

師長專欄

辛亥隨筆—— 女性司法官的生育、家庭和工作

法務部司法官學院導師 李明蓉

112年10月4日下午，我在對德國波昂大學 Matthias Herdegen 教授明天的到訪做最後的確認。大禮堂座位布置，check！電腦，check！餐敘座位擺設，check！餐點內容，check！名牌，check！演講簡報和與談簡報，check！談參資料，check！電視牆的歡迎畫面，check！拍照人員，check！接待人員，check！接送司機，check！禮品，check！看來一切已就緒。司法官學院的國際交流業務，是教務組導師負責的，當時的我懷孕8個多月，心理想著忙完明天這場國際交流活動後，就可以安心地請假待產，準備迎接寶寶的到來。

但，計畫趕不上變化。

112年10月5日凌晨，我在一陣異常難捱的腹痛中驚醒，當下我覺得不對

勁，立刻叫醒了睡夢中的老公，驅車前往醫院急診。原本想說應該是拿個安胎藥就可以回家休息了，沒想到我馬上就被收住院。猶記得當時我躺在病床上，趁著護理師還沒裝上點滴，雙手還能自由活動時，趕緊傳了訊息告知學院的師長們此事，並立即和教務組另一位導師交接 Matthias Herdegen 教授來訪的活動細節。約經過36小時後，我平安產下一對雙胞胎。

在被告知要撰寫司法新聲的「師長專欄」時，我就一直在思索該寫些什麼樣的內容與學員們分享。分發擔任檢察官迄今剛好滿10年，對司法官這份工作，固然有些自己的心得與淺見，但若說要談談生涯的心得，在已從業20年、30年、40年的前輩們面前，實在不敢班門弄斧；若說要給學員什麼諄諄



教誨，又深怕落於窠臼；若說要談一些新興的法律議題，又自嘆學養比不上學者，左思右想，最後決定分享個人的生活經驗。

懷孕、生子，對大部分的女性來說，是件平常的事；大部分的女性司法官，也都經歷過。那為什麼我要挑選這個主題呢？說來慚愧，我經歷了 4 年的求子生活、求助於 2 位醫師、取了 2 次卵、做了 5 次試管嬰兒療程，最後終於在第 5 次的嘗試下，成功懷上雙胞胎。這些是當年研究所剛畢業，甫踏入司法官訓練所（在我受訓的第 2 年，方改制為司法官學院），對司法實務工作充滿好奇與熱情的我，始料未及的。

近幾年，司法官班的平均受訓年齡，約是 27 至 28 歲，大多數的學員在經過二年的受訓、分發後，才會步入婚姻，不論我們用了多少逆齡抗衰老保養品、接受多少昂貴的醫美療程，身體年齡、卵子年齡是無法騙人的。此外，司法官的工作繁忙，眾所周知；閱卷、開庭、寫書類、值班、專案，日復一日。司法官的工作壓力沉重，亦是眾所周知；我們讀著每個卷宗背後的故事，以

人的思考，在替神做判斷。當我們埋首於工作、克盡職守，身體和心靈承卻受著比一般工作更複雜的事務、更龐大的壓力。在年齡和壓力的加成作用下，不論院、檢，都有女性司法官有著無法順利懷孕的困擾。

幸好，拜臺灣先進的生殖醫學所賜，從人工受孕到試管嬰兒，我們有各種選擇。林志玲 47 歲都能當媽媽了，還有什麼是不可能的呢？但事情似乎也沒有這麼簡單。

丹麥 Ebbesen 醫師的研究顯示¹，壓力大的女性，卵子數量較少，卵子受精率也偏低，受精卵著床力較差，植入後成功懷孕及活產機率都偏低；臺北市政府衛生局社區心理衛生中心在 110 年 9 月 10 日以專題文章探討「脆弱的力量不孕的壓力調適」²，將不孕的壓力逐項分類，並逐一討論因應的方式。由此可見，縱使有先進的醫療作為後盾，我們仍需要調整身心靈的壓力，學習在繁忙的法官、檢察官日常中平衡生活與工作，才能提高受孕的機率。

記得曾經跟多位學姊聊過關於不孕症、人工受孕、試管嬰兒的問題時，有

¹ 摘自：生殖新知，壓力影響試管嬰兒治療成功率。（生生不息生殖不孕專業醫療網）https://www.makebaby.com.tw/column_01_detail.asp?id=585

² 參閱：臺北市政府網站 https://mental-health.gov.taipei/News_Content.aspx?n=86A3B395809141F6&sms=A0E9DDCD8058991D&s=135885679D020EDC

一位學姊是跟我這麼說的：懷孕這件事，你要放輕鬆，你不能太努力，你愈努力就愈無法懷孕。當時我聽到這番話，真是大吃一驚，但仔細想想，還真有道理！大部分的司法官，都是考場上的常勝軍，在我們努力通過各種考驗的過程中，我們一步一步往自己的人生目標邁進，與此同時，我們卻也常常給予自己大小不等的壓力。當壓力增加、過度焦慮、過度緊張時，身體會認為我們處於困難及危險狀態，交感神經就會支配人體自動進入備戰模式，當我們的身體用盡全力在讓自己「活下去」時，又怎麼有餘力可以孕育新的生命呢？

我在受孕成功後，曾和多位朋友談論試管療程成功率這件事，撇除那些因為疾病或身體因素使受孕難度增加的個案，我自己初淺地歸納出成功受孕的二大類型：第一種是第一次進行試管療程就成功的案例，第二種是經歷過無數次失敗收場的試管療程，在幾乎已經放棄希望的情況下，突然成功受孕甚至自然懷孕。在我看來，這二種極端的類型佔了大多數，如果不是在一開始就能調適好壓力，很多人的經驗都是在放棄了，沒有壓力了，才成功受孕的。

談到壓力調適，很自然地會連結到如何平衡個人/家庭生活與司法工作的老問題上，這一直以來是個大哉問，每一期的學員都會以類似的問題求教於師

長們，很抱歉我無法提供什麼新穎有效的解決方法，我能說的也都是大家都知道的老生常談。我只想讓正在閱讀此篇文章的學員知道，若干年後，如果你也遇到了想懷孕卻無法順利懷孕的困擾，請你一定要放下繁忙工作及個案帶給你的壓力，做適度工作及心態上的調整，避免讓自己陷入無法全心全力辦案、也無法放鬆備孕的焦慮循環中。

要談論女性法官的生育、家庭和工作，談個十年也談不完；流產、臥床安胎、不孕、小孩幼稚園、國小、國中、高中、大學畢業，箇中故事，喜淚參半。好在，我們互相扶持著，長官們也大都體諒。我是這麼跟我帶過的學習司法官說的：如果你人生有懷孕生子的計畫，還是要趁早，畢竟，生育年齡是很現實的問題，司法工作已經充滿挑戰了，如果可以替自己減少一份壓力，也是件好事。這裡不帶有任何對性別的偏見和刻板印象，我依然鼓勵學員們趁年輕追求自己的夢想，我依然同意在經濟穩定、心靈成熟時，更適合為人父母，但如果時光可以倒流，我會把生育年齡的時間因素，放入我人生的規劃中。

我一直相信，人生的各種挑戰與考驗，都帶有正面意義。曾有喜獲雙胞胎的主任是這麼比喻的：「育兒如同一個月一口氣分了兩個月的案件，還好有以往檢察官職務的磨練，已練就可以臨危



不亂同時處理各種挑戰。」在我看來，育兒不僅僅是一個月一口氣分了兩個月的案件，育兒是一個月一口氣分了二個月需要「即分即結」的案件，孩子的事情沒有什麼是可以擺著慢慢處理的。回首過往，走過了這一段艱難的求子路程，現在的我除了更懂得調整身心、紓解壓力外，也成為了一個更柔軟的檢察官。我想，這些都是老天爺想教導我的

吧。甫當媽媽的我還在新的家庭模式與工作間尋求平衡，但面對各種挑戰，我已漸漸懂得泰然處之。

司法界不乏傑出優秀的前輩，他們充滿自信，在家庭和工作間取得身心平衡，在工作崗位上兢兢業業，並教育出優秀的下一代。我以此自勉，也期勉學員們能在漫長的司法道路上，找到屬於自己的平衡點。