

家庭的組成・發展與變化

國 高 中 篇

12 年 級

家庭探索之旅

編撰者：鐘紫云



報告大綱

- 設計說明
- 單元架構
- 教案設計及學習單
- 試教及教學反思



壹

設計說明



設計理念

1. 考量十二年級學生自高中階段畢業後，即將進入下一個學習歷程並邁入成人階段。因此，對建構自己的家庭願景，從了解家庭發展的不同階段所面臨的發展任務及挑戰，到家庭成員間的角色任務、互動關係，也從家庭經營的任務挑戰與適應學習中成長。

2. 課程中的每一節課皆可獨立運用，無論是「建立期」中婚姻關係的建立、婚前諮詢、育兒準備；「擴展期」新手父母學習新的生活角色、了解社會上的育兒資源、家族代間互援及成長；「收縮期」高齡社會的終身學習、友善的社區環境等等，皆可和平時的社會時事議題結合。

可搭配之領域：

高中家政-「家庭歷程」、「家庭溝通策略」等主題

1/A家庭的組成、發展與變化

學習表現

- 1-V-3分析家庭發展歷程中的任務及壓力

學習內容

- A-V-5家庭各發展階段的任務、挑戰、壓力與危機
- A-V-6家庭各發展階段的資源需求



學習目標

1. 了解家庭發展的不同階段，及其發展任務與挑戰。
2. 了解不同發展階段：「建立期」、「擴展期」、「收縮期」有不同的資源需求，並運用適當資源解決家庭議題。



單元架構表

活動名稱	次	單元重點
建立我的家	第1節	了解家庭「建立期」的發展、挑戰與因應
家庭面面觀	第2節	了解家庭「發展期」的發展、挑戰與因應
家庭新的里程碑	第3節	了解家庭「收縮期」的發展、挑戰與因應
家庭資源大觀園	第4節	家庭資源連結與運用



活動一

從認識自己的
家庭開始



活動一：從認識自己的家庭開始

Duvall與Hill於1948年提出「**家庭生命週期**」的概念，說明一個家庭從建立、蓬勃發展到中止發展的改變歷程。家庭的建立經歷新婚、生育(或收養、領養)、子女成長、子女離家、退休空巢、伴侶一方去世、自己生命終結等階段。

然而，觀察一個家庭的改變，不一定皆會經歷以上階段發展，例如無子女或高齡再生子女，都會使階段跳躍或迴轉。

家庭生命週期

Duvall與Hill將家庭發展畫分成三期共八階段。

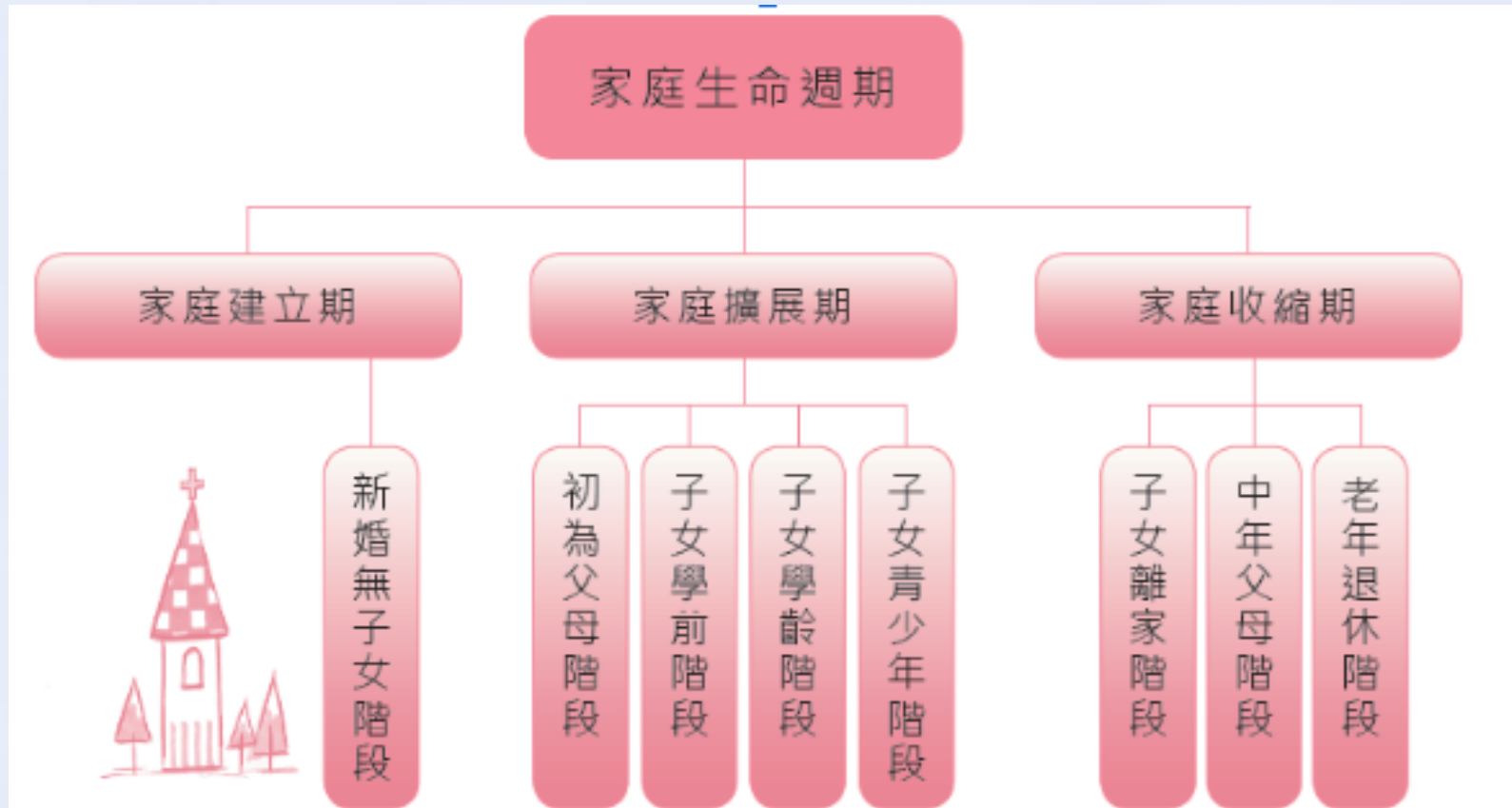


圖 2-4 家庭生命週期

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

家庭成員間的四大關係

家庭成員間有著四大關係：

1. 伴侶關係
2. 親子關係(父母與未成年子女間的關係)
3. 代間關係(父母與成年子女間的關係)
4. 手足關係(子女間的關係)

每個階段會因為成員改變使家庭需要調適，家庭的各階段也有其任務要完成，才能使家庭順利進入下一個階段。

家庭生命週期之一：「建立期」

家庭建立期：

新婚無子女階段。重點在家庭關係的建立與家庭規則的安排。

1. 伴侶關係：建立家庭規則、家務分工、工作與家庭平衡、財務規劃等。
2. 親子關係：為人父母的準備及育兒基金等。
3. 代間關係：姻親關係的經營、媳婦與女婿角色與家族的互動等。

想一想

- 1.需要家庭日嗎？家庭日該如何安排？
- 2.家務需要分工嗎？如何分配家務？
- 3.需要訂定家庭規則嗎？訂定家庭規則的方式為何？
- 4.家庭財務如何規劃？應該做哪些規劃？
- 5.如果有養育下一代，對於養育下一代的規劃是什麼？有什麼優缺點？
- 6.除夕夜通常是回誰的原生家庭家過年？如何協調？

討論與分享：請就以上情境討論，當家庭面臨這些挑戰時，如何因應？請各組就分配到的題目做規劃，並繪製於海報上，並闡述其優點和缺點。



小結

在家庭的建立期，意味著關係的建立，與建立家庭的運行規則。
家庭成員有無共識，會影響家庭能否順利的發展下去。



活動二

家庭關係的發展



活動二：家庭關係的發展

我們了解在家庭的「建立期」，從關係的建立、建立家庭的運行規則與否，會影響著家庭關係的發展。

另外，決定生育(或領養、收養)與否，也會影響家庭的發展，例如如果決定不生育的家庭，會進入頂客族(Double income no kids)的伴侶關係，有不同的議題要面對。若決定生育子女，則會進入接下來的「擴展期」。

在座的各位同學們，你們父母做了生育的選擇，即是讓家庭進入了擴展期階段。

家庭生命週期之二：「擴展期」

家庭擴展期會隨著子女年紀的成長而有不同的挑戰，家庭也需要在這些過程中隨時調適與因應。

1. 伴侶關係：養育幼兒對伴侶互動的調整、孩子成長過程教養觀念的溝通、養育子女的財務分配、是否要養育第二個子女、伴侶親密關係的經營等
2. 親子關係：學習為人父母、協助孩子建立良好生活習慣、親子共學、教導子女參與家務分工、協助子女面對就學壓力、處理手足間的衝突等。
3. 代間關係：祖父母代間教養互相尊重與溝通、共同學習新事物，代間親子共同成長。
4. 手足關係：培養正向的手足關係、手足間平權及成為彼此的支持者。

討論與分享

家庭發展的壓力和需求隨著時間推移、家庭成員的改變而有不同的任務，請各組討論每個階段會面臨的壓力與因應措施(附件12-1)。

- 1.初為父母階段：是否要請育嬰假？由伴侶哪方請育嬰假？公托/保母的選擇？與長輩教養觀念不一致的處理。
- 2.子女學前階段：公幼/私幼的選擇？工作與家庭平衡的壓力、孩子成長過程照顧的壓力。
- 3.子女學齡階段：協助孩子學習的壓力、親師溝通的壓力、社區活動參與的壓力。
- 4.子女青少年階段：了解孩子交友網絡的壓力、協助子女課業的壓力、尊重子女自主權的壓力、協助子女青春期的調適、協助子女生涯發展。

(影片欣賞:從父親與女兒不同身分的視角出發，而看到家庭階段轉換的樣貌

<https://www.youtube.com/watch?v=kZhgMgE2938>)

小結

回顧本節課程，我們發現家庭發展的不同階段，須完成不同的發展任務與挑戰，若未能順利達成發展任務，則可能面臨壓力或危機。



活動三

家庭新的里程碑



活動三:家庭新的里程碑

隨著家庭階段改變的適應與調整

我們從前幾次的課程了解到，從家庭建立之初的婚姻關係適應與協調、初為父母時因迎接新成員而面臨的壓力與挑戰，接下來子女成長立業，伴侶間要面對的適應與調整.....都需要家庭成員一起攜手創造生活福祉。



家庭生命週期之三：「收縮期」

家庭收縮期會經歷子女成年自立，家庭因子女陸續離家而造成改變。中年父母進入空巢期，除要面臨空巢期的婚姻關係，也因家計負擔者退休，而須面對退休生活、老化和獨居生活的調適。

1. 伴侶關係：面對中年危機、規劃退休生活、子女離家的家務調整、退休後的休閒活動、居家照顧、獨居等。
2. 代間關係：
 - (1) 父母與成年子女：面對子女離家、協助子女成家、學習與子女配偶建立關係、提供教養孫子女的協助。
 - (2) 祖孫關係：學習擔任祖父母、經驗傳承、接受子女的照顧與回饋。
 - (3) 手足關係：手足學習成為彼此重要的支持者。

想一想

家庭因子女離家而進入空巢期，父母如何規劃退休及休閒生活。

<https://www.youtube.com/watch?v=7IWq0i-ZsQc>

1. 影片中的家庭如何聯繫彼此的感情？
2. 影片中的父母如何安排自己的休閒生活？
3. 請就家庭「收縮期」的三個階段，討論家庭的生活圖像：
 - (1) 子女離家階段：子女成年自立
 - (2) 中年父母階段空巢期：伴侶重回二人世界
 - (3) 老年退休的階段：退休規劃、休閒生活、身體老化.....。

小結

從這幾節的課程中，我們了解家庭的不同階段：「建立期」、「擴展期」、「收縮期」中各有其面對的壓力與挑戰，同時討論了如何因應這些危機，以順利進入下一個發展階段。



活動四

家庭資源大觀園



活動四：家庭資源大觀園

我們前面介紹了Duvall與Hill的家庭生命週期概念，從家庭發展可以畫分成三期共八階段。

- 一、建立期：新婚無子女階段。
- 二、擴展期：初為父母階段、子女學前階段、子女學齡階段、子女青少年階段。
- 三、收縮期：子女離家階段、中年父母階段、老年退休階段。

家庭資源有哪些

每個家庭面對危機或壓力時，家庭資源是否足夠尤為重要，若資源不足，需要對外尋求資源。

- 1.個人與家庭資源：個人專長、家庭物質資源(錢、房屋、土地)、家人人力資源。
- 2.政府資源：學習/休閒活動單位(學校、社教館、博物館等)、法令政策(經濟補助、貸款等)。
- 3.民間機構資源：托育機構、基金會、媒體資源、非營利組織、社團等。

請各組就上述介紹，以線上心智圖共編一個家庭生命週期歷程中會運用到的各種資源。

線上心智圖



家庭資源大連結

請同學就Jamboard上老師的提問，寫上可提供的資源：

1. 建立期

- (1) 假設你們是一對新婚伴侶，你們面臨不同的家庭背景和價值觀，如何解決潛在的衝突？
- (2) 你們是一對新婚伴侶，因消費觀不同遇到了財務管理的問題，如何制定財務計畫？

2. 擴展期

- (1) 假設你是父母，有一個1歲的孩子。你在工作和家庭責任之間感到壓力。你如何平衡工作和照顧孩子的需求？
- (2) 假設你有兩個小孩分別是2歲(托育)和5歲(幼兒園)，你如何為他們選擇就學環境？
- (3) 假設你是父母，和原生家庭父母的教養觀念不同，如何溝通？
- (4) 假設你是父母，子女要求能有自主權，然而，你和子女之間存在溝通障礙，如何溝通解決？

3. 收縮期

- (1) 假設你是父母，孩子已經離家上大學。你感到空虛和焦慮，如何找到新的生活目標和意義？
- (2) 假設你的父母正面臨健康問題和老化，你如何協助他們？

Jamboard



建立期:
假設你們是一對新婚夫妻，你們面臨不同的家庭背景和價值觀，如何解決潛在的衝突？

了解對方的困難點並攜手解決

解決方法：
提前達成共同協議

生活中的溝通

還要共同面對婆媳問題喔

我會跟一伴討論，如何分配負責的部分，讓雙方的工作及負責的事物公平分配，就能減少不公平帶來的壓力。

適時的休息給自己安排一些休息活動，在照顧小孩和工作間找到平衡。

擴展期:
假設你是父母，有一個1歲的孩子。你在工作與家庭責任之間感到壓力。你如何平衡工作和照顧孩子的需求？

可以給自己安排一些活動，讓自己放鬆身心，並平衡自己的時間

小結

從以上的討論，相信同學可以發現家庭功能的運作，在各階段遇到的挑戰，若能引入適當的資源，可以協助家庭運作得更良好。



感謝您的聆聽，
敬請指教

