

第二集：雙職夫妻的壓力

現代夫妻承擔著上有高堂(可能是他們生病要照顧，或帶孫兒方式與我們不同)，旁有配偶(工作與家庭的壓力)，下有兒女(管教與學業的壓力)的三重壓力，讓他們的生活忙得團團轉，沒有喘氣的空間。

如何面對生活中的三重壓力，需要許多的調適，包括調校對孩子功課學業的期望，與親友輪流照顧患病的雙親，不要再一人獨攬，更重要的是夫妻同心努力面對之餘，還要刻意營造夫妻二人休閒生活的空間，讓繃緊的神經有機會鬆弛一下，這樣夫妻才能同心同行，齊心面對未來的挑戰。