全職照顧者？雙薪家庭？父親照顧？母親照顧？打造親子關係的神隊友

文｜珍妮佛・彼崔格里利

育兒模式與性別角色的困境

爸媽都要共同照顧小孩！以下所敘述的三種模式，你們是哪一種？並不是每一對夫妻都有孩子，但對那些有孩子的夫妻而言，找出彼此都能接受的育兒模式也很重要。

在過去十五年裡，父母親在孩子身上付出的時間與精力大幅增加。一九九〇年代中期，母親平均每週花十三個小時照顧孩子，父親則平均花四個小時在育兒工作上。到了今天，母親平均每週花十八個小時照顧孩子，父親則花九個小時在育兒工作上。所有證據都顯示，有兩個因素造就了這個趨勢，一個是社會壓力，一個是個人選擇。換句話說，不只是社會期待我們在孩子身上花更多時間，我們也不想錯過他們的童年。

此外，人們普遍因為無法花更多時間在孩子身上而懷抱罪惡感，顯然男性與女性都對怎麼好好地照顧孩子，同時又能安排自己的生活，感到矛盾。

事實上，在我訪問的雙薪父母當中，有些人擔心他們的孩子過得比那些由父母親全職照顧的孩子差。他們因為不能參加每一次的校內活動、協助孩子完成每一份作業，以及有時由其他人負責照顧生病的孩子而感到內疚。他們擔心，無法全職照顧孩子會對他們造成某種傷害—導致心理或社交障礙、學業表現不佳、覺得自己被拋棄等問題。

由於社會規範對父母親施加壓力，這些恐懼是可以理解的，但它們並沒有事實根據。許多研究都證實了這一點。發展心理學家曾經對孩子進行追蹤研究（有些案例甚至長達十五年），評估他們的認知能力、情緒發展、社交技巧、建立並維繫親密關係的能力，以及其他特質。他們針對由父母親全職照顧和父母親都有工作的孩子，比較評估結果。

結果顯示，兩者在各項發展和身心健康方面都沒有差異。真正重要的是，孩子與父母親和其他照顧者的情感緊密程度。無論這些為人父母者是否外出工作，當他們之間的關係極為親密時，孩子就能健康快樂地成長。

如果你還是很難擺脫身為職業父母的罪惡感，請記得，這種罪惡感絕大部分是因為文化造成的。

在英國（我的家鄉）或美國時（我經常在美國工作），我聽到很多雙薪父母訴說自己的內疚。但在法國（我在這裡定居），很少人會這樣做。雙薪父母的「失職」沒有事實根據，只是我們自己這麼認為而已，我們可以選擇不要再這麼做。

因此，讓我們拋開罪惡感，接受養育孩子最基本的現實。事實是，所有人（無論雙薪與否）都將某些育兒工作外包出去—交給家人、學校、托兒所或保姆。這不是現代才有的現象。在許多傳統社會裡，當父母親外出工作時，都是由家族裡的長輩負責大部分的育兒工作。時至今日，將育兒工作外包出去，依舊使你們有更多時間和孩子相處。思考怎麼運用這些時間，以及如何分擔責任與享受孩子帶來的喜悅，對你們之間的關係有著重大影響。和排定工作順位一樣，謹慎選擇育兒模式是非常有幫助的。這裡有三種模式可以考慮：

主要照顧者模式

在主要照顧者模式（lead-parent model）底下，由其中一人扮演主要照顧者的角色，承擔大部分的育兒責任。這不只是時間的問題。這個人必須對孩子周遭的一切瞭若指掌，並且給予他們支援—知道哪一天有體育課、打預防針的時間、他們好友父母親的電話號碼、班上死黨的名字；知道何時有校外教學，需要準備午餐，以及如何一起搭車去看足球賽等。有位和我很要好的同事，因為扮演主要照顧者的角色，被三個兒子比喻為家裡的中央電腦系統。儘管她和丈夫共同分擔多數育兒工作，他們都預期，她知道什麼時候會發生什麼事，並隨時處理突發狀況。他就像是她的「員工」一般。

主要照顧者模式的好處是角色明確。不只是父母親，孩子也知道由誰承擔主要養育責任，因此感到較為輕鬆自在。此外，當主要照顧者真的很想扮演並享受這個角色時，他將感到十分滿足。當然，這種模式的壞處是，在家庭的重要時刻，次要照顧者可能會覺得自己被排除在外。最後他甚至可能會因為「錯過孩子的成長」而感到無比遺憾。

輪流模式

和工作順位的輪流模式一樣，在這種模式底下，夫妻必須輪流扮演主要照顧者的角色。有些夫妻每三到五年進行角色互換，這個時間點也許正好和主要與次要工作者之間的轉換一致。其他夫妻則是在其中一人面臨高強度工作時，暫時扮演主要照顧者的角色。和工作順位的輪流模式一樣，這種模式的壞處是，對於何時轉換角色，兩人可能很難達成共識。

共同照顧模式

在共同照顧模式（co-parenting model）底下，夫妻一起扮演主要照顧者的角色。他們通常會平均分配在育兒工作上投入的時間，共同分擔「中央電腦系統」的工作。比方說，其中一人負責處理所有和體育課、醫療保健、家庭作業有關的事，另一個人則負責幫孩子安排所有的社交與音樂活動，以及與老師聯繫。

和你猜想的一樣，所有育兒模式成功的關鍵都在於，父母雙方謹慎地選出這種模式，它與他們的工作順位模式也正好互補。這不是很顯而易見的事嗎？或許是如此，但許多夫妻都隨意做出選擇。有時候，他們的育兒模式沒有跟上工作順位的轉換。這種不一致多半是由性別期待所導致。比方說，根據統計，女性通常比男性在育兒工作上投入更多時間；即便夫妻雙方都一致同意採取共同照顧模式與雙重主要工作順位模式，也往往是如此。

我經常聽到雙薪夫妻說，他們之所以決定採行共同照顧模式，有一部分是因為兩人凡事都想親力親為，另一部分則是因為他們都不想減緩職涯發展的速度。然而，他們之間往往存在著明顯的不平衡。比方說，我訪問的某位女性就說，雖然她的丈夫是一位凡事親力親為的父親，他們都認為，他只是「她的助手」。她進一步說明：

> 週六早上吃早餐時，他總是會問：「我這個週末可以做些什麼？」儘管我從他身上獲得的幫助，遠比我的朋友從丈夫那裡

得到的多，問題在於，他只是在「幫」我。我顯然還是主導這一切的人。

我們可以思考，是什麼原因造成這種落差（很多夫妻都會這麼做）。或許有些男性只是在一旁等著女性指揮；或許有些女性展現出她們想主導一切的慾望。或許兩者皆是。事實是，就連堅信男女平等的夫妻，也很難擺脫傳統性別角色。從大眾媒體的報導乃至微妙的人際互動（像是要詢問問題或安排活動時，老師很自然就會打電話給學生的母親），我們的周遭每天都以各種方式助長並強化這種傳統角色。

傳統性別角色一直存在，這說明了為什麼有些女性是家中的經濟支柱，卻依然比男性花更多時間在育兒工作和家務上。很顯然，即便在最講求平等的社會裡，要讓男性與女性對家庭均等地付出，我們都還有很長一段路要走。所以請特別注意，儘管你和另一半真的想要採行共同照顧模式，傳統性別角色也可能會對你們的行為產生深遠的影響（無論你們有沒有發現）。

參考資料：雙薪家庭進化論：打造神隊友，成就彼此的愛情與事業，妮佛．彼崔格里利 Jennifer Petriglieri，遠流出版社