

# 我要當爸爸了——成年初顯期階段經歷生育事件之父職經驗

蘇芳嫻、胡中宜

## 壹、緒論

美國心理學家Arnett提出「成年初顯期」(emerging adulthood)概念來描述介於青少年和成人之間的過渡階段(大約在18-25歲)，此階段的年輕人尚未完全獨立，但也已承擔部分成人責任，同時處在學業、事業、感情關係等方面的探索與不穩定時期，這個階段他們獨立於社會角色和規範性期待之外，也不需要負擔成年人面對生活的規範性責任。這段時間有各種的可能性，但對未來缺乏明確的感覺(Arnett, 2000)。

根據內政部戶政司的統計指出2024年未滿20歲的未成年生產母親有1,381名，生育率持續維持在3%左右，且未成年少女懷孕年齡逐漸有降低之現象(內政部戶政司，2025)。監察院(2017)的調查同樣指出未成年少女懷孕年齡逐漸有降低現象，因其身心皆未發展成熟，除可能面臨

家庭、社會、經濟、教育、身心狀況等困境外，亦需承受新生兒死產、早產及體重不足等高風險問題，且衛福部及教育部未能確實掌握未成年少女懷孕人數情形，亦無建立相關勾稽比對機制，跨部會間之服務資源缺乏整合平臺，致政府對未成年少女懷孕問題與現實嚴重脫節，為有效維護選擇留養孩子的兒少權益，應對這類兒少及其子女之後續服務處遇及新生兒安置情形加以檢討並研議因應措施，以維護兒童及青少年健康成長及其人格和諧發展之權益。另外，現有針對未成年懷孕之服務，多半仍以懷孕期間之福利服務為主，成年初顯期父母所得到的社會資源相對較少，尤其在托育資源嚴重不足，使得小媽媽就學或就業受到影響，另外還可能面臨社會批判眼光使年輕父母的處境更為艱難(周玲秀，2017)。

目前國內現有文獻在針對成年初顯期懷孕議題的探討也多以懷孕青少年為主

體做為研究對象，而研究內容以懷孕期間的生心理變化、生育抉擇與生活影響及適應等為主（吳淑玲、陳國彥，2016；陳莉莉、陳信昭，2006；林慧萍，2005），也有部分探討青少年母親的親職教養、婚姻品質（吳小文，2013；羅家玲，2012；王筱霽，2008），但卻少有針對成年初顯期父親為主體進行探討。因此，本研究主要目的係藉由探討成年初顯期父親擔任父職角色的面貌，來理解他們所面臨之處境，進而能夠在實務中提出具體建議，予相關資源單位，以協助他們賦權父職角色，協助面對挑戰。

## 貳、文獻探討

現有國內文獻中，對於男性於成年初顯期懷孕事件中的影響未有太多著墨（Byers, 2000）。在曹宜蓁（2010）針對青少年伴侶經歷未成年生育事件歷程之研究中指出，在青少男的認知中給予婚姻的承諾、照顧好一個家是他們對生育事件負責任的詮釋，然而在現實生活中，負責任的意願與能力往往未必能相符。比起成年父親，青少年父親面臨更多的困境。

國外學者則是近年來對於青少年父親（teen father）開始有較多的關注。Qinlivan與Condon（2005）針對青少年父親在未成年懷孕事件中的焦慮及憂鬱做了研究，研究顯示青少年父親比起成年父親

有較高的焦慮及憂鬱，然而焦慮的部分又高於憂鬱。研究認為青少年父親比起成年父親有更多社會上的不利條件，而這些不利條件可能是增加焦慮或憂鬱的因素。

相關研究指出父職的參與情形受到父親對於家庭承諾的影響，若對於父職承諾不足，將會減低父職參與的意願及行為（王叢桂，2000）。對青少年父母而言，因過早承擔親職任務，易衍生子女教養問題與生活適應困境，使其對自身親職角色產生莫大焦慮與壓力，尤其以年輕父親為甚（黃慧森、王以仁，2015）。對那些缺乏資源協助的低收入青少年父母來說，具有更高的親職壓力（Fagan et al., 2007）。從上述可知，青少年父親易具有較高之父職壓力，過高之父職壓力將影響其父職參與及育兒品質，是不容忽視之議題。Fagan等人（2007）研究指出，當青少年父親在伴侶懷孕階段有較多的參與及陪伴，在後續的父職經驗中，感受到較少之父職壓力。此外，能獲得青少年雙親的社會支持，也有助於改善青少年父親之父職壓力。因此，若能讓青少年父親較早參與父職，並提供足夠支持，將有助於其父職表現。

關於成年初顯期懷孕的研究普遍忽略父親觀點，主要聚焦於母親身上。雖然鼓勵青少年的父母支持其懷孕與教養歷程，但對青少年父親則未有相同呼籲，他們在履行親職角色時面臨諸多障礙。

Makhavhu等人(2023)蒐集來自南非五位青少年父親的訪談資料探討青少年父親的兩難處境，結果顯示青少年父親面臨多重挑戰，青少年父職對教育的影響重大且無可避免，但這一角色同時也帶來某些機會。此外，生殖健康教育的推動也應同等重視對男孩的賦權，使其獲得與女孩相同程度的支持與培力。

另外，Astuti等人(2021)為瞭解印尼青少年父親在經歷未婚懷孕後，如何看待與經驗自身世界，研究發現他們經歷了情緒困擾，對其經濟機會、婚姻和諧、社會融入、信仰與幸福感產生持續性的影響。而且受到強烈的社會與文化期待所限制，同時也受到年長家庭成員的支持與教養。面對挑戰，他們展現出某種自我調適的資源感，透過對信仰的重新依靠與對未來的希望來因應壓力。

Uengwongsapat(2022)指出泰國的青少年懷孕率為東南亞地區第二高，泰國的青少年準父親正同時面臨兩項發展性危機：身為青少年與即將成為父親。他們面臨諸多問題，並且有強烈的社會支持需求，訪談20位青少年準父親發現他們缺乏足夠的金錢；失業並需要工作；缺乏教養子女的技能，並需要更多育兒資訊；在角色轉換期間感到壓力，需要心理支持；被社會排斥，因為人們常對青少年父親抱持負面看法。青少年父親在生活的許多面向上皆面臨支持不足的處境。若能從其社會

網絡獲得更多支持，將更有能力因應父職的轉變、照顧新生兒與伴侶。因此建議政策能夠協助發展支持網絡、導師制度與基礎育兒訓練等服務，作為泰國醫療院所針對首次成為父親的青少年所提供的標準照護。

美國黑人青年提早進入父職的現象，與他們所處的社會經濟背景和生活經歷密切相關，其中包括生活環境壓力、對預期壽命的感知、渴望積極參與子女的生活、過早懷孕的風險因素通常與缺乏其他生活機會(Curtis et al., 2022)。

青少年過早進入親職角色，使其面臨較高的負面結果風險。因此，瞭解可能增加風險的機制(如教養壓力)，或促進其在親職轉變中展現復原力的機制是相當重要的。Perez-Brena等人(2021)研究105對拉丁裔青少年父母，研究發現母親報告的教養壓力與她們自己及其伴侶對共同教養溝通與衝突的評估皆有關聯，而父親的教養壓力與自身感受到的共同教養衝突有關。因此，針對青少年父母的方案與服務可考慮將降低教養壓力作為改善共同教養關係的重要目標。

根據Deslauriers等人(2024)針對34位15至24歲的父親進行兩次深度訪談，第一次在懷孕消息公布時，第二次在孩子滿一歲前進行，結果顯示儘管對懷孕消息的初步反應不一，且多數參與者面臨生活中的種種不利條件，這些年輕男性普遍展現

出願意承擔父職責任的態度。此外，受訪者也提及與孩子母親、居住安排、母親的家庭、勞動市場、以及社會與健康服務等相關的關鍵議題。因此有效進行外展服務、設計適切的年輕父親支持方案是未來方向。

最後，有鑑於目前對原住民男性作為父親的經驗瞭解有限，包括他們進入父職的過程、其優勢與所面臨的挑戰等。Clifford-Motopi等人（2022）探討澳洲都市地區原住民新手父親與準父親的經驗與觀點。訪談八位原住民男性（準父親或新手父親）受訪者認為「父親」是一位保護者、提供者，也是一位會反思如何成為更好父親的人。為了成為更好的父親，這些男性努力從過往經歷中療癒與學習，建立作為父親的自我認同，同時承受父職所帶來的壓力。研究提出支持新手原住民父親的四項策略：（一）建立男性聚會場所，讓父親們彼此交流與學習；（二）孕產與幼兒服務應納入男性及其父職角色；（三）提供臨床介入與進入父職的支持性途徑；（四）推廣並慶賀原住民父親的優勢與角色。

2009年時，紐西蘭的青少年生育率在已開發國家中排名第二高，因其複雜的社會及歷史因素造就如此高的青少年生育率。紐西蘭的社會發展部（New Zealand the Ministry of Social Development, 2010）出版*Supporting Teen Fathers- A resource*

*for service providers*資源手冊，讓青少年父親能夠獲得有效的支持跟服務。其中點出紐西蘭青少年父親對於使用正式的支持服務感到猶豫。他們認為要使用這些服務是有困難的，像是需要花費、感到尷尬、缺乏關於服務的知識、需要花時間、麻煩的、難以跟工作人員建立關係等因素，對青少年來說這些服務並不友善。此外，也因他們可能害怕受到侮辱或批評、認為他們不需要幫助、不願意接受他們作為父母的角色等因素，讓他們更不願意使用這些服務。因此，提供服務內涵，包括（一）友善的青少年父母家庭服務，將對青少年父親的支持納入服務是相當重要的。如此可以確保青少年父親的角色不被單獨的考慮，尤其產前及健康性行為服務是青少年父親應該更積極參與的領域。產前服務的參與可以促進青少年父親與孩子關係的建立，以及後續孩子生活的參與。此外，可以讓青少年父親知道青少年母親對其的期待，以及與他討論如何給予青少年母親支持。（二）提供青少年父親在育兒上的支持，以促進父職參與，包括提供實際的親職技巧（像是如何照顧孩子、滿足他們的基本需求及管教他們的行為）的資訊及支持，可以提高青少年父親在父職上的參與。（三）改善家庭關係，多數的時間小孩與母親在一起，這些青少年父親時常無法與孩子接觸或取得照顧權。因此需要透過持續性的服務來協助青少年父親

去改善這困難的家庭關係。青少年父親在進行角色身分轉換時缺乏角色楷模，因此可以透過建立導師關係（Mentoring relationships）來協助他們。透過專業的個案工作者及經過訓練的志工提供青少年父親支持及角色楷模。成功的模範關係需要在信任及穩定的發展中，與青少年父親建立持久及支持性的關係。

整體而言，不同國家因社會文化的不同，看待成年初顯期父母的角色也不盡相同，在服務提供上更會因風俗民情而有所差異。然而相同的是，過往青少年父親在社會服務中，是被忽視的角色，未去看見他們在此議題中的需求及重要性。過往在服務提供上往往以女性觀點為出發，而去忽略男性其特殊的需求，服務的可接近性、貼近性，以及服務是否友善都會影響他們是否願意使用服務，這些都是服務提供者需要去注意得地方。因此要能站在男性的角度去看待他們的需求是很重要的，而這也是目前臺灣成年初顯期懷孕服務中所缺乏的。

## 參、研究方法

本研究共訪談四位受訪者，訪談當時皆已成年且結束服務，經社福機構介紹後說明研究目的同意後接受訪談，初次生育當時年齡介於17至19歲成年初顯期階段，二位已婚、一位未婚、一位離婚；受訪者

分別匿名改寫編碼為小晨、小傑、豪哥、小忠。資料經錄音後轉錄逐字稿，透過主題分析方法，將原始資料從編碼進展到列入範疇（categorizing），然後再進展到概念（concepts）的過程，再根據訪談內容文本所呈現的現象加以標籤，並歸類，以形成相同概念之類屬，並將之命名（陳向明，2002）。過程中遵守研究倫理，包括知情同意、隱私保密、避免傷害等，並經委員會審查同意進行本項研究。

研究參與者小晨初次當父親是17歲，受訪時20歲，目前已婚，從事服務業；小傑初次當父親是18歲，受訪時21歲，後來未結婚，從事水電技術；豪哥初次當父親是19歲，受訪時22歲，目前離婚，從事市場服務；小忠初次當父親是19歲，受訪時21歲，目前已婚，從事飲料服務業。

## 肆、研究結果

### 一、父職意識形成

根據毛萬儀與黃迺毓（2010）的研究指出當男性決定及有意願生育孩子，成為「父親」的意識及動機，便隨之產生。然而成年初顯期父親的父職意識及動機則是始於得知伴侶懷孕時，但此時對於父職角色的實際感受及概念仍然不像伴侶那麼強烈。此階段部分成年初顯期父親會與伴侶討論未來的家庭分工、育兒等，開始進行親職準備，著手準備迎接新生命的到來，

但對於父職角色還是處於想像階段。為了負荷孩子出生後的開銷，父親這時候也開始認真投入於就業中，把家庭經濟視為自己的首要責任。

孩子出生後，父職角色慢慢從想像進入現實。孩子初出生時，主要照顧孩子的責任還是在母親身上，父親在此階段仍然沒有太多的現實感受及參與。受訪者對於成為父親的感受，要到孩子出生甚至開始照顧孩子才會比較具體。成年初顯期父親也表示開始真正有當父親的感受是隨著孩子的成長，有更多的互動，以及從育兒中獲得的回饋等而真正意識到自己父親的身分。

我覺得那時候（懷孕）還沒有（覺得自己是爸爸），我也不知道欸，就慢慢的。（小晨）

小孩剛出生一陣子，可能五、六個月，那時候其實我還沒有很準備好當一個爸爸。（小傑）

就看小孩子慢慢長大了這樣，她會開始學習我們的動作，我們跟她玩的樣子這樣，覺得這才是一個家庭，我沒有讓她餓到，然後也沒有讓她過的不好這樣。應該會覺得自己有努力到這樣，因為太太那時候她有跟我說『謝謝你有負責』，我們生活雖然是沒有過得很好，但是至少我們不用為吃的跟生活還有房租而擔心這樣，那時候我基本上都

在上班。（小忠）

如同成年父親一樣，成年初顯期父親對於父職的感受因與孩子的接觸、互動而慢慢具體。然在此階段中，有兩位父親面臨到自我發展需求與父職角色的衝突期。他們提到孩子剛出生時，他們才意識到自己尚未準備好當一個父親，在心態上仍與孩子出生前一般，多數的時候他們仍專注在自己身上，也無法做到先前所承諾的。因未把重心放在家庭中，而導致與伴侶離婚、分居。但也因為這樣的轉捩點，成年初顯期父親才真正意識到家庭對他的重要，重新開始在父職參與上有更多的投入及意識。

我去上班的時間，妳在顧，然後我回去的時候，我也沒讓妳休息，我就洗個澡我就睡了，你會怎麼想？對不對！（豪哥）

那時候我還沒有很準備好當一個爸爸，每天打電動，就被我老婆知道我有儲值。她就覺得說你都已經當一個爸爸，怎麼還這樣子，她就覺得這樣是不負責任的行為，那個錢其實可以拿來做很多事情。（小傑）

成年初顯期與成年人在為人父母上其實沒有不同，沒有人天生懂得怎樣當父母，都是在成為父母的那一刻起，才開始學習成為父母，然後跟著孩子一起學習與調整。如同成年父親，依循著階段推展，

父職的輪廓逐漸清晰，感受到自己真的是一位父親了。然而比起成年父親，成年初顯期父親不只要面對「新手父職任務」的挑戰，還需要面臨「成年初顯期身心發展需求」，加上非預期的懷孕，使他們跳過了婚後至懷孕前的父職預備醞釀階段，這使得成年初顯期父親未能在足夠準備下去面對其父親的角色，孩子出生後緊湊的生活步調，更讓成年初顯期父親沒有時間及機會去關注及整理自己，這也為婚姻埋下不穩定的種子。

## 二、父職參與經驗

父職的參與情形受到父親對於家庭承諾的影響（王叢桂，2000），從上述顯示成年初顯期父親對於家庭及父職角色的承諾，並且構築對美好家庭及理想父親形象的嚮往。過往研究中常用「消失的小爸爸」、「消失的父職角色」來形容成年初顯期父親的親職參與，然而這群父親如何參與親職工作，在育兒中扮演著怎樣的角色，值得探究。

### （一）父職參與 （paternal engagement）

是指成年初顯期父親與其子女直接的互動。成年初顯期父母仍受到傳統社會對家庭親職分工觀念的影響，父親把家庭經濟視為自己的首要責任，而母親則負責育兒工作，導致產後無人可以協助照顧孩

子，對於托嬰又不信任，因而順理成章的就成為孩子的主要照顧者。

我說我要工作啊，老婆就說她生完就也在家，順便顧小孩這樣。（小忠）

確實也因性別觀念的鬆動，以及對於伴侶的體諒，成年初顯期父親願意在育兒上有較多積極投入。其中受訪者提到「下班後承擔或分擔照顧小孩的責任」是夫妻雙方在懷孕階段的共識，可以見到成年初顯期父親在撫育子女角色投入的意願。父親在下班後的時間會協助分擔照顧小孩的生活起居，像是幫小孩洗澡、餵食及協助就寢等；放假時，父親也會帶子女至公共的親子場所遊戲，像是親子館、公園等。但以互動的型態來看，父親在父職參與上仍以休閒、娛樂性質為主，育兒的瑣事及事務性工作主要仍由母親承擔，在育兒工作中，父親也多扮演好玩的角色（唐恩，2017）。馬惠芬（2003）研究也發現父職參與著重在於與孩子的情感親密互動，以及教導孩子做人處世的道理，但是對於參與相關勞務的比例仍是非常低。

她白天就是顧小孩跟餵奶，我下班回家，就是換我顧這樣。（小忠）

小baby換尿布都OK。我有跟我老婆說，因為她之前有跟我抱怨，她覺得她這樣顧小孩很累，我知道很累，有一陣子在臉書有看到爸爸日這種東西，我就跟她說我可以請

假，妳跟妳姐妹出去玩，我來顧小孩一天。（小傑）

然而，因「家庭經濟角色」為成年初顯期父親之重心，多數的時間父親必須投入於工作中，即使下班後，也常因疲憊，在育兒上心有餘而力不足，未必能實現承擔照顧孩子的承諾，但若能表達自己的狀態通常青少年母親也能體諒。在「父職參與」面向中，受訪者呈現有心無力的父職參與困境。

會很累，可是還是會起來，除非是真的完全睡死了，我老婆才會起來，她就會知道我今天工作狀況，她就會起來餵奶這樣。（小忠）

在家裡面能做的，我都會做，如果累了，我會直接跟她說我很累，我不想做。（小傑）

## （二）父職接近

（paternal accessibility）

指父親接近孩子或在孩子身旁「待命」，然多數時間成年初顯期父親需要工作，在家時間不多，實際上與孩子接觸的時間更是少之又少。但成為父親後，為了家庭孩子，願意收起玩心，減少與朋友外出的機會，將生活重心放在家庭；有的成年初顯期父親更是轉換熟悉的工作型態，為的都是要將時間留給家人，希望能有機會給予孩子多一點的陪伴。

其實現在很確切了，因為我老婆也

回來了，所以我會想辦法…就是拒絕很多東西（朋友邀約）。（小傑）

朋友都會問我要不要出去吃飯，我就會說『沒辦法，我要上班』，他就會說我等你下班，可是我下班十二點，然後我就說『太晚了，不要，我老婆也會擔心』這樣，我就會拒絕他。（小忠）

## （三）父職責任

（paternal responsibility）

父職責任是指父親持續瞭解子女的需求，並且適當的回應，替孩子安排容易取得的資源，有研究指出成年初顯期階段的性格特質較為自我中心，行事衝動、情緒也較不穩定，不利於扮演好父母的角色（牛憶先，2000）。然從研究也顯示，雖然成年初顯期父親對於角色的轉換需要時間調適，但也能慢慢從自我本位轉移，試著同理伴侶處境，主動瞭解孩子的需求，在行事上以小孩的需求為優先考量，延宕滿足自己的需求。他們甚至可以為了孩子捨棄自己的娛樂、交友。雖成年初顯期的特質不利扮演好父母的角色，但從研究中發現成年初顯期父親是可以為了自己的孩子而有所調整。

很多事情都要顧慮到小孩，比如說我吃飯、我買東西、買飯，不能買自己的，要買小孩的，我不能比小

孩先睡，小孩要先睡覺，我自己才能睡覺，不然其實不知道小孩在幹嘛。（小傑）

我先餵她吃飽了，然後她睡了我再吃我的。（豪哥）

父職責任這概念對成年初顯期父親來說過於抽象，但如同多數的父親一樣，父親將家庭經濟的維持視為自己最大的責任，雖然不見得能過得很好，但至少讓孩子不愁吃穿，維持基本生活所需；也有部分父親提到保護孩子，讓孩子平安健康長大，是他身為父親的責任及期望。在現階段中，成年初顯期父親主要還是以滿足孩子的生理需求及安全需求為主。

讓他們過好一點，然後讓他們可以不用為吃的擔心這樣。（小忠）

讓她健康長大吧，她自己去做什麼，我沒辦法去限制她，譬如說她要玩，危險一遇到我就罵她，雖然我知道她聽不懂，但是我自己的印象中就是覺得用罵的她好像聽得懂，但是後來就聽大家講，然後看影片上那些在教的都是說……要重複一直講，講到她會為止，你罵她反而更皮。（小晨）

其實我沒有，我覺得她身體健康、平平安安就好，我要求的真的不多，我覺得要求的太多只是更失望而已。（豪哥）

保護家人吧。就是不管出去還是在

家裡，就是要看好一家人，過馬路還是吃飯的時候，也要注意到小孩跟太太。（小忠）

### 三、甜蜜的負擔——父職壓力及困境

成年初顯期父親所面臨之困境與成年父親不盡相同，許多研究指出其需要面對個人身心發展需求及父職角色任務的雙重挑戰，例如家計維持、教育中斷、低薪就業、子女教養及親密關係維繫等議題（黃慧森、王以仁，2015）。然而在面對這困境時，受訪者往往忽略自身需求，努力扮演好父職角色。而經濟及社會現實是如此嚴峻，對於缺乏支持及資源的父親，每天忙於生計，更別提對成年人來說都不容易的婚姻關係維繫，這都將成為壓倒成年初顯期父親的因素。男人必須擔負養家者與經濟資源提供者之論述，是許多男性建構自我男性氣概認同的主要來源（王大惟，2010），他們對家庭的責任在於「養家糊口」，而家庭的經濟及其就業成為成年初顯期父親最大的壓力來源。

#### （一）經濟與就業壓力

在男性的認知及期待中，扛起家中經濟是他們最重要的責任。然而多數成年初顯期父親多處於三低狀態，低學歷、低薪資、低社經地位，他們沒有足夠的經濟資本讓他們足以維持家庭，甚至有的還有負債情形；在就業上也因低學歷、缺乏技術

等就業困難，或是僅能從事勞務性等低薪工作，家庭經濟維持及穩定就業成為他們最大的壓力來源。

其實比較重點可能經濟的問題，就是要去承擔的事情。（小傑）

都是為了錢煩惱而已，因為會擔心……就算你一個月賺三萬三，但是還是會覺得錢不夠，就是會一直很擔心。（小忠）

我媽、我身邊的朋友，在懷孕之前或者是在生小孩之前，都會跟我講說什麼養小孩要很多錢。（小晨）其實跟我老婆之前有一段日子有吵架，所以我才搬出來，然後那兩個月，我幾乎沒去上班，生活都亂七八糟，我那時候有去貸款，去借錢，到目前為止還在繳。（小傑）

此外，在就業選擇上，成年初顯期父親也無法像以往隨心所欲，對多數的受訪者而言，為了維持家中經濟，他們需要穩定就業，或從事多份工作，以擁有足夠的收入來維持家中開銷。若需轉換工作，也須面對空窗期沒有收入的危機。另外，也要考量到是否能顧及家庭，像是工時太長、工作時間是否日夜顛倒等。

就是先找好（工作），然後就會辭職。之前有一陣子大概兩個禮拜是空窗期，那時候壓力還超級大。（小忠）

太太是希望我可以做正常時間的

班，然後就回家，盡量不要加班。

（小忠）

## （二）兵役問題

其中有受訪者在孩子出生後，面臨兵役的問題。身為家中經濟支柱的青少年父親若去當兵，此段時間家庭將會沒有收入來源，家庭陷入經濟危機；另外，也因孩子年幼，正需要密集照顧，服兵役就無法就近照顧家庭，分擔照顧責任；也有受訪者提到會擔心子女會因此與自己疏離。因此無論是對父親或其伴侶而言，都當將造成家庭的壓力。

可是就是老婆剛生完，我就離開她，她就覺得很難過這樣，那陣子她就是每天都有哭。然後我也擔心小孩會不認識我。（小忠）

## （三）沒有名分的父親

對於沒有婚姻關係的成年初顯期父親而言，會面臨父親身分認同，以及在法律上缺乏父親實質權利義務之議題。小傑因伴侶家長的反對，是唯一沒有進入婚姻關係的父親，剛開始他對此並無特別的感受，但在面對旁人耳語，也會對於父親的角色產生質疑，擔心因為無法律的保障，孩子隨時有可能不再屬於自己，最後的付出功虧一簣，也因對於生活、育兒感到迷惘，失去動力，因而導致與伴侶爭執並短暫分居。

我原本覺得沒什麼，小孩子大了還是知道這是自己的爸爸，雖然姓不一樣，我家裡人其實還好，就是朋友之間有講，然後後面就有一段時間，上班很累的那一段時間，就是覺得說這麼累、付出這麼多，對不對，連一個最基本的說爸爸的那個法律上的那個位子不在。（小傑）有的人就是會很冷言冷語，就是會要『啊你不是他爸爸嗎』這樣。被質疑久了之後，我有時候之前有一陣子也在質疑自己。（小傑）

#### （四）伴侶家人的保留態度

豪哥及小忠伴侶的家長對於生育留養抱持著反對意見，擔心孩子太年輕會後悔。雖然有著許多的擔心，但最後也因他們的堅持而妥協及接受，讓年輕父親學習負起責任。

她媽那部分是已經到不能處理掉，她才選擇跟她媽講。（豪哥）他們家人是反對，他怕她太年輕，反正就可能後悔這樣。他們（女方家長）就說那你要怎麼負責，就是我們可以結婚，不會讓你白白生這個小孩，太太為了我就跟她爸媽堅持。換我今天生這個小孩，我把他拿掉，那不就是放棄一個生命嗎。（小忠）

#### 四、突破難關——因應方式

成年初顯期父親雖然面臨著多重的挑戰，但他們勇於面對，能夠試著去調適及改變，並主動連結自身的社會支持系統，尋求支持及獲得資訊。

##### （一）勇於面對及承擔

經濟是最大壓力來源，但受訪者皆能積極面對，較好的自我效能感，及較佳的自我概念有能力去掌控自己的人生，並從父職角色扮演中獲得成就感。

如果我沒結婚的話，放假我一定會到處亂跑、跟朋友出去，一天就花個三、四千塊，現在就快沒油了，可能就不想花這個油錢到處亂跑，就會寧可待在家裡。我就是沒錢我就比較認命。就變成從每天一包菸，變成每天三根菸，然後可能我上班的時候我朋友有買飲料，我就喝他的飲料。（小晨）

應該是很積極，比較貼切的話，很積極的去面對父親這個角色。（小傑）

##### （二）調整自我，為家庭改變及付出

在生活中，受訪者不再是只有自己一個人，做任何事情都需要以整個家庭需求作為優先考量。為了維持家庭有足夠的收入，成年初顯期父親試著從事多份工作，以維持家中開銷。例如在服替代役期間，

利用夜間至夜市擺攤，因當時工作收入不足以維持家計，故需要身兼兩份工作。

因為我早上七、八點就上班，中午休息時間我就趕快跑回來吃東西，後來太累了，我就直接躺著就睡了，有時候還會睡過頭，然後四、五點回來收一收東西，因為愈早擺就賺愈多錢。（小晨）

我之前還有一陣子做兩份工作。  
（小傑）

有家庭後，受訪者意識到做事情無法再情緒用事，會先思考衝動行事的後果，因此在脾氣上也收斂許多，行事會去顧慮可能產生的後果，是否會影響到家庭。

還沒結婚之前我個性很衝，然後我想到呢……當下跟你吵架，可能想到這個點是你不對，你就被我揍，現在我認真想這件事情。（小晨）

為了節省家庭開銷，受訪者對於生活開銷進行檢視，從減少非必要支出開始，或是犧牲自己的興趣及消遣。

如果照一般家庭，經濟壓力會很大啊，每一天早中晚餐，四菜一湯什麼，當然壓力會很大啊，可是我們就變得比較省。（小晨）

小孩子愈來愈大，面臨到說就是他會吃飯，就是等於說多一個人的費用，後面也有擔心到這件事情，所以有跟老婆說要吃省一點。我們以前很喜歡去吃好吃的，有時候會比

較貴，可能次數減少。（小傑）

很省這樣，太太她自己也很喜歡上網找一些點數兌換東西，就可以去7-11買東西這樣，算蠻厲害，就是會上網找一些好康的。（小忠）

成為父親後，受訪者不再以自己、朋友為主，將更多的時間及心力投入家庭中。

當爸爸才改變的，就是因為有小孩之後才改變的。（小忠）

我沒有朋友沒關係，我只要她就好。我現在都不會跟朋友出去玩。  
（豪哥）

### （三）尋求資源協助

成為父母後，許多事情都是第一次經歷，有許多不懂、不會的地方，受訪者認為在面對生活的困難時，若能有人可以協助，可減輕他們的負擔。

我覺得還是需要有人幫助啦，很多小事情、大事情、我不懂的事情，像上學，可能我朋友他爸媽有講過，他就會跟我講，很多資訊都是人家提供給我。（小晨）

受訪者曾因過往有接觸過社福單位的經驗，因此有需要時會主動尋求社工的協助，包括經濟與物資協助、親子活動與親職課程，以及相關資訊與建議，對他們來說，經濟及物資上的協助是最希望獲得的。

像政府很多有補助幹嘛的，社工就是有時候會給我們尿布（物資），或者會給我們一些建議。（小晨）其實身邊的人事物都蠻幫助的，因為其實一開始有擔心說尿布錢、奶粉錢的部分，那是很大的開銷，就是問一下社工可以幫我。（小傑）基本上都是下班時間有時候過來參加類似小朋友的東西（活動或課程），我就是在旁邊陪小孩玩，然後太太進去坐這樣。（小忠）

## 伍、討論與建議

### 一、討論

#### （一）理想與現實的距離——社會建構下的「新好爸爸」框架

在實際的父職參與中，成年初顯期父親承擔著龐大的經濟壓力，他們沒有足夠的家庭資源或足夠的經濟能力來支持他們，因而陷入理想與現實的拉扯中。趙蕙鈴（2011）指出現代父職的典範幾乎來自白領或社經地位較高的父親，這些理想父職的描述忽略父親不同的面貌與角色組合，進而使得許多父親的角色與它產生矛盾或衝突。「理想父職」的塑造有其特有的文化脈絡，但「實際父職」卻是多樣化的，無法用同樣的文化腳本來演出，往往忽視他們所處的社會結構困境。

成年初顯期父親與成年父親一樣都

期盼著自己能成為一位「好的父親」，雖然多數成年初顯期父親缺乏父職的認知概念，對於好的定義或許過於理想化，也因缺乏可認同的父職參與規範與模式可以學習，到底該怎麼做，需要靠自己慢慢摸索及建構；也可能陷在理想父職的角色期待中手忙腳亂、無所適從，進而對自己產生質疑。但研究中發現雖然成年初顯期父親處在不利的條件中，他們仍努力面對並解決新角色帶來的挑戰，盡其所能提供孩子適切的照顧。社會應對於成年初顯期父親在父職扮演上所遭遇的挑戰及其發展脈絡有更多的理解，看見他們的困境，協助他們調適多元的身分角色，並提供父職角色的楷模（New Zealand the Ministry of Social Development, 2010），建構屬於他們的父職樣貌，給予更多的肯定及回饋，使他們能夠持續穩定的投入其中。

#### （二）傳統性別角色規範對成年初顯期父母親職的影響

成年初顯期父母雖然在家庭分工的價值觀中受到現代父親角色轉變的洗禮，在觀念上父親對於育兒工作願意有更多的參與。但在孩子誕生之際，家庭仍是以傳統男主外，女主內之模式進行分工。成年初顯期母親由於低學業成就，孩子出生前半無工作或無穩定工作，孩子出生後，又無人可以協助照顧孩子的情況下，更理所當然地認為應該在家相夫教子，成為全職

母親；而成年初顯期父親因經濟壓力，而必須投入更多時間於工作中，本研究中的成年初顯期父親雖有心想參與育兒，但礙於現實壓力，常感到心有餘而力不足。不過有些父親願意為家庭付出的心，母親也能感受，彼此同心協力地在育兒上努力，找出家庭的平衡。

邱嘉品與楊力鈞（2015）指出阻礙父職參與的因素有承襲傳統的父職觀念、原生家庭傳統性別角色介入及現實考量等。可以見到傳統性別角色在父職及母職扮演上的影響，但身在其中往往不自知。因此，成年初顯期父母若能夠在努力扮演親職角色時，有機會停下腳步，檢視性別角色對他們的影響，以及對親職的期待，重新建構屬於他們的親職期待及分工，共同尋求家庭的平衡，透過溝通及對話，協助他們在親職的扮演上更加得心應手。

### （三）父職參與的阻礙

愈來愈多的研究發現，父職的參與讓孩子在各方面發展有正向的影響，並使伴侶得以成長及婚姻有良好調適，可見父職參與對家庭的重要性。對青少年母親來說懷孕生育是個充權的過程（吳小文，2013），對成年初顯期父親來說也是如此，父親有能力扮演父親的角色，解決所遭遇的問題，並從中獲取成就感。

如何促進父職參與，王叢桂（2000）研究指出促使父親參與育兒工作的因素

有：對家庭的承諾；觀察到負面家庭對子女的影響；由於本身的疏忽父職導致的家庭危機；配偶的支持；育兒的正面回饋；父親本身經驗過缺乏父職的幼年；夫妻本身成長學習經驗。馬惠芬（2003）研究發現透過父職的參與，能夠增加其父職自我效能，具有較好的父職效能感的父親，不但更願意參與親職，即使遭遇父職的挫折也不會臨陣脫逃，反而能想出解決調適的方法，為自己及家人帶來自信、肯定與幸福感。因此，增進成年初顯期父親的父職參與，並從中獲得正向回饋，以提升父職效能感，使其在父職角色扮演中獲得正向的影響。

此結果呼應泰國Uengwongsapat（2022）的研究即指出青少年成為父親，面臨諸多問題，並且有強烈的社會支持需求，缺乏足夠的金錢；失業並需要工作；缺乏教養子女的技能，並需要更多育兒資訊；在角色轉換期間感到壓力，需要心理支持；被社會排斥，因為人們常對青少年父親抱持負面看法，若能從其社會網絡獲得更多支持，將更有能力促進父職參與。

### （四）不穩定的婚姻關係——離婚後被迫消失的父職角色

婚姻關係的維繫本就不是件容易的事，對還在學習親密關係、發展照顧及依附的成年初顯期父母更是充滿挑戰。本研究兩位父親分別在孩子一歲多及兩歲時也

因夫妻衝突走向離婚收場。倉促中突然成為了父親，需要面對生活中的各式壓力，與伴侶教養觀念不一致，衝突帶來爭吵甚至離異。多數的情況中，孩子跟著媽媽，成年初顯期父親被剝奪了孩子的親權，失去身為父親的身分，無法再享天倫之樂，更是對於他們努力扮演父親角色的否定；成年初顯期母親成為單親媽媽，獨自承擔起育兒的種種壓力，若缺乏支持系統，更難勝任養育工作；而父母關係的失和，對孩子的照顧及身心靈也都造成了影響。在紐西蘭也透過持續性的服務，來協助青少年父親去改善這困難的家庭關係（New Zealand the Ministry of Social Development, 2010）。因此，若能持續促進成年初顯期的父職參與，有助於孩子的身心發展，減輕母親獨自育兒的身心壓力，父親也能持續扮演其父職角色。

#### （五）缺乏社會支持系統的父親

本研究中的成年初顯期父親在得知伴侶懷孕後選擇留養，一肩扛起養家的重責大任。無論是父親自己，或是重要他人，都將這視為負責任的表現。然，在多重匱乏的不利條件中，國家應提供合適的資源，以協助成年初顯期個體及其家庭發展。經濟上的困境是最大的壓力來源之一，然現行的社會福利中，對成年初顯期父母的經濟協助並不完善，難以紓解長期且沉重的經濟壓力。其次，托育政策對於

經濟條件不利、缺乏原生家庭支持的成年初顯期父母更是不足，鮮少以其需求進行考量。第三，在社會支持上，成年初顯期父親獲得的非正式資源主要來自家庭、朋友、保母及老闆等，提供的支持面向有住所提供、小額借款、工作機會提供、照顧分擔、親職技巧教導及心理支持等；在正式資源中，則以社工提供諮詢服務、物資提供及安排親職課程及活動等。受訪者提及因資訊掌握的不足，對於有哪些福利服務可以使用、符合哪些優先資格以及如何申請補助等訊息並不清楚，因此錯失申請機會。在使用資源類型中，成年初顯期父親認為最需要的是經濟層面之協助，如物資提供、補助申請等，可以舒緩經濟壓力。

準此，回顧西方近期研究（Makhavh et al., 2023; Clifford-Motopi et al., 2022; Deslauriers et al., 2024; Makhavhu et al., 2023; Perez-Brena et al., 2021; Uengwongsapat, 2022）亦均指出成年初顯期父職扮演面臨多重挑戰，但這一角色同時也帶來某些機會，此外健康教育的推動也應同等重視對男孩的賦權，使其獲得與女孩相同程度的支持與培力。

另外，蔡承易（2017）指出由於受到男性氣概影響，男性會經驗到自己做為「求助者—女性化」與「男性」之間的衝突，並表現在污名化與自尊低落上面，以至於求助意願降低，換言之為了維護自己

的男性氣概，使得男性求助意願不高。因此，紐西蘭報告也指出青少年父親對於使用正式的支持服務感到猶豫，他們認為要使用這些服務是有困難的，像是需要花費、感到尷尬、缺乏關於服務的知識、需要花時間、麻煩的、難以跟工作人員建立關係等因素，另也因他們可能害怕受到侮辱或批評、認為他們不需要幫助、不願意接受他們作為父母的角色等因素，讓他們更不願意使用這些服務（New Zealand the Ministry of Social Development, 2010）。因此，社工的敏銳度及資源連結的能力顯得更為重要，才能提供後續的持續性服務，以協助成年初顯期父親順利勝任其親職角色。

## 二、建議

臺灣目前的成年初顯期懷孕服務已具雛型，涵蓋醫療、法律、教育、經濟與心理諮詢等多面向，但在政策與服務設計上仍以女性為主體，未有效納入男性觀點，成年初顯期父親的系統性服務仍待發展，本文發現成年初顯期面對生育事件之父親常會面臨經濟、就業、兵役、伴侶家人態度，以及文化觀念上未有能力結婚育兒之刻板化印象，以致產生適應之挑戰。因此建議在成年初顯期懷孕事件發生時，便將男性納入地方政府追蹤關懷個案中，協助其情緒調適、角色建構、就業準備、親職支持等，方能符合以家庭為中心服務。

### （一）提升服務貼近性，以成年初顯期父親需求為考量

受不同性別角色影響，成年初顯期生育父母所面臨之議題不盡相同，不能僅以女性角度出發看待他們的需要，服務的提供也應納入男性觀點，理解男性性別特質影響及男性特有需求，使服務的提供能真正貼近需求。

### （二）成年初顯期父母婚姻及親子關係維繫服務

成年初顯期生育父母正處親密關係發展尚未穩定之階段，婚後又需要面臨眾多挑戰，也使婚姻的不穩定性增加。本研究中有兩對父母離婚，一對曾經歷分合。多數情況下，他們的分開都不是在好聚好散的狀態下，也直接影響到孩子。因此，建議提供婚姻伴侶諮商、親職分工協談、親密關係與溝通團體等，協助婚姻關係的維繫，促進父母間有良善的溝通及親職分工。

### （三）協助成年初顯期父親發展正向父職參與經驗

多數受訪者缺乏父職的認知概念或學習模式，在父職扮演上較易無所適從。因此，在實務中可以透過男性工作者或志工提供成年初顯期父親支持及角色楷模，並協助檢視男性性別角色期待對其的影響，以發展適合他們的父職角色。建議能針對

生育所需的資訊提供或資源連結，例如就業機會、職訓課程、父職角色相關之育兒資訊、親子活動訊息等。

(本文作者：蘇芳嫻現任勵馨基金會高雄分事務所社工師；胡中宜現任國立臺北大學社會工作學系教授)

**關鍵詞：**成年初顯期、生育、男性觀點、父職經驗、父職參與

## 📖 參考文獻

- 內政部戶政司（2025）。〈人口統計資料〉。內政部戶政司全球資訊網。<https://www.ris.gov.tw/app/portal/346>
- 毛萬儀、黃迺毓（2010）。〈初任父親第一年父職經驗歷程之研究——以六位大專教育程度父親為例〉。《人類發展與家庭學報》，12，31-35。
- 牛億先（2000）。《影響未成年懷孕母親生育後復學之家庭、經濟與社會規範因素》（碩士論文，國立成功大學）。臺灣博碩士論文知識加值系統。<https://hdl.handle.net/11296/f5p9sd>
- 王大維（2010）。《成年前期男性氣概建構之論述分析》（博士論文，國立彰化師範大學）。臺灣博碩士論文知識加值系統。<https://hdl.handle.net/11296/xj2s85>
- 王筱霈（2008）。《青少年母親之壓力與需求暨婚姻品質探討》（碩士論文，國立臺灣大學）。臺灣博碩士論文知識加值系統。<https://hdl.handle.net/11296/t24s6j>
- 王叢桂（2000）。〈促進參與父職因素的探討〉。《應用心理研究》，6，131-171。
- 吳小文（2013）。《未成年未婚懷孕母親之親職經驗探究》（碩士論文，國立臺灣大學）。臺灣博碩士論文知識加值系統。<https://hdl.handle.net/11296/dngdv2>
- 吳淑玲、陳國彥（2016）。〈青少年懷孕問題及生育決定之探討〉。《樹德科技大學人文社會電子學報》，12(1)，1-17。
- 周玲秀（2017）。〈未成年產子年約3千人 近7成自行養育〉。<https://news.tvbs.com.tw/life/833021>。
- 林慧萍（2005）。《未婚青少年出養子女的經驗歷程》（碩士論文，國立暨南國際大學）。臺灣博碩士論文知識加值系統。<https://hdl.handle.net/11296/u5j3sa>
- 邱嘉品、楊力鈞（2015）。〈談新時代父親的角色與職責〉。《臺灣教育評論月刊》，4（12），82-85。
- 唐恩（Dunn, J.）（2017）。《我如何忍住不踹孩子的爸：不要在該溝通時選擇暴走，專治老公耍廢、耳背、扯後腿的溝通與話術》（林怡君譯）。三采。

- 馬惠芬（2003）。《男性眼光中父職參與、父職自我效能與親子關係滿意度之自我評估研究——新竹科學園區周邊幼兒園所調查資料之分析》（碩士論文，輔仁大學）臺灣博碩士論文知識加值系統。<https://hdl.handle.net/11296/4cunt3>
- 曹宜蓁（2010）。《青少年伴侶經歷未成年生育事件歷程之研究》（碩士論文，國立臺灣師範大學）。臺灣博碩士論文知識加值系統。<https://hdl.handle.net/11296/yfwm2f>
- 陳向明（2002）。《社會科學質的研究》。五南。
- 陳莉莉、陳信昭（2006）。〈青少年懷孕生育問題之探討〉。《諮商與輔導》，243，38-44。
- 黃慧森、王以仁（2015）。〈高職男生父職角色知覺與認同之研究〉。《家庭教育與諮商學刊》，18，1-33。
- 監察院（2017）。〈未成年少女懷孕事件頻傳 監察院促衛福部、教育部檢討改進〉。[https://www.cy.gov.tw/News\\_Content.aspx?n=124&sms=8912&s=12659](https://www.cy.gov.tw/News_Content.aspx?n=124&sms=8912&s=12659)
- 趙蕙鈴（2011）。〈平面媒體之「新好爸爸」論述及其父職政治的分析〉。《通識教育學報》，16，73-106。
- 蔡承易（2017）。〈男兒有淚不輕彈？從性別角色理論看台灣男性的諮商求助行為〉。《輔導季刊》，53(3)，43-53。
- 羅家玲（2012）。〈我是母親？！少女母親的母職經驗與自我轉化之研究〉。《南台人文社會學報》，7，1-23。
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55, 469-480.
- Astuti, A. W., Hirst, J., & Bharj, K. K. (2021). Adolescent fathers' experiences in Indonesia: A qualitative study. *International Journal of Adolescence and Youth*, 26(1), 201-210. <https://doi.org/10.1080/102673843.2021.1901749>
- Byers, A. (2000). *Teen and pregnancy: A hot issue*. Enslow.
- Clifford-Motopi, A., Fisher, I., Kildea, S., Hickey, S., Roe, Y., & Kruske, S. (2022). Hearing from First Nations dads: Qualitative yarns informing service planning and practice in urban Australia. *Family Relations: An Interdisciplinary Journal of Applied Family Studies*, 71(5), 1933-1948.
- Curtis, M., Collins, C., Augustine, D., Kwon, E., Zuercher, H., & Kogan, S. (2022). The transition to fatherhood, contextual stress, and substance abuse: A prospective analysis of rural, emerging adult black American men. *Substance Use & Misuse*, 57(2), 1818-1827.
- Deslauriers, J.-M., & Kiselica, M. S. (2024). An ecological approach to understanding the paternal commitments of young fathers: From the pregnancy test to the child's first birthday. *Child & Adolescent Social Work Journal*, 41(2), 249-268.
- Fagan, J., Bernd, E., & Whiteman, V. (2007). Adolescent fathers' parenting stress, social support, and

- involvement with infants. *Journal of Research on Adolescence*, 17(1), 1-22.
- Makhavhu, E. M., Ramukumba, T. S., & Masala-Chokwe, M. E. (2023). Adolescent fathers' challenges and experiences: A qualitative exploratory study. *Inquiry: The Journal of Health Care Organization, Provision, and Financing*, 60, 1-8.
- New Zealand the Ministry of Social Development. (2010). *Supporting teen fathers: A resource for service providers..*
- Perez-Brena, N. J., Duncan, J. C., de Jongh, C., & Toews, M. (2021). Parental stress and coparenting among adolescent parents. *Family Relations*, 70(3), 793-807.
- Quinlivan, J. A., & Condon, J. (2005). Anxiety and depression in fathers in teenage pregnancy. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 39, 915-920.
- Uengwongsapat, C. (2022). Experiences and needs of social support among Thai adolescent fathers: A qualitative study. *Journal of Family Studies*, 28(4), 1433-1447.