

家庭生命週期

家政教師 王莉婷



家庭生命週期

家庭生命週期(Family Life Cycle)是一個家庭由形成、發展、擴大至衰退的過程，由家庭成員賦予家庭生命，具有發展性，且從形成到結束，各有不同的階段。

家庭的每個生命歷程皆有需解決的任務，社會學家稱為家庭發展任務(Family Developmental Tasks)，每階段任務的完成將影響家庭後續的發展。家庭社會學家杜瓦爾(Duvall)將家庭生命週期分成八個階段，各階段的發展任務如下：

建立期

1.新婚階段(無子女)

夫妻適應彼此的生活習慣，融入因婚姻所建立的親屬關係。

擴展期

2.生育的家庭

學習成為父母的相關知能，家務與工作重新調整。

3.學齡前兒童的家庭

學習養育幼兒的相關知能，夫妻對工作與生涯的適應，學習接納孩子的特質，並提供發展所需資源。

4.入學兒童的家庭

建立家庭與學校、社區互動的關係，指導入學孩子的學習與人際關係。

擴展期

5.青少年的家庭

協助子女自我肯定及獲取準備獨立生活所需的能力，調整親子關係，在「自由」與「責任」中取得平衡。

6.子女將獨立的家庭

協助成年子女面對獨立生活的適應與陸續離家。

衰退期

7.中年(空巢)

夫妻卸下父母養育的責任，回歸夫妻兩人世界，重新調整生活。

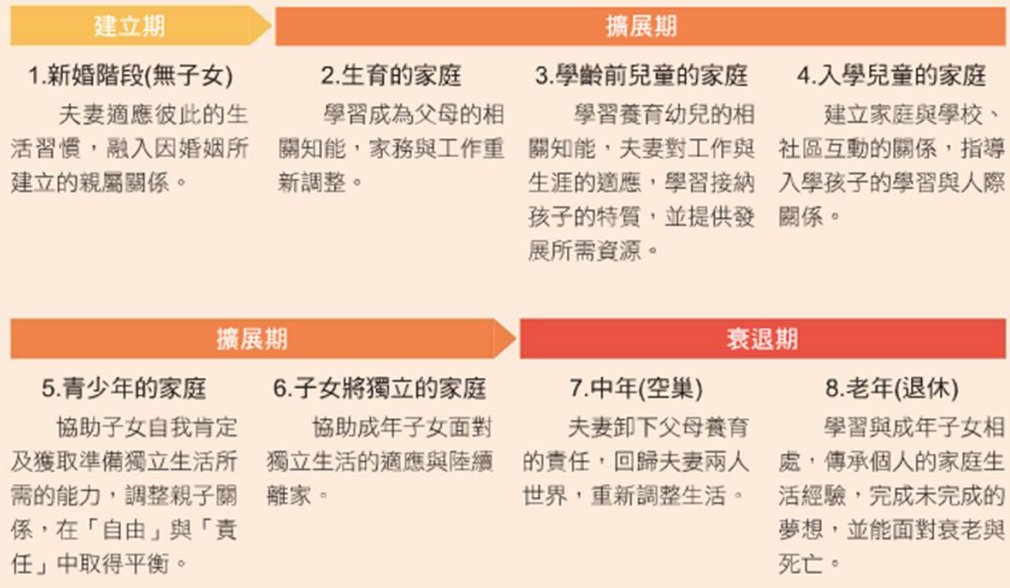
8.老年(退休)

學習與成年子女相處，傳承個人的家庭生活經驗，完成未完成的夢想，並能面對衰老與死亡。

家庭生命週期

家庭生命週期(Family Life Cycle)是一個家庭由形成、發展、擴大至衰退的過程，由家庭成員賦予家庭生命，具有發展性，且從形成到結束，各有不同的階段。

家庭的每個生命歷程皆有需解決的任務，社會學家稱為家庭發展任務(Family Developmental Tasks)，每階段任務的完成將影響家庭後續的發展。家庭社會學家杜瓦爾(Duvall)將家庭生命週期分成八個階段，各階段的發展任務如下：



聽歌猜一猜~

請聽歌詞內容，猜是屬於三期中的哪一期？(建立期、擴展期、衰退期)

- 家後 **衰退期**
- 今天妳要嫁給我 **建立期**
- 前世情人 **擴展期**
- 小夫妻 **建立期**
- 心肝寶貝 **擴展期**
- 老夫老妻 **衰退期**

家庭發展任務~請你來介紹！

- 各組抽一個階段，閱讀老師給的家庭情境。
- 請用**角色扮演**加上**說明**的方式，向同學介紹該階段的**發展任務**及**壓力**。
- 規定：全組都要上台，每組**4分鐘**。
- 評分者：老師
- 評分標準：依表演內容、演技、是否能讓觀眾清楚該階段的重點來給小組分數(1~10分)

家庭發展任務

家庭生命週期	發展任務	發展性壓力
一、新婚無子女的 建立階段	<ol style="list-style-type: none">1. 夫妻雙方生活上的相互適應2. 對新親戚關係的適應3. 可能開始期待第一個 子女的來臨，及對懷孕的適應	婚姻調適、 親屬關係適應、 生活形態改變

劇本：小明跟小美剛結婚，兩人住在一起後，發現生活習慣有所差異，彼此溝通許久。而小明的母親時常介入他們的生活(常抱怨小倆口太常外食不健康，做家事做得不確實等)，讓小明及小美感到很苦惱。

家庭發展任務

家庭生命週期	發展任務	發展性壓力
二、生育的家庭 (初為父母階段)	1. 夫妻與(新手)父母角色 協調 2. 對工作與家庭的平衡	兒童照顧、 經濟負擔、 工作調整、 就業婦女壓力

劇本：小明跟小美的第一個兒子小寶出生了，他們夫妻倆想要有一人請育嬰假帶小孩，但又擔心少了一份收入會影響生活開銷。兩人半夜也得常為了照顧小孩而起來，經濟及照顧壓力導致兩個人常有爭執。

家庭發展任務

家庭生命週期	發展任務	發展性壓力
三、學齡前兒童的家庭	<ol style="list-style-type: none">1. 學習撫育兒童的新技能2. 因子女成長而失去隱私的適應3. 對可能有第二個子女的準備	兒童教養、婦女就業與兒童照顧、經濟負擔

劇本：小寶逐漸長大，也愈來愈頑皮，現在周末父母都要找適合帶孩子的地方或餐廳去遛小孩。受到鄰居、朋友的影響，小明、小美也在想是否要帶小寶去學些才藝。但經濟及時間皆是他們要考量的。

家庭發展任務

家庭生命週期	發展任務	發展性壓力
四、入學兒童家庭	<ol style="list-style-type: none">1. 引導子女適應學校的生活2. 妻子或丈夫可能重返工作3. 增加參與與孩子有關的活動	兒童教養與學習、二度就業問題

劇本：小寶現在是小學一年級的學生，原本辭職照顧小寶的媽媽想要重返職場工作，但因考量要準時下班接小孩，故在求職上屢受刁難。此外，小明跟小美夫妻兩人都在工作，都晚上還要督促孩子寫作業、周末要安排家庭活動，夫妻兩人時常感到疲憊不堪，但看著孩子長大，卻也樂在其中。

家庭發展任務

家庭生命週期	發展任務	發展性壓力
五、子女青少年階段	<ol style="list-style-type: none">1. 對子女自主權日增的適應2. 與青少年子女的關係經營3. 家庭經濟可能在此達最高峰	親子衝突、 事業穩定性 與發展性

劇本：小寶去年上了國中七年級，面對國中較為沉重的課業，小寶晚上時常得念書到很晚，或是去補習到很晚才回家。家人也深怕小寶課業會跟不上，平時也不敢隨意讓他請假。父母親小明跟小美這兩年也成為部門小主管，在工作上有更重的責任。雖然全家人感情還是不錯，但比起跟家人出遊，小寶似乎更重視與同學的聚會。小寶也不像小時候如此順從父母親，常跟父母親有口角爭執。

家庭發展任務

家庭生命週期	發展任務	發展性壓力
六、子女將獨立階段： 從第一個孩子離家到最 小的孩子離家	1. 促成子女獨立的機會 2. 對子女離家的適應 3. 婚姻生活的再協調	婚姻調適、 家庭角色調適

劇本：小寶高中畢業後，考上了南部的大學，父母小明跟小美協助小寶搬到大學宿舍後，平時就過著遠距聯絡的日子。由於考量交通的不便，小寶一個月才回家一次。父母對於小寶的離家略顯不捨，除了要學習對孩子放手外，卻也有更多的時間能經營夫妻兩人的共同時間。

家庭發展任務

家庭生命週期	發展任務	發展性壓力
七、中年父母階段： 空巢期	1. 對健康狀況的適應 2. 對祖父母角色的適應 3. 可能增加社區或休閒活動	婚姻調適、健康問題、家庭角色調適、社交生活再重組

劇本：小寶跟弟弟小小寶大學畢業後，分別順利地成家立業了。小明跟小美也晉升成為阿公阿嬤了。除了平常協助照顧孫子之外，也樂於享受退休生活，參與社區的志工活動及旅遊活動。人生的重心與年輕時有很大的不同。

家庭生命週期

每一發展階段，有其**發展任務**(development tasks)，如果無法順利發展完成家庭任務，家庭將會面臨壓力或危機。

了解家庭發展階段的任務與挑戰，方能正向面對家庭的轉變



松鼠陪著核桃 在庭院捉迷藏

葡萄躲進橡木桶 釀出時光

夏日在玉米齒縫中遊蕩

我為妳準備的四季 正在生長

煉金師從故事煉出土壤

我闔上書也聞到了花香

草地上的妳比果實芬芳

妳就像天使手裡的糖

小男孩害羞沒想起 自己是個雕像

沈浸在蘆葦跟風合奏用美妙歌聲讚揚

世界因為妳而露出

陽光燦爛的 形狀

謝謝妳不然純真是什麼我早已經遺忘

什麼愛 不說 就已經存在

什麼愛 望著 就全都明白

妳笑 一點一點一滴漾開

一字一句 形容不來

是星空上的銀海

月暈下 的雙手

越來越來越來 越依靠

從來從來從來 不知道

原來原來原來 有妳很驕傲

小公主

過來過來過來 約定好

未來未來未來 的城堡

將來將來將來 我們一起造

我會 當妳晝夜騎士 烈陽的樹蔭

讓花朵為妳吟遊的魔術師

每一道有妳風景

幫妳按下快門的秘密情人

什麼愛 不說 就已經存在

什麼愛 望著 就全都明白

妳笑 一點一點一滴漾開

一字一句 形容不來

是星空上的銀海

我後來 會在 純白的禮堂

牽好久 的手 交給另個他

眼淚 一點一點一滴流下

感動 也會跟著留下

遠遠看著你們幸福

像前世我們有過的模樣



心肝寶貝

作詞：李坤城/羅大佑 作曲：羅大佑

月娘光光掛天頂 嫦娥置那住
你是阮的掌上明珠 抱著金金看
看你度晷 看你收涎 看你底學行
看你會走 看你出世 相片一大疊

輕輕聽著喘氣聲 心肝寶貝子
你是阮的幸福希望 斟酌給你晟
望你精光 望你才情 望你趕緊大
望你古錐 健康活潑 毋驚受風寒

鳥仔風箏 攏總會飛 到底為什麼
魚仔船隻 攏是無腳 按怎會徙位
日頭出來 日頭落山 日頭對叨去
春天的花 愛吃的蜂 伊是置叨位

月娘光光掛天頂 嫦娥置那住

你是阮的掌上明珠 抱著金金看
看你度晷 看你收涎 看你底學行
看你會走 看你出世 相片一大疊

鳥仔有翅 風箏有線 才會天頂飛
魚仔有尾 親像行船 希望著愛找
日頭出來 日頭落山 日子攏安呢過
花謝花開 天暗天光 同款的問題

鳥仔有翅 風箏有線 才會天頂飛
魚仔有尾 親像行船 希望著愛找
日頭出來 日頭落山 日子攏安呢過
花謝花開 天暗天光 同款的問題

輕輕聽著喘氣聲 心肝寶貝子
你是阮的幸福希望 斟酌給你晟
望你精光 望你才情 望你趕緊大
望你古錐 健康活潑 毋驚受風寒

