為特質之差異，研究結果顯示：兩性的人格與行為差異應歸因為文化因素，生物的母親不必然需擔負社會性的母職。也就是說，不同的社會文化，對於父母親之角色該如何扮演有不同的期許與規範。

由於母職的分配是根基於女性生殖的功能，母職的意涵通常是帶有本質論的詮釋——也就是母職通常被認為是自然的、普遍的、不會改變的（蕭蘋、李佳燕，2002）；「女性」等於「母親」等於「母職」（motherhood），女性的母職向來很少被質疑，大多數人視此為女性的天職，成為女性無法推卻的負擔，女性主義有鑑

於此，而開始將研究的重點轉向「母職」的探討（陳惠娟、郭丁熒，1998）。

二、女性主義與母職

「母職」是探討兩性平權的核心議題，女性主義在發展的過程中對其有激烈的探討。藍佩嘉（1991）指出，不同的學者立論觀點不同，如 1970 年激進主義女性研究者 Shulamith Firestone 在其著作《性別的辯證》中以唯物史觀為基礎，闡述造成兩性不平等的物質基礎是兩性差異中的生殖功能，因此，她主張必須消除女性負擔人類生殖的生理和心理責任——透過發展「人工生殖」的科技以及由整個社會共同負擔育兒的工作，才能使婦女自由解放。然而另一學者 Adrienne Rich 在《女人所生》一書中卻認為要摧毀母職的制度，並非廢除生物性母職之經驗，因為母職作為一種經驗，是創造力、喜悅的來源，要完整探討在父權制度下的母職經驗，女人才能從母職制度解放出來，創造有別於男性的新的思考方式。

精神分析女性主義的 Nancy Chodorow 從心理分析的角度出發，在《母職再製》中探索為何女性的母職是一不斷循環再製的現象，她質疑為何大多數女性都想當母親並從中獲得成就感，認為這是一種潛意識想當母親的慾望所造成的。而母職的再製始於早期嬰兒發展的母子關係，由於兩性不同的客體關係的經驗，而分化出兩性差異，形成了女性母職的不斷再製（陳惠娟、郭丁熒，1998）。

關於各派女性主義的看法，王光宗（2003）做整理如下表：

表2-4　女性主義各派理論中母職的內涵

派　別	母職的內涵
自由主義女性主義 Liberal Feminism	女性生存的目的必須能自我實現與發展自我潛能，可以在家庭與事業間找到平衡點，強調男女應接受平等的教育，女性可以進入公領域，利用其所學得到一個自我發展的機會，而非僅將之帶入家庭。
激進女性主義 Radical Feminism	女性如果放棄生殖角色，而就生殖科技，反而是讓男性剝奪了女性生殖的權力，其實母職是可以選擇的，可以選擇成為母親或不要成為母親，甚至透過社會分工，消除生理決定的性別分工。
存在主義女性主義 Existential Feminism	作母親不是女人的終身事業，作母親的生物本能（生育子女），並不等同作母親的社會責任（養育子女），母職是自願的，節育與墮胎都必須合法，婚內與婚外的母親與孩子都享有相同權力。
精神分析女性主義 Psychoanalytic Feminism	女性獨占養育一職，造成男性畏懼女性權力，長大後反過來壓抑女性權力，利用女性來滿足生子慾望。
社會主義女性主義 Socialist Feminism	母職為一異化過程，女性無法自己做主，從生育到教養都必須依男性的標準與規定進行，女性僅被視為「物」，從事的家務工作都不具生產價值，進而造成疏離與被貶抑。

（資料來源：王光宗，2003，頁 23）

在不同思潮下，女性主義研究者所關注的母職焦點自然不同，陳惠娟、郭丁熒（1998）將自由主義、激進主義、存在主義、精神分析主義及社會主義各思潮下女性主義所著墨的「母職」內涵加以統整，歸納出「理性／教育」、「婚姻」、「家務」、「事業」、「生殖」、「撫育」七個向度，呈現出的概念層面及說明如下：

表 2-5　**各派女性主義母職概念涉及層面分析**

母職 內涵／派別	自由主義 女性主義	激　　進 女性主義	存在主義 女性主義	精神分析 女性主義	社會主義 女性主義
理性／教育	※				
婚姻		※	※		
家務	※		※		※
事業	※		※		※
生殖		※	※		※
撫育	※	※	※	※	※

註：※代表該派女性主義有提出該層面論述的觀點。

（資料來源：陳惠娟、郭丁熒，1998，頁 95）

（一）理性／教育

自由主義強調理性，認為理性是人類的共同本質，因此女性與男性的本性一樣，都具有人性、理性，是同一平等的。女性只要與男性一樣接受教育，就可以成為完整的人，同時有助於日後的操持家務、養兒育女。

（二）婚姻

女性主義認為婚姻制度是保障父權優勢的社會制度，男性在婚後仍為一獨立個體，但女性卻被框限生殖與家務的角色，因此女性長期在被壓迫的處境中。

（三）家務

傳統的角色分工即「男主外、女主內」，然而在工商業社會將女性納入勞動市場「公領域」之際，並未鼓勵男性在「私領域」中分擔家務，加上家務管理被貶抑為私人化的活動，女性卻得花相當長的時間投入，受壓迫的情況可見一斑。

（四）事業

女性由於受母職的牽絆，在事業上只能從事較低階層的工作；而沒有工作者由於經濟無法獨立，家中權力於是掌握在先生手中。因此女性主義

鼓勵婦女應走出私領域，從事一項事業，以獲得經濟獨立、減少受男性的支配。

（五）生殖

這是女性主義討論最激烈的議題，女性由於具有子宮而必須生殖。女性主義最早認為母職是毀滅女人的制度，主張女性應該放棄生殖，使女人獲得解放；至中期則轉向女性有拒絕母職（例如安全墮胎）的權利；後期女性主義重新省思，認為女性所要揚棄的是在父權體制支配下的母職制度，但非廢除母職經驗。

（六）撫育

女性不僅孕育子女，在角色分工中，比男性花更多時間養育照顧子女，可以說育兒的重擔幾乎完全落在女性，即使不是由親生母親來撫育小孩，替代者大多也是女性保姆、女性長輩等。唐文慧與游美慧（2002）指出，女性主義認為生小孩的是母親無法規避的，但養小孩的卻應該是父母雙親、家族團體、社區與社會、國家……等團體及社會上的力量，也就是主張由社會國家來負擔養育小孩的責任。

最後值得一提的是，女性主義提出要從父職的根源去解構母職的意識型態，Oakley（1974）認為現代母職的迷思包含了三種信念：1.所有的女性都必須成為母親；2.所有的母親都需要自己的孩子；3.所有的孩子都需要自己的母親（引自蕭蘋、李佳燕，2003，頁 11）。過往的迷思將母職視為自然而然的模式，並以父權的意識型態將女人捆綁在生殖的枷鎖中無法掙脫，於是乎便否定了女人在母職之外的發展。

母職是「先天」或「後天」的？或許有些人從來沒有思考過這樣的問題，甚至對生了很多小孩、如今早已兒孫滿堂的老阿嬤而言，在她們心目中或許從來也沒有產生過問號。然而，新手媽媽們呢？在擔任母親角色短短數年的經驗中，她們的想法如何？女性主義帶給我們一個省思與知覺的另一視角，讓我們對於社會

體制、文化脈絡下的母職有更深一層的認識。

三、女性在家庭的角色

科技再怎樣進步，現代家庭仍無法脫離維持夫妻情感及養兒育女這兩大功能。生育由於女性的生殖功能而成為母親必經之路，然而養育、教育小孩的責任為何大多也由母親一肩扛起呢？

蔡麗芳（1997）認為這是因為在傳統性別角色分工中，女人最終的目的就是在合法的婚姻關係下，理所當然地養育子女，並以此獲得成就感和滿足感，甚至鞏固女性在家庭中的地位與價值。而早在 1976 年，女性主義研究者西蒙・波娃（Simone de Boauvoir）曾說：「在今天扮演一個母親的角色是十分磨人的，整個社會與做父親的都把撫養小孩的責任完全推到母親身上，女人常常為了照顧幼兒而辭掉工作，小孩出疹子也是由母親留在家裡照顧。同時，將來孩子若是沒有出息，還是會怪罪做母親的。」（引自唐文慧、游美慧，2002，頁 13）相隔近三十年，我們檢視台灣社會中母親的處境，西蒙・波娃所言似乎仍是今日母親的寫照，母親仍然是嬰幼兒的主要照顧者，社會大眾認為「好母親」是女人應該實踐力行的目標。張瀞文（1997）指出，這是因為人類在兒童期需要長期的照顧，以及女性擁有的生殖與哺乳能力，使得女性與養育責任產生不可避免的連結。於是，在親職的分工中，社會普遍認同的父職是提供母子經濟的支持，而非實際的照顧工作，母職誠然是外在於所謂的父職之外，而獨立存在。

上述論點由個人觀點出發，從歷史發展的脈絡，我們回頭檢視家庭與女性的關係，Laslett & Brenner（1989）剖析：在工業革命以前，工作與家庭並未被清楚劃分，工業化過程中，為應付日益複雜的問題，社會組織之分化更趨多樣，其結果對家庭變遷的影響在於：工作／公共空間與家居／私人空間被分隔：男性工作屬前者，女性工作屬後者，而照顧家庭與兒童成為婦女首要或唯一的職責，於是女性專職作為賢妻良母和家庭主婦之概念因此被確立（引自黃怡瑾，2001，頁

343）。

社會學者對於性別分工也展開激烈的討論，林顯宗（1995）指出，盧梭在《愛彌兒》一書中對女性該扮演「賢妻良母」的角色即有具體的描述；孔德認為女性的身體較男性低劣因此留在家庭裡照顧幼兒、料理家務；結構功能論學者帕森思認為現代家庭功能為子女的社會化與成人性格的安定，藉由「妻—母」對於子女的養育，影響生物學性別角色的分化，於是構成性別角色分化的基礎；同時帕森思認為一夫一妻的核心家庭及性別分工，最能符合工業社會的需求。

由上述的觀點可知，傳統的性別角色分工造成「男主外、女主內」的家庭分工，男性出外工作賺錢，女性則成為親職角色的主要扮演者。然而，雖然有愈來愈多的女性加入就業市場，但在家庭裡照顧孩子、處理家務仍是女性的主要工作，誠如高淑清、廖昭銘（2004）所言：「『親職角色』的扮演就如同『母職角色』的扮演，家事與育兒之分工仍以妻子為重心，照顧子女、養育與安撫仍屬妻子的職責，丈夫從旁輔助而已。」針對親職分工之內涵，王舒芸（1996）根據以往相關之研究整理成下表：

表 2-6　兩性參與家庭勞務內涵與特質之分野

作　者	女／母職	男／父職
Winch（1971）	撫育（nurturance）：餵食、穿衣、洗澡	控制（control）：社會化，學習社會要求的行為規範
Berk（1985）	不間斷（unrelenting）、重複（repetitive）、千篇一律（routine）	罕見（infrequent）、不規則（irregular）、非千篇一律（nnrountine）
高淑貴、黃坤英（1988）	工具性：洗澡、餵奶、換尿布	情感性：陪小孩玩、看電視
Coleman（1988）	每天，特定時間，選擇彈性少，瑣事，厭煩的	有明確的開始與結束，自由決定時間，內容明確，含休閒成分
余漢儀（1995）	勞務（task）：滿足食衣住行生理需求	關係（relationship）：情緒發展、心理需求
Abbott & Wallace（1995）	必要的、重複的、經常要做的	具創造力的、方便時

（資料來源：王舒芸，1996，頁 25）

針對上表，王舒芸提出了「責任性母職，選擇性父職」的看法，她認為角色分工使得撫育子女、家務成為母親的職責，而父親若有「幫忙」，則是選擇性的、指導性的、「新好男人」的好表現，如 David 所言：「母職（motherhood）是一種社會概念，父職（fatherhood）則鮮為人知，做父親僅代表『加分』行為而言。」（引自黃怡瑾，2001，頁 346）。這樣的說法令人感到不平，然而卻真實呈現於今社會上仍普遍存在的觀念。

處在這樣勞務分擔不平的境遇下，女性對於自己的角色知覺如何呢？胡幼慧、陳秋瑩（1992）研究女性在家庭扮演的多重角色（妻子、媳婦、母親、有給職工作）中，以「母親」此一角色的要求與壓力最高，主要是源於小孩問題的擔心與困擾很多，同時又缺乏回報的非互惠關係所致。而更令人憂心的，在胡幼慧（1990）的另一份研究顯示，同是親職角色，母親角色對女性憂鬱症狀的影響是不利的，而父親角色則未出現不利心理健康的特質，反而呈現正向的功能，可見

出男女角色對於子女養育職責的分工上具有相當大的差異。

從上述的研究結果我們可以推論，女性在擔負「母職」時承受著巨大的壓力，Wright（1985）曾闡述：初為人父母，時間、體力、心力的負荷是主要的壓力源，尤其身為嬰兒主要照顧者的母親其壓力往往大於父親（引自徐綺穗，1998，頁12），在此清楚說明了新手媽媽在初任母職時所承受的巨大壓力。另有學者（蔡詩蕙、胡淑貞，2001）從家庭生活週期來調查夫妻婚姻滿意度，結果顯示：幼兒家庭（長子 0~6 歲）的婚姻滿意度最低，夫妻兩人的婚姻滿意度在結婚初期都是最高，在第一個小孩出生後則明顯下降，顯示出第一個孩子的到來對於家庭系統之重組、為人父母角色的扮演等都帶來巨大的改變，尤其對女性（母親）而言。於此，更突顯出本研究探求新手媽媽初任母職經歷的重要性。

四、代間傳遞

家庭乃集合經濟、保護、宗教、娛樂、情愛、生育等多功能（黃迺毓，1992），其中圍繞著一價值體系，是個人學習與成長的起點，個人從家庭中成長，家庭中獨特的價值觀在日常生活中直接或間接傳遞，其中，父母的角色極為重要。蔡秋雄（2002）分析價值觀代間傳遞的理論有：1.依附理論；2.客體關係理論；3.社會學習理論──它們透過有形無形的方式，進行著家庭價值觀的傳遞。不論是何種理論，主要陳述孩子在父母身上得到一種模式，將之內化成自我的一部份，自身不見得覺察得到，但會用類似反射性與自動化的方式來教養將來的子女，這就是代間傳遞（intergenerational transmission）。Van Ijzendoorn定義代間傳遞為：上一代有目的或無目的地影響到下一代的教養態度與行為（引自Li，2001，p29）。

在母職實踐過程中，代間傳遞是一個很重要的探討面向。國外研究證實代間傳遞是確實存在的（Cohler, Grunebaum, Weiss & Moran, 1971，轉引自 Li，2001），他們以母親態度量表（MAS—Maternal Attitude Scale）做檢測工具，發現在代間傳遞中有三項顯著的正面因素：適當地控制小孩的挑釁行為、交互關係中多用鼓

勵、對小孩的需求感到有能力去供給；而在適當地控制小孩的挑釁行為方面，母親們比外婆們比較會使用鼓勵、適當地親密感等，但是外婆在供應孩子需求方面比較會用調適地態度去滿足他們。

另外，Grusec, Covell & Paucha（1991）研究代間的家規實務及技巧，發現母親和外婆多使用相似的社會化技巧：讚美、獎勵以及處罰她們的孩子，然而，母親和外婆對於順從、誠實及挑釁的標準之相關性卻很低；Hong & Dters（1996）深度訪談 126 位母親和外婆，發現在育兒實務方面，兩代之間在很多面向上呈現出的相同點比相異點多——在挑釁行為的控制上並無差異，此外，在下面列舉的規則頻率上母親與外婆也沒有顯著不同，如談話／說理、打／體罰、剝奪、責罵、身體威脅、隔離、羞辱等。而 Olsen 在 1971 年訪談 107 對台灣母女之育兒態度及實務，兩代比較下，外婆比母親對傳統社會化態度較遵從，她們也較母親們更有權威；Olsen 在 1976 年又針對台灣外婆們做研究，發現母親雖然被認為是家庭裡最初始（primary）的育兒者，但家庭成員常常會提供協助，尤其外婆是給予育兒建議上的一項重要資源，台灣外婆們在家庭社會化過程中扮演著兩個重要的角色：一是權威的表徵，一是育兒的替代者。總而言之，學者們的研究顯示兩代間所呈現的育兒方式是混合的，在某些面向有相同點，在某些面向則是相異的，但代間傳遞是存在的現象（轉引自 Li，2001）。

國內方面有關代間傳遞的研究，鄒金鳳（2000）訪談 6 對母女，研究性別角色與認知的建構，結果顯示：處在台灣的社會環境文化脈絡之下，傳統性別規範仍然持續影響著女性，然而，因為身處傳統與現代之間的轉換過程、不同的生命經驗及身處的不同處境，卻也使得母親在性別認知上也產生了不同的變化，進而也影響女兒在性別認知上形成轉變，顯示代間傳遞上有認同也有轉變。而歐陽儀、吳麗娟（1998）以台北市 338 組青少年及其母親為研究對象，探討青少年子女與母親的教養方式與依附關係之代間傳遞關係，結果顯示：外婆教養方式與母親教養方式有直接代間傳遞的現象存在。

另外從代間傳遞中還發展出「代間反哺」（指年輕一代將知識、文化傳遞給

上一代的情形）的有趣現象，周玉慧、李燕玲（2004）訪談37位台灣夫妻，深入探討上一代夫妻與這一代夫妻價值觀的異同。結果顯示，夫妻婚姻價值觀包括擇偶態度、性別角色與分工、互動與衝突處理、父母奉養態度、子女生養態度、決策與金錢觀、休閒觀，及婚姻維繫態度等八個向度，研究對象對於自認為「好」的價值觀，傾向於承認代間傳遞；值得注意的是，休閒觀、分工觀則或多或少呈現出代間反哺的存在。

在探討代間傳遞時，自我分化是個很重要的議題。Bowen以自我分化（differentiation）來說明個體與家庭分化或親密關係，分化也是代間傳遞的重要概念，包括個體與家人之間的黏著程度、個體自我的情感功能和理智功能的融合程度、及自我的成熟度等三種意涵；一個成熟的家庭，各個成員在情感上並不會互相黏著，而是彼此分化的（高分化），情感上過份黏著、牽制的家庭（低分化）屬於不健全的家庭現象（引自周玉慧、李燕玲，2004）。

本研究的研究對象為新手媽媽，在其母職實踐的過程中，原生家庭母親的教養方式及教養行為對自身是否有影響？新手媽媽們能否自我覺察與原生家庭的界線，並成功進行自我分化？新手媽媽在生育後，與母親的關係是否有產生變化？這些都是研究者所關注的議題。

第三節　新手媽媽與社會支持

成為一位母親代表著女人很重要的一個轉變，並意味著個人的、社會的與生物上的改變同時發生（Smith，1999）。由於女性在成為母親必須經歷「生產」這一重要人生關卡，現代醫學的進步雖提供自然產外一個剖腹生產的選擇，然而不論採取何種生產方式，產婦在此時期幾乎無法一個人料理自己與初生嬰兒。Cronin（2002）以焦點團體及深度訪談的方式，研究 13 位英國新手媽媽產後至嬰兒九個月間的生、心理需求，將訪談結果以主題區分製表如下：

表 2-7　**新手媽媽自生產開始之生理心理需求**

<table>
<tr><th>主題</th><th>需求</th><th colspan="3">時間框架</th></tr>
<tr><td>生產及住院</td><td>產前媽媽教室
疼痛經驗
內診
生產
產後教育
餵哺母乳
睡眠／拜訪者</td><td rowspan="4">從生產開始</td><td colspan="2"></td></tr>
<tr><td>支持</td><td>助產士／護士
母親
伴侶
家庭
朋友
診所
其他支援服務</td><td rowspan="3">最初數日</td><td></td></tr>
<tr><td>母職</td><td>母親和嬰兒
避孕
適應與時間</td><td rowspan="2">直至嬰兒九個月</td></tr>
<tr><td>心理議題</td><td>生氣
寂寞
沮喪
順其自然</td></tr>
</table>

（資料來源：Cronin，2002，p262）

從上表中可以得知，新手媽媽在生產時需同時承受生理上的痛楚與心理上的壓力，邁過生產這一生死交關，隨之而來的還有照護嬰兒的種種問題，而其社會支持也是新手媽媽在渡過這段時期的重要關鍵。Cronin 的研究顯示住院愈久，專業人士（如醫護人員）給予的指導與教育，有助新手媽媽更快學習母職所需，甚至可減少產後憂鬱症的發生。值得注意的是，親友的探訪雖出於關愛的心情，但是否忽略了新手媽媽需要休息；而有些新手媽媽在生產後數個月內，誤認為餵哺母乳應該就不會懷孕，在未避孕的情況下又懷第二胎的情形也是時有所聞。這些都顯示了產後教育也是不容忽視的一環。

新手媽媽很難單打獨鬥，一個人去面對照顧嬰兒的重責大任。因此有許多研究從「社會支持」著手來討論她們的需求。House（1981）認為社會支持是一種人際間的互相往來，包含以下任一種特色：1.精神上之慰藉（喜歡、愛、同理心）；2.實質上之協助（物質與服務）；3.與生活環境有關之物質提供；4.讚揚（引自高迪理，1991，頁 25）。針對新手媽媽所需的母職支持，Borjesson, Paperin & Lindell（2004）等人之問卷調查家中有一歲以下嬰兒、120 位瑞典的新手媽媽，研究結果顯示，新手媽媽們的共同心聲反映，在孩子出生後的這一年她們相當疲勞，母親們非常需要情感上及實質上的幫助，尤其從個人的社會支持網絡中獲得支持，她們很希望與他人分享孩子發展的經驗，以減輕她們對餵食、分離、生病、經濟上與孩子有關的焦慮及擔憂。

社會支持對於來自不同國家的新手媽媽們而言，需求都是相同的。On-Kang Huyn, Wanjeong Lee & An-Jin Yoo（2002）所做的跨文化研究，調查韓國、香港、美國之新手媽媽們，雖然她們的文化背景不同，但她們的需要都是一樣的，可分為三個向度：工具性的（instrumental：在家事及安撫幼兒的直接幫助）、資訊的（informational：提供有用的育兒資訊及建議）及情感的（emotional：體會育兒的困難，有同理心，言語鼓勵）三向度；研究中顯示，社會支持的社會網絡資源來自：先生、朋友、親戚、工作場域、鄰居及機構。在該研究中並提出：女性在扮演母親角色的過程中最需要先生的支持，對婚姻關係也有影響。值得注意的

是，在亞洲社會文化中，家族是一個主要支持資源，尤其是夫家的女性親戚。先生、婆婆、娘家母親的支持上顯示有別，在韓國由娘家母親支援較多，在美、香港則是先生支持；結果顯現文化的差異性及社會變遷（小孩在過去是代表家庭的經濟力，現在則是消耗品）的特性。而國人向來有在生產後，產婦必須坐月子的習俗，「傳統的觀念是：母親生產可以說是元氣大傷，全靠坐月子來補，否則，未老先衰、全身毛病，可是划不來」（余德慧，1995），對於這樣的習俗，新手媽媽們是如何看待的也是本研究所欲探討之處。

從社會變遷的角度延伸探討，現代許多家庭是雙薪家庭，懷孕後，母性的光輝使得女性會重新檢視自我扮演的角色，甚至工作的意義何在。Smith（1999）以四位英國女性為對象——她們的特徵都是第一胎、懷孕三個月、無流產經驗、計畫生產、有穩定伴侶——在懷孕三、六、九個月時各進行一次深度訪談，另外在生產完 baby 五個月大時再做一次訪談，目的在了解女性報導人在懷孕初期、中期、末期及生產後心理認同之過程，以及她們對社會角色（母職）的知覺。

Smith 的研究發現，懷孕時期是個檢視繼續工作與否的好機會，同時，女性在懷孕後，會漸漸將其關注與生活的焦點由公開的場合轉移至家庭生活中。因此，有不少女性在經濟情況許可下，第一個小孩誕生後即辭去工作，從此生活以家庭、小孩為重心。但是不是每一位女性都能愉快地勝任「母職」？Williams, Joy & Travis（1987）對 238 位有八個月身孕的英國婦女問卷施測；於產後一個月，有 165 人繼續接受問卷調查，其中 86 位受訪；在嬰兒兩歲時有 62 位接受調查，以質量並重的方式做研究，得出女性對於「母職」的發展與調適是一個漸進的過程，而母親的生、心理狀況、信心、有無照顧嬰兒的經驗、與娘家父母親的關係等都是影響其母職適應之因素。

綜合以上的探討，準媽媽從懷孕開始，面對型態逐漸改變的同時，心理上也開始經歷焦慮、擔憂；至生產這一重要關卡，更挑戰著每一位產婦的疼痛耐受力；小孩出生後，照護嬰兒的責任又大部份落在母親肩頭上。一位女性從懷孕之始，如何接受自己即將成為母親的事實？在生理變化的同時，心理上有什麼樣的感受

及變化？傳統文化及習俗與自己觀點相悖時，她們又是如何去面對？新手媽媽們有什麼樣的社會支持？……這些都是過往的研究中缺乏探討的面向，而成為本研究所欲探討的重點。

第四節　生命史及詮釋學的理論

一、生命史與敘說研究

不管是達官顯赫，或是販夫走卒，研究者深深相信每一個人的生命，都有其動人的故事。一個人或一群人敘述其生命（生活經驗）或生活故事（life story）以累積文本（text）的方式，就是在「口述歷史」，透過訪談，研究對象就是口述歷史者，每一個人在口述的歷程中，都是事件的參與者與解釋者（江文瑜，1996）。江文瑜（1996）更進一步指出，不論是在西方或台灣，女性雖然佔了人口的一半，但女性打破私領域至公領域是相當晚近的事，尤於女性過往局限於私領域中、較少使用文字這雙重限制，使得女性走過的歲月，她們的經歷、感受等等隨著時間的流逝而靜靜沈澱了。有鑑於此，研究者希望透過「書寫女性」，傾聽新手媽媽們當事人的聲音，從她們口中得知其觀點、體驗、經歷及感受到的初任母職之歷程。

有別於社會學的研究以群體為研究對象，口述歷史（oral history）被認為流於個人經驗、主觀化，而被置於研究主流之外，Reinharz（1992）認為「口述歷史被邊緣化的現象表現在它的名稱紛歧與方法論的匱乏，不同名稱如：個案研究（case-studies）、深度生命／生活史訪談（in-depth life history interviews）、傳記訪談（biographical interviews）、生命／生活史（life histories）、個人敘說（personal narratives）等，這些研究的名稱雖然不同，但指的都是透過訪談，使弱勢者得以發聲」（引自江文瑜，1996，頁 250）。

過去十幾年來，生命史（life history）和敘說（narrative）的研究方法在社會科學的研究中有愈來愈多的趨勢（林美珠，2000），Aspinwall（1992）指出生命史的陳述，可以作為描寫團體或個人評斷的資料（引自熊同鑫，2001），而所謂生命史就是某人在何時何地發生了什麼事實，以及當事人對此事的詮釋與觀點之記錄。何謂敘說（narrative）呢？根據 Webster's（1991）的解釋是「故事，敘說或敘事體」，而故事是「說出發生什麼，或將發生的事連貫起來」，使用或分析敘

說素材的研究即為敘說研究（林美珠，2000）。Runyan（1982）認為敘說研究「可以顯示出人們是如何思考和感覺、說的及做的是什麼、所處的情境為何、對事件的主觀意義、說的話及行為如何被他人解釋，以及隨著時間人們如何與他們的世界互動的歷程」（引自丁興祥，2002，頁 89）。

不論是生命史研究或敘說研究，每個研究對象都有其豐富的人生故事可以敘說出來，在敘說這些故事的過程中，研究對象藉由思考與回憶，傳達出故事本身的情境脈絡與個人在其中的感受，使這些生命經驗意義化了。余德慧、李宗燁（2003）認為：「敘說」是人在現場對曾經在場的經驗進行反思定序，來理解經驗的意義；所說的故事具有情節的特性，也就是把每個事件或角色行動組合成有意義的整體，使得每一個事件的意義得以在某個整體性意義的觀照下得到理解（頁 206）。

敘說不僅將生命故事意義化，更將故事的來龍去脈建構在文化情境下，林美珠（2000）說「敘事提供研究者一個開啟個人和文化認同和瞭解的鑰匙」，意思是故事被賦與了意義化是藉由研究對象說出、研究者聽入的過程，誠如余德慧、李宗燁（2003）之言：「事物含藏了往事，而我們以往事的記憶賦予他們特殊的意義。……事物在等待人的故事而成為這世界的有情物，另一方面人的過往也等待著事物的召喚而被記得。」（頁 191）誠如《內山阿嬤》一書的序中所寫的：「每個人一生中都有最珍貴的回憶，無論喜努哀樂、酸甜苦辣的故事，經歷過才知珍惜。」因此，當人們回憶並說出自己的生命故事時，那必然是深刻的，對於當事人本身而言富含特別意義的，可以說敘說是表徵和理解經驗的一種方式。

本研究訪問三位新手媽媽，透過她們回憶懷孕、分娩、育兒等過程，用研究者可以理解的、敘說生命故事的方式，來重構其經驗和歷史。因此，說故事和聽故事的人得以在互動中重構意義、創造新的意義，在共享的文化意義系統中，說者與聽者的經驗得以溝通（畢恆達，1996）。

研究者在研究的過程中，會適時用文字記錄下相關資料與心得，希冀所收集到的文字資料與所敘說的故事相互照映，最後呈現出研究對象與研究者所賦予的

有意義之生命經驗，讓讀者貼近、理解我們的生命故事。

二、詮釋學

詮釋學起源於古希臘，而詮釋方法的發展則在宗教改革時形成，神學家 Flacius 批評教會使用天主教的教義來解釋聖經是錯誤的，應該用聖經本身的文字來理解聖經，因此，文本（text）應該依照本身而非外來的獨斷教義來理解，在發展的過程中，形成了「詮釋的循環」——即對於部份的理解由整體意義來領導、整體的理解又有賴於對部份的理解方可達成（畢恆達，1996）。質性研究中反應了現象學（phenomenology）的某些觀點，現象學的研究相當重視「理解」日常生活中人們在特定情境中互動的意義，嘗試對人類互動做「詮釋的理解」。因此，現象學的研究探究人們行為的主觀層面，想要了解人們行為背後主觀層面、嘗試進入研究對象的概念世界中去理解，他們如何建構出日常事件的意義，而這些意義又是什麼。因此，在我們跟他人的互動中，我有很多詮釋經驗的方式，『正是我們經驗的意義建構了實在（reality），「實在」最後說來是「社會建構的」』（黃光雄，2001，頁 35）。

在質性研究中，被研究的對象敘說出他們過往的經歷，他們所用的言語被謄錄下來而形成文本，這個文本成為研究對象的生命歷史的一部份，研究對象說話、使用言語的方式呈現了他們與他人溝通的動機，而研究者在理解他們的言語時，便是一種「再經驗」研究對象的心智過程。不可避免的，研究者必需用其主觀性來詮釋文本，這個主觀性並非壞事，而是了解新事物時所必須有的「先前理解」，對此，畢恆達（1996）認為：「文本與詮釋者有其傳統與視域（horizon），視域是從一特定角度所看見的整個視野，視域是有限的，也是開放的，我們向著視域走去，視域也隨著我們移動……我們的存在是植基於我們的處境與視域之中。」（頁 31）

因為研究對象與研究者的互動，形成了大家都可以理解的語言，視域得以融

合與轉化，變得更豐富，因此研究者的主觀性是詮釋理解的必要條件，但這樣的主觀性必須不斷地被質疑與檢驗，使得所有的理解都植基於歷史與文化之中。研究者以詮釋學做為哲學思考的基礎時，必須不斷地在理解中反省與自覺。

本研中中訪談三位新手媽媽，在研究對象敘說她們經歷的同時，她們也重新建構了這些事件在生命中對她們的意義，研究者帶著自己的先前經驗及主觀性來來傾聽、對話，使得說者與聽者的經驗得以交流、溝通，在這詮釋的過程中，使得個人的故事與文化情境得以有進一步的理解，讓家庭中一向被認為個人私密的事件得以被自由抒發出來，在訪談這個互動過程中不僅挖掘了先前存在的事實，且在互動過程中創造出了新的意義。

第五節　國內相關研究回顧

一、女性自身對母職的看法

源於生物性功能，女性和母職有著緊密的連結。然而，愈來愈多的女性對此產生自我覺知及反省，國內有不少相關研究，著重在探討女性「遭遇」母職時如何去調適與面對。

例如，莊永佳（1999）訪談九位女性（單身、已婚皆有），探討母職倫理對她們的影響。研究結果顯示女性須自我調適建構，不論結婚生子與否，仍難脫離母職形象的框架。而黃儀娟（2000）則從女性主義觀點出發，研究移居美國之台裔女性知識份子，了解她們身處在西方社會下對母職倫理的看法。這些台灣女性身處異地，生育的觀念仍受傳統中國「傳宗接代」的影響，但在教養小孩上則呈現中西合璧的做法。

女性有知覺想要轉變，但仍被掙脫傳統價值觀的束縛，矛盾的情結可從姜漢儀（2003）研究現代未婚女性的母職觀看出，在這篇論文中顯示女性的傳統價值觀來自於其母親的影響，而轉變的部份則來自周圍環境的刺激：包括學校、大眾傳播媒介、同儕團體與社會變遷等。這個研究道出了母職透過代間傳遞的現象，曾端真（2000）認為母女關係建構於幼年的文化情境中，女孩的人格特質受母親教養方式而建構，對於未來的母職模式有著複製的作用。此觀點對於本研究的訪問有提示的作用，研究對象與母親的關係對於自己的母職，或多或少有著不同的影響值得探討。

在母職實踐方面，吳麗明（2003）將研究焦點放在女研究生的就學、就業及母職，由社會制度看父權文化對性別的影響，結果呈現了女研究生的生命經驗：呈現從重擔到調整，經轉化後再從融合到適應的生命反轉之歷程。另外，有不少人研究母親透過社區參與、加入讀書會等活動，將自己的母職經驗由家庭「私」領域擴展到「公」領域，在與他人的互動交流中，從而學習、成長（邱育芳，1995；張瀞文，1998；洪秀珍，2001；林佳慧，2003）。

以上的研究都顯見了現代女性背負著「母職是天職、本能」的包袱，在傳統及自己母親長期形塑的觀念下，有的是逆來順受、有的是奮力抵抗，在實踐母職的同時，顯見了女性堅強的韌性。本研究以新手媽媽為關注的對象，這些初為人母者對於母職的知覺、感受看法是如何的呢？傾聽她們對於母親角色的扮演有助於我們能更關懷母職、更貼近她們的需求。

二、特殊身份的母職經歷

針對「身份」比較不同的母親，在相關研究中也是探討焦點。「身份」比較不同的母親可分為兩類，一類是母親本身的「身份」特殊，例如王光宗（2003）即研究六位東南亞外籍母親在子女入學後的母職經驗；陳靜雁（2002）訪談十二位單親媽媽，探討其單親身份而遭遇的困境、子女教養的難題，以及婚姻調適歷程等種種狀況。另一類研究則關注在「子女」身份特殊的母職經驗，例如蘇玲慧（2003）研究三位身心障礙兒母親的生命經驗；祁安美（1999）研究 13 位孿生嬰兒母親的困境與調適；汪麗真（1993）則以量化研究探討自閉症兒童母親的角色壓力與適應……，等等。

從這些研究我們可以看出，母親們因著年齡、性情、價值觀、社會條件與人生際遇皆不相同，透過她們自身或孩子「特殊身份」的生命故事，讓社會大眾更瞭解其所面臨的困難與所經歷的心路。有人說，「母職」是最古老的行業，缺乏職前訓練，讓母親們在現實生活中遭遇任何問題時皆得勇敢面對。「母職」不只是本能、天性，更是後天學習來的，希望本研究在揭露新手媽媽的心路歷程之同時，社會大眾能對不同身份、任何一位母親給予更多的尊重，並賦予她們更多的權益及支持。

三、新手媽媽之研究

目前國內研究有關新手媽媽之論文並不多見，量化研究如胡毓雯（2000）在

醫院參與觀察，分析母嬰自第一次接觸後，其互動情境中母性行為的過程與趨勢，研究中著重在新手媽媽的行為表現——即母性行為是著重在認知（搜索），母嬰互動則重養育（生理照顧）。

在母職適應方面，張燕滿（2002）問卷調查嘉義縣市 392 位初任母親，探討她們的壓力、因應策略與婚姻品質，研究結果顯示初任母親的家庭壓力來自其教育程度、工作時間長短與家庭經濟主觀覺知之不同，而善用因應策略有助改善其婚姻品質。

質性研究方面，謝曉雯（2000）訪問五對子女未滿一歲的新手父母，研究他們在經歷生產至孩子出生後的親職經驗，得出的結論指出，對夫妻而言，第一個孩子的到來帶給他們生活很大的轉變，感受十分複雜；而在轉變中尋找出新的秩序讓新手父母們的努力得到成果，夫妻雙方如能互相體諒、角色分工，即能保有婚姻的品質。

四、小結

綜合本節所論述，有關母職之研究大部分由女性實踐之方向去探討，以新手媽媽為研究對象的，胡毓雯（2000）之研究內容偏向對初任母親之行為做探討，結果主要提供護理人員在醫院第一線上的實作參考；而張燕滿（2002）的研究則以問卷調查嘉義地區的新手媽媽其壓力與婚姻品質之關係，這兩篇論文都是量化研究。對於新手媽媽的質化研究，謝曉雯（2000）是以五對新手父母為訪談對象，主要著重在了解其共親職的體驗，但從本章第二節的文獻中我們發現，不論母親工作與否，孩子的養育責任大部份還是由母親承擔，這樣子的性別分工使得母親承受很大的壓力，而婚姻品質自然也會受影響。因此，本研究擬以新手媽媽為訪談對象，深入了解她們對母親角色的知覺與感受，在母職實踐中所遭遇之衝突及適應之過程，由於國外僅 Smith 對四位英國的新手媽媽做過質性研究，在中西方文化差異下，希望透過本研究而能為新手媽媽有更進一步的探討與了解。

第三章　研究方法

本研究採用質性研究的取向，希冀透過深度訪談、文件蒐集，由複雜的脈絡中進入新手媽媽們的內心世界，對其初任母職之歷程加以研究。本章除了說明研究流程、研究架構及研究設計外，並將探討資料的處理與分析。

第一節　研究流程和研究架構

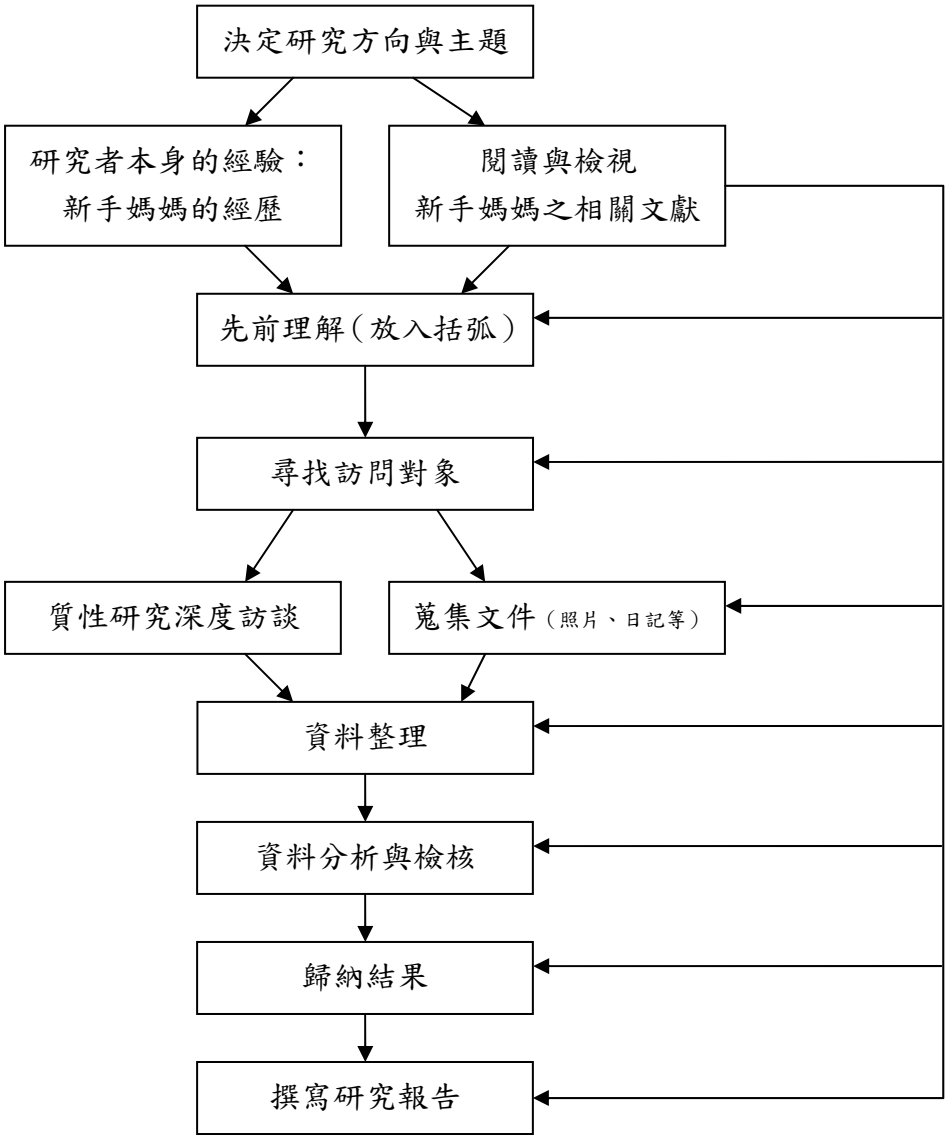


圖 3-1 研究流程圖

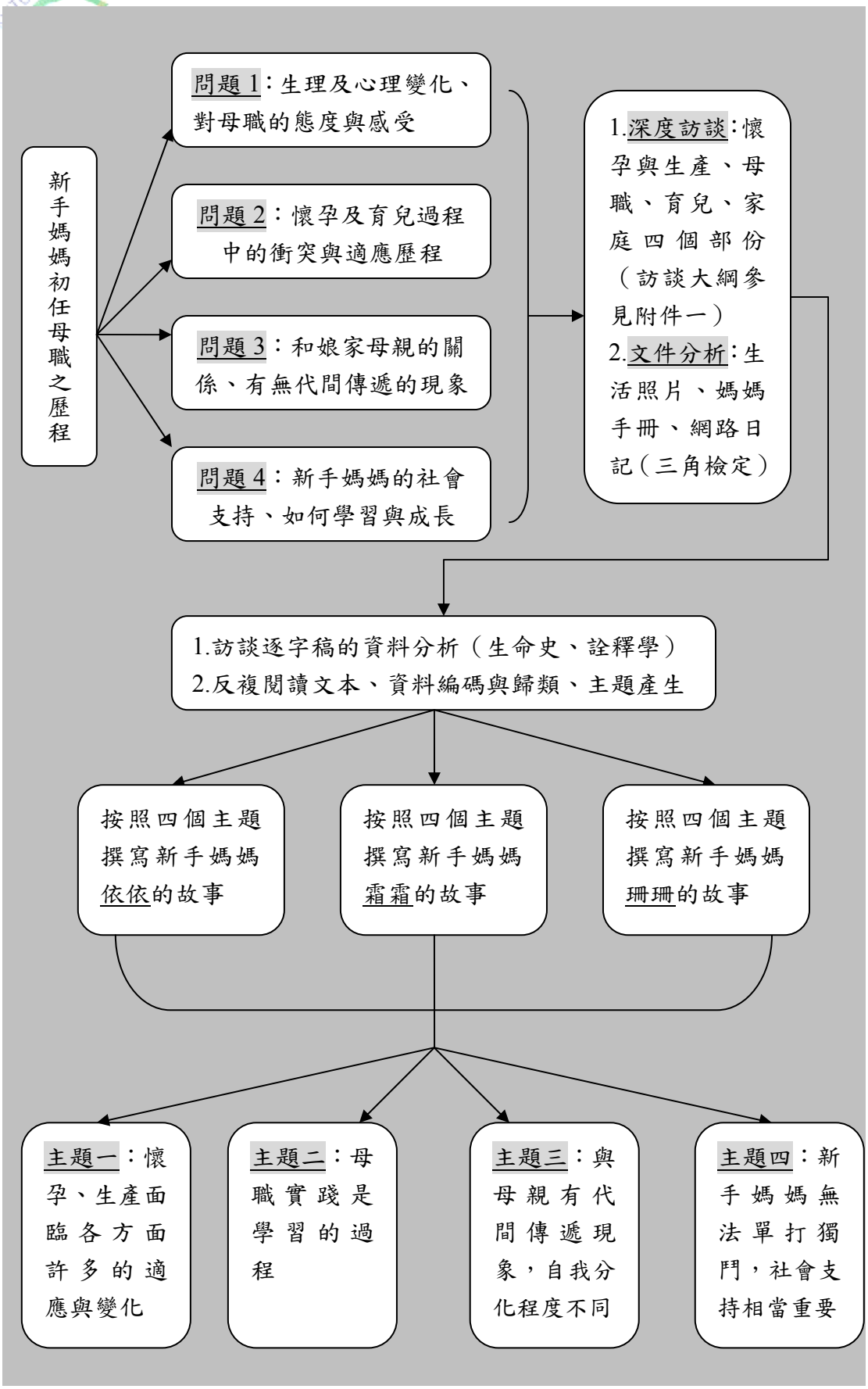

新手媽媽初任母職之歷程
問題 1：生理及心理變化、對母職的態度與感受
問題 2：懷孕及育兒過程中的衝突與適應歷程
問題 3：和娘家母親的關係、有無代間傳遞的現象
問題 4：新手媽媽的社會支持、如何學習與成長
1.深度訪談：懷孕與生產、母職、育兒、家庭四個部份（訪談大綱參見附件一）
2.文件分析：生活照片、媽媽手冊、網路日記（三角檢定）
1.訪談逐字稿的資料分析（生命史、詮釋學）
2.反複閱讀文本、資料編碼與歸類、主題產生
按照四個主題撰寫新手媽媽依依的故事
按照四個主題撰寫新手媽媽霜霜的故事
按照四個主題撰寫新手媽媽珊珊的故事
主題一：懷孕、生產面臨各方面許多的適應與變化
主題二：母職實踐是學習的過程
主題三：與母親有代間傳遞現象，自我分化程度不同
主題四：新手媽媽無法單打獨鬥，社會支持相當重要

圖 3-2 研究架構圖

第二節　研究設計

一、研究對象

質性研究的對象是「立意取樣」——本研究選取三位二十歲以上、雙親家庭、育有一名兩歲半以下的小孩之台灣婦女為訪談對象，選取三位是考量內容的豐富性，以及研究者的時間與體力所能勝任。因為研究者居住地區頗偏僻，周遭並無適合的研究對象，於是透過網際網路，在媽媽網站上尋求願意接受訪談者，原本設定在尋找有寫日記（紙本或網路日記皆可）習慣者，如此有利於回憶懷孕的過程，而幸運地話題中有很多媽媽熱心回應，表示願意接受訪談，研究者再一一篩選符合新手媽媽條件的對象（有些孩子年齡較大、有些育有兩個以上的小孩都必需剔除），剩餘的對象又多居住在中部、西部，最後選擇了一位則是居住在台北地區、有撰寫網路日記的新手媽媽。

由於訪談必需面對面進行較佳，考量交通與時間之因素，因此後來在網路上重新徵求了兩位台東地區的新手媽媽，她們雖然在懷孕期間沒有撰寫日記，但對於懷孕的經過回想起來仍記憶猶新；這三位訪談對象對於參與研究的意願都相當高，很爽快地答應，因此這樣子的主動性對於訪談的進行是相當有利的。以下是她們的基本資料及簡介：

表 3-1　**研究對象的基本資料**

資料編號	匿名	居住地	職業	年齡	家庭型態	小孩生日
A	依依	台東市	小學教師	29	三代同堂	92.09.12
B	霜霜	台東市	內勤人員	28	小家庭	91.12.22
C	珊珊	台北縣	金控業	28	大家庭	94.01.04

本研究中，三位研究對象的真實姓名都改用匿名代替，以保護當事人的隱私權。取名依依、霜霜、珊珊隱含著第一順位、霜霜為第二、珊珊為第三，對於研究者撰寫及讀者閱讀時皆有助於記憶。

（一）依依

29 歲，師院畢業後就一直在國小任教，目前在台東縣某國小當低年級的導師。依依個性開朗外向，先生是職業軍人，結婚後約半年懷孕。育有一子，家庭經濟穩定，和先生、娘家爸爸、兒子租屋在台東市。

（二）霜霜

28 歲，高職畢業，個性爽朗，工作雖不穩定但家庭型態仍屬雙薪家庭，和先生租屋在台東市，結婚後約半年懷孕。兒子平日與公婆住在富里，週休二日才回富里和兒子相處，是假日媽媽。

（三）珊珊

28 歲，大學畢業，在台北某大金控公司服務，結婚後和夫家成員一起住在汐止夫家，是都會區少見的大家庭型態，結婚後約三個半月懷孕，育有一女，自述個性刻苦耐勞、優柔寡斷。

四、資料蒐集

（一）深度訪談

質性研究的資料蒐集方式，主要由研究者透過「觀察」、「錄製」、「訪談」三種方式取得（胡幼慧，1996），本研究採取深度訪談的方式，蒐集受訪的新手媽媽們所敘說的初任母職之經歷。藉由訪談的過程，使研究者更貼近、理解研究對象在其真實的情境脈絡下之生活經歷。潘淑滿（2003）認為，訪談就是在創造一種情境，讓研究者可以透過口語雙向溝通過程，輔以聆聽與觀察，共同建構出社會現象的本質與行動的意義，進而透過詮釋過程，將被研究的現象與行動還原再現。

Kvale（1996）指出，深度訪談是在訪談進行中，研究者深入受訪者的生活世界，與其共同建構生活經驗的過程，因此研究者在自然情境下與研究

參與者互動，試圖融入其生活世界，理解並詮釋其生活意義（引自蔡沛婕，2000）。而 Chase（1995）認為深度訪談是我們尋求生命故事中很重要的方式，同時他也提出了一些重點深度訪談的重點，例如：邀請並鼓勵研究對象說出她們想分享的；用口語化的言語而非社交口吻；問她們經驗、感受、和想法，並敏銳地體會資料是否夠充足了，需不需要再探究下去；和研究對象建立良好關係……等等，在研究的過程中研究者隨時提醒自己要特別注意。

就研究者對訪談結構的控制程度而言，訪談可分為三種類型：結構型、半結構型、無結構型。在本研究中，研究者在訪談時所扮演的是一位「引導者」的角色，因此採取的是「半結構型」的訪談方式，以預先擬定好的訪談大綱（請見附件一）來引導研究對象敘說自己的生活經歷與情感想法，目的在對訪談的結構具有一定的控制作用，但同時也允許研究對象積極參與（陳向明，2003）。

例如 1.：

研究者：可以分享一下你知道懷孕的過程嗎？

依依：嗯。那蠻特別的。我是 92 年吧，寒假去澎湖玩，吃了海鮮回來得腸胃炎，就上吐下瀉啊。然後也是去醫院掛了兩次急診，然後後來胃一直很不舒服，那我自己覺得說拖了這麼久腸胃都還沒好，我覺得要再去看一下醫生，掛那個內科。門諾，那時我先生剛好休假，我也休假去花蓮。然後先掛內科之後就跟醫生講吶…就說欸…很不舒服啊，很久了啊。那醫生就說抽個血檢驗個尿好了這樣子。那醫生看完了之後就說那是懷孕了。

（訪 A-940520-2-6~13）

例如 2.：

研究者：懷孕如果用初中後期三個階段區分，有沒有什麼特別印象深刻的事？

依依：喔。有。懷孕到第七個月的時候，我有「子宮頸息肉糜爛」，就是五個月的時候出血，剛開始檢查都說是胎盤過低，結果輕微出血就是安胎。到了中期其實胎盤應該上去了，可是還是有（出血），就去醫院檢查，到高雄榮總。對，是到中期還有做一些檢查，但都檢查不出什麼。那就到高雄榮總，做比較詳細的檢查，就說是子宮頸有息肉，息肉大概已經撐開子宮頸一兩指的寬度了。

（訪 A-940520-3-26~32）

訪談大綱主要是作為提問的指引方向，以免訪談流於無目的的日常談話。本研究所提問的訪談大綱導引至開放性的回答，在訪談過程中，研究者儘量讓研究對象可以暢所欲言，通常提問了一個問題之後，即耐心地讓對方敘說完，再針對所敘說的內容更深入，或是其他問題提問。有時候研究對象不免敘說到跟主題非常無關的事，這時研究者還是不隨意插話，等待對方在言語中有透露出與研究大綱稍微相關的話語時，再適時導回「正題」。

（二）文件分析

本研究透過尋求新手媽媽們的生活照片、媽媽手冊、網路日記等，來補充訪談的不足。歐用生（1989）認為，質的研究者應將文件視為社會情境的一部份，並加以探討。另外，文件也可以扮演不同資料來源的角色，來增加資料的豐富性，同時也可作為資料檢證的工具之一。

表 3-2　**研究對象的文件資料**

對象	使用到的文件資料
依依	生活照片、媽媽手冊
霜霜	生活照片、媽媽手冊
珊珊	網路照片、網路日記

生活照片、媽媽手冊有助於資料上的檢證，研究者在看照片之際和研究對象對話，可以和先前的訪談內容做連結，例如照片中的某某人就是某日發生了什麼事情，和先前訪談時所陳述的內容互做對照，有不明白之處可以再度釐清，但為了顧及個人隱私，兩者在後續三位新手媽媽的故事中無法呈現。新手媽媽珊珊比較特別的是有網路日記之文字資料，在第六章她的故事中有少部份引用做文本的佐證，以「日記 C-930607」即表示引用她網路日記中，93 年 6 月 7 日的記錄。另外，研究者在訪談後都會寫省思札記，在文本引用中的格式如「省思札記-940628」，即指研究者在 94 年 6 月 28 自己書寫的省思手札。

（三）訪談記錄表如下所示：

表 3-3　**訪談記錄表**

對象	訪談日期	訪談時間	訪談地點
依依	94/05/20	2 小時	教室
依依	94/05/27	2 小時	教室
依依	94/06/15	2 小時	教室
依依	94/06/23	1 小時	教室
依依	94/10/06	1 小時	教室
霜霜	94/07/11	2 小時	咖啡廳
霜霜	94/07/28	2 小時	咖啡廳
霜霜	94/11/10	1 小時	研究對象家中
珊珊	94/06/28	2 小時	咖啡廳
珊珊	94/08/02	2 小時	電話訪談
珊珊	94/10/27	1 小時	電話訪談
珊珊	94/11/15	1 小時	電話訪談

五、研究者

Lincoln & Guba（1985）認為以人作為研究的主要工具，主要是基於質的研究中充滿不確定性和可變性，只有研究者本身作為研究工具才能順應這種多變的研究情境（引自林佩璇，2000，頁 256）。

（一）研究者的背景

質的研究者本身即是搜集資料的主要工具，這個人類的工具帶著他自己的意念、思想和情感，進入一個也是充滿著意念、思想和情感的社會情境搜集資料（黃瑞琴，1991）。本研究中，研究者是女性，本身即符合「新手媽媽」的條件，家中有一名兩歲半以下的孩子，有關懷孕、分娩、育兒的過程仍記憶猶新，同時對其他新手媽媽的經歷感到關懷、好奇。因此，研究者本身的經驗有助於知覺或感受研究對象的生活世界與經歷。誠如丁興祥(2004)所言，在質性研究的過程中，從所關心的個案中可以看見他們生命的變遷，是極具學術意義的；同時，在不斷轉化的生命歷程與自身理解相呼應時，自

己的生命也得以重新鎔鑄。

再者，研究者曾經在信誼基金會擔任行銷企劃專員的資歷，有助研究者站在「女性消費者」的立場，了解媽媽們對於任何有關育兒經驗及方式知識的渴求。另外，潘慧玲（2004）曾指出：質性研究裡很重視是對文字的運用，如何將所見聞用生動的言語來表達是一大考驗。研究者曾經任職文案、編輯等文字工作長達五年，因此對於質性研究必須處理龐雜的文字資料、編碼、分析等過程，感到高度的挑戰性與企圖心，也樂在其中。

最後，研究者在研究所課程曾修習「質性研究」之課程，對於相關書籍有所涉獵，並曾做過生命史的個案研究，對於資料蒐集、編碼、分析、報告撰寫等過程有初步的嘗試。

基於以上研究者的背景，誠如黃政傑（2001）之言：個人之歷史、經驗、洞察都成為本研究的一種資產，具有積極的意涵，多元觀點將使本研究更具吸引力，也使研究現象的理解更具整全性。

（二）研究者的角色

研究者（我）本身也是「新手媽媽」，在短短不到兩年的母職經歷中，內心許多的衝突來自社會化母職的觀點以及傳統習俗。例如原先我對餵母乳或牛奶抱持著「隨緣」的態度，有母奶就餵，奶水不夠就餵牛奶。但是在醫院安胎住院的過程中，志工媽媽每週固定來訪視我，教我餵母奶的觀念及技巧，並一再灌輸我「為了給小孩最好的抵抗力，一定要餵母奶」。於是乎，從開刀房推出來的四小時後，我奶水尚未分泌出來，還是讓女兒學習吸吮；爾後，我的乳竇堵塞、破皮流血，但還是咬緊牙根撐下去。還記得女兒每次要吸吮前，我都得先深深地倒吸一口氣，把那一塊掀起的皮整理好它應該在的「位置」，再繼續餵哺。因為當時我是全職媽媽，不餵母奶好像說不過去會被說閒話，而我抱持的觀點是：只要是對 baby 有好處，再辛苦也願意做，因此我一直持續地餵母奶，直到女兒自然離乳。

我自覺是個相當有自主性的人，由於我有照顧外甥（從出生到三歲）的先前經驗，因此多年下來從書籍、網路中吸收了很多的育兒資訊，對於育兒方式也有自己的想法。但是考上台東大學教研所、生產後搬回台東與公婆居住則是我和外子預料之外的，也由於三代同堂，老一輩的習慣、傳統和現代化的外子與我於是產生很多的磨擦與衝突。

例如，女兒出生至今一直很愛哭，有時哭到令人心慌意亂，雖然去看小兒科醫生也無法解決。婆婆認為莫名的哭泣就是「煞到」，於是會拿出「符紙」來，燒成灰、與水拌和以後餵女兒；為了「退胎火」婆婆餵女兒喝類似感冒糖漿的紅嬰水；六個多月時婆婆讓女兒坐鄰居送的「螃蟹車」……在面對這些衝突時，還好外子和我的觀念與口徑是一致的，一開始我們會試著從網路找資料下載後，與婆婆溝通無效後，外子通常會成為衝突的解決者：把紅嬰水、螃蟹車丟掉。我們敬重長輩，但我們堅持的是，無法證實好處的事物就不要加諸在女兒身上，即使會悖逆了長輩的意思。

然而，若是對女兒「無害」的傳統習俗，我們也都會接受。例如：出生第24天要剃髮、滿一歲要「捉週」，在進行時我們甚至會拍照為女兒留下紀念。

由於研究者的經驗仍是記憶猶新的，在訪談過程中，本身的親身經歷將有助於對研究對象擬情的理解、進行互為主體的對話，這些都有助於澄清及詮釋新手媽媽們初任母職之經歷。另外，如林芳玫（2000）所強調的，研究者所面對的，並不是去支持或反對研究對象，而是去挖掘研究對象聲音的多重性與複雜性並進一步分析原因，因此在訪談過程中，即使研究對象有和研究者抱持著不同的觀點或立場，研究者也保持「中立」的態度，不去辯駁。

（三）研究者的立場

1.隨時保持開放性：

本研究雖然在初始有訂立研究目的與研究問題，同時訪談時也有訪談大綱可以參佐，但在研究進行的過程中，研究者時時提醒自己保持「開放」

的心態。高淑清（2000）認為，所謂開放是一種好奇和慾望，一種想用另種方式去了解某事的心態；是一種隨時接受驚奇的承受能力，開放也表示要對一些不被預測或期待的現象保有特定的敏感度。研究者自身雖有初任母職的經驗，但研究者相信，沒有人的遭遇是相同的，每個新手媽媽都有其不同的經歷，這些生命故事都是極其珍貴、具高度價值的，因此要求自己努力扮演一個傾聽者的角色。

2.時時反省並覺察：

質的研究主要在了理當事人的內在觀點、自然情境的脈絡、人們解釋其經驗的過程。因此，研究者應保持客觀性，個人經驗在實作中不斷修正、澄清，並在遭遇問題時迅速覺察與作決定，都是必然的工作（黃瑞琴，1991；高敬文，1996）。針對反省，黃瑞琴（1991）指出幾個大方向可提供研究者時時提醒自己：

（1）分析的反省：包含資料呈現的類型、主題、資料間的關係。

（2）方法的反省：評估與對象的關係、研究的過程和策略等等。

（3）倫理的反省：包含與研究對象的關係、私人資料（如照片）的引用等。

（4）研究者心境的反省：在進入現場前後詳細記錄，有助於研究者記錄下自我覺察、印象、焦慮、領悟。

（5）疑點的反省：有助於澄清、修正錯誤。

本研究中，研究者在整個研究過程中保持撰寫省思札記，同時在覺察到有任何問題時，即和指導教授或同儕討論，做反省與修正。

3.與研究對象的關係

研究者相當感謝研究對象對本研究的參與，三位新手媽媽恰好都是職業婦女，在繁忙的生活中（尤其常利用下班後）須抽空接受訪問，相當辛苦。研究者隨時提醒自己與研究對象「保持平等的關係，像朋友般互信合作」（熊召弟，2001），由於三位研究對象都有個人寶寶的專屬網站，不時會上傳生活日記、照片在網站中，研究者不定時上網瀏覽，關心她們生活

中最近的狀況，並在網站上留言問候。在深度訪談時，研究者提出問題時特別注意自己的措辭，同時建立平等對談的氣氛，做一個良好的傾聽者，讓研究對象有時間並有意願地說出她們的母職經歷，並以富含同理心的回應來鼓勵研究對象，使其願意完全抒發內心的感受。

第三節　資料處理與分析

一、資料分析

蒐集到相關的資料後，研究者開始進行資料分析。潘淑滿（2003）認為，質性研究之資料分析過程，其實就是一種概念化的過程，主要任務就是要將這些資料經過對照、比較、歸納等方式，將一般性的觀念發展出具體的概念（concepts）或主題（themes）；而這些資料通常是以文本（text）的方式呈現，包括逐字稿、研究者與研究對象間的對話、日記、研究者的省思札記等等。高淑清（2000）指出，文本的分析步驟可遵循一個概念性的循環架構，那就是「整體-部分-整體」（whole-parts-whole）的循環解析，瞭解這個基本的循環架構，將有助於對文本的真正瞭解。

依照上述理論，本研究的資料分析具體過程如下：

（一）蒐集並閱讀文本資料：將訪談及蒐集到的文本資料閱讀、再閱讀，先用鉅觀的角度來檢視「整體」的文本內容。

（二）將整體資料依主題分類：研究者勾勒出文本的全部面貌後，嘗試從字句與敘述間，尋找出主題來分類，即將整體再解析成部分的過程。這個部分也就是編碼（coding）的過程，是指將所收集到的資料打散、加以賦予概念，及再以新的方式將資料重新放在一起的操作化過程（胡幼慧，1996）。

（三）統整並剖析研究現象：此部份主要是將依主題分類的文本再做統整，以找到的共同主題來重新敘述研究對象的生活經歷，回歸到研究問題中，來檢核資料呈現的真實意義。

二、資料編碼與歸類

在正式訪談及文件蒐集結束後，即開始依資料的不同性質進行編碼。本研究採用的是 Bogdan & Biklen（1982）所提出的依資料架構性質不同而做的「編碼類別」（coding categories）來進行資料的分析（引自黃瑞琴，1991，頁 178-188）。

首先，研究者在訪談三位受訪對象全數完畢後，將全部的逐字稿整合起來，反覆閱讀，依訪談的內容來進行編碼與資料分析，最後再依不同的主題呈現出來訪談結果。

在資料歸類方面，最初根據研究大綱發展而來的內容做分類，經過歸類之後變成數個較大的概念，包括：母職、懷孕生產、育兒、家庭等等，之後幾經反複閱讀文本、思考後，又從中抽繹出適應、變化、社會支持……等更細緻的主題，爾後便開始進行資料的撰寫。以下用圖示來舉例說明：

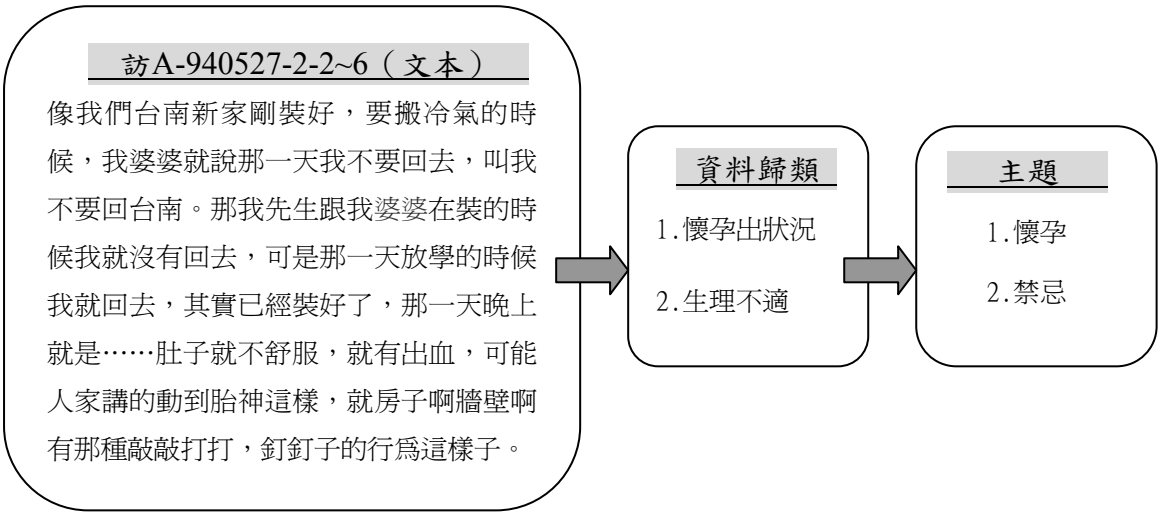


圖 3-3 資料編碼與歸類過程

上圖即顯示出研究者編碼的過程，最初閱讀文本時，研究者在旁做註記（資料歸類），即懷孕出狀況、生理不適，爾後文本全數註記過後、反覆閱讀，研究者發現三位新手媽媽都有提到「懷孕」時會特別注意傳統的說法，於是主題「禁忌」浮現出來。

本研究中引用文本的格式以「訪 A-940520-1-1~3」為例，「訪」，即代表訪談，A 為第一位研究對象的編號，即依依的資料都是以 A 起始的，「940520」代表訪談日期，接下來的 1 表示為第一次訪談，1~3 則指引用自訪談稿中的一至三行。

Runyan（1982）曾提及：「生命的完整性敘述將包含個人說的話、思想、感情、知覺、感官的每一件事；還包括對事物、事件和關係的主觀意義；還有在社

會和歷史脈絡下的描寫；醫療歷史和身體狀態及過程的記錄，或者至少包含他們如何影響行動和經驗的記錄；所處環境和情境的歷程」（引自丁興祥，2002，頁101）。研究者在資料分析、資料處理的過程中，在事件的脈絡中慢慢勾勒出受訪對象的生活經驗；同時，會邀請受訪對象閱讀並檢視內容，就其認為不正確或不願公布之處加以修改，以尊重每一位研究對象的權利與隱私。

三、資料的檢定

質性研究的研究者本身即是研究工具之一，為了增加研究結果的信度及效度，研究者使用「三角檢定」來增強資料與解釋之間的關係。

Pottom（1990）指出，透過三角測定（triangulation），將有助於研究者使用多種觀照的取向來看待資料，他同時進一步說明，三角檢定有四種基本形式——方法的三角檢定、來源的三角檢定、分析者的三角檢定及理論—觀點的三角檢定（吳芝儀、李奉儒譯，1995）。以下詳述本研究之三角測定的做法：

（一）方法的三角測定

指資料蒐集的方法，以檢驗研究發現的一致性。本研究的做法是以各種方式來蒐集資料，包括對研究對象的訪談、點閱研究對象的網路日記、相關文件資料的蒐集等，用來交叉檢驗資料的真實性。

（二）來源的三角測定

指在不同時間、不同方法中，交叉檢驗所得到資料的一致性。本研究的資料來源包括訪談部分，是以三位新手媽媽所敘說的經歷為主，佐以她們的文件，以及研究者的省思手札互相參照。

（三）分析者的三角測定

指由不同分析者的角度審視研究發現，以減少單位分析者造成的偏見。在本研究的資料蒐集與撰寫的過程中，邀請研究對象檢視文本、閱讀研究者所詮釋的觀點，並對內容提出修正及建議。

（四）理論—觀點的三角檢定

指使用不同理論觀點來處理同一份資料。本研究中，研究者在資料分析的過程中，對照第二章文獻探討中所提出的不同理論來分析主題，同一份資料不可避免的會有被重複分析到的機會，有助於研究者可以用不同的理論來看待研究結果。

第四章　依依：為母則強

依依從師院畢業後就一直在國小任教，先生是職業軍人。結婚後先生在花蓮服務，她在屏東某國小教書，和婆婆（公公已去世）兩人住在屏東，夫妻相隔兩地。婚後半年產下一子，生子後由於必須單獨照顧兒子、和婆婆溝通不良，依依於是和先生決定各自請調，一同申請到台東。兩人後來順利調動，依依把娘家爸爸（娘家媽媽早逝）接來同住台東市，目前為大家庭型態，三代同堂。

第一次和依依見面，由於依依是低年級導師，下午不用上課，便約在學校訪談。一進教室，裡面很熱鬧，有幾位師院大四的實習學生、幾位被留下來課後輔導的學生。依依熱情地招呼隨便坐，迅速處理完手邊的工作，等四周的人都到別間教室去了，我們才開始訪談錄音。

依依形容自己的個性「熱情外向」，一頭清湯掛麵的學生頭髮型、滿面笑容，說起話來不急不徐，很像在和小朋友說話的口吻，或許因為我是師院研究生的關係，我們有很多話題可聊，依依很願意敞開心房敘說她做為一位新手媽媽的經歷。

第一節　懷孕生產面臨各方面許多的適應與變化

一、新婚夫妻分隔兩地，和婆婆相處衝突日起

依依嫁進屏東夫家，因為任教學校也在屏東，因此就搬去和守寡的婆婆住在一起，先生在花蓮部隊，兩個禮拜放假才會回來一次。和婆婆兩個人相處，依依很不習慣，雖然先生是出於好意，希望她和婆婆兩人可以互相照料，但是依依覺得她的自由反而被剝奪了，彷彿在天空飛翔的小鳥被捉捕入籠，忽然間她很難適應。

> 我先生當初叫我住婆家的意思是說，離學校比較近，那安全上比較不會有顧慮，又比較輕鬆，就是不要這樣子有通勤的壓力。我覺得美其名是保護，但自由被剝奪了。（訪A-2-13-36~38）

對於婆婆煮飯的口味依依很不適應，幸好先生並沒有強迫她一定得在家裡吃

飯，依依下課後會載婆婆去游泳，等待的時間她就先在外面吃些東西，回到家裡她會虛應一下故事，扒個兩、三口飯，若有親友來訪，吃完飯她會和大家聊一下天，然後就上樓回到自己的房間洗澡、看電視，儘量不跟老人家起正面衝突。

> 因爲我婆婆的口味跟我的口味不太一樣，我先生就說你就自己吃自己的，不用管說他們（指假日會回來的親友）有沒有吃、還是你喜不喜歡吃，先生會挺我這一方面這樣。（訪 A-2-12-9~12）

三歲就喪母的依依是獨生女，由於爸爸長期出外工作，由奶奶將她一手帶大。奶奶很寵依依，依依也把奶奶當媽媽一樣看待。從小依依就很自由，奶奶很少約束她的行為、限制她要吃什麼、做什麼，爸爸如果放假回來也只是給她零用錢，從不管教她，一直到大學時奶奶過世後，依依於是一個人在外面生活。

和婆婆住在一起以後，忽然被綁在家庭裡面，依依覺得婆婆是那種比她的阿嬤更像阿嬤的類型，做什麼事都得向婆婆報備，加上老人家對於同樣的事不免重複嘮叨，雖然知道婆婆是出於好意、關心，但是依依覺得行動處處受限，生活過得相當煩悶。尤其兒子出生後，在育兒方式上依依和婆婆有很多不同的做法，不過她不敢和老人家起正面衝突，嘗試溝通無效後，她只能選擇逃避，對於這樣的婆媳衝突，依依有很大的無力感。

> 覺得說我婆婆很像……比我阿嬤更像阿嬤的類型。就會管好多好多這樣子。（研究者：你覺得你們關係緊張嗎？）應該不算緊張，就是會讓人家覺得很疲累那種狀態（苦笑），不緊張但長久一件事、兩件事都不能解決，就不要去解決，到後來就覺得反正累了，……我也不想去面對這些事情。（訪 A-2-12-28~33）

由於先生長期不在身邊，依依和婆婆表面上看起來風平浪靜，但依依的內心是波濤洶湧的，很多事情一直積蓄在心裡面，婆媳之間若有衝突產生，依依只能打電話向先生抱怨，先生允諾放假回來再去和婆婆溝通，但往往都已事過境遷，隔了一陣子才又爆發同樣的事情。為此，依依和先生兩人有相當長一段時間為了婆媳衝突而起爭執，加上依依覺得兒子出生後，先生長期住部隊不能給兒子完整的家庭環境，兩人於是開始討論如何解決。

> 跟婆婆住也不習慣，還有一個人帶小孩也是有壓力，會有自己好像兩頭燒，又要上班

NTTU Library

又要帶小孩，跟婆婆有一種不太能溝通的感覺。（訪 A-2-7-21~23）

後來就跟我先生商量一起調到一個共同的地方，讓小孩長大比較有那種父母親的關愛，共同的啦。那就去年調到台東。（訪 A-1-1-8~10）

依依心想，夫妻長時間分隔兩地，等先生退伍至少還得七、八年，到兒子要上小學了還是一個月和爸爸見一次面，於是提議兩人選擇花蓮和屏東的中間點——台東，由先生向婆婆解釋、溝通，兩人各自請調，最後雙雙調動到台東來，依依和兒子於是搬離屏東婆家。

因爲我先生很難調回南部，小孩子都已經快要上……可能都已經上小學了，還是在那個每一個月見一次爸爸的階段，我也覺得我一個人不太能適應住在婆家的那種情況，所以就有提議說不然就找一個中間點，是我提的。（訪 A-2-7-14~19）

搬到台東以後，依依認為「距離產生美感」，跟婆婆的衝突減緩，一家三口終於可以住在一起，並把娘家爸爸接過來一起住，共享天倫之樂。現在依依一家人固定兩週回屏東婆家一次，婆婆更珍惜和他們在一起的時光，不再有磨擦和衝突產生，大家相處的很融洽。

二、懷孕、生產、坐月子對心理的衝擊很大

（一）懷孕像是被判了無期徒刑

依依和先生結婚後並沒有避孕，半年後自然而然就懷孕了，談起驗出懷孕的經過，依依自己覺得很好笑，那時正在放寒假，夫婦倆剛從澎湖渡假回來，吃了海鮮結果就上吐下瀉，到後來感覺腸胃不適再去就診，沒想到在醫院驗尿後被判了「無期徒刑」，而說到知道懷孕的心情時，依依表示「嚇了一跳」、「太早了」、「覺得還沒玩夠」，但先生年紀比較大了，也想早日當爸爸，因此很開心，兩人的心情是不一樣的。

我們家弟弟（指兒子）是在很偶然的機會下有的。……也沒有特意說要避孕，或什麼時候要生小 baby，結婚後半年內就有了，自然而然的。（訪 A-1-1-26~29）

突然之間覺得好像不太能接受，……怎麼辦，我就不能蹦蹦跳跳啦，不能出國啦，那時是寒假的時候。（訪 A-5-1-15~17）

（二）懷孕中期起一直出血，不麻醉動手術

懷孕到五個月時，依依開始不明原因地出血，期間換了很多醫生做檢查都查不出原因，有的醫生認為是胎盤過低造成出血，到懷孕後期應該就會沒事了。這段時間很難熬、緊張、不知所措，依依回憶「到後來出來都是血塊，就是那種一塊塊的血塊，然後那種惡臭，感覺上就不是很正常」（訪 A-1-4-16~18），依依本來很排斥中藥的，但那時中藥、西藥什麼都吃，只希望能止血，心情像鐘擺般隨著出血的狀況搖晃，時好時壞，但出血的狀況卻一直持續著。

懷孕七個月的時候，有一次她去做例行產檢，醫生幫她做內診，看到子宮頸裡彷彿有一團綿花，醫生伸手去摳、拿箝子想把那團綿花夾出來，痛的依依覺得再夾下去她就要死掉了，醫生叫依依去外面休息一下待會再進來繼續，依依心裡相當恐懼，沒想到例行產檢變成了一場令人難以忍受的酷刑，她趕緊打電話給在部隊的先生，先生請大姑趕過去醫院接她，才停止了這次的醫療行為。這一次的誤診，把依依嚇壞了，後來別的醫生說若當時硬是夾出來話就會大出血，幸好胎兒無恙。

直到七個多月時，依依才被高雄榮總的醫師檢查出來是罹患了「子宮頸息肉糜爛」，醫生說必需立即動手術，為了避免麻醉藥對胎兒有影響，整個手術過程沒有施打麻醉劑。依依在跟我敘說這個如人間煉獄般的手術時，語氣相當平緩，好像是在說別人的經歷般，然而有誰能想像，挺著個大肚子，在檢查檯上任人宰割般的感覺，同時必需忍耐肉體上的折磨……

> 懷孕到第七個月的時候，……那就到高雄榮總，做比較詳細的檢查，就說是子宮頸有息肉，息肉大概已經撐開子宮頸一兩指的寬度了。（訪 A-1-3-27~32）
>
> 因爲小孩在裡面吶，所以我是硬生生做那個電燒手術。很痛喔，而且很恐怖，覺得小孩子好像快出來了。……那個鴨舌器喔撐開，然後旁邊主治醫生的助手，一直要幫我打麻醉劑，結果醫生一直說不用……（訪 A-1-4-3~12）

雖然對於這個沒有麻醉的手術依依是心有餘悸，但為母則強，她熬過來了，覺得海闊天空、做媽媽很偉大，手術過後感覺也輕鬆許多。

我覺得媽媽好偉大喔，身體承受這麼多的病痛才生出小孩的，從一開始就一直小心翼翼到後來又出血。（訪 A-1-6-25~27）

（三）生產是一輩子的痛

依依因為和婆婆覺得有隔閡存在，先生平時又在部隊，娘家爸爸是男性也不好意思找他，於是產檢時大部份都是一個人去的。值得慶幸的是，孩子出生時爸爸在場陪伴，依依形容生產是「一輩子的痛」，對於生產當天發生的點點滴滴，依依記憶猶新，她記得自己下午才去做產檢，醫生認為大約再過七天會生，但當天晚上回去開始肚子痛：

> 然後一到診所，因爲下午才來掛號過，醫生就馬上抽，急件，就照超音波，說三天之內會生。七天之內變三天。然後，更扯喔，上去醫生要做內診，一做羊水就破掉了，破掉不生也不行，馬上就辦住院上去生。痛啊，人家是一個小時幾次陣痛，我是一開始就五分鐘的陣痛，就很強烈。第一次我就說趕快叫醫生上來，醫生說七、八個小時之內就會生了。我說不行吶七、八個小時好痛。話還沒講完就開始痛。我是八點鐘進去的，人家是假性陣痛，我是真的，痛到受不了，我就說開刀！醫生就一直說開刀不好，會有後遺症什麼的，我爸那時候看我痛得受不了也說給她開刀、給她開刀。因爲我感覺好像快不行了。……
>
> 那種痛感覺就是一輩子的痛，從沒遇到過那種痛。痛到後來都沒有力氣，那護士爬上來推，就感覺好像有一個東西就噗、噗噗就出來了。……剪會陰，有吔，可是感覺不到，他在縫的時候感覺到有東西在那邊穿來穿去，可是不會痛。因爲前面已經痛到極點了。（訪 A-1-5-17~38，A-1-6-1）

聽過依依懷孕時持續出血、不麻醉動手術的經歷，再聽依依生產的過程，我心裡如釋重負般為她感到高興，感覺前面經歷的那場如災難般的手術，生產的痛已減低許多了，她終於母子均安地產下一子。然而生產完的坐月子才是依依惡夢的開始。

（四）新生兒難照顧，坐月子像在坐牢

依依很早就給自己做心理建設，孩子出生後先生馬上得回部隊，兩週才放假回來一次，她想像自己是在放產假，雖然得一個人去帶孩子、和婆婆相處，但放

假時心情應該可以放輕鬆些，然而依依覺得實際坐月子時，她是相當鬱悶愁苦的。依依的婆婆白天會下田工作，因此寶寶都是由她自己親手照顧，新生兒不好帶，日夜顛倒，依依只好調整自己的作息配合兒子。另外，兒子常不明原因哭鬧，依依不知道該如何是好，只能跟著哭，哭到兩個人一起睡著。

> 大部份都是我自己來的。……所以他半夜起來哭，我也跟著哭。因爲坐月子會腰痠背痛，又抱著他，他又不讓你坐著，就一直站，一直搖，他哭哇，我也「騙未停」(台語)，後來就抱著他躺在棉被上面，他哭我就跟著哭，哭到兩個都睡著。(訪 A-1-7-29~37)

依依自述不相信坐月子那套習俗，不能洗頭、不能喝生冷的水、要吃麻油料理進補、不能出門.....依依樣樣都不想遵守，她兩天就洗一次頭、冷氣照吹、不吃補品，甚至曾經喝了不衛生的珍珠奶茶，在坐月子期間得了腸胃炎去醫院吊點滴。然而婆婆堅持坐月子就得遵照傳統習俗，因此坐月子對依依而言就像坐牢一樣痛苦、心情鬱悶，每天依依都在數日子，期待先生放假回來，可以帶她出去走走、「放風」，期待早日出關.....

> 坐月子當中應該說憂鬱吧。老實講我雖然不信做月子這一套，可是我婆婆會信，他會覺得滿月前的小孩子不可以到外頭去啊，那你就不可以走來走去。……吃的也被限制，那我先生又不在身邊。只能在房間裡面，就看太陽升起太陽落下，一直算過了幾天了？再過幾天了？就一直等先生回來啊，心情蠻不好的。叫我婆也不能幹嘛（指婆婆也不能幫上什麼忙)，她年紀比較大了，兒子哭我只能一直搖來搖去。(訪 A-1-8-5~12)

坐月子時，依依常在餵母奶的時候，婆婆忽然闖進來，有時身旁還帶著想看小寶貝的鄰居嬸嬸嫂嫂一起進來，讓她覺得相當不自在。

> 我覺得說我蠻沒有隱私權的，有時候我在餵母奶，我反而覺得不太自在。(訪 A-1-8-15~16)

依依曾經嘗試把房門鎖起來，但婆婆要她別鎖，這樣要端餐上樓、小孩哭鬧才可以隨時進來，依依覺得自己一點個人隱私權都沒有，最後她只好反其道而行，乾脆把房門打開，這樣反而可以清楚聽到上樓的腳步聲。依依在描敘這段經歷時，語氣非常的無奈，和婆婆之間彷彿在打一場拉鋸戰，但終究依依個性是比較柔順的，她只好轉化自己的做法，去適應婆婆的堅持。

（五）覺得懷孕、生產是一種折損女人的工作

依依認為女人懷孕、生產後，身材難以恢復，同時健康情況也變糟，容易腰痠背痛，而且照顧小孩也相當耗損青春，因此先生應該能多體諒太太的辛苦，甚至給予金錢來補償太太，可見得身材、容貌還是女性相當在意的話題。

> 我覺得生小孩對一個女人來講是一種……很折損的一種工作，……而且身體又不見得……比生產之前的狀況好，有些人就腰痠背痛，所以先生也應該要有一些適當的補償。那帶小孩又是很耗損青春的，然後女人的青春就在帶小孩當中渡過了，所以應該也要補償才對。（訪 A-4-14-3~8）

三、孩子的到來在家庭系統產生的變化：衝突多、權力一手掌握

（一）育兒方式不同，和婆婆起衝突

坐完月子回學校教書，白天兒子由婆婆照顧。依依和婆婆在育兒方式上有很多牴觸，因此發生了不少衝突。婆婆可能老花眼的關係，泡牛奶時刻度看不清楚，只好隨便泡，幾次下來濃度不對，兒子就不愛喝奶了，老人家疼孫，孫子不喝奶就讓他吃零食，要吃什麼就給他吃，讓依依覺得相當困擾。

依依記得有一次她和婆婆語言上起了衝突，婆婆熬大骨湯要給兒子喝，又怕小孩子吃不飽、營養不夠，居然特地把大骨湯上面那一層油撈起來餵兒子，依依看了都快昏倒了，她跟婆婆說怎麼餵小孩子吃那麼「油ㄌㄚˋㄌㄚˋ」（台語）的東西時，婆婆相當不高興，說以前生活困苦，有這種油水可以吃就要偷笑了，這是很營養的，怎麼會油膩呢。另外，兒子還沒長牙齒時就跟婆婆一起進食了，例如婆婆很愛吃麻糬，就常餵孫子一起吃，這也讓依依相當的煩心，很怕兒子會噎到。

另外依依覺得婆媳之間彼此忌諱的事情不同，也是衝突的引爆點。兒子小時候就有拜神明做乾爹，神明「指示」孩子兩歲之前不要靠近很熱鬧的地方、或是辦喪事、法會的地方不要去，依依於是會特別留意這方面的禁忌，但是婆婆常趁

去田裡工作時，揹著孫子去整理葬在自家田地中老伴的墳墓，兒子晚上常不明原因地哭鬧，讓依依無所適從，覺得婆婆很難溝通。但是像婆婆就會告誡依依，小孩子還小，晚上不要帶他出門，先生若放假回來，依依很期待和先生一起逛個夜市、外出吃飯，就會把兒子一起帶出門，於是引起婆婆的不悅。就這樣，婆媳的禁忌各不同，於是衝突一再上演。

> 神明就說他（指兒子）兩歲之前不要靠近那個很熱鬧的地方、或是辦喪事啊、人家很多法會的地方不要去，我會就聽這方面的禁忌，……可是我婆婆就會背著他去墓地。（笑）因爲我公公是葬在自家的田地，……晚上又有哭鬧的情況，就會覺得怎麼辦，很難溝通吔，又不能叫她不要去。（訪 A-2-9-32，2-10-4~5）

（二）不放心、不放手，教養權力一手掌握

由於兒子是兩邊家庭的長孫，大家都很疼他，加上先生也相當疼兒子，因此教養兒子的責任大多落在依依肩上，在這方面依依覺得先生扮演的是輔助性的角色，主要教養權責在她，她認為一方面是外公、先生太寵小孩的原因所致，一方面是自己不放心、不願意放手的關係。

> 我覺得我已經盡到母職很大的部份了，（笑）就是把他生出來。我先生可能只是一個輔助的角色而已，因爲他不用做大部份的家事，然後教養小孩也是我們共同承擔。（訪 A-3-1-3~6）

依依覺得孩子生活常規要好、對長輩要有禮貌，因此會堅持該教的還是要教，管教兒子的時候，會先用言語嚇阻，若仍講不聽只好使出打的手段，依依覺得她比較能控制適度的去體罰孩子，因為先生、公公是男性，怕他們出手過重會打傷孩子，因此她扮起家庭中「黑臉」的角色。

> 還是要打。但是因爲媽媽還是女性，手段可能不會像爸爸那麼粗殘，他爸爸也曾經打過他，所以我就是不放心，因爲有時候男人啊的手力會比較大，萬一他的手道……手力不能控制的話會打傷小孩。（訪 A-3-2-10~13）

由此看來，在依依的家庭中，先生頗能體諒她是職業婦女而願意幫忙照料孩子，但是是依依自己不放心，因此把家中權力一手攬過來，自己負起教養孩子的

最大責任。

（三）孩子是依靠，也是擋箭牌

個性溫順的依依不敢和婆婆起正面衝突，兒子出生後，她會利用幫兒子打預防針、買東西做為藉口外出、回娘家，因此兒子成為她的擋箭牌，比方以前不敢常回娘家，後來就可以用兒子要回台南打預防針為藉口回去。兒子成為依依的聯盟，是依依生活上的靠山，她覺得母子倆是「同一國」的，讓她在與婆婆之間多了一個緩衝，可以編理由是為了兒子，而去做自己想做的事。

> 他（指兒子）……是我很重要的依靠，因爲如果剛結婚的時候是一個人的，也是一個人面對我婆婆，可是生了他之後最起碼他是跟我一組的，還覺得他是我很重要的依靠，尤其又可以拿他來當擋箭牌。（訪 A-2-13-20~23）

四、工作上心態有轉變、適應

在國小任教的依依，剛開始教小朋友時充滿教學熱忱，不免對學生有較高的期待，若小朋友不順她的心，依依的口氣就會比較嚴厲一點，後來懷孕了，她希望做好胎教，就會儘量把語氣變得比較柔順一點；懷孕當中依依也比較體會得到做媽媽的那種心情，所以對小孩子並不是降低標準，而是用不會很重的口氣，跟小朋友們好好溝通。

生了兒子之後，她比較能站在家長的立場去看事情，蠻能體諒外面家長對小孩子學習上的期待，或是希望老師怎麼樣配合的一種心態。對於學生和家長也比較會用同理心去看待，依依認為最大的改變在於「工作上有一點心態上的改變」。（訪 A-4-5-27）

第二節　母職實踐是學習的過程

一、做媽媽需不斷學習，看事辦事、見招拆招

依依和先生都是軍公教人員，收入穩定，因此依依的生活中比較不用為物質煩惱。對依依來說，孩子的教養、身體發展方面，都是第一次接觸到的問題，身為新手媽媽，常常不太明白孩子現在的身體狀況、健康情形是不是正常的，就會有些苦惱。依依舉例說，像是孩子如果生病了，第一次碰到他生病會令人手足無措，但是後來知道怎麼樣去照顧他、駕輕就熟之後，就比較不會那麼的擔心。還有像兒子的生長曲線比較沒有那麼明顯時，「也是會有一點擔心，後來看他也是蠻健康的，活動量很大，就覺得還好，也不是蠻大的問題」。（訪 A-4-2-6~10）

說起當新手媽媽的心情，依依認為快樂的成份居多，看到孩子每一階段都有不同的發展，像兒子開始會說話了、會爬了、會走路了，做媽媽的心裡就很欣慰，依依覺得孩子身體健康，看到他每天蹦蹦跳跳的就很開心，比得到先生買的禮物還令她高興。依依所言可以說天下所有為人父母的心聲，孩子能健康平安地長大，比什麼都來得重要。

> 如果小孩子很健康，像他會那些動作以後就像得到禮物一樣很高興。這種感覺勝過於先生給我禮物啊，物質上的，希望他長大就覺得很喜悅……（訪 A-4-7-34~37）

依依認為有關育兒方面，書上的理論看似簡單，但做起來卻很困難，很多時候小孩子出現狀況時，不一定像書上寫得那麼如意、那麼容易解決，於是就得看事辦事、見招拆招，有時候不免會覺得自己好像處理得很糟糕，因此她認為做媽媽就要不斷地學習新的技能。

> 帶小孩有時候在身邊哭啊，吵鬧啊，有時候會覺得不知道該怎麼處理，一次、兩次之後就熟了，就知道孩子哭了是餓了還是要換尿布啊，慢慢的就知道一些竅門。（訪 A-3-7-5~7）

有句廣告語說：「我是當媽媽之後才學會做媽媽的」，依依相當認同，在育兒的過程中有許多的第一次，依依認為別人的育兒態度和方法對於自己不一定適用，尤其婆婆會以過來人的身份告訴她該怎麼做，依依不覺得婆婆的方式就是不

對的，也會覺得自己也沒有錯，倆人都是為了小孩好，最後可能得有一點取捨，取中點點，婆婆可以接受、自己也可以接受的方式。

因此母職實踐是一段學習、嘗試錯誤、自己親身體驗的過程，其中蘊含著許多的疑問、許多的驚奇，雖然理論或者是別人的經驗會告訴她可以怎樣做，但依依覺得還是得依照不同情境去判斷是否適用。

> 我也是當媽媽之後才學會做媽媽的，……別人的態度或方法是不是完全正確，我都要去花一段時間去判斷，……那我也要心裡面先去思考、先去咀嚼過一遍……很多當媽媽的第一步，每一次嘗試都是第一步，他剛會走哇、會爬，啊下一步會進行到什麼樣的程度，都還是心裡面打問號。（訪 A-2-16-4~14）

二、母職角色壓力大，不敢輕易換工作，有時想休息無人可替代

依依是國小老師，工作穩定，她認為為了養育下一代，應該給孩子一個穩定的生活，因此她會堅守在自己的崗位上，生涯規劃她覺得要等孩子獨立後再去做。雖然有時候也會想要自己開家店，從事自己有興趣的工作，但依依說這些都只是夢想一下而已，到目前為止應該還沒有勇氣去做其他方面的嘗試、不敢輕易付諸行動。

> 我想在小孩子還沒有完成他的課業之前，可能父母都要有一個固定的工作、經濟收入，所以不太可能輕易離開教育界。或許等他自己獨立長大之後，我也可以退休了，到時候可能就會跟現在不同的生活規劃。（A-4-14-18~21）

依依先前一個人住在屏東婆家，先生沒有住在一起時，有時候真的很想喘口氣、休息一下也沒有援手，例如孩子有一段時間很黏她，要上廁所、要洗澡，都得趁兒睡著的時候趕快進行，甚至不得不洗戰鬥澡……，一語道盡新手媽媽孤立無援時的困境。

> 小孩哭鬧的時候要有人可以接手，可以稍微讓我喘息一下，那是之前我先生不在的時候。那小孩子如果生病的話，白天很擔心啊，像自己有上班啊就蠻希望有一個人可以……可以來分擔一下。（訪 A-4-5-3~7）

三、相信傳統懷孕禁忌的說法

懷孕時有很多禁忌之說，例如在房間裡不能拿剪刀，否則小孩會兔唇；不能舉高雙手或拿重物，否則會導致流產；不能搬家、敲敲打打，否則會動了胎氣。有兩次特別的經驗就是台南新家剛裝潢好，要搬冷氣的時候她已刻意避開，但那天晚上肚子就不舒服、有出血的狀況，依依認為這可能就是人家說的動到胎神之類的問題。還有一次夫家在挖井，依依當時並不在場，可是鑽土機鑽下去不久之後她也是有出血的情況。對於這樣的事情，依依認為用科學無法解釋，她相信這些禁忌之說，能夠儘量避免的她就會去避免，若不得已要用剪刀時就先跟胎神「報備」一下才會安心。

> 像孕婦的禁忌我很信吔。像不要拿剪刀我之儘量不去拿，但是不得已美勞課要拿剪刀，我就唸一下再用。（研究者：唸什麼？所以你有信仰？）佛道教都有吧，就唸說胎神啊，我不是故意的啦。（訪 A-1-7-1~4）

四、遵循傳統育兒習俗

在育兒方面，傳統有許多習俗，例如孩子出生第 24 天要剃頭、滿月要吃油飯、四個月時要收涎、一歲時要抓周……等。依依的婆婆是相當注重這些禮俗的，都會提醒他們、幫小孩子做，依依說自己通常扮演旁觀者的角色，只要對兒子的身體沒有什麼影響的話，又能夠讓老人家信仰得到滿足是無妨的。

> 他出生 24 天就做那個什麼……剃頭，那滿月也是一樣我們有辦那個……我們自己鄉下是吃麻油雞，……然後弟弟四個月「收涎」(台語)也是有做，阿嬤就是去買那個裡面有空洞的圓餅，然後用紅繩子串起來來幫他收延，該做的都有做。（訪 A-2-14-31~38，A-2-15-1）

第三節　與奶奶（代替母親角色者）有代間傳遞的現象，自我分化高

一、從奶奶身上學到勤儉

三歲就喪母的依依，從小由奶奶帶大，她認為奶奶有替代母親的角色，等她

長大了，換她照顧奶奶，兩人相互扶持。依依認為奶奶對她的影響就是勤儉，即使依依和先生兩人的收入算小康，她幫兒子買衣服常在菜市場、路邊攤選購（研究者有一次和依依看居家照片時，依依自己陳述孩子都穿一套一百元的衣服），從這裡依依儉僕的個性可見一斑。

> 和我媽媽？沒有什麼印象。……應該記憶中已經搜尋不到那個回憶了。我奶奶，我小時候都是跟我奶奶，因爲我爸爸就是也要工作啊。（訪 A-2-2-20~23）
>
> 從她（指奶奶）身上我會看到一些勤儉的美德、觀念。（訪 A-4-2-38）

二、自我分化高，學習奶奶優點、避免同樣的缺點

依依回想奶奶在照顧她的同時，還得工作負擔家計，忙碌生活使得奶奶不太會去傾聽她有什麼心事，只要孫女有平安健康長大就好了；而奶奶在教養她時，獎勵方式都是給零用錢，對於這樣的情況她記憶深刻，也警惕自己，希望做為一個母親，就應該要能和子女暢談心事，不要只是給予物質上的滿足。另外，奶奶重男輕女，但依依不會，反而羨慕別人生女兒可以幫女兒打扮。雖然從奶奶身上學到勤儉，但依依認為勤儉也是要適度的。

> 那我奶奶其實只有一個很好的照顧的角色，但是聽我們講心事的部份可能就比較少一點。（訪 A-4-2-23~24）
>
> 我奶奶比較重男輕女，但是我不會，……那我奶奶很節儉，他食物就是煮了，下一餐繼續吃，吃不完要再餵狗，一種菜就是一直熱一直熱很多次，我是覺得食物就是要吃新鮮的，不會有這種過份勤儉的觀念。（訪 A-4-3-24~30）

從依依和奶奶的關係中可以看出她的自我分化很高，她能學習到奶奶的優點，也能覺察奶奶的態度和觀念，自己篩選、成功分化出來，不過度勤儉、不重男輕女、也期許自己扮演一個將來能和孩子談心事的母親角色。

第四節　新手媽媽無法單打獨鬥，社會支持相當重要

一、工具性：工作上幸運獲得協助、先生和爸爸的分工

依依比較幸運的是在學校任教，大家都能體諒她懷孕了，戶外課、體育課都由別人代勞，導護工作也不用排，減輕很多工作量；懷孕後期不舒服得請假時，校長蠻通融，儘量讓她不用登記成請假，就算外出，給她很大的幫忙；帶六年級的小朋友很懂事，看依依要是站久一點，就會拿椅子給她坐。他們都給予依依很多的社會支持。

> 我是第一個懷孕的老師，所以從我開始樹立一些規矩。他們就說懷孕了就不要做太累的事。（訪 A-1-6-37~38）

從婆家搬出來後，依依的娘家爸爸也從台南老家搬過來同住，平日依依夫妻白天上班時，兒子就由外公照顧。外公帶小孩由包尿布、泡牛奶從頭學起的，雖然沒有帶小孩的經驗，但是在照顧孩子的過程中遇到問題，都會先打電話徵詢她。

依依的先生偶爾也會幫忙料理孩子的事情，比方剛開始學泡牛奶，動作不免生疏，但幾次下來也可以駕輕就熟，因此依依認為不分男女都可以照顧好小孩的。依依舉例像是幫兒子洗澡，她總是想要很快幫兒子洗好，就可以再去處理別的家事，但若是先生的話，會搬出所有的家當如小鴨子啊、小水桶啊，難怪兒子會覺得跟爸爸在一起洗澡比較有趣，所以兒子很喜歡找爸爸玩。對此，依依心裡是不介意的，反而樂得輕鬆，可以有時間去做自己想做的事情。

> 他（指先生）可能就是兒子的大玩偶，他目前扮演的角色就是跟自己的兒子一起玩、一起成長這樣子的角色。（訪 A-3-1-6~8）

其實，孩子剛出生時夫妻兩人曾為了誰做的多、誰做的少而爭執，現在依依相當高興先生能體認她是職業婦女的辛勞，她覺得因為兩人的工作都比較穩定，比較不會有傳統「男主外、女主內」的觀念，兩人在家事和教養兒子上有一定的默契，對於目前這樣的分工合作依依很滿意、也對先生的表現感到很窩心，兩人再也不會去計較誰付出得比較多的問題了。

我是個很容易滿足的人（很靦腆的笑）。我先生可能，比較不大男人主義的，所以就算我比較累的話他也是會接手我平常該做的一些家事，可是次數不多啦，一兩次就會覺得還蠻窩心的。所以我……我也不會覺得說哪一個人比較，付出的比較多，可能各自的負責部份不同。（訪 A-3-7-32~36）

二、資訊性：獲取育兒知識的管道很多，常上網搜尋

依依認為她的育兒方式是自己多方嘗試，再糅合他人的經驗、書籍與網路資訊結合而成的，隨著孩子各階段的發展，所關注的事物也不同。

依依認為書籍有些有時效性的問題，因為住在台東沒有什麼親友，便利用網路資訊流通快又新的特性，有育兒上的問題時上網搜尋相當方便，例如小孩子不舒服時，她會針對不舒服的症狀下去搜尋，網路對依依而言是一種工具，也是一種娛樂。

書籍啊、網站，還有一些都是自己打造的（笑），自己就拿兒子當實驗品……，就去嘗試。（訪 A-4-8-24~27）

因爲台東沒有什麼親戚朋友，上網是一種娛樂，也是一種工具啊。（訪 A-4-9-3~14）

三、情感性：獨自產檢的遺憾

懷孕期間先生因為工作不在身邊的關係，加上親生母親早逝，婆婆又和自己有隔閡的感覺，大部份時候依依都是一個人去產檢的，對她而言，第一次懷孕，心中有很多的感觸，很想跟另一半分享，記憶中懷孕五個月時要驗胎兒的性別，依依覺得很緊張，彷彿在等待開獎似的心情雀躍不已（但她對胎兒性別沒有任何偏見），然而先生礙於工作還是無法陪伴她一塊兒去做產檢，只能在檢查出來後打通話給先生，對此，依依心裡不免感到遺憾。

就緊張啊，然後像珍貴的日期做產檢，像是第五個月時不是要去照性別嗎，很緊張啊也是要自己去面對，因爲沒有家人陪我去。我先生在部隊也不能陪我去。也會遺憾啊。……我爸爸一個男人他也不懂，也不知道可以怎樣幫助我。……婆婆畢竟不像自己的媽媽，有些事我也不會跟她說。（訪 A-1-6-7~18）

由於依依是獨生女，沒有手足、媽媽又早逝，不習慣和別人分享心事，但也養成她獨立自主的個性，在情感上比較內斂。

第五節　現在的依依

依依提到很多決定並非以前預想得到的、是被推著走的，因為考量孩子而做改變，例如懷孕前是想調動回娘家附近，但後來為了給兒子一個完整的家庭，才會決定兩人都調到人生地不熟台東來，但如今他們在思考，可能過幾年孩子要就學時會申請調回屏東，因為在西部競爭比較大，學習可能比較好。

> 調到台東來，其實都好像是……被推著走的感覺，並不是原先料想說在哪裡工作，待多久……那後面的變化都是後來才發生的，也不是預想得到的。（訪 A-4-5-33~35）

依依對現在的生活很滿意，有了爸爸和先生在家事及育兒上的分擔，兒子帶起來很輕鬆，依依形容兒子「填滿生活的那個角色」，讓她的生活有一個重心，更加快樂、充實，幸福之情洋溢臉上。

> 歡樂的……時光啊好像變多了，以前就是這樣過日子啊，回家看電視、洗澡、睡覺，那現在就是小孩子在旁邊嘻嘻哈哈的，那看他一天天的長大，他就是填滿我們生活的那個角色。（訪 A-2-13-32~34）

第五章　霜霜：愛孩子，就給他最好的

霜霜高職畢業，職業婦女，第一次訪談時在某公家單位受聘為臨時僱員，後來單位主管換人馬上被開除，霜霜等待很久，後來應徵到一家幼稚園當老師，做沒多久自己覺得在那裡都被「老鳥」剝削而辭職，目前待業中。因為霜霜要找的是能週休二日的工作，週末才能和兒子相處，所以就業機會不多。

霜霜的娘家在台東大武，爸爸擁有二艘漁船，經濟小康；婆家則務農（在花蓮富里），因為工作的關係夫妻倆都在台東市居住，平日二歲半的兒子住在富里，由公公、婆婆照顧，週休二日時霜霜才回去富里和兒子相處。

第一次和霜霜見面，約在下班後的晚餐時間，霜霜騎著機車到來，身著簡僕的 T-shirt 和牛仔褲，未化妝。她一下車馬上問我等很久了嗎，我笑笑說我也剛到。我們先用餐，邊吃飯邊聊天，大致了解霜霜的家庭狀況。霜霜個性爽直，說話速度很快，有問必答，只要我起一個頭、發問一個問題，霜霜就能侃侃而談，讓我對後續的訪談產生信心。

第一節　懷孕生產面臨各方面許多的適應與變化

一、覺得媳婦是「外人」不易融入夫家，夫妻常為錢爭吵

霜霜夫妻兩人都是雙方家中第一位結婚的小孩，因此雙方家庭的長輩都抱孫心切，結婚後就常用明說或暗示的方式，詢問她有沒有身孕了？有沒有避孕？原本夫妻倆打算剛結婚不要太早生小孩，等經濟穩定一些再生，但是公公沉迷賭博，三不五時就向先生要錢，而先生也有求必應，使得家中經濟狀況每況愈下。

結婚後約半年懷孕，回想懷孕的過程，霜霜覺得她很「歹命」（台語），工作相當操煩之外，為了孩子即將到來，家中開銷勢必增加而感到憂心。兒子出世後，霜霜覺得兒子很愛哭，歸究原因可能是懷胎期間她常為錢和先生爭吵、哭泣的關係。

我覺得我懷孕很「歹命」，被操得要死。（訪 B-1-5-4~5）……

我大肚子的時候有一次我們討論到多嚴重……就是爲了錢。我跟我老公吵架大部份都是爲了錢，我跟他說你要考慮到你今天有小孩了，不可以都把錢拿回去（給公公），然後他就跟我說，他是他的爸爸媽媽啊，他總不能看著他的爸爸媽媽爲了錢在那邊煩……他爸爸就是一直要錢，錢再多給他都是沒有。（訪 B-1-11-1~17）

結婚後經濟不穩定形成霜霜和先生吵架的主因，另外，夫家的口味很重、調味得很鹹，霜霜口味吃得比較清淡；婆婆喜歡煮一大鍋的菜，吃不完變成隔夜菜一直連續吃好幾天，霜霜則喜歡每餐煮得少少的，一頓飯就可以吃完；還有務農人家早上習慣吃米飯，她喜歡吃西式三明治之類的早點，光是吃飯問題就會引起公公、婆婆的不諒解，覺得這個媳婦很奇怪，就是愛吃外面、不會省錢，使得霜霜心裡很介意，自評是個「失敗的媳婦」，對夫家的飲食習慣覺得很難適應。

我覺得我是個很失敗的媳婦啊，我不會進廚房，然後我什麼東西都和他們「呷未合」（台語），因爲他們吃重鹹，然後我吃得很清淡，……我剛嫁進去的時候他們還問我爲什麼不吃，啊我就跟他們講我吃不習慣那個東西，然後……然後他們會對我不諒解。（訪 B-1-21-38，1-22-1~8）

霜霜總是覺得媳婦是「外人」，無法融入夫家，和公婆講話也止於日常生活的寒暄，她覺得媳婦畢竟和女兒是不同的，公婆對她有不滿之處可能也不會說出來。有時候想利用週休二日，帶兒子回台東的家玩玩，但怕公婆反對，因此霜霜不敢說出自己的想法、即使只是爭取帶兒子回台東玩兩天。

其實坦白講我不好意思每個禮拜都帶他回台東，我怕婆婆他們會說話，因爲我畢竟我是「外來種」（指媳婦是從外面嫁進來「外人」）的，然後我也不是他們女兒啊，他們對我有什麼不滿他們也不會跟我講。（訪 B-1-21-34~36）

二、懷孕、生產、坐月子是一輩子的「惡夢」

（一）動手腳讓自己懷孕，知道懷孕那一刻很意外

說到懷孕前後的過程，霜霜記憶猶新。霜霜結婚後看家裡永遠存不到錢很心急，和有生育孩子的朋友聊天時，朋友建議她不管環境怎樣，孩子還是可以拉拔長大的，霜霜開始動心了，因為感覺上自己的生理期很亂，要受孕的機率應該很低，搞不好自己不孕呢！於是霜霜不動聲色，並沒有告訴老公，她在保險套上動

手腳（戳洞），刻意讓自己懷孕，聽到這樣坦白的話語，反倒讓我有點不好意思起來。

> 其實我是故意懷孕的，因爲我覺得說你（先生）都把錢拿回去，那我倒不如生個小孩子，那我們再怎麼辛苦小孩子還是會拉拔長大。……就是……欸……像他的……我們都不戴保險套，然後像我生理期很亂，就是前幾天我算不到，好那我算後面幾天對不對，然後就是不戴保險套，或者是保險套給它戳個洞（笑）。（訪 B-2-17-20~26）

雖然是霜霜動手腳讓自己懷孕的，但是知道自己「有了」還是讓她嚇了一跳，她記得生理期很亂，有一天猛然覺得月經好像很久沒來了，跟先生說他不相信，打電話給娘家媽媽也說不可能，所以就直接去婦產科診所檢查。結果醫生一句：「恭喜你懷孕了」，讓她愣了好一會兒，反應不過來，不敢相信自己真的懷孕了，霜霜覺得自己還像個小孩子般，現在居然要做媽媽了，心裡不能接受這個事實。

> 那時候我完全沒有做好準備，就覺得嗄，我要當媽媽了！我完全不能接受，因爲那時候我認爲我自己還是一個小孩子。……（訪 B-1-5-24~26）

懷孕初期，考量經濟因素，很怕養不起小孩，再加上吸了很多二手煙、有服用藥物等怕腹中胎兒受影響，霜霜夫妻倆猶豫著要不要拿掉小孩。和公公婆婆說明後，婆婆答應孩子出生後願意免費幫他們帶小孩；婦產科醫生為霜霜解說用藥安全性的問題後，兩人最後終於決定生下這個孩子。

> 一開始是想，我到底養不養得起他啊？（訪 B-1-10-5）
> 我初期懷孕的時候我不知道我懷孕吔，……那一陣子我不知道吸了多少二手煙，所以到後來我知道懷孕的時候去找醫生說我想拿掉，因爲那之前我還有吃藥，……考慮了很久就是那樣子的話，他就一定要跟我們了，沒有權利去剝奪他的生命。（訪 B-1-5-5~12）

（二）懷孕過程很辛苦，努力做胎教

然而，霜霜的懷孕過程是很辛苦的，家裡入不敷出的經濟窘境，壓迫著她月初常常失眠，必需熬夜算錢；先生一再拿錢回夫家又屢勸不聽，她只好利用將現金週轉支付急用的，其他的開銷用信用卡的方式一直循環利息，這樣每個月都在「軋錢」，為此，霜霜忍不住會和先生吵架，也常常難過地哭泣。

人家不是說孕婦不能熬夜嗎？我都兩點多睡覺，我到現在月初我就失眠。因爲月初要繳錢，又開始要算錢哪，然後不夠啊那要怎麼繳，我月初……每個月的月初都要這樣（苦笑）。（訪 B-1-22-37~38，B-1-23-1）

對於霜霜為了錢每逢月初就操煩的境遇，相當令人同情，這個沉重的負荷壓著她，讓她覺得喘不過氣，公公好賭成性，常常一沒錢就打電話給先生，孝順的先生不忍看父母為錢擔憂，都是馬上一口允諾，也不考量家裡的經濟情況已經捉襟見肘了，而霜霜隔天就得「奉命」馬上把錢匯過去。霜霜心裡很難過，先生捨不得父母為錢操煩，但卻沒想過自己的結髮妻子為錢操煩的苦境。這樣的情況真是令人匪夷所思，在那次的訪談後，我的省思手札中寫著：

怎麼會有這樣的長輩呢，完全不考慮兒子剛成家立業的處境，何況兒子媳婦倆的收入不豐，卻一直予取予求。但是霜霜的先生也太「愚孝」了，不管老爸把錢花到哪裡去，說是忍不住看父母爲錢操煩，但他卻沒想到自己的妻子爲錢操煩的樣子，感覺上霜霜的先生是個顧家的男人，但不是照顧自己組成的家庭，而是照顧原生家庭，做他的太太很辛苦。（省思札記-940711）

另外，工作方面，霜霜懷孕時是在一家私人律師事務所上班，她的老闆相當不體恤孕婦，常在辦公室裡吞雲吐霧，甚至要她做粗活——搬貨；加上霜霜懷孕孕吐很嚴重，一直吐到懷孕六個月才停止；這段時期對霜霜而言，真是痛苦的煎熬。

懷孕後期，霜霜可能因為工作量大、壓力大的關係導致子宮收縮，產檢的醫生建議她要臥床安胎以免早產，霜霜卻以賺錢重要為理由而拒絕了，醫生只好開安胎藥給她，就這樣一邊上班一邊吃安胎藥，硬是撐了下去，霜霜說她其實是很不快樂的，被經濟壓力所逼，她連安胎休息的權利都沒有，但又怕寶寶早產，身心煎熬可想而知。

我懷孕喔，我都幫他（指老闆）送貨，我還搬重的，人家都說……他（指老闆）完全不會有優待孕婦的一些特權。（訪 B-2-4-2~4）

到後期八個多月或九個多月我是最不快樂的，差點早產，然後也沒有辦法說工作辭掉去安胎啊，就一邊上班一邊吃安胎藥。（訪 B-1-1-29~31）

雖然懷孕的過程霜霜是很不快樂的，但她對於孩子即將到來是相當期待的，

打從知道懷孕開始，霜霜就一直努力新吸有關孕婦的資訊，為了腹中胎兒健康成長，她特意吃某些食物，例如希望寶寶聰明而吃很多魚；不敢喝豆漿的她也因為報導說豆漿對胎兒記憶力有幫助，於是勉強自己喝下去；她也會刻意做胎教，聽說莫札特的音樂可以刺激胎兒腦部發育，霜霜特地向朋友借來，睡覺也放音樂，24 小時做胎教；台東的媽媽教室課程不多，但霜霜都會儘量去參加，可以說是個相當認真的孕婦。

> 我會特別吃那種對小孩子記憶會很好的那種……豆漿，我不敢喝豆漿喔，爲了他喝下去……水果都吃。然後吃魚，爲了要讓他很聰明吃魚……（訪 B-1-1-13~17）
> 我的胎教是聽……莫札特的那個胎教音樂，……因爲聽說聽莫札特的會促進寶寶，……
> 我的胎教是 24 小時，我睡著了我還是在放音樂。（訪 B-1-4-32~37）

（三）難忘生產時的痛苦

對於每個母親而言，回想到生產的過程，是相當刻骨銘心的。霜霜覺得從自己身體中孕育了一個小生命是很奧妙的，她很佩服自己可以熬過生產的痛苦，很難想像這麼大的嬰兒怎麼可以裝在她肚子中，她覺得「自己好厲害喔」（訪 B-2-16-35）。

然而，霜霜對於從懷孕以來所經歷的痛楚很難忘記，她記得腰痠得不得了，痠到自己忍不住哭了，並且告訴自己要永遠記得生產的痛苦，除非是命中注定，最好不要再生第二胎了。

> 我記得很清楚，……我腰好痠喔，好痠……痠到不行，我還哭咧，覺得那種是痠到不行，很難過很難過，所以我覺得說我一定要記起來，除非是今天這個小孩子他注定要跟我了。（訪 B-2-17-12~15）

（四）新生兒難照顧，坐月子是個惡夢

國人習慣在生產後，產婦要在家中休息一個月，俗稱坐月子。坐月子有相當多的習俗，如不能碰生水（未煮沸過的水）、儘量躺臥、不可吹風（因此長輩多告誡不要外出）、不可洗頭、要吃麻油雞等補品。

為了要在娘家或夫家坐月子，霜霜和先生有過一番爭執。霜霜覺得在娘家比

較無拘無束，和自己的母親也比較好溝通，什麼話都可以講，再加上她覺得夫家的環境很髒亂，因此她很不願意生產完去夫家坐月子。但是鄉下人都有幫媳婦坐月子的習慣，公公覺得若沒有做很沒面子，怕鄰居說閒話，而先生對於父母是百依百順的，霜霜不想和先生為這件事不斷爭吵，也不想讓先生夾在中間兩面為難，最後還是妥協了。

> 當初我很不想在婆家做月子，因爲婆家其實對我還好，但是我本身愛乾淨，然後我婆婆不是很愛乾淨。……我公公不肯，他認爲說他這樣沒面子……後來就說算了，別讓我老公難做人，就回去婆家做月子。（訪 B-1-2-12~19）

然而霜霜不想在夫家坐月子，還有另一個原因是先生平日在台東的工廠上班，只有輪到休假時才能回老家，平時就她和兩老、兒子在住一起。坐月子的飲食應該清淡，少油少鹽，才有助身體代謝，但婆婆煮的餐食不僅份量多，又油又鹹，霜霜吃得很不習慣；另外，她不好意思太麻煩婆婆，很多時候不得已得打破坐月子的習俗，例如內褲不敢讓婆婆洗而不得不碰水、想喝枸杞人參紅棗茶（不能喝水）也不敢請婆婆泡，得等先生放假回來才敢叫先生泡來喝。

> 啊我要喝水又不好意思跟我婆婆說你幫我泡什麼泡什麼，……我連內衣內褲都不好意思叫我婆婆洗，……會覺得說很尷尬。（訪 B-2-12-37~38，2-13-1~3）

新生兒剛出生不好帶，兒子日夜顛倒，也容易受驚嚇，只要一點點聲響就嚎啕大哭，霜霜自敘兒子「超難帶的」，又沒有別人可以幫忙，因此坐月子期間很疲累、睡眠不足，對她而言是個惡夢。

（五）生產後身材變化令人難以接受

霜霜坦言懷孕生產過後，身材無法回復以前那般苗條，而且整個人也變蒼老些，從小姐變成媽媽，對心理影響很大，令人難以接受。

> 我會覺得說……嗯，身材變胖了（大笑）……難以接受的事實，還有變老了，從小姐變成媽媽好難接受喔（笑）！很難接受。（訪 B-1-24-33~35）

三、孩子出生後婆媳、夫妻衝突增多，感嘆女人很可悲

雖然很感謝婆婆幫忙照顧小孩，但是婆媳之間很多育兒方式有牴觸，夫家衛生習慣差是霜霜最詬病的地方，她說婆婆冰箱裡所存放的食物，最久可追溯至先生高中時代！而公公喜歡研究草藥、也常餵兒子吃草藥，公婆甚至把草藥熬煮後，和奶粉一起沖泡當做牛奶來餵哺；還有給兒子吃的的食物百無禁忌，鄉下地方賣的零食很多都是地下工廠做的、色素含量高的零食，甚至過期的養樂多都讓兒子吃下肚，兒子曾因此皮膚過敏，霜霜很擔心這樣下去兒子的腸胃會不會有問題、腎臟會不會負擔太大……，看到老人家在這方面不謹慎，她相當不悅，兒子什麼都吃過更讓她覺得很難釋懷，然而跟先生反應，先生頂多在她面前附和一、兩句，從來也不會出面和公婆說，霜霜的心裡因此積蓄了很多的不滿與不諒解。

> 我兒子吃過兔子，吃過鹿，吃過蛇，吃過青蛙，吃過烏龜，對啊，我公公都給他吃……我婆婆每次燉那個中藥他都泡奶粉下去，我兒子吃很多中藥，其實我很擔心他的腎會不會壞掉（苦笑）。（訪 B-1-29-38，1-30-1~6）
>
> 我婆婆都會把那個養樂多喔，過期半個多月拿給我兒子喝咧，你知道我看到我當場整個眼睛翻白。（訪 B-1-30-30~31）

有一次，為了同樣的餵食問題，霜霜終於忍不住和婆婆爆發衝突、跟婆婆頂嘴了。主要原因是婆婆務農，手上常常有泥土、髒髒的，泡牛奶的時候婆婆很習慣地用手指頭按住奶嘴孔搖晃，霜霜曾請婆婆不要這樣，把奶瓶蓋起來搖就可以了，但婆婆舊習難改，霜霜看了覺得很髒，很怕兒子喝了奶會拉肚子，於是再一次跟婆婆反應，婆婆不置可否，回應她「骯髒吃，骯髒大」（台語）、以前孩子還不都這樣養大的，霜霜氣急敗壞，覺得婆婆很難溝通，於是跟婆婆說現在的小孩和以前的不一樣了，以前可以「骯髒呷，骯髒大」，現在是「骯髒呷，死卡快」(台語)。（訪 B-1-30-23）

但是這次的事件讓霜霜從此退縮，因為婆婆不能接受媳婦這樣頂嘴，先生也覺得她太明目張膽了，霜霜覺得這就是所謂的代溝，她無法和身為長輩的婆婆溝通，也無法融入先生和公公婆婆的聯盟之中，於是她決定用偷天換日的方式來解

決。例如：小孩受驚嚇時，婆婆會把符紙燒成灰，加在牛奶給兒子喝下，霜霜很難接受，於是趁泡牛奶之際偷偷把符水倒掉，換用開水泡；還有曾經在冰箱看到一整排的養樂多都過期了，她馬上把每罐都戳開、在水龍頭下沖掉。

> 老人家就說我以前帶小孩我就是這樣帶出來，爲什麼你兒子不能這樣帶，有一些婆媳就會有這樣的代溝。（訪 B-2-10-13~14）

除了婆媳在育兒上有衝突外，霜霜是職業婦女，但家中權力是掌握在先生手中的，她的先生很大男人主義，家務、育兒工作都不願分擔，使得霜霜覺得當女人很可悲，他跟先生反應過，兩人同樣在上班賺錢，放假回到家裡，先生可以蹺著二郎腿看電視、玩電腦遊戲，但她卻得掃地、拖地、洗衣服、帶小孩，霜霜覺得很疲憊，更為自己身為女人而感到可悲，這時候她反倒寧願不要生小孩：

> 其實有時候我在想爲什麼懷孕生小孩是女生不是男生，爲什麼男生只要奉獻一下小小的精子（笑），女人就要懷胎十個月那麼辛苦。（訪 B-2-16-17~19）
> 如果讓我選擇，我寧願選擇不生小孩，我很羨慕人家那種先生會幫忙帶小孩，掃地拖地，……其實我不放心我兒子讓我老公帶，我怕要是兩個起衝突，那我兒子就很可憐。（訪 B-2-7-8~11）

三、懷孕生產後失業，為公公負債心裡壓力很大

霜霜原本是在一家律師事務所上班，懷孕期間老闆並未特別體恤她，工作量大、壓力大，甚至還要她搬貨，後來預產期到了她請假待產，還特地請朋友代班，未料老闆不領情，在她生產過後打電話抱怨朋友工作能力不佳，就把霜霜的朋友辭退了。

出院後正好月底，霜霜去找老闆領薪水，老闆娘卻說請產假只能領半薪，霜霜心裡老大不爽，但是對方是法律界人士，她想執意爭取恐怕也無濟於事，只好隱忍未發。說到這對老闆夫婦，霜霜覺得他們很沒氣度，滿月時她送彌月蛋糕過去，老闆娘居然什麼都沒回贈，讓她傻眼，直呼他們小氣。一直到產假結束前，霜霜跟老闆連絡討論有關回去上班的事宜，老闆娘卻拿出一紙工作合約，內容對霜霜相當不利，大致上都是雇主有利條款，簽下去等於賣身契般，任人擺布。經

由一連串發生的事件，在在顯示了老闆有意刁難，霜霜考慮很久，跟先生商量後決定不回去工作了。說起這段經歷，霜霜氣憤填膺。

> 我做完月子，二月份那時候我跟他連絡他叫我去找他，談一下事情。我去找他的時候他要叫我簽一個工作手則，然後那些東西對我不利啊，我當然是不簽。……我會覺得說那我今天回去的話我會很辛苦，我考慮很久，跟我老公商量很久，我老公說你不要回去好了。（訪 B-2-3-22~38，2-3-1~38）

因為生產、坐月子而忽然失去工作，是霜霜始料未及的，之後又花了幾個月的時間找工作，然而有了孩子後工作不容易覓得，原本就困窘的經濟狀況雪上加霜，讓她心情更加沉重鬱悶。所幸娘家經濟狀況不錯，娘家爸媽有時會拿些錢給她，但霜霜從來也不敢明說家裡經濟問題的癥結點。

> 然後都沒有錢啊，……我都跟我爸爸說，爸，我沒有錢，我爸會問我要多少，我就說一千好了，我爸會說，好，我給你兩千好了。我爸就那樣子啊，因爲我娘家爸爸捨不得女兒吃苦。（訪 B-2-20-2~7）

事實上，霜霜從小就很簡樸，小時候家境小康，她很小就懂得把父母給的零用錢存起來，她很自豪自己算是很會理財，保險、跟會……，霜霜都會分擔風險，把錢有計劃地分配、運用。但是就算再會理財的人，也不敵戀棧賭桌的公公無底洞似地一直要錢。霜霜難以置信，自己和先生的生活算簡樸，她不用名牌貨，衣服很多都是朋友送的能穿她就留著穿，只是偶爾會叫老公帶她去打打牙祭，這樣簡單的生活卻為了長輩而到達負債的程度，她無法理解先生為什麼對公公這樣順從，每天都在想要如何才能將債務還清。

> 曾經我兒子要買奶粉，我身上連一塊錢都沒有，我只好去刷卡，我曾經那樣子刷了二、三千塊去買奶粉，因爲我身上連一塊錢都沒有。（訪 B-2-19-38，2-20-1~2）

身上一塊錢都沒有，但還是得花錢買奶粉給孩子喝，這是多麼令人心酸的窘境。當我問起霜霜作為一個新手媽媽，喜怒哀樂那種情緒較多時，她的答案令人聽了不捨，她無法跳脫被負債壓得喘不過氣的壓力，可以說每天睜開眼睛，柴米油鹽醬醋飯樣樣都得花錢，身為假日媽媽孩子並不在身邊，縈繞著她的思緒的總是那筆一直增加中的負債：

悲哀。沒錢，好悲哀喔（放慢語氣）。你知道我每天都在想，我要怎麼把負債還掉。（訪B-2-20-9~10）

公公的需索真的超過他們夫妻能力的負荷，眼看著債務逐漸增多，先生又沒有向公公拒絕的跡象，沉重的負擔讓霜霜甚至興起離婚的念頭。這樣的想法揭示了霜霜承受了多麼大的經濟壓力，她都做了最壞的打算，彷彿氣球已吹到了相當緊繃的臨界點了，再多吹一口氣，薄薄的塑膠皮馬上就會爆破似的，霜霜覺得這個問題已經成為婚姻殺手，她一直不斷把苦水往肚裡吞，然而先生、公公完全無法體認問題的嚴重性，無奈、無力、無法諒解為何自己會淪落到這樣的田地。在整個訪談過程中，霜霜的經濟壓力的確深深困擾著她，在敘述很多經歷時，霜霜總是不由自主地把話題扯到這個經濟問題，對家人的不滿讓她情緒需要一個出口去抒解……

有時候就跟他說我們要不要離婚協議書簽一簽。因爲我沒辦法保證會跟他白頭偕老。因爲我會覺得很受不了他的家人。就沒錢你又一直要拿錢，現在是怎樣？我覺得坦白講我負擔很多，然後我背得很累，我每天想到那個利息就會睡不著。（訪 B-2-21-8~11）

第二節　母職實踐是學習的過程

一、為了兒子，努力學習新的事物

熬過懷胎十月，以及令人難忘的生產經驗，接下來就升格做母親了。然而沒有「職前訓練」，所有的一切都是第一次，很多事情（尤其是老一輩的育兒方式）讓霜霜感到懷疑、困惑，她提到了同性親友是最佳的社會支持者，可以在她們身上得到一些資訊。

第一胎你完全不知道啊，有很多知識是上網的、去媽媽網站查，不然就是問姐姐、問媽媽。像我剛開始也會很迷惑啊，爲什麼有的小孩子父母親要給他喝……喝什麼紅嬰水，爲什麼一定要給他吃那個什麼……八寶粉，我會很疑惑，爲什麼小孩子要收驚。（訪B-2-18-7~11）

霜霜是個認真的孕婦，也是個認真的新手媽媽。她的兒子很容易受驚嚇，常不明原因地哭鬧，為此，霜霜特地去向親戚學習「收驚」的方法。為了兒子，霜

霜樂於不斷學習新的事物。

有很多東西都是爲了我兒子然後我去學的，好多東西剛開始我都不會，爲了我兒子我去做、去學。（訪 B-1-20-1~3）

二、假日媽媽的悲哀，望子成龍

因為上班的關係，霜霜只有趁週休二日時回富里夫家和兒子相聚，可以說是「假日媽媽」。霜霜覺得小孩子發展很快，常常隔一週回去，發現兒子又學會了新的事物、又長大了。

其實除了餵食問題外，霜霜相當感激婆婆對兒子的教養，她曾經隔一週回去後，發現兒子居然學會了如廁，讓她驚訝不已，對於婆婆很早就訓練兒子不再使用尿布，讓她省了一筆尿布花費，這點霜霜相當感激婆婆，另外，婆婆把兒子教得很有禮貌，讓霜霜覺得很欣慰。

我婆婆我很感激她，她替我省很多尿布的錢……到現在，我兒子一歲半就沒有再包尿布……我很感激我婆婆這一點。……把他訓練到我一個禮拜回去，就會發現我兒子怎麼會這樣東西。（訪 B-1-9-14~20）

假日媽媽一週只能和兒子相處兩天，霜霜覺得時間實在太少了，平日下班回家，面對空曠的房子，霜霜覺得很寂寞，她忍不住會想打電話到夫家，聽聽兒子稚嫩的聲音，但是每次打電話過去，兒子就一直叫她回去，最後是兒子哭，霜霜也哭，連老公在旁邊也跟著哭，一家三口飽嘗心酸的別離滋味。

說起假日媽媽的悲哀，霜霜猶記得兒子兩個月時曾經只認阿嬤不認媽媽，讓她傷心欲絕，三天兩頭跑回富里，努力拉近和兒子間的疏離感，這次的打擊讓霜霜印象非常深刻，沒能和兒子朝夕相處，兒子學講話最後才會叫「媽媽」，哭泣時第一個要找阿嬤不是找媽媽，都讓她感到很難過。

我兒子剛會講，第一句話是阿嬤，然後再來爸爸，媽媽是最後會講的（苦笑，聲音有一點哭調），我好難過，一哭就是阿嬤。（訪 B-1-18-3~5）

生完小孩，夫妻生活由原本的二人世界變成三人世界，霜霜覺得多了一份責

任感，例如以前只有夫妻兩人時，失業還不會那麼緊張，現在有了兒子，沒有工作會感到很惶恐。為了兒子，她願意犧牲，做任何事前都會先考慮到小孩子。

> 以前是兩個人，變成說我可以失業啊，我老公養我們兩個人就好了，現在我不能失業啊，我要想到我兒子。……我覺得如果要我爲小孩子犧牲無所謂，畢竟他是我懷胎十月生的。（訪 B-1-25-10~16）

霜霜自認為好勝心強，希望自己的兒子比別人強，會刻意教兒子學習有關認知的事情，她覺得兒子很聰明，常拿兒子和同年齡的小孩比較，甚至曾上網幫兒子做過「IQ 測試」，結果顯示兒子的智力發展高於他的生理發展，使得霜霜很希望能好好培養兒子，彌補自己小時候的缺憾。由於曾在律師事務所工作的關係，霜霜覺得當律師收入頗豐，她希望兒子以後能做律師，先生也希望兒子以後可以比老爸更有出息，夫妻兩人望子成龍的心態由此可見。

> 像我現在回去，我會教我兒子讀書，就是教他唸 123，教他唸 ABC。（訪 B-1-7-1）
> 我的自尊心很強，我好勝心也很強，我就是希望我兒子比人家好，而且如果我朋友在我面前跟我說她的小孩多……多行多行（台語），我都回一句，那沒什麼了不起。（訪 B-1-9-6~8）
> 他（指先生）對他兒子……其實期望很大。他很希望他兒子以後能夠比他現在還有出息，不要讓人家看不起，因爲沒錢。然後我對我兒子的期望……我希望他以後當律師（笑），我覺得律師真的很好賺。（訪 B-1-24-14~16）

雖然一週裡和兒子相處的就是短短兩天的時光，身為假日媽媽，霜霜很珍惜這兩天時間好好教導小孩。兒子感受到她的付出，和她互動親密，讓她覺得再辛苦也是值得了。

三、相信傳統懷孕禁忌的說法

霜霜很重視懷孕這個過程，希望自己能做到的就做，一般習俗會要孕婦忌口：不要吃口味太重的食物、不要喝茶和咖啡、不要吃冰冷食物，霜霜都會儘量遵守，甚至連醫生開給她的止吐藥也忍住不吃。另外，民間說法在房間拿剪刀，會導致小孩兔唇，霜霜深信不移，並恪守這個說法絕不在房裡用剪刀。

我懷孕的時候就是不喝冰的，……我的觀念就是他在我肚子裡面，今天吃下去的任何東西他都一定吃得到。（訪 B-2-11-21~32）

我是覺得說我比較百無禁忌（研究者：應是霜霜口誤，她很忌諱卻說成百無禁忌），所以我絕對不在房間拿剪刀，因爲我老公的朋友就是「鐵齒」（台語）嘛，拿剪刀小孩子兔唇。（研究者：你相信拿剪刀就會兔唇嗎？）我相信。（訪 B-1-16-13~16）

四、遵循傳統育兒習俗

霜霜從育兒開始遭遇一連串科學無法解釋的事，例如經過喪家、家裡「動土」安裝冷氣等等，兒子都會不明原因地出現大哭、狂吐的情況，老一輩認為這就是受驚，她認為這些說法不可不信，因此自己學會如何幫兒子收驚，日常生活中再有類似的情況時，她會儘量讓兒子避免接觸，若不得已時就拜拜、默念佛號。

你就是無法去解釋那種狀況啊，……就是說動土你少做一個動作，我公公還抱著他看人家裝冷氣，kikikoko、kikikoko，他喝的奶就吐到不行。吐到我整個身體都抱著你也沒有晃他喔，就吐得整個身體都是啊，無法用科學去解釋我就覺得無法理解。（訪 B-1-19-19~25）

第三節　與母親有代間傳遞的現象，自我分化低

一、從母親那裡學到很多，母女互動良好

霜霜和娘家母親感情不錯，她從母親那兒學到很多，比如煮菜、理財、節儉等等，到現在她還是和母親維持良好的關係，有什麼家事上或育兒上的問題她還是常常跟母親討論。霜霜認為她從自己母親身上學會最重要的事就是——理財，對於收支她會做好計畫（因此公公拿錢超出她的計畫之外），她自己的日常花費是很節省的，甚至衣服都穿朋友送的。

說到娘家媽媽思想傳統、嫁雞隨雞的遭遇，霜霜再一次表達女人命苦的感慨，她覺得自己從以前就很孝順父母了，做了媽媽之後，更能體會父母的辛勞，而和娘家父母有更多的互動。

媽媽給我的感覺就是很刻苦耐勞，她很有本事，可以一個人幫我爸爸這麼大一筆負債還掉，然後還有餘一百多萬，我就覺得我媽媽好厲害。（訪 B-2-15-25~27）

我的個性比較省，我很會存錢……然後我能夠不買我就不買。（訪 B-1-23-11~21）

二、嫁雞隨雞，自我分化程度低

霜霜不敢跟父母說出公公拿錢賭博的事實，但在經濟窘迫時，偶爾會向娘家爸媽要錢，有心事會回去跟娘家媽媽訴苦，因此她和原生家庭間是黏著的。霜霜的獨立性不夠，對於母親嫁雞隨雞的一生她覺得是很可憐的，但事實上霜霜的婚姻也是相同的遭遇，雖然先生很大男人主義、她覺得做女人是很可悲的，但為了給兒子一個和諧的家庭，她還是委曲求全，因此在這方面雖然有自我覺察，但她的自我分化程度算是低的。

我媽媽很可憐，她可操，她是那種傳統的女人啦，然後她還不是以夫爲天啦，但是我覺得我媽蠻傳統的，她就是人家說那種嫁雞隨雞的，以前的女人就是很可憐，就是要生兒子才有地位，生女兒完全沒地位那種。（訪 B-2-15-10~13）

第四節　新手媽媽無法單打獨鬥，社會支持相當重要

一、工具性：妹妹幫忙照顧初生嬰兒，娘家親戚的資助

第一次做媽媽，對每個新手媽媽而言，所有的事情都是從零開始、從頭學起，即使是包尿布看似簡單的工作，霜霜記得第一次面對時是手足無措的，還好她有一個對照顧小嬰兒很有興趣、有經驗的妹妹來教導她，也給予了她不少幫助。另外，在物質方面，娘家常給予資助，霜霜也常向親友收納孩子的二手衣物，因此節省了不少開銷。

小朋友的東西就盡量撿二手。……我是覺得說只要人家給的喔而且不是很老舊，我就都會留著。……因爲小孩子大很快啊，衣服不用用太好的，所以我兒子衣服我很少在買。（訪 B-2-12-11~20）

二、資訊性：認真的媽媽，靠自己獲取資訊

霜霜是個很認真的孕婦，打從懷孕開始，心中只要有不了解的問題、疑惑，她會問產檢的醫生、積極地買書看書、上網搜尋相關資訊、上媽媽教室、訂雜誌。她很有主見，雖然有很多管道獲取相關知識，但她並非照單全收，自己會過濾、篩選，並和先生討論過後再決定是否採納。對於自己這樣積極、認真，可以掌握這麼多的資訊，她自豪地認為自己相當厲害呢。

> 我懷孕的時候看「媽媽寶寶」(雜誌名稱)，……然後上媽媽網站啊……因爲我們總不能每次有問題就問醫生吧。然後我會把我的問題記下來，像之前去上媽媽教室的時候就問他。(訪 B-1-28-38，1-29-1~4)
>
> 大部份……別人跟我講我會去求證，我比較不會去相信人家跟我講的，但是我大部份……其實我從懷孕到現在都有一個觀念，我都靠自己，上網找資料，不然就是自己有自己的想法。(訪 B-2-11-30~33)

霜霜覺得她的社會資源很充足，可以攫取很多有關育兒的資訊，她相信只要自己努力，給孩子最好的，就可以塑造出自己想要的孩子類型。來自女性同事、親戚的幫助使她在育兒方面有很多可以對照、參考之處，也會詢問嬰兒用品店、藥局、小兒科醫師的意見，最後霜霜會考量自己和兒子的情況，再決定如何去做。

> 有的時候啦，同事有同年齡的小朋友，他們會給我意見。他們的意見我會看……是不是採納，因爲每個人的小孩子情況不一樣啊，每個媽媽帶小孩子的方式也不一樣。(訪 B-2-11-35~37)

說起媽媽經，霜霜講得口沫橫飛，欲罷不能，她會告訴我經過多方比較的結果，哪一牌的奶粉 DHA 含量高最好、孩子若有尿布疹要用哪一家中藥行的痱子粉，哪裡的媽媽教室有送免費的奶粉她都瞭若指掌。為了兒子，霜霜願意投注時間、心力去學習新的事物。

三、情感性：為了家庭和諧委曲求全

職業婦女工作、家庭需兼顧，使得霜霜覺得自己很像蠟燭兩頭燒。霜霜的先

生因為在工廠上班，必須輪三班制，休假時間是用排假的方式，因此兩人休假碰在一起的機會也不高。先生幾乎不參與家事、教養兒子，為此兩人吵過架，霜霜不免怨嘆起來，覺得身為女人很命苦，她形容先生對孩子而言根本是可有可無的，可以說她一個人要同時飾演父職和母職的角色，先生連陪孩子玩遊戲、幫孩子泡個牛奶都不肯……

> 我覺得最沒改變的是我老公，小孩子不跟他，他根本就是對小孩子而言可有可無。（訪 B-2-6-3~4）
>
> 其實我覺得整個過程來講，我老公好像沒有半點貢獻，對啊，我覺得啊，只是偶爾他回去啊，他會帶他兒子去海邊玩水啊。（訪 B-2-8-25~27）

霜霜和先生吵架、溝通、反應過，但都沒有效果，先生並不憐惜她而做任何改變，在情感上最親密的配偶也不能給予她支持，為了給兒子一個和諧的家庭，霜霜避免再和先生起爭執，她委曲求全，面對家務、育兒分工不平均的情況，無奈、感嘆之餘，她也下定決心不要再生第二個小孩了。

第五節　現在的霜霜

訪談時間因研究者暑修的關係延宕了三個月，再次見到霜霜，她的臨時僱員一職已被解聘，在家待業，並把兒子暫時帶來台東同住。霜霜身材瘦了些，但臉色紅潤，和兒子互動起來，快樂又幸福的樣子。霜霜拿起一本又一本厚重的相簿和我分享，兒子在一旁吵著也想看，霜霜用親切溫柔、耐心的語調一邊和兒子對話，一邊回答我看照片時發出的疑問，一副「有子萬事足」的滿足表情。

霜霜認為做媽媽是無法預測會發生什麼事情，但路是人走出來的，遇到了就會去想該如何解決。目前最大的希望，就是能早日把兒子接來台東同住，還是以兒子的學習為出發點考量，希望讓孩子接受比較好的教育。

霜霜和先生目前並沒有生第二胎的打算，她認為若有了第二胎，升格做兩個孩子的媽媽，應該會和新手媽媽不一樣了，她說：「講句難聽的，第一胎照書養，第二胎當豬養，所以第二胎應該會比較上手。」（訪 B-2-18-7~8）但是最重要的

是經濟要穩定，金錢對霜霜而言，還是最重要的註腳。

生第二個的話我就有經驗了啦，我甚至去學什麼陰陽水、收驚的東西，我都知道了。我覺得說錢最重要。（訪 B-2-19-37~38）

第六章　珊珊：做媽媽有無限的可能

珊珊是職業婦女，大學畢業，在台北某金控公司服務，結婚後即與婆婆住在一起，坐月子時大嫂嫁進家裡，加上二姑，一家七口住在一起，是都會區中少見的大家庭型態。

第一次和珊珊見面，是趁著上台北辦事而會面的。那天有事擔擱，珊珊很有耐心地等候我，期間還打電話告訴我路怎麼走。我們約在咖啡店用晚餐，珊珊剛下班，穿著一身剪裁合宜的制服，親切和藹地笑著，說起話來輕聲細語，是個溫柔嫻雅的新手媽媽。珊珊很細心，對於我半結構式的提問，都會很仔細地聆聽，並細細思考自己的想法、娓娓道來，也常會詢問我是否回答到我的問題了，我都請她不要顧慮那麼多，想說什麼就說，讓她有更多的空間去發揮、去敘說自己的想法與經歷。珊珊形容自己的個性是「刻苦耐勞、優柔寡斷」，從訪談內容中可見端倪，她是一個很好的受訪者與傾聽者，讓我對後續的訪談具足信心。

珊珊由於一直有使用網路的習慣，便利用上班空閒之際把每天的生活點滴記錄在網站上，也因此研究者多了一個了解珊珊的管道，珊珊家中何時發生了什麼事、女兒的成長記錄，在珊珊的個人網站上都可以看的到。

第一節　懷孕生產面臨各方面許多的適應與變化

一、大家庭中束縛和枷鎖多，夫妻生活需不斷適應

第一次見面，珊珊從她和先生如何認識講起，她對婚姻的看法是相當宿命論的，珊珊覺得在剛好的機緣中遇到學生時代是同學的先生，自己覺得年紀也到了，想結婚、生小孩子了，於是兩人步入紅毯的那一端，從她的話語中感覺好像對自己的婚姻不是很滿意，其中是有原因的。

> 我感覺我自己是一個很沒有主見、很優柔寡斷的人，……我們同事說我好像是爲了一個小孩，爲了想要有一個小孩而結婚，只是又少一個精子而已。……我就是這樣子，

覺得那好像就是命，就是好像自然而然就走到這樣子，那時間對了，那你剛好目前又跟這一個人交往，我就嫁給他了。雖然沒有挑到很大顆的石頭，不過……還算及格啦。（訪 C-2-1-15~23）

珊珊認為她並不是在愛情中感到很幸福而想結婚的，會嫁給先生就是時間到了，她甚至覺得有可能只是為結婚而結婚、為了生小孩而結婚。會有這樣的感覺，或許和珊珊夫婦倆人溝通不良、常吵架有關吧，一句「吵架算是最大的溝通」讓我感覺在她的婚姻生活中彷彿有什麼事情讓她覺得很無奈。

我們兩個喔，其實是半斤八兩，可能我自己也不是很會溝通吧。……沒什麼在溝通，對，幾乎沒有吧。吵架……吵架算是最大的溝通。（訪 C-1-11-3~13）

婚後三個多月珊珊就懷孕了，知道懷孕的那一刻，珊珊高興的不得了，因為她的生理期不是很穩定，所以她原本一直懷疑自己會不孕，而先生也是「很開心、到處宣傳」，從她的日記中看到她寫驗出「傳說中的二條線」時心情是相當雀躍的。

晚上到店裡幫忙時，一開冰箱就開始作嘔，請的伙伴阿姨就問我說：「你是不是懷孕了」，心想不太可能吧！……不管了還有一根驗孕棒，就驗驗看唄……一驗……沒想到馬上就出現傳說中的二條線！……好開心！（日記 C-930502）

身處在大家庭中的珊珊，凡事小心翼翼，剛嫁過去時她連回娘家都不敢，即使回去了也不敢在娘家過夜（娘家在台北三重，和汐止夫家相距不遠），怕家人說閒話。珊珊認為嫁進一個家庭裡就應該去適應它、遵守夫家的規定、尊敬公婆，她凡事以家庭為第一考量，她自認個性懦弱，所以擔心只要回娘家公公臉色就會很難看，因此自己的外公生病了珊珊也不敢說出來想回去探病，忍氣吞聲到這種程度令人驚訝，珊珊給我的感覺是要在大家庭中生活相當不易，身為媳婦，因為是家庭的新成員，「輩份」最卑微，凡事都得聽大家的意見，我想這和她優柔寡斷的個性有很大的關聯。

我阿公生病啊想去看他。對啊，不然以前我都不敢講，我想去看我都不敢講。我都不敢講，我都要忍耐。我都沒辦法去看。甚至三四個月都不能去。（訪

C-1-10-19~22）

雖然生活在大家庭中有相當多的束縛和枷鎖，但珊珊個性很溫順，她不會怨天尤人，心中有不滿，但都儘量把苦往自己肚裡吞，樂天知足的她說：

> 婚姻生活喔，就只能去適應啦，我覺得不會不滿意，我相信應該是……比很多人好啦，那要再比，比上當然不足，比下覺得有餘，那就是把現在美中不足的地方，然後用心去調適去適應啊。（訪 C-2-1-25~28）

但自從珊珊的大嫂嫁進來之後，曾在美國留學的大嫂行事自由，不管夫家規定，想回娘家就回去、甚至在娘家過夜（娘家也在台北三重），完全不受拘束，珊珊驚訝原來夫家的規定是可以去挑戰的，大嫂的作風成為她學習、仿效的對象，雖然她不是馬上就改變很多，但珊珊期許自己慢慢突破，更勇於做自己的主人。

> 我看到我大嫂這麼勇敢，所以我覺得我要學，因爲沒什麼，我不希望再錯過太多的事情了。那當然我可能進步百分之十，我還有一百、九十還可以慢慢的、循序漸進地去做。我以前什麼都不敢。（訪 C-1-5-7~9）

二、懷孕、生產、坐月子心理鬱悶居多

（一）害喜嚴重，「吐到眼珠子要掉下來了」

知道懷孕以後，珊珊相當開心，但從她的日記中可以看出，這時候也夾雜著謹慎、不安的情緒。一次全家人出外聚餐，上廁所時發現有不明原因的出血，把她嚇壞了，走出廁所眼淚就一直流下來，家人也一片慌亂、緊張，幸好去診所檢查後一切沒問題。珊珊回憶當時的心情是「我快要傷心死了，我告訴我自己如果小孩沒了,我也不想活了，只要一出血我的腦筋就一片空白，……一直到醫生跟我保証這小孩一定保得住，我才放心了」（訪 C-4-1-18~22）。對於準媽媽而言，第一次懷孕會發生什麼樣的突發狀況都是個未知數，因此心中焦慮、害怕的心情是可以體會的，只希望盡一切努力保住

胎兒。

有了這次出血的經驗，爾後珊珊走路特別小心翼翼，像隻企鵝般慢慢扭動著走路，自己都忍不住覺得好笑。

> 因為出血，這幾天走路都很輕很小心，儘量不讓肚子出到力。所以肚子還沒大，走路就像企鵝，所以屁屁就一直扭來扭去，不知道會不會有人笑翻了，想想真好笑。（日記 C-930519）

懷孕害喜是很多準媽媽都有的症狀，珊珊懷孕初期吐的相當厲害，整天都在吐，她在日記中說自己「吐到眼珠子要掉下來了」，真是一句相當傳神的形容詞。孕吐的痛苦一直持續到懷孕中期才稍微減緩些，珊珊回想這樣的痛苦，那時心中只想著「希望快點生一生，快點解脫，快點結束苦難」（訪 C-4-2-4~6）。

> 整天都想吐，也在吐，看到我的人都說，他們沒看到有人懷孕如此痛苦的呢！……我真的無法形容那種不舒服，想吐，頭暈，坐公車好不容易下車了，可以吐了，就邊走邊吐，越想自己越可憐，所以就忍不住哭了出來，一直在哭，回到家還被我大伯及婆婆看到，唉~真丟臉耶！一回到房間，就吐到不行，眼珠子都快掉出來了，還一直在吐。（日記 C-930607）

（二）重男輕女，到最後一刻才死心

珊珊因為家裡是開餐飲店的，生意很好相當忙碌，小時候她被寄養在南部爺爺奶奶家，直到要念國小時才搬回來和父母同住，因此她覺得和母親比較沒感情，疏離的程度令人驚訝，珊珊記得每次要繳學費時她都不敢向媽媽拿錢。

珊珊的母親相當重男輕女、從小特別疼弟弟，對於兒子、女兒有很大的差別特遇，這樣的觀念深深影響到她，打從懷孕開始，她就想生個男寶寶，再加上有很多人說她應該是懷男寶寶（傳說若懷男寶寶因荷爾蒙不同的關係，孕婦會變醜），使得她心裡也一直認為應該是懷男的，直到懷孕五個月產檢時照超音波，照出胎兒是女的時，珊珊根本無法接受這個事實：

> 可能我家裡面環境的關係吧，我會有一點重男輕女，然後再加上大家都是說你可能是懷男的，因爲那時候我鼻子變很大，再加上我一直長痘痘，那大家都說你可

能是生男的。然後我就覺得嗯，我可能是生男的。……結果到最後那開獎的時候，是女的的時候，……我整個人就哭了。（訪 C-1-11-25~30）

從驗出胎兒是女的開始，珊珊去其他診所重複照超音波，希望是醫生看錯了，甚至有好心的朋友打電話來，告訴她去廟裡拜拜「換花」，就可以把胎兒的性別換掉，看到珊珊這麼執著、沮喪、失望、難過，先生都忍不住叫她停止這一切想生男孩的舉動和想法。但是珊珊還是偷偷幻想生產當天會不會有奇蹟出現，寶寶變成是男的.....直到生產出來的那一刻確定是女寶寶，她才真正死心了。

會有如此深重的重男輕女觀念，除了受娘家媽媽的影響之外，還有另一個原因是希望第一胎生男的，就沒有傳宗接代的壓力了。在敘說這段經歷時，珊珊告訴我此時的心情沒有當時這麼激動了，但是可以感覺得出來對於第一胎生女兒還是蠻遺憾的。

因爲我希望我生了這個不一定要再生第二個了。對，可能當然，可能大家會覺得因爲女的，可能……我不知道是不是有很多人，我想大部份啦，很多女孩子覺得第一胎應該是要生個男的，第二胎就不會有壓力了。（訪 C-1-11-31~34）

珊珊後來看著可愛的女兒漸漸成長，她開始後悔當初懷孕時沒有保持平穩的心情、給女兒好的胎教，在女兒四個月時，她把這樣的心寫出來投稿到《媽媽寶寶》雜誌中，希望呼籲懷女寶寶的準媽媽們可以用平常心來看待，後悔之餘，珊珊希望用一輩子的愛來彌補女兒。

我真的很後悔那時候讓我的寶寶承受那麼大的壓力。對。我真的很後悔，我到現在還不能原諒我自己。……然後那時候我想說我只要生這一個，我要讓她過最好的生活，我要彌補，我用一輩子來彌補。（訪 C-1-12-23~24，1-13-15~17）

然而令我驚訝的是，當我再問珊珊若是時光倒流，有人勸戒她不要這麼重男輕女，她會不會有改變，珊珊說不會，她認為自己是屬於冥頑不固型的，寫這篇文章是希望幫助那些重男輕女觀念沒有像她如此深重的準媽媽們，但對於自己這樣的觀念她是根深柢固的。其實有多少懷女寶寶的準媽媽們都懷著相同的心情？我在這次訪談後的省思札記寫著：

今天訪談中最令我印象深刻的內容就是有關她重男輕女的想法。我沒想過懷女生可以

造成孕婦心裡這樣沉重的壓力，而且這壓力不是別人給的，是自己給自己的。沒想到有人可以這樣執著，一再照超音波、想換花……直到生出來的那一刻才死心。我自己也是懷女寶寶，老實說，驗出性別爲女寶寶時我也有那一絲絲的失望，因爲我也是覺得第一胎生男的空間比較大，第二胎要不要生、是男是女就比較無所謂了，而且社會問題多，我擔心女寶寶比較難照顧，需要特別留意安全問題。這樣的性別問題爲何在現代化的今天還是存在？生女生就沒地位嗎？傳宗接代至今還是這麼重要嗎？（省思札記-940628）

（三）生產經過記憶猶新

有人說：「男人最難忘的事是當兵，女人最難忘的事是生產。」對每個做媽媽的來說，說起生產的經過總是鉅細靡遺地記得，當天吃了什麼、做了什麼習慣用網路日記記錄生活點滴的珊珊，在生產後回溯整個過程，把她從開始陣痛、到醫院待產、期間發生了什麼事、護士做了什麼程序、說了什麼話等等，都一點一滴都記錄下來了。每一次的陣痛彷彿都在挑戰人的極限，每一次的內診都在期待護士如大赦般地宣布可以進產房，但卻一次又一次地落空.....這樣的產痛好像是無邊無際的，做什麼都沒有辦法減緩肉體上的痛楚，從珊珊所記錄的部份生產過程可以窺見一二：

凌晨四點到康寧醫院掛急診,護士請人用輪椅把我推到六樓待產房去待產.....我躺在床上，護士幫我測小孩的心跳。護士內診：完全沒開！子宮頸還很高，摸不到小孩的頭！陣痛：五~十分鐘一次！

我自己一個人跟陣痛對抗的不知多久……漸漸的……漸漸的……我痛到失去意志了。雖然失去意識了，不過我知道~~我期待護士幫我內診並告訴我：我又開了幾公分了？（內診時真的是超痛……）……陣痛的痛讓我「昏昏死死去」，護士內診了 n 次都說四公分，當我每次聽到開指四公分時，我都會用盡力氣虛弱的說：「我真的不想再聽到四公分了！」

我從開八公分後就有點些歇斯底里的大喊：「我要大便了啦！我快忍不住，我要大便大出來了啦！」(我之所以忍著是因爲上媽媽教室的講師說：醫生還沒叫你出力生小孩之前，千萬別出力，不然會造成子宮頸腫大，更難生！）護士說：「沒關係！你要大便就大出來吧！這是胎頭在下降.....」

第三次出力.....突然間下體有一股暖流~~~~~~(那種感覺真的很棒.....而且又聽到

我女兒宏亮的哭聲，剎那間我都不累、不痛了！)（日記 C-940104）

一股暖流之後傳來宏亮的哭聲，珊珊和女兒見面了，初為人母的喜悅掩蓋了肉體上的痛楚，真的升格做媽媽了！看了珊珊的生產日記真是令人驚心動魄，每次看總是讓我覺得很恐怖，也慶幸自己已經當媽媽了，否則可能會被嚇到不敢懷孕。

經過漫長的懷胎十月，珊珊很高興產下一女，她覺得自己終於解脫了，飲食可以不用顧忌那麼多，喝咖啡、吃巧克力不用怕胎兒會皮膚黑了；可以做一些自己想做的事，比方懷孕時她都不敢搽口紅，因為聽說唇膏中含有鉛的成份。有孕在身時都以胎兒安全為考量，這樣的說法道出了為人母親願為孩子「犧牲」的心情。

> 生出來後，我覺得我解脫了，我好開心，二天無法睡，我已經可以不會吐了，也可以喝咖啡，我可以穿我想穿的衣服，我可以化妝。（訪 C-4-2-9~10）

懷孕生產的過程，對於珊珊而言雖然難熬，但是珊珊並沒有因為生第一胎的痛苦而不敢再懷孕，雖然這一胎是女兒讓她很失望，珊珊覺得在懷第二胎前，什麼清宮生男秘笈、生子中藥帖、換花、量基礎體溫，甚至可能請先生做精蟲分離術，她早在這一胎懷孕驗出胎兒性別是女的時，就開始搜集齊備所有的資料，到時候要準備懷第二胎時，她會做足準備，希望一舉得男。

聽到這樣的決心我很驚訝，珊珊還是不能從傳統重男輕女的束縛觀念中掙脫，雖然她對女兒有悔意，但她還是要為夫家傳宗接代做努力，這樣的命運枷鎖究竟是整個文化氛圍造成的，還是夫家給予的壓力，抑或只為了滿足個人的期盼，身為女性的珊珊仍無法參透，令人憐惜。

（四）坐月子相當失望、憂鬱

生產完後面臨坐月子，珊珊是非常期待的，老一輩的說法是月子做得好的話身體就會好，珊珊覺得擁有健康才能賺更多的錢，因為她對坐月子期待很大，從

懷孕開始就不斷上網、看書、看雜誌、從同事那兒搜集了很多資料，對於如何坐月子自己已經勾勒出一個清楚的輪廓，甚至不惜掏腰包預先買了很多一罐 120 元的紅標米酒（傳統說法月子期間不宜飲用水，要喝用米酒煮沸的水），期待藉這個機會把身體養好。

> 我對做月子很重視，我就去買了很多東西，我娘家在做生意，在開餐飲店，然後我就買那米酒，純米酒，就那 120 塊的米酒，我就覺得我要把月子做好。（訪 C-1-1-1~3）

然而，在這個大家庭裡，不敢發聲的珊珊，一個產婦的心聲並沒有讓其他人知道，珊珊對坐月子的期待落空了。孩子出生後第五天，夫家有一件大事──大伯娶妻，這樁喜事遮蓋了也是喜事一樁的珊珊產下一女的光芒，大家都把焦點放在新娶進門的大嫂身上，加上幫她坐月子的婆婆並不重視坐月子的習俗，使得珊珊不得不自己料理她和女兒，碰生水、出門吹風這些她深信要避開的事卻一一發生，加上公婆和大伯大嫂一起渡蜜月出遊，沒有人煮飯給她吃，粗心的老公也因為孩子出生一連忙了好幾天而呼呼大睡，珊珊居然連續二十幾個小時沒有進食，這些事情讓珊珊覺得自己很悲慘，不免自怨自艾起來。

> 我婆婆……她認爲說月子就是這樣子啊，也不需要吃得太好，也不要太差。……那時候我生完出院，我一月七號出院，我嫂子一月九號嫁過來，可是那我心情衝擊很大（語氣加重）。（訪 C-1-1-4~7）

更慘的是，一般坐月子，長輩都會要求產婦要多躺臥休息，儘量不要起床是動、搬重物，讓身體可以好好地恢復元氣。然而珊珊的婆婆一則不注重坐月子；二則因為大嫂剛嫁入門，很努力勤奮地做家事，婆婆未考量到珊珊是在坐月子，常常在端餐食給她時流露出不悅的神情，也曾在珊珊面前明白地比較妯娌兩人的表現，這一切都讓珊珊心中衝擊很大，相當失望難過。

> 然後我婆婆到最後要拿東西進來，就是煮東西呀，……表情不是很好，然後我就會覺得……我是那種很容易想很多的人，我就會心情很差。而且我婆婆也有說過：你看，你嫂子做事情做得那麼認真。（訪 C-1-1-4~13）

（五）身材變化

生產完之後，做為新手媽媽的珊珊開始關心自己身材何時恢復，雖然體重比產懷孕前增加不多，但小腹微凸，同事無心的一句話：「阿婆啊ㄟ身材」，讓她心有警惕，決定要維持好形象，曾考慮是否砸下一萬六千元買塑身內衣來穿，後來因為先生反對而作罷，可見得身材的變化對於女性生產後或多或少都會造成心理的影響，珊珊也不例外。

三、身處大家庭系統「聯盟」之外，常以淚洗面

珊珊懷孕時白天要工作，晚上回到家，挺著大肚子還是得做家事，即使害喜嚴重也得洗一大家子吃飯過後那一堆油膩的鍋碗瓢盆。珊珊為此和先生吵架、起衝突過，洗公公婆婆的碗她覺得理所當然是身為晚輩的她該做的事，但先生的姊妹們吃完飯也是把碗扔下，甚至連碗裡剩餘的殘渣都不願各自清理，使得珊珊心中不免忿忿不平，但先生始終站在夫家人那一方，沒有出面處理這件事，在這樣的家庭系統中，夫家人形成一個大聯盟，珊珊彷彿被摒除在外，就連最親密的先生也沒有給予她支持和鼓勵，在敘說這件事情時，我似乎嗅到了媳婦被夫家人當丫鬟使喚的那股氣息，珊珊的先生坐視這樣的情況不管，也不肯幫太太的忙，讓珊珊事後回想懷孕的情景時，希望大家能多體諒她一些、給她更多的空間、可以放鬆些，她應該會更快樂。

做媳婦真的身份比較卑微嗎？珊珊猶記得自己還在坐月子時，婆婆生病了，大姑正好回家吃飯，居然當面直接罵她：「你每天在家裡，你為什麼不盯著我媽吃藥？」（訪 C-1-1-32，1-2-1）另外，婆婆告誡她若孩子半夜哭泣，不可以叫先生起來幫忙……這樣子的事情一再發生，似乎身為媳婦得承擔夫家人賦予的種種義務，但卻一點權利也沒有。她甚至失去了自由，不能想去哪就去哪、想做什麼就做什麼，身處在大家庭中，誰都可以責難她，被家庭系統的聯盟排除在外，她是個外人，不知何時才會被納入聯盟之中，孤軍奮鬥、時時得繃緊神經的她最多

也只敢和先生起衝突，加上女兒剛出生容易哭鬧，珊珊因此常常以淚洗面。

> 我真的快哭出來，……我根本沒有辦法睡覺，而且我婆婆還跟我說你不要虐待我兒子……所以我很怕我老公做事，然後又很怕我自己沒把小孩子帶好，又很怕我什麼事情沒做好大家又要責怪我。真的是很痛苦，那時候真的是淚如雨下。（訪C-1-2-3~11）

四、工作職位不符期待，因懷孕生產不敢變動

珊珊是企管系畢業的，當初到這間規模很大的金控公司上班時，被安排先做總機小姐，這與她當初應徵的職位不符，主管要她先忍耐，珊珊也告訴自己先忍一年，如果到時還沒轉職就要走了，因此珊珊期待很久，一直在等候公司調動。

沒想到一年後珊珊剛好訂婚、結婚，怕離職找不到工作，不如再等待機會，決定再等下去，然而幾個月後珊珊就懷孕了，使她打消了申請調動的念頭，因為到新的單位必需重新適應新的職務、新的環境，她怕壓力太大會對胎兒不利。做這樣的抉擇完全以胎兒為著想，珊珊不敢讓娘家人知道她被大材小用，在金控公司當一名總機小姐。

然而，懷孕期間，同部門有同事支援她的工作但卻沒有做好，使得珊珊的上司對她的印象和工作能力大打折扣，因此本來翼望生產完再申請調動的，珊珊產假結束後回去工作也只好按兵不動，不敢說出自己的想法。

第二節　母職實踐是學習的過程

一、「新手上路」需不斷摸索，做媽媽有無限可能

第一次當媽媽很辛苦，因為什麼都不懂。例如擠母奶這看似簡單，是動物的本能之一，不用學習就應該會的事，珊珊卻做得相當費時、費力，餵母奶過程乳頭也常破皮、流血，為了給孩子喝最好的母奶、增加身體抵抗力，她咬緊牙關忍耐下來。

新手媽媽總是在嘗試中學習如何育兒，其中多少會遇到困難、挫折、錯誤，然而，珊珊自怨自艾柔弱的個性，很明顯地表現在事情做不好時，她會自責自己「很沒用」，怎麼自己什麼都不會。這樣的過程其實是很辛苦的，母職實踐總是在摸索中才會慢慢找出一套適合自己、適合寶寶的模式，彷彿第一次做媽媽，一定得貼上「新手上路」的標籤一陣子，才能夠慢慢駕輕就熟。

> 剛開始帶的時候真的很辛苦，因爲什麼都不懂，而且我是蠻堅持想說要餵母乳的，那時候覺得比較困難的就是我好像什麼都不會帶。……我是感覺自己好像……很沒用，怎麼什麼都不會（加重語氣），完全，沒有任何一樣我會的！（訪 C-3-1-2~9）

雖然懷孕時這麼怨嘆寶寶的性別，但孩子出生後珊珊馬上就愛上女兒了，覺得要用一輩子來彌補她，做媽媽再累、再苦，只要看到孩子的笑容什麼都忘了。還沒做媽媽時總覺得自己耐心、愛心不夠，但女兒出生後她發覺自己原來也是這麼疼小孩、愛小孩的，原來做媽媽是最自然不過的事了，母愛是最自然的，凡事只要去摸索就會了。甚至她覺得做媽媽以後是潛力無窮的，很多事情不用再去預設立場、不用假想自己做不到，去做就知道了。

> 當了媽媽以後會有很多沒有辦法預料的。等於說好像有無限可能。爲他的付出是無限的。那好像沒有預設立場，我只要能夠做到就去做就對了。（訪 C-3-4-7~8）

二、初任母職有許多的無奈與無知，自責未保護到女兒

珊珊一直在適應大家庭的生活，很多事她都不敢說出來，即使心中有千百個不願意她也只能把話悶在心裡。女兒出生至今，有件事讓她耿耿於懷，就是孩子命名的事。

珊珊的公公是家中最具權威的人，他自己為孫女兒取了個單名說問過神明了，那個字是個古字，很多電腦都打不出來，因此珊珊覺得相當麻煩，很怕造成日後許多的困擾。乍聽這個名字時，她不敢說出不要取這個名字這樣強烈的反抗，於是心裡退而求其次，想跟公公反應可不可以取個三個字的名字，但怯懦的

她終究還是說不出口。先生去戶政事務所報戶口時，辦事人員還提醒他依據經驗，取這種在電腦會出現亂碼的古字，大概沒幾年就會來改名了，然而先生也不敢跟自己的爸爸挑戰權威，於是女兒就取了個單名的古字。

這件事一直讓珊珊耿耿於懷，她一直很後悔當初沒有提起勇氣跟公公反應，隨著日常生活中使用名字愈頻繁，每次都得花一番功夫向別人解釋，於是負面的情緒一直加劇，她開始自責沒有「保護」到女兒。

> 有件事我耿耿於懷，就是名字的事情。……我覺得我好像沒有能力保護我的小孩。我應該說我要三個字，我大伯是有說不要兩個字，三個字好不好，可是我卻無能為力。（訪 C-3-7-24~37）

沒有能力保護到女兒，珊珊用了這麼嚴重的字眼，可見她心中有多麼的難過。為孩子取個名字，為娘的卻無法自主做決定，這是多麼深重的無力感！而珊珊說起記憶中，也發生過這麼一件事，讓她覺得沒有保護到孩子。

珊珊的女兒是在冬天出生，天氣冷，加上民間習俗小孩子未滿月不宜出門、吹到風，珊珊一直小心謹慎避免外出。然而，滿月過後沒多久，公公提議全家出遊，原本婆婆也反對不要帶小嬰兒出門，但最後還是得順從公公的權威。珊珊覺得自己沒有照顧小孩的經驗，想說出門就幫女兒穿了很多衣服，但在路途上，其他家庭成員一直七嘴八舌地要她不要把女兒包得那麼緊，她沒有自信堅持下去，只好唯唯諾諾脫去了女兒身上的一些衣物，哪知到了目的地是山區，天氣寒冷，回來後女兒就嚴重感冒了，足足拖了十天才康復，女兒生病的這段期間，珊珊覺得很懊悔，更自責為什麼連自己的女兒都沒有辦法保護，為什麼自己個性這麼怯懦，連堅持讓女兒穿厚重衣物也不敢說，只因為自己不敢在大家庭中「發聲」。

> 每個人跟我說什麼我都對對對，就是很沒自信這樣，人家說什麼我就說對，就是這樣，我做錯對不起這樣子。然後像那時候我就把我女兒包得……包得像肉粽（台語）這樣子，然後他們就說這樣太熱，……結果你知道在車上反而包得緊緊，一到外面卻把他的包巾什麼都脫掉，結果回來就感冒了，……我覺得說當初為什麼我都沒有能力……我不敢啦，就是因為我的不敢所以我不能保護到我女兒。（訪 C-3-8-12~21）

會發生這兩件事讓珊珊那麼自責，珊珊歸咎原因一則是自己的個性太柔弱，一則是身為新手媽媽，不知道該如何照顧寶寶，也不敢拿定主意該怎麼做，只好人云亦云，順應大家的意思去做。珊珊的這個經歷說出了很多新手媽媽的無奈與無知，沒有一個經驗值可以做為評判的標準，只好順應大家的意思去做。

三、相信傳統懷孕禁忌的說法

珊珊希望自己能生出一個身體健康、皮膚白皙的寶寶，因此對於孕婦要忌口，不要吃口味太重、冰冷的食物（對胎兒氣管不好）、咖啡和茶（刺激胎兒、皮膚會變黑）等說法，珊珊期許自己努力去遵守，但有時還是會忍不住想吃，心中就會產生很嚴重的罪惡感。尤其是當周遭的人在享受美食，自己得為胎兒著想而得改口、克制食慾時，心中真是一番掙扎與煎熬。

四、遵循傳統育兒習俗

訪問珊珊時，她的女兒還未滿一歲因此尚未抓週，但傳統育兒習俗如剃胎毛、滿月請客、四個月時要收涎都有為女兒做，甚至女兒半夜哭泣，珊珊覺得帶去行天宮收驚後情況有改善了。

珊珊認為她蠻重視傳統習俗的，但最後還是會依個人喜好，選擇性地為女兒做，像是滿月請客由於當時天氣寒冷，於是延到四個月時才補請滿月喜酒；剃胎毛花了她六千元，但能給女兒做永久紀念與回憶，再貴也值得。

第三節　與母親有代間傳遞的現象，自我分化低

一、重男輕女觀念受母親影響深重

珊珊在懷孕期間因為得知胎兒的性別是女的而相當憂鬱，她回溯自己重男輕女的觀念是來自於母親，從小母親對弟弟特別好，差別待遇很大，使得自己懷孕

後也一直希望胎兒是男的，因為生男的比較不會有傳宗接代的壓力，另外是珊珊擔心若生了女兒，自己會像母親一樣重男輕女，而這個小孩就無辜了。

由此可看出在珊珊的母親和她之間，代間傳遞是存在的，母親重男輕女的程度不僅在教養他們兄弟姊妹的觀念、態度及方法上都有很大的差異，因此重男輕女這樣的想法深深根植在她的心裡。

> 我覺得是我媽媽啦（指重男輕女的觀念來自母親），對。……對我弟弟當然差更多啦。那我媽媽會把我們兩個女的留在家裡，然後跟我爸爸帶著弟弟出去……吃東西、去聽歌舞這樣子。……對。會帶他們去聽，然後我們兩個女兒就留在家裡。（訪 C-2-6-28~35）

二、無法自覺，自我分化低

珊珊的個性優柔寡斷，很多時候做決定都猶豫不決，本身獨立性不夠，和原生家庭間是黏著的，常常希望回娘家幫忙做生意；被母親深深影響到重母輕女的觀念後，她沒有辦法自覺這樣的觀念是不對的，母親對於兒子、女兒的差別待遇，很慶幸沒有影響到他們手足之間的感情，也有可能是因為這個緣故，她無法意識到重男輕女究竟對下一代會不會造成負面影響，懷孕時一直讓自己處在不快樂的情緒和巨大壓力的狀態，即使超音波一直顯示出胎兒的性別是女的，珊珊仍在幻想可能檢驗有錯誤、照不清楚，她一直幻想自己肚子裡的寶寶一定是男的，因此在自我分化上程度算是低的。

> 我覺得我根本沒有去思考這些東西，我就一味地覺得我不會生到女兒。（訪 C-2-6-22~23）

第四節　新手媽媽無法單打獨鬥，社會支持相當重要

一、工具性：人言可畏，不敢讓先生分擔育兒工作

寶寶呱呱落地後開始適應這個世界，對新手媽媽而言，也開始照料新生兒、

與寶寶朝夕相處。珊珊沒有照自己的期望遵循古法坐月子，婆婆甚至明白告訴她照顧孩子是媽媽的責任，要體諒先生白天上班很辛苦半夜不可吵醒他，加上女兒初期睡眠時間很短、容易哭鬧導致她睡眠、休息都不夠充足，因此她的心情處於相當低潮的狀態，可以說是身心俱疲，珊珊回憶這個過程，很諷刺的是先生卻在旁邊呼呼大睡，沒能給予她協助。

對於珊珊而言，大家庭人言可畏的壓力讓她很害怕，個性優柔寡斷的她不敢大聲說出她的需求，只能一直要求自己忍耐、盡力做到大家所要求的，因此心裡是相當的愁苦的。

> 那時候大家都一直覺得說我做不好，然後我會覺得我這樣把小孩子抱出去讓他們幫忙，我婆婆會覺得說我都沒有在照顧小孩，是一個不盡責的媽媽。（訪 C-1-2-25~27）

二、資訊性：隨著孩子成長需不斷學習

珊珊覺得周遭有很多管道可以獲得很多育兒資訊，因為上班會用到電腦，因此在網際網路中搜集自己所需要的相關資訊是最快速便利的。然而網路所提供的資訊珊珊總是覺得不夠，因為孩子一直不停成長，每個階段所要關注的事物不同，身為新手媽媽沒有育兒經驗，對於很多問題、不了解之處必需不斷地去吸收新因此也常買書來看。當然，親朋好友之間也常交流育兒心得，若是贊同別人的做法，珊珊就會趕快把它記下來，付諸行動。珊珊也提到了由於資訊來源很多，適不適合她與女兒所處的情境，其實她都會經過一番篩選，很可能就是自己有興趣做的部份，她會努力鑽研、吸收、學習。

> 其實我是針對我有興趣的部分去看，並沒有說什麼全部去吸收、全部去學習。（訪 C-2-8-23~25）

三、情感性：女兒出生後家人凝聚更多的向心力

隨著孩子出生、長大，珊珊他們夫婦吵架的次數變少了，孩子為他們帶來了

凝聚力，先生從一開始的不知所措到如今會幫她做家事，讓她專心帶小孩，兩人的關係轉好，珊珊對於這樣的生活很滿足。珊珊覺得或許是因為先生目睹她生產的過程而疼惜她吧。

> 感覺更有凝聚力……不知道要怎麼形容，就是好像更有向心力吧。就是知道說我們爲了以後去做些什麼事情。嗯……其實我們很少溝通吔，……但是可以感受說我們好像會爲了這個家然後去做一些努力這樣子。（訪 C-2-4-4~9）

珊珊是個溫和知足的人，她對於婆婆幫她帶女兒這件事非常的感激，體諒婆婆因照顧小孩而變瘦了，耗費很多心力，因此她很努力回饋夫家，假日出去遊玩會出錢，下班回到家也儘量做家事。由於女兒是家族中的第一個小孩，大家都很疼女兒讓珊珊更是心懷感恩。

> 我覺得我更感恩。因爲我覺得我婆婆這麼辛苦帶小孩，今天帶小孩真的不輕鬆，……我不會因爲覺得說今天阿公阿嬤疼孫這是應該的，我不這麼認爲。（訪 C-2-4-12~19）

對於婆婆和自己教養孩子的方式有不同做法時，很慶幸的是珊珊和婆婆幾乎沒有衝突產生，珊珊的婆婆很開明、很好溝通，遇到意見分歧的時候，雙此都用尊重對方的角度、以愛孩子為出發點，彼此接受對方，對於這點，珊珊很知足。

> 大家都互相尊重，所以還沒有什麼分歧的地方。就是她會尊重我，我也會尊重他，反正大家都是愛小孩嘛。（訪 C-2-8-36~38）

珊珊因為和夫家的人住在一起，因此平時小孩都有人幫忙照料，她為了回饋大家對孩子的疼愛，因此下班後都會很認份地做家事，忙到小孩子很少是由她帶的。珊珊和娘家的弟弟、妹妹感情很好，在育兒上他們有給予物質上的資助，長期供應尿布、濕紙巾，讓珊珊省了一筆花費。看到大家都這麼疼女兒，珊珊真的覺得相當幸福高興，只要大家對女兒好，她自己願意做更多來回饋。

第五節　現在的珊珊

珊珊每天下班，必須先騎機車到松山火車站、再坐火車回汐止，往往回到家都已晚上八點了，通勤上班佔去很多時間，每天又早出晚歸，和女兒相處的時間

非常少，為此，珊珊計劃明年過完年辭去現有的工作，做點小生意，為的就是可以多賺些錢，給女兒過更好的生活，同時做生意比較能陪伴女兒成長、跟女兒有多一點互動，目前在努力尋找中。她亟思變動，原因可以用自己的話來說明：

> 爲了夢想，爲了小孩，爲了錢，爲了家。（訪C-4-2-16）

第七章　結果分析與討論

本章重點在於解讀研究對象的生命故事與生活經驗，在本研究中，研究者以三位新手媽媽為研究對象，意圖了解女性從懷孕開始、生產以至育兒的過程中，會遭遇到什麼樣的生命經驗，她們的心理感受與知覺是怎樣的，在扮演母職角色的過程中，又是用什麼樣的態度去面對生命中的改變。

第一節　懷孕生產面臨各方面許多的適應與變化

鍾思嘉（2000）的研究顯示，面臨角色發展的轉變，對大多數為人父母者而言，可視為一個成人發展危機的經驗，如果適應良好，則能帶來自我實現、成就和價值感；如果適應不良，則可能產生壓力或自我功能失常。在本研究中，母親本人的健康情形、自信心、心理狀況、工作情況、家庭系統以及社會支持等背景變項由於是因人而異的，對於新手媽媽在母職體驗上也會形成不同的適應與變化。

一、新嫁婦即懷孕，適應夫家生活不易，磨擦與困擾多

Duvall（1977）將家庭生活週期分為八個階段，本研究中三位新手媽媽都是結婚半年內就懷孕的，因此對於夫妻生活、新的親戚關係尚在適應階段，從第一階段（已婚、未有小孩）中的基本技能——對懷孕之適應、期待第一個孩子的來臨，而跨向第二階段（養育幼兒）。研究中，三位新手媽媽在新生兒到來的同時，仍然面臨許多與夫家尚未調整好的問題，例如依依的先生是職業軍人，她單獨與婆婆同住，感到受限制、拘束；霜霜的公公從結婚後就一直需索無度，拿錢去賭博，使他們的經濟狀況相當困窘；珊珊因為身處大家庭，人多嘴雜，家事分工勞逸不均，這些問題都是結婚後就出現的問題，懷孕後並未見改善，對於新手媽媽來說是生活中磨擦與困擾的來源。

也就是說，從 Duvall（1977）的研究顯示出，在家庭生活週期的第一階段，

已婚夫婦尚未有小孩大致需要兩年的磨合期，這一階段中的基本技能：讓夫妻雙方彼此認同配偶關係、適應日常生活（事業上及休閒生活）、對新的親戚關係適應都需要時間與心力的投注，然而本研究發現，新手媽媽們在結婚後很快就懷孕了，在第一階段的技能尚未發展成熟又需跨足至第二階段，家庭衝突於焉產生，對於她們而言，兩階段發展技能之重疊可以想見負擔之沉重，因此而有適應不來的狀況。

二、懷孕、生產、坐月子經歷許多生理變化，對心理影響甚巨

Smith（1999）的研究指出對女性而言，成為母親代表的是一個重要的轉變，意味著在個人、社會及生物上同時發生的巨大改變。從懷胎十月、生產，到坐月子，本研究的新手媽媽們經歷了很多生物上的變化——這些生理變化也影響到她們的心理層面。

在本研究中，剛知道懷孕時即使三位研究對象都是已婚身份，但依依覺得彷彿被判了無期徒刑，霜霜覺得自己還是個小孩子卻要做媽媽了，珊珊生理期不順沒想到自己還可以懷孕，驚喜、驚訝是她們的心情寫照。爾後懷孕中三人都有遇到狀況發生，依依長了子宮頸息肉不得不在沒有麻醉的心情下動手術；霜霜孕吐嚴重到後期吃藥安胎也撐著工作；珊珊懷孕前期孕吐、出血，重男輕女的她後期因懷女寶寶而情緒鬱悶；當胎兒在腹中時，準媽媽們總是堅強地想盡方法保住胎兒。而生產對三人來說都是一輩子難忘的經驗。生產完坐月子的方式因個人期許不同，三位新手媽媽都是由婆婆幫忙做月子的，然而婆婆照料的方式與她們想要的不一樣，使得她們的情緒也受影響，而這期間新生兒不易照顧是她們共同的心聲，希望能有多一點的社會支持。

最後三位新手媽媽都有提到，懷孕期間，女性面臨了體形變化很大，身體可能會出現長斑、長妊娠紋、變胖、變醜、變笨重……等許多情況，對於心理也會造成負面情緒的影響。本研究中新手媽媽們都覺得生產完體形變胖是最大的問

題，對女人的青春與美貌是很大的折損，過去「做小姐」時的衣服不再穿得下、買衣服都得大一號使得心裡打擊很大，但希望先生能多體諒，不要因此而嫌棄。

三、孩子的到來使得家庭系統中的權力產生變化、衝突日起

家庭系統理論認為家庭或其他關係中的行動是彼此相關的，每一個人都會影響另一個人，這些人的回應依序反過來影響到另一個人（Muncie, Wetherell & Langan et.,1997；洪惠芬、胡志強、陳素秋譯，2003）。第一個孩子的到來，使得家庭系統產生了許多組合與改變，例如衍生了許多次系統像是親子次系統、祖孫次系統等等，本研究發現，新手媽媽們和其他家庭成員往往有分化不清楚、界域模糊、缺乏自主性、權力不平衡、衝突產生的情況。

例如依依坐月子時連自己的隱私權都沒有，即使餵母奶房門也不得上鎖，因為婆婆隨時要進來抱小孩；霜霜的先生擁有家庭中絕對的權力和權威，覺得女人相當命苦的她，認為如果時光倒流寧可不生小孩；珊珊坐月子期間覺得先生永遠和夫家是同一聯盟，不是和自己站在同一陣線上的，而常為此與先生爭吵。本研究的研究對象之個體和次系統間的界域、聯盟、權力、衝突，隨孩子出生而在其家庭系統帶來了種種變化，與理論是一致的。

四、職業婦女懷孕仍照常工作，調適中辛苦以對

現代社會中雙薪家庭很多，Smith（1999）的研究發現，懷孕是個讓女性檢視工作意義的契機；Duvall（1977）也認為第二階段——養育幼兒中有「對事業、前途等工作上之適應」之發展任務，在本研究中，三位新手媽媽都是職業婦女，她們懷孕後仍照常工作，十分辛苦，工作有變化，也有適應。

身為老師的依依因持續出血、常請假，學校刻意排開導護、戶外的工作，請假也特別通融；霜霜體認到有小孩了不能失去工作，即使吃藥安胎、挺著大肚子搬貨也得做下去，但生產完卻失業了；珊珊在大公司服務職位與原本應徵的不

符，原本想申請調動但因懷孕害喜嚴重，想要穩定工作而作罷。這些都說明了女性懷孕後生理上的變化與不適，多多少少都會影響到對工作的想法，同時也必需去適應生理變化對工作的影響，研究結果和理論是吻合的。

誠如周蔚（1995；轉引自高淑清、廖昭銘，2004）詮釋的「母職」——母親的職責：必需負責、是一種負擔；雖然工作不好找，但霜霜還是得努力找，因為她覺得有了小孩後身肩重責，不再像從前夫婦倆養活自己就可以了，道出了身為人母，生育了就必需養育、教育小孩的心聲。

第二節　母職實踐是學習的過程

一、跟著孩子成長的腳步不斷學習、找出最適合自己和寶寶的方式

每個母親都有愛孩子的本能，然而在社會變遷的過程中，女性的母職已儼然成為社會制度之一（張瀞文，1997），我們的社會對於一個好母親應該做什麼已形塑了一個輪廓。然而對於新手媽媽而言，照顧小孩是必需學習的，舉凡最基本的餵奶、包尿布、洗澡，其至於突發狀況如生病的處理……，都考驗著新手媽媽們。很多時候、很多狀況都是無法預料的，雖然從書上、網站上、雜誌上、周遭朋友中可以獲得很多資訊，但理論、別人的經驗和自己遇到的實際情況卻不一定符合的，沒有一套放諸四海的育兒方法適用於每一個小孩身上，每個新手媽媽遇到的狀況不同，因此必需做適度的調整和改變。而傳統上對於懷孕和育兒方面有許多的禁忌與習俗之說法，新手媽媽們大部份以孩子和自己的安全為第一考量，篩選過資訊後，選擇自己能接受的方式去做。

因此，對新手媽媽而言，做為一位母親是一連串、多方面學習的過程，隨著寶寶長大，每個階段都有不同的發展，母親們也跟著學習，適時洞察寶貝們需要什麼，缺少什麼，給予物質上、實質上、精神上的幫助。

三位研究對象都認為，受傳統傳宗接代觀念的影響，結婚了自然就要生小孩、當媽媽。這樣的社會文化塑造了母職是先天的假象，然而，在母職實踐的過

程中，新手媽媽們經歷的是許許多多的無知、學習、失敗、挫折與驚慌，對她們而言，母職也帶來了壓力。

因為是第一次，寶寶會如何發展、有什麼樣的問題需解決、要提供什麼樣的幫助給寶寶，這些都考驗著身為主要照顧者的母親們。另外，還有很多事情根本無法預料卻突然發生的，新手媽媽如何堅強地去面對、鍥而不捨地學習，一句「為母則強」是最佳的注腳。

二、身為嬰兒的主要照顧者，初為人母壓力大

由於母親是幼兒的主要照顧者，必需多方注意幼兒的各種情況，同時又得適當滿足幼兒的各種需求，因此做為一位母親壓力是很大的，誠如胡幼慧、陳秋瑩（1992）的研究發現，女性在家庭扮演的多重角色（妻子、媳婦、母親、有給職工作）中，以「母親」此一角色的要求與壓力最高，主要是源於小孩問題的擔心與困擾很多，同時又缺乏回報的非互惠關係所致。

在本研究中，新手媽媽們在生產完、坐月子初期，都覺得新生兒相當難帶，寶寶或者整天不睡覺、或者日夜顛倒、或者不明原因嚎啕大哭，讓新手媽媽們常不知如何是好，這段坐月子期間由於依照習俗，母子（女）雙方必需足不出戶，因此對於媽媽們而言猶如「監禁」般，行動受限。

另外，幼兒生病時自然會哭鬧，或者出現不明原因的病症時，往往讓沒有經驗的新手媽媽們感到相當無力、不知所措，心中驚慌但又得堅強起來照顧幼兒，這時期的心理壓力之大可想而知。這與 Wright（1985）所闡述：初為人父母，時間、體力、心力的負荷是主要的壓力源，尤其身為嬰兒主要照顧者的母親其壓力往往大於父親（引自徐綺穗，1998，頁 12），與本研究中新手媽媽在初任母職時所承受的巨大壓力之情況是不謀而合的。

三、新手媽媽們對於女性主義的觀點持保守態度

陳惠娟、郭丁熒（1998）將自由主義、激進主義、存在主義、精神分析主義及社會主義各思潮下女性主義所著墨的「母職」內涵加以統整，歸納出「理性／教育」、「婚姻」、「家務」、「事業」、「生殖」、「撫育」七個向度，然而本研究的三位受訪對象對於女性主義的觀點多持保守的態度。

依依是工作比較穩定的一位，但她對於生了兒子可以對夫家有所交代；霜霜在家庭裡是非常傳統、相夫教子的角色；依依在大家庭中不敢發聲，不敢讓先生分擔家事、育兒等工作；三位新手媽媽都認為結婚後生子是必然的過程，如果不孕的話會很辛苦、承受家庭中很大的壓力，而養兒育女是女性最重要的工作。

第三節 與母親有代間傳遞的現象，自我分化不盡相同

一、母女間代間傳遞的現象確實存在

個人在家庭中成長，家庭中獨特的價值觀在日常生活中直接或間接傳遞著。Van Ijzendoorn 定義代間傳遞為：上一代有目的或無目的地影響到下一代的教養態度與行為（引自 Li，2001，p29），回溯與母親的關係，本研究發現，新手媽媽們或多或少有受到自己母親的影響之現象。

在三位研究對象中，情況比較特殊的是新手媽媽依依，她三歲喪母，是由奶奶一手帶大的，但是在依依心目中，奶奶的確成為母親的替代者，奶奶節儉樸實的做風影響到她，家中經濟狀況小康的依依在物質消費上很理性，以實用為主要考量；奶奶從小對她常以給零用錢的方式做獎勵，但依依對兒子卻不這麼做，她比較會用口頭上的鼓勵和讚美。霜霜的母親是傳統嫁雞隨雞、幫忙先生理家的賢妻良母，因此霜霜雖然怨嘆當女人很可悲，但還是盡力做好為人妻、為人母的角色；霜霜是假日媽媽，和孩子相處的時間很有限，她雖然經濟困窘但只要兒子開口想買什麼，她都會盡力滿足兒子，這樣的做法和自己的母親是不同的，霜霜的

母親也常勸誡她不要太寵小孩，但霜霜覺得只要兒子開心，她什麼都無所謂。珊珊的母親相當重男輕女，這樣的觀念影響了她對於傳宗接代的想法，第一胎生了女兒，第二胎珊珊認為一定要「做好所有準備」，一舉得男；對於母親從小忙於做生意而疏於照顧小孩，珊珊警惕自己不要重蹈覆轍，並時常提醒自己要去「傾聽」孩子的需求。

從上面的情形看來，母親的育兒態度、價值觀等等雖然在新手媽媽身上造成的影響不盡相同，但兩代母女之間的確有代間傳遞的現象。

二、獨立性有差異，三位新手媽媽的自我分化程度有高有低

在探討代間傳遞時，自我分化是個很重要的議題。Bowen 以自我分化來說明個體與家庭分化或親密關係，一個成熟的家庭，各個成員在情感上並不會互相黏著，而是彼此分化的（引自周玉慧、李燕玲，2004）。本研究中三位新手媽媽自我分化情況不同，分析如下：

新手媽媽依依是獨生女，從小爸爸外出工作，只和奶奶住在一起，奶奶在她唸大學時去世了，由於娘家爸爸是男性，因此很多事依依也不會跟爸爸說，根據 Bowen 的說法，依依和娘家之間並不過份黏著、在情感和理智上也很平衡、個人成熟度高，因此自我分化程度屬於高分化的。

新手媽媽霜霜屬於低自我分化的情況，她雖然覺得自己的母親是很傳統的類型、女人很命苦，但在家庭中先生仍然是權力的掌控者，與先生的互動仍無法擺脫和母親相同的模式，足見其情感和理智無法協調；另外，在金錢周轉不過的時候，她會尋求娘家的支援，向父母開口拿錢，和娘家間是黏著的，個人獨立性也不足夠，因此自我分化程度是低的。

而新手媽媽珊珊也屬於自我分化比較低的狀況，可能與她個性有關，獨立性不夠，結婚後她對娘家的情感可說過份黏著、牽制，因為娘家在做餐飲生意，父母親操勞過度而身體狀況不佳，珊珊常希望回家幫忙。另外雖然母親重男輕女的觀念讓她兒時回憶不佳，但她卻未能分化成功，讓自己脫離重男輕女的想法，個

體自我的情感功能和理智功能無法融合。

第四節　新手媽媽無法單打獨鬥，社會支持相當重要

新手媽媽很難單打獨鬥，一個人去面對照顧嬰兒的重責大任。House（1981）認為社會支持是一種人際間的互相往來，包含以下任一種特色：1.精神上之慰藉；2.實質上之協助；3.與生活環境有關之物質提供；4.讚揚（引自高迪理，1991，頁 25）。本研究結果顯示，新手媽媽們的確獲得多方面的社會支持，資源管道也是多元的，而社會支持的功能在於讓新手媽媽們在育兒知識方面有獲得更多的資訊，可以減少失敗和挫折；就精神和實質上來說，在身心疲勞之際有人可以替換、減輕負擔；物質上若有人提供二手衣物、親友餽贈物品等都有助於減輕家庭開銷……這些都能協助新手媽媽更快上手，順利扮演母職角色。

一、工具性：家庭分工受傳統「男主外、女主內」觀念及權力的影響

Laslett & Brenner（1989）剖析：工業革命社會組織之分化更趨多樣，其結果對家庭變遷的影響在於：工作與家居的空間被分隔：男性工作屬前者，女性工作屬後者，而照顧家庭與兒童成為婦女首要或唯一的職責，於是女性專職作為賢妻良母和家庭主婦之概念因此被確立（引自黃怡瑾，2001，頁 343）。在本研究中，三位新手媽媽雖然都是職業婦女，但卻都是家庭及孩子的首要照顧者，然而要解釋這個現象，並非單純如王舒芸（1996）所提出的：「責任性母職、選擇性父職」的表面涵意就可以解析，其中又牽涉了家庭系統理論中的「權力」問題。

以新手媽媽依依來說，她的先生很願意幫忙做家事、照顧小孩，經過幾次練習之後也可以做得很好，但依依還是很矛盾，她不放心、不放手讓先生去做，於是自己把責任攬過來，主要是大家都很寵兒子，依依覺得自己得扮黑臉，強勢一點。反觀新手媽媽霜霜，先生是家中權力的握有者，又很大男人主義，休假在家不願意幫忙分擔家事及育兒的工作，使得身為職業婦女、必需事業與家庭兼顧的

她不禁感慨「當女人很可悲，下輩子絕對不當女人了」。而新手媽媽珊珊因為身處大家庭，個性柔弱的她不敢在夫家發聲，雖然收入比先生多，但家中權力握在長輩——公公、婆婆手中，先生和夫家的人聯盟、同一陣線，使得她挺著大肚子也得洗一大家子人吃飯所用的碗；坐月子期間再累也得自己照顧小孩，因為「婆婆說那是女人的職責」。因此，從本研究中可以得知，夫妻、家庭的分工除了受傳統「男主外、女主內」的觀念影響，與家庭中何者掌握了權力，決定如何去分工也有很大的關聯。

社會支持在實質上來說，有人提供孩子二手衣物、幫忙坐月子、照顧孩子，可以減少家庭開支，也讓疲勞的新手媽媽們可以喘口氣休息。新生兒到來後，家中成員（尤其女性親友）的協助，例如三位受訪對象的婆婆幫忙做月子、依依的爸爸幫忙帶小孩、霜霜的妹妹幫忙照顧嬰兒等，適度的家庭分工都有助於新手媽媽減輕負荷。

二、資訊性：管道多元化，減少失敗、挫折的經驗

從懷孕開始，準媽媽們開始一個嶄新的生命旅程，懷孕各階段會有什麼樣的生理變化、胎兒的成長情況、孕婦有什麼禁忌、孕婦用品上哪兒買……這些資訊來自於書籍、雜誌、網路、女性親友；生產後坐月子也是需要他人協助料理，幫新生兒換尿布、餵奶……有些是在醫院學習，有些則是返家後由夫家幫忙。幫新手媽媽而言，資訊來源是多樣化的，也算充足，尤其網路資訊更新快、流通強、資料豐富，是本研究中新手媽媽們最常用來獲取資訊的管道。而社會支持管道愈多，得到的資源愈完善豐富，可以讓新手媽媽們減少失敗、挫折的經驗。

三、情感性：社會支持有助新手媽媽更快上手，順利扮演母職角色

新生兒初來乍到這個世界，需要時間來適應周遭環境，而新手媽媽們首次扮

演為人母的角色，凡事都在適應與學習，因此社會支持對她們來說是很重要的，若能夠適時獲得休息與幫助，有助於釋放初任母職時所感受到的壓力與煩悶的情緒。本研究印證了 Borjesson, Paperin & Lindell（2004）的研究，不論中西，新手媽媽們的共同心聲反映，在孩子出生後的這一年她們相當疲勞，母親們非常需要情感上及實質上的幫助，尤其從個人的社會支持網絡中獲得支持，她們很希望與他人分享孩子發展的經驗，以減輕她們對餵食、分離、生病、經濟上與孩子有關的焦慮及擔憂。

精神上給予適當的鼓勵是很重要的，尤其是先生能給予妻子愛與關懷，長輩能用同理心來協助新手媽媽們、結予過來人的經驗分享，而不是用長輩的威嚴來批評、要求媳婦們，較能協助新手媽媽更快上手，順利扮演母職角色。

本研究與 On-Kang Huyn, Wanjeong Lee & An-Jin Yoo（2002）所做的跨文化研究，調查韓國、香港、美國之新手媽媽們，雖然她們的文化背景不同，但她們的需要都是一樣的，可分為三個向度：工具性的（instrumental，在家事及安撫幼兒的直接幫助）、資訊的（informational，提供有用的育兒資訊及建議）及情感的（emotional，體會育兒的困難，有同理心，言語鼓勵）三向度的研究結果是吻合的。

第八章　結論、建議與反思

由於長期以來社會文化與學術研究的關係，女性的聲音是被漠視的，本論文希望讓身為新手媽媽們的女性「發聲」，陳述出自己的生命經驗以及認知，目的在藉由「說話」讓女性說出自己的生命故事，女性因為說話，而表現出有別於男性的「我們」觀點，說出「她者」的生命經歷，使得女性在這個過程中定位出自己的位置，重新建構出女性的性別角色與意義。

研究者從自己初為人母的經驗出發，傾聽三位新手媽媽的故事，在互動中理解她們所處的家庭環境與背景，以及事件發生時所處的情境脈絡，並書寫下她們的經驗。藉由依依、霜霜、珊珊三人的分享，使得研究者了解在當前我們的社會文化既有的性別結構下，她們三人在成為母親的過程中如何受這樣的社會環境氛圍影響。她們三人的故事雖然是個體的故事，但另一方面也說出她們個別所處的性別處境，唯有透過女性的生命經驗去揭露存在於社會中的性別問題，才能讓我們用另一種視野與觀點去觀看、去思考整個社會文化是如何運作、其中秩序為何，方能從中尋求改變的契機。

第一節　結論

本研究從傾聽與對話出發，記載了三位新手媽媽初任母職之經歷，回溯並捕捉了她們從懷孕開始，懷胎十月、生產、坐月子、育兒至今的點點滴滴心路歷程。她們一路走來，很艱辛，有歡笑，有淚水，而其中更深藏著女性堅韌的生命力，為了保護胎兒、為了養育寶寶所做的一切努力與犧牲。

女性在原生家庭中成長二、三十年，及至結婚後嫁到另一個家庭去後，生活重心大部份以夫家為主，夫家的家庭背景、生活習慣、家庭成員……都是必需重新適應的，在其生命歷程中帶來的變化是巨大的，同時結婚後不再像單身時自由、無拘束，與配偶之間必需在工作、生活、休閒中做適度的調整，這些都不是一朝一夕就可以做到的，因此有人說結婚第一年是「紙婚」，也就是指夫妻雙方

以及家族都需經過一段磨合期，才能找出彼此的最佳相處模式。然而在磨合期尚未發展成熟之際即懷孕、生子，所帶來的衝突與磨擦可能因此擴大，面臨多方的改變，對於新手媽媽來說，要同時去適應是相當辛苦的。

其次，新手媽媽都經歷一連串的生理變化，對於第一次懷孕、第一次生產、第一次照顧嬰兒……，整個過程歷經許多辛苦、淚水、痛楚、恐懼、緊張等心理反應，及至生產完體形無法恢復，對於女性而言這是個關注的焦點，是否會因自己變醜、變胖而失去自信是值得關切的。而孩子出生後，家庭次系統的衍生，以及權力的掌握、聯盟與衝突的產生是相當微妙的，往往在無形中慢慢形成一個「習慣」，而後變成「處理模式」，新手媽媽們若只專注於幼兒照顧而忽略了其他事情的運作、發展，最後就會有適應不良的狀況產生。另外，在懷孕、生產期間挺著大肚子工作是很辛苦的，能否得到同事及服務單位的體諒、支援也是很重要的，影響到她們在工作上的適應程度。

在訪談的過程中，我聽到了什麼？理解了什麼？探索了什麼……在她人的生命經驗中讓研究者更認識自己，也更認識別人，這樣烙印在內心深處的痕跡是深刻的，難以抹滅的。對照研究目的，本研究的研究結論如下：

一、新手媽媽從「知道要做媽媽了，就開始學做媽媽」，初任母職是一連串適應與改變的歷程

有句廣告話說：「我是在當了媽媽後，才開始學做媽媽的。」在本研究中，新手媽媽們得知自己懷孕的那一刻心裡雖然驚訝不已，但也開始了她們即將為人母在各方面的準備，同時調整自己的生活去適應懷胎十月的歷程；及至寶寶出生後，對於孩子各階段的不同發展，更是不斷地學習做媽媽所需的技能。因此可以說新手媽媽們是在「知道要做媽媽了，就開始學做媽媽」，而且隨著孩子的發展一同成長，比廣告語所說的「在當了媽媽後，才開始學做媽媽的」母職學習之時程，要再向前推移。

對於新手媽媽而言，初任母職會經歷一連串的適應與改變，從家庭生活週期和家庭系統來看，孩子的到來勢必在生活中帶來許多有形、無形的變動，是無可避免的，因此，女性和家庭若能實施計劃生育、做好溝通、達成共識，有助於減少家庭中的衝突與磨擦。

二、母職實踐是學習的過程，若配偶或家庭成員幫忙分擔家務、育兒的工作，有助減輕新手媽媽的負荷

本研究中的三位新手媽媽都認為母職實踐是漸進的、學習的過程，對於母職角色的知覺、感受和經驗，由於面臨了許許多多生命中的「第一次」，對於這些事件她們都是記憶猶新的，其中不免驚慌、手足無措，而在她們分享的心路歷程中顯示出母職是後天學習而來的，沒有一套育兒方式可以放諸四海皆準，新手媽媽們在嘗試錯誤中學習，最後才找到最適合自己和寶寶的模式，在這過程中不可避免地感受到壓力，因此，若新手父親、家庭中其他的成員願意分擔家務、育兒的工作，有助於減輕新手媽媽們的負荷。

三、新手媽媽與母親有代間傳遞的現象，自我分化程度有高有低

在母職角色的學習與適應上，本研究結果呈現新手媽媽們與母親間有代間傳遞的現象，隨著與原生家庭的黏著程度、情感和理智的協調、個人的獨立性不同，新手媽媽們能自我察覺到受母親的影響而自我分化的程度是有高有低的。本研究結果對於代間傳遞方面的解釋略顯薄弱，母親的價值觀與教養態度對於新手媽媽們究竟有多少影響，尤其是教養行為特別是如文獻所提到的獎懲做法最能彰顯代間傳遞的現象，在本研究中沒有得到有力的支持證據，是較為缺憾之處。

四、女性親友的支持，有助新手媽媽在母職實踐上早日上手

由於類似的經驗可以提供相關的訊息參考，女性親友的社會支持在本研究中顯得格外重要，女性親友包括了娘家媽媽、姊妹、婆婆、先生的姊妹、同事、朋友等等，在身體照料上、精神安慰上、物質提供上給予協助，都有助於新手媽媽們壓力與負擔的減輕。

值得注意的是，新手媽媽由於是凡事都是第一次的嘗試，她們從網站或她人經驗分享中得知的一些訊息不盡然是正確的，有的時候可能是眾說紛紜的說法令新手媽媽們無法辨別孰是孰非，這樣子的困擾和疑惑是她們共同的經驗，由政府公家單位若能整合資訊，請專家學者給予正確的做法建議或針對疑惑做解答，對於新手媽媽們母職的社會支持可發揮更多的功效。

五、新手媽媽們有向他人傾訴、分享經驗的強烈需求

俗話說「家家有本難唸的經」，新手媽媽們在向我敘說她們的經歷時，往往會問我有沒有離題？說到家庭中其他的事跟研究有沒有脫節？所說的是我所需要的嗎？……會有這樣的反應表現了長久以來在父權社會下，家庭中的事被認為是個人隱密的、女性經驗居多、瑣碎、微不足向外人言的。然而從女性的觀點來看，家庭在生命中是多麼重要的場所，對於懷孕各時期會有什麼變化、孩子各階段的發展不免有擔憂、焦慮，因此，新手媽媽們有向他人傾訴、分享經驗的強烈需求。

六、父權制度對家庭的影響仍大，新手媽媽們受女性主義的影響不大

本研究中，三位新手媽媽都認為結婚後懷孕、生子是女性必經的過程，對於女性在家庭中應扮演的角色大多仍停留在傳統觀念中，可以說女性主義在我們社會中雖然已萌芽、發展數十多年，但僅局限在少數知識分子身上，對於一般女性仍無法著力，觀念無法深植、穿透，更惶論在態度與做法上有所改變。傳統的家

庭結構以「父權」、「父系」為主軸，對於女性而言，嫁入夫家後必需重新適應一個新的家庭生活，而先生是否能清楚與原生家庭（縱軸的父-子關係）脫離，而照顧自己新組成的小家庭（橫軸的夫-妻關係），對於結婚不久就懷孕生子的新手媽媽們而言，也會影響到她們的適應情況。

第二節　建議

本節根據研究結果，對於即將成為新手媽媽之女性、家庭教育工作者、未來之研究，分別提出以下之建議：

一、對即將成為新手媽媽的女性建議

（一）懷孕前與先生達成共識，做好充份的心理準備

本研究發現，雖然是已婚身份，但知道懷孕時還是很震驚的，覺得自己還像個孩子似的就要做媽媽了，不能再無拘無束地到處遊玩……，尤其對才新婚不久的女性而言，夫妻兩人的生活步調、與夫家親友相處等尚在適應階段，此時若懷孕的話容易導致適應不良的情況發生。若能與先生達成共識，計畫生育，必可減少心理上的衝擊，做好充分的心理準備。

（二）學習表達與溝通，尋求更多的社會支持

懷孕期間新手媽媽們常出現焦慮的情緒，主要是因為對於生理的變化、胎兒的成長、突發狀況等無知而擔憂；孩子出生後對於如何照顧幼兒、家事上的分工……等等，都是要歷經學習與調整、適應的。新手媽媽們很難單打獨鬥，若能適時地與先生、家人溝通，表達自己的想法與態度，尋求多方面的社會支持，有助於減緩壓力，在母職實踐之路更快上手。

二、對家庭教育的啟示

（一）相關機構多舉辦親職研習課程

本研究結果顯示，母職實踐是學習、適應的過程，但缺乏職前訓練，

使得新手媽媽們必需嘗試錯誤後得以學習。目前國內有許多廠商提供類似媽媽教室之課程，然而職業婦女上班忙碌之餘，不一定能夠參加，因此建議家庭教育相關機構能多舉辦相關的親職課程，提供新手媽媽們更多學習的機會。同時，也可以多舉辦針對新手父母兩人一同去上的親職研習讓新手爸爸也有學習的機會。

（二）訓練媒材的多樣化

目前網路與多媒體相當普及，本研究中的新手媽媽提到遇到問題時，習慣先上網找資料，因此家庭教育的相關機構可以思考如何在網站中建構有系統的、有助新手媽媽們學習的網路資訊，甚至結合多媒體影音，可以錄製餵母乳、幫嬰兒洗澡、臍帶護理……等等之影片、錄製成 VCD、DVD 供需要的新手媽媽索取。目前這樣的服務以廠商提供居多，官方網站（如教育局的家庭教育中心）若能整合服務，必可提升資訊的品質與傳遞。

（三）健全社會支持網絡並整合社會資源

在家庭生命週期中，不同的階段都有不同的發展技能，新成員的加入，可能使家庭衍生許多次系統，家庭成員也會有不同的權力、聯盟等產生，若沒有足夠的準備，容易產生混亂、衝突的情況，藉由外力的協助，如相關家庭機構、心理諮商輔導機構等提供家庭所需資源與相關福利服務，可深入有效地幫助家庭順利發展各階段之技能，面對並解決問題，使變動的家庭平穩下來。

三、對後續研究之建議

（一）研究對象

本研究是以立意取樣的方式來尋求合乎本研究條件之研究對象，因為是透過網路尋求志願者，這三位新手媽媽學歷兩位是大學畢業、一位是高職畢業，家庭型態各不同，一位住台北、二位住台東，就背景而言差異性

大，但這三位研究對象恰好都是職業婦女，在本研究中，無法了解家庭主婦在成為新手媽媽期間是否會有不同之心路歷程。因此，建議後續研究者，可以針對全職在家的新手媽媽做進行研究，以了解是否有差異。

其次，由於三位研究對象都是已婚身份，但結婚半年內就懷孕對家庭的適應已有不良的狀況，若是奉子成婚或未婚媽媽，可能面臨更多心理上的調適，這些特定對象值得再進一步做研究。

最後，傳統重男輕女的觀念至今或多或少仍影響著新手媽媽們，本研究中僅有一位新手媽媽的寶寶是女的，在懷孕過程即承受著巨大的心理壓力，針對懷有不同性別的胎兒，而造成新手媽媽心理的影響也可以再做深入的探討。

（二）研究方法

新手媽媽的母職適應是一個動態的歷程，適應情況會隨著時間推移而有所改變，因此建議未來研究可以採用縱貫式的，能夠詳實得到同一研究對象在母職實踐上之動態歷程，同時長期性研究的進行，可以增進對本土家庭情況的了解，對母職之動態適應歷程有更完整的分析。

（三）研究工具

本研究為質化研究，以半結構的深度訪談、文件分析之方式，深入了解新手媽媽初任母職之歷程。質性研究的優點即進入研究對象的生活環境中，了解研究對象言語背後蘊含的意義，但在資料呈現的過程中，不免得加入研究者主觀的詮釋，因此很難完全客觀。因此建議可以在訪談前增加母職適應量表等量化工具，結合質化與量化資料做更客觀的比對與分析。

（四）研究主題

本研究發現社會支持與代間傳遞對於新手媽媽的母職學習、適應皆有所影響，建議後續研究可以在此方面做更深入的探討。

第三節　反思

研究終於接近尾聲了，在整個研究過程中，我看到了什麼？學到了什麼？

猶記得在網路話題中徵求自願接受訪問的媽媽，很快就得到回應，有許多媽咪們熱情地跟我說她們很樂意接受訪問，最後由於研究對象條件上的篩選，而不得不向那些熱情的媽咪們一一說抱歉。

還記得進行這份研究的第一次訪談，回來謄寫文本時，我邊聽著錄音帶，暗自責備自己沒有捺住性子，很多時候研究對象似乎還未說完她想說的話，還在做思考時，我就插嘴接話，或者是提出新的問題。還有在問問題的時候，我常常非常謹慎小心我所用的字詞，避免有引導作答的任何暗示，對於深度訪談該如何做比較好，終於在一回生、二回熟後我漸漸抓到一些要領了。

研究中這三位新手媽媽都是職業婦女，大部份我是利用她們下班後的時間來進行訪談，往往在上了一天的班之後，她們還得特地抽出時間，請家人代為照顧小孩來接受我的訪問，對於這一點我很感激，職業婦女真的很辛勞，然而她們還是如此熱心地配合我。很多時候由於逐字稿尚未謄寫完，我還沒有和研究對象聯絡何時進行下一次的訪談，但研究對象卻主動告訴我她們何時有空，也常詢問是否有需要幫忙的，她們的性情真的很可愛，同時我也深深感受到誠如文獻中所說的，新手媽媽們有和他人分享、傾訴的強烈需求，她們的種種經歷讓她們很想要有個窗口，可以向他人盡情敘說。

論文寫作過程中，我深深感受到女人在懷孕、生產、育兒這些階段所遭遇到的種種磨難與試練，老一輩的人說「生得過吃麻油，生不過四個棺材板」，對於新手媽媽而言，已經懷孕了，再怎樣害怕、再怎樣痛苦，也得硬著頭皮把孩子生下來，撐下去孩子就是妳的！然而，這中間的酸甜苦辣，唯有當了媽媽的女性可以細細咀嚼。

我在訪談時，多次和研究對象雙眼對望，在她們堅強訴說初為人母經歷之際，背後隱藏了多少淚水和對生命的堅韌，令人動容、不捨。依依是用怎麼樣恐

NTTU Library

懼、堅強的心態，挺著七個月的大肚子進行沒有麻醉的手術；霜霜挺著個大肚子還得搬重物、坐完月子欲回去上班時卻不得不做出辭職的決定；珊珊在大家庭中不論大事小事都得接受家庭成員的批評責難.....，她們在敘說這些過往時，彷彿在敘說他人的故事般輕鬆，然而這是歷經過多少次的敘說和時光的輪轉後，她們才得以用如此沉靜的口吻來告訴我這些生命故事。

在這個研究中，我學會了用更細膩的心去理解、貼近研究對象的心態，從一開始的陌生、防衛，到後來她們敞開心胸與我對話；同樣是新手媽媽，我從她們的聲音表情及語調中，更敏銳地去覺察話語背後所蘊含的意涵；對於研究內容，我更常鼓勵她們不要在意是否和研究主題有關，想說，就說出來，以保持開放性。

在研究的過程中，剛開始要找時間訪談、謄寫逐字稿不免焦慮，三位研究對象各說各的故事，究竟能寫出什麼樣的研究結果讓我很擔憂，然而漸漸地，我開始享受這個與文字為伍的過程，浸淫在字裡行間尋找她們經歷的共通性，雖然有時候不免花了很多時間做一些沒有用處的分析，但我因此學習到了一個學術研究的方法與步驟。

這份論文的完成對於研究對象和我而言只是一個象徵性的終點，每當我和她們聯絡時，她們總是熱情地想和我分享最近家中又發生了什麼事，對研究者來說，結交到三位好朋友，是意想不到的收穫。

後記.....

這篇論文終於隨著我的研究生生涯即將畫上句點，我的論文撰寫和我的女兒成長幾乎是同時刻的，彷彿論文是我的第二個寶寶般，對這兩個「寶寶」，我心底蘊含著深厚的情感。

題目的訂定

研一上學期我因生產休學，下學期復學後沒多久，我跟著同學的腳步開始思索論文的方向，同時尋找指導教授。我很幸運地找到宗文老師（感謝熊同鑫教授的推介），也很幸運地一直在自己最關注、最有興趣的「母職」領域中鑽研。初始我關注的議題是有關於母親的信念，我想知道一位母親究竟是如何學習做母親的，想了解有什麼因素會去影響一位母親的教養方式。有一度我發現網際網路似乎已成為許多母親在育兒過程中遇到問題的最佳「解答工具」，而一直思考如何把它變成論文題目。就這樣尋尋覓覓，在上教育研究法、和宗文老師及其他幼研所夥伴們的集體 meeting 中，在文獻蒐集到一定程度後，慢慢地我把想要研究的對象鎖定在新手媽媽，後來我找到了 Simth 對於新手媽媽的研究那份文獻，給予我很大的啟示，確認目前國內尚未有人對新手媽媽初任母職的歷程做研究後，終於確定了論文題目。

猶記得撰寫論文計畫時，第一次我在標題上寫著：「我當媽媽了」，宗文老師問我，這句話是要表達「當媽媽了」，還是「做媽媽了」，這個問題把我嚇了一跳，我沒有深刻想過兩者間有何區別，當媽媽不就是很自然的事情嗎，結婚、懷孕，就讓一個女性當上媽媽了？然而，這個問題也讓我在日後論文撰寫中，更注意我的遣字用詞。幾經思考，我決定還是用「我當媽媽了」做為論文題目的開頭，彷彿一個宣告（announcement），告訴大家這本論文要研究的是媽媽，而這樣的語氣更進一步揭示所研究的對象都是新手媽媽。

三位新手媽媽的發聲

很榮幸地我順利找到了研究對象，和三位新手媽媽開始了訪談，這樣的情緣

很特別，在開始這份研究前，我完全不認識這三位新手媽媽，甚至是從第一次的訪談才開始了解她們的家庭背景。在父權體制下，家庭中的事被認為是微不足道的、與個人隱私有關的，但在訪談過程中，這三位媽媽都很樂意與我分享她們的生命故事，或許這就是所謂的「媽媽經」，讓人百說不厭，也或許如文獻所說的，新手媽媽有強烈和他人分享的需求，然而很多時候，我在傾聽的過程中，心裡有很大的感觸，除了我之外，她們的家人可曾聽過她們的聲音、心底的想法？因為她們所描繪的事件、圍繞的話題都是發生在家庭中，然而，許許多多時候，我感慨為什麼最親密的先生、家人，不能用更柔軟的心，去傾聽一位媽媽的需求和想法，即使只是一件小小的日常生活事件。

比方說，依依想要把房門鎖起來餵母奶、霜霜想回娘家做月子、珊珊不想帶幼女出門……，這些外人看來並不是很重要、非得怎樣做才對的需求，卻在長輩的權威、面子、過往經驗下被否絕了，而在這個過程中，先生扮演了什麼樣的角色？因為女性結婚後，離開生長了數十年的原生家庭，而到一個完全陌生的夫家，在夫家中一切都是陌生、疏離的，只因為婚姻而和夫家家人產生了「關係」，如此的感情是否過於薄弱？媳婦是否終究像個「外人」無法跨入夫家的家庭系統中？先生能不能體認婚後生活帶給女性的轉變，而給予支持或協助？從她們三位新手媽媽的發聲，我想對於家庭中很微妙的權力運作，以及本土家庭的樣態揭開了若隱若現的面紗，然而每個家庭箇中的故事，應該不是三言兩語就可以說得完的。

研究對象的差異性

這三位新手媽媽在決定開始訪談後我就堅持訪談到底，沒有中途換人，因為我深信每一個新手媽媽都有她精采的故事可以讓人發掘。

依依是國小老師，對於我的發問她約略思考過後，便能流暢地馬上說出自己的想法，在她初任母職的歷程中，依依最令我敬佩、驚訝的是未施麻醉、挺著七個月的大肚子去接受子宮頸電燒手術。孩子的到來在家庭和自己身上帶來許許多多的改變，而依依秉持著再怎樣委屈，也儘量不和守寡的婆婆頂嘴、起衝突的想

法，山不轉人轉，最後夫妻工作調動得以團圓，很多家庭問題就此解決，和婆婆的關係往良好方向發展。

霜霜說話向來快言快語，訪談兩小時我可能說話不到幾句，只要一個提問，她就可以絮絮叨叨地說出自己的生命故事，二小時的訪談逐字稿可以打到二萬字以上，而她則說話到聲音沙啞。霜霜最令人疼惜的是懷孕還得搬貨、生產完失去工作的遭遇，在初任母職面臨許多的改變中，她都以堅強的態度去面對。由於公公的需索無度使得他們夫妻負債，霜霜在承受背負巨大的經濟壓力下，她只有自己當個認真的孕婦、認真的媽媽，去媽媽教室可以拿到免費試喝的奶粉、自己印製字卡就可以省下購買教具的費用……。即使心中積蓄了很大的不滿無法宣洩，霜霜把它解釋做「當女人很可悲」，這就是女人的宿命，同時把自己的苦境轉移到兒子身上後得以釋放一些壓力，雖然身為假日媽媽，再辛苦，每週可以有二天陪伴兒子快樂地學習、成長，她就心滿意足。

珊珊個性優柔寡斷，訪談過程中常會問我有沒有回答到問題、可不可以提示作答，然而也因為這樣的個性，身處在大家庭中她的處境是艱辛的，在夫家她的身份卑微，先生沒有和她站在同一陣線，使得她孤立無援，認為一切都是命運安排的，在他人的指責、要求下，珊珊在唯唯諾諾的回應中形塑出自己該怎樣做的樣態，也或許因為自己不能堅決主觀以對，去接受他人的意見和建議是珊珊在孩子出生後帶來巨大的改變時去適應生活的最佳方式。

我的生命轉化

訪談完這三位媽媽的故事，在我的生命中也有些許的轉化。懷孕時曾因跌倒在病床上安胎整整五週，也因此在病床上不得不做出休學的決定。原本我一直在想沒有孕婦像我這般倒楣吧，然而三位新手媽媽的懷孕過程沒有一位是相當平順的。我開始在想，懷孕、生產這些肉體上的磨難，是否為女性要當上一位媽媽了在做準備？而我更珍惜和寶寶的母女之情，因為她，讓我對這個研究主題萌生興趣，也因為她，為我的生活帶來更豐富的體認和許許多多不同的經歷。

另外，這三位新手媽媽讓我看到了傳統女性溫柔婉約的特質，依依不和婆婆

起正面衝突、霜霜覺得再命苦了家庭和諧也只好委曲求全、珊珊在夫家只能做個沈默的媳婦……，反觀我，在先生、夫家面前，遇到什麼事情我都據理以爭，回想起來，有時候少了「情」這方面的考量，雖然我是幸福的，夫家成員都了解、體諒我的個性和做事原則，先生也永遠和我站在同一陣線，然而我漸漸可以在「理」和「情」中去尋求平衡點，是這份研究做完最大的轉變吧。

參考文獻

A、中文部份

丁興祥（2004）。質量兼重，樂在其中。丁興祥老師的質性研究心路歷程。**教育研究月刊，118**，5-15。

丁興祥、張慈宜、賴誠斌等譯（2002.8）。Runyan, W. M.（1982）原著。**生命史與心理傳記學**。台北：遠流出版事業股份有限公司。

王以仁（2000）。家庭生命週期與家庭教育。**家庭教育學**。中華民國家庭教育協會主編。台北：師大書苑。

王光宗（2003）。**台南縣東南亞外籍母親在子女入學後母職經驗研究**。嘉義大學家庭教育研究所碩士論文。

王舒芸（1996）。父親角色—養家者？照顧者？**婦女與兩性研究通訊，41**，23-28。

江文瑜（1996）。口述史法。載於胡幼慧編。**質性研究：理論、方法及本土女性研究實例**（249-270）。台北：巨流圖書有限公司。

余德慧（1995.8）。**中國人的父母經**。台北：張老師文化事業股份有限公司。

余德慧、李宗燁（2003.12）。**生命史學**。台北：心靈工坊文化事業。

吳芝儀、李奉儒（1999.8）。**質的評鑑與研究**。台北：冠桂圖書股份有限公司。

吳麗明（2003）。**女研究生就學就業與母職實踐之對話**。國立高雄師範大學性別教育研究所碩士論文。高雄市。

汪麗真（1993）。**自閉症兒童母親教養壓力、親職角色適應與教養服務需求之研究**。文化大學兒童福利學系碩士論文。台北市。

周玉慧、李燕玲（2004）。夫妻價值觀之代間傳遞。第七屆華人心理與行為科際學術研討會。中央研究院人文社會科學研究中心主辦，臺北：南港。

林佳慧（2003）。**女性性別意識發展與母職實踐歷程之敘說分析**。國立臺灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文。台北市。

林佩璇（2000.6）。個案研究及其在教育研究上的應用。**質的研究方法**。高雄：

復文。239-264。

林芳玫（2000）。質性研究工作坊系列五：研究者的反省。**婦女與兩性研究通訊，56**，17-21。

林美珠（2000）。敘事研究：從生命故事出發。**輔導季刊**，36（4），27-34。

林顯宗（1995）。**家庭社會學**。台北：五南。

祁安美（1999）。**母親於照顧學生嬰兒經驗過程中之母育角色與調適**。國立陽明大學臨床護理研究所碩士論文。台北。

邱育芳（1995）。**婦女社區參與和現代母職的實踐：以主婦聯盟的社區運動為例分析**。國立清華大學社會人類學研究所碩士論文。新竹。

姜漢儀（2003）。**游移在飛翔與駐足之間：現代未婚女性的母職觀**。國立台北大學社會學系碩士論文。台北。

洪秀珍（2001）。**媽媽來讀書──母職實踐與讀書會**。國立花蓮師範學院多元文化研究所碩士論文。花蓮。

洪惠芬、胡志強、陳素秋譯（2003.9）。Muncie, J., Wetherell, M., Langan, M. et. （1997）原著。**家庭社會學**。台北：韋伯文化國際出版有限公司。

胡幼慧（1990）。性別、社會角色與憂鬱症狀。**婦女與兩性學刊，2**，1-18。台北：台大人口研究中心婦女研究室。

胡幼慧（1996）。**質性研究：理論、方法及本土女性研究實例**。台北：巨流。

胡幼慧、陳秋瑩（1992）。社會角色與壓力的迷思。**婦女與兩性學刊，3**，25-38。台北：台大人口研究中心婦女研究室。

胡毓雯（2000）。**產後初期母嬰互動之母性行為**。台灣大學護理研究所碩士論文。台北。

唐文慧、游美慧（2002）社會母職：女性主義媽媽的願景。**婦女與性別研究通訊，63**，13-15。

徐綺穗（1988）。親職壓力之探討。**國立台南師院初等教育學報，11**，179-198。

高迪理（1991）。社會支持體系概念之架構之探討。**社區發展季刊，54**，24-31

高淑清（2000）。現象學方法及其在教育研究上的應用。**質的研究方法**（95-132）。高雄：復文。

高淑清、廖昭銘（2004）。父母親職經驗之現象詮釋：以家有青春期子女為例之初探。**應用心理研究，24**，117-145。

高寒梅譯（1999.9）。Dyer, T（1999）原著。**母親的聲音：讓 100 個媽媽講給媽媽聽**。台北：臉譜文化事業股份有限公司。

高敬文（1996.9）。**質化研究方法論**。台北：師大書苑有限公司。

張惠芬譯（1997）。LaRossa, R,（1997）原著。**成為父母**。台北：揚智文化事業股份有限公司。

張燕滿（2002）。**初任母親背景因素、家庭壓力因應策略與婚姻品質關係之研究**。國立嘉義大學家庭教育研究所碩士論文。嘉義。

張瀞文（1997）。女性的母職：社會學觀點的批分析。**社教雙月刊**。**77**，20-25。

張瀞文（1998）。**參與讀書會之成年女性其母職角色認同與轉換歷程之研究**。國立臺灣師範大學社會教育研究所碩士論文。台北市。

畢恆達（1996）。詮釋學與質性研究。載於胡幼慧編。**質性研究：理論、方法及本土女性研究實例**（27-45）。台北：巨流圖書有限公司。

莊永佳（1999）。**台灣女性之母職實踐**。南華管理學院教育社會學研究所碩士論文。嘉義。

陳惠娟、郭丁熒（1998）。「母職」概念的內涵之探討——女性主義觀點。**教育研究集刊，7（41）**，73-101。

陳曉蕙、蔣碧君（2000）。家庭系統理論及其在親職教育的應用。**教育實習輔導季刊，6（2）**，39-46。

陳靜雁（2002）。**單親母親之母職經驗與內涵**。暨南國際大學社會政策與社會工作學系碩士論文。南投。

彭懷真（1998）。**婚姻與家庭**。台北：巨流圖書有限公司。

曾端真（1998）。從家庭結構觀點論親職功能。**測驗與輔導，151**，3128-3131。

曾端真（2000）。幼年的母女關係與母職模式。**應用心理研究，7**，34-38。

黃怡瑾（2001）。「私」領域中的女性困境：生育、教養與照顧工作之分工，**台南師院學報，34**，341-365。

黃政傑（2001.9）。質性研究的原理與方法。**質的教育研究：方法與實例**。台北：漢文書店。1-46。

黃迺毓（1992）。**家庭教育**。台北：五南圖書有限公司。

黃迺毓、周麗端、鄭淑子等著（2004.8）。**家庭生活教育導論**。台北：國立空中大學。

黃瑞琴（1991.12）。**質的教育研究方法**。台北：心理出版社有限公司。

黃儀娟（2000）**跨文化母職倫理與教養態度之質性研究—以移居美國之台裔女性知識分子為例**。南華管理學院教育社會學研究所碩士論文。嘉義。

楊連謙、董秀珠（1997.8）。**結構—策略取向家庭治療**。台北：心理出版社有限公司。

鄒金鳳（2000）。**《親密戰爭？》由母女關係看性別角色與認知的建構**。國立花蓮師範學院多元文化研究所碩士論文。花蓮。

熊召弟（2001.7）。從田野到舞台。黃政傑等著。**質的教育研究：方法與實例**。台北：漢文書店（115-132）。

熊同鑫（2001）。窺、潰、饋：我與生命史研究相遇的心靈起伏。**應用心理研究，12**，107-131

劉賢妹（2005）。**內山阿嬤**。台北：寶瓶文化。

劉瓊瑛（1998.6）。**結構派家族治療入門**。台北：心理出版社有限公司。

歐用生（1989.8）。**質的研究**。台北：師大書苑。

潘淑滿（2003）。**質性研究：理論與應用**。台北：心理出版社有限公司。

潘慧玲（2004）。質性研究典範對從事教育研究的啟示—從事質性研究專家的心路歷程探討。**教育研究月刊，118**，16-21。

蔡沛婕（2000）。**初為人媳角色轉換經驗之探討。**嘉義大學家庭教育研究所碩士

論文。嘉義。

蔡秋雄（2002）。現代家庭價值觀之傳遞與父母因應之道。**教師之友，43**(2)，41-47

蔡詩蕙、胡淑貞（2001）。社會人口特質、家庭生命週期與夫妻婚姻滿意度及其差異之研究：一個社區的初探性研究。**成功大學學報，36**，23-49。

蔡麗芳（1997）。女性母親角色的省思及諮商上的涵義。**輔導季刊。33**（1），14-20。

鄭維瑄、楊康臨、黃郁婷譯（2004.2）。McKenry, P. C., Price, S. J.（2000）原著。**家庭壓力**。台北：五南圖書出版股份有限公司。

蕭蘋、李佳燕（2002）母職的社會建構與解構。**婦女與性別研究通訊，63，**10-12。

謝曉雯（2000）。**變中找序—初為人父母之生活經驗**。嘉義大學家庭教育研究所碩士論文。未出版，嘉義。

鍾思嘉（2000）。親職角色的成人發展觀點。**應用心理研究**。**7**，9-12。

簡媜（1999.5）。**紅嬰仔**。台北：聯經出版事業公司。

藍佩嘉（1991）。母職—消滅女人的制度。**當代，62**，84-88。

藍采風（1980.1）。**婚姻關係與適應**。台北：張老師月刊。

蘇玲慧（2003）。**身心障礙兒母親的生命經驗初探**。國立花蓮師範學院多元文化研究所碩士論文。花蓮。

B、西文部份

Borjesson, B., Paperin, C., & Lindell, M. (2004). Maternal support during the first year of infancy. *Journal of Advanced Nursing*,*45*(6), 588-594.

Cronin, C. (2003). First-time mothers – identifying their needs, perceptions and experiences. *Journal of Clinical Nursing*, *12*, 260-267.

Smith, J. A. (1999). Identity development during the transition to motherhood: An interpretative phenomenological analysis. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, *17*（3）, 281-299.

Huyn, O.-K., Lee, W., Yoo, A.-J., Cho, B-H., Yoo, K-H., Schvaneveldt, J-D., Lau, S. (2002). Social support for two generations of new mothers in selected populations in Korea, Hong Kong, and the United States. *Journal of Comparative Family Studies*, *33*(4), 515-527.

Chase, S. E. (1995). Taking narrative seriously. *Interpreting Experience: The narrative study of lives.* Thousand Oaks. CA: Sage.

Williams, T. M., Joy, L. A., Travis, L. Gotowiec, A. & Bium-Steele, M. Aiken, L. S., Painter, S. L., Davidson, S. M. (1987). Transition to Motherhood：A longitudinal study. *Infant Mental Health Journal*, *8*(3), 251-265.

Tarkka, M-T., Paunonen, M., & Laippala, P.,(2000). How first-time mothers cope with child care while still in the maternity ward. *International Journal of Nursing Practice*, *6*, 97-104.

Li, T. W.(2001). A comparison of maternal parenting style attitudes of grandmothers and mothers of young children in Taiwan. *Unpublished Dissertation of Doctor. University of Northern Colorado*.

Poon, V., & Bader, E. (2005). Life-cycle theory: Make use for it in your practice. Pa*tient Care*,*16*(3), 2-68.

【附錄一】訪談大綱

一、懷孕與生產

1.分享一下發現懷孕的經過。

2.懷孕如果用前中後三階段畫分，各期有無印象深刻的事？

3.懷孕時期生理有何變化，心理有何想法？

4.懷孕期間你有得到什麼樣的社會支持？在哪一方面？你覺得足夠嗎？

5.敘述一下生產及坐月子的過程、想法。

二、母職

1.在母職體驗中有遇過什麼困難？如何解決的？

2.覺得「母親」的形象是怎樣的？你會拿自己和它對照嗎？

3.你對女人=母職=天職有什麼想法？

4.分享一下你和母親的關係？母親對你有何影響嗎？

5.你希望在母職實踐（懷孕、生產、育兒）的過程中，能得到什麼樣的協助？

6.有無工作？在有小孩前後對工作的看法有無改觀？

7.你覺得自己若再生第二胎，心理上或做法會有何改變？

8.有廣告詞說：「我是當了媽媽後，才開始學做媽媽的。」你認為如何？

三、育兒

1.育兒知識從何而來？覺得充足嗎？

2.在育兒方面有什麼樣的社會資源（鄰居、公婆、朋友、網路、娘家、同事……）？

3.請你分享一下新手媽媽的喜、怒、哀、樂。哪一層面的情緒居多？

4.對傳統習俗或老一輩的育兒觀有何看法？和你的觀念及做法有不同嗎？

5.孩子出生至今，發生過什麼印象最深刻的事？結果如何？

四、家庭

1.孩子的到來對你／先生／家庭有產生變化嗎？

2.對父職、母職的看法？目前家中如何分工？

3.有學者認為生育和婚姻品質有關聯，你認為呢？

4.喜歡什麼休閒活動？有小孩前後有改變嗎？

5.對於生小孩有什麼看法？就你的人生而言有何意義？今後有何規劃？

6.你認為怎樣才是孝順？你對「養兒方知父母恩」這句話的看法？

7.小孩出生後，在婆家或娘家家族中有什麼變化嗎？

……【其他】有無任何想補充的？

【附錄二】訪談同意書

親愛的「媽媽」，非常感謝您熱心參與本研究。研究者係台東大學教育研究所的學生，本研究主題為「新手媽媽初任母職歷程之研究」，研究目的主要想了解您懷孕、分娩、養育小孩等成為母親前後的歷程。您只要與研究者分享您的經驗及想法，即符合本研究的需求。

訪談的時間與地點可以由您決定，以您感到自在且不受干擾的環境為原則。在訪談過程中，若您感到任何不舒服，可以要求研究者做調整，也可以拒絕說話，並可隨時停止訪談，終止本訪談同意書的效力，退出本研究。

本研究擬進行二～三次的訪問，每次訪談時間約二小時。為方便研究者日後資料之分析，訪談過程中將全程錄音。對於您所提供的訪談內容，研究者保證不會隨意公開，僅供研究者及指導教授分析討論。日後研究論文的撰寫與報告若有公開發表的機會，需要討論或引用到這些資料時，研究者會將您的基本資料做保密，並以匿名的方式呈現。

最後，再次誠摯地感謝您對本研究的貢獻，因為您真誠的分享，使我們對新手媽媽初任母職之經驗有更深入的了解，並提供親職教育者進一步省思的機會。

最後，在研究過程中，若您有任何疑慮，請隨時與研究者——廖玲玲 0916073***及指導教授　郭李宗文博士（089）318855 轉 2355 聯繫。

☐ 本人同意接受訪談
☐ 本人不同意接受訪談

受訪者：＿＿＿＿＿＿＿＿（簽名）

研究者：＿＿＿＿＿＿＿＿（簽名）

中　華　民　國　九十四 年　　月　　日