

我的女兒意外懷孕了！ 家長如何協助？



女兒意外懷孕了，怎麼協助她？

STEP1 先穩住自己的情緒，不要急著馬上溝通

- 女兒可能跟您一樣著急、擔憂甚至生氣、自責，心中不斷想著怎麼會發生這件事？但是越著急越需要冷靜下來好好處理，提醒自己先處理心情，再處理事情。
- 現階段女兒需要您的支持及陪伴，建議先花些時間冷靜整理自己的情緒和想法，避免因一時衝動傷及親子關係又沒能好好處理。

STEP2 可以先尋求專業資源作心理預備，了解處理選項

先透過專業資源獲得充分資訊，不僅能幫助家長冷靜思考，也能更有方法和資源協助女兒或和男方溝通，提供更好的支持與協商討論方向。

衛生福利部社會及家庭署：
未成年懷孕求助網站 &
全國未成年懷孕諮詢專線
0800-25-7085
(週一至週五9:00-18:00)



衛生福利部國民健康署：
青少年親善照護機構
認證通過院所



STEP3 理解女兒的想法，與她討論

懷孕的人是女兒，不是家長，在與女兒溝通時，不論她的年紀多大，都需要家長善意的表達與支持，先聆聽她的想法與感受，避免指責或急於給建議，會讓她更願意參與討論，一起找尋解決方法。

- 對於未預期懷孕的感受與想法、期待或擔憂？
- 對生或不生有什麼想法？
- 女兒及男方有討論過嗎？有何共識或決定？
- 需要家長怎樣的協助？



STEP4 表達自己的想法與關心

在了解女兒的想法後，溫和堅定地表達關心、看法或建議；同時藉由傳遞關心和**支持**女兒，讓女兒願意接受家長的善意與協助。

- 表達自己很願意幫忙的善意和感受：讓女兒知道您對她的擔憂是出於愛與關心，很願意幫忙。
- 提供包括醫療或生活及各種選項的實際建議：一起蒐集並探討生產或流產等不同抉擇，以及可能需要的準備，也可以討論後續學業、工作或伴侶交往等議題。

請理解包容為什麼女兒 不願意或不早點跟家長說？

- **害怕家長的反應**：擔心家長生氣、失望或責罵自己。
- **不知所措**：面對未預期懷孕情況時，女兒可能感到困惑，不知道該怎麼處理。
- **缺乏信心**：不知道家長是否能理解或支持自己，因此選擇逃避。
- **設法自己處理**：先以自己方式或想法去處理，一時還沒想到可以找家長幫忙。

尊重女兒自主性， 一起討論做決定

使用「**我訊息**」開頭說話，較能溫和地表達關心，能減少指責壓力，讓女兒較願意放開表達想法，也讓女兒感受到被尊重和支持，學習思考如何承擔與自我負責。

例如：

我知道妳壓力很大，我想陪妳一起面對。

我擔心妳的未來，希望能一起找解決方法。

這是很困難的處境，我希望和妳一起找專家幫忙。

我跟女兒的意見不一樣時， 該如何溝通？

- **換位思考**：試著表達善意，想想孩子立場，較能以同理心緩和緊張氣氛，促進溝通意願。
例如：「我知道妳這麼想，是因為妳想自己努力解決問題。」

使用「**我訊息**」**表達善意**，提出具體建議，徵詢想法，展開更有建設性的對話。

- 例如：「我擔心這樣可能會對妳的未來產生很大的影響，所以才會建議妳也試著想想不同的可能性，但我聽到妳很生氣的要我多了解妳的想法，所以想提議妳和我可以心平氣和的說說自己的真心話。」

- **尋求資源**：如果雙方難以達成共識，可以一起尋求第三者或相關專業人員居中協助，找到更周全的解決方案。



女兒決定要接受人工流產， 一定要家長出面簽同意書嗎？

依據《優生保健法》第9條第2款規定，如果女兒未滿18歲，要施行人工流產前，必須取得法定代理人簽署同意後，醫療機構才能進行相關醫療處置，這是法律賦予家長的職責。應在能兼顧尊重女兒生育自主權的情形下，彼此討論取得雙方同意之共識後為之，以免危及女兒身心健康。



女兒懷孕的週數 已經超過24週了，該怎麼辦？

依據《優生保健法施行細則》第15條之規定，人工流產應於懷孕24週內施行。但屬於醫療行為者，不在此限。所以說如果懷孕超過24週，除非有醫療理由，否則無法進行人工流產的。

如果生下孩子， 接下來可以有哪些選項？

- **親自扶養：**生下孩子，自己扶養或與家人一起扶養。
- **出養或申請安置：**聯繫各縣市政府社會局（處），由社工評估安排。
 - (1) 透過法律程序辦理**出養：**經由法院裁定，將生父母的親權轉移給其他家庭。
 - (2) 申請安置：包括**寄養家庭**、**兒童及少年安置機構**、或親屬家庭代為扶養。



有什麼資源可以協助？

衛生福利部社會及家庭署：
未成年懷孕求助網站 &
全國未成年懷孕諮詢專線
0800-25-7085
(週一至週五9:00-18:00)



衛生福利部國民健康署
「人工流產諮詢參考指引」



臺灣醫療健康諮商心理學會
「人工流產諮詢專區」

