

專欄 - 新冠疫情護理窗

Special Collection - Nursing Fighting COVID-19 Infection

收稿日期：2020-05-25

接受日期：2020-09-08

doi：10.6729/MJN.202009_19(1).010

新型冠狀病毒肺炎抗疫期間澳門家庭照顧壓力調查

朱愛莉¹ 陳菁雅^{1*} 高嘉莉² 周錦建³ 鄭德雄⁴

【摘要】背景：澳門自 2020 年 1 月 22 日確診第一例新型冠狀病毒肺炎感染個案，至 2020 年 2 月 4 日增加至 10 例，為減少疫症進一步蔓延，特區政府陸續頒布停課停工指示，居民家庭照顧模式因此發生改變。目的：了解疫情下澳門居民的家庭照顧壓力。方法：本調查所使用的工具為研究者自編之「澳門家庭在抗疫期間家庭生活及需求調查表」。採用橫斷面問卷調查，研究對象為需要照顧未成年子女或年長家庭成員的澳門居民，採用網絡調查方式，共收到 1,736 份有效問卷。結果：參與者中 89.8% 為女性，有 71.4% 的參與者需要照顧未成年子女；30.7% 需要照顧長者；22.4% 需要同時照顧子女和長者；在有子女上學的家長中，52.3% 的家長需要每天花一小時以上的時間在家協助子女的作業，尤以子女處於小學階段的家長所花的時間較長；此階段的家長壓力也較高，並與家庭成員發生衝突的頻率較多。結論：抗疫期間社會照顧功能缺失，家庭照顧壓力顯著增加，導致家庭衝突增加。建議特區政府在疫情期間，利用網絡平台發放更多有關疫情措施、情緒減壓等資訊，以緩解和協助處理家庭衝突的問題。

【關鍵詞】 新型冠狀病毒肺炎 家庭照顧者 照顧壓力 調查 澳門

A survey on care burden of family caregivers during the COVID-19 pandemic in Macao

Oi Lei Chu¹ Cheng Nga Chan^{1*} Ka Lei Kou² Kam Kin Chao³ Tak Hong Cheang⁴

[Abstract] Background: The first COVID-19 case was confirmed in Macao on January 22, 2020. By February 4, 2020, Macao had reported 10 cases. The government implemented a series of measures to prevent the new infectious disease from further spreading. As a result, the local businesses and government services were suspended, and schools were closed. These changes induced changes to family care. Objective: This study was to investigate the care burden of family caregivers during the COVID-19 pandemic in Macao. Methods: A cross-sectional study was conducted. The targeted population of the study was family members who needed to take care of minors and/or the family members elderly. An online survey was implemented. Altogether, 1,736 respondents who claimed to be family caregivers participated in the study. Results: Females accounted for 89.8% of respondents. Around 71.4% of the respondents were responsible to take care of children; 30.7% of them were responsible to take care of elderly. About 22.4% had to take care of both children and elderly. Among the caregivers who had school-aged children, 52.3% of them had to spend one to two hours a day accompanying their children on school assignments, with those who had children in primary schools spending more time. In addition, the caregivers who had children in primary schools expressed more care burden and were more likely to have conflicts with children and other family members. Conclusion: Measures taken during the outbreak resulted in reduced care support from the society, leaving care burden to family caregivers. When the local government disseminates information on the infections of the disease, it should provide information on the ways to alleviate anxiety and counselling services for the local families who confine their life inside the household as well.

[Key Words] COVID-19 family caregivers care burden survey Macao

* 通訊作者 Corresponding author : info@macauwomen.org.mo

¹ 澳門婦女聯合總會 婦聯家庭服務中心 Centro de Apoio Familiar da Associação Geral das Mulheres de Macau

² 澳門婦女聯合總會 婦聯北區家庭服務中心 Centro da Apoio Familiar da Zona Norte da Associação Geral das Mulheres de Macau

³ 澳門婦女聯合總會 樂滿家庭服務中心 Centro de Apoio Múltiplo à Família "Alegria em Harmonia" da Associação Geral das Mulheres de Macau

⁴ 澳門婦女聯合總會 樂融家庭綜合服務中心 Centro de Apoio à Família Alegria em Abundância da Associação Geral das Mulheres de Macau

1 前言

澳門在 2020 年 1 月 22 日出現首宗的新型冠狀病毒肺炎（簡稱新冠病毒）確診者，此後陸續開始出現確診病患。為了降低新冠病毒在社區傳播的風險，特區政府逐步加強防疫措施，包括學校停課、賭場及娛樂場所停業賭場停業 15 日，其它娛樂場所停業超過 2 周、政府部門和醫療體系有限度服務、旅客隔離措施等等，這些措施能有效地阻止人群聚集，減少新冠病毒人傳人的風險，同時也對澳門的經濟和居民家庭生活帶來不少的衝擊。由於疫情改變了整個社會的運作方式，市民外出活動受到限制，家人相處的時間增加，磨擦也可能隨之增加。

疫情期間停工停課的關係，社會配套服務缺乏，家庭照顧者缺少社區支援服務，照顧者除負責子女及家人的起居飲食外，亦可能要兼顧子女的課業，安排餘閒活動予子女；同時還可能需要照顧家中長者的健康狀況。長久下來，照顧者必然身心疲憊，影響照顧質量和家庭關係（李佳苓、劉立凡、陳淑馨、林綉君，2014）。

為更好了解疫情期間本澳家庭照顧需求，澳門婦女聯合總會（簡稱婦聯總會）屬下的婦聯家庭服務中心、樂融家庭綜合服務中心、婦聯北區家庭服務中心、樂滿家庭服務中心於 2020 年 2 月聯合開展問卷調查，收集需要照顧未成年子女或年長家庭成員的照顧者需求及照顧壓力信息，以為日後出現類似情況時支援澳門家庭照顧者提供參考依據。

2 研究方法

2.1 研究設計及研究對象

本研究為橫斷面問卷調查，研究對象為需要照顧未成年子女或年長家庭成員的澳門居民。對於研究對象陪伴處在不同學歷階段的兩名或以上的子女的時間難以清楚說明，因此本調查僅收集陪伴處在單一個學歷階段的子女時間。

2.2 研究工具

本調查所用的工具為研究者自編之「澳門家庭在抗疫期間家庭生活及需求調查表」，此問卷內容根據市民在疫情期間所關注和查詢的議題而定，如減薪或失業、在家照顧子女的壓力、子女的網上功課數量、長者的就診限制和照顧壓力、以及與家庭

成員發生的衝突等等。由上述四間家庭服務中心共同整理和編制，內容共有六個部分：家庭基本資料、工作情況、協助子女功課情況、照顧年長父母情況、家庭衝突情況和未來需求。

基本資料包含參與者的性別、年齡、教育程度、居住地區、未成年子女的數量和就學年級，共有 6 題；工作情況包括參與者和其配偶的工作行業、工作安排和薪金改變，共有 7 題；協助子女功課情況包括補習社安排、功課量、花費時間、學習動機和家長壓力感受，共有 11 題；家庭衝突情況指家庭成員間在家中所發生的衝突頻率，共有 4 題；照顧年長父母包括同住情況、長者身體情況和照顧所遇困難，共有 4 題。整份問卷共有 32 題，網上填寫整份問卷需時大約 15 分鐘。由於調查表設計內容廣泛，無法在一篇文章中詳細闡述，本文將聚焦於照顧者的壓力和家庭衝突情況的內容。

2.3 資料收集過程

問卷的收集以網上問卷形式進行，宣傳及推動方式是透過澳門婦女聯合總會 Facebook 專頁、微信官方帳號發佈，明確說明請需要照顧長者或未成年子女的參與者填寫問卷，研究對象知情同意後參與問卷填答，填寫完整資料者為有效問卷。調查得到積極響應，僅用了兩天時間便收集到近兩千份問卷，因此兩天後停止調查。

2.4 資料分析方法

共收到 1,837 份問卷，其中 101 份資料不完整，視為無效問卷；有 1,736 份為有效問卷，佔整體的 94.5%。以 Microsoft Excel 統計頻數、百分比等描述不同變量在研究參與者之間的分佈。

2.5 倫理考量

本調查得到澳門婦女聯合總會同意及支持。遵循自願參與原則，整份問卷是不記名的，參與編制的人員會保密問卷的資料，並在研究結果發表後一個月內銷毀問卷內容。

3 研究結果

3.1 研究對象基本資料

參與者以女性為主，較多參與者的年齡是介乎於 30-39 歲。學歷程度以「中學或以下」以及「大專或本科」為主。參與者多從事全職工作（表 1）。

3.2 家庭照顧者照顧負擔

在 1736 名的參與者中，有 533 名 (30.7%) 需要照顧長者，約有 292 名 (54.8%) 是與長者同住；此外，1736 名的參與者中，有 389 名 (22.4%) 需要同時照顧子女和長者，而照顧小學子女和不同學歷程度的子女的參與者居多，分別有 124 名 (7.1%) 和 146 名 (8.4%)。有 1241 名參與者家中有未成年子女，佔總體參與者的 71.4%，其中有一名子女的佔 42.1%、二名子女佔 49.1%、三名子女佔 7.5%，四名子女或以上佔 1.3%。

3.3 家庭照顧者在家陪同子女的情況

1,241 名子女照顧者需要照顧處在不同學歷階段的子女，其中子女未入托及入托、幼稚園、小學階段、中學階段、大學階段的人數分別為 123 (9.9%)、176 (14.2%)、343 (27.7%)、107(8.6%) 和 8 (0.7%)，另有 484 (39.0%) 的參與者需要照顧處於不同學歷階段的兩個或以上的子女。子女處在不同學歷階段，意味著子女的年齡不同，照顧負擔不同。

調查發現，參與者每日陪伴子女少於 0.5 小時者為 23.3%、0.5-1 小時者為 24.4%、1-2 小時者為 28.0%，2 小時或以上者為 24.3%。當中有 484 位的家長有不同年級的子女，所以未能作分類統計；另外的 757 位家長，按子女的學歷階段與照顧者陪伴的時間作比較，以就讀小學子女的家長陪伴子女的時間較長（見表 2），其次為幼稚園的子女，而其他程度的

子女則不需要家長花費太多時間協助。

3.4 家庭照顧者的壓力和衝突發生的狀況

對於 1,241 位參與者在家協助子女學習時所感到的壓力，有 11.2% (139) 表示從未有、21.7% (269) 很少壓力、45.3% (562) 表示有時感到壓力、21.8% (271) 表示經常有壓力。此外，若按 757 位家長的子女來分類不同年級，來比較照顧者的壓力程度，當中以小學子女的家長的壓力表現相對較高（見表 3）。

在 1736 位參與者在疫情期間與家人發生衝突的情況，18.7% 表示從來不會、37.6% 表示極少（約兩週以上一次）、28.3% 有時會（一週一次）、15.4% 表示經常（一至兩天一次）；此外，在了解 1,241 位參與者在家協助子女學習的壓力情況時，表示有時或經常感到有壓力的家長，顯示每週發生一次衝突、每天或隔天發生的都較高，分別是 23.5% 和 14.7%（見表 4）。

4 討論

疫情改變了市民生活的不同層面，包括經濟、就業、家庭等方面，而且需要適應社會運作的轉變和疫

表 1 家庭照顧者個人資料 (N=1,736)

分類	數目	百分比 (%)
性別		
男	176	10.2
女	1,560	89.8
年齡		
16-29 歲	162	9.3
30-39 歲	867	50.0
40-49 歲	394	22.7
50-59 歲	183	10.5
60 歲或以上	130	7.5
學歷		
小學或以下	79	4.6
中學或以下	675	38.9
大專或本科	870	50.0
碩士或以上	112	6.5
職業		
全職	1,194	68.8
兼職	87	5.0
沒有工作	455	26.2

表 2 對於不同學歷階段的子女，家長在家陪伴子女的情況 N (%)

子女學歷階段	照顧者陪伴時間			
	<0.5 小時	0.5-1 小時	1-2 小時	≥ 2 小時
未入托及入托子女	79 (10.5)	21 (2.8)	13 (1.7)	10 (1.3)
幼稚園子女	19 (2.5)	68 (9.0)	58 (7.7)	31 (4.1)
小學子女	25 (3.3)	67 (8.9)	121 (16.0)	130 (17.2)
中學子女	49 (6.5)	29 (3.8)	18 (2.4)	11 (1.5)
大學子女	4 (0.5)	0 (0.0)	2 (0.3)	2 (0.3)
總數	176 (23.3)	185 (24.4)	212 (28)	184 (24.3)

表 3 家長在家協助不同年級的子女學習的壓力情況 N (%)

子女學歷階段	壓力情況			
	從未	很少	有時	經常
未入托及入托子女	64 (8.5)	24 (3.2)	31 (4.1)	4 (0.5)
幼稚園子女	13 (1.7)	50 (6.6)	80 (10.6)	33 (4.4)
小學子女	17 (2.2)	62 (8.2)	168 (22.2)	96 (12.7)
中學子女	23 (3.0)	27 (3.6)	43 (5.7)	14 (1.8)
大學子女	1 (0.1)	2 (0.3)	4 (0.5)	1 (0.1)
總數	118 (15.5)	165 (21.9)	326(43.1)	148 (19.5)

表 4 家長在家協助子女學習的壓力與發生衝突的情況 N (%)

衝突情況	壓力情況			
	從未有	很少感到	有時感到	經常感到
從不	38 (3.1)	45 (3.6)	59 (4.8)	16 (1.3)
極少	57 (4.6)	116 (9.3)	212 (17.1)	72 (5.8)
有時	31 (2.5)	88 (7.1)	191 (15.4)	80 (6.4)
經常	13 (1.0)	20 (1.6)	100 (8.1)	103 (8.3)
總數	139 (11.2)	269 (21.6)	562 (45.4)	271 (21.8)

情對他們生活的影響，在他們生活上帶來不同的壓力。

停課不停學的措施，令家長的家庭角色也有所轉變，增加了在家中協助子女課業的時間。胡肇勳和程景琳（2017）指出小學階段中，學業成績特別容易成為親子衝突的因素。本研究發現約 71.5% 的在職家長在疫情期間，面對子女的作息編排、學習情況、相處狀況等都需要重新調整。此外，有 22.4%（389 名）參與者需同時照顧子女和年長的家庭成員。有研究指出照顧者會因應照顧工作的負荷而出現身心的壓力（范卉好、邱銘心，2016）。因此，疫情期間家長在調整過程中面對子女適應不良、長者缺乏支援的照顧壓力下，很容易產生負面情緒。

澳門最新的失業率為 2.1%，自 2012 年來首次回升至 2% 以上（澳門統計局暨普查局，2020），疫情除了影響市民的生活外，對於澳門經濟的打擊亦不容忽視，就如 2004 年的 SARS 在全球爆發時，觀光業停滯、部分企業倒閉、失業率上升，更影響當時的醫療系統，資源不足令人們的醫療費用負擔增加（林幸君、李慧琳、許聖民、林國榮、李篤華、張靜貞、徐世勳，2015；黃雯萊，2018）。因此，照顧者除了體力和健康狀態變差、社交生活受限制、經濟負擔增加，對生活的不滿也隨之增加（林俐伶、林秋菊，2019）。當個人的身心需要方面未能得以滿足，以心理學家 Maslow 的需求理論解釋，如疫情影響經濟和個人的生計（生理需求），繼而可能影響就業和對生活的安全感（安全需要），這些需要未能滿足時，個人可能出現焦慮、不安、憂鬱、易怒等情緒，生理上可能出現專注力下降、失眠、頭痛、腸胃問題等，而行為上可能會容易與人發生衝突、經常抱怨、出現暴力行為等（明報健康網，2020）。

因此，面對突如其來的經濟壓力、照顧壓力、人身自由受限等壓力影響個人的身心精神和行為，個人就會對於外在環境的改變或刺激，而引起身心不舒服或緊張的反應狀態，疫情期間容易將情緒宣洩到其他家庭成員身上，雙方的情緒會互相影響而發生衝突（Allen, Johnson, Kiburz, & Shockley, 2013）。情況持續惡化時可能會形成創傷後壓力症、抑鬱症等情緒疾病，因此照顧者的角色是相當重要而且需要被關注（鄧文章、李佩怡，2014）。

5 研究限制

本研究在澳門疫情爆發初期收集澳門市民居家隔離後感受，資料收集非常及時迅速，但研究存在以下不足：1）本問卷以網上形式收集，並發佈在澳門婦聯總會的網絡平台上，所以獲得相關信息的對象多為女性，因此填寫問卷的對象大部分是女性，儘管家庭照顧者多為女性，但研究信息的宣傳方法仍是參與者的性別比例差別大的原因之一；2）因調查信息僅僅發佈於澳門婦女聯合總會的網絡平台上，未出現於其他網絡平台，很大程度限制了參與群體，而使受訪對象代表性不足；3）婦聯總會為了儘快在疫情期間推行相關的服務，以便及時了解照顧者的壓力情況和來源，尋求舒緩壓力方法，所以花了較短的時間編制問卷，以致信效度的檢測上未能完善；4）研究通過網絡收集資料，對於一部分年長市民，可能因為不熟悉網絡問卷調查操作而未能參與。

6 結論

疫情期間停工停課的關係，社會配套服務缺乏，家庭的照顧者缺少支援，照顧者除負責子女及家人的起居飲食外，亦要兼顧子女的課業，同時還要照顧家中長者的健康狀況，照顧者的身心亦都持續被消耗，也易出現負面情緒，影響家庭關係。本研究在疫情初期，通過網上調查方式，快速收集疫情對家庭照顧關係產生的影響，以便採取恰當的應對措施。研究雖然存在一定缺陷，但為政府及服務於澳門家庭生活的民間機構早期識別家庭問題以及適時干預提供了第一手資料。本研究結果提示在疫情早期為澳門的家庭提供舒緩壓力的措施是必需的。

參考文獻

- 李佳苓、劉立凡、陳淑馨、林綉君 (2014)。探討照顧管理服務成效與主要照顧者照顧負荷之相關性研究。《護理雜誌》，61 (1)，64-73。
- 林幸君、李慧琳、許聖民、林國榮、李篤華、張靜貞、徐世勳 (2015)。少子化與高齡化下的臺灣人口預測與經濟分析。《臺灣經濟預測與政策》，46 (1)，113-156。
- 林俐伶、林秋菊 (2019)。在逆境中堅強 - 運用復原力概念於照顧者負荷。《護理雜誌》，6 (3)，100-105。
- 范卉好、邱銘心 (2016)。罕見疾病兒童與青少年之主要照護者資訊需求與資訊行為研究。《圖書資訊學刊》，14 (2)，127-153。
- 胡肇勳、程景琳 (2017)。國小低年級孩童與父母在不同領域衝突的反應方式之研究。《教育心理學報》，38 (4)，481-499。
- 黃雯棠 (2018)。總體經濟變數對來台旅客人數之影響 - 東協五個國家之分析 (碩士論文)。嘉義縣：南華大學。
- 鄧文章、李佩怡 (2014)。從護理人員觀點看末期病人接受家人照顧之心理負擔現象。《安寧療護雜誌》，19 (3)，229-246。
- 澳門統計暨普查局 (2020)。2020 年第一季年刊，總體失業率。澳門：澳門統計暨普查局。
- 明報健康網 (2020)。焦點健聞，專家：過度憂慮影響心理健康，穩住情緒，擺脫疫情恐慌。取自 <https://health.mingpao.com/>
- Allen, T. D., Johnson, R. C., Kiburz, K. M., & Shockley, K. M. (2013). Work-family conflict and flexible work arrangements: Deconstructing flexibility. *Personnel psychology*, 66(2), 345-376.