





# 樂飛雙北地南天

——在說「YES」之前

成家 and 美麗在百貨公司前的廣場椅子上坐著聊天，面對著百貨公司架設的巨幅電視螢幕，這時正好播放廣告：一對情侶在湖邊漫步，忽然男主角若有所思的對女友說：「我們交往這麼久了，這樣下去也不是辦法。」女友沉默了好一會兒，不安的問：「那——你想怎麼樣？」兩人之間的氣氛剎時變得緊張又尷尬。突然，男主角從懷裡拿出早就準備好的戒指獻給女友，兩人隨即甜蜜的相擁……

看著看著，美麗的心裡頭不禁羨慕起來：多麼浪漫呀！她偷偷地瞄了一眼身旁的成家，可是卻無法從他的表情上看到任何的感動。哎！正當美麗落寞地歎了口氣時，突然感覺到自己的手被成家緊緊地握住，就在這一剎那，一股莫名的感動與期待油然而起……

**很**多未婚男女都期待自己的感情和婚姻之路，能夠如同電視上的廣告，浪漫而美好。可是，在懷著浪漫的憧憬與期待的同時，你是否可以為自己多準備些讓婚姻生活更加甜蜜順利的「籌碼」？

## 為什麼要結婚？

你可曾想過，是什麼原因使你想走入婚姻生活，願意和另一個人攜手共度一生？是年齡到了？父母催促？還是想要為自己的生活帶來一些變化？或者只是想要藉著婚約來確定兩人的關係？

就情感的發展而言，從戀愛到結婚最大的差異，是多了一份承諾——承諾你們彼此相屬，並且以對方為終生唯一的伴侶。因此，婚姻中最核心的部分就是這一份相屬的約定和關係。假使你確定結婚是為了這個「彼此相屬」的理由時，那麼，你們將會比因為任何其他原因下決定結婚，更能擁有穩固的婚姻基礎。

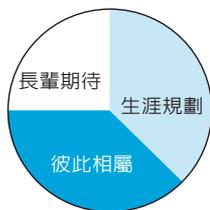


## 停下來，想一想：婚姻老實說

請照著下面的指示去做，並以真誠的態度去面對和溝通：

1. 請雙方各自在紙上畫個圓形圖。
2. 將心中想結婚的理由寫下，並按照重要性的比例，將圓形圖從圓心部位分割成不同的區塊。
3. 彼此對照對方的比例圖，並且說明自己每個理由所佔比例分配的原因。

例如：



-----

-----

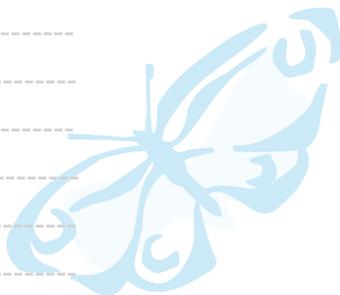
-----

-----

-----

-----

-----



## 你（妳）準備好了嗎？

當你想要與某人共度一生時，一定會考慮你對對方是否有足夠的了解、欣賞、接納與信任？當對方通過各種考驗，這些答案也都偏向肯定時，你可能就準備要說「Yes」了！不過，且慢，還有另一個人也同樣需要經過這些考驗，那就是——你自己。

也就是說，除了充分了解對方外，你對自己真的有足夠的了解、欣賞、接納與信任嗎？你確定自己有充分的條件和能力去面對婚姻生活嗎？

試試看，你可以從以下幾點去想想：

- (一) 對自己的優、缺點了解多少？
- (二) 對自己最滿意和最不滿意的地方有哪些？
- (三) 你認為在婚姻生活中，自己有能力做什麼，無法做什麼？
- (四) 朋友眼中的你和內心真正的自己相近嗎？

此外，想在未來的兩人世界中營造幸福的家庭，基本上必須有一些準備和條件。比方說，就



個人而言，就要考慮到：(一)能妥善安排自己的生活，確認自己有能力帶給雙方正向的感受；(二)具有多元情緒的處理方式，對於自己不同的情緒都能調適和處理；(三)對於自己設定的目標能有計劃的去實踐。

就雙方互動方面應該想到：(一)願意互相配合，調整或改變自己；(二)願意關心另一半的想法、期待、感受與需要；(三)能主動向對方表達自己的想法、期待、感受與需要；(四)願意共同承擔婚姻生活伴隨而來的責任；(五)面對事情時，願意一起討論、商量。

有了上面這些特質和態度，相信都可以為自己未來幸福、圓滿的婚姻生活加分喔！



## 停下來，想一想：我們可以更貼近

依照下面的指示去做，並且試著回答問題：

1. 用3~5個形容詞來介紹自己的特質。
2. 對於對方自己所列的特質，你的看法是什麼？你覺得這些特質在婚姻關係中可能產生哪些正向或負向的影響力？
3. 對於被歸類為負向的特質，你願意試圖去放棄或改變嗎？為什麼？
4. 假使將來你們因為這些負向的特質發生衝突時，該如何面對及處理？

例如：

我覺得自己像龜兔賽跑中的烏龜。

【優點】動作不快，可是很有耐心。

【缺點】有些事不能慢慢來。

【因應辦法】

1. 家務事可以負責計帳、整理衣物、倒垃圾等。
2. 有活動節目、交辦事情，請預先告知或先寫在紙上，好早點準備。





## 一加一等於？

我們常聽周遭的人說：「結婚不只是和一個人結婚，更是和一個家族結婚。」這句話聽起來難免讓人懷疑：真的有這麼嚴重嗎？是的，家庭對一個人的影響的確十分深遠！

我們從小生長的家庭（稱為「原生家庭」），對每個人的個性、喜好、生活習慣、日常作息、待人處世的態度、面對突發事件的反應及處理、情緒的面對與表達、兩性角色的定位、婚姻生活的期待、教養兒女的方法等等，都具有相當大的影響力。因此，在你準備擁有婚姻生活時，就必須要先去了解彼此的原生家庭對你們個人，以及未來要組成的新家庭可能會產生哪些影響，進而討論什麼樣的影響是你們願意繼續保有的，而哪些則是需要做調整與改變的。從原生家庭去了解你的伴侶及其家人，的確有助於彼此的體諒與包容，也可以因而減少許多不必要的衝突。

其次，男女雙方和原生家庭的關係，也在婚姻關係中佔有相當重要的一席之地。尤其婚後要和親人保持適切、良好關係的關鍵就是「有點



黏，又不會太黏」。可是，以中國人的傳統來看，很容易發生婚後雙方家長過度介入，導致夫妻關係變得緊張、有壓力；例如，和長輩同住，婆婆卻堅持小倆口睡覺不可以鎖門，因為晚上她要幫兒子蓋被子；女兒在家時是千金小姐，所以娘家要求對方婚後不可以要女兒做家事等等。因此，當你們兩人決定要共組新家庭時，要知道，最基本也最重要的成員就是你與他，也就是從今以後，這個家中所有大小事情都需要由你們共同去負責與面對，除非萬不得已，最好不要遇到事情就各自回家去找親人商量，要能去除對家人過度的依賴心。

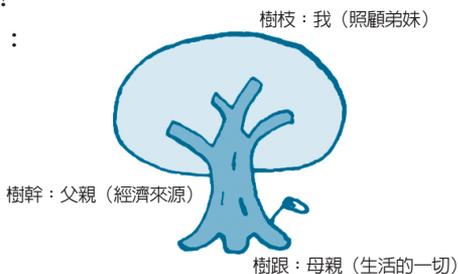


## 停下來，想一想：家庭樹

請在紙上畫上一棵樹來代表自己生長的家庭，並註明每位家人是這棵樹的哪個部位。然後回答下面的問題。

1. 自己的每一個家人在家中的角色與功能是什麼？
2. 在家中最美好的記憶是什麼？對你的影響如何？
3. 在家中最令你難過的記憶是什麼？對你成長有何影響？
4. 你與每個家人的關係如何？
5. 你最親近的家人是誰？距離最遠的是誰？為什麼？
6. 你希望未來自己新組成的家庭中，保有原生家庭的哪些特點？不要或避免哪些特點？
7. 父母的互動關係如何？你希望自己與配偶是什麼樣的互動關係？
8. 你預期結婚後，與原生家庭之家人的關係將有怎樣的改變？

例如：





## 男女大不同？

男女兩性除了生理上的差異外，社會文化所規範、期待的兩性角色、行爲、喜好等也呈現不同的傾向。這些差異對於兩性互動具有相當的影響。例如，在家事處理方面，在傳統觀念中，都被分配給女性，就算是職業婦女也不例外；在溝通方面，女性比較願意給予、妥協、放棄權益，而男性則有較強的支配、控制欲；在情緒反應與處理方式上，女性大都表達害怕、難過，而男性則較易表現憤怒。

造成性別差異的重要原因之一，來自於個人從小到大觀察和學習的結果。比方說，同樣是跌倒，大人可能對小女孩說：「很痛喔！來，呼呼！」但是對小男孩則說：「要勇敢喔！男生是不可以哭的。」透過父母或他人的示範、塑造，以及媒體所提供的訊息，大多數人也就學習了刻板的性別角色。不過，由此我們也可以知道，性別特質是後天的，是可以改變的。

兩性的差異一方面是吸引對方的誘因，另一方面卻也是衝突的來源。因此，在你們踏上紅毯



之前，應該多了解彼此的差異，以及對性別角色的期待，透過努力的協調和溝通，並且誠實地回問自己：願不願意因為愛對方而改變自己？對於你不滿意的地方，如果對方不願改變時，你還願不願意接納他？對方有什麼特點是值得自己效法的？對於兩人的不同點，自己可以接受，還把它當成是兩人間的互補嗎？總之，多以欣賞的眼光看待對方，用謙虛的心態調整自己，這會是享受夫妻間琴瑟和鳴的秘訣喔！

## 你、我、我們

婚姻生活最特別的地方就是把原本兩個獨立的個體結合在一起，從今以後，生活不再只是「你」、「我」，而是享受更豐富的「我們」。

或許有人會抱怨：「結婚前有什麼事，只要我OK就好了。可是結婚後，幾乎每件事都還要先商量，等兩個人都同意了才算數！」。的確，在婚姻生活中，經常會出現一半對一半的情形，也就是「你答應了只算一半，要我也同意了才算數。」「等你做了你該做的，我才做我該做的」。



這樣的想法和作法，往往使婚姻生活變得互相競爭、計較，彼此扮演對方的警察、檢察官等，而無法感受分享、奉獻的快樂。

還有一個婚姻的陷阱，就是只有「我們」，而沒有「你」、「我」，或是把其中一方與「我們」畫上等號，好比常聽到的「你的時間就是我們的時間」「你的未來就是我們的未來」「因為我們是夫妻，以後所有的東西就都是我們的」……這樣的想法和做法，很容易讓人在婚姻的牢籠中感到窒息，更會阻礙雙方各自發展的機會。

因此，如何在尊重、保有各自的空間時，又能共同培養剛萌芽的「我們」，是每一位準備踏進婚姻生活的朋友們所要面對的重要課題。



## 停下來，想一想：幸福婚姻的基本條件

請針對下面所列的項目，選出您認為使婚姻幸福的基本條件有哪些（至多可選出五項），並且說出原因，同時看看彼此的異同。

- 財務沒有匱乏
- 能自組小家庭，不與姻親同住。
- 夫妻有相同宗教信仰
- 夫妻都重視家庭生活
- 與姻親的關係良好
- 金錢使用的態度相近
- 夫妻感情深厚
- 夫妻都沒有不良嗜好
- 夫妻的生活習慣相近
- 性生活協調
- 彼此能分工合作
- 夫妻的價值觀相近
- 對配偶忠貞
- 能保有個人隱私
- 夫妻有相同嗜好
- 夫妻溝通良好



- 彼此坦誠，沒有秘密
- 夫妻有共同的休閒生活
- 接納彼此的差異
- 夫妻的人格成熟
- 其他(請列舉)

-----

-----

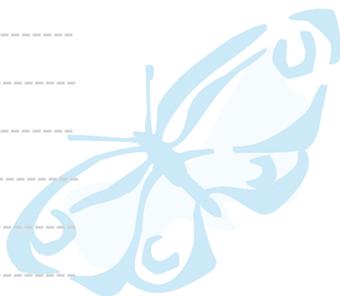
-----

-----

-----

-----

-----



## 是愛情的墳墓，還是序幕？

童話故事中的結局大多是「從此王子與公主過著幸福快樂的日子」。但是現實的婚姻生活卻無法就此落幕。在浪漫歡樂的婚禮過後，便是衣、食、住、行、育、樂的面對和處理，而這些都需要你們兩人共同計劃、經營。所以，花點時間聊聊兩人對婚姻生活的各自期待，一起勾勒婚後的生活藍圖，遠比花大把的時間在婚禮的籌備上更具重要性和實際性。

尤其當你們考慮步入婚姻生活時，還要仔細檢查共同所繪製的婚姻藍圖中有沒有一些危險的念頭，例如：「結婚後他一定能夠滿足我所有的需求」、「等婚後，我再慢慢改變他的缺點」、「相信結婚後，一切就都會變得美好」、「結了婚我就不再寂寞了」等等，這些錯誤的想法和期待，多半只會使婚姻生活變得充滿挫折與失望。

祝福你和他，在尊重各自原有的價值觀、生涯規劃、生活習慣的前提下，構築出美滿的婚姻生活藍圖，並且歡喜揭開愛情的序幕，從此成為彼此的「好牽手」。







# 衆裡尋他千百度

——真的是他嗎？

在幾番尋覓、百般等待中，美麗終於初嚐戀愛的滋味。可是，對於學生時代曾經有過一次失戀經驗的成家來說，再度戀愛他變得十分謹慎、遲疑。所以，在朋友的友人圈中認識美麗之後，成家暗暗地觀察了三個月、猶豫許久，才決定追求這個活潑、體貼，自信卻不驕傲，認真但不龜毛的美麗。

被愛神的箭射中之後，美麗整個禮拜都像是置身雲中，不敢相信地問自己：「我真的很在談戀愛了嗎？」同時又不安地揣測：「我真的很在戀愛嗎？」「他是認真的嗎？」「他到底看上我哪一點？」

## 選擇我所愛

男女交往就像我們到書店去買書一樣，面對架上琳琅滿目的書籍，望眼過去，單憑書名與封面，是無法決定「要不要買？」只有在停下來，花點時間翻翻目錄、看看內容後，才比較知道手中的這本書「值不值得買」、「要不要買」？

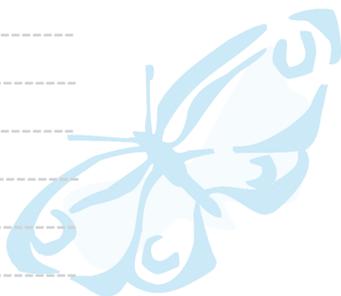


## 停下來，想一想：真的動情了嗎？

仔細思考下面的問題，問問自己，也問問對方：

1. 在你（妳）心目中，所心儀的她（他）是一本百讀不厭的書嗎？
2. 爲什麼單單鍾情於這個人呢？沒有更適合的對象了嗎？
3. 對方最吸引自己的地方有哪些？
4. 除了「喜歡」，自己還能說哪些對對方的欣賞和感覺嗎？

-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----



## 擇偶條件大公開

隨著世紀腳程的快速，婚姻的維持已不再如古早時那麼容易永續經營。爲了可以免疫於整個大環境對婚姻的惡劣衝擊，慎重選擇一位可以終身相伴、願意委身於婚姻的配偶，是從戀愛邁向婚姻過程中一項很重要的課題。

選擇終身伴侶既然這麼重要，那麼條件的要求就要十分審慎了。因爲訂得太寬，就沒有重點、難以篩選；訂得過窄，則很難遇見合適的人選。擇偶與購物最大的不同在於，購物的目的是挑選「好的東西」，但擇偶的目標則是找到一位能跟自己建立親密關係及共同經營生活的終身良伴，換句話說，就是一位「適合自己」的好牽手。

那麼，到底選擇對象應該考慮那些條件呢？下面所列可以作爲參考：

### (一) 建立生理親密感的條件

生理親密感是指共享用身體語言所表達的感情（Burt & Meeks, 1985）。

考慮的項目包括：外貌、身材；原生家庭中



的情感表達模式。

## **(二) 建立心理親密感的條件**

心理親密感是指能與伴侶分享內心的需求、渴望，自己的優缺點、感受、想法、困擾等等（Burt & Meeks, 1985）。

考慮的項目包括教育程度、年齡差距、生活習慣、個性、溝通能力、性格成熟度等。

## **(三) 建立創作親密感的條件**

創作親密感是指兩人一同投入某項工作、發展一個方案、或產生一個創作（Burt & Meeks, 1985）。

考慮的項目包括：興趣嗜好、角色期待。

## **(四) 建立理念親密感的條件**

理念親密感是指關於生活理念及生活原則的分享，也就是指在價值觀、人生觀方面的交流（Burt & Meeks, 1985）。

考慮的項目包括：家世背景、宗教信仰、家庭觀念、道德觀念（特別是對婚外性行為的看法）、金錢使用的觀念、對生活方式的期待、未來的生涯規劃等。



## (五) 共營生活的條件

也就是指一些基本、現實問題。

考慮的項目包括職業、金錢管理能力、經濟基礎、健康狀況等。

### 擇偶之路費思量

如果你（妳）打算要去一個陌生的城市自助旅行，一定會先準備一份詳細的地圖，事先研究一番，並規劃好旅遊的路線。前段所述的各項擇偶的目標就好比婚姻之旅所要到訪的「風景名勝」，而擇偶藍圖也就成了引導你（妳）到達目的地的路線圖了。

所以得列出自己的期望，為自己的「理想配偶」勾勒一幅藍圖。雖然我們不太可能找得到完全為自己量身訂做的對象，卻可以尋獲能夠大部分吻合這張藍圖的人選。並且可以對照彼此的藍圖，看看其中的共同點，商討可以期待的成長空間。

表面上看來，談戀愛還要顧及現實面，是很煞風景的事，可是這卻是走向成功婚姻的關鍵。



天下有情人請切記：在「選擇我所愛」與「愛我所選擇」之間有一條捷徑，就是「努力成爲彼此的最愛」！✿

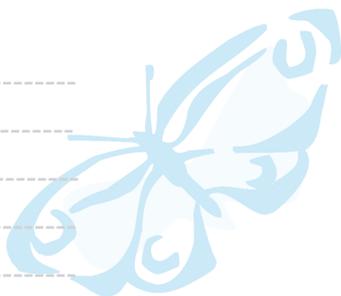


## 停下來，想一想：定情一念間

當你開始有了想要與對方「結婚」的念頭，請冷靜下來，好好思考下列的問題，並且與對方分享：

1. 你確定對方是你要牽手一生的人選嗎？為什麼？
2. 你認為自己已經具備好哪些結婚的條件？有哪些則是需要改進的？
3. 你希望對方有哪些地方可以再改進？
4. 你認為這些會影響結婚，尚待改進的項目，需要花多少時間來改變？

-----  
-----  
-----  
-----  
-----





# 魚與熊掌皆我欲

## ——工作與家庭的平衡

婚前，成家和美麗像大部分的情侶，嚮往著婚後兩人世界的你濃我濃、朝夕相守。

但當蜜月期一過，開始為事業打拚，兩個人的衝突便開始了。這天，成家打電話告訴美麗：「我今天要加班，晚一點才能回家。」美麗不高興地說：「怎麼又要加班，這已經是你這個禮拜第三次加班了。何況早就說好今天要去看朋友的。改天再加班嘛！」成家無奈地回答：「不行，我要趕公司的進度，朋友家改天再去啦。」美麗忍不住生氣了：「結婚前你答應我，要一起規畫、安排生活的，可是你每次都黃牛……」

## 釐清工作角色與家庭責任

你知道嗎？人出生後第一個接觸到的團體就是家庭，除了在這裡生活、長大，同時也從和家人的相處中學習到價值觀、基本的禮儀和做人處事的道理。直到長大後踏入社會，便進一步面對到另一層面的人際關係。

從表面上來看，或許你會覺得工作與家庭似乎是彼此各不相關，但實際上，它們卻是相互牽動、彼此影響。根據專家的研究，夫妻間的關係能不能維繫得很好，往往決定在彼此怎樣界定工作角色和家庭責任。因此，婚前如果你能夠和另一半兩個人好好地將婚後在工作和家庭生活上做清楚的區隔和分配，那麼，結婚以後也就不會經常因為這些事情爭吵、不愉快。

## 先拚工作，還是先穩定家庭？

雖然工作是生活經濟的來源，而家庭卻是每個人的精神加油站，尤其夫妻感情好、相處融洽



時，不但直接影響家庭的氣氛，當工作上遇到挫折和壓力時，更可以在這裡找到安慰與鼓勵。所以，身為夫妻的你們應該經常溝通、互相支持和關懷，讓家不僅是生活的成長營，更是工作的減壓站。



## 停下來，想一想：進退兩難怎麼辦？

大偉和佳欣都是上班族，擁有兩個可愛的小孩。佳欣已幫家人報名公司的日本旅遊活動。全家也都非常期待假期的到來。可是，最近大偉的公司剛接一項重要的計畫，須短時間內需完成。老闆決定指派大偉擔任該計畫的執行人。

如果你是大偉，該怎麼辦？想想下面的問題：

1. 如果依照原訂計畫，還是和家人去日本遊玩，那在公司方面，會面臨哪些狀況？
2. 如果不去日本，要如何面對妻子和孩子？
3. 有沒有其它兩全其美的解決方法？

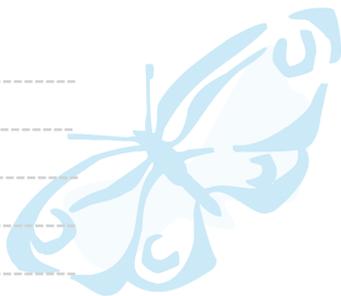
-----

-----

-----

-----

-----



## 工作與家庭的時間拔河

每個人一天都只有二十四個小時，而工作和家庭就像一塊大餅，當你在一邊花的時間多些，另一邊自然就變少。因此，如果你花許多的時間在工作上，相對的，可以留給家裡的時間就會變少，久了，夫妻也就容易發生爭執。

一般來說，夫妻在這方面會發生衝突的主要因素有：(1)把心力都放在工作上，忽略了和家人的互動。(2)家事全都落在一個人的身上，引起反彈。(3)把工作上的壓力和情緒帶回家，甚至遷怒在家人身上。(4)沒有扮演好在工作 and 家庭上不同的角色。

上面所講到的都僅止於夫妻間的相處，假使將來太太懷孕了，到時還要面臨托育的問題。有些女性考慮自己在家帶孩子，但做這個決定時，也就會面臨角色的轉換和心情的調適。這時，做先生的便應該給予對方肯定與支持，讓太太不會因失去工作和收入而有太多的失落感。相同的，就算在家帶小孩，身為現代女性，也應該利用生活的空檔多充實自我，為日後再出社會做準備。



## 停下來，想一想：有限時間如何運用？

針對下面的問題填填看（從1~9依序來填選）。

重 要 性

時間分配的優先順序

（個人直覺）

（實際生活中）

_____ 工作	_____
_____ 夫妻獨處時間	_____
_____ 睡眠	_____
_____ 休閒	_____
_____ 社交	_____
_____ 宗教	_____
_____ 運動	_____
_____ 家事	_____
_____ 其他	_____

選好後，嘗試回答下面的問題：

1. 個人直覺上的重要性與實際生活中所做的安排是不是一致？如果不一樣，為什麼？
2. 當你覺得一天工作八小時還不夠時，你打算再增加多少小時在工作上？
3. 你認為你的時間分配會在哪幾些方面影響婚姻生活？



4. 假如你和未來另一半都在工作，就你目前時間安排的方式，婚後你會做哪些調整？又假如有了小孩，該怎樣分配時間？

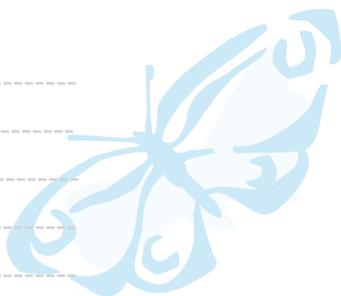
-----

-----

-----

-----

-----



一個人一天可以擁有的時間是固定的，而你可以做的是充分運用它。一般來說，當我們覺得一件事很重要時，自然就肯花較多的時間和精力來完成它。所以，爲了擁有幸福、快樂的婚姻生活，結婚前，你和未來的另一半最好能夠針對婚後你倆在工作和家庭上的優先順序、時間分配等做好溝通和協調，將來在婚後才不會因爲這些問題，產生爭吵和困擾。



## 停下來，想一想：忙碌的一天如何度過？

強生和瑪琍是一對上班族夫妻，擁有兩個小孩：就讀國小二年級的大寶、三歲的小寶。

每天早上，瑪琍一張開雙眼，得先幫家人準備好早餐，還不時催促賴床的小朋友。在一陣忙亂中，任職於貿易公司的強生匆忙出門去。

瑪琍快速妝扮後，帶著兩個小孩出門，——送到學校、托兒所門口後，再去上班。

忙了一天，眼看下班時間到了，瑪琍趕緊將未完成的公事塞到皮包裡，趕著在拖兒所關門前，接回小寶，順便在路上了現成的晚餐。

回到家不久，大寶也從安親班回來，難得不加班的爸爸也進了門，瑪琍連忙將現成的晚餐準備好，大家一起共進晚餐。由於強生擔任社區主任委員，晚上要開會，所以匆忙地吃了飯又出門去了；而大寶也在媽媽的催促下，趕緊扒完飯，繼續未寫完的功課。

收拾好飯桌、洗了碗筷，瑪琍拿起今天未完成的公事，可是小寶卻因為沒人陪他玩，在一旁哭鬧起來……

眼見時間不早了，瑪琍趕忙幫兩個小孩洗好澡，催他們上床睡覺，而開完會的強生也回來了，一進門就癱坐在沙發上，瑪琍也累得倒在他旁邊。(本劇本改編自《智慧與身量》一書第162頁，校園書房出版)



看完以上的故事，你有什麼感覺？試著回答下面的問題：

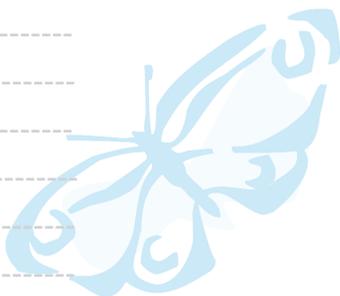
1. 作為爸爸的強生和當媽媽的瑪琍，在生活型態上有哪些特質？

2. 你覺得這對夫妻在工作與家庭上產生了問題？有哪些？

3. 假如你是強生或瑪琍，試著以他們各自的角色來談談你的感受？

4. 你認為要做哪些調整，才可以幫助這個家庭更溫馨，更有效率？

-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----



讀完了整篇文章，你對未來的婚姻生活是不是有了初步的體認和構想。

在此，我們也提供五點建議，作為您在計畫未來家庭和工作時的參考：

**(一) 協調加班時間：**譬如兩人的加班時間以一週不超過10小時為限，但是如果有特殊情形可再調整。有了明確的加班時間，雙方心理上有了準備，也較能安排其他的時間。

**(二) 家務分工：**討論家務事如何分配，可以使家庭正常運作，另一方面又可增加夫妻共事的樂趣。

**(三) 建立減壓管道：**晚餐與睡覺前是兩段溝通與聯絡感情的黃金時間。利用吃飯時，可以和家人分享一天工作的喜怒哀樂，了解家人一天的在外狀況。睡前的獨處時間，夫妻倆共同檢討一天的生活，除了發洩情緒，減少壓力外，也能增進夫妻的感情。

**(四) 積極營造共處的時光：**培養共同的興趣或嗜好，或是利用假日一同出遊。當彼此有了愈多的共同喜好，生活中便因有更多的交集，情感



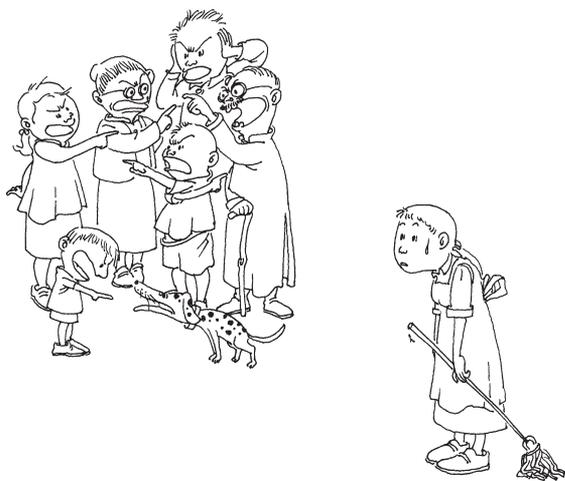
也會更加密切。

**(五) 事先計畫育兒方式：**婚前共同商討養兒育女的計畫以及將來的托育方式。有了充分的心理準備，當家中有了新成員時才不會手忙腳亂，造成壓力。

希望即將踏上人生新階段的你們能認真思考與討論以上五點建議，當然也可以根據家庭的實際需要、兩人的接受程度、每一項的可行性、其他主客觀的條件加以調整。

婚姻是條漫長的路，要如何經營就得看你的用心與努力了。祝福你未來在工作或夫妻生活上，都能愉快且圓滿！✿





# 家和萬事興

## ——姻親相處

滿懷著對婚姻生活的憧憬，美麗與成家喜悅地步上了紅毯。但是，才結婚，美麗卻發現現實生活根本不像期待中那樣，尤其是和對方的親友相處時，更讓她覺得難受。成家的家人習慣用爭吵來溝通，一開口就沒好話，更別想聽到肯定和讚美。而且，他們總是不先好好聽完別人的意見，什麼事都直接下定論。想想自己娘家的人，既開明又尊重人，所以從小自己都可以盡情表達意見和感受。

就因為這樣南轅北轍的兩個家庭模式，讓成家 and 美麗完全沒有新婚的喜悅。特別是兩個家庭有機會碰面時，更是惡夢一場，每次的對話和氣氛，都讓美麗夫妻倆被嚇得冷汗直流，慢慢地，也成為兩人爭吵的導火線……

## 婚前與姻親談戀愛

當男女倆人從相識到沉醉在愛情的甜蜜，整個交往過程中可曾冷靜地想過：我所愛的這個人是來自什麼樣的家庭呢？

婚前男女交往的這個時期，是和未來的姻親認識、建立關係的黃金時段，同時也是為婚後的相處方式做出決定的重要時機。

當你們熱愛著對方時，也要記得愛屋及烏，經常關懷、問候對方的家人。這不是虛假、做公關，而是以真誠的關懷來消弭彼此間的生疏感或戒備心，並且透過實際的行動來證明，自己不是對方家庭的感情介入者或搶奪者，而是一個即將融入他們家庭生活的參與者和付出者。

與未來的姻親「談戀愛」，便是意味著願意增進對他們的了解，並且衡量婚後和他們相處的模式。也許你（妳）擔心，婚前就讓對方清楚自己親人的一些習性，一下子就拉得這麼近、了解這麼多，會不會把對方嚇跑了？可是為了婚後的幸福著想，還是要早點開誠佈公地讓對方多了解自己的家庭，了解兩個家族的特質，同心協力地



商討和學習如何去接受，並且學習去愛陌生的家人，這樣才能增加結婚的勝算，以及婚姻生活的幸福。

在論及婚嫁前，「身家調查」的重點有哪些？

(一)家人之間互動的方式。

(二)家裡的作息和習慣，以及比較在乎或忌諱的事。

(三)每個家庭成員的個性和喜好。

(四)自己未來的新角色，以及被期待要負起什麼樣的責任？

要記住，自己習以為常的生活環境，對另一半來說，可能比「移民到他國異鄉」還要難以適應。因此，盡量為對方著想、協助對方及早了解未來要面對的人，以及最適當的相處方式。



## 停下來，想一想：家庭速寫簿

選一張全家福照片，或者是家族大合照，貼在一張紙上，圈寫裡頭主要的家庭成員（包括：父母、自己的手足及手足的配偶，及其他對自己影響較大的親戚），並且照著下面的問題，將這些人的資料填寫出來，交給伴侶，彼此互相介紹、詳細解說。

姓 名	稱 謂	個性或優缺點
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____



## 誰共屋簷下？

在你們準備踏上紅毯之前，可能會面臨一個重要的問題和抉擇，就是婚後要不要和直系長輩或其他親屬同住。

在考量這個問題時，可以先從「必須性」的角度來評估：家人需要我們照顧嗎？以我們目前的經濟情況，允許搬出來獨立門戶嗎？如果搬出去住會不會鬧家庭革命？

假如不是非得和長輩同住，就可以從「利弊得失」的角度來衡量。兩個人一起把優缺點列出來，從客觀的角度去謹慎地評估、協調後，再做決定。能夠想出兩全其美的方法（例如毗鄰而居）當然是最好的。

## 都是一家人，相處有學問

結婚以後，原本的男女朋友也就正式升格為生命中關係最親密的人了。也許你（妳）原本是父母的心肝寶貝或掌上明珠，不過，婚後，無論在角色或身分上，都將有所改變，彼此在心態上也應該有所體認和調適。



爲了兩個新成員在雙方的家庭中可以早日被接納和肯定，夫妻兩人都應該盡力去協助另一半，和自己的家人建立良好的關係，例如：

(一)盡量把可以表現的機會讓給配偶，讓對方在家人面前做好人。

(二)如果家人對自己的另一半有任何要求或表示不滿時，夫妻要私下地理性溝通，找出比較合宜的處理方法，並且採取一致的立場。

(三)假使經過一段時間的努力，仍然無法相處愉快，就只好保持適當距離，減少衝突的可能。



## 停下來，想一想：未雨綢繆

針對下列的問題，與伴侶一起分享自己對於和姻親相處的看法以及擔憂的事，並且共同探討應對之道。

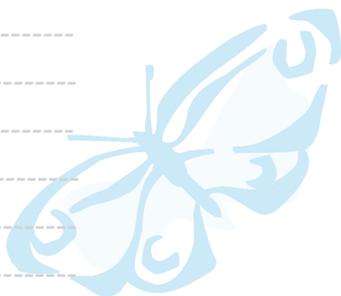
1. 你（妳）對於未來和姻親相處，會不會感到恐懼？有什麼特別擔憂的事情？

2. 假如將來和姻親發生衝突，你（妳）希望另一半扮演什麼角色？希望他（她）在哪方面可以幫你？

3. 你（妳）聽過或見過親友發生與姻親相處的問題？有哪些？他們是如何面對和處理的？

4. 如果類似的事件也同樣發生在自己身上時，你們要如何應對？

-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----



## 奉養父母從「心」做起

想像有一天，你（妳）為自己的兒女主持婚禮，當你（妳）聽到你（妳）的準媳婦（女婿）在誓約中說：「從今以後，你（妳）的爸媽就是我的爸媽，我會愛他們如同愛自己的父母…」時，你（妳）會不會覺得十分窩心呢？那麼，你（妳）願不願意在自己的婚禮中許下這樣的誓言，讓反哺孝親成為代代相傳的美好傳統？

在現代社會中，家庭的子女數減少，父母對兒女的栽培也就越來越用心、公平，比較不會有傳統重男輕女的現象發生。

所以，父母年老以後的奉養責任，也不再像過去，完全由兒子媳婦來負擔。因此，婚前能夠預先將雙方父母的奉養列入考量，並且實際行動，應是最周全、理想的。

至於父母可能的需求，大約可以從「**生活照顧**」、「**金錢奉養**」和「**情感維繫**」三方面來衡量。無論婚後兩代是否住在一起，新婚的夫妻都是成立一個新的家庭，都需要重新做財務規劃、時間分配等等，此時能夠把雙方父母的需求納入

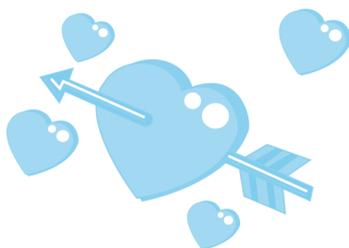


規畫中，就不會等以後想到或面對時，因為來不及安排而手足無措、形成壓力。

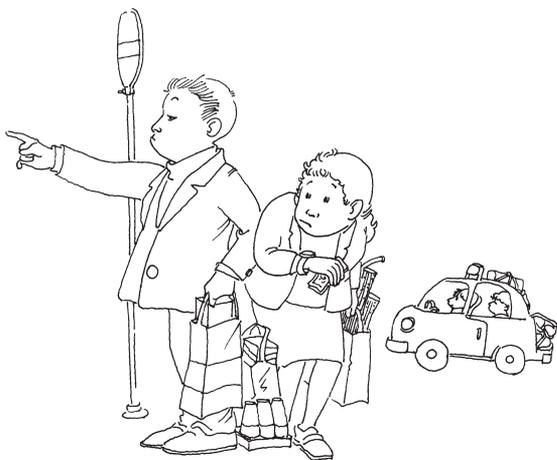
## 愛的超級任務

老實說，每個人在自己生長的家庭中，不一定都可以過著風平浪靜、相親相愛的日子，更何況婚後突然增加了許多未曾相處過的「家人」，要與這些陌生的「家人」建立良好的關係，真可說是一件超級任務！

值得慶幸的是，這是一項「愛的任務」——以建立愛的關係為主旨。所以，相信只要能真心的付出，終究可以得到善意的回應！







# 別讓錢傷了感情

## ——家庭財務管理

再過幾天就是美麗的父親七十大壽了。美麗和成家商量，利用周末假期，提前南下為父親暖壽。

沒想到，當天早上兩人睡過了頭，起床時已經八點半了，距離買好票的九點班次火車發車時間只剩半個小時了。兩人匆忙出了門，美麗打算趕緊招輛計程車，可是成家卻阻止她：「公車一下就來了，到車站也不過才十多分鐘，不需要坐計程車，多浪費呀！」可是焦急的美麗卻不以為然：「從這裡到火車站，計程車錢也不過兩百元左右，萬一沒趕上火車，爸媽一定等得很著急，天呀！怎麼辦？……」

**我**們要結婚了！想想，可以和所愛的人生活在同一個屋簷下，是多麼令人羨慕的事啊！但是，婚後卻往往由於個人價值觀和消費習慣上的不同，而有了不愉快的爭執！錢和愛情沒有多大的關係，但卻是許多爭吵的導火線。所以，如何在理財上取得共識是很重要的，不過除了溝通，也需要方法上的技巧喔！

## 你的？我的？我們的錢？

男女朋友在親密交往時，常會掛在嘴邊：「你的就是我的，我的還是我的囉！」可是，等踏入婚姻生活後，每對夫妻都會發現在「我的就是你的」的共有關係和「我的還是我的」私有權利，兩者間存在著矛盾和磨擦。尤其當牽涉到金錢問題時，更需要分清楚什麼時候可以是「我的就是你的」，而什麼時候則是「我的還是我的」。

要如何建立理財上的共識呢？可以從下面幾點著手：

### (一) 建立一個家庭基金

每個家庭都會有一些日常支出，例如每月的



房租、水電、煤氣、保險單、食品雜貨等開銷，這些屬於公共開銷，應該由兩人共同支付。所以，可以根據夫妻倆的收入，各自拿出合理、足夠的金額，存入公共的帳戶。而爲了使這個公共基金運作良好，還必須做些計畫和安排，這樣夫妻倆可以適度、合理地使用。

## **(二) 瞭解共同的財政支出**

由夫妻中一人負責掌管家裡的開銷，但是，並不代表另一個人對家裡的財務狀況可以一無所知或不能過問。每個月都應進行一次小結算，了解當月的支出狀況，適度調整消費情形，或者針對預定要購買的大件物品做出存錢計劃。

## **(三) 部分收入保持獨立支配**

除了公共基金外，兩個人都可以有一筆專屬自己花用的錢。這種安排是讓彼此可以有靈活支用的空間，避開因理念不同而起的爭執，也比較不會有處處受牽制的感覺。不過，即使是自行支配的開銷，最好能如實記錄自己的消費情形，開誠佈公地與對方分享（而非報告）支出狀況及原因。



## 停下來，想一想：佈置新房一起來！

如果你們各自擁有一千點的預算，面對要佈置未來的新房時，你該如何安排？

請針對下面的表格，圈選出想要購置的物品和預算，圈選完後，想想下面的問題：

1. 自己購置物品、點數分配的動機與想法。
2. 若要不要買有些物品看法不同時，如何解決？
3. 哪些東西由自己來買，哪些由對方來買比較好，為什麼？



## 採購目錄 (可隨各地區不同的氣候與需求，增減改寫)

採購項目	點數(品質差異)	採購項目	點數(品質差異)
1.電視機	20 30 40	21.衣櫃	05 10 15
2.冷氣機	20 30 40	22.地毯	20 30 40
3.電風扇	05 10 15	23.微波爐	05 10 15
4.冰箱	20 30 40	24.書架	20 30 40
5.瓦斯爐	20 30 40	25.酒櫃	20 30 40
6.電磁爐	20 30 40	26.全身鏡(立鏡)	05 10 15
7.排油煙機	20 30 40	27.書桌	05 10 15
8.洗衣機	20 30 40	28.躺椅	20 30 40
9.烘乾機	20 30 40	29.電動按摩椅	20 30 40
10.餐桌	20 30 40	30.按摩浴缸	20 30 40
11.沙發	20 30 40	31.電腦	20 30 40
12.電視櫃	20 30 40	32.咖啡組	05 10 15
13.茶几	20 30 40	33.水床	20 30 40
14.音響	20 30 40	34.水晶飾品	20 30 40
15.DVD	20 30 40	35.魚缸	20 30 40
16.錄影機	20 30 40	36.飲水機	05 10 15
17.壁畫	20 30 40	37.門簾	05 10 15
18.雙人床	20 30 40	38.大型檯燈	20 30 40
19.梳妝台	20 30 40	39.V8	20 30 40
20.床頭音響	20 30 40	40.吸塵器	05 10 15



## 你是統派？或是獨派？

在你們決定走哪一個理財路線前，可以參考下面的表格，並且商討一下。

統派 (集中一人管理)	獨派 (各自管理)
1. 誰來負責？ 2. 每人每個月的零用錢有多少？ 3. 要不要開個聯名戶口，把每個月剩餘的錢存出來？ 4. 餘下的錢要投資？存定期？還是存起來就好了？	1. 誰負責付房貸或租金？ 2. 誰負責家裡的雜費開支？ 3. 要不要每個月每人拿一些錢存在聯名戶口內，可作突發事件的開支或將來小孩的教育費？



不論你們是採取那一種財務管理，基本上都有好處和壞處：

管理方式	好處	壞處	適合對象
算出每月家庭開銷的金額，由夫妻二人各負擔一半，並且把錢集中在共同的戶頭，一起支用。	達到夫妻平等，各自盡了義務，也有參與開銷的權力。	如果夫妻收入差距太大，易起爭執。	雙方收入差不多的夫妻。
統計每月家庭開銷，再按照夫妻收入的比率，各自交出得負擔的那一部分，把錢集中在共同帳戶內。	能依收入的比例來分擔家庭開銷，較具公平性，對於收入低的一方可減輕壓力。	如果每月的開銷金額龐大的話，對於收入高的一方得拿出來的金額也就不少。	互相尊重的夫妻
把夫妻所有的收入都集中在共同帳戶內。	有錢一起花，沒錢一起窮，表現出夫妻二人的同心。	夫妻二人容易因該不該花錢的看法不同太大而起爭執。	所有的夫妻

要記得，要把財務管理好，家用記錄表是不可少的，它可讓你們知道錢花在哪裡，而有哪些地方其實可再省一點等。



## 停下來，想一想：家庭金庫總體檢

針對家庭每月的收入和開銷，製成表格，並且共同討論，以幫助兩人調整出最實際的家用規劃。

例如：

項 目	金額
每月收入	
每月家用支出 (細目)	
個人花費	
短期目標	
長期目標	

PS：短期或長期的訂定可以金錢數或是時間為考量。



## 不同族群的新人如何理財？ 如何規劃？

結婚只是兩人生活的另一個開端，當蜜月期過後，一切都要回歸正常生活的軌道。而生活中，最常面對的不外乎是柴、米、油、鹽、醬、醋、茶等經濟層面的問題。所以，陶醉在甜蜜戀情或新婚生活中的男女，爲了讓生活的軌道能順利運行，最好能花些心思商討兩人家庭的理財大計，並且因應不同的狀況與目標做規畫。下面提供幾種類型做參考：

### 甜蜜小倆口

若不打算生小孩，也沒有奉養父母的壓力，此時兩人的理財大計應該是放在如何快速且有效率的累積財富上。由於兩人還年輕，沒有負擔，承擔風險能力通常較高，因此建議可以積極態度選擇較高投資報酬率的工具作爲理財方式。

### 無殼蝸牛族

新婚之後，兩人一致的目標是儘快擁有自己的房子。由於要在中、短期間內累積購屋基金並



不是件容易的事，所以如何在收入穩定之餘，兼顧追求較高投資報酬率，就成為新人們擬定理財大計的首要目標。

### 準爸媽一族

婚後希望儘快擁有愛的結晶，組成完整的小家庭。只是，有了小孩後的生活花費倍增，奶粉錢、褓姆費、教育金等，每項都需要不少錢，對於薪水未能同步成長的新婚夫妻而言，唯有靠投資與儲蓄並行，才不會因為錢的壓力讓夢想變成夢魘。

如果打算婚後一、二年內生小孩，那麼準備小孩的教育與照養費就比較急迫，此時的投資最好以穩健為主，再者，養育子女是長期性的事業，所以可以考慮購買定期定額基金來累積這筆費用。

而隨著小孩的成長，教育上的開銷不斷增加，投資可以分成兩個階段來進行：初期採較積極型的投資組合，以追求較高的投資報酬；後期則可以採穩健型的投資，追求獲利的穩定成長。



### 三代同堂族

與父母同住的新婚夫妻在財務的首要壓力，是所得收入需要扶養兩至三代的家族成員，若是單薪夫妻，那麼壓力就更大。理財規劃上就需要以較保守的方式對應，可以考慮兼顧儲蓄與投資的方式，來累積足夠資金，供養父母與家人。✿



## 停下來，想一想：我們很富有！

下面有三種不同類型的家庭和理財方式。看看他們的生活狀況，再與另一半討論，每個家庭的優缺點有哪些？可以調整的有哪些，該怎麼做？哪一類型或什麼樣的家庭才是你們想要的？

### 【類型一】

王姓家庭：夫妻都是上班族，每月總收入是10萬元，但是，每月的房屋貸款要繳3萬元，老大上私立小學，小的托保姆照顧。家人常在外面用餐。有時因為趕時間而搭計程車。生活中有一些大大小小的應酬。這些零零碎碎的開銷，使得每月的進帳和支出一直只能打平，根本沒有辦法存錢。而忙碌、緊湊的生活，夫妻回到家往往就是睡覺。

### 【類型二】

陳姓家庭：妻子經營餐館，先生開計程車，有空便幫忙餐館的清潔整理。只有一個小孩，上公立學校。每個月的收入是6萬元，因為省吃儉



用，手頭有點積蓄。陳先生喜歡跟會，盡量將錢滾多，到了一定數目，就做各式的投資計畫。爲了讓存款快速增加，家庭生活幾乎到了超省的地步：沒有假日、不出遊、不做任何的額外支出。陳先生覺得，一切等錢賺夠了再說。

### 【類型三】

張姓家庭：妻子外出工作，丈夫在家裡寫作，收入不固定，家中每月收入約爲4萬元。先生因爲在家寫作，有較多的時間料理家務、照顧兩個孩子，凡事盡量自己動手做。此外，他更主張帶著孩子一起做家事，也會安排全家偶而一起出遊，常常晚餐後到附近學校散步。對他來說，「錢夠用就好」。



## 附件

# 民法親屬編夫妻財產制

民法親屬編夫妻財產制修正案業由立法院於九十一年六月四日完成三讀，茲析述如下：

### 【修正重點】

一、財產制有三種：法定財產制、約定財產制（共同財產制及分別財產制）。

二、夫妻得於婚前或婚後，以契約約定選用共同財產制或分別財產制，並向法院登記，如未約定則採用法定財產制。

三、法定財產制的種類區分為婚前財產與婚後財產，不動產可以登記之時點認定，動產則以取得時間認定，如不能證明為婚前財產或婚後財產時，法律先推定為婚後財產；不能證明為夫所有或妻所有時，例如家中電視機沒有發票或任何支出證明時，法律先推定為夫妻共有，如有反證時可以推翻之。又婚前財產在婚後所生之孳息，應算入婚後財產，例如婚前擁有之股票於婚後產生之紅利，納入婚後財產範圍。

四、婚前財產與婚後財產之區別實益：婚後財產於法定財產制關係消滅時，應為剩餘財產之分配，由夫妻各得二分之一，但如果平分結果對配偶之一方不利時，得請求法院調整或免除。例如夫妻之一方好吃懶做，靠另一方努力辛苦養家，因對家庭無貢獻，所以其剩餘財產分配請求權法院可以調整或免除，以維公平。

五、不論婚前或婚後財產，所有權由夫妻分別所有，各自



管理、使用、收益（例如出租）及處分（例如變賣）。如有負債，亦各自負責償責任。

六、家庭生活費用由夫妻依其能力負擔，包括家務勞動之負擔方式亦屬之。夫妻可以在家庭生活費用外，相互約定一定數額之金錢，供夫或妻自由處分。

七、如夫妻之一方在婚姻關係存續當中，有脫產之行爲，將害及未來剩餘財產分配時，不論有償或無償行爲，在一定要件下，他方可以向法院聲請撤銷上開有償或無償行爲，以保全剩餘財產分配。

八、夫妻離婚或法定財產制消滅時，婚後財產扣除與婚姻貢獻無關者（包括繼承、贈與及慰撫金）爲剩餘財產，應予平分。所謂法定財產制消滅時，包括夫妻改用其他財產制，因此台商在大陸如另起爐灶，在台配偶爲防止財產被淘空，可以聲請法院改用分別財產制，提前進行剩餘財產之分配，以保障權利。

九、剩餘財產的計算，以法定財產制消滅時爲準，但應追加計算前五年處分之婚後財產納入分配。惟此一部份法律並無溯及既往之規定，故新法上路後非馬上可以追加五年的處分財產。

十、新法將剩餘財產分配請求權規定爲一身專屬權（舊法未規定，實務上及學者通說均認係普通財產權），換言之，依新法僅夫或妻有請求權，夫或妻之債權人或繼承人均無代位請求權，此點攸關交易安全，不可不慎。

