

國立臺灣師範大學人類發展與家庭學系  
博士論文

新婚苦惱者婚姻經驗之研究  
**Marital Distress of Newlyweds  
In Taiwan**

指導教授：周麗端博士

研究生：林秀慧

中華民國 102 年 6 月

## 謝誌

在大學畢業之後，想繼續深造的念頭，常常在不經意時浮現出來，曾經兩度計畫出國念書，但都因故作罷。2002年，偶然機會遇到系上的黃迺毓老師，經她鼓勵，報考了研究所，也順利進入碩士班，兩年的學習很豐富且有趣。2004年，在系主任周麗端老師的鼓勵下，申請博士班逕讀，又繼續半工半讀的博士生生涯。

總覺得研究所那幾年的生命經驗很像電影魔戒中的情節，外在世界面對工作、家庭和研究所課業須兼顧的挑戰；內在世界面對兩個孩子經歷青春期過程所帶來的種種震盪。就某一層面來說，我因工作的緣故未能及早完成博士論文；就另一層面來說，我的自我懷疑和不確定感使我對進行博士論文一事，放慢了腳步，甚至猶豫不前。

原以為自己在成為博士候選人之後，重新回到職場，又在工作場域中歷經八八風災的影響後，便會一直留在工作角色上，無法完成博士論文。但在修業年限將屆之際，先生的提醒便成了很重要的推動力量，他對我說：「身為母親，你至少應該做孩子的好榜樣，把一件事情做完，有個結束。」

重新拾起做論文的心情，並付諸行動時，卻也經歷了尋找研究參與者的困難，研究又停頓了一年。之後，在禱告等候中，在親友們的熱心協助下，終於找到幾位新婚五年內的朋友，願意成為研究參與者，現聲分享其生活經驗。非常感謝他們的協助與支持，如果沒有他們，這個研究無法完成。也感謝指導教授周老師的耐心，等待我回校專心做論文；而老師工作與教學雖忙碌，在我整個論文進行過程中，仍多次地詳細閱讀並修改我的寫作文稿，並持續地和我討論、指導我。

感謝親愛的口試委員們，利教授翠珊、唐教授先梅、謝副教授文宜，以及林教授如萍，在前後間隔多年的論文計畫口試與論文完成的這些年間，給予我諸多鼓勵和建議，並且在論文口試過程中，協助我釐清許多觀念，並針對論文的一些問題，協助提出解決之道。感謝同儕的幫忙與鼓勵，博士班前後屆的小英、忍嬌、明珏，以及碩班學妹在口試時的協助。

感謝我所服務的機構：台灣世界展望會，給予我十個月的留職停薪假，以及多位同工們的分擔與持守，使我可以無後顧之憂地完成論文。也感謝家人的協助與鼓勵，特別是我親愛的姊姊秀芬、秀文，多次地協助論文的潤稿與校稿，以及大姊秀容的美食供應。先生和孩子們對我的熱情支持和不斷打氣，是我做論文過程中的安慰；先生的家事操作，減輕我許多負擔，每晚的一起散步，是一天中的美好時光。而我生命的救主，親愛的主耶穌，更是我做論文一路上的引領、陪伴與最大支持者。

# 論文摘要

**論文名稱：**新婚苦惱者婚姻經驗之研究

**學校所別：**國立台灣師範大學人類發展與家庭學系

**摘要別：**博士論文摘要

**指導教授：**周麗端

**學生姓名：**林秀慧

**摘要內容：**

本研究旨在瞭解新婚苦惱者的婚姻苦惱經驗內涵，以及其繼續維持婚姻的掙扎與努力。研究者藉由詮釋現象學方法論觀點，試圖還原新婚苦惱者之經驗本質，並詮釋經驗蘊含之深層意義。本研究邀請到十六位新婚五年內，曾產生離婚意念，但仍留在婚姻中之參與者，進行半結構式的深度訪談，並以質性研究主題分析法對所蒐集到的文本資料，進行分析。

研究結果的主要發現如下：1.研究參與者浮現五項婚姻苦惱經驗之主題：「新婚轉變磨出苦澀滋味」、「關係問題不斷疊加累增」、「夫妻互動磋商，愈搓愈傷」、「期待渴望逐漸失落幻滅」，以及「底線遭踏，婚姻難再撐繼」。2.研究參與者在離婚意念產生之後，仍願意留在婚姻中，且繼續維繫婚姻的契機，則包括二個主題：「維持婚姻細思量」、「維繫婚姻見努力」。

研究也發現，婚姻苦惱係種因於婚前，顯現於新婚；而新婚此重要轉變階段，若轉變不順，問題便易發生，苦惱隨之浮顯。換言之，新婚苦惱交織於婚姻所處的環境脈絡與時空中，當個人期待落空，或是婚姻底線遭踏，婚姻便難以持守。而參與者的離婚意念萌生之際，亦是其婚姻韌性模塑之始。參與者的婚姻維繫得以出現新契機，使其繼續留在婚姻中，乃因婚姻的內在吸力、周遭助力與外在阻力俱存；而其個人的自我覺察與努力，更是夫妻互動與婚姻關係的改變關鍵。

本文最後針對新婚苦惱者之經驗與處境，提出對新婚苦惱者、婚姻教育工作者，以及婚姻/家庭研究者之建議。

**關鍵字：**婚姻苦惱、新婚、詮釋現象學、主題分析

# Marital Distress of Newlyweds in Taiwan

Lin, Shiow-huey

Department of Human Development and Family Studies

National Taiwan Normal University

## Abstract

The main purpose of this research is to explore the marital distress of newlyweds in Taiwan. In-depth qualitative interviews were conducted with sixteen newlyweds and sixteen transcripts were obtained. Thematic analysis was used to analyze the data. Two major findings were identified: 1. Regarding participants' distressed marital experiences, five significant themes were generated: "the new marriage transforms and turns bitter"; "relationship problems continuously accumulate"; "couples negotiate but hurt each other more"; "expectations gradually diminish and disappear"; and "the bottom line is stepped over and the marriage collapses". 2. Two themes appeared for the study on the turning point for the newlyweds who had ideas to divorce but were still willing to stay in and work on the marriage: "thoughts on keeping the marriage" and "efforts on keeping the marriage".

This study also discovers that marital distress originates before the marriage but manifests in it. A new marriage is a significant transformative moment. If the transformation is not smooth, problems arise so does distress. In other words, marital distress of newlyweds is weaved into the environmental and temporal threads the marriage is tied to. When personal expectations disappoint or the bottom line of marriage is stepped over, the marriage becomes difficult to maintain. However, when the newlyweds begin to contemplate divorce, it is also when the resilience of the marriage starts to form. The turning point for the divorce-inclined newlyweds to stay in the marriage depends on the internal attraction of the marriage as well as assistance and resistance around the newlyweds. The key to change the interactions and relationship of the couple is the newlyweds' self-awareness and efforts to keep the marriage.

Learning from the experiences of distressed newlyweds, this study provides fresh insights and proposes recommendations to distressed newlyweds, marriage counselors, marriage education practitioners, and researchers of marriage and family issues.

Key words: marital distress, newlywed, hermeneutic phenomenology, thematic analysis

# 目 錄

章節	內容	頁碼
<b>第一章</b>	<b>揭開序幕</b>	
第一節	研究動機.....	02
第二節	研究目的.....	05
<b>第二章</b>	<b>文獻回顧</b>	
第一節	新婚階段的意涵.....	08
第二節	新婚苦惱的實徵研究.....	13
第三節	新婚苦惱者維繫婚姻的保護因子.....	34
<b>第三章</b>	<b>研究設計與方法</b>	
第一節	研究方法之選擇.....	39
第二節	前驅研究.....	45
第三節	研究工具.....	47
第四節	研究參與者.....	51
第五節	研究資料蒐集與分析.....	65
第六節	研究嚴謹性.....	72
第七節	研究倫理的考量.....	75
<b>第四章</b>	<b>新婚苦惱經驗</b>	
第一節	新婚苦惱交疊顯 .....	79
壹	新婚轉變磨出苦澀滋味.....	79
貳	關係問題不斷累加疊增.....	103
參	夫妻互動磋商愈搓愈傷.....	124
肆	期待渴望逐漸失落幻滅.....	146
伍	底線遭踏婚姻難再撐繼.....	161
第二節	維繫婚姻現契機 .....	176
壹	維持婚姻細思量.....	176
貳	維繫婚姻見努力.....	192
<b>第五章</b>	<b>結論與建議</b>	
第一節	結論.....	211
第二節	研究貢獻.....	217

第三節	建議.....	219
第四節	研究限制與反思.....	222
<b>尾語</b> .....		224
<b>參考文獻</b>		
	中文部份.....	225
	英文部分.....	229
<b>附錄</b>		
附錄一	「新婚夫妻的婚姻經驗研究」訪談代邀信.....	241
附錄二	「新婚夫妻婚姻經驗研究」訪談邀請函.....	242
附錄三	參與研究同意書.....	243
附錄四	訪談日誌.....	244
附錄五	研究札記.....	245
附錄六	春桃婚姻故事之文本部分節錄.....	246
附錄七	主題分析與命名修改過程.....	248
附錄八	婚姻生活簡述及逐字稿檢核回饋函程.....	257
附錄九	“婚姻苦惱經驗主題、類型及維繫婚姻的契機”檢核回饋函..	258
<b>圖次</b>		
圖 4-1	新婚苦惱經驗與契機圖.....	78
<b>表次</b>		
表 3-1	研究參與者基本背景資料.....	53
表 3-2	訪談逐字稿舉隅.....	66
表 3-3	閱讀春桃婚姻故事之文本的初步省思.....	67
表 3-4	逐字稿標記/編碼/摘要和省思舉隅.....	68
表 3-5	編碼/摘要和意義單元節錄舉隅.....	68
表 3-6	文本再次閱讀與理解舉例.....	69
表 3-7	新增編碼與意義單元命名變更舉隅.....	70

# 新婚苦惱者婚姻經驗之研究

最美麗的路

詞/曲：劉坤榮

愛是一條不好走的路，它需要你不斷付出；  
若要有一生一世的幸福，就要有決心甘願讓步。  
有時會有風雨攔阻，有時會有病痛困苦；  
但若是願意彼此背負，即使再難也能克服。  
有時愛的有些辛苦，有時累的無法下廚，  
但若是願意彼此呵護，愛仍是一條最美麗的路。  
愛是一條不好走的路，它需要你每日維護；  
若有平安和喜樂同住，就要有耐心彼此堅固。  
有愛為藍圖有愛為基礎，愛仍是一條最美麗的路。

## 第一章 揭開序幕--為何不能「執子之手，與子偕老」

自 2003 年參與新婚教育工作以來，「最美麗的路」這首歌是我在每次帶領的新婚夫妻甜蜜營結束之際都要唱的歌。在歌聲中，夫妻在其他成員面前再次立下新的約定，兩人彼此承諾願意為著夫妻共同的目標而齊心努力，並接受其他觀禮夫妻的祝福。每次在這個單元活動時，我都可以看到那些夫妻臉上所流露出來的信賴神情與幸福笑容，我的內心也總是會湧出許多的感動。這首歌可以唱得美麗動人，是因為這些新婚夫妻乃倆倆彼此對唱，他們藉著歌聲表達相互期許與再次承諾，彷彿婚姻中的問題與困難在當下對他們而言，算不得什麼。

但在日常生活中，有時候會知道某位友人婚姻失和的事，有時候又會聽到某位老同學離婚的消息。最近有位同事向我提到其某位友人交往多年才結婚，但結婚不到兩年就離婚，讓她感到很震驚，也對是否要踏入婚姻感到猶豫。似乎不美滿或不快樂的婚姻比那些美滿或和諧的婚姻更容易讓人印象深刻，也更容易讓人慨嘆。難道一對新人步下立約的紅毯後，其愛情就必然開始褪色了嗎？

## 第一節 研究動機

### 壹、婚姻是最美麗的路？

因著自己童年經驗裡的父母關係不和諧，以及父親的猝然過世，使得我總是擔心關係的破裂，恐懼家人的分離。因此，在成年後面對自己的婚姻抉擇時，便自我期許一定要與未來的配偶共度一生，並且好好經營婚姻關係，將來要生孩子並給他們一個安全而穩定的家。但是在結婚後的實際婚姻生活中，卻發現在兩人分開兩地工作的情況下，要維繫親密關係已經很不容易了，又還要再去面對與配偶家人的關係，因此在剛結婚的那幾年總覺得自己是很辛苦的。所幸在後來的歲月裡，我對婚姻及家人關係的經營有更多努力和付出的機會，也花了數年時間投入相關領域的鑽研和學習，並且決定在他日若有機會時要從事婚姻教育。

這些年來，我與許多夫妻一起工作，常需在與一對夫妻工作的過程中，協助他們作更多的自我覺察與彼此瞭解，並且催化他們學習有效的溝通及問題解決技巧，以面對兩人關係中的難題或衝突，進而尋求改善或解決之道。在前來我工作的單位尋求婚姻輔導的夫妻當中，也有不少是新婚夫妻，從與他們接觸的經驗中發現，這些結婚至多五年的夫妻，有的關係仍非常親密，但卻對某些問題爭執不休，有的夫妻已開始對其相持不下的對立點苦惱不已，另有的夫妻則已滿是衝突怨懟。我常在想：為何信誓旦旦要「執子之手，與子偕老」的婚姻，對一些人而言是最美麗的路，對另外一些人可能是崎嶇困難之途，而對某些人來說，則又是所謂的“無盡悔恨”的路？

### 貳、相愛為何不能到老？

因著社會變遷的結果，適婚者當前的婚姻抉擇方式已多從「媒妁之言、父母之命」轉變為「自由戀愛」及「自行選擇」(伊慶春、熊瑞梅, 1994)。儘管大多數人的結婚對象是出自個人的選擇，但卻不一定帶來更好的婚姻互動，及更穩定的婚姻關係，以使人們可以在婚姻中終其一生，且幸福度日。我常在想，現今的婚姻不多半是在「愛，我願意」的情況下成立的嗎？原本不認識的一對男女不是經過交往認識才決定互許終身的嗎？婚姻不應是男女因著愛、信任，並認為對方具有自己欣賞的特質且值得自己交付一生而形成的結合嗎？雖然可能仍有適婚者是因壓力或退而求其次的心態而隨意結婚，但現今社會中被強迫的婚姻已屬少見。大多數人若不是在不得不的情況下進入婚姻，那麼為什麼有愈來愈多的人在新婚的頭幾年裡，就違反自己在婚禮中的堅定表白，而選擇離開婚姻關係呢？吸引兩人決定廝守終身的那些正向因素在婚姻生活中是否仍然存在？又在新婚的年歲中發生了什麼事，以致兩人關係快速惡化，乃至有一方或雙方考慮結束關係呢？



社會的趨勢、文化的轉換和其它方面的改變，使得現今婚姻面臨的壓力比從前更大。整體環境的改變導致現在比以前有更多的夫妻以離婚來作為結束其緊張或不愉快婚姻關係的手段（鄭維瑄等譯，2004）。夫妻在期待更多的愛情與激情的同時，卻也發現，婚姻不幸福時選擇離開似乎更容易，以致現代的婚姻比以往更不穩定（馬永年、梁婉華譯，2004，p.21）。事實上，婚姻苦惱的風險隨著婚齡而變化，西方研究發現約有 30% 的離婚發生在結婚的頭四年（Clarke, 1995）。以台閩地區過去每年的離婚對數來看，這二十年間國內離婚人口一路攀升，所以 2012 年的 15 歲以上離婚人口數（1,496,101）幾近是 1991 年的 15 歲以上離婚人口數（359,495）的四倍之多；十五歲以上人口的離婚率也從 1991 年的 2.37% 上升到 2012 年的 7.52%，兩項數字都創下二十年新高（內政部統計處，2013）。這些因夫妻關係失調或是不再令人滿意而導致的離婚率攀升，顯示出失功能婚姻正在逐漸增加中的警訊。而以離婚對數之結婚年數來看，至 2012 年離婚者之結婚年數仍以未滿 5 年者所占比例最多，為 28.70%（內政部統計處，2013）；此外，自 2007 至 2011 年這五年內，結婚年數未滿 5 年之離婚者共有 83,211 對之多（內政部統計處，2012a），亦即離婚人數高達 166,422 人。這顯示，雖然「自由戀愛」的婚姻已成為普遍的社會現象，但新婚夫妻在進入婚姻不久之後，選擇以離婚來處理其婚姻中之種種問題的情形仍不少。而這是否意味著新婚夫妻在婚後對婚姻生活和彼此互動所產生的問題或困難有更多的瞭解，認為繼續維繫不易，因而選擇離婚來結束婚姻關係？

綜合國內探討離婚原因的研究結果可以發現，個性上的差異、配偶有外遇、丈夫不願意負擔家計、婚姻暴力等是我國夫妻選擇離婚的主要原因（林惠瑛，1985；黃俊傑，1996；謝秀芬、馬宗潔、黃淑純，1989）。黃俊傑（1996）的研究更發現「婚前對婚姻的期望與婚後實際生活差距太大」亦是夫妻離婚的主要原因之一。然而，夫妻個性不合、丈夫不願意負擔家計，或是婚前對婚姻的期望與婚後實際生活差距太大等因素對夫妻所造成的衝擊與困擾，除了選擇離婚一途之外，有否其他可能的解決之道或出路？

### 叁、相愛容易相處難？

而在沒有離婚的新婚夫妻當中，是否都是幸福快樂，對其婚姻狀況感到滿意呢？沈瓊桃與陳姿勳（2004）針對中部八縣市的夫妻所做的研究結果顯示，夫妻在不同家庭生命週期的婚姻滿意度呈現下降的趨勢，亦即剛結婚及有學齡前子女的夫妻其婚姻滿意度最高，而長子女離家後的夫妻其婚姻滿意度最低。這是否表示某些婚姻的品質正在逐漸惡化當中，或已婚女性正過著對婚姻愈來愈不滿意的生活，因而離婚的念頭正醞釀在其心中呢？除了橫斷研究的比較之外，黃芳銘與蕭英玲（2011）的「婚姻品質與憂鬱傾向」研究，更是以貫時性研究的方式來瞭解新婚夫妻的婚姻品質在時間歷程中的變化情形。其研究結果初步分析顯示，不論丈夫或妻子，以新婚第一年的婚姻品質最佳，但快樂感、親密感、婚姻滿意度、及親密互動頻率皆隨著時間下降，尤其是在第一年與第三年的變化特別明顯。潛在成長模式的分析也發現，新婚三年婚姻品質逐年下降。換言之，不論

第一年婚姻品質的好壞，其互動的模式皆為直線下降。

痛苦的婚姻會對健康及生活造成嚴重的影響，婚姻裡的痛苦以及破壞性的衝突，是造成許多心理痛苦與精神機能障礙的主要危險因子（馬永年、梁婉華譯，2004，p.23）；而婚姻苦惱對夫妻之生理與心理健康有不良影響，有婚姻苦惱的個人，較容易經歷長期的悲觀、沮喪、不間斷的緊張、敵意，和多疑。而這些特質對身體健康有不良的影響，特別容易引發身體病症，如氣喘、關節炎、頭痛、消化性潰瘍，以及心臟的疾病等。公共衛生學者認為長期性的婚姻苦惱對健康的危害比吸煙還要更嚴重（Goleman, 1995）。此外，Forthofer 等人（1996）的研究發現：婚姻問題會降低工作生產力，特別是對男性而言；婚姻苦惱愈增多，在結婚頭十年的已婚男性愈難完成每日的工作。

婚姻問題也是引發憂鬱症的主要成因，而憂鬱症是目前社會上最常見的精神疾病之一（馬永年、梁婉華譯，2004，前言，p.24；蕭英玲、黃芳銘，2010）。不是每一個婚姻都可以帶給個人同等程度的社會整合、依附及支持，婚姻關係不佳者的心理困擾程度比沒有伴侶者還高（Ross, 1995），不幸福的婚姻是誘發憂鬱傾向的危險因子（Whisman, 2001）。不論是橫斷性或貫時性研究的結果，西方文獻都顯示婚姻滿意度與憂鬱傾向有關，當個人對婚姻關係愈不滿意，其憂鬱傾向的程度愈高（Proulx, Helms, & Buehler, 2007; Whisman, 2001）。以新婚及育有子女夫妻為樣本的研究亦顯示，婚姻滿意度與憂鬱傾向變化間的影響關係是雙向關係（如蕭英玲、黃芳銘，2010；Davila et al., 2003; Kouros, Papp, & Cummings, 2008）。Beach 等人（2005）的研究發現，夫妻情緒上的連結、支持與彼此幫助，以及配偶的可依靠性等等，都會降低個人憂鬱的可能性。批評、責備、拿離婚來威脅等行為，則會增加個人罹患憂鬱症的機率。

而新婚期間（特別是婚齡五年之內）夫妻婚姻適應狀況的良窳，是決定日後兩人是否能執子之手，白頭偕老的重要關鍵（張思嘉、周玉慧、黃宗堅，2008）。但社會與經濟的快速改變讓年輕人在進入婚姻後對於究竟該如何平衡夫妻兩人對工作/生涯、配偶、婚姻及子女的責任，以及該如何計畫自己和兩人的未來，都有更高的不確定性，甚至是互相衝突的期望。況且，婚姻涉及了兩個帶著不同家庭經驗以及不同學習行為模式和期望的成人結合且在一起生活，為要有效地發揮功能，夫妻需要解決這些無可避免的差異（Tallman, 2003）；也就是說來自不同家庭的兩個人在婚姻中可能有其不同的行為模式，其互動經驗究竟為何，是急需被瞭解的。

過去的研究大多將正面及負面的婚姻經驗視為同一個面向，而非獨立的概念來思考，但研究需要將正面及負面的婚姻經驗視為獨立的面向來檢視，方能了解婚姻關係的全貌，以及婚姻關係與個人發展的關連（黃芳銘、蕭英玲，2011）。國內過去對新婚夫妻的苦惱內涵與其互動經驗探討的相關研究，仍屬缺乏。國外截至目前為止的婚姻苦惱相關研究，雖有以新婚夫妻為探究對象者，但仍缺乏以其互動經驗與婚姻苦惱內涵為主

題的探討與陳述 (Clements, Stanley, & Markman, 2004; Davila, et al., 2003; DiLillo, Peugh, Walsh, Panuzio, Trask, & Evans, 2009; Durtschi, Fincham, Cui, Lorenz, & Conger, 2011; Graber, Laurenceau J-P., Miga, Chango, & Coan, 2011; Huston, Niehuis, & Smith, 2001)。而在新婚時，夫妻互動模式仍在形成的過程中，因此在婚姻初期階段的夫妻可能比在稍後階段時更具有延展性及可鍛鍊性 (Hawley & Olson, 1995)。因此，站在婚姻之預防教育工作者的立場，除了去瞭解婚姻長期穩定之夫妻的婚姻生活內涵之外，研究者更為關切、也極欲想瞭解的是，新婚夫妻在婚姻生活中如何開始產生抱怨且變得愈來愈不滿意，甚至感到苦惱或憂鬱；夫妻如何處理婚姻中的衝突與歧見，如何面對婚姻中的困難與失望；更重要的是，研究者欲探究新婚夫妻在面臨婚姻中的困境時，有否可能找出一條新路，在消極面，避免關係的持續惡化，以致走上離婚一途；在積極面，不但可以繼續維持其婚姻，更可以發揮兩人特質與強力的加乘效果，讓兩人在婚姻中互相成全，共同成長，而得以「執子之手，與子偕老」。

## 第二節 研究目的

根據以上動機，本研究的目的有二：

1. 瞭解新婚苦惱者的婚姻苦惱經驗。
2. 瞭解新婚苦惱者面對婚姻苦惱，繼續維持婚姻的掙扎與努力。



## 第二章 文獻回顧

生命的至樂

在於

相信自己被愛

~雨果 (Victor Hugo)

多數人在結婚時皆是滿心期盼要與配偶白頭偕老，但是近些年在政府部門之離婚者按結婚年數的統計資料中卻顯示，結婚未滿五年組的離婚對數所占比例持續維持最高（內政部統計處，2012a）。國內過去的研究雖一致顯示新婚夫妻在結婚頭幾年的婚姻滿意及婚姻品質呈現持續降低的情形（沈瓊桃、陳姿勳，2004；蕭英玲、黃芳銘，2006，2010；Huston, et al., 2004；Schramm, et al., 2005；Umberson, et al., 2005），有些學者也在其研究中指出新婚三、四年間是許多適應問題產生的時間，是最容易發生婚姻解組，亦即是離婚率最高的時期（張思嘉、周玉慧、黃宗堅，2008；Bradbury, 1998；Fisher, 1992）；然就國內最近五年內的離婚者之結婚年數結構比而言，2007年的最高離婚率出現在結婚三年至未滿四年（6.62%），2008年的最高離婚率出現在結婚四年至未滿五年（6.35%），2009年的最高離婚率出現在結婚二年至未滿三年（6.21%），2010年的最高離婚率出現在結婚一年至未滿二年（5.96%），2011年則屬結婚未滿一年者的離婚率最高（6.05%）（內政部統計處，2012a）。總括來說，相較於其它婚齡，國內結婚未滿五年的夫妻仍具有最高的離婚風險，雖然 Kreider 與 Field（2002）指出高離婚率是已婚夫妻之婚姻苦惱的重要指標，但至目前為止，我國新婚五年內的夫妻其婚姻苦惱為何，夫妻為何而離婚的原因，仍然不明。

再者，離婚率雖是婚姻苦惱的指標之一，但並非所有感到婚姻苦惱的已婚者都會訴諸離婚的手段來結束其婚姻中的痛苦，因此離婚率也遠低於婚姻苦惱在已婚夫妻中的盛行率（Kreider & Field, 2002; Snyder, Whisman, & Beach, 2009）。周麗端與唐先梅（2007）針對不同世代女性婚姻抉擇的研究亦發現：即使對婚姻感到滿意的婦女，也有將近七成的人曾經經歷過想要離婚，但卻沒有真正採取離婚行動；而已婚婦女之所以依然選擇維持婚姻，“為了孩子”是其最主要原因。只是，兩個相愛的人自進入婚姻後，生活中究竟遭遇了什麼樣的經驗，夫妻互動中又是發生了什麼事，以致他們愈來愈對婚姻感到不滿意，到一個地步，產生婚姻苦惱，甚至心生離婚的念頭，或毅然決定選擇分手？是結婚前便已經發生的困難持續到婚後？或是他們結婚後才發現相愛容易相處難？或是他們覺得結婚後，相對於他們的付出，從婚姻中獲得的實在是太少，少到令他們無法接受？究竟是何原因，仍有待釐清。

新婚夫妻在婚後的種種適應不良情形，國內外有許多以婚姻調適不良、婚姻不滿

意，以及以婚姻不穩定為主題的研究，在探究婚姻苦惱的相關研究之前，實有必要先行回顧上述幾類相關研究。因此，本章就新婚階段的意涵、新婚苦惱的實徵研究，以及新婚苦惱者維繫婚姻的保護因子等三方面做文獻上的回顧，以建構本研究設計的基礎。而跨國婚姻有其特殊影響因素，不在本研究範圍內，因此文獻回顧將略去此部分。

## 第一節 新婚階段的意涵

### 壹、婚姻歷程是一連續過程，過去的生活經驗影響現在

#### 一、婚姻 ~ 個體生命的續航

個體結婚可以代表其從青少年階段進入成年生活，航向新的社會脈絡的一種轉變，並在此轉變中獲得機會以建立自己為獨立於原生家庭之外的個體 (Arnett, 2000)。而個體進入婚姻的轉變需要完成諸多的發展任務，例如形成一新的婚姻系統、調節與擴展家庭的關係，以及發展有效的衝突解決技巧等。而階段與階段間的轉變會增加個體的壓力，進而對家庭系統構成解組的威脅 (Haley, 1973)。但當一個家庭在尋求獲得新的平衡時，其中的成員結婚也可能提供較多的改變機會 (Hawley & Olson, 1995)。

婚姻關係是由夫妻兩人之個人特質與生命歷程交織而成。成為夫妻並非靜態的現象，而是揉合複雜的個人狀態與家庭動態發展特性之轉折。從社會心理角度看是同時受個人生活中的事件與過程所形塑，其角色的意義與行為受到生活事件的心理與社會發展所影響，可以說是沿著個人發展連續的生涯軌跡 (Troll, 1985)。當夫妻為了個人與集體的福祉而愈來愈依賴彼此間的交換與互動時，他們對其配偶的評估便較依靠夫妻交換的結果，而非父母或其它外在的影響；也就是說，與配偶在結婚頭兩年裡的親密關係，其影響大過來自原生家庭的影響，亦即在發展婚姻關係的過程裡有一創造新連結、除掉舊連結，並產生新關係面貌的過程 (Tallman, 2003)。

早期生活階段的關係、事件與歷程都會對後來生活中的關係、過程及結果產生影響 (Putney & Bengtson, 2003)。個體生活與家庭過程也鑲嵌在社會與歷史的脈絡裡，個體發展形塑了在家人關係這最立即之脈絡中的互動，而其發展也受此互動所形塑；這些關係影響了更大的社會、經濟與文化的事件和情境，但相對地也受到這些事件與情境的影響 (Putney & Bengtson, 2003)。個體在一特定情境中選擇某些行動的歷程乃是立基於個體在相似情境中的先前經驗 (Tallman, 2003)。更且，個體所採取的每個行動都伴隨著對環境中之其他人會如何回應這行動的期望 (Donahoe & Palmer, 1994)。

Elder 及其團隊的研究重複地展示出，人們沒有能力去適應其生命歷程中的變化情境，大部分是因被他們在原生家庭中的先前歷史所影響 (Caspi & Elder, 1988)。因此，

原生家庭的早期經驗會影響個體形成並維持成功之婚姻關係的機會，而且個體解決其婚姻問題的能力最初是學習自其原生家庭中；更且，夫或妻與其父母的關係品質影響了他們是否準備好要以正向觀點來看待配偶的特質與行為，因而使他們能夠經驗來自配偶的強烈吸引（Tallman, 2003）。Parker（2002）的研究指出，夫妻從原生家庭分離並解決和原生家庭間的衝突是維持婚姻持久的要素之一。而當個人有能力用正向情緒去面對衝突時，可預測的夫妻將來的關係健康（Driver & Gottman, 2004）。

## 二、進入婚姻軌跡多元

在親密關係中，除了男女直接結婚的形式之外，有些情侶透過訂婚階段，而進到婚姻中，另有些人則是選擇未婚同居的形式。Giddens（1992）認為同居者所重視的是私密關係的滿足，同居被視為是較前衛的關係模式。但在同居伴侶中，並非全部不想進入婚姻，反而是因為期待走入婚姻生活，但因擔心婚姻關係太脆弱，對婚姻生活充滿不確定感，因此想先同居，以便了解兩人是否合適共同生活（Bumpass, 1990）。實際上，有愈來愈多的人在同居階段已開始展開婚姻生活般的雙人關係。

在美國，初婚是從同居關係延伸而來的比例從1980至1984年間的46%，增高到1990至1994年間的近60%（Smock, 2000）。在國內，蕭英玲、沈慶鴻（2001）的「台灣婚姻初期發展歷程之研究」發現：在181對新婚夫妻中，有43對夫妻在婚前已經同住（約24%）；有130對（72%）新婚夫妻在婚前已有性行為，絕大多數皆發生在訂婚前（若有訂婚儀式的話）。另根據簡維昌（2009）的調查研究指出，年齡介於20-45歲的未婚者，其同居經驗比例也高達22.2%。但同居現象在台灣社會的比例可能遠高於此，為符合社會期望，研究參與者可能顧慮到保守的社會價值觀與規範，而隱匿其同居事實。

## 三、婚前或新婚懷孕加添新婚變數

蕭英玲、沈慶鴻（2001）的「台灣婚姻初期發展歷程之研究」結果發現181對新婚夫妻的結婚時間從2個月至9個月不等，平均月數為4個月，但其中有21對夫妻已有小孩，48位妻子已懷孕，有小孩夫妻和妻子懷孕的夫妻比例約佔全數夫妻的38%，顯示婚前懷孕的情形不少。而蕭英玲（2012）的「新婚前三年夫妻婚姻滿意度的變化與其影響因素」研究也發現在128對夫妻樣本中，有23對夫妻在新婚三年內已有小孩，另有49位妻子已懷孕，顯示在新婚三年內夫妻有小孩和妻子懷孕的夫妻達全數樣本夫妻的56%以上。

再從國內的政府統計資料來看，2011年國人平均女性初婚年齡為29.4歲（內政部統計處，2012b），生育第一胎的生母平均年齡為29.9歲（行政院主計總處，2012）；就女性平均初婚年齡與生母平均年齡這兩個數字非常接近的情形來看，雖無法斷言大部分的夫妻一結婚便有小孩，但仍可以推斷新婚階段的夫妻已擁有至少一名子女的可能性是

愈來愈高的（不論是婚前生子、同居生子或蜜月期懷孕所致），而這也將使得新婚階段與初為人父母階段的發展任務產生疊加現象或使新婚適應階段的期間被壓縮，而增加了新婚適應的困難度。

## 貳、新婚階段的發展任務疊加為人父母階段的發展任務

新婚階段的界定有兩種考量，一是子女的出生為界定依據，如 Duvall (1957) 所提出的家庭發展理論，便界定新婚階段為：「從結婚至第一個子女出生的這段期間」；二是以結婚的年數為界定依據，國內外以新婚夫妻為對象的相關研究，將新婚界定為結婚一個月內至六年不等，包括一年以內（張思嘉，2001b；2009；張思嘉、周玉慧，2004；蕭英玲、曾秀雲，2005；Davidson & Moore, 1992；Haws & Mallinckrodt, 1998；Knudson-Martin, et al., 1998；Quinn & Odell, 1998）、二年（林亞寧，2002；吳秀敏，2004；Huston, et al., 2001）、三~四年（陳靜宜，2001, 2006；楊淑君，2004；蔡沛婕，2001；蘇奕勳，2003；蕭英玲，2012；蕭英玲、黃芳銘，2010；Johnson et al., 2005；Kurdek, 1991b）、五年（利翠珊，1995；翁昭萱，2012；張思嘉、周玉慧、黃宗堅，2008；Hanzal & Segrin, 2009；Kurdek, 1993），及三~六年（梁翠真；2005）。

Duvall (1957) 認為就家庭發展的觀點來說，新婚階段的發展任務主要包括幾個重要面向：建立相互滿足的婚姻關係、建立維持家庭運行的規則、融入因婚姻關係而建立的親屬關係，以及準備為人父母等；而其具體任務又可分為：配偶兩人每日生活的相互調適、建立成人配偶的新認同、對新的親戚關係的調適，以及可能開始期待第一個孩子的來臨與對懷孕的調適（藍采風，1996）。Thomas (1992) 認為個體從獨立的成人階段轉變為已婚者階段的重要發展任務為：藉著學習妻子或丈夫的角色來建立婚姻。而在婚姻建立階段的夫妻任務則包括了：1) 夫妻之間透過交談彼此的喜好來適應婚姻，並學習協調的方法；2) 化解雙方的歧見或衝突；3) 在事業方面略有斬獲；4) 建立及佈置房屋，負擔房屋貸款；5) 發展姻親關係；6) 建立原生家庭和自己建構的小家庭之間的心理界線；7) 商議家庭計畫，決定是否及何時生育子女；8) 準備懷孕及成為父母；9) 珍惜並支持配偶。

林如萍 (2001) 提出新婚階段之婚姻發展任務，並將此十項發展任務歸納為「夫妻雙人關係的適應」、「家庭生活的調適」、「社會參與」等三大類。其中「夫妻雙人關係的適應」類的發展任務最多項，包括了：建立婚姻與家庭角色、提供配偶情感支持、調適彼此的性格、協商性別角色、性生活的調適，以及發展溝通技巧。「家庭生活的調適」類的發展任務包括了：協調家庭與工作、管理家庭收支財務，以及建立親屬關係。至於「社會參與」類的發展任務則是指：參與社區活動。

綜合以上國內外學者的看法，新婚階段的婚姻發展任務大致可分為 1. 「夫妻關係適應」 - 包括建立成人配偶的新認同、建立婚姻與家庭角色、每日生活的相互調適、提



供配偶情感支持、調適彼此的性格、協商性別角色、性生活的調適、發展溝通技巧、化解雙方歧見或衝突，以建立相互滿足的婚姻關係。2. 「家庭生活適應」- 包括建立維持家庭運行的規則、協調家庭與工作、管理家庭收支財務，以及安排夫妻住所。3. 「親屬關係適應」- 包括建立原生家庭和自己建構的小家庭之間的心理界線、發展姻親關係、對新的親戚關係的調適。4. 「為人父母準備」- 包括決定是否及何時生育子女、開始期待第一個孩子的來臨、對懷孕的調適。5. 「社會參與」- 指參與社區活動。

依據家庭發展理論的觀點，家庭建立期中的新婚階段，是所有發展階段的起始。夫妻在此階段的家庭發展任務若能適度地達成或調適，則能順利地進入下一個階段；反之，若新婚夫妻無法適當地因應該階段的發展任務，則到了下一階段就較可能產生難以適應的情況。

在第一個子女出生之後的這段時期被稱為「養育幼兒階段」，即第一個孩子自出生至未滿 36 個月的期間，這可說是為人父母的重要轉折與準備階段。夫妻在這段期間應擁有的技能主要包括對新的父母角色之適應、學習為人父母的各種技能、夫妻與父母角色之協商，以及對事業與前途之適應（藍采風，1996）。唐先梅（2005）指出為人父母轉變階段的任務包括四方面：新的父母角色學習與適應；家務分工的重新調整；子女教養態度的協調；工作與家庭的重新調適（周麗端等人編著，2005）。就此看來，新人踏入婚姻後所需適應的課題，除了新婚階段的適應課題之外，很有可能會再加上養育幼兒階段的適應課題，而使其適應課題更加多元且複雜。由於子女的出生意味著家庭內一新次系統的增加，因此不論新手父母原有的夫妻關係與社經水準為何，他們勢必都將經驗到巨大的壓力；而女性除了照顧子女之外，其家務工作負荷相對亦更加沉重，這些情況會使得夫妻疏離感、對家務分工的不滿意，以及夫妻衝突都愈來愈多（Cowan & Cowan, 2000）。

### 參、新婚互動的惡因始自婚前經驗

Clements、Stanley與Markman（2004）指出，婚姻苦惱及離婚的種子早在夫妻們說“我願意”之前就已種下。Huston（1994）的研究指出，在婚前即有高度衝突的伴侶，結婚後也有較多衝突。國內張思嘉（2009）的研究亦指出：婚前不穩定關係類型的夫妻比婚前關係較為穩定的其他類型夫妻更容易在婚後發展出逃避問題、單方順應或互不讓步等負面或消極的婚姻適應模式，並成為日後婚姻可能解體的危險群。而在國人習俗中，交往中的情侶在交往階段之後，步入婚姻之前，往往會先有訂婚的儀式，徐玉青、卓紋君（2003）的研究發現：有的夫妻在訂婚階段便已產生衝突，例如：伴郎、伴娘人數的安排、宴客的安排、習俗的配合，與收取聘金的議題等。而在這些議題中，雙方父母對婚事的意見常是訂婚情侶衝突的導火線，面子文化也在此顯現。

當適婚男女進入婚姻後，其所處的新婚階段必須面對許多挑戰，因而新婚互動與調

適更顯重要。所謂婚姻調適是指夫妻雙方相互影響、改變其態度與行為，以達人際與環境間和諧之一連續不斷的歷程，而新婚調適是指婚姻調適的漫長過程中，家庭初成立階段的婚姻調適過程（楊淑君，2004）。不論新婚者進入婚姻後是否很快擁有子女，新婚夫妻在結婚頭幾年裡的生活與互動模式皆會建立起影響其長期婚姻關係之品質與穩定度的互動軌跡（Huston et al., 2001; Huston & Houts, 1998; Karney, Bradbury & Johnson, 1999; Veroff, Douvan & Hatchett, 1995），亦即在關係早期發展出的模式對個人和雙方的婚姻結果都很重要（Cutrona, Russell & Gardner, 2005）。一旦夫妻之間的關係不良，夫妻負面的行為及情緒容易相互影響，導致婚姻衝突節節升高，容易成為其主要的壓力來源（Horwitz, McLaughlin, & White, 1997）。而新婚階段的特性更在於新婚夫妻在關係品質上會經驗到較劇烈的變化，此階段的婚姻關係較難以維持，其關係瓦解的危機很高，是已婚者中的離婚高危險群（Cherlin, 1992; Quinn & Odell, 1998）。

每個婚姻都是獨特的，因為每一對夫妻的人格特質、所處背景脈絡和文化規範、原生家庭經驗，以及所經歷的生活事件可能都是同中有異、異中有同。而其種種影響因素交互作用的結果便交織出一篇篇不同的婚姻樂章，因此在結婚後所發展出來的婚姻互動與調適結果也不盡相同。雖然一般認為新婚夫妻充滿幸福感，仍有研究指出某些婚姻一開始就是不滿意的關係（Huston, Niehuis, & Smith, 2001）。而已有研究指出夫妻在新婚階段的問題或困難其實是婚前便已發生或經驗到的狀況，例如夫妻婚前互動的類型及處理歧異的方式可能會延伸到婚後（Huston, 1994）。另外，婚前錯誤的選擇或婚前沒有協調好的歧異亦可能延伸至婚後，成為雙方婚姻問題的導火線；再者，婚前個人或關係中的問題若未能有效地處理，將使負面情緒繼續累積，終將影響婚後夫妻彼此間的調適（張思嘉，2009）。

更且，國內外研究皆發現在新婚階段的婚姻調適過程中，有許多新婚夫妻的婚姻調適不佳（楊淑君，2004；蕭英玲、曾秀雲，2005；Kearns-Bodkin & Leonard, 2005；Schramm, Marshall, Harris, & Lee, 2005；Umberson et al., 2005）。若未能在婚姻初期因著有所覺察而改變其衝突因應和溝通方式，或者是及時獲得協助，這些夫妻便可能逐漸對婚姻感到不滿意，進而落入婚姻苦惱。因此新婚階段夫妻關係的發展可能走向幾種婚姻結果

（marital outcome）。就幾個對新婚階段所進行的貫時性研究來看，新婚夫妻經過數個月或數年之負向夫妻互動和婚姻生活的衝擊後，可能選擇離婚、分居或仍留在關係中；而仍留在婚姻關係中的個體，對婚姻可能仍感到不滿意、不快樂或苦惱（Bradbury, Cohan, & Karney, 1998）。

## 第二節 新婚苦惱的實徵研究

近些年來，國內外針對新婚階段婚姻互動的不良層面進行了為數不少的研究，不同研究的探討使用的概念不盡相同，有的研究使用婚姻調適不良，有些使用婚姻不滿意，有的使用婚姻不穩定，或是婚姻衝突；而有些國外的研究更直截了當，或經過臨床上的篩選，而使用婚姻苦惱。由於這些研究所探討的概念相近似，再加上婚姻苦惱可以看成婚姻長期不滿意或婚姻嚴重不適應的一種表徵，因此在某種程度上，這些研究的結果與發現多少隱含新婚者婚姻苦惱的內涵在其中，可協助本研究對於國內外新婚者婚姻調適不良經驗的相關了解。因此在本研究中一併討論之。以下便以個體層次、親密關係互動層次、家庭層次，以及結構脈絡層次，來分別整理國內外新婚階段的婚姻苦惱相關實徵研究結果，以作為本研究之先備知識基礎。

### 壹、婚姻苦惱 (marital distress) 的定義

#### 一、婚姻苦惱的特色

##### (一) 婚姻苦惱不只是情緒苦惱

Chin (2009) 在其“母親安慰兒童苦惱情緒的觀點”研究中指出，兒童的苦惱情緒 (distress) 係由生活中的苦惱事件 (distressing events) 所引起。Amato 與 Booth (1997) 則指出，心理苦惱 (psychological distress) 反映出個體內心焦慮與沮喪的感受。而 Conger、Rueter 與 Elder (1999) 在其「在經濟壓力下之夫妻韌性」的貫時性研究中探討經濟壓力、婚姻苦惱、夫與妻的情緒苦惱與婚姻衝突以及其後的婚姻苦惱之間的關係，並界定「情緒苦惱」(emotional distress) 為「沮喪的情緒狀態、焦慮症狀及生氣或敵意的感受」。該研究將「婚姻苦惱」界定為：「夫妻對其婚姻所做的負向評估，例如認為其婚姻處於麻煩中，或正在考慮離婚或分居」。從 Conger、Rueter 與 Elder (1999) 的研究及對相關概念的定義中可以得知「婚姻苦惱」與「情緒苦惱」係不等同的概念，雖然婚姻苦惱也涉及了感受，但在感受之外，還包括了認知、想法和對生活事件的評估考慮。

Sabatelli 與 Chadwick (2000) 也認為當人們提到苦惱的婚姻 (distressed marriage) 時，「苦惱」(distress) 這詞所指涉的與個體對其一生之伴侶關係 (lifetime partnership) 的經驗 (experiences) 或信念 (beliefs) 有關。他們認為「婚姻苦惱」“marital distress” 這概念有其界定上的特色，他們使用「苦惱」(distress) 這詞來指稱在婚姻關係或近似婚姻關係 (marriage-like relationship) 中的任一方或雙方逐漸相信他們的關係受苦於一些為期長久且已威脅到其關係穩定性之嚴重問題的所有情境或情形。極端的苦惱係立基於婚姻中的不幸福與不滿意感受，而這些不幸福與不滿意的感受，通常起因於夫妻在婚姻關係中對日常困難的處理不當。因此「苦惱」可以被視為是不斷地抱怨導致的衝突，

以及沒有能力以促進夫妻凝聚力和親密感的方式去處理這些衝突。而「婚姻苦惱」的核心是夫妻對日常生活中所遭遇到的問題和困難處理不當，當這些日常生活中的困難持續被不當處理時，苦惱就會產生（Sabatelli & Chadwick, 2000）。

## （二）婚姻苦惱不只是抱怨與衝突

Lebow（2002）認為婚姻苦惱和與大部分人在婚姻生活中所經驗到的高低起伏是兩種不相同的狀態。Sabatelli 與 Chadwick（2000）亦認為有必要區分婚姻苦惱與抱怨和衝突不同，他們將抱怨與衝突視為是所有親密關係中需要去處理的日常困難。這些抱怨與衝突的存在並不一定意味著夫妻對其關係不感滿意。只要能夠適當的處理，這些日常生活中的困難，並不會演變成婚姻關係中的大問題。苦惱與抱怨和衝突不同，只有當抱怨不斷地持續，且不當的衝突處理不斷地累積，以及相信夫妻關係事實上已經被威脅關係存續之問題所掌控時，個體才會感到苦惱。

但有些婚姻生活中的抱怨其實是關係苦惱的核心。Sabatelli 與 Chadwick（2000）認為在每個夫妻關係中的個別個體對其關係的抱怨可能是很不一樣的，而且不同個體的婚姻抱怨對其整體關係經驗的衝擊也各不相同。有些抱怨，即使是長期的抱怨，也不一定會是個體對關係感到苦惱的來源，但有些抱怨卻可能是關係苦惱經驗的核心問題。亦有學者認為在夫妻關係中，有許多婚姻熱點“marital hot spots”或共同性的議題會成為夫妻抱怨的焦點，包括：對家務分工、子女養育、空閒時間的運用（獨處或共處）、消費方式、性生活，以及親密對獨立的需求等（Hochschild,1994; Tannen, 1990）。

## 二、婚姻苦惱的界定

婚姻苦惱不只是情緒苦惱，也不只是抱怨與衝突，那麼婚姻苦惱是什麼？Corsini（1987）在其編著的「心理學百科全書」（*Concise Encyclopedia of Psychology*）中對「婚姻苦惱」的說明為：「婚姻適應不良到一個程度，導致夫妻主動考慮是否要結束婚姻關係」。Corsini（1994）在其所編二版的「心理學百科全書」（*Encyclopedia of Psychology*）中則增加地指出，「婚姻苦惱」可視為是「夫妻任一方經驗到溝通與問題解決方面的困難，發現兩人很難一起生活或解決衝突，並且難以接受彼此差異的情況，而其長期結果是覺得婚姻遭遇嚴重的問題，幾乎無法維繫親密關係，或已威脅到其婚姻的穩定程度，以致夫妻中有一方主動尋求婚姻諮商輔導或婚姻治療，以求改善婚姻關係」（Corsini, 1994）。

Jacobson & Christensen（1996）亦曾對婚姻苦惱（marital distress）定義為：「已婚者經驗到與配偶在溝通與解決問題上有困難，發現很難和配偶一起工作，也很難接受彼此的差異的那些情況。」而 Fincham、Beach 與 Kemp-Fincham（1997）對「苦惱的婚姻」（distressed marriage）的界定是：當一對夫妻對其婚姻的評估是高度負向的時候，

這就是所謂的「苦惱的婚姻」。Lebow (2002) 則認為每位已婚者多少都會經驗到婚姻中的困難；但對某些人來說，這些困擾到達某種程度，使得夫妻對婚姻變得非常失望和沮喪，而且甚至可能開始懷疑自己是否想要繼續維持這個婚姻。在苦惱的婚姻中，人們對其婚姻壓根兒覺得不滿意。對關係的失望並非偶爾發生，而是一種經常性的狀態。而婚姻陷入苦惱的其它徵兆還包括了：夫妻經常性的爭吵未獲解決、彼此互相失去好感覺、失去友誼、失去性關係和活力。而且夫妻停止對對方好，且停止溝通，事情變得愈來愈糟。Huston 等人則歸納式地認為 (2001) 婚姻苦惱是婚姻一開始即有之問題的最後結果。

美國婚姻與家族治療協會 (American Association for Marriage and Family Therapy, AAMFT) 在其官方網址上對婚姻苦惱的定義是「已婚者多少都會經歷一些婚姻中的困難，但對有些人來說，這些困難已達到一個點，就是夫妻任一方對他們的婚姻感到極大的失望和沮喪，甚至懷疑這婚姻是否要繼續維持下去。」另有些婚姻苦惱研究所探究的主題同樣亦包括了夫或妻對於“夫妻分居的討論”以及“是否有離婚念頭” (Cutrona et al., 2003; Grable, Britt & Cantrell, 2007; Kurdek, 1991b; 2003)。過去以來，在此領域的諸多研究大都沿著區別婚姻苦惱夫妻 (distressed couples) 與無婚姻苦惱夫妻 (non-distressed couples) 的這個主軸 (Corsini, 1987)，也有許多相關且複雜的行為觀察技術及資料分析程序被發展出來，這些行為技術試圖將不完美的婚姻互動所導致的婚姻苦惱概念化 (Corsini, 1994)，並以測量工具的某個分數作為截斷點，總分低於或高於某個分數的個人被界定為苦惱者，或對體 (dyadic) 適應不良 (或稱婚姻不滿意或稱婚姻苦惱) 的夫妻或伴侶。

綜合以上學者們對婚姻苦惱的看法，研究者將「婚姻苦惱」的定義整理為：「當已婚者的婚姻適應不良到一個程度，經驗到與配偶在溝通與解決問題上有很大的困難，也很難接受彼此的差異，並且對婚姻經常感到很大的失望和沮喪，且對其婚姻的評估高度負向，以致開始懷疑這婚姻是否要繼續維持下去，甚至主動考慮是否要結束婚姻關係。」

## 貳、婚姻苦惱的多面向特質

婚後感到苦惱或離婚的夫妻在新婚階段就有較不滿意的關係 (Huston, Caughlin, Houts, Smith, & George, 2001)。Schramm 等人 (2005) 針對 1010 位新婚者所進行的研究發現：在新婚的最初幾個月中，有 8% 的男性研究參與者及 14% 的女性研究參與者，在婚姻滿意與婚姻適應量表上的評量結果已經可以被歸類於婚姻苦惱者。許多研究指出夫妻苦惱 (couple distress) 與個體及關係的多面向特質有關，Snyder 等人 (1995) 對此提出一多面向的評估模式，此模式係由五個重疊的領域所構成 (包括認知的、情感的、行為的、人際關係的，以及結構/發展的)，且操作在五個系統層次 (個體的、對體的、核心家庭的、擴展家庭的，以及社區/文化的系統)。基於 Snyder 等人 (1995) 的評估模

式，以及華人文化的特徵，以下便以個體層次、親密關係互動層次、家庭層次，以及結構脈絡層次，來回顧過往的婚姻苦惱研究發現。

### 一、 個體層次

Hanzal 與 Segrin (2009) 指出：與婚姻調適歷程相關的個人心理變項是過去研究婚姻苦惱的主要研究重點之一，婚姻調適歷程會受到個體持久脆弱性的部份影響，同時也是婚姻品質的最佳預測因子，亦即它是婚姻穩定與否的原因。而「持久脆弱性」指的便是新婚夫妻帶入婚姻中的個人穩定特質，不同背景和性格的人對不同意見、婚姻困難或階段轉變的處理能力各有差異。Huston 等人 (2001) 的研究亦指出婚姻苦惱是婚姻一開始即有之所有問題的最後綜合結果，而這些問題可能根於雙方的個別差異（如：神經質之類的人格特質）。回顧過往新婚苦惱實徵研究可發現屬個體層次的面向特質包括：負向情感、負向認知，以及不佳的調適策略。

#### (一) 負向情感

負向情感 (negative affect) 包含了一些苦惱情緒，有此特質的新婚者通常很容易有情緒反應，對逆境會以表達出生氣、焦慮、厭惡、尷尬、無助及/或難過等感受來反應；而且負向情感表現在負向互動上，因此與較低的婚姻滿意有關 (Davila, Karney, Hall & Bradbury, 2003)。Hanzal 與 Segrin (2009) 的研究亦發現，不論男女，具有負向情感特質的新婚者較易焦慮、感到沮喪/憂鬱、較易感受到較大的壓力，且較容易使用失功能的衝突解決型態。Johnson 等人 (2005) 以 172 對新婚夫妻為樣本，檢視夫妻問題解決互動中的特定技巧和情感表達與婚姻滿意度之四年中八波軌跡的關係；研究結果亦顯示，新婚夫妻相互顯露的負向情感包括生氣、輕視、發牢騷、沮喪/憂鬱、焦慮。Caughlin 與其研究團隊 (2000) 針對新婚夫妻進行為期 13 年、共四波之貫時性研究，結果發現新婚夫妻的負向性與配偶的婚姻不滿意有關連性；即使不考慮夫妻的負向性，夫妻一方的焦慮特質也對另一方的婚姻滿意有影響。新婚者的焦慮特質也與其自身的婚姻滿意度有關。新婚者個人的焦慮特質對婚姻最初階段的不良影響是明顯的，且隨著時間的經過，其負面影響依然對婚姻滿意度產生減弱作用。

Hanzal 與 Segrin (2009) 以「脆弱-壓力-適應」模式 (Vulnerability-Stress - Adaptation Model, 簡稱 VSA model) 來檢視 194 對新婚五年內夫妻的負向情感、衝突解決形式與其婚姻滿意的關係，研究結果發現在前五年婚齡中，妻子的負向情感 (包括生氣、輕視、發牢騷、沮喪、焦慮) 明顯與其本身和丈夫的較低婚姻滿意有相關；然而，丈夫的負向情感只與他們本身較低的婚姻滿意有相關。Graber 與其研究團隊 (2011) 的新婚研究亦發現不論男性或是女性，新婚夫妻在其負向互動脈絡 (衝突) 中被引出的負向情緒 (輕蔑) 是其關係品質與穩定性的獨特預測指標。而另一項針對新婚夫妻對衝突形態之知覺與其婚姻滿意之關係的研究則是發現，在婚姻初期，不論是行為的主導者或目標對象，

負向性和敵意對夫和妻的滿意度都有害（Segrin, Hanzal & Domschke, 2009）。

在憂鬱情緒方面，黃芳銘與蕭英玲（2011）的研究發現：夫妻知覺到生活調適、時間安排及姻親關係的衝突與夫妻憂鬱情緒、身體問題，及人際問題大部分有顯著相關。該研究還進一步指出：夫妻在新婚第一、三年發生憂鬱情緒的頻率上有明顯的差異，妻子較容易有憂鬱情緒。由於新婚夫妻的婚姻苦惱會影響其憂鬱症狀，反之亦然，Karney（2001）認為這婚姻苦惱與憂鬱症狀這兩個變項是雙向的關係。Davila 等人（2003）以 164 對新婚夫妻為樣本，在 4 年內進行 8 波的資料收集，研究結果也驗證了婚姻滿意與憂鬱症狀之間雙向關聯性的存在，亦即新婚夫妻的憂鬱症狀程度較高者，較感到婚姻不滿意，其婚姻苦惱較多；其婚姻苦惱較多者，其憂鬱症狀的程度亦較高。

而究此現象可能的原因，Lennon 與 Rosenfield（1994）認為：女性婚後同時要承擔家庭及工作的角色，二者的角色衝突讓女性較容易感受到壓力與緊張，因此女性的情緒會較為憂鬱。而在新婚夫妻憂鬱傾向與其負面婚姻經驗的關係方面，黃芳銘與蕭英玲（2011）的研究還指出：丈夫第一年負面婚姻經驗與第二年憂鬱傾向有顯著相關；妻子負面婚姻經驗與憂鬱傾向的相關性較強，尤其是第一年負面婚姻經驗與第二年憂鬱傾向，以及第二年負面婚姻經驗與第三年憂鬱傾向大部分有顯著相關。對新婚的女性來說，其婚姻苦惱與配偶的憂鬱程度呈顯著相關（Sandberg & Harper, 2000）。新婚妻子的憂鬱症狀會調節生活事件與婚姻結果的關聯性，亦即新婚妻子的個人憂鬱程度較高者，其報告的生活事件愈多，愈感到婚姻苦惱；報告較多生活事件的妻子也報告較多的憂鬱症狀，而較多的憂鬱症狀預測了夫妻的較不滿意（Cohan & Bradbury, 1997）。

再者，在苦惱婚姻中的夫妻並非都是第一次顯現憂鬱症狀；事實上，在婚姻中經驗到憂鬱的人可能在其成年前期、或在擇偶、結婚、以及形成家庭的過程中，便已出現憂鬱症狀（Coyne & Benazon, 2001）。

此外，Karney & Bradbury（1995）指出：增加關係苦惱的三項人格特質包括了神經質、易怒傾向、低自尊。而神經質這個人格特質常與負向情感交換使用，在研究上通常以測量負向情感作為神經質的指標（Hanzal & Segrin, 2009）。Rogge 等人（2006）的新婚苦惱研究發現：在婚齡 18 個月時，敵意和神經質能預測婚姻的不滿意，顯示這些因子較快且較早降低了婚姻功能；亦即新婚夫妻的敵意傾向和神經質對關係滿意的破壞比溝通不良還要快速。Davila 等人（2003）以 164 對新婚夫妻為樣本，在四年內進行八波的資料收集，研究結果則是發現：神經質強化了婚姻苦惱對夫妻憂鬱症狀的影響效果；也就是說，在新婚夫妻中，高神經質的人在婚姻苦惱時會有很高的風險去引發憂鬱症狀及婚姻失功能的循環，因為高神經質的夫或妻在面對壓力情境時，例如婚姻問題，容易經驗到強烈的情緒反應，因而較多煩躁不安；因著婚姻苦惱而來的憂鬱症狀在高神經質的夫或妻中也特別具有高度風險。

而 Karney 與 Bradbury (1997) 一項針對新婚夫妻之人格特質與婚姻互動的四年貫時性研究則是發現：新婚夫妻的神經質特質與其婚姻滿意度的關聯性只在婚姻初期顯著，隨著婚姻的時間進展，可觀察到的夫或妻在兩人互動中的行為成了配偶之婚姻滿意度的唯一相關預測指標。另有研究發現：情緒化 (moodiness)、情緒不穩定 (emotional lability)、容易起衝突 (abrasiveness) 以及容易緊張 (nervousness)，與高度的人際負向性有相關性 (Caughlin et al., 2000)，且這類新婚者之婚姻滿意感受較差 (Caughlin et al, 2000; Karney & Bradbury, 1997; Chadiha, Veroff & Leber, 1998)。

## (二) 負向認知

在過往的新婚夫妻研究中，探究與婚姻苦惱之負向認知有關的概念包括負向歸因/負向描述、失功能關係信念、負向自我表徵，以及不當的期望。而張思嘉 (2009) 的研究則發現妻子婚後的婚姻滿意度還受到丈夫所知覺到的婚前負向個人認知所影響，丈夫婚後在夫妻間適應的需要度則與妻子知覺到的婚前正負向個人認知有關。

### 1. 負向歸因

在 Durtschi 等人 (2011) 的新婚研究中，「負向歸因」意指夫妻一方認為配偶是故意的、該被指責的，且有自私動機的；而該研究發現：新婚夫妻強調負向關係事件影響的歸因，與其較低的關係品質有相關。在新婚夫妻的生活互動中，當配偶被視為故意的、該被指責的，且有自私動機時，較易造成兩人衝突；與不苦惱的另一半相比，這類責任歸因也較常出現在苦惱的這一方。此外，在控制了最初的婚姻品質後，夫妻在婚姻早期的責任歸因與其四年後的婚姻品質有關；更且，夫妻在新婚二年後的敵意行為中介了歸因與婚姻品質的關係，夫妻間的路徑為：始於歸因，到個人行為，然後到另一半的行為，最後即為婚姻品質。新婚夫妻的行為會互相影響，以致於彼此的歸因透過行為而間接影響婚姻品質的狀況，不只發生在自己身上，也會擴及另一半；亦即夫妻個人的歸因可透過夫妻行為來預測自己和另一半的未來婚姻品質。

Neff 與 Karney (2007) 針對新婚階段的壓力研究亦發現：對新婚夫妻而言，在壓力升高的時期，夫妻關係較容易被知覺到有較多的問題，夫妻較容易使用負向歸因，配偶的行為更容易被視為是故意的、自私的、該受責備的，而婚姻品質往下轉向，這情形對新婚妻子來說更是顯著。Huston 等人 (2001) 針對夫妻苦惱與離婚的早期根源研究也發現：愈來愈多苦惱的新婚夫妻，彼此之間會越來越視對方為故意作對。Bradbury 與 Karney (2004) 認為這種現象可能是因為妻子會面臨到較高程度與家庭及工作有關的慢性生活要求。而急性壓力加快了婚姻品質降低的速度，因為較高程度的急性壓力會使夫妻在因應壓力的互動中，對配偶的行為更容易傾向負向解釋。



## 2. 失功能關係信念

Kurdek (1991b) 的研究發現新婚丈夫與妻子在新婚三年內婚姻苦惱的增加與其失功能關係信念增加有關聯。林亞寧 (2002) 的新婚研究亦發現：新婚夫妻當中，婚姻信念為「命運傾向」或「無助傾向」者的婚姻調適較為不好。在新婚夫妻中，對婚姻關係採「命運傾向」信念，即對於關係常存有過於理想的期望，並認為關係是命定、無法改變的，而傾向在關係形成的一開始，就去診斷及評估關係的人，傾向採用逃避的方式來處理問題。另外，命運傾向者採用「爭執」策略愈多，則婚姻調適愈不好。

## 3. 負向表徵/負向描述

負向自我表徵 (negative self-representation) 包括：“低自我價值” (覺得自己沒有價值) 與“認為他人會給自己負向回應” (覺得別人不喜歡自己或對自己不友善) 等。負向配偶表徵包括：“認為配偶不值得信賴”、“配偶對自己不夠支持”，以及“在自己有需要時，配偶不會在身旁”等。Kurdek (2003) 針對 538 對新婚四年內之新婚夫妻的研究發現：對新婚男性與女性而言，其自我表徵與配偶表徵可說明其苦惱的獨特變異性。對新婚男性來說，其配偶表徵比自我表徵更能夠說明其苦惱的獨特變異性；亦即當新婚男性認為配偶不值得信賴，或對自己不夠支持，以及在自己有需要時，配偶不會在自己身旁時，其婚姻苦惱就會增加；而新婚女性亦然。對夫與妻而言，在婚姻初期擁有高度負向自我表徵及高度負向配偶表徵，各自聯結到婚姻初期的高度個人婚姻苦惱；也就是說，有高度負向自我表徵或高度負向配偶表徵的新婚者，其婚姻苦惱較高 (Kurdek, 2003)。而除了負向表徵之外，新婚夫妻中，夫妻一方對另一半的負向描述對婚姻苦惱的影響比個人負向自我描述來得顯著 (Kurdek, 2003)。Clements 等人 (2004) 所做的婚姻研究則發現，新婚丈夫對妻子溝通方式的認定愈負向，其婚姻苦惱程度愈高。

## 4. 不當的期望

新婚夫妻較容易對婚姻有不合理的高度期待，但是進入婚姻後，婚姻生活的現實面與原先的期待落差太大，導致其降低對婚姻關係的評價；此外也有可能是人結婚總是在與配偶最適配的時候，但是人的態度、價值、與行為會隨著時間與經歷改變，而影響與配偶的適配值 (VanLaningham, Johnson, & Amato, 2001)。

張思嘉 (2009) 的研究發現：很多婚姻問題的確可以追溯到婚前的階段，有些伴侶也許已經略微的知覺到婚後可能面對的狀況，但婚前交往期間的浪漫氛圍可能使得情侶間忽略了不好的部分而美化了好的部分，因而在不自覺的情況下進入了婚姻。即使在擇偶期就不太看好的關係，情侶可能受到浪漫愛情小說的影響而相信結婚可以讓關係有新的正向基礎；這種迷思導致情侶相信結婚可以解決另一半的嫉妒、不忠及缺乏關注，如

果所期待的改善並未在婚後實現，那麼讓婚姻繼續下去的代價就太大了，這使得新婚夫妻想要在一起的慾望迅速消失（Huston, Caughlin, Houts, Smith, & George, 2001）。

而對婚姻有不當期望的另一種表現方式為理想化，新婚夫妻對彼此及關係都帶著理想化的看法而進入婚姻，當這些理想化的看法隨時間過去而漸趨實際，且婚姻外選項（alternatives）的吸引力增加，新婚夫妻就越來越少有動力去忽視另一半的限制（Gottman, Coan, Carrere, & Swanson, 1998）。

### （三）不佳的調適策略

張思嘉等人（2008）的新婚適應研究指出，在適應上遇有困難的新婚丈夫或妻子愈傾向採取消極的策略來因應新婚期間的適應問題，也因此導致較低的婚姻品質。而在適應上愈有困難的丈夫及妻子，愈傾向採取個人外消極的適應策略來因應；對夫妻而言，消極的適應策略卻會導致較低的婚姻品質。利翠珊（1995）的研究則是發現，調適策略屬於「貌合神離」型的新婚夫妻，雙方在根本期待上有差異，彼此在婚姻中也都感到挫折，且實際相處機會不多，互動頻率較少；這類型夫妻可能在妻子與夫方家族的關係出現障礙，又夫妻無法產生實質的溝通時，兩人漸行漸遠，因而可能導致最終的婚姻解組。而「相敬如賓」的新婚夫妻，因彼此溝通時間不多，內容較不深入，亦可能形成未來婚姻生活的隱憂。

此外，另有研究發現新婚妻子比丈夫更傾向採用個人外消極的婚姻調適策略，亦即對外發洩負面情緒或尋求精神寄託，來處理新婚期間的適應問題（陳靜宜，2006；張思嘉、周玉慧、黃宗堅，2008）；夫比妻更常使用「個人內消極」的方式來處理適應問題，亦即被動地避免處理問題或隱藏自己的情緒，來處理新婚期間的適應問題（張思嘉、周玉慧、黃宗堅，2008）。張思嘉、周玉慧、黃宗堅（2008）更進一步指出在婚姻調適的過程中，若丈夫對妻子的要求相應不理，對婚姻關係將具破壞性。綜合來說，負向的因應策略帶來較多的婚姻苦惱（蕭英玲、曾秀雲，2005；Ridley, Wilhelm, & Surra, 2001）。

而就新婚者婚姻適應的性別差異而言，張思嘉（2001）的「婚姻早期適應歷程」研究發現：新婚夫與妻在調適的需要程度、內容及方式上有差異。當適應問題出現的時候，夫妻會先抱怨，要求對方改變，而後走向三條路：對方反駁、對方接受、放棄改變。該研究也指出女性似乎比男性更常採用抱怨、嘮叨等方式來處理適應過程中的問題；而男性則偏好讓步、安撫等方式（張思嘉，2001）。利翠珊（1995）的研究也指出，新婚妻子通常會面對許多挫折與衝突，而隨著她們因應挫折方式的不同，也會產生既苦且怨、苦而不怨的心理反應。如果妻子是以忍耐服從的方式調適婚姻困境，長久下來很容易感到既苦且怨；但是如果她是以隔離或逃避的方式來調適，雖然生活中仍會有處處受限的「苦」，但對婚姻卻不致有太多的「怨」。而「苦而不怨」或「既苦且怨」的心態，都可能形成維繫新婚夫妻未來長期穩定關係的障礙。

婚後的調適亦受到婚前關係發展狀況的影響，張思嘉（2009）的研究指出：婚前關係發展類型較不穩定，起伏程度較高的夫妻經常使用消極的調適策略，亦即婚前不穩定關係類型的夫妻比婚前關係較為穩定的其他類型夫妻更容易在婚後發展出逃避問題、單方順應或互不讓步等負面或消極的婚姻適應模式，並成為日後婚姻可能解體的危險群。

## 二、親密關係互動層次

在個人特質之外，夫妻的互動行為也會影響婚姻品質，像衝突解決型態（Caughlin & Vangelisti, 2006）之類的溝通行為、正向及負向情感的交流及效應（Gottman, Coan, Carrere, & Swanson, 1998），以及提供支持與否（Brock & Lawrence, 2008）都會影響婚姻的成敗（Brock & Lawrence, 2008）。回顧過往新婚苦惱實徵研究可發現屬夫妻層次的面向特質包括：婚前遭逢不佳的經驗（如關係滿意度低、關係發展不穩定、溝通困難）、親密與性的問題（性生活衝突與不滿意、失去親密與愛意、夫妻獨處與共處難協調）、夫妻負向互動，以及夫妻之間的不相容性。

### （一）婚前遭逢不佳經驗

關係模式在擇偶期即浮現，延伸到婚姻中，形塑了婚姻的歷程，也塑造了這段關係的最終命運（Huston, Caughlin, Houts, Smith, & George, 2001）。夫妻在婚前的不佳經驗包括關係滿意度低、關係不穩定，以及溝通困難。此外，婚前交往時間短，對婚姻生活認知不足的新婚者，面對新婚角色的轉換與生活形態的改變，有較多調適的困難與較長的調適時間（楊淑君，2004）。而婚前愛情分手經驗對婚姻初期適應造成的負面影響有：產生比較的心態、對婚姻有錯誤的期待、怕再受傷害、帶來夫妻間的猜忌（曾淑鳳，2005）。在過往的新婚夫妻研究中，探究與婚姻苦惱有關之婚前不佳經驗的概念包括了：關係滿意度低、關係發展不穩定，及溝通困難。

#### 1. 婚前關係滿意度低

Clements等人（2004）的研究指出，婚姻苦惱並非僅與婚後的人事物有關，也會受到婚前生活經驗的影響；對有些夫妻而言，婚前滿意度愈低，婚後苦惱的可能性愈高；亦即婚姻苦惱及離婚的種子在夫妻們說"我願意"之前就早已種下。較低的婚前滿意度是婚姻苦惱組夫妻的特色，因為他們尚未離婚，有可能這些夫妻是按他們的婚前經驗，就已預備好接受較低滿意度的婚姻狀態。張思嘉（2009）的研究則發現，婚前關係起伏程度越高（包括驟熱驟冷型、有驚無險及波折叢生型等三種關係發展類型）的夫妻，婚後的婚姻滿意度也越低。

#### 2. 婚前關係發展不穩定

張思嘉（2009）在其「婚前關係與婚後適應：一個長期性的研究」中發現：新婚妻

子婚後在夫妻間適應的需要程度與婚前雙方互動情形有關；婚前關係起伏程度越高（包括驟熱驟冷型、有驚無險及波折叢生型等三種關係發展類型）的夫妻，婚後在夫妻間相互適應的需要度及困難度越高。在婚前關係發展的過程中，相較於其他類型的夫妻，「有驚無險型」的夫妻知覺到更多負向的個人認知事件及負向的關係互動事件，再加上女性婚後的適應受到婚前負向個人認知及負向關係互動的影響較大，因此，此一關係發展類型的妻子在婚後有較多適應上的困難。

### 3. 婚前溝通困難

而在婚前即有高度衝突的伴侶，結婚後也有較多衝突（Huston, 1994）。Markman（1981）的一項貫時性研究發現，夫妻之間溝通上的不足先於婚姻苦惱的發展。婚前預備結婚時，夫妻之間不具報償性的溝通模式可以預測結婚五年以後的婚姻苦惱，而且這些婚前便存在的溝通模式在新婚後五年內呈現相當穩定的狀態，亦即溝通和問題解決技巧的不足與婚姻苦惱之發展和持續有根源上的相關（Markman, 1981）。某些婚姻苦惱的根源在於夫妻的溝通品質，這種危機可以在婚前就被指認出來；在五年婚齡內，不論是觀察到的或是自述的婚前負向溝通，都與較低的調適相關（Markman, Rhoades, Stanley, Ragan, & Whitton, 2010）。在擇偶期就充斥高度衝突的伴侶，進入婚後也在婚姻早期幾年呈現較多衝突（Huston, 1994; Huston & Houts, 1998）。此外，擇偶期就困難重重的新婚夫妻，視彼此的個性較難相處或格格不入，且對溝通較沒有反應（Huston & Houts, 1998）。

#### （二） 親密與性的問題

在過往的新婚夫妻研究中，探究與婚姻苦惱有關之親密與性的概念包括了：性生活衝突與不滿意、夫妻失去親密與愛意，以及夫妻獨處與共處時間難協調。

##### 1. 性生活衝突與不滿意

黃芳銘與蕭英玲（2011）的研究發現：新婚三年夫妻最常發生衝突的議題主要是在夫妻生活調適上，屬於夫妻關係內部的問題，包括夫妻間的性。Lavner 與 Bradbury（2010）的研究亦發現，某些男性在婚姻早期可能較不滿意，他們呈現出在性方面的失落感。蕭英玲、沈慶鴻（2001）的「台灣婚姻初期發展歷程之研究」則是發現，在 181 對新婚夫妻中，在性生活方面，有 28% 的丈夫及 22% 的妻子覺得性行為次數太少。

##### 2. 彼此失去親密與愛意

除了夫妻間的性議題之外，有一些探究離婚原因之回溯性研究曾引起學者對婚姻中浪漫之失落、幻滅及其它相近主題的注意（Karney & Bradbury, 1995）。在新婚夫妻中，兩年內在情感表達、愛和對配偶反應的觀點這三方面的程度下降是很常見的（Huston,

Caughlin, Houts, Smith, & George, 2001)，但在那些後來經驗到婚姻苦惱的新婚夫妻身上，這情況更是急轉而下的變化（Sullivan, Pasch, Johnson & Bradbury, 2010）。Huston 等人（2001）針對 168 對新婚兩年內之夫妻的長期追蹤研究發現：新婚夫妻在婚後二年內感受到夫妻之愛的消逝、彼此情感表達的減少，以及愈來愈多的矛盾情感，與其婚姻的不穩定性有關。另一研究亦發現對新婚男女而言，新婚前四年對配偶之愛意、喜歡和信任的減少，以及個人的心理苦惱，可以預測夫妻很快地分手，以及在婚後第八年的低婚姻滿意度（Kurdek, 2002）。

蕭英玲、沈慶鴻（2001）的「台灣婚姻初期發展歷程之研究」亦發現，新婚夫妻在夫妻親密互動上，夫妻最少做的事是一些窩心的小動作（例如：送小禮物、花、遞紙巾、給配偶一個驚喜）及夫妻單獨一起出去玩。有些新婚夫妻的苦惱根源更是在於夫妻一方感受到愛情的消蝕，亦即浪漫情懷的失落，且對婚姻出現矛盾情感（Huston, Niehuis, & Smith, 2001）。Huston、Niehuis 與 Smith（2001）的新婚研究發現不同的新婚夫妻在雙方對彼此的愛意和行為的負向性強度方面有很大的差異性。對那些經歷到婚姻苦惱且後來離婚的新婚夫妻來說，婚齡不同，其婚姻中之愛情的褪色情形也不盡相同。有些新婚者在婚後不久便失去改善兩人關係的希望，有些新婚者則是在雙方愛意凋逝許久後才不甘願地放棄婚姻。

### 3. 獨處與共處時間難協調

蕭英玲與曾秀雲（2005）的研究發現，在相處時間的安排上，如何分配夫妻相處的時間是新婚夫妻在第一年的婚姻生活中較常引爆的衝突點之一。Lavner 與 Bradbury（2010）的研究則指出某些男性在婚姻早期可能較不滿意，他們呈現出在個人自由上的失落感。范嵐欣（2009）針對五對新婚四年內夫妻之夫妻衝突改變協調歷程所進行之研究結果發現：婚姻初期夫妻之關係衝突主要可分為兩類，其中一類來自夫妻一方或雙方過於強調個人自我需求，忽略了對配偶或對關係的照顧所致。在共處時間的安排上，黃芳銘與蕭英玲（2011）的研究發現，新婚三年夫妻最常發生衝突的議題為夫妻間的休閒娛樂。Crawford 等人（2002）針對新婚夫妻之相容性與休閒活動的研究也發現新婚妻子參與丈夫喜歡，而自己不喜歡的休閒活動，不論是夫妻一起，或丈夫獨自從事這類活動，都導致新婚妻子的婚姻不滿意。

#### （三）負向互動

有些新婚夫妻進入婚姻並不期待維持非凡的愛和情感表達，因此，正向情感和行為的減少並非其苦惱，而是衝突和負向性的升高破壞了其夫妻關係（Bradbury, Cohan, & Karney, 1998）。而研究也發現愈來愈感苦惱的新婚夫妻，彼此之間會越來越多負向互動（Huston, Niehuis, & Smith, 2001），如負向溝通、負向行為、負向問題解決，以及低支持技巧等。

## 1. 負向溝通多

國內外研究皆發現，對新婚夫妻而言，經常發生的問題領域最先為夫妻溝通 (Stahmann & Hiebert, 1997)，而這也是夫妻最常發生衝突的議題之一 (黃芳銘、蕭英玲，2011；蕭英玲、曾秀雲，2005)。Noller 等人 (1994) 針對新婚夫妻之溝通行為與婚姻滿意度研究發現，只有新婚女性在婚後第一年的溝通行為可預測其第二年的婚姻滿意度，新婚男性則否；而對新婚男性與女性而言，新婚第一年的關係滿意度可預測第二年的溝通行為，顯示關係滿意度與溝通行為之間有其相互影響的關係。

Markman 等人 (2010) 的新婚研究發現，溝通品質在關係歷程中是很重要的因素，負向溝通的程度 (觀察而得的評分) 與察覺到的頻率 (自述的評分) 可區分苦惱和不苦惱夫妻；與不苦惱夫妻相較，新婚苦惱夫妻隨著婚齡增加呈現了較多的負向溝通。另一研究也有類似的研究發現，即新婚夫妻中，丈夫評比妻子的溝通方式愈負向，其婚姻苦惱程度愈高 (Clements, Stanley, & Markman, 2004)。Roberts (2000) 針對新婚夫妻之溝通與婚姻苦惱的研究則進一步發現，不僅配偶在夫妻溝通時的敵意反應與丈夫和妻子的婚姻苦惱都有高度關聯性；對丈夫和妻子來說，配偶的三種退縮反應 (逃避親密、逃避衝突、生氣退縮) 更與其同時發生的婚姻苦惱有顯著相關。

## 2. 負向行為多

蕭英玲 (2012) 的研究發現對新婚丈夫而言，第一年配偶負向行為與當時自己的婚姻滿意度沒有關聯，但配偶負向行為的變化會影響自己的婚姻滿意度變化；對新婚妻子來說，第一年配偶負向行為與當時自己的婚姻滿意度有顯著關係，但自己負向行為的變化才是影響其婚姻滿意度變化的重要因素。顯然丈夫負向行為對妻子是立即性的影響，而妻子的負向行為對丈夫則是長期性的影響。Bradbury 與 Karney (2004) 的研究發現：婚齡兩年後，瀕臨苦惱或離婚的新婚夫妻，當提供他們機會幫助另一半進行一般生活的私人談話時，他們出現負向行為的次數和正向行為相同。Huston & Vangelisti (1991) 以 106 對新婚夫妻的婚姻關係做連續兩年的研究則發現：負向行為在婚姻關係的每一階段都持續地影響新婚夫妻的婚姻滿意程度。在新婚調適期間，無論是丈夫或妻子表現出負向的行為，都會使妻子的新婚滿意度降低；丈夫若在新婚前期就表現出負向的行為，將會引起起子更負向的反應。Davila 等人 (2003) 的四年新婚夫妻研究亦發現新婚夫妻的負向情感表現在其負向互動上，因此與其較低的婚姻滿意感受有關。

Cohan 與 Bradbury (1997) 的研究發現，與高比例壓力源有關的高比例負向行為可以預測新婚夫妻之憂鬱症狀及較差婚姻結果的增加。該研究也指出，新婚夫妻所報告的生活壓力源比例愈高，雙方出現的負向行為比例亦愈高；報告較多生活事件的新婚妻子也報告較多的憂鬱症狀，而新婚妻子較多的憂鬱症狀則可預測新婚夫妻的較不滿意感受和婚姻苦惱 (Cohan & Bradbury, 1997)。Gottman 等人 (1998) 研究 130 對新婚夫妻，

研究發現：新婚丈夫拒絕妻子的影響、妻子的發言以負向做為開始、丈夫缺乏防止妻子之低強度負向情感升高的能力、妻子缺乏防止丈夫高強度負向情感升高的能力、男性缺乏生理上的撫慰等都可以預測其將來的離婚。

### 3. 負向問題解決

對問題解決有困難是新婚夫妻婚姻苦惱的根本原因（Sullivan, Pasch, Johnson & Bradbury, 2010）。一項針對新婚夫妻對衝突形態之知覺與其婚姻滿意之關係的研究結果發現，在婚姻初期，新婚夫妻失功能的衝突解決策略包括了缺乏正向的問題解決方法（Segrin, Hanzal & Domschke, 2009）。而另有研究指出：沒有技巧的問題解決行為正是新婚夫妻婚姻惡化的前兆（Rogge, Bradbury, Hahlweg, & Thurmaier, 2006）。張思嘉、周玉慧、黃宗堅（2008）的新婚夫妻婚姻適應研究亦指出，在婚姻調適的過程中，面對妻子的要求，若丈夫對妻子的要求相應不理，對婚姻關係將具破壞性。

Johnson 等人（2005）以 172 對新婚夫妻為樣本，檢視夫妻問題解決互動中的特定技巧和情感表達與婚姻滿意度之四年中八波軌跡的關係，結果顯示，夫妻問題解決互動中的技巧、情感及其統計上的交互作用可以說明婚姻滿意度改變速率的單獨變異。正向情感與負向技巧之間的交互作用特別強烈，顯示低度的正向情感與高度的負向技巧預告了關係變壞的快速速率。Cohan & Bradbury（1997）針對 60 對新婚夫妻進行為期 18 個月的貫時性研究，結果發現新婚者的問題解決行為可以調節生活事件與婚姻適應之間的關係，有些行為使得新婚者更形脆弱。生活事件與婚姻的長期變化有相關，生活事件與婚姻結果的關聯性被新婚夫妻的問題解決行為所影響；若新婚者採取怪罪對方或敵視問題等消極策略，或是採取否認問題或轉移話題等轉移策略，則生活事件對其婚姻結果有負向的影響（Cohan & Bradbury, 1997）。

此外，新婚妻子的高度負向情感在問題解決互動中，結合其高度負向支持，會產生高度的婚姻苦惱，意味著某一範圍的欠缺會造成其他範圍的欠缺（Bradbury & Karney, 2004）。Pasch 與 Bradbury（1998）的研究亦發現，不論在解決婚姻問題的夫妻討論中，新婚女性有無出現負向行為，其對配偶的支持請求及供應行為可以預測兩年後的婚姻結果；在支持請求及供應行為這兩方面皆展現出較差之技巧的夫妻較具有後來婚姻失功能的風險。這顯示支持技巧低的新婚者在婚後兩年有婚姻苦惱的風險，這與衝突中的負向行為並不相關（Pasch & Bradbury, 1998）。

### 4. 無效的衝突解決模式

Huston 等人（2001）研究新婚 2 年內夫妻的婚姻及改變如何預測其 13 年後的婚姻關係結果，其研究指出有許多探究婚姻苦惱及離婚之人際根源的研究係基於社會學習理論，聚焦於失敗婚姻的重要成分，即婚姻衝突及負向性，這類研究著重於夫妻在試圖解

決其衝突時所表現出來的行為。對此，蕭英玲與曾秀雲（2005）的研究發現新婚第一年夫妻知覺到的婚姻衝突之平均起始地位並不高，接近「偶爾發生」的頻率。由於夫妻的起始地位不同質，表示不論第一年夫妻衝突頻率的高低，在婚姻的前三年間，婚姻衝突的頻率沒有變化。此結果與研究美國新婚夫妻關係變化的某些發現一致（Lindahl, Clement & Markman, 1998）。婚姻衝突變化不大的原因可能是夫妻在新婚期所形成的衝突解決模式，在以後的婚姻發展歷程中難以改變，衝突解決模式一旦成為慣性，解決問題的有效性愈會趨於恆定。也就是說，無效的衝突解決模式將使問題不斷重複出現（Noller, Feeney, Bonnell, Callan, 1994；Schneewind & Gerhard, 2002）。

而新婚夫妻與關係有關的人格特質（一般關係能力、同理心及關係脆弱性）與其衝突解決模式密切相關，且影響其婚姻滿意度（Schneewind & Gerhard, 2002）。Hanzal與Segrin（2009）的新婚研究發現，對所有夫妻而言，負向情感與傾向採取較失功能的衝突型態有相關。至於夫妻衝突的相互影響，Segrin等人（2009）針對新婚夫妻對衝突形態之知覺與其婚姻滿意之關係的研究結果發現，負向衝突行為的啟動會帶來負向的後果，它會損害個人的婚姻滿意；而這些失功能的策略不只包括促發敵意和攻擊的衝突形態，還包括了從衝突中退縮。

在夫妻衝突的相互引發上，蕭英玲與曾秀雲（2005）的研究發現，當新婚夫妻處於衝突情境時，夫妻一方的衝突處理模式會引發對方相同的反應，若是一方選擇激烈爭執或冷戰的方式，相對會引發配偶採取相同策略的動機。至於在夫妻衝突中退縮，Segrin等人（2009）的研究發現在婚姻初期，不論是行為的主導者或目標對象，從衝突中退縮，對夫和妻的滿意度都有害。蕭英玲、沈慶鴻（2001）的「台灣婚姻初期發展歷程之研究」則是發現，新婚夫妻解決衝突的方式多半以平靜地與配偶討論為主，丈夫較常把意見放在心裡，而妻子較常以冷戰和哭泣的方式來解決問題。

Gottman（1993）與Gottman等人（1998）也強調在衝突的過程中，若出現妻子強求／丈夫退縮，亦即「要求-退縮模式」（demand-withdraw model）的互動形態，會對雙方的婚姻滿意度造成負面的影響。同樣地，Eldridge等人（2007）的研究也指出追與逃的衝突反應模式對婚姻特別具有破壞力。Vogel與Karney（2002）研究觀察82對新婚夫妻在互動中的要求與退縮行為，其研究結果則發現：要求-退縮的性別差異只出現在當問題是由新婚妻子提出的討論中。這些差異來自要求行為的差異，而非退縮行為的差異。

蕭英玲與黃芳銘（2006）針對新婚夫妻婚姻衝突與心理憂鬱之關係的研究發現，婚姻衝突的起始地位與心理憂鬱的起始地位有顯著的正相關，婚姻衝突的變化與心理憂鬱的變化亦有顯著的正向關係，表示婚姻衝突與心理憂鬱具有雙向關係（reciprocal relationships），該研究結果與其他婚姻品質與心理憂鬱之橫斷性及貫時性研究的發現一致（Kurdek, 1998；Whisman, 2001）。



#### (四) 夫妻的不相容性

夫妻間的不相容性和個性問題與結婚年數呈負相關，即結婚年數愈長，愈不會抱怨夫妻間的不相容性與個性不合。顯示這些問題較容易使婚齡較短的婚姻解組 (Amato & Previti, 2003)。Kurdek (1991a) 針對新婚夫妻之婚姻品質變化與婚姻穩定的研究發現：新婚夫與妻在結婚第一年內的婚姻品質變化也與其個人特質及夫妻特質的差異有關。休閒興趣不相容的夫妻在協調從事休閒活動的事上會遇到很多困難，就更容易對其婚姻關係感到不滿意 (Crawford, et al., 2002)。Huston、Niehuis 與 Smith (2001) 的研究發現：當新婚夫妻間的意見不一致升高時，婚姻苦惱便會開始產生，最後導致這類新婚夫妻最終走向離婚。在有了子女之後，夫妻對於丈夫在子女教養方面的角色期望差距愈大，丈夫與妻子的婚姻穩定度愈低 (蘇奕勳, 2003)。

有關新婚夫妻的日常生活適應，陳靜宜 (2001) 的新婚調適研究發現新婚三年內之夫妻生活習慣在前半年最難調適、衝突最多。新婚女性的不適應主要呈現在與先生的相處適應上 (吳秀敏, 2004)。另一個研究也有類似的發現，即新婚女性感受到較多適應上的困難，特別是在夫妻之間的協調上 (張思嘉、周玉慧、黃宗堅, 2008)。

#### 三、家庭層次

Bradbury 等人 (2001) 認為在檢視存在於新婚夫妻間之掙扎衝突的同時，去考慮到夫妻所處的生態利基 (例如他們的生活事件、家庭組成、社經地位，以及壓力環境) 也同等的重要；亦即在檢視人際衝突的同時，也要去檢視夫妻所居住的環境。Cohan (1996) 的研究結果發現除了婚姻之個人因素與人際因素的影響之外，外在壓力源亦對新婚夫妻的婚姻苦惱產生有所影響；而婚姻脈絡中的背景壓力源不容忽視。慢性壓力或緊張指的是脈絡中那些相對穩定且長期持續的層面 (Karney, Story & Bradbury, 2005)；這些脈絡層面也被稱為背景壓力 (Gump & Matthews, 1999)，這些脈絡層面在夫妻每日的生活中雖然較不顯著，但它們仍代表著對夫妻關係之資源的持續耗盡；夫妻處於一具長期壓力的生態利基中，卻不易覺察這些慢性壓力源對其婚姻關係所造成的影響。Neff 與 Karney (2007) 的研究指出，新婚夫妻的婚姻苦惱是其對日常關係事件的敏感度被強化所造成。

#### (一) 財務壓力與管理問題

Ervasti 與 Venetoklis (2010) 認為個體主觀認知的評價造成個人感到財務苦惱在文獻上即被納為財務壓力 (financial stress)。黃芳銘與蕭英玲 (2011) 的研究發現，新婚三年夫妻最常發生衝突的議題為夫妻間的金錢問題。蕭英玲與曾秀雲 (2005) 的研究亦指出家庭收支財務管理問題是新婚夫妻普遍會遭遇的問題，也成為新婚夫妻衝突的引爆點。此外，對夫與妻而言，在婚姻生活的最初幾個月中，婚姻最有問題的領域之一是夫妻帶進婚姻中的債務問題 (Schramm, Marshall, Harris, & Lee, 2005)，收入少、夫妻兩

人沒有共同的財務等是新婚妻子在結婚三年內之婚姻苦惱線性增加的第一年預測指標；夫妻兩人沒有共同的錢財可預測新婚丈夫及妻子在結婚三年內之婚姻苦惱的線性增加；且對新婚妻子來說，收入少也可預測其在新婚三年內的婚姻苦惱增加（Kurdek, 1991a）。

## （二） 家庭與工作間及家務分工的協調困難

Cherlin（1992）認為婚姻早期通常有較多樣的生活壓力事件，如搬家、換工作等；Karney 與 Bradbury（1995）亦指出研究婚姻結果的主要影響範包括已婚夫妻面臨的壓力事件和環境（如工作、健康和親職轉換的壓力）。蕭英玲、曾秀雲（2005）的研究亦發現新婚夫妻衝突的主要議題為工作時間。此外，夫妻對家庭與工作間的協調是新婚夫妻婚姻適應問題的來源之一（張思嘉，2001）。蕭英玲與曾秀雲（2005）的研究指出家庭與工作間的協調是新婚夫妻普遍會遭遇的問題，也是新婚夫妻衝突的引爆點。新婚期間，丈夫則比妻子更需要調整家庭與工作間的衝突。丈夫在「家庭與工作間」適應的需要度高於妻子（張思嘉、周玉慧、黃宗堅，2008）。此外，夫妻在新婚三年內婚姻苦惱的增加與其對社會支持之滿意感受的降低有關，顯示夫妻的婚姻苦惱與其在生活中和配偶及工作間有所關聯（Kurdek, 1991a）。

另外，蕭英玲、沈慶鴻（2001）的「台灣婚姻初期發展歷程之研究」，在 181 對新婚夫妻中，在家務分工方面，雖然丈夫家事參與的比例增加，但是在傳統女性負責的家事上，男性參與的比例仍偏低。黃芳銘與蕭英玲（2011）的研究也發現：新婚三年夫妻最常發生衝突的議題包括夫妻間的家務分工。蕭英玲、曾秀雲（2005）的研究亦發現新婚夫妻衝突的主要議題包括家務分工。

而婚前關係所在環境中的負面事件（如經濟狀況）亦可能會引發夫妻婚後在家庭與工作間的角色衝突，並因此造成了夫妻在該領域上適應的困難；此外，新婚丈夫在婚前知覺到的負向社交網絡及負向環境外力因素，似乎對婚後雙方在家庭與工作間適應的困難度較有預測力（張思嘉，2009）。

## （三） 與雙方家庭成員的關係衝突

西方過往的相關研究所探討的層面較集中於兩人的個人層次及關係層次，較少觸及家庭層次；惟在台灣社會中新婚夫妻婚姻適應與相互協調問題的主要來源便包括了夫妻與原生家庭成員間的適應，以及姻親之間的互動關係（張思嘉，2001；楊淑君，2004）。國內一個針對新婚夫妻婚姻滿意度的貫時性研究發現：不論是第一年的情況或三年的變化，丈夫的婚姻滿意度都會受到自己與岳家關係及妻子與婆家關係的影響；而妻子婚姻滿意度只與婆家關係有顯著關連（蕭英玲，2012）。張思嘉、周玉慧、黃宗堅（2008）

的研究也發現：由於原生家庭是涵化個人婚姻及家庭價值觀最重要的場所，原生家庭對新婚夫妻間婚後適應的影響可說是立即且範圍廣大的。

國內幾個針對新婚女性的婚姻調適的質性研究皆發現在姻親關係的適應或調適上，女性的不適應多於男性。而原生家庭的家人過度干涉則對新婚夫妻的婚姻生活造成負面的影響（陳靜宜，2001）。吳秀敏（2004）的研究也發現新婚女性的不適應主要呈現在對公婆家的適應上。陳靜宜（2001）的研究則是發現新婚妻子會發現如婆媳觀念不同或婆家過度干涉，有無法適應婆婆的困擾。面對姻親關係，以逃避、排斥心態自處的新婚者，傾向繼續保持疏離的姻親關係（楊淑君，2004）。

量化研究亦發現類似的結果，張思嘉、周玉慧、黃宗堅（2008）針對大台北地區 288 對結婚五年內的新婚夫妻所進行的研究發現，在夫妻與原生家庭方面的適應，妻子感受到的需要度與困難度均高於夫；新婚期間，妻子比丈夫更需要適應與對方原生家庭成員間的相處。黃芳銘與蕭英玲（2011）研究也有類似發現：妻子在新婚第二年的衝突頻率比第一年有顯著增加，而夫妻只有在姻親關係衝突的頻率上有顯著的差異，顯示妻子知覺到姻親關係的衝突頻率較多。

對新婚男性來說，利翠珊（1995）的研究發現：當女性較直接承受來自父系文化的壓力時，男性間接地承受了來自兩代女性的壓力。蔡沛婕（2001）的研究亦發現：夾在婆媳之間的先生十分難為。而不論男性或女性，新婚者與上一代父母之間的關係皆較難調適（林亞寧，2002）。吳嘉瑜（2004）的研究發現婚齡五年內的新婚男性的共通經驗中最明顯的是：婚後對自己原生家庭成員所產生的「被看重與責任」和「心有餘而力不足」兩種心情之間的矛盾，以及與岳父母相處時所產生的「努力融入岳家，卻仍有情感區隔」和「自我意願與角色規範的矛盾」，以及糾結在原生家庭與生殖家庭之間的「忠誠衝突」等情形。

#### （四）同居與未婚懷孕

在 Popenoe and Whitehead（1999）的研究中發現，女性視同居為走向婚姻的一個步驟；男性則視同居為獲取性關係的機會，其中並沒有長久的承諾。而婚前同居者對婚姻的認知態度是較為個人主義傾向，與婚姻滿意度亦呈負向的相關（鍾宜吟、蔡明璋，2008）。在另一個有關婚前同居為婚姻帶來之風險的研究中，Beach、Fincham、Amir 與 Leonard（2005）針對 447 對新婚夫妻之婚姻調適所進行的研究發現，按其婚姻調適情形可分為「婚姻失和夫妻」（discordant couples）與「婚姻未失和夫妻」（nondiscordant couples）；而將近有 20% 之婚齡 2 年的「婚姻失和」樣本其婚姻在質而不只是量的方面與同儕有差異，它們有大量的婚前同居的背景。

至於未婚懷孕的父母大多期望進入婚姻，而其共享的期望是他們在子女出生後會結

婚或分開的最強預測因子 (Waller & McLanahan, 2005)。Kurdek (1991b) 針對新婚夫妻之婚姻品質變化與婚姻穩定的研究則是發現，婚前懷孕的夫妻其婚姻品質最差；且婚姻品質在結婚的第一年內逐漸變差，對曾經經驗過婚前懷孕的夫妻來說，尤其如此。

#### (五) 子女出生與養育問題

家有新生兒的轉變會加劇負向婚姻經驗隨時間而增加的速率，即有子女對為人父母者來說是有壓力的 (Umberson, 2005)。由於在子女出生後，夫妻因身心的疲累、相處時間的減少，以及子女養育方式的不同而較未有子女階段更容易起衝突 (Aldous, 1996)。小孩的出生增加父母在體力、精神及經濟上的負荷，這些負荷會加重父母的壓力與減少夫妻相處的時間，因而導致婚姻滿意度的下降 (VanLaningham, Johnson, & Amato, 2001)。而矛盾依附高的妻子在進入親職轉變階段後知覺到較低的配偶支持程度，則會經驗到婚姻滿意度的降低 (Rholes, et al., 2001)。與其他妻子樣本的依附類型相較，在慢性壓力情境中，高矛盾依附妻子的情緒福祉較依她們對配偶及關係的看法而定。屬於高矛盾依附類型且在進入親職轉折階段時知覺其丈夫為較少支持且較易生氣的妻子，會經驗到自產前到產後之憂鬱症狀的顯著增加 (Rholes, Simpson, Campbell, & Grich, 2001)。

陳靜宜 (2001) 的新婚調適研究發現第一個子女剛出生時的照顧很辛苦，有的夫妻常為了孩子的事情而衝突或不愉快。張思嘉 (2001) 的研究亦發現新婚夫妻在適應彼此的同時，若再加上孩子的出生，會使原本的適應問題更加複雜和困難。另外，夫妻對子女之托育與養育方式的不同和不一致，常是引發衝突而需要新婚夫妻互相協調的主要問題 (張思嘉, 2001)。對新婚夫妻而言，除兩人之間彼此的適應外，無論新婚夫妻自身，或是其雙方父母，都會高度關注懷孕生子這件事的進展，不管新婚夫妻是否已準備好。尤其若新婚男性是獨子或長男，妻子更容易感受到公婆希望男孫的壓力 (陳靜宜, 2001)。

就性別差異而言，「初為人母」在女性生命歷程中可說是風暴期，但「初為人父」在傳統上卻不被關注，社會規範將「為人父母」概化為「女人的事」，使得男、女在為人父母的轉變中，遭遇到迥然不同的景況。故女性可能較早感受到「為人母」與「為人妻」這兩個角色間的競爭和衝突，而男性則較晚才體會到「為人父」的困難及其對婚姻關係的衝擊 (陸洛, 2001)。再者，初為人父母和上一代間的關係會有因教養方式不同而導致的衝突 (陳志賢、戴嘉南、連廷嘉, 2003)。張思嘉 (2001) 的新婚研究亦發現對新婚夫妻來說，子女養育問題再加上公婆的介入，使得問題更難處理與解決。有子女的新婚夫妻比沒有子女的夫妻更傾向採用個人內消極的婚姻調適策略 (陳靜宜, 2006)。

#### (六) 個人原生家庭經驗的不良影響

婚姻關係是夫妻對體而非個別行為的產物 (Tallman et al., 1999, 2001)，如果童年經驗影響婚姻關係，那麼夫妻兩人的背景就與婚姻關係的發展有關。Bradbury 與 Karney

(2004)的研究發現：家庭衝突和父母離婚的原生家庭經驗很容易讓進入婚姻的個體處於不利地位，它增加了數年後婚姻苦惱和婚姻瓦解的機會。而有著不快樂童年經驗的人在其親密關係中的互動行為較可能變為有警覺性的、防衛的、且試探對方的，並且這些行為不會催化其在新婚互動中有效的問題解決 (Tallman et al.,1999)。

另外，陳靜宜 (2001) 的研究發現新婚女性覺察到原生家庭對現在的婚姻帶來負面的影響，例如將負面成長經驗投射到婚姻中或家人對婚姻生活的過度干涉。楊淑君 (2004) 的研究也發現原生家庭經驗關係著新婚者新婚角色的扮演，父母負面的婚姻經驗與原生家庭的記憶，對新婚者新婚階段與配偶相處的調適，也有一定程度的影響。

Karney 與 Bradbury(1995)亦指出研究婚姻結果的三個主要影響範包括婚前經驗(如父母離婚)。對雙方父母皆離婚的新婚夫妻來說，其新婚三年內的婚姻不穩定性很高 (Tallman, Rotolo, & Gray, 2001)。Timmer 與 Veroff (2000) 的研究也發現：來自父母離婚家庭的新婚夫妻與其原生家庭較不親近。而妻子來自離婚背景的原生家庭，在新婚期有較高的心理及肢體攻擊，這很可能會增加他們四年後婚姻的不滿意和解組 (Story, Karney, Lawrence, & Bradbury, 2004)。Story 等人 (2004) 的研究亦發現，負向人際歷程在關係運作的代間傳遞是很重要的調節因子，代間歷程的可能調節因子包括新婚妻子的心理性及肢體攻擊，以及新婚丈夫對妻子的怒氣顯露和輕蔑；丈夫在原生家庭的負向經驗與新婚期對妻子較高的怒氣及輕蔑的互動有共變性，且增加了其四年後不良婚姻後果的可能性。

#### 四、結構脈絡層次

婚姻所處的脈絡，亦即婚姻的生態利基 (ecological niche)，可以被定義為「存在於夫妻及其互動外部且對此關係之所有實際的與潛在的影響」。因此對新婚夫妻來說，婚姻脈絡包含了夫妻所面對的每日挑戰、他們所經驗到的主要或次要生活事件、社經狀況的持續層面，以及此婚姻鑲嵌在其中的文化和歷史環境 (Karney, Story & Bradbury, 2005)。張思嘉 (2001) 的新婚研究發現父系的家庭制度、「男外女內」的性別角色規範及夫妻雙方原生家庭規則的差異，形塑了夫妻婚後適應的文化氛圍；夫妻在成長的過程中，內化了這些文化及家庭的價值觀，而形成自己對婚姻生活的態度。

##### (一) 父系家庭制度與家居安排

利翠珊 (1995) 的新婚研究發現，男性家族的文化規範仍是婚姻生活的基點。張思嘉 (2001) 的新婚研究亦發現，父系的家庭制度與家居安排在夫妻適應的過程中產生重要且決定性的影響。夫妻本身的婚姻態度及雙方態度的差異都會影響婚姻適應的狀況，張思嘉、周玉慧、黃宗堅 (2008) 的研究發現：對新婚妻子而言，自身對父系家庭制度的支持會降低與對方原生家庭成員間適應的困難。但對新婚夫與妻而言，雙方對父系家

庭制度看法的差異越大，在與雙方原生家庭成員間的適應上有越多的需要或困難。華人傳統「從夫家」，一切以夫家為中心的家庭生活方式似乎仍普遍存在於台灣的家庭中，使得新婚妻子的調適之路困難重重。（張思嘉、周玉慧、黃宗堅，2008）。

## （二） 傳統性別角色期待

利翠珊（1995）曾指出家族的價值觀對適婚男女的影響，主要表現在婚前的擇偶歷程及婚後家庭角色的期待。當雙方對婚後家庭生活的期待產生重大的差異，將使婚後的適應面臨重大的挑戰。張思嘉（2001）的新婚研究亦發現：文化傳統對性別與夫妻角色的規範，在夫妻適應的過程中產生重要且決定性的影響。相較於丈夫，父系的家庭制度及傳統的性別角色期待則對妻子在各領域適應的有更顯著的影響（張思嘉、周玉慧、黃宗堅，2008）。此外，在我國的文化脈絡中，新婚夫妻如何看待在面對與上一代在家庭角色期待上的差異（利翠珊，1995）、如何決定以何種方式或策略來面對適應過程中產生的問題（張思嘉，2001），都可能影響其婚姻生活的適應。正向之新婚角色轉換經驗對個人生命成熟與家人關係可能有所助益。反之，則個人將經驗對婚姻生活的消極與無力感（楊淑君，2004）。

## （三） 雙方原生家庭規則差異過大

張思嘉（2001）的新婚研究發現：原生家庭家庭規則的衝突在夫妻適應的過程中產生重要且決定性的影響。張思嘉、周玉慧、黃宗堅（2008）的研究也發現在新婚適應的背景（脈絡）因素中，似乎以雙方家庭規則的差異對夫妻的適應狀況的影響最為重要；新婚丈夫及妻子對雙方原生家庭規則差異的看法與本身在各領域的婚姻適應需要度及困難度都有顯著的相關。

## （四） 面子文化的不良影響

利翠珊（1995）的研究發現：貌合神離型的夫妻由於雙方在根本期待上的差異，使得彼此在婚姻中都感到挫折；這種婚姻雖然有時候有激烈的衝突，但是由於一方會顧及面子的因素，所以並不一定會給人吵吵鬧鬧的印象。此外，在婚前情侶關係階段所發生的衝突中，也可發現國人面子文化的痕跡，如徐玉青、卓紋君（2003）的「訂婚情侶之衝突因應歷程分析」研究發現：在訂婚情侶的衝突議題中，雙方父母對婚事的意見不一與堅持是訂婚情侶衝突的導火線，面子文化也因此顯現而見。

## 參、新婚階段婚姻苦惱產生的結果

新婚階段的婚姻苦惱對個體的影響是大的，如傷害個體的身心狀況。有研究指出，失功能的衝突行為對夫妻的身心傷害相當大（Eaker, Sullivan, Kelly-Hayes, D'Agostino, & Benjamin, 2007; Whitson, & El-Sheikh, 2003）；而婚姻衝突會引發夫妻產生憂鬱症狀

(Choi & Marks, 2008) 。人們會受困在憂鬱症狀和婚姻苦惱的惡性循環中，難以脫身 (Davila, Karney, Hall, & Bradbury, 2003) 。Whisman (2001) 的研究指出婚姻苦惱與罹患身心疾患的風險增加有關，包括：焦慮疾患、情感疾患，如憂鬱症，以及物質使用疾患。

利翠珊 (1995) 在其新婚研究中指出，其研究參與者中屬於「貌合神離」型的夫妻，可能在妻子與夫方家族的關係出現障礙，又夫妻無法產生實質的溝通時，兩人漸行漸遠，因而可能導致最終的婚姻解組。張思嘉、周玉慧、黃宗堅 (2008) 的研究亦指出，新婚三、四年間是許多適應問題產生的時機，是最容易發生婚姻解組的時期。此外，Lebow (2002) 認為大多數時候，有著高度婚姻苦惱的夫妻會經常爭吵，且其爭吵通常未解決問題，反倒只是帶來精疲力竭感。或者他們可能不爭吵，而只是覺得兩人之間完全沒有連結，關係之間充滿著疏離感。因此新婚夫妻的婚姻苦惱也可能使其產生離婚意念，Graber 與其研究團隊 (2011) 的研究亦試圖了解新婚夫妻是否曾考慮或採取過任何與分居或離婚有關之特定具體行動。

本研究便是以曾產生離婚意念或採取任何與分居或離婚有關之行動為探究新婚苦惱的具體指標。

### 第三節 新婚苦惱者維繫婚姻的保護因子

新婚夫妻的婚姻苦惱是動態而非靜態的結構 (Kurdek, 2003)，可能逐漸惡化，也可能逐漸好轉。Elder (1995, 1997) 認為個體係透過在歷史與社會環境之限制與機會中所做的選擇及行動來建構其生命歷程，不過人們的自我效能感及對生活方向的控制變異仍非常大。亦即個體的生命歷程被許多力量與事件所形塑，但個體在生理、歷史、社會結構、好壞運氣及其它我們可能覺察、可能未覺察的因素所強加的限制中，仍試圖藉著發揮意志力、追求其的目標，以及影響其環境，來控制其生活方向 (Gecas, 2003)。換言之，個體並非被動地受社會影響和結構限制，相反地，他們會基於他們先前知覺到的可能選擇方案來做抉擇和妥協。在特定受限的世界中，個人的計畫和決策對未來的軌跡會有重要的影響，意即個體是其生活建構的主動行動者，並且在社會結構與歷史情境的限制中作出選擇。因此，個體的計畫與意圖會影響其生命歷程的結果，而家庭也有其行動力的層面，這行動力反映在家人協商過程中 (Putney & Bengtson, 2003)。在新婚時，夫妻互動模式仍在形成的過程中，因此在婚姻初期階段的夫妻可能比在稍後階段時更具有延展性及可鍛鍊性 (Hawley & Olson, 1995)。而在婚姻中經驗到婚姻苦惱的個體或夫妻，並非都選擇以分居或離婚為其面對困境的方法，有許多個體或夫妻雖曾經歷過或正面臨著婚姻苦惱，但仍能繼續維繫其婚姻，而其所以能夠因應，與其所運用的資源有關。

#### 壹、個人資源

##### 一、 認知改變

當丈夫對妻子的衝突溝通行為有較多的善意觀點，夫和妻都會對婚姻較滿意；換言之，不論何種衝突形態，當夫或妻對彼此所用的正向或負向衝突形態採取較寬大的觀點時，他們是較快樂的夫妻 (Segrin, Hanzal & Domschke, 2009)。而范嵐欣 (2009) 的研究指出，新婚夫妻關係衝突協調的主要促成因素包括了「增進對自我的覺察與瞭解」、「核對訊息，以帶來對實際現況的瞭解與思考」以及「增進對夫妻關係的覺察與瞭解」、「增加對配偶之信任感」。

##### 二、 婚姻承諾

Tallman (2003) 曾針對 198 對新婚夫妻進行為期 5 年共三波的研究，探究新婚夫妻對其原生家庭父母之認同，對其在婚姻的承諾以及問題解決能力之間的關係。研究結果發現在承諾過程的每一階段，夫妻會更彼此依賴。如果婚姻解組的話，漸增的相互依賴會增加失落感，因此想要去解決婚姻不一致的渴望就會很高，而且在意見不合時朝向關係損害之陳述的傾向就會被減弱。因此，即使貢獻於婚姻承諾的因素沒有增加，隨著相互依賴的增加，婚姻關係的穩定性應該也會增加 (Tallman, 2003)。亦即夫妻的個人經驗 (父母的婚姻狀況、對父母的認同、受配偶吸引的程度以及婚姻滿意度) 催化了夫妻承



諾的產生，而承諾與有效的問題解決是有關聯（Tallman, 2003）。

蘇奕勳（2003）的新婚研究發現：新婚四年內的夫妻雙方結婚後的婚姻承諾愈高，其婚姻穩定度愈高。丈夫自我犧牲承諾愈高，丈夫、夫妻婚姻穩定度愈高。而且新婚四年內的丈夫整體婚姻承諾高於妻子，且在自我犧牲承諾、努力程度承諾皆高於妻子。丈夫努力承諾愈高，丈夫婚姻穩定度亦愈高，而妻子努力承諾不只和其自身婚姻穩定度相關，和夫妻婚姻穩定度亦達顯著相關（蘇奕勳，2003）。此外，新婚夫妻在努力解決其差異時，練習控制其負向情緒表達的能力或意願，被證實是在婚姻關係中有效問題解決的必要成分（Tallman, 2003）。在范嵐欣（2009）針對新婚夫妻婚姻衝突所進行的研究中也發現夫妻關係衝突協調的促進因素包括了「願意在關係中釋出善意」、「對改變願意承諾」、「期待建立新的溝通模式」、「期待持續成長並有努力意願」。

### 三、 知覺配偶調整改變

新婚階段係婚姻角色調適之黃金時期；婚姻角色扮演受互動之影響而變化（楊淑君，2004）。對其配偶之特質維持最正向知覺的夫妻較可能對婚姻關係持續承諾，且最能夠有效處理其婚姻問題。夫妻對關係愈承諾，愈不可能會使用敵意與控訴言詞來面對夫妻的意見不合（Tallman, 2003）。范嵐欣（2009）的研究指出，新婚夫妻關係衝突協調的主要促成因素包括了「感受到配偶所釋出的善意」。

### 四、 正向的問題解決行為

Cohan & Bradbury（1997）針對60對新婚夫妻進行為期18個月的貫時性研究，結果發現新婚者的問題解決行為可以調節生活事件與婚姻適應之間的關係，有些行為使得新婚者對生活事件更具韌性。

張思嘉、周玉慧、黃宗堅（2008）指出在婚姻調適的過程中，面對妻子的要求，新婚丈夫的回應方式對適應的結果有重要的影響。若丈夫能扮演調解者的角色，則夫妻可從失調狀況轉至積極轉化的狀態。夫比妻更常使用「個人內積極」的方式來處理適應問題，亦即主動地改變自己的想法或行為，以因應對方的期待，或主動尋求問題解決的方式（張思嘉、周玉慧、黃宗堅，2008）。

### 五、 婚姻中的忍

在一項對新婚夫妻的訪談研究中，利翠珊（1995）歸納出夫妻常用的五種婚姻調適策略，分別是忍耐克己、大事化小、迂迴繞道、直言不諱與公平互換。利翠珊（1995）進一步指出，如果妻子是以忍耐服從的方式調適婚姻困境，長久下來很容易感到既苦且怨；但如果她以隔離或逃避的方式來調適，雖然生活中仍會有處處受限的「苦」，對婚姻卻不致有太多的「怨」。可見不同型態的忍，有可能使個體在婚姻中產生不同的感受。

## 貳、夫妻資源

### 一、彼此的支持與信任感

新婚夫妻之間的社會支持交換有助於避免新婚夫妻落入婚姻苦惱中 (Pasch & Bradbury, 1998)。Brock 與 Lawrence (2008) 以 101 對新婚夫妻為研究對象，所進行之三年四波測量的研究發現：丈夫提供適當的支持對妻子在長期壓力和婚姻滿意之間的相關性上有調節力，當丈夫提供足夠支持時，妻子呈現出壓力增加但較滿意的婚姻軌跡。Lawrence 等人 (2008) 對 275 對新婚夫妻互相提供支持的數量及適當性與其婚姻滿意之關聯性的研究亦發現：相較於丈夫知覺到配偶提供之支持的數量，丈夫知覺到配偶提供之支持的適當性，對其婚姻滿意更具預測力。而妻子的部分則剛好相反，亦即妻子知覺到配偶提供之支持的數量，而非支持的適當性，對其婚姻滿意較具預測力。

Quinn & Odell (1998) 以 93 對新婚夫妻所進行的調查研究發現：在新婚第一個月，雙方的年齡、收入與教育程度對婚姻的調適有影響，教育程度較高者情緒成熟度較佳。但這些背景文化迷思的影響力隨時間而遞減，雙方對人際經驗的期許將逐漸取代最初對婚姻期待的重要性；夫妻信任感，及對配偶改變的期待與新婚調適有顯著的相關。新婚期的夫妻在前幾個月所建立的人際信任感之良窳，能預測往後兩年婚姻調適的好壞。Schramm 等人 (2005) 的研究也指出：婚姻中的保護因子，包括尊重、讚賞、承諾、相互表達情感以及信賴，是新婚夫妻之婚姻滿意與婚姻適應的強力預測因子。

### 二、夫妻具相容性

相容性 (compatibility) 指的可能是社會相似性，例如宗教、社會階級、種族或教育程度的相似性。而相容性與夫妻個人的特質有關，夫妻之間有些特質的組合會比其他特質更容易增進婚姻和諧 (Crawford, et al., 2002)。此外，在夫妻意見之一致性方面，范嵐欣 (2009) 的研究指出，新婚夫妻關係衝突協調的主要促成因素包括了「雙方有共識」。

## 參、社會資源

### 一、社交網絡的支持

新婚夫妻在婚後的朋友與親屬網絡變得愈來愈相互依賴 (Kearns & Leonard, 2005)，更且，雙方朋友親屬網絡的相互依賴可預測妻子在新婚一週年的婚姻品質，而妻子在新婚一週年的婚姻品質可預測新婚第二年夫妻之朋友與親屬網絡的相互依賴。在丈夫的部分則無顯著關係 (Kearns & Leonard, 2005)。美國黑人新婚夫妻亦是藉著延遲婚姻、節省開支以達到結婚目標、發展相互依賴感及更為親密的關係，以及尋求並接受家人的協助來顯出其面對經濟困境時的婚姻韌性 (Chadiha, 1992)。國內部分，張思嘉 (2001a) 在其以新婚夫妻為對象的研究中發現台灣華人的擇偶歷程仍舊處處受到周遭

親友的影響。在台灣適婚男女的擇偶歷程中，其他社交網絡中成員的看法仍有重要的影響力（張思嘉、李雅雯，2009）。

## 二、與原生家庭的連結

Chadiha 等人（1998）的研究發現：對美國的非裔新婚夫妻來說，婚姻生活初期的婚姻主題即包括夫妻如何在其生活中整合、考慮和商量雙方原生家庭之影響，儘管與原生家庭的連結是有壓力的。家庭的特質，如配偶的家人是否適合於發展親近的連結（凝聚力），以及配偶本身與家人的連結等，都會在決定個人與配偶家人之關係方面，扮演著重要的角色（Timmer & Veroff, 2000）。

Orbuch 的研究團隊（2013）針對新婚夫妻進行 16 年的貫時性研究發現：新婚者與家庭的情緒連結（emotional ties），尤其是與配偶家庭的情緒連結與其婚姻結果有關聯性。婚姻初期的家庭連結，尤其是與姻親家庭成員的情緒連結，對夫妻的婚姻穩定性有長期的影響效果。對新婚男性來說，與家庭的緊密情感，尤其是與配偶家人的緊密情感，會降低其後來的離婚機率。男性與配偶家人的情感緊密有助於強化其與配偶的情感連結，也會使配偶重視此種行為的價值。對新婚女性來說，非裔新婚夫妻中的女性在婚姻初期與配偶家人的情感連結愈緊密，其後 16 年的婚姻生活愈不可能走向離婚；究其原因包括：配偶家人可能提供了對其婚姻的肯定，以及其它心理上及實際生活上的協助，如協助照顧子女及處理其它家務等，而緩衝了新婚夫妻生活中，諸如經濟及其它結構上的壓力源，可能對其婚姻的衝擊。



### 第三章 研究設計與方法

本章共分七節，主要說明研究方法之選擇與進程序，包括第一節研究方法之選擇，說明研究者如何選定以詮釋現象學作為本研究之方法學，含研究典範之選擇、研究取徑之選擇、詮釋現象學方法論。第二節前驅研究，包含執行過程及研究者反思。第三節研究工具，包括研究者角色、訪談大綱。第四節研究參與者，含選擇條件與招募方式，以及個人背景與婚姻狀況簡述。第五節研究資料蒐集與分析，含研究場域、資料蒐集、資料整理分析策略與步驟。第六節研究嚴謹性。第七節研究倫理的考量。以下分別說明。

#### 第一節 研究方法之選擇

##### 壹、研究典範的選擇

研究者欲理解所探究的社會世界時，往往需要典範來作為依據。Guba 與 Lincoln (1998) 曾指出：將「典範」運用在科學研究的領域，可以詮釋為研究者對所探究之社會世界持有的價值信念，而這種價值信念往往會左右研究者對社會現象真實本質的假設，進而影響研究者所採取的研究策略與方法。目前社會科學研究社群對於科學研究的典範，習慣以量化與質性研究作為區分之標準（潘淑滿，2003）。而質性研究和量化研究所關注的焦點各有不同，且分別使用不同的方法，從不同的角度對事物的不同側面進行探究（陳向明，2002），兩者之間沒有孰優孰劣的問題，只不過是適不適合的選擇（畢恆達，2005）。

Taylor 與 Bogdan (1984) 指出質性研究廣義的解釋為：產生描述的（descriptive）資料研究，描述的內容包括人們說的話、寫的字和可觀察的行為（黃瑞琴，2004）。其基本特色乃是在研究現象的自然情境中，提供生動且完整的描述，不受先前決定的建構所限制，能於現象自然發生的情境中探索現象（吳芝儀、李奉儒譯，1995）。而質的研究重視社會文化脈絡的整體性、「人、事、物、情境」之間的互動、符號語言的功能與指涉及現象產生的意義；並且強調主體意識的作用及意義的理解，其主要目標是企圖在自然情境下對社會文化現象或社會行動意義獲得闡釋性的理解，整個研究設計具有彈性，研究者可以視實際需要與情況來調整研究的流程與方法（甄曉蘭，1996）。

那麼什麼情況適合質性研究方法呢？Maxwell (1996) 曾表示質性研究的長處主要是得自它的歸納性取向，著眼於特別的情況或人物，並且強調文字而非數字，因此特別適合於五種研究目的：1) 瞭解意義；2) 瞭解特定的情境；3) 界定未預期的現象及影響；4) 瞭解歷程；以及 5) 發展因果的解釋（高熏芳、林盈助和王向葵，2001）。而與 Corbin (1990) 也指出下列幾種情形適合質性研究方法：1) 為揭示經驗內涵；2) 為揭露並解釋一些在表面下鮮為人知的現象；3) 對於一些人盡皆知的現象能採取新鮮又具創意的切入點；4) 為瞭解量化方法所無法鋪陳的細緻、複雜情況（徐宗國譯，1997）。

甄曉蘭（1996）整理質性研究的適用情況包括：1）進行實驗設計或量的研究屬於不可能或不合適的狀況；2）需提示相關變項，以便為後續量化研究鋪路；3）探究事件的確實情況與結構，以提示假設的作用；4）為全面地解釋問題的複雜性；5）瞭解特定事件中特定對象的意義觀點。簡春安與鄒平儀（1998）則是認為下列五種情境比較適合運用質性研究方法：1）進入一個不熟悉的社會情境；2）研究情境較不具控制或權威；3）研究的概念或理論仍處於初步建構的階段；4）強調被研究者的觀點對研究結果的詮釋之重要性；5）為了界定新的概念或形成新的假設。此外，高淑清（2002）也表示質性研究有六個適用時機：1）研究問題的本質是探索性或發現性的；2）研究問題的焦點在於互動與過程；3）研究關心個別化的經驗與結果；4）研究對描述性資料感興趣或有深入的需要；5）研究對於可能最重要的互動歷程或變項尚不明確時；以及6）當運用歸納性或自然取向的策略較符合研究目標時。

每一種質性研究的策略都提供一特定且獨特的觀點，比其它觀點更易於闡明實體（reality）的某些層面，也更適合於某種特定的資料。而研究問題的本質及研究目的決定了研究策略；如果研究問題關心的是一現象的意義，那麼較合適回答此類研究問題的方法就是現象學（Morse, 1998）。本研究的目的是想要深入瞭解新婚苦惱者在婚姻生活中對其婚姻苦惱經驗的認知感受、他們如何面對其婚姻苦惱，以及他們仍願意留在婚姻關係中的考慮與努力，期望透過對於婚姻經驗的探究，提供對於婚姻苦惱內涵的瞭解，並著重新婚苦惱者對其夫妻與家庭角色、以及自身生活之連結的主觀詮釋，這與上述「瞭解意義」、「為揭示經驗內涵」、「研究問題的焦點在於互動與過程」、「強調被研究者的觀點對研究結果的詮釋之重要性」、以及「研究關心個別化的經驗與結果」等質性研究的適用情境相符，且與質性研究期望透過當事人的眼光瞭解其所在世界的性質不謀而合（胡幼慧，2002），因此，本研究不選擇量化研究，而採取質性研究方法。

## 貳、研究取徑的選擇

齊力（2003）指出，過往因為質性研究在知識論及研究方法上的不夠嚴謹，使其與量化研究並非被同等地重視，直到近二十年間質性研究方法上的一些新進展，特別是在詮釋學與批判理論被視為不同於實證主義的研究取徑，且被廣泛地引進社會科學之後，質性研究才真正獲得獨立的地位。而質性研究並非指單一研究格式，而是指一些具共同特性的研究傳統所聚合而成的探究形式，例如俗民誌、個案研究、歷史研究或行動研究等，而其所交織呈現出來的多元理論基礎與哲學傳統更包括了符號互動論、現象學、詮釋學等（甄曉蘭，1996）。齊力（2003）亦從另一角度指出質性研究主要包括「詮釋社會科學」與「批判社會科學」兩種研究取徑；其中「詮釋取徑」強調行動者會賦予行動以主觀意義，研究人員需把握此主觀意義，以此為基礎建構知識，因此必須理解與描述行動的主觀意義，並重視事物的獨特性，甚至以掌握此獨特性為知識的重要旨趣。本研究的關注焦點在於如實地呈現被研究者的主體經驗，亦即如何能由研究參與者的角度認

識其生活世界，並在探索其生存脈絡中，理解其對生活經驗所賦予的意義；而參與者與研究者在相會與訪談的過程中，也不斷相互地建構彼此經驗的發生。因此，研究者將以「詮釋取徑」來回答本研究的研究問題。

詮釋現象取徑即是一解釋性科學，其目的是對某一經驗或其所代表的意義進行探索；亦即在於尋找事件或真實經驗背後的意義，且從研究者與受訪者之間的對話及相互了解的過程去解釋受訪者之經驗的意義，並企圖去發現受訪者經驗或意義的某些組型（高淑清，2001）。而在「詮釋取徑」中，主要是以詮釋學與現象學為重要的方法論，重視主觀經驗的詮釋與現象現象的還原，並以深度訪談法、田野觀察法與文本分析等方式，作為接近被研究者現場的研究方法。對本研究而言，研究者的關注除在還原新婚苦惱者的婚姻經驗本質之外，亦期望藉由意義之詮釋呈現經驗本質背後更深層且豐富的涵義。在「詮釋取徑」的知識與方法論中，研究者認為兼具描述現象經驗，與解釋現象意義的「詮釋現象學」（hermeneutic phenomenology）最為貼近本研究之內涵，因而以「詮釋現象學」來進行文本資料的收集、分析與解釋。由於詮釋現象取向分為現象學與詮釋學兩大部分（劉姵嘉，2003），以下將透過對現象學與詮釋學的理解談詮釋現象取向；並說明本研究採用詮釋現象取向的考慮。

### 參、詮釋現象學方法論

詮釋現象取向（hermeneutic phenomenology）源起於海德格於其「存在與時間」一書中的概念，他認為個體的理解是不可能完全的「懸置」，人必定會帶著先前的理解進入現象場域中（高立文，2002），亦即現象的描述和解釋是不可分的（劉姵嘉，2003）。而詮釋現象學方法論融合現象學（phenomenology）與詮釋學（hermeneutics）的哲學觀與重要概念，所以，詮釋現象取向一方面是描述性的（descriptive）（現象學的）方法論，因為它不但關注事情是如何顯現出來的，它也要讓事情自己說出來；另一方面也是解釋性的（interpretive）（詮釋學的）方法論，因為它聲稱沒有無法解釋的現象（Van Manen, 2004）。也就是說，詮釋現象取向乃「研究者本著對現象學方法的哲學理念與批判，且蘊含著詮釋學的觀點，試圖對人類的經驗及人類所建構的意義作互為主體的瞭解，尋找經驗背後的意義組型，並對此經驗加以解釋」。因此亦可說是詮釋現象取向在於理解現象本質、藉由同理擬情、對現象還原或存而不論去重新建構並解釋研究參與者要表達的意圖，希望在歷史脈絡中把握研究對象的意識與語言的抒發表達（高淑清，2001）。

現象學是由德國哲學家胡塞爾（Edmund H. Husserl）首先用於嚴謹科學的發展中，接著由舒茲（Alfred Schutz）將其擴展且穩定地發展為一主要之哲學和社會科學觀；究其意義，胡塞爾指出現象學為：對於人們如何描述事物，且透過其感覺來經驗事物之研究（吳芝儀、李奉儒譯，1995）。胡塞爾的現象學是致力於描述世界如何組成並經驗有意義活動的一種科學，亦即現象學針對發生在參與者生活脈絡當中的現象進行研究及分



析，並提出該現象的心理意涵（Van Manen, 2004）。更且，現象學強調人們行為的主觀意識，主張現實是社會建構的，其核心訴求在於欲明白現象經驗的結構與本質（甄曉蘭，1996）。

而現象學除了重視日常生活世界中的動態互動關係之外，也強調對現象的瞭解應回歸事物的本質。其研究取徑主要是一種試圖以那些被研究者的觀點來了解其經驗之事物的一種研究方法；進入數位研究參與者的知覺領域；看他們如何經驗、生活並展現這現象；並且尋找參與者經驗之意義，亦即他們的生活經驗及意義，以及其經驗中的意識結構（Polkinghorne, 1989）。因此，為要達成對日常生活經驗與行動的理解，研究者須對平常自以為擁有的知識「存而不論」（reduction），將視為理所當然的思維方式及原有的假定「置入括弧」（bracketing），讓事物本身自然呈現（吳芝儀、李奉儒譯，1995；潘淑滿，2003），因此研究者需要把自己的先見（preconceptions）放置一旁，以更了解研究參與者所經驗到的現象（Creswell, 1998），亦即在沒有預設立場與期望的前提下，瞭解呈現在意識層面上的生活經驗（lived experiences），並藉由對這些生活經驗本質的理解，擴展人類的視野（高淑清，2000）。換言之，這類研究描述一現象（或主題或概念）對數位個體之經驗的意義。在研究中，研究者將經驗還原（reduce）至經驗的主要意義或‘本質’（Moustakas, 1994; Creswell, 1998）。

詮釋學主要是對詮釋性理解或意義的研究，並且特別注意脈絡關係和原始目的（吳芝儀、李奉儒譯，1995；甄曉蘭，1996）。至於詮釋學的起源係源自於古希臘、羅馬神話中專司向人們傳遞神旨意的「Hermes」與「Mercury」，但在啟蒙運動之後，被發展為一門探討意義的理解或詮釋的學問（游家政，1993）。施萊爾馬赫（Friedrich Schleiermacher）為首先使用「詮釋循環」概念的人（管貴貞、連秀鸞，2005），他結合「文法解釋」與「心理解釋」以重建作者創造的歷程。狄爾泰（Wilhelm Dilthey）則從生命的整全意義出發，認為「生命表現」可以通過擬情的再體驗來理解（游家政，1993）。海德格（Martin Heidegger）主要關心的是透過對「存在」的詮釋，來展現所謂事物本身；就此概念而言，他的詮釋概念預設了一種先前的理解（沈清松，1985）。高達美（Hans-Georg Gadamer）特別強調理解的歷史特性，認為在理解時有一種由「先前理解」（pre-understanding）或「先前判斷」所構成的視野（horizon），作為理解的背景。詮釋者必須覺識到其與詮釋對象是同屬於整個「影響史」，因而能透過對話的形式，融合過去與現在的視野（游家政，1993）。

詮釋學與現象學被視為在所有人文與社會科學的領域中，去解釋並有意義表達人類在社會、歷史與政治背景裡主動的內在、認知與精神生活（Van Manen, 2004）。至於詮釋學與現象學的關係，Ricoeur 在 1982 年表示現象學與詮釋學兩者是無法分開的，甚至是互補的，詮釋乃根基於現象，而現象是以詮釋為前提而存在；現象學無法超越詮釋學的預設，若缺乏詮釋學，現象學也無法構成（溫明麗，2003）。海德格派詮釋學的主要



方法(如厚實描述、範例)使得研究者能引出並詮釋研究參與者之生活經驗的意義(Morse, 1998)。國外雖已有婚姻苦惱的相關研究，但累積的研究基礎仍然有限；而本研究對新婚苦惱者之婚姻苦惱經驗與認知感受的探索性質濃厚，在對議題的瞭解太少，且相關文獻亦相當有限的情況下，採用能夠深度描述並歸納資料的質性取向研究方法會是較為適當的。再者，由於「瞭解」需要去關注人們在不同的、特有的文化社會背景脈絡下的經驗與解釋(胡幼慧, 1996)，以掌握人們建構其意義的歷程與描述意義的方式(Bogdan & Biklen, 2001)，而質性研究重視受訪者與研究者之間關係的建立，以及在研究中彼此間的共同構築，因此可以協助研究者貼近感到苦惱之新婚者的生活，探索他們在這個情境脈絡中的角色位置和相關生活連結，以及他們對於自身所感受之婚姻苦惱的個人觀點與因應行為。

研究者在訪談進行中，要先將閱讀文獻時所產生的先前理解先放置於括弧中，在自然及信任的氣氛中與受訪者進行互為主體的對話，以開放的心去傾聽對象本身所發出的聲音，藉由互為主體的對話方式，讓經驗世界可以展現原有的風貌，使現象還原並能真確地顯現受訪者真實的生活經驗，再以「整體-部分-整體」的詮釋循環概念往返於文本間進行詮釋，擷取出受訪對象生活經驗背後的深層意義(高淑清、廖昭銘, 2004)。本研究即欲以此取向來達到對新婚苦惱者之生活世界及婚姻苦惱的理解，並從其所表達之生活事件與互動經驗中，瞭解其婚姻生活的意義，且詮釋其婚姻苦惱經驗以及他們對於此經驗所賦予的意義。

Van Manen (2004) 指出，詮釋現象取向是生活經驗的研究，是對我們生活經驗意義之描述。其目標在於與原本經驗的重新接觸，在於讓意義清楚明確以及尋求意義的普遍性。從詮釋學的觀點來看，任何被理解的對象，包括其思想體系，都是一個有機的整體；每一個單一部分都和其他的部分相互聯繫著，而且當要去理解任何一個單一的原則或思想時，都必須注意到它的歷史背景，以及整體性的脈絡，而這些歷史背景或整體脈絡放在個人身上時，就不單是指當事人的家庭與環境背景，也關乎著他原先的思考、概念、理解與信念。研究者認為這樣的觀點對於深入探究新婚苦惱者的經驗是極為必要且具意義的，此為選擇詮釋現象取向的原因之一。

再者，詮釋現象取向的觀念強調的不是主、客體的聽與說，而是詮釋者與被詮釋者互為主體的對話過程。所以詮釋的結果也是雙方視域融合後的產品，詮釋者一些先前的理念也會在與被詮釋者的對談中，以及自我反省裡繼續著它永無止境的建構。更且，在研究者與研究參與者訪談的過程中已經運用詮釋學對話的理念同時進行詮釋的工作了。本研究所欲探究的是新婚苦惱者在婚姻生活中的苦惱內涵及其適應，所著重的是研究參與者與其配偶在互動過程中經驗的流動，而非單一事件的結論，以及研究參與者對於其所生活的世界之思考方式，並且重視其獨特性及其對自己婚姻故事的意義建構和解釋。因此，研究者認為使用詮釋現象取向所堅持的澄清主客觀經驗的理解，以及強調對

人事物及經驗的具體描述與忠實呈現，最能反應出研究對象的真實感受，且呈現其婚姻苦惱經驗的原貌與意義。

總括來說，研究者將透過與受訪者進行互為主體的對話，以蒐集受訪者豐富的生活經驗與內在感受，並且以質性研究取向中的詮釋現象取向為方法，以現象學的還原來呈現研究參與者真實婚姻生活經驗中婚姻苦惱的原貌，再經由詮釋學的擬情理解與受訪者達到互為主體的同意，最後將訪談文本以主題分析的步驟，來尋找當中的情境脈絡，以共同主題的呈現方式，來詮釋研究參與者之婚姻苦惱的意涵。

## 第二節 前驅研究

### 壹、前驅研究之執行過程

研究者為了解本研究之研究工具如訪談大綱及生命圖表之適用性，以及執行過程之困難處為何，在進行正式研究之前，先以前驅研究試行之。前驅研究進行過程如下：研究者自親友間邀請到四對自認具有婚姻苦惱且婚齡在五年內的夫妻，共八人，這四對夫妻皆有 1~2 名子女。訪談採夫妻分開訪談方式，訪談地點包括其住家、咖啡廳及辦公場所的會議室，每人訪談時間為 1~2.5 小時。除了據此經驗並修訂訪談大綱外，並作為正式訪談之學習。

### 貳、前驅研究之研究者反思

#### 一、 研究參與者邀請條件之反思

在前驅研究中，研究參與者的邀請條件包括了個人自認具有婚姻苦惱的新婚者，但未明確列出需曾經產生離婚意念，且曾向他人表達過者。因此八位受訪者雖在訪談中陳述其個人的婚姻經驗，但其所述說的經驗內容無法符合本研究之研究目的，因此更確定在正式訪談的參與者邀請時，要清楚列出邀請條件包括曾產生離婚意念，且曾向他人表達過的新婚者。

另由於前驅研究的訪談夫妻中有一方係研究者的親友，因此儘管另一方不認識研究者，但在訪談中表現出的配合態度，讓研究者確定在正式訪談時，所邀請的參與者必須為與研究者無先前認識或接觸經驗的新婚者，以使參與者不必拘泥於關係或身分，可以暢所欲言。

#### 二、 研究者訪談態度及技巧之反思

訪談一開始就向所有受訪者說明這是正式研究進行之前的前驅研究，目的是要協助研究者了解正式訪談中可能遇到的困難並做更好的準備，且其資料會予以保密等原則，但由於研究者年齡稍長，與參與者之間有些年齡差距，因此在訪談開始時，受訪者顯得較為拘謹，研究者發現需要自身先放輕鬆，且在過程中顯露以受訪者為師，自謙對現代新婚者之婚姻經驗了解不多，但對其婚姻苦惱充滿想要了解的興趣，需要受訪者協助的態度，才使受訪者慢慢輕鬆下來。

有關在訪談中的等待和引導等問題，研究者在重複聆聽訪談錄音帶及閱讀逐字稿的過程中，發現自己在訪談過程中有多次太快提問的現象。研究者反省到若不予以引導或太快提問，而是繼續等待，或許可以使受訪者自行決定繼續往下談的方向和深度。檢討中發現，在面對男性受訪者時，研究者較容易出現這種情形，這經驗提醒研究者在正式訪談時，預留更多時間讓男性參與者可以沉默，可以自然且從容地顯露其婚姻生活經驗。

此外，與四位男性參與者訪談的經驗也讓研究者學習到如何開始和男性進行訪談，若所談盡都是婚姻生活或家務事時，較不容易讓男性暢所欲言，但若從其工作切入，再談工作與家庭，或工作與夫妻關係時，就可以使男性的表達或陳述更為流暢且豐富。

### 三、 研究工具之反思

在訪談進行之前，先讓受訪者試著劃出其婚姻的生命圖表，受訪的新婚者所畫出的婚姻生命圖表，皆較無特定的高低變化時間點，從訪談經驗中習得，受訪者較能表達其結婚至今的種種不適應、衝突或苦惱經驗，但要詳究其間因特殊事件或經驗而有的高低變化，則屬不易。在正式訪談時，考慮經生命圖表當作一協助受訪者整理其過往經驗的輔助工具，而非正式的研究工具。

### 四、 訪談場地之反思

由於前驅研究的受訪夫妻中有一方為研究者的親戚或朋友，因此受訪者建議的訪談地點包括在其家中，在訪談結束後，得知該對夫妻為了配合研究者來訪，特別花時間整理家裡，有些辛苦，再加上與女性的訪談過程中，因配合其照顧孩子的需要，訪談常被打斷，影響受訪者思考及表達的連貫性與流暢度。從此經驗中學習到在正式訪談地點的選擇時須提醒受訪者這個部分，供其參考和決定。

### 第三節 研究工具

#### 壹、研究者角色

Patton (1990) 認為在質性研究中，研究者本身即是蒐集和分析資料的重要研究工具 (吳芝儀、李奉儒譯，1995)，在研究過程中扮演的角色包括：研究對象的招募及篩選者、訪談者兼觀察者、以及資料蒐集、處理、分析者。以下僅就研究者的相關訓練與經驗、研究者與選擇主題的關係，以及研究者在研究方法上的態度與做法分別說明之：

##### 一、研究者的相關訓練與經驗

因研究目的在於瞭解參與研究者如何解釋其經驗世界，研究者除了須具備相關的知能及技巧外，尚需秉持著真誠而開放的態度，進入研究參與者的主觀世界，做擬情的瞭解。本研究係東海大學社會工作研究所畢業，曾接受 Satir 模式家族治療的二年訓練、「婚前/婚後成長課程」(PREPARE/ENRICH PROGRAM) 的協談員訓練，並先後在花蓮基督教女青年會、約明文化事業基金會婚姻輔導中心及愛家文化事業基金會進行婚姻輔導工作，目前於台灣師範大學人類發展與家庭學系家庭生活教育組博士班進修中，對於婚姻教育與夫妻關係經營之相關議題熟稔，且有著濃厚的興趣。在工作中亦多有機會帶領夫妻成長團體、營會或相關課程，並運用「ENRICH」評量工具從事夫妻關係評估和協談輔導，輔導過的夫妻將近 70 對。從和那些參與夫妻一起工作的經驗中，研究者深深體認到夫妻關係受到個體與家庭發展過程中諸多因素的交互影響，故而維繫經營不易，因此夫妻是否願意一起面對婚姻問題或苦惱，協力解決衝突、改善關係或生活現狀，其個人的行動力是非常具關鍵性的。

在質性研究的學習方面，研究者在碩士班及博士班就學期間先後修習過二學期的「質性研究」課程，並曾參加過國立中正大學所舉辦 7 小時的「質性研究工作坊-詮釋現象學與其研究方法」，以及 12 小時的「質性資料分析方法 - 主題分析法實務第六期」工作坊。在實際的質性研究方面，曾進行過「女性的婚姻受挫經驗研究」，亦曾參與行政院衛生署管制藥品管理局之「無毒家庭計畫成效評估研究」，參與其中質性資料的收集與分析，以及報告的撰寫。其後，亦曾參與台灣世界展望會之「永齡希望小學學童學習成效質化研究」，參與其中質性資料的收集與分析，並完成報告的撰寫及發表。另在開始進行論文的過程中，亦同時到國立台灣師範大學教育研究所修習「質性研究專題討論」課程，以補充研究者的質性研究知能，並與自己過往的一點研究經驗進行對話，或做相關概念的澄清，或作技巧及方法上的再確認，以便為本研究做更多的準備。

##### 二、研究者與選擇主題的關係

從研究者的背景可以瞭解，研究者對夫妻關係經營有濃厚的興趣，並由對夫妻雙方

的關懷為出發點，選擇此研究主題，想探究新婚男女在其所想望的婚姻生活中經歷了什麼樣的困境，會使得他們感到苦惱，甚至曾考慮選擇以離婚來作為結束；而他們個人的個人信念與生活脈絡又如何影響其婚姻生活與夫妻互動。加上研究者自身在婚姻中亦經歷自己之認知、信念與當下婚姻生活的撞擊與衝突，常在堅持與妥協、力爭與折衝之間擺盪掙扎，故頗能感受夫妻在婚姻中面臨衝突時的苦惱與失落，亦深覺個人行動力在面對婚姻苦惱時的重要性和影響力。

### (一) 研究者對婚姻苦惱的視框

研究者的童年記憶中不乏看見父母親衝突爭吵的經驗，父親過世後，又看到寡母如何的奮力求生存，設法養大八個孩子。因此結婚後的自己在遇到與先生意見不同或生活中感到委屈時多選擇委婉地抗議，自覺不敢和先生大吵，彷彿大吵就會出事或嚴重破壞關係，導致對方離開。再者，在夫妻衝突時，對於先生的不滿和生氣事由，常感困惑和難以理解。在單親家庭中長大的生命經驗，以及個人的婚姻經驗，使得研究者對妻子角色及女性經驗有較多的體會，但對丈夫角色及男性經驗則缺乏深層的理解，這讓研究者有機會能不緊抱先見與預設立場，而在研究進行中，更貼近男性參與者的經驗。但對於女性經驗及妻子角色的理解，研究者仍須在研究過程中不斷提醒自己並覺察，以避免因個人經驗與先備知識而擾亂資料蒐集與分析的過程。研究者自我提醒的思考是當研究參與者陳述其某一片段的婚姻苦惱經驗時，不擅自連結其他經驗或自行解釋，而是要更清楚探詢受訪者之語意；研究日誌、札記、反覆進出文本的檢視、與師長及同儕夥伴的討論，以及請參與者對文本進行檢核及回饋，都對這方面有所助益。

### (二) 研究者對性別經驗的視框

研究者自覺原生家庭「重男輕女」，家中子女數為六女二男，至於為何家中貧困，父母仍要生八個孩子？就因祖母要求母親必須生兩個男丁，才能湊足一對香爐耳，將家族香火傳承下去。家中男性從不必做家事，家事是女人的事；過節殺雞，最好的腿和翅是留給男丁吃的；女兒嫁出去是別人的，兒子才是母親的依靠等。個人成長過程中印象深刻的事包括：學齡前階段的我很羨慕當時身穿新衣和圍兜兜的弟弟，每天可以搭娃娃車去念幼稚園。跟媽媽吵說我也要像弟弟一樣，得到的回答是女生不用念幼稚園，太貴了，等著去上小學就好。國小年紀時，過新年買新鞋，我嫌媽媽買的新鞋不好看，很像男生穿的鞋；媽媽說，過年時穿一穿，然後就要收起來，以後留下來給弟弟穿。這種種的經驗讓我很想當媽媽的兒子，當時不明白，只知道要不斷努力求上進，給別人稱讚，就對了；青少年階段一度對自己的性別認同感到困惑，不認為自己是個討人喜歡的女孩，也不覺得會有異性追求。

這些生活經驗使得研究者對性別平等出現矛盾情結，有時敏感度不足，容易將兩性不平等現象視為理所當然；另些時候又敏感於兩性的不平等現象，對婚姻中的女性角色

與經驗格外同情。宗教信仰背景也讓研究者對於夫妻能否離婚有個人定見。研究者唯透過在訪談過程、對文本的反覆閱讀，及分析撰寫時，不斷自我提醒、反思與檢視，並與指導老師及同儕討論，努力不以自身經驗與觀感等「前見」，影響對研究參與者經驗之理解。在研究結果初步完成後，再透過參與者對文本及主題分析結果進行檢核及回饋。

### 三、研究者在研究方法上的態度與做法

#### (一) 研究者在訪談前的預備

研究者採取的研究方法為質性研究的低結構訪談，在開始進行訪談之前在訪談時營造一種自在、關懷、瞭解與安全的氣氛，使研究參與者感受到被接納。由於訪談對研究者和受訪者來說，幾乎都是第一次見面，因此除了以真誠的態度介紹自己並說明本研究的緣起、目的及其他相關事項之外，也讓所有參與者對研究者及本研究進行提問，直至受訪者覺得清楚了解，可以進入正式訪談為止。訪談過程中則以真誠專注、傾聽及同理的方式，讓研究參與者盡情地表達他們的經驗、看法與情感。在適當的時候，研究者也做出合宜的反應，以回應研究參與者的經驗表達。

#### (二) 避免研究訪談變成治療性會談

Kavle (1996) 認為在進行研究設計時，便需考慮研究訪談會不會變成治療性會談的可能性，這可以藉著檢視訪談並不會促進治療性關係來決定。如果訪談研究中涉及敏感的議題或受訪者，可能可以安排一治療師來充當‘後援’，以處理受訪者可能帶到訪談過程中的個人問題。在有些情況中，可能可以提供受訪者一些相當的服務以作為對受訪者的回饋。研究者在進行本研究時，已離開婚姻教育及輔導工作數年，因此係以做論文研究之博士生的身分訪談研究參與者。研究者謹記研究訪談和治療性會談的差別，除了在訪談一開始便告知受訪者此次訪談的目的之外，在訪談過程中，亦審慎避免研究者角色與助人者角色的混淆，儘可能避開讓訪談變成治療性會談的任何機會。例如當研究參與者向研究者提出問題時，研究者多以“這種情況的確很不容易，不知道你當時是怎麼想的或是如何處理的”等這類回應，讓參與者回到其自身經驗的陳述上。

不過，研究者在本研究的訪談中仍遭遇到受訪者直接表明想要婚姻協談的情形，有位受訪者在訪談快結束之際，詢問研究者可不可以為其夫妻進行婚姻協談，研究者向她表示若有需要，可以在研究結束後轉介他們夫妻給一位婚姻諮商師，為其進行婚姻諮商。該受訪者表示將和其先生討論後，再和研究者連絡。

### 貳、訪談大綱

Creswell (1998) 曾針對五種質性探究傳統進行相關元素的比較，其中提到現象學研究的焦點乃在於“瞭解對某一現象之經驗的本質”，亦即從擁有所欲探究現象之經驗的

個體處獲得資料，而此類資料收集方式應採用長時間訪談法。Denzin 與 Lincoln (2000) 則指出訪談包括了多種形式及用途，其中最常見的訪談形式乃個別化的、面對面語言交換形式；質性研究者應瞭解訪談並非中性的資料收集工具，而是兩人之間的積極互動，以導出協商過的且以脈絡為基礎的結果；因此訪談的焦點不僅包括傳統的”whats”(日常生活的活動)，還包括人們如何”hows”生活（涉及產生日常生活秩序的建構）。

本研究的研究者採用半結構式的訪談法來瞭解新婚苦惱者經驗了什麼和他們如何詮釋其所經驗的世界。訪談大綱根據研究問題與目的，以及研究者在相關文獻閱讀並與數位已婚者及婚姻協談者進行討論之後擬定，再由指導教授校閱修訂而成，以此作為正式訪談的指引。原則上訪談聚焦在婚姻歷程的經驗描述，包括過去發生的事件、過去的感受，以及經歷到什麼；接下來再圍繞著受訪者目前生活經驗的細節；最後再邀請其反思生活經驗的意義與可能的未來。

訪談大綱如下：

1. 從結婚至今的婚姻生活描述
2. 在婚姻生活中的種種感受
3. 這一路走來較特別的、較印象深刻的事
4. 有哪些苦惱經驗或事件
5. 如何看待目前的婚姻景況及婚姻苦惱
6. 仍留在婚姻中的緣由及考慮
7. 在婚姻中曾有的掙扎和努力
8. 可能的未來

### 參、協同分析者

除了研究者的論文指導教授之外，研究者在逐字稿及資料的初步編碼完成後，邀請一位具有質性研究經驗的本系博士候選人，以及一位同具質性研究經驗的博士班學生參與本研究的合作檢證團隊，詳細閱讀並與研究者討論，成為在研究者後續資料之編碼與分析，以及主題命名過程中的對話同伴，協助研究者對文本中概念的萃取，防範研究者可能產生的主觀偏誤，且在充分討論下達成共識，以提高本研究的可信賴性。

### 肆、其它研究工具

包括本研究之訪談代邀信、訪談邀請函、參與研究同意書、訪談日誌、研究札記（研究者的工作進度、逐字稿整理與分析時的重要發現、研究過程中遭遇的困難及個人省思）（詳見附錄一～五）、受訪者婚姻故事之文本節錄、研究者參與逐字稿與婚姻簡述檢核同意書，以及“婚姻苦惱經驗主題、類型及維繫婚姻現契機”檢核回饋函等，透過這些研究工具輔助研究者獲得並檢核來自研究參與者的生活經驗資料。



## 第四節 研究參與者

### 壹、研究參與者的選擇條件

Duvall 在 1957 年對家庭生命週期提出八階段論，以第一個子女的生長過程及教育階段作為劃分的依據，將家庭生命週期劃分為八個階段，其中第一個階段為建立階段，即夫妻新婚且無子女；第二個階段為初為父母階段，即家有第一個新生兒至未滿 3 歲的期間（唐先梅，2005）。由於本研究的主題是新婚苦惱者的婚姻苦惱，是故，研究者參酌內政部統計處（2012a）以結婚一年，未滿五年之離婚對數所佔比例最高作為新婚階段的分界，將新婚定義為結婚一年以上且未滿五年的期間。再者，2011 年國人平均女性初婚年齡為 29.4 歲，生育第一胎的生母平均年齡為 29.9 歲（內政部統計處，2012b）；就女性平均初婚年齡與生母平均年齡這兩個數字非常接近的情形來看，兩者非常接近，表示新婚五年內的夫妻很可能多半已育有子女。所以不論是否已有子女，其婚齡在五年內之夫妻皆可成為本研究的研究參與者。

本研究選取受訪對象的立意標準為：（1）結婚五年內，不論有無子女，夫妻至少有一方現在婚姻中很不快樂、過得很不好，而另一方也知道；（2）夫妻至少有一方曾想過要離婚，且曾對他人說出來；（3）夫妻雙方目前仍想要維持婚姻；（4）夫妻雙方皆願意接受個別訪談，且表達尚無困難者。

### 貳、研究參與者的招募方式和過程

質性研究無法像量化研究一樣，透過大量抽樣來獲取研究對象與結果，僅能透過少數研究參與者來對所欲探究之現象做一深入的探索。Marshall 與 Rossman 在 1999 年曾指出，質性研究不同於量化研究，要明確回答多少研究參與者才足夠的這個問題，並沒有一足以信賴的機制。而結果是，選擇數目需要慎思（李政賢譯，2006，p. 265）。

在研究對象的選取上，本研究採用立意取樣（purposeful sampling）的方式，選擇資訊豐富的個案做研究參與者，再運用滾雪球取樣（snowball sampling）的方式，尋求更多願意參與研究，提供豐富資訊的受訪者。本研究在進行前驅研究之後，便廣發代邀信及邀請函，但由於本研究的探究領域屬於生活中的不佳經驗，因此當時得到的回應大都如下，因此有將近一年的時間找不到研究參與者。

『這件事我恐怕幫不上忙，因為：1.夫妻不睦算是人家的隱私啦，不好意思去說「你們好像感情不好，要不要來接受研究」...哈哈。2.認識的夫妻大多已經超過「年限」，沒超過年限的不快樂也不會告訴我，那會告訴我的，我得保守秘密...。所...以...真的幫不上忙』。（2009/03/09）

『經詢問，我的牧師表示因為"婚姻難以維繫或遇到難題"這種屬於隱私隱痛的事情，願意尋求輔導就不錯了，很少人願意接受純"訪問"，做為一個牧者更不容易洩漏有這樣問題的名單給外人，除非他們自己主動願意，所以他可能無法幫忙，抱歉。』（2012/03/12）

再隔一段長時間之後，研究者再度啟動研究參與的邀請，將代邀信及邀請函廣寄研究者曾接觸過的婚姻教育機構及相關工作人士，但多未獲回應，因而轉向研究者所認識的親友、同學、學弟妹及同事們尋求協助，請他們代為轉寄本研究的邀請函及代邀請說明書，並說明本研究目前遭遇的困難。自從 101 年 3 月至 10 月間，透過輾轉介紹，共獲得 20 位受訪者。之後，雖然研究者繼續找尋合適的研究參與者，但並未再有新的受訪者出現；在研究時間的限制下，研究者經過和指導教授討論後，決定停止招募新的研究參與者。

對於已獲得的 20 位研究參與者，從和他們初次見面，進行正式訪談前的對話中得知，他們之所以願意接受研究者的訪談，有的是經過教會傳道人的鼓勵，而願意將其自身經驗分享出來；有的是因為信賴介紹者，而願意接受研究者的訪談。對每一位受訪者進行正式訪談後發現，其中有二位受訪者本身未曾主動產生離婚意念，但知其配偶曾有過離婚意念；另有兩位表示雖然其婚姻生活非常辛苦，但還沒到想離婚的階段，經與指導教授討論後，此四位受訪者之逐字稿將不予以分析和討論。

## 參、研究參與者簡述

研究參與者簡述共包含兩部分：一為研究參與者的整體背景資料，一為個人背景與婚姻生活簡述。

### 一、研究參與者整體背景

本研究共有 16 位參與者，其中女性較男性多 2 位。年齡以在 31-35 歲者居多，共有 10 位；36-40 歲者次之，共有 4 位；而 41-45 歲者共有 2 位。在教育程度方面，研究參與者多為大學畢業，共有 13 位；另有 2 位研究所以上，1 位高中/職畢業。就業狀況以上班族居多，共有 11 位；自營或無職業者共 5 位。宗教信仰以基督教共有 10 位，無特定信仰者共 5 位，約佔 1/3；另有 1 位係為特殊宗教信仰者。婚齡則以 1 年以上至 5 年者居多。子女數為一個以上者為二分之一弱，無子女者約佔三分之一左右。居住地點以北部者居多，居住狀況則呈現多元，包括與上一代同住、自有屋、租屋而居，以及借住手足家中。各研究參與者基本背景資料（如「表 3-1」）。

表 3.1 研究參與者基本背景資料

代名	性別	年齡 <sup>a</sup>	教育程度	子女數	工作	居住狀態	宗教信仰
春桃	女	35 歲以下	大學	2	上班族	與上一代同住	基督教
夏荷	女	35 歲以下	大學	0	無	租屋而居	基督教
秋菊	女	35 歲以下	高中職	0	上班族	租屋而居	基督教
冬桂	女	35 歲以下	大學	0	無	自有屋	基督教
西蓮	女	35 歲以下	大學	0	上班族	自有屋	基督教
南梅	女	35 歲以下	大學	1	上班族	與上一代同住	基督教
北櫻	女	35 歲以下	大學	0	自營	自有屋	--教
中蘭	女	40 歲以下	碩士	2	上班族	借住手足家	無
小蓉	女	40 歲以下	大學	1	上班族	借住手足家	無
志之	男	45 歲以下	大學	0	自營	與上一代同住	基督教
誠一	男	40 歲以下	大學	0	上班族	自有屋	無
正心	男	40 歲以下	大學	1	上班族	借住手足家	無
修身	男	45 歲以下	大學	1	自營	自有屋	基督教
家齊	男	35 歲以下	大學	0	上班族	租屋而居	基督教
國治	男	35 歲以下	大學	0	上班族	租屋而居	基督教
平天	男	40 歲以下	碩士	2	上班族	借住手足家	無

<sup>a</sup> 為維護研究參與者的隱私，年齡介於 31-35 歲者以小於 35 歲呈現，介於 36-40 歲者以小於 40 歲呈現，介於 41-45 歲者以小於 45 歲呈現。

而本研究在研究報告撰寫時，以匿名處理方式來保護受訪者，分別以「春桃、夏荷、秋菊、冬桂、西蓮、南梅、北櫻、小蓉；中蘭」等代名來代表女性研究參與者；以「志之、誠一、正心、修身、家齊、國治、平天」等代名來代表男性研究參與者。

## 二、研究參與者婚姻生活簡述

16 位研究參與者結婚年數不盡相同，卻也各在其婚姻生活中經驗到異中有同的婚姻苦惱，現分別簡述其個人背景及婚姻生活如下：

### 春桃的個人背景及婚姻生活簡述

春桃，年齡在 35 歲以下，婚齡在 5 年以下，就是要寫出真正的婚齡)，兩個孩子，教育程度為大學畢業，就職中，居住於北部地區，宗教信仰為基督教。目前與先生和孩子以及公婆同住。她婚前不曾想過要結婚，一度期望能成為全時間傳道，因母親反對而作罷，後經介紹而認識目前的先生。剛結婚時，上班的春桃對於每個周末需到公婆家報到感到非常疲累，交通往返勞頓加上時間上的被切割感，讓她即

使在周末仍無法獲得充分的休息。後來夫妻和孩子搬至公婆家，與公婆及其他家人同住，除了生活習慣不相同，她對來自婆婆的角色期待也感到壓力很大，與公婆相處有衝突，常被公婆責備而感到傷心；也對公婆的偏心感到非常氣憤和委屈。懷第二胎時，與公婆的緊張關係並未獲得改善，春桃因而罹患憂鬱症，又因已知道懷孕，不敢服用藥物，日子過得很痛苦，常常以淚洗面。

春桃覺得先生被公婆照顧得太好，當父親後對孩子沒有責任感，對孩子的成長需要沒有概念，無法主動分擔家務和子女照顧責任，常讓她獨自承擔責任和壓力，令她感到生氣和無奈。而夫妻間的溝通不佳，能談話的時間不多，且在很多方面沒有相同的理念，也讓春桃感到無比苦惱。春桃對自己把老大照顧並教育得很好，感到很滿意，對於婆婆提出把老二交由夫家姻親照顧的決定，她擔心孩子會被帶得不好，但又不敢表達意見，深怕公婆會生氣。她因著婚前便對婚姻不抱什麼期望，婚後又深深感覺自己不能掌控生活和人生，數次出現想離婚的想法。

直至選擇繼續留在婚姻中乃是因為考量到先生在本質上個性溫和且心地還不錯，在自己與公公衝突時，先生還為自己說話；而且她覺得在和公公衝突時，自己也有不對。另外，公婆已經比較能夠了解到夫妻需要為照顧下一代共同努力，有時候看見先生在做家事，也已比較不會批評或責罵她怎麼這樣對待先生。春桃覺得夫妻經過多次的爭吵衝突後，先生也真的有一些改變，對她的抱怨會有所回應，也較可以負責他自己生活上的事。她目前的心情是等待老家房子整修好，小家庭一家搬回去住，就比較有夫妻自主的空間，家人衝突可再減少一些。

### 夏荷的個人背景及婚姻生活簡述

夏荷，年齡在 35 歲以下，婚齡在 3 年以下，教育程度為大學畢，懷孕中，為第一胎。曾從事於通訊業，目前未就業，居住於台北地區，宗教信仰為基督教。她和先生在學生時代便已認識，就業之後才開始聯絡，進而兩地交往。目前夏荷懷孕中，沒有工作，有一段時間幫助先生處理其投資，因有虧損，且兩人意見不和，曾為此和先生鬧得很不愉快。而先生婚前負債且未積極處理，更令夏荷感到氣憤不已。此外，婚後第二次租屋時，因為還有別的房客，夏荷被迫與陌生人同住，且該人干涉夏荷夫妻的空間使用，這讓夏荷極度適應不良和難以接受，又因夫妻爭吵頻仍，夏荷便決定搬回夫家的老房子居住，夫妻變成有時分居，有時共住的情況。這段期間，夏荷覺得自己彷彿單親，常常擔心胎兒出生後會很可憐，她懷疑先生能否扮演好父親的角色。

夏荷苦惱的另一原因是她覺得先生不負責任，常會逃避處理問題，但自己又沒有安全感，常想要隨時掌握先生的行蹤。夏荷表示在結婚沒多久就想離婚了，因為不能忍受先生好幾件事欺騙她，對於每次溝通或吵架時，先生沒有反應，夏荷更覺

得很不公平。當她發現自己懷孕時更加沮喪，若真的選擇離婚，讓孩子將來像自己一樣，在單親家庭中長大，是她所不樂見的；想去把孩子拿掉，又會有很深的罪咎感，日子在矛盾沮喪中經過。

隨著肚子的逐漸隆起，懷孕的喜悅沖淡了夏荷的生氣，讓她不再那麼專注在先生帶給她的苦惱上。有時候，她覺得是自己訂的標準太高，生活中有太多的“應該”讓她和先生都很痛苦；她盡量去做一些可以做的事，轉移對先生的注意力。她目前的希望是和先生再去找一個更合適的住處，好好地把孩子生下來，其他的事以後慢慢再說。

### **秋菊的個人背景及婚姻生活簡述**

秋菊年齡在 35 歲以下，婚齡在 5 年以下，目前沒有小孩。教育程度為高職畢，就業中，居住於北部地區，宗教信仰為基督教。與先生同住，未與公婆同住。她婚前曾和先生同居，同居期間兩人先後信耶穌，秋菊因著宗教信仰上的考慮，便決定和先生分開居住。秋菊原本以為只是談一場戀愛，但行動派的先生卻主動對朋友們發出婚禮的邀請，讓秋菊覺得“傻眼”。她原本希望等未來的婆婆不再那麼反對了再說，後來因著結婚事宜多由先生一手包辦，秋菊自覺還算是個快樂的新娘；只是和婆婆之間仍然少有接觸，先生認為能夠愈少接觸愈好，因為婆婆是個說話很容易傷人的人。

秋菊在婚前同居時期較能享受兩人之間的性生活，但婚後開始起變化，因為秋菊覺得住屋空間太小，再加上工作壓力太大，常常需要加班，回家後身心俱疲，當她不覺得自己想要有性時，便希望丈夫能夠體諒她，不要碰她，但這期待未能獲得丈夫的諒解，夫妻兩人為此常爭吵。她認為丈夫很自私，只想到自己的需要；她很希望在婚姻中仍然可以享有自主和自由，她甚至很羨慕無性婚姻。另外，她也不想要有小孩，一方面是對生育過程的恐懼，一方面自己沒有辦法把自己、孩子和家都安頓得很好，也害怕會因而失去原有的自由。

雖然婚姻中仍有很大的困難，但秋菊知道先生在日常生活中其實是很體貼、很照顧她的，婚姻生活讓她更認識自己，她慢慢發現當她只看見先生的自大時，其實是沒有看見自己的驕傲。信仰也讓她逐漸明白她常把很多的自我價值放在他人對她的肯定上，她覺得這才是問題之所在。對於婚姻，她認為需要堅守承諾，她相信沒有事情是不能解決的，她認為眼前可以努力的是先減少加班的次數，和先生多有一些時間相處，然後和先生再一起去找一個比較大坪數的房子，以解決空間上的問題。

### **冬桂的個人背景及婚姻生活簡述**

冬桂，年齡在 35 歲以下，結婚三年以內，目前有一個孩子。教育程度為大學畢，

目前未上班，居住於北部地區。宗教信仰為基督教。與先生及孩子同住。她在婚前是個很有工作成就感，且收入豐厚的女性。和先生相識於教會，交往半年後結婚，在準備結婚時因為諸多事務意見不合，曾有人建議她延後結婚時間，且娘家人不是很贊同她，但因對先生的個性不以為意，且婚禮預備工作大多已就緒，仍決定如期結婚。她覺得先生是個見過世面，經歷過人生風浪的人，應很能了解並體恤她的過往經歷。兩人結婚後，冬桂很快懷孕，因需要長時間安胎，便辭去高薪工作，產後繼續留在家裡照顧孩子。

婚前夫妻已時常有爭執，好不容易從相互看不順眼到順眼，婚後兩人仍時常有爭執和衝突。冬桂發現先生脾氣不好，講話粗魯，難以溝通，自己處處受對方控制；她因著無法工作，經濟壓力愈來愈大。冬桂也對目前的住處很不滿意，環境吵加上先生打鼾，常令她晚上難以入眠。更嚴重的是，她對先生也逐漸失去愛意，開始產生想離開的念頭。

結婚初期，冬桂曾試圖和周遭朋友訴苦，但現在她認為配偶是自己挑的，更何況若往好的方面想，她覺得婚姻磨掉了她原本驕傲的個性，母愛的力量也讓她願意為孩子做調整；因著小孩的在場，夫妻兩人就減少正面激烈衝突。考慮到還在襁褓中的孩子實在太小，冬桂心有不捨，決定還是留下來；而且她認定這個信仰有她要去學習的功課。目前冬桂最想做的是等孩子停止親餵後，找個兼職工作，她已開始著手網購的工作，並認為將來再出去找其它工作也是一種離開，她試圖先解決目前的困境，其它問題再慢慢來。

### 西蓮的個人背景及婚姻生活簡述

西蓮，年齡在 35 歲以下，結婚三~五年，目前沒有小孩。教育程度為大學畢，目前就業中，居住於北部地區，宗教信仰為基督教。她和先生係透過介紹而交往，約會時先生像白馬王子般騎機車來接她，讓她心動，又因長輩頻關切，兩人便決定結婚。西蓮以往生活非常辛苦，她認為先生像溺水者的浮木般，可以成為她的倚靠和支持。然而婚後生活很快就讓西蓮覺得失望，她還發現先生像是個長不大的小男孩，婚前公婆對他照顧無微不至，婚後更要求她對先生有相同的伺候，但西蓮很不能認同。西蓮覺得先生會工作賺錢之外，家事及生活起居都不會做，這讓她覺得很累。

公婆雖然沒有同住，但婆婆常來電指使她做東做西，催促她趕快懷孕，這讓西蓮感到很受控制和有壓力。她一想到自己是長媳，除了照顧先生，將來還得照顧公婆和兩個小叔，就很想脫離這個婚姻關係，很想放下照顧先生及其家人的責任，渴望回到單身的狀態，追尋她的夢想。讓西蓮感到苦惱的另一個原因是她自覺是個需要談話的人，但受到先生語言表達的限制，和先生的無法談心，身邊也沒有手足，

讓西蓮更感孤單。

儘管如此，西蓮覺得先生是個好人，也提供了婚姻中穩定的經濟來源，而且她覺得信仰還是有穩定的影響。她知道目前的出路是自己要放掉一些責任，她想和先生分房睡，為自己博取一點空間，解除一些壓力。再者，除了繼續工作之外，西蓮也規劃再進修，充實自己的能力，以填補內心裡的需要。

### 南梅的個人背景及婚姻生活簡述

南梅，年齡在 35 歲以下，結婚三年以內，目前懷孕中。教育程度為大學畢，就業中。居住於北部地區，宗教信仰為基督教。目前與先生和公婆同住。她婚前和先生認識很多年，中間幾度分手過，直至進入婚姻。婚後她因和夫家人同住而嚴重不適應，常被夫家人責備，覺得沒有尊嚴，似乎結婚沒有得到甚麼好處，還要為先生付出很多，並被婆婆嫌棄，她因而心失去意。

南梅婚後很快發現自己懷孕，且自行前往接受人工流產手術，事後極度後悔，又有罪惡感，開始覺得先生很無辜，對他心生愧疚。後來南梅在夫家人的協助下到教會去，尋求上帝的寬恕。她信主受洗後，向上帝要一個孩子，很快便發現自己懷孕，南梅覺得自己的禱告蒙垂聽，是因上帝的赦免，所以格外珍惜腹中的胎兒，也對婚姻生活的看法和態度產生了正向的改變。

南梅婚後對金錢的觀念改變很多，比較不會像單身時那樣亂花錢，和先生在金錢方面的衝突也逐漸變少；南梅也漸漸肯定婆婆對家庭的付出和貢獻，開始願意向婆婆學習處理家務之道；婆婆也在其他家人的勸說下，尊重他們夫妻的隱私；至於先生，南梅已接受他是個不浪漫但負責任的男人，且算是個孝順的人，對待兩家長輩的心態一致。現在全家人期待孩子的來臨，且先生有所改變，已逐漸以家庭為重，讓南梅覺得婚姻生活漸漸改善。

### 北櫻的個人背景及婚姻生活簡述

北櫻，年齡在 35 歲以下，結婚三年以內。教育程度為大學畢，就業中。居住於北部地區，宗教信仰為基督教。目前與先生同住。北櫻和先生在婚前兩人都各有男女朋友，但兩人開始交往後，便各自與前男女朋友分手，並進入同居。北櫻當時覺得兩人的關係進展蠻快的，因兩人感覺不錯，在同居半年後便決定結婚。婚後兩人居住在北櫻購買的房子裡，對北櫻來說，生活沒有多大差異。北櫻認為夫妻不斷溝通及有共識非常重要，但婚後的落差是先生在婚前曾做出要共同承擔家事的承諾，婚後卻無法兌現，又不想改變，也拒絕溝通，讓她覺得自己像是被當成空氣一般，很不被尊重，因此覺得兩人可以不必再繼續走下去。

另外，北櫻覺得婆婆很難照顧，常藉著生病就醫的需要而干擾夫妻工作和生活，她自己曾努力過做個盡責的媳婦，但實在受不了與婆婆的相處及互動方式而打退堂鼓。她雖然已向先生表示不可能和公婆同住，但對於先生必須照顧公婆的隱形壓力，仍深感困擾和不安。夫妻兩人在吵架時曾提到要離婚，且都認為對方該給自己錢，但並未獲得共識，也未就此事再細談。但北櫻認為即使離婚後，換另一個配偶，狀況也不一定會更好，這是她無法掌握的事。

婚姻關係的轉機因為先生開始願意改變，他曾經在北櫻睡覺的時候，自己爬起來做家事，這讓她很受感動；另外，先生也願意和她一起去接受醫師的諮詢，對於家事的分工也能接受的解決方式，所以夫妻關係逐漸趨於穩定，她也覺得自己對先生講話的態度需要再軟化一些。先生面對婆婆過度的要求也已經較能夠拒絕。北櫻期望夫妻可以搬到外地去工作，遠離公婆，減緩壓力。

### 小蓉的個人背景及婚姻生活簡述

小蓉，年齡在 40 歲以下，結婚三~五年，目前有一個孩子。教育程度為大學畢，就業中，居住於北部地區。宗教信仰為基督教。與先生及孩子一同借住親戚住處。她和先生兩人在大學認識，因著小蓉看到手足在經濟條件不佳的情況下結婚所產生的生活慘狀，使她想等到先生有充裕的收入後，兩人再論婚嫁。先生經過幾年努力的工作，積蓄已足以購屋，兩人便成家。婚後，夫妻因工作的緣故分居二地，週末才能相聚，兩人常為了周末時間應如何安排而起爭執。不久，小蓉發現自己懷孕，但當時先生因著工作異動，必須遷往南部。小蓉堅持“嫁雞隨雞”的傳統觀念，毅然辭去工作，忍痛賣掉裝潢好的新屋，和先生一同搬遷。

小蓉對於放棄新房子和先生一同搬遷租屋而居心有不甘，再加上先生未徵得自己同意便答應公公前來同住，更是氣憤和難過。和公公同住的第一年，因著公公喜歡插手育兒事務，且喜愛待在家中，夫妻沒有私密的時間和空間，讓小蓉覺得很難適應，且周遭沒有朋友，自己幾乎被社會隔絕。持續累積的不滿和落差，讓小蓉興起離婚的意念，但她的內心並沒有真正完全放棄。而且公公看到他們夫妻吵架時的失控行為，就對她變得比較友善，也開始幫忙做家事，不像之前就是高高在上的長輩。

今年初又因先生工作的再度異動，一家三口遷到於小蓉的娘家同住。熟悉的生活環境，且不需再和公公同住，讓小蓉覺得生活輕鬆許多，誘因著母親協助照顧孩子，使她得以再度恢復工作，生活有了新的重心，小蓉對婚姻不再那麼苦惱。不過，小蓉因先生工作的不穩定性，仍感到憂心和惶恐，她很不希望孩子在上小學前還居無定所。但小蓉對照於樂觀的親戚，看見自己的負面性格，開始想尋求宗教力量的



協助。不論先生的工作地點和家人住所是否還有變動，但小蓉已經不太煩惱將來再跟公公一起住，她覺得彼此已經磨合，她也開始工作，將來由公公接送孩子上下學，也令人放心，況且這是先生期望的。

### 中蘭的個人背景及婚姻生活簡述

中蘭，年齡在 40 歲以下，結婚三~五年，目前有二個孩子。教育程度為大學以上，就業中。居住於南部地區。與先生及孩子一同借住親戚住處。中蘭和先生在網路上認識，交往一年多後同居。當時的中蘭並不相信婚姻能保障什麼，從交往到結婚，中間約有九年的時間，在先生數次求婚的情況下，中蘭為成全先生的心意而結婚，當時已懷有三個多月的身孕。孩子出生後，中蘭為便於就近照顧娘家父母親，就帶著孩子搬回去，夫妻開始分居兩地頗長的時間。這期間，中蘭與婆婆一同借住親戚家，下班後仍需照顧孩子，常感體力無法負荷，後來便決定搬回娘家，讓孩子可以有人協助照顧。

中蘭婚姻的危機就發生在這段期間，先生擅自投資失敗，造成中蘭背債的壓力，她恐懼似乎一輩子得生活在先生可能還會再負債的威脅中。中蘭曾認真地想要離婚，幾乎到了要簽離婚協議書的階段，但為了不讓孩子們沒有父親，加上先生表達悔意，且承諾願意改變，因此中蘭決定再給先生一個機會；她覺得若花一大筆錢可以讓孩子們有父親，且願意做一個真心愛孩子的父親，那麼她願意承擔這些損失。

走過了那段最走不過去的婚姻路，中蘭覺得自己對人生的包容力變得更大，雖然後來先生又出現一次舊事重演，但中蘭也沒多說什麼。她也自我反省，以往她習慣有苦往肚子裡吞，未向先生表達自己的需要，也不會鼓勵先生，這是她需要努力改進的部分；先生也已經搬回來和妻小同住，也協助照顧孩子，婚姻狀況逐漸改善中。中蘭覺得想起先生過去曾經對自己的好是讓她在婚姻困難中繼續走下去很重要的動力。

### 志之的個人背景及婚姻生活簡述

志之，年齡在 45 歲以下，婚齡三年以下，教育程度為大學畢，目前沒有孩子。工作屬自營業，居住於中南部地區。宗教信仰為基督教，目前與太太及家人同住。他婚前和太太的交往乃分分合合，決定結婚是考量自己的年齡和成熟度已達可結婚階段。志之覺得太太剛嫁過來時，生活習慣不能符合自己的家規，讓母親很頭痛，但經過母親不地斷教導，和太太自己的調整，情況已大有改善。但是兩人的財務風險管理、個性和生活習慣差異仍很大，太太投資失利，金額之大，已碰觸志之的安全底線，他雖然很生氣，但仍幫太太收拾善後。

他曾經有過兩次想要離婚的念頭。有一次是夫妻和朋友們出國去玩，他輸了一

筆數目不小的錢，太太當時不顧自己的顏面，在友人面前大吵大罵，當時便心生離婚的念頭。後來又有一次是因為重情緒的太太沒有參與到一項浪漫的活動，氣到當夜獨自回娘家，以致驚動岳父，志之覺得兩人的差異實在太大，而心生離婚念頭，但志之基本上是個成熟理性的人，不會輕易將離婚付諸行動。

除此以外，志之認為夫妻關係還算可以，太太很多生活習慣逐漸在改善中，和母親的關係也有所改善。太太過去一直很希望夫妻獨立居住，對志之來說，母親在家中扮演的角色很重要，而母親對家人的貢獻也不可抹滅，他希望太太可以效法母親，擔起維繫家人情感的責任。志之覺得在太太懷孕後，家人更多關注預備孩子的出生，是件好事，將來孩子有家人協助照顧，太太也可以繼續上班；而太太最近也已經比較少提起想搬出去的事，讓他安心許多。志之也從教會舉辦的相關課程中學習到要調整生活重心，從工作及交際應酬中，把時間多放一些在家庭生活上，這對他婚姻生活的改善有所幫助。

### 誠一的個人背景及婚姻生活簡述

誠一，年齡在 40 歲以下，結婚三年以內，目前沒有孩子。教育程度為大學畢，就業中，居住於北部地區，無特定宗教信仰。目前與太太同住。他當初和太太開始交往是在一次公司的旅遊活動中，後來兩人同居一段時間，關係穩定，便決定結婚。在婚前協定事項中，誠一已表達他不喜歡做家事，但因太太不同意請外人打掃，他便勉強答應分工協議。誠一覺得做家事有不公平感，彷彿他就是不能停下來，他也不喜歡被人催促，在結束一天的工作後，非常疲累，太太頻頻催促，他更不想動。他愈不動，太太愈催促得緊；太太愈催促，他愈不想動，這變成了一種負向循環，夫妻因而常起衝突。

對於太太在溝通時一定要有令她滿意的結果，讓誠一感到很苦惱，他在衝突時，常希望能夠先自己安靜，卻常不能如願，這也讓他很不舒服。在家的時間，為了配合太太的要求，他常把自己想做的事放一邊。另外，誠一覺得夫妻兩人的個性差異很大，價值觀也很不一樣，他曾經要把財務交給太太管理，太太不願意管，可是她又很在意手頭上一定要有錢，這讓誠一感到很煩心；太太固執於她自己的理財觀，又會對他用錢的方式嘮叨嘀咕，也讓誠一很不能認同。從同居到現在，夫妻兩人經常爭吵，還幾次談到分手以及離婚的處理，但都不了了之。

在一次大吵之後，夫妻兩人協商以後不在吵架時提分手，也一起去接受諮詢，協助他們更有效的溝通，也協調夫妻對家事的分工；誠一發現只要夫妻兩人確實照著協調後的結果去做，情況就會有所改善。此外，太太在夫妻溝通時已有所讓步。對於夫妻關係，誠一認為忍受是一種磨練，也能改變自己；他也認為夫妻要相處一輩子，不要鑽死胡同出不來，這樣婚姻就得以繼續。

## 正心的個人背景及婚姻生活簡述

正心，年齡在在 40 歲以下，結婚三~五年，目前有一個孩子。教育程度為大學畢，就業中，居住於北部地區，無特定宗教信仰，目前與太太及家人同住。他在大學時認識現在的太太，且和太太的家人熟識。兩人交往期間雖然吵吵鬧鬧的，但因為岳母對自己很好，且覺得時間久了，心裡有很多羈絆，便決定結婚。婚後，正心覺得太太的脾氣很不好，情緒一來，講話非常難聽，爆完了就沒事，但他不一樣，很需要時間消化，所以結婚之後，從太太那邊連續來的貶抑和否定，批評和謾罵，使他一度陷入低潮，上一波負面情緒尚未消化完畢，下一個又來了，這樣累積到一個地步，就讓他很想離開這個婚姻，但只要一想到「小孩怎麼辦？」，他就心煩，不再去想。

有一、兩年時間，他覺得父親年紀大了，能一起同住，有個照應是好的，便邀請父親前來同住，但因太太適應不來，常常吵吵鬧鬧，讓正心感到很為難。後來出現一高薪工作機會時，他便決定搬遷，一來太太會比較開心，二來父親獨自居住已沒有問題。但由於尚無能力購屋，夫妻必須暫時借住於娘家，雖然岳母待他很好，但他仍覺得有失顏面。而身為獨子的他，深切期盼未來有一天能夠照顧日漸年老的雙親及其他家人。另外，正心非常後悔當初答應太太拿掉孩子，這也是他和太太仍有歧見的地方。

面對家庭生活的不如意，正心多半是自行消化負面情緒，幾年下來，有快要被淹死的感覺。後來受到一位講師從命理學角度的開導，他豁然開朗，瞭解到自己結婚當時娶太太有正面理由，婚後還要繼續下去。正心在婚姻中的負向感受因著這次的談話有了宣洩出口，他想太太的個性是唯一美中不足的地方，其它部分大致還好，太太也蠻替自己著想的，幾次願意陪自己工作異動而搬遷，也接受父親的同住。觀念轉變之後，那個僵局好像就打開了，兩人的關係到目前為止都還好。

## 修身的個人背景及婚姻生活簡述

修身，年齡在 45 歲以下，結婚三~五年，目前有一個孩子。教育程度為大學畢，從事自由業，居住於北部地區，宗教信仰為基督教。他和太太係在教會中認識，婚前兩人曾因為小事而大吵，吵到教會牧長出來排解。修身覺得兩人的價值觀很不一樣，太太的個性很強勢，講話很不禮貌，用錢不知節制，卻還諸多抱怨。婚後的生活，自己除了要工作之外，還要做很多家事，包括煮飯和照顧孩子，太太婚前不做家事，也幾乎“不會”做家事。修身認為有孩子是個意外，夫妻兩人的性生活已經少得可憐。由於很快有了孩子，生活就更多限制，修身覺得很少能有自己的時間和休閒。

他不願意凡事就是被太太決定了，還要自己認帳；也不願一直被太太的負面情緒所威脅，曾多次有過想離婚的念頭。但他也顧慮到若選擇離婚，會讓孩子沒有媽媽，這對孩子的身心發展會造成很大傷害。在夫妻多次激烈的爭吵之後，修身發現其實夫妻兩人學會避開正面衝突，雖然對彼此的沉默感到無奈，至少不會再針鋒相對；而孩子的慢慢長大更讓兩人的衝突有了轉圜之處，為了孩子會減少激烈衝突。修身也常常靠著夜晚對神的禱告來撐過夫妻經常爭吵的那段歲月，也因著在乎要給孩子好的家庭生活，他決定不再當著孩子的面數落太太的不是。

此外，修身因為認定進入婚姻是被上帝的手所推動，所以會多忍耐，倚靠主的幫助。他覺得自己是有一次在禱告中被上帝提醒，反省到自己在太太的那個年紀時，表現也好不到哪裡去，所以他逐漸對婚姻、對夫妻關係，以及對太太這個人，都願意有更多的包容和忍耐；他也逐漸看見太太成為母親後的改變，包括對其生身母親態度的轉好，以及為了孩子所做的各種努力和自我犧牲。他深信雖然可能婚姻中仍有折磨和痛苦，但信仰會給他力量。

### 家齊的個人背景及婚姻生活簡述

家齊，年齡在 35 歲以下，結婚三~五年，目前沒有小孩。教育程度為大學畢，擔任私人公司主管。居住於北部地區，宗教信仰為基督教。他婚前曾和太太同居，那時候結婚是因為兩人吵到幾乎走不下去。婚後兩人相聚時間不如同居時來得多，好像從天平的一端到了另一端。他覺得太太並沒有像他一樣把配偶放在最優先，自己很不受重視。太太不會拒絕別人，常加班到很晚就因為不會對老闆說“不”，結果拖累家庭生活。家齊對此感不滿，多次和太太鬧得不愉快，他的說話方式讓太太覺得被刺傷，這也讓他感到挫折。太太會在溝通時對他潑冷水，夫妻都容易曲解對方話中的意思，也常刺傷對方。兩人從剛結婚時常吵架到後來不吵了，不是因為變成熟了，而是都在逃避。

家齊覺得夫妻之間的親密接觸減少很多，婚後太太對自己也較不感興趣。他覺得自己對性並非需索無度，對於太太以很忙、很累來當作拒絕的理由感到很生氣。而令他對婚姻關係要不要繼續下去的最大猶豫是太太有憂鬱症狀，不願把問題拋出來，自己又使不上力，他懷疑這種婚姻關係存在有何意義。家齊認為如果太太堅持自己的問題要自己處理，或是夫妻兩人不去碰這些問題，婚姻便會走不下去。他曾經試著把婚姻中的困難告訴好朋友們，卻遭到太太抗議，太太認為未徵得她的同意，家齊不應該讓別人知道他們的婚姻狀況，這也讓家齊更感挫折。

不過他覺得認為生活中沒有解決不了的問題，他相信上帝會幫助他們找到解決的方法，只是需要時間，需要太太願意把問題攤開來，兩人一起處理，他不希望婚

姻是個假象，表面上幸福美滿，私底下很多問題。他也反省到自己對太太工作上的關心可能反而變成太太的另一種壓力，覺得自己和太太的溝通方式應該要改變。此外，家齊認為夫妻兩人也需要更多在一起的休閒時間，即使能在某個周末下午一起消磨時間，對兩人關係都會很有幫助，他們目前也朝此方向在調整中。

### 國治的個人背景及婚姻生活簡述

國治，年齡在 35 歲以下，婚齡三年以下，教育程度為大學畢，目前無子女。就業中，居住於北部地區，宗教信仰為基督教。他大學時便認識太太，兩人於畢業後，在一偶然的機會開始接觸，接著較為密集地聯繫和交往，一段時間後，他向太太求婚成功，進而結婚。婚後太太常抱怨沒有錢，但國治則是生活夠用，過得去就好，兩人金錢觀的差異大。國治目前的工作很固定，但太太一直希望他能辭去現職，搬回 XX，國治認為回 XX 找工作不容易，遲不行動，也因此常遭太太抱怨。至於目前唯一的親人常被太太叨念和批評，也讓國治心有不平。

國治覺得婚姻中最主要的問題是太太脾氣不好，婚前就常為一些小事生很大的氣，發脾氣時什麼話都講，但往往自己並不知道原因，也害怕她生氣。婚後兩人吵得更兇，爭執更大，國治覺得太太無理取鬧，自己被弄得很累卻還不能停止爭執或休息，也始終找不到很效的方法安撫她的情緒。他對此感到心煩，會逃避這種情境，但這讓太太更加生氣，吵得更嚴重，除了翻舊帳，還會提離婚；國治有一陣子較負面，就興起“要離婚就離婚吧”的念頭，但心情較穩定時，又覺得自己沒有把婚姻經營好，應該要繼續努力下去。

在跟輔導談過後，國治學習在吵架的過程中找正確的話去回應太太，以及用一些正確的技巧去處理太太的情緒。最近他覺得兩人的關係是在一條線的兩端，剛從背對背改成面對面坐著，是一種有轉過身來的感覺。國治現在比較會小心地不讓太太生氣，太太生氣後，也會幫助她轉移注意力。國治覺得這樣很棒，自己有一些成長，可以在這方面更展現對太太的愛。他體認到是上帝的力量讓他有一正向的眼光，以及想幫助太太的想法。國治仍舊相信婚姻是夫妻兩個人在神面前的承諾，應該要堅持，而且就快要有了小孩了，無論如何都要繼續努力下去。

### 平天的個人背景及婚姻生活簡述

平天，年齡在 40 歲以下，結婚三~五年，目前有二個孩子。教育程度為大學畢，就業中，居住於中南部地區，無特定宗教信仰，目前與太太及家人同住。他和太太交往一年多後同居，後來因為太太懷孕而結婚。兩人同居時間很長，剛開始很甜蜜，之後就爭吵，結婚以後到小孩出生，夫妻會吵的就是與小孩有關的事。他一直跟自己說婚姻要維持下去，就是一直要退，不要爭。幾年相處下來，平天比較了解太太的個性，

知道不要她正生氣的時候去找她講話。雖然自己也曾經說過幾次“乾脆分手好了”的氣話，可是往往過幾天，又會主動去跟太太和好。婚後有段時間，太太帶著孩子搬回娘家附近住，平天覺得在夫妻分隔兩地時，生活非常孤單辛苦，對於太太以為自己享受單身之樂的抱怨，平天感到很無辜且無奈。平天曾經數次和岳父因為雙方的觀念及子女教養做法不同而鬧得不愉快且和太太起爭執。

夫妻結婚當時便協議兩人各自每月拿一筆錢給父母，因此經濟對兩人來說略有壓力。工作對平天的家庭生活影響很大，他覺得自己的生活完全沒有品質，也沒有自己的時間，時間仍多為工作所佔滿，且工作責任所帶來的壓力和辛勞讓他回到家裡後感到很疲累，無論是陪伴孩子或分擔家事，他都不太想動。太太對此很不能諒解，兩人常有爭執。如果沒有媽媽來幫忙，兩人早就吵架吵翻了，這讓他覺得對不起媽媽。因為在工作上還不確定最後的落點，目前僅暫時借住別人家。對於子女的養育方式，平天和太太兩人的觀念亦相差很大，他很不能認同太太花很多錢買孩子目前還無能力使用的物品，而小孩開始要長大，會有新的衝突、新的問題產生，如經濟問題便會越來越嚴重。

總和來說，平天覺得婚姻生活有很累的時候，也有很快樂的時候，目前狀況算是幸福，如果沒有經歷過那些事，現在就感受不到幸福的感覺；生活如果都是平平的，就沒有辦法理解能夠跟孩子和老婆在一起，是這麼快樂的事。

## 第五節 研究資料蒐集與分析

### 壹、研究場域

研究者在進行訪談研究時，訪談時間及地點對訪談者與受訪者的情緒、敘說的流暢性與意願，還有訪談後資料的謄寫與處理均有很大的影響。基於尊重研究參與者的意見及地點的方便性、內容的隱私性考慮，研究的訪談地點與時間皆配合研究參與者的意願及方便性，事先以電話聯繫討論而決定。由於所有研究參與者之前和研究者都互不相識，除了一位女性之外，因此研究參與者在訪談地點的選擇上，多不考慮在其家中進行。訪談最多在如丹堤或星巴克這類的咖啡廳進行，共有八位，另有四位是在教會或辦公地點的小會議室中，有三位是在其住家大樓的公用設施（品茗屋或韻律教室）內進行，還有一位則是在其友人家中進行。

### 貳、資料蒐集

正式研究之訪談期間為 101 年 3 月到 9 月，至於訪談的時間，由於研究參與者中有幾位居住於西部和南部，因此訪談時間安排在周末，其他研究參與者皆住在北部地區，訪談時間則為周末下午或周間下午及晚上。再者，因研究者人力及時間限制，每位研究參與者僅進行一次面對面訪談，而每位訪談進行的時間長度則為 2~4.5 小時不等。訪談過程在徵得參與者同意下全程錄音以協助紀錄，並在每一次訪談結束後的當天之內，完成「訪談日誌」（附錄四）。

為求在有限時間內盡可能豐富資料的蒐集，本研究事先設計以半結構式訪談大綱進行訪談，且在訪談過程中提供初始之開放問題，接著順著參與者的語言脈絡逐步深入。在訪談過程中，有時為求更深層之理解，研究者會請參與者對語意不詳之處舉實例說明，以瞭解參與者所欲表達的深層意涵與研究者的理解是否一致，例如以「你的意思是說...」，或是「可以請你舉個例子嗎」等等，來具體化並澄清參與者所欲表達之經驗。至於訪談結束的時機，為當研究者察覺參與者所分享的內容，已逐漸出現重複現象，或參與者自行表達談得差不多了時，顯示資料蒐集已逐漸達到某種程度的飽和點。

### 參、資料分析

Miles & Huberman 提出資料分析三種取向中的詮釋取向，對文本的分析係透過研究者「深層的領會」，對於所探究的對象，運用同理心或感同身受，不斷細讀資料，注意自己的先前假定，藉以觸及研究對象的「生活世界」，掌握一段文字的「本質」（張芬芬譯，2005）。而所謂的「文本」是指人類行動或經驗的書面敘述（高淑清，2000），本研究文本資料之蒐集係來自新婚苦惱者之半結構式深度訪談的內容，並以訪談的逐字稿，作為構成文本的主要來源。

本研究原欲以夫妻為分析單位，但在實際訪談後，幾經深思並經過與指導教授討論，決定顧及多位研究參與者目前仍處於為其個人婚姻苦惱所困擾的不穩定階段，為了保護研究參與者並尊重其顧慮，且避免觸及夫妻的敏感事件，因此放棄夫妻對偶分析方式，改以綜合分析每位研究參與者之婚姻苦惱經驗的方式。而本研究欲了解台灣新婚苦惱者所面臨的婚姻苦惱經驗，以及其繼續維繫婚姻的努力與掙扎；這些研究目的需藉由明確而有系統的步驟程序作為指引，本研究以融合詮釋學與現象學的詮釋現象學，作為本研究的研究方法論。在資料分析部分，依循「主題分析法」(thematic analysis)方法，據以逐步進行和完成資料的整理與分析，亦即從一大堆看似南轅北轍與雜亂無章的材料中，擷取與研究問題有關的主題或組型，以幫助解釋文本所蘊藏的深層意義。而主題分析的步驟遵循著一個概念性的循環架構，亦即「整體-部分-整體」的詮釋循環圈對資料進行解析，具體而言可分為七個步驟（高淑清，2000）：

### 一、敘說文本的抄謄與整理檢查

本研究每一份研究參與者的訪談錄音檔，在訪談結束後都被如實地轉謄為逐字稿，且加上註記形成每位參與者之「原始文本版」，然後再小心歸檔。訪談過程中的口語及非口語資料（包括停頓、聲調、語助詞、哭泣，與訪談現場偶發事件的描述），亦都加以詳實記錄，以利情境的掌握與再現。如在參與者敘述前後加入：【音量變大】、【停頓 5 秒】、【不好意思地笑】、【哭泣】、【參與者接聽其配偶之來電】等非語言與情境脈絡資料。逐字稿完成之後，研究者親自聽一次每一份原始錄音檔，並根據錄音檔核對和編修逐字稿的內容（如「表 3-2」）。

表 3-2 訪談逐字稿舉隅

\*訪談時間：2012 年 3 月 11 日下午 2:30 – 5:00，2 小時 30 分。

\*訪談地點：受訪者朋友家中。

\*符號意義：【】 訪談中受訪者的表情、動作、說話音調或情境事件。

\*A：訪談者 B：受訪者

A: 嗯哼，那你這這樣子走過來，結婚的感覺怎麼樣？

B: 可以不要的話，如果可以重來的話，我不要!因為很----很----很動魄吧！對阿！可能是因為還有跟公婆住啊！對呀！我覺得真的婚姻的成員，家庭的成員越多，相處起來的困難度是越高，我的狀況就是一直增加成員，一直增加，我還沒有適應好這些成員，我又要被增加一些成員，然後月，然後再過一年又增加一些成員，對，然後我覺得大嫂的角色，在公婆的認定上來講是很【嘆氣】，就是要負擔的東西很多，就是他們就覺得說應該就，禮俗上來講你就是應該要做的很多，對，我覺得就---【倒抽一口氣】，或許我就沒有像他們那麼的棒！可以達到他們的期望，所以我覺得，一直都覺得很痛苦【聲音哽咽】。



## 二、整體文本的閱讀 - 整體的理解

當每一份逐字轉錄稿完成後，所有資料即轉化為文本，研究者開始進入整體文本的閱讀。研究者不斷自我提醒遠離原先對經驗的詮釋與個人先前具備的知識背景，試圖以開放澄澈的態度完全進入參與者的生活世界中，以即時地掌握從整個文本的反思，以及對參與者之脈絡視框有整體初步的理解，逐漸進入「整體-部分-整體」的歷程分析中。在閱讀文本時，為了掌握閱讀上的整體感，研究者先將「原始文本版」中研究者的問句去除，而以括號「( )」保留在原段落中，並以參與者主訴之第一人稱「我」為敘述方式，將文本保留原敘說脈絡，融合成更易閱讀與尋找意義之參與者「故事文本」(以春桃為例，見「附錄六：春桃婚姻故事之文本部分節錄」)，並以此做為日後分析的主要文本。在統合所有資料後，研究者會記下個人對此文本最初閱讀的省思與初步理解(如「表 3-3」)，以利其後主題分析之進行。

表 3-3 閱讀春桃婚姻故事文本的初步省思

春桃不認輸的個性，是對婚姻堅持的保護力量，不是壞事，但太辛苦了。對婚姻和生活的理想標準很高，不知道這高標準是怎麼產生的？這高標準和現實不能一致，和公婆不能一致，和先生不一致，彷彿一直在追逐著一些做不到的標準。春桃衡量自己和衡量別人皆是如此，常拿一理想的參照標準來要求身旁的人，因此身旁的人都不理想，表現都不好。春桃一直活在標準下，一直活在比較裡，一直處在緊張狀態，不能放鬆。高標之下的負向觀點。

春桃的個人發展過程為何？娘家媽媽一直在比較，可多舉例。娘家媽媽多則被，要求好還要更好，春桃也是這樣自我要求，好還要更好。其原生家庭的經驗是什麼？父母怎麼教導她的？她是如何長大的？春桃不喜歡被比較，卻學到了比較，婚後仍在比較中過日子。先生、兒童牌聚會、小叔、弟媳、保母的沒經驗等。春桃勇於衝突，且有效。衝突力到很強，自己的情緒會失控，公公的情緒也高漲。春桃能量很強，很有力量，但卻也因和公公的衝突感到憂鬱，生病，甚至流產。春桃流產的經驗，旁人的反應為何？

## 三、發現事件與脈絡視框 - 部分的解析

當研究者對文本的整體意義有了初步的了解之後，便仔細審視並發現事件的來龍去脈與脈絡視框的轉移變化，從中決定個別的意義單元。研究者從蒐集的文本中，找出可解釋與研究主題相關的意義單元，接著進一步進行主題意義的分類，從龐雜的內容中找出潛藏的深層意義。尋求意義的過程是在反覆閱讀逐字稿中，以開放的態度對每個字句與非語言訊息，劃記重要字句後，予以編碼，並找出一般性意義單元。由於資料頗為龐大，研究者使用 excel 與 word 軟體來協助意義單元之標定與編碼的進行(如「表 3-4」)。

表 3-4 逐字稿標記/編碼/摘要和解析舉隅

\*訪談時間：2012 年 9 月 23 日下午 2:00 – 3:50，1 小時 50 分。

\*訪談地點：受訪者社區大樓品茗室

\*符號意義：【】 訪談中受訪者的表情、動作、說話音調或事件。停頓 ---

\*A：訪談者 B：受訪者

逐字稿	發現事件與脈絡視框		
	編碼	摘要	解析
B:應該是生了小孩之後。 <u>因為搬遷嘛，就剛生小孩</u> (R1-001) <u>又要搬家，你生活環境也變</u> (R1-002)， <u>那生活形態也變</u> 因為多了小朋友， <u>然後又加上跟公公婆婆住，所以對很多衝擊還蠻大的</u> (R1-003)， <u>那時候就出現問題。我覺得先生沒有很尊重我</u> (R1-004)。 <u>沒有諮詢過我的意見，在我生完小孩之後馬上就接公公過來住。完全沒有跟我討論過</u> (R1-005)。	R1-001 生小孩 (事件) R1-002 搬家 (事件) R1-003 跟公婆同住 (事件) R1-004 不被尊重感 (視框) R1-005 先生未事先徵詢就接公公住 (事件)	婚後很快懷孕生子 生產後搬家 公公前來同住 覺得不受尊重 先生未事先告知或討論	婚後連續發生懷孕生子、搬家，以及和公公同住，增加適應難度；對先生未事先徵詢，則感到不受尊重。

研究者繼而對編碼與註記的部分再仔細檢視，以發現其中之事件、意涵與脈絡視框，亦即受訪者在不同情境脈絡中，其所說之話的隱含意義或概念。這有賴於研究者在文本各個部份發現與主題相關的意義單元，並進一步加以澄清與檢核，讓隱藏在文本背後的意義得到最佳詮釋（如「表 3-5」）。此步驟中研究者除以自身的敏感度，在龐大的文本中發現與主題相關之意義單元，亦藉由與協同研究員及指導教授之討論、審視，進一步省思與澄清，以利經驗主題之突顯與呈現。

表 3-5 編碼/摘要和意義單元節錄舉隅

編碼	摘要	事件	視框
R1-001	婚後很快懷孕生子	生小孩	
R1-002	生產後搬家	搬家	
R1-003	公公前來同住	跟公公同住	
R1-004	覺得不受尊重		不被尊重感
R1-006	公公主動要來幫忙，先生不好拒絕		先生不好拒絕父親

#### 四、再次閱讀文本 – 整體的再次理解

從部分再回整體，即進入「整體-部分-整體」的第二個整體，文本中的個別意義取決於文本的整體意義，但因為對部分的理解會改變原本對整體意義的理解，因此仔細省視並決定個別的部分的意義，可能改變初始對文本的整體意義，亦再次影響個別部分的意義。透過如此的反思與檢視，可釐清部分與整體間之矛盾，或文本中隱而未現之訊息；而在反覆進出文本之歷程中，每次都會有不同於前自閱讀的體悟或看見，如此一來，研究者得以將看似零碎的片段意義，整合成一統整的概念。

在此步驟中，研究者在完成劃記、編碼與意義單元等命名後，再回來閱讀整體文本，從參與者之整體經驗中，思索劃記、編碼與意義單元之命名，有無遺漏或是否得宜？有無重要事件被忽略或未發現？仔細將部分亦亦放在整體意義中再檢視與探索，並隨時記下研究者之新發現與省思（如「表 3-6」）。研究者在多次的整體閱讀中，產生新的省思和理解，並成為下一次理解的先前理解，如此不斷地來回與詮釋循環中。

表 3-6 文本再次閱讀與理解舉例

##### 再次理解（整體文本之再理解）

多位受訪者的結婚基礎不穩定，結婚並非雙方歡喜快樂之共同決定，而是倉促決定。經濟基礎不穩定，多位受訪者有債務或經濟壓力，夫妻為此常有爭執。女性受訪者提到原生家庭經驗的影響，父母離婚、過世或關係失和，以致在婚姻中缺乏父母的夫妻角色示範。而居住空間不良、租屋空間太小，以及與上一代同住也造成夫妻關係的緊張和女性婚姻適應上的另一困難。幾位女性認為先生太過倚賴父母，無法提供安全感，在家務上少有協助，在居住議題上未考慮夫妻獨立居住。有幾位女性受訪者表達出情緒困擾，或曾經有過憂鬱症狀。在社會關係方面，有幾位受訪者與配偶家人的互動不佳；也缺乏社會支持網絡。在夫妻關係上，女性受訪者傾向對配偶的期望在婚前並未相互溝通和約定，但婚後卻要求配偶實現或達成自己的願望，且追尋自我實現的意識強烈。男性受訪者的困難多因配偶要求過多而難以滿足所致，他們在婚姻關係中傾向於忍耐，對家務及照顧子女的投入仍為妻子抱怨和不滿之重點。

##### 再次省思

雖然婚姻生活中諸多抱怨、衝突和痛苦，但受訪者中有幾位已走過婚姻最低潮時的不適狀態，他們表示經過了夫妻相互的妥協讓步和個人的調適，以及環境上的改變；但也有幾位尚未脫離痛苦，問題和困難也未除。當受訪者的關注焦點只有自己，而夫妻共同的努力目標不明時，在夫妻衝突中便很難包容退讓或接納彼此的不同；加上受訪者多數缺乏夫妻以外的約束力量和社會支持系統，更使得夫妻二人因問題而起爭執時，缺乏支持瞭解或仲裁輔導，也無處抒發情緒，以致坐困愁城，或一心求去。

## 五、分析意義的結構與經驗重建 – 部分的再解析

研究者因再次閱讀文本而產生對整體的重新認知，使理解成為下一波詮釋循環圖的整體，亦使分析的步驟再進入第二次「部分」的分析。此時，研究者以足夠的開放態度及解析能力，讓先前沒有預期到的意義單元從個別文本中再度顯現，並重新析理出「事件」之情境脈絡與「視框」的變化脈絡；或重新組合不同的意義單元，同時藉著群聚相關的意義單元，以產生共同的主題，並予以初步命名（如「表 3-7」）。

表 3-7 新增編碼與意義單元命名變更舉隅

新增編碼舉隅			
新增編碼	事件/視框/其他	逐字稿文本	
R1-003	跟公公同住	<u>又加上跟公公婆婆住，對很多事衝擊還蠻大的</u> 編碼：R1-003 摘要：跟公公同住 新增編碼，意義單元：覺得衝擊很大（視框）	
R1-006	先生不好拒絕公公	<u>公公也是蠻主動說要來幫我們照顧小孩，所以先生也不好意思拒絕，那他也沒有問我。</u> 編碼：R1-006 摘要：先生不好拒絕公公 新增編碼，意義單元：先生自行做決定（事件）	
意義單元命名變更舉隅			
編碼	摘要	原始/變更意義單元	變更說明
R1-012	就想說試試看，而公公主觀意識較強，很習慣人家聽他的。	公公習慣別人聽他/ <u>勉強順從公公</u>	公公習慣別人聽他，R 也覺得自己是勉強順從公公意思。
R1-016	公公第一年就來住，我們沒有過到一家三口的新婚生活。	三代同住/ <u>獨立居住的期望落空</u>	公公前來同住帶給 R 失望的原因是其小家庭獨立居住期望落空。
R1-036	倫理跟獨立的生活型態在拉鋸，不希望先生背上那種不孝的罪名。	孝順與獨立的拉鋸/ <u>照顧自己與照顧先生的內心掙扎</u>	R 個人孝道倫理與獨立生活的拉鋸，也是想照顧自己，又為先生孝心設想的掙扎。
R1-043	視公公不是親人，必須跟他一起生活，又不能頂撞他，生活很難忍受。	家人與外人的定位不明/ <u>無法拿捏與公公相處之道而感到痛苦</u>	R 與公公同住，又未視其為親人，因無法拿捏與公公相處之道而感到痛苦。

## 六、確認共同主題與反思 – 整體的理解與反思

當對文本的理解已到了成熟階段，研究者即需嘗試從文本的個別意義單元萃取出共同主題，且使主題的浮現與總體意義相吻合。文本分析的最終目的在於找到共同主題以及意義的本質，而共同主題可能是單一的架構下再細分成幾項次主題，或是在次主題之下，又細分出數個子題，以共同詮釋每個次主題（主題分析與命名修改過程詳見附錄七）。在文本解釋的寫作上，則是從主題的編碼叢聚中擷取出相符相應的文本內容，以夾論夾敘的方式呈現，此部分將在第四章中呈現。

另外，反思亦是本部分之重要步驟與歷程，研究者此時須將分析過程所抽離出來之共同主題再放回研究問題及整體情境脈絡中，以不斷地檢視與質問等方式，再三省思主題與脈絡間的關聯性。如：共同主題是否回答了研究問題？是否代表研究對象的生活經驗？是否掌握了現象本質的真實呈現？唯有經過不斷地分析與統整，經驗的本質才得以完整地描述且正確地被整合出來；而本質被發現且被加以解釋後，文本分析乃大致完成。而研究者也須不斷反思在研究過程中，個人經驗如何被擴展、如何改變，此思考與感受歷程將於第五章的「研究者之反思」中呈現。

## 七、合作檢證團隊

為避免落入研究者的主觀與疏忽，本研究由研究者、協同研究者及指導教授等，共同針對研究分析的流程進行意見的交換和討論，以檢視研究成果的真確性和可信性，與維持研究本身的嚴謹性與品質；除了研究團隊成員的相互討論之外，也透過「成員檢核回饋」來確認分析主題與受訪者經驗的契合度，以更提升本研究之可信度與適切性，在第六節「研究嚴謹性」將有詳細的說明。

## 第六節 研究嚴謹性

質性研究者檢核研究品質的標準係以「信實度」(trustworthiness)作為考量。信實度可透過可信賴性(credibility)、可轉換性(transferability)、可靠性(dependability)和可確認性(confirmability)這四個檢核標準來加以提升(Heppner & Heppner, 2004; Heppner & Heppner, 2009; Lincoln & Guba, 1985)，以下分別就此四個標準說明本研究在提升信實度上的做法：

### 壹、可信賴性(credibility)

指研究者在研究過程所收集到之資料的真實程度，及研究者真正觀察到所希望觀察的(潘淑滿，2003)，亦稱為「確實性」(credibility)(胡幼慧，1996)。首先在研究參與者的邀請上，研究者在邀請函上清楚說明研究目的和研究參與者條件，並確認參與者皆願意接受訪談，且在進行訪談之後，將訪談內容謄寫成逐字稿，經校對確認無誤後，才進行分析。Bauer & Gaskell(2000)提到在一個品質判斷規準上的建議：「溝通確認」(communicative validation)，亦即將研究結果回饋給先前曾提供資訊的受訪者，詢問他們是否同意，以確保他們的情境沒有被錯誤呈現(羅世宏等譯，2008)。對此，研究者依據每位受訪者的訪談內容寫成其「婚姻生活簡述」，讓每一位受訪者進行「成員檢核回饋」的確認和補充的工作，以確保研究者沒有誤解或扭曲受訪者的原意(見附錄八)。而在研究初稿完成後，研究者也一一邀請研究參與者各自檢核確認研究分析的初步結果，包括婚姻苦惱的主題，以及維繫婚姻現契機的主題，檢視其內容符合其當時真實經驗的情形(見附錄九)。

Guba(1990)指出研究者針對「可信性」須在研究進行中使用長期參與、持續觀察、多元測定及參與者的查核等技術，本研究除了採取研究參與者對文本資料的查核之外，另進行一種三角檢定的方式，即採協同分析員與研究員的分析討論與對照，進行研究者的三角檢定。研究者和另一名協同分析員及指導教授，定期(從每兩周一次到每周一次)就研究過程及報告撰寫進行討論，以盡量確保資料的可信性。

### 貳、可轉換性(transferability)

指研究者所收集之資料，對於被研究對象的感受與經驗可以有效的轉換成文字的陳述，亦即研究者可以有效地描述研究對象所表達的經驗與感受，並轉譯成文本資料，然後透過厚實描述與詮釋過程，讓研究對象的感受與經驗，透過文字、圖表與意義的交互運用過程達到再現的目標(潘淑滿，2003)，又可稱為「可遷移性」(胡幼慧，1996)。而增加資料可轉換性的技巧除了豐富的描述之外，還包括過程的詳細與透明化(高淑清，2002；Lincoln & Guba, 1999)。

本研究盡可能豐富地描述受訪對象的背景資料、經驗與感受，並佐以原始對話之資料，在轉譯成逐字稿時，忠實呈現研究者的描述，並加註研究對象在表達或敘述時的語氣、語調或停頓之處，甚至受訪者的表情與非語言訊息，以增加資料的厚實度；並對於資料蒐集、整理和分析步驟皆盡可能地提供詳實的描述，以提供讀者在閱讀時能充分瞭解本研究進行之整體架構與脈絡，而在判讀研究結果的類推性上有所依據。

### 參、 可靠性 (dependability)

指研究者如何運用有效的資料收集策略以收集到可靠的資料 (潘淑滿, 2003)，亦指個人經驗的重要性與唯一性，因此，研究者如何取得可靠的資料，必須對其整個研究過程與決策加以說明，以作為判斷資料之可靠性的準據 (胡幼慧, 1996)。Guba (1990) 指出研究者針對「可靠性」(dependability) 可使用的策略包括重視對事件的描述與組合、使用錄音或錄影等設備以幫助紀錄，以及使用低推性的描述 (潘淑滿, 2003)。

本研究的研究者和研究參與者經過討論而選擇的訪談地點，如辦公室或教會的小會議室、其住家大樓的公共區域 (品茗閱讀室或韻律教室)，以及無人在家的朋友住家內，一來令研究參與者因熟悉場地而有安全感，二來場地安靜舒適，能讓研究參與者接受訪談時感到自在且不受干擾，並能確保錄音品質。至於在咖啡廳進行的訪談，也盡量選取較安靜且無人的角落。而為了完整記錄訪談內容，研究者準備錄音筆，事先測試檢查，並在訪談過程中全程錄音以協助紀錄，以期提升研究的可靠性。

在研究過程中，研究者也以真誠尊重的態度和研究參與者維持良性互動，以嚴謹的態度隨時守護其身為研究參與者的權益，審慎地進行每一研究步驟，並透過正式訪談前的自我介紹及研究說明與之建立信任關係，讓他們能盡量放心地深度自我分享相關經驗，以呈現最真實的內在經驗。在資料分析時，研究者先檢查訪談逐字稿的內容的正確性和完整性，再反覆閱讀，並輔以重聽和協同分析員討論的錄音，以及多次閱讀相互討論的內容紀錄，以逐步形成資料分析之依據。本研究中，研究者也具體而詳細地說明研究參與者之尋找、研究資料蒐集方式、資料之整理分析方式等研究過程，使讀者可以清楚地瞭解研究者如何得到研究結果，用以判斷本研究之研究方法的合宜性及研究資料的可靠性。

### 肆、 可確認性 (confirmability)

指研究的重心在於對研究倫理的重建，從研究過程中獲得值得信賴的資料 (潘淑滿, 2003)。研究者對於可確認性的關注表現在本身不斷地反思與檢討，來瞭解、修正或控制自己的偏見，使研究發現盡可能來自於研究的情境脈絡及研究對象，以期獲得有品質的研究；此外，也必須適當地將研究資料、分析過程、研究發現呈現出來，使讀者能夠從中去確認研究發現的適當性與合理性 (Lincoln & Guba, 1999; Morrow, 2005)。

為增進本研究的可確認性，除了清楚陳述研究者的專業背景與研究立場外，在整個研究過程中，研究者持續透過自身的反思、撰寫研究札記，並與協同分析員、指導教授持續對話和討論，讓研究歷程能在研究者合宜的理解及多方的檢核下展開；研究者亦詳細地呈現研究資料分析的過程與分析的結果，以供讀者判讀資料分析的合理性；且在分析資料時思考研究之有效性及邏輯性，在共同主題確認後，請研究參與者表達意見，以尋求與研究參與者達到互為主題的詮釋。此外，在資料分析階段，研究者也定期將分析過程的發現心得與困惑與指導教授深入討論，一一釐清解決；分析結果也交由指導教授逐一檢核，有疑慮之處則進行討論和必要修正。以此多重策略來確保分析歷程的客觀性。

本研究在撰寫研究結果時，研究者也審慎而適當地選取和引述原始逐字稿中的小段落，做細緻而豐富的呈現，並在報告的陳述上清楚地區分研究參與者的經驗訊息與研究者的詮釋觀點，以避免讀者閱讀時的混淆誤會。



## 第七節 研究倫理的考量

Kvale (1996) 認為訪談探究是一關乎倫理的工作，在訪談過程中的人際互動會影響受訪者，而訪談所產生的知識則會影響我們對人類情境的理解 (p.109)。Denzin 與 Lincoln (2000) 亦指出，由於訪談探究的對象是人，因此研究者必須格外謹慎小心以避免對受訪者的任何傷害。有關研究各階段中的倫理議題，Kvale (1996) 認為在訪談設計階段的倫理議題包括獲得受訪者參與此研究的告知同意書、確保研究的保密性、並留意研究的結果對受訪者的影響；在實際訪談階段，需再澄清受訪者的報告會被保密，訪談過程中的互動對受訪者的影響也應被留意，例如訪談中的壓力及受訪者自我形象的改變等；而研究性的訪談變成治療性會談的潛在可能性也需要被留意 (p.111)。參與本研究的受訪者，將提供其夫妻親密關係中深層的個人經驗與感受，因此，基於保護且尊重研究對象之福祉的前提下，本研究在研究過程中以下列作法維護研究倫理：

### 壹、知會並獲得同意

在進入正式訪談之前，研究者向受訪者清楚說明本研究的目的、性質、進行方式，以及研究對象可能的獲益與風險等問題，並徵求受訪者的同意與建議，亦即讓受訪者簽署一份同意書 (Denzin & Lincoln, 2000, p.662)。而此同意書有研究者與受訪者雙方的簽名，其內容可包括保密性、誰會進入訪談、研究者出版訪談內容的權利、受訪者閱讀訪談後謄寫的文本或詮釋之可能權利 (Kvale, 1996, p.154)。本研究在所有訪談同意書皆獲得研究參與者之詳細閱讀及簽名同意後，始進行訪談 (見附錄三)。

### 貳、資料取得與所有權

研究者除了在訪談同意書上詳細陳述受訪者的權利，並在訪談之前說明有哪些人將參與本研究並接觸這些訪談資料，以及資料將在經過受訪者之同意與確認後始得引用，此外，尊重受訪者在訪談過程中的任何決定；並承諾給予每位受訪者將獲得本研究最後完成之論文報告一份。研究者且在訪談開始之初，接受每位研究參與者的提問並做說明及回答。

### 參、保密

在正式訪談之前，向研究對象承諾本研究的保密措施，包括基本資料與訪談內容的妥善保管與處理。在最後完成的研究報告中，也隱去受訪者個人資料可能遭辨識的部分，並以匿名處理方式來保護受訪者；且將所有可能界定出受訪者之稱呼、角色和所在地的獨特辨識物予以匿名處理或虛擬化 (Schostak, 2006, p.53)，以遵守保護研究對象之隱私的原則 (Denzin & Lincoln, 2000)。而這也可能意味著某些受訪者的資訊即使經過匿名或小說化處理，受訪者最後仍不同意將之公開 (Schostak, 2006, p.54)。本研究在研究

報告撰寫時，除了以匿名處理方式來保護受訪者外，有關可能界定出受訪者之角色和諸如居住縣市、子女性別、手足稱謂、職業描述、金額及特殊宗教信仰等獨特辨識物，全數予以「XX」代替；有關研究參與者所提及之其他人士，除了父母親之外，全數皆以「OO」表示之。

#### **肆、保護受訪者免受傷害**

研究者在進行訪談時需留意訪談的當下對受訪者的影響，以及訪談後的影響(Kavle, 1996, p.155)，保護受訪者免於受到生理上的、情緒上的或其它任何形式的傷害(Denzin & Lincoln, 2000)。由於本研究的主題涉及參與者婚姻生活經驗中較不愉快的部分，因此除了較為隱密且安全的小會議室空間之外，當進行訪談的地點在較為開放的空間時，如咖啡廳等，研究者會留意訪談的位置，保持與周遭他人有所切割且有一段距離的情形，以使受訪者的談話不至於有被他人聽到的不安全顧慮。此外，在訪談進行的過程中，當研究參與者出現情緒波動時，研究者便以支持關懷的眼神、及沉默等候，來支持參與者，並再次提醒受訪者，若覺得不舒適的經驗，可以不說，不要做難。另在研究結束後，再次向受訪者保證資料的保密性。

再者，從訪談過程中得知仍有幾位參與者在訪談當下的夫妻關係仍處於緊張狀態，且其個人尚未走出過往的痛苦經驗，因此經過和指導老師討論，所有訪談資料經轉譯成逐字稿後，將不會做夫妻配對分析，以避免讓其夫妻關係的狀況被明顯地配對呈現，並在進行成員檢核回饋時，請他們將逐字稿資料中不希望可能被配偶閱讀到的內容標示出來，並告知這部分將僅作為綜合討論與研究者反思之參考用，不會在論文中呈現出來，以上述措施保護受訪者免受傷害。

#### **伍、忠告**

研究者請二位專業人士（一為婚姻協談人員，一為有諮商及心理治療經驗的精神科醫師）協助督導研究者的訪談工作，在研究進行期間供研究者諮詢倫理事務，以避免研究者在訪談過程中可能出現的個人情感涉入或其他訪談倫理因素的干擾。

## 第四章 新婚苦惱經驗

要人們彼此相愛，  
可能是所有人類必須付出終極代價的任務中，  
最困難的一個。  
其他種種的努力，都只是為彼此相愛做準備而已。

~ Rainier Maria Rilke

新婚者從單身生活進到兩人生活，需要一段調適的過程。在這段期間，夫妻雙方必須面對一任務，即將其個人目標與渴望併入形成並維持一令雙方滿意的婚姻單位中。而新婚夫妻在婚姻的頭兩年處理其問題的有效程度會影響長期的婚姻穩定 (Tallman, 2003)。在新婚生活中，有人調適得順利，有人調適得辛苦，卻也有人調適到一個地步，覺得很痛苦，甚至產生過想離開婚姻的念頭。這些在婚姻生活中感到適應困難，曾經覺得難以維繫，心生離婚意念的新婚者，即本研究中所指稱的新婚苦惱者。

透過對所有研究參與者之婚姻苦惱，以及他們在其中之掙扎和努力經驗的理解，並依據主題分析法進行資料的整理和分析，且擷取與研究目的有關的主題，第一節在新婚者的婚姻苦惱經驗部分獲得「新婚轉變磨出苦澀滋味」、「關係問題不斷疊加累增」、「夫妻互動磋商，愈搓愈傷」、「期待渴望逐漸失落幻滅」，以及「底線遭踏，婚姻難再撐繼」等五個主題，以回應研究目的之一：「了解新婚苦惱者的婚姻苦惱經驗」，並與過往文獻做對話。以下分別說明並討論新婚者的婚姻苦惱經驗，並以「婚姻苦惱交疊顯」統稱之。

接續第一節新婚者的婚姻苦惱交疊顯之後，第二節以「維繫婚姻現契機」之標題以及「維持婚姻細思量」與「維繫婚姻見努力」這二大主題呈現新婚苦惱者在離婚意念產生後如何繼續維繫婚姻，以回應「研究目的二：「瞭解新婚苦惱者面對婚姻苦惱，繼續維持婚姻的掙扎與努力」，並與過往文獻做對話。而綜合婚姻苦惱交疊顯與維繫婚姻現契機，形成新婚苦惱經驗與契機之概念圖(圖 4.1 新婚苦惱經驗與契機圖)。

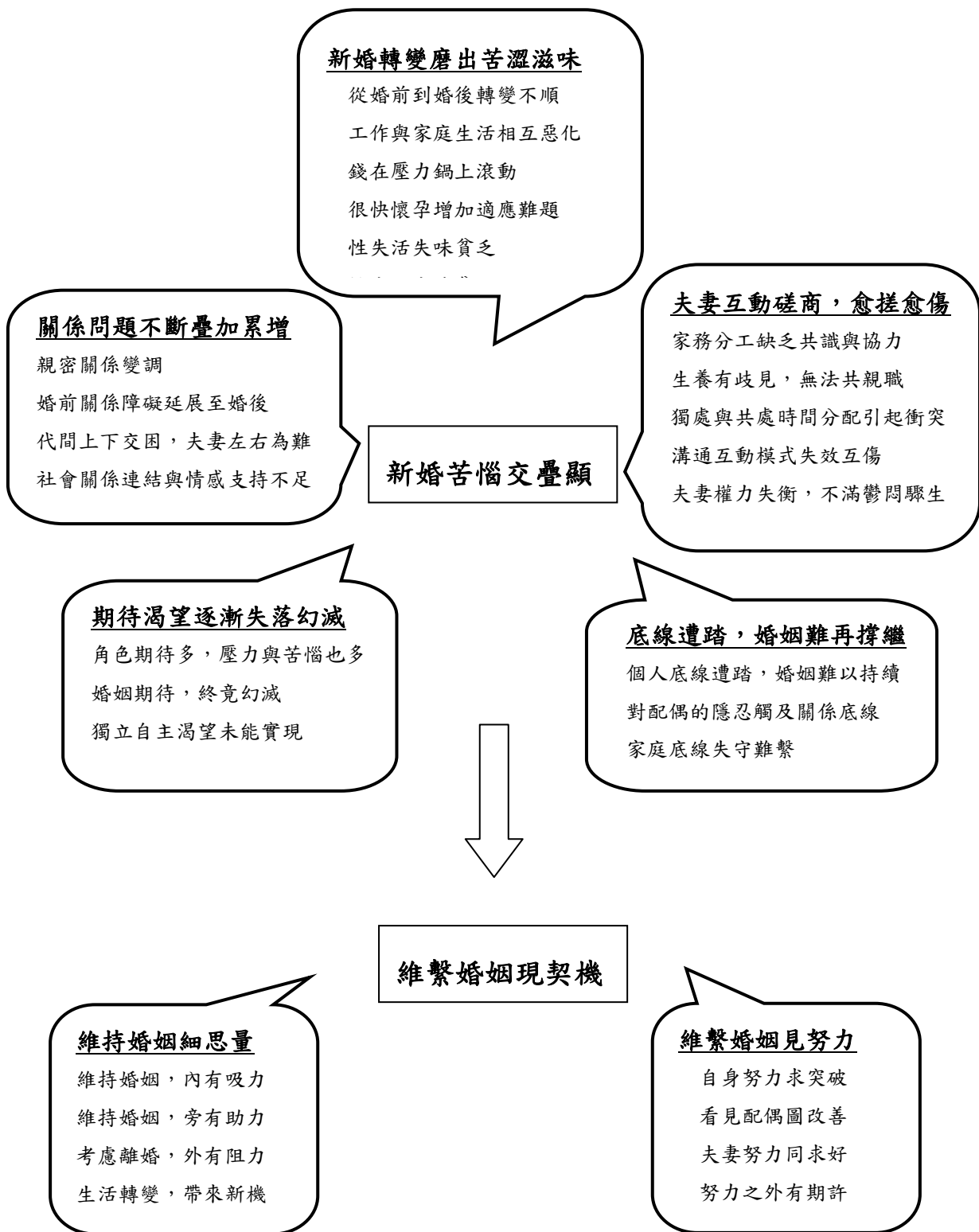


圖 4.1 新婚苦惱經驗與契機圖

## 第一節 新婚苦惱交疊顯

"婚姻很少（或許根本不可能）能在無危機的狀況下，  
平順地發展出很好的關係；  
沒有痛苦，也就沒有意識上的了悟。"

~ 榮格（C. Jung）

新婚苦惱者的婚姻苦惱經驗包含了與其配偶之間在互動上的困難與問題，以及在實際婚姻生活中所遭遇的難題與衝突。其間所產生的困難與問題可能始自最初進入婚姻之際，而後在每日的婚姻生活中，又逐漸在夫妻之間的親密與自主、特質與觀念差異、相關事情的磋商、家人的相處，以及互動溝通與衝突處理中，經驗到難以承受的痛苦和無法處理的問題。以下分別呈現「新婚轉變磨出苦澀滋味」、「關係問題不斷疊加累增」、「夫妻互動磋商，愈搓愈傷」、「期待渴望逐漸失落幻滅」，以及「底線遭踏，婚姻難再撐繼」等五個新婚苦惱經驗主題：

### 壹、新婚轉變磨出苦澀滋味

就家庭發展歷程來看，個體從單身階段進入新婚階段，不論是對婚姻中的個體，或是對剛建立的小家庭來說，都是一個很重要的轉變；在此階段的轉變不順暢或遇到諸般難題或壓力源事件，常會為新婚者的家庭建立工程帶來極大的障礙，而增加其新婚調適的困難度和不適感受。而「新婚轉變磨出苦澀滋味」這主題包括了以下五個次主題：「從婚前到婚後的轉變不順」、「工作與家庭生活相互惡化」、「錢在壓力鍋上滾動」、「很快懷孕增加適應難題」，及「性生活失味貧乏」。

#### 一、從婚前到婚後轉變不順

個體進入婚姻的選擇對其婚姻狀況與心理福祉的關聯性有重要的影響（Mastekaasa,1992），本研究之參與者進入婚姻時，除步伐踉蹌外，還遭逢外在阻力，即周遭親友的反對，這使得他們從婚前到婚後的轉變不順暢。

##### （一） 進入婚姻步伐踉蹌

結婚是一個人生的轉折，也有可能成為個人的人生轉捩點，使其生活軌跡朝向不同的發展方向，甚至因而結束了個人職涯發展。但結婚畢竟是個重大的決定，往往需要當事人審慎的考慮，以及雙方的溝通與準備，本研究之參與者進入婚姻之所以步伐踉蹌，有些是關係考量，為人情所迫，結婚乃為配合他人之故，另有的則是環境中有該結婚的氣氛，為情勢所逼；此外，也有參與者是被其個人的衝動與需求驅使所致。

## 為人情所迫

婚姻生活是一連續的動態歷程，一般人認為新婚夫妻充滿幸福感，但其實有些婚姻一開始就是不滿意的關係，因為對他們來說，決定結婚這件事本身就不是個愉快的經驗。有些研究參與者當初進入婚姻並非自己有極高的意願，或是主動提出，乃是因著被對方催促、或被父母強迫，或是考慮到女方腹中的胎兒的緣故，才配合地進入婚姻。當一對情侶在考慮是否要論婚嫁時，若其中一方自行通知周遭人士有關婚禮的時間，而另一方是最後才知道婚期的人，就會心生不滿和埋怨，覺得自己是被迫進入婚姻的。而對於和配偶婚前已同居多年的女性來說，其個人並不信仰婚姻，也不認為婚姻可以保障什麼，只是因為對方認為結婚很重要，她才答應辦理結婚儀式。

他就是個行動派，他發出去了，跟大家說我們的婚禮會是在哪一天，我最後才知道，我總不能說，歐，...我們已經求過婚了。~秋菊

一開始，我自己並沒有一定要結婚。其實我不是很信仰婚姻，我不認為婚姻可以保障什麼。就是在一起那麼久了，..後來他覺得，結婚對他來說是很重要的事情。~中蘭

有時候夫妻一方並不是那麼想結婚，只因為對方提出，就答應了，研究參與者中的夏荷就是這種心情，但結婚後就常常感到後悔，覺得自己當時答應對方要結婚是錯的，若沒有結婚，就不會有之後的痛苦了。而北櫻婚前和先生正式交往時間未不到一年，同住一段時間後，便感覺兩人在一起不是結婚就是分手，因此問先生要不要考慮結婚，先生有時候說有在準備，有時候又表示希望北櫻不要一直催；先生的拖拖拉拉讓北櫻覺得好像是自己想結婚，而先生是被她催出這個決定的。結婚的決定，不論是對方先提出，或是自己催促對方，一旦不是兩人主動做出的共同決定，都可能會讓其中一方在婚後感到後悔。

他先提要結婚的啊！但我覺得我也有錯，因為我實在不應該答應的。不答應就沒事，就不會有後面這段痛苦了啊！（嘆氣）。~ 夏荷

我們交往是去年X月的事，去年X月就結婚，從去年X月就開始住在一起，..當時感覺兩個人在一起不結婚就是分手，.我問他要不要結婚，他說要，有在準備，過一陣子我又再問你到底要不要結婚，他說有，不要一直催。~ 北櫻

而在兩性交往過程中，常讓人感到猶疑的情況是一方覺得不想繼續下去，或感到猶豫，但又難以切斷兩人關係，因為另一方有情緒性反應，且傷害自己；或是表現出很需要親密關係及被照顧。由於深怕拒絕繼續交往會讓對方感到受傷害或產生自傷行為，因此雖然覺得自己被對方情緒綁架，仍認為結婚是較好的決定，最後仍選擇和對方結婚。

她不管發生任何事，婚前，對於抓狂、情緒性的反應，抓傷自己、攻擊自己、打自己，我都覺得被恐嚇，因為我怕你受傷。~修身

對於原本不將結婚放入生涯規畫中的人來說，自己的生涯選擇受到父母的反對，是很大的挫折；而被父母強迫必須以結婚為人生依歸，更是一種無奈的承受。研究參與者中的春桃在婚前原是想要去當教會的全時間傳道，可是母親不允許，在母親極力強迫她要結婚的情況下，她接受一位長輩的提議，和當時的先生交往，而且不久之後，因為想脫離父母對她婚事的嘀咕，很快就決定結婚。

我媽就說你要去全時間，你不准，不行，就是她逼著我去做我不想要的嘛！~春桃

婚前生子或同居會使得個體所形塑的新婚夫妻角色內涵會與其他人有所不同。平天和太太在正式結婚前已同居一段很長時間，在當時，太太並不覺得她一定要結婚，是因為平天提出來，且太太當時發現自己已經懷孕，才和平天辦理結婚。夫妻倆當時都覺得年輕，沒那麼早想結婚，且因為太太不想被婚姻關係綁死，自己也尊重太太的想法。後來是因為已懷了小孩，不得不結婚。對平天來說，兩人的關係先是同居伴侶、接著是父母親，然後才是已婚夫妻；懷有小孩一事對其夫妻關係的確認扮演著重要的推手。

我們那時候在 XX 工作還住在一起，後來是因為要生小孩才結婚的，..感覺就是我們早在那個之前就已經結婚了，..只是最後因為要生小孩，所以不得不就結婚。~平天

在同居伴侶中，並非全部不想進入婚姻，反而是因為期待走入婚姻生活，但因擔心婚姻關係太脆弱，對婚姻生活充滿不確定感，因此想先同居，以便了解兩人是否合適共同生活 (Bumpass, 1990)。實際上，有愈來愈多的人在同居階段已開始展開婚姻生活般的雙人關係 (Bumpass, 1990)。在本研究的參與者中，婚前同居的女性參與者，會因著認為兩人在一起不是結婚就是分手，而希望進入婚姻，但先生的拖拖拉拉讓她覺得先生是被她催出這個決定的，而先生同居時對於結婚決定的勉強也預告了婚後兩人的關係適應困難。

在 Popenoe 與 Whitehead (1999) 的研究中發現，女性視同居為走向婚姻的一個步驟；男性則視同居為獲取性關係的機會，其中並沒有長久的承諾。但本研究的女性參與者並非視同居為走向婚姻的一個步驟，而男性亦非僅視同居為獲取性關係的機會。有的女性研究參與者選擇同居，係因其對婚姻不抱持樂觀態度，也不認為兩人關係的結局一定是進入結婚，或是一定要對方為自己負責，倒是後來因為個人宗教信仰上的考慮，而接受結婚這形式。而對於和配偶婚前已同居多年的女性來說，其個人並不信仰婚姻，也不認為婚姻可以保障什麼，只是因為對方認為結婚很重要，才答應辦理結婚儀式。

而儘管同居曾被視為是較前衛的關係模式，且同居者重視的是私密關係的滿足 (Giddens, 1992)，但一旦兩人間的私密關係滿足感受到環境中重大事件的影響時，同居關係便可能生變。在本研究中，有些新婚苦惱者婚前曾同居，但進入婚姻的緣由，男女不同。對男性來說，發現女方已經懷孕、想結束女方的孤單狀態，以及被女方的催促，是其決定進入婚姻的考慮；對女性而言，因為對方想要結婚、對個人信仰的回應，以及

認為男女關係久，不是結婚便是分手等想法，讓她們進入婚姻。對婚前同居且因女方懷孕而結婚的新婚苦惱者來說，夫妻兩人的關係先是同居伴侶、接著是父母親，然後才是已婚夫妻；懷有小孩一事對其夫妻關係的確認扮演著重要的，但卻不必然是唯一的推手。

### 為情勢所逼

除了考慮到他人及關係的緣故之外，研究參與者進入婚姻還有另一種催促是來自於環境，譬如宗教氛圍與時間壓力。這些人之所以進入婚姻並非在個人主動且極度願意的情況，而是被周遭環境氛圍所推動。有時候對婚姻不抱持樂觀態度的人，即使選擇同居，並不就表示他/她想結婚，或是要對方負責，倒是後來因為個人宗教信仰上的考慮，而不排斥結婚。基本上，在教會中交往會遇到一些較特別的現象，就是會有一些關心人士在旁催促，或是幫忙配對湊合；而教會中的氛圍更是鼓勵以結婚為前提的交往，未婚男女容易感受到一種限制，就是在交往過程中，沒有太多空間或機會去思考萬一兩人不合適要怎麼繼續談，或接下去如何處理。雖然教會沒有明說，但其氛圍讓當事人覺得在教會中分手是不好的，這對交往中的男女構成一種無形的路徑，促使他們往結婚的路上走。

我從來沒有想過我會結婚，當時我們同居的關係中，我沒有要你負責啊！我當時並沒有跟你說我會跟你結婚，..我只是有了這個信仰，我覺得我想做一些改變。~秋菊

基本上我覺得我們會結婚也是因為教會師母就一直在旁邊催促。~西蓮

教會的交往裡面，就是你是以結婚為前提的交往。它已經設定了一個必然的（停頓）途徑，沒有給你太多空間，讓你去思考萬一我不適合要怎麼繼續談。~修身

宗教信仰對新婚苦惱者之所以成為束縛，展現在對於男女婚前交往的態度。過往新婚苦惱相關研究中未見有關這類主題的探討，然而在本研究中，有些研究參與者表示之所以進入婚姻並非在個人主動且極度願意的情況，而是被周遭宗教氛圍所推動；相對地，對其婚姻決定也就成為一種束縛。

另有的研究參與者則是因為兩個人實在認識太久了，好像時間久了，羈絆也就多了，總不能把對方拖這麼久，然後就說分手，似乎很自然地就覺得既然交往那麼久了，應該和對方結婚。

其實久了，就很多...就蠻多羈絆什麼的啦，後來覺得反正雖然不是十全十美，但是就時間到了...那時候就覺得說結婚去了。~志之

### 為需求所驅

認識很久的情侶會考慮結婚是因為有一方覺得關係中的羈絆變多了，而和對方認識時間不長的人則是會覺得既然兩人是以結婚為交往前提，那就不必交往太久，先結婚再說，因此往往會較衝動地提出結婚的建議，但婚後遇到婚姻生活中的不如意時，便又會



後悔當初的結婚決定太過衝動。

我們交往的順序也是朝著結婚方向走阿，就覺得不如早一點結婚，不想交往太久。

~國治

很多時候覺得很累，其實我當初決定結婚非常的...嗯...（停頓3秒）衝動，算非常的衝動。...

反正既然我們已經...用這個前提在交往，我覺得...不用等那個時間。~家齊

而有的則是對自己婚前的生活不滿意，在遇到交往對象時，便覺得對方是一個可以拯救自己脫離那煎熬情境的人，企圖藉由結婚來改變個人苦狀，因此在認識三個月後，便產生了想要結婚的念頭，並沒有想清楚其實兩人認識時間並不長。

我們認識還算滿短的，大概三個月之後，就有了結婚的念頭。我那時候大概瘦了十幾公斤！很煎熬，那時候剛好遇到我先生，覺得...是一個滿能夠...好像當時妳快溺水，然後看到一塊浮板。

~西蓮

Mastekaasa（1992）在其婚姻與心理福祉之關聯性研究中指出，個體進入婚姻的選擇對其婚姻狀況與心理福祉的關聯性有重要的影響，而本研究中的新婚苦惱者在進入婚姻之際，便已出現轉折不順的狀況。新婚苦惱者進入婚姻之所以步伐踉蹌，有些是關係考量，為人情所迫，因著被對方催促、或被父母強迫、或考慮到女方已懷孕，甚或擔心分手會造成對方的自我傷害等緣故。另有的則是為情勢所逼，不論是因所處的宗教環境中有該結婚的氣氛壓力，或是因交往時間已經很長，就不做他想的顧慮。此外，也有人是被其個人的衝動或是想要被照顧的需求驅使所致；然而，一旦結婚不是兩人在成熟思考後，主動做出的共同決定，其代價便可能是夫妻一方在婚後感到後悔。

## （二） 進入婚姻遭逢阻力

不論婚前交往的時間長短，對於結婚的決定，當事人通常會希望獲得周遭親友的祝福，因此當遭遇到身旁的家人反對或朋友勸阻時，往往會為想要結婚的意圖增添不愉快的陰影。有幾位研究參與者在結婚的事上遭遇的難處便係來自雙方父母對其婚姻的反對，家齊認為自己的婚姻不是母親所期望的，母親對他的期望很深，較為放不開，不論是結婚這樁事本身或是對於配偶的選擇，他都沒有達成母親的期望。對此，他感到很遺憾。而秋菊則是感受到婆婆在婚前對其婚姻的反對，身為單親的婆婆一直覺得先生只是個孩子，都還沒有辦法應付個人的生活，甯論想要結婚；而婆婆反對的態度到兩人婚後仍然沒有改變，秋菊認為婆婆是想把先生綁在身邊，因此對媳婦百般挑剔，這讓秋菊覺得遺憾、惆悵，也很無奈。

我媽對我期望很深，可是到現在...我媽覺得我到目前為止...在她的期望中不是她所期盼的，所以相對的，她對我的妻子不是很滿意。~家齊

我們的婚姻，其實他的媽媽是不贊成的，她覺得我先生他就是個孩子，他還沒有辦法應付他自

己的生活，甚至我們的婚姻。~ 秋菊

而除了父母或其他親人的態度有很大的影響力之外，身旁的朋友常常也會對結婚的決定提供意見，研究參與者中的冬桂便是在決定結婚前，遭到其教會師母和傳道的警告，她們認為冬桂和對方的個性差異很大，彼此尚未磨合，很容易起衝突，當初便曾勸誠她延後半年再考慮結婚的事，只是冬桂不以為意，覺得既然兩人已經在籌備婚禮了，婚後再磨合也不遲。因此她在婚後遇到夫妻衝突時，也都不敢和朋友多說什麼，她覺得很丟臉，而且這是她個人的選擇，自己要承擔後果。修身則是在決定要結婚時，遇到其準岳母和太太阿姨的反對，這對修身來說，是很難堪的經驗。

其實師母跟傳道之前...婚前就已經警告過我...我們要結婚前... (停頓)，他們是滿反對的，他們是建議說我們應該把婚期延半年。~ 冬桂

結婚。這很好笑，結婚之前，她說要結，她媽極力..極力反對...我岳母是，她阿姨也一直反對，阿姨..阿姨在她家是很重要，她一直反對。~修身

## 二、工作與家庭生活相互惡化

Baumeister (2002) 認為因應婚姻範疇之外的高壓力 (例如工作)，就好像在親密關係的認知資源中抽稅，使得夫妻能夠有效處理婚姻中負向觀點的資源變少了。未婚男女因著結婚，個人身份從單身轉變為已婚，但結婚後多半仍希望繼續工作找；本研究的參與者婚後在工作與家庭的兼顧任務上，經驗到結婚對工作的不利影響，以及工作對家庭生活的耗損。

### (一) 結婚加重工作難題

Karney 與 Bradbury (1995) 指出研究婚姻結果的主要影響範包括已婚夫妻面臨的壓力事件和環境 (如工作的壓力)。除了遭遇來自工作上的壓力很大這普遍性的難題之外，還經驗到結婚對工作的不利影響，有的人在婚後不易找到合適的工作，有的人是職涯規劃被改變；而這些困難所附帶的壓力對其婚姻生活適應也有或大或小的影響。

#### 工作壓力大不堪言

新婚苦惱者的工作壓力大，睡不好，疲勞加劇，精神緊繃是共有的現象。男性的工作壓力包括了：因為不喜歡在不熟悉的環境中工作，怕出錯，而懶得變動；或者是來自於工作中的人際問題；或者是擔任主管的職務，下班以後工作壓力並不會相對減少。女性的工作壓力則包括了工作繁重，自己的個性又喜歡全力以赴，以致花費大量時間工作；工作量多、很累人，工作需要時常加班，家人沒有辦法體會工作上的辛苦而多有抱怨；主管脾氣不好又很嚴格，自己在精神上常需繃得很緊；需分擔販賣公司的商品，並自行吸收販賣時的損失，薪水不高又擔心無法另覓他職等。

就懶得變動，有點怕怕的。不熟啊！對那裏的環境不熟悉阿，怕（停頓 2-3 秒）出錯這樣子。

~ 國治

工作基本上壓力應該會有，..我可能本身個性比較龜毛(台語)，有時候對人會比較有一些潔癖，那看得比較不喜歡的時候，對我自己來說，人際問題會比較大。~正心

她可能不知道那種主管職的一些壓力，下班了會更擔心到底有沒有做好。~志之

搬下來 XX 的時候，應該就是最辛苦的時候，因為工作很繁重，然後我的個性又是喜歡全力以赴的，所以我會花很多時間在工作上。~中蘭

在上個禮拜，我大概每天加班到十點多到十二點，我甚至有兩點回家的。真的很忙，忙到翻，在我接每通電話的時候，我的手都在發抖。~秋菊

今天如果我要上班，我已經很累了，主管有時候脾氣不是很好，她對我們也很嚴格，你就要繃的很緊，..我那陣子禮拜六都常加班。~西蓮

為什麼我才領你兩三萬的薪水，你就要逼我每兩三個月賠個幾千的，奇摩子（感受）的問題，但是不做這份工作，你就是連三萬塊都沒得領，我們是內心的壓力。~南梅

綜合來說，新婚者感受到的工作壓力除了薪水不高及同事間的人際關係問題之外，主要來自業績造成的壓力，如：必須以薪水墊付銷售配額；工作本身造成的壓力，如：工作量大及在工作上怕出錯；領導管理造成的壓力，如：本身擔任主管的責任壓力，以及主管之管理太過嚴格。而對就業的新婚者而言，工作壓力帶來的影響和感受和其單身時已大不相同。

### 婚後找工作不順遂

新婚者在結婚初期，也可能遇到就業上的困難或工作上的不穩定，研究參與者中的家齊就覺得剛結婚時的夫妻關係頗緊張，因為太太在那時處於失業狀態，當時找工作一直很不順，她常一個人關在家裡，等候面試通知，但她也不讓朋友知道她的處境，不想別人同情她。這樣的狀況讓家齊即使在上班時間仍舊非常擔心，和她說話也得要很小心，家齊覺得太太找不到工作，讓她變得很敏感又脆弱，自己動不動就會說話傷到她，因此兩人關係變得緊張。而對結婚後便搬家到另一城市的夏荷來說，婚後便辭去工作；另外再找，對她也是同樣令人困擾，尤其要在婚後新居的城市找到自己喜歡的工作，更是不易。

她真的剛結婚的時候，..因為工作的關係，找工作一直很不順，變成躲在家裡..她那時候失業，一直沒有面試通知，就躲在家裡，..她那陣子就是把自己關起來。~家齊

我後來就沒有工作了，一陣子啊，對，辭職，我不喜歡那個工作。~夏荷

## 結婚生子，改變職涯規劃

女性在其生命歷程中經歷結婚這件人生大事對其工作是有不小的影響的，最常見的影響是女性的工作連續性因著結婚而被打斷，不論是因著結婚而離開夫妻兩人原本一起工作的公司，成為獨立工作者；或是因著結婚生子而隨配偶工作異動搬遷到其他的縣市，以致必須辭去工作等，都對女性的工作生涯產生很大的變動性影響。

我們在同一個部門，我覺得不太方便，我們在同一個公司。~北櫻

我又一直上班上到生小孩，所以我又等於從有工作到在家全職，..因為搬遷嘛，就剛生小孩又要搬家，生活環境也變。~小蓉

有的研究參與者在婚前婚後的工作變動性更大，由於其在婚前的工作是擔任管理職的高階主管，沒想到結婚後很快就懷孕，且懷孕後狀況不佳，一直在出血，因此不得不辭去此高薪的工作，在家安胎待產，然而產後，即使願意，她也無法再回任原先的高階主管職了。有的研究參與者則是婚後不久辭去工作，搬到配偶所工作或居住的城市，後來又因著和配偶的衝突頻仍而選擇短期分居，當其思考婚姻的時候，也會把工作放在一起想，兩者合在一起，以致情況更混亂，而心情也就更不佳。

我因為我懷孕後狀況不好，一直在出血，醫生就是說有先兆性流產的徵兆，在床上躺了五個月，不能動、不能下床，。~冬桂

我最近我在 XX 的這兩三個月，當然有思考婚姻的事情，也有把我自己未來，不停的放在思考裡面，它們有時候也會混在一起，就很亂，會造成心情更不好。~夏荷。

過往研究指出夫妻對家庭與工作間的協調是新婚夫妻婚姻適應問題的來源之一（張思嘉，2001b），也是新婚夫妻衝突的引爆點（蕭英玲、曾秀雲，2005），而張思嘉等人（2008）的「新婚夫妻的婚姻適應」研究更指出，新婚夫妻中，丈夫則比妻子更需要調整家庭與工作間的衝突。但在本研究中，就工作與家庭生活的協調面向而言，新婚男女各有其困難之處。在研究參與者的性別差異上，可見的差異為：男性的工作時間過長，工作壓大且令人疲累，剝奪家庭時間，有時甚至導致配偶不了解自己的工作壓力和辛苦，常遭致抱怨和爭吵；而配偶的期許也增添男性在工作抉擇上的為難和苦楚。此外，配偶對工作和活動過度投入，也會使男性感到自己被冷落、受影響。然而自身與配偶之工作與婚姻的相互影響，對女性更是明顯，女性的結婚生子打斷了其工作與職涯的持續性，而工作和家庭兩頭燒的結果，更使女性嚴重缺乏個人時間，對其社交活動的參與也有所限制。再者，配偶工作上的變動與隨之而生的搬遷亦會使女性產生在生活適應上的苦惱。新婚夫妻如何協調雙方之工作帶給關係的衝擊，以降低夫妻間的衝突，對新婚夫妻仍是一大挑戰；而究竟男性或女性，誰需調整工作家庭衝突較多，實為各有其困難與苦處。

## (二) 工作減損婚姻品質

此外，新婚苦惱者也面臨著工作對家庭生活的耗損問題，有些人因工作而使得家庭生活品質降低，女性更是感到身心俱疲。進入婚姻對研究參與者而言，除了工作本身的壓力持續之外，生活及工作都可能會產生一些變化，例如生活時間安排須要考慮對方，工作也不再能像單身時那麼投入，加班時間的長短須顧慮到配偶等。而除了諸如工作時間過長，沒有家庭時間；一方忙於工作，而冷落另一半；以及工作過勞，回家只剩疲累等工作對家庭生活的不利影響之外，上班女性更是在新婚後便面臨一根蠟燭兩頭燒的困境。研究參與者婚後生活中多了配偶，有的接著多了小孩，在住家與工作的地域上都可能隨著家庭的建立和擴展而作調整，因此家庭與工作時間上的平衡，因為有取捨上的壓力，有時會成為其苦惱。有的人因為其工作地點較遠或是工作責任較重的關係，需要比一般人更早出門，可能家人都還沒睡醒，且比一般人更晚回到家，晚上回家時，可能家人多已入睡。有的人是因為晚上常需要開會，開完會後弄一弄，回到家多已晚間九點；有的人因為工作性質的關係，常需要在下班後繼續的交際應酬，以致回家的時間很晚，雖慢慢做了調整，但應酬後回到家經常已是晚上十一、二點。

連我配偶要上班的時候，她都沒看到我出門，有時候她晚上睡覺跟早上起來都沒看到我。~平天

那三年，因為公司反正七、八點...晚上七點多在開會，開完會弄一弄，都九點才到家...九點多。~正心

我以前的交際很多，一個禮拜三、五天都要在外面交際，工作性質的朋友比較多。..我就慢慢去做調整，像我應酬以前都到兩、三點，現在最晚十二點就結束。~誠一

除了工作時間長及工作家庭時間相互排擠之外，研究參與者面臨工作上的另一難題是工作壓大且令人疲累。有些人認為其工作型態很累人，結束一天工作任務，下班後常已經是累癱了，再沒有體力去經營家庭生活，或分擔家務事，面對配偶的抱怨或脾氣，心中頗感委屈。再者，配偶為了男性不幫忙做家事而不斷地與其爭吵，也是令男性更感疲累的原因之一。此外，有的男性覺得工作壓力是不分上下班時間的，有時壓力大到一個地步，幾乎沒有生活品質，而配偶並不瞭解其工作壓力在下班後仍會持續存在，因此身心疲累加上責任壓力，再加上配偶的抱怨，常令男性覺得生活有苦難言。

這種工作的性質不像一般上班族，可以中午吃飯，休息一個小時，或可以晚上可以跟家人有很好的互動。~國治

有時候工作很累啊，有時候就很累或是壓力比較大。她一直吵，很累，吵到三、四點...然後天亮我要七、八點要去上班，那樣很累...超級累。~誠一

工作對我的家庭生活影響很大，..有苦難言。她不知道主管職的壓力。回來就很晚很累。~平天

對有的女性研究參與者來說，婚前便有待遇不錯的工作，也頗為勝任，自從結婚生子以後，工作之餘，因著婚姻便多出了許多家人要相處，許多家務事要處理，甚至新生的孩子要照顧，開始過著每天睡眠不足，家庭工作兩頭忙，還要承受與姻親互動的壓力，或遭受到其無理的責罵，以致覺得婚姻生活非常的疲累，不但個人的時間遭到嚴重的壓縮，有的研究參與者甚至還有著“生不如死”的痛苦感受。另一研究參與者在婚後與配偶分居兩地工作和生活約有兩年的時間，而那段時間是其婚姻生活中最痛苦的時候，因為要工作又要照顧小孩，但配偶只是每個周末回來，彷彿他是過著單身生活，照顧小孩和料理家務的責任全在自己一個人身上。

我那時是生不如死，我白天工作有沒有壓力，我自己要不要顧這個 BABY，我生活一天 24 個小時，一天睡四個鐘頭（哭泣哽咽），二十個鐘頭都在忙碌。 ~春桃

他每周..回來兩天，又回去工作，我們兩個人就變成他彷彿就是單身生活，我沒辦法...太累了，要工作，回去之後又是我跟婆婆，配偶不在旁邊，我還要顧小孩。~ 中蘭

Schulz 等人（2004）針對工作經驗對婚姻滿意的外溢影響研究發現，當關係脈絡中包含許多挑戰時，如工作壓力或財務困難，婚姻會傾向受苦。本研究中的新婚苦惱者遇到工作上的難題影響了其家庭生活，以致造成夫妻關係的緊張；有的人在婚後經驗到配偶找工作不順遂，以致變得很敏感又脆弱，那段期間，夫妻關係變得緊張。另有的人是覺得工作的壓力很大，而這些壓力對其婚姻生活適應也有或大或小的影響。因為進入婚姻對，除了工作本身的壓力持續之外，生活及工作都可能會產生一些變化，例如生活時間安排須要考慮對方，工作也不再能像單身時那麼投入，加班時間的長短須顧慮到配偶等。

此外，在傳統的性別角色規範下，即使已婚婦女投入就業市場，增加了經濟與工作角色，仍然只被視作家庭角色的延伸，男性視就業只是婦女補充性的經濟勞力，且認為女性在工作上的角色不應該侵犯家庭角色（陳秉華、游淑瑜，2001）；本研究的新婚苦惱男性有類似的思維，配偶對工作的過度投入，使得男性感到被冷落、受影響，而心生不滿。而在傳統性別角色規範下，女性在工作與家庭平衡上的苦楚則更形嚴重；對女性婚姻苦惱者來說，婚前有待遇豐厚且頗為勝任的工作，但婚後，在工作之餘，因著婚姻多出了許多家人要相處，許多家事要處理，甚至新生孩子要照顧，開始過著每天睡眠不足，家庭工作兩頭忙，還要承受與姻親互動的壓力，以致覺得婚姻生活非常的疲累，不但個人的時間遭到嚴重的壓縮，對其社交活動的參與也有所限制，讓其開始懷疑結婚的意義，而有的女性甚至還有著“生不如死”的痛苦感受。

Repetti 與 Saxbe（2009）在討論工作壓力對婚姻的影響一文中亦提到，除了工作和配偶的角色之外，親職是另一個需要投入時間和能量的角色，當夫妻需要花更多時間和能量去工作，在完成家庭職責和夫妻相處時間方面就更易造成干擾，這會減低婚姻滿

意感受。其說法頗符合本研究之參與者的感受；而對和先生長期兩地生活的女性來說，因著先生不在身旁，下班後，照顧小孩和料理家務的責任全在她一個人身上，其對婚姻的感受不佳，自是無法避免的了。

### 三、錢在壓力鍋上滾動

常言道：「貧窮夫妻百事哀」、「巧婦難為無米之炊」，研究參與者在其婚姻生活中亦多感受到因著經濟壓力所產生的苦惱和憂愁；不論是在增加收入的開源面，或是減少支出的節流面，他們常面對著和配偶之間未能有齊一步伐，遭受配偶抱怨的苦處。

#### (一) 煩錢夫妻百事“礙”

研究參與者在新婚生活中感到憂鬱和苦惱的一個很主要原因是財務問題，阮囊羞澀是其共同的感受。除入不敷出的窘況與債務的壓力外，夫妻間不同調的消費標準，以及配偶拒絕討論錢的去向等引發衝突的消費習性更是其常有的煩惱。

#### 入不敷出的窘況

研究參與者，不論男女，多半會擔心家中的收入愈來愈少，開銷愈來愈大的困境。有的人是覺得配偶的收入不是不穩，就是不夠，再加上沒有家人的支持，使得經濟一直是婚姻中的一個壓力。有的人認為結婚後，太太很快懷孕生子，因著要照顧孩子，夫妻兩人同時都被綁住，動彈不得，無法發揮原有的賺錢能力。另有人認為結婚後，因著子女的出生，家中開銷日漸增多，存款相對變得愈來愈少。

經濟是我們的壓力，因為我們沒有家裡可以支持我們，我們只有靠我們自己。~秋菊

我們生活中一個很大，我們很憂鬱的原因，都有財務的問題，本來我有很多資訊，她也很會賺錢，我們同時進入婚姻之後，她跟我兩個人被綁住了，都動不了。~修身

我們存款有慢慢減少的趨勢，越來越少啊！那種感覺就是很不踏實。~ 平天

Ervasti 與 Venetoklis (2010) 認為個體主觀認知的評價造成個人感到財務苦惱在文獻上即被稱為財務壓力 (financial stress)。而新婚三年夫妻最常發生衝突的議題為夫妻間的金錢問題，夫妻兩人沒有共同的錢財可預測新婚丈夫及妻子在結婚三年內之婚姻苦惱的增加 (黃芳銘、蕭英玲, 2011)；且對新婚妻子來說，收入少也可預測其在新婚三年內的婚姻苦惱增加 (Kurdek, 1991a)。本研究中的新婚苦惱者在其婚姻生活中亦多感受到因著經濟壓力所產生的苦惱和憂愁，錢不夠用是其共同的隱形壓力，阮囊羞澀更是其共同的感受。對他們來說，不僅不易開源，在金錢節流方面也有諸多苦惱。

#### 引發衝突的消費習性

除了家中經濟入不敷出的窘境，以及既存債務的壓力之外，研究參與者感到苦惱的

還包括夫妻不同調的消費標準，以及配偶拒絕討論錢的去向等這類容易引發夫妻衝突的消費習性問題。研究參與者在財務問題方面的另一種苦惱來自家庭的開銷過大，以及夫妻因著消費方式的不同而產生衝突或爭執。有的人因看見家裡信用卡帳單的明細，才知道配偶的消費金額很大；有人則是對於配偶「給多少，花多少」的用錢情形不以為然，認為配偶的金錢胃口根本是無底洞；而有的人則是覺得夫妻每個月能夠賺得的錢就這麼多，配偶在某一面的消費較高，當然就會擠壓到其它方面的額度。新婚者的另一種委屈來自於他們覺得自己的開銷不多，已經很少有個人享受，生活中也常覺得夠用就好，雖然偶也有抱怨，但基本上能用就用，盡量不買新的物品，必須購買時也盡量不買名牌；但是常感覺到配偶在採買與孩子有關的物品或其他消費時，傾向於超過家庭收入所能支付的額度，而對配偶提出詢問或提醒時，還會引起配偶的不悅，兩人進而發生爭執。

前兩天吵架的原因，就是這個月信用卡帳單為什麼這麼貴，偶爾會抱怨...都不能買...，  
..我開銷不多，家裡買什麼都是她在付。問她買了什麼，她就不高興。~ 平天

她後來變成給多少花多少。最後索性就是錢我不給，這個無底洞我填不完。她很在意應該要得的數字，我最大的反感是她常網購，..我告訴她財務狀況很吃緊。~ 修身

每個月就是固定會這樣子，你要花這麼多錢，當然會推擠到其它的錢身上。~ 誠一

而有的研究參與者之所以和配偶發生衝突或產生婚姻苦惱的原因乃在於婚前並沒有討論婚後兩人的金錢要怎麼管理。到了結婚後，夫妻一方想要討論時，卻覺得配偶在逃避，以致兩人的溝通討論常常沒有結果。或是一方在婚前便想要討論兩人的經濟狀況及婚後的金錢管理，但配偶始終不願意談其個人的財務。而有時令研究參與者感到生氣的另一種情形是，一方想要把錢交給配偶管理，配偶表示不想管，但又會頻頻詢問錢用在哪裡去，回答不出來配偶還會發脾氣。

婚前我們就沒有講好怎麼處理我們的錢，這的確是一個問題，..每當我提到這個問題要來討論的時候，他就逃避嘛！以至於我每次提都沒有結果啊！~夏荷

婚前呢，他始終不跟我聊，我每次都是跟他說：「我們都要結婚了！我們是不是應該要講一下？」我有什麼我都告訴他，可是他的部分從來不讓我知道。~冬桂

我曾經想要把錢都給她管，因為我不想管，她常常就問我說這個月的錢花到哪裡？我就講不出來，她就會生氣，但是她不願意管。~誠一

蕭英玲與曾秀雲（2005）的研究指出家庭收支財務管理問題是新婚夫妻普遍會遭遇的問題，也成為新婚夫妻衝突的引爆點。本研究中的新婚苦惱者在生活中感到憂鬱和苦惱的一個主要原因是財務問題，除了入不敷出的窘況之外，夫妻間金錢觀念的差異、不同調的消費標準，以及配偶拒絕討論錢的去向等引發衝突的消費習性更是其常有的苦惱。而婚姻中的困難與問題常交錯出現，如女性的意外懷孕與安胎需要，便會迫使女性中斷其工作，也相對減少家庭收入；男性因著顧及家人相處時間的分配需要，限制或壓



縮了其尋找額外收入的機會。隨著收入意外減少，及家庭人口數的逐漸增加，個體對錢財的需求渴望會增大，尤其女性，更希冀能有較多金錢收入，以應付子女成長及未來教養所需，因而就更為在意配偶收入的多寡，進而增加夫妻關係緊張程度。

## (二) 開源 ~ 「元」來不了的懊惱

通常戀愛期間很少有機會讓約會者覺察對方婚後的金錢觀點，或者是對婚後兩人要如何賺得足夠的收入有所討論；因此財務方面的開闢財源問題，常成為夫妻婚後的苦惱與爭執議題。對研究參與者來說，在開源方面的苦惱包括了：財源困塞，徒增憂懼；以及投資失利，慨然怨懟。

### 財源困塞，徒增憂懼

對女性來說，有的因著婚後懷孕生子而辭去工作，變成沒有收入，相對就會較為在意配偶收入的多寡；有的擔心配偶的工作屬業績性質，收入很不穩定，常憂愁不知道錢要從哪裡來。有的則是常會為了財務問題而和配偶吵架，抱怨配偶讓自己的生活過得困苦。

沒有想到就意外就懷孕了，我懷孕後狀況不好，只好把工作辭掉。那時候我就突然之間沒有收入了，就會很擔心...相對他的收入就會很重要。~冬桂

他有一陣子，..薪資非常不穩定，我就會很憂愁，我不知道錢從哪裡來..。~秋菊

夫妻會常因為在財務方面而吵架，我就是會抱怨他,讓我生活這麼困苦。~小蓉

對研究參與者來說，除了自身擔心婚後家中的金錢逐漸減少之外，多半還常被配偶抱怨賺錢不夠多，或是沒有給配偶足夠的錢；還有一種情況是配偶頗在意夫妻手頭上是否有一筆很大的錢可以使用；或者是配偶要的金額太大，實非其所能負擔。

她滿在意是否有一筆很大的錢，我覺得夠用就好。她大部分時候覺得自己很窮，可能我的存款沒有別人那麼多啊！她覺得我應該要給她多一點，讓她可以存錢。~國治

我要給你兩萬，你還不夠，那是要給到五、六萬？我沒有辦法。~修身

而對於家中收入逐漸減少或不穩定的狀況，研究參與者多半會直接表達不高興或擔憂，而對於配偶表面上的樂觀，則是認為其實他們內心裡也很擔心，或者是很落寞。

..會擔心錢不夠用，尤其小孩生出來以後，錢不夠。~ 平天

我開始擔憂時，他會說不要擔心，直到他沒有辦法，才慢慢開始安靜，而且很落寞。~秋菊

都是我不高興比較多，其實我配偶可能為了讓我安心，所以他會表面很樂觀,其實心裡比我還擔心。~小蓉

在面對家中經濟狀況會逐漸入不敷出，以致可能把個人的積蓄全數用光的困難時，研究參與者會想要尋找其他的賺錢機會，但亦多苦於這樣的機會難尋。有的人是除了目前的工作之外，找不到其他什麼可以兼差賺錢，增加額外收入的機會；有的人則只能利用在家照顧孩子之餘，另外做一點網購的工作，賺點尿布錢，貼補家用。

賺錢機會越來越少，現在不能去兼差，當然存款越來越少，擔心也是會啦。~平天

積蓄也是會有用完的一天啊，..我可能也不知道什麼時候才能回到職場工作，..所以我就從今年二月開始，私下弄一些團購，賺個幾千塊，貼補一下小孩的尿布錢。冬桂

### 投資失利，慨然怨懟

有的研究參與者在婚前便有投資經驗，婚後也自行投資一些小生意，結果被倒掉了，賠了不小一筆錢；自己很受驚嚇，又被配偶叨唸責罵，覺得很生氣，沒有尊嚴。有的則是認為配偶自覺賺得比較快，而比較敢花錢，只是沒想到投資在其工作之公司的所有資金，因為公司營運不佳，而全數虧損掉。又或者有人是知道配偶的壓力來自於他把所有的積蓄都用來炒作股票，但因為整體股票市場的難操作，而產生了資金被卡住及虧損的情形。另有人抱怨其配偶因為不是專業投資人，所以產生賠錢的情形，造成了夫妻在經濟上的重大損失，婚後還得想辦法去償還當初的信用貸款；有的或是抱怨不理會自己的意見，貿然投資開了一家加盟店，卻因加盟廠商有些問題，而造成加盟以後的龐大金額損失。有的人則是把婚前所賺得的錢拿去投資認股，結果慘賠，以致配偶抱怨婚後的經濟狀況比其結婚前還要更拮据。

我投資一些小小的生意，結果被人家倒掉了，一次就夠恐怖了，嚇死人了。..他就一直罵罵罵，..就是講得很難聽，我就很生氣，..當下我是覺得很沒尊嚴啦。~南梅

我們就是把所有資金都投進公司，因為公司營運不好所以資金就全虧掉了。。~小蓉

他又炒股票，他的積蓄都壓在股票，一旦損失他錢就沒了。我知道他有那個壓力，後來股票就真的就很難做，我知道他資金可能會卡住，我也知道他有虧損。~冬桂

她又不是投資人很專業，所以會有賠，她那筆本來的基金也都被花光了，現在就是欠那個債要還。~誠一

我配偶後來就也開了一家店，上面的加盟商有很大的問題，他一直跟我說沒關係，做做看，我勸不了他，就很生氣！後來..，發現問題更大，造成經濟上很大損失。~夏荷

那個認股後來慘賠，一放的結果，下次就是等於變壁紙，有一、兩百萬。她覺得說怎麼結完婚，就是過得比她沒結婚還更拮据就對了。~正心

更有甚者，研究參與者對配偶的理財行為感到最不可忍受的是，沒有經過夫妻事先

商量，便逕自去做股票投資，而造成巨額損失；而配偶虧損賠錢的時候，自己還得幫忙處理和收拾善後。配偶在未經討論的不當投資行為所造成的重大金錢損失，甚至讓有的研究參與者當下心生離婚念頭。

她有問題、了錢(台語，賠本)、虧損的時候就找我，我就要幫她處理呀。我當然會有情緒呀，那是錢在經營，何況又不是小筆的，那個金額是很大的。~志之

那時候就是結婚以來感覺最不好，滿意度最低的時候，那時候我還蠻想要離婚的，就財務的問題。~中蘭

除了實際的投資虧損及借貸行為造成的債務問題外，研究參與者對其配偶的另一項抱怨是配偶的投資觀念或態度。有的人抱怨其配偶很固執於個人的投資觀念，不願意聽他人的意見；或是本身的投資態度不夠保守，太過樂觀，以至於風險很大。這類的行為常會使另一半感到生氣和不以為然，夫妻兩人甚至為此吵架。更有讓人氣憤的是配偶的借貸行為不只一次，替他還清原先的借貸之後，配偶又再度去借款，這種不成熟的行為彷彿不定時炸彈，因此會擔心自己是否一輩子都得活在這樣的陰影中。

她有她自己一套觀念，很奇怪！~誠一

為了投資而吵架是會喔，我們對財務的規劃截然不同。我對財務這方面非常保守，她過於樂觀、單純。我的投資風險是非常少，她是非常大。這方面差異很大。~志之

我那時很後悔幫他還清，因為還了後，他有額度可再去借，又變成我有貸款。~中蘭

### (三) 節流 ~ 「留」不住錢的惆悵

交往中的男女常是各自金錢獨立，但結婚後則不然，經濟上無可避免地會「互依」，家中的開銷為何，究竟該如何控制消費，這類問題便使得「金錢」成了夫妻衝突的挑撥者。研究參與者在金錢節流方面的苦惱包括：照顧上一代加重原本的經濟負擔；子女數增多，經濟壓力增大；房貸也是另一長期經濟負擔；以及配偶婚前債務的拖累。

#### 多顧一口，多付一擔

研究參與者在經濟上的苦惱有些與其上一代有關，因著要照顧父母，加重其原本的經濟負擔。有的情況是婚後必須拿錢回家給父母；有的則是多年來每個月都各自給家中父母一筆固定的生活費，因此有其經濟壓力。另有的情況是，配偶在婚前原本會給母親生活費，但因婚後付房貸，就沒有再給母親生活費，造成長輩不高興，因而引發關係上的一些緊張。而有時，借貸的需求或行為係出自夫妻一方的父母，但是要夫妻代為貸款或是擔任其貸款的保人，因而引起夫妻之間的緊張和衝突。

結婚後呀，錢又要共同用，我不只要照顧我的家人，也要照顧他的家人，..也是自己付呀。發現好累唷。~西蓮

會有經濟壓力啊，我需要拿錢回家，他也會拿錢給他爸媽，我們在照顧父母上面是給很多錢的。  
~ 中蘭

我們沒有給公婆錢，他手足有，他婚前有，所以他媽媽一直覺得不高興，說為什麼結婚後就沒有，結婚之後就有房貸阿什麼的。~ 北櫻

像我爸要去貸款，他年紀大，不能貸款，就叫我去貸款或當保人，我配偶就反對，非常非常反對。我們以前觀念就是這樣！不管好壞，都是要拚啊！~ 誠一

除了夫妻的生活收支之外，有些新婚苦惱者還須面對孩子出生或不斷長大的教育需求所增加的額外開支，子女數增多，經濟壓力也隨之增大。不論是第一個孩子即將出生，或是已有兩個小孩的研究參與者，經濟壓力都會加增，問題同樣令人煩惱。有的情況是家裡開銷已達超支狀況，兩個孩子都上幼稚園之後，家裡的經濟問題將會更嚴重。

我覺得孩子出生後，我們的煩惱會加增吧！因為經濟壓力是存在的嘛。最主要是經濟壓力還是存在的。~國治

開銷越來越大了，老二會長大，上幼稚園後 家庭經濟負擔會更重，現已經超支了。大的上課以後，小的也要開始上課，再加上我們每個月都給原生家庭一萬五。~平天

### 翻滾在金錢壓力鍋中的債務

金錢常是夫妻爭執的主要來源之一，而債務問題更可能引發婚姻危機。在研究參與者所面對的經濟壓力中有一需長時間處理的是夫妻的債務問題，有的債務來自於研究參與者在婚前的個人借貸或原生家庭負債，例如令研究參與者感到生氣，甚至憤怒的一種情況是配偶在婚前曾因為了借錢給朋友周轉，而去貸款一大筆金額，以致婚後仍有債務。或是配偶用信用卡借貸，因著其利率很高，以至於自己還去另外進行較低利率的貸款來讓配偶償還借貸。

婚前的事了，他借了他朋友一筆很大的數字的金錢，以至於他現在有債務的問題。  
每次我只要提到他債務的事，而且是他朋友造成的，都會感到非常憤怒。~ 夏荷

其實我們婚前就有一些債務，..剛開始他用信用卡，利率就很高。我又用我的名字去貸款， 特別把他那邊的還清。 ~中蘭

而對於婚前既有的債務，有的研究參與者因著覺得丟臉，不敢讓配偶知道，而自己獨力償還；或者是個人工作所得全數用來替原生家庭償還債務；有的人則是配偶本身有負債，因此配偶努力工作的所得全數得用來還債，至於家庭生活所需不夠時，便動用夫妻的存款。

我自己是有啦，一個月大概要繳五千多塊，我也不會跟他講，很丟臉。~南梅

家裡的經濟壓力，她到現在還在還家裡的負債，那時候她每天在工作還錢。~ 家齊

他努力工作的就用來還債，就是這樣。所以現在不夠的時候，我們就等於是吃祖款，

目前也還有貸款。~ 中蘭

信用卡雖帶來便利，也帶來債務。在現代生活中極為便利且普遍使用的銀行信用卡，由於其消費較現金更為自由，以及可以借貸的特性，使得在夫妻之間有時候也會因為使用金額的多寡或以信用卡借錢而成為夫妻爭執的問題來源，例如配偶在婚前便以信用卡借款，由於其利率較高，以致夫妻到婚後才好不容易把借貸的金額還清；或是配偶因為自己沒有錢繳信用卡的刷卡消費金額，而反倒頻頻追問研究參與者如何用錢，為何會變得也沒有錢。此外，對於配偶不把信用卡卡費繳完，造成每月有循環利息的這種信用卡不當使用方式，也會讓新婚者感到擔心，或甚至感到憤怒。

我們婚前有一些債務，好不容易陸續把它還清，剛開始他用信用卡，利率就很高。~ 中蘭

她說這個月沒有錢繳卡費，我就說我也沒有錢。..她做的事情就是信用卡卡費不繳完，每個月的循環利息，就遠遠大於那個東西。~誠一

### 房貸成長期經濟包袱

對一般夫妻來說，負擔房貸常常是在其原有的生活開銷外另一長期的支出，研究參與者中，有的人其貸款來自購屋時的房屋貸款，雖然金額不是很高，壓力沒有很大，但仍造成夫妻沒有辦法存錢。

我們有房貸，房貸他在付。我們之前，那是跟他在一起之前，我就有信貸，之前可能金額比較大，但是後來就還好。~ 北櫻

現在是 XX 那間房子有貸，但是也貸不多..一百多萬。~ 正心

貸款壓力沒有很大，目前是在我們能力範圍之內，但就是沒有辦法存錢。~ 小蓉

Schramm 等人 (2005) 的研究發現，對夫與妻而言，在婚姻生活的最初幾個月中，婚姻最有問題的領域之一是夫妻帶進婚姻中的債務問題。在本研究的參與者中，不但有的是在婚前便發生債務問題，以致婚後的夫妻爭吵層出不窮，更有多位係於婚後出現投資失利，而造成家庭經濟重大損失的情形，而這類投資失利舉動不但影響家庭財務，更威脅到夫妻之間的信任感與個人經濟安全感。而配偶在未經討論的不當投資行為所造成的重大金錢損失，甚至讓有的新婚苦惱者更是當下便心生離婚念頭。債務的出現與投資失利行為表現上損害的是新婚家庭的經濟與財務，但更深層的影響是夫妻間的相互信任感與安全依附；因著結婚而託付終身的配偶是否真為可倚靠與信賴之人，不僅是新婚者在婚前對配偶的深深期許，更是在婚後實際生活中嚴格檢視的對象。

#### 四、很快懷孕增加適應難題

女性研究參與者進入婚姻後的另一難題乃由懷孕所引起，包括懷孕初期的痛苦經驗，如婚後很快發現懷孕的懊惱，以及懷孕過程的情境壓力很大；墮胎與否，自身有掙扎，配偶有遺憾；流產後，身心受創；以及婚後很快懷孕生產壓縮新婚適應時間，增加

適應困難。

### (一) 懷孕之初，艱苦之始

女性研究參與者在初發現懷孕及懷孕初期的痛苦經驗包括了：婚後很快發現自己懷孕了，對她們來說這種屬於規畫外且預期外的消息，在新婚初期帶給她們的感受是懊惱多於喜悅；而在懷孕過程中的情境壓力很大，更讓她們苦不堪言。本研究的女性研究參與者中，有五位係於婚後半年左右發現自己懷孕，不論是否婚前同居，對這些女性來說，都是意外發現自己懷孕，其中有的係於婚前懷孕，有的係於蜜月時懷孕，而她們原先的計畫是至少隔年再考慮，因而有人感到難過；有人甚至還得面對先生的抗拒和否認。

我配偶跟我求婚的時候，我還不知道我已經有小孩了，就剛好那個月。我答應了之後才發現好像 MC 沒有來，我知道已經有孩子了。~中蘭

偏偏在蜜月的時候，懷孕了。我們八月底結婚，十月發現懷孕，他就是完全不承認我懷孕這件事。~冬桂

我是一月結婚，那三月就懷孕了，我本來的計畫應該是隔年再考慮。~小蓉

結婚後三四個後，我就發現我懷孕了。~南梅

我去年五月結婚，到十二月的時候，我回 XX 去住。我覺得比較難過的是我回 XX 之後，我發現我懷孕了，一聽到我懷孕就更難過。~夏荷

這些女性由於是意外懷孕，所以發現自己懷孕之時，有的還在服藥，當時頗擔心藥物對腹中胎兒會有不良的影響，懷孕過程情境壓力很大。有兩位在發現自己懷孕當時，其實是對婚姻有著很嚴重的不適應，或是覺得婚姻問題已經很嚴重，原本就想要逃離婚姻，逃離配偶，沒想到卻懷孕了，不僅多了一個牽絆，也讓整個事情變得更複雜且困難。另有女性則是在發現自己懷孕時，也正遭遇著婆婆對待自己的冰冷態度。有的女性是在婚後第二個月發現懷孕，當時便覺得配偶的態度很糟糕，在其懷孕的過程中，對她視若無睹，她提重物時也不會予以協助，夫妻兩人常常大吵。

懷孕是意外，..我當下還在吃藥，..很怕肚子裡的孩子會怎麼樣，..我害喜很難受（哽咽）他完全不體諒，對我的態度也很糟糕，我買菜什麼都自己提，他不會幫我。~冬桂

因為剛結婚的時候，結婚一兩個月，我就覺得我要離婚 因為太嚴重的不適應 然後結婚後三四個後 我就發現我懷孕了。~南梅

婚姻問題這麼嚴重，好不容易想要逃離他，又來一個牽絆，整個問題就更複雜..他來的不是時候！爸媽感情這麼差，出來還要忍受一個可怕的家庭，不如不要讓他出來。~夏荷

她對你就是冷處理嘛，看到你都不理你，我記得懷孕初期的時候，我一直在生病。~春桃

有的女性在懷孕初期因是意外懷孕，又加上當時的情境壓力，而一直生病，情緒起

伏變得比較大；有的女性則是在發現自己懷孕以後，感到很沮喪，也開始變得憂傷和憂鬱。

我回想到我懷第一胎的時候，懷孕的過程，不知道是不是比較累，就是情緒上就是起伏比較大。

~春桃

我發現我懷孕了，我那個時刻也很沮喪，我懷孕之後就開始變成憂傷，像我二月的那一整個月我就滿憂鬱的，每天都哭到三四點。~夏荷

Tallman (2003) 在其新婚研究中指出，在從單身至結婚的轉變期間處理夫妻之意見不合尤其重要；新婚轉變的種種生活議題考驗著夫妻處理意見不合之能力，互動過程中自然壓力倍增。誠如多位參與者所述，新婚中的許多困難經驗是他們在婚前所沒有預想到的，而且從一個人生活變成兩個人生活，有太多地方需要適應，不論是金錢的使用、住所的安排、工作時間的長短等，婚後都因需要考慮到配偶而不得不做些調整或改變，當這些適應課題同時產生，再加上其個人原有的工作壓力未減的情況下，若又遇上自己或配偶很快懷孕，這對其兩人的生活適應來說，無疑是雪上加霜的慘況。

## (二) 胎兒留與不留，都是痛苦

女性在婚後很快發現自己意外懷孕，除了其自身有懊惱和壓力之外，隨之而來是否要留下孩子的抉擇，更是夫妻難以言喻的痛苦，不論墮胎與否，都會有掙扎遺憾。在當下選擇不要孩子的懷孕女性，在流產手術過後，經驗到身心受創；而對決定留下孩子的女性來說，懷孕生產，則壓縮了其新婚的適應時間。

### 墮胎與否，掙扎遺憾

在婚姻中有關生產的掙扎常是女性獨自面對的難題，當女性發現自己懷孕時，有的人因著是婚後便很快懷孕，覺得若生下孩子，無法享受新婚生活，因此一直有拿掉孩子的衝動；另有的則是在留或不留下孩子的決定中顯得猶疑，在思考自己是否要墮胎時會有掙扎和罪疚感，同時也會顧慮來自信仰及周遭朋友對自己墮胎的輿論。

就是先有一段新婚的生活這樣子。..那時突然發現的時候一直有一種衝動，就是想要不要生。~

小蓉

我甚至不下一次想把小孩拿掉。信仰讓我覺得我沒有權利去奪取他人的生命啊！後來又滿多人知道我懷孕了，我也怕輿論的壓力啊！如果去拿小孩一定會被指責。~夏荷

對於已婚女性懷孕後要不要拿掉腹中胎兒的決定，除了是懷孕女性自身的困難與掙扎之外，對於男性來說，也是困難的事。中蘭在知道自己懷孕的時候，雖感意外，但仍想把孩子生下來，但是先生卻感到驚訝，甚至是驚嚇，還問中蘭要不要把去把孩子拿掉。正心則是對於自己和太太的生育期望不一致，又無法影響其決定而感到遺憾和無奈；他

其實很想要有一個女兒，對於當初答應配偶把腹中的第二個孩子拿掉的決定，感到相當的懊悔，甚至在夢中見到孩子來向自己哭訴為何被遺棄。

那個時候,就是老大也是...也是...也是就是也是意外.對對對.一開始來的時候...我先生他...就是驚訝、驚嚇,然後有問我要不要拿掉.然後我就不要。~ 中蘭

當天晚上我就很難過，睡覺作夢夢到一個小女孩哭著來找我，說我為什麼不要她。那時候說要拿...簽下去就馬上後悔了。~正心

蕭英玲、沈慶鴻（2001）的「台灣婚姻初期發展歷程之研究」指出 181 對新婚 9 個月以內的夫妻，其中有小孩之夫妻和妻子懷孕的夫妻比例約佔全數夫妻的三分之一強，顯示婚前懷孕的情形不少。本研究中僅有一位男性研究參與者表示其配偶係於同居期間懷孕，兩人因此而結婚，顯示新婚苦惱不一定與婚前懷孕有甚麼明顯的關聯性。而蕭英玲（2012）的「新婚前三年夫妻婚姻滿意度的變化與其影響因素」研究也發現在新婚三年內夫妻有小孩和妻子懷孕的夫妻達全數樣本夫妻的一半以上。本研究的 9 位女性研究參與者中，有 5 位係於婚後半年左右發現自己懷孕，對這些女性來說，她們都是意外發現自己懷孕，其中有的係於蜜月時便懷孕，而她們原先的計畫是至少隔年再考慮，因而有人會因原先預期的新婚幸福遭懷孕破壞，但在道德、情感或理智上又不能責備腹中的孩子，而感到痛苦，更遑論墮胎與否的掙扎與罪惡感；有人甚至還得面對先生的抗拒和否認。這其中種種的情緒衝擊，對女性而言，都是出乎意料之外，且很不堪承受的。

### 流產過後，身心受創

有的女性因著新婚生活的不適應，在未告知任何家人的情況下，獨自去做流產的手術，之後卻感到極重的罪惡感和深深的自責，沒有辦法原諒自己這樣的作為。另一位女性則是生完第一胎之後，在婆家生活的狀況一直不能適應，覺得很辛苦，因此在與公婆關係不佳，又心情憂鬱的情況下，二度懷孕後的情緒更加不穩；在一次與公婆的衝突後，情緒崩潰，其後意外流產，此事件對其心理的負面衝擊更大。

結婚一兩個月就要離婚，太嚴重不適應。結婚三四個後，我發現懷孕，它小小的，決定不要生，對婚姻很失望，就做流產。..結束後罪惡感極重，沒辦法原諒自己。~南梅

那時候我就被罵到流產，懷孕初期啊！情緒起伏過大，..我憂鬱我又被罵，情緒整個崩潰，每天都很難受啊！媽媽情緒不穩，小孩子一定留不住的啊。~春桃

時代雖然在進步，但社會對於女性之母職實踐的期望似乎沒有多大的改變，也沒有賦予女性太大的生育自主權。究其原因，乃社會文化脈絡中的主流價值作祟，且因為主流價值的關照主體仍是男性之故（顧燕翎，1996）。在本研究中，有幾位女性參與者勉強承受懷胎、流產與再懷孕且再生育的身心之苦。在這過程中，女性若有些許抗拒或反對之意，遭受社會質疑或指責壓力的不會是其丈夫，而會是女性自身。因為社會文化認



同女性生育不具自主性，女人不可以自己做主決定。而流產對女性所帶來的衝擊與痛苦更是外人所難以體會，也極少予以關注同情的。當女人無法自主決定生多少小孩，當女人是不情願地生育時，她和她的生育成果以及母職經驗便是疏離的（劉惠琴，2004）。研究參與者春桃在懷第二個孩子時的不舒服狀態在某種層次的意義上，也表徵了她與其母職經驗的疏離和不快。但因著她的堅毅性格，她仍然努力地扮演著母親的角色，並且敢於發聲，在不斷的表白和溝通中，讓她的丈夫開始明瞭生育過程對她帶來的傷害和痛苦。

### 懷孕生產，壓縮適應

懷孕使得新婚適應期縮短，夫妻很快進入為人父母階段，或可以說新婚適應期與初為人父母期這兩個時期重疊在一起，使得夫妻之間的適應時間被延長，問題被疊加。有的女性研究參與者覺得，夫妻從蜜月期開始就吵架吵個不停，當時偏偏又懷孕了，配偶不承認自己的懷孕，夫妻倆的爭吵變得更激烈和嚴重。另有人是在結婚的第一年內便意外懷孕，對她來說，婚姻問題已經很嚴重，自己的懷孕使得夫妻問題更加複雜。而有的女性更是慨嘆婚後太快生小孩，以致夫妻倆沒有蜜月期，沒有夫妻的新婚生活。

我們從蜜月就開始吵架吵不停，吵到現在，..偏偏在蜜月的時候，懷孕了，..懷孕三、四個月的時候，我們都大吵...（啜泣）。~冬桂

去年一整年是人生變動的一年，..我比較難過的是後來我懷孕了，那個時刻也很沮喪，天啊，我的婚姻問題這麼嚴重，..又來一個牽絆，這樣整個問題就更複雜。~夏荷

我覺得我的問題是太快生小孩，應該要先有一段新婚的蜜月期，再進入下一個階段，生小孩。那時突然發現時有一種衝動，想不要生。..新婚第一年就有小孩了。~小蓉

對於已有子女的婚姻苦惱者，「初為人父母」是其新婚適應之同時的另一重大挑戰。陸洛（2001）的「初為父母」之調適衝突研究發現，「初為人母」在女性生命歷程中可說是風暴期，但「初為人父」在傳統上卻不被關注，因為社會規範將「為人父母」概化為「女人的事」，使得男、女在為人父母的轉變中，遭遇到迥然不同的景況。故而女性可能較早感受到「為人母」與「為人妻」這兩個角色間的競爭和衝突，而男性則較晚才體會到「為人父」的困難及其對婚姻關係的衝擊。在本研究中，懷孕使得新婚苦惱者的新婚適應期縮短，夫妻很快進入為人父母階段，或可以說新婚適應期與初為人父母期這兩個時期重疊在一起，使得夫妻之間的適應時間被延長，問題被疊加。女性新婚苦惱者進入婚姻後的另一難題便由懷孕所引起，包括懷孕初期的痛苦經驗，如婚後很快發現懷孕的懊惱，以及懷孕過程的情境壓力很大；而對有的女性來說，懷孕生產，夫妻關係更慘，懷孕使得夫妻問題更加複雜。而有的女性更是慨嘆婚後太快生小孩，以致夫妻沒有蜜月期和新婚生活。此外，懷孕疊加了其它人際關係困難，使得有些女性開始憂鬱。

### 五、性生活失味貧乏

性愛關係所扮演的角色，就像是夫妻關係中的情感氣壓計，它可以反映出夫妻對其他關係層面的滿意程度；而美好的性關係經常是夫妻之間良好情感關係的結果（林秀慧、莊璧光譯，2003，p.123）。研究參與者在婚後經歷了在夫妻性關係上的困頓：夫妻之間的性接觸大量減少，性生活品質變差。

### （一） 性接觸大量減少

有幾位研究參與者與配偶之性接觸在婚後大量減少，如一位女性參與者所言「我們大概一個月大概一次吧，或兩次」；而此情形反應在：彼此之間的性吸引力不再、女性恐懼懷孕而拒絕，以及雙方需求不同等幾個部分。夫妻在婚後的重要適應課題之一便是性生活的協調。對男性研究參與者來說，婚後的性生活次數是很令人不滿意的。婚前有同居經驗的研究參與者經驗到夫妻性生活在婚前與婚後的顯著改變，夫妻婚後反而有一段很長的時間幾乎沒有性生活，夫妻各自忙於工作與其他活動，少有兩人獨處時間和彼此之間的親密接觸。婚前沒有同居的夫妻也在婚後經驗到不佳的性生活，例如夫妻處於生活在同一個屋簷下的分居狀態，行房次數少得可憐，會有孩子純粹只是個意外；又或者是有了孩子之後還要寄人籬下，一家三口每晚得擠在一張不大的床上，或是夫妻根本分房而睡。對女性參與者來說，在夫妻行房時感受不到先生的愛意，甚至連一個親吻都沒有，先生那種直接發洩性慾而不理會她需要愛的性行為方式，讓她卻步。

這三年來的癥結點其實就是我們的性生活。我們最...最...最大的問題，我們幾乎...。我們結婚後的性生活跟同居那一段完全不一樣，結婚...我們的親密接觸比較少。~家齊

我們處於分居狀態，同一個屋簷下的分居狀態。..我們會有這個孩子純粹是個意外，避孕都做了，不過崩一下，孩子出來了，我們行房次數少到可憐的地步。~修身

我們沒辦法三個一起睡，床不夠大很不舒服，通常就是我睡一間，她跟兒子睡一間。~正心

我說：「在性生活方面，女人也是會渴望被愛的。」甚至於至少是一個親吻也好，不是就是直接就發洩，他不會聽我的，他就是這樣，他不會去管我的感受。~冬桂

本研究有好幾位女性研究參與者皆是在結婚半年內意外懷孕，夫妻的新婚生活及適應很快便因著子女的出生而進入另一個階段。有一位女性研究參與者即認為她自己之所以不能享受或不愛“做愛”這件事，可能與她不想生小孩，以及對避孕失敗便可能懷孕的恐懼有關；因著擔心自己意外懷孕，便開始對性失去熱情，不想和配偶有性生活。

我曾經有想過為什麼我不行、不 enjoy，甚至不愛做愛這件事情，..我不想生小孩，因為連戴套子都有可能遇到懷孕的事，..我開始對性，已經沒有什麼熱情。~秋菊

此外，夫妻雙方性需求落差大，也是新婚苦惱者遭遇的困難，有的女性覺得配偶的需求量比自己的小，搬家以後，感覺夫妻之間的性生活變得比較不好，配偶對此並不是很在意；有的女性則是覺得自己在性生活方面比配偶熱情，需要比配偶更主動才行，自

己一味地等待，也等不到配偶的主動。

性生活就是，自從來 XX 之後比較不好。我配偶他也沒有很在意這一塊，我一直覺得他就是一個不太需要性生活的人，我就是一個正常的需求量，他就是比較小。~小蓉

要不是娶到我，看你都要絕種了。真的，我講真的，關於性生活方面也是這樣，我覺得我是比他熱情的人。~西蓮

## (二) 性生活品質變差

有幾位研究參與者覺得與配偶之間的性生活品質變差，而這些情形反應在其夫妻間的性接觸已失去“愛”意，以及對女性來說，性成了無可逃避的義務。對女性研究參與者來說，婚後的性生活品質是很令人感到委屈的。有的女性對於配偶只在乎自己單方面的享受，而不能體諒並等待配偶的狀況，感到很委屈，而且在婚姻生活中很少和配偶接吻或擁抱了，也認為那些動作已不再具有很大的意義。另有的女性甚至覺得婚後夫妻間的性生活，似乎大都是自己在配合配偶，自己像是讓配偶洩慾的物具，過程中感受不到配偶的愛意。

你只想到你自己，你沒有想到我，我覺得性是兩方面都享受的，如果只是一味單方面的享受，那另外一方面是不是覺得..，我就會覺得好委屈喔，這不是做愛。~~秋菊

從來都不是我想不想，也不會有什麼前戲，反正他想要，就是這樣，五分鐘結束。..我真的覺得很不舒服。~冬桂

男性認為夫妻在婚姻中各有其義務，男性要工作養家，再辛苦，再累，也要努力去做到，提供男性在性方面的滿足則是女性的義務之一，無可逃避和推諉。真是如此嗎？女性在現代社會中婚後繼續就業的情況很多，她們也會和男性一樣，承擔工作上的諸多壓力，下班後還須面對家中各樣待處理的事務，常常是疲累不堪的。面對男性認為性是女性配偶的婚姻義務之一的這種想法，工作與家庭須兼顧的女性，能做的選擇便可能就是逃避了。

妻子有妻子的義務，丈夫有丈夫的義務。....夫妻的...性生活的事情，就像比如說...我跟她講說這種事情真的可大可小，你真的要重視跟正式（強調）這個問題。~家齊

至於夫妻比較隱密的性生活方面，向來都是他想要，你就要配合，...那種感受就是好像就是一個東西，你洩完慾就沒了。~冬桂

他只有一個目標就是當我需要時，你要配合、給我。當他告訴你時候，我就告訴他我好累、要快點睡覺，明天要上班，要早點去公司。他認為我是藉口。~秋菊

黃芳銘與蕭英玲（2011）的研究發現，新婚三年夫妻最常發生衝突的議題，包括了夫妻間的性。而 Lavner 與 Bradbury（2010）的研究亦發現，某些男性在婚姻早期可能較不滿意，他們呈現出在性方面的失落感。新婚夫妻為何因為性的問題而衝突，男性在

婚姻早期為何在性方面呈現失落感？在蕭英玲與沈慶鴻（2001）的「台灣婚姻初期發展歷程之研究」中，提及在受試者中有四分之一左右的丈夫與妻子都覺得性行為次數太少，可能可以部份解釋上述問題。在本研究中，新婚苦惱者在婚後經歷了性關係上的困頓，不僅夫妻之間的性接觸大量減少，性生活品質更是變差。除了因夫妻關係緊張或夫妻雙方工作過於忙碌，身心俱疲，而導致性的需求及吸引力降低，而使性生活次數減少；勉強配合的性義務更令人痛苦。夫妻因著經濟考量而出現的居住環境限制，對夫妻之間性接觸減少的影響更為明顯，有的夫妻為了省錢，婚後不但沒有搬離先生單身時所租的房子，甚至還睡在婚前所購置的單人床上；有的夫妻倆和孩子共睡一床，或是分房睡，夫妻的性生活也因此受到限制。夫妻的性與生活乃息息相關，新婚苦惱者對生活的不滿意便降低或減少了他們在性生活的享受與付出。

此外，性議題一直是屬於夫妻關係中較為私密的話題，因此當遇到困難或感到困擾時，新婚者常難以和他人討論，或可能會感到求助無門；甚至在婚姻生活的諸多困難中，夫妻之間的性困難可能也不會被列為需要被優先處理的問題，在本研究中有幾位男性研究參與者提到了他們在性生活方面的不滿足，另有幾位女性也提到了她們不但缺乏性的滿足與享受，更多的是感覺被勉強、受壓迫；當夫妻之間的性生活只剩下盡義務的無奈時，無怪乎有的新婚女性想要因而放棄婚姻。

新婚轉變磨出苦澀滋味：小結 ~

綜合上述，新婚苦惱者進入婚姻時的決定，有些是關係考量，為人情所迫；另有的則是環境中有應該結婚的氣氛，為情勢所逼；也有參與者是被其個人的衝動與需求驅使所致。而除了步伐踉蹌外，有的還遭逢外在阻力，即周遭親友的反對，這使得他們從婚前到婚後的轉變不順暢。對他們來說，從單身轉變至結婚的種種生活議題考驗著其夫妻之間處理意見不合的能力，因此在互動過程中，壓力自然容易倍增；而婚前交往時間不論是長或短，婚後都有可能產生婚姻苦惱。對有宗教信仰的新婚苦惱者來說，教會中鼓勵以結婚為前提的交往氛圍對其婚姻決定形成束縛；至於婚前同居者之所以決定進入婚姻自有其影響因子，子女不必然是唯一的推手。

對就業的新婚苦惱者而言，工作壓力帶來的影響和感受和其單身時代已大不相同，其工作壓力來源包括了薪水不高、工作不能出錯、業務績效、同事間的人際問題，以及領導管理的工作要求。而新婚苦惱者除了在婚後遭遇工作壓力很大這普遍性的難題之外，還經驗到結婚對工作的不利影響，例如不易找到合適的工作，或是職涯規劃被改變；而其工作上的難題也影響其家庭生活，造成夫妻關係的緊張。此外，在工作與家庭生活之間的協調困難，也是新婚男女苦惱者共同的問題，但各有不同的苦處；而儘管男女都有工作與家庭難兼顧的苦惱，但婚後責任與待處理事務隨角色之增多而增加，對新婚女性的衝擊較男性更大。

此外，在新婚生活中，“錢不夠用”是新婚苦惱者共同的隱形壓力，而夫妻不同調的消費習性更造成兩人衝突不斷。本研究的參與者在其婚姻生活中亦多感受到因著經濟壓力所產生的苦惱和憂愁，特別是在奉養父母之外，還需面對婚後很快便養育子女的必要開銷；不論是在增加收入的開源面，或是減少支出的節流面，他們常面對著和配偶之間未能有齊一步伐，遭受配偶抱怨的苦處。而夫妻兩人不論是婚前或婚後所產生的債務問題，以及投資失利或理財不當情形都會造成夫妻關係緊張，且威脅個人經濟安全感。

新婚苦惱者婚後性生活受錮於生活中諸多壓力與限制，以致性關係呈現困頓疲乏，不但性接觸大量減少，性生活品質也相對變差。男性參與者認為夫妻性行為次數之所以減少，是雙方工作太過忙碌，或是夫妻關係緊張，以致形同分居式的分房，以及住所之限制導致夫妻分房睡的緣故。對女性參與者來說，有的是先生在夫妻行房時缺乏愛意的洩慾方式，令她卻步；有的是因恐懼懷孕而拒絕性；有的是覺得配偶的需求量比自己小，或是配偶的“性”趣不似自己那般高。而彼此之間的性吸引力不再，加上對懷孕的恐懼，以致造成對女性來說，性成了無可逃避之義務的這種窘境。而女性婚後意外懷孕的種種情緒衝擊出乎其意料之外，且令其不堪承受；再者，懷孕更大大壓縮了女性的新婚適應期，使其生活開始因蜜月期及新婚期過短而變得憂鬱。

總和來說，當新婚者進入婚姻的決定並非成熟考慮後的結果時，婚後便容易對結婚的決定心生後悔。而新婚苦惱者便是在從單身進入婚姻的生活轉變中，遭遇到多項適應議題同時發生的巨大挑戰，因著個人適應或問題處理不當，無法解決夫妻之意見不合問題，也無法將其個人目標與渴望併入、形成並維持一令雙方滿意的婚姻關係中，以致離婚意念產生，形成婚姻危機。

## 貳、關係問題不斷疊加累增

西方有一句名言：「婚姻是愛情的墳墓」，意指男女之間再甜蜜的愛情，都可能經不起婚姻日常生活的實質考驗，最終不免步入墳墓般的死寂狀態。而這句話確實描繪出許多人的愛情在婚姻裡的結局，因為婚姻會讓一個人改變；再者，因結婚而產生的種種關係也會在婚姻生活中發生諸多變化，其中滋味苦澀雜陳。「關係問題不斷疊加累增」這主題包括了以下四個次主題：「親密關係的變調失溫」、「情愛的失落和無奈」、「獨立自主的渴望未能實現」，以及「獨處與共處時間分配的衝突」。以下分別說明並討論：

### 一、親密關係的變調失溫

在健康的親密關係中，即便愛與性互為搭檔，但生活中仍有許多的互動與回應方式可以帶給夫妻雙方深層的親密感受。唯男女「成家」後，若開始汲汲營營於「立業」，便可能在每天的生活瑣事中疏忽或遺漏了親密與情愛的經營。研究參與者在婚後便是經歷了親密關係的改變，包括婚前的美好感受在婚後消失，以及對親密關係的失落感到無

奈。

### (一) 美好感受消失於婚後

有些研究參與者感慨其夫妻兩人戀愛時的浪漫被婚後的現實生活消蝕殆盡，而配偶情意表達的轉變也令人難以接受。對他們來說，不論夫妻兩人婚前有否同居，都可能因著婚後事務加多，而經驗到親密度的減少。而婚前約會時的浪漫氣氛，一碰上現實的婚姻生活，便會完全消失殆盡。冬桂在婚前認為夫妻兩人都是經過大風大浪的人，相似的經驗應該讓彼此相知相惜，也確實感受到對方表達出對自己的全然接納；但婚後的真實接觸，卻發現夫妻關係不是自己以為的那麼回事。而對家齊來說，甚至連婚前同居時的時光，到了婚後都可能愈發顯得珍貴，因為夫妻婚後相處的時間比同居時更少。

我遇到我配偶，我們都是經歷過很多事情的人，..對我表達全然的接納，....後來我才發現...他不懂什麼叫憂鬱症，也不願意去懂（強調），覺得多懂就是「煩」。~冬桂

同居那兩年多到比較後面的期間，好像時間就比較...（停頓）慢，相對回憶比較多。可是這三年來，可能是工作比較滿，..所以就是常就是給彼此的時間會比較少。~家齊

因著生活中的壓力和夫妻間的衝突，婚前會笑的男性，婚後笑容減少了；相較於婚前，耐性在婚後也相對地變少；婚前的溫柔和撒嬌，在婚後也不見了，似乎婚前約會的浪漫被婚後現實生活消蝕殆盡。其而中更讓人難以接受的是，感覺到自己對配偶的重要性不若配偶在自己心中的最優先性；新婚後的家齊因著覺得太太很不重視他，而感到失望和落差，他開始感覺到自己對太太不再那麼重要。

他婚前跟婚後差很多啊，...（停頓）他追求我的時候...，他整個人彷彿，大家說他會笑，..婚後動不動..他就跟我翻臉了。（停頓）對，就...沒有好臉色、好口氣，~冬桂

我配偶我覺得他婚前比較有耐性，婚後比較沒有耐性，應該是說我回來 XX 以後吧。~中蘭

受不了，（停頓 7 秒）就是沒有被很重視，沒有被很重視。~家齊

### (二) 甜蜜情愛，每下愈況

研究參與者對親密的失落和無奈感受來自於有時候送禮送不到心坎裡，愛意的表達未被接受；愛你在心口不慣開，配偶想要的表達方式難以配合；多了親情，少了愛情，子女出生後，便少於經營夫妻情愛；以及雪上加霜的負向情感表達方式頗傷人。

#### 情意表達未被接受

男性研究參與者雖然不習慣在婚姻中分享心理層面的感受，或向配偶表達正向情感，但有時也會想給配偶驚喜；但因著自己的表達常被配偶潑冷水，而漸漸覺得失望和洩氣，後來便也不再出現這類行為。站在女性研究參與者的角度來看，配偶不以送禮物

來向自己表達情感，可能也是因為他覺得動輒得咎，怎麼做就怎麼錯，因此後來就不再做這類表達了。

我喜歡給驚喜，通常就被潑一大盆冷水，..她喜歡吃..，我下大雨騎去買..，..她劈頭「叫你不要你還..下大雨搞什麼，有空不會早點回來陪我」，當下一整個就...。~正心

他覺得我送你名牌香水，而且挑選那麼久，你竟然這樣否定我。罵完我心裡也很矛盾，覺得他好像動輒得咎，他可能會覺得怎麼做怎麼錯，乾脆以後都不要做好了。~小蓉

另外，女性研究參與者覺得配偶常不知道自己要什麼，送的禮物常常不是自己所需要的，因此無法心生感動；雖沒有去責備對方，但心中感到不開心和失望。而在節日的慶祝上，先生則是會抱怨一年要準備的節慶太多，要讓太太滿意，也要讓太太有驚喜感，這他們無法做到；有時候做到了配偶說的，也會被嫌棄為說了才做，沒有主動表達的心意，夫妻甚至為此衝突和吵架。

他送的禮物是我不需要的，就是一個很小的事情啦。..我沒有罵他，只是很失望，看到那個香水。我每天在家裡很喜歡喝咖啡，你怎麼不送我一台特別的咖啡機？~小蓉

就那些節日阿，他這樣就已經覺得很累了，..他說一年要準備這麼多，他哪準備得完，..他覺得還不能讓我不滿意，還不能讓我先知道，..講了一大堆。~北櫻

她就講一堆感覺，然後又都不講，你只要沒有注意到或是沒有做到，就要被罵，罵完，我去做了，她又「都是要我自己開口講，你才會去做，不會主動、沒有心！」~正心

### 愛在心裡，口不慣開

在夫妻情感表達與溝通方面，男性研究參與者覺得在成長過程中，家人之間不太講心裡的感受或分享心理層面的東西，有的人甚至在婚前也沒有過慶生的經驗。結婚後，對配偶便不太知道要怎麼表達情感，也不習慣對配偶做愛的表達。但男性研究參與者則常困擾於配偶不滿自己的情感表達方式，因為自己在生活中對情緒比較沒有感覺，當配偶常常在講感覺或感受，且希望自己予以留意時，常會讓男性研究參與者覺得受不了。對男性研究參與者來說，感受之類的乃屬於虛無飄渺的事，是他們比較不知道該怎麼回應的。

她對孩子愛來愛去都會講。不習慣。就是我成長背景就是比較傳統台灣的...我們不來這套，連生日都沒在...從小到大。~志之

我比較受不了是她常常在講感覺、感受。她的意思是我應該多安排一些...，她覺得我沒有花心思在她身上，我就不會，很虛無縹緲的事情，我比較不知道怎麼做。~正心

### 多了親情，少愛情

有了孩子之後，更少有夫妻兩人慶生或獨處的機會。女性研究參與者亦覺得婚後有

了孩子，夫妻很多心力便放在孩子身上，比較沒有認真去營造兩人獨處的時間和機會；相較於婚前，婚後的親密度自然減少很多。女性研究參與者覺得該有所改變，需多營造婚後的夫妻獨處時間，

我覺得我很多的心力都在小孩身上，這也是我要檢討的，沒有很認真去營造夫妻獨處時間。..婚前就只有我們兩個人，婚後有很多雜事啊，我覺得親密度有改變吧。~中蘭

心理層面上的東西，我也不會表達。..慶祝的時候可能就...其實比較少，像現在有小孩子，就算過生日...也不太可能把小孩丟著，我們去慶生。~正心

### 負向情感表達傷人

女性研究參與者在平日的生活中對配偶的負向情感表達很在意，尤其是當自己懷孕或季節變化身體不適時，配偶不具關懷的言語、臉色或態度，都會使女性研究參與者感到受傷和難過。有的情況是女性研究參與者生病、打電話請配偶接回女兒時，配偶不但不關心，還數落她是在偷懶；有的則是對配偶在自己懷孕時的不體諒和不耐煩感到很傷心，或者是對配偶對於自己在冬天的怕冷不能體諒和關愛，感到傷心難過。

我懷孕時常生病，有一次上吐下瀉，打電話給老公說接女兒回來，我沒有辦法。我配偶竟然說我在偷懶，我整個氣炸，都已經病成這樣，你沒關心我，還數落我。~春桃

偏偏在蜜月的時候懷孕了，..他對我的態度也是很糟糕，就是完全不承認我懷孕。當我在害喜、孕吐，很難受的時候（哽咽）他完全不能體諒我，覺得我很麻煩。~冬桂

冬天的早上要爬起來是件多麼痛苦的事，我很怕冷，我的配偶很怕熱，怕冷時很難過，我想開暖氣，他又給我使臉色，在那邊擺臭臉，念幾句，我真的覺得很難過。~南梅

過往的新婚研究發現夫妻在婚後經驗到情感表達的減少，與其婚姻苦惱及婚姻不穩定有關（Huston, et al., 2001; Sullivan, et al., 2010）。另一研究亦發現對新婚男女而言，新婚前四年對配偶之愛意、喜歡和信任的減少，以及個人的心理苦惱，可以預測夫妻很快地分手（Kurdek, 2002）。本研究發現新婚苦惱者在婚後經歷了親密關係的多重改變，包括婚前的美好感受在婚後消失，不但婚前的浪漫被婚姻生活的現實消蝕殆盡，而且配偶的情意表達和溫柔對待也在婚後消失不見。究其可能原因，一則因著雙方角色改變，從情侶變為夫妻，彼此期待和對待方式無形中已產生改變，但若雙方或一方未能有此洞察，便不能理解或不習慣對方的表現。另一方面，在我國的家庭文化中，正向情感的表達多消失於“盡在不言中”，以致夫妻間的正向情感常未能適當地交流，而彼此接收到的大多只是負向的情感。

再者，新婚苦惱者有時候愛意的表達未被對方接受，而配偶想要的親密表達方式卻難以配合，這種無法符合對方標準的挫折感，亦讓新婚者對於表達親密的意願變得意興闌珊。子女出生後，夫妻少有共處時間，疏於經營夫妻情愛，而生活中的負向情感表達



更傷害了夫妻的親密感。這些親密感受與正向情感的表達不足，加上負向的情感表達方式，更容易加劇新婚苦惱者的婚姻苦惱感受。

## 二、婚前關係障礙未除

在婚姻生活中，新婚苦惱者所遭遇的問題，有些是婚後因著新的生活方式及新的人際關係而產生的，但也有些問題或困難其實在婚前便已存在，只是到了婚後仍繼續延展，未見改善或更加惡化。而且婚姻涉及了兩個帶著不同家庭經驗以及不同學習行為模式和期望的成人結合且一起生活 (Tallman, Rotolo, & Gray, 2001)，在婚姻過程中，他們從其原生家庭習得的行為模式或態度會被自然地呈現出來，而其過往的生活經驗亦會影響其新婚適應及夫妻互動。換言之，婚姻中有些問題可能始於雙方的個別差異，或配偶互動，如無效的衝突解決模式，而且這類情形往往在兩人交往時期就已經很明顯了

(Tallman, 2003)，而其根源可能連於個體更早期的負向成長經驗以及婚姻生活中的社會支持匱乏。DiLillo 等人 (2009) 探究新婚夫妻的童年經驗對其婚姻的影響便發現，童年期的家庭環境是個體學習到適應不良之人際歷程的源頭，個體並且會類化這類經驗到其未來的親密關係中。而 Story 等人 (2004) 的研究亦發現，諸如父母離婚或原生家庭衝突等這類童年經驗，對個體的婚姻適應有不良影響。本研究之十六位參與者中，有二位參與者之父母雙亡，其中有一例係自殺身亡；有三位為父母一方過世；另有二位參與者之父母離婚，亦有二位參與者父母曾發生外遇，而有一位參與者父母曾自殺未遂。透過每位參與者的陳述，可以略見這些重大事件對其影響已深入親密關係中。

### (一) 不良成長經驗有礙婚姻

Timmer 與 Veroff (2000) 的研究發現來自父母離婚家庭的新婚夫妻與其原生家庭較不親近，亦有研究發現父母離婚的原生家庭經驗很容易讓進入婚姻的個體處於不利地位，它增加了數年後婚姻苦惱和婚姻瓦解的機會 (Bradbury & Karney, 2004; Tallman, Rotolo, & Gray, 2001)。在本研究中，研究參與者北櫻的父母關係不佳，且已經離婚。一家人因父母離婚而分住四處，家人之間互不相干，保持安全距離，偶爾聯絡，因為彼此太親近就有摩擦，自然地，結婚後遇到的生活難題或夫妻衝突，她也鮮少向家人提起。她遭遇到夫妻互動中的困難，苦於無法找到解決的辦法，也無法改變配偶，父母因不合而離婚的經驗便成了她在面對婚姻苦惱時的可供仿效示範。甚至參照自己過往原生家庭生活經驗的結果，使得北櫻覺得既然夫妻倆經常吵架，無法處理差異和衝突，那麼為了子女的將來著想，目前這種狀況根本不適合生小孩。她覺得自己的父母親不是做得很好，有了孩子還不斷爭吵，她並不喜歡在父母衝突和爭吵的日子中生活，看看自己的婚姻，便覺得不想有孩子的決定是對的。

結婚之後，衝突很多、很累，吵架到天亮。..我們常在吵架，...我並不是很喜歡我的父母，他們都做的不是很好，..讓我的孩子出來後過得不好，生小孩幹嘛。~ 北櫻

此外，手足因外遇而離婚也撞擊了另一位女性研究參與者的婚姻信念，使得她對配偶很不能信任，且認為夫妻長期分隔兩地，配偶便有可能外遇，這種想法讓她無論如何都要跟著配偶異動遷移，卻也造成了她在數次移動中生活適應上的極大痛苦。

我覺得一家人就是要住在一起，..我們家兄弟姐妹中的婚姻，有兩對是離婚的。..如果分開兩地，我認為一定會出問題，..婚姻裡面都是一方有外遇。從這個來的。~小蓉

Tallman (2003) 指出個體解決其婚姻問題的能力最初是學習自其原生家庭中，有著不快樂童年經驗的人在其親密關係中，對人較可能變得機警的、防衛的，且試探性的，而這些防衛或試探性的行為無法催化有效的問題解決。本研究之研究參與者與配偶的互動有些也與其原生家庭經驗及個人成長經驗有關，他們將過往在原生家庭中習得的不良互動方式用在其親密關係中，以致無法有效解決問題，例如以父母對待自己的偏激方式企圖迫使配偶順從，或遇到情感挫折就仿效母親自殺，這些作為都使得親密關係更形緊張。夏荷由於成長過程中只有她和母親兩人，在夫妻互動中便發現其實她自己複製了原生家庭中的互動模式，婚姻互動中多半以母親對待自己的偏激方式來對待先生。過往她和母親一起生活時便常發生衝突，從小到大，夏荷覺得只要自己沒有順從母親的意思，母親就會用比較偏激的方法讓她順從；而她的脾氣與其母親相似，當她發現先生沒有辦法順著她的意思時，就會搬出母親對待她的模式，用比較偏激的方法與先生互動，迫使先生順著她的意思。

我跟我媽相處一向都滿衝突的，..我從小到大沒有順著她的意時，她就用比較偏激的方法讓我順著她的意，另一半沒順著我，我就用比較偏激的方法使他順著我。~夏荷

冬桂自小經歷父母感情不和睦，父親外遇，母親帶著她們姊弟在外生活多年，家中雖然經濟不餘匱乏，但冬桂覺得自己不是父母所愛，外表看似開朗，內心寂寞。青少年時期，她曾經歷過母親在她眼前自殺，以致她在婚前一次戀愛失敗且遭到重大情感挫折時，亦選擇以自殺來結束痛苦，她認為是母親的自殺讓她覺得自殺是人遇到挫折時會做的事，她覺得自己扭曲的個性是從母親而來的。

我知道我的個性扭曲是因媽媽而來，也知道為什麼我會自殺，媽媽就曾經在我眼前自殺，讓我覺得自殺這東西不過是挫折時會做的事。..我交往的男朋友..他劈腿，我們都已經訂婚了，...就覺得我的世界碎了，我也自殺，差點死掉，吞了安眠藥。~冬桂

原生家庭經驗對新婚苦惱者之婚姻的另一種影響是當其夫妻關係出現類似父母的關係狀態時，有的人會想要離婚，以避免孩子將來重蹈自己的不幸童年；另有的則是因曾經歷過父母失和的童年，因而婚後不想要有孩子，且和配偶為此意見不同，關係緊張。研究參與者夏荷便是把自己的婚姻經驗和過往的單親家庭生活經驗做對照，覺得她自己過往在單親家庭長大的經驗很不好，而目前的婚姻關係又如此難以維繫，如果仍決定把腹中的孩子生下來，那麼孩子在父母可能離婚的情況下，勢必也必須過著單親家庭的生

活，因此為難、躊躇，不知該如何是好，她不希望同樣的命運輪迴傳到下一代身上。雖然單親家庭的成長經驗不是研究參與者希望孩子一出生後也重覆經歷的，但另有研究參與者也不願意孩子活在父母長期關係失和，只維持表面形式卻失去真實互動的家庭中。冬桂的父母因關係失和而長期分居卻遲不離婚的婚姻讓她覺得年幼時的自己很可憐；當看到自己的婚姻也開始步上父母親的後塵時，她便想選擇離婚。

我是為我的孩子想啊！我今天覺得我的婚姻是不可能了，小孩來又是單親，我了解單親家庭的過程，就不希望他跟我走一樣的路，我覺得我是為他好啦！ ~夏荷

我父母沒有離婚，可是根本就是非常的...早就沒有交集了，我自己心裡其實很渴望父母離婚，他們離婚，我反而好過一點，...我不希望孩子也是...在一個父母看似沒有離婚，可是就非常的....我很怕孩子會落到這下場。~冬桂

冬桂婚後一直很不快樂，和先生不斷地衝突，而且先生常把怒氣發洩在她和孩子身上，她很擔心在這樣的環境下長大的孩子將來會不會和她一樣，年紀輕輕的，也會選擇以自殺的方式來逃避挫折。她害怕孩子會重複自己的悲慘作為，覺得若選擇離婚，先生可能才會明白不應該這樣對待妻小。

他的怒氣、不愉快發在孩子跟我身上，沒有節制，如果現我離開，他沒得發洩，可能才會懂得說這樣子不行！..我不知道不快樂的媽媽、爸爸能養出什麼樣的孩子（啜泣）..我的孩子會不會以後就像我這個樣子，年紀輕輕就在想自殺的事，我不知道。~冬桂

父母離婚固然對子女的親密關係有一定的衝擊，但父母未離婚卻衝突不斷、關係不佳，也會對子女的親密關係產生不良的影響。過往許多研究發現，原生家庭衝突及諸如父母關係失和的負面成長經驗很容易對新婚者的婚姻帶來負面影響（陳靜宜，2001；楊淑君，2004；Bradbury & Karney, 2004）。本研究的參與者在婚姻中所感受到的困難和苦惱往往也會受到其個人原生家庭經驗的影響，這影響出現在其生育期待及養育子女的心態上，他們擔心孩子會重蹈其不幸童年，雖然痛苦，但礙於不願意讓孩子重複自己的命運，而遲遲不敢離婚；有的卻因為不想讓孩子和自己一樣，長期活在父母關係失和，只維持表面形式卻失去真實互動的家庭中，而想要離婚；有的想選擇離婚，以避免日後因太痛苦而自殺，是因為不希望孩子將來也仿效自己情感受挫就選擇自殺的負面作為；有的則因著經歷父母失和的童年，而不想有孩子，以免孩子生下來就活在不快樂的家人關係中。他們在進入婚姻之初，應沒有想到原生家庭中的家人衝突或父母失和經驗，會對其婚姻生活產生如此的影響；可能因為在子女未出生之前，過往的親子經驗並未現；在子女出生後，婚姻生活中的困難喚起其兒時面對父母衝突關係時的記憶，擔心父母衝突與不快樂童年的情境再現。因此，她們想選擇離婚，可能便是想要避開子女面對父母衝突這困境的重複。

## （二）婚前問題持續懸而未決

Markman 等人 (2010) 探究婚姻苦惱與婚前溝通之關聯性的研究發現，婚姻中的問題與個體的早期危機有關聯，因為其危機因子一直持續著；也就是說，個體在婚前的負向性到了婚後仍會持續下去。當新婚苦惱者面對著從婚前延展而來且尚未解決的衝突和失望持續累加，以及配偶從婚前到婚後的負向轉變時，便感覺像是站在一堆難以清理的惡念碎片中，心裡浮現是否要放棄努力的念頭。個體在一特定情境中選擇某些行動的歷程乃是立基於個體在相似情境中的先前經驗。更且，個體所採取的每個行動都伴隨著對環境中之其他人會如何回應這行動的期望 (Donahoe & Palmer, 1994)。對有的新婚苦惱者來說，在婚後夫妻互動中的諸多經驗相似於其婚前的互動經驗，婚後不論是負向的夫妻互動模式，或是無法溝通協調，以及覺得配偶無法掌握等情況，幾乎在婚前都已顯露痕跡。而個人的潛藏期待則是會讓研究參與者模糊了交往中出現的問題。

### 夫妻衝突從婚前持續到婚後

某些婚姻苦惱的根源在於夫妻的溝通品質，這種危機可以在婚前就被指認出來 (Markman, et al., 2010)。修身在婚前就已多次和太太發生衝突，他常因擔心對方會做出自我傷害的事，而在衝突中被迫承受或做出讓步，但又常有受屈辱感。婚後夫妻爭執時，他往往也多所顧忌，選擇先低頭認錯，不過他發現即使道歉，仍無法逃脫太太的連續責罵與疲勞轟炸，常經驗到被辱罵而不能還嘴的受辱感。夫妻像兩條平行線，無法溝通，一溝通，太太就情緒反彈，更讓他產生想走、想離婚的念頭。

婚前爆發衝突，..歇斯底里，..我必須接受，..她會傷害自己。..道歉，她不接受，..懷孕她不吃飯，拿孩子開玩笑。我逼不得已，道歉認錯。..一直以來，我很想走。~修身

此外，也有研究參與者覺得配偶在婚後仍如同婚前那般地難以掌握，例如夏荷和先生在交往時，常覺得這個人並不適合她，如先生不接電話的情形從婚前便如此，夏荷認為這表示兩人不能溝通，也無法掌握先生行蹤。夏荷也對先生的不善表達及少回應感到苦惱，她喜歡控制，先生沒有理會她，沒有處理問題，便表示事情不在其掌控內，這情況也是在交往時便已存在。沒有辦法掌握配偶、對婚姻感到失望及不滿足，以及害怕未來會更挫敗的想法，讓她很想結束婚姻關係，斬斷痛苦。

從交往就覺得這個人很不適合我；..不斷重覆的爭執一直去出現，他偏偏又悶不吭聲，就更生氣。..我就會擔心，我打電話，他常不接電話，..我無奈！沒辦法讓他改變.. 把它結束掉，結束一個更深挫敗的未來。~ 夏荷

### 婚後才看清配偶的負向特質

冬桂在交往時和先生的互動已出現問題，但她覺得自己當時被愛情矇昏了頭，不但對先生認識不足，對其敏感個性也不以為意；婚後才開始發現先生情緒的變化很大，婚前的體貼在婚後變成漠不關心、講話傷人、做事情緒化，而心情不好就找她和孩子發洩

的情形，更讓她感到痛苦和沒有尊嚴，除了離開，她想不出別的辦法。夏荷則是在婚前就覺得先生面對問題的態度不積極，對於她提出的要求，也少有改善的意願，而婚後夏荷也常抱怨先生的不負責任，覺得這是先生沒良心的表現；她因為認為先生不符聖經裡面描寫的形象那般，無法成為家裡的帶領者，也完全不是很有能力且掌權的樣子，而覺得哀怨，且有滿腹怨言。

其實我們一開始就看對方很不順眼啦！他那個態度就是不想理你，..他的EQ應該是我看過最低的，完全就是憑感覺做事，。..到快結婚前一兩個禮拜，他的態度開始變得很怪，婚後...就這樣，心情不爽，就找我（停頓哽咽）發洩，..我沒辦法接受。~冬桂

婚前他就很怪啊！..我覺得他沒有在努力吧！你又不努力改善我的要求！你又不分手，天哪，這個老公這麼不負責任，沒有良心。..你就會想到聖經裡面，不是男人要當頭嗎？這個頭在幹嘛！就會有怨言，就很哀怨，他完全不是這個形像。~夏荷

Clements、Stanley 與 Markman（2004）指出，婚姻苦惱的種子早在夫妻們說 "我願意"之前就已種下。本研究中的新婚苦惱者在婚姻中的諸多問題係由婚前問題的延宕與展延所致，其夫妻之間的激烈衝突與不可掌握感始自婚前，且延續到婚後仍未改善。Huston（1994）與張思嘉（2009）的研究亦有類似發現，即在婚前有高度衝突的伴侶，結婚後也有較多衝突（Huston，1994）。一般而言，性格特質沒有絕對的好壞，當情人眼裡出西施時，即可將此特質解讀為正向可接受的性格，或以為愛情的力量可以改變一個人；而當激情消退，在面對現實生活的考驗時，此特質的負向影響就容易顯出，而本性難移的事實也叫人心灰意冷，於是只得再次受到打擊，更確定自己所嫁非人。

#### 個人潛藏期待模糊交往問題

這些新婚苦惱者往往在他們的抱怨之後反映出他們對婚姻的期待，而這些在結婚當時尚未自我覺察的期待甚至影響了他們婚前對交往對象的判斷和看法。有的研究參與者是自己把婚前交往經驗美化了，而忽視兩人差異，例如西蓮是在工作太過辛苦，身心狀況很受煎熬的情況下，透過介紹，認識了現在的先生。她感覺對方在當時是自己一個很大的倚靠，自己像是一個快要溺水的人，抓到了一塊救生的浮板。西蓮婚後也覺察到因著個人的婚前憧憬及交往時的浪漫氛圍，使她對當時兩人的關係產生了近似“白馬王子來接白雪公主”的情緒，進而美化了對方及兩人關係，以致只看見自己的需要似乎出現了回應者，但卻沒清楚認識對方。很快進入婚姻後，不久便出現無法接納先生的狀況，對於先生的行動不便開始感到沮喪。

很煎熬，那時候剛好遇到我先生，...好像妳快溺水，看到一塊浮板，..我先生那時是很大的支持者。...有一種王子騎著白馬來接白雪公主約會的氣氛。..他沒辦法，只能自己專心走路，. 你要他拿東西，前面有一灘水，他就必摔無疑，..我就好累！~西蓮

西蓮因著和對方交往的時間很短，沒有覺察到有些東西在當時可能沒什麼要緊，但

當對方成為自己的人生伴侶時，這些東西的影響便會是長期的，例如先生的行動不便。另外，在兩人快訂婚時，西蓮便已知當時先生曾猶豫要不要和自己結婚，且表示過自己並非他心中所設定的結婚對象類型。他希望結婚的對象是柔弱型，可以被保護的，而這個形象和當時看起來獨立能幹的西蓮並不相符。西蓮對於當時先生顯露出來的猶豫不決，以及自己和他所設定的結婚對象類型不符，都不以為意；直到經過婚後現實生活的洗禮，才開始對先生的這些部分感到失望。

交往很短，所以你不曾覺得有些東西對你有什麼影響，可是當他成為你的人生伴侶時，那個影響就是很長期的。..快訂婚前，他突然很猶豫要不要結婚。..他說我設定的那一型，就是我可以保護她，她要比較柔弱一點！..他覺得說...怎麼我吃得比他多...一直覺得我吃太多、食量太大。...我很不喜歡那種感覺！~西蓮

有的研究參與者則是在婚前錯估問題癥結，直到婚後才發現那是自己太一廂情願。例如家齊就覺得當初結婚的決定和準備太匆促，太太並沒有那麼急迫想要結婚，結婚其實是他自己非常衝動的個人決定。在交往過程中，雖然兩人常常爭吵，但他也一直感受到對方拋出一個人生活很孤單的訊息，所以他以為只要結婚，就可以解決對方覺得孤單的問題；因此即使在兩人吵到走不下去的情況下，他沒有選擇再冷靜地想想兩人是否合適在一起，反而衝動地決定儘快結婚，以致婚後對於自己仍然無法解決配偶的個人問題感到懊惱，也開始後悔結婚的決定，因為他原先對婚姻的期待無法達成。

她那時候並沒有那麼急迫要結，...其實是我們已經吵到幾乎走不下去。我想，解決當下問題最好的方式可能就是結婚。..她其實一直釋放出來的就是她很孤單。~家齊

對於婚前交往時間長短，本研究發現新婚苦惱者婚前交往時間長短皆有，長者將近十年，短者不到一年。如楊淑君（2004）的研究發現，婚前交往時間短，對婚姻生活認知不足的新婚者，面對新婚角色的轉換與生活形態的改變，會有較多調適的困難與較長的調適時間。本研究則發現婚前交往時間或長或短，婚後都有可能產生婚姻苦惱。交往時間不長的新婚苦惱者，固然對婚姻生活及對配偶的認識不足，婚後的生活適應有其困難之處，但婚前交往時間長的人，婚後亦有其苦惱，究其可能原因，一為婚前已知兩人有許多不合之處，但因交往時間長久，心中有所顧慮和人際牽絆，仍然決定結婚；二為婚前個人潛藏期待美化交往經驗，故未辨識出婚前即存在的關係問題，或是婚前高估兩人問題婚後可以獲得解決的可能性，以致婚前雖彼此認識長久，婚後卻仍問題不斷。

### 三、代間上下交困，夫妻左右為難

夫妻從相互認識、交往，一直到結婚，和對方父母互動的機會不斷增加，在關係上也因著互動內容的不同而有所改變。不論夫妻是否與父母同住，因著成長經驗的不同，研究參與者在面對自己與配偶的父母，或配偶與自己的父母這兩方面的相處上，都會有某種程度的適應難題。而由於我們文化對於結婚的看法仍多偏向於認為是女性嫁到男方

家裡去，因此相對於男性，女性在結婚適應議題上往往多了與夫家家人相處的問題。對參與者來說，代間上下交困，夫妻左右為難意味著女性仍難適應（公）婆媳關係、親代與子代間的三角習題、代間衝突與困境，以及父母照顧責任的難捨難卸。

### （一） 女性難以適應（公）婆媳關係

在進入婚姻之初，親代與子代的三角習題便已然發生，對女性研究參與者來說，公婆並非至親，婚後公婆處處偏袒先生的態度，更使得女性在與其相處上倍感壓力；再者，親代干涉子代夫妻生活，便為兩造帶來困擾，甚至最後形成從代間衝突到夫妻衝突的三角戰爭。女性研究參與者在婚前與公婆雖有認識，但因著交往時間的不足，或和對方父母相處的機會不多，缺乏生活中實際相處的經驗，因此對其認識不足，婚前的印象和婚後直接接觸的認識很不一樣。對於婚後與公婆同住的南梅來說，若先生不在家，自己必須獨自和原本不熟識的公婆相處，會覺得有壓力與恐懼。而即使沒有同住，北櫻對於和婆婆相處時的互動仍感到有其不小的壓力。有的婆婆雖未明言其不滿意之處，但其肢體或聲音的語言仍會給媳婦帶來相處上的壓力，西蓮對婆婆的感覺便是如此。而小蓉對於生活在一起卻無法像親人般相處的公公，更是覺得家庭生活中充滿了兩人互動上的矛盾和不知所措，因而更覺得生活難以忍受。

結婚後他還是在過他的生活，他可能還是晚上沒有回來吃飯，可是我不習慣跟他的爸爸媽媽一起吃飯，我會怕，他媽媽就是比較中規中矩。~南梅

跟他媽媽那一塊是壓力，我覺得。~北櫻

我婆婆如果不爽，她只會：蛤~（閩南語，拉長尾音）可是你就會知道她有不爽，婚前沒什麼感覺，婚前相處不多啦。~西蓮

才結婚一年，你也不能說他是你的親人，他是你的姻親，可是你又必須跟他生活在一起，你又不像跟頂撞媽媽一樣頂撞他，就是很多東西很難忍受呀。~小蓉

由於社會經濟的發展，婚後居住型態也不斷變化，許多新婚夫妻仍然必須負起照顧男方父母的責任。因為媳婦與公婆間沒有親情的基礎，若公婆對媳婦沒有足夠的慈愛與關照，媳婦對公婆的孝行就只能局限於「角色」的規範，而無實質的情感基礎（黃曬莉，2001）。若再加上公婆對待媳婦的方式有偏頗，令媳婦感到未受到應有的尊重和合宜的對待，便更容易造成公婆與媳婦之間的關係緊張，令為人媳婦者有滿腹的委屈和怨言。春桃對於自己在婚後才認識公公掌控的性格，感到很懊惱和無奈，她覺得自己像是個陀螺，人生任由公婆擺佈，生活任由公婆發落。

跟公婆住啊！...我婚後才知道，公公是這樣的人。我如果知道我公公主掌一切的話，我不會（嫁）啊！誰會想要被主宰，人生被人家掌控，我不要像個陀螺一樣。~春桃

女性研究參與者婚後常在生活中經驗到公婆對先生的偏袒，而不禁感到委屈。上班

族的春桃對於自己下班後家事忙不過來，請先生分擔做時，常需要發脾氣，先生才願意行動，以致公婆看了不高興，也有很深的慨嘆，她覺得如果先生願意好好配合分擔，她便毋須遭致公婆的不諒解、不高興。而秋菊則因婆婆一直覺得配偶還只是個孩子，無能力應付自己的生活，遑論應付婚姻，因此至今仍不放心其生活。西蓮則是結婚後在夫妻貸款購屋的事上感受到婆婆的不認同，她覺得婆婆是因為心疼兒子會為了要繳貸款而賣命地工作，但後來知道頭期款大部分是自己掏出積蓄來付的，才比較不說話了。

婆婆前陣子幾乎是用排擠的方式，..你數落她兒子，她不高興。...公公覺得我沒有照顧他兒子，對我極度的不滿！我做不來請老公做，他說我在指使他兒子做事。~春桃

他單親，只有一個媽媽照顧他長大至今，我們的婚姻其實他的媽媽是不贊成的，她覺得我配偶就是個孩子，他還沒有辦法應付自己的生活，甚至我們的婚姻。~秋菊

她就講我房子的事，她來看過。頭期款大部分是我出的錢，她就不敢講話。~西蓮

國內幾個針對新婚女性的婚姻調適的質性研究皆發現在姻親關係的適應或調適上，女性的不適應多於男性，而且新婚女性的不適應主要呈現在對公婆家的適應上（吳秀敏，2004；陳靜宜，2001；楊淑君，2004）。在本研究中，女性新婚苦惱者在婚姻中經驗到較多的代間衝突與困境，不論是親代與子代夫妻之間的三角習題，或是因著親代介入子代夫妻之子女教養而造成的代間衝突。新婚女性在進入婚姻之初，與男方親代之間的三角習題便已然發生，一則顯現在父母對婚事的不讚許，二則顯現在男方父母干涉影響新婚夫妻的生活方式上；而婚後公婆的態度更使得女性倍感壓力，不論公婆干涉的方式是婉轉或強壓，都讓做媳婦的感到被約束和管教，而心生難過。女性結婚後與配偶家人同住時，除了必須適應居住地點的改變之外，生活習性亦須配合調整；這種嫁入夫家的新婚女性在夫家生活必須盡快融入配合而備受委屈且感辛苦的現象，在現代社會仍然繼續存在著，此乃傳統文化中父系家庭結構與家居安排的結果所致。

## （二）代間衝突與夫妻失和交互疊加

新婚苦惱者與上一代之間的衝突常來自於上一代的介入，不論是對於子代夫妻生活的干涉，或是對於子代夫妻在教養子女上的涉入，都使得兩代之間的衝突與困擾不斷；而代間權力失衡的結果，更是常讓子代媳婦感到委屈。尤其是公婆對媳婦的表現，以及與兒子相處方式的干涉。對婚後與婆家同住的女性來說，夫妻互動方式是另一種會引起公婆不悅的緣由。春桃覺得婆婆很介意她們夫妻之間的爭執，常認為是她在責罵先生，婆婆看到她的兒子被媳婦數落，感到不高興，便把媳婦當作隱形人般排擠；婆婆這種對待方式，讓春桃感受到很大的壓力。而在長輩對年輕夫妻之介入方面，可以看見仍以男方母親較有決定權。有的新婚家庭中，男方母親是以柔性委婉非強壓式的方式干涉，因此容易獲得兒子的認同，卻也讓做媳婦感到被約束和管教；志之家中的情況便是這樣，同住的母親對太太的生活習慣有意見，太太無法認同，因此和母親發生衝突。至於小蓉



有時候會邀請配偶外出，一起看電影或逛街買東西，並請公公幫忙照顧小孩，而公公雖勉強答應幫忙，但對於他們有了小孩還外出享樂，仍感到不高興。

偶爾拿出零食，她就會念一念，會說一點話。..她不能認同，硬要把零食拿到上面，你一拿到上面，母親就會知道呀，這個部分就造成家裡的很大的一個衝突。~志之

我們要出去娛樂，請他顧的話，他就會面有難色，我們回來他就會不太高興。..他不會講出來，可是就是他的想法。我回來時他就很不高興，他的表情。~小蓉

此外，因著教養觀念與時俱進，不同代間的教養理念和方式自有很大的不同，例如春桃覺得有時公婆較疼愛孫子，就會覺得媳婦太嚴厲，或對保母的人選很堅持，而這便會成為她在子女養育上的一個困擾，再加上先生的態度若不在意或不支持，便會使得她在這方面的處理更加為難。小蓉則不喜歡被公公叨唸或限制，但因剛結婚不久，對公公並沒有是“親人”的感覺，不能像頂撞自己母親那般地頂撞他，因此感覺很不自由；且對公公常常想要教她教養孩子的方式感到很不舒服和難以忍受，覺得自己的年紀也很大了，可以有自己的想法而不必再接受教誨，所以她在家的時間常選擇逃避和公公聊天談話，整天只和小孩待在自己房間裡。對正心來說，同住的父母對於如何養育下一代和配偶有不同的理念，且會干涉配偶的作法時，雙方便容易為此而發生衝突，這誠然也會增加他婚姻生活的困擾。

這是很困擾的點，他們很疼我小兒子，..公婆太順小孩，覺得我對小孩太嚴厲。..我婆婆的妹妹不是專門的保母。..夫妻同心，有重視到..，這就不會是我的困擾！~ 春桃

幾乎都是跟小孩待在房間吧，比較不會跟老人家互動。一互動，就好像他要教導你，..很難忍受呀。~小蓉

我老婆就是堅持哭都不要理他，小孩子在哭，老人家聽了就很不舒服、很難過，就會有一些衝突，就是會有一些算是小小的口氣不好的一些對話。~正心

住在一起會有困擾，而不住在一起也不是就沒有問題。如平天認為兩代的教養觀念不同是他和岳父之間常會有的衝突點。他在婚後常和太太帶孩子回娘家，但卻因為和岳父對於如何教養孩子的看法不同，多次發生衝突和不愉快；岳父甚至還會介入子代的子女管教場合，逕自帶走被管教中的孫女，這令平天感到很不受尊重而惱火。而冬桂則是對於公婆的來訪常感壓力，因為公婆習慣以他們的方式照顧孫女或是與孫女玩耍，但這會打亂幼兒的作息，以致幼兒在事後更難被照顧。冬桂對公婆的不滿情緒在一段時間的累積之後就爆發了，當著婆婆的面前發飆大吼。

像最近管教問題，我有一次就頂了她爸爸一句話...他不會直接干涉，他就會唸...。我丈人跟小孩講，不要理爸爸！我帶走囉~（台語）我就很火大，那就是問題啊！~平天

我女兒是被他們抱壞的，我很生氣，..壞人都我在當，讓孩子哭，也是我被罵。他們就不要孩子哭啊（激動），想玩就給她玩，..我在婆婆面前忍不住發飆，大吼。~冬桂

而女性結婚後與配偶家人同住時，除了必須適應居住地點的改變，生活習性亦須配合調整。再加上若先生的態度也傾向傳統思維，認為應以順從長輩為首要，那麼夫妻間因婆媳或公媳的觀念不同且要求太太配合或遵從而產生的衝突便自然地無可避免了。志之的家庭非常尊重長輩，對於母親的意見，他多半表示配合，雖然太太在私下多有抱怨，但他因著對母親的尊重，便希望太太可以按照母親的意思去做，因此婆媳關係的緊張便衍生出夫妻之間的衝突。婚後和公婆同住的春桃，亦遭遇到類似的狀況，公婆指責她沒有把配偶照顧好，對此，春桃覺得很荒謬，她的認知是夫妻應該互相尊重，而不是誰配合著誰的習性來改變，因此公婆的指責和要求讓她覺得委屈；而先生那種把自己當作大少爺，窩在父母的保護下，等著太太來服侍的態度，更讓她感到憤怒和不公平，夫妻之間的衝突也就無可避免了。

我們家對長者是以尊重為前提。私底下的 complaint 比較多，..我跟她之間造成衝突。她不舒服，..我對我母親也要有交代，婆媳問題，三角問題就產生了。 ~ 志之

我公婆指責我沒有把他（作者按：指先生）顧好，很荒謬，應該是你兒子要顧我們，怎麼指責媳婦。..他有沒有覺得自己成家立業？沒有！當作少爺一樣，窩在爸媽保護下！~春桃

Bradbury 等人（2001）認為在檢視存在於新婚夫妻間之衝突的同時，去考慮到夫妻所處的生態利基也同等的重要；亦即在檢視人際衝突的同時，也要去檢視夫妻所居住的環境。在我國的婚姻中，父系的家庭結構與居住安排對新婚夫妻的影響仍然存在，而夫妻之間與兩代之間的權力議題亦或隱或現地鑲嵌於夫妻及家人的互動關係中，撞擊著新婚苦惱者的婚姻適應。游淑瑜（2004）認為，現代女性似乎想對傳統女性卑微的地位進行反動，但現代女性卻似乎不敢違背父子軸的價值體系，只以迂迴溝通的方式去表達其需求及不滿，因此產生夫妻問題。研究參與者春桃覺得其夫妻的居住和生活模式是其公婆安排決定的，夫妻倆沒有辦法自主決定，公婆也不會和他們討論，夫妻就只能配合，甚至在她還沒有適應好時，家庭成員便不斷地增加，她雖然覺得難以接受，但卻也不敢貿然直接挑戰公公在大家庭中的強勢地位。

家庭成員越多，相處起來困難度越高，我的狀況是一直增加成員...我還沒有適應好這些成員，又被增加一些成員，我公公很有掌控欲....他想要做就做啦！我們永遠都是被安排的生活，..不是自主的，..就配合。可悲的是，沒有辦法掌握我們的人生。~春桃

春桃除了內心慨嘆沒有辦法掌握自己的人生非常可悲之外，也只能轉而以更嚴格的眼光評定先生。她認為先生其實沒有想要長大，因為婚前家裡很有錢，公婆凡事都幫先生擋得很好，連睡覺和起床都要提醒他，所以先生婚前沒吃過什麼苦，婚後自然就變成了生活上越少事情越好，這讓春桃覺得很委屈，工作已經很忙碌了，還要抽身照顧兒女，如果還要把先生當成大少爺來服侍，她不希望自己的人生是這樣；因此，常常為此和先生發生衝突。

只有他不用做很好啊！..越少事給他越好啊！..為什麼我人生，我有兒有女，又要服侍你這大少爺？要趕我自己上班，又要分擔你經濟壓力？為什麼我要這樣？~春桃

而親代對子女教養的介入有時候也會造成子代的夫妻衝突，小蓉在面對同住的公公干涉其子女養育方式或意見比較多時，常覺得當面不好意思拒絕或反對，但其實心裡感覺很不好受，而累積到個人無法忍受的程度時，就會跟配偶吵架。

育兒方面我公公他的意見比較多，我們也不好意思拒絕，或是一直反對他。就一方面配合，一方面心裡很不好受。我已經沒有辦法忍受時，就可能跟配偶吵架。~小蓉

對新婚苦惱者來說，親代的介入不僅造成代間衝突，也引起了子代夫妻間的衝突；而當代間衝突與夫妻失和不斷，且交互疊加的結果，便形成了三角關係困境。當男性子代對配偶的作為無法認同，並轉述長輩對配偶的抱怨時，往往加重了夫妻關係的緊張，使得親代與子代間形成三角衝突；而更令女性研究參與者介意的是，配偶在面對來自長輩的責難和不當要求時，並沒有保護她們，反而讓她們顯得像是不好的媳婦。因此西蓮在面對配偶直接傳達或轉述其父母的抱怨或要求，而沒有幫她擋下時，常感到生氣，而使得其夫妻關係更加緊張。冬桂覺得每每當配偶向其父母告狀時，自己便像個局外人，插不上手，卻感到委屈，因為她覺得告狀的內容並非事實。

我配偶就會說不然我問老婆一下，..我說你每次都害死我，..都不直接面對你媽媽，..沒辦法出面幫我擋，他知道我不高興，他沒有幫我拒絕婆婆那種...要求。~西蓮

那...不是我能夠介入的，..我完全就是個局外人。有時候我聽他告狀，我真的很生氣，氣到打電話給我婆婆說：「媽，..剛剛講的話都不是這樣子的，」~冬桂

對新婚男性來說，利翠珊（1995）的研究發現：當女性較直接承受來自父系文化的壓力時，男性間接地承受了來自兩代女性的壓力。蔡沛婕（2001）的研究亦發現：夾在婆媳之間的先生十分難為。在本研究中的新婚苦惱者亦經驗到親代干涉子代夫妻生活，為兩造帶來困擾，甚至最後形成從代間衝突到夫妻衝突的三角戰爭，這研究發現與利翠珊（1995）及蔡沛婕（2001）的研究結果相近似，即男性夾在兩代女性間有其為難之處。但在本研究中，有的男性子代習慣直接轉述親代對配偶的抱怨，或配偶在面對來自長輩的責難和不當要求時，並沒有保護她們，這些情形往往都會加重夫妻關係的緊張。究其原因可能因為男性無法承接來自親代的壓力，便直接轉嫁到配偶身上，徒增原先可以避免掉的兩代女性間的衝突。此外，當男性的態度傾向傳統思維，認為配偶應以順從長輩為首要，夫妻間因婆媳或公媳的觀念不同，且要求太太配合或遵從長輩而產生的衝突，便難以避免了。換言之，當兩代發生衝突時，男性子代難為，卻也多處理不當。

另一種三角戰爭的狀況是男性子代對於配偶冒犯或批評父母感到生氣和受辱，如修身面對著太太在旁人面前數落自己父親的不是，把父親說過的話當成笑話在談，他感到很受侮辱，便阻止太太不要再這樣說，但太太仍不願意修正。

你犯不著在每個人面前把那個拿來數落我父親，那感覺...，我認為是侮辱。..我跟她談「你不要這樣子」。她說「我說的是實話啊!妳爸...真的很可笑阿!我有說錯嗎？」~修身

陳建良（2004）在探討夫妻間決策機制與夫妻相對地位時，提出家庭決策的種類，會因為性別分工與文化習俗，而被劃歸為先生或太太特定的權責範圍。王俊豪（2008）也指出，夫妻的奉養親代方式與是否和父母同住，係屬於家庭的重大決策事項，同時也反映著典型父系文化的作用。這些現象仍可見之於當前的新婚家庭中，諸如父系親代對新婚夫妻生活的介入，以及對母系親代對女兒出嫁後的對待方式。而在父系的家庭結構與居住安排對新婚夫妻的影響仍然存在，且夫妻之間與兩代之間的權力議題或隱或現地撞擊夫妻及家人的互動關係之際，新婚苦惱者自婚後所經驗到的苦惱便可能不斷地累增了，進而演變成代間衝突與夫妻失和的交互疊加。春桃婚後和夫家人同住，生活中產生許多姻親間的人際衝突，尤其常遭公公的嚴厲責罵到一個程度，她感覺自己被全人否定；子女出生後，更處處呈現她跟先生理念無法相合的情況，她對先生未能分擔家務以及教養子女的不負責任感到失望。而與公婆的衝突甚至擴大成對娘家的羞辱，讓她婚姻生活痛苦不已；先生的沒有擔當及無法溝通更讓她覺得若可以重新選擇，她寧可不要婚姻。

（掉眼淚）..很少溝通，不合一，..你要請他做，就得要發飆，.....到這個地步耶（加重語氣）。他爸爸可以罵到你整個人否定自己。...他打電話到我媽家罵我，爸媽就把我..罵一頓。...心裡當然不好受..，如果可以重來，寧可不要！我老公沒有辦法獨當一面！ ~春桃

利翠珊（1995）從對台北地區 16 對年輕夫妻互動歷程的探討中，得到暫定的結論是，當今年輕夫妻中，女性比男性在婚姻中被要求做較多的配合與適應，往往也承受較大的壓力。而正如同在本研究之參與者的婚姻苦惱經驗中所出現的，父系家庭結構與居住安排、性別角色期待及權力不均等特殊文化背景，透過夫家親代強勢的作為影響了新婚苦惱者的婚姻生活與夫妻關係，這也經常成為婚姻衝突爭吵不休的主要原因；傳統文化影響的痕跡，歷歷可見。游淑瑜（2004）認為，現代女性似乎想對傳統女性卑微的地位進行反動，但現代女性卻似乎不敢違背父子軸的價值體系，只以迂迴溝通的方式去表達其需求及不滿，因此產生夫妻問題。而令此情況雪上加霜的另一個文化背景是在我國父系家庭結構下的家人互動關係，多數人仍常認為家中女兒出嫁，便應唯夫家公婆之命是從；被男方公婆讚賞的好媳婦，也代表著女方家養出好女兒的榮耀。

### （三）父母照顧責任難捨難卸

當年輕男女決定結婚，他們進入家庭的第一個階段所需要學習的技能便包括了如何建立健康的姻親關係。在現代忙碌的社會中，剛成家的新婚者，即使未與父母同住，對其原生家庭成員，特別是父母，仍有諸多的牽掛和不捨；不論男女，都會希望有能力繼續照顧父母。對研究參與者來說，結婚成家，不代表與父母分家。成家後，身雖離開，

心卻不捨，是未與父母同住之研究參與者的心情寫照；但照顧的分際，大小家庭未均衡，卻也是其面對的難處。此外對新婚苦惱者來說，照顧父母的責任無可推諉，但卻感到壓力無比沉重。

### 結婚成家後，身雖離開，心卻不捨

結婚，不僅對女性有著重大的分離議題，對於婚後沒有和父母同住的男性來說，“成家”也代表著他們與原生家庭的分離。但居住地點的分離，或所謂的肉身分離，並不也代表著情感上的相對分離。正心即使婚後因著成家或工作而離家，無法再就近照顧父母，都會有著不能陪伴身旁的歉疚；而每當回家探望父母，或在過年過節團聚後，又必須再度離開時，也常會有說不出的難過，隨著父母年歲漸長，此遺憾也愈發加增。而誠一，即使已婚、未與家人同住，其實也很想對父母有所幫助，不論是陪伴看病，或是代替辦理貸款，甚至成為其擔保人，都是作為兒子的男性不會拒絕的，但往往因著太太的反對，或甚至因此和父母發生衝突而作罷。這些都是令男性苦惱者覺得很遺憾的事。另有的則是考慮到女方父母年紀老邁，且狀況多，所以安排每個周末都回去陪伴。女性婚後亦同樣想盡些心力照顧父母，中蘭和先生溝通過，兩人決定搬回 XX，也是為了想離雙方的父母親近一些，在母親因為發生一些事而出現憂鬱症狀的那段期間，中蘭也是盡量抽空回娘家去陪伴母親。

我自己也背負很多情緒，..離開父母親，..一個月才能回去一次..每回去一次再上來，心情就很不舒服。..其實回去，..離開..要上來的時候，當下都很難過。~正心

我老婆比較有氣，..有一些衝突。唉...（大嘆一口氣）她是為我好，可是我不能不管我母親，還是安撫她...。..我爸要貸款，叫我去貸或當保人，太太就非常反對。~誠一

六、日變成是我們陪她爸媽，變成說有照應。也是因為他們年紀比較大了，很多狀況所以會不放心，我們當初才會想這個方式。~平天

還是要回來照顧長輩，兩邊都是啊。他就是媽媽，我就是爸媽。..大概半年前，我媽有些狀況，得了憂鬱症，好像滿嚴重，我就...回家。..陪我媽，晚上再回 XX。~中蘭

### 照顧的分際，大小家庭未均衡

女性研究參與者很不能接受先生婚後眼裡仍只有父母和其家人，生活中的首位是父母而不是自己，常把生活中的好東西拿去孝敬父母，而不是用來照顧妻小，這讓她很不能理解。而有的則是對先生夜裡可以接母親電話，卻不能和她談話，甚至視她的抗議為吃醋，感到莫名其妙。

眼裡絕對沒有我，什麼話都跟他媽說啊，他愛他媽愛得要死啊！..人家送一些魚啊，他全部（強調）拿去孝敬他的父母，都不是煮給我吃，..他這個孝順的兒子。~冬桂

像那一天，我就問說為什麼你媽半夜可以跟你打電話？我要跟你講話就不行？他就說你在跟我

媽吃什麼醋，我覺得你在幫你媽講話。~北櫻

對於身為家中獨子且長年離家的已婚男性來說，在假日時很大的心願是盡量找機會回家看望父母，但因已經結婚，假日時間的運用便涉及配偶的支持程度，否則又要擔心回父母家，會冷落了配偶。小蓉的先生即是如此。對同為獨子的志之來說，在結婚初期，他因太太一直吵著想要搬出去住很擔心，後來見她和母親的關係逐漸改善才稍微放心，覺得目前已不是那麼迫切需要搬出去住；他最想做的是能夠滿足配偶對獨立居住的渴望，更希望能夠滿足母親要自己待在身旁的期待。

他常年都在 XX..，成家立業後希望常常返鄉探望家人，希望我能配合。很忙阿，..他回去怕冷落我，可是又要看他媽媽。~小蓉

搬出去的機率，就不是太迫切，如果真的有機會能夠在我家附近再蓋一棟房子，我最想要做的就是能夠滿足她，更能夠滿足我媽媽，這是最好的模式。~志之

### 照顧父母，子女責無旁貸

不論是否與上一代同住，照顧父母的責無旁貸是男女研究參與者的共同感受，但至於如何照顧則仍會有不同的聲音和想法；尤其是女性，更感受到在照顧責任與壓力中的無力與掙扎。研究參與者如誠一，想要父母和配偶兩邊都能夠搞定。他了解母親的壓力有一部份是來自子女都不在身邊，也因著父母年老，不知道還會有幾年的生命，所以仍會選擇回去陪伴；至於配偶這一邊，還是要儘量順她的意思，希望兩邊能夠取得平衡，因為一輩子還是要跟她過。因此，如何在照顧父母與順應配偶的意思之間取得平衡，就成了男性的沉重壓力。對小蓉來說，因為知道先生是獨子，將來公婆年老無法自我照顧時，先生勢必會一肩扛起照顧父母的責任，而且還有離婚的姊妹需要照顧，因此她一直不敢生第二胎，想把力氣留在以後照顧公婆上。但另一方面又覺得不公平，擔心只為夫家活，將來很可能變成什麼都沒有。對她來說，照顧公婆一家的責任不僅是大包袱，也是一個棘手的問題。另有的則是婚後仍然繼續在財務上照顧娘家的父母，雖然父母要她衡量自己的能力，但她仍決定多拿一些出來照顧父母，因為長女的自我期許使她責無旁貸。

父母還是要照顧，要撐完剩下的這段日子！我媽壓力有一部份來自小孩不在身邊，..跟老婆說就體諒一下，兩邊要取得平衡，老婆要順他的意，但父母也沒幾年。~誠一

我配偶不是獨善其身那種人，我們會跟很多人綁在一起，我必須把我接下來的力氣留在公婆，..我會覺得不公平，..就是變成說我們什麼都沒有。~小蓉

財務上是我們在照顧爸爸媽媽，我的姊妹是每個月 XX 塊，我是各拿 XX 塊給爸媽是我們在照顧他們，父母是叫我看可以拿多少，我就是想可以多拿一點。~中蘭

Napier (1978) 認為在社會化的過程中，女性被教導重視關心與表達，是關係導向

與他人導向，傾向於尋求親近與親密，因此從「關係」的角度看自我的發展，對女性而言可能是重要的。在本研究中，為「關係」而活的男女研究參與者，展現出社會文化脈絡中的「相依自我」。女性研究參與者的婚姻苦惱隱含其關係需求，而研究者認為男性研究參與者也有關係的需要，但男女的表達不盡相同，女性表達出在關係中的“需求”，男性表達出在關係中的“給予”，而其人際互動的本質則可能是關係的需求與給予兩者交替出現，同時共存。本研究多位參與者，不論男女，在其原生家庭及生殖家庭中的角色有一雷同之處，就是成為家人的照顧者與支持者，亦即他們的人生是為其重要客體（或重要他人）而活。在得不到家人相對等的情感回應時，他們便容易覺得枯竭乏力，又因在親密關係中感受不到來自配偶的情感滋潤與心理支持，但又自覺離不開「關係」，因此感到苦悶不已，想離開關係，又期盼關係可以繼續。其實，每個個體的生命都應在需求與給予，在照顧與被照顧中流轉成全。在訪談的最後可以發現，在自我倚靠與依靠他人、在自我撫慰與照顧他人、以及在自我支持與供應他人之間，多位研究參與者似已開始找到了一點點著力點，且正要踏出新的學習步伐。

#### 照顧責任，女性感無力與掙扎

在固有的文化傳統薰陶下，女性婚後仍大多希望在公婆面前有好的表現，或是想努力成為一個好媳婦。研究參與者北櫻在結婚之初，也曾經想過要努力與婆婆建立好的關係，認為做人媳婦其實可以多做事，贏得稱讚，是好的；但經過一些婆媳間的互動後，便逐漸放棄了，自覺沒那個能耐。另外，小蓉和公公同住時，很不能接受他說教式的聊天，但對於自己不想和公公說話，一回家就是窩在房間，又感到有些自責，覺得這樣做好像很不孝，公公年紀大了，其實也是蠻寂寞的。這顯示出女性子代在孝順公婆上的矛盾情感，想要做個好媳婦，卻又做不到，且也常掙扎於究竟是要孝順公婆或是要先照顧好自己的兩難中。北櫻甚至認為要避免其夫妻關係繼續惡化的做法就是搬遠一些，遠離公婆目前居住的地方。

我一開始覺得媳婦可以多做事是好的，給人家說好的話，後來我覺得算了，我沒這個能耐。只是我老公可憐，我也跟老公講，你是我老公，不然我跟她有什麼關係。~北櫻

聊天聊到最後就是要聽你講，我就比較不想跟他聊天，一方面又是很自責覺得這樣好像很不孝，因為他是已經七十歲的老人家，其實也蠻寂寞的。~小蓉

要避免婚姻滿意的分數往下降，就不要在 XX 工作，搬去遠一點的地方。~北櫻

對某些現代女性來說，進入婚姻就是想要和相愛的人共度一生，在婚前常沒考慮到配偶的家人關係與角色扮演，相對地婚後也較難以接受夫家對自己的要求。春桃對此感受深刻，結婚後，因著和夫家同住，被公婆要求擔負起大嫂的責任。在公婆的認定上，大嫂就是“應該”要多負擔家裡的事務，如她的小嬸賦閒在家，卻要她這個做大嫂的，下班後回去煮飯給他們吃，尤其先生和女兒並不會回家吃飯。讓她覺得氣不過的是，為什

麼要為了別人，一個她認定的“閒人”來煮飯。這讓她深感不平。小蓉在婚後才發現先生不僅對父母，還對其離婚的手足及其下一代有著深厚的照顧心情。假日時，先生想到的不是帶妻小出去走走，而是要把離婚的手足和其小孩一起帶出去玩，這是小蓉婚前沒有想到的沉重包袱。

大嫂在公婆的認定上（嘆氣）要負擔的東西很多，..下班要煮飯給一家人吃，..OO不用工作。我認定中的成員不回來吃，為什麼要為別人，一個閒人來煮！只因為我是大嫂！~春桃

就是親人，親人的包袱。為什麼我們要顧到你 OO 的小孩？..連我自己我都沒有覺得有必要到這樣子。伴侶才是一輩子的，我比較不希望婚姻當中牽扯太多人。~小蓉

過往新婚研究在探討代間關係時，不論量化研究（張思嘉、周玉慧、黃宗堅，2008；黃芳銘、蕭英玲，2011）或質性研究（吳秀敏，2004；陳靜宜，2001），多聚焦於新婚夫妻的姻親關係適應，唯對姻親關係適應問題的討論不多。在本研究中，新婚苦惱女性的姻親關係適應問題顯現在其對於需照顧姻親生活的不滿與無奈，不論是下班後的備餐，或是周末出遊的同行，都讓她們覺得難以接受。本研究還進一步發現，對男性新婚苦惱者來說，結婚不代表他們與父母分家，不論是否與上一代同住，照顧父母的責任仍是身為“兒子”的他們對自我的期許。然而一旦男性將同樣的自我期許加諸於配偶身上時，卻容易引起配偶的反彈，或造成不公平感受。就本研究之女性參與者的角度而言，基本上也期望自己能成為好媳婦，但當時間、體力與財力難以負荷時，便容易心生怨懟，若再加上與公婆或夫家姻親相處或互動不佳，先生又未提供足夠的正向支持時，照顧公婆與姻親就成了難以承擔的包袱。

#### 四、社會連結與情感支持不足

雖然 Fingerman（2003）指出，相對於男性，關係與家庭連結對女性的生活來說，更為重要。但當與原生家庭的連結不足，而其他社會支持與關係連結又顯得缺乏時，對新婚男女來說，面對著婚姻中的苦惱，更容易覺得孤立無援。

##### （一）談心訴苦的友伴不易尋

夏荷認為自己不是很黏先生的人，只要有朋友跟她在一起，就可以轉移注意力，但因為婚後搬到 XX 和先生一起居住，而其朋友多在久居的 XX 市，她不喜歡 XX 的擁擠和嘈雜，也不想在這裡建立新的友誼。她一直很希望有一天先生能和她一起回到 XX，所以她寧願不斷和先生吵搬回 XX 這件事，也不願意建立新的友誼。

我不喜歡 XX，...其實我不是很黏老公的人，只要有朋友，或是有人可以跟我一起，我就可以轉移注意力。在 XX 就沒有這樣的人群，我也不想要 recreate。~夏荷

而北櫻則是在其過往經驗中體認到要找一個中肯或有用的朋友很難，她覺得基本上有私事想跟同事講，不會有人想理睬，因為大家都很忙。而且若只是夫妻單方面的朋友，



並不了解另一方，和這樣的朋友談婚姻中的困難，她覺得沒有什麼幫助。她也很少跟同性友人分享婚姻生活的困難，擔心會被拿出去當茶餘飯後的話題，她認為女性較愛嚼舌根也愛傳遞消息，男性比較不會這樣。她的好朋友大多是男性，但婚姻中的事，她又不方便和他們討論；她想找的談話對象是認識夫妻雙方，且說話可以比較中肯，可以提供實質幫助與建議，又會保密的，但是她認為周遭這樣的人很難找。

就是實質上的幫助比較少。願意聽你講話，也比較中肯的人，同性的朋友沒有。女生大部份都很愛嚼，又都很八卦，我的好朋友幾乎都是男的。~北櫻

對曾經在商場上打滾多年的修身來說，他認為人的一生是赤裸裸地來，到時候也是赤裸裸的走，所以不需要跟別人有什麼牽扯或罣礙。他在做生意的過程中養成一個習慣，就是不會結交太多的朋友，他認為人只是互相利用的工具，旁人靠過來，常只為了要圖利，不是真正想當朋友。所謂的朋友其實是利益上的夥伴。因此，一直以來，他對人的看法比較嚴格，有個標準在，所以他可以談心、談談婚姻困難的好朋友幾乎沒有。

什麼叫朋友?當...你有絕對優勢的時候，人就會靠近你，我可以給你甚麼好處，你要對我效忠...我的好朋友不多，..呃（停頓）我對人的看法比較嚴格一點，有個標準在。~修身

## （二）家人無法提供情感支持

冬桂因沒有嫁給父母親所期望的有錢人，因此讓母親很生氣、失望，甚至不支持她嫁給現在的先生；婚前母親便不喜歡且看不起她的結婚對象，婚後生活亦未獲得父母的關注。父親離家多年，母親也不想關心自己婚後的適應狀況，因此即使婚姻中遭遇挫折和痛苦，她也不敢向家人訴苦，凡事只好自己調適處理掉。她曾經有一次打電話告訴母親自己的生活適應得很辛苦，母親卻是告誡她不要那麼軟弱，那麼沒有用，還需要打電話回家說這種事，說完話就把電話掛掉。至於唯一的手足，因為過去兩人各自在不同的地方成長打拼，各有各的生活，少有聯絡，所以冬桂婚後也沒有多和手足有什麼往來，更甬談向他提起婚姻中的困難。

我從來不能跟家裡訴苦。...我打電話..，我媽只跟我說不要打來家裡說這些事，不要這麼軟弱沒用，就把電話掛了。..我一直是自己長大，和唯一的手足也沒聯絡。~冬桂

婚前，北櫻和離婚的父母及手足已是一家四個人分住同一城市的不同地方。她的家人關係並未交惡，但他們曾經協議過家人間互不相干，偶爾聯絡就好。事實上，她也覺得她的家人很不好相處，因為彼此太親近就會有摩擦，所以就與他們保持安全距離。自然地，結婚後遇到的生活難題或夫妻衝突，她也鮮少向家人提起。

我跟我 X、爸、媽，我們都分開住，..我們就是協議互不相干，偶爾聯絡一下。事實上我覺得他們很難搞，要我再親近一點，我也不願意，~北櫻

關係問題不斷疊加累增：小結 ~

綜合上述，新婚苦惱者在婚後便經驗到戀愛時的浪漫氛圍與配偶情意表達在現實生活逐漸消失，親密與相愛的感受也日益減少。當夫妻兩人為婚姻關係增溫的舉動日減，而為婚姻關係降溫的表現漸增，新婚者的婚姻關係感受便可能很快達到降至冰點的程度。

婚姻苦惱者在個人成長過程中便遭遇原生家庭的負向經驗，如父母及手足的離婚對其婚姻適應產生負向影響，而且原生家庭的家人關係衝突與父母長期失和對其夫妻互動的負面衝擊更大。夫妻兩人在婚前交往過程中已問題不斷，而這些問題甚至延宕並展延到婚後的婚姻生活中，尤其夫妻之間的激烈衝突與不可掌握感始自婚前，且延續到婚後仍未改善。嫁入夫家的新婚女性，在仍以父系家庭結構為主的婚姻生活中，仍然受苦；當兩代發生衝突時，男性子代夾在父母親與配偶之間，其角色固然難為，卻其作為也多顯得處理不當，而造成夫妻間的另類衝突。而不論男女，新婚苦惱者都顯現出其對「關係」，亦即社會文化脈絡中之「相依自我」的需求。男性婚後照顧家人的自我期許，不論是大家庭關係的不時維繫，或是對於其他家庭成員的實質照顧，都成了配偶難以承擔的包袱。當與原生家庭的連結不足，而其他社會支持與關係連結又顯得缺乏時，對新婚男女來說，面對著婚姻中的苦惱，更容易覺得孤立無援。

### 參、夫妻互動磋商，愈搓愈傷

對許多夫妻來說，新婚的前幾年是很困難的時光，因為他們在面對婚後的新生活，諸多事務及生活責任需要不斷地協商及溝通，以獲致某種程度的共識，及增進對彼此差異的接納度，進而建立共同生活的習慣，並學習如何去處理長期關係中無法避免的衝突。而苦惱或失敗的婚姻傾向於循著同一向下的螺旋循環路徑，亦即毀滅性的磋商及溝通模式，以致產生寂寞感、憤怒、及負向的感受 (Gottman, 1994)。本研究的參與者在婚姻生活中與配偶互動時，經驗到夫妻兩人之間產生歧見，且無法獲得共識或達成一致性的意見；或是在夫妻磋商時，一方的意見在另一方不得不妥協的情況下才得以被實現或執行。其磋商困難的經驗內容則包括了家務分工缺乏共識與協力；子女養育有歧見，夫妻無法共親職；獨處與共處時間分配的衝突；以及溝通模式的失效和互相傷害。

#### 一、家務分工缺乏共識與協力

在傳統的夫妻關係中，女性主要負責照料家務與子女，而作決定者多半為男性；在平等的夫妻關係裡，夫妻則共同分擔家務、子女照顧以及做決定的責任。儘管男女雙方在進入婚姻前未必就家務應如何分工有所討論，但在婚後的實際生活中，這卻是無可逃避的磋商議題。

### (一) 分工乏共識，承諾未兌現

由於大多數的研究參與者在婚後多半是夫妻兩人仍在工作，因此家事分工就成了夫妻間的重要課題，也常成夫妻衝突的原因之一。其中包括了夫妻在家務的實際分工上缺乏討論及共識，以及配偶無法兌現婚前的家務承諾。對現代夫妻來說，新婚苦惱者的苦惱之一便是和配偶的家務分工缺乏討論且沒有共識，抱怨的多半為女性，例如為了夫妻兩人周末沒時間整理家裡而和配偶起爭執；有的則是對於和配偶在家務分工上一直無法達成共識和協議感到苦惱，因為配偶在婚前討論時曾答應要分擔做家事，但婚後卻又反悔，只有在他高興時才做，不高興時就不做。有些男性在家務分工上的苦惱是覺得，夫妻兩人針對如何分工的討論並不實際，以致無法執行。雖然在交往的時候曾經勉強答應結婚後夫妻兩人要共同分擔家事，但當時的答應並非真心的，乃是不得不妥協的結果，其實兩人並沒有真正地達成共識。有的男性甚至希望請幫傭來家裡做家事；因此如何達成分工合作做家事的共識仍是夫妻婚後不斷衝突的問題之一。

第一年很常吵架，因為一開始住透天的房子，可是週末都不在，幾乎都找不到時間整理，所以常常為了打掃起爭執。~ 小蓉

落差就是，他比較容易說，比如說婚前分擔做家事，他都會說好阿好阿，後來就沒有做。你跟我講好的，已經 deal 好的，不是嗎？..我會就是一直追著問他。~ 北櫻

我本來當然也直接說我不是很喜歡做這樣的事情，真的有需要的話，我覺得我寧願請個人幫我們整理。~ 誠一

即使夫妻對於家務分工的討論不足或無法形成共識，但仍有女性研究參與者認為配偶婚前同居時會做家事，且做得蠻多的。結婚生子以後，婆婆來幫忙，很多家事變成是婆婆代勞，配偶也因工作忙碌，從不必做家事，變成不做家事。另有女性覺得配偶在婚前同居時便同意說大家分攤做家事，但婚後卻有時候會說他不想要做家事，無法兌現婚前的家務承諾。

婚前我們是兩個人住一起，他會做家事，還做蠻多的。婚後我懷孕，他媽媽來，什麼都是她代勞，也輪不到他做，他婚後就變成沒有時間做，就什麼都不用做。~ 中蘭

比如說做家事，他以前就會說，好啦，大家來分攤做，他那時候也說好，一起整理，婚後他就會偶爾就會說他不要整理。~ 北櫻

Gottman 等人（1998）指出，進入婚姻之初，夫妻對彼此及關係都帶著理想化的看法，但這些理想化的看法會隨時間過去而漸趨實際，當婚姻外選項的吸引力增加時，夫妻就越來越不容易去忽視另一半的限制或對其不滿意之處。研究參與者北櫻認為在親密關係中，溝通與守信用都很重要，她很介意先生婚前清楚表示他不會不講話，且會分擔家事，但婚後常在兩人溝通尚未結束前，就保持沉默；這讓北櫻覺得她像在跟空氣講話，讓她很生氣；此外，先生忘記去做兩人已經講好的事情，也會使她不高興。她無法忍受

先生婚前承諾過一些事，但卻長期無法兌現，且未見改善，這令她想要分開。

一開始就跟他講，..他告訴我不會（加強語氣）。...他不講話，..我在跟空氣講話，...講好的事他忘記，我不高興，..這管道封閉，什麼都不用講。..沒有任何改善...就離婚。~北櫻

蕭英玲、沈慶鴻（2001）的「台灣婚姻初期發展歷程之研究」，發現在家務分工方面，雖然丈夫家事參與的比例增加，但是在傳統女性負責的家事上，男性參與的比例仍偏低；而新婚夫妻最常發生的衝突議題便包括了家務分工（黃芳銘、蕭英玲，2011；蕭英玲、曾秀雲，2005）。就新婚夫妻在家務分工議題上衝突的內容，本研究發現女性對先生在婚前沒有做過家事，婚後也不習慣做家事感到驚訝和不滿；夫妻在家務的實際分工上缺乏討論及共識，也缺乏合作與協力，且抱怨的多半為女性；夫妻因先生工作疲累，回家無力或沒時間做家事，而起衝突；對於已能夠分擔家事的先生，其對家事的態度前後不一致，仍引起太太的困擾；夫妻對於家事，究竟是誰的事，仍爭論不休，家務執行中仍見不公平。對男性來說，除了感嘆下班後不是很晚，就是已沒力做家事，而仍要被太太叨唸之外，其在家務分工上的苦惱是，夫妻兩人針對如何分工的討論並不實際，以致無法執行。有時候女性期待配偶分擔家務係站在她認為的平等原則上，而男性受傳統思維影響，認為家事是女人的事，對自己偶爾幫忙家事已感到滿意，這之間的落差往往成為夫妻衝突與爭執不斷的來源之一。

## （二） 家務執行能力與體力不足

除了對家務應如何分工的討論不足，以及無法形成共識外，研究參與者經驗到的另一個難題是夫妻兩人在執行家務時的意願及體力問題。婚後發現原來配偶不曾做過或不會做家事，很令人懊惱；而面對下班回家後沒有體力做家事，還被配偶責罵，則是有苦說不出。新婚者在婚後會碰到一個很實際的問題就是家事的操作和分工，配偶不會做家事，令新婚苦惱者心生不滿。有的男性在婚前從沒做過家事，生活所需都是由母親全權處理和打點，夫妻兩人在婚前交往時也幾乎沒有談論過家事分工這方面的事，所以沒意識到婚後要做家事，結果便被配偶抱怨不幫忙；或者是婚前沒做過家事，結婚以後雖然也會做一些家事，但因著不是那麼主動，所以也會被配偶抱怨或責罵。

在我結婚前，所有的東西，所有的事情幾乎都是我媽在做，都是母親幫我打點的。~ 志之

家事的話，會做啦，但是只是說不是那麼主動，所以都會一直被罵，沒那個習慣，說實在的。...

我從小到大沒做過家事...沒什麼做家事。~ 正心

男性從小接受的生活教育是「君子遠庖廚」，成長過程中大多沒有做家事的經驗，婚前也很少有機會接受家事或育兒的訓練，因此在結婚後的家事分工上即使有心，處理態度也不像女性那般主動。小蓉進入婚姻後，常抱怨先生要被叫了才會去做家事，常需她的鞭策和提醒。南梅婚後也很驚訝地發現，配偶在婚前從未做過家事，因為婆婆太溺

愛，在婚前什麼都幫他弄得好好的，以至於他覺得家務事是女人的事，而在婚後從來不動手幫忙。對於配偶的不會做家事，有的女性非常在意，除了感到震驚，也感到受傷，發現配偶不會把棉被裝進被套的當時，難過得甚至很想哭。

我配偶他都要我叫他才會做，我不說他就當作沒看到，他就是人家鞭策，但他也會辯解他又不是什麼都不做，只要我叫他做他都會做。~小蓉

你媽什麼都幫你弄好，都已經四十歲了。還沒結婚之前，他媽媽還幫他洗內褲欸，他媽媽這樣對他太好了，有點溺愛。他不做家事，我覺得是婆婆把他寵壞的。~南梅

我那時很 shock，很想哭。真的很難接受，很受傷，..他沒辦法就是...我叫他裝棉被...很想要把他踢進去棉被單裡面，包起來丟掉，..折了半天，角對角都對不起來。~西蓮

另外，也有男性抱怨配偶不會做家事，雖然配偶就像一般的女孩，也較屬於嬌嬌女，不太會做家事，但仍期望配偶可以盡快接手家務事，解決真正的問題。有的則是很驚訝於配偶不會做家事，也抱怨配偶婚後很少做家事，家中的家事大半都需要他自己做，要配偶切水果給自己吃，在之前根本是不可能的，現在是偶爾會有了。

我覺得像現在一般的女孩，家務不太會做，料理家事不懂。~ 誠一

拿那個擦塵布把地上灰塵擦一下，..小朋友要餵，要洗那個餐具碗，她之前也不洗。..她會切水果給我吃，我認為哇!恩典!跟你講真的（激動），在她來講這是不可能的。~ 修身

除了缺乏對家務分工的討論外，男性在家務操作上碰到的另一苦惱是，下班回到家已經很晚了，往往已沒時間可照顧到家事這一塊，但卻會被配偶抱怨；有的時候則是下班很累，沒有體力再做家事，和配偶的期望不同，甚至因此而起衝突。另外，有的是在實際操作層面上有衝突，如誠一和太太兩人對家事的做法和速度的要求不一致，以致常被太太催促，他對此感到苦惱。

有時候晚上回家很晚，..也比較沒有時間去照顧那一塊，..其實我有時候早回來，也是很想幫忙，但是很累，..我已經快要不行了。~ 平天

我現在光處理這些事情我就覺得很累。..家事我都很懶的做，..有時候工作很累啊，不是說那個時間點不想做，我想要休息一下再做，她就很急的說你趕快做完。~ 誠一

伊慶春、蔡瑤玲(1989)提出婦女的性別角色態度可能是影響家務分工的關鍵因素，而不是丈夫對於妻子的支持多寡。但本研究的多位女性參與者在新婚生活中努力追求夫妻之間的平等及家務的分工，惟仍遭遇到三重阻力，第一重阻力來自「男主外，女主內」傳統觀念下的公婆態度，當女性的家務工作忙不過來，請先生幫忙分擔時，被公婆認為是在指使先生，而遭到公婆的責備；第二重阻力來自男性自身的性別角色態度，與家人同住的男性參與者便認為家務是母親和配偶該去協商的事，不應該讓他來煩惱。第三重阻力來自男性對於工作之外已無時間且沒有體力做家事的說詞，男性甚至因而感到無

奈。但男性無奈的同時，女性的委屈卻因著她是主動提出抱怨或要求協助的一方而不被看見。誠如陳秉華與游淑瑜（2001）所言，台灣的外在環境仍然視女性為主要投入家庭角色的一方，所加諸女性的角色期待其實仍然沒有太大改變。但現代不做家事的男性，便成了女性難以認同的“媽寶”。男性在結婚後的家事分工上，即使有心，處理態度也不像女性那般主動，家事能力更顯薄弱，若無法達成太太的期待或要求，夫妻衝突便可能於焉發生。

### （三） 家務操作中，仍見不公平

研究參與者除了慨嘆配偶在婚前沒有做過家事，婚後也不習慣做家事；或是因配偶表示工作疲累後，回家無力再做家事，而兩人起衝突之外，配偶對家事的態度前後不一致也引發其困擾。而夫妻對於家事，究竟是誰的事，仍爭論不休也是其常見的困難，家務執行仍顯不公平。傳統文化觀念下的男性似乎仍偏向「男主外，女主內」的思維，認為男性只要負責工作賺錢，不論女性是否同樣外出工作，家務事是女性該負責的。與家人同住的志之認為家務是母親和配偶該去協商的事，不應該讓他來煩惱。北櫻則對先生不想分擔家事，傾向請外人來打掃，感到不以為然。此外，女性研究參與者亦常有家務分工的不平等感受，中蘭覺得兩人都在上班，下班後都一樣疲累，如果兩人平等，家事便應該一起分擔，但配偶不做家事被提醒時會說要改進，可是一段時間之後，又故態復萌；久了，便覺得這樣很累，不想再講了。春桃對配偶回家後不做家事，只會享受，自己卻須不斷付出的情形也感到苦惱；她覺得自己像一頭牛一般，不停地做，到了某一定的程度，就受不了，也開始懷疑為什麼需要如此付出。

這種事不是我們要討論的內容。當然她自己有工作嘛，工作她也可以辭掉不做呀。..家務這些事情你們要去弄才對，不應該是我去 follow 這一塊，怎麼對呢？ ~志之

就是要跟我講他不想要做家事，人家家裡都是可能男生去外面工作，女生就做家事，他想表達這樣。..以前就跟我講過說他不要做家事，..我沒辦法接受。~北櫻

有時候要求起來很累，他說會改進，某段時間以後，那個模式又回來了。你又很懶得再講一次，可是很不爽，..大家都要工作，如果平等，下班時間大家一起分擔。~中蘭

我一個在付出久的人，到一定程度我會受不了，我就像一隻牛，回到家什麼東西必須弄好，我久了難免會有怨言，會不高興。在這個家，我為什麼要這樣付出？ ~春桃

有時候女性對於夫妻家務分工的慨嘆，在於她們認為配偶做家事的態度待商榷；就女性的角度而言，配偶似乎只是為了自己才做家事。有的配偶會做家事是因為那是在照顧他自己的房子，以及不想花錢請外人做，並不是為了要和她分擔家事的責任。而有的女性生氣的原因是她只是希望配偶可以打理好他自己個人的事，配偶卻連這樣仍嫌太多，更遑論要他多幫一點忙，這讓她覺得很傷心。

家事他會，因為那他的房子，他很愛啊，..問題就是：第一，那是他的房子，他做這些不是因為我，因為那是他的房子，他愛死那房子；第二，他不想在那邊花錢。~冬桂

真的不行，我會請他幫忙，可是他卻回應我說，怎麼這麼多，為什麼會這樣講呢？（掉眼淚）我做不來，我就叫他做，平常瑣碎的一件事，你卻說這麼多。~春桃

男性是傳統婚姻關係中優勢的受益者，他們傾向於建構他們喜愛的關係，因此沒有興趣改變現狀。女性傾向於對現狀不滿，並且知覺衝突為一個可以改變關係的手段，因此採取抗爭行為，要求改變（Christensen & Heavey, 1990；劉惠琴，1999）。這樣的描述也同樣可見參本研究之女性參與者與配偶的互動關係中，因著不論有無全職工作，大多數女性承擔了婚姻生活中的大部份家務責任，因此希冀家庭責任的分擔要有所改變的是女性，所以當然也就是由女性提出期望丈夫改變的要求。女性雖是對婚姻現況不滿的發難者，但這正顯示她們對婚姻的看重，因此失落與不滿足感更強、更大，在她們的夫妻關係中，女追男逃的情況便日益嚴重。直至提出若丈夫再不改變，則她們想要離婚的訴求時，才迫使丈夫正視兩人之間的不對等現象與所存在的問題。在訪談過程中的一句話或許也道出了女性在以男性為主的主流價值體系中的追逐者處境：“誰喜歡做這種事？我為什麼要因著他改變！這樣公平嗎？為什麼要重新選擇，我不要婚姻，我為什麼要婚姻（生氣的語氣）？”

## 二、生養有歧見，無法共親職

研究參與者在子女養育方面的磋商困難包括了夫妻生與不生的不斷拉鋸、不想生育乃因諸多顧慮，以及夫妻對於如何共親職有歧見。

### （一） 生與不生，不斷拉鋸

生育是新婚者的重大議題之一，研究參與者在夫妻生與不生的拉鋸中經驗到下列幾種狀況：對配偶不想生育難以釋懷，以及對生或不生沒有定見。在研究參與者中，夫妻對於是否要生育之意見不一的情形包括了男性參與者認為配偶嫌他收入不夠豐厚，而不想生，以及女性參與者認為配偶為討父母歡心才想要有小孩的態度令她不想生。家齊婚後很想要有小孩，對於太太只顧努力加班，卻不怕會影響身體，導致無法順利懷孕，感到很不解；雖然不同意太太這種加班狀況，但似乎也無可奈何。另外正心則因和太太對於要生幾個孩子意見不同，而使夫妻產生嫌隙；對配偶抱怨是因自己錢賺得少，沒辦法請傭人，才不願意生第二個孩子，雖很不能認同，卻也感到很無奈。

我之前就跟你講過，討論過你加班的問題，我說這樣下去真的不是辦法，其實你的身體跟你的年齡是要隨時要準備懷孕的，你不能...，我說請問你這樣怎麼懷孕？~家齊

她覺得我賺得不夠多，那也是一個因素，那其實說今天如果很有錢，甚至可以請個傭人給她，她就沒問題...生啊。~正心

女性研究參與者對於配偶為討父母歡心而想要有孩子，感到很不以為然。如冬桂對先生為討父母親高興，而想要第二個孩子，很不能認同。

我真的是很不想，但是那個時候他就說他想要第二個給他爸媽高興，他的前提是讓他爸媽高興，什麼東西是我也得去討好他的爸媽高興。~冬桂

研究參與者對於夫妻是否要有小孩一事，有時的考慮是視狀況而定，個人並無定見，其態度包括不想生，但若懷孕的話，就會把孩子生下來，以及想要等到夫妻關係較好時才要生。北櫻覺得剛結婚的時候曾經想生孩子，但現在已不想生，不過因為夫妻沒有避孕，所以若懷孕了，就會把孩子生下來。另外，中蘭曾經為了婚姻中的低潮狀況而考慮拿掉小孩，但是後來覺得這樣做對腹中的胎兒不公平，也對不起孩子，因此決定不管婚姻關係有沒有繼續維繫，她都要把孩子生下來。

結婚後我有想生，現在反而沒有想生。不過懷孕的話，就懷孕啊，不然怎樣。我相信我們的態度都不會想生，但如果懷孕了，就會生了。~北櫻

可是我覺得對小朋友是不公平的，我覺得（開始有點兒哽咽）不管婚姻關係有沒有存繫，我就是要把他生下來，我跟他說對不起。~ 中蘭

男性研究參與者誠一認為太太對於要不要生小孩的想法轉變較大，她在兩人交往的時候不想要有小孩，結婚時則表示要為先生生個小孩，且此想法持續了一段時間；但婚後因為夫妻衝突多，兩人常吵架，生活很辛苦累人，因此又覺得目前的狀況不適合生小孩。

交往的時候她說不要小孩，要結婚前 她說要跟我結婚是想要幫我生個小孩..，有一段時間很想要小孩，結婚後，衝突很多、很累，..常在吵架，她覺得現況不適合。~誠一

過往在新婚苦惱研究方面，對夫妻生育意願或生育期待的探討較少，研究者僅見一篇新婚調適研究中的探討：對新婚夫妻而言，除了兩人之間彼此的適應之外，無論新婚夫妻自身，或是其雙方父母，都會高度關注懷孕生子這件事的進展；尤其若新婚男性是獨子或長男，妻子更容易感受到公婆希望男孫的壓力（陳靜宜，2001），在本研究的參與者中亦可見類似的情形。女性參與者在生育上的苦惱不僅來自其自身的諸多顧慮，或夫妻的意見與期待不一，有時也來自雙方父母的期待和催促壓力，有的是娘家父母擔心女兒再不生育，就會有高齡產婦的風險，另有的則是夫家親戚對她的指指點點和竊竊私語造成了不小的壓力。儘管過往未有研究探討生育態度對新婚夫妻的影響，然而新婚階段的生育議題確實是尚未有子女之新婚苦惱者的困難之一，因為其夫妻兩人對於子女生育有歧見，夫妻在生與不生的決定之間不斷地拉鋸，以致夫妻關係也相對受傷。而在這些研究參與者不想生的原因當中，不想生多為其不得已的選擇，並非其本身不喜歡小孩；而這些不得已的選擇恐多少也成為其婚姻生活中的遺憾。



## (二) 不想生育乃因諸多顧慮

新婚苦惱者在面對是否要生育下一代的抉擇時，會出現不想生小孩的想法，究其原因包括了：生活不再自由、夫妻關係不佳、配偶不成熟、經濟及住所尚不穩定、恐懼生產過程，以及擔心胎兒的健康與未來等。研究參與者誠一覺得以前喜歡單身的日子，結婚後夫妻兩個人還可以常常出去玩，但是在目前，光是處理家事和夫妻互動的事就已經讓他覺得很疲累了，如果再有小孩，他覺得生活會被綁住，過得很辛苦，故已採取避孕措施，不想要有小孩。而秋菊則是在面對是否要懷孕生小孩的決定時，想到自己從此將失去自由，無法隨性做自己想做的事，或為了要照顧孩子可能無法把自己打點得滿意，因此不想生孩子。

我目前不會想，現在已經很累了，光處理這些事情我就覺得很累，這種互動的事，家事我都很懶的做，再弄個小孩，..我覺得有小孩綁著很辛苦。現在有避孕啊！~誠一

自由對我很重要，我今天可能想跟姊妹們出去，..可是我如果要取悅一個孩子的時候，...還可以把自已弄成乾淨清爽，可以嗎？我不想要生小孩，我覺得我沒辦法。~秋菊

生育的決定不僅影響婚姻中的男性，更深深影響女性；對女性來說，懷孕不單純是生育的生理過程，它牽涉到女性複雜微妙的內在心理歷程，又與其外在的婚姻關係及生活環境密切相關。研究參與者夏荷對婚姻不滿意，覺得夫妻感情很差，卻又發現自己懷孕，覺得在這個時機點不對。而中蘭則是在懷孕時碰到夫妻關係發生一些狀況，個人的心情達最低潮時，都曾考慮過要拿掉腹中的胎兒，以避免孩子生下來後會過得更不幸。另外，男性研究參與者誠一則是因為婚後夫妻衝突增多，兩人常常吵架，因而覺得不適合馬上有小孩，應該過一陣子再說。

應該說它懷孕的時機點不對，造成我的痛苦，我甚至不下一次想把小孩拿掉，他來的應該不是時候吧，他爸媽又感情這麼差，~夏荷

那時候大概就我們夫妻關係發生一些狀況，所以我有考慮要把小孩拿掉。有一陣子我很低潮。~中蘭

結婚之後衝突很多、很累，就吵架吵到天亮，她就會一直問，我就一直不回答，就講到三、四點，一大早還要上班。在這種狀況下，我覺得有小孩不合適。~誠一

有幾位研究參與者在面對是否要懷孕或生下小孩的決定時會考慮配偶的成熟狀況，當感覺配偶的不負責任像小孩一般，或是生活能力像一個需要被照顧的小孩時，便會不想再照顧另一個小孩，因此生小孩的意願及動機就會變得更薄弱，她們不想生養“第二個小孩”。研究參與者夏荷和西蓮是如此，北櫻也覺得她先生不想要有小孩也是因為這個緣故。

一聽到我懷孕就更難過，我已經養一個孩子了，又來個小孩，這兩個在我眼裡，他就是大小孩啊，我覺得很累啊！大部分是因為我覺得跟他在一起很累。~夏荷

我覺得我沒有很想要有小孩，因為我覺得我已經在照顧一個小孩，就是我老公，如果懷孕生小孩，對我來說，等於再多一個擔子吧。我就是這樣覺得。~西蓮

我們不常聊這方面的事，就是一開始覺得他很想要，但後來他跟我講，我搞錯了，他不要，他說他覺得養我已經受不了了，不能再養小朋友。~北櫻

對於尚無子女的新婚者來說，夫妻兩人的工作不穩定、經濟狀況不佳，以及住所不穩定，是他們不想生小孩的原因之一；更何況若夫妻的經濟狀況不佳，又想要生育兒女，可能就會需要父母來幫忙，這是研究參與者所不樂見的。對於已經生養一名子女的正心來說，配偶因著考慮到家庭經濟的不穩定，而不願意再生第二個孩子，是令人感到很遺憾的決定。對小蓉來說，雖然知道配偶很希望再有第二個孩子，但在配偶的工作地點及住家狀況還無法穩定的情況下，她並不會想要這樣做。

前年是我們兩個人在經濟上最低落的時候，那時候我們兩個人工作不穩定，..她不想生小孩。~家齊

我覺得生小孩，應該是我們自己準備好再做。..我一直跟我配偶講說，一定要先有錢。沒有打算再生下一個小孩，目前連在哪落腳、落地生根，都還不確定。~小蓉

因為現在經濟不夠穩定，所以生完一個，她不願意再生。~正心

除了擔心自己因為懷孕生子將會失去自由之外，對生產過程的害怕恐懼或噁心感也讓有的女性不敢懷孕、不想生育。對秋菊來說，光是想到曾經聽過別人分享的生產過程，就讓她覺得害怕和不舒服，甚至嚇到腿軟。

我聽過很多姊妹們分享生產過程，我嚇到腿都軟了。就是什麼需要剪開啊！什麼之類的（小聲嘟囔）生產的時候我，就覺得噁心，我想到都覺得不舒服，很害怕。~秋菊

而對秋菊來說，不想生育有一個原因是懷孕的婦女需背負胎兒是否健康以及能否平安產下的巨大壓力，如果胎兒是個有問題、有狀況的孩子時，會不知道該怎麼辦？對北櫻來說，在剛結婚時曾經想要生小孩，但後來便打消此念頭，她覺得自己的父母做的不是很好，也認為如果生了孩子，卻讓孩子生活得不好，還不如不要生。

我覺得很可怕，懷孕要背負的壓力..這孩子的健康，..媽媽肚子裡的胎兒，怎知這恩典我可不可以負荷，我其實很怕，..如果他是有問題、有狀況的孩子，我該怎麼辦？~秋菊

結婚後我想生，現在反而沒有想生。..我並不是很喜歡我的父母，他們都做的不是很好，..如果我結了婚，讓我的孩子出來以後過得不好，我生小孩幹嘛。~北櫻

以上種種顧慮使得新婚苦惱者在面對生育的議題上常常卻步不前，而對女性參與者

來說，在生育上的苦惱不僅來自其自身的諸多顧慮，或夫妻的意見不一，有時也來自雙方父母的期待和催促壓力，有的是娘家父母擔心女兒再不生育，就會有高齡產婦的風險，另有的則是夫家親戚對她的指指點點和竊竊私語造成了不小的壓力，但令她感到委屈的是，夫妻沒有生育並非她單方面的責任，其實先生的體力才是問題。

我媽媽當然希望趕快，他們已經覺得我老老，已經不小了，大概已經快要..歲了，他們會覺得你要不要趕快生了，不然你快過高齡。~ 秋菊

他們家親戚看到就說：娶到 OO 以後會旺，你看她的屁股，很...。每次都被問，會聽到婆婆跟姑姑們在聊：怎麼不趕緊去給人看（閩南語）。..不能生，..先生體力也不好。~ 西蓮

### （三）難以共親職，齊養育

唐先梅（2005）指出為人父母轉變階段的任務包括四方面：新的父母角色學習與適應；家務分工的重新調整；子女教養態度的協調；工作與家庭的重新調適。除上述任務之外，本研究還發現對新婚苦惱者而言，新生兒出生之後，亦需重新調整適應其夫妻間的性生活，以及重新安排家庭財務，以因應子女出生後的支出增加。此外，夫妻在如何共親職有歧見亦是有些研究參與者感到苦惱的經驗之一，有的參與者認為配偶在父職/母職責任上缺席的理由沒有道理，有的則是因夫妻親職時間之質與量的標準不一而產生衝突。夫妻共同承擔親職的責任是現代多數人的共識，但實際生活中，總有一些狀況會成為某些人在親職責任上缺席的理由，但他們的配偶未必就可以同意或接受，衝突與苦惱因而產生。如春桃的先生找各種理由抗拒幫忙照顧孩子；而中蘭的情況是先生在外地工作，只有週末回家，她需要兼顧工作與子女，覺得很辛苦。另外，平天在下班回家後，還要面對配偶發脾氣抱怨自己沒有幫忙照顧孩子，但他的難處在於忙完工作後，根本沒有力氣顧及這些，他其實也想早點回家讓孩子看到爸爸，但太太卻不能理解。

我配偶沒有感覺，我就跟他大吵大鬧，他才願意，..找各種理由，抗拒不去做情，我覺得很苦，真的很苦，為什麼？他也不是你兒子嘛！為什麼不對他那麼愛呢？~春桃

最痛苦的是那時候我配偶每周..回來兩天，然後又回去工作，..他彷彿就是單身生活，我白天工作，晚上回家又要照顧小孩，所以在生活作息上整個就是很不一樣。~中蘭

老二才二歲。因為工作關係，有時候回家很晚。...比較沒有時間去照顧那一塊，一回去就躺在那邊，我配偶就把我拉去，說我都不幫忙，她比較對我發脾氣..。~ 平天

男女各有不同的委屈：就業的女性認為先生喊累的理由沒道理，因為他上班，她也工作；他下班後喊疲累，她也覺得乏力。有的女性面對先生只是周末回家的情況，獨力照顧子女的工作更是叫她有苦說不出。男性的思維是下班後已盡力趕回家了，為何太太不能體諒，抱怨不曾停止。男性也不滿意太太陪伴孩子的品質，陪伴時間雖長，但母子各做各的；而太太花大錢買超齡的玩具給孩子，還責怪爸爸不陪孩子玩，也令男性感到

惱火。而夫妻一旦共親職之後，也未必能一路平順陪孩子長大，在教養的路上，仍可能產生一些歧見，引發衝突。研究參與者修身認為太太在陪伴孩子這方面看起來花了很多時間，但實際上並未真心照顧孩子，用心和孩子互動的時間不到一半，只是讓自己和孩子各做各的事。另外，平天為太太常常買一些不符合孩子年齡的玩具，且會責怪自己沒陪伴孩子玩那些玩具，但其實他不認同這樣的做法，他認為不需要現在給孩子買那些玩具，兩人之間會因此而有磨擦和衝突。

她陪伴孩子很長的時間。可是你陪伴孩子的過程是怎麼陪伴的，你做你的事，..今天要陪伴孩子十個小時，她跟孩子那種真心的互動大概最多三小時。~修身

他太小！她說「你要陪他玩。」我說「不是他要玩的！」大概就這種衝突，她想給小孩東西，給他一些刺激，我覺得他年紀不適合，不需要給那麼多，有些磨擦。~平天

新婚夫妻在適應彼此的同時，若再加上孩子的出生，會使原本的適應問題更加複雜和困難（陳靜宜，2001；張思嘉，2001）。此外，第一個子女出生後，對夫妻來說，是壓力非常大的階段，對新生兒的照顧加重了日常的家務責任，且打斷了睡眠（MacDermid et al., 1990；Umberson, 2005），並增加父母在體力、精神及經濟上的負荷，這些負荷會加重父母的壓力與減少夫妻相處的時間，因而導致婚姻滿意度的下降（VanLaningham, et al., 2001）。Cowan 與 Cowan（2000）的研究也發現，女性除了照顧子女之外，其家務工作負荷相對亦更加沉重，這些情況會使得夫妻疏離感、對家務分工的不滿意，以及夫妻衝突都愈來愈多。本研究進一步探究子女出生如何將新婚者的婚姻適應複雜化，結果呼應了國內外學者的研究發現，子女的出生增加新手父母在體力、精神及經濟上的負荷，這些負荷則加重了新婚苦惱者的壓力並減少其夫妻相處的時間，且使新婚苦惱者的個人時間使用不再自由，夫妻家務分工備受挑戰，進而增加夫妻衝突，削弱夫妻情感。

過往研究也發現，由於在第一個子女出生後，新婚夫妻因身心的疲累、相處時間的減少，以及子女養育方式的不同而容易起衝突（Aldous, 1996；Umberson, 2005；張思嘉，2001）。本研究亦有相似的研究發現，對已有子女的新婚苦惱者來說，其婚姻中的苦惱來源之一便是夫妻對於子女的教養有歧見，例如該給孩子學甚麼，夫妻常意見衝突；而未來該讓孩子在這裡學習，夫妻亦是各持己見。再者，配偶花過少時間陪伴孩子，以及其父職/母職缺席的理由沒什麼道理，讓新婚苦惱者難以認同和接受，而且夫妻兩人對於親職時間質與量的標準也不一，因而常發生衝突。對新婚者來說，第一個子女的出生之所以造成極大壓力，除了缺乏經驗，以致常手忙腳亂，格外耗神費力外，夫妻兩人對子女成長及養育方式的想望差異，也是導致夫妻衝突的原因之一；就生活表層看來，是夫妻如何分工與合作的問題，就個人深層期望而言，是兩人自我實現之期待的碰撞。再則，由於愈來愈多有幼小子女的女性投入職場，但勞動市場仍視主要工作者為「男性」，社會認同男性不必太多顧慮子女養育、家務及情緒支持等“家務事”，因而使得女性擔負了工作與家庭照顧的雙重工作，就長短期來說，都付出極大的健康損害代價。中蘭和春桃

養育兩個孩子的經驗正是這類女性描述的代表。丈夫少分擔家事，似是理所當然；而若妻子疏於家庭經營，則可能會遭受不必要的責難。小孩養不好或教不好，會是母親的失職，母職的罪惡感於焉產生。

### 三、家庭時間分配引起衝突

個體在婚姻中的自主性也顯現在其時間運用的自由程度上，而從單身到已婚的身分轉變便已多少侷限了個體的時間運用自由度，因為婚姻中除了「我」，還有「我們」需要照顧。不過，夫妻在獨處與共處之間來回轉換的情形是否會引起衝突，端賴關係中所發生的事而定，若一方固著於太多的獨處或堅持過多的共處，都可能產生更多的夫妻問題（林秀慧、莊璧光譯，2003，p.141）。本研究的研究參與者覺得結婚後失去了個人時間，而且新科技產品更是佔據配偶的生活，剝奪了夫妻的家庭時間。

#### （一） 婚後失去個人獨處時間

結婚之後，有的研究參與者認為在工作和家庭之外，常苦於沒有個人時間；有的則是困擾於被大家庭分佔了小家庭和個人時間；而夫妻兩人僅有的個人時間利用也多有相互牽制的情形，以致夫妻為此發生爭執。多位研究參與者在婚後的時間運用皆不如婚前來得自由，生活被工作要求盤據，常必須壓抑自己的休閒興趣與需求。平天慨嘆他工作已忙碌到生活沒有品質的地步。而在大學時代是登山社員的正心，婚前常從事戶外活動，但婚後因著家人的羈絆，便很少去從事這類活動。修身則是因為在家要工作，又要幫忙配偶照顧孩子，和做其他家務事，常常一天忙下來，就到了晚上十一點，連他覺得很重要的財經新聞，都沒有辦法看。不但男性工作之餘，沒有個人時間可言，結婚也使得女性的工作時間和社交活動參與受到限制，冬桂在結婚前，生活中絕大部分的時間除了給工作之外，就是忙於教會的活動，但這樣的時間結構安排在婚後就被打亂了，有了家庭和小孩以後，時間上已不再能自由使用在工作或教會服事上，這讓研究參與者感到為難和困擾。

沒有自己的時間。..一到五晚上幾乎沒有時間...。連生活都完全沒有品質。~ 平天

我是想爬山，但是早晚因為工作或者是家庭就比較不容易去達成我要的，我那一塊可能是一直壓抑住而已。~正心

從早上起來開始工作，到下午一點半、兩點（停頓）結束。她出去，我要帶孩子，還要幫小朋友洗澡，還要買菜做飯，顧小孩到十、十一點。財經新聞都沒有辦法看。~修身

我結婚前的生活就是這樣子。我可以把我的時間全部賣給工作和教會，我是 ok 的。現在又有家庭了、有孩子了那考量就不一樣，這點會讓我比較頭大。冬桂

蕭英玲與曾秀雲（2005）的研究發現，在相處時間的安排上，如何分配夫妻相處的時間是新婚夫妻在第一年的婚姻生活中較常引爆的衝突點之一。在本研究中，新婚苦惱

者皆苦於婚後失去個人時間，不但是因工作和家庭的忙碌，大家庭的參與和照顧也佔去了小家庭和個人時間，再加上有時候夫妻之個人時間利用也會相互牽制，因而產生夫妻衝突。Lavner 與 Bradbury (2010) 的研究指出某些男性在婚姻早期可能較不滿意，他們呈現出在個人自由上的失落感。在本研究中，不論男女，婚姻苦惱者覺得結婚後在工作和家庭之外，失去了個人時間，常必須壓抑自己的休閒興趣與需求。不僅男性慨嘆工作已忙碌到生活沒有品質的地步，工作之餘，沒有個人時間可言，連女性也覺得工作時間和社交活動參與受到限制。在婚前，生活中絕大部分的時間除了給工作之外，就是忙於個人的活動，但這樣的時間結構安排在婚後被打亂了，有了家庭和小孩以後，時間上已不再能自由使用，這讓男女雙方皆感到為難和困擾，且感到自主性受限制。

此外，夫妻的大家庭分佔了小家庭與個人時間。夫妻結婚後仍有在周末假日回父母家探望家人的需求，小蓉常為了周末假日回去探望雙方父母的事和配偶起衝突；由於婆家較遠，需花費較多交通時間，她因而抱怨常回去，讓他們沒有自己的時間，也無法與朋友相聚或進行其他社交活動。志之則因婚後與父母同住，其所認知的家庭時間乃是指與同住家人相處的時間，夫妻兩人的時間被包含在與其他家人相處的時間中，單獨屬於夫妻的時間相對減少。

我們常衝突的原因，是在吵週末必須去誰家的事，..就覺得他每個周末都很忙，而且沒有自己的時間，我們的朋友有時想來我們家玩，也不可能。~小蓉

我跟她的時間都跟家庭重疊，大部分都在一起了。夫妻關在房間裡面的時間就睡覺，算少的，那才是夫妻時間，打開房門就不是啦。基本上以家庭的這一塊為主。~志之

而夫妻在家中的個人時間利用上也常會產生衝突，或相互牽制。從男性的角度來說，有時候在家會想做一些自己想做的事，但多半會受到配偶的限制；有的則希望在家時間能夠加班，以完成工作；另有人則是想利用難得的假日到外頭去放鬆休息，但都受到配偶的限制，覺得難得在家，應該多幫忙一點家事，而弄得兩人吵架。

她也不會要我給她自己的空間，她就是...反正就是要在一起做一樣的事情，比如說她在打電腦，我在看電視，這樣子...就不行。~誠一

她就會叫我做這個、做那個，然後變成最後還是沒有加班到。~國治

像那時候，房子比較大，有時候因為要整理家裡的事情會吵架，因為我假日喜歡往外跑，雖然工作很累，但是對我來講我的放鬆、我的休閒不喜歡待在家裡。~正心

女性則希望配偶工作之餘盡量和家人在一起，而不是繼續做工作上的事。因為好不容易盼到配偶從其他縣市請調回來，一家人得以團聚，但配偶回來後的那一年在工作上擔任主管職務，另外又在職進修，因此，不論他人在家或在外，都把時間花在個人生涯需要上，而實際和家人相處的時間非常少。

他調回來這一年當主管，同時又..，又適應新環境。他常常弄到很晚，這一年的時間都這樣。有時候在外面寫，回家的時候就，我跟小孩子睡覺，他在另一個房間寫。~中蘭

另有研究參與者苦惱於配偶過度投入工作或婚姻以外的事務，家齊覺得和配偶結婚以來，由於夫妻倆周間忙碌於工作，再加上兩人的宗教信仰，周末參與教會的時間增多，因此夫妻兩人給彼此的時間和單獨相處的時間都相對地變少了，因而時有抱怨配偶花過多的時間在工作和教會上。而配偶又沒有顧慮到自己的感受，在工作、教會與家庭的時間配置上並沒有力求平衡。修身則抱怨配偶在家裡花費太多時間和精力在網購及團購上，為了要賺取一點點的錢，不僅消耗大量的時間，還耽誤到他的工作，讓他必須分心照顧孩子，而無法專注於工作上。

很久沒有跟她兩個人單獨的時間。..你平常工作都已經那麼忙，同時你又全部栽在教會裡面的話，我覺得夫妻完全沒有相處。..你自己要平衡，要顧慮我的感受。~家齊

她絕大多數的時間精力幾乎都花在網購，團購上面，..你耽誤到我沒有辦法工作，我要去顧孩子，我要一面抱著孩子、一面敲電腦、一面下單，沒辦法這樣子。~修身

Lichter 與 Carmalt (2009) 的研究指出，夫妻共享信仰活動比起其他活動，在婚姻滿意上有正向的相關性；但在本研究中，有的新婚苦惱者認為夫妻倆因共同的宗教信仰，周末參與教會的時間增多，再加上週間的工作忙碌，因此夫妻倆的相處時間便相對地變少了，這因而也成了新婚苦惱者苦惱的內涵之一。究其可能原因為兩人對於從事宗教活動的期待與認知不一，當一方認為夫妻都參與宗教活動，會使兩人的心靈更加靠近時，便可能傾向更多參與宗教活動；而若另一方的認知是夫妻兩人在工作之餘，還將周末時間全花在教會活動中，會減少兩人的相處時間，便會對此狀況感到不滿，對他/她來說，夫妻兩人的心靈反而無法因參加宗教活動而更加靠近，而他對婚姻滿意的程度也不會因參加宗教活動而提升。

## (二) 科技剝奪家人相處時間

科技的進步已使得傳播通訊及休閒娛樂的方式產生巨大的改變，現代年輕夫妻，在家的時間，只要有空，就使用電腦或上網已屬常見；但夫妻因一方把在家時間多花在網路上或電腦前而起爭執或衝突，不僅佔據夫妻時間，也剝奪了親子時間，也是現代夫妻普遍的問題之一。男性研究參與者覺得當其在家裡心裡悶的時候，哪怕是要熬夜，也會用打電動的方式來度過那段時間。但這卻也是女性參與者對配偶的不滿之處，她們認為配偶下班回家後，除了吃飯、洗澡，和看電視之外，還花很多時間在電腦上，玩線上遊戲或上網；配偶的說法是下班後玩玩線上遊戲為什麼不可以，因為這是他們解壓、紓壓的方式，但女性研究參與者則認為這剝奪了配偶參與家人活動或和家人共處的時間。

心裡很悶的時候，我可能就是打電動吧！就是小孩子只要睡著的時間，哪怕我可能就是分房睡，我哪怕就是可能真的是熬夜，但是我就是...。~正心

他早上出門，晚上六七點回來，扣掉吃飯和洗澡，有時候看一點新聞，其他時間都在網路上，我如果在家的時候，他鮮少會關掉電腦。~ 中蘭

依他的標準他會覺得那有什麼不行？因為那是他解壓、釋壓的工具，他就是喜歡玩線上遊戲，他下班後玩玩那有什麼不行？~ 小蓉

而男性對配偶在家庭時間的使用也有所期待，家齊認為太太下班後在家的時間已經不多，不和他說說話，卻把它用在打手機電動上，且對她視此為抒發工作壓力的說法很不能接受，常提出抗議，且覺得她不能把夫妻談話當成抒發工作壓力的方式，只能靠打電動抒壓，是一件很悲慘的事。修身則是抱怨太太喜歡上網，很在意別人留在她臉書（FB）上的訊息，及有多少人或是哪些人在臉書上回應她。

你就拼命玩手機（強調）。..跟你老公講話..跟你講一件事情...或是我們去哪裡...不是能夠讓你抒發壓力的方式，是打手機電動才是你抒發壓力的方式，...很悲哀的人。~ 家齊

她最喜歡上網，就是 facebook 那些東西，臉書，她很在意人家覺得她 po 了什麼照片上去，她一直在數多少人回應，誰回應？回應什麼？她很在意這種東西（強調）。~修身

會讓女性抱怨的是，配偶在家時會花很多時間在電腦前或打電動，而不會想要照顧孩子，配偶過度使用科技產品的結果，也剝奪了親子時間；另有的人則是很不喜歡配偶在網路上涉入太深。更且，她們會很介意配偶在孩子面前玩電腦，擔心這對孩子會產生不良的影響；但她們覺得配偶應該知道把在家裡的時間留給配偶和小孩。

他就打電動，他就是打電動，並沒有替他想說這孩子是需要照顧的。~春桃

我也不喜歡他在網路上的涉入太深，他在家的時候就整天在玩線上遊戲或做一些別的，那段時間我們有很大的衝突。他知道我希望他不要一直玩電腦，多陪小孩。~中蘭

以前會有衝突或爭執，假日他都在用電腦打線上遊戲，有小孩之後頭一年也是這樣，他沒有意識到已經不能再這樣。..我覺得你下班回來，應該時間要留給我們。~小蓉

除了擔心對孩子的不良影響之外，女性也擔心配偶每晚花很長時間打線上遊戲會犧牲睡眠時間，傷害身體，會影響隔天上班時的體力和精神，小蓉認為做為家庭經濟支柱的先生不該如此。西蓮覺得先生下班回家後就不太動，只坐在電腦前玩線上遊戲，會對身體不好，她不喜歡先生這樣，便想強迫他離開電腦去動一動。

你這樣趁小孩睡著後再來打電動，隔天上班會沒有精力、肝會壞掉，你是家裡經濟支柱，你不應該這樣子。~小蓉

他窩在電腦桌前玩線上遊戲，..我不喜歡他這樣，想把他拉出來，..身體不好呀。

范嵐欣（2009）針對五對新婚四年內夫妻之夫妻衝突改變協調歷程所進行之研究結果發現：婚姻初期夫妻之關係衝突主要可分為兩類，其中一類來自夫妻一方或雙方過於



強調個人自我需求，忽略了對配偶或對關係的照顧所致。在本研究中，新科技產品更是佔據家庭生活，夫妻因一方把在家時間多花在網路上或電腦前而剝奪了夫妻的家庭時間，因而常起爭執或衝突，也是新婚苦惱者普遍的問題之一。男性視下班後玩玩線上遊戲是他們解壓、紓壓的方式，但女性研究參與者則認為這剝奪了配偶參與家人活動或和家人共處的時間。另外，女性抱怨配偶在家時花很多時間在電腦前或打電動，而不想要照顧孩子；她們覺得配偶應該知道把在家裡的時間留給配偶和小孩。而男性對配偶在家庭時間的使用也有所期待，他們抗議配偶花很多時間玩手機、打電動或上網使用臉書。科技帶來方便，卻也為新婚苦惱者的婚姻關係帶來惡化的影響。

#### 四、溝通互動模式失效互傷

溝通是婚姻與家庭每一發展階段中的重要元素，夫妻在日常生活中便不斷地進行溝通，以交流情感並交換意見；溝通的良好與否關係到夫妻的情感走向會愈好或愈差。而對於配偶不當對待的長期忍耐，研究參與者產生的反應不是心生去意，便是爆發嚴重夫妻衝突。

##### (一) 無效的溝通，更添痛楚

對多數的婚姻苦惱者來說，在夫妻溝通上碰到的第一個困難就是，配偶的溝通方式讓人感到痛苦。不論是自我中心式、激惹式、撤退式，或追逃式的溝通模式，常常是讓人覺得溝通難以繼續，婚姻難以維繫下去的主要原因。

##### 自我中心式的溝通太傷人

R eis 與 Patrick (1996) 認為：在夫妻溝通時，若一方在行為或言語上常常直接否定對方，那麼另一方便可能產生關係苦惱。在夫妻溝通時常讓人感到難受的一種情況是：配偶不認為自己有錯，就不願做解釋或說明，以為做解釋就代表自己有錯；或是在溝通時，只聽自己想聽的部分，否則就打斷對方說話，或叫對方講別的，不要浪費時間。如修身便是如此。此外，正心覺得他提出的意見或提議，常常被太太否定或批評；兩人在討論問題時，自己的話還沒說完，太太不同意，便直接予以打斷；或是批評責罵到一個程度，讓他覺得自己一文不值。而冬桂則是覺得先生很不尊重她，習慣對她呼之則來，揮之即去，顯得很自我中心。

她不認為她錯阿!(激動)她不需要解釋。..她跟你講話，很不客氣，你跟她講什麼，她沒有興趣聽，直接告訴你不要浪費時間。~修身

當我一個想法一講出來的時候，馬上就被打槍，..我想到一個 idea，想講一句話沒講好，又被夕一丫一頓，通常就被罵的很一文不值，..這是我一直比較 care 的點。~ 正心

他真的很不懂得怎麼尊重人，就是習慣性對人呼之則來，揮之則去，就是這樣子，那是他的習慣性。~ 冬桂

國內外研究皆發現，對新婚夫妻而言，經常發生的問題領域最先為夫妻溝通 (Stahmann & Hiebert, 1997)，而這也是夫妻最常發生衝突的議題之一(黃芳銘、蕭英玲，2011；蕭英玲、曾秀雲，2005)。本研究中的婚姻苦惱者覺得夫妻在婚後吵得比婚前還兇，爭執更大；生活中需要磋商或協調的議題很多，而兩人無法溝通的結果，便是漸行漸遠，痛苦與日俱增。此外，Gottman (1994) 指出，在親密關係中有四種毀滅性的力量：批評、輕視、防衛及築牆（逃避），這些溝通模式對婚姻特別具有破壞力。而新婚苦惱者的夫妻溝通問題之一便是配偶使用自我中心式的溝通，配偶不認為自己有錯，就不願做解釋或說明；或是在溝通時，只聽自己想聽的部分，否則就打斷對方說話，或是給予批評，這種在行為上直接否定對方的自我中心式溝通，誠然為婚姻帶來很大的破壞力。

### 激惹式的溝通太氣人

夫妻溝通時常令人感到痛苦的另一模式是激惹式的溝通，不論是話中帶刺，或是挑釁的語氣。研究參與者家齊和太太溝通時，便常感覺兩人話中帶刺，或罵人不帶髒字，他認為這種作法其實很傷人。正心對於太太在溝通時常是一只要她覺得不對，便用很難聽的口氣或語氣說話，讓他覺得很不被尊重。修身更是覺得太太在夫妻衝突時的責罵方式，是罵到讓人幾乎精神崩潰。此外，冬桂則是覺得先生在溝通時常使用具挑釁語氣的字詞將她推開，她其實對先生的做為很生氣，但因孩子在身邊，才忍住心中怒火。

一直以來我們的溝通就比較，就很自然去刺對方。就是人家說什麼.....罵人不帶髒字，就是... 你被...你已經被...刺到了，你不能反駁。~家齊

只要她覺得不對，她可能第一時間就是會用非常讓人家不舒服的口氣跟語氣回來..你為什麼可以這樣子完全不尊重人家，用罵的、用那種很難聽的口氣。~正心

她罵人的那種方式是會罵到你精神會崩潰，會受不了（停頓）。~修身

他用字遣詞都是（挑釁語氣）“阿 是怎樣？”“怎樣？..走開啦，自己決定，不要煩啦!其實都是我要...花很大力氣去忍住，不要讓那個怒火發出來，因為孩子在旁邊。~冬桂

### 撤退式的溝通太可憐

夫妻一方在溝通時感受到對方使用強硬或強勢的態度，對自己的表達多予以否定或批評，而感到不舒服，便採與撤退式的溝通，選擇關閉溝通之門，以沉默來回應；或因對方的反應和自己想要的回饋落差太大而感到失望，便不再回應；或者是以採取閃躲話題的方式來處理自己的不想繼續溝通，雖然對方繼續提問或說話，但不明確回答對方，或故意答非所問。另一種狀況是夫妻有一方從兩人原本相互攻擊的溝通中退出，變成不想再溝通，盡量不再和對方說話，以避免兩人衝突的再發生。

在吵架的時候，通常我都不太理她。..我跟她講如果你硬著來，我會覺得不舒服，會把門關起來，不理你。~誠一

因為她太強勢的關係，所以我到後來乾脆...，我常常有一段時間可能講什麼，她就罵什麼，講什麼她覺得不對、跟她想法不一樣，就罵什麼，到後來我都不管、都不講話。~正心

我丟這個話跟我想要得到的 feedback 怎麼會落差那麼大。落差大，就失望，我自己第一個反應，我就不接下去講任何話。~ 家齊

他就會閃躲，..他就會讓你覺得其實他並沒有很想回答你這個問題。~夏荷

我們兩個還滿可憐，還滿可惜的一件事是，在婚前，她還會直截了當的來跟你談，她婚後完全不講。這是最大的一個差別。~ 修身

另一種撤退式溝通的樣貌是，夫妻一方在溝通中無法接受對方的表達時，不直接反擊，指責對方的不是，而改採轉彎策略，指桑罵槐地藉由攻擊其他人或自我貶損來讓對方知道自己的不滿和不同意。

我現在學會一件事情，從結婚之後，我不會直接去指責你，我指責你讓你難過，我會轉一個彎，酸言酸語的，去酸教會的真理教導。~修身

我不知道可能是我這些話的哪部分刺傷她？她就說，你老婆就是比較笨，所以才..。~ 家齊

Roberts (2000) 針對新婚夫妻之溝通與婚姻苦惱的研究則進一步發現，不僅配偶在夫妻溝通時的敵意反應與丈夫和妻子的婚姻苦惱都有高度關聯性；對丈夫和妻子來說，配偶的三種退縮反應（逃避親密、逃避衝突、生氣退縮）更與其同時發生的婚姻苦惱有顯著相關。在本研究中，讓新婚苦惱者感到苦惱的夫妻溝通方式中之撤退式溝通近似於 Roberts (2000) 研究中所指的退縮反應；夫妻一方在溝通時感受到對方使用強硬或強勢的態度，便選擇關閉溝通之門，以沉默來回應；或者是以採取閃躲話題的方式來處理自己的不想繼續溝通，然則這在表面上雖獲一時的平靜，但時間久了，仍日積月累會引爆雙方更火爆的衝突。

### 追逃式的溝通太惱人

在婚姻生活中，較常見的現象是溝通時多說話的常是女性，而女性常有的抱怨之一便是配偶的不講話、不回答，或少溝通，這是女性認為很不理想的溝通狀況。有時候，配偶的不善表達及少有回應碰觸到女性的關係感受，配偶沒有理會或反應，便讓女性感到很大的挫敗感，進而產生怒氣。而一方的逃避，引來另一方的追逐；或者一方的延宕，使得下一次的溝通更為火爆，衝突更為激烈。這種你追我逃式的溝通，對夫妻雙方來說，都是頗為惱人之事。

其實我跟我弟兄很少溝通，我跟他講什麼，都是我講，永遠都是這樣。~春桃

他偏偏又是那種悶不吭聲的人，就是不會回應你什麼，你就會更生氣。~夏荷

他不回應呀、不溝通呀。他就是會不講話，..我在幹嘛，但他就是不想講。~北櫻

我也不知道要怎麼開始，乾脆就先放著，通常那個機會出現的時候，都是有事情的時候，會很火爆，到要談的時候，就是有事了，談起來就不愉快了。~中蘭

在兩性溝通中話語較少的男性，若再加上因著與配偶的溝通感到無效或不舒服，便可能更不願意溝通，甚至逃避或拒絕；這常會使得太太更為生氣，或無奈。寧可兩人吵架，至少這樣會知道對方在想什麼，也不願無法透過溝通來理解對方。對此配偶可能就會有較為激烈的追逐行為，例如衝進去配偶房間大罵。

我寧願他跟我吵啊，我才知道他在想什麼啊！還有就我不是能理解他在想什麼，他都不講話。~夏荷

我一開始，我會生氣耶，我會衝進去大罵。剛結婚那時候，我會衝進去大罵，我人在這，有什麼問題，你跟我溝通可以嗎？~冬桂

當女性不接受配偶的拒絕或逃避溝通，而採取堅持要繼續溝通的做法時，可能會導致先生更大的撤離。若無法抽身離開不良溝通的現場，被逼到一個無法再繼續忍耐的地步時，男性便可能爆發出切斷婚姻關係的想法或說法，以求自己的呼吸空間。

她還不給我出去，她不是說「你出去就不要回來！」是說「你絕對不能出去！」。這樣一定衝突，我忍耐到最後，一定有一個爆發點，就說「那不要在一起好了！」。~誠一

我也曾經萌生一個想法，我想離開，我想走，我...我有這個想法。~修身

## （二）長期忍耐配偶不當對待

Gottman (1994) 認為夫妻間的不一致、爭論及衝突是婚姻中所不可避免，也無法逃避的事。但是由於意見不合通常會引起生氣、恐懼、挫折及憤恨的感受，而引發夫妻雙方或一方的爭執或逃走反應，因此新婚苦惱者在婚姻中的挫折也就常常與這類經驗有關。而 Ridley、Wilhelm 與 Surra (2001) 則認為相互依賴的個體會引發不同的衝突反應，為了維持相互依賴的關係，夫妻會有一方試圖使配偶面對衝突，進而希望能夠解決衝突，而另一方逃避衝突的理由是希望彼此冷靜，或是害怕配偶的攻擊或報復。在本研究的研究參與者中，有三位男性的婚姻經驗就是長期忍耐配偶的溝通及對待方式到一個程度，而開始覺得無法忍受，進而爆發強烈的負向情緒反應，或萌生去意。當這類的情緒反應及行為長時間出現在夫妻互動中，夫妻便可以被描述為處在“婚姻衝突中”。婚姻衝突愈擴大，其根本問題愈難被解決 (Vuchinich, 1999)。

正心就是在長期壓抑後的低潮期，心生出走念頭。面對太太對待他的方式，他雖不舒服，但常採取自我忍耐、消化的應對方式；只是忍耐一段長時間後，便出現一個

很低的低潮。在這一段低潮時間裡，他覺得自己連續被太太言語暴力，且一直被貶抑，內心裡不被尊重的痛苦感受使他產生了離婚意念，很想乾脆分開算了。

我老婆脾氣不好，情緒一上來，話都非常難聽，.. 為什麼可以這樣完全不尊重人家，用那種很難聽的口氣講，她就是這樣子，還蠻常的，我需要時間去消化，需要時間，自己把它排掉。... 今年有個很低的低潮，那時候出現一個想法，乾脆分開算了。~正心

國治則是顯現出長期忍受配偶壞脾氣後的乏力與放棄，他覺得太太的脾氣不好，總為了一些小事爭吵，什麼不好聽的話都會講，而且總可以吵很長一段時間。他很不喜歡太太以衝突和爭執的方式來溝通，因而選擇更不回應太太，但發現這樣太太會更生氣，他便有時稍做回應；然而，回應的內容若不合太太心意，則她又會吵得更兇。有一段長時間，太太吵得愈發嚴重，他就比較負面，當太太一直提離婚的時候，就想同意夫妻各過各的。

為了那些小事生氣，..她脾氣不是很好，....什麼話都會講，..為什麼就可以吵很久，..其實..不是很想跟她吵，後來覺得不理她，她會更生氣，就想不然就回應你幾句，回應之後...怎麼吵得更兇，..我已經很累。..那時比較負面，覺得離婚就離婚阿。~國治

而誠一覺得夫妻衝突始自兩人的個性及觀念差異太大，而長期個性衝撞後，他就產生了情緒大爆發。太太平常講話很急、很快，且常使用攻擊字眼，他則常選擇沉默不回應。衝突加多時，夫妻常常吵架到天亮，他覺得很累；而若沒有立即回應，太太不會作罷，甚至不斷拉扯，讓他更感心煩，想要離開。平常夫妻吵架時，他常是百般忍耐，直到有時忍不住，負面情緒爆發出來，他就提出分開的說法。

一直逼迫我才會爆炸，..壓抑比較久，狀況比較不好時，..跑來拉我，我就很煩，...還不給我出去，一定會衝突，忍耐到最後，一定會爆發，就說不要在一起好了！~誠一。

Tallman (2003) 認為所有的婚姻問題，實際上，都是始自夫妻之意見不合的人際問題，夫妻在什麼時候用什麼方法處理這些意見不合對於長期的婚姻滿意與穩定具深刻的影響，而夫妻各有堅持、無法妥協、無法建立共識的結果，便形成兩人間長期的意見不合，當夫妻之間無法處理這些意見不合時，對其婚姻也就造成了長期的負面影響。本研究發現，當新婚夫妻意見不合產生之際，為何兩人會繼續堅持己見，僵持不下，究其可能原因，一為夫妻任一方之安全依附感尚未在婚姻關係中穩妥建立，深恐自己的意見不被配偶同意，便代表著自己不被配偶接納，因此採用自我中心式的溝通，企求己意得以伸張；另一可能原因則是在夫妻溝通的背後潛藏著夫妻間的權力角力問題，在追逃式的夫妻溝通中，緊追不捨的那一方可能是擁有較多權力的一方。但無論是在溝通中不停的自我表述，希冀自我的意志或意見得實現，或是長期在夫妻溝通中，不斷地施壓追逐配偶，都會對夫妻關係產生極大的殺傷力，因為在這些負向的溝通方式作用下，另一方受壓而逐漸失去表達，也失去了愛意。

## 五、權力失衡，不滿鬱悶驟生

黃宗堅等（2004）認為夫妻相對權力的高低，係建立在雙方資源差異的關係上，而家庭的決策事項，小自家務分工、消費購物與子女管教，大至買房、搬家與奉養父母，不同的決策事項均可見到夫妻權力運作的痕跡，而個人資源多寡對於夫妻權力的影響，則視決策事項的面向與內容來決定。本研究的參與者便是在夫妻間經歷到權力失衡帶來的問題。

### （一） 頤指氣使，令人不滿

婚姻權力意指夫妻一方在各種家庭決策中貫徹自己的意志於配偶之上的能力（Tang, 1999），由此定義來看，夫妻之間的權力角力議題不僅出現在夫妻與長輩的相處上，也會出現在夫妻討論協商生活事件的時候，例如工作及生活時間的規畫安排。夫妻中的權力也顯示在夫妻中誰是常發出指令，並且常定義事情的那一方，此方通常會覺得自己是正確的，並且堅持其方法。而順從的一方會忘記如何做選擇和決定，並且害怕犯錯或提高聲量說話，而產生了衝突（Greenberg, et al., 2002）。財務管理問題一直是誠一和太太之間的衝突議題之一，誠一認為是因為太太不想管錢，才要他來管；但是太太又常要質問他有關錢的出處和用途，當他無法清楚說明那些錢的去向時，太太又會生氣。他覺得太太很想要知道錢花到哪裡去，但又不願意管錢，一定要推給他管，是不合理的，其實他也不想管錢。而國治在夫妻生活中很感困擾的一部分也是與太太的發號施令有關；太太很常叫他做這做那，也常叨念他什麼事情還沒有做，要他趕快處理。當太太發現他某件事還沒有處理時，常會大發脾氣，認為他沒有責任感，才會把事情放在一邊任憑它去。

她常常問我說這個月的錢花到哪裡？我講不出來，她就生氣，但是她不願意管，..她要我管，她不要碰。但是她會問啦，她說「你的錢花到哪裡去？」~誠一

她最常唸的就是我有一些事情沒有做，不會趕快去把它處理掉阿，就放在那邊任由它這樣子。  
~國治

### （二） 霸道任性，令人鬱悶

有時候夫妻權力除了會展現在在夫妻「支配與順從」的關係上，也會展現在其生氣或恐懼的情緒中。Waldinger 等人（2004）在研究中發現，在夫妻關係中，生氣和輕視的情緒顯示典型的主導支配位置，而悲傷和恐懼則被視為順從的情緒。國治和正心在婚前便知道配偶的脾氣不好，講話的語氣也不好，但直到結婚以後，國治仍一直不知道要如何因應和面對太太發脾氣的情況，因而感到害怕，而正心則是知道自己很需要時間消化。

我知道她脾氣不是很好，沒辦法自己很好的控制，那個爆發是很大的。...我可能就處在一種很納悶的情況下，不懂不懂，很多問號。...不是生氣，有一點害怕，應該是就害怕吧！~國治

只要她覺得不對，她第一時間就用非常讓人家不舒服的口氣回來，就常會吵吵鬧鬧，..她是來的快，爆發很強烈，爆完就好了。我就不一樣，會需要時間消化。~正心

對冬桂來說，夫妻互動中令她感到不合理的是，先生常對她說既然她嫁到他家來，就是他家的人，孩子也是從他的姓氏，夫妻即使將來要分開，孩子也必須留下，因為和他同姓；但是在面對家中各項開銷時，冬桂覺得先生又很愛跟她計較，常常叫她要自己花錢買東西，彷彿這種時候，她又不是先生的家人了。冬桂非常慨嘆自己的父母已經很重男輕女了，先生又只把她看成是附屬品一般，對重視兩性平等的她來說，既痛心又無奈。

為什麼我嫁來你家，我就是你家的人，奇怪！如果我是你家的人，為什麼很多東西都是我自己付？..我家裡已經這麼重男輕女了，你又把我看成是附屬品。 ~ 冬桂

伊慶春（2001）指出就傳統華人家庭的文化規範而言，係以男尊女卑的父系社會、男主外女主內的性別角色、兒子奉養父母的孝道倫理為特徵，故在典型的父系傳統下，儘管女性擁有較高的人力與社經資源，但是男方通常仍是掌握決策的最後發言者。本研究的女性參與者中，有的便是生活在父系家庭結構與居住安排的束縛下，以及家庭成員的權力角力中，雖然其自身有工作與收入，但家庭生活仍受到夫家的諸多規範與要求。而權力問題，更是代間相爭，夫妻互戰的戰場，在家庭結構安排與規範強勁的家庭中，新婚苦惱者之代間與夫妻間的權力難平衡。黃宗堅等（2004）認為夫妻相對權力的高低，係建立在雙方資源差異的關係上，而家庭的決策事項，小自家務分工、消費購物與子女管教，大至買房、搬家與奉養父母，不同的決策事項均可見到夫妻權力運作的痕跡，而個人資源多寡對於夫妻權力的影響，則視決策事項的面向與內容來決定。本研究的參與者在兩代間及夫妻間都經歷到權力失衡帶來的問題。

過去的相關研究將家庭權力定義為家務分工，以往家庭分工多為女性操持家事，男性參與家務分工被認為是夫妻平權的表現；現似乎有較多的學者將家庭權力界定為家庭決策權，因此日常生活的動態可以是權力展現的標的（林松齡，2000）。由於男性握有社會文化賦予的優勢條件，女性是嫁入另一個家庭，並且被期待是一位善盡賢妻良母的角色，因此女性分擔較多的家庭事務責任，即使女性享有主要的經濟收入，仍然無法改善上數不均等的情形，這也使得女性的心理感受更加不舒服，和較多的負面情緒（王沂釗，2000）。因此，除了女性的主動發聲爭取之外，男性體認到婚姻需要夫妻共同付出和維繫，願意離開婚姻中之既得利益者的位置是更重要的。不論是家事分工、家庭經濟，或是家庭的大小決策，夫妻雙方在協商溝通之際，在在都需顧及彼此的個別狀況和需要；夫妻需要同心協力正視此問題，並不斷尋求且磋商出合適的因應之道，才能使家庭中的權力不再是兩代之間，上下不均，夫妻之間，左右失衡。

夫妻互動磋商，愈搓愈傷：小結 ~

綜合上述，新婚苦惱者的夫妻互動磋商，不論是在家務分工、生養子女，或是時間分配上，往往是愈搓愈傷；而無效的溝通方式，更是傷害了夫妻的關係和情感。再加上當夫妻的權力失衡時，不滿與鬱悶感便油然而生。首先，新婚夫妻的家務工作，如何做到公平分工，兩人難有共識，各有委屈；而進一步探究本研究之參與者的夫妻家務分工問題，可以得知新婚夫妻追求平等的家務分工，遭遇到三重阻力，第一重阻力來自「男主外，女主內」傳統觀念下的公婆態度，第二重阻力來自男性自身的性別角色態度，第三重阻力來自男性對於工作之外已無時間且沒有體力做家事的說詞，夫妻衝突於焉發生。而在此衝突中常見的「女追男」現象，其實是文化建構的結果，受主流價值婚姻觀的影響。

而新婚夫妻的生育期待不一，加上周遭的催促壓力，使關係相對受傷，而女性的生育仍缺乏自主權，所感受到的仍為社會期望中的母職實踐。對子女已出生的新婚苦惱者來說，其體力、精神及經濟的負荷與壓力變得更重。此外，新婚男女皆苦於婚後失去個人時間與自由，自主性受到很大的限制。而新科技產品（如上網瀏覽、臉書、線上遊戲、網購等網路活動）佔據家庭時間，成為新婚者下班後在家中的個人活動，卻也為新婚苦惱者的婚姻關係帶來惡化影響。另外，有宗教信仰背景的夫妻花很多時間在宗教活動上，卻減損了夫妻的共處時間，這種宗教作為實際上無助於夫妻情感的增加。這種種的情形都使得原本應最親密的兩個人，開始有著若即若離的不確定感，而嚴重傷害了婚姻的情分。

新婚苦惱者自婚後便不斷經驗到在生活料理上與家人互動關係上的問題，且這些問題持續累增，進而演變成代間衝突與夫妻失和的長期疊加，以及苦惱者對這些不當互動方式長期忍耐後的爆發。婚姻中諸多問題的產生都與夫妻之間溝通的良莠與有效性有關係，當新婚者在表達個人意見或解決問題的夫妻溝通中，多採負向的溝通方式，便會讓溝通難以繼續下去，且兩人漸行漸遠。再者，新婚苦惱者的夫妻生活中處處可見權力失衡的現象，以及傳統父系文化影響的痕跡，夫妻需要同心協力正視此問題，並不斷尋求且磋商出合適的因應之道，才能使家庭中的權力不再是兩代之間，上下不均，夫妻之間，左右失衡。

#### 肆、期待渴望逐漸失落幻滅

從傳統過渡到現今社會中，對於婚姻，人們從過去追求穩定和可靠，到現在則是對婚姻多了一份期待（利翠珊，2005）。所謂婚姻期待意指對婚姻實際生活的憧憬及對婚後生活的期待（張家伶，2009；Dillion, 2005）。新婚者進入婚姻中雖不一定在意識中有清楚的自我了解，或甚至能以口語表達的方式說出來，但在其心中大都有著對婚姻的期待，或是對於自己與配偶的角色期待，而這些期待也影響著他（她）們在婚姻生活中對



婚姻經驗的感受和理解。有一些新婚者之所以在婚後會遇到多而又難的問題或困境，究其原因可能是，在婚前的交往過程中，或決定結婚時，這類新婚者其實已經遭遇兩人互動中的困難和問題，但因著其個人的婚姻期待，以致對關係中的問題視而不見；又或者是進入婚姻後，發現婚姻生活的現實經驗及配偶的角色扮演和其個人的期待之間有很大的落差所致。

### 一、角色期待多，壓力苦惱隨著多

Brehm (1992) 認為"人們是與自己建構出的形象談戀愛，而非與另一人的真實模樣談戀愛"。從符號互動論的觀點來看，夫妻在親密關係中所扮演的角色是相互依賴的，每個人在親密關係中會自行建構出他們要如何來扮演自己的角色，而因著角色是相互且相對的，所以每個人在建構自己角色的同時，也會建構對方的角色 (LaRossa & Reitzes, 1993)。研究參與者除了其本身的自我角色期待之外，還經驗到來自重要他人對自己之角色期待所產生的壓力；對配偶的角色期待更是感到失落。

#### (一) 對自我的角色期待帶來壓力

有時候，新婚苦惱者的壓力係來自其對自己的角色期待，例如西蓮在婚後感受到先生家人對其婚姻的看重，彷彿這個婚姻是整個家族的大事；另外，她也覺得先生是長子、長孫，自己是長媳、長孫媳，也是小叔們的長嫂，因此她對自己的角色扮演，除了為人妻之外，還有一格外的期望，就是她想要讓婆婆對她這個媳婦感到滿意。但是在真實的婆媳互動中，婆婆對待自己和先生的方式卻常常使她不能接受，有時甚至心生反感，因此也常矛盾於自己是否還要繼續討好婆婆，做個令人滿意的長媳；這樣的矛盾就為她帶來了壓力和困擾。

我會覺得說我想要讓你滿意，你懂我的意思嘛。我會想要讓我婆婆滿意。重點是我是長嫂，我先生是長孫。基本上我嫁進去的時候，幾乎是整個家族的大事。~西蓮

此外，西蓮對於先生下班後在家的活動也常有意見，她總覺得自己有責任照顧先生的健康，因此看到先生的作息，就覺得心裡不舒服，想要改變他；因為在過往，她也是這樣照顧因酗酒而沒吃飯的父親；她覺得教好先生，之後先生就可以照顧自己。

我有照顧責任，...以前我爸爸常喝酒喝到忘記吃飯，我就把飯煮好、叫他吃。我先生...要教他怎麼照顧他自己，之後他就可以照顧自己。..我扛不動家庭的擔子吧。..在我早期人生中，已經扛得很累了。..結婚後，我不想再去觸及到，還要去照顧對方。~西蓮

秋菊則是對自己有很高的要求，她對自己的角色期待是要被人肯定，因此儘管婚後知道先生期望她多些時間在家，可以增加兩人相處時間，但她仍然花費最多的時間在工作上；她想要做到盡善盡美，令主管滿意，讓同事們沒有話說。但其實她自己又不喜歡這樣的生活，對先生的抱怨也常感到無奈和有壓力，因而對自我的角色期待心生矛盾。

我不想，我一直都不喜歡這樣的生活，但在某方面我又是個矛盾的人，我就是為了想要讓人家肯定我，我會覺得我要做到好，要做到盡善盡美，那其實這一份工作！~秋菊。

## (二) 來自他人的角色期待增添苦惱

對研究參與者來說，有的是受壓於自身的角色期待，有的則是經驗到來自重要他人，如配偶及其家族，或是所屬團體中的長輩等所施加的角色期待壓力。來自配偶的角色期待太牽制，來自配偶家族的期待太沉重，而親友的的期待叮囑太窒息。Tallman(2003)認為在以浪漫愛為前提的婚姻中，夫妻雙方帶進婚姻中的許多期待並沒有機會可以被相互瞭解。對研究參與者秋菊來說，她知道先生對她有一重要的期望，就是希望她可以盡力扮演好妻子的角色，但是婚後因為工作忙碌疲累，以及居住空間太小所產生的壓迫感，使得她很想逃避和先生共處的時間，尤其是夫妻的性生活。先生對她這樣的角色期待，是她所不願承受的，因而興起想要離婚的念頭。她害怕懷孕及生產過程的痛苦，也不想屢屢配合先生的性要求，因此想逃避性，想要脫離夫妻的互相牽制，一個人自由自在生活。

因為性，想要離開這段婚姻，為什麼兩人在一起只有這事可以做，...吵了很多次，他覺得為什麼我不能做一個很盡責的妻子，..滿足他的要求，我很想，但我好累喔！~ 秋菊

有時候甚至連男性的工作抉擇，也會受到配偶之期許的影響，有的人自學校畢業後就在自己喜歡的領域裡工作，且很滿意目前工作上的穩定性。但結婚之後，這穩定性卻開始不斷地被配偶搖動，其實自身是很不願意工作變動的，因為變動就表示需要去到陌生的工作環境，而對環境不熟悉，工作上出錯的機率就可能會比較高。但是配偶頻頻抱怨，屢屢表示希望配偶能夠到 XX 去找工作。其實男性喜歡目前工作上的穩定性並不表示對未來的職涯沒有想法或規劃，他也知道眼前這工作的挑戰性高且極耗體力，不可能做到退休，所以心中早已開始盤算要如何準備中年時轉換工作，因此能否同時滿足配偶的期許及達成自己個人的想望，就讓男性感到相當苦惱。另一種情形是男性知道配偶很希望能夠搬回 XX，那是配偶所熟悉的地方，且希望自己能夠在那兒找到薪水較高的工作，因此，男性寧可自己揹負遠離父母的苦楚，毅然選擇前往 XX 工作，期讓配偶能夠快樂些。

有點怕怕的，對那裏環境不熟悉，怕（停頓 2-3 秒）出錯。..她覺得我應該要趕快回到 XX 找工作。她覺得環境不錯。....個人的苦惱就本身工作，將來要走哪一條路啊？~國治

她就很快樂啊！而且朋友、家人都在這邊，就是比...一定是比較快樂。..就像我現在只好還是暫時...，在現在的環境底下，這邊又有個比較高薪的工作。~正心

而另一研究參與者西蓮在婚姻生活中覺得快窒息還有一原因是，她感受到來自夫家對她的期待，但是她不想去扛那些責任。她覺得必須去關心小叔們的生活和前途，是個沉重的壓力。她發現她要去滿足的，都是從先生家人來的需要，都是那種期望，都是因

著這個婚姻帶來的期望跟壓力。此外，除了理家的角色之外，西蓮還強烈感受到婆婆及夫家親戚對她的生育期待，她自己有時也想滿足長輩的期待，卻有著無力立即達成的壓力。

去照顧小叔，會有期待呀！包括生小孩，..在他們那種很鄉下的親戚裡面，你有一些責任，會有壓力啊。每次都被問，..我婆婆就說，你有沒有檢查...？真是的。~西蓮

甚至在教會這一端，西蓮在婚前也還接收到教會長輩的交代，要她在婚後多照顧先生一些，讓她對於要扛起婚姻中的責任，備感壓力。她原以為在自己的人生中，已不需要再去扛別人的責任，也不必再去擔心什麼人；沒想到一結婚，夫家的親戚還有教會的長輩都對她要照顧好先生及生兒育女這些事，有著極大的期許，這種期許或角色期待讓她感到窒息。

我快窒息了。我不想要扛那些責任。我不想再去扛我對他手足那些關心，..結婚前，教會師母就對我講說，你要多服事你弟兄一點，..我為什麼突然要扛這個責任？~西蓮

因此西蓮遇到婚姻中的困難時，也不會跟教會的師母講；對她來說，教會所教導的，諸如“弟兄（教會用語，先生之意）是頭”的這種觀念，只是叫她在婚姻中要配合先生，要忍耐，徒增她婚姻中的角色壓力。

我就不是很喜歡人家知道我們家怎麼樣...我不想跟教會師母講，他們就會說弟兄是頭...你也不知道從何來的觀念... 就是忍耐。~西蓮

本研究的一位女性參與者在與夫家關係發生衝突時，不但得不到娘家父母的支持，反倒遭致責備，這情形多少反映出在我國父系家庭結構下的家人互動關係，為人父母者常認為家中女兒出嫁，便應唯公婆之命是從；若親家來告狀，父母多半會先責備女兒的不是，而不是去探究事情的真相。春桃和公婆的相處困難與衝突無法獲得父母的諒解和支持，當她的公公打電話向娘家父母告狀時，父母總認為一定是她做得不好，才會招致公婆不滿。言下之意，若春桃唯公婆之命是從，公婆就不會打電話向父母告狀了。

我公公真的是神經病，每次打電話去我媽家就罵我、羞辱我，你羞辱我不就是在羞辱我爸媽嗎？我爸媽聽到我公公的電話，就會把我叫回去罵一頓。..我媽都覺得說，一定是你做不好，人家才會打來罵。~春桃

宗教信仰對新婚苦惱者之所以成為束縛，展現在二方面：一是對於男女婚前交往的態度；二是對於男女在婚姻中的角色責任。教會人士有時會對即將進入婚姻者有特定的叮嚀，女性參與者便對教會長輩要她婚後多照顧先生感到不解。她原就不想去扛別人的責任，沒想到一結婚，除了夫家的親戚外，連教會的長輩都對她要照顧好先生有所期許。因此她遇到婚姻困難時，也不會跟教會長輩講；對她來說，教會所教導的，諸如“弟兄（教會用語，先生之意）是頭”的這種信念，只是叫她在婚姻中要配合先生，要忍耐，

徒增她婚姻角色中的壓力。事實上，角色期待常是雙向的，女性照顧先生，男性照顧太太，是一樁幸福婚姻的兩面，女性研究參與者未能從教會長輩的話語中體會此教導的兩個向度，而僅自困於女性單向的角色期待；其原因可能是長輩之教導說明不足，亦可能是女性研究參與者的片面理解。以及他們如何看待他們的配偶。研究參與者在婚後經驗到對配偶之親職角色扮演難以接受，對其夫妻角色扮演與低成就和沒擔當亦感失望。南梅已懷孕數個月，在孩子即將出生之際，她對先生有一深切的角色期待，她希望先生可以學習扮演好爸爸的角色，而不是靠著父母和其他家人來分擔其角色責任。此外，南梅對先生的另一角色期待是：“爸爸是負責帶妻小出去玩的人”，因為她印象中的父親角色就是常常帶著全家人出去玩，可是她先生並不是這樣，因著對此問題的看法不同，她倆便蠻常起衝突的。

他一直想要把爸爸媽媽和手足們都黏在身邊，我認為應該要獨立出來，..你才會知道當爸爸的角色..。..不是應該帶著我們妻小出去玩嗎？他不是。..還蠻衝突的。~南梅

### （三）對配偶的角色期待感到失落

角色的建構和自我認同的本質往往是相互依賴的，婚姻中的個體在建構他們的角色時，便包含了他們如何看待自己，西蓮對先生的期待則是隱含著“男性的角色就是要保護女性”的想法，因此在婚姻生活中，對於先生的個性是否夠強壯，她是否感受得到被先生保護這類情況，特別地敏感。譬如當先生看到家裡的蟑螂而露出很緊張的樣子時，她就覺得自己需要去保護先生，替他打死蟑螂，但這是一件不好笑且很可悲的事。再者，當她看見先生對於夫家阿嬤受到公公的不當對待而沒有任何反應時，更是感到憤怒，這對她來說是很嚴重的事，因為先生不出面保護阿嬤，也意味著以後當自己和公婆發生衝突時，先生可能也不會出面保護她。

男生要保護女生...我要去保護一個男生...，他看到蟑螂很緊張....，..很可悲。..好像沒事，就飄走，我很憤怒！..怎麼可以讓阿嬤被你爸爸..？是很嚴重的事，...以後如果有衝突，也不會保護我。~西蓮

女性婚姻苦惱者對配偶角色扮演的另一種失望表現在對先生的抱怨，一則抱怨先生是大男人，南梅認為先生是大男人主義，因為他婚前沒有求婚儀式，講話的方式顯得理智且倚老賣老，生活沒有情趣，不做家事，不懂女人的心會受傷和難過，以及不懂得愛。秋菊認為先生是大男人，因為他自私、自大，且驕傲。

他一直都是大男人主義，..倚老賣老，講話..比較理智，你不用想說會有..情趣，不做家事，..不會愛人的男人，不知道你受傷..在難過。..我當然抱怨，..怎沒求婚儀式？~南梅

他又屬於比較大男人；我常說他自私，我覺得他很自大，太驕傲了。~秋菊

二則抱怨先生像是沒有長大的小男孩，仍然凡事倚靠父母的照顧。西蓮亦認為先生

沒有想要長大，讓她很不舒服，因為公婆一直特別照顧先生，為他做很多，遇到事情也時常擔心先生是否能夠處理，因此先生沒體會過環境上的艱困。

他沒有想要長大的感覺，讓我很不舒服。爸媽一直都在那裡..他沒有環境上的艱困...會特別照顧..他們做很多，擔心很多，只要講到我先生的事就會想...他可以嗎。~西蓮

而有時候女性婚姻苦惱者對配偶的輕視也反應出其對配偶角色扮演的失望。秋菊在婚後有一段很長時間不想和先生有任何親密的身體接觸，甚至，連擁抱和接吻都變少了，她覺得那些親密動作對她來說，已經沒有太大的意義；對此情形，秋菊的想法是，她覺得可能是因為自己看不起先生，她還在上課，很努力追求長進，但先生卻不求長進，只顧身體的需要，不顧靈性的需要，因此她看輕他。

結婚後，..就連擁抱接吻，我盡量都不做了，那動作對我來說沒有很大的意義，我想過，會不會我看輕了先生，..你只顧身體需要，可不可以長進一點，在靈裡也有這需要。~秋菊

秋菊之所以會看不起先生，是因為她對先生有一種角色期待，就是希望先生成為家中的領導者，做個讓她欽羨、景仰的男人，但是她認為先生沒有做到，在她的驕傲裡面，她便看不起先生，因此也不想配合先生，做先生想要做的“性”事。

在我自以為的驕傲裡面，就覺得他不是家的頭啊！他不足以成為我的頭。我覺得在你身上我得不到，好羨慕喔！好欽佩喔！我沒有那種，就是欽羨的眼神。~秋菊

在與父母同住的新婚家庭中，有時候，男性期待配偶能承接母親，擔負起家族情感維繫的責任。志之認為家人之間的情感維繫是很重要的，他很認同也欽佩母親把大家族成員之間的情感聯繫得很好，很希望太太願意去學習承接，但卻也很擔心配偶不能認同這一部分。

我們家人感情度還蠻深的，像我母親就是一直在摳（台語 圈的意思），在維繫這一塊。我老婆她能不能認同，我最擔心的。~志之

有的女性在婚後對配偶的工作也會有所期待，研究參與者夏荷認為人應該要往高處爬，特別是男人應該要長進，要有野心；她常抱怨先生在工作上沒有企圖心，不想去做一些讓他可以晉級的事，以致做了十年，工作職務上沒有獲得任何晉升，她對此除了認為無法理解之外，還感到失望。

人應該要往高處爬！男人應該要長進，有野心、去做一些更晉級的事，他做了十年，還只是個小XX，就非常不以為然。我不能理解為什麼他不會想，對他失望！~夏荷

當配偶違反了其角色期待時，夫妻一方會覺得自己的自我認同在某些方面是受到貶抑的。亦即當先生無法達到太太在做家事上的角色期待時，太太可能覺得是自己不配得先生做這麼多家事，自己不夠被愛。太太希望先生做家事，結果先生沒有做，太太便開始懷疑對方不夠看重自己，因此覺得挫折。如果配偶所違背的角色期待是很重要的，那

麼個體感覺不公平或被貶低的感覺就會更強烈 (Stryker,1968)。研究參與者西蓮便是在婚姻生活中覺得先生像小男孩，她深切期待先生可以和自己共同擔起婚姻中的各項責任，但令她感到挫敗的是，事實上先生擔不起家庭的責任。由於單身時期的生活過得很辛苦，西蓮特別期待婚後先生能夠幫忙做家事，因此在婚後先生的無法如期完成家事，或是弄壞東西，都會讓西蓮覺得很震驚，甚至在當場就很想哭。西蓮更因為先生常讓她覺得狀況失控，有他在事情就更亂，自己常需要收拾後果，因而感到更疲累，彷彿先生是在找自己麻煩一般。特別是當她看到別人家的夫妻時，在這樣的對照之下，她更覺得自己的先生很令人失望。

沒有夫妻共同擔擔子的感覺。對他有一種期待，要有責任，..他擔不起來。..回到現實，...你看著人家，就在對照..，本來期待兩個人一同，最後還是我得自己來。~西蓮

西蓮自認從小到大，她對男女角色的權力位置一直很敏感，她也認為這可能和她的父親在家中沒有什麼功能有關。因著父親的長期酗酒，母親自殺後，西蓮的生活便由舅舅們照顧；她漸漸形成一種看法，就是認為男性如果不強勢，或沒有用，就會被看不起。她覺得自己會瞧不起不強勢、做事不俐落或沒有什麼用的男性，而她的先生可能就是這種人。

我從小長大，對女性角色跟男性的..權力位置，一直都很敏感，我爸爸..沒什麼功能，媽媽自殺，舅舅照顧我，..男生如果不強勢，或是沒什麼用，會被我看不起...。~西蓮

## 二、 婚姻期待，終竟落空

新婚者之所以會在婚後產生苦惱，有些情況是因對婚後的狀況感到失望，而儘管當事人不一定會對自己失望的原因有所洞察，只是在婚姻中的落差和失落感隨著時間經過持續地存在，甚至累積擴大，以致開始覺得走不下去。但事實上，根據社會交換論的觀點，人們會持續比較自己的經驗和對關係的「預期或期待」(expectation)，以評估「結果」的好壞。而個體對關係的期待會形成一個「比較層次」(comparison level)，當實際結果比自己的比較層次低時，個人便會對此段關係多有抱怨 (Sabatelli,1988)。個體對婚姻的期待從婚前交往開始便在兩人關係中不斷發酵，而彼此的角色期待以及來自他人的角色期待更是在婚姻生活中逐漸顯露影響，以致其在婚姻生活中體驗到個人期待的幻滅：期待被疼愛，結果被苦待；期待被尊重，結果未被看重；期待可安定，結果卻不定；期待可獨立，結果難脫離。

### (一) 期待會被疼愛，結果卻被苦待

就依附理論的觀點而言，進入婚姻的男女兩人之間有一安全的連結對其關係的穩固是很重要的，而其對婚姻所抱持的期待也多少與其心裡對對方的依附有關。雙方雖未明說，但在心裡都存在著幾個共同的問題，等待著在婚姻生活中被澄明：「當我最需要你

的時候，我可以倚靠你嗎？」、「我這個人可愛嗎？值得你愛並回應我的需要嗎？」、「當你有需要時，你願意倚靠我嗎？」。有時候苦惱者在婚姻中的另一種幻滅感便是來自對配偶的表現感到心灰意冷，兩人之間的心理安全連結遭到破壞，因而不對對方抱有期待。南梅婚前以為嫁給年紀較長的先生，雖然較沒有浪漫和樂趣，但應會被對方呵護和照顧，沒想到婚後嫁到夫家，卻是處處被婆婆挑剔和責備，因此結婚初期對婚姻感到非常失望；再加上她原先想要的是被一個大男人呵護疼愛，沒想到得到的卻是來自大男人的牽制和責備，因而感到痛苦。

我對這個婚姻很失望，這段婚姻不是我想像的，不是我要的。..他本來就不浪漫..大我十歲的人應該很疼我，事實上沒有。我們小女生以為他一定會很疼妳，這個是假象。..我為什麼要被這樣一個大男人的人牽制著 就會常吵架。~ 南梅

西蓮在婚前一直很辛苦地生活，由於父母已過世，家中只剩一手足，她凡事皆須獨自面對，學生時代便需為自己及手足的生存扛起責任，奮鬥努力。她很希望婚後生活可以稍微獲得休息和被照顧，好結束她婚前多年的辛苦勞累；她內心深處期望婚後可以凡事倚靠先生，卻發現全然不是這樣，婚後不但沒被呵護照顧，反倒需再照顧先生的生活起居。她抱怨自己不僅需長時間額外負擔較重的家事及勞務，且因著先生的行動不便，兩人有許多活動不能一起參與，除了疲累，她還感到心理上的窒息。

你就覺得好疲累喔...因為已經辛苦那麼久了。...結婚...怎麼講...就像聖經說是安息嘛。行動上不方便...我是一個愛跑、愛動的人，他就習慣窩在家裡，...不能一起運動，出去買東西...都要我扛，好累！..期待沒有被滿足，..我快窒息了。~西蓮

## (二) 期待會被尊重，結果未被看重

Sabatelli (1984) 指出，婚姻期待意指在婚姻中的個體對於甚麼是一個在關係中的個體可接受之事物的獨特印象或意見；而這些婚姻期待係來自於個體對其自我需求與自我價值的看法。結為夫妻的雙方在關係中常希望自己是對方最重視的人，因此往往會有一種期待是配偶凡事會先想到自己，配偶有困難時會先向自己傾吐或求助，配偶會看重且尊重自己的需要。因此當在實際經驗到的事實並非如此時，便會有很大的失落感，若狀況持續一段很長時間，且看似無改善跡象，那麼新婚者便可能感到期待幻滅。研究參與者家齊期待太太在婚後可以以家庭為重心，但太太卻花很多時間在家庭以外的事務上；他期待太太可以像自己一樣，把對方放在生命中的首位，但卻發現事實上太太的心意並非如此。另外，她覺得太太並不想面對婚姻中的問題，也不和他討論，讓家齊覺得使不上力，也開始懷疑這段關係持續下去的意義；因為他認為自己既然被稱為先生，太太卻不願對他打開心扉，這表示太太並沒有視他為生命中最重要的人。

我太太沒有把我擺在第一位，..已經很使不上力，放在那邊的問題越多，久而久之，你就覺得這段關係在幹嘛？還有什麼意義？我不希望我們的婚姻是個假象。~家齊

而另一種將個人對自我需求與自我價值的看法訴諸於婚姻期待的情形就如同秋菊所經驗的，她在婚前期待自己的婚姻可以幫助更多的人，也覺得婚後不一定要有小孩，希望可以是無性婚姻。她覺得無性生活是很棒的，夫妻不應該只想要做那件事；但她從未和先生溝通或討論過她的夢想，因此造成夫妻雙方為此的爭執與衝突。當先生因著性生活的問題而常和她意見不同，甚至起衝突時，更令她感到不受尊重，她覺得先生很自私，只想到自己的需要，沒有體恤她的困難，更談不上重視她所看重的。在多次心灰意冷的心情下，她想要放棄關係。

我可能自己有夢想，希望我們的婚姻可以幫助更多的人，..我又生氣又失望，..我在那時提過不只一次離婚，..婚前，我希望婚後就是無性生活，我一直覺得這很棒。~秋菊

### (三) 期待可以親密，卻總是受傷害

對現代夫妻來說，親密仍然是個重要議題。唯研究顯示男性與女性在界定親密以及對於代表親密關係的指標不盡相同（鄭維瑄、楊康臨、黃郁婷譯，2004，p.37）。女性講話溫和、態度溫柔，或是撒嬌及撒嬌般的要求，不論從男性或女性的角度來看，都是男性認為配偶表達親密的表現，而本研究的幾位參與者皆對此有所體會。誠一覺得太太對待自己的方式婚前婚後有很大的落差，常覺得太太在溝通表達時又急、又快，且喜歡使用攻擊字眼；他其實喜歡太太對他撒嬌，且覺得這是一種親密的表現，但可惜在婚姻生活中很少經驗到。有的女性研究參與者也覺得配偶希望她可以溫柔些，多撒嬌，如中蘭和小蓉；中蘭的先生甚至認為她婚後在這方面改變了，但她卻不認為自己有所改變。同樣地，女性對男性的溫柔親密表現也有所期待；她們覺得配偶在情緒上是個沒什麼波動的人，因此對於配偶的不浪漫、沒情趣覺得很失望。另外，在親密關係方面，也是覺得他們像是一灘死水，做到了上班有賺錢，下班有回家，就算在經營婚姻了；女性研究參與者認為，在關係中比較主動的常是她們。

她平常講話就很急、很快啊、都是攻擊的字眼， 她有時候撒嬌或是撒嬌的要求，我就會覺得比較親密，一般講話不會這樣，本來就很少。~ 誠一

他應該希望我更像女生的那種比較溫柔，常給他撒嬌，但是很可惜我不喜歡這樣。我婚前也不會撒嬌，我就是這樣，我不覺得有改變，也許配偶覺得我有變。~ 中蘭

我知道，因為他一直很喜歡人家對他撒嬌。因為我是一個很強勢的人，我比較不會對他撒嬌。  
~ 小蓉

他本來就不浪漫，你在他身上，不用去想說會有那種小情侶之間的那種情趣。~南梅

情緒基本上，他是一個好像一直都沒甚麼波動的人。..所以我就說他很像小男生，被我念吧，在情感的表達上面跟和人的互動上面。~ 西蓮



經營親密關係，..比較主動的是我呀，一定是我。..我有時會罵他是一灘死水。經營婚姻，他有時把自己當公務員，上班賺錢，有回來，這樣就算有經營婚姻了。~ 小蓉

對男性研究參與者來說，配偶定義的親密就是，要先生多安排一些可以表達出親密的兩人活動；或者是扮演她們的好朋友，跟她們做一樣的事，例如要一起讀書，或連玩線上遊戲都要一樣，才是親密的表現。此外，女性還期待要扮演她理想的父親，對她呵護備至，且包容她的無理取鬧，因為她認為那是女人的專利。而當男性研究參與者自覺做不到配偶對他的期待時，也會感到挫折；而太太因為覺得先生沒有多花心思在她身上而爭吵時，更讓男性研究參與者感到無奈。

不跟她玩一樣的，在我們的關係裡面，覺得就是好像不親密，對她不好。~誠一

她說無理取鬧是女人的專利，我不認同。她要你成為像她爸爸那樣包容，理想的父親，她一直期待我對她要呵護備至，..一切浪漫的來源。..我做不到（無奈地攤手）。~修身

### 三、獨立自主渴望未能實現

對新婚者來說，結婚代表著失去自我或自主性，絕非其所願；而如何在「自主」與「親密」，亦即在「我」與「我們」之間，以及在小家庭與大家庭之間取得平衡，便是一難度頗高的課題。因著每個人個性及特質的不相同，因此有的人傾向在親密關係中花最多的時間和對方在一起，以此展現忠誠，維持關係的需求長放在個體需求之先；但亦有人希望在關係中保有自主性與自由，包括個人在婚姻中的自主性，以及婚姻在家族中的自主性。研究參與者婚後獨立自己的渴望未能實現，因為他們在婚姻中有著無法自主和獨立的失落感受，以及對夫妻無法自立生活的失望感受。

#### （一）對無法婚姻自主，覺困頓

研究參與者在婚姻中之自主與獨立的失落乃因在婚姻中無法自在做自己，且慨嘆配偶不想停止依賴父母。Gottman（1994）指出，婚姻會失敗有一個重要的原因是夫妻一方看重個人需要勝於夫妻關係，以及無法忍受配偶追求自主。也就是說，夫妻需要學習在追求自主以及看重夫妻關係之間找到一種動態的平衡。對夫妻而言，這是一項不容易的功課，研究參與者中的秋菊對此感受很深，她迫切渴望在婚姻中可以自在地做自己，夫妻可以彼此尊重，但她也知道要先生對自己沒有期望和要求是不可能的；雖然言語上會表達尊重，但在生活中，她就是覺得自己被束縛住了，沒有自由，以至於產生想破除約束感的意念。她認為在婚姻中若自由地做自己，就勢必會傷到對方的心；但若不能自在地做自己，則會讓自己受傷，她認為這是一種無法避免的矛盾。而國治則是將婚姻中的自己比喻為一隻笨狗，有時候老婆主人要他做什麼，他就照著做；但有時候自己有些想法，想要亂跑，想要脫韁逃出去，不喜歡凡事皆照著老婆主人的意思做，但無奈於常無法如願，就覺得自己笨笨的。

兩個人在一起就很多的磨合，很多地方就是才你刺到我、我碰到你。最好的狀態是開心做自己；但又很矛盾，如果要開心做自己，就很容易刺到人。~秋菊

一隻笨狗吧！...有時候就主人，我老婆要我做什麼，我就照做，有時候有些想法，愛亂跑，不像她想的一樣，就想脫韁，要逃出去，不喜歡.....就笨笨的。~國治

除了在夫妻關係中的自主需求之外，有時候配偶無法脫離父母而獨立也會讓新婚者產生很大的失望。女性研究參與者特別有這類感受，例如南梅婚後便很希望先生不要永遠當“媽寶”，不要一直黏在爸媽和手足們的身邊，希望自己的婚姻可以有其獨立性。而春桃對於先生常常依賴公婆，感到非常介意，她不希望自己在婚姻中重複公婆對待先生的模式。她認為先生不想搬離的原因是，他只想依賴其父母，不想獨立。自結婚以來，她和先生搬了許多次家，且都是在公婆的指令下移動的，這常讓春桃覺得是先生個人想繼續倚靠其父母的藉口；配偶這種只想當爸媽小孩的心態，讓她煩惱不已。西蓮也是覺得先生有不想長大的感覺，讓她很不舒服；公婆對待先生的態度，讓先生沒吃過苦，沒體會過環境上的困難，也不會想要獨立，即使到婚後仍是這樣。

他一直想要把他的爸爸媽媽和手足們都黏在身邊啊，我不覺得這樣，你不要永遠都當一個媽寶嘛，你媽什麼都幫你弄好，..有點溺愛了。~南梅

婚前我公婆甚至誇張到，睡覺也要提醒他，早上也要叫他起床，我公婆對我先生是這樣，我不要這樣。..我苦在那裏，我跟我老公的收入不是說不能出去自住，自立是不會說難以維持的啦！我卻不行！..爸媽 BOY，他就是不能沒有他爸媽。他不想，他爸媽也不想。~春桃

他沒有想要長大的那種感覺，會讓我很不舒服，因為爸媽一直都在那裡。~西蓮

與夫家長輩同住的女性研究參與者，對於夫妻無法獨立生活的情況多半感到失望。小蓉覺得生活作息就常常被要求要配合長輩，無法自主自在地生活；她理智上認為夫妻是獨立的個體，婚後不需要和父母同住，但在情感上又覺得公婆年老了就不管他們是不對的行為，因此內心矛盾又失望。南梅婚後也一直希望夫妻能夠搬離夫家而獨立，對她來說，這是先生在婚前的承諾，而且只有夫妻兩人的小家庭，生活作息較為輕鬆自由，但先生遲遲未考慮搬出去住，這讓她產生很大的失望感和遺憾。

不想要配合長輩的作息。..十點半到了，我就很急著要趕快煮飯，老的要吃。..為什麼結了婚還要跟長輩住？..在理智覺得不需要，但在情感又會覺得這樣不對。~小蓉

我自己是一直希望能夠脫離出來，..如果我們搬出來住的話，你不回來吃飯，我就樂得輕鬆，房子裡就我一個人，那多好，可是事實上我們就是沒有搬出來住。~南梅

女性婚姻苦惱者多半視夫妻共組小家庭，而非嫁入男方家庭，為其人生新頁的開啟，但因其原生家庭中父母的觀念較為傳統，皆不支持她們的婚姻自主期望，再加上配偶的父母影響力強大，因此其婚姻生活多受到男方家族文化的主導，但又因她們仍存有個人對婚姻的自主期待，在兩股力量的互相擠壓中，讓她們的追求小夫妻

獨立生活的自主期待受到現實生活的考驗與打壓，因而顯得孤掌難鳴，以致她們對婚姻生活感到失望和痛苦，且產生想離開婚姻的念頭。

## （二）對無法穩定生活，感失落

除了婚前同居者以外，結婚對兩個個體之明顯且具體的影響是，兩人中至少有一人，或是兩人皆如此，就是離開其原先熟悉的住所和環境，而搬遷至另一住所。對新婚苦惱者來說，婚後穩定獨立的居住空間難求，期待可以安定，結果卻常不定；其對穩定生活感到失落的內涵包括：居住環境寒儉，如住家外部環境不佳，以及住家內部環境窄小；居住地點變動頻仍，不安定感漸增。有幾位研究參與者在婚後者的居住地點不斷變動，不但造成其個人的人際隔離及生活不安定感，也傷害了其家人關係和子女的生活適應，相對地，也加劇其婚姻期待的幻滅感。對研究參與者來說，有一個穩定的住處是很重要的，那代表一種婚姻穩定的感受；對居住地點的不穩定感受會相對地降低研究參與者在婚姻生活中的穩定感受。有幾位研究參與者都經歷了剛結婚就幾度搬家的情形，有人對於結婚四年已搬過四次家，這種住處需頻頻更換的情況，感到很不能接受和不適應；有人因著婚後搬了好幾次家，卻一直沒有找到一個合適的房子，而歸咎於配偶對於結婚的缺乏誠意和真心努力。

我們已經換了很多地方了，我們的婚姻就一直在搬家，一直在不穩定當中，換過好幾次，然後 XX 那邊也是，算四個地方了，我們一直在變動啊。~ 春桃

我們來 XX，搬了好幾次家，我們沒有好好找一個適合的房子，我會把這個歸咎於他。~夏荷

有的新婚者在結婚後的居住地點配合其配偶而遷移到另一城市，這樣的遷移使其社交生活圈也連帶地產生了較大的變化，朋友和家人都被留在原來熟悉的生活環境中，因而產生了被隔離的感受。因著在新的居住地無法建立新的社交生活圈，對新居住的城市無法產生熟悉感或認同，都會使得新婚者的婚姻生活適應更加困難。

我不喜歡 XX，我非常厭惡這個城市，我的親人都不在 XX，我朋友圈大部分在 XX。~夏荷

我就調適得很不好。很不好受，那時家人朋友都在 XX，覺得整個被隔離的感覺。~小蓉

小蓉渴望有一個屬於自己的家，她在婚前就希望先生能夠先存足夠的錢，兩人再結婚，因此等待了多年，先生終於在婚前賺夠了錢，買了一棟新房子，她歡喜地搬入新家。沒想到結婚後沒多久，便需要因配合先生工作異動而搬離新家，到 XX 去租舊屋，且意外地與公公同住，這對她期待的失落是雪上加霜般的打擊。對當時懷孕中的小蓉來說，即使賣掉新房子，也要和先生一同南下的堅持，與她認為自己已經懷孕，就失去了優勢有關。她有二位手足，皆因夫妻一方外遇而離婚，使得她對人很不信任；她認為夫妻若長期分居兩地，先生有可能外遇，而且她又已經懷孕，失去了離婚的優勢，只能抓住現有的，決定不管怎樣都要和先生在一起，因此她毅然決然賣掉房子，和先生一起搬到 XX 去。

那種不滿、落差、失落，一直累積到第二年、第三年，讓我覺得快要走不下去，..要忍痛把新

的房子賣掉，逼自己住在舊的公寓裡，..生小孩，公公就來了。..我二個OO是外遇離婚，我對這話題很敏感，不管怎樣我還是要跟著他(作者按，指先生)。我已經懷孕，沒有優勢了。..現只能抓住能抓住的。..就賣掉房子。~小蓉

有一位女性研究參與者因著配偶工作的不穩定，夫妻暫時借住在自己的手足家，且有時候需要在周末又另搬他處居住，這樣的移動讓她很擔心對孩子的影響，甚至不知如何回答孩子該回哪裡的家的問題；而孩子即將就讀幼稚園，更令她對於未來之不確定性，一家人究竟會在哪裡落腳感到憂心和惶恐。平天婚後有一段時間和太太小孩分隔兩地，週間他在 XX 工作，太太帶著小孩住在 XX，周末時間則夫妻常常一起帶小孩回 XX 太太娘家，因為岳父比較好客，所以家中常有他人出入，平天覺得這對孩子的生活作息有不好的影響。

之後不知道何去何從。小孩要上幼稚園了，卻不知道會在哪就學？之前說要回家時，我小孩就問要回哪個家？不知道這樣換來換去會不會對小孩心理有影響？~ 小蓉

中間有段時間，我們都有帶小孩回去住，那時候是因為小孩的問題！她們家樓上有 XX，有很多人來，...我覺得家裡有小孩，人家出出入入的，很奇怪。~ 平天

而因著結婚而搬遷不定的婚姻生活亦對新婚苦惱者帶來「何處是我家」的不安定感，以及無法落定生根的漂泊感。郝明義(2005)曾說，「屋」是一種遮蔽，「窩」是一種自在；住家的房子是幫人遮風避雨的居所，是讓人日出而作日入而息的窩。事實上，住家可能是個人發展過程中最重要的空間，它提供個人安全感和控制感，反映個人的價值觀，並給予人連續性與永恆感(畢恆達，2000)，但對新婚的研究參與者來說，穩定獨立的居住空間難求，其實也正意味著其個人的安全感和控制感，以及生活的穩定感都可能受到威脅。而常常搬家而導致的居住地點變動頻仍，使得個人的不安定感漸增，也傷害家人關係和子女適應。

### (三) 對無法獨立居住，嘗無奈

對於許多進入婚姻的女性來說，婚後小夫妻可以獨立居住，不必和其他親友同屋而生活，是她們共同的心聲和期待。因此，其另一種失落和苦惱係來自與他人共居，包括在夫妻租屋時突然加入外人要同住所產生的生活干擾，以及因著某些緣故而和配偶的父母或手足等姻親同住的困難。新婚苦惱者所遭遇到的一種居住空間有他人“闖入”的情況是，研究參與者夏荷婚後和配偶租屋而居時，遇到房東的家人突然搬進其住處，硬要與其同住，使用其中一個房間，而使得研究參與者在生活適應上多了一層障礙，以致很不能適應；這是原先所沒有預期到的，一時之間也無法處理，因此更增添研究參與者在異地之新婚生活適應上的困難。而曾經應公婆的要求有一段時間和姻親同住的春桃，則常常覺得很不被他們尊重，臨時要讓其朋友來家裡住宿，也不會事先知會一聲或徵得同意，彷彿這個家就只是他們的，不在乎還有別戶的存在。而在生活上的干擾就更不在話下，對春桃來說，就只好忍耐度過。

不能改善啊，你不是房東啊，你就只能忍耐，..我為什麼要忍耐這些硬體的東西，我要忍耐的東西太多了吧？..我討厭 XX，就是很討厭，完全不想要在這裡生活。~夏荷

今天要請朋友來住，也不知會，就突然來了朋友，彷彿這個家是他們的，完全不在乎說有別戶，不把我們當 OO，還有別戶住啊！完全不通知，不理會。~春桃

研究參與者在婚後生活上的不適應誠然與其居住空間有關，不論是在日常生活中和夫妻之外的其他家人同住，或是必須常常移動居住空間至有其他家人的住處，都會使得研究參與者感到非常的難受，進而加深其對婚姻的不適應感受。對女性研究參與者來說，公公同住在家裡，比較不會想到要給年輕夫妻一點私密的空間，其夫妻想要單獨相處，必須另想辦法，另覓他處。而另外有的情況是女性研究參與者需每週在夫妻的家和公婆的家之間兩地奔波，以致覺得日子過得很不踏實，除了有時候不知道自己的東西放在哪一個家之外，假日也常不得休息，因為在其認知上，總覺得自己是外人，在公婆家不敢真正地休息。

我公公他一直跟我們黏在一起，不會想說要給我們一點相處的時間。如果我們要相處就要出去，我們在家，他一定都要參與我們的事，比較沒有自己的空間。~小蓉

剛開始嫁過來，我公公要求我們每個六日都要回來跟他們住，..我卻過得很不踏實，永遠都覺得搬來搬去，因為兩地，沒有真正的休息，你回到公婆家敢休息？。~春桃

南梅也是在結婚以後，和先生家人同住，對於婆婆常常未先敲門便主動打開夫妻房門，逕自進入，南梅更是感到生氣和煩惱；結婚之後，南梅除了必須適應下班後要直接回婆家，無法像婚前一般，下班後便回娘家和母親話家常之外，還得要調適婆婆對自己夫妻房間任意進出的情形。她覺得婆婆似乎認為這是她的家，無視於媳婦娶進門，要給予應有的個人隱私空間和相對的尊重；且婆婆進入其夫妻房間後，常是在挑毛病，指東罵西，數說媳婦的不是，並且說給她先生聽，要她先生也一同來指正她。這是新婚生活中讓南梅覺得很難以忍受的一個部分，她覺得婚姻很不公平，婚後住在先生的家，先生不用改變其生活習慣，唯獨太太需要配合調整，且被迫要接受夫家的一切生活規則，否則就會被婆婆視為不良表現。

我們剛結婚時，我婆婆幾乎是三不五時就來我們房間，她只要進來，就會看到我們兩個人的生活習慣不一樣，然後就引起衝突，她不可能不念，她一定會念。~ 南梅

另外，有的新婚苦惱者對其夫妻倆的獨立期待不一，也頗感失落。小蓉婚前，她深切地希望自己成家後，可以是個獨立自主的小家庭。和先生兩人很單純地結合，一起創造下一代，她認為這樣的獨善其身，沒有什麼不好，而這也是她對婚姻的想望。但在婚前由於沒有溝通，她並不知道身為家中獨子的先生，他期待的不僅是想要照顧逐漸年老的父母。小蓉覺得必須和先生一起背負這樣的包袱，不論在經濟上的考量，或是在時間上的分配，都實在太沉重。南梅的先生也是家中的獨子，南梅會有苦惱正是因為她婚前

的期待是婚後夫妻能夠搬離夫家，另外獨立居住，而且當初先生也是這麼承諾她的。她認為結婚後就該夫妻小倆口獨立居住；不是說不要孝順父母，而是應該要學習建立一個新的家庭。但因著先生喜歡和全家人一起生活，和樂融融。也因此，他遲遲未能以行動兌現對南梅的婚前承諾；這讓南梅對婚姻感到很大的失落。對春桃來說，居住地點和居住空間無法自主安排和規劃，就足以造成其婚姻生中上極大的苦惱。

我們都背負太大的包袱，..我希望像西方人，比較獨立，不是兩家庭的結合，是兩個人的結合，一起創造下一代，比較獨善其身。..他覺得爸媽會老，將來誰照顧他們，他就是有這種觀念。~小蓉

我自己是一直希望能夠脫離出來，...我是希望我們能夠出來，自己組一個家庭，不要那麼大家庭式的。..可是我覺得我先生的思想就不是這樣子。~南梅

我們沒有自主權啊！今天人家叫你住這邊，你就住這邊（生氣的語氣），我們的人生永遠不是自己規劃，我們沒有辦法規劃我們的人生（快而急的語氣）。~春桃

王俊豪（2008）指出，初婚夫妻無論是選擇離家獨立門戶或是代間同住的居住決策，不僅是成年子女的個人客觀能力與主觀意願問題，同時也受到夫妻雙方資源差異的影響，更涉及兩代之間對於奉養父母的需求、態度與期望，甚至無法脫離家庭形成當時的外在社經環境與文化傳統之限制。新婚夫妻常掙扎於究竟是否要倚靠父母的經濟援助，當年輕夫妻無能力自行購屋或考慮房租是另一項重大開支時，在父母能提供居住空間的情況下，男方便容易選擇與父母同住。本研究的參與者中，有幾位便是遭遇到類似的景況，這表面上的問題是居住的不自主、不自由，更深一層的是資源不均所導致的權力失衡，而除了居住選擇之外，兩代之間的權力失衡和控制也表現在親代對新婚苦惱者的夫妻生活型態安排上，以及對下一代子女的養育方式上；其婚姻生活中處處可見權力失衡的現象。而與他人共住的結果，抑制了新婚苦惱者在自由與自主方面的需求滿足。

此外，Tallman（2003）在其研究中指出，夫妻在新婚階段必須共同面對一任務，即將其個人目標與渴望併入形成並維持一令雙方滿意的婚姻單位中。在本研究中，新婚苦惱者之所以感到苦惱，有些便是因無法將其個人的婚姻期待併入婚姻生活中，而對婚姻感到不滿意。有的人期待能夠掌握配偶，因而對於配偶遲遲難以掌握感到失望。有的人期待婚後會被先生及公婆疼愛，結果卻感覺是被苦待；有的人期待會被配偶尊重，結果卻未被對方看重；有的人期待婚後生活可以安定，結果卻常移動不定；有的人期待小家庭可以獨立，結果卻無法脫離大家庭而居。究其原因可能為這些研究參與者的婚姻期待未能在短期內實現，而對於婚姻期待無法很快實現的挫折與焦慮加速了他們對婚姻的失望與放棄。這研究結果近似於利翠珊（1995）的研究，該研究顯示調適策略屬於「貌合神離」型的新婚夫妻，雙方在根本期待上有差異；這類型夫妻無法產生實質溝通，容易漸行漸遠，因而可能導致最終的婚姻解組。

期待渴望逐漸失落幻滅：小結 ~

綜合上述，有一些新婚者之所以在婚後會遇到多而又難的問題或困境，究其原因可能是，在婚前的交往過程中，或決定結婚時，這類新婚者其實已經遭遇兩人互動中的困難和問題，但因著其個人的婚姻期待，以致對關係中的問題視而不見；又或者是進入婚姻後，發現婚姻生活的現實經驗及配偶的角色扮演和其個人的期待之間有很大的落差所致。對研究參與者來說，有的是受壓於自身的角色期待，有的則是經驗到來自重要他人，如配偶及其家族，或是所屬團體中的長輩等所施加的角色期待壓力。此外，有的研究參與者在婚後經驗到對配偶之親職角色與夫妻角色扮演的失望，並且對配偶的低成就與沒擔當亦感失望。

研究參與者婚後獨立自己的渴望未能實現，因為他們在婚姻中有著無法自主和獨立的失落感受，以及對夫妻無法自立生活的失望感受。研究參與者在婚姻中之自主與獨立的失落乃因在婚姻中無法自在做自己，且慨嘆配偶不想停止依賴父母。另一種失落和苦惱係來自與他人共居，包括在夫妻租屋時突然加入外人要同住所產生的干擾，以及因著某些緣故而和配偶的父母或手足等姻親同住的困難。而在婚後者的居住地點不斷變動，不但造成其個人的人際隔離及生活不安定感，也傷害了其家人關係和子女的生活適應，相對地，也加劇其婚姻期待的幻滅感。

新婚苦惱者對婚姻的期待從婚前交往開始便在兩人關係中不斷發酵，而彼此的角色期待以及來自他人的角色期待更是在婚姻生活中逐漸顯露影響，以致其在婚姻生活中體驗到個人期待的幻滅：期待被疼愛，結果被苦待；期待被尊重，結果未被看重；期待可安定，結果卻不定；期待可獨立，結果難脫離。對有些新婚苦惱者來說，其婚姻期待未能在短期內實現的挫折加速了新婚者對婚姻的失望與放棄；而宗教信仰對夫妻性別角色的描繪也成了新婚苦惱者的困擾源之一。

## 伍、底線遭踏，婚姻難再撐繼

有些新婚苦惱者之所以會在婚姻生活中產生離婚的意念，乃是因為婚姻生活中或人際互動上有偶發的事件，而這類事件已觸及其個人未曾覺察或明說的容忍底線。新婚苦惱者在其婚姻生活中雖沒有和配偶明確溝通過其個人在婚姻中的忍耐底線，如居住需求、個人經濟安全感，或個人面子，但這些底線卻也隱隱地影響著其對婚姻中困難事件的忍受程度，以及其離婚意念的儼然成形。

### 一、個人底線遭踏，婚姻難以持續

個體在生活中，不論是單身或進入婚姻，都有其個人的基本底線需維護，不論是基本居住需求、安全感，或是個人面子。對新婚苦惱者來說，婚後穩定獨立的居住空間難求，不論是居住環境寒儉，如住家外部環境嘈雜不佳，或住家內部環境侷促窄小；甚至

是寄人籬下，這類基本居住條件無法獲得保障滿足，皆已傷及研究參與者的個人底線。而安全感（security）指人在擺脫危險情境或受到保護時所體驗到的情感，是維持個體與社會生存不可或缺的因素；安全需求（safety need）意味著一種生存的需要，在生理需要獲得一定的滿足後而成為主體需要，包括身體的健康、人身安全、職業穩定、收入有保障等（黃希庭，2005）。當配偶的行為威脅個人經濟安全感時，便也觸踏研究參與者可以容忍的婚姻底線了。

### （一） 居住需求未獲保障滿足

研究參與者的居住環境寒儉，基本居住需求未獲保障滿足，乃包含了內外兩個面向，即住家外部環境嘈雜不佳，生活品質不好；以及住家內部環境侷限窄小，而影響夫妻性生活。居住對生活及工作忙碌的現代人來說，是很重要的；有好的居住環境，個體才会有適當的休憩。在婚前與結婚對象的交往屬於兩地戀情式的研究參與者，在結婚後便搬到配偶居住的城市，這種居住環境的改變不僅是住家的改變，還包含了居住城市的改變，需要熟悉與適應的範圍是很大的，如氣候變化及交通擁擠程度的差異，對其情緒的影響更是其婚前未能想得到的。在 XX 長大的夏荷，婚後就很不能適應 XX 的擁擠和潮濕。這些對婚後居住地的負面經驗和感受，也增加了研究參與者和配偶爭吵的頻率。除了婚後居住城市的改變之外，若再加上婚前居住地區與婚後居住地區的整體環境品質差異太大，更會令新婚者難以適應。研究參與者中的冬桂在婚前大多時間一個人居住在較為寧靜的郊區，婚後便很不能適應居住在都市嘈雜喧鬧的環境裡，除了要忍受先生每晚睡覺時的大鼾聲之外，她覺得住家旁常常不是在做工程、就是修馬路，要不就是樓下店面做生意聲音太大，且嘈雜聲響的時間會拖到很晚；她自己和孩子常常被吵得不能睡好，情緒被弄得很壞，因此常對先生抱怨居住環境太糟，而引發夫妻爭吵。國治也覺得夫妻目前租屋而居的環境不是很好，配合著孩子快要出生，他打算再搬家，更換到更好的環境去。

尤其一直下雨，我討厭潮溼，..我到 XX 那半年就常感冒生病。XX，你不會想要開車，騎車我更覺得很想死，我很討厭大眾交通工具，超討厭捷運的。~夏荷

我只要有吵就不能睡覺，可是這邊真的太吵了，工程啊、鄰居走路聲，連孩子都常常被吵醒，我常常為了孩子跟鄰居吵架，請他們小聲一點。樓下，真的很吵。~冬桂

就覺得住的環境不是很好，一方面要準備迎接新的生命誕生，想要再換個地方。希望能夠換到更好的環境，還在努力當中。~國治

除了所居住城市的整體環境或是住家外在環境會影響新婚者的生活和心理適應外，其所居住房屋的內部空間大小和使用自主性也有其不可小覷的影響力；對有的新婚苦惱者來說，住家內部環境侷限窄小，大大限制了夫妻關係的發展空間。研究參與者中的秋菊在婚後搬去和配偶同住，那房子是先生單身時租住的，坪數不大，她每天回到家



後都覺得很有壓力，夫妻倆為了省錢，還睡在原先單身時所購置的單人床上；在沒有太大空間的屋子裡，她覺得其實夫妻兩人都很自我逼迫，共睡那張單人床是很受壓抑的事。而小蓉自從全家搬回 XX 娘家之後，因著孩子對環境變動需要適應，再加上他們借住手足的房子，因此夫妻倆和孩子共睡一房，這樣的空間相較於 XX 的住家，對他們來說，顯得侷促，而夫妻倆的性生活也因此受到限制。

床很小，我回到家都覺得好有壓力，我們當時為了省錢，還兩個大人擠在單人床上，我們需要有一點空間，這樣其實是我們一直在逼迫自己，壓抑在那張床上。~秋菊

性生活自從來 XX 之後比較不好。小孩本來在 XX 已經可以培養他不跟我們睡，有另外的房間，在這邊他換了環境，也沒有自己的房間，還是要我們陪他睡。~小蓉

Thomas (1992) 認為在婚姻建立階段的夫妻任務包括了建立及佈置房屋，但並非所有的將婚男女在進入婚姻前，或新婚夫妻在婚後初期將此任務視為重要，且往往也無法察覺到夫妻關係中的衝突或困難可能也與其居住環境有些關聯。Bradbury 等人(2001) 便指出在檢視存在於新婚夫妻間之掙扎衝突的同時，去考慮到夫妻所處的生態利基，包括其壓力環境，也同等的重要；亦即在檢視人際衝突的同時，也要去檢視夫妻所居住的環境。其觀點說明了居住環境對新婚夫妻的重要性，以及對其婚姻衝突可能存在的影響。本研究中的新婚苦惱者除了因結婚而搬遷至其它城市所導致的整體環境不適應之外，其住家環境不良則包含了內外兩個面向，一即住家外部環境不佳，噪音嘈鬧導致睡眠品質不好；以及因著省錢考量，租屋住家內部環境窄小，影響夫妻的性生活。住家周遭環境不佳、住處內部狹窄，對經過一整天忙碌工作後，回到家想好好休息的新婚者來說，是何等不舒適的處所。居住環境不良對新婚適應之負向影響不容小覷。

## (二) 個人經濟安全感受威脅

知覺經濟安全感所指的是個體對於自身經濟收入感到安全的程度，其所呈現的是個體透過內在知覺及標準評估後，對於自身經濟收入所呈現出的主觀性評價(吳珩潔，2001)。不但經濟因素對於個體生活的影響扮演著關鍵性的角色，在物質暴漲的現代，經濟的安全感對新婚夫妻來說，尤其重要，所謂貧賤夫妻百事哀是有一定道理的。從某種意義上講，金錢是一個人獲得獨立和安全感的前提。當中蘭發現先生在金錢上做了一些她不知道的事，以致產生家庭經濟負擔時，受到很大的衝擊，甚至到了需看精神科醫師且服藥的程度。對中蘭來說，那段時間是婚姻滿意程度最低的時候，她當時頗想離婚，因她認為自己從那刻起時需時時擔心，不知先生還會做出什麼事來，而這種擔心嚴重撞擊了她的經濟安全感底線。

他做一些決定我不知道，很重大的，有經濟的負擔。我發現了，我狀況變得很差，..看精神科，吃藥，..那時候是結婚以來感覺最不好.的時候，蠻想要離婚。..財務問題，還有..他讓我沒辦法掌握，我總不能時時刻刻在擔心另外一半會做出什麼事情。~中蘭

### (三) 個人面子掛不住，產壓力

面子對大多數華人來說是很重要的，研究參與者志之在婚姻生活中，曾有兩次興起離婚念頭的經驗。第一次是太太當著眾人的面和他大吵，且罵他罵得很嚴重，讓志之覺得很丟臉，且有受辱感，也非常生氣。他認為太太竟然為了他輸了一筆小錢在朋友們及陌生人的面前這樣對他開罵，讓他非常沒有面子，當天便興起了離婚的念頭，不想再和這樣的太太生活在一起。對志之來說，賭博輸錢事小，太太當眾罵他，讓他覺得受羞辱、沒面子事大。志之另一次產生離婚意念是有關太太有一次沒有參與到一件她很重視的活動。對他來說，太太把這件事鬧得太大，甚至還驚動了岳父，讓岳父打電話數落了他一番，第二天他還勞師動眾地去接太太回家，以致弄得雙方家人關係緊張。表面上這讓志之覺得兩人差異實在太大，無法繼續一起生活，因而當時又興起了離婚的念頭；但究其原因，也可能與志之對家庭面子的維護有關，他覺得太太怎麼可以把家裡面的問題，鬧到家庭外面去，這種行為是很失面子的。

她在賭場裡面跟我吵架，完全不給我面子。她不能接受，就大吵。..後來還有一次，跨年..她沒有參與到，就大吵...那一天她自己跑回家去，她父親打電話給我，這件事鬧得很大。~志之

因著結婚而產生的工作異動，連帶造成的遷移搬家，對男性的研究參與者來說，和女性的研究參與者類似，會因著工作與住處的不確定性而產生此處非我家的生活不穩定感受，以及寄人籬下有失個人面子的感受。但由於生活及住處選擇仍以工作上的考慮為主，因此較可以接受這種暫時借住他人家的居住狀態，平天的經驗就是這種例子。但同樣是工作異動而遷居的情況，正心的感受就很不一樣，他因著想要找待遇較好的工作，而離開 XX 北上覓新職；在 XX 租屋費用很高的考量之下，他同意太太的建議，暫時借住其娘家的房子，但由於是和岳母等太太娘家人同住，他感覺這樣畢竟是寄人籬下，有一種“在面子上掛不住”的壓力。

XX 的工作還不是很確定最後位子，目前就先暫住，借住人家那邊，租房子就比較不會有那種「XX 是我們家那種感覺」。變成說暫時的，就等穩定了再說。~平天

工作還沒有很穩定，暫時先住在我配偶娘家，我天天通車。回來有一些新的小問題，畢竟寄人籬下，不是自己的房子..借住這邊，對我一個男生..至少面子上的壓力。~正心

就性別差異來說，在婚後，不論是居住夫家，或是夫妻租屋而居，與配偶之外的人共居為女性帶來了苦惱。而對男性來說，暫時借住太太娘家，和岳母家人同住，這種寄人籬下的感覺，讓他有一種“在面子上掛不住”的壓力。男性的苦惱來自“寄人籬下，矮人一截”而引起的心理不適及自尊受挫感，或是一種尚無法落定生根的漂泊感；而女性的苦惱來自實質生活與人際互動上的問題，以及無法獨立自由的受限感。與外人或姻親同住更是帶來困擾，這些困擾破壞了個體基本生活的自由，如個人作息的安排、個性的適性表現，以及私密空間和自尊心的基本要求；對女性來說，甚至影響了生育的意願。

當個體自我滿足需求被壓抑或貶損之後，其對婚姻生活的滿意程度便自然會降低。

面子文化在華人社會中是一項很特殊的互動背景，在利氏（1995）的新婚研究中發現，屬於貌合神離型的夫妻雖然有時候有激烈的衝突，但是由於一方會顧及面子因素，所以並不一定會給人吵吵鬧鬧的印象。此外，在婚前情侶關係階段所發生的衝突中，也可發現國人面子文化的痕跡，徐玉青、卓紋君（2003）的研究發現，雙方父母對婚事的意見不一與堅持是訂婚情侶衝突的導火線，面子文化也因此顯現。在本研究中，平時並無長期性嚴重衝突的新婚夫妻，為什麼會在某些特殊事件發生的當下，便萌生去意，表面上是配偶踩到其個人的婚姻底線，更深層的問題是配偶的表現或行為本身傷及新婚苦惱者的面子，或可說是其努力不懈，所維持在他人面前的自我形象。也就是說，新婚苦惱者的夫妻衝突，有時是裡子與面子之爭。對研究參與者志之來說，當太太在眾人面前，不留情面地對他大聲責罵時，雖然他耐住不滿情緒，避免在大庭廣眾之下，和太太吵鬧，但值此同時，想分開並放棄婚姻的意念卻在其心中悄然發生；其長期努力經營維持的形象，就這樣被太太毫不留情地破壞，對他來說，這打擊非同小可。然而，對男性來說是重要的面子問題，對女性來說，卻不如實際的金錢鉅額損失來得嚴重，夫妻之間的衝突儼然無法避免。

## 二、對配偶的隱忍觸及關係底線

所謂情人眼裡出西施，婚前交往的雙方通常會在對方身上找尋正面的品格，也就是所謂的優點為其結婚的決定加分。但結婚以後，不知怎麼地便會開始把注意焦點放在配偶的負向特質及所謂的缺點上。在素常互動中，逐漸對配偶特質做負面解讀，並感到不滿意或無法容忍。本研究之參與者在婚姻中經驗到對配偶特質的容忍觸及了其個人底線，包括夫妻個性南轅北轍，相處不易，對配偶特質的適應困難，以及配偶之身心症狀累了兩人。

### （一）個性南轅北轍，相處不易

雖然現代人經由自由戀愛而進入婚姻的情形已屬多見，但在結婚時並不一定都了解且接納對方和自己不同之處，因此，婚後，夫妻之間的難相容是經常發生的生活事件，當一方試圖控制這些難相容的部分時，就開啟了夫妻間痛苦的相磨路徑。夫妻個性的南轅北轍，使得兩人相愛容易相處難，譬如當慢郎中遇上急驚風時的兩相不悅，隨興派遇上計畫派時的無法“隨興”，問題處理或不處理時的都有人痛，以及時間擴大了個性差異而引起的衝突。

#### 當慢郎中遇上急驚風，兩相不悅

進入婚姻階段和交友時很大的不同是，兩人的個性會更真實且密切地碰撞，因此新婚者許多時候會在婚姻生活中發現配偶怎麼是這樣一個人，彷彿以前認識的並不是現在眼前的這個人。而在交友戀愛中的男女，對對方的一些個性特質，有時候並不以為意，

也不覺得相處起來有什麼不適；一旦結婚之後，卻逐漸開始真實地體會到：在互動相處中，配偶的個性和自己不同，是多麼令人難受的事。在研究參與者中，誠一覺得自己和太太在個性上面很不一樣，太太是個比較急性子的人，也很喜歡發問，但自己是個講話比較慢，通常是經過思考才會講的人，在婚後的生活磨合上，很不喜歡被太太催促著要講話或要回答；太太愈催，他愈覺得難以回應，兩人因而常發生衝突。另外有的是夫妻雙方的情緒醞釀時間與爆發速度不同，個性慢溫的男性，如正心，他覺得太太是那種情緒來的時候很快，但爆發完就好像沒事了；但他自己很不一樣，情緒的感受與表達常常是緩慢和隱忍的，需要時間慢慢排除掉；有時候太太的情緒感受及表達速度太快，就讓正心覺得難以忍受。

還有一些...比較...常發生衝突的就是...生活上的觀念吧、...溝通上面的，她是很喜歡問的人，也是比較急的人...她比較急，但我講話是比較...經過思考才會講。~誠一

她脾氣一上來就...是那種來的快，我就不一樣，會需要時間。因為畢竟都是我被她罵，就是沒辦法像她那樣‘一尤’完就沒事了，是需要自己把它排掉。~ 正心

### 遇上計畫派，隨興派無法“隨興”

有時候夫妻的衝突來自於兩人當中，一個人做事講求計畫和準備，但另一方則喜歡機動與隨興。當想要隨興的一方臨時提出點子或想法時，就常會遭到講求計畫與準備的那一方否決，最後便因自己的興致沒有獲得滿足而覺得掃興。正心常覺得自己平時工作壓力很大，有時候會想要臨時做點不一樣的事，讓自己放鬆一下，但就是無法得到滿足，因為太太喜歡凡是先有計畫再去做，即使只是出去散散心，也常無法如願。國治自認在金錢使用上比較隨便與隨意，但是太太常批評他用錢的方式不清不楚，究竟是要採用太太的做法，事先有規劃再用錢，還是隨自己的意，有多少錢就用多少？

工作很累、很忙、壓力很大，我需要去 do somethings different，我希望假日可以做一些比較...，就是「說走就走！」，我這塊永遠都不可能得到滿足。她喜歡有計劃。~正心

我就是比較隨便跟隨意的態度，我覺得是該用就用，該買就買，不小心買貴一點，..。太彈性了，就是讓自己可以很彈性地去運用那些錢。~國治

### 問題處理或不處理，都有人痛

夫妻個性的差異還會表現在面對問題的互動中，例如在夫妻共同開車前往某地或尋找停車位時，究竟要採用配偶的自行摸索，慢慢前進，還是讓配偶直接詢問旁人，以節省時間？在碰到問題的當下，究竟是要在當下就去面對處理，還是要像配偶一樣，延後處理？國治對此深感無奈，因為債務無法立即償還，手足也不可能更換。夏荷對於先生習慣逃避閃躲問題，不似她習慣當下處理的態度，也深感焦慮；有時候夫妻兩人講著講著就會起衝突，不舒服的情緒也就跟著產生了。久而久之，這種面對問題態度上的差異

就變成兩人關係間的一根刺，不小心碰到了，就會隱然作痛。

她最常唸的就是我有一些事情...不會趕快去把它處理掉，放在那邊任由它。...（嘆氣）有些事情沒辦法改變，我不能換一個手足，債務我不能說它不存在就不存在，~國治

我面對問題是要去面對跟解決，我們現在就來，我現在在當下我要來處理，趕快把這件事弄掉，他的方式就不停的逃避，造成那問題會一直在，沒有一個句點。~夏荷

### 時間擴大了個性差異而觸碰底線

夫妻之間的個性差異本屬常見，交往談戀愛時因為非長期相處，許多差異不一定帶來困擾或適應問題；但結婚之後，此差異因長時間相處而擴大，更高的頻率、更重大的事件，都在在引發兩人互動上的衝突。而夫妻之間的個性差異會表現在生活中的很多層面，這是多位研究參與者共同的體會。南梅便說出了這些新婚苦惱者的心聲：相愛容易相處難。她覺得夫妻的個性不一樣，沒有一個標準，可是為什麼當配偶發現自己的做法和他不一樣或不合他的意時，常常要那麼生氣或罵人，讓自己覺得很不堪。

我是覺得真的男生跟女生的邏輯、想法完完全全不一樣，你必須...我覺得結婚夫妻真的要很認真去看待這個差異，因為很多時候的爭執都是因為這個差異。~正心

我的個性是非常小心的，例如十塊錢怎麼用，我是八塊、七塊去做，留下來兩塊、三塊，那她是一塊、兩塊要去做三塊、五塊的事，那個落差很大。~志之

最難過的就是個性不合，有句話說：相愛容易相處難。你真的跟他相處之後，就會發現問題很多，... 他就在那邊擺個臭臉，念個幾句，..他看不下去，就會罵人。~南梅

Amato 與 Previti (2003) 在探討人們離婚原因的研究中發現，夫妻間的不相容性和個性問題與結婚年數呈負相關，結婚年數愈短，愈會抱怨夫妻間的不相容性與個性不合，顯示這些問題較容易使婚齡較短的婚姻解組。Kurdek (1991b) 針對新婚夫妻之婚姻品質變化與婚姻穩定的研究也發現，新婚夫與妻在結婚第一年內的婚姻品質變化與其個人特質及夫妻特質的差異有關，顯示夫妻之間的個性不合、意見不一和不相容性，是導致婚姻苦惱，及至最後解組的重大原因。對本研究的新婚苦惱者來說，其苦惱之一便是與配偶之個性的南轅北轍，以致心中湧出“相愛容易相處難”的慨嘆，當慢郎中遇上急驚風時，雙方都覺得受到牽制；隨興派遇上計畫派時，無法“隨興”的一方當然感到不快；而面對問題的處理與不處理，更是兩相為難，不論處理或不處理，都有一方受挫。隨著時間的經過，夫妻之間的個性差異持續存在婚姻生活的許多層面，累積多了，也就相對增加了發生衝突的頻率與強度。上述這些發現回應了過往的研究結果，即新婚階段的男女較容易感受到雙方的個性不合，以及兩人之不相容性帶來的困難，再加上對婚姻及配偶仍還有高度期待，以致不易妥協，長期兩相對峙的結果，輕者導致婚姻苦惱，重者便可能走上離婚。

## (二) 特質適應困難，愈振乏力

在婚姻生活中，當夫妻對於問題可以如何被解決，或甚至是否必須要有解決方法，表達不同看法時，就可能會產生兩人意見不合的情形，而意見不合通常會引起生氣、恐懼、挫折及憤恨等情緒感受或反應。但負向情感和認知在夫妻互動中極具殺傷力，只可惜當事人卻常常無所覺察。他們可能只感受到因配偶的表現所帶來的困擾，卻不知此困擾可能係來自其自身的負向情感或負向認知的作用結果。本研究的參與者在婚姻中經驗到對配偶特質的適應困難，不但被配偶的外向性格所傷，也為配偶的內向性格所困。

### 暴烈脾氣造成關係傷害

在夫妻互動中，有的研究參與者有感於配偶的外向性格所帶來的傷害，如配偶的暴烈脾氣會傷人，而配偶的控制性格亦令人很不自由。許多時候，婚姻問題其實是始自夫妻之意見不合的人際問題。而當夫妻一方出現強烈的負向表現時，另一方便常感到委屈，而抱怨批評對方的個性。研究參與者對配偶個性特質的抱怨包括：情緒起伏大，脾氣暴烈，容易生氣，常會口出惡言，說出傷人的話，對配偶表現出不耐煩，或亂砸東西，嚴重時還會有歇斯底里的行為。配偶的情緒不穩定，和突如其來的暴怒常讓人需要戰戰兢兢，隱忍閉嘴過日子。有的是配偶脾氣一來，講話刺人，令人害怕；更有甚者，有的連孩子也遭殃，就算客人在家，也會當場被趕走。

他的脾氣是很衝的，當他不開心的時候，其實你可以很明確的知道，甚至為了這個事情，我們會在言語上會有些衝擊。~秋菊

就是會情緒一直上來，我就覺得好像爭執吵架的時間比之前更多，...脾氣就真的很大，令我覺得還滿害怕的。~國治

像前陣子她突然情緒起伏非常大，我就很難過，每天都戰戰兢兢的，什麼都要慍慍的...。她是吵起來、情緒起來，嚴重一點會很歇斯底里、砸東西。~正心

脾氣不好的時候，連對我的孩子都是亂七八糟...他當場發脾氣，然後把我朋友轟走耶！~冬桂

### 控制性格傷及個人自由

在新婚生活中，男女雙方或為了個人關係安全感的需求，或為了在夫妻關係中爭誰為大，或為了尋求保證親密關係之排他性的確據，常常會表現出讓配偶感到被控制、被強迫，且不得自由的感受。通常女性因自己的不安全感而控制配偶，使得配偶情緒反彈，並在互動上對峙，或者沉默配合，不再反抗，卻也失去個人空間和樂趣。而女性研究參與者也認為在環境中找到一種控制的感覺，較會有安全感；這使得女性研究參與者在夫妻互動中出現想要控制對方的行為，例如認為配偶應該要每次都接自己的電話，當配偶沒有接電話時，便會擔心或往壞的方面去想；或當配偶沒有出現自己所預期或讓自己滿意的行為時，便容易對配偶感到失望或心生埋怨。

我很喜歡就是一切都在我的控制底下，或是在我的.....。能夠在我不熟悉的環境中找到一個控制的感覺，或是一個安全感這樣。..一種建立自我控制的感覺。~西蓮

我就會擔心，或者是我打電話，我老公他很天..，他常不接電話，我就一定沒有辦法往好的方向想，我開始想他現在怎麼了，他發生什麼事，為什麼不接我電話？~夏荷

男性研究參與者覺得配偶要求自己要和她一樣，有的是不允許配偶跟她的意見不一樣，有的是不讓配偶在家有獨處的時間，不可以做和自己不一樣的休閒活動。同樣是配偶不讓自己有自主性，但對於配偶的行為，有的男性是認為不允許有不同聲音的作法太霸道，因為兩人觀點不同是正常的，夫妻若能各自退一步，就海闊天空，但配偶卻要自己將她的意思照單全收；有的男性則是讓自己逐漸習慣配偶的要求，因為他知道只有順著配偶的意思去做，這樣兩人才不會有衝突了。

我一直對我配偶從過去相處到現在，覺得有些地方是某些有爭議、我會有不滿。...她不允許(停頓)你對她有任何意見，不允許有第二種不同的聲音，非常霸道。~修身

她也不會要我給她自己的空間，她就是...反正就是要在一起做一樣的事情，比如說她在打電腦，我在看電視，這樣子就不行。~誠一

### 悲觀負面使雙方不快樂

除了配偶的外向性格所帶來的傷害之外，有的研究參與者還覺得配偶的悲觀負面，使雙方都不快樂；再者，配偶的偏好負向解釋，會讓人覺得動則得咎。婚姻中的個體如何看待自己及配偶，以及看待婚姻的方式，都會影響彼此的生活。如果新婚者的自我認知持續地聚焦或只強調負面的部分，便會使得自己愈表現出負向的言行，而助長了夫妻雙方婚姻的苦惱。有些研究參與者認為他們在新婚生活中之所以不快樂，是因為容易看事情的負面，且較悲觀所致；另有研究參與者在婚姻生活中會做負向歸因，覺得自己若離婚成為單親媽媽，根本是來自遺傳或母親不幸命運的輪迴，而為自己帶來想像的恐懼。有一位女性研究參與者則認為其配偶也很負面，常常為了錢的事情不快樂，而自己不知道該怎麼讓他快樂。

我就是一直不會去看正面，會去看負面的。我的人生就一直過得很痛苦，又一直活在後悔裡面。~小蓉

我本來就比較容易負面啊！這是一種(苦笑)遺傳嗎？還是咒詛？為什麼要傳到下一代，同樣的命運輪迴。我是單親家庭長大，一樣的命運為什麼落到孩子身上？~夏荷

不快樂，非常不快樂！他很負面。(停頓4秒)我不知道怎麼讓他快樂，錢吧！他每天都在說錢錢錢，他什麼事情都要牽扯到錢。~冬桂

偏好負向解釋的人容易因著發生在關係中的任何不好事情而責備配偶，例如在發生爭執時，把配偶的沉默解讀成把自己當成隱形人，而未給予自己應有的尊重和回應；負

向地認為自己只是配偶的附屬品。相對的，有些人則受苦於配偶在理解自己的意思時，習慣性地做負向的解釋。研究參與者家齊便常為此傷腦筋，他覺得自己講話很直，卻碰上太太的敏感，使得太太很容易被刺傷，動不動就會覺得自己在不滿意她什麼，因此變得和她講話要很小心，而且有些話不能講，造成了兩人溝通上的困難。

很多時候他把我當隱形人，當我是一個附屬品，屬於他的物品，他愛不愛是他的事，但我就是他的。~冬桂

她很容易被刺傷，很容易說「他這句話是不是覺得我很差勁？是不是覺得我很怎樣..」再加上我講話很直，我不喜歡拐彎抹角。~家齊

有的研究參與者也認為配偶情緒不好時較容易抱持悲觀和負面的想法，情緒一來就會把過去的事情講得很糟，常活在後悔中；或者是當生活中發生一些事時，常會去看較為負面的部分。狀況嚴重的，甚至會使人想放棄婚姻。

我覺得她都是就一樣，..她就是那個情緒起來，她本身就是蠻負面、悲觀想法的人。~正心

她又在那邊，自己一直嚇自己，一直猜，很負面的東西，然後叫我放掉手邊工作，陪她去小兒科急診。~修身

她看婚姻的角度是比較負面的，很失敗的，我們兩個結婚是很失敗的，別人看成笑柄的。有一陣子是覺得...好阿，你就比較負面，好啊，就離婚，就離婚阿~國治

在過往的新婚夫妻研究中，對婚姻苦惱之研究發現，婚姻苦惱係與個體的負向認知有關，包括負向歸因（Durtschi, et al., 2011; Neff & Karney, 2007）與負向解釋（Bradbury & Karney, 2004）。本研究之新婚苦惱者傾向看事情的負面，且較悲觀；在婚姻生活中會做負向歸因，且偏好負向解釋，這情形與過往研究發現一致。這類婚姻苦惱者不僅容易因著發生在關係中的任何不好事情而責備配偶，造成夫妻溝通上的困難，也減損了家庭成員在生活中的樂趣、動力與盼望；他們常認為婚姻中的痛苦是由別人所引起，殊不知自己的負向解讀才是讓自己坐困愁城的根本原因，也是令配偶煩悶的牢籠。

#### 對困難沉默，讓人愛莫能助

新婚者在婚姻生活中遭遇困難時，常因未向外求助，而使得他們必須獨自承擔婚姻中的苦惱。未向外求助的原因，有的是個性，有的則是社會支持系統不足，有的是覺得自己缺少可以談心的朋友。有的時候，女性不向他人求助是覺得沒有臉跟別人提起，因為過去已講得太多，而且配偶是自己找的，後果要自己承擔，以致漸漸地不敢再向他人訴苦或求助。男性在情緒不好時，常是自己處理，例如正心認為夫妻之間的苦惱或衝突跟父母講，只是徒增其困擾和煩惱而已，也不會跟配偶的父母講，因為是自己的包袱，不想丟給別人。而平天會選擇在外面咖啡廳喝個咖啡、上網打電動，放輕鬆，也不會去找人談。在華人社會中，這或許是一普遍現象，“男兒有淚不輕彈”的觀念使得男性即使



遇到了婚姻上的困難或壓力，也常選擇自行壓抑或轉移，不太會去找旁人談。

我也不會輕易開口請人家幫忙，我幾乎沒有請人家幫忙過。大部份的東西都是...都是我自己去消化處理..生活上的一些困難。~ 中蘭

我不是一個會主動跟人家很掏心掏肺的人，讓人家很快就知道我在想什麼，現在的狀況怎麼樣。~秋菊

有時候我自己也沒有臉跟人家講，我家人那邊，我也不敢講；好朋友那邊，我也不能一直去訴苦。~冬桂

我不可能跟自己父母那邊講，..講了只是增加她自己的困擾、煩惱而已，我就絕對不會跟她們講。跟她媽媽談也沒有用，自己的事情幹嘛又包袱丟給別人想。~正心

情緒不好的時候...就會跑來這邊（咖啡館），就寧願我自己在外面工作，喝個咖啡、放輕鬆，比較沒有去找人家談。~平天

但其實新婚苦惱者的另一種擔心是配偶有事情或心情不好的時候，沒有去找人談，只是自己壓抑著，或一個人躲著哭；對天平和家齊來說，太太習慣把問題藏在心裡的個性是讓他們感到苦惱與擔心的一主要原因，甚至認為太太不把問題拋出來，不向外求助，是其婚姻重大問題所在。而冬桂也認為先生把自己偽裝、防衛得很好，對他人常常說不，以致外界無法提供協助；若先生懷疑她對牧師說了甚麼，還會因此而責怪她。

她其實比較不會跟他們談情緒、發洩，我有事情惹怒她，她會先壓抑著，..心情不好時...沒有地方宣洩，會很悶，...常常自己開車，就躲在那邊哭。我會擔心啊。~平天

一直很多事情...她不會丟出來，不管在感情、婚姻、工作上面，她都不懂得求救、不懂得把事情丟出來，所以她自己就一直壓在心裡面。~家齊

我不知道有誰可以幫忙我們夫妻，我先生對外界全部都是說NO，..把自己偽裝得很好，防禦心也很重。他會罵我是不是又跟牧師講了些什麼話，就不會有好日子過。~冬桂

張思嘉等人（2008）的新婚適應研究指出，在適應上遇有困難的新婚丈夫或妻子愈傾向採取消極的策略來因應新婚期間的適應問題，也因此導致較低的婚姻品質。本研究的新婚苦惱者在婚姻生活中遭遇困難時，常因未向外求助，而使得他們必須獨自承擔婚姻中的苦惱。未向外求助的原因，有的是個性，有的則是社會支持系統不足。男性在情緒不好時，常是自己處理，不會把夫妻之間的苦惱或衝突跟他人講，自己的包袱，不想丟給別人。在華人社會中，這或許仍是普遍現象，這情形與張思嘉等人（2008）的研究發現有些類似，夫妻因著任一方有困難未能主動積極向外求助，或尋求改變，長時間消極面對問題的結果，便可能是夫妻對兩人關係愈來愈失望，對婚姻品質也愈感不滿意。

不安全感，苦了彼此

張春興（2006）在其「張氏心理學辭典」中說明安全感（security）意指個體在環境中的一種複雜態度，其中包括對自己有信心，對事情有把握，對人得信賴；在此等心態下就會產生安全感，也因此而有樂觀的態度。由此可推知，缺乏安全感的女性，對生活事件常表現出高度敏感。研究參與者在婚姻中表現出不安全感的也多半為女性，她們的不安全感顯現在配偶工作須輪夜班時，害怕自己一個人在家，還擔心配偶的身體健康，不能接受配偶生病；有的人在很在乎配偶和自己溝通時的表情態度，對配偶的臭臉和不耐煩很在意，有被嫌棄、被傷害的感覺。這些反應透露出女性渴求配偶對她們耐心多一點，笑容多一點；女性需要一份屬於她們自己的安全感。另外有的也在乎配偶工作上的收入，當收入減少，有經濟壓力時，會覺得沒有安全感。而此不安全感所產生的負向感受，通常關係中的雙方都會經驗到。有一男性研究參與者常常在夫妻對話中有著無法做自己的自由，因為他習慣講話有一種表情，但此表情常會被沒有安全感的太太抗議，覺得是一種對她的冒犯和不尊重；此外，他也有著一種無法和太太談節省開銷這議題的壓力，因為配偶對錢有極度的不安全感。

你為什麼一定要做輪三班的工作！這也是我們爭吵的一個，他那個型態的工作，讓我很沒有安全感。他今天感冒了，我就覺得比較不能接受，幻想著這是不好的。~夏荷

我會覺得沒有安全感，會很累，久了就會很累，...你會覺得這個人好像不太能夠靠、沒什麼肩膀的感覺。..經濟壓力，我覺得很大，沒有安全感。會蠻焦慮的啦。~西蓮

我跟她講話擺個臭臉，她有極度的不安全感。通常一對夫妻之間，我們最近收入比較少，會想省一省，可是不能跟她講，她視為一種壓力，有極度不安全感。~修身

女性小時候安全感來自父親寬厚的肩膀、結實的背脊，父親是家、是天；長大後安全感來自所愛的人。女性研究參與者缺乏安全感的原因包括：父母親感情不佳，母親對其童年時的教養方式，以及在婚前的感情失敗經驗。男性研究參與者認為配偶的父母雖然沒有離婚，但感情不好，對配偶的影響很大，加上她的前幾段感情，就讓她比較小心，在婚姻中比較沒有安全感。有的人則認為配偶的母親過往的教養方式對配偶有很大的影響，使得配偶在婚姻中有極度的不安全感。

她雖然爸媽沒有離婚，但爸媽感情沒有很好，碰到我了之後，我本來就沒有很安分，會讓她在家裡的經濟壓力之下...再加上...我給她沒有安全感。~家齊

這是到後來我才發覺到，..包括過去她的家庭背景，她的母親 我的岳母，對待她的一個教養方式、過程，這造成她的差異。~修身

### （三）身心症狀是關係隱藏威脅

本研究有些參與者在婚後經驗到婚姻衝突與自身或配偶之憂鬱症狀的糾結，以及自殺經驗成了夫妻關係中隱藏的威脅。對有的研究參與者來說，配偶的憂鬱症狀加劇了兩

人關係中的衝突，而另有研究參與者則認為是夫妻關係中的衝突讓她們陷入了憂鬱。新婚苦惱者的憂鬱症狀不但讓自己受苦，也讓配偶感到處處為難。對配偶患有憂鬱症的新婚者來說，在夫妻溝通與互動中，有時候覺得明明是配偶自己的問題，可是自己卻常常得背負傷害、不體貼對方的罪名；有憂鬱症的配偶不願意好好治療，或者動不動就拿憂鬱症當擋箭牌，也讓新婚者感到無法溝通的苦惱。而在溝通無法繼續下去時，最常做的選擇就是保持沉默或退出，但這樣的沉默又會被憂鬱症的配偶指責為不願意溝通，讓新婚者好生無奈。

憂鬱症的狀況是她...很容易被刺傷，很容易誤解別人的話...她不知道在我們的這婚姻..在恐懼什麼？ ~ 家齊

到後來我才發覺到，原來你過去有憂鬱症，這個影響很多的層面，包括過去她的家庭背景，她的母親，對待她的一個教養方式、過程，這造成她的差異。~ 修身

雖然在大部分親密關係中，婚前追求階段的強烈情緒感受會隨著時間經過而逐漸減退，但許多夫妻在觀察到這種減退趨勢時，可能會覺得難過，甚至感到沮喪或憂鬱。研究參與者中除了冬桂認為是夫妻衝突及先生的不當對待使得她憂鬱症發作之外，春桃和小蓉更是在結婚後因關係適應困難而得到憂鬱症。他們會對這種情感自然減退趨勢解讀為配偶失去對自己的愛意，而除了配偶的情感表達減少，以及對性活動興趣的降低之外，在婚姻生活中的其他家人關係緊張與互動壓力更加重了她們的憂鬱症狀，婚後與家人同住的春桃和小蓉便是如此。

那時候我一直都有在看OO醫生，我一直有在吃抗憂鬱的藥。兩個意見不合，他也不讓我，對我態度也很不好，所以我憂鬱症大發作，對！~ 冬桂

從我懷第二胎的時候，我就知道我有憂鬱症，就是情緒一直很低落（哽咽）。我現在憂鬱症的情況，公公的影響很大。公公他很會罵人，把人家罵到都變傻子。~春桃

他是你的姻親，你必須跟他生活在一起，你又不能...頂撞他。很多東西很難忍受，小孩在旁邊哭，..比較難照顧，先生又常不在身邊，那一年很像產後憂鬱症。~小蓉

Cohan 與 Bradbury (1997) 的研究發現，與高比例壓力源有關的高比例負向行為可以預測新婚夫妻之憂鬱症狀及較差婚姻結果的增加；較多生活事件的新婚妻子也較多憂鬱症狀，而較多的憂鬱症狀則可預測新婚夫妻的較不滿意感受和婚姻苦惱。在本研究中，新婚苦惱者婚後經驗到婚姻衝突與自身或配偶之憂鬱症狀的糾結與交互影響，有的情況是配偶的憂鬱症狀加劇了兩人關係中的衝突，有的情況是夫妻關係中的衝突及配偶的不當對待讓新婚苦惱者陷入了憂鬱；此研究結果與 Cohan 與 Bradbury (1997) 的研究發現相似。而除了夫妻間的負向互動之外，本研究中的新婚苦惱者與大家庭中其他成員的互動壓力也會加重他們的憂鬱症狀，這回應了「婚姻不只是婚姻」的華人婚姻觀，大家庭對新婚夫妻的影響由此可見。

此外，為婚姻苦惱所苦的新婚者中，有二位在婚前曾因貸款壓力或感情問題而有過自殺念頭或自殺未遂的經驗，而有一位參與者則是其配偶在婚前曾有過想自殺的強烈念頭。這些自身或配偶曾有自殺經驗的新婚苦惱者雖然在婚後不曾再發生過自殺未遂行為或事件，但其過往經驗對其自身或配偶來說，都是夫妻關係與互動時的隱藏威脅。

想自殺吧，我大學的時候最嚴重，只要一個人走在路上，就開始哭。~北櫻

我們都已經訂婚了，他還劈腿。結果我...我就覺得我的世界碎了，那一年我也自殺，就差點死掉，我就吞了安眠藥。~冬桂

她那時候碰到我們教會之前，...其實是想自殺了。...之前幾段感情就讓她比較小心，碰到我之後，我本來就沒有很安分，會讓她在家裡經濟壓力下...再加上...我..。~家齊

### 三、家庭關係底線失守難繫

#### (一) 家庭和諧底線遭蹂躪

家人之間和諧相處對志之來說，是很重要的，他曾有一次帶太太偕同做生意的朋友一起出國遊玩，大家一起到賭城，他在那裏賭輸了一筆錢，他認為那次賭輸的數目算不得什麼，但卻被太太當眾責罵，太太不能接受他賭博的事，夫妻兩人為此大吵一架。對他來說，這除了壞了這次的遊興之外，更傷及家庭的和樂，他因此興起兩人實在差異太大，不如離婚算了的念頭。

大家去賭，我輸了大約 XX 萬，事實上就是輸了，她就認為說不行，就跟我大吵，那一天我就跟她講說那不要在一起阿。~志之

此外，他也是個重視傳統家庭觀念的男性，有時候他重視家庭生活甚於夫妻關係，但是重視生活情緒與氣氛的太太為了他沒有叫她起來參與跨年倒數活動而生氣，甚至衝動地當下就跑回娘家去，還要志之去把她接回來，這也是觸碰其個人底線的行為，因此再度興起兩人實在差異太大，不如離婚算了的念頭。

跨年倒數..她沒有參與到就很生氣，我覺得沒甚麼意義，她覺得那很重要。...她是要氣氛的人，她覺得這個很重要。..後來我去她家載她回來。有啦，有這樣的念頭。~志之

#### (二) 家庭自主底線難守護

因著太太的期望，平天常於周末陪太太帶孩子回娘家，岳父為人好客，家中常有人進出，平天覺得陌生人進出家裡，對小孩不好，且覺得這樣會沒有隱私。此外，平天也覺得自己和岳父的教養觀念很不一樣，岳父對教養子女的不當意見以及對他的嘲弄批評，常讓他覺得難以忍受。當他向太太表示不同意岳父的某些意見或做法時，太太便表示父親就是這樣，不能替換或不要，平天認為太太的態度擺明了是無法、也不想改變其父親，便覺得既然這樣，不如兩人分開算了。

她爸爸（作者按，指岳父）比較好客，...家裡有小小孩，人家出出入入，..之前蠻常因為這件事...爭執，不喜歡那種感覺，對小孩不好！..都沒有隱私。..幾次跟她爸爸有一些衝突，.....我說你爸不可以這樣。..她說沒辦法，那是我爸！..我很生氣，就說不然就分手！~ 平天

再者，平天也曾為了顧全了岳父的面子，卻傷了家庭的自主；他曾經因為和岳父有一些觀念上的衝突，而當時太太又表示沒辦法，必須接受，平天雖然沒有當面和岳父發生口角，但對自己無法改變狀況，感到很生氣。雖然晚輩和長輩在面對衝突時多半會以忍讓為主，而避免直接衝突，但這並不表示晚輩乃愉快地接受衝突後的結果；平天雖然顧全岳父的面子，但卻感到自己婚姻的自主性受到傷害，跟太太溝通無效之後，仍然會生氣地想要分手。

我說你爸不可以這樣。她說沒辦法，那是我爸！我不能改變這事實！我很生氣，就說不然就分手！~ 平天

### （三）家庭經濟安全受威脅

中蘭是個獨立的新婚女性，經濟是她在生活中很看重的部分；一次偶然機會發現先生動用一大筆錢，造成虧損，這對中蘭來說，是很嚴重的事。她認為這是先生不成熟、不負責任的表現，在她的心理造成很大的震撼。先生這種行為像是不定時炸彈，她很不能接受這種不確定感，也很生氣，這使得她不但興起離婚的念頭，甚至想付諸行動。而志之是個經營事業的男性，維護經濟上的安全度對他來說是一件需謹慎為之的大事，太太曾有的投資損失金額便觸碰了他可以容忍的底線。

那時候我還蠻想要離婚的，他讓我沒有辦法掌握，..我的名下有貸款，而且我不知道幾年後又會來一次，那是一種很不定時的炸彈。~中蘭

我有底線，也跟她講過了，就是投資那一塊。..她也觸到我的底線了。妳投資最起碼妳要告訴我，..金額很大，...要去幫她補起來。~志之

底線遭踏，婚姻難再撐繼：小結 ~

綜合上述，新婚者初進入婚姻生活時，甚至在婚前，可能都很難想像或理解婚後的住處與其婚姻的關係為何；惟實際經歷婚姻的日常生活後，才會逐漸感受到其影響。而夫妻個性的南轅北轍，使得兩人之間的愛意逐漸被消磨，在婚姻生活中，夫妻不同個性上的碰撞結果常是兩相不悅，或是一方感到掃興或委屈，而時間愈久，事件愈多，往往也就擴大了兩人個性差異而引起的衝突，甚至觸碰個人底線。

此外，在新婚階段，夫妻兩人碰撞頻率最高的部分要屬彼此的個人特質，婚前或許沒有賦予這部份太多的注意力，但婚後每日的相處互動，處處都有兩人性格特質流露的痕跡。新婚者的負向解讀是其個人常感不快樂的肇因，卻也是令配偶煩悶的牢籠；而夫妻任一方未主動向外求助，長時間消極以對的結果，便是兩人都對關係漸感失望。而對

新婚苦惱者來說，配偶之身心症狀累了彼此，不論是婚姻衝突與自身或配偶之憂鬱症狀的糾結，或是自殺經驗成了夫妻關係中隱藏的威脅，在在都隱隱觸及其個人底線，尤以婚姻衝突和個人憂鬱症狀的糾結，影響更大。

而除了夫妻彼此的個人底線，或是因個性特質相容度低，以及彼此適應困難等關係底線被觸而產生的苦惱之外，家庭底線被破壞，如家庭和諧底線遭蹂躪、家庭自主底線難守護，以及家庭經濟安全受威脅等情形，亦都可能傷及新婚苦惱者在婚姻中繼續維繫下去的意願。

## 第二節 維繫婚姻現契機

當我們迷路，

認知到自己的無知，

其實我們便已踏出了通往真愛之路的第一步。

~ Harville Hendrix

承第一節所述，新婚苦惱者所遭遇的困難與苦惱經驗之發生有其時間因素，有的困難係於婚姻生活中先後發生，有的困難係幾乎同時發生，有的困難係持續存在且後續再加上新發生的困難，因此每位研究參與者的婚姻苦惱經驗呈現出不同的面貌，對其離婚意念的產生也有不同的影響。誠如研究參與者北櫻所述：「其實都是時好時壞，如果都一直不好，我覺得我們就不會在一起」。本研究的參與者在婚姻生活中經驗到夫妻衝突不斷，溝通磋商困難，且遭遇到許多生活上的壓力和困境，感受到諸多的痛苦和煩惱，及至產生了求去的念頭，而在面對是否要真正離婚的抉擇時，是什麼樣的契機或緣由讓他們選擇繼續留下來？是什麼樣的考慮或思量讓他們在心中萌生去意時，甚至是在向配偶提出離婚想法後，仍然沒有走上真正離婚一途？本節便以「維持婚姻細思量」來呈現他們在離婚意念產生後，反覆思量，以至仍留在婚姻中的考慮緣由；以「維繫婚姻見努力」來呈現他們在維繫婚姻過程中的種種努力。

### 壹、維持婚姻細思量

本研究訪談了 16 位結婚五年內的新婚苦惱者（9 位女性，7 位男性），他們皆對婚姻感到痛苦而曾經產生離婚意念。他們對於婚姻狀況的評估，以及對離婚的考量各有不同的程度，有的是曾對婚姻感到後悔，而慨嘆如果可以重新選擇，寧可不要結婚；有的是難過於婚後狀況不如婚前，覺得夫妻逐漸失去對彼此的愛意而唏噓；有的在思考一星期後，本欲付諸離婚行動，後又因為配偶著想而留下。

這些研究參與者不僅在婚姻生活中經驗到婚姻苦惱的嚴重程度和內容不完全相同，而且在離婚意念產生後的掙扎過程和反覆思量情形亦不完全一樣；而讓他們仍願意繼續維持婚姻的思量也有多樣的變化，包括環境上的改變，夫妻產生衝突的情境減少了，其配偶及家人對待他們的方式改變了，以及他們自身有所體會和改變。綜合來說，這些留在婚姻中的考慮思量可歸納為：維持婚姻，內有吸力，旁有助力；考慮離婚，外有阻力；以及生活轉變帶來新機。

此外，雖然在本研究的參與者中，多數皆感其婚姻生活中有用且可及的資源頗為缺乏，但也有部分參與者在其困難中接收到及時雨般的外來資源；在他們經歷種種婚姻中

的苦惱，且面臨是否要離婚的痛苦思量時，這些資源的挹注對他們想要繼續留在婚姻中的決定具有不小的影響力；一方面這些資源稍微減緩了他們在生活中的辛苦，另一方面提供了一緩衝的功能，讓他們能夠有機會退一步地對是否要離婚的重大決定再多些思量。更且，這些資源原本就存在其生活環境中，在其困頓之時出現，更彌足珍貴，使得他們得見婚姻的一線生機。

### 一、維持婚姻，內有吸力

讓研究參與者願意繼續維持婚姻的家庭內在吸力包括了：想起另一半的好，擔心離婚傷害配偶；孩子，是不捨和牽掛，也帶來喜悅和動力；公婆在改變，家人有幫忙；其實自己也有錯，離婚不是真心意。

#### (一) 想起另一半的好，擔心離婚傷害配偶

婚姻是兩人的關係，研究參與者在興起離婚念頭後又卻步，配偶往往是其主要的思量；在夫妻衝突或生活困難之際，雖然常感配偶可惱可恨，但每當冷靜時，再多想想，配偶的好，總會浮現心頭。而參與者除了想到配偶平日的優點及令人欣賞之處外，有時候也會同情且擔心配偶，想保護他免受離婚壓力之害。

#### 配偶有其令人欣賞之處

研究參與者覺得夫妻再怎麼吵，其實仍有欣賞配偶的地方，有的人是欣賞配偶的智能，例如春桃覺得配偶「其實很聰明」；國治覺得配偶「講話還滿有條理的，記憶力還滿好的」。有的研究參與者則欣賞配偶的個性，如西蓮覺得先生「是個好人、不會打我嘛」；秋菊覺得先生「非常節省、會主動跟弟兄姊妹們分享」；國治覺得太太「很可愛、很風趣」；春桃覺得配偶「其實個性很溫和、心地其實還不錯」；正心覺得太太「也蠻替我想的」；南梅覺得配偶「給我最大的安全感是我不用擔心他會拈花惹草」。在做事方面，研究參與者夏荷欣賞配偶「是一個穩定性很好的人，可以一直持續」，秋菊欣賞配偶「做事情非常有行動力，是一個還滿有計畫的人」。此外，南梅則認為先生很孝順兩家長輩，「以他這個年齡，他也是蠻孝順的，他對長輩的心態還蠻一致的，不會分他家或我家啦」。西蓮則是覺得配偶很有賺錢能力，「如果說最重要的付出，就是經濟穩定嘛。」

#### 同情擔心配偶，想保護他

除了想到配偶的令人欣賞之處以外，讓婚姻苦惱者無法下定決心離婚的另一考慮是同情配偶，擔心離婚會對配偶有太大的負面衝擊。夏荷覺得如果離婚的話，雖然結束自己的痛苦，但是先生會很可憐，她已預想到先生會不知所措。中蘭在離婚意念產生之際，也知道夫妻若離婚，先生會因被婆婆追問離婚原因而必須坦白他所做過的錯事；為了保護先生免於承擔因離婚而可能產生的過多壓力，中蘭決定先繼續維持現狀。



離婚就可以結束，..但他就很可憐啊，他不知道該怎麼辦。~夏荷

他做錯很多事情，如果離婚，一定會有他媽媽的壓力，大家會問是什麼原因，事情就會跑出來。  
那時候是因為要保護他，我就決定離婚是做表面的，我們繼續住在一起。~中蘭

研究參與者沒有真正走向離婚，除了自己的個人意向之外，還有一個考量是配偶的態度，當他們認為配偶並非真的想離婚時，他們求去的意念也可能會相對降低。北櫻和先生兩人曾經在吵架時，皆表示過要談離婚就來談，但她後來覺得先生沒有再繼續找她談，表示先生並非認真地想離婚。而平天同樣也認為其實他不確定太太在吵離婚時，是否認真；他覺得太太提離婚多半只是情緒化的表現，並非真心如此。

我根本不知道他是不是有認真在講，認真講，應該會再細談，但是我們並沒有再繼續細談。~北櫻

她就突然冒出一句「不然就分開！就離婚啊」，很容易用這種情緒化講出來，我知道她不是真正有心的。~平天

## （二）孩子是不捨和牽掛，也是喜悅和動力

研究參與者，不論男女，一旦有了孩子，在離婚一事的考慮上往往多了份掛慮和牽絆，在面對這樣的情境時，不論男女，研究參與者都會為了孩子而卻步不前。一想到孩子，他們心有不捨，而為了孩子，他們即使心裡再苦，也會忍耐，更何況，孩子也為他們帶來了喜悅和動力。

### 想到孩子，我心不捨

對身懷六甲的女性研究參與者來說，共同的心聲是既有了孩子，就不能輕易談離婚。南梅覺得生了小孩，又想要離婚，這樣小孩會很可憐。夏荷也認為懷了孩子就沒有辦法再像以前那般，想要離婚就可以離婚，因為需考慮孩子的歸屬問題，也不應該讓孩子像她一樣出生在單親家庭，重複自己的命運。

如果你一直抱著不合作，想要離婚可以，你就不要生小孩，他會很可憐。~南梅

不能是再單親嘛！..有了孩子，讓我沒辦法像以前這麼容易的想要跟他離婚就離婚。..不然小孩要歸誰？當然要考慮到小孩的歸屬，我不想要我跟我女兒再經歷一次。~夏荷

對孩子已經出生但尚屬年幼階段的冬桂來說，孩子更是她在思考離婚一事時的重要考慮。冬桂雖然內心知道應該要早點離開這段婚姻，以結束彼此的痛苦，但也考慮到喝母乳的孩子尚未斷奶，仍有親餵的需要，因此每每想走，但又因捨不得孩子，就拖著未離開婚姻。做父親的亦是如此，正心在他出現離婚意念時，便接著問自己，孩子該怎麼辦？會不會讓他變成跟其他單親家庭的小孩一樣，成長過程中有缺憾？當他繼續往下想，就覺得自己沒有辦法招架這個問題，而且愈想愈煩。修身同樣也是顧慮到如果決定

離婚，他一定會堅持要撫養孩子，但這樣一來會讓孩子變成沒有媽媽，這對其身心發展會大有傷害。

（停頓）我心裡知道要早點離開，可是因為捨不得孩子，就一直拖拖拖拖拖。~冬桂

最主要還是小孩子，分開的念頭出來，就會另外再問自己小孩子怎麼辦？，..再繼續想下去就很煩，大概這些一想下去，就沒辦法招架自己的問題了。~正心

小朋友的問題就是如果我要走，孩子沒有媽媽，這在教養孩子的心態發育上，是很大的傷害。  
~修身

### 為了孩子，再苦也要忍

中蘭在離婚意念產生時，曾想了一個禮拜，最後的想法是：離婚會讓孩子變得沒有父親，若不離婚能讓先生重視自己和孩子，且讓孩子有父親，那麼她願意承擔償還先生債務的壓力。平天也曾經有過想要分開的念頭，但後來想想就覺得事情沒有嚴重到需要離婚的地步；有了孩子之後的生活固然不能和單身或沒有小孩時相比，但有時候看孩子撒嬌，或是陪孩子玩，就覺得所有的疲累和辛苦都值得。

離婚我恐怕就是要靠娘家的照顧，我繼續工作，可是這樣子會變成我的孩子沒有爸爸，這是一個我很重要的思量。~中蘭

有時候也會想說乾脆就分了算啦，我也有提過啦！後來我都會想反正事情沒那麼嚴重，有需要到要到分手這種地步嗎，...生活其實很累，...看到小孩那種...有時候小孩跟你撒嬌、跟她玩一玩，感覺那些累都值得。~平天

### 過往的新婚苦惱相關研究大都發現生養子女對新婚夫妻帶來了困難與問題

（MacDermid, et al., 1990; VanLaningham, et al., 2001; 陳靜宜，2001；張思嘉，2001），但當新婚苦惱者面臨婚姻中的去留問題時，孩子仍是其心中的不捨和牽掛。本研究中的新婚苦惱者，不論男女，一旦有了孩子，在離婚一事的考慮上往往多了幾分斟酌。在面對這樣的情境時新婚苦惱者會為了孩子而怯步不前的，多半是受血濃於水的情感與理性發動所致；一想到孩子，他們就心有不捨，不捨離婚讓年幼的孩子失去父親或母親，不捨孩子的身心發展因父母離婚受到傷害；而為了孩子，他們即使心裡再苦，也會忍耐，配偶的債務願意共同承擔，配偶給的傷害，也可以暫時放在一旁。雖然有了子女會為離婚後的生活帶來更大的困難度，但其實在這之前，有了子女已大大減少夫妻選擇以離婚為收場的情形。

### 孩子帶來喜悅和動力

新生兒的來臨，對有些新婚苦惱者來說，是令人感到喜悅和滿心期待的事。夏荷在剛發現自己懷孕時，因著夫妻關係不佳而覺得非常憂鬱，但隨著時間的經過，肚子逐漸隆起，而慢慢發現懷孕的喜悅已取代她先前在婚姻中的各種負向感受。南梅在拿掉胎兒

後很快又再度懷孕，讓她的心境和生活適應產生很大的轉變。另一方面，南梅覺得先生很期待這個孩子，因為家中多年未有幼兒，且他是年紀稍長才有這個孩子，新生兒的即將到來被視為是全家的喜事。

我還一直跟我先生說，奇怪，我的肚子呢。喔 十六周十七周了，四個多月，我現在有比較被這個取代，喜悅啊！~夏荷

希望有個孩子。就很妙，那個也慢來，結果我去驗，就在一月份有了寶寶。..他最近心情很好，都在幫寶寶準備東西，..他的心情很愉悅，期待這小孩子。~南梅

修身覺得孩子是上帝的祝福，雖然夫妻多有衝突，但因孩子也是早早就來到婚姻生活中，夫妻兩人的相處便有所顧慮，他認為這是上帝用孩子來磨去夫妻倆的一些個性。中蘭和先生考慮到孩子即將進入幼稚園，計畫要搬離親戚家，在幼稚園附近租屋房子，以方便接送孩子上學；這樣一來，夫妻和孩子就開始可以獨立居住和生活。孩子成了新婚苦惱者願意繼續維持婚姻的一大動力。

這孩子，我相信是神的祝福，祂用這個孩子去磨很多事情。~修身

現在就是考慮要搬家，主要是因為我老大要念書了，就是要搬到離他幼稚園較近的地方。~中蘭

### (三) 長輩在改變，雙方家人有幫忙

有些婚姻苦惱者在婚姻中的痛苦係來自於因婚姻而生成的姻親關係，特別是女性受苦於在夫家的生活經驗，但使其在出現離婚念頭後仍然願意繼續留在婚姻關係中，也因為看見公婆開始出現改變的跡象，以及在困難的生活中，其實也獲得了雙方家人在多方面的幫忙和支持，包括了情緒宣洩、意見諮詢、家務工作、子女照顧、住所提供，或是金錢與物資的分享。

#### 公婆出現改變跡象

受苦於婆媳/公媳關係的女性參與者雖然覺得公婆對待自己的方式相當令人難以忍受，但也知道相較於結婚初期，其實他們的態度已有所改善，春桃覺得公婆不但較能理解其辛苦，也不會再責怪她要先生幫忙做家事，甚至還要先生主動協助她，所以她願意再觀望一陣子。而小蓉想想也覺得是公公被自己磨得比較多，她看到公公的讓步，對她表現得比較友善，不再像之前那種高高在上的長輩模樣，且在家事上也是能幫忙就盡量幫忙，她就覺得公公已有所改變。中蘭很感謝婆婆在自己一個人帶孩子的時前來幫忙，雖然婆媳有觀念不一樣的時候，但婆婆和自己都會相互調適。此外，南梅覺得婆婆的態度有所改變，經過家人的勸說，已經比較不會再擅自闖入她們夫妻倆的房間。

我公婆有改善，跟他講說要幫忙、要協助，後來有改善，沒有像當初嫁過去這樣，他們發現婚姻不可能都是單方面的，他有跟我先生說，你要協助什麼的。~春桃

我公公他，其實是他被我磨得比較多。像我媽也是，我覺得這些長輩都在讓步，他也會盡量能幫忙就幫忙，對我表現的比較友善，不像之前高高在上的長輩。~小蓉

婆婆人很好，雖然偶爾有觀念不一樣的時候，但是我們都會調適，所以我是很謝謝婆婆的幫忙。  
~中蘭

OO 有告訴她（作者按：指婆婆），那是人家的房間，你不要進去。慢慢她（指婆婆）才意識到兒子結婚了，不應該進去他的房間，現在是比較少了。~南梅

### 雙方家人給安慰，提意見

在面對婚姻中的困難和苦惱時，研究參與者多半會設法尋求家人的協助和支持，不論是來自父母或長輩的安慰瞭解和意見諮詢，或是來自手足平輩的傾聽和支持，都給了研究參與者很大的力量和幫助。南梅在婚後適應困難時，常利用早下班時間回娘家訴苦，雖然母親都只是勸她要改變、要忍耐，並不會幫她解決實質問題，對她而言，但至少是一個情緒宣洩的出口；而且她婚前便和姑姑很好，因此婚後的一些適應問題，在碰到姑姑時也會對她講，以宣洩情緒。修身則是很感謝母親在他婚姻出狀況，夫妻經常衝突爭吵的時候來他家裡，而且看到媳婦一句責備的話也沒有，甚至對媳婦盡說些好話；母親曾在私底下告訴他，這樣做是為了讓他的日子更好過些。小蓉也很感謝母親會在她先生發生經濟重大損失時，安慰她有損失沒有關係，錢可以再賺。

我也會跟我媽講，.她只是一個出口，不會幫你解決甚麼..就說結婚就是這樣，你就是要改變，忍耐。..我跟我姑姑很好，我都會講。~ 南梅

我媽知道我婚姻出這樣的狀況，我媽就每天來，連續兩個禮拜。..我媽媽看到她，沒有一句責備，就是鼓勵她。~修身

我媽安慰我錢失去了可以再賺。~小蓉

北櫻平常很少和別人討論她自己的困難，但她覺得娘家母親離婚後的一位男性好友，就是她稱為叔叔的人，可以給她一些在婚姻生活適應上的幫助，因為他講話很真誠、有條理，也聽得懂她所說的，且願意分享。國治覺得岳母會叮嚀太太要多做些事，也提醒他要做些改變，對他們幫助很大。

他就是跟我媽媽在一起。我是叫他叔叔啦，其實他是有給我一些幫助，因為他講話比較有條理，比較願意分享，而且比較真誠，也聽得懂我在講什麼。~北櫻

她媽還是..，對我有些提醒啦，可以幫助我做一些改變，也能夠幫助她這樣子。~國治

南梅在結婚初期的三個月，對於和夫家成員住一起的生活非常不適應，還好先生的手足知道她的痛苦。小蓉在 XX 的婚姻生活適應過程中，會找機會回 XX 娘家，和手足們訴苦，手足們有婚姻生活經驗，能夠彼此分享；連少有互動的手足也會表達關心和友善，手足是她婚姻生活困難中最大的支持。此外，小蓉也覺得有一位平輩堂親一直很關

心她，對於自己所說的問題，她都會笑著給予安慰，使問題變小了許多。西蓮因著可以跟唯一的手足談心事，便覺得自己的內心世界不是那麼的封閉。

剛結婚那三個月極度的痛苦，他（作者按：先生）OO 知道。~ 南梅

跟 OO 比較能分享一些，.. 連我 OO 平常很少跟我打交道，都說有需要幫忙嗎，..很大的支持。

OO 一直都很關心我，碰到我講問題，她都會笑著安慰我。~小蓉

我是一個很喜歡跟我 OO 談心事的人，談很多我們的想法甚麼的。~西蓮

### 家中照顧得雙方父母協助

現代雙薪家庭的寫照是，兩個疲累的人下班後，除了勉強照顧孩子，再也沒有力氣開火煮飯或做其它家事。此時，若有人可以協助分擔，家務工作有幫手，將是他們莫大的福祉，也勢必大大減少他們婚姻生活的麻煩。志之的母親是家庭主婦，在他和太太結婚後，因為太太也上班，所以家中大小事多仍由母親負責料理。小蓉在先生一起搬到 XX 之後，雖然對於臨時才知道公公要來同住感到很不受尊重，但也感謝公公會幫忙做家事。中蘭則是覺得婆婆人很好，也很感謝婆婆在自己一個人帶孩子的時候前來幫忙，雖然婆媳有觀念不一樣的時候，但婆婆和自己都會相互調適。

到目前為止，她（作者按：母親）把家裡那些事都做的非常的好。~志之

我公公也都會主動幫忙，..像拖地、掃地、煮飯，他都會一起弄。~小蓉

一起跟婆婆住的生活大致還不錯，婆婆人很好，雖然偶爾有觀念不一樣的時候，但是我們都會調適，所以我是很謝謝婆婆的幫忙。 ~中蘭

此外，子女照顧有托手。中蘭在孩子出生後不久，便搬回 XX，離娘家和婆家都不遠的地方。假日可以把子女帶回娘家請父母代為照顧，讓自己獲得照顧和放鬆。小蓉一家搬遷到 XX 以後，當有需要時，她可以把孩子送回 XX 婆婆家，婆家人也會代為照顧一段時間。正心結婚生子後不久，父親就退休在家，因此當正心夫妻又因工作異動而遷移時，父親就搬去與他們同住，協助照顧孫子；而現在他們和太太娘家人很靠近，太太外出工作時，岳母便可以代為照顧孩子。平天的母親很樂意協助他們夫妻照顧孩子，因為她覺得這樣做能幫到兒子的忙，之前平天夫妻住在 XX 時，母親還會來幫忙帶小孩。對於第一次要當爸爸的志之而言，他並不會擔心孩子出生後，太太繼續上班的子女照顧和教養問題，他知道母親可以協助。

娘家的爸媽，我回家的時候，真的可以很放鬆，就是你可以回到家就真的可以做女兒，雖然你已經有兩個小孩，就可以一起拎過去。~ 中蘭

我婆婆那邊也可以幫忙，假使要把小孩放在他們那邊一個半個月，他們可以幫忙。~小蓉

我爸比較敢幫到小孩的嬰兒洗澡，..就剛好我爸也閒閒，..就是剛好又是孫子，他老人家就上

來。...九月開始...她是接早上的工作，她媽媽會幫忙看小孩，到她下班回來。~正心

她說兒子的小孩是自己的孫，所以她如果能夠幫忙兒子的話都很樂意。像之前的話...在 XX 的時候，她也是來幫我們帶小孩。~ 平天

我不會擔心將來要養育小孩的問題，因為是要在我家，這些問題都會解決。~志之

### 經濟資源獲家人提供

研究參與者在新婚生活中除了夫妻互動及人際適應上的困難外，還有許多苦惱來自生活中的缺乏與不足，雙方家人在經濟資源上的幫補，不論是固定居所或短期住所的提供，或是金錢及物品的補充，都給了他們不小的協助。對現代夫妻來說，新婚後要有小倆口獨立居住的住屋不易，在研究參與者中，有的係於婚後與男方家人同住，或住在男方父母贈與的房子裡。另有的夫妻係租屋而居；而工作一段時間後想要購屋者，則須要有父母的資助。研究參與者中的西蓮便是在婚後動用父親留給她的一筆錢，當作購屋的頭期款，購買了一間新房子；而誠一也是在婚後住進太太婚前所購置的房子。春桃婚後曾經因著和公婆及小叔夫妻同住，產生了很多摩擦，還好公婆後來決定把舊家整修一番，讓他們搬進去住；春桃對於可以有獨立、穩定且不必再挪動的居住空間，感到很開心，因為這樣姻親間的摩擦也會相對地減少。

這房子我老公的，他媽媽給他的。~ 冬桂

我又很想要有自己的房子，這邊的房子又可以是我負擔的起的，就是買了算是一種儲值，對呀。...這房子的頭期款是我付的。..把我爸遺產拿出來，就是頭期款的部分，~ 西蓮

現在是住在我老婆之前買的房子，大概兩、三年前買的。~ 誠一

整理好以後我們會搬過去，..我覺得會好。至少不會一起，差很多啊！摩擦也會比較少。就是我們會有自己的，穩定的，不會再挪動的空間！~ 春桃

而對夫妻尚無能力購屋的研究參與者來說，家人提供短期的住所以供其全家棲息安身，也是讓其婚姻可以逐漸穩定的一大助力。平天的手足在他們因為工作異動到 XX 去時，因其住家空間夠大，讓他們可以和其家人暫時同住，直等到平天夫妻在孩子上幼稚園後找到適合的居住地點。小蓉全家在先生工作由 XX 遷到 XX 時，因暫時買不起房子，又尚未確定先生的工作是否穩定，遂決定先輪流住在二名手足的房子裡；她很感謝手足們願意在自己的婚姻經濟較吃緊時，提供免費的住處，協助她們一家人暫時解決居住問題。

現在是寄住在我 OO 那邊。對，先借住他家。房子就夠住啊，空間還很大！~ 平天

所以現在不得不住在娘家，..這間房子其實是我 OO 的名字。..還好是我有一個 OO，她很願意幫忙我們。她就說如果我們回來 XX 的話可以住他家。~小蓉

家人和朋友有時候甚至會提供金錢或物品方面的協助，例如冬桂的母親曾提供了她生產所需的相關費用，而她的手足和朋友們則是提供她寶寶所需要的一些二手物品，讓她可以節省開支。

我的生產費用是我媽媽出的。當然能拿二手的，就拿二手的，我哪個朋友可以給我們推車，我 OO 可以給我們安全座椅，我 OO 可以給我那個床。 ~ 冬桂

「水可載舟，亦可覆舟。」儘管原生家庭中的負向經驗以及與原生家庭的缺乏連結，都會對新婚苦惱者的婚姻生活產生減分效果，但對部分研究參與者來說，原生家庭仍提供了其困難的新婚生活中不小的幫助和安慰。Orbuch 等人（2013）的研究發現：婚姻初期的家庭連結，尤其是與姻親家庭成員的情緒連結，對夫妻的婚姻穩定性有長期的影響效果。究其可能的原因包括：配偶家人可能提供了對其婚姻的肯定，以及其它心理上及實際生活上的協助，如協助照顧子女及處理其它家務等，而緩衝了新婚夫妻生活中，諸如經濟及其它結構上的壓力源可能對其婚姻的衝擊。

本研究呼應了 Orbuch 團隊（2013）的研究發現，自身及配偶的原生家庭成員對於新婚苦惱者在困難生活中的穩定和婚姻的持續維繫都貢獻了其可能的影響。自身及配偶的原生家庭對新婚苦惱者在婚姻困難中的協助與支持包括了：父母及手足所提供的情感安慰、關懷肯定、情緒宣洩、心得經驗分享與參考意見諮詢，甚至母親離婚後的男性好友，都可以成為研究參與者的諮詢對象。此外，家務處理及子女照顧上的協助分擔，也是原生家庭給予新婚苦惱者的另一支持。而雙方父母或手足對於住所的協助，不論是購屋時的部分資金贊助，或短期住所的提供，都發揮了其協助的力量。在生活上，原生家庭成員有時候甚至會提供錢財或物資的實際協助，以減輕研究參與者的經濟壓力。男性參與者對岳母之。這些安慰、感激及肯定與正向的情緒連結，使他們在婚姻的苦惱中看見一線生機。

#### （四）反省自覺也有錯，離婚並非真心意

研究參與者雖然在婚姻生活中因著感受到長期的痛苦或挫折而想要離婚，但他們選擇繼續留在婚姻中還有一個原因是，他們覺得並非全部都是別人的錯，其實自己也有不對的地方；不論是衝動中的個人犯錯，或是平日互動中的持續錯誤。

##### 衝動中，我犯了錯

春桃雖然覺得公婆對自己很不好，但其實她覺得自己在與公公的衝突中，講話太過忤逆，讓他老人家那麼生氣，甚至大為動怒，她也頗為自責，覺得自己是大逆不道，這樣的想法會讓她堅持想要離婚的意念稍微動搖。南梅當初因為對婚姻生活極度不適應，想離婚，而衝動地去墮胎，事後她感到非常後悔，產生很重的罪惡感，也開始覺得一直想要有小孩先生其實很無辜，因而對先生產生了愧疚感，想要在婚姻中繼續試試。

選擇沒有離婚是因為有一次跟我公公大吵，把公公逼瘋，那一次公公..，我也嚇到了，..看到一個五六十幾歲的男人發瘋，我覺得我是大逆不道，我很自責。~ 春桃

因我對這個婚姻很失望，我就做流產的動作..那一天結束，我罪惡感極重，沒辦法原諒自己。覺得自己很離譜，做錯就對了。我對先生也開始覺得愧疚，他很無辜。~南梅

### 互動時，我也有錯

修身雖然常覺得太太無理取鬧，對他的態度非常差，但有時在流淚禱告中，會回想起過去的自己，覺得自己以前其實也做過差不多的事，為什麼現在要因為太太和過去的自己一樣，就想要離婚。夏荷則是覺察到自己在婚姻中有太多的“應該”，這讓自己和先生都痛苦，而自覺先前所訂的標準實在太高，難怪先生一直達不到。秋菊在三年的婚姻中慢慢看到自己，以前常覺得先生太自大，很驕傲，後來慢慢發現其實是她沒看到自己的驕傲。中蘭也覺察到她平時常一個人做很多事，不太向先生求助，累積了抱怨想要溝通的時候，通常也都是夫妻倆已經很有問題的時候。這些自我觀照和反省也都會使研究參與者選擇繼續留在婚姻中，再給彼此一個機會。

你知道（停頓）禱告的方式有一種，流淚中，上帝安慰你，說不出來的。很奇妙的是往往會讓我回想到過去的我，我看妳，我覺得是一個，我以前也做過差不多的事情。~修身

我對很多事都很多應該，我自己其實也有發現，很多應該，其實讓我自己很痛苦，讓我配偶也很痛苦這樣子，那個標準太高了，老實說，很少人可以達到吧！~ 夏荷

這段三年的婚姻下來，讓我更認識我自己，慢慢的看到自己，有時候我覺得他很自大，太驕傲，但也許就在反應我是不是連自己最基本的 quota 都沒有看到！~秋菊。

覺得自己不太會向先生請求協助，常常自己一個人做，累積了抱怨之後，等待溝通的時機通常都已經是有問題的時候，溝通起來特別容易關係緊張或發生衝突。~中蘭

### 離婚不是真心意

對有些研究參與者來說，在婚姻生活中感到痛苦或和配偶發生衝突時提出要離婚，其實並非是真有心要如此，他們想表達的是自己在婚姻中的不舒服和希望改變的意圖。有的時候，參與者雖然多次向配偶提起過要離婚，但那是夫妻吵架時嘴巴講講而已，是婚姻生活最低潮時的舉動，其實內心並沒有真正想要完全放棄。另有的人認為跟配偶提離婚沒有用，因為配偶不會理睬或配合，令她感到挫折的是配偶對她的不理睬，甚至對於她提出離婚一事，都還沒有反應。

我是嘴巴講，但內心並沒有百分之百要放棄。像我跟他提過離婚其實提過很多次，..我已經歇斯底里到不管長輩就在旁邊，..就是在低潮期我可能會有這些舉動。~小蓉

我提離婚沒有用啦，他不理我。~夏荷



Bradbury, Fincham & Beach (2000) 在其有關影響婚姻滿意因素研究之十年回顧一文中，提及個體的認知基模，亦即個人如何形塑其婚姻故事，對其婚姻關係的影響。在本研究中，多位女性參與者之父母的婚姻關係與其個人的童年經驗大大地影響了其對婚姻的認知與觀點。由於童年的生活經驗與記憶，在其未來的生命歲月中，是伴隨著且影響著個體對周遭人、事、物的意義化的一個基模（熊同鑫，2001）。因此女性參與者在自己的婚姻中，可以看見她們重複其孩提時代有創傷、衝突且令人挫折的情境和關係，亦即她在婚姻中展現了其強迫重複行為，不認同自己母親的作為和人生，卻也重複了和母親一樣的行為。幸好她們對於自己重複母親的老路這樣的景況開始有了洞見（insight），這是個有力的開始。惟要中止在婚姻中的強迫重複仍需漫長的努力過程，接受自己不是古老的母親，接受丈夫也不是過往的父親，接受自己和配偶的本相與現況，夫妻倆才能重新開始新的互動舞步。

## 二、維持婚姻，旁有助力

新婚苦惱者在面對婚姻苦惱時，周遭的朋友、專業人員及課程講座有時候也提供了及時的情緒支持和專業協助，讓他們有能量繼續留在關係中，維持婚姻。

### （一） 同學朋友是支持

對新婚苦惱者來說，少數且僅有的朋友是其婚姻生活中重要的支持，不論是學生時代的同學或校友、教會裡的朋友，或工作上的同事，在其困難時多少提供了生活上的關懷及工作上的轉介。

#### 生活的關懷

朋友是新婚苦惱者在面對婚姻苦惱時很重要的資源之一，如小蓉就會找機會回 XX 和朋友聯絡，或講電話，抒發一下情緒；充電後，再回 XX 家裡去面對婚姻生活中的問題。正心覺得和太太剛搬到 XX 去的時候，因為娘家及朋友都在 XX，所以太太算蠻封閉的，還好自己有一個從小一起長大的朋友結婚後住在附近，兩人的太太還可以聊聊。平天是覺得婚姻生活中有壓力或有狀況時，可以透過同學每個月固定聚餐的機會宣洩一下，而他太太也是在這兩年開始可以慢慢和同事們談談生活中的壓力。國治則是有個學妹很關心其婚姻狀況，在知道他的困難後，介紹一位婚姻輔導來幫助他們夫妻。

跟朋友，就是抒發一下，..跟朋友講電話、宣洩情緒。...，而且剛回來的時候，跟朋友聚會都會聊到這一塊。~小蓉

說實在的她還蠻封閉的，後來我有一個很好...從小一起長大的好朋友，他一結婚就住 XX 市，他老婆剛好跟我老婆 tone 還算合，她有時候會找人聊。~正心

我們一群同學，都固定一個月聚餐一次，他們講他們、我講我的狀況，..她最近這兩年開始...，有時候壓力蠻大，沒地方可講。她現在有同事講。~平天

我們有一個學妹吧！她介紹她們教會的傳道給我們認識，想說看可不可以幫助我們的關係。~  
國治

宗教信仰對婚姻苦惱者除了精神上的影響力之外，教會系統中實際的人際關係網絡也常能提供實質的幫助。家齊覺得在教會裡，有很多朋友關心他的婚姻狀況，且會在他心情最低落的時候給予關心和支持。秋菊因為少和手足聯繫，在外面也少有可以談話的朋友，當有婚姻問題時也只跟教會的好朋友分享，並請教她的意見。

其實教會很多人關心我，那會在我最低落的時候，會有人來關心我。~ 家齊

如果我今天離開了教會，其實我大概就沒有什麼朋友，因為我不是一個會主動跟人家很掏心掏肺的人，...跟她分享，跟比較好的姊妹，我就問她。~ 秋菊

### 工作的轉介

在新婚階段，有時候婚姻中的其它需要，透過家人或周遭朋友的協助，也可以獲得些許資源，滿足當時部分所需。如正心的太太生下孩子以後，原本沒有工作，搬回 XX 後，便是透過朋友的介紹而獲得一新工作。冬桂當初因著安胎而辭去工作，生產後又因餵母乳也沒有繼續工作，但她知道要回去工作並不難，因為原先工作接觸過的朋友們一直在詢問她何時恢復工作。

她現在這個工作...早上的工作，其實是她一個朋友介紹她去。~正心

其實一直有工作在找我，..其實一直到這個月都還是每個月都有工作找上門問我要不要接，都是經理級的職位。~ 冬桂

### (二) 專業人員供諮詢

除了情緒宣洩的出口以及情感支持之外，有的研究參與者在其婚姻困難時刻，可以獲得來自專業人士的婚姻諮詢。誠一覺得去找醫生進行婚姻諮詢對他的婚姻有幫助，因為醫生會提供一些觀點或方法，有助於他降低婚姻衝突。北櫻在婚前便曾經找一位心理醫生做過諮商，她認識這名醫生已經很多年，也持續在個人身心狀況或婚姻困擾時去找他，她覺得該名醫生很了解她，而她也很有認同這醫生。國治覺得在接受學妹的建議尋找教會一位婚姻輔導的幫助之後，他已經能夠較有技巧地去處理太太的情緒，也學會用正確的話語去回應太太的提問。

現在有固定去諮詢，醫生會有一些建議；我有什麼問題的時候，有衝突，要怎麼樣來降低，去諮詢當然有幫助啦。~ 誠一

我們有在做諮商，我認識那個心理醫生非常久了，他應該很了解我，我也持續有狀況會去看他，也是因為我認同這個人，不然我應該也不會去。~北櫻

我是覺得有接受到他的幫助，就是經過輔導之後，..會比較有一些技巧上去處理她的情緒。~

### (三) 課程講座教秘訣

有的教會還提供婚姻與家庭的相關教育課程，志之認為到教會去參加那些婚姻與家庭課程讓他瞭解到，在人生當中家庭比工作更重要；他認為教會對他最大的影響是讓他回歸家庭，因此他在生活的優先順序上做了調整。正心在婚姻關係的低潮時期，恰巧碰到一位也是易經師傅的義警到他公司去演講。他在演講結束後私下去請教該師傅，從師父的傾聽和談話中不僅負面情緒得到抒發，還得到一些開導和建議，幫助他打開觀念上的結，也更為明白應該珍惜婚姻和自己的配偶。有的時候，研究參與者是透過書籍中的智慧話語而得到亮光或啟發，不僅不舒服的情緒得以釋懷，也獲得力量可以往前走。

我最大的改變還是回歸到家庭，..上課上得愈多，我的總結就是教會又讓我回到家庭來，其他的就會壓縮了。~ 志之

我上個月很低潮，..老師跟我講完之後，我就想通了，那些點我就讓自己有抒發口講完，回來後跟她講，...很感謝她...。~正心

很多時候，我心情不好，就會去書局看個書，裡面也許只有一句話，我就可以找到一個點，讓我釋懷，或是讓我有力量繼續走。 ~ 中蘭

過去研究指出，夫妻參與宗教及靈性活動有助問題解決（Beach, et al., 2008; Lambert & Dollahite, 2006）；諸如祈禱之類的靈性活動有助於把焦點放在關係的維繫，因而增強了饒恕或承諾（Beach, et al., 2008）。而參與宗教及靈性活動可能與婚姻的"聖化"有關，它加添了可用來支持婚姻關係的結構（Mahoney, et al., 2003）。本研究的參與者中，有多位具基督教信仰背景，其中有參與者經驗到有時在流淚禱告中，會回想起過去，反省到自己以前也做過差不多的事，開始自問為什麼要因為太太和自己一樣，就想要離婚；禱告使他對配偶的作為產生了新的見解，進而對於太太可以心生寬容與饒恕之念。本研究的結果與 Beach 等人（2008）的研究發現相呼應，祈禱這種靈性活動有助於新婚者把焦點放在關係的維繫，因而增強了其願意饒恕配偶的心志。此外，有些教會提供婚姻與家庭的相關教育課程給信徒們及社區人士參加，本研究中有參與者認為參加教會的這些課程讓他瞭解到婚姻與家庭在生活中的重要性，並提升其相關技巧與能力。這研究發現也回應了 Mahoney 等人（2003）的研究結果，即新婚苦惱者參與宗教活動，能更加了解婚姻的神聖性；亦即參加教會的活動幫助新婚苦惱者更加重視婚姻與個體在婚姻中的自我調適，也因而強化了其婚姻的穩固結構。

### 三、考慮離婚，外有阻力

而研究參與者在幾經思量是否要離婚的過程中，之所以繼續留在婚姻中，除了婚姻的內吸力之外，還有其考慮離婚時的外在阻力，包括：有基督教信仰者，不敢違背上帝

的撮合；離婚後下一個對象不一定更好，以及離婚相關法律程序的不易處理。

### （一）不敢違背上帝的撮合

對基督徒研究參與者來說，信仰是決定不離婚的一個重要關鍵。修身認為在婚姻關係很糟糕的情況下，他有很多的正當性可以選擇離婚，而信仰是讓他繼續維繫婚姻的唯一理由。冬桂則認為若不是基督教信仰不贊成離婚，好幾次她都想走了，而且她也覺得如果是神讓她經歷這一切，那這就是命定，沒有什麼好後悔的。秋菊也認為基督教的信仰不提倡離婚，結了婚就沒有後路可走，即使她遇到婚姻中的困難，也只好往前走下去。

從所有列舉過的事實，發生的東西，到她對我的態度，我有一百個正當性告訴我，宣布說我要離婚。..基督信仰變成..，讓我跟你繼續走下去...剩下唯一的理由。如果不是因為信仰不能離婚，..其實我真的好幾次想走了，我不想在他身邊（停頓）。..又覺得沒甚麼好後悔的，如果神讓我去走這一遭，那就是命定啊！~冬桂

因為在基督教裡，我們不提倡離婚，所以結了婚其實完全沒有後路可以走，就是你要往前走，所以遇到這樣的問題，就是要走下去啊。~秋菊

### （二）下個對象不一定更好

北櫻認為除非離婚後不想再婚，否則再婚之後，換另一個配偶，夫妻關係及溝通情形並不一定會比目前更好，她認為這種事情是沒有辦法預先掌握的。

除非我不要再婚了，不然誰知道換下一個會不會變成一個完全連心情好的時候也不跟你講話，你沒辦法掌握。~北櫻

### （三）離婚涉及法律難處理

而想到離婚的複雜性和程序問題，也會讓研究參與者卻步，西蓮雖然常跟先生提離婚，但她覺得離婚通常都是會牽涉到法律的東西，不是那麼容易處理。而北櫻則是覺得夫妻任一方有心想要離婚，就應該和配偶坐下來好好談，她認為分居不能解決問題，只是讓雙方冷靜下來，以便為離婚官司慢慢做準備；她和先生兩人也曾經談到離婚時對方應給自己多少錢的問題，但雙方對此未獲共識，後來就沒有繼續再談此事。

我其實一直跟他講呀，跟他提呀。可是因為離婚通常都是牽涉到法律的東西。~西蓮

他就說好啊，我們來講。我說你要給我多少錢。他就說你有沒有搞錯，是你要給我錢。那次我們談到這樣就結束了。...你若真有心要談，要在一起才能討論。~北櫻

## 四、生活轉變，帶來新機

研究參與者在婚姻生活中曾經經驗到生活轉變所帶來的諸多苦惱，但也可能經驗到生活轉變帶來的新機會。在時間的進程中，有的人漸漸適應婚姻生活，有的人則是工作成

了生活新重心，有的人品嚐到孩子的出生和成長帶來的喜悅，有的人則是經驗到搬家帶來的夫妻關係轉機。

### （一） 時間也是良藥 ~ 對婚姻生活逐漸適應

婚姻調適是一個過程，在新婚生活的適應中，時間是很重要的因子。新婚夫妻從婚前的交往，到婚後的適應，需要時間。南梅在結婚的最初幾個月，和夫家人一起居住的生活讓她非常不適應，但經過忍耐，她也慢慢習慣，就熬過去了；她覺得自己在大約半年後，就比較習慣在夫家的生活，也比較能適應婆婆的期待和要求，她的生活習性和方式也跟著配合，做了些改變。誠一也覺得剛結婚時很不能適應，尤其是生活中出現許多婚前未經歷過的經驗，而經過結婚初期的摩擦，他和太太兩人的調適已逐漸轉好。志之對其婚姻關係的評估則是認為目前雖不完美，兩人還有摩擦，但比起剛結婚時的關係，已可接受。

剛開始很不能適應，前幾個月熬過就好了，重點是我的生活改變，一件事情你習慣三個月，就慢慢習慣了，半年後，你就是更習慣了。我現在已經比較習慣，適應了。~南梅

交往的時候，有些事你...生活上看不到，結婚之後有一個最高峰，..婚前她沒有這樣對我，我沒有這麼大的壓力，剛結婚...很大的衝突，現在是比較好了。~誠一

尚可以接受，但並不完美。當然還有些摩擦啦。~志之

### （二） 工作成了重心 ~ 個人生涯轉變

小蓉回到 XX 後，因著家庭經濟上的需要，又開始恢復全職的工作；因著生活重心轉移，她開始將心思投入工作，對先生便比較忽略，也比較不會吹毛求疵，夫妻之間的爭吵便相對地減少了。

現在重回職場，放在他們身上的心力就比較降低了，會比較投入心思在工作上，對我先生會比較忽略，這樣也有好處，比較不會對他吹毛求疵。~小蓉

### （三） 搬家改變關係 ~ 生活空間移動

古人說「里仁為美」，居住環境對人的影響自古皆然，人們每日的生活中，除了工作之外，大多離不開居所；國治和太太自從再度搬家，離開原先和外人同住的居所後，他覺得和太太之間的互動也相對有所改善，至少夫妻吵架的原因可以排除外人同住帶來的困擾，單純面對兩人之間的問題。小蓉則是覺得搬家後讓她原先對婚姻感到苦惱的情形得到改善，除了和公公已經磨合一陣子，且自己目前已有工作之外，也因為是搬回到自己成長、熟悉的地方。

後來我們搬家之後，就有很多的改變這樣，我覺得婚姻只剩兩個人，那就吵架就只有我們兩個人，..我覺得滿滿意的，不用跟那個外人住在一起。~國治

現在如果再跟我公公一起住的話，那個煩惱會比較低了，都已經磨合一陣子。現在第四年是回到我熟悉的地方，然後自己也有工作。~小蓉

### 維持婚姻細思量：小結 ~

綜合上述，有些婚姻苦惱者雖然處在婚姻的痛苦中，但仍然願意繼續留在婚姻關係中，係因看見配偶家人開始出現改變的跡象，以及獲得了雙方家人的幫忙和支持，而這些幫助對其婚姻穩定具正向影響力。雖然多位參與者表達不想要有孩子，但當面臨婚姻中的去留問題時，對已懷孕和孩子已出生的新婚苦惱者來說，孩子仍是其心中的不捨和牽掛。此外，研究參與者雖然在婚姻生活中因著感受到長期的痛苦或挫折而想要離婚，但他們反省且覺察到其實自己也有不對的地方；不論是衝動中的個人犯錯，或是平日互動中的持續錯誤。而唯有透過其自我反省與覺察，以及之後產生的互動改變，夫妻關係才可能得以隨之改變。

在身旁的助力部分，新婚苦惱者在面對婚姻苦惱時，除了朋友和專業人員可提供支持與協助之外，有時候宗教活動或教會辦理的課程講座也能提供及時的情緒支持和專業協助；也就是說，參與宗教及從事靈性活動有助於新婚苦惱者的婚姻穩定。而在時間與歲月的流動中，研究參與者在婚姻生活中經驗到轉變帶來的苦惱，也經驗到轉變帶來的新機；有人逐漸適應新婚生活，有人是工作成了生活新重心，有人沉浸在孩子的出生和成長帶來的喜悅中，有人則是經驗到搬家與轉換環境帶來的夫妻關係轉機。正因為居住環境很重要，因此本研究之參與者亦經驗到環境改變帶來的夫妻關係轉機。因著搬家產生了生活空間移動，挪去了原來環境中的干擾源，或回到原來熟悉的地方，增加了適應感，而改善了夫妻關係。也因為有此體認，有的參與者對其婚姻的期許便是希望夫妻倆能開始一起尋找新的住家，以改善目前住處太小的壓迫感；另有的則是希望另找一個周遭環境較好的住處，以給即將出生的孩子一個較好的住家環境。「一沙一世界，一花一天堂。」當環境改變，心境改變，美好婚姻的未來就成為可實現的想望。

### 貳、維繫婚姻見努力

對婚姻生活現況或困難具有自省和反思的能力是新婚苦惱者得以繼續維繫婚姻的一項重要能力。在自省與反思之後，個人與關係的改變便能慢慢地發生。Protinsky等人（2001）指出，當夫妻一方放下改變另一方的企圖時，反而會創造出一種改變的氛圍。當改變的焦點從對方身上移開，轉向自己時，反而能帶動夫妻的改變；當放下改變配偶的期待與需求，把責任歸屬由配偶轉向自我時，就能促進改變。

本研究的參與者雖在婚姻生活中遭遇困難和苦惱，甚至曾經萌生離開婚姻的念頭，但在幾經思索後，仍維持留在婚姻關係中。這樣的思量過程本身就是契機，給了他們一個反思與沉澱的機會，讓他們不再只看見自己，而可以開始看向對方和周遭的家人，從困難環境中種種的資源裡看見家人和親友的愛與支持，從生活的轉變中看見新的機會；

幾經思量，當視框與態度改變之後，他們的婚姻狀況也就可以有轉圜的空間，使他們能以持續地努力適應，尋求改變。而研究參與者維繫婚姻的努力包括了：自身的努力、看見配偶的努力，以及夫妻共同的努力。而在既有的努力之外，他們也對短期的未來有著小小的期許，期許自己做有益自身、配偶和孩子的事；期許配偶更用心對待自己和孩子，也期許夫妻雙方可以一齊行動，找新家，做新事。

### 一、自身努力求突破

研究參與者在其婚姻經驗中體認到夫妻關係要持續及維持，需要其自身的努力，而他們的努力則是展現在持續的忍耐、改變觀念想法、改變行為態度，以及改變夫妻的互動關係。

#### (一) 持續忍耐先求和

當新婚苦惱者在婚姻中經驗到衝突或是不愉快時，並非皆採取直接回應反擊或對峙不讓的方式，有的人反倒是多選擇忍耐以對，期望持續地忍耐可以換得關係的和諧。本研究發現新婚苦惱者在面對夫妻及家人衝突時的最先反應大多採忍耐的方式，包括：克制式的忍耐、順應式的忍耐，以及接納式的忍耐。

#### 克制式的忍耐

平天在情緒不好或覺得很累、很氣的時候，就會到咖啡店裡去做點事情，或是上網、打電動，讓自己放鬆休息，不在那個時候回家去和太太爭吵。國治處理自己在婚姻中不舒服經驗的方式是做一些別的事情，以轉移注意力，如看書或玩電動之類的，不讓自己一直聚焦在那個害怕或是很負面的情緒當中。正心常常告訴自己，要維持婚姻就要一直退讓，不要爭；在面對太太的無理評論或貶抑言詞時，他常選擇忍耐，不予回應，以避免更多的衝突；雖然心裡覺得苦，但他知道在那個時候忍耐是有必要的。

情緒不好的時候，..就寧願我自己在外面工作，喝個咖啡，..放鬆休息或上網、打電動都可以，就不要跟她現在去爭吵。~平天

可能去轉移注意力，做一些其他的事情，去看看書，或者是玩電動之類的，就是不要一直讓自己 focus 在那個害怕的情緒當中，或者是很負面的情緒當中。~國治

我一直跟自己說，婚姻要維持下去，就是一直要退，不要爭。忍吧！忍受那個過程帶給你的苦。~正心

#### 順應式的忍耐

修身從結婚以來就逐漸體認到忍耐在婚姻生活中是很重要的，當夫妻之間的衝突發生多了，就會變得比較理性，只要自己在衝突或情緒的當下退一步，就可以放下，這其實不是原諒了配偶，而是放過了自己。正心婚後也逐漸體認到夫妻倆有許多不一樣的地

方，如果兩人都堅持己見，那一定會不斷衝突，硬碰硬的結果，就一定是兩敗俱傷；因此他體會到婚姻中其實沒有什麼公平可言，其中一定要有一方願意放低姿態，衝突才可能結束或化解。南梅在結婚的最初幾個月，和夫家人一起居住的生活讓她非常不適應，但經過忍耐，也慢慢習慣，就熬過去了；她覺得自己在大約半年後，就比較習慣在夫家的生活。夏荷發現為了要讓自己不繼續心裡受苦，便不再去解釋配偶的行為。中蘭則是學習到看著先生的花錢方式，就當做這和自己的金錢價值觀有很大的差異，雖不認同，但已可以不去禁止先生的花錢方式，也不需要再為這類問題和他爭吵。

只要你能夠忍得下來，在每一個情緒的當下，都能退一步，到後來，你就會很理性。你再回頭看那個姐妹的時候，就覺得不是我原諒她，是我放過我自己。~修身

如果都堅持自己的，那一定是戰爭，反正其實兩個硬碰硬就一定是兩敗俱傷，我覺得婚姻這個過程沒有什麼公平，就是一定要有一方願意扮演比較低姿態的那個。~正心

前幾個月熬過就好了，重點是我的生活改變，一件事情你習慣三個月，你就會慢慢習慣了，半年後，你就是更習慣了。~南梅

我一開始是認為這是欺騙，但是我發現再這樣認為下去的話，我可能會死。我後來慢慢不去這麼認為。現在我不去解釋他。~夏荷

我就發現這是他那邊的價值觀，我也就試著不要去管。..雖然我內在的價值觀，我不是認同的，但我不會為了這些事情跟他吵架，錢花了就花了。~中蘭

### 接納式的忍耐

誠一覺得自己婚前不必忍受他人，而婚後的調適就是把配偶的溝通方式當作對自己的磨練。夏荷逐漸可以體諒配偶的工作抉擇和處境，也慢慢意識到她需要自我調整，改變原先一定要先生轉換工作的想法。中蘭亦持著正向的態度看待問題，她認為夫妻當時沒有離婚，就是個機會，配偶會改變，自己也可以不再去看配偶的過錯，夫妻兩人可以重新開始。正心知道儘管配偶脾氣不好，讓人受不了，但其實夫妻兩人在金錢的使用上可以互補。修身體認到自己雖無法阻止配偶不好的行為發生，但至少可以不要再去參與其中。南梅則是改變了自己對婆婆的行為解釋，因著她對婆婆觀點的轉變，就覺得婆婆真的很好，幫了很多忙，對婆婆的要求也變得較能接受，不再認為她是故意找麻煩。

我以前不用一定要忍受一個人，我會當作是一種磨練！只有她敢這樣跟我講話。就當作是一種磨練，有時候不得不這樣想。~誠一

我也替他想過，可能要他離開真的沒有那麼容易，因為那是他習慣的環境嘛！我也不能太逼他啊！畢竟那他做了十年的工作，我就試著妥協吧。~夏荷

沒有離婚就是一個機會嘛，也許他做錯事，但是他會不一樣，我是覺得很多事情，你把它放下以後，是可以重新開始的。~中蘭



花錢起來比較不會考慮，較ㄉㄚ`手（台語出手大方）。她就會去比較幫我踩煞車，這個地方算是蠻互補的，就是蠻...她會幫我的那個。~正心

我不能阻止不好的事情發生，只是我不要再去參與不好的事情。~修身

她真的也幫這個家做了很多家事，..你就會發現說婆婆在，其實是好的。..她不是說針對你，她也不是不喜歡你，只是有時候在教你。~南梅

新婚苦惱者在面對夫妻及家人衝突時的最先反應大多採忍耐的方式，有的是採自我壓抑或自我消化的克制式忍耐，有人的忍耐則是展現在順應對方或環境，讓自己逐漸習慣並接受；另有的則是採接納式的忍耐，願意更多體諒對方，或為對方設想，或以新的解讀來重新理解家人的行為表現。黃曬莉（1996）認為中國人的家庭倫理講求的是「親和式和諧」，但是家庭成員之間也會有衝突，無論在衝突時是彼此拉開距離，保持一些空間，還是暫時不接觸，或是自我克制不滿的情緒以和緩緊張的關係，都是為了維繫和諧的關係，以免衝突表面化，甚至令關係破裂。這種自我克制式的忍耐也出現在本研究的參與者中。

另外，利氏（1995）歸納出新婚夫妻常用的五種婚姻調適策略，分別是忍耐克己、大事化小、迂迴繞道、直言不諱與公平互換等；並進一步指出，如果妻子是以忍耐服從的方式調適婚姻困境，長久下來很容易感到既苦且怨；但是如果她是以隔離或逃避的方式來調適，雖然生活中仍會有處處受限的「苦」，但對婚姻卻不致有太多的「怨」。換言之，不同型態的忍，有可能使個人在婚姻中產生不同的感受。在本研究中，也有類似的研究結果，採自我壓抑或自我消化的克制式忍耐者，雖然暫時轉移注意力焦點，但其不舒服感受多半不會平白消失，而是逐漸累積，到一定程度後，仍會找到適當的關係衝突出口而爆發出來。至於採順應式忍耐者，不論是順應對方或環境，在他們讓自己逐漸習慣並接受的過程中，負面情緒得以慢慢獲得化解；這結果正可以回應利氏（1995）的研究：不同型態的忍，使個體在婚姻中產生不同的感受。

## （二） 採取行動求改變

研究參與者在已然經驗到的婚姻苦惱中如何做出正向的改變，是其繼續留在婚姻中，維繫婚姻關係的努力之一種展現，他們慢慢體認到原有的處理方式不能解決問題，也因著漸漸更了解婚姻中的自己和配偶，而有了新的視域。總和來說，參與者在忍耐之外，更以自身的努力和改變，來建構新的婚姻軌跡。他們在婚姻過程中改變了自己的觀念與想法、對待配偶的行為態度，以及夫妻的互動關係。

### 改變觀念想法

婚姻苦惱者在努力維繫婚姻的過程中，也改變了觀念和想法，包括對自己的看法產生了改變，覺察到現在的自己，和以前不再一樣；也體認到自己走過了從前，更珍惜現

有；以及要給自己時間去嘗試改變等。在婚姻適應過程中，多位研究參與者對自己的看法產生了改變，有更多的自我了解，如秋菊發現三年的婚姻讓她更認識到自己的不夠自我肯定，常以別人對她的肯定來決定自我價值，所以才會一直努力工作，但她也想到這真的是她想要的嗎？或者還有更重要的東西需要她去花更多的時間，譬如和先生的相處。南梅在懷孕後認清了自己已經不再是小姐，覺得自己在婚前和婚後對金錢的觀念差很多，要開始控制購買東西的慾望。中蘭覺得自己已經走過婚姻關係中最困難的階段之後，便對人生有了更大的包容力。此外，冬桂則是覺得自己已經改變了，當媽媽後，母愛出來了，凡事不再為己，而會更多以孩子為出發點來想，她的驕傲在婚姻中被磨去了。

我不肯定自己，一直在尋求別人的肯定，....工作值不值得我花這些時間，我得到的是我想要的嗎？可能只得到錢，但有些東西比它更重要，我與先生相處的時間。~秋菊

到最後很多想法慢慢認清了，你不再是小姐，..我婚前和婚後對金錢的觀念差很多，我買東西，就會..慢慢控制自己的慾望。~南梅

那時候最走不過去，大概就這個時段。但走過去以後，我覺得對整个人生或生命，會有更大的包容力吧。~中蘭

我開始會以孩子為出發點，不再以自己為出發點，至少我的母愛出來了。我想這當中有我要學習的，我學到的是，我被磨得很傷，神用這個人磨我的驕傲。~冬桂

有的時候，在他人經驗的對照之下，研究參與者也會對處境下的自己有些反省，如秋菊從先生身上看見愛的行動，相對地，她的行動力就顯得較為不足，因此她也想要改變，試著把愛具體表達出來，展現在對先生的關懷行動上。小蓉是從處於困境中但卻能樂觀以對的平輩堂親身上反省到自己常只看到缺乏的且把問題放大，因此一直過得不快樂。

他的愛就是在他的行動上，但我愛也許我不講，我要試著改變，可能要試著也去講，..會提醒我..我可能應該好好的檢視我可能哪個可能行動力不足。~秋菊

因為我看到我OO是這麼開心，雖然說她面臨很多問題，可是我會可能不及他的一半吧，但是我會放大它，然後一直都是看不好的那一面。~小蓉

而在夫妻關係之外，有的研究參與者對家庭生活及其他家人的看法也有了轉變，走過從前，更能珍惜現有。如南梅在她自行決定墮胎後，感到非常後悔，而在信主之後，覺得自己的禱告蒙神垂聽，因此才能夠在受洗一個月之後便再度懷孕；對於上帝所給的孩子，她格外珍惜。平天覺得生活中有很累也有很快樂的時候，而人生就是會有這種高低起伏，如果沒有經歷過這些起伏，就感受不到處於順境時的幸福。

其實我只要想到那件事，我就很難過。..居然是在我做認罪禱告之後，在我受洗後，才一個月嘛，表示說它是上帝給我的孩子，我現在的心情是很大的差別。~南梅

人生就是有這種高低起伏，如果沒有經歷過，我就感受不到幸福。 ~平天

給自己時間嘗試改變是幾位研究參與者共同的心聲，家齊則認為沒有事情是不能解決的，沒有一段婚姻是完美的，也沒有一個人是完美的，既然選擇繼續走下去，就一定可以找到解決問題的方法，只是需要時間。秋菊面對婚姻困難的態度是願意給自己新的機會去嘗試，去尋求突破現況的方式；南梅認為她過去那種有錢就花光的習慣無法立即改變，她想要給自己一點時間去降低對購買及消費的慾望，讓節制開銷變成一種習慣。

沒有一段婚姻是完美的，沒有一個人是完美的，我也不完美。我覺得要選擇繼續走下去，一定有方法可以解決問題，只是時間的問題，可能時間還沒有到。~ 家齊

我覺得就試試嘛！我不知道什麼樣的方式可以讓我真的突破，但，你不去試，就沒有機會阿！  
~秋菊

當然也是因為我需要時間吧。因為你的壞習慣不可能一下子改變過來，需要時間慢慢地改吧。  
~南梅

### 改變行為態度

衝突是人類關係中不可避免的，當夫妻愈親密，愈親近的關係提供了愈多激發怒氣的機會 (Olson & Gorall, 2003)，而解決衝突的能力正是幸福或不幸福婚姻的重要關鍵之一。本研究的參與者試圖透過改變其個人態度與行為，以減少個人痛苦，增加個人能量，並從個人信仰中支取力量，期能進而降低夫妻中的衝突。在婚姻生活中，有些研究參與者的婚姻態度也開始產生改變，會想要珍惜婚姻。如秋菊慢慢地在夫妻性生活方面產生了一種想要彌補先生、不要虧欠他的心態，因此在偶有的親密接觸中，開始感覺自己的身體不再那麼緊繃，她覺得這表示自己往前踏了一小步。對於夫妻的互動和相處，修身也漸漸體認到夫妻相處中雖然不好的經驗居多，但也有的好經驗，而且好經驗不在乎多寡，只在於其難能可貴。

我覺得自己沒有這麼的緊繃，而且突然有了一種想要彌補，而且覺得不要虧欠他的心態，這對我也是一個踏，踏一小步。~秋菊

我找到的那一兩個好的，不在於說，這一兩個和一百個比起來有多少，而在於是說，它是可貴的。~修身

有的參與者則是改變行為，以減少痛苦。夏荷體認到自己需努力控制脾氣，為了避開讓自己生氣的來源，避開看得見的夫妻衝突，就搬回XX，以免看到先生而生氣；自從懷孕後，她對配偶的溝通方式也從憤怒抓狂改變為表達悲傷難過，她覺得這樣的轉變比較好，至少自己不用一直抓狂。冬桂則是從找人訴苦、抱怨配偶，到學習忍耐，自己設法解決情緒；而西蓮選擇和配偶分房睡，給自己一些個人空間，以減少夫妻相處的壓力；修身則是學會了夫妻要讓彼此有希望繼續走下去，就不要在衝突的情緒當下去做任

何決定。

我也在努力不那麼生氣，..要避開一些讓我不停生氣的來源，就是他。...懷孕之後，情緒會轉成悲傷，..現在比較會用那種"我好難過喔"，以前就會抓狂~夏荷

一開始我還會講、還會哭，找人傾訴，現在已經都不會了，自己在外面想辦法解決，情緒好了再回家。~冬桂

在離婚之前，我會覺得我需要一個自己的空間。我現在就是把我先生趕到另一個房間去睡，他也接受呀。至少不會讓我壓力那麼大，我可以睡得好一點（掉眼淚）。~西蓮

怎麼樣可以讓夫妻之間發生這麼多不愉快，存在著這麼多隔閡，這麼糟的狀況下，還能繼續給彼此希望走下去，我跟你講，千萬不要在情緒的當下去做任何決定。~修身

新婚苦惱者在婚姻困難中有時會做一些對自己有益處的改變，尋找新的做法，增加自己的能量。如小蓉發現自己一直處在不快樂當中，擔心自己可能會得癌症，因此想尋求宗教信仰上的協助，同時又很好奇是什麼力量讓平輩堂親保持年輕、笑容和開心，所以主動去找平輩堂親，請平輩堂親帶她去教會。北櫻認為和同事談自己婚姻中的困難，不見得同事會真心想理解或幫忙，且又擔心會被當成茶餘飯後的話題談論，她覺得和心理醫生談較有幫助，而且談的內容不僅是個人情緒的部分，還包含她價值觀也產生了改變。冬桂則是認為自己在孩子出生後，面對著沒有工作和收入，只是不斷地使用過往的儲蓄，開始警覺到她自己必須改變消費習慣；她覺得在花錢的事上，她已經變得比婚前更為小心謹慎。

我就很怕我自己的個性這樣，我才會尋求宗教的協助。..我回來後，去了一趟教會，我主動提的。..那時心情整個是很低落的。~小蓉

我跟同事講這個，說真的，誰會理你，如果是為了講八卦的，那也不必了。..我們有在做諮商，..談的不會那麼單純只是情緒的部分啦，包含價值觀什麼的。~北櫻

我承認我改了很多，畢竟我...沒有收入，又有孩子了，...我可能也不知道什麼時候才能回到職場工作，我一直在用我的積蓄，..就變成我自己就會開始小心。~冬桂

有的研究參與者在遇到夫妻爭吵，覺得沒有辦法讓情況改變時，就會尋求信仰的幫助，從個人信仰中支取力量。北櫻是信奉 XX 教的，當遇到很大的困難，找不到任何人可以協助時，會求助於該神明；至於夫妻之間的不愉快，她並不會專程去求，但在既定去拜拜的時候，會順便提到希望可以改善夫妻關係。修身和春桃這兩位基督徒則是在婚姻困難時，多以禱告尋求神的幫助。秋菊雖然在婚姻生活中感到痛苦，但仍堅守基督信仰中對於婚姻的教導，相信終會找到一平衡點，讓兩人不再那麼容易互相傷害。

當我有很大的困難，找不到任何人能夠給我任何幫助的時候，會求助 XX 吧。..本來就有要去拜，順便說希望讓我們的關係變好。~北櫻

我們吵架的事情發生了，晚上睡覺的時候，我一個人跪在床前，跟神去禱告，..我沒辦法改變她的時候，只能禱告。..靠這些禱告撐過那段過程。~修身

心裡難過的時候就享受主、享受主，不然就活不下去啊！因為我覺得享受主，祂把我比較好的一面拉出來，讓我不會再陷入那種憂鬱。~春桃

我除了禱告，沒有別的做法。當我們一直這樣碰的時候，它有一天會變圓，..總會找到一個就是平衡點。磨出圓滑的面來，讓彼此互相不會這麼容易刺到彼此。~秋菊

### 改變和配偶的互動方式

衝突和生氣的減少是夫妻之間建立親密的重要關鍵，能夠成功化解衝突的夫妻會感受到更多關係上的聯結 (Olson & Gorall, 2003)。多位研究參與者在苦惱和挫折中逐漸轉變，在夫妻互動上已從檢討配偶轉向自我檢討和改變，並試圖改變和配偶的溝通方式，藉以引發配偶正向回應，或是減少其負向反應。研究參與者在婚姻苦惱中也體認到與配偶的相處模式需要有所改變，如秋菊自我反省和檢討後，發現過往只看見先生的缺點，其實自己也有些自私；而且她也知道先生對於自己沒有辦法滿足他的性需求感到很挫折，她慢慢覺得其實自己也應該做些調整和改變，便願意和先生恢復性生活，雖然身體仍有些不舒服，但她覺得這樣做是個好的開始。修身從太太的過錯中覺察到自己過往也犯過類似的錯誤，其實不比太太好到哪裡去，相較於年輕時的自己，就覺得應少去論斷太太。誠一則是學習到一味地要求太太會有反效果，就決定對太太減少期待和要求，盡量自己做改變。

我常說他自私，但我自己也有些地方沒有為他想。..剛好有一段空檔時間，就覺得好，反而這一次我沒有這麼緊張，身體沒有這麼的緊繃，我覺得這是好的開始啊！~秋菊

你如果細數我的缺點，也是一堆啊，看到我的姐妹，她今年三十 X 歲。我三十 X 歲時在幹嘛？我的態度有比較好了嗎？沒有。我今天拿什麼去論斷她？~修身

我比較會變通啦，比較能夠去改變，比較會改變我的想法，我改得比較多，但她有改她的...，我就改變我自己，我一直以來都是這樣，所以就還可以。~誠一

除了夫妻互動之外，新婚苦惱者在婚姻中的努力還包括其在家庭生活中的行為改變，南梅覺得她已經慢慢習慣在夫家的生活，也比較能適應婆婆的期待和要求，她的生活習性和方式也配合做了些改變。志之則是在經過太太的抗議後，慢慢調整工作和朋友生活中的比重，減少喝酒應酬的次數，也盡量縮短時間，早點回家。

我現在已經比較習慣，比較適應了，..反正垃圾滿了，我就會去倒，衣服該洗，我就會去洗，以前我是...我的習慣有比較好一點。~南梅

家庭、夫妻相處這一塊、工作這一塊、還有朋友，我就會慢慢去做個調整啦，像晚上一些應酬、喝酒，這方面的機會就比較少，真的明顯有很大差異。~志之

研究參與者在婚姻苦惱中也逐漸明白與配偶的溝通方式需要有所改變，才能引發配偶的正向回應，或者減少其負向反應。正心經過易經老師的傾聽和開導，覺得想通了，也體會到自己需要對太太說感謝的話；他發現對太太講完一番真心話之後，太太的心情似乎被他同理到，以致兩人的關係僵局獲得了化解。誠一以前在和配偶的溝通上，曾用過很多方法，但結果沒有多大改變，用說理或提出意見的方式也無效，因此他後來就改變溝通方法，讓專業人士去說服她；此外，他也開始會正視太太提出的問題，針對其關鍵點去回應，這樣就馬上可以解決當下的問題。家齊因著覺察到對太太工作的關心反成其壓力，而使得她反而喜歡待在辦公室，因此他想改變和太太的溝通方式。而修身則是體認到先把心安定下來，跳脫夫妻關係中的混亂，慢慢就可以找到和太太互動的規則。

我想通了，..回來之後跟她講，...很感謝她過去..，也知道說一開始給她很好的一個願景，之後好像不如預期，..就是一些甜言蜜語，之後那個僵局好像忽然就打開了。~正心

我針對這些事去做批評或提出意見，她會不高興。..嘗試過，沒有效果，我就改變，讓專業的去說服她。..要正視她的問題、..關鍵，..馬上可以解決。~誠一

我今天去表達的方式，..她如果得到的訊息是壓力，而不是關心的話，她會覺得我乾脆待在公司算了。...她可能有種逃避家裡的壓力，我溝通上的方式要...再去改變。~家齊

你自己先安定，跳脫這個系統，不在那個混亂裡面，因為常常發生，久了，你自然會找到一個它有一套既定的規則，你會知道，你心裡面的os會出來。~修身

冬桂認為既然是自己決定嫁給先生的，就決定為自己的婚姻負責，改變和先生溝通的方式，變成盡量好言好語，且盡量不回嘴。修身在多次的夫妻衝突後，體認到事緩則圓的道理，學會在夫妻溝通時，不採正面攻堅回應，而選擇稍緩，並且改以禱告讚美神來代替以話語抱怨或咒詛配偶。幾年的婚姻生活讓正心更了解配偶的個性，也慢慢學會避開引起衝突的溝通方式，就是不要在她正在氣頭上時和她講話，讓她發洩個夠，寧可過幾天再稍微和她提一下，或是發個小牢騷。

對於他這麼一個不可愛的人，婚前我要嫁給他，所以我自己要負責。就只能我盡量好言好語，盡量不回嘴，但是百依百順做不到，就是這樣！~冬桂

我對你的話語不要採取正面攻堅回應，緩一下嘛!事緩則圓嘛!..我剛開始學，..試著在我生氣的時候，我口不出穢言，..我可以不咒詛，我就讚美神。~修身

這幾年相處下來比較知道我老婆個性，就知道不要當天她正生氣時去找她講話。..就讓她罵。過幾天再跟她講就只會稍微提一下、發個小牢騷。~正心

平天婚後也逐漸知道其實太太在夫妻吵架後，心情不好卻沒地方宣洩，所以他後來就會盡量不要跟她吵架，盡量配合太太的意思。誠一在面對太太和母親之間的關係拉鋸時，會設法兩邊都進行溝通與教育，以減少配偶的激烈反對。

我知道我跟她吵...她心情不好的時候會...沒有地方宣洩，就會很悶啊，所以我知道她這種狀況的時候 我會盡量不要去跟她吵架 讓她說什麼就說是。~平天

兩邊我都會再教育、溝通。..跟我老婆說你就體諒一下嘛! 我沒辦法，又不能分身，還是兩邊要取得平衡。~ 誠一

過往有關新婚之婚姻苦惱的研究中，並無特別與宗教信仰有關的研究發現，但有幾個研究皆發現女性以尋求宗教信仰的支持來面對其婚姻中的困難，Edin 與 Lefalas (2011) 的婚姻承諾研究發現，宗教及靈性活動的參與可阻擋使親密關係產生負向結果的事。張思嘉與郭士賢 (2011) 針對台灣華人婚姻中的控制觀研究也指出在華人社會文化中，特別是遇到婚姻生活中的問題或困境，女性比男性更會採用關係及宗教控制的觀點來因應婚姻中的問題；張思嘉、周玉慧及黃宗堅 (2008) 的研究結果亦顯示，相較於男性，女性更容易以個人外消極的適應策略來因應新婚期間的適應問題，尋求宗教信仰的支持即為其中的一種方式。但本研究中，有特定宗教信仰的參與者共有十一位，無論男 (四位) 或女 (七位)，在遇到夫妻爭吵，覺得沒有辦法讓情況改變時，都會尋求宗教信仰的力量，會求助於神明或向主禱告，希望可以改善夫妻關係，或是幫助自己度過困難時刻；而堅守信仰中對於婚姻的教導，也使得參與者願意且能夠繼續維繫婚姻。對基督徒研究參與者來說，信仰是決定不離婚的一個重要關鍵，結了婚就沒有後路可走，因為是神讓人經歷這一切，這就是命定，沒有什麼好後悔的。即使遇到婚姻中的困難，也要往前走下去。

人的潛能常是難以限量的，當環境尚未改變，而內在的力量可以提升時，就足以增強且增長期對苦惱的忍耐力。宗教信仰其精神力量的可貴在此可見一斑；對有宗教信仰的新婚苦惱者來說，宗教信仰可能是其婚姻的保護。而當面臨生育議題，新婚苦惱者有時也會在懷孕後留或不留下孩子的決定中顯得猶疑，在思考是否要墮胎時會有掙扎和罪疚感，同時也會顧慮來自信仰對墮胎的反對壓力。對於面臨生育與墮胎抉擇的婦女來說，有時候，宗教信仰是束縛；但對其腹中的胎兒來說，宗教信仰反而成了保護。

## 二、看見配偶圖改善

楊淑君 (2004) 的研究指出，新婚階段係婚姻角色調適之黃金時期，且婚姻角色扮演受互動之影響而變化。研究參與者在婚姻苦惱的調適過程中，除了看見配偶的優點以及對自己的好之外，讓他們決定繼續留在婚姻中還有一個思量是，因為看見配偶有改變的跡象，配偶的調整或改變可能是研究參與者產生轉變的動力來源之一。在夫妻衝突過程中因感受或知覺到對方的調整、配合，使得其本身也願意有所退讓或願意妥協；在困難的婚姻生活中看見配偶的努力，使得其本身也願意努力以赴，而這也有助於開啟夫妻兩人互動與關係正向轉化的契機。參與者看見配偶努力地減少夫妻之間的衝突來源，努力修補或增進夫妻情感，以及努力成為好的父母，這種種行為都顯示配偶在婚姻中的努

力。而這也與范嵐欣（2009）的研究結果相似，亦即感受到配偶所釋出的善意有助於新  
婚夫妻關係衝突的協調。

### （一） 努力減少衝突源

對婚姻苦惱者來說，在日常的婚姻衝突中，看見配偶有些許的改變，不論是會開始  
主動做一部分家事，或是在衝突中也開始讓步，都覺得是令人感動的事。春桃慢慢發現  
先生是個會改變的人；春桃覺得經過夫妻雙方的努力調整，先生的生活習慣已經有些改  
變，也比較能夠自我負責，很多個人的事情不必她叫，就可以自己去做，讓她不必再那  
麼辛苦。志之則是覺得配偶已慢慢適應分擔家務，會主動去做她該做的家務，並配合家  
中的習慣規則，處理好自己的日常生活事務。誠一則是在夫妻衝突中，慢慢感受到太太  
的讓步，他知道因著太太也做出讓步，所以兩人現在的衝突也就沒有以前那麼多、那麼  
嚴重。

我先生是會改變的人，其實他們也看到我先生的改變。訓練他到現在，自己時間到就會自己起  
床，不用人家再叫，睡覺他就自己睡，我也不會去叫他！~春桃

家務，像拖地呀，她也慢慢做。像吃完東西，她就知道自己的碗要拿去清，她就會去做。~ 志  
之

她也覺得我們這樣下去不是辦法，所以她會讓步，她當然也讓步很多，衝突沒有這麼大、那麼  
多...，她也知道我的哪裡會不滿意，她也盡量...有一些讓步。~誠一

### （二） 努力增進夫妻情

有時候感受到配偶對自己的好，研究參與者在婚姻中的痛苦就減少了一些。中蘭認  
為配偶已知道自己的錯，有心想要照顧她和小孩，看配偶的好，她的怨恨就減少一些；  
感受到配偶對自己的體貼照顧，原先的受傷害程度就減緩許多，她覺得這是釋放其受傷  
情緒的一個重要關鍵。春桃在自己與公公的衝突中，因著受不了公公的責罵而還嘴，卻  
又引起公公更大的情緒反應，而感到自責，這時先生的原諒對她變得很重要，她感受到  
先生的了解支持和體諒，覺得很受安慰。

他前一天先去買好吃的東西，半夜或清晨起來幫我加熱弄好。..原本傷害度可能有十分，..他做  
的事，覺得有被照顧到，傷害就變得剩下六分。~中蘭

我老公就選擇原諒我。老公他懂，我公公真的對我很兇。我老公就選擇原諒我。~春桃

另一方面，有的研究參與者是考慮到在夫妻互動中曾經感受到配偶對自己的照顧和  
體恤，體認到配偶的付出和犧牲，而願意繼續留在婚姻關係中，夫妻共同努力。秋菊雖  
然對先生只顧自己的生理需要，無視於她的壓力和困難，而感到很失望，但對先生常常  
等她等到很晚她回家後才一起吃晚餐的舉動覺得心疼，也感到甜蜜和窩心。北櫻則是在



先生趁她睡覺時，會主動去做家事，而被先生感動。正心則是體認到太太因自己工作頻頻異動，在婚姻中也經歷了不少的衝擊和失望，甚至在懷孕期間，仍願意盡力配合；他看見太太在這些事件中為他所做的犧牲。

他是真的對我很好，..他還滿體恤我。會等你一起吃晚餐，..會覺得很甜蜜、很窩心，畢竟結婚三年，他還願意做這樣的事情。其實他一些行為，就還真的打動我。~ 秋菊

我在睡覺的時候發現他自己爬起來做家事，我就很感動了。..他願意不在我叫的時候，還在我睡覺的時候，那已經夠好了。~北櫻

她本來..有新房子住，因為我...又整個等於都沒了...，..對她是個蠻大的變動，那時候懷孕，她毅然決然說好，..住半年多又搬走，..衝擊對她很大，她也願意配合。~正心

### (三) 努力成為好父母

而有了孩子之後，看見配偶為孩子多一些的付出和努力，也會讓婚姻苦惱者覺得多一點安慰和希望。修身看見太太會為了孩子，而努力在夫妻衝突時不再是直接對抗，反而會多尋找一些轉圜之處；也看見太太因著成為母親，對其生身母親從不原諒磨到原諒。修身認為這些都是太太有進步的地方。南梅覺得先生的角色及重心慢慢在轉變，他從較重視朋友到開始期待孩子的出生，而且也開始為了孩子的成長需要，願意聽南梅的分享，吸收新知識，想學習如何當爸爸。中蘭認為配偶已知道自己的錯，有心想要改變和挽回，且開始用心照顧她和小孩，她對先生做過的錯事就比較沒有那麼怨恨。

過去...繼續跟我冷戰...。現在比較不會，（停頓）可能因孩子的關係，多了一份轉圜。透過這個孩子磨她一件事，她對母親原來不原諒，磨到原諒。我只能說有進步。~修身

我老公讓我覺得他的角色慢慢在轉，從一個很重視朋友的人，現在好像慢慢的，比重有改變，孩子他也很期待吧。只要跟他說寶寶會怎樣怎樣，他會吸收啦。~南梅

他想要盡力挽回，..就承諾會改變，..當下我覺得他有用心想要照顧我和小孩，..你看到他好的一面，突然就比較沒有這麼怨恨他做的事。~中蘭

### 三、夫妻努力同求好

新婚苦惱者除了自身的努力之外，也試圖和配偶共同努力，不但努力改善夫妻互動，增加相處時間，也試圖促進合作，改進兩人分工；更且，夫妻會一起求助，共同尋求成長。

#### (一) 改善互動，增加相處

修身認為和剛結婚時相比，目前階段他們夫妻倆已經比較少用傷害性的語詞去激怒對方，言語之間的衝突也比以前少很多。誠一覺得夫妻衝突較有改善的原因是在溝通協

調的時候，他們夫妻倆已經會各自讓步，互有妥協。中蘭則是覺得經過夫妻倆的討論，都覺得需要一些夫妻獨處的時光，便共同決定再恢復兩人的固定時間後，已開始找機會把孩子託給父母照顧，兩人一起外出吃飯、看電影。秋菊知道雖然自己有一段很長的時間不想和先生有肢體接觸和性生活，但她也明白先生其實仍有其性需求，她認為幫助先生降低性慾的方式就是讓他多運動，以消耗體力，所以有一段時間她就會邀請先生，提議兩人晚上一同出去散步走路，以盡量消耗體力；而往往散步回家後，先生沖個澡後就睡了。

我們之間的相處，比較孩子剛出生的時候，跟剛結婚，跟婚前，這三個階段，現在我們言語之間的衝突（停頓）少，少非常多，...比較少用傷害性詞話激怒對方。~修身

她也覺得我們這樣下去不是辦法，她當然也讓步很多，現在衝突沒有這麼大、那麼多，她也知道我哪裡會不滿意，現在有妥協。~誠一

有談論過我們要有夫妻固定的時間，我們需要有一些獨處的時光，不要全部都是跟著小孩。...後來偶爾把小孩托給爸媽，我們就一起出來吃個飯，看個電影。~中蘭

像之前我為了要耗盡他的體力，晚上我就說那我們不要看電視，我們出去走路，走個一個小時、半個小時，耗盡他的體力，回來沖個澡就馬上睡了。~秋菊

## （二） 促進合作，改進分工

北櫻認為夫妻兩人婚前雖然在協議中有提到要共同分攤家事，但因為不夠具體清楚，兩人婚後為了該如何分工做家事多有爭執，後來就把它條例化，比較清楚以後，兩人就比較沒有爭執。春桃覺得經過夫妻雙方的努力調整，先生的生活習慣已經有些改變，也比較能夠自我負責，很多個人的事情不必她叫，就可以自己去做。平天認為經過夫妻倆對於財務管理方法的爭吵後，已討論出以後妻子採購由丈夫記帳，以控制整體家庭支出的方法，並在較多花費時提醒太太要留意；他認為這樣會避免以後出現更大問題。

家事只有朝向把它條列化。他只是覺得要把它弄清楚。我們結婚以前有簽婚前協議，上面有說好要共同分攤家事，但沒寫清楚，現在把它弄的比較清楚，比較沒爭議。~北櫻

我們現在正在調整，因為吵過以後，我們就很冷靜思考說以後你花錢就我記帳，我就提醒你，就是稍微要...她也意識到，要稍微克制一下，不然未來是更大的問題。~平天

訓練他到現在，自己時間到就會自己起床，不用人家再叫，睡覺他就自己睡，我也不會去叫他！  
~春桃

### (三) 一起求助，共同成長

北櫻在自己有需要的時候會尋求精神科醫師的協助，而且大部分時候先生會和她一起去，最近的情況是固定兩週去一次，她認為醫生從專業的角度，較為中肯，對他們有一定程度的幫助。誠一也是會和太太一起固定去諮詢醫生，醫生提出的觀點和建議方法，他認為回家後照著做就有幫助，夫妻衝突就降低許多，比較沒有以前那麼嚴重。夏荷夫妻倆則為了要找方法處理一直無法解決的問題和不斷重複的爭執，便共同去尋求婚姻輔導的協助，她並且也禱告祈求，希望夫妻都能從婚姻輔導那兒得到幫助。

我們現在去看那位醫生，兩個禮拜去一次。我有需要，就會去看那位精神科醫生。先生大部分時候跟我去。醫生，他比較中肯.. 專業的角度，天天在處理這種事。~北櫻

一、兩個禮拜固定會去諮詢醫生。他會有一些建議，觀點、方式。..去諮詢當然有幫助啦！就照著做，就沒事，衝突會有，但是會緩和，也就不會那麼嚴重。~誠一

我覺得問題沒有被處理掉，還有不斷重覆的這種爭執一直去出現，那是我們現在看婚姻輔導的一個重點。我現在只能禱告，現在這個輔導能夠真的幫助我跟先生。~夏荷

Melito (1985) 認為真正的「調適」應是同時包含有穩定及改變的二種功能，且維持一辯證性的互動。只是目前的家庭理論將穩定功能與改變功能視為二種分立的系統，而且大多數的研究者過度強調穩定的功能，而忽略了改變的功能。劉惠琴 (2004) 指出夫妻關係改變過程的引發，多半是由於妻子的覺察而引發的。妻子無論是順從隔離、溫和或激烈的改變方式，均需要丈夫一方的配合，才能達到夫妻互動的改變。因此在傳統父權結構仍然強大的環境中，妻方如何引發改變的需要，夫方如何配合妻子的引發，組合成不同的夫妻調適型態，是決定夫妻成功解決婚姻問題的關鍵性因素。因為婚姻中衝突的化解，有賴夫妻彼此性格的適配以及兩人都有投入的意願，並且視維持婚姻關係為長久努力的目標 (王沂釗, 2000)。本研究則是發現在夫妻互動舞步中，啟動改變的不一定全是女性，男性研究參與者也會啟動夫妻互動的改變。基本上，多位參與者得以在婚姻苦惱中慢慢找到出路也正是因为其夫妻一方啟動追逐行為時，另一方逐漸可以面對，不再逃避，且配合對方的引發，而形成婚姻的新舞步，走出婚姻關係的新路。他們試圖改善夫妻互動，增加相處時間，也試圖促進合作，改進兩人分工；更且，夫妻會一起求助，共同尋求成長

#### 四、努力之外有期許

研究參與者在努力之餘，對婚姻的短期未來，還有一些小小的期許，他們認為近期之內，夫妻還可以個別或共同再做一些事，讓婚姻可以更好；這些期許包括：自我期許求更佳，期許配偶更用心，也期許夫妻雙方齊行動。

### (一) 自我期許求更佳

除了努力之外，研究參與者更期許自己未來可以多去做有益自己的事、做對配偶好的事，以及做更愛子女的事。去做有益自己的事，是研究參與者想要去做的最先之事。夏荷知道她可以透過幫助別人，來轉移生活的關注焦點，讓自己不要聚焦在婚姻的困境中，她認為幫助別人其實是在幫助自己，因此想去尋找可以助人的工作。西蓮在面對諸多角色壓力與責任時，也知道其出路在於放掉一些照顧家庭的責任，在工作之餘，再去進修；一方面追尋理想，二方面讓自己覺得有成長。冬桂則認為在目前的婚姻狀況中，去避孕是照顧且保護自己的方式，以免再度懷孕。

我覺得當我託付在別人身上的時候，也可以幫助我，比較沒有那麼 focus 在我自己的困境上。  
~夏荷

其實出路就是可能放掉一些應該要擔的責任。家庭、工作、生涯規畫...但是我可不可以把家庭稍微放掉一點，考上研究所...這好像是我這兩年最有期待的事情吧！~西蓮

我現在想要瞞著他去裝避孕器，他這種搞法會讓我覺得我不想再生小孩，我總要保護好我自己。~冬桂

新婚苦惱者在面對婚姻苦惱時也會做許多的反省，其中包括自己想要改變或調整的地方，試圖去做一些對配偶好的事。秋菊覺得需要對先生多些愛的表達或行動，試著跟他說我愛你，或是去擁抱他；北櫻覺得自己說話時的態度要更軟化些；中蘭期許自己要練習去看先生的好，對他滿意的部分，也要讓他知道；小蓉覺得自己需要在想要發脾氣時，先自我調節或控制，她知道這是先生很在意的地方，也是她需要再自我檢討的部分。

我愛，也許我不講，我要試著改變，可能要試著也去講。我也不太做，可能只是個擁抱，我可能應該好好的檢視，我可能哪個行動力不足，要補強。~秋菊

可能我也是在跟他講話的時候，態度上要軟化一些吧。~北櫻

也許我應該要練習一下，去看一下他好的地方。..所以我預定說接下來我可能要做類似多方面的學習。~中蘭

我會覺得我要改進，就是我要壓抑一下我當下的情緒。就是事後再發洩情緒呀。..所以這是我自己覺得我要檢討的地方。~小蓉

對於懷孕以及家有幼兒的研究參與者來說，他們對於自己的期許，還包括了對子女所要做的努力，以期更愛孩子。懷孕中的南梅期許自己在孩子出生後，不要再像剛結婚時，下班就直奔娘家，而是應下班後早早回家看孩子，而且要努力避免把原生家庭經驗

加諸在孩子身上。平天則期許自己可以在工作時間上做些調整，努力找更多機會和孩子互動。冬桂是希望可以親餵孩子到她足歲，然後再一邊幫孩子找保母，一邊開始找工作，慢慢改善家庭的狀況。

我相信孩子生下來以後，我應該會更早離開，我不可能在我娘家待那麼晚，..因為我要回去看我的小孩。..我爸媽並沒有把我教得很好...我就想要去避免這些經驗。~南梅

我的部分就像我老婆講的，要加強跟小孩互動，我其實很努力想要有機會就加強這部分，我唯一能改善的方法就是不要做這個工作。~平天

我跟自己說餵到孩子足歲，至少脫離母乳。~冬桂

## (二) 期許配偶更用心

研究參與者對配偶的期許包括：期許配偶對自己更多情，以及期許配偶對孩子可以有更多愛的表現。南梅很在意先生不懂得愛，不知道他做的事情會讓她傷心難過，她希望先生能夠學習去愛人，去了解別人，在理性之外可以多一些感性。秋菊亦是希望先生多用心去感受人，而不是只用知道的常識在與人溝通。平天則期許太太的脾氣可以多些改變，不要再那麼衝，講話不要那麼大聲。夏荷更是希望先生不要再忽略她，或不理她，可以和她多些溝通，談話時多給些回應。

我覺得他應該要學會愛人，他很缺乏這一塊，他不知道你受傷，不知道你在難過。其實愛人這件事情是需要很多感性的東西在裡面，我是我覺得他很缺少這一塊。~南梅

我跟神禱告希望他可以多用心去感受人，不只是用知道的常識，我覺得人都不一樣。~秋菊  
我就一直跟她講過，脾氣不要那麼衝，講話不要那麼大聲，這個部分我一直跟她講，因為我知道她很難改，我努力要叫她改進。~平天

婚姻的期待喔，我希望我們可以解決一些比較初步、一些溝通的問題，譬如說他..他不能夠再那麼的忽略我、或者不理我。他要試著回應我。~夏荷

在配偶與子女的關係上，女性對先生的期許包括希望先生對孩子出生以後的哭鬧聲有心理準備、不要把過多負面的東西倒在孩子或自己身上、期望先生和孩子的關係會比他和其父親的關係更好，以及期望先生可以對孩子多一些付出和用心。

我相信以後小孩子生出來，他想哭，就哭了。他不可能還照著你，不會管吵醒你不吵醒你的問題，這些事情，他也得有心理準備。~南梅

我對先生抱這麼一絲絲、一點點的想法。不管我跟這個男的的感情如何，只要你不要再把那麼多負面的東西傾倒在孩子或我身上，這個婚姻可以繼續維持下去。~冬桂

他跟父親的關係也很低，我跟他說難道你希望以後你跟你兒子的關係像你跟爸爸的關係嗎？他說他不希望，所以我們會從我們身上的一些事去聊天，期望會改變。~南梅

小朋友長大以後，我希望先生對小孩會有更多一點的付出和那種用心吧。~中蘭

### （三）期許雙方齊行動

這包括兩個部分，一是居住的議題，夫妻一起尋找新的住家，改善目前住屋環境不佳對夫妻互動的負面影響；二是在夫妻關係方面，研究參與者期許夫妻可以一齊努力，做一些新的共同活動，以求改善夫妻相處狀況。有的研究參與者希望夫妻倆能開始一起尋找新的住家，以改善目前住處太小的壓迫感；有的希望能搬遠一些，遠離公婆目前居住的地方；另有的則是希望再找到一個周遭環境較好的住處，因為夫妻倆要迎接新生命，希望可以給孩子一個較好的住家環境。

先找到家、新的家、新的環境改變，我就是覺得我需要改變，所以我一直很想要找一個還不錯的空間，我覺得這是我們剛開始的第一步，~秋菊

要避免婚姻滿意的分數往下降，就不要在 XX 工作，搬去遠一點的地方。~北櫻

就覺得住的環境不是很好，一方面要準備迎接新的生命誕生這樣子，想要再換個地方。希望能夠換到更好的環境。對呀，還在努力當中。~國治

有的研究參與者希望夫妻能一齊做新事，諸如一起做些假日活動或與其他夫妻多些互動，並增加彼此身體上的親密接觸；有的是希望夫妻在遇到問題能速速解決，不要拖；有的則希望夫妻可以有更多獨處的時間，或安排出遊；有的則是期勉彼此可以共同解決溝通問題，及控制自己的情緒和脾氣；另有的則是對於彼此個性的差異能有更多了解和包容，並在相處上能再學習，多進步。

我們可以趁著有一些假日的活動上消磨我們的時間，可能跟其他的夫妻們有互動。..可能我會試著，我們以後就一起洗澡，我們就更多肌膚上面的接觸。~秋菊

遇到不順心的事，還是希望能夠速速解決，就像我先生說的，不要隔夜。拖著真的很不好。~南梅

期盼以後還是會有更多...相處的時間，..兩個人單獨時間或是安排出遊的時間。~家齊

我希望我們可以解決一些比較初步、溝通的問題，我也在努力不那麼的生氣。~夏荷

我是覺得個性方面不一樣 這是事實啦。所以我覺得個性不一樣，如何去做包容，或去做某一方面的修正，有要去進步的空間。~志之

王沂釗（2000）針對六對婚齡在五至八年的夫妻進行深度訪談，發現多數受訪夫妻

的婚姻衝突在結婚之初即開始醞釀，並且是源自夫妻兩人不同的理想觀點，也就是夫妻一方或各自堅持個人生活歷史的原生家庭經驗或是理想標準，當配偶沒能按照自己的標準或是不符合自己的期待時，便常常使用爭執、吵架的方式處理衝突。對妻子而言，婚姻衝突對於婚姻關係的影響，主要是發覺期待被照顧、被支持、被關心、可以依賴的理想幸福婚姻生活，並未在現實的婚姻生活中出現。因此，婚姻生活的大小衝突，正是揭露兩個不同生活歷史差異的事實。本研究多位參與者在訪談過程中，表達出他們瞭解自己在婚姻中的不滿，多少與原生家庭經驗有關，也覺察到許多夫妻間的互動受到過往與父母互動經驗的影響，這樣的瞭解有助於擴大他們的視野，進而開始體認到夫妻間的差異不再只是對與錯的問題，而是兩人的原生家庭經驗不同以及自己的理想觀點所致，進而願意修正或放棄自己的理想觀點，接納配偶的真實面貌。

在范嵐欣（2009）針對新婚夫妻婚姻衝突所進行的研究中發現夫妻關係衝突協調的促進因素包括了「願意在關係中釋出善意」、「對改變願意承諾」、「期待持續成長並有努力意願」。本研究的參與者在其維繫婚姻的努力過程中也展現出相似的內在能量，不論是在關係中釋出善意，或是期待持續成長並有努力意願。當夫妻兩人可以開始重新框視，願意以新的觀點來看待配偶的表現，以及在兩人互動中的反應時，兩人的重新彼此接納會使得兩個個體生命史在婚姻中的交會，不再只是帶來痛苦與傷害，而是豐富與融合。在其個人新的理解與觀念產生之後，行動的能量也就可以隨之而生；當新婚苦惱者願意持續努力，以維繫婚姻，他們對婚姻的承諾就在顯現在其中，而個人的承諾有助於強化配偶的婚姻承諾，彼此產生正向交互影響。再者，研究參與者對其婚姻的未來抱有期許，更是對婚姻承諾的另一種展現。婚姻是兩個個體生命史的交會與撞擊，雖然過往的原生家庭經驗有其影響力，但新婚者可以透過個人與夫妻共同的努力，逐漸脫去過往的影響，慢慢減少其苦惱，一齊寫下新的婚姻篇章。

維繫婚姻見努力：小結 ~

綜合上述，婚姻苦惱者在努力維繫婚姻的過程中，不但改變了觀念和想法，也試圖透過改變其個人態度與行為，以減少痛苦，增加能量，並從個人信仰中支取力量，期能降低夫妻中的衝突。多位研究參與者更是在苦惱和挫折中逐漸轉變，且具體展現在從檢討配偶，轉向自我檢討和改變，並試圖改變和配偶的溝通方式，藉以引發配偶之正向回應，減少其負向反應。在此努力過程中，對新婚苦惱者的婚姻，宗教信仰是束縛，也是保護。而新婚苦惱者除了自身的努力之外，也試圖和配偶共同努力，不但努力改善夫妻互動，增加相處時間，也試圖促進合作，改進兩人分工；更且，夫妻會一起求助，共同尋求成長。從其努力的過程中可以看見夫妻一方啟動的改變過程與力量，且讓夫妻一方的追逐成為夫妻關係改變的另一新起點。新婚苦惱者對維繫婚姻不斷努力之餘，還對婚姻的短期未來，有些期許，亦即夫妻可以個別或共同做一些事，以使婚姻更好。而婚姻確實是兩個個體生命史的交會與撞擊，雖始自個人理想觀點與原生家庭經驗的影響，但

透過夫妻共同的努力，新婚苦惱者仍可以逐漸脫去過往的影響，慢慢減少其苦惱，一齊寫下新的婚姻篇章。

## 眼光

不管天有多黑，星星還在夜裡閃亮  
不管夜有多長，黎明早已在那頭盼望  
不管山有多高，信心的歌把它踏在腳下  
不管路有多長，心中有愛仍可以走到雲端

誰能跨過艱難，誰能飛越沮喪  
誰能看見前面，有夢可想

上帝的心看見希望  
你的心裡要有眼光

喔  
你的心裡要有眼光



## 第五章 結論與建議

本章主要在針對整體研究成果提出結論與建議。第一節「結論」以回應兩大研究目的為書寫脈絡，包括：「新婚苦惱者的婚姻苦惱經驗」與「新婚苦惱者繼續維持婚姻的掙扎與努力」兩部分；第二節提出「研究貢獻」；第三節「建議」乃針對本研究之結果提出相關建議；第四節「研究限制與反思」，包括研究限制與研究者的反思。

### 第一節 結論

本研究透過與十六位經驗到婚姻苦惱以致產生離婚意念，但仍繼續維繫婚姻的新婚者之深度訪談，在與參與者互為主體、逐漸貼近之過程中，研究者由整體印象，不斷閱讀訪談逐字稿，完成部分之理解，再回到整體之詮釋，在此不斷循環詮釋理解中與互為主體同意下，逐漸達到視域之融合，還原參與者之婚姻苦惱經驗原貌。

整體而言，雖然參與者之生活經驗不盡相同，但仍有很大的相似特徵，即在婚姻中經驗到諸多苦惱。本研究由參與者的生活經驗出發，詮釋新婚苦惱者對婚姻苦惱的種種感受，得到「新婚轉變磨出苦澀滋味」、「關係問題不斷疊加累增」、「夫妻互動磋商，愈搓愈傷」、「期待渴望逐漸失落幻滅」，以及「底線遭踏，婚姻難再撐繼」等五大新婚苦惱經驗主題。而深究各研究參與者在離婚意念產生後，試圖維繫婚姻的掙扎與努力時，得到二大維繫婚姻的經驗主題：「維持婚姻細思量」、以及「維繫婚姻見努力」；以下針對研究結果進行摘要式的具體結論。

#### 壹、婚姻苦惱交疊顯

##### 一、婚姻苦惱種因於婚前，顯現於新婚

單身轉變至結婚的種種生活議題考驗著新婚夫妻處理意見不合之能力，互動過程中，壓力自然容易倍增；而婚前交往時間不論是長或短，婚後都有可能產生婚姻苦惱。當新婚者進入婚姻的決定並非成熟考慮後的結果時，婚後便容易對結婚的決定心生後悔。多位新婚苦惱者表示其婚姻決定並非出自於夫妻雙方共同意願的結合，而是被個人衝動或特殊需求所驅策，或被對方或父母所催促強迫，或在同居狀態下，女方意外懷孕，或是在宗教氛圍或時間壓力的作用下而結婚，而這些決定進入婚姻的緣由可能便已在結婚之初，種下他們後來婚姻苦惱的種子。

在婚前交往階段出現的問題，若未獲得適當的解決或處理，以致延宕並展延至婚後的夫妻關係與新婚生活中，亦可能成為婚姻苦惱的肇因，諸如一方或雙方父母對婚事的不讚許、個人潛藏的期待模糊了交往中的問題、交往階段便意見不合且爭執不斷，以及夫妻之間的激烈衝突與不可掌握感等，這些婚前未獲解決的問題持續累積到婚後，成了婚姻脆弱的根基。而潛藏的個人婚姻期待在婚後浮現，在夫妻關係或婚姻生活中得不到滿足，甚至感到失落幻滅，都可能使得婚姻苦惱加速增生。

而新婚苦惱者與配偶的互動也與其原生家庭經驗及個人成長經驗有關，他們將自原生家庭中習得的負向互動方式運用在親密關係中，以致無法有效解決問題。父母及手足的離婚對其婚姻適應亦產生負向影響，原生家庭的家人關係衝突與父母長期失和對其夫妻互動的負面衝擊更大。而原生家庭經驗的負向影響也出現在其子女養育的心態上，有的擔心孩子會重蹈自己的不幸童年；有的不想讓孩子和自己一樣，長期活在父母關係失和的家庭中；或甚至因原生家庭負向經驗而不想要在婚後有孩子。

## 二、新婚轉變階段問題即生，苦惱浮顯

結婚對個體產生的立即衝擊之一便是財務，兩人的結合可能代表著收入來源的增加，但也可能帶來更多的債務和消費支出。新婚苦惱者在其婚姻生活中多感受到經濟上的壓力，阮囊羞澀是其共同感受；個人開銷及家庭生活支出、長期房貸、照顧上一代或下一代的漸增費用，再加上婚前的待償債務，在在都加重其經濟負擔。而除了入不敷出的窘況與債務的壓力之外，夫妻間不同調的消費標準，以及配偶拒絕討論錢的去向等引發衝突的消費習性更是其常有的苦惱；現代社會之經濟型態中常有的投資行為也出現在新婚夫妻中，但夫妻一方因投資造成鉅額損失，引發了另一方的個人經濟安全感受到威脅，也促成其離婚意念的快速形成。

新婚者初進入婚姻生活時，甚至在婚前，可能都很難想像或理解婚後的住處與其婚姻的關係為何；惟實際經歷婚姻的日常生活後，才會逐漸感受到其影響。因結婚而牽動的居住問題不僅影響了女性，也影響了男性。對女性來說，與男方家人同住有適應上的難處與配合夫家家庭規則的壓力；對男性來說，和女方家人同住，則有“寄人籬下”感及“在面子上掛不住”的無形壓力。而住在外租屋者，則有租屋內部空間窄小帶來的生活壓迫感，搬家頻仍者更是遭遇了嚴重的人際隔離與生活不安定感。

女性新婚苦惱者另一難題乃由婚後很快懷孕所引起，種種情緒衝擊出乎其意料之外，且令其不堪承受；再者，懷孕更大大壓縮了女性的新婚適應期，使其生活開始因蜜月期及新婚期過短而變得憂鬱。懷孕初期壓力大，懊惱多；墮胎與否，自身有掙扎，配偶有遺憾；而選擇流產，身心皆不適。至於不想生小孩的新婚苦惱者所考慮的理由包括了：擔心生活不再自由、夫妻關係不佳、配偶不成熟、經濟及住所尚不穩定、恐懼生產過程，以及擔心胎兒的健康與未來等；這些理由或可以解釋少子化現象為何持續地存在。

## 三、婚後，兩人開始夫妻關係，卻難親密

新婚苦惱者在婚後便經驗到戀愛時的浪漫氛圍與配偶情意表達在現實生活逐漸消失，親密與相愛的感受也日益減少。當夫妻兩人為婚姻關係增溫的舉動日減，而為婚姻關係降溫的表現漸增，新婚苦惱者的關係感受便很快接近降至冰點的程度。而婚後性生活受錮於生活中諸多壓力與限制，性關係更是呈現困頓疲乏，性接觸大量減少，性生活品質也相對變差。男性參與者認為此乃夫妻雙方工作太過忙碌、關係緊張，以及住所太窄小所致。而彼此之間的性吸引力不再、配偶在行房時缺乏愛意的洩慾方式，加上對懷孕的恐懼，以致造成對女性來說，性成了無可逃避之義務的窘境。

新婚夫妻的生育期待不一，加上周遭的催促壓力，使關係相對受傷，而女性的生育仍缺乏自主權，所感受到的仍為社會期望中的母職實踐。對子女已出生的新婚苦惱者來說，其體力、精神及經濟的負荷與壓力變得更重。此外，新婚男女皆苦於婚後失去個人時間與自由，自主性受到很大的限制。而新科技產品如上網瀏覽、臉書、線上遊戲、網購等網路活動，佔據家庭時間，也為新婚苦惱者的婚姻關係帶來惡化影響。另外，夫妻花很多時間在個別宗教活動上，減損了夫妻共處時間，也無助於夫妻情感的增加。這種種的情形都使得原本應最親密的兩個人，開始有著若即若離的不確定感，而嚴重傷害了婚姻的情分。

#### 四、新婚苦惱交織於婚姻的環境與時空中

新婚苦惱者的夫妻磋商，不論是在家務分工、生養子女，或是時間分配上，往往是愈搓愈傷；而無效的溝通方式，更是傷害了夫妻的關係和情感。再加上當夫妻的權力失衡時，不滿與鬱悶感便油然而生。首先，新婚夫妻的家務工作，如何做到公平分工，兩人難有共識，各有委屈；而進一步探究本研究之參與者的夫妻家務分工問題，可以得知新婚夫妻追求平等的家務分工，遭遇到三重阻力，第一重阻力來自「男主外，女主內」傳統觀念下的公婆態度，第二重阻力來自男性自身的性別角色態度，第三重阻力來自男性對於工作之外已無時間且沒有體力做家事的說詞，夫妻衝突於焉發生。而在此衝突中常見的「女追男」現象，其實是文化建構的結果，受主流價值婚姻觀的影響。

對就業的新婚苦惱者而言，工作壓力帶來的影響和感受和其單身時代已大不相同，其工作壓力來源包括了薪水不高、工作不能出錯、業務績效、同事間的人際問題，以及領導管理的工作要求。而新婚苦惱者除了在婚後遭遇工作壓力很大這普遍性的難題之外，還經驗到結婚對工作的不利影響，例如不易找到合適的工作，或是職涯規劃被改變；而其工作上的難題也影響其家庭生活，造成夫妻關係的緊張。此外，在工作與家庭生活之間的協調困難，也是新婚男女苦惱者共同的問題，但各有不同的苦處；而儘管男女都有工作與家庭難兼顧的苦惱，但婚後責任與待處理事務隨角色之增多而增加，對新婚女性的衝擊較男性更大。

新婚苦惱者在婚姻中經驗到代間衝突困境，不僅親代與子代夫妻之間產生三角緊張關係與衝突，親代介入子代夫妻之子女教養也造成代間衝突，固然三代同住困擾多，三代不同住的代間衝突也不少。另外，不論是否與上一代同住，照顧父母的責無旁貸是新婚苦惱者的共同感受，但女性苦於在照顧公婆責任中的無力與掙扎；而對未與父母同住的男性來說，對其原生家庭成員，特別是父母，仍有諸多的牽掛和不捨，唯照顧的分際，大小家庭未均衡，卻也是其面對的難處。

而進一步探究婚姻苦惱內涵，可追溯出婚姻苦惱產生的個人成長及婚姻生活脈絡，包括：夫妻兩人的婚姻期待背道而馳、不同的角色期待帶來了生活壓力、過往成長經驗對婚姻適應產生負向影響、夫妻的社會連結與家庭支持不足、父系家庭結構與居住安排產生了束縛、代間的權力相爭和夫妻的權力互戰造成夫妻衝突，以及面子文化對夫妻關

係產生負向影響等。父系家庭結構與居住安排對新婚苦惱者在婚姻適應上的束縛顯現在親代強勢作為影響夫妻生活關係、居住安排考慮離不開照顧男方父母，以及親代認為女兒出嫁，應該唯公婆之命是從的傳統觀念。而代間權力相爭的結果使得子代媳婦感到長期委屈，夫妻權力互戰的結果使得夫妻權力失衡，一方的不公平感油然而生。

嫁入夫家的新婚女性，在仍以父系家庭結構為主的婚姻生活中，依舊受苦；兩代衝突時，男性子代夾在親代與配偶之間，不但角色難為，作為也多顯得不當，造成夫妻間的另類衝突。而不論男女，新婚苦惱者都顯現出對「關係」，亦即社會文化脈絡中之「相依自我」的需求；但男性婚後照顧家人的自我期許，成了配偶難以承擔的包袱。當與原生家庭的連結不足，而其他社會支持與關係連結又顯得缺乏時，對新婚男女來說，面對著婚姻中的苦惱，更容易覺得孤立無援。

### 五、期待落空，底線遭踏，婚姻困守

從婚前交往開始，新婚苦惱者對婚姻的期待便在兩人關係中不斷發酵，而彼此的角色期待以及來自他人的角色期待更是在婚姻生活中逐漸顯露影響；他們發現婚姻生活的現實經驗與配偶的角色扮演，和其個人的期待之間有很大的落差，以致其在婚姻生活中經驗到個人期待的失落與幻滅。此外，有的則是在婚後經驗到對配偶之親職角色與配偶角色扮演的失望，並且對配偶的低成就與沒擔當感到不滿。對新婚苦惱者來說，其婚姻期待未能在短期內實現的挫折加速了新婚者對婚姻的失望與放棄；而宗教信仰對夫妻性別角色的描繪也成了新婚苦惱者的困擾源之一。

新婚苦惱者也慨嘆在婚姻中之自主與獨立的失落，乃因在婚姻中無法自在做自己，且配偶不想停止依賴父母。另一種失落和苦惱係來自與他人共居，包括在夫妻租屋時突然加入外人要同住所產生的干擾，以及因著某些緣故而和配偶的父母或手足等姻親同住的困難。而在婚後者的居住地點不斷變動，不但造成其個人的人際隔離及生活不安全感，也傷害了其家人關係和子女的生活適應，相對地，便加劇其婚姻期待的幻滅感。

此外，在新婚階段，夫妻兩人碰撞頻率最高的部分要屬彼此的個人特質，婚前或許沒有賦予這部份太多的注意力，但婚後每日的相處互動，處處都有兩人性格特質流露的痕跡。新婚者的負向解讀是其個人常感不快樂的肇因，卻也是令配偶煩悶的牢籠；而夫妻任一方未主動向外求助，長時間消極以對的結果，便是兩人都對關係漸感失望。而對新婚苦惱者來說，配偶之身心症狀累了彼此，不論是婚姻衝突與自身或配偶之憂鬱症狀的糾結，或是自殺經驗成了夫妻關係中隱藏的威脅，在在都隱隱觸及其個人底線，尤以婚姻衝突和個人憂鬱症狀的糾結，影響更大。除了夫妻彼此的個人底線，或是因個性特質相容度低，以及彼此適應困難等關係底線被觸而產生的苦惱之外，家庭底線被破壞，如家庭和諧底線遭蹂躪、家庭自主底線難守護，以及家庭經濟安全受威脅等情形，亦都可能傷及新婚苦惱者在婚姻中繼續維繫下去的意願。

## 貳、維繫婚姻現契機

### 一、離婚意念萌生之際，始是婚姻韌性模塑之時

新婚苦惱者在離婚意念產生之際，靠著家庭的內在吸力與週遭環境中的助力，以及考慮離婚時的外在阻力，選擇繼續留在婚姻中，而不論是對於家庭內在吸力或週遭環境助力的評估，甚至是對於離婚阻力的思量，都與新婚苦惱者個人的婚姻信念與認知上的轉向有關。新婚苦惱者在其婚姻生活中的諸多問題持續存在且不斷累積，以致離婚意念萌生時，掙扎且想要繼續留在婚姻關係中的意念以及對未來仍存狀況可能好轉的盼望也悄然平行出現。然而新婚苦惱者得以繼續維繫其婚姻的契機更來自其自身、配偶與夫妻共同的努力，以及對未來生活的一些期許，而這些也正是其婚姻韌性與婚姻承諾的具體展現，雖可能僅是小小的萌芽與塑形。

### 二、繼續留在婚姻中的內在吸力、周遭助力與外在阻力俱存

讓新婚苦惱者在思量去留時仍願意繼續留在關係中維持婚姻的家庭內在吸力包括四方面：首先是想起另一半的優點與長處，且擔心離婚舉動會傷害配偶；其次是想到孩子，子女不但是心中的不捨和牽掛，也為其在苦惱生活中帶來喜悅以及和繼續維繫婚姻的動力；再者，婚姻初期覺得難以適應的配偶家人也逐漸在改變，而婚姻生活中的諸多事務，雙方家人也有所幫忙；最後，新婚苦惱者反省到其實自己也有錯，婚姻中的諸多衝突與問題，不全是配偶或他人的責任。

新婚苦惱者之社會連結的支持力量不僅來自於夫妻雙方家人，來自生活環境周遭的一點點幫助也有利於其繼續維持婚姻的考慮，不論是朋友提供生活上的關懷或工作上的轉介，或是專業人員提供的婚姻諮詢，或是公司、教會舉辦的課程講座，都是新婚苦惱者維持婚姻的助力。而新婚苦惱者在考慮離婚時的外在阻力則是來自其不敢違背個人在信仰上的承諾，離婚後下一個對象不一定會更好，以及離婚涉及法律，處理不易等等的想法。此外，在時光的流轉中，新婚生活帶來苦惱，但後續的生活轉變也帶來新機，時間是良藥，讓新婚苦惱者可以逐漸再適應；有的人找到新的工作，生活有了新的重心，而對另外的新婚苦惱者來說，搬家遷移則改變了婚姻生活的界域，使其重新保有喘息空間與個人隱私，進而改善了原來不佳的家人關係。

### 三、個人自我覺察，是夫妻互動與關係改變的開始

新婚苦惱者自婚後便不斷經驗到在生活上與家人互動關係上的問題，且這些問題持續累增，進而演變成代間衝突與夫妻失和的長期疊加，以及苦惱者對這些不當互動方式長期忍耐後的爆發。婚姻中諸多問題的產生都與夫妻之間溝通的良莠與有效性有關係，新婚者在表達個人意見或解決問題的夫妻溝通中，多採負向的溝通方式，便會讓溝通難以繼續下去，且兩人漸行漸遠。再者，新婚苦惱者的夫妻生活中處處可見權力失衡的現象，以及傳統父系文化影響的痕跡，夫妻需要同心協力正視此問題，並不斷尋求且磋商出合適的因應之道，才能使家庭中的權力不再是兩代之間，上下不均，夫妻之間，左右失衡。

新婚苦惱者雖然處在婚姻的痛苦中，但仍然願意繼續留在婚姻關係中，係因看見配偶家人開始出現改變的跡象，以及獲得了雙方家人的幫忙和支持，而這些幫助對其婚姻穩定具正向影響力。雖然多位參與者表達不想要有孩子，但當面臨婚姻中的去留問題時，對已懷孕和孩子已出生的新婚苦惱者來說，孩子仍是其心中的不捨和牽掛。此外，研究參與者雖然在婚姻生活中因著感受到長期的痛苦或挫折而想要離婚，但他們反省且覺察到其實自己也有不對的地方；不論是衝動中的個人犯錯，或是平日互動中的持續錯誤。而唯有透過其自我反省與覺察，以及之後產生的互動改變，夫妻關係才可能得以隨之改變。

#### 四、維繫婚姻靠個人努力、夫妻合作，與新的期許

新婚苦惱者維繫婚姻的努力包括了其自身的努力求突破，不僅持續的忍耐求諧和，也不斷採取行動求改變。他們在婚姻中展現出克制式的、順應式的，以及接納式的忍耐；也表現出個人信念想法與行為態度的改變、與配偶溝通方式和相處模式的改變，以及與雙方家人互動關係的改變，並從個人信仰中支取力量，期能降低夫妻中的衝突。此外，他們更是在苦惱和挫折中逐漸轉變，且具體展現在從檢討配偶，轉向自我檢討和改變，並試圖改變和配偶的溝通方式，藉以引發配偶之正向回應，減少其負向反應。在此努力過程中，對新婚苦惱者的婚姻，宗教信仰是束縛，也是保護。

而新婚苦惱者除了自身的努力之外，也試圖和配偶共同努力，不但努力改善夫妻互動，增加相處時間，也試圖促進合作，改進兩人分工；更且，夫妻會一起求助，共同尋求成長。從其努力的過程中可以看見夫妻一方啟動的改變過程與力量，且讓夫妻一方的追逐成為夫妻關係改變的另一新起點。

新婚苦惱者對短期的未來也抱有一點期許，包括期許自己去做有益自己、對配偶好，以及更愛子女的事；期許配偶更用心，對自己更多情，對孩子更多愛；期許夫妻雙方可以一起找新住家，並嘗試做新的學習。當夫妻倆願意開始一起尋找新的住家，或是一個較好的住處時，夫妻關係便有了新的機會；當環境改變，心境改變，美好婚姻的未來就成為可實現的想望。透過夫妻共同的努力，新婚苦惱者仍可以逐漸脫去過往的影響，慢慢減少其苦惱，和配偶一齊寫下新的婚姻篇章。

## 第二節 研究貢獻

本研究目的在理解新婚苦惱者之婚姻苦惱經驗，以及繼續維持婚姻的掙扎與努力。因研究主題與對象之創新與特殊性，為此領域增添許多新的知識與理解，本節將據此提出本研究之貢獻。

### 壹、以曾經產生離婚意念但仍留在婚姻關係中的新婚者為研究對象，具特殊性

本研究以曾經產生離婚意念或採取過任何與分居或離婚有關之行動為探究新婚苦惱的具體指標，透過尋找特定的研究參與者，亦即「以在婚姻中經驗到困難，過得很不好、很不快樂，且曾對他人明說過離婚意念，卻仍繼續維繫關係的新婚者為研究對象」，試圖描繪新婚苦惱者的經驗面貌。本研究的研究對象具特殊性。

### 貳、理解婚姻未解組之前端的新婚苦惱者婚姻生活經驗

本研究試圖探究在離婚前端，婚姻未解組前之新婚者的婚姻苦惱經驗，以理解其所遭遇的諸多問題與困難，並探究形成其婚姻苦惱經驗的內涵，得到對以下五個面向的理解：「新婚轉變磨出苦澀滋味」、「關係問題不斷疊加累增」、「夫妻互動磋商，愈搓愈傷」、「期待渴望逐漸失落幻滅」，以及「底線遭踏，婚姻難再撐繼」。

### 參、析理出新婚苦惱據以產生的個人成長與夫妻互動脈絡

本研究依據所有研究參與者的婚姻苦惱經驗與萌生離婚意念之原委，初步析理出新婚苦惱據以產生的個人成長與夫妻互動脈絡，包括：夫妻的婚姻期待背道而馳、不同的角色期待帶來壓力、成長經驗對婚姻適應產生負向影響、夫妻社會連結與家庭支持不足、父系家庭結構與居住安排產生束縛、代間權力相爭和夫妻權力互戰造成夫妻衝突，以及面子文化對夫妻關係產生負向影響等。

### 肆、理解新婚苦惱者繼續維繫婚姻的契機

理解新婚苦惱者在離婚意念產生之後，仍得以繼續維繫婚姻的契機。首先發揮影響力的是其個人繼續留在婚姻中的思量，亦即婚姻中存有家庭內在的吸力、周遭環境的助力，以及外在的阻力，這些力量或資源發揮了綜效的結果，使得新婚苦惱者有力量在婚姻中繼續前行，不但個人忍耐和努力，也和配偶共同努力，使其婚姻得以繼續維繫。這樣的理解有助於婚姻問題三級預防中的次級預防工作，更確實瞭解發生婚姻困難與危機的新婚夫妻之問題與資源所在，讓婚姻工作者得以掌握問題並有效運用其保護因子。

### 伍、探究「婚姻苦惱」“marital distress”在我國文化脈絡中的經驗意涵

本研究試圖探究「婚姻苦惱」“marital distress”在我國文化脈絡及國人生活經驗中的意涵。發現新婚苦惱者追求平等的家務分工時所遭遇的三重阻力與國人傳統觀念有

關。第一重阻力來自「男主外，女主內」傳統觀念下的公婆態度，第二重阻力來自男性自身的性別角色態度；而在此衝突中常見的「女追男」現象，亦是文化建構的結果，受主流價值婚姻觀的影響。此外，本研究亦發現，不論是否與上一代同住，照顧父母的責無旁貸仍是新婚苦惱者的共同感受。即便離家甚遠，男性新婚苦惱者仍期望未來有一天，夫妻能夠就近照顧自己的父母；而女性新婚苦惱者則是苦於在照顧公婆責任中的無力與掙扎，內心渴望夫妻獨立生活，卻擔心因此讓自己或配偶背負不孝罪名。這種種衝突與掙扎，正展現出父系家庭結構下的親代照顧思維。

在婚姻維繫方面，利翠珊(2006)指出，「忍」是華人夫妻得以維繫婚姻的重要因素，利翠珊與蕭英玲(2008)的研究更進一步發現，華人的「忍」有助於夫妻的婚姻品質。本研究亦發現當新婚苦惱者在婚姻中經驗到衝突或是不愉快時，並非皆採取直接回應反擊或對峙不讓的方式，反倒是多選擇忍耐以對，期望持續地忍耐可以換得關係的和諧。他們在面對夫妻及家人衝突時的最先反應大多採：克制式的忍耐、順應式的忍耐，以及接納式的忍耐；而其在婚姻中的「忍」正是其在婚姻掙扎時的維繫力量之一。



### 第三節 建議

本研究根據研究結果之發現與討論，對新婚苦惱者、婚姻教育者，以及婚姻/家庭研究者，提出幾點建議。

#### 壹、對新婚苦惱者的建議：

##### 一、 增強婚姻中的正向成分

本研究發現，新婚苦惱者在離婚意念產生後仍願意繼續維繫婚姻的思量，包括了自身的反省、想到配偶的好，以及看見長輩的改變。因此建議新婚苦惱者首先要對自己大大的肯定，不論是在婚姻中的忍耐，或是其他任何的努力，包括自己曾經有過的任何正向信念、正向認知或情感，都予以珍惜，並視之為自己內在極為寶貴的資源。其次是肯定配偶及其他家人的改變、付出與長處，學習以正向視框來看待家人，對於婚姻中已出現的好的部分，繼續加以保持，使之更為茁壯，並讓這些好的成分落實在夫妻關係土壤中，逐漸生根，進而慢慢成為穩固基石。

##### 二、 減少婚姻中的負向成分

本研究發現，新婚苦惱者在婚前交往時的問題，諸如一方或雙方父母對婚事的不讚許、意見不合且爭執不斷，以及兩人間的激烈衝突與對方的不可掌握感等，展延至婚後，亦可能成為婚姻苦惱的肇因。而潛藏的個人婚姻期待在婚後浮現，在婚姻生活中得不到滿足，甚至感到失落幻滅，都使得婚姻苦惱加速增生。建議新婚苦惱者對於已經覺察到可能會破壞自己在婚姻中的幸福感受，或者破壞夫妻之正向互動與家人關係的任何負向成分，諸如婚前的種種負向互動方式，都要更有意識地去避免或消除，以減少婚姻惡化的機會，並一點一滴地除去夫妻關係土壤中的雜質或硬土，好讓夫妻關係更為柔軟，更能吸收夫妻和外在資源或助力給予的滋養。

##### 三、 運用資源以降低壓力

本研究發現有些新婚苦惱者在面對婚姻生活壓力時，其夫妻雙方的家人會提供情感上的支持、會分擔其家務處理或照顧子女的壓力，亦會提供短期經濟上的協助；此外，朋友的關懷或工作轉介，或專業人員提供的婚姻諮詢，或公司、教會舉辦的課程講座，也都是其維持婚姻的資源。建議新婚苦惱者在婚姻生活與工作要求交互影響，姻親關係與人際互動無可避免之際，可多運用周遭的各種資源，不論物質或精神的，不論家庭內或家庭外的，試著去連結或開始建立婚姻的支持與資源網絡，以降低個人生活壓力和心理負荷，並藉以減輕婚姻中的各項事務壓力。

##### 四、 遇到困難要向外求助

問題本身不是問題，如何面對或處理問題，才是真正的問題。本研究發現新婚苦惱者在面對婚姻問題時，其社會連結的支持力量包括夫妻雙方家人、朋友，以及專業人員；甚至是其所任職的公司，或所參與的教會舉辦的課程講座，都是新婚苦惱者維持婚姻的

助力。建議新婚苦惱者對於自身或婚姻中的困難，不但不要羞於開口，不敢向外求助，更要學習積極正視，勇敢面對。不論是求助於家人，或周遭親朋好友，甚或專業人士，只要願意主動尋求，都可以透過一些管道獲得協助。要相信：今日的困難會成為明日的幫助，當自己走過這困難的過程，就可以成為未來將要經歷類似路徑之人的借鏡或協助。

## 貳、對婚姻教育者的建議：

### 一、婚前教育延續教導性別平等的家務工作觀

本研究發現有些婚姻苦惱者抱怨其配偶婚前從來未曾做過家事，甚至也不會操作家事，因而成為夫妻衝突的肇因之一。婚前教育始自學校教育，建議自幼兒園階段起，至大學為止，在課程裡延續教導性別平等的家務工作觀，繼續加強兩性婚前的家事教育，並可考慮設計包含家務工作實習的課程，以使男女進入婚姻後具有同等的家事操作基本能力和正確態度。

### 二、充實婚前教育、將婚教育及新婚教育的內容

本研究發現生育議題是新婚苦惱者的難題之一，而個人的性別刻板印象、婚姻圖像與婚姻期待，以及原生家庭與個人成長經驗，也都深深地影響了新婚苦惱者的婚姻適應。建議在婚前教育、將婚教育及新婚教育中，繼續加強對懷孕對新婚夫妻的影響以及如何避孕的教導。另在將婚教育中，協助將婚情侶思考並討論未來要不要生育兒女這議題，並審慎考慮雙方生育態度對未來婚姻的影響。另外，在將婚教育中，協助將婚情侶瞭解性別刻板印象、婚姻圖像與婚姻期待、原生家庭及個人成長經驗，以及生活中的比較及參照對象，對自己及未來婚姻的影響。在新婚教育中，繼續加強教導夫妻學習如何處理個人期待、瞭解雙方觀念及價值觀差異對夫妻關係及婚姻生活的影響、瞭解夫妻之社會支持網絡對婚姻的重要性，並且瞭解和分辨夫妻雙方的可變之處與不可變之處，學習接受夫妻的相互影響，學習改變與接納不可變之處。

### 三、充實新婚教育及新手父母教育內容

本研究發現多位女性新婚苦惱者在婚後半年內很快懷孕，且經歷了身心的諸多不適，有的甚至出現憂鬱的症狀。而不論男女，新婚苦惱者在婚後對性生活也有所抱怨，有的是因有不切實際的期待，有的則是抱怨生活壓力降低了彼此的性慾。建議在新婚教育或新手父母教育中，繼續加強新婚夫妻或新手父母對婦女懷孕初期的生理及心理現象的認識和處理建議，特別是情緒管理；且繼續加強教導如何增進夫妻彼此的關懷行為，並教導特定的溝通技巧以提高溝通品質，並教導夫妻互動技巧及情感表達方法，以增進並穩定其情緒親近感或依附，以及婚姻中的親密感與承諾。此外，繼續加強教導夫妻問題解決技巧，幫助夫妻得以成功地解決關係中的問題，而不必陷入毀滅性的爭執，並教導新婚夫妻改善性關係品質的方法，辨識並修正導致不幸福的不切實際的性期待。

### 四、辦理新婚營會及課程，協助建立新婚同儕支持團體

本研究發現有的新婚苦惱者當為其婚姻困難所苦時，從其所在的工作單位或所參與

的教會都獲得了一些適時的協助；不論是講座的心得或是課程的學習，都成了新婚苦惱者維持婚姻的助力。建議從事婚姻教育工作者主動出擊，提供相關課程；也建議並鼓勵各公司行號為員工辦理家庭教育或婚姻經營講座。另外，各家庭教育相關單位或教會可繼續辦理兩天一夜、為新婚夫妻親密增溫的新婚夫妻周末營，並協助新婚夫妻建立其婚後的同儕支持團體。而新婚教育可在夫妻結婚後便開始辦理，或做婚姻輔導，因為新婚夫妻經過結婚過程及蜜月期的相處，多已經歷婚姻中的大小衝突與問題，可能才預備好要聆聽。

#### 五、運用電腦及其它電子科技產品，發展婚姻教育材料

本研究發現多位新婚苦惱者對配偶的一大抱怨是配偶花過多在家的時間在電子媒體及其它電子科技產品上，而減少夫妻或親子相處機會，因此建議從事婚姻教育工作者可以運用電腦及其它電子科技產品，如電子書、遊戲軟體、影音媒體，開發適合婚前教育、將婚教育及新婚教育的素材，融入婚姻及家庭生活的休閒活動中，發揮傳遞正向態度及正確觀念的效果。

### 參、對婚姻/家庭研究者的建議：

#### 一、可增加研究對象的多元性

本研究係選擇以產生離婚意念但仍繼續維繫婚姻的新婚苦惱者，而非夫妻對偶，為研究參與者，且本研究之參與者中並無跨國婚姻的情形，因此無法了解夫妻對偶的婚姻苦惱內涵，亦無法了解跨國婚姻所可能特有的婚姻苦惱內涵。建議未來研究可以透過臨床上案例的獲得，或是以經過夫妻治療專業人員臨床診斷或以婚姻適應相關量表篩選過的對象，為新婚苦惱之研究參與者。此外，以夫妻為研究對象的對偶研究，以及以跨國婚姻或新移民族群為主的婚姻苦惱研究亦是未來研究可努力的方向。

#### 二、可使用多元資料收集方法

由於本研究僅訪談新婚苦惱者，獲得當事人的自陳資料，並未獲得其他家人的資料，故只能從其觀點和角度來了解新婚者的婚姻苦惱。不過，若能獲得較為多元的觀點或資料，則更能多面地描繪其婚姻苦惱的面貌，建議未來的研究可增加配偶或其他家人的資料，以增加研究資料的豐富性與三角檢定效果。

#### 三、可增加其他研究主題

本研究的研究主題聚焦在婚姻苦惱，研究結果發現有幾位新婚苦惱者係在婚前便有同居的情形，有幾位女性則是在婚前或婚後出現憂鬱的症狀，也有多位研究參與者表達出工作對婚姻家庭的重大負向影響。而性生活的每況愈下則是男女研究參與者共同的苦惱。建議未來在研究主題上，可深入探究工作對家庭的影響，尤其是正向外溢，或者是雙向影響。另外可深入探究婚前同居經驗對新婚生活的影響，以及新婚夫妻性生活與親密關係的影響因子。而在華人文化脈絡中，新婚者之憂鬱與婚姻苦惱的關聯性亦值得未來研究再做深入的探究。

## 第四節 研究限制與反思

### 壹、研究限制

本研究的研究限制如下：

#### 一、研究參與者的異質性不足

本研究由於邀請及尋找研究參與者不易，因此未能完全控制受訪者的異質性，如宗教信仰上的異質性便顯不足。此外，本研究的受訪者雖有西部及南部地區的受訪者，但仍以居住在北部地區的居多，反映出都市化程度較深的一群人。而且本研究的參與者，教育程度較高，多在大學以上程度。本研究亦未探究新移民女性的婚姻苦惱。

#### 二、研究資料僅為一次訪談所得

本研究因時間及人力的限制，所得資料僅為受訪者在一個時間截面的敘述，無法做長期的追蹤訪談，缺乏長期資料以相互佐證和證明。

#### 三、研究資料僅來自單一研究對象

本研究的研究資料取得係來自受訪者的個人敘述，缺乏其他來源之資料的佐證，因此，資料本身的真實性可能受到挑戰。另外，本研究未探究夫妻對偶資料，資料的豐富程度也受到相當程度的限制。

### 貳、研究者之反思

#### 一、研究者對於訪談的反思

##### (一) 訪談前的心情收拾與預備

開始進行第一次訪談時，訪談前幾天感冒了，雖然到了訪談當天，身體已經好很多了，但因為擔心若這次自己延後時間，會不會影響受訪者下一次受訪的意願，所以就勉力前往。整體上我自己評估訪談過程中有些體力不繼、以及心思不清明的狀態，雖然在訪談開始之前，有告知受訪者我感冒初癒，不過此次訪談的自我檢討是，我需要告訴受訪者我感冒剛結束嗎？說，是否會引起受訪者的不舒服感受(在不知受訪者是否對這方面會較為敏感的情況下)；不說，是否有損受訪者的權益？又，我需要這麼勉強自己嗎？其實應不必然。又有一次要按照約定好的時間去進行訪談前，剛好和先生鬧不愉快，我自己的心情多少也有些低落，我擔心這樣的心情會不會影響我和受訪者之間的對話。在進行訪談之前，有了這樣的自我覺察，便先做一些事情來安定自己的情緒，提早到達預定訪談的地點，在附近走走、散散步，買了一杯咖啡給自己喝，讓自己的心情回復平靜。訪談後的自我檢討，這樣做的效果不錯，過程中不覺自己有任何的不佳情緒，可以較專注地傾聽受訪者的陳述。

##### (二) 訪談大綱的妥善使用

此次重拾論文題目開始進行的第一次的訪談，距離我上一次訪談經驗的時間已隔三年，所以雖然預先又讀了不少有關訪談的書籍和資料，但正如 Kavle(1996)指出來的，最佳的訪談技巧仍需在訪談過程及經驗中學習和累積，我看了自己第一份訪談逐字稿，發現自己出現頗多急著提問的情形，以致受訪者的回答好多處都顯得很簡短。想想是自信心和經驗不足所致，深怕自己會忘記受訪者談話中所出現的資訊，便急著發問。誠如 Kavle(1996)所言，訪談者須具備的資格條件之一便是”記憶力”，亦即訪談者要有能力保留受訪者在訪談過程中所說的，能夠重提受訪者較早的陳述並請受訪者更詳細地闡述這部分；也可以連結受訪者在訪談過程中不同時段所提之內容的相互關聯性。因此在後來進行的訪談中，我便把訪談大綱放在桌上，提醒自己不要急躁，讓受訪者充分陳述他想說的。第二次後，到了第三次訪談情況便較有改善，受訪者的陳述變長了，我的提問變短了。

### (三) 訪談過程中提問時機的拿捏

Kavle(1996)列出十項訪談者的資格條件標準，其中提到訪談者需要“開放”(openness)，亦即需能夠聽出來在訪談主題中哪些是對受訪者重要的層面，以均勻地盤旋的注意力來傾聽，對受訪者所提到的新的層面保持開放的態度，並循線訪談下去。但他又指出訪談者須能夠“掌舵”(steering) – 知道自己想要發現什麼，熟悉研究訪談的目的，知道需要獲得什麼重要的知識。訪談者會控制訪談的過程，並不害怕打斷受訪者的離題。我在自己的訪談經驗中也體會到這兩種能力的運用，一像是放鬆控制方向盤的手，任憑出現在眼前的景緻和路線引導前行，開放地讓受訪者陳述其想表達的自身經驗或想法或感受；一像是在適當時候以手操縱方向盤轉向，往所意欲前往的方向前進，在受訪者表述過程中的某個時候適時地提出其它問題，惟仍無法預期會看到何種風景。

## 二、研究者在資料分析上的反思

### (一) 避免在資料分析時可能產生的研究者詮釋多於受訪者陳述

Kavle (1996) 在其書中亦提到在研究訪談中使用隱藏的技巧並詮釋隱含對受訪者動機有所不信任的意義可能會引起倫理上的問題。當研究者的詮釋超過受訪者的自我理解時，會產生一些問題：若訪談之初並沒有告知，那麼受訪者需要面對研究者對受訪者陳述內容的詮釋嗎？在訪談過程中面對？在訪談資料的分析過程中？在報告呈現時？而且若否受訪者和研究者對同一研究主題的詮釋不一致時要如何處理？因為在研究中，是研究者去尋找受訪者，受訪者並沒有要求研究者做出那些會導致他們對自我及其世界之理解方式產生根本性改變的詮釋。這和治療性會談是很不一樣的。在研究訪談中，若受訪者並沒有要求，那麼研究者去慫恿受訪者產生新的自我詮釋或情緒改變可能是不道德的。我在訪談過程中，對於受訪者所陳述的內容，若感覺到與某些面向的可能相關性時，便透過提問的方式，邀請受訪者對自己的經驗進行相關性的理解，例如自己的婚姻經驗和父母的婚姻經驗之間的關聯性等。透過這樣的過程便可以得到一些受訪者其它面向的資料，以這樣做來避免未來在資料分析時可能產生的研究者詮釋多於受訪者的陳述之情形。

## (二) 看新婚苦惱，也看努力與改變

Creswell(1998)指出現象學取向的哲學觀點係採存在主義觀點。雖然對於存在主義有許多不同的詮釋，但所有的詮釋都強調個體的價值以及改變的潛力。個體一直都在改變中(Man is not but is forever becoming.)，成長的觀念隱含在存在主義中。而其中 Martin Buber (1958) & Gabriel Merce(1971)的存在主義觀點，更強調同理心與開放，視生活為一神祕事物，而不是待解決的問題。我在閱讀依據訪談錄音檔所轉錄的逐字稿過程中，可以讀到除了受訪者在婚姻中的困難與挫折經驗之外，也可以發現其在婚姻過程中的努力和改變痕跡。即使我的研究旨趣是探究新婚者在婚姻中的苦惱經驗，但對於在困頓婚姻生活中的正向改變經驗與陳述之分析與詮釋，也是我試圖呈現的部分，畢竟衝突事件、困難痛苦與掙扎改變都是新婚苦惱者很重要的生命經驗，有其需被尊重、被看見的價值。

## 尾語

婚姻問題或家庭困境非一朝一夕能夠解決，但人們卻可以透過學習而獲得新的溝通能力或看事情的眼光，期望研究參與者能夠有創意地走出困境，且在身上留下成長痕跡。在珍惜自己目前所擁有的，以及去努力得著自己所想要的，這兩者之間永遠存在著辯證的張力。

## 參考文獻

### 一、中文部分

- 內政部統計處 (2012a)。內政統計通報(101年第22週)。台北：內政部統計處。
- 內政部統計處 (2012b)。內政統計通報(101年第20週)。台北：內政部統計處。
- 內政部統計處 (2013)。內政統計年報。台北：內政部統計處。
- 行政院主計處 (2012)。國情統計通報(第124號)。台北：行政院主計總處。
- 王沂釗 (2000)。婚姻衝突的敘說性研究。國立彰化師範大學輔導與諮商研究所博士論文，未出版。
- 王俊豪(2008)。台灣初婚夫妻的居住安排。人口學刊，37，45-85。
- 伊慶春 (2001)。華人家庭夫妻權力的比較研究。收於喬健、李沛良、馬戎主編：二十一世紀的中國社會學與人類學，225-256。高雄市：麗文書局。
- 伊慶春、蔡瑤玲 (1989)。台北地區夫妻權力的分析：以家庭決策為例。載於伊慶春、朱瑞玲主編，台灣社會現象的分析。中央研究院三民主義研究所叢刊(25)，115-151。
- 伊慶春、熊瑞梅 (1994)。擇偶過程之網路與婚姻關係：對介紹人，婚姻配對、和婚姻滿意度之分析。伊慶春主編，台灣民眾的社會意向，135-177。台北：中央研究院社會科學研究所。
- 沈清松 (1985)。現代哲學論衡。台北：黎明。
- 沈瓊桃、陳姿勳 (2004)。家庭生命週期與婚姻滿意度關係之探討。社會政策與社會工作學刊，8(1)，133-170。
- 李政賢譯(2006)。質性研究設計與計畫撰寫。(原作者：C. Marshall & G. B. Rossman)。台北：五南。(原著出版年：1999)
- 利翠珊 (1995)。夫妻互動歷程之探討：以臺北地區年輕夫妻為例的一項初探性研究。本土心理學研究，4，260-321。
- 利翠珊 (2005)。婚姻關係及調適。載於楊國樞、黃光國、楊中芳 (主編)，華人本土心理學 (331-362頁)。臺北市：遠流。
- 吳芝儀、李奉儒譯(1995)。質的評鑑與研究。(原作者：M.Q. Patton)。台北：桂冠。(原著出版年：1990)
- 吳秀敏 (2004)。小家庭新婚妻子角色轉換之心路歷程。國立嘉義大學家庭教育研究所碩士論文，未出版。
- 吳珩潔 (2001)。大台北地區民眾休閒滿意度與幸福感之研究。國立台灣師範大學運動與休閒管理研究所碩士論文，未出版。
- 吳嘉瑜 (2004)。子代夫妻對偶代間關係經驗：「他」的矛盾？「她」的矛盾？中華輔導學報，15，123-149。
- 林如萍(2001)。家庭的建立。載自黃迺毓、林如萍、唐先梅、陳芳茹編著。家庭概論。(98-119頁)。台北縣：國立空中大學。
- 林亞寧(2002)。新婚夫妻婚姻信念、衝突因應策略與婚姻調適之研究。國立臺灣師範大學碩士論文，未出版。

- 林松齡 (2000)。婚姻權力的結構關係。載於林松齡著：**台灣社會的婚姻與家庭：社會學實證研究**，165-183。台北：五南圖書股份有限公司。
- 林秀慧、莊璧光譯(2003)。**共創活力的婚姻**。D.Olson & A.Olson 合著。台北：愛家文化事業基金會。
- 林蕙瑛 (1985)。臺灣地區離婚婦女的離婚後調適與諮商效果研究。**中華心理衛生學刊**，2(2)：63-77。
- 周麗端、唐先梅(2007)。**以生命歷程觀點分析不同世代女性婚姻抉擇之研究**。台北市：教育部社會教育司。
- 胡幼慧主編 (1996)。**質性研究：理論、方法及本土女性研究實例**。台北：巨流文化。
- 胡幼慧(2002)。質性分析的研究與寫成。**質性研究：理論、方法及本土女性研究實例** (159-170 頁)。台北：巨流出版社。
- 范嵐欣(2009)。**華人夫妻關係衝突之人我關係協調諮商改變歷程研究**。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文，未出版。
- 郝明義(2005)。**我窩故我在**。台北：網路與書股份有限公司台灣分公司。
- 唐先梅 (2005)。**家庭擴展期**。載於周麗端、吳明輝、唐先梅、李淑娟編著(2005)。**婚姻與家人關係**(初版五刷)。台北縣：國立空中大學。
- 高立文 (2002)。**半邊天 -- 女性領導人成功經驗之探索**。國立中正大學企業管理研究所碩士論文，未出版。
- 高淑清 (2000)。現象學方法及其在教育研究上的應用，載於國立中正大學教育學研究所主編，**質的研究方法**，95-132，高雄：麗文。
- 高淑清 (2001)。在美華人留學生太太的生活世界：詮釋與反思。**本土心理學研究**，15，225-285。
- 高淑清 (2002)。**教育研究 (二)：質性教育研究**。載於楊國賜主編，**新世紀的教育學概論 - 科技整合導向**，517-576。台北：學富文化。
- 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**，24，117-146。
- 高薰芳、林盈助、王向葵譯(2001)。**質化研究設計-一種互動取向的方法**。(原作者：J. A. Maxwell)。台北：心理。(原著出版年：1996)
- 徐玉青、卓紋君 (2003)。**訂婚情侶衝突與因應歷程之分析**。**諮商輔導文粹：高師輔導所刊**，8，61-89。
- 徐宗國譯(1997)。**質性研究概論** (Anselm Strauss and Juliet Corbin, Basics of Qualitative Research: Grounded Theory Procedures and Techniques, 1990)。台北：巨流圖書公司。
- 馬永年、梁婉華譯 (2004)。**H. J. Markman, M. Stanley & S. L. Blumberg 合著。捍衛婚姻，從溝通開始**。台北：愛家文化事業基金會。
- 翁昭萱(2012)。**遇見新婚旅程的愛麗絲~新婚妻子的婚姻調適心路歷程之研究**。屏東教育大學教育心理暨輔導學系碩士論文，未出版。
- 陸洛 (2001)。**「初為父母」之調適衝突-小樣本連續研究**。行政院國家科學委員會補助專題研究計畫成果報告(NSC89-2413-H-037-008)。
- 畢恆達(2000)。**從環境災害過程中探索家的意義：民生別墅與林肯大郡的個案分析**。應



- 用心理學研究，8，57-82。
- 畢恆達(2005)。教授為什麼沒告訴我。台北：學富文化事業有限公司。
- 陳向明(2002)。社會科學質的研究。台北：五南圖書出版股份有限公司。
- 陳志賢、戴嘉南、連廷嘉(2003)。初為人父母心理調適之研究。諮商輔導學報：高師輔導所刊，9，17-46。
- 陳秉華、游淑瑜(2001)。台灣的家庭文化與家庭治療。Asian Journal of Counselling, 8(2), 153-174
- 陳建良(2005)。親子居住安排在家庭內與跨家戶成員間的權力互動。住宅學報，14(2)，51-82。
- 陳靜宜(2001)。新婚調適歷程研究。國立高雄師範大學輔導研究所碩士論文，未出版。
- 陳靜宜(2006)。個人背景特性、婚前關係發展與婚姻調適狀況的關係：以家庭建立期之夫妻為例。人類發展與家庭學報，8，45-68。
- 曾淑鳳(2005)。已婚女性愛情分手經驗對婚姻初期適應之影響。國立彰化師範大學輔導與諮商學系所碩士論文，未出版。
- 黃希庭主編(2005)。簡明心理學辭典。台北：國家出版社。
- 黃芳銘、蕭英玲(2011)。婚姻品質與憂鬱傾向：多變量潛在成長曲線模式的分析。量化研究學刊，3(1)，78-101。
- 黃宗堅、葉光輝、謝雨生(2004)。夫妻關係中權力與情感的運作模式：以衝突因應策略為例。本土心理學研究，21，3-48。
- 黃俊傑(1996)。離婚原因與預防。輔仁學誌，27，37-60。
- 黃瑞琴(2004)。質的教育研究方法(再版9刷)。台北：心理出版社。
- 黃曬莉(1996)。中國人的和諧觀/衝突觀：和諧化辯證觀之研究取徑。本土心理學研究，5，47-71。
- 黃曬莉(2001)。身心違常：女性自我在父權結構網中的「迷」途。本土心理學研究，15，3-60。
- 張芬芬譯(2005)。質性研究資料分析。Miles, M. B.著。台北：雙葉書廊。
- 張思嘉(2001a)。擇偶歷程與婚前關係的形成與發展。中華心理衛生學刊，14(4)，1-29。
- 張思嘉(2001b)。婚姻早期的適應歷程：新婚夫妻之質性研究。本土心理學研究，16，91-133。
- 張思嘉(2009)。婚前關係與婚後適應：一個長期性的研究。中華心理學刊，51(1)，1-26。
- 張思嘉、李雅雯(2009)。擇偶歷程中影響關係發展的關鍵因素。中華輔導與諮商學報，25，179-212。
- 張思嘉、周玉慧(2004)。緣與婚前關係的發展。本土心理學研究，21，85-123。
- 張思嘉、周玉慧、黃宗堅(2008)。新婚夫妻的婚姻適應：概念測量與模式檢驗。中華心理學刊，50(4)，425-446。
- 張思嘉、郭士賢(2011)。台灣華人婚姻中的控制觀。中華心理衛生學刊，24(4)，583-610。
- 張春興(2006)。張氏心理學辭典(重訂版)。台北：東華書局。
- 張家伶(2009)。高雄縣跨國夫妻婚姻期待、自我概念、依附風格對婚姻滿意度之影響。台南科技大學生活應用科學研究所碩士論文，未出版。

- 溫明麗 (2003)。詮釋典範與教育研究。教育研究方法論：觀點與方法研討會。台北：國立台灣師範大學。
- 梁翠真 (2005)。高學歷職業婦女新婚階段之婚姻調適研究。國立臺中教育大學諮商與教育心理研究所碩士論文，未出版。
- 游家政 (1993)。詮釋學與教育研究。載於賈馥茗&楊深坑主編：教育學方法論。台北：五南。
- 游淑瑜 (2004)。華人家庭文化脈絡下的婚姻問題：與結構家庭治療的對話。第三屆跨文化會議發表論文。
- 齊力(2003)。質性研究方法概論：質性研究方法與資料分析。嘉義：華南大學教社所。
- 鄭維瑄、楊康臨、黃郁婷譯 (2004)。家庭壓力。原書名：Family & change: Coping with stressful events and transitions.台北：五南。
- 甄曉蘭(1996)。從典範轉移的再思論質的研究崛起的意義。嘉義師院學報，10，119-146。
- 楊淑君 (2004)。新婚階段個人角色轉換之經驗與調適。國立台北師範學院教育心理與輔導研究所碩士論文，未出版。
- 管貴貞、連秀鸞 (2005)。詮釋學方法在質性研究中之探究。輔導季刊，41(3)，1-10。
- 潘淑滿 (2003)。質性研究理論與應用。台北：心理出版社股份有限公司。
- 蔡沛婕 (2001)。初為人媳角色轉換經驗之探討。國立嘉義大學家庭教育研究所碩士論文，未出版。
- 蘇奕勳 (2003)。婚姻早期之婚姻角色期望、承諾與婚姻穩定度之研究。暨南國際大學成人與繼續教育研究所碩士論文，未出版。
- 藍采風(1996)。婚姻與家庭。台北市：幼獅。
- 謝秀芬、馬宗傑與黃淑純 (1989)。臺北市離婚喪偶婦女福利需求之研究。臺北市政府社會局。
- 簡春安、鄒平儀(1998)。社會工作研究法。台北：巨流圖書公司。
- 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。
- 蕭英玲(2012)。新婚前三年夫妻婚姻滿意度的變化與其影響因素。中華心理學刊，54(4)，433-450。
- 蕭英玲、沈慶鴻 (2001)。台灣婚姻初期發展之歷程研究(I)。行政院國家科學委員會專題研究計畫成果報告。計畫編號：NSC 89-2412-H-158-001
- 蕭英玲、曾秀雲 (2005)。台灣新婚夫妻的衝突反應。台灣社會學年會暨研討會-社會學與台灣社會的反思。台北市：台北大學社會學系、台灣社會學學會主辦。
- 蕭英玲、黃芳銘 (2006)。婚姻衝突與心理憂鬱：潛在成長模式的分析。法律與家庭學術研討會會議論文集。台北南港：中央研究院人文社會科學研究中心。
- 蕭英玲、黃芳銘 (2010)。婚姻滿意度與憂鬱傾向：貫時性對偶分析。中華心理學刊，52(4)，377-396。
- 羅世宏、蔡欣怡、薛丹琦譯 (2008)。質性資料分析：文本、影像與聲音。(原作者：Martin W. Bauer & George Gaskell)。台北：五南圖書出版股份有限公司。(原著出版年：2000)

- 鍾宜吟、蔡明璋 (2008)。婚前同居、婚姻價值與婚姻滿意度：台灣民眾的分析。《*研究台灣*》，5，44-72。
- 劉惠琴 (1999)。女性主義觀點看夫妻衝突與影響歷程。《*婦女與兩性學刊*》，10，41-77。
- 劉惠琴 (2004)。當西方的女性主義遇上華人的家族主義－華人婚姻的性別之牆。《*第七屆華人心理與行為科際學術研討會論文集*》。台北：中央研究院人文社會科學研究中心。
- 劉佩嘉 (2003)。我的未來不是夢－高科技產業工程師的工作價值觀與生涯發展。國立中正大學企業管理研究所碩士論文，未出版。
- 簡維昌 (2009)。不同世代未婚者之同居態度、同居經驗及其婚姻態度之研究。國立嘉義大學家庭教育與諮商學系碩士論文，未出版。
- 顧燕翎主編 (1996)。《*女性主義理論與流派*》。台北：女書文化。

## 二、英文部分

- Aldous, J. (1996). *Family careers: Rethinking the developmental perspective*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Amato, P.R. & Booth, A. (1997). *A Generation At Risk: Growing Up In An Era Of Family Upheaval*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Amato, P.R. & Previti, D. (2003). People's reasons for divorcing: Gender, social class, the life course, and adjustment. *Journal of Family Issues*, 24(5), 602-626.
- American Association for Marriage and Family Therapy. (2013.03.07) AAMFT Therapy Topic. *Marital Distress*. 下載自 [http://www.aamft.org/imis15/Content/Consumer\\_Updates/Marital\\_Distress.aspx](http://www.aamft.org/imis15/Content/Consumer_Updates/Marital_Distress.aspx)
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55, 62-85.
- Bauer, M. W., & Gaskell, G. (Eds.). (2000). *Qualitative researching with text, image and sound: A practical handbook for social research*. SAGE Publications Limited.
- Baumeister, R. F. (2002). Yielding to temptation: Self-control failure, impulsive purchasing, and consumer behavior. *Journal of Consumer Research*, 28(4), 670-676.
- Beach, S.R.H., Fincham, F. D., Amir, N., & Leonard, K.E. (2005). The taxometrics of marriage: Is marital discord categorical? *Journal of Family Psychology*, 19, 276-285.
- Beach, S. R.H., Fincham, F.D., Hurt, T.R., McNair, L.M., & Stanley, S.M. (2008). Prayer and marital intervention: A conceptual framework. *Journal of Social Clinical Psychology*, 27(7), 641-669.
- Bogdan, R. C. & Biklen, S. K. (2001). *質性教育研究：理論與方法* (李奉儒等譯)。嘉義：濤石。(原著出版於1998)。
- Bradbury, T. N. (Ed.) (1998). *The Developmental Course of Marital Dysfunction*. Cambridge, England: Cambridge University Press.
- Bradbury, T. N., Cohan, C. L., & Karney, B. R. (1998). Optimizing longitudinal research for understanding and preventing marital dysfunction. In T. N. Bradbury (Ed.), *The*

- developmental course of marital dysfunction* (pp. 279-311). New York, US: Cambridge University Press.
- Bradbury, T. N., Fincham, F. D. & Beach, S. R.(2000). Research on the Nature and Determinants of Marital Satisfaction: A Decade in Review. *Journal of Marriage and the Family*, 62, p.964-980.
- Bradbury, T. N. & Karney, B R.( 2004 ). Understanding and altering the longitudinal course of marriage. *Journal of Marriage and the Family*, 66(3), 862-879.
- Bradbury, T. N., Rogge, R., & Lawrence, E.(2001 ) . Reconsidering the role of conflict in marriage. In A. Booth, A.C.Crouter, & M.Clements(Eds.), *Couples in Conflict* (pp.59-81). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Brehm, S.S.(1992).*Intimate relationships* (2nd ed.). New York: McGraw-Hill.
- Brock, R.L. & Lawrence, E.(2008). A longitudinal investigation of stress spillover in marriage: Does spousal support adequacy buffer the effects? *Journal of Family Psychology*, 22(1), 11-20.
- Bumpass, L. L. (1990). What's happening to the family? Interactions between demographic and institutional change. *Demography*, 27(4), 483-498.
- Caspi,A.,& Elder,G.H.(1988). Emergent family patterns: The intergenerational construction of problem behavior and relationships. In R.A. Hinde & J. Stevenson-Hinde (Eds.), *Relationships within families: Maternal influences*(pp. 218-240). Oxford: Oxford University Press.
- Caughlin, J. P., Huston, T. L., & Houts, R. M.(2000). How does personality matter in marriage? An examination of trait anxiety, interpersonal negativity, and marital satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 326-336.
- Caughlin, J. P., & Vangelisti, A. L. (2006). Conflict in dating and marital relationships. In J. G. Oetzel & S. Ting-Toomey (Eds.), *Sage handbook of conflict communication: Integrating theory, research, and practice* (pp. 129-157). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Chadiha, L.A.(1992).Black husbands 'economic problems and resiliency during the transition to marriage. *Families in Society*, 73, 542-552.
- Chadiha, L.A., Veroff, J.,& Leber, D.(1998). Newlywed's narrative themes: Meaning in the first year of marriage for African American and white couples. *Journal of Comparative Family Studies*, 29(1), 115-130.
- Cherlin,A.J.(1992). *Marriage, Divorce, Remarriage* (Rev.ed.) Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Chin, J. C. ( 2009 ) 。 Maternal Perspectives on Comforting Children's Distress 。 *台北市立教育大學學報: 人文社會類* , 40 ( 2 ) , 1-32 。
- Choi, H., & Marks, N.F. (2008). Marital conflict, depressive symptoms, and functional impairment. *Journal of Marriage and Family*, 70, 377-390.
- Christensen A.& Heavey, C.L.( 1990 ) . Gender and social structure in the demand- interaction pattern of marital conflict. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59,73-81.

- Clarke, S.C.(1995).Advance report of final divorce statistics, 1989 and 1990. *Monthly Vital Statistics Report*,43(9s), 1-32.Hyattsville, MD: National Center for Health Statistics.
- Clements, M. L., Stanley, S. M., & Markman, H. J. (2004). Before they said 'I do': Discriminating among marital outcomes over 13 years. *Journal of Marriage and Family*, 66, 613–626.
- Cohan, C. (1996) . *Longitudinal Effects of Negative Life Events on Marital Distress*. Unpublished doctoral dissertation. Los Angeles : University of California, Los Angeles.
- Cohan, C. L., & Bradbury, T. N. (1997). Negative life events, marital interaction, and the longitudinal course of newlywed marriage. *Journal of Personality and Social Psychology*,73(1), 114-128.
- Conger, R.D., Rueter, M. A., & Elder Jr., G. H. (1999) . Couple resilience to economic pressure. *Journal of Personality & Social Psychology*; 76(1), 54-71.
- Corsini, R. J. (1987) . *Concise Encyclopedia of Psychology*. New York: John Wiley & Sons.
- Corsini, R. J. (1994) . *Encyclopedia of Psychology*(2<sup>nd</sup> edition). New York: John Wiley & Sons.
- Cowan,C.P.& Cowan,P.A.(2000). *When partners become parents: The big life change for couples*. Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Coyne, J.C.,& Benazon, N.R. (2001) . Not agent blue: Effects of marital functioning on depression and implications for treatment. In S.R.H. Beach(Ed.), *Marital and Family Process in Depression: A Scientific Foundation for Clinical Practice* (pp. 25-43). Washington, DC: American Psychological Association.
- Crawford, D.W., Houts, R.M., Houston, T.L., & George, L.J.(2002). Compatibility, leisure, and satisfaction in marital relationships. *Journal of Marriage and the Marriage*, 64(2),433-449.
- Creswell, J. W. (1998). *Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing Among Five Traditions*. California: Sage.
- Cutrona, C.E., Russell, D.W., Abraham, W.T., Gardner, K.A., Melby, J.N., Bryant, C., & Conger, R.D.(2003). Neighborhood Context and Financial Strain as Predictors of Marital Interaction and Marital Quality in African American Couples. *Personal Relationships*, 10(3), 389–409.
- Cutrona, C. E., Russell, D. W., & Gardner, K. A. (2005). The relationship enhancement model of social support. In T. A. Revenson, K. Kayser, & G. Bodenmann, (Eds.),*Couples Coping with Stress: Emerging Perspectives on Dyadic Coping* (pp. 73-95). Washington, DC, US: American Psychological Association.
- Davidson, J.K., & Moore,N.B.(1992). *Marriage and Family*. IA: Wm. C. Brown.
- Davila, J., Karney, B. R., & Bradbury, T. N.(1999) . Attachment change processes in the early years of marriage. *Journal of Personality & Social Psychology*; 76(5), 783-802.
- Davila, J., Karney, B. R., Hall, T. W., & Bradbury, T. N.(2003). Depressive symptoms and marital satisfaction: Within-subject associations and the moderating effects of gender and

- neuroticism. *Journal of Family Psychology*, 17, 557-570.
- Denzin, N. K. & Lincoln, Y. S. (Eds.) (2000). *Handbook of Qualitative Research*. California: Sage.
- DiLillo, D., Peugh, J., Walsh, K., Panuzio, J., Trask, E., & Evans S. (2009). Child maltreatment history among newlywed couples: A longitudinal study of marital outcomes and mediating pathways. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 77, 680–692.
- Dillion, (2005). *Family Violence and Divorce: Effects on Marriage Expectations*. East Tennessee State University Electronic Theses.
- Donahoe, J. W., & Palmer, D. C. (1994). *Learning and complex behavior*. New York: Allyn & Bacon.
- Driver, J. L. & Gottman, J. M. (2004). Daily marital interactions and positive affect during marital conflict among newlywed couples. *Family Processes*, 43(3), 301-314.
- Durtschi, J. A., Fincham, F. D., Cui, M., Lorenz, F. O., & Conger, R. D. (2011). Dyadic processes in early marriage: Attributions, behavior, and marital quality. *Family Relations*, 60, 421-434.
- Duvall, E.M.(1957). *Family Development*. Philadelphia: Lippincott.
- Eaker, E. D., Sullivan, L. M., Kelly-Hayes, M., D'Agostino, R. B., & Benjamin, E. J. (2007). Marital status, marital strain, and risk of coronary heart disease or total mortality: The Farmington Offspring Study. *Psychosomatic Medicine*, 69, 509-513.
- Edin, K.J. & Lefalas, M.(2011). *Promise I Can Keep: Why Low-Income Women Put Motherhood Before Marriage*. Berkeley, CA: University of California Press.
- Elder, Jr. G. H. ( 1995 ) . The life course paradigm and social change: Historical and developmental perspectives. In P Moen, G.H. Elder, Jr., and K. Luscher (Eds.), *Perspectives on the Ecology of Human Development* (pp.101-140), Washington, DC: American Psychological Association.
- Elder, Jr. G. H. ( 1997 ) . *The Life Course as Developmental Theory*. Presidential address presented at the biennial meetings of Society for Research in Child Development, Washington, DC.
- Eldridge, K. A., Sevier, M., Jones, J., Atkins, D. C., & Christensen, A. (2007). Demand-withdraw communication in severely distressed, moderately distressed, and nondistressed couples: Rigidity and polarity during relationship and personal problem discussions. *Journal of Family Psychology*, 21, 218–236.
- Ervasti,H., & Venetoklis,T.(2010). Unemployment and subjective well-being: An empirical test of deprivation theory, incentive paradigm and financial strain approach. *Acta Sociologica*, 53(2), 119-139.
- Fincham, F. D., Arias, I., Byrne, C. A., Bradbury, T. N. & Karney, B. R. ( 1997 ) . Marital violence, marital distress, and attributions. *Journal of Family Psychology*, 11(3), 367-372.

- Fincham, F.D., Beach, S.R., & Kemp-Fincham, S.I. (1997). Marital quality: A new theoretical perspective. In R.J. Sternberg & M. Hojjat (Eds.), *Satisfaction in Close Relationships* (pp.275-304). New York: Guilford.
- Fingerman, K.L. (2003). *Aging Mothers and Their Adult Daughters: Mixed Emotions, Enduring Bonds*. Amherst, NY: Prometheus Books.
- Fisher, H. (1992). *Anatomy of Love*. New York: Fawcett Colombine.
- Forthofer, M.S., Markman, H.J., Cox, M., Stanley, S. & Kessler, R. C. (1996). Associations between Marital Distress and Work Loss in a National Sample. *Journal of Marriage and the Family*, 58(3), 597-605.
- Gecas, V. (2003). Self-agency and the life course. In J.T. Mortimer, & M.J. Shanahan (Eds.), *Handbook of the Life Course* (pp.369-388), New York: Kluwer Academic/Plenum Publisher.
- Giddens, A. (1992). *The Transformations of Intimacy*. Cambridge: Polity.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. New York: Bantam Books.
- Gottman, J.M. (1993). The roles of conflict engagement, escalation, and avoidance in marital interaction: A longitudinal view of five types of couples. *Journal of Counseling and Clinical Psychology*, 61, 6-15.
- Gottman, J.M. (1994). *Why Marriages Succeed or Fail: And How to Make Yours Last*. New York: Simon & Schuster Inc..
- Gottman, J. M., Coan, J., Carrere, S. & Swanson, C. (1998). Predicting marital happiness and stability from newlywed interactions. *Journal of Marriage and the Family*, 60(1), 5-22. 469-480.
- Grable, J.E., Britt, S., & Cantrell, J. (2007). An exploratory study of the role financial satisfaction has on the thought of subsequent divorce. *Family and Consumer Sciences Research Journal*, 36(2), 130-150.
- Graber, E. C., Laurenceau J-P., Miga, E., Chango, J. & Coan, J. (2011). Conflict and Love: Predicting Newlywed Marital Outcomes From Two interaction Contexts. *Journal of Family Psychology*, 25(4), 541-550.
- Greenberg, L. S., Toukman, S. G., & Rennie, D. L. (Eds.) (1992). *Psychotherapy process research*. NY: Sage.
- Guba, E. G. (Ed.). (1990). *The paradigm dialog*. NY: Sage Publications, Incorporated.
- Guba, E.G. & Lincoln, Y. S. (1998). Competing paradigms in qualitative research. In N.K. Denzin & Y.S. Lincoln (Eds.), *The Landscape of Qualitative Research* (pp.195-222). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Haley, J. (1973). *Uncommon therapy*. New York: W. W. Norton.
- Hanzal, A., & Segrin, C. (2009). The role of conflict resolution styles in mediating the relationship between enduring vulnerabilities and marital quality. *Journal of Family Communication*, 9, 150-169
- Hawley, D. H. & Olson, D. H. (1995). Enriching newlyweds: An evaluation of three

- enrichment programs. *The American Journal of Family Therapy*, 23(2), 129-147.
- Haws, W.A., & Mallinckrodt, B.(1998). Separation-individuation from family of origin and marital adjustment of recently married couples. *The American Journal of Family Therapy*, 26(4), 293-306.
- Heppner, P. P., & Heppner, M. J. (2004). *Writing and publishing your thesis, dissertation, and research: A guide for students in the helping professions*. NY: Thomson/Brooks/Cole.
- Heppner, M. J., & Heppner, P. P. (2009). On men and work taking the road less traveled. *Journal of Career Development*, 36(1), 49-67.
- Hochschild, A.R.(1994). The commercial spirit of intimate life and the abduction of feminism: signs from women's advice books. *Theory, Culture and Society*, 112(2), 1-23.
- Horwitz,A.V., McLaughlin, J., & White, H.R. (1997). How the negative and positive aspects of partner relationships affect the mental health of young married people. *Journal of Health and Social Behavior*, 39, 124-136.
- Huston, T. L.(1994). *Courtship antecedents of marital satisfaction and love*. In R. Erber & R. Gilmore (Eds.). *Theoretical frameworks for personal relationships* (pp.43-65). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Huston, T. L., Caughlin,J. P., Houts, R.M., Smith, S. E., & George, L. J. ( 2001 ) .The Connubial Crucible: Newlywed Years as Predictors of Marital Delight, Distress, and Divorce. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80(2), 237-252.
- Huston, T. L.,& Houts, R.M.(1998). The psychological intra-structure of courtship and marriage: The role of personality and compatibility in romantic relationships. In T. N. Bradbury (Ed.), *The developmental course of marital dysfunction* (pp. 114-151). New York, US: Cambridge University Press.
- Huston, T. L. & Melz, H. ( 2004 ) . The case for (promoting) marriage: The devil is in the details. *Journal of Marriage & Family*, 66(4), 943-958.
- Huston, T. L., Niehuis, S., & Smith, S. E. ( 2001 ) . The early marital roots of conjugal distress and divorce. *Current Directions in Psychological Science*, 10(4), 116-119.
- Huston,T.L. & Vangelisti, A.L.(1991 ) . Socio-emotional behavior and satisfaction in marital relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 721-733.
- Hwang, K. K. (1997). Guanxi and Mientze: Conflict resolution in Chinese society. *Intercultural Communication Studies*, 7(1), 17-42.
- Jacobson, N. S., & Christensen, A. (1996). *Integrative Couple Therapy*. New York: Norton.
- Johnson, M. D., Cohan, C. L., Davila, J., Lawrence, E., Rogge, R. D., Karney, B. R., Sullivan, K. T., & Bradbury, T. N. ( 2005 ) . Problem-solving skills and affective expressions as predictors of change in marital satisfaction. *Journal of Consulting & Clinical Psychology*; 73(1), 15-27.
- Karney, B. R.(2001).Depressive symptoms and marital satisfaction in the early years of marriage: narrowing the gap between theory and research. In S.R.H.Beach(ed.) *Marital*



- and Family Process in Depression* (pp.45-68). Washington, DC: American Psychological Association.
- Karney, B. R. & Bradbury, T. N. (1995). The longitudinal course of marital quality and stability: A review of theory, method, and research. *Psychological Bulletin*, 118(1), 3-34.
- Karney, B. R. & Bradbury, T. N. (1997). Neuroticism, marital interaction, and the trajectory of marital satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72(5), 1075-1092.
- Karney, B. R., Bradbury T. N., & Johnson, M.D.(1999). Deconstructing stability: The distinction between the course of a close relationship and its endpoint. In J.M. Adams & W.H. Jones(Eds.), *Handbook of Interpersonal Commitment and Relationship Stability: Perspectives on Individual Differences*.(pp.481-499). New York: Kluwer/Plenum.
- Karney, B. R., Story, L. B. & Bradbury, T. N. (2005). Marriages in context: Interactions between chronic and acute stress among newlyweds. In Revenson, T. A., Kayser, K., & Bodenmann, G. (Eds.), *Emerging Perspectives on Couples' Coping with Stress*. Washington, D.C.: American Psychological Association.
- Kavle (1996). *InterViews: An Introduction to Qualitative Research Interviewing*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Kearns-Bodkin, J.N. & Leonard, K.E.(2005). Alcohol involvement and marital quality in the early years of marriage A longitudinal growth curve analysis. *Clinical and Experimental Research*, 29(12), 2123-2134.
- Knudson-Martin,C.,& Mahoney, A.R.(1998). Language and processes in the construction of equality in new marriages. *Family Relations*, 47(1), 81-91.
- Kouros, C. D., Papp, L. M., & Cummings, E. M. (2008). Interrelation and moderators of longitudinal links between marital satisfaction and depressive symptoms among couples in established relationships. *Journal of Family Psychology*, 22, 667-677.
- Kreider,R.M. & Field, J.M.(2002). Number, timing, and duration of marriages and divorces:1996. In *Current Population Reports* (No.p70-80). Washington, DC: U.S. Census Bureau.
- Kurdek,L.A. (1991a) . Predictors of increases in marital distress in newlywed couples: A 3-year prospective longitudinal study. *Developmental Psychology*, 27, 27-636.
- Kurdek, L.A.(1991b). Marital Stability and Changes in Marital Quality in Newlywed Couples: A Test of the Contextual Model. *Journal of Social and Personal Relationships*, 8, 27-48.
- Kurdek, L. A. (1993). Predicting marital dissolution: A 5-year prospective longitudinal study of newlywed couples. *Journal of personality and social psychology*, 64(2), 221.
- Kurdek, L.A.(1998).Developmental change in marital satisfaction: A 6-year prospective longitudinal study of newlywed couples. In T. N. Bradbury (Ed.), *The developmental course of marital dysfunction* (pp.180-204). New York, US: Cambridge University Press.
- Kurdek, L. A.(2002).Predicting the timing of separation and marital satisfaction: An eight-year prospective longitudinal study. *Journal of Marriage and the Family*, 64(1), 163-179.

- Kurdek, L. A.(2003). Negative representations of the self/spouse and marital distress. *Personal Relationships, 10*, 511-534.
- LaRossa, R., & Reitzes, D.C.(1993). Symbolic interactionism and family studies. (pp.135-163). In P. Boss, W. Doherty, R. LaRossa, W. Schumn, & S. Steinmetz (Eds.). *Sourcebook of family theories and methods*. New York: Plenum.
- Lavner, J. A. & Bradbury, T. N.(2010).Patterns of change in marital satisfaction over the newlywed years. *Journal of Marriage and Family 72*,1171-1187.
- Lawrence,E.,Bunde, M., Barry, R.A., Brock, R.L., Sullivan, K.T., Pasch, L.A., White, G.A., Dowd, C.E., & Adams, E.E.(2008). Partner support and marital satisfaction: Support amount, adequacy, provision, and solicitation. *Personal Relationships, 15*(4), 445-463.
- Lebow, J. ( 2002 ) . *Marital Distress*. AAMFT Consumer Update. Alexandria, VA: American Association for Marriage and Family Therapy. [http://www.letstalkcounseling.com/resources/Marital\\_Distress.asp](http://www.letstalkcounseling.com/resources/Marital_Distress.asp)
- Lennon,M. C., & Rosenfield, S. (1994). Relative fairness and the division of housework: The importance of options. *American Journal of Sociology, 506-531*.
- Lichter,D.T.& Carmalt,J.H.(2009). Religion and marital quality among low-income couples. *Social Science Research, 38*,168-187.
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic inquiry* (Vol. 75). CA: Sage.
- Lincoln, Y. S. & Guba, E. ( 1999 ) . Establishing trustworthiness. In Bryman, A. & Burgess, R. (Eds.), *Qualitative Research IV*, 397-444. London: Sage.
- Lindahl, K., Clement, M., & Markman, H.(1998). The development of marriage: A 9 Year Perspective. In T. N. Bradbury (Ed.), *The developmental course of marital dysfunction* (pp.99-116). New York, US: Cambridge University Press.
- MacDermid, S. M., Huston, T. L., & McHale, S. M. (1990). Changes in marriage associated with the transition to parenthood: Individual differences as a function of sex-role attitudes and changes in the division of household labor. *Journal of Marriage and the Family, 475-486*.
- Mahoney,A.,Pargament,K.I.,Murry-Swank, A.B., & Murry-Swank, N.(2003). Religion and the sanctification of family relationships. *Review of Religious Research, 44*, 220-236.
- Markman, H.J.(1981). Prediction of Marital Distress: A 5-Year Follow-up. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 49*(5), 760-762.
- Markman, H. J., Rhoades, G. K., Stanley, S. M., Ragan, E. P., & Whitton, S. W. (2010).The premarital communication roots of marital distress and divorce: The first five years of marriage. *Journal of Family Psychology, 24*, 289-298.
- Mastekaasa, A. (1992). Marriage and psychological well-being: Some evidence on selection into marriage. *Journal of Marriage and the Family, 54*(4),901-911.
- Maxwell, J.A.(1996). *Qualitative research design: An interactive approach*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Melito, R.( 1985 ) . Adaptation in family system: A developmental perspective. *Family Process, 24*, 1-11.

24,89-100.

- Morrow, S.L.(2005).Quality and trustworthiness in qualitative research in counseling psychology. *Journal of Counseling Psychology*, 52(2), 250-260.
- Morse, J. M. (1998). Designing funded qualitative research. In N.K. Denzin & Y.S. Lincoln (Eds.), *Strategies of Qualitative Inquiry*(pp. 56-85). California: Sage.
- Moustakas, C.(1994). *Phenomenological research methods*. California: Sage Publications, Incorporated.
- Napier, A. ( 1978 ) . The rejection-intrusion pattern: A central family dynamic. *Journal of Marriage and Family Counselling*,4, 5-12.
- Neff, L. A. & Karney, B. R. ( 2007 ) . Stress crossover in Newlywed marriage: A longitudinal and dyadic perspective. *Journal of Marriage and the Family*, 69, 594-607.
- Noller, P., Feeney, J. A., Bonnell, D., & Callan, V.J. (1994). A longitudinal study of conflict in early marriage. *Journal of Social and Personal Relationships*, 11(2), 233-252.
- Olson, D.H. & Gorall, D.M. (2003). Circumplex model of marital and family systems. In F. Walsh (Ed.) *Normal Family Processes* (3<sup>rd</sup> Ed). New York: Guilford (pp. 514-547).
- Orbuch, T.L., Bauermeister, J.A., Brown, E.,& McKinley, B.D.(2013). Early family ties and marital stability over 16 years: The context of race and gender. *Family Relations*, 62(2), 255-268.
- Parker, R.(2002). *Why Marriages Last: A Discussion of the Literature*. Research Paper No. 28. Australian Institute of Family Studies.
- Pasch,L.A., & Bradbury, T.N.(1998).Social support, conflict, and the development of marital dysfunction. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 66, 219-230.
- Pineo, P.C.(1961). Disenchantment in the later years of marriage. *Marriage and Family Living*, 23, 3-11.
- Polkinghorne, D. E. (1989). Phenomenological research methods. In *Existential-phenomenological perspectives in psychology* (pp. 41-60). NY: Springer.
- Popenoe, D., & Whitehead, B. D. (1999). *Should we live together? What young adults need to know about cohabitation before marriage: A comprehensive review of recent research*. New Brunswick, NJ: National Marriage Project.
- Protinsky,H., Flemke, K., & Sparks, J.( 2001). EMDR and emotional oriented couple therapy. *Contemporary Family Therapy: An International Journal*, 23(2), 153-168.
- Proulx, C. M., Helms, H. M., & Buehler, C. (2007).Marital quality and personal well-being: A meta-analysis. *Journal of Marriage and Family*, 69, 576-593.
- Putney, N. M., & Bengtson, V. L. (2003). Intergenerational relations in changing times. *Handbook of the life course*, 149-164.
- Quinn, W. H., & Odell, M. (1998). Predictors of marital adjustment during the first two years. *Marriage and Family Review*,27,113-130.
- Reis, H. T., & Patrick, B. C. (1996). Attachment and intimacy: component processes. Higgins, Edward Tory (Ed); Kruglanski, Arie W. (Ed), *Social psychology: Handbook of basic*

- principles.*, (pp. 523-563). New York, US: Guilford Press
- Repetti, R., L., & Saxbe, D. (2009). The effects of job stress on the family: One size does not fit all. *Handbook of Families & Work*. New York: University Press of America.
- Rholes, W. S., Simpson, J. A., Campbell, L., & Grich, J. (2001). Adult attachment style and the transition to parenthood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81, 421–435.
- Ridley, C.A., Wilhelm, M.S., & Surra, C.A. (2001). Married couples' conflict responses and marital quality. *Journal of Social and Personal Relationships*, 18(4), 517- 534.
- Roberts, L.J. (2000). Fire and ice in marital communication: Hostile and distancing behaviors as predictors of marital distress. *Journal of Marriage and the Family*, 62(3), 693-707.
- Rogge, R. D., Bradbury, T. N., Hahlweg, K., Engl, J., & Thurmaier, F. (2006). Predicting marital distress and dissolution: Refining the two-factor hypothesis. *Journal of Family Psychology*, 20, 156–159.
- Ross, L.A. (1995). The spiritual dimension: its importance to patients' health, well-being and quality of life and its implications for nursing practice. *International Journal of Nursing Studies* 32(5), 457 – 468.
- Sabatelli, R.M. (1984). The marital comparison level index: A measure for assessing outcomes relative to expectations. *Journal of Marriage and the Family*, 46, 651-662.
- Sabatelli, R.M. (1988). Exploring relationship satisfaction: A social exchange perspective on the interdependence between theory, research, and practice. *Family Relations*, 37, 217-222.
- Sabatelli, R.M., & Chadwick, J. (2000). Marital distress: From complaints to contempt. (pp.22-44). In P.C. McKenry & S.J. Price (Eds.), *Families and change: Coping with stressful life events*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Sandberg, J.G. & Harper, J. M. (2000) . In search of a marital distress model of depression in older marriages. *Aging and Mental Health*, 1, 210-222.
- Schneewind, K.A. & Gerhard, A.K. (2002). Relationship personality, conflict resolution, and marital satisfaction in the first 5 years of marriage. *Family Relations*, 51(1), 63-71.
- Schostak, J. (2006). *Interviewing and Representation in Qualitative Research*. New York: Open University Press.
- Schramm, Marshall, Harris, & Lee, (2005) . After “I do”: The newlywed transition. *Marriage and Family Review*, 38(1), 45-67.
- Schulz, M.S., Cowan, P.A., Cowan, P.C. & Brennan, R.T. (2004). Coming home upset: Gender, marital satisfaction, and the daily spillover of workday experience into couple interaction. *Journal of Family Psychology*, 18(1), 250-263.
- Segrin, C., Hanzal, A., & Domschke, T. (2009). Accuracy and bias in newlywed couples' perceptions of conflict styles and their associations with marital satisfaction. *Communication Monographs*, 76, 207-233.
- Smock, P. J. (2000). Cohabitation in the United States: An appraisal of research themes, findings, and implications. *Annual review of sociology*, 1-20.

- Snyder, D.K., Cavell, T.A., Heffer, R.W., & Mangrum, L.F.(1995). Marital and family assessment: A multifaceted, multilevel approach. In R.H. Mikesell, D. D. Lusterman, & S.H .McDaniel (Eds.), *Integrating Family Therapy: Handbook of Family Psychology and Systems Theory* (pp. 163-182). Washington, DC: American Psychological Association.
- Snyder,D.K.,Whisman, M.,& Beach, S.(2009).Screening for marital distress: Epidemiologic and clinical perspectives. In H. Benson and S. Calla. (Eds.), *What works in relationship education: Lessons from academics and service deliverers in the United States and Europe* (pp. 108 - 116). Doha, Qatar: Doha International Institute for Family Studies and Development.
- Stahmann, R. F. & Hiebert, W. J. ( 1997 ) . *Premarital counseling: Professional handbook* (2<sup>nd</sup> Ed.) Lexington, MA: Lexington Books.
- Strauss, A. & Corbin, J. (1990). *Basics of Qualitative Research: Grounded Theory Procedures and techniques*. Newbury Park, CA: Sage.
- Story, L.B., Karney, B.R., Lawrence, E. & Bradbury, T. N.(2004). Interpersonal mediators in the intergenerational transmission of marital dysfunction. *Journal of Family Psychology, 18*, 519–529.
- Stryker, S.(1968). Identity salience and role performance: The relevance of symbolic interaction theory for family research. *Journal of Marriage and the Family,30*, 558-564.
- Sullivan, K.T., Pasch, L.A., Johnson, M.D.,& Bradbury, T.N.(2010). Social support,problem solving, and the longitudinal course of newlywed marriage. *Journal of Personality and Social Psychology, 98*, 631-644.
- Tallman, I. ( 2003 ) . Parental identification, couple commitment, and problem solving among Newlyweds. In J. T. Mortimer & M. J. Shanahan(Eds.). *Handbook of the Life Course*, New York: Plenum Publishers, pp.103-121.
- Tallman, I., Gray, L.N., Kullberg, V.,& Henderson, D.A.(1999). The intergenerational transmission of marital conflict: Testing a process model. *Social Psychology Quarterly, 62*, 219-239.
- Tallman, I., Rotolo, T.,& Gray, L.N.(2001). Continuity or change? The impact of parents' divorce on newly married couples. *Social Psychology Quarterly, 64*, 333-346.
- Tang, C. S. K. (1999). Marital power and aggression in a community sample of Hong Kong Chinese families. *Journal of Interpersonal Violence, 14*(6), 586-602.
- Tannen, D.(1990). Gender differences in conversational coherence: Physical alignment and topical cohesion. In B. Dorval(Ed.), *Conversational Organization and Its Development* (pp.167-206), Norwood, NJ: Albex publishing Corp.
- Taylor, S. J., & Bogdan, R. (1984). *Introduction to qualitative research methods: The search for meanings*. New York: John Wiley & Sons.
- Thomas, M.(1992). *In Introduction to Marital and Family Therapy*. NY: Macmillan Publishing Company.

- Timmer, S. G. & Veroff, J. (2000). Family Ties and the Discontinuity of Divorce in Black and White Newlywed Couples. *Journal of Marriage and the Family*, 62, 49-361.
- Troll, L. E. (1985). *Early And Middle Adulthood: The Best Is Yet To Come—Maybe*. CA: Monterey.
- VanLaningham, J., Johnson, D. R., & Amato, P. (2001). Marital happiness, marital duration and the U-shaped curve: Evidence from a five-wave panel study. *Social Forces*, 78, 1313-1341.
- Van Manen, M. (2004). *探究生活經驗：建立敏思行動教育學的人文科學*（高淑清、連雅慧與林月琴譯）。嘉義：濤石。（原著出版於1997）。
- Veroff, J., Douvan, E. A. M., & Hatchett, S. (1995). *Marital instability: A social and behavioral study of the early years*. CT: Praeger Publishers.
- Vogel, D. L., & Karney B. (2002). Demands and withdrawal in newlyweds: Elaborating on the social structure hypothesis. *Journal of Social & Personal Relationships*, 19, 685-701.
- Vuchinich, S.(1999). *Problem Solving in Families*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Umberson, D., Williams, K., Powers, D. A., Chen, M. D. & Campbell, A. M.(2005). As Good as it Gets? A Life Course Perspective on Marital Quality. *Social Forces*, 84(1), 487-505.
- Waldinger, R.J., Schulz, M.S., Hauser, S.T., Allen, J.P.,& Crowell, J.A. (2004). Reading Others' Emotions: The Role of Intuitive Judgments in Predicting Marital Satisfaction, Quality, and Stability. *Journal of Family Psychology*,18(1),58-71.
- Waller, M. R. & McLanahan, S. S. (2005). His' and her' marriage expectations: Determinants and consequences. *Journal of Marriage and Family*, 67, 53-67.
- Whisman, M. A. (2001). The association between depression and marital dissatisfaction. In S. R.H. Beach (Ed.), *Marital and family processes in depression: A scientific foundation for clinical practice* (pp. 3-24). Washington, DC: American Psychological Association.
- Whitson, S., & El-Sheikh, M. (2003). Marital conflict and health: Processes and protective factors. *Aggression of Violent Behavior*, 8, 283-312.
- Yang, K. S. (1998). Familism, pan-familism, and organizational behavior. In B. S. Cheng, K. L. Huang & C. C. Kuo (Eds.). *Management in Taiwan and China, Vol. 4: Chinese legacies and management in Taiwan and China*(pp.19-59).

## 附錄一 「新婚夫妻的婚姻經驗研究」訪談代邀信

親愛的朋友您好：

我目前正從事我的博士論文「新婚夫妻的婚姻苦惱經驗研究」；本研究的目的旨在探索在婚姻生活中感到挫折、不快樂，覺得婚姻難以維繫，卻希望繼續維持下去之新婚五年內夫妻的婚姻生活經驗。希望能夠透過研究者分別與夫與妻的談話，使得這類婚姻生活經驗的樣貌能夠被瞭解，完成論文並進而能幫助更多的新婚夫妻。

本研究希望能夠訪談符合下列情況之新婚五年內的夫與妻：（1）夫妻至少有一方現在婚姻中很不快樂、過得很不好，另一方也知道；（2）夫妻至少有一方曾想過要離婚，且曾對他人說出來；（3）夫妻雙方目前仍想要維持婚姻；（4）夫妻雙方皆願意接受個別訪談。

若您自己或身旁有夫妻符合上述情況，歡迎隨時與我聯繫或請轉寄此信。謝謝您的協助。

國立台灣師範大學人類發展與家庭學系博士班研究生

林秀慧 敬上

指導教授 周麗端博士

聯絡電話：

電子信箱：[sarahlsh@saturn.seed.net.tw](mailto:sarahlsh@saturn.seed.net.tw)

101 年 03 月 02 日

## 附錄二 「新婚夫妻婚姻經驗研究」 訪談邀請函

敬啟者您們好：

我是國立台灣師範大學人類發展與家庭學系博士班的研究生林秀慧，目前正積極投入我的博士論文研究「新婚夫妻的婚姻苦惱經驗研究」。感謝您抽空仔細閱讀這份邀請函，本研究的目的旨在探索在婚姻生活中感到挫折、不快樂，覺得婚姻難以維繫，但希望繼續維持之新婚五年內夫妻的婚姻生活經驗。希望能夠透過研究者分別與夫與妻的個別談話，瞭解婚姻生活經驗的樣貌，完成論文，並進而能幫助更多的新婚夫妻。

本研究結果將提供婚姻家庭的學術與實務工作者瞭解新婚夫妻在婚姻生活中挫折和不快樂的樣貌，以及仍想維繫婚姻關係的考慮；而透過個別訪談的過程，您們夫妻亦可以重新檢視過去的婚姻生活及其對您們夫妻兩人或個人的意義。我會將此研究進行過程視為分享、探索與學習的歷程，因此將秉持誠摯的心與您們一同探索在此婚姻歷程中最深刻的感受，並描繪您們的經驗及情感的樣貌。由於您們的參與，才有可能真實地呈現婚姻經驗的本質及其背後所隱藏的意涵，對此我不勝感激，也再次誠懇地邀請您們參與本研究的訪談。

本研究擬進行的方式如下：

1. 將會有 1-2 次的夫妻個別訪談，每次各約 1-2 小時。
2. 訪談的時間與地點會依您們的方便性而定。
3. 訪談過程會採用錄音的方式，訪談結束後會將錄音的內容轉為文字紀錄，此文字紀錄僅供學術之用，絕不會引做其他用途；在進行訪談之際，若讓您們有任何不舒服的感受時，您們將可以要求終止錄音，待您們認為許可時再繼續。
4. 謹遵守保密之責，因此將以匿名方式來處理文字紀錄，即逐字稿。

若您們有可能接受訪談或有任何疑問，歡迎您們隨時與我聯繫。

研究者：林秀慧 101.03.02

聯絡電話：(

電子信箱：sarahlsh@saturn.seed.net.tw



### 附錄三 參與研究同意書

我 \_\_\_\_\_ 在瞭解林秀慧的研究計畫後，同意參與她的研究接受訪談，並提供我的經驗與想法。

我同意訪談時的錄音，並瞭解資料會被轉錄成文字，並被妥善管理。任何有關我個人資料的部分都會隱匿與改編，其他相關人的資料也會被保護。錄音帶將在研究完成後做銷毀。我提供的資料會在經過我的同意與確認後才被引用。在上述的保密原則之下，我同意我的資料被研究者使用。

受訪者 \_\_\_\_\_ (簽名)

研究者 \_\_\_\_\_ (簽名)

\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_日

#### 附錄四 訪談日誌

訪談日誌	
研究參與者：	日期：
地點：	時間：
一、 對研究參與者的描述	
二、 對研究參與者的想法與感受	
三、 對訪談過程之描述與省思	
四、 其他	

## 附錄五 研究札記

### 之一

在論文剛完成計畫口試之後，我也曾訪談過幾對夫妻，後來當中有兩位先生成了和我工作關係很近的同工。幾經思考，我決定告知他們停止研究合作關係，不繼續分析他們的資料。我希望他們和我的同工關係能夠不受我研究的干擾，讓他們可以安心且平等地和我一起工作。畢竟每個人的工作與生活仍有其界限須維持，不再深入探究他們的婚姻生活，我想這也是屬於研究倫理的一部分吧，至少我們的工作關係會更單純些。他們事前並沒有表示什麼，但在我告知他們此決定時，我看到了他們兩位臉上鬆了一口氣般的微笑。

### 之二

我的論文尋找願意受訪的苦惱夫妻不易，但身旁卻有這類的夫妻，這兩樁婚姻的妻子都表達出她們正在受婚姻之苦。我陪著她們經歷這個過程，提供協助，但卻不想在這個時候邀請她們。或許是因為我原先就認識她們，以至我不忍為自己的論文研究，在她們痛苦的當下，還邀請她們接受我的訪談。我同時也有個反省：對那些原先我並不認識的受訪夫妻，我卻沒有這樣掙扎的心情。我自問，我是否真同理那些受訪夫妻的感受，或者換個角度想，因為我們原先並不認識，我反而可以較不受個人主觀經驗與感受的干擾？

### 之三

昨天晚上位結婚多年的女性朋友打電話給我，哭著訴說其先生的不是，並提到她想離婚的念頭。我在電話中聽她訴說了半個多小時，擔心她夜裡一個人在外頭不安全。什麼力量可以幫助她回家？我在心裡為她禱告著。婚姻中的是非對錯如何判定？誰判定？當婚姻中的二人缺乏第三力量的介入時，便只剩下二個人的角力？家族規範、長輩教誨、宗教信仰等等的影響力日漸減弱，甚至消失之際，婚姻中剩下的維繫力量是什麼？二個人之間的愛情？剛出生年幼的子女？脫離原生家庭的束縛？婚姻價值觀或對婚姻存有的幻想？我在想分開或許對其中感到痛苦的一方會好一些，或許第一次婚姻經驗的學習，有助於他們未來親密關係經營？我在想我這些想法會不會影響我對文本的分析和詮釋？我會不會把自己的價值觀投入分析和詮釋中？

### 之四

一位受訪者表示其丈夫沒有意願也沒有責任感扮演做父親的角色，那她為什麼還要這個婚姻？與其養二個孩子還要照顧這個長不大的丈夫，還不如獨立撫養兩個孩子。我對她的這段表述印象深刻，我自省這對我是一種不同的思考。我一直認為子女應在結構完整的家庭中長大，才是幸福的，但沒有責任感的父母親對子女可能造成的傷害，或許遠大於家庭結構的完整而已。

## 附錄六 春桃婚姻故事之文本部分節錄

(請問你結婚到現在多久了?)我就是到X月X號結婚滿X年,那大的X歲,要X歲了,小的X個月。對,大的是到今年X月X日,X歲;那小的去年X月X日才滿X個月,對。

(嗯哼,那你這這樣子走過來,結婚的感覺怎麼樣?)可以不要的話,可以,如果可以重來的話,我不要!【微微的笑】。因為很(停頓)..很(停頓)..很動魄吧!對阿!可能是因為還有跟公婆住啊!對呀!我覺得真的婚姻的成員,家庭的成員越多,相處起來的困難度是越高,我的狀況就是一直增加成員,一直增加,我還沒有適應好這些成員,我又要被增加一些成員,公婆啊!小叔、小嬸啊!有哇!他們也有小孩啊!對啊!還有我和我先生和我的兩個小孩。對,然後我覺得大嫂的角色,在公婆的認定上來講是很【嘆氣】就是要負擔的東西很,就是他們就覺得說應該就是,禮俗上來講你就是應該要做的很多,對,可是我覺得(停頓)【倒抽一口氣】或許我就沒有像他們那麼的棒!可以達到他們的期望,所以我覺得,一直都覺得很痛苦【聲音哽咽】,在這個點。期待很深啊!就是,回來就是得要煮飯,下班回家就要煮飯給一家人吃啊!就覺得我就應該要這樣,可是小嬸是不用工作的,可是他們卻期待我這個做大嫂的,下了班要回去把一家人的飯都給弄好。恩~我公婆是這樣期待我!可是前提是我老公不回來吃飯,對那回來吃飯的人,我孩子也不回來吃飯,我認定中的我的家庭成員都不回來吃飯,我為什麼要為了別人,況且一個閒人,來煮個飯給他們吃呢!只因為我是大嫂嘛!

(嗯哼!家裡有哪些人,你說成員很多。)公婆啊!小叔、小嬸啊!有哇!他們也有小孩啊!對啊!還有我和我先生和我的兩個小孩。

(嗯哼!所以你是提到說公婆對於你這個做大嫂的特別有期待。)期待很深啊!就是,回來就是得要煮飯,下班回家就要煮飯給一家人吃啊!就覺得我就應該要這樣,可是小嬸是不用工作的,可是他卻期待我這個做大嫂的,下了班要回去把一家人的飯都給弄好。

(這是你公婆的期待?)恩~我公婆是這樣期待我!可是前提是我老公不回來吃飯,對那回來吃飯的人,我孩子也不回來吃飯,我認定中的我的家庭成員都不回來吃飯,我為什麼要為了別人,況且一個閒人,來煮個飯給他們吃呢!只因為我是大嫂嘛!

(那你怎麼面對這種情況?要怎麼處理?)要怎麼處理,我就不理..恩...他們沒有明著講,可是他們會用很多方式讓你知道說他們期望這麼做,可是我弟兄就跟他們說:為什麼要這樣子做?他們才覺得說不用。對,我弟兄去跟我說,跟我公婆說,為什麼會有這樣的要求,他覺得不合理,我公婆就坦然接受,對啊。這個情況沒有再繼續,可是要求就是不一樣,可是這樣子的痛苦,而且兩個弟兄的,就是我小叔跟我弟兄是兩個截然不同的人,不同的性格的人,我弟兄比較顧不到,顧不到,就是比較被呵護的,對,那我小叔是一個很會呵護人的,所以其實兩段婚姻,兩個做姊妹(妻子)的角色是不同的,一個是我一直在付出,可是另一個是一直都在被關注,然後公婆就會覺得我怎樣,我一個在付出久的人,到一定的程度我會受不了,因為我覺得我弟兄去都回他的家就是享受他的人生,我就像一隻牛一樣,回到家什麼東西必須弄好,我久了難免會有怨言,會不高興,我一旦爆發了,我公婆就罵我,譬如最近生這個第二胎,因為第二胎生出來我..恩..訂月子餐那就四周你要麻煩你自己洗你的衣服,因為平常都

是我打理嘛!那月子不是女孩子家，因為我第一胎月子完全沒有做好，我進出醫院兩次，所以我身體很差，我就是生完不是很舒服。然後因為我大的在我媽(家)，我媽幫我帶，我就自己顧小的，那我希望我弟兄能夠打理好他自己的，就是頂多就是洗一週洗一次的衣服，可是甚至這樣，我都要每週都要為了這件事情跟他吵，他才願意去做。

(你說你坐月子的時候?)做月子的時候，對!因為我們第一人口那麼多，而且還要阿姨來幫我們洗衣服，那你還要顧慮到，人家也要用我們的空間，我們我們洗好讓，那是不是就要收，因為先生頂多就是六日有空，那平常下班都很晚，那你叫他做這些也是很辛苦，所以他也知道他也只有六日可以用，可是他可以的時間他又不積極的去處理，就會為了這種日常所需的事情，都需要這樣子，一而再再而三，因為我會顧慮到其他人的需要，因為大(家)，每一個房是不是都要洗衣服，那你你有空的時間你不去做，以後你更不會去做，那人家要不要用，那還有人家，還有大姨來幫我做月子嘛!他一樣會遇到一樣的需要，他完全都不顧慮到別人，他只注意到他，他根本就不顧慮任何人，那我就一直跟他 PUSH，一直 PUSH 他，然後每次都要用爭執的方式，他甚至連顧小孩，BABY 才出生、出院，那時候 BABY 都不喜歡吃東西，我會擔心嘛!出院到從早上九點出院到家裡晚上九點，他只吃 40c.c.我會很緊張，而且我需要擠乳，我很累，因為就是跟他這樣耗嘛!那整個體力也都很累，我說：爸爸，你幫我餵 BABY 喝ㄋㄋㄋ，他就算睡覺你也要把他挖起來喝，因為一天只喝 50，就是不到一百，是真的，我很怕他又進醫院，可是我弟兄沒有感覺，我就跟他大吵大鬧，他才願意，而且他都很多理由來說他沒有辦法做這件事情，他說他快感冒了，他背後著涼，不然就說我的手怕冷，我的手有細菌，我這樣會很髒，就是會找各種理由，抗拒不去做這種事情，我就覺得很苦，真的很苦，為什麼?他也不是你兒子嘛!為什麼不對他那麼愛呢?你為什麼不會擔心到，他就打電動，他就是打電動，並沒有替他想說這孩子是需要照顧的。

## 附錄七 主題分析與命名修改過程

### 主題分析第一版

一、回想當年話婚前	二、步下紅毯後，激情褪色時
1. 交往階段已出現問題	1. 婚姻期待下的失望
2. 進入婚姻的奇特原因	2. 過去負面經驗影響現在
	3. 夫妻情感表達與維繫不易
	4. 夫妻溝通與衝突處理困難
	5. 夫妻差異過大
	6. 夫妻互動上的負向影響
	7. 居住及睡眠的難題
	8. 經濟壓力與困窘感
	9. 工作危機與問題
	10. 貸款與債務問題
	11. 性關係及性生活的困難
	12. 金錢處理方式上的問題
三、進入三人世界之後的痛苦	四、原生家庭與姻親關係問題
1. 生與不生的拉扯	1. 與原生家庭成員情感不佳或疏離
2. 女性懷孕後的苦惱	2. 與原生家庭過於親近和黏結
3. 一加一大於二	3. 代間負向傳遞
4. 究竟要滿足誰的生育期待	4. 兩個家庭規則或習慣的碰撞
5. 親職角色認知與感受的落差	5. 夫妻與父母兩代互動及關係問題
6. 夫妻無法共親職	6. 姻親兩家互動問題
7. 子女未來規劃有差異	
五、婚姻困難中的夫妻個人因素	六、環境上的不利因子
1. 個人負向特質	1. 困難在時間軸上的展延與疊加
2. 對婚姻問題的負向歸因	2. 社會支持系統薄弱
3. 個人對婚姻的不當期待	
七、夫妻在婚姻困難中撿拾珍珠	
1. 仍留在婚姻中的不捨與思量	
2. 為婚姻中的困境找出路	

說明：

主題分析第一版之命名主要是以婚姻苦惱發展歷程先後所編排，前六大主題在回應「研究問題一」，第七大主題主要在回應「研究問題二」，由研究者先行擬出後，在與協同研究者等同儕與師長討論。在充分交換意見後取得共識，認為第一版之意義單元群聚與主題命名，較似歷程摘要與描述，尚無法貼切呈現研究參與者之生活經驗與感受，故在討論後，大幅修改為主題分析第二版，修改重點詳見第二版之說明。

一、夫妻互動層面

(一)對配偶個性特質的適應困難 ~ 因為愛，所以在乎	(二)男女在親密關係中的“願與怨”~ 我怎麼做，在你/妳都是不夠
1.一方情緒起伏大，脾氣暴烈，另一方受傷、難過	1.婚姻生活使兩性親密關係降溫
2.一方悲觀負面，得雙方都不快樂	2.約會和同居時的浪漫在現實生活中消失殆盡
3.缺乏安全感的女性因無法控制配偶而對婚姻感到失望	3.男性在夫妻親密關係中體驗失落和無奈感受
4.不向外求助讓自己受苦，配偶擔心	4.女性在夫妻親密關係中嘗到失落和傷感滋味
5.衝突是兩人個性適配度引起的衝突	
(三)男女在婚姻中的“性”與“悻”~ 我怎麼做，在你/妳都是不滿	(四) 夫妻溝通出現問題 ~ 錯亂的雙人舞步
1.夫妻性生活每下愈況，性接觸大量減少	1.夫妻兩造不對等的溝通讓人痛苦
2.夫妻性生活品質變差，過程中沒“愛”意	2.一方的不當溝通引發另一方的自保反應
3.你的“性”福，我的不“幸”福！	3.夫妻一方的不溝通惹人惱怒
	4.無法逃避的溝通帶來無法躲避的衝突
	5.夫妻溝通中的衝突發展路徑及結果 ~ 兩人舞步愈形錯亂

二、互動脈絡層面

(一)工作與家庭平衡上的難處 ~ 顧得了工作，顧不了家	
1.工作與婚姻的交錯影響 ~ 新婚男女不同的“tone”與“痛”	2.家庭生活時間分配引起的衝突 ~ 時間的河，流向她/他方
(二)家務分工缺乏共識與協力 ~ 你的家，是我的“事”	(三)開源與節流的難以順暢 ~ 錢在壓力鍋上滾動
1.男性婚前沒做過家事，婚後也不習慣做家事，常被太太抱怨或責罵	1.憂鬱啊，沒錢的婚姻
2.男性對家事的一竅不通讓新婚女性感到震驚且很受傷	2.翻滾在金錢壓力鍋中的房貸和債務也是個負擔
3.女性抱怨夫妻對家務的分工缺乏討論與共識	3.開源 ~ 「元」來不了的懊惱
4.男性對太太不會做家事感到很驚訝，也有所抱怨	4.節流 ~ 「留」不住錢的惆悵
5.男女都對夫妻在家務分工與執行上有不公平的感受	
(四) 代間衝突與困境 ~ 代間的上下交困，夫妻的左右為難	
A.親代對子代	B.子代對親代
1.父母對婚姻的不讚許讓人感到遺憾	1.男性結婚成家後身雖離開父母，心有不捨與

2.公婆的態度使得女性婚後感受到不小的壓力	懷念
3.親代干涉子代夫妻生活方式，造成兩代間的衝突和子代的困擾	2.女性對於配偶孝順父母甚過愛配偶，感到很不是滋味
4.親代介入子代的子女教養方式，造成兩代間的衝突和子代的困擾	3.女性對孝順公婆的無力感與矛盾掙扎
5.婆媳之間的衝突連帶造成夫妻之間的衝突，形成無可避免的三角戰爭	4.女性的獨立居住渴望和與公婆同住責任的兩相撞擊帶來了失落
6.男性子代對配偶的作為無法認同或轉述長輩的抱怨，加重了夫妻關係緊張	5.照顧父母是無可推諉的責任，壓力卻也無比沉重
	6.女性對於配偶為討父母高興而想要有第二個孩子，感到很不以為然
	7.身為獨子的男性，其親子關係和夫妻關係孰輕孰重

(五)穩定獨立的居住空間難求 ~ 新婚之“居”或 新婚之“拘”？

- 1.從婚前到婚後的居住環境變得更糟，增加對婚姻生活的不適應
- 2.居住空間有“外人”，增加對婚姻生活的不適應
- 3.婚後的居住地點不斷變動，連帶降低其婚姻生活穩定的感受
- 4.居住地點的改變牽動社交生活圈的改變，帶來了人際上的被隔離感
- 5.婚後居住環境條件不佳，帶來了身體上的不適和心理上的壓迫感

(六)養育子女上的問題與困難 ~ 新婚，“生”？“不生”？

1. 生與不生的拉鋸
2. 初發現懷孕及懷孕初期的痛苦經驗
- 3.墮胎與否，女性有掙扎，男性有遺憾
- 4.女性流產後，身心皆有不適感受
- 5.婚後很快懷孕壓縮新婚適應時間，增加適應困難
- 6.對配偶無法共親職感到苦惱
- 7.因夫妻關係及未來居住的不確定性而擔心孩子的未來

說明：

第二版之形成乃根據第一版之修正討論意見，由研究者再次重新閱讀文本，重新感受、反覆理解而成。第一版與第二版最大差異在於：

- 1.修改經驗主題名稱：將大經驗主題中類似歷程摘要的描述性用語，修改為能突顯參與者苦惱感受與經驗的用詞。
- 2.統一經驗主題字數：將五大經驗主題的字數統一，次主題的字數也盡量接近，使閱讀更順暢。
- 3.合併次主題：第一版中之第 經驗主題中本有 項次主題，經討論後認為
- 4.抽取更高層次之命名：由每一新形成之經驗主題，抽取更高層次的苦惱經驗意涵。

主題分析第二版定稿後，再次與協同研究者與指導教授進行深入討論。在充分交換意見後，一致認為某些經驗主題的名稱若再進行修改，將更能完整呈現參與者之心情感受與經驗意涵，故根據討論意見最後修正為第三版(定稿版)。



主題分析第三版

主題	次主題	次次主題
A. 進入婚姻時遭逢種種壓力與不適	A-1 從婚前到婚姻後的轉變不順	A11 進入婚姻步伐踉蹌
		A12 進入婚姻遭逢阻力
	A-2 穩定獨立居住空間難求	A21 居住環境令人不滿意
		A22 居住地點變動頻仍，不安定感漸增
		A23 與外人共居，增加婚姻生活不適應
	A-3 工作與家庭難兼顧	A31 結婚打斷了工作的連續性
		A32 工作忙碌降低了家庭生活品質
		A33 工作壓力大、時間長，損害夫妻相處
	A-4 錢在壓力鍋上滾動	A41 憂鬱啊，沒錢的婚姻
		421 難以開源配偶不當投資行為造成夫妻衝突
		A43 無法節流及配偶不當消費令人發愁
	A-5 女性婚後很快/意外懷孕	A51 女性乍發現懷孕及懷孕初期的意外痛苦
		A52 墮胎是女性難言之隱，夫妻永遠的痛
		A53 女性婚後很快懷孕擠壓了夫妻新婚適應
	B. 親密與自主在夫妻關係中浮沉	B-1 現實生活使夫妻感情降溫
B12 在親密關係中嘗到失落、無奈和傷感		
B-2 夫妻性失活失味		B21 性生活減少，有意無意地逃避
		B22 性生活品質變差，性索然無味
B-3 獨立自主渴望未能實現		B31 婚姻中缺乏自主和獨立的失落感
		B32 夫妻無法獨立生活的失望感
B-4 獨處與共處時間分配的衝突		B41 婚後失去了個人時間和休閒嗜好
		B42 新科技產品佔據夫妻相處時間
C. 夫妻特質及觀念難相容	C-1 夫妻相愛容易相處難	C11 夫妻個性南轅北轍，差異太大
		C12 夫妻因個性差異而衝突不斷
	C-2 對配偶特質的適應困難	C21 配偶的壞脾氣及控制性格，令人難受
		C22 配偶的悲觀負面，苦了自己，也為難別人
	C-3 配偶的身心症狀苦了兩人	C31 婚姻衝突與憂鬱症狀的糾結
		C32 配偶過往自殺經驗是夫妻關係的隱藏威脅
	C-4 夫妻缺乏共識或無法建立共識	C41 時間觀念/價值觀的差異大
		C42 金錢價值觀的差異大

		C43 家庭觀念的差異大
		C44 養育子女的觀念差異大
D. 夫妻磋商如同角力，往往愈搓愈傷	D-1 家務分工缺乏共識與協力	D11 配偶不曾也不會做家事叫人吃驚
		D12 家務的分工缺乏討論與共識
		D13 家務執行無法協力，時有不公平感
	D-2 夫妻無法共親職，子女養育有歧見	D21 生與不生之間的掙扎不斷
		D22 配偶的子女養育方式 令人難以接受
		D23 親職時間不足，男性被女性抱怨愈益嚴重
	D-3 夫妻溝通與衝突處理失焦	D31 配偶的溝通方式讓人痛苦、想逃離
		D32 無法溝通帶來無法躲避的衝突
		D33 一方沉默，另一方追逐；一方追逐，另一方逃避
		D34 夫妻衝突不斷，問題無法妥善處理
E. 原生家庭關係與姻親關係的困擾不斷	E-1 代間衝突與困境	E11 父母親干涉夫妻生活方式，造成兩代間的衝突和夫妻間的困擾
		E12 父母親介入夫妻的子女教養方式，造成兩代間的衝突和夫妻間的困擾
	E-2 父母照顧無共識	E21 男性婚後不捨離開父母，配偶不是滋味
		E22 照顧父母責任無可推諉，壓力卻愈形沉重
		E23 男性期待與父母同住，就近照顧；女性渴望脫離父母而居，獨立生活
	E-3 姻親關係維繫與照顧責任壓力	E24 男性之苦：兩代關係與夫妻關係難兼顧
	E31 維繫配偶家庭責任落在夫妻身上，想抗拒	
	E32 照顧配偶手足變成夫妻共同責任，難承擔	
決定留在婚姻中的考量		
與自己有關的考量	反省後覺得自己有錯	
	想保持對婚姻的想像和形象，尚未完全放棄	
與配偶有關的考量	想到配偶的優點以及對自己的好	
	看見配偶的改變跡象，同情配偶	
	不確定配偶的態度	
看見長輩的改變		
與孩子有關的考量	子女帶來的正向感受	
	為孩子的好處著想	

考慮到其他因素	離婚不一定更好
	離婚涉及法律/雙方並未就離婚相關事項進行討論
	夫妻協定不在吵架時提分手 信仰上的考慮和堅持 維繫婚姻的努力
婚姻生活中的因應	消極的因應
	積極的因應
自我的改變	觀念想法的轉變
	態度的改變
	行為的改變
配偶的改變	看見配偶的行為改變
	感受到配偶的正向回應
夫妻的共同努力	改善夫妻互動
	改進夫妻分工合作方式
	夫妻一起求助與共同成長
環境脈絡的正向影響力量	女性懷孕與生產
	工作與居住的改變
	姻親互動的改變
	父母的正向影響
對自己的期許	對未來仍抱有期待
	期許自己為自己而努力
	期許自己為配偶而努力
	期許自己為子女而努力
	期許自己為夫妻關係而努力
對配偶的期許	期許配偶為夫妻關係而努力
	期許配偶為親子關係而努力
對夫妻雙方共同的期許	期許居住環境的改善
	期許夫妻關係與互動的改善
	困難環境中的機會
個人心理支持及婚姻生活諮詢	個人韌性
	夫家資源
	妻家資源
	外部資源
家務工作協助及子女照顧分擔	夫家資源
	妻家資源
居住空間資源	夫家資源
	妻家資源
工作機會與其他	朋友
時間與空間的變動	個人生涯階段的改變

家庭發展階段的推進

婚齡長度的增加

居住空間的移動

主題分析第四版(定稿版)

(一) 婚姻苦惱交疊顯

主題	次主題	次次主題
A. 新婚轉變磨出苦澀滋味	A-1 從婚前到婚後轉變不順	A-1-1 進入婚姻步伐踉蹌
		A-1-2 進入婚姻遭逢阻力
	A-2 工作與家庭生活相互惡化	A-2-1 結婚加重工作難題
		A-2-2 工作減損婚姻品質
	A-3 錢在壓力鍋上滾動	A-3-1 煩錢夫妻百事“礙”
		A-3-2 開源 ~ 「元」來不了的懊惱
		A-3-3 節流 ~ 「留」不住錢的惆悵
	A-4 很快懷孕增加適應難題	A-4-1 懷孕之初，艱苦之始
		A-4-2 胎兒留與不留，都是痛苦
	A-5 性失活失味貧乏	A-5-1 性接觸大量減少
A-5-2 性生活品質變差		
B. 關係問題不斷疊加累增	B-1 親密關係變調失溫	B-1-1 美好感受消失於婚後
		B-1-2 甜蜜情愛，每下愈況
	B-2 婚前關係障礙未除	B-2-1 不良成長經驗有礙婚姻
		B-2-2 婚前問題持續懸而未決
	B-3 代間上下交困，夫妻左右為難	B-3-1 女性難適應(公)婆媳關係
		B-3-2 代間衝突與夫妻失和交疊
		B-3-3 父母照顧責任難捨難卸
	B-4 社會連結與情感支持不足	B-4-1 談心訴苦的友伴不易尋
		B-4-2 家人無法提供情感支持
	C. 夫妻互動磋商，愈搓愈傷	C-1 家務分工缺乏共識與協力
C-1-2 家務執行能力與體力不足		
C-1-3 家務操作中，仍見不公平		
C-2 生養有歧見，無法共親職		C-2-1 生與不生，不斷拉鋸
		C-2-2 不生育乃因諸多顧慮
		C-2-3 難以共親職，齊養育
C-3 家庭時間分配引起		C-3-1 婚後失去個人獨處時間

	衝突	C-3-2 科技剝奪家人相處時間
	C-4 溝通互動模式失效 互傷	C-4-1 無效的溝通，更添痛楚 C-4-2 長期忍耐配偶不當對待
	C-5 權力失衡，不滿鬱 悶驟生	C-5-1 頤指氣使，令人不滿 C-5-2 霸道任性，令人鬱悶
D. 期待渴望逐 漸失落幻滅	D-1 角色期待多，壓力 苦惱隨著多	D-1-1 對自我的角色期待帶來壓力
		D-1-2 來自他人的角色期待增添苦惱
		D-1-3 對配偶的角色期待感到失落
	D-2 婚姻期待，終竟落 空	D-2-1 期待會被疼愛，結果卻被苦待
		D-2-2 期待會被尊重，結果未被看重
		D-2-3 期待可以親密，卻總是受傷害
	D-3 獨立自主渴望未能 實現	D-3-1 對無法婚姻自主，覺困頓
		D-3-2 對無法穩定生活，感失落
		D-3-3 對無法獨立居住，嘗無奈
E. 底線遭踏，婚 姻難再撐繼	E-1 個人底線遭踏，婚 姻難持續	E-1-1 居住需求未獲保障滿足
		E-1-2 個人經濟安全感受威脅
		E-1-3 個人面子掛不住，產壓力
	E-2 對配偶的隱忍觸及 關係底線	E-2-1 個性南轅北轍，相處不易
		E-2-2 特質適應困難，欲振乏力
		E-2-3 身心症狀是關係隱藏威脅
	E-3 家庭底線失守，婚 姻難維繫	E-3-1 家庭和諧底線遭蹂躪
		E-3-2 家庭自主底線難守護
		E-3-3 家庭經濟安全受威脅

## (二) 維繫婚姻現契機

主題	次主題	次次主題	
A. 維持婚姻 細思量	A-1 維持婚姻，內有吸力	A-1-1 想起另一半的好，擔心離婚傷害配偶	
		A-1-2 孩子是不捨和牽掛，也是喜悅和動力	
		A-1-3 長輩在改變，雙方家人有幫忙	
		A-1-4 反省自覺也有錯，離婚並非真心意	
	A-2 維持婚姻，旁有助力	A-2-1 同學朋友是支持	
		A-2-2 專業人員供諮詢	
		A-2-3 課程講座教秘訣	
	A-3 考慮離婚，外有阻力	A-3-1 不敢違背上帝的撮合	
		A-3-2 下個對象不一定更好	
		A-3-3 離婚涉及法律難處理	
	A-4 生活轉變，帶來新機	A-4-1 時間也是良藥	
		A-4-2 工作成了重心	
		A-4-3 搬家改變關係	
	B. 維繫婚姻 見努力	B-1 自身努力求突破	B-1-1 持續忍耐求諧和
			B-1-2 採取行動求改變
		B-2 看見配偶圖改善	B-2-1 努力減少衝突源
B-2-2 努力增進夫妻情			
B-2-3 努力成為好父母			
B-3 夫妻努力同求好		B-3-1 改善互動，增加相處	
		B-3-2 促進合作，改進分工	
		B-3-3 一起求助，共同成長	
B-4 努力之外有期許		B-4-1 自我期許求更佳	
		B-4-2 期許配偶更用心	
		B-4-3 期許雙方齊行動	

說明：

根據第三版之討論重點進行修改後，即形成主題分析第四版，定稿版。第三版與第四版之主要差異在於對不適宜之經驗再度進行修改。

## 附錄八 婚姻生活簡述及逐字稿檢核回饋函

親愛的\_\_\_\_\_，您好：

首先要感謝您的鼎力相助，成為我的研究參與者，在忙碌生活中接受我的訪談，分享您的婚姻生活經驗。至今我所有的訪談已告一段落，並已將所有訪談內容繕打為逐字稿，經過反覆閱讀及理解後，也另編寫出您的婚姻生活簡述，為使婚姻生活簡述及未來的分析更能貼切地反映出您的婚姻苦惱經驗，請您再次撥空協助檢視附件中的二份文本，並回答下列問題：

1. 請以百分比(%)表示個人背景及婚姻生活簡述與逐字稿符合您婚姻生活經驗的程度(在婚姻生活簡述及研究討論中，所有受訪者都被取了一個名字，以代表之。女性：春桃、夏荷、秋菊、冬桂、西蓮、南梅、北櫻、中蘭、小蓉；男性：志之、誠一、正心、修身、家齊、國治、平天)。
2. 若有不盡符合經驗之處，請以彩色字體修正。
3. 若遺漏某些重要的經驗，請以彩色字體增補。
4. 若有任何感想與意見，請以彩色字體寫於空白處。
5. 在這二份文本中，若有不希望將來論文完成後，可能被您的配偶閱讀到的內容，請以彩色括弧標示出來。您所括弧標示的部分將僅作為研究者反思與綜合討論的參考用，不會在論文中呈現出來。

您的檢閱及寶貴意見，將使本研究更貼近您的婚姻生活經驗，且更富嚴謹性。

再次感謝您的回饋意見與建議，並祝健康平安！

國立台灣師範大學人類發展與家庭學系研究所博士班研究生

林秀慧 敬上

中華民國            年            月            日

## 附錄九 “婚姻苦惱經驗主題、類型及維繫婚姻現契機”檢核回饋函

親愛的\_\_\_\_\_，您好：

再次感謝您的幫忙，成為我的研究參與者，接受我的訪談，並檢視您的婚姻生活簡述及逐字稿；更感謝您提供的寶貴意見和建議，使本研究更貼近您的婚姻生活經驗，且更富嚴謹性。

至今已整理分析所有受訪者的訪談內容，完成整體婚姻苦惱經驗的主題及類型，為使這些婚姻苦惱主題及類型更能貼切地反映出您的婚姻苦惱經驗，請您再次撥空協助檢視附件中的三份文本，並回答下列問題：

6. 請以百分比(%)表示所列五大婚姻苦惱經驗主題符合您婚姻生活經驗的程度。若有任何感想與意見，請以彩色字體增補於空白處。
7. 請以百分比(%)表示所列維繫婚姻現契機二大主題符合您婚姻生活經驗的程度。若有任何感想與意見，請以彩色字體增補於空白處。
8. 本信函及所附文本填寫完畢後，煩請寄回。資料請勿外流或轉寄他人，謝謝合作。

您的檢閱及寶貴意見，將使本研究更貼近您的婚姻生活經驗，且更富嚴謹性。

再次感謝您的回饋意見與建議，並祝健康平安！

國立台灣師範大學人類發展與家庭學系研究所博士班研究生

林秀慧 敬上

中華民國            年            月            日