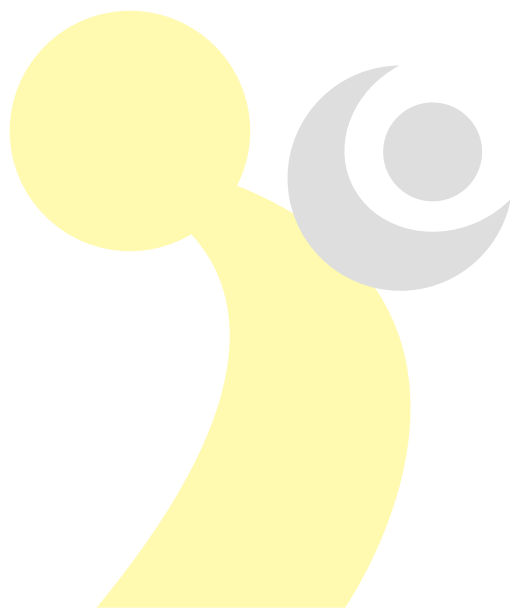


白髮童顏祖孫情

隔代教養家長家庭教育手冊



教育部 發行

白髮童顏祖孫情

隔代教養家長家庭教育手冊

作者簡介

沈慶鴻 國立暨南國際大學
社會政策與社會工作學系副教授
兼家庭教育研究中心主任

邱珍琬 國立屏東教育大學
教育心理與輔導學系副教授



司長序文

社會的快速變遷，家庭價值觀念的改變，導致家庭型態也隨之多元化，例如：雙薪家庭、單親家庭、隔代教養家庭等，其中「隔代教養家庭」亦有逐年增加之趨勢。在傳統的大家庭中，年輕人白天外出農忙，在家中的老年人協助照顧孩子是非常普遍的。然而，目前有些父母因為工作、離婚、未婚生子、服刑等因素，無法自己執行照顧子女的工作時，通常，他們會將孩子帶回給自己的父母照顧。原本應該退休享受自己生活的祖父母，被交付養育的重責大任，是否還能從容優雅地含飴弄孫？還是必須勞神苦思地教養孫子（女）？這樣的課題反成部分祖父母晚年生活必須接受的考驗。

「隔代教養家庭」可能因著祖父母年邁體衰，面對孫子女的教養問題恐有無力之感，而隔代教養家庭的孩子可能會面臨經濟壓力及課後輔導等難題，學校教師如何適時揮發功能，協助隔代教養家庭的學生，讓他們在求學的過程中，心理、生理都能獲得照顧；祖父母亦應與學校密切合作，關心孫子女在學校的行為，並且適時的鼓勵他們，相信透過親師合作，可以協助我們的下一代快樂成長。



本部為落實推動家庭教育工作，依據民國92年2月所公布之「家庭教育法」實施範圍，於93年委託國立暨南國際大學家庭教育研究中心，撰寫「隔代教養家庭教育實務工作手冊」及「隔代教養家長家庭教育手冊」。此2本手冊網羅國內對於隔代教養家庭深具研究之專家學者協助撰寫，除了提供祖父母教養孫子（女）之建議外，另外提供學校協助隔代教養家庭的方法，冀望藉由本手冊所提供一些溝通技巧，能減輕祖孫間的代溝與衝突，並讓祖父母在帶孫之餘，也能享有自己的老年生活，讓祖父母及孫子女們都能健康愉快的成長。

教育部社會教育司司長劉奕權



instruction

使用說明

阿公阿嬤疼孫是天性，也是代間重要情感傳承的來源；近些年來，阿公阿嬤在孫子女成長過程中偶而扮演的陪伴者角色，已隨著社會型態的轉換，成為孫子女生活的主要照顧者。而隨著角色的改變，阿公阿嬤的照顧責任不僅加重許多，甚至可能取代了父母在孫子成長過程中的關鍵位置。

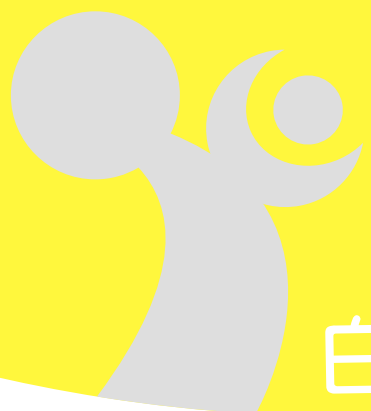
隔代教養家庭是社會趨勢下的產品，也是教育部近年來服務的焦點；為回應多元社會的家庭教育型態，國立暨南國際大學家庭教育研究中心於民國 94 年在教育部的委託下，針對隔代教養家庭編製家庭教育手冊和培訓種子教師，即是教育部回應多元家庭型態、關心其需求的具體表現。



本主題之手冊一式兩冊，針對家長、老師的不同需求，分別撰述編輯了「家長版」和「教師版」兩類手冊。本手冊即為「家長版」手冊，依主題的不同，共分為以下五部份，各部份主要的內容如下：

- 一、阿公阿嬤的囡仔：說明隔代家庭中阿公阿嬤就像孫子女的爸爸媽媽。
- 二、有阿公阿嬤真好：說明有阿公阿嬤照顧的好處。
- 三、陪寶貝孫長大：提供阿公阿嬤照顧孫子女的五種養分。
- 四、照顧自己，才能照顧孫：提供阿公阿嬤照顧自己的五項法寶。
- 五、幫忙顧孫的好所在：介紹可供隔代家庭使用的相關資源。

為考量阿公阿嬤閱讀上的需要，本手冊內容力求簡潔、明確、使用便利，若阿公阿嬤有不便閱讀時，其他家人、鄰居亦能直接使用本手冊，協助提供資訊；期待能從這個起點開始，所有閱讀本手冊的人，都能為隔代家庭的成員和相關議題表達關心。



白髮童顏祖孫情

CONTENTS

◎	司長序	03
◎	使用說明	06
◎	目錄	08

壹 阿公阿嬤的囡仔 11

- 一 從以前到現在 12
- 二 愈來愈多的隔代教養家庭 15

貳 有阿公阿嬤真好 17

- 一 隔代教養家庭好處多 18
- 二 教孫、教子的不同 20

參 陪寶貝孫長大 23

- 一 疼惜 25

二	管教	27
三	分享	30
四	區隔	33
五	聯繫	36

肆 照顧自己、才能照顧孫 39

一	肯定	41
二	健康	43
三	喘息	45
四	彈性	47
五	珍惜	49

伍 幫忙顧孫的好所在 51

一	經濟補助	53
二	課業輔導	61
三	家庭服務	63
四	醫療服務	70
五	老人福利	72
六	法律諮詢	76

memo



3
m
3
o

壹

阿公阿嬤的囡仔

❖ 阿公阿嬤的孫
也是阿公阿嬤的囡仔

一 從以前到現在

二 愈來愈多的隔代教養
家庭

從以前到現在

過去大家庭制度的時候，親戚朋友住在一起，大家互相照顧，是個普遍的現象。白天年輕人出外工作、長輩幫忙照顧孩子，晚上全家人一起圍爐、團聚；生活就這樣一天天的過著，孩子也就在爸爸、媽媽、阿公、阿嬤的共同關心下，逐漸長大。

但是，現在的家庭，似乎並不是這樣。由於工作忙碌和工作機會的減少，有些爸爸媽媽為了打拚、為了找到更好的工作機會，不得不到都市裡工作，只好把孩子**長期**的留給阿公、阿嬤照顧。像這種孩子**平時沒有**爸爸、媽媽的陪伴、**只有**阿公、阿嬤照顧的家庭，我們稱之為「**隔代教養家庭**」。

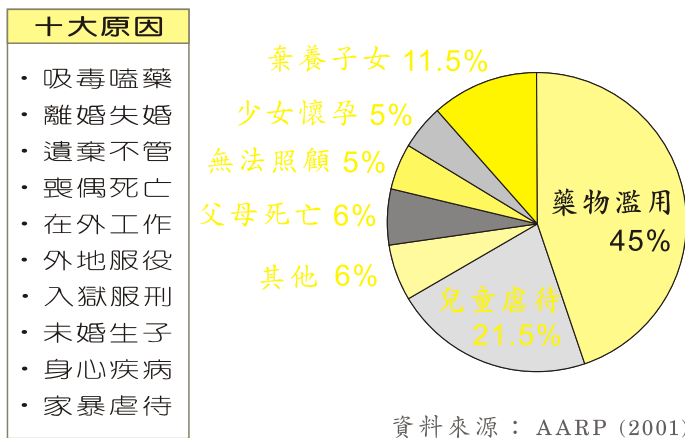




除了爸爸、媽媽長期出外工作的原因之外，把孩子交給阿公、阿嬤照顧而形成隔代教養家庭的原因還有很多：

1. 爸爸、媽媽離婚，有監護權的一方卻無法照顧孩子
2. 媽媽未婚懷孕，孩子生下來後卻無法照顧
3. 爸爸、媽媽在生理上或心理上生病了，而無法照顧孩子
4. 爸爸、媽媽有吸毒嗑藥、入獄服刑的情形，以致無法照顧孩子
5. 爸爸、媽媽有虐待孩子的情形，以致不適合照顧孩子
6. 爸爸、媽媽出現失蹤或死亡的情形，而無法照顧孩子
7. 其他無法讓爸爸、媽媽在子女身邊盡照顧責任的原因

表二、造成隔代教養家庭的原因與百分比



爸爸、媽媽出現了上述這些情形，使得他們無法陪在孩子身邊，只好把孩子交給阿公、阿嬤照顧。也由於這些原因，阿公、阿嬤接收了教養孫子女的責任，成為陪伴孫子女長大的**貴人**，而孫子女也成了阿公、阿嬤的**寶貝囡仔**！



愈來愈多的隔代教養家庭

阿公、阿嬤顧孫，自古皆有，過去一直被認為是「含飴弄孫」、「三代同堂」的福氣，現在卻因為爸爸、媽媽在教養上的長期缺席，而加重了阿公、阿嬤的照顧責任，他們不僅得負擔孫子的「教」，多數人還需在沒有經濟收入的狀況下，獨自「養」孫子長大。

這樣的隔代教養家庭，在台灣是愈來愈多了；相信隨著離婚率上升、單親家庭的增加，隔代教養家庭的比率亦會隨之升高。而在與褓姆、外籍幫傭、幼幼班、安親班的比較後，阿公、阿嬤自然成了最方便、最放心、也最經濟的照顧者。



memo



memo

貳

有阿公阿嬤真好

❖ 沒有阿公阿嬤，
就沒有我；
阿公阿嬤是我的全部。

一 隔代教養家庭好處多

二 教孫、教子的不同

隔代教養家庭好處多

還好有阿公阿嬤的照顧，才能讓這些爸爸媽媽沒有辦法好好陪伴的孩子，能夠安全的長大；否則這些孩子可能會流落街頭、可能會被安排住進陌生的育幼院或寄養家庭裡，甚至可能在不同的親戚朋友家中輪流居住，因此相較之下，阿公阿嬤會是最好、最被信賴的照顧者。

阿公阿嬤照顧的好處，還不止如此，隔代教養家庭的**優勢**還包括：

1. 透過照顧孫子女，能夠享受祖孫親密的互動，建立同甘共苦、情誼深厚的祖孫情。
2. 藉由「第二次」擔任照顧的機會，阿公阿嬤有機會彌補或修正過去錯失的親職經驗。
3. 透過照顧孫子女，讓阿公阿嬤覺得有能力感、生活也出現重心。





4. 為了做孫子女的好榜樣，阿公阿嬤可以借此機會改掉一些不良習慣（如抽煙、喝酒或打牌）。
5. 阿公阿嬤可以將文化、價值傳承給孫子女，盡到社會一份子的責任和貢獻。
6. 孫子女可以成為阿公阿嬤老年生活的安慰與好幫手。
7. 孫子女會更懂得珍惜和努力、以回報阿公阿嬤的照顧。
8. 孫子女會對他人的處境更能同理，也會透過家事與勞務的分擔，培養勞動及與人合作的習慣。
9. 孫子女會學到與長輩互動的經驗，並知道如何能維持圓融的人際關係。

哇！綜合看來，隔代教養家庭雖與一般的小家庭有不同和特別的地方，但似乎還有不少優點呢！



教孫、教子的不同

『帶自己的孩子隨便怎樣都可以，帶孫子不行，責任比較大。』

雖然，隔代教養家庭有上述這麼多的好處，但是要年紀較大、應該要享清福的阿公阿嬤照顧這麼小的孫子女，實在不是件容易的事；畢竟隔了一代就隔了一層，以往所使用的教養方式隨著時代的不同，也不一定適用，再加上資訊科技的發達，電腦網路、電動玩具、MP3的出現，以及教育改革、考試制度的不斷更動，都讓阿公、阿嬤的教養壓力與日俱增。





除了這些壓力外，阿公阿嬤在照顧孫子女的過程中，還會面臨的**挑戰**包括：

1. 祖孫活動會受限制。
2. 阿公阿嬤可能會擔心自己的能力不足，甚至活得不夠長，而無法陪伴孫子女長大，擔心孫子女的未來。
3. 想給孫子女更好的未來，但卻可能因為自己在教育、資源上的不足，而常常感到力不從心。
4. 阿公阿嬤可能會為了全心照顧孫子女，而犧牲自己的興趣，放棄原來的活動，甚至忽略了對自己的照顧。
5. 無法與爸爸媽媽同住的特殊家庭型態，可能讓孫子女出現自卑、失落等複雜的心情，讓阿公、阿嬤不易處理。



6. 由於爸爸媽媽的無法負責，使得祖孫可能擁有共同的心結和埋怨，但在缺乏有效的溝通下，可能使祖孫關係出現誤解，影響彼此的相處和情感。
7. 在孫子女逐漸長大，重心由家庭轉移到同學和學校後，阿公阿嬤可能會出現無法瞭解的無助感。

雖然隔代教養家庭的挑戰不少，但是許多阿公阿嬤為了要讓孫子女平安長大，希望下一代會比自己過得更好的期待下，所展現無私、大愛的力量，相信是可以一步步的克服困難的。



參

陪寶貝孫長大

- 一 疼惜
- 二 教導
- 三 分享
- 四 區隔
- 五 聯繫

長期成長在沒有爸爸媽媽，只有阿公阿嬤的家庭裡，孫子女可能會出現以下的心情：

1. 擔心會被阿公阿嬤拋棄
2. 擔心自己是阿公阿嬤的負擔
3. 擔心同學知道自己特殊家庭後的看法
4. 希望阿公阿嬤可以多了解我
5. 希望阿公阿嬤以我為榮
6. 希望阿公阿嬤可以長命百歲，自己有機會回報

這些多樣、複雜的心情，可能會隨著孫子女的成長而持續存在，為了處理這些複雜的情緒，讓孫子女可以順利成長，這個單元，我們要提供阿公阿嬤一些可以為孫子女的成長**注入養分**的方法。

阿公阿嬤可以在了解這些方法後，試著做做看喔！



養分一：疼惜

阿公阿嬤這樣想：

『伊是我的孫子，我不疼，誰疼？』

『我沒有女兒，她就是我的女兒。』



阿公、阿嬤疼孫是天性，而這些從小就和爸爸、媽媽分開的孩子，自然也會得到阿公、阿嬤更多的疼惜；為了讓孫子女減少沒有爸爸、媽媽的缺憾，多數的阿公阿嬤通常都會盡最大的努力，把孫子女捧在手心裡，不讓他們受到任何傷害。

不過，請記得喔：「疼惜」需以情感和行動上的陪伴為基礎，而非總是物質上的滿足和彌補，**共同做家事、分享好吃的東西、一起到公園散步、陪伴寫功課、讀故事書、畫圖等**，都是疼惜孫子女的好方法。



愛的叮嚀…

有了阿公、阿嬤的疼惜，孫子女一定會在愛的環境裡長大。

給阿公阿嬤的貼心話

✱ 疼惜，用鼓勵，而非持續的送獎品

『乖孫，這次考試進步很多喔，這次你要買什麼？阿公買給你..』

為什麼這樣說不好呢？因為：

1. 如果孩子習慣獎品，他會以為「有送我東西的人，才是對我好的人」，以及可能養成「要有獎品，我才能去做…」的態度。
2. 所以，阿公阿嬤要鼓勵孫子女，讓他能夠因為是「喜歡這件事」而認真去做，而不是只為了「獎品」。



所以，這樣說會比較好些：

『乖孫，你好厲害喔！阿公就知道，只要你願意，你一定可以做得很好的，阿公真的以你為榮。』



養分二：管教

阿公阿嬤這樣想：

『養了就要教，囡仔可以健康、快樂長大最重要！』

『我希望他好好唸書，以後工作比較好找、比較有前途。』



阿公阿嬤在辛苦的環境下，接下了教養孫子女的重責大任，因此，對孫子女通常都有很大的期待，尤其希望他們能好好讀書、在學校有好的表現，甚至希望他們能夠青出於藍，不要重蹈父母的覆轍。

因為這些期待在，管教的標準自然較高、也較嚴格，孫子女的壓力當然不小；不過，在孩子成長的過程裡，管教是一定要的，因為只有「疼惜」、沒有「管教」，就會變成溺愛；而只有「管」、沒有「教」，也會失之嚴厲。只有在兩者皆俱在下，有「管」、有「教」才是最平衡的管教態度。

要提醒阿公、阿嬤的是：**好的關係，是管教的基礎**，關係好、管教自然有效。另外，要告訴阿公、阿嬤的是：

1. 孫子女成長的環境，不同於以前，阿公阿嬤的管教方式不能和以前一樣。
2. 管教需要隨著孫子女的年齡做調整，對較大年齡孩子的關心，也需從生理的照顧、轉變為心理上（如情緒、人際、行為、課業等）的關懷。



愛的叮嚀…

管教的尺度，應以溝通做基礎，找出阿公、阿嬤和孫子女彼此可以接受的標準，才能創造「雙贏」的局面喔！



給阿公阿嬤的貼心話



* 讓他慢慢長大

這樣做，不太好

『你看看你，都唸到小學三年級了，還不會自己綁鞋帶，來，阿嬤幫你綁..』

為什麼這樣做不太好呢？因為：

1. 孫子女總要學會自己照顧自己，如果沒有讓他自己試試看，他的成長就會只是年齡的長大，而不是能力的長大。
2. 教孫子，就像繳頭期款，剛開始繳得愈多，後來就會愈輕鬆。他會一點一滴的累積你教他的成果。

所以，這樣做會比較好些：

『來，阿嬤做一次給你看，要仔細看，等一下你自己再做一次。只要多試幾次，你就會和阿嬤一樣綁得那麼好。』



養分三：分享

阿公阿嬤這樣想：

『…愈大，愈不知道他在想些什麼…』

『和他們談這些沒效啦！』



有些阿公、阿嬤可能會認為孫子女還小，不懂大人的世界，因此很少和孫子女分享自己的心情；有些孫子女也可能害怕阿公、阿嬤操心，而總是將委曲放在心中。這種彼此互相擔心的做法，只會讓兩邊的心理距離愈來愈遠，也愈無法互相了解。

溝通、分享，是情感累積的基礎；當阿公、阿嬤願意主動去關心孫子女的生活與想法時，孫子女也會以同樣方式回饋阿公、阿嬤；當祖孫關係愈好，阿公、阿嬤的影響力也就愈大，孫子女也比較願意聽進阿公、阿嬤的意見。



的叮嚀…

要提醒阿公、阿嬤的是：分享的習慣是需要學習和累積的，只要願意溝通，心裡的距離就會逐漸縮短。



給阿公阿嬤的貼心話

✱ 關心孫子女的想法

關心孫子女對『自己是和阿公阿嬤住，而不是和爸爸媽媽住』這件事的想法。

這件事一定是孫子女心中最大的懷疑，也許您曾經告訴過他各種理由，不過重要的不是他相不相信這些理由，而是他自己怎麼想、怎麼看待自己的家庭環境和對自己的評價。

鼓勵阿公阿嬤主動和孫子女分享這些想法，不論每天幾分鐘，記得「固定」抽出一些時間來講講悄悄話，在談話的過程裡，除了可藉此了解孫子女的想法，還可以釐清孫子女心中可能有的誤解，可是好處多多喔！





養分四：區隔

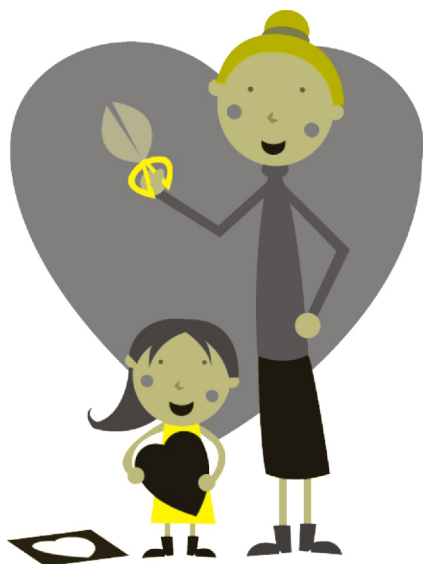
阿公阿嬤這樣說：

『去找你媽媽，是她不要你的！』

『妳出去！我沒有妳這個孫子！』



照顧孫子女，對阿公阿嬤來說，是個「甜蜜的負擔」，阿公、阿嬤難免會因為照顧上的辛苦，而出現抱怨、嘮叨的話語，甚至會當著孫子女的面前責罵他的爸爸或媽媽的不負責任。



說出這些情緒性的字眼，阿公阿嬤的心情其實是可以體諒的；然而，孫子女被爸爸媽媽留在阿公阿嬤家，讓阿公阿嬤辛苦的照顧，基本上是爸爸、媽媽出了問題，而非孫子女的錯，孫子女並不需要為爸爸、媽媽的行為負責，將對他爸爸媽媽的生氣加諸上孫子女的身上，其實是不公平的。



的叮嚀...

聰明的阿公阿嬤請記得哟！**自己的孩子和孫子是兩個不同的個體**，當著孫子女的面責罵他的爸爸或媽媽，只會讓孫子女覺得難堪，而讓他們在祖孫關係中更退縮。





給阿公阿嬤的貼心話

✱ 不要在孫子女面前，說他爸爸媽媽的壞話

這樣說，不太好

『你媽就是這樣不負責任，她不要你了，才把你丟給阿媽..』

為什麼這樣說不好呢？因為：

1. 孫子女會覺得自己是「沒人要的孩子」，覺得自己不如別人。
2. 在孫子女面前說他爸爸媽媽的不好，小孩會強迫自己討厭爸爸媽媽，而壓抑自己對爸爸媽媽的思念。

所以，這樣說會比較好些：

『媽媽不能照顧你，可能有她的問題，而不是媽媽不要你，不過，媽媽知道阿嬤會疼你，所以才把你放在阿嬤家。』



養分五：聯繫

阿公阿嬤這樣想：

『現在也不知道她在做什麼？也沒有看到她在唸書，出去玩也不知道去哪裡？我管不動了。』

『孩子越大越難管，啪啪走，我無法啦！』



囡仔長大了，必然會進入幼稚園、小學、甚至國中，展開不同的人生階段，學校將為他們的生活帶來變化，老師、同學的重要性逐漸取代了阿公阿嬤，在學校的時間也可能比在家裡多，這時候阿公、阿嬤可能會覺得自己愈來愈不了解孫子女了。





這些現象，是孫子女成長的必經階段；鼓勵阿公阿嬤可以多至學校，多與老師聯絡，多請教老師孫子女在學校的上課情形、學習狀況，或是人際關係，見面多了、自然熟悉，由於你的關心，老師自然也會多注意孫子女在學校的一舉一動，並和你保持聯繫。



的叮嚀…

和外界多聯繫，就是照顧力量的擴大喔！

給阿公阿嬤的貼心話

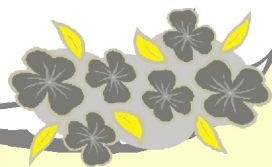
✱ 多與老師聯繫就是多了解孫子女，多
得到幫助的資訊

『老師，我不會教，要請老師多幫忙；要打、要教訓，都沒關係』

『老師，我孫子最近上課有認真嗎？功課有寫嗎？』

阿公阿嬤是孫子女在家裡的重要支柱，老師則是孫子女在學校的重要支柱，為了瞭解孫子女在學校的狀況，就需要常和老師保持聯絡喔！

另外，老師也知道很多有關經濟補助、課業輔導的資訊。阿公阿嬤有需要的時候，可以請教老師即使老師不知道，老師都可以幫忙尋找，所以，學校老師或輔導室，是阿公阿嬤可以請教問題的好地方。



肆

照顧自己才能照顧孫

一 肯定

二 健康

三 喘息

四 彈性

五 珍惜

阿公阿嬤是孫子女生命中的貴人，也是生活中最重要的避風港；相依為命的相處，使得祖孫兩代已成為重要的「**生命共同體**」，因此，阿公阿嬤唯有把自己照顧好，孫子女才能得到最好的照顧。

提供下列五項**照顧自己的法寶**，提醒阿公阿嬤要多照顧自己喔！





法寶一：肯定

『她功課自己寫，都不需要我操心！』
『沒有阿嬤就沒有我。』



多數人會認為，年紀大了，在辛苦了一輩子後，就是該享清福的時候了，故在可以拒絕的情況下，他們多半不願意重新承擔養育的重責大任。而阿公阿嬤願意在長期、無報酬，甚至可能沒有回饋的狀況下，接下照顧孫子女的工作，這樣的精神，實在不容易，也讓人十分敬佩。



有時也許孫子女的年齡還小，不會說一些感謝的話；也許孫子女害羞，不太敢表達自己的情感，然而，在他們的心中，**阿公阿嬤一定是最重要的人**。阿公、阿嬤需要肯定自己對孫子女在照顧上的付出和用心，肯定自己、才不會有抱怨，也才能從照顧的工作中找到樂趣。



法寶小天使提醒您…

阿公、阿嬤一定要常常肯定自己付出，給自己打氣喔！



法寶二：健康

『我自己身體不好，也不知道可以活多久？』

『阿嬤妳要保證活得很久，等我長大我才可以孝順妳。』



照顧孫子女，固然是阿公阿嬤的責任，然而在長期的身心壓力、經濟負擔下，阿公阿嬤也別忘了照顧自己的身體和心理；因為只有健康、快樂的阿公阿嬤，才有可能提給供孫子女更好的生活品質，否則只會拖累了大家。



其實，孫子女最擔心的就是阿公阿嬤的健康，因為愈健康的阿公阿嬤會讓他們覺得自己離死亡、分離遠一點、與阿公阿嬤相處的時間可以長一點、報答阿公阿嬤的機會亦可以多一點，因此為了讓孫子女安心，阿公阿嬤一定要更照顧自己的健康喔！



法寶小天使提醒您…

阿公阿嬤是全家的支柱，可不能病倒了；有任何病痛，或感覺不舒服的時候，一定要去看醫生喔！



法寶三：喘息

『以前我還會出去跟朋友聚一聚，
現在都沒有了，走不開。』

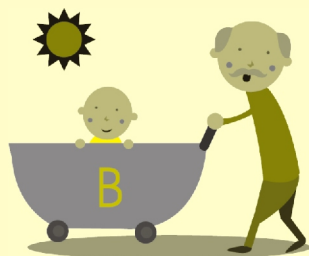
『只要有人可以替我帶一下孩子，
我就覺得輕鬆多了。』



健康是重要的，但是要維持健康的身體和心理，並不一定要吃好的、穿好的才會健康；反而是在平日忙碌的生活裡，給自己的身、心有個固定的休息機會和空間，才是最重要的。人都會累、會有倦怠的時候，因此利用時間讓自己透透氣，**放鬆、休息，才能走更長的路。**



忙了一輩子的阿公、阿嬤，一定要給自己一些放鬆的時間，利用孫子女上學的空檔、寫功課的時間，參加早覺會、找鄰居泡茶、聊天、睡個午覺、到公園散步，甚至於參加廟會活動、拜拜等，都是放鬆身心的好方法喔！



法寶小天使提醒您…

阿公、阿嬤大多上了年紀，身體有很多地方都不聽使喚了，所以每天一定都要有足夠的休息時間，才能讓身體的疲累得到恢復。



法寶四：彈性

『我知道他的朋友是哪些，也會告訴他哪些人不可以交。』

『現在（國中了）都不知道她在想什麼，我講的話也不知道有沒有聽進去。』



教孫和教子是不同的，尤其在成為「慈祥」的阿公、阿嬤的同時，還得扮演要「管」也要「教」的家長角色，一人分飾好幾角的結果，很容易陷入為難的困境裡。

有些阿公、阿嬤會抱怨孫子女長大了，不像以前那麼聽話、也管不動了；其實有時並非如此，只是孫子女長大了，也需要出去交朋友、拓展自己的生活圈；雖然，阿公、阿嬤會擔心他們受到傷害、交到不好的朋友，但是**限制和約束只會引起反彈**。

隨著孫子女的年齡，彈性調整管教的方法和角色，是重要的管教策略，在確定安全的狀況下，給予**適當的冒險**，才能讓孫子女有嘗試做主的機會。



法寶小天使提醒您...

適時的放手和監督，是必要的；相信孫子女一定有能力、也會努力出自己的一片天的。



法寶五：珍惜

『現在就是走一步是一步，以後怎樣也管不到了。』

『我也不知道什麼時候就「再見」啦！』



由於年事已高，不知道自己還可以活多久、也憂心自己走後，孫子女的照顧問題，成了多數阿公、阿嬤一直掛念在心中的煩惱。



雖然人都難免一死，然而，死亡卻是沒有人可以事先預料的；無法預料的事，煩惱在心，不僅庸人自擾，也無濟於事。其實，沒有人可以永遠陪在孫子女身邊的，但是「珍惜現在」，才能讓我們掌握現在，也就是因為知道時間有限，我們才能夠緊緊的把握在一起的分分秒秒，而沒有後悔和遺憾。



法寶小天使提醒您…

相信阿公、阿嬤的人生智慧，一定也了解這個「活在當下」的道理，只是在自己偶爾出現這樣的情緒時，別忘了要給自己一些提醒喔！

伍

幫忙顧孫的好所在

- 一 經濟補助
- 二 課業輔導
- 三 家庭服務
- 四 醫療服務
- 五 老人福利
- 六 法律諮詢

阿公阿嬤靠著自己的力量照顧孫子女長大，實在不是件容易的事；一路走來，難免會有需要他人支持和協助的時候。在這個時候，阿公阿嬤可以向學校老師、村里長、鄉鎮公所的工作人員問問有沒有可以幫忙的可能性。其實這些年來，政府和許多私人機構都願意對隔代教養的家庭提供一些協助，所以只要阿公阿嬤有需要，直接和他們聯繫，相信這些機構的工作人員一定會給阿公阿嬤適當的協助和說明的。

以下依服務性質，將一些可以提供協助的資源提供給阿公阿嬤們，鼓勵阿公阿嬤在需要時，可以直接和他們聯絡。





一 經濟補助

阿公阿嬤如果有經濟上的需要（不論是生活扶助、急難就助、醫療補助等），可以向下列單位尋求協助；不過，由於各個單位補助的規定和條件並不相同，阿公阿嬤可以打電話至各個單位詢問。



一 政府單位

1. 低收入補助：縣市政府社會局、鄉鎮公所社會課
2. 健保和醫療：各地衛生所、醫院社工部門
3. 學雜費和營養午餐等：教育局、或向學校老師詢問



㊟ 民間單位

1. 慈善及兒童機構

-
- 法鼓山慈善基金會 02-28276060
台北市承德路七段 388 號 2 樓

 - 慈濟基金會台北分會 02-27760111
台北市忠孝東路三段 217 巷 7 弄 35 號

 - 國際單親兒童基金會 02-23331333
台北市中華路二段 598 之 1 號 7 樓之 1

 - 恩加貧困家庭協會 02-23091388
台北市長泰街 139 巷 20 號 1 樓
-





2. 中華兒童暨家庭扶助基金會 全省分事務所

-
- 財團法人中華兒童暨家庭扶助基金會

04-22061234

台中市民權路 234 號 12 樓

- 基隆分事務所

02-24319000

基隆市基金一路 110 之 87 號

- 北市南區分事務所

02-23516948

北市新生南路一段 160 巷 17 號 1 樓

- 北市北區分事務所

02-88611245

02-28825266

台北市士林區前港街 32 號 1 樓

- 北縣分事務所

02-29592085

板橋市光明街 138 號

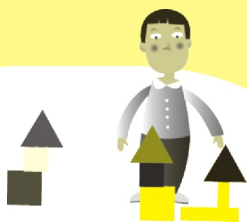
- 桃園分事務所

03-4362085

中壢市甘肅一街 29 號



-
- 新竹分事務所 03-5678585
新竹市光復路一段 531 巷 72 之 8 號
-
- 宜蘭分事務所 03-9322591
宜蘭市女中路 17 之 3 號 3 樓之 2
-
- 苗栗分事務所 037-461234
苗栗縣竹南鎮竹興里博愛街 518 號
-
- 中縣分事務所 04-25232704
豐原市圓環東路 707 號
-
- 中市分事務所 04-23131234
台中市西屯區甘肅路一段 67 號
-
- 彰化分事務所 04-7569336
彰化縣和美鎮彰美路五段 160 號
-
- 南投分事務所 049-2222080
南投市民族路 615 號
-
- 雲林分事務所 05-6323200
雲林縣虎尾鎮公安路 201 號
-
- 嘉義分事務所 05-2852085
嘉義市西區新民路 621 號
-



● 南縣分事務所 06-6324560
新營市大同路 45 之 3 號

● 南市分事務所 06-2506782
台南市西區西賢一街 139 號

● 高縣分事務所 07-6213993
高雄縣岡山鎮竹圍東街 182 巷 12 號

● 高市分事務所 07-7261251
高雄市苓雅區中山一路 305 號

● 屏東分事務所 08-7537123
屏東市大武路 303 號

● 澎湖分事務所 06-9276432
馬公市林森路 78 號 1 樓

● 花蓮分事務所 03-8236005
花蓮市美倫中興路 75 號

● 台東分事務所 089-323804
台東市正氣北路 255 巷 74 號

● 金門分事務所 082-326139
金門縣金城鎮民權路 173 之 1 號

3. 世界展望會（針對原住民家庭及偏遠地方提供服務）

● 台灣世界展望會 02-25856300
臺北市中山北路三段 30 號 5 樓

● 北區辦事處 02-27823903
台北市南港路一段 169 號 2 樓

● 台北中心 02-27823903
台北市南港路一段 169 號 2 樓

● 家庭服務中心 02-25418092
台北市中山區民權東路二段 46 號 10 樓

● 新烏中心 02-26617206
台北縣烏來鄉忠志村 6 鄰 14 號

● 桃園中心 03-3870048
桃園縣大溪鎮中正東路 22 巷 5 號 1 樓

● 新竹中心 03-5966684
03-5947987

新竹縣竹東鎮南寧路 6 號





-
- 中區辦事處 04-23751262
台中市西區自治街176號5樓之1
-
- 苗栗中心 037-991184
苗栗大湖鄉靜湖村忠孝路146號
-
- 彰化中心 04-8396847
彰化縣員林鎮員集路二段389巷22號
-
- 雲林中心 05-7891605
雲林縣口湖鄉湖東村150號
-
- 南投中心 049-2305001
南投縣草屯鎮中山街498號
-
- 嘉義中心 05-2348119
嘉義市西區保安一路170號
-
- 台南中心 06-2149077
06-2156751
台南市健康路一段370-1號
-



-
- 高雄中心 07-2570217
高雄市新興區明星街5號6樓
-
- 屏東中心 08-7370483
屏東市興豐路124號
-
- 屏南中心 08-7806854
屏東縣潮州鎮三星里四維路364號
-
- 恆春中心 08-8897876
屏東縣恆春鎮恆公路1026巷26號
-
- 澎湖中心 06-9931344
澎湖縣白沙鄉赤崁村144號
-
- 東區辦事處 03-8236868
花蓮市文苑路12號5樓
-
- 花蓮中心 03-8235682
花蓮市文苑路12號4樓
-
- 台東中心 089-324444
台東市廣東路181號
-
- 蘭嶼工作站 089-732820
台東縣蘭嶼鄉東清村1鄰12之3號
-



課業輔導

阿公阿嬤如果有經濟上的需要（不論是生活扶助、急難就助、醫療補助等），可以向下列單位尋求協助；不過，由於各個單位補助的規定和條件並不相同，阿公阿嬤可以打電話至各個單位詢問。



㊟ 學校單位

可以向就讀學校之導師、輔導室詢問，部份學校於放學後有開設課後輔導班，輔導室之愛心媽媽亦有提供課業輔導之服務。



㊟ 民間單位

- 中華兒童教育發展協會 02-23576869

台北市北平東路 28 號 9 樓之 1

- 台灣省兒童少年成長協會 04-23058005

台中市西區向上南路一段 35 號

- 中華好家庭關懷協會 04-24822531

台中縣大里市東明路 139 號

- 博幼社會福利慈善事業基金會 049-2980955

南投縣埔里鎮漢陽二街 2 號

- 恩加貧困家庭協會 02-23091388

台北市長泰街 139 巷 20 號 1 樓

- 台南市兒童少年社區照顧輔導支援中心 06-2936368

台南市中華西路二段 315 號 5 樓





三 家庭服務

目前全國有 25 縣市設有家庭教育中心，主要針對家庭、婚姻、親子關係和管教等問題，提供電話或是面談的諮詢服務；兒童福利聯盟、人本教育基金會亦可提供一些親子管教上的諮詢服務。另外，還有一些「協談中心及專線」是在不必出門只要打電話，就可以幫助我們解決一些困擾的服務機構。



一 家庭教育中心

- 基隆市家庭教育中心 02-24201885
基隆市信一路 181 號
- 臺北市家庭教育中心 02-25419981
臺北市中山區吉林路 110 號 5 樓
- 臺北縣家庭教育中心 02-22554885
臺北縣板橋市莊敬路 62 號

-
- 桃園縣家庭教育中心 03-3334885
桃園市縣府路1號14樓
 - 新竹縣家庭教育中心 03- 6583885
竹北市光明六路10號
 - 新竹市家庭教育中心 03-5325885
新竹市東大路二段15巷1號
 - 苗栗縣家庭教育中心 037-327885
苗栗市國華路1121號
 - 臺中縣家庭教育中心 04-25285885
臺中縣豐原市圓環東路782號
 - 臺中市家庭教育中心 04-22253885
04-22293885
台中市北區太平路74號(太平國小旁)
 - 南投縣家庭教育中心 049-2232885
南投市中興路669號1樓
 - 彰化縣家庭教育中心 04-7261885
彰化市中山路二段678號
-





-
- 雲林縣家庭教育中心 05-5335885
雲林縣斗六市南陽街 60 號 5 樓
-
- 嘉義縣家庭教育中心 05-3798885
嘉義縣太保市祥和新村祥和一路 1 號
-
- 嘉義市家庭教育中心 05-2750885
嘉義市山子頂 269-1 號
-
- 臺南縣家庭教育中心 06-6358885
台南縣新營市中正路 23 號 4 樓
-
- 臺南市家庭教育中心 06-2226885
台南市中西區公園路 127 號
-
- 高雄縣家庭教育中心 07-6261185
鳳山市光復路 2 段 132 號 3 樓
分館：岡山鎮岡山南路 43 號
-
- 高雄市家庭教育中心 07-2155885
高雄市前金區中正四路 209 號 4 樓
-
- 屏東縣家庭教育中心 08-7375885
 08-7378885
屏東市華正路 80 號 (和平國小內)
-

-
- 宜蘭縣家庭教育中心 03-9356485
宜蘭市民權路一段 36 號
-
- 花蓮縣家庭教育中心 03-8562880
花蓮市達固湖灣大路 1 號
-
- 臺東縣家庭教育中心 089-322885
台東市中華東路二段 17 號
-
- 澎湖縣家庭教育中心 06-9278885
澎湖縣馬公市自立路 21 號
-
- 金門縣家庭教育中心 082-312845
金門縣金城鎮民權路 173 號
-
- 連江縣家庭教育中心 0836-26-854
連江縣馬祖南竿鄉體育館
-
- 師大家庭教育研究與發展中心 (02)2362-5147
(02)2362-6277
台北市和平東路一段 162 號
-
- 暨大家庭教育研究中心 (049)291-0960
#2796 2799
南投縣埔里鎮大學路 1 號
-
- 嘉大家庭教育研究中心 (05)274-3111
#3732 、 3737
嘉義市林森東路 151 號
-



㊟ 兒童福利聯盟

- 兒童福利聯盟 02-27486006
文教基金會
台北市松山區民生東路五段137巷2號
5樓之1
- 台北社工處 02-27486006
臺北市松山區民生東路五段137巷2號
5樓之1
- 南區辦事處 04-22265905
台中市西區自由路一段98-1號2樓
- 中區辦事處 07-3301163
高雄市苓雅區光華一路129號10樓



㊦ 一般諮詢服務

-
- 懷仁全人發展中心 02-23117158
台北市中山北路一段2號9樓950室
 - 友緣基金會 02-27693319
臺北市南京東路5段123巷8弄8號1樓
 - 臺北人本教育基金會 教育諮詢：
02-23623645
台北市大安區羅斯福路三段227號9樓
 - 新竹人本教育基金會 03-5542322
新竹縣竹北市中華路117號
 - 臺中人本教育基金會 04-23200078
台中市南屯區大進街393號2樓
 - 台南人本教育基金會 06-3128583
06-3127270
台南縣永康市中華路10巷16號A棟2樓
 - 高雄人本教育基金會 07-2166510
高雄市新興區明星街68號2樓
 - 屏東人本教育基金會 08-7370925
屏東市豐年街63號
-



④ 協談中心及專線

-
- 生命線協會 1995 （要救救我）
全省共用
-
- 張老師中心 1980 （依舊幫您）
全省共用
-
- 馬偕醫院協談中心 02-25310505
02-25318595
台北市中山北路二段 92 號 9 樓
-
- 臺北市佛教 02-27687733
觀音線協會
臺北市南京東路一段 251 巷 46 弄 5 號 7 樓
-
- 臺中觀音線心理 04-22339958
協談中心
臺中市北屯區柳陽東街 23 號
-
- 高雄觀音線青少年 07-2248948
協談中心
高雄市中正二路 58 號 9 樓
-
- 高雄基督教家庭 07-2810903
協談中心
高雄市中華三路 23 號 10 樓之 8
-

四 醫療服務

衛生署指定發展遲緩兒童聯合評估中心

所謂「發展遲緩兒童」係指：六歲以下兒童，因各種原因（包括腦神經或肌肉神經生理疾病、心理社會環境因素等）所導致認知發展、生理發展、語言及溝通發展、心理社會發展或生活自理技能等方面有落後或異常之兒童。因此，當阿公阿嬤在照顧孫子女有發展、適應、情緒及行為問題而無法解決時，不用慌張，可以利用以下專家的協助！



● 台北市 台北市立婦幼醫院心智科
02-23916471 分機 369

● 桃園縣 林口長庚醫院復健科
03-3281200 分機 3846



● 新竹市 行政院衛生署新竹醫院復健科
03-5326151 分機 3501

● 台中市 台中榮民總醫院小兒部
04-23592525 分機 5936

● 彰化縣 彰化基督教醫院小兒科
04-7238595 分機 7435

● 嘉義縣 嘉義基督教醫院精神科
05-2765041 分機 2721

● 台南市 成功大學附設醫院小兒神經科
06-2353535 分機 3565

● 高雄市 高雄醫學院附設
中和紀念醫院小兒神經科
07-3154663

● 高雄縣 高雄長庚醫院
發展遲緩兒童評估中心
07-7317123

● 花蓮縣 花蓮慈濟醫院復健科
03-8561825 分機 2311

● 宜蘭縣 天主教羅東聖母醫院精神科
03-9544106 分機 6146

五 老人福利服務機構

以下的老人機構是針對阿公阿嬤提供的服務，這些機構有提供居家照顧、康樂活動、福利諮詢、也有志工陪伴阿公阿嬤等服務。



-
- 財團法人老五老 02-28282807
基金會北投服務中心
台北市北投區石牌自強街 61 巷 6 號

 - 台北縣服務中心 02-86422321
台北縣汐止市水碓街 26 巷 1 號 3 樓

 - 台中市服務中心 04-22463927
台中市北屯區瀋陽路三段 277 號

 - 台中縣服務中心 04-25822133
台中縣石岡鄉豐勢路 130 號

 - 埔里服務中心 049-2997375
南投縣埔里鎮四維路 107 號
-



-
- 彰化縣服務中心 04-7841455
彰化縣鹿港鎮忠孝路 403 號 3 樓
-
- 中區老人諮詢 0800-22-8585
服務中心
台中市北區漢口路四段 17 號
-
- 中華老人福利 02-25927999
推動聯盟
台北市中山區民權西路 79 號 3 樓之 2
-
- 中華民國老人福利 02-2322-3097
關懷協會
台北市中正區濟南路二段 21 號 6 樓之 1
-
- 中華民國長壽 02-2872-9599
福利促進會
台北市北投區石牌路二段 357 巷 3 號
-
- 中華民國長青協會 02-2531-0588
台北市松江路 328 號 12 樓
-
- 中華民國 02-2567-8413
老人關懷協會
台北市松江號 38 巷 34 號
-

-
- 中華民國老人居家服務協會 02-2255-3831

台北縣板橋市文化路二段182巷7弄9號之一

- 中華大如關懷老人協會 03-3346-146

桃園縣市成功路三段115巷94-5號6樓

- 中華老人總會 04-2310-5882

台中市北平路一段135號2樓

- 台灣銀髮生活關懷協會 04-2372-9299

台中市西區民生北路126號6樓

- 中華老人休閒保健福利策進會 04-2287-0356

台中市南區仁義街9巷6號

- 台灣老人聯誼協會 049-2239229

南投縣南投市復興路667號





-
- 中華民國松青
人生關懷協會
06-2348392
台南市北區東豐路 489 號

-
- 中華民國慈惠
文教協會
06-2695992
台南市東區富農街一段 122 號

-
- 中華民國松柏
長青協會
06-270-4616
台南市建平八街 76 號

-
- 南區老人諮詢
服務中心
0800-22-8585
高雄市苓雅區建國一路 352 號
(聖功醫院內)



六 法律諮詢機構

阿公阿嬤有時可能會面臨法律問題（例如孩子的親權問題、收養或領養等），如果有需要法律服務時，可以利用以下資訊尋求協助。





-
- 財團法人法律扶助基金會
全國法律扶助專線： 02-66328282
(量量善惡，幫你幫你)
-

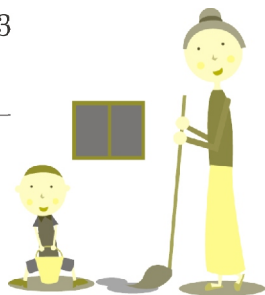
- 台北分會 02-23225151
台北市金山南路二段 200 號 6 樓
-

- 台中分會 04-23720091
台中市西區三民路一段 159 號 4 樓
-

- 台南分會 06-2285550
台南市中山路一段 147 號 3 樓 (國泰大樓)
-

- 高雄分會 07-2693301
高雄市苓雅區海邊路 29 號 9 樓之 2
(台灣領航企業大樓)
-

- 花蓮分會 03-8362884
花蓮市自由街 150 號 3 樓之 3
(遠雄人壽樓上)
-



白髮童顏祖孫情：隔代教養家長家庭教育手冊

/ 沈慶鴻，邱珍琬著；國立暨南國際大學家

庭教育研究中心編撰.--初版--臺北市：

教育部，民95

面；公分

參考書目：面

ISBN 986-00-5022-8(平裝)

1. 家庭教育

528.2

95007403



白髮童顏祖孫情 隔代教養家長家庭教育手冊

發行人 ■ 杜正勝

著者 ■ 沈慶鴻、邱珍琬

執行編輯 ■ 王詩婷、沈慶鴻、黃柏漳

發行單位 ■ 教育部

編著 ■ 國立暨南國際大學家庭教育研究中心

地址 ■ 10051 臺北市中山南路5號

網址 ■ www.edu.tw

電話 ■ (02)23566051~2

地址 ■ 54561 南投縣埔里鎮大學路1號

電話 ■ (049)2910960#2796~9

美術設計 ■ 雅典企劃有限公司

印刷 ■ 金玉堂彩色印刷股份有限公司

版次 ■ 初版一刷

出版年月 ■ 中華民國95年4月