

國立政治大學輔導與諮商碩士學位學程

碩士論文

成年初顯期子女知覺父母教養方式、自我分化程度

與親職化情形之關聯性研究

The Association Among Parenting Style,
Self Differentiation and Parentification
in Emerging Adulthood.

指導教授：傅如馨 博士

研究生：李欣樺 撰

中華民國 109 年 7 月

誌謝辭

回首這三年的碩士生活，我在懵懵懂懂與許多碰撞之間長大，那些有論文件隨的生活點滴，無論是甜蜜、孤獨或是辛苦，至今都仍歷歷在目。而要不是有那麼多愛我的人在碩士這三年給我的幫助與支持，我無法走到這一步。

感謝我的指導教授如馨老師，在任何時候都給予我最支持性的微笑與話語，也能理解我遇到的種種困難，讓我自由地做自己，給我很大的選擇空間，做自己想做的事。感謝您能夠一遍遍的閱讀完我這一份這麼多頁的論文、也頂著大熱天到我的實習機構參訪，最期待每周五的 meeting 時間了，因為都是拖著實習一週後的疲憊身軀，回學校獲得充電的能量，真的很幸運可以讓您當我的指導教授，讓我在這三年裡在愛之中長大。

感謝我的論文口試委員，修慧蘭老師與王鵬智老師，印象深刻於口試當天慧蘭老師將我的論文文本要討論的部分都摺起來，感謝慧蘭老師很用心且仔細的看待這份論文，並給予我許多實用且可以學習更多知識的建議。感謝鵬智老師從我大學在臨床心理系時就教導我關於研究的大小事，參與鵬智老師的lab一直是我大學時期很難忘的時光，謝謝老師在口試那天的溫暖與關心，讓我更加相信師生情誼，不會止於這份論文的結束。

感謝我的伴侶奎元，這三年裡在任何我有需要的時候，都盡全力的給予你能給我的，不論是精神上又或者是經濟上的支持，謝謝你在我碩二想要休學的時候，陪我討論各個選擇與給我一個後盾，讓我知道所有我擔心的事，都不會只是我一個人在面對，也讓我學習甚麼是依賴他人與被依賴，有你真好。

感謝輔諮碩的朋友們，好璇跟傑銘在我寫論文的過程中，給予我許多的支持與幫助，口試當天也是因為有你們的陪伴，才能夠如此順利的完成。好璇與我的飲酒時光、傑銘與我一起同儕督導、修EFT課程以及本身的人格特質，都讓我好喜歡你們也很感謝這三年一直有你們倆在身邊。感謝品好在碩一時當我的媽媽，

不然我學費都不記得繳，也感謝鄧宏宇的幼稚愛鬧，為我在政大與北醫實習時的日子增添許多歡笑。感謝蕭群諭對於青少年族群的投入，讓我一再感染到你對於助人的熱忱，也是你讓我這三年的長胖之路，一點也不孤單。

在撰寫論文的過程中，尤其要感謝國北諮商所的孔祥宇，在實習的百忙之中願意主動教我整理data，協助我資料分析，並幫助我解決很多在論文上遇到的困難。在進入研究所前，你給過我的幫助，就已不計其數，且你是那麼的不求回報，出自於想要且樂意的幫助我，讓我受寵若驚。跟你一起在讀書會拚這極低錄取率研究所的時光，是我這三年來仍時常在緬懷的日子，那時的認真向前以及不畏困難，更是我這三年持續走下去的動力，而那樣的心態，也是因為有你，才得以建立起來。謝謝你帶來的一切，也謝謝同一個補習班的緣分，讓我認識你這麼一個有影響力的人。

感謝實習單位的老師們，在我邊實習邊寫論文覺得很累的時候，不停的同理我、讓我討安慰，並且鼓勵我：「能夠完成論文就一口氣完成吧！」；個別督導雨霖老師的一句話也讓我印象深刻：「寫論文花最久的時間其實是在抗拒」，所以每當我抗拒的時候，想到你們，就又有動力面對論文了！謝謝有妳們陪我度過最後一段最難熬的日子。

感謝我在實習時遇到的學生們，你們的故事為我的人生帶來很多不一樣的色彩、想法，那些共鳴與漣漪仍在我的心裡迴盪，在寫論文的過程中時常想起那些能夠陪伴你們的日子，是彌足珍貴的一段回憶。

最後，感謝我的家人，奶奶、父親、母親，以及姑姑們，奶奶今年的離開，開啟我一定要在今年把論文寫完的鬥志，而我的如願完成，也是想送給她的一份禮物；感謝爸爸總是聽我說我的想法、感受，並以理解我的態度跟我談天說地，很幸福有這樣甚麼都能聊的爸爸；感謝我的媽媽，在我實習的每一天都為我做午餐，讓我在辛苦的實習生活中，每日都能感受到很溫暖與小確幸；感謝我的姑姑

們，給予我許多的支持，在我擔心害怕的時候告訴我有妳們在，讓我得以繼續前行，是因為有我的家人們的陪伴，我才能夠走到這一步，謝謝有你們。

論文的結束，意味著在政大的碩士生活也即將結束了，離開了學生的身分，雖然會有不捨以及對未來感到有些忐忑，但也即將迎來下一個階段的開始，這三年我所獲得的一切人事物，都將成為我的養分，滋養著我向前，感謝自己這三年來的努力與堅持不懈，期許自己往後的人生，也能夠當一個美好的人、真誠待人，並能朝向自己的理想生活邁進。

欣樺 謹誌

2020.07.12



成年初顯期子女知覺之父母教養方式、自我分化程度 與親職化情形之關聯性研究

中文摘要

本研究旨在瞭解成年初顯期子女知覺之父母教養方式、自我分化程度與親職化情形之關聯性，研究工具包含「父母教養方式量表」、「自我分化量表」與「親職化量表」，以網路問卷蒐集 425 份 18~25 歲個體為研究樣本，將調查所得資料以描述統計、 t 考驗、皮爾森積差相關分析、ANOVA 單因子變異數分析、階層式線性迴歸分析之統計方法進行資料的分析。本研究之主要發現如下：

一、成年初顯期子女知覺到最多的父母教養方式類型為忽視冷漠教養類型，其次是民主威信教養類型；父親與母親之要求層面均高於回應層面。

二、子女之自我分化程度約為略低於中等之程度，在各分層面上，「我位置」略高於中等之程度，「情緒化反應」、「情緒截斷」以及「與他人融合」的情形皆多於中等之程度。

三、子女之親職化情形為低於中等之程度。在各分層面中，最多的為「情感性照顧」分層面。

四、不同性別之成年初顯期子女在自我分化上具有顯著差異，生理男性之自我分化程度顯著高於生理女性之自我分化程度。

五、成年初顯期子女知覺之「父母教養方式」、「親職化整體以及部分分層面」、以及「自我分化整體以及部分分層面」兩兩之間皆具有顯著相關存在。

六、自我分化在父母教養方式與親職化的關係中具部分中介效果。

最後，根據以上研究結果，本研究提出對成年初顯期子女、父母、諮商實務相關工作者及未來研究之建議，以供參考。

關鍵詞：成年初顯期、父母教養方式、自我分化、親職化

The association among parenting style, self differentiation and parentification among emerging adulthood

Abstract

The purpose of this study was to investigate the association among the parenting style, self differentiation and parentification in emerging adulthood. The measurements applied in this study included the Parenting Style Scale, the Differentiation of Self Inventory and the Parentification Scale. Researcher recruited 425 individuals aged 18 to 25 as the research sample by using the internet questionnaire.

The obtained data were analyzed by descriptive statistics, t-test, one-way ANOVA, Pearson product correlation analysis, and hierarchical regression analysis.

The main findings of this study were as followings:

1. Most of the emerging adults perceived their parents using the neglecting parenting style with them, while the second most adopted style by parents was the authoritative parenting style. In terms of levels of parenting style, the level of demanding was higher than the level of responding. Mothers' demanding and responding were more than fathers'.

2. The self differentiation degree of emerging adults was average toward negative.

The _I-position was average toward positive. The emotional reactivity, emotional cutoff, fusion with others were more than average.

3. The parentification degree of emerging adults was average toward negative.

Among the various levels of the parentification, the emotional caregiving were average toward positive, perceived unfairness was average toward negative. The most the emerging adults gave their parents were the emotional caregiving.

4. Males and females were statistically significant in terms of levels of self differentiation. Males' self differentiation were significantly higher than females' self differentiation. Among the various levels of self differentiation, different genders have no significant differences in terms of emotional cutoff. Other levels include: emotional reactivity and fusion with others, males are significantly less than the females. Males' I-position were significantly higher than females'.

5. There were significant correlations between parenting style and self differentiation, parenting style and parentification, self differentiation and parentification.

6. Some parenting styles have a significant impact on parentification.

7. Fathers' demand, mothers' demand and self differentiation could effectively predict parentification. Self differentiation had partial mediation between parenting style and parentification.

According to the findings above, this study provided some suggestions for emerging adults, counselors, parents and the future researchers.

Key words: Emerging adulthood, Parenting style, Self differentiation, Parentification

目錄

表目錄.....	10
圖目錄.....	12
第一章 緒論	13
第一節 研究動機與目的.....	13
第二節 研究問題與研究假設.....	19
第三節 名詞釋義	21
第二章 文獻探討	23
第一節 父母教養方式意涵與相關研究.....	23
第二節 自我分化意涵與相關研究.....	34
第三節 親職化意涵與相關研究.....	49
第四節 父母教養方式、自我分化與親職化相關研究.....	66
第五節 成年初顯期意涵與相關研究.....	71
第三章 研究方法	77
第一節 研究架構	77
第二節 研究對象與抽樣方法	78
第三節 研究工具	79
第四節 資料處理及統計分析	85
第五節 研究程序	86
第四章 研究結果	87
第一節 描述性統計	87
第二節 不同背景變項的成年初顯期子女在父母教養方式、自我分化以及親職化上之差異情形.....	92
第三節 父母教養方式、自我分化程度及親職化之相關情形	99
第四節 成年初顯期子女知覺之父母教養方式類型對親職化的影響	103
第五節 檢驗自我分化在父母教養方式與親職化之間之中介效果	106
第五章 討論	112
第一節 成年初顯期子女知覺之父母教養方式、自我分化與親職化之概況探討	112
第二節 不同性別在自我分化上之差異探討	116
第三節 探討父母教養方式、自我分化程度及親職化之相關情形	118

第四節 探討成年初顯期子女知覺之父母教養方式類型對親職化的影響	127
第五節 探討自我分化在父母教養方式與親職化之間之中介效果	129
第六章 結論與建議	131
第一節 結論	131
第二節 研究限制與建議	135
第三節 實務貢獻與建議	138
參考文獻.....	144
附 錄.....	158
附錄一 基本資料表	158
附錄二 父母教養方式量表	159
附錄三 自我分化量表	163
附錄四 親職化量表	165
附錄五 父母教養方式量表使用同意書	167
附錄六 自我分化量表使用同意書	168
附錄七 親職化量表使用同意書	169



表目錄

表 1 單向度(single-dimension)的父母教養方式之分類	26
表 2 雙向度(double-dimension)的父母教養方式之分類類型	27
表 3 多向度(multi-dimension)的父母教養方式之分類類型	29
表 4 Maccoby & Martin 以雙向度區分的父母教養類型	31
表 5 不同教養類型中，父母行為表現的特徵.....	31
表 6 自我分化程度比較表.....	46
表 7 有效樣本在年齡、性別與家庭結構之次數分配與百分比統計表.....	88
表 8 父母教養層面得分概況統計.....	89
表 9 父母教養方式各類型現況分析.....	89
表 10 自我分化各分量表與全量表之平均數、標準差、單題平均數與單題標準差.....	90
表 11 親職化各分量表與全量表之平均數、標準差、單題平均數與單題標準差	91
表 12 不同性別之成年初顯期子女知覺其父母教養方式各層面 t 考驗分析摘要表.....	92
表 13 不同家庭結構之成年初顯期子女在父母教養方式各層面之平均數與標準差統計表.....	93
表 14 不同家庭結構之成年初顯期子女在父母教養方式各層面之變異數分析摘要表.....	93
表 15 不同性別子女在自我分化程度各分層面與整體層面之 t 考驗分析摘要表.....	94
表 16 不同家庭結構之子女在自我分化各分層面與整體層面上之平均數與標準差統計表.....	95
表 17 不同家庭結構之子女在自我分化各分層面與整體層面上之變異數分析摘要表.....	95
表 18 不同性別之子女在親職化各分層面與整體層面上之 t 考驗分析摘要表	97
表 19 不同家庭結構之子女在親職化各分層面與整體層面上之平均數與標準差統計表.....	97
表 20 不同家庭結構之子女在親職化各分層面與整體層面上之變異數分析摘要表.....	98
表 21 父母教養方式層面與自我分化各分層面與整體層面之相關情形.....	99
表 22 父母教養方式層面與親職化各分層面與整體層面之相關情形.....	100
表 23 自我分化各分層面與親職化各分層面之相關情形.....	101

表 24 子女知覺父親不同教養類型在親職化上之平均數與標準差統計表.....	103
表 25 子女知覺父親不同教養類型在親職化上之變異數分析與事後比較摘要表	103
表 26 子女知覺母親不同教養類型在親職化上之平均數與標準差統計表.....	105
表 27 子女知覺母親不同教養類型在親職化上之變異數分析與事後比較摘要表	105
表 28 父親要求與自我分化對親職化之迴歸分析共線性診斷結果.....	108
表 29 父親要求與自我分化對親職化之迴歸分析摘要表.....	108
表 30 母親要求與自我分化對親職化之迴歸分析共線性診斷結果.....	110
表 31 母親要求與自我分化對親職化之迴歸分析摘要表.....	111



圖 目 錄

圖 1 研究架構圖	77
-----------------	----



第一章 緒論

本研究旨在探討成年初顯期之子女知覺父母教養方式、自我分化程度與親職化情形之關聯性，欲透過問卷調查的方式，瞭解成年初顯期子女知覺之父母教養方式、自我分化程度與親職化情形三者間的關係，並欲探討自我分化在父母教養方式與親職化之間是否具有中介效果。以下將分別論述本研究之研究動機、研究目的與研究問題，並界定與本研究相關之名詞解釋。

第一節 研究動機與目的

壹、研究動機

第一次聽到「親職化」(parentification) 這個專有名詞是在準備諮商研究所考試的時候，那時對「親職化」雖然僅是有概念，但卻深深觸動到我的成長經驗，知覺到這個詞在某種程度上與我有密不可分的關係，也正影響著現在這個階段的我。後來碩一在人際歷程取向治療的書中，我看到裡面寫著：「許多治療師，以及進入助人專業的其他角色，諸如護士或神職人員，過去都是『親職化』(parentified) 的孩子，在這種親子角色被反轉的情境中，他們會替父母填補照顧者的角色。」(吳麗娟、蔡秀玲、杜淑芬、方格正、鄧文章，2017)，這段話讓我對於自己是如何想要成為一名心理師有更深入的思考，現在的我正走在這條路上，偶爾會感到迷茫與困惑，但這樣的迷惘，也讓我更瞭解原生家庭中的經驗是如何慢慢的型塑出現在的自己，我漸漸接受親職化現象對我的影響，也讓我看見自己在追求獨立自主的未來生活時，同時也面臨著需要承擔家庭責任之間的矛盾與掙扎，這是我想做這個研究的原因之一，我期盼閱讀這份研究的人也可以

理解與看見家庭、自我分化以及親職化這三者之間是如何影響著個體，而在個人的能力所及與心理諮詢的實務上，期待能有實務上的貢獻。

在功能運作較佳的家庭裡，成年初顯期子女在離家自立的過程中，會找到家庭的支持與引導，並且，在此同時，仍然可以繼續與家庭維持緊密的關係與連結，這時個體的分離自主(separateness)與親密連結(relatedness)達到一平衡的狀態，即是一個人的自我分化能力(self differentiation)，而在不同家庭中，這個平衡能力是有許多差異性的，若是親職化的子女，則會難以達到此平衡，因為子女在成長過程中需要不斷設法滿足父母的需求，而非滿足自己在當時那個年齡的需求（吳麗娟、蔡秀玲、杜淑芬、方格正、鄧文章，2017），犧牲自己來完整家庭內的穩定，卻在自我的內在狀態上失去了自主性。這也讓我不禁思考，父母教養方式(pantning style)是否對子女的親職化情形(parentification)具有影響？

在過去的研究中，可以看到父母教養方式對子女的親職化會產生一定程度的影響，像是吳麗娟等人（2017）曾提到在父母教養類型中，專制權威型父母（高父母要求、低父母回應）的子女大多是服從負責，但較易沒有安全感；民主威信型父母（高要求、高回應）的子女則多是健康、有良好適應的；至於縱容型父母（低要求、低回應）與子女因像是朋友、知己的關係，沒有清楚的代間界限，容易形成親職化的子女。因為當孩子需要父母的指引或幫助時，父母因為不能勝任其職責，而子女為了和此教養方式之父母相處，會以親職化的方式來接近父母，並承擔起父母的角色，在父母對自身付出的感激中獲得愛與關注；然而，這樣有條件的愛是建立在孩子覺得他要能夠協助父母，才會被關愛的基礎上。這樣「盲目的」愛會抑制子女的成長，讓他們無法發展安全依附、自我肯定，也無法跟父母分化，成功地脫離家庭，建立起具有自主性的生活（Teyber, 2011）。從以上的陳述，可以看到親職化與自我分化的關聯性，親職化現象使子女難以獨立自

主，並且會在家中當一位「拯救者」，來獲得父母的肯定，以此能在這個家中被重視且感到被需要，久而久之，子女會將許多無法負荷之責任認為是自身的一部分，在渴望獨立自主時感受到巨大的壓力。研究者在整理這些文獻的同時，也在重新審視自身的過去經驗，因此也相當期盼此篇研究能讓讀者們更瞭解自己的過去如何影響現在，尤其是原生家庭帶來的影響，看見自己一生中是否不斷在承載著許多責任，這些責任可能有大有小、有輕有重，有時可能重到讓人難以承擔，有時卻是甜蜜的負荷，尤其在華人文化下成長的我們，孝道是極受重視的文化傳統之一，從小我們被教導聽話不頂嘴才是乖孩子、體貼孝敬父母才是好的表現，以及新聞媒體的相關報導常常出現「不孝子」等等之信念，皆可以看到華人文化對於孝順之重視，這也就不難理解，在華人文化中，親職化行為常被視為是「孝道行為」的表現，子女表現出越多孝道行為，則越顯其孝，而若自己就是親職化子女，我們該如何做，來降低親職化對自身帶來的負面影響？在閱讀文獻時發現，親職化的對立面常常是「獨立、自主與個體化」的概念，而這個概念即是Bowen(1988)提出的「自我分化能力」，因此本研究欲以「自我分化」為中介變項，也是期待在看到父母教養方式對親職化的影響後，可透過自我分化的中介效果來降低此影響，並能轉化與昇華親職化所帶來的成長經驗，像是成熟與獨立，體貼與有想法等等，成為自己人生中之重要養分。

「親職化」在本篇研究中也並非是一個全有全無的概念，而是一個向度，適當的親職化可增進個體的照顧功能(Earley & Cushway,2002)，有些研究者指出親職化的正向功能在於子女可以避免父母情緒上的耗竭(Boszormenyi-Nagy & Spark, 1973)，若適當的親職化能讓子女多為父母分擔一些壓力，而子女在這些事務中也認為這是必要且感覺被支持的話，子女對於被期待去負擔更多事務的經驗與感受就較會是正向的(Goodnow, 1988)；過度的親職化，則較多是負面的影

響。Jurkovic(1997)提出當父母對子女的要求已經超過子女能力、甚至損害子女的生存與忽略子女發展上的適當需要時，親職化行為反而會對子女身心健康發展有負面之影響，楊佳穎（2008）則是認為子女親職化與心理適應之間呈現的不一定是直線關係，而是倒 U 型的關係，也就是說適度的親職化是有益的，然過量時就會是有害的。綜合上述研究，此篇研究並非是要視親職化為全然負面之情形，因為親職化對許多子女而言，仍有其適應性意義，而是期望能更清楚瞭解此親職化現象與父母教養方式，以及與自我分化間之關係，並期待若提高個體之自我分化程度，是否能降低父母教養方式對子女親職化的影響，若此假設成立，則意味著，我們可以透過個人的努力，來保有親職化之適應性功能，同時也能降低破壞性親職化帶來之負面影響。

本研究以「成年初顯期」（Emerging Adulthood）的個體作為研究對象，成年初顯期一詞是由 Arnett (2000) 提出，因那時全球化經濟的成長，帶動工業化以及後工業化國家的興起，引發大環境的改變，包含：平均教育水準提高、結婚生子的年齡層延後等，使得人們在青少年時期（10-18歲）以後，又經歷了「成年初顯期」的自我探索階段，才進入成年期的發展階段，而 Arnett (2000) 也進一步強調，只有在允許個人長時間探索的文化中才會出現此一時期。

成年初顯期指的是 18-25 歲的個體，王浩威（2013）認為此時期的個體已經離開了兒童和青少年階段的依賴，卻還不需要全然的承受成年期的社會角色責任，因而在愛情關係、工作和世界觀上，發展出許多可能。此時期產生的原因，可推估為此世代的人們因受教育時間延長、結婚年齡延後的影響，使他們有一段獨自的空間與時間可以探索自我，他們在此階段將嘗試脫離家庭、學習獨立，同時也能夠在需要時適時的依賴他人與尋求協柱，也因個人的心理變化，與家庭的互動方式將產生轉變，透過探索親密關係、工作與世界觀等等，逐步建立起自我

認同，瞭解「我是一個什麼樣的人」（Arnett, 2000），研究者認為，這是一個子女開始將精力更多時候投入在「我想要什麼」，而非遵循師長的「應該做什麼與成為什麼」的階段，子女開始更深入的思考自己的需求，有可能會經歷一番掙扎與矛盾，因為「想要」並非總是與「應該」相同，也有可能會更喜歡達到父母期待的成就感，勝於需要長期忍受不符合父母期待之感受，不論如何，子女在此發展階段有比起青少年時期更多的機會為自己的未來做出選擇，並為這些選擇負責。

而吳麗娟等人（2017）認為此階段之子女，一方面要面對社會文化期待、為父母承擔責任，另一方面，也得面對自己正在邁向成年人的過程，追求個人興趣與需求，以家庭生命週期（family life cycle）而言，此階段為子女「離家」的階段，其主要任務是成功與原生家庭分離，而不須以情緒切斷或採用其他情緒逃避的方式。而若是過度親職化之子女，則會把家人需求置於自身需求之上，當想要離家時，心理會存在著許多掙扎與罪惡感，子女可能會因為無法貼近的照顧家人而感到愧疚、無法負擔家中的勞務而感到自責，甚至父母也會視離家的子女為自私的，或是不孝順的，而父母如何看待子女，已是親職化子女在成長過程中相當習慣去看重的事情；在與同儕相處之間，親職化子女會因成熟、能幹、貼心的特質而受到同儕的歡迎，然而卻也會因為不知如何拒絕他人、無法設定界限、以及對於滿足自己的需求感到罪惡，覺得沮喪且疲累。因此，親職化子女要面對的壓力與必須調適的層面，也比一般子女來的繁重（惠風，1995；Teyber，2011）。成年初顯期階段之子女處於自我認同探索的時期（the age of identity exploration）（Arnett, 2006），更是適合探討父母教養方式、自我分化程度以及親職化情形的研究對象。此外，也是因為國內目前對於親職化與自我分化的相關實徵研究，多以高中、高職之學生為研究對象，以此階段之子女作為研究對象的這類研究並不多

見，故期盼本研究能為後續相關研究、相關實務工作者以及讀者們帶來正向的影響。

貳、研究目的

研究者參考國內外相關文獻，擬深入探究子女知覺父母教養方式的現況，以及了解父母教養方式與子女親職化、子女自我分化與親職化之間的具體關係與所意味之內涵，並且試圖瞭解子女的自我分化能力在父母教養方式與親職化之間是否具有中介效果。

因此本論文目的可歸納出下列幾點：

- 一、透過問卷調查成年初顯期之子女，瞭解其知覺之父母教養方式、自我分化程度與親職化情形的現況為何。
- 二、瞭解子女知覺父母教養方式、自我分化程度與親職化情形的相關性。
- 三、探索子女之自我分化程度在父母教養方式與親職化之間，是否具有中介效果。

研究者期盼根據研究結果提出建議，希望透過此篇研究的發現與探討，提升父母教養方式、自我分化與親職化之重要性，作為未來心理諮商實務工作上（包含親職教育、家族治療、個別治療等等）之參考，促進良好的自我分化能力與正視破壞性親職化為子女帶來之負面影響。

第二節 研究問題與研究假設

壹、研究問題

根據前述研究動機與研究目的，本研究所探討之研究問題如下：

- 一、成年初顯期子女知覺父母教養方式、自我分化與親職化之現況為何？
- 二、探討成年初顯期子女知覺之父母教養方式、自我分化與親職化是否具有顯著相關？
- 三、探討不同類型之父母教養方式對子女親職化情形是否具有影響？
- 四、探討子女之自我分化在父母教養方式與親職化之間是否具有中介效果？

貳、研究假設

為瞭解以上問題，本研究提出下列假設：

假設一：成年初顯期子女之父母教養方式、自我分化程度與親職化具有顯著的積差相關存在。

假設二：成年初顯期子女知覺之不同父母教養方式類型對其親職化情形具有顯著影響。

假設三：成年初顯期子女之自我分化程度在父母教養方式與親職化之間具有中介效果。

(一) 在控制背景變項後，父母教養方式對親職化具有顯著預測力。

(二) 在控制背景變項後，父母教養方式對自我分化具有顯著預測力。

(三) 在控制背景變項後，自我分化對親職化具有顯著預測力。

(四) 在控制背景變項後，父母教養方式與自我分化對親職化的迴歸模式中，
自我分化對親職化具有顯著影響，並且因為自我分化的加入後，父母教養方
式對親職化的影響降低，甚至變為不顯著的情況。
若以上（一）～（四）項皆顯著，則假設三成立。



第三節 名詞釋義

為了讓本研究所使用之變項與名詞更加明確，茲將本研究所使用之重要變項與名詞分別界定如下：

壹、成年初顯期(Emerging adulthood)

根據 Arnett(2000) 的定義，成年初顯期(emerging adulthood)指的是在現代社會中，已經脫離青少年階段但又尚未正式進入成年期的年輕人，年齡大約介在 18~25 歲之間。在本研究中以處在成年初顯期的子女為研究對象，指的即是年齡介在 18~24 歲的族群，包含大學生、研究生、已就業者與待業者。

貳、子女知覺父母教養方式(Perceived Parenting style)

指父母親透過直接（教導）或間接（以身作則）的方式教養子女日常生活作息及行為表現的社會化過程中，所採取的態度與行為策略，而子女會透過此與父母間的互動歷程，知覺到父母本身的信念、態度、價值觀與情感，進而影響自身之成長歷程。

本研究根據 Maccoby 和 Martin (1983) 提出的雙向度分類法，以「回應」(response) 和「要求」(demand) 兩向度為父母教養方式分類，分成四種教養方式類型，分別為開明權威（高回應高要求）、寬鬆放任（高回應低要求）、專制權威（低回應高要求）、忽略冷漠（低回應低要求），並使用由李雪禎 (1996) 以此理論所修編之子女知覺父母教養方式量表作為研究工具。

參、自我分化(Self differentiation)

自我分化是指個體能夠從原生家庭的情緒依附和焦慮投射中區隔出自己，而不會切斷有意義關係的歷程（Bowen, 1985）；在內在心理的層次上，能夠區分情感與理智功能，自我分化良好的人有能力平衡自己的思考及感情，能夠擁有強烈的情緒和自發性，卻也同時具有自制力以及對抗情緒衝動的能力（劉瓊英譯，2011）；而在關係中，個體能適切地體驗親密與自主，不需過份黏著以獲取安全感。

本研究以詹寓婷於 2011 年修編的「自我分化量表」來測得個體的自我分化的程度。此量表為依據 Bowen (1978) 提出之自我分概念所編譯，並適合華人地區使用，包含五個分量表，分別為情緒化反應、情緒截斷、與他人融合以及我立場。量表總分愈高，代表個體之自我分化程度越好。

肆、親職化 (Parentification)

親職化是指在家庭互動模式中，子女承擔了父母原先應有的角色與責任，對家人施以情緒性與工具性的照顧，並且長期固著於此角色之中，因長期犧牲自身被照顧的需求，而感到不公平的情形，此破壞性的親職化會為子女帶來負面影響。

本研究以謝詰瑋（2009）修改石芳萌（2007）所編製之「親職化量表」來測得子女親職化的程度。此量表為根據 Jurkovic 與 Thirkield (1999) 提出之親職化概念所編製，包含三個分量表，分別是功能性照顧、情緒性照顧以及不公平性。量表總分越高，代表個體之親職化程度越高。

第二章 文獻探討

本章分為五個部分，第一節為父母教養方式意涵與相關研究，第二節為自我分化意涵與相關研究，第三節為親職化意涵與相關研究，第四節為父母教養方式、自我分化與親職化之相關研究，第五節為成年初顯期意涵與相關研究。

第一節 父母教養方式意涵與相關研究

壹、父母教養方式的定義與內涵

家庭是每個人出生後第一個接觸的場所，也是接受社會化的第一個場所，無論社會如何變遷，家庭結構如何改變，家庭都是個體成長的基礎，其所扮演的社會化功能亦是無可取代的。父母會在潛移默化中塑造幼兒的人格與行為，而教養方式即是塑造的媒介。父母透過對子女的教養，逐漸完成家庭的社會化功能（林婉玲，2008）。子女必須從家庭中學習如何獨立自主，以能面對生活周遭的種種挑戰，而父母正是子女接觸最多、最頻繁的人，也是子女的「重要他人(significant others)」(Sullivan, 1953)。在個體發展的歷程中，父母教養方式不僅塑造了子女的性格，建立了子女的行為模式，也影響了子女的生活適應(蔡玉瑟，1996)。

Bowlby(1977)指出原生家庭中父母在與子女互動上的反應程度、接納、拒絕、矛盾的教養行為，會形成子女的內在運作模式，對於個體性格發展有重要之影響。是以，若父母能以積極的教養方式對待子女，則有助子女建立明確的自我觀念，形成自我悅納的態度，而獲致良好的心理適應；消極的教養方式則可能使子女遭遇挫折與衝突，形成自暴自棄或敵對反抗的心理，而導致行為上的不良適應(Ausubel & Sullivan, 1970; Becker, 1964; Munsinger, 1975)。由此可見，父母的教養方式對子女的身心發展影響甚鉅。

不同的專家學者在父母教養方面所關注的焦點不同，使用的定義亦有些許差異，如「教養方式」、「教養態度」、「教養行為」、「管教方式」、「管教態度」等等，但其內涵與所代表的意義卻大致相同（譚子文與董旭英，2010），都包含了認知層次、行為層次和態度層次；楊國樞（1989）認為父母教養方式應同時包含管教態度與管教行為，其中管教態度是指父母訓練或教養或教養子女方面所持有的認知、情感及行為意圖；管教行為則是指父母在訓練或教養子女方面的實際作法；而郭芳君（2003）亦認為父母教養子女的方式，包括其信念、情感等態度層面，與實際行動的行為層面。故就名詞分析而言，「教養」一詞比「管教」一詞的涵義更廣泛，而「教養方式」一詞又比「教養態度」一詞涵蓋的層面更多，因此，本研究之名詞採用子女所知覺的「父母教養方式」。

在定義部分，吳金香（1979）認為父母教養方式意指父母教養子女時，父母所表現的態度、情感、信念及所顯示的基本特徵及在行為上；宋根瑜（1980）認為父母教養方式是父母在教養子女時，對子女在情感上、權威性權威性、支配性以及期待方面所持的積極或消極態度及作為；王鍾和（1993）認為這是父母所採用之教養子女生活作息及行為表現的策略；黃德祥（1997）認為父母教養方式指父母對於生養、教育、訓練、管教子女所組成的思想觀念、目標、價值及行為模式；彭偉峰（2004）認為父母教養方式是指父母依其認知、價值觀價值觀對子女的管教而被其子女知覺到的方式；鄭雅婷（2007）認為教養方式是指主要照顧者在教導或約束子女時，所表現出來的行為和態度或使用之策略；賴婉甄（2008）綜合許多學者的看法，指出父母教養方式不只是父母單向的態度或行為，而是子女知覺到父母教養子女時的其擁有的認知、情感與行為。

綜合眾多研究可看到，父母教養方式均會涉及到如下幾個內容（陳惠文，2005；楊瑛慧，2006；鄭雅婷，2007；Darling & Steinberg, 1993）：

一、為父母對待子女的態度、行為與信念。

二、父母的價值與態度會透過親子互動行為及方式來影響子女之行為、價值與態度。

三、可視為父母用以社會化及控制其子女的策略行為。

由此可知，父母教養方式不單純只是積極或消極-如此一體兩面的方式而已，還有包含其與孩子的互動、態度背後的信念、價值觀與行為。

國外學者 Baumrind(1991)認為父母教養方式是指父母協助子女正常社會化的過程；Sears, Maccoby, & Levin(1957)認為父母教養方式，在本質上是一種親子間的交互作用，包括父母的態度、價值、興趣、信念、照顧和訓練等行為；Maccoby 和 Martin(1983)則認為父母教養方式的內涵，包含回應及要求兩個要素。回應（包含父母的溫暖及支持）意指父母給予子女支持、滿足子女的需求，養育子女長大成人並教導子女能夠自我管理；要求（包含行為的控制）意指父母要求子女能夠遵從家庭規範、遵守社會紀律，而不致於變壞。

參酌以上學者之觀點，本研究將「子女知覺父母教養方式」定義為：父母親透過直接（教導）或間接（以身作則）的方式教養子女日常生活作息及行為表現的社會化過程中，所採取的態度與行為策略，而子女會透過此與父母間的互動歷程，知覺到父母本身的信念、態度、價值觀與情感，進而影響自身之成長歷程。

貳、父母教養方式的分類型態

近來學者對於父母教養方式類型，大致分為以下三種：單向度（single-dimension）、雙向度（two-dimension）、多向度（multi-dimension）。單向度、雙向度、多向度的區分係指以某種與父母教養有關的元素作為基礎，來

區分實際上父母對子女的教育和養成的型態，以下是研究者依以下眾多學者對父母教養方式類型之相關文獻統整：

一、單向度(single-dimension)的父母教養類型

採取單向度解釋角度之學者，使用「截然劃分」的方式將父母教養方式劃分為獨立的類型，每一類別間彼此獨立且不重疊，採單一向度分類的學者認為真正影響子女行為的父母教養方式只有一個。表 1 簡述歷年來有關單向度的父母教養方式分類。

表 1

單向度(single-dimension)的父母教養方式之分類

研究者	年代	父母教養方式類型
Elder	1962	獨斷(autocratic)、權威(authoritarian)、民主(democratic)、平等(equalitarian)、
Pumroy	1966	放縱(indulgent)、嚴厲(disciplinarian) 拒絕(ejecting)、保護(protective)
Diana Baumrind	1967	開明權威(authoritarian)、專制權威(authoritative)、溺愛型 (permissive)
Huffman& Saltzstein	1967	權威主張(power assertion)、收回關愛(love withdrawal)、誘導(induction)
賴保禎	1972	拒絕、嚴格、溺愛、期待、矛盾、分歧 過度保護(overprotective)、過度放任 (overindulgence)、民主(democratic)、拒絕
Hurlock, E. B.	1978	(rejection)、接納(acceptance)、支配 (dominance)、順從(submission)、偏愛(favor)、期待(expectation)
張春興	1979	寵愛、放任、嚴格、民主
pulkkinen	1982	父母中心取向、子女中心取向
吳武典、林繼盛	1985	嚴厲、縱溺、分歧、誘導

Lamborn, Mounts & Steinberg	1991	民主權威、專制權威、縱容、忽視
張麗梅	1992	嚴格型、縱溺型、分歧型及誘導型
Berns	1993	民主型(democratic)、獨裁型(authoritarian)與縱容型 (permissive)
王文秀	1995	誘導民主關懷、限制與敵意
劉淑媛	2004	愛(保護)、嚴格專制、疏於管教、忽視敵意、開明自主、寬鬆容忍等六種方式

(資料來源：研究者自行整理)

陳冠中(2000)認為單一向度劃分父母教養方式，雖具有解釋清楚、簡單分明等優點，但在真實情境中，父母的教養方式通常是交錯複雜的，若以單一向度加以描述，會忽視其他向度與其之間的交互作用。因此，下面將介紹雙向度的父母教養方式。

二、雙向度 (double-dimension) 的父母教養類型

有部分學者認為單向度的區分方式過於專斷，並且易忽略其他層面的影響或是各層面間之交互作用，因此主張雙向度解釋方式，主張以兩個向度分類的依據，以兩個相互獨立的向度交織構成四個象限來區分，父母教養方式會傾向某一變項，而在另一變項上的傾向較不明顯。詳見表 2。

表 2

雙向度(double-dimension)的父母教養方式之分類類型

學者 (年代)	向度	父母教養方式類型
Williams (1958)	關懷-權威	1.高權威—高關懷：民主提供保護引導 2.低關懷—高權威：獨裁 3.低權威—低關懷：忽視 4低權威—高關懷：放任

Schaefer (1959)	自主-控制 關愛-敵意	1.自主關愛面:民主、合作 2.控制關愛面:過度縱容、過度保護、保護縱容 3.控制敵意面:苛求對立、專制獨裁 4.自主敵意面:孤立、冷淡、忽視。
Bronfenbrenner(1961)	控制-支持	1.高控制高支持 2.高控制低支持 3.低控制低支持 4.低控制高支持
Roe & Siegelman(1963)	關愛-拒絕 忽視-要求	愛護、保護、寬鬆、命令、拒絕、忽視、精神獎勵、物質獎勵、精神處罰、物質處罰。
Baumrind (1977)	要求-回應	1. 高要求高回應 2. 高要求低回應 3. 低要求高回應 4. 低要求低回應
Maccoby & Martin (1983)	要求-回應	1. 開明權威(高回應高要求) 2. 寬鬆放任(高回應低要求) 3. 專制權威(低回應高要求) 4. 忽略冷漠(低回應低要求)
王鍾和 (1993)	要求-回應	1. 專制權威 2. 寬鬆放任、 3. 開明權威 4. 忽視冷漠
Barbar (1996)	需求 回應 心理控制	1. 開明權威(高回應高要求低心理控制) 2. 寬鬆放任(高回應低要求) 3. 專制權威(低回應高要求高心理控制) 4. 忽略冷漠(低回應低要求)
吳麗娟 (1997)	控制-允許 關愛-敵意	權威控制、放任縱容、嚴格控制、民主平等、拒絕敵意、關愛接納、忽視忽略、過度保護
莊麗雯 (2002)	關懷 權威	民主、獨裁、放任、忽視
王貞雯 (2005)	回應 要求	1. 開明權威(高回應高要求) 2. 專制權威(低回應高要求) 3. 寬鬆放任(高回應低要求) 4. 忽視冷漠(低回應低要求)
洪巧 (2006)	回應 要求	1. 開明權威 2. 專制權威、 2. 寬鬆放任 4. 忽視冷漠

(資料來源：研究者自行整理)

由上表可知，各學者主張的向度稍有不同，但多以「要求」和「反應」兩層面作為主軸。以雙向度之教養類型來看，兩層面交錯探討父母教養方式，可將其劃分得更加清楚與具體。

三、多向度(multi-dimension)的父母教養類型

除了單向度、雙向度的分類外，也有些學者認為父母與子女的接觸層面很廣泛，教養的方式並非一成不變的，部分學者為顧及完整，認為任何一個向度都可能與其他向度產生交互作用，進一步規劃出多向度的方法。詳見表 3。

表 3

多向度(multi-dimension)的父母教養方式之分類類型

學者	年代	教養向度
Schaefer	1963	接受 - 拒絕 心理自治 - 心理控制 堅定控制 - 鬆散控制
Becker	1964	限制-溺愛、 溫暖-敵意 焦慮情緒的涉入-冷靜的分離
Armentrout & Burger	1972	接受-拒絕、 心理自主-心理控制 嚴格控制-寬鬆控制
Abe Arkoff	1974	接受—拒絕 溫暖—冷漠 開明—獨斷 容忍—限制

(資料來源：研究者自行整理)

此多向度的分類方式因加入較多父母本身之情緒狀態，故有學者提出此內涵過於複雜，較少被採用，實用性也較低（吳麗娟，1998）。

綜合上述每位研究者對父母教養方式之分類，即使研究工具各有差異，但不論使用哪一向度之分類方式，皆是以歸類父母教養的方式為重點。而在研究層面的使用上，賴婉甄（2009）認為雙向度的父母教養較符合現實情況，不像單一向度不夠周延，也沒有多向度的複雜，實施量化測驗時，受試者較容易就實際狀況應答；Maccoby 和 Martin（1983）也指出單向度的區分過於專斷，彭清宏（2009）則指出多數的研究仍以雙向度來劃分父母的教養方式，此一方式較單一向度更能細分父母的教養方式。綜合上述研究結果，研究者亦認為雙向度比單向度的分類法更為周延，並且清楚明確，因此本研究以 Maccoby 和 Martin（1983）的雙向度父母教養方式，作為瞭解成年初顯期子女知覺之父母教養方式之依據，並使用李雪禎（1996）根據王鍾和（1995）的「父母教養方式量表」進行修編之問卷作為本研究之研究工具，以下將更詳細說明此父母教養方式之內涵。

參、Maccoby 和 Martin(1983)的父母教養方式

最初，Baumrind(1967)根據父母對子女控制的程度，將父母教養方式分為 專制權威(authoritarian)、開明權威(authoritative)和溺愛型(permissive)三種類型。但後來發現有些父母的教養方式既專制又溺愛，有些是開明又放任，單一向度的解釋父母管教方式顯然不足。至西元 1977 年時，Baumrind 提出以父母 的要求(demand)及回應(response)兩向度作為區分父母管教方式的類型，更能解釋不同的教養方式(Baumrind, 1977)。

Baumrind 對要求、回應向度的定義分別為(Baumrind, 1977)：

一、要求向度：父母希望子女遵守雙方訂定一致且清楚的行為規範，並對子女的行為加以控制與督導（規定與限制層面）。

二、回應向度：父母給予子女關懷和支持，真誠接受子女的感情並給予安全感（支持與鼓勵層面）。

Maccoby 與 Martin(1983)認同 Baumrind 的理念用「要求和回應」兩向度將父母教養子女的模式區分為四種不同的類型（見表4），並說明四種不同教養類型之父母行為表現特徵（見表5）。

表 4

Maccoby & Martin 以雙向度區分的父母教養類型

高回應（關懷）		低回應（較少關懷）
高要求（控制）	開明權威	專制權威
低要求（較少控制）	寬鬆放任	忽視冷漠

註：內容摘錄自王鍾和（1993）。家庭結構、父母管教方式與子女行為表現（博士論文）。取自國立政治大學社資中心。

表 5

不同教養類型中，父母行為表現的特徵

父母教養類型	對子女之行為表現
專制權威型	<ol style="list-style-type: none">1. 父母對子女的要求遠多於子女對父母的要求。2. 嚴格限制子女提出或表達自己的需要。3. 儘量少提出或最好壓抑不說出自己的感受。4. 父母以勒令孩子服從的方式，提出自己的要求。5. 父母的要求，從未經過討論調查或討價還價的過程。6. 父母十分重視維持自己的權威，且絕對盡力壓抑來自子女的異議或挑戰。7. 子女若做出與父母需求不同的事時，必會受到嚴厲的懲罰（常為體罰）。8. 父母對子女的態度為堅定且教導的，但較少感情的投入與支持。

	<ol style="list-style-type: none"> 1. 父母以接納/容忍的態度面對子女表現出攻擊或發脾氣等的衝動行為。 2. 父母很少用懲罰或控制(限制)來強調自己的權威。 3. 父母很少對子女的態度(如有禮貌、舉止合宜)或工作(家務)完成等方面有要求。 4. 父母讓子女自己約束行為，且盡可能自己做決定。 5. 很少要求子女的日常作息(如睡覺、吃飯、看電視的時間...) 6. 父母對子女給予多量的情感支持，但卻缺乏指導與要求。
寬鬆放任型	<ol style="list-style-type: none"> 1. 父母期望子女有成熟的行為表現，並對子女建立清楚的行為規範準則。 2. 堅定的要求子女依規範或準則行事，必要時施以命令或處罰。 3. 鼓勵子女的個別性及獨立性。 4. 親子間開放式的溝通。 5. 親子雙方皆清楚的認知彼此的權利。 6. 親子雙方皆能對彼此合理的需求及觀點，給予反應或接納。 7. 父母對子女行為的要求是感性(支持)與理性(規定)並存。
民主威信型	<ol style="list-style-type: none"> 1. 父母十分忙碌於自己的工作或活動，少有額外時間陪伴或注意子女。 2. 只要不必長時間或精力與孩子相處或互動，任何事要求父母去做，他們都十分願意。 3. 盡可能的與子女維持距離。 4. 父母對子女的需求常很快的給予滿足(或處理)，以避免麻煩(或讓子女不再麻煩他們)。 5. 父母對子女很少表現情感的支持及堅持的要求或控制。
忽視冷漠型	

註：內容摘錄自王鍾和（1993）。家庭結構、父母管教方式與子女行為表現（博士論文）。取自國立政治大學社資中心。

國內研究大多使用王鍾和（1995）依據 Maccoby 和 Martin (1983)的雙向度父母教養方式編製的「父母教養方式量表」作為研究工具，研究者會選擇此份量表作為研究工具，一方面是因為有較多的研究者修編過此份量表，並且多個研究

結果支持此份量表具有良好之信效度，另一方面是因為此 Maccoby 和 Martin (1983)的雙向度父母教養方式較被後世所沿用，不論是在書本上、研究上或者是實務工作上，多以此進行評估與發展。雖然多向度層面囊括更多的父母教養方式，然而其內涵過於複雜，較少使用在量化研究上並獲得良好的信效度。王慶福、林幸台、張德榮(1997)也指出，使用分類的方式去劃分父母的教養方式是較為獨斷的作法，建議以向度的方式進行解釋會較為客觀且具彈性，故本研究以雙向度觀點「要求層面」與「回應層面」作為探討研究結果的基礎，並將父母教養方式分為「民主威信」、「專制權威」、「寬松放任」及「忽視冷漠」四種類型，用以描述成年初顯期子女知覺之父母教養方式現況以及父母教養方式對親職化情形的影響上，盼能比較與對照過去研究結果與本研究之研究結果的相異處。



第二節 自我分化意涵與相關研究

壹、自我分化之定義與意涵

一、自我分化之定義

分化 (differentiation) 的概念最早源於存在主義中 Lewin(1939)的場地論；早在1939年，Lewin以個人「界域的可透性」(permeability of boundary)說明個體由孩童期至成人時，以不同場地建立與家庭的關係，亦即個體與家庭分離的不同發展過程(賈紅鶯, 1991)。然而在家族治療的文獻當中，「自我分化」(differentiation of self) 這個概念是由代間家族治療取向的 Bowen(1978)最早提出來的，也因本研究為探討子女與父母之間的相關研究，因此以下文獻回顧將主要從 Bowen 之家庭系統理論探討「自我分化」之意涵，並以其他相關文獻補充說明自我分化之定義與概念。

自我分化又稱「自我區隔化(differentiation of the self)」，是多世代家族治療主要概念，源自於 Bowen 提出的家庭系統理論(Family System Theory)。自我分化 (differentiation of self) 指的是個體思考和回應（而不是自發反應）內外在情緒壓力的能力(Kerr & Bowen, 1988)，也就是即使處與焦慮狀態時，仍能保持彈性及理性行動的能力。

以家庭投射歷程 (family projection process) 而言，Bowen (1985) 認為自我分化良好的個體，能夠從原生家庭的情緒依附和焦慮投射中區隔出自己，而不會切斷有意義關係的歷程；在內在心理的層次上，具有情感與理智的獨立功能，即是，有能力平衡自己的思考及感情，能夠擁有強烈的情緒和自發性，卻也同時具有自制力以及對抗情緒衝動的能力（劉瓊英譯，2011）；而在關係中，個體能適切地體驗親密與自主，不需過份黏著以獲取安全感；Guerin、Fay、Burden 與 Kautto (1987) 認為自我分化是個體能從家庭情緒混亂的狀態下，得到部份自由的過

程；從個體自己的系統關係的角色分析中得到自由，而非在問題上責備自己以外的每個人；Nichols與 Schwartz (1998) 認為自我分化是平衡思考與感覺的能力，自我分化高意味著個體具有足夠強壯的情緒與自主性，但也有能力阻止並客觀的處理妨礙情緒刺激的部份；Goldenberg 與Goldenberg (2000) 認為自我分化是個體能夠區別自己的感受和想法，並能從中做出選擇的程度，理想的分化狀態並非完全情感疏離、絕對的客觀或沒有感情，而是在達成自我界定時，能不失去表達自發情緒的能力。

綜觀以上按照時序排列之自我分化定義，可以看到後續學者所提出之定義皆與 Bowen (1985) 最一開始提及的定義無太大差異，而是作為一更詳細的補充說明，故本研究將「自我分化」視為一能力，為個體能夠區分情緒與理智系統的能力，此能力能夠使子女在家中感到歸屬的同時，也能夠發展自身的獨立生活，維持親密與自主間的平衡，而以下將以Bowen的家庭系統理論與模式更深入瞭解自我分化之意涵。

二、自我分化之內容

(一) 家庭系統理論(Family System Theory)

Bowen提出的家庭系統理論(Family System Theory)中尤其重視核心家庭情緒系統 (nuclear family emotional system) (吳婷盈等人譯，2012)。在家庭核心情緒系統中，個體內在有兩股力量在運作和相互抗衡：一是「個別化」(individuality)的力量，促使個體在心理上與家人有所分離；另一是「一體性」(togetherness)，促使個體在心理上和家人有所關聯，為了因應發展上的需求，個體必須設法在這兩者力量間取得平衡，即內在的獨立自主以及外在與他人互動連結的關係中也能維持親密，這種發展的歷程即是自我分化 (Kerr & Bowen, 1988)。

若能擁有良好分化的家庭系統，成員間對於彼此個別性與親密性的容忍度都很高，其互動模式能容許家中的成員去經驗並表達個人的自主性與個別性，同時子女與父母也能保持親密的聯繫；反之，若是不良分化的家庭系統，將不能容許家庭成員間個別性的存在，過於要求融合、成員的自主性被抑制，並阻礙成員個體化的發展，以致這類家庭只看重彼此緊密的關係，次系統間的界線是混淆不清的，也有可能是成員之間擁有過多的自主性，而犧牲了彼此情感交流與支持，這類家庭的關係是較疏離、冷淡的(Allison & Sabatelli, 1988)，因此一個健康的家庭，其成員之間的人際距離必須維持在適當的程度，不能過於緊密或過於鬆散(Barnhill, 1979)。

而在了解自我分化的概念後，不禁會疑惑：究竟個體的「自我分化」與「個體化」(individuation)的概念有何區別？就Anderson & Sabatelli(1990)對「自我分化」與「個體化」所下的定義來說，「自我分化」為一種家庭系統中調節彼此距離的模式，透過這種模式，家庭在親密性與自主性之間尋求一個平衡點。而「個體化」則是個體內在主觀對人我界限的知覺，把自己從關係脈絡中分離、區隔出來的內在心理歷程。因此「自我分化」可說是根基於家庭系統理論之架構中，而「個體化」則是建立在個人發展理論之中(王大維, 1999)。本研究採用自我分化一詞，而非採用個體化一詞，即是因為父母教養方式與親職化的探討也是與家庭系統有關。

綜合上述，在家庭系統的發展過程中，個體會不斷受到個別化與一體性這兩股力量的影響，若是一體性的需求太高，會使個體對他人產生情緒化的依戀，分不清楚自己與他人之間的界限；若是個別化的需求太高，會使個體與他人之間過於疏離或造成不成熟的情緒截斷(emotional cutoff)(Kerr & Bowen, 1988)。以下將說明何謂情緒截斷。

(二) 情緒截斷 (emotional cutoff)

情緒截斷，或稱情緒切斷，是個體用來逃離原生家庭未解決的情緒束縛，此逃離為「想像中的逃離」而非真實的解脫，當父母與子女之間的情緒融合程度越高，則焦慮越高，出現情緒截斷的可能性就越大。有些人藉著搬離家庭以保持距離，有些人則選擇情緒疏離、冷漠的方式尋求解脫(Bowen, 1985; 劉瓊英, 2010)。Bowen認為，如果父母與祖父母之間有情緒的截斷，那麼父母與他們子女發生這種截斷的可能性就會增加(翁樹澍, 1999)。雖然情緒截斷能夠減輕即時的焦慮，但這些未解決的問題反而傷害了其他關係，特別是處在壓力下的關係。在離開原生家庭缺乏分化的情形為未解決的情緒依附(unresolved emotional attachment)。未解決的情緒依附也許經由否認或孤立自我，以及經由發展虛假的自我來運作，這些都是情緒截斷的形式。

(三) 自我分化的代間傳遞過程

Bowen 提出自我分化具有代間傳遞特性 (Bowen, 1978)，他認為個體會選擇與自己自我分化程度接近的人作為伴侶，當個體成為父母之後，經由家庭成員彼此互動，父母會影響子女在自主與親密連結的分寸拿捏、個人情緒調節的功能，進而塑造出個人的自我分化。而當孩子長大成人，要組成新家庭時，又會尋覓與自己分化程度相似的人作為伴侶，繼續將個人自我分化與原生家庭的關係型態，再傳遞給下一代 (吳麗娟，1998；Kerr & Bowen, 1988；van Eck, Chope & Emmelkamp, 2006)。也就是說，若父母本身沒有良好的分化，未能解決其先前發展任務，則其將視子女的獨立自主性唯一威脅，而無法允許子女發展其自主性。國內有關研究並不多，賈紅鶯 (1991) 和王嚮蕾 (1994) 皆顯示父母自我分化與子女自我分化之間成正相關，且父母自我分化各變項可有效預測子女自我分化，惟其解釋量不高，顯示自我分化的代間傳遞過程可能尚有其他重要影響變項。

貳、自我分化之影響

除了上述的家庭系統理論與情緒截斷，從Bowen的其他家族治療理論中，也可看到自我分化能力對個體之影響，且此能力會受到家庭中許多歷程的間接或直接影響，例如上述所提的多世代代間傳遞的過程（multigenerational transmission process），原生家庭的缺乏分化，會進而影響到未來婚姻關係的融合，並在之後將問題投射到子女身上，亦即，父母的分化程度也會進一步影響其下一代的分化程度。或者是當家庭有衝突產生焦慮的情緒時，三角關係（triangles）即會發揮穩定系統的作用，子女可能是此三角關係中的「代罪羔羊」(scapegoat)。自我分化對個體會形成不同程度的自主性與依賴性，因此在治療中，若希望重建個人成熟與獨特的人格，家庭中未解決的情緒混淆就必須加以處理；若要成為一個健全的人，必須同時擁有家族的隸屬感及脫離家族的個體感，此自我分化能力的建立即是治療上最主要的目標（陳俐伶，2012）。

陳靜宜（2001）歸納文獻指出：「自我分化」對於個體在身心健康、人際、婚姻等調適有很大的影響；Skowron 等人(2009)以 132 名大學生進行縱貫研究，結果顯示自我分化可以有效預測大學生的慢性焦慮疾病。從這些研究可見當個人的自我分化能力不佳時，容易呈現較高的焦慮特質，因而影響身心健康情形。而馬承逸（2010）研究發現在高壓力感受狀態下，自我分化低者有較多身心健康的症狀；自我分化高者較不易出現身心健康的問題；Peleg-Popko(2002)以 117 位大學生為樣本，探討個人自我分化與社會焦慮之關聯。研究發現自我分化程度愈好的大學生，愈不擔心別人的負向評價，也經驗到較少與他人互動的焦慮；相反的，自我分化愈低者愈擔心他人負向評價，與他人互動時也有較高的焦慮感受；劉紀谷（2008）以 313 名大學生為研究對象，結果也顯示自我分化可

以預測社會焦慮，當大學生愈能夠採取我的立場，較少情緒化反應及與他人融合的情況，與他人互動的焦慮則愈低。

因此，Bowen理論雖源自家庭系統，實際上不限應用於家庭，也適用於個體之身心健康、親密關係、工作場域等等（Cochran, 2011；吳佳霓，2002；薛鈞芳，2007）。當個體有較良好的自我分化，則較能有彈性的處理壓力與人際互動，因此也較不會以他人為生活重心而符合他人期待；相對地，不良的自我分化較易出現討好他人或贏得他人認同的情況，亦會敏感於他人的評價與反應，因此在關係互動時難以自在地做自己，也有較高的焦慮感受。故以下將以應用層面來瞭解，何謂較好的自我分化，何謂不良的自我分化，更細節的說明不同程度之自我分化個體的表現。

參、自我分化程度的特性

一個人自我分化的程度如何可從自我的「內在功能」以及「人際互動功能」來理解。內在功能為個體能清楚區分情緒與理智系統，人際互動功能層次為個體與他人維持關係時的連結以及自主的程度（Kerr & Bowen, 1988）。

分化程度最佳者能夠清楚區辨情緒和思維；分化程度最低者為「混淆(fusion)」狀態，無法清楚區辨情緒和思維，且被自動化情緒系統 (automatic emotional system)支配。分化程度高的人，面對壓力較有彈性、適應力較佳、較不受情緒控制，較少發生問題；分化程度在混淆狀態的人，面對壓力容易被自動化情緒系統支配，較少彈性與適應力，有較多問題。多數人都處在兩端之間各地帶。無論是分化好或分化低的人，都可能因壓力而導致失功能、產生症狀，但分化佳者能較快速復原，分化低者的損傷可能發展成慢性或永久的心理疾病(Bowen, 1978)。

也有一說法是將自我分化程度分為低、中、高三種分化程度(吳婷盈等人譯，2012)，低度分化者常討好他人，依賴性高且自主能力低，他們害怕獨立做決定、問題解決能力弱，在情感上對家族依賴高，反應情緒化，缺乏理智的信難和判斷，意識不到自己可能有其他選擇；中度分化者有明確的價值觀、信念，但常因過度在意他人看法而左右自己的決定，因此有時可能會依據情緒、感覺反應來做抉擇，他們有很高比例會發展出心理問題；高度分化者有清楚的價值觀和信念，他們在情緒系統中較自由，在情緒事件中他們能夠冷靜下來，並能以理性、邏輯的思維方式幫助自己，他們能觀察環境與周圍的人際關係，同時能依據自己獨立的生活目標，具有分辨情緒與思維的能力。不同人的不同分化程度，將反映在個體與家庭、家庭外團體的情感獨立程度，而事實上沒有人能與原生家庭完全情緒分離，且每一個人達成的分離程度不同，即使同一家庭中的小孩，也可能對父母有不同程度的情緒分離（翁樹澍等人譯，1999）。

自我分化另一個重要的部分是「堅定自我(solid-self)」，或稱「真我(real-self)」和「虛偽自我／假我(pseudo-self)」。這兩者是不同樣貌的自我，不同分化程度的人會有不同比重的這兩種自我。「堅定自我」是穩定的，在面對他人時，可以保持一致的信念和生活規則，會依照自我的價值觀和信念作決定，並且能夠自我負責，當關係發生改變時，也比較不容易感受到威脅感，能在親密和自主之間保有彈性；「虛偽自我」即是「假裝」的自我，是由情緒的壓力創造出來的，它們是隨意且不一致的，順從環境，且懷有各種差異很大、甚至矛盾的規則。分化愈低者有愈多「虛偽自我」，會將所有精力放在尋求他人的愛和認同，投入許多的精神追求親密關係，以獲得自我價值，若關係產生變化，個體可能會以情感截斷或脫離關係的方式，來因應所知覺到的威脅感，並且常以他人的期待行事，忽略自我的需求，形成一個假我；當兩個人的「虛偽自我」混淆在一起時，經常變成

「我們(we-ness)」，強勢一方便成為決定者，主動為「we-ness」採取行動，另一方會因而失去或自願放棄自我。這些歷程是在自動化情緒歷程中發生的，而在親密關係中特別容易看到這樣的現象（Kerr & Bowen, 1978；石芳萌，2007；馬承逸，2010）。

個體和家人的互動關係影響個人自我分化的發展，有關自我分化程度高者與自我分化程度低者會展現出不同的特性，詳述如下(Combrinck, 1985；石芳萌，2007)（引自黃儀婷，2016）：

一、自我分化程度高者：

- (一) 能夠清楚區分理性與情緒系統，且功能運作良好。
- (二) 與家庭保持親密且不失自主性，能夠平衡內在自主獨立及親密依賴兩股力量。
- (三) 擁有較真實的自我。
- (四) 慢性焦慮低，人際之間不至於過於緊密或疏離。
- (五) 面對生活壓力時較具彈性與適應性。
- (六) 能自己做決定，並自我負責。

二、自我分化程度低者：

- (一) 理性和情緒功能運作不佳，容易被情緒系統所控制。
- (二) 與家庭關係過於緊密或過於疏離，內在獨立自主與親密依賴兩股力量失衡。
- (三) 多為假我狀態，忽略、壓抑自己真正的感覺與需求，常以他人為主。
- (四) 慢性焦慮高，其焦慮可能以生理、心理或社會功能失調等方式呈現。
- (五) 對於生活壓力較不能適應，易出現關係失衡或不適應的症狀。
- (六) 依賴他人的想法和期待，無法為自己做決定與負責。

綜合上述，自我分化良好可以使一個人在面對有壓力的情境時，能夠理性的去做選擇，並且對自我的決定負責，而非依賴在他人的期待之下。在情感方面能夠和重要他人保持一個舒服的界限，而不會過於因過度涉入或疏離，產生情緒混淆的狀況。

肆、以華人文化角度理解「自我分化」概念

諮詢工作與諮詢理論源於西方文化，而 Bowen 的理論與其所提出的「自我分化」概念亦奠基於西方個人主義的文化基礎。台灣諮詢工作者在受到西方諮詢理論訓練後，面對到許多文化價值的衝突，包含西方個人主義與東方集體主義之間的矛盾衝擊，使台灣諮詢工作者常常擺盪於「東方社會強調的人我關係」與「西方社會強調的個人主義」之間（阮琳雅，2017）。這是台灣諮詢工作者在接受西方的訓練後，因無法將東西方兩種價值觀調和而出現的困難（洪莉竹，1999）。由於此影響，更應慎重考慮「自我分化」概念如何應用在東方文化的脈絡之中。西方文化強調表現能力、自主性與獨立性，但是東方社會強調表現含蓄、人際相互依賴、注重個人與外在環境和與他人之間的關係，若直接以西方自我分化的概念以及其背後的價值觀套用於東方社會，將缺乏依不同社會文化對於個體、個體與他人的關係之看法而有不同探討或反思。

在華人文化中，家庭成員之間的情緒時常過於涉入或是糾結（陳秉華、游淑瑜，2001），恰似 Bowen 所提出的「未分化的家庭自我團(undifferentiated family ego mass)」，家庭成員之間的情感是「黏在一起」的。在華人文化中子女常被視為是家庭的延續與傳承者，因此父母大多並不期待子女獨立、脫離家庭，相反要承繼家庭的香火、延續家庭的生命。傳統的孝道觀仍影響華人的代間關係，成年已婚子女仍舊繼續給父母金錢來奉養他們，或與父母同住，或比鄰而居，彼此提

供生活上的協助。此外，何友暉（1991）指出東方人與華人社會屬於「關係取向（relational orientation）」，自我無法單獨存在於社會關係中，每個人或多或少位於不同的社會關係與人際相處之中。在家庭文化中，華人父母對子女有許多關愛，但教養過程容易過於干涉子女事務。在華人的孝道文化影響下，子女通常仍常以孝順或隱忍態度回應，造成許多隱性的親子衝突與心理衝突（陳秉華、游淑瑜，2001）。

上述研究都論述了華人文化可能影響自我分化程度的因素，並且難以達到高度分化的現象在華人女性身上可能尤其明顯。劉玉鈴(2015)的研究看見女性之原生家庭關係及婚姻關係的相互影響，而當女性感受到自身「生命的重量」，才能促進獨立自我的意識及分化歷程，此生命的重量包含：在文化脈絡下對家的想像、責任式的情感關懷對女性重要性等等。因此，在運用自我分化理論解釋台灣女性之前，除了瞭解家庭系統與個人歷史對女性自我的影響之外，更不能忽略華人性別文化在生活世界的作用，女性在華人文化下有較多關懷他人、展現母愛的特質，自我分化理論雖提醒個體堅定自我、為自我立場發聲的重要性，同時應給予文化下所期待的特質更多的肯定，看見女性將關係連結視為自我肯定、自我價值的重要性。自我分化應用在華人女性身上時，應將在此理論中負向的「情感融合」與正向的「情感連結」區分開來，得以讓女性在追求自我分化時，也能感受親密，這應是更重要的目標（阮琳雅，2017），由以上可知，西方對自我分化之觀點，在要應用於華人身上時，研究者與讀者應具備文化敏感度，這也是在心理治療中，相當重要的一個意識，當面對自我分化低的華人個案，並非要其脫離家庭之束縛，追求獨立自主，而是看見在此文化下，自主與親密間的拉扯有何個人意義、獨立與依賴如何共存，以此意義作為延伸，才能提升個人的自我分化能力。

因此，若能將華人家庭文化的正面特質與高度自我分化的正面影響兩者進行結合，如此一來運用 Bowen 理論之自我分化概念時，能對華人文化有更多理解，同時促成華人家庭與心理健康程度的提升。我們常常遊走在自由與責任間，自主與利他間，矛盾的成長著，該如何取得平衡，擁有一個良好心理適應的生活狀態，是值得我們一起努力的。

伍、自我分化之測量工具

一、Bowen的理論性量尺

Bowen(1978)以 0 至 100 分的量尺分數，評估自我分化的程度，並以 25 分為間距，將自我化區分為四種等級，不同等級的自我分化代表不同的情緒反應與自我成熟度。0分表示個體可能會有的最低功能水準，100分則是分化最高的程度。Bowen表示這是假設性的概念，可以應用於各種形式的生活。研究者參考王鑾襄與賈紅鶯(2013)與廖莉彣(2014)的研究，將Bowen之自我分化水準各階段比較如表6，並分述如下：

0 至 25 分是最低分化水準，處於此分化水準的人情緒混淆強烈，無法分辨感覺或現實。此區間的個體是完全的關係取向，所有的能量都用來尋找愛與認可，符合他人對自己的期待，因而無剩餘能量找尋人生方向，而不知何謂「自我」。情緒上與家人完全融合，全由情緒來支配其行為和決定，因此陳述時，經常使用「我覺得……」來表達一件事，重要的人生抉擇常仰賴「感覺對不對」來完成。

25 至 50 分是中等分化水準，其情緒和思維系統開始分化，有大部分「虛偽自我」。當焦慮高時，情緒系統會支配思維系統、驅動行為。在陳述自己的意見時，會避免用「我認為……」或 「我相信……」來表態。關係導向使得此區間的個體對他人很敏感，並且時常都在追求理想的關係，這種關係是和他人的情

緒親密且直接、喜歡用感覺式的溝通來表達自我。當和對方達到親密無間的情況時，他們的情緒混淆會增加，接著他們會保持距離和疏遠，再開始另一個親密的循環。若追求親密失敗，他們可能退縮並憂鬱，或是在另一段關係追求親密。此區間的個體雖然在情緒系統與理智系統已開始區分，但仍無法擁有堅定的信念，相對地他們容易接受權威人士的想法，並且傾向尋求他們的肯定與支持。為了獲得認同，他們會形塑較正面的形象以及好表現，然而一旦面臨壓力，他們的能力會明顯的退化。

50至75是中等到好的分化水準，這範圍內的個體情緒和思維系統有足夠的基本分化且相互合作，他們已發展出理性的「堅定自我」，且思維系統有充分發展，當自身焦慮時，他可以自我掌控而不被情緒系統支配。

75至100的人有最多「堅定自我」，這階段的人在情緒系統中擁有較多的彈性與理性控制的能力。他們更清楚情緒和思維之間的不同，比較能確定自己的信仰和信念，而不會去抨擊他人或防衛自己的信念。無論在一起或獨處，都可以擁有自主的自我。他們允許他們的孩子成長和發展他們自主性的自我。

綜上所述，自我分化量尺能指出個人的分化程度，並且反映個人面對壓力時的適應程度。當自我分化得分較低時，較容易因壓力而發展出身心症狀，相對地，自我分化得分越高，越能面對更大的壓力，受壓力的負向影響則較低。然而此量尺僅為理論上的架構與概念，並無法正式的臨床測量工具。由於本研究之自我分化定義皆使用Bowen之理論，因此將使用依據Bowen理論編製之量表，以下將說明此量表之內容。

表 6

自我分化程度比較表

分化水準	低分化	中等分化	中等至良好分化	良好分化
量尺分數	0-25	25-50	50-75	75-100
支配力量	全部由 感覺支配	大多由情緒系統 引導	學著焦慮時 由思維系統支配	由思維系統掌握 大局
生活取向	完全 關係取向	大多為 關係導向	多能依循 生活目標	獨立生活目標
自我的樣貌	虛偽自我	大部分是 虛偽自我	大部分是 堅定自我	堅定自我
情緒和思維系 統的關係	完全混淆	開始分化	有足夠基本分化 且相互合作	平時允許情緒系 統領航，但在思 維系統掌握內； 焦慮時由思維系 統接管

(資料來源：王鑾襄、賈紅鶯（2013）。Bowen 自我分化理論與研究：近十年文獻分析初探。輔導季刊，49(4)，27-39。)

二、本研究使用的自我分化量表

本研究使用之自我分化量表為 Skowron 與 Friedlander 依據Bowen (1978) 的自我分化概念發展出的量表，Differentiation of Self Inventory (DSI) 主要在測量個體的理性功能、情感系統功能及個體和重要他人的分化程度，共43題，包含四個量表，分別是情緒化反應(emotional reactivity)、我位置(I position)、情感截斷(emotional cut off)以及與父母混淆(fusion with parents)，Skowron 與 Friedlander在 2003 年以原量表為基礎，修改「與父母混淆」分量表，將其增加 12 題，並改為「與他人融合」分量表（陳俐玲，2012），此量表為自我分化量表修訂版(differentiation of self-revised, DSI-R)，將以往較多有關的「伴侶」的題

目內容，改為受試者與「家人」分化情形的題目內容，故相較於原量表，修編版較適合本研究使用。歐陽儀於 2009 年將此修編版（DSI-R）進行翻譯與修訂，並適用於台灣國中生，後經詹寓婷於 2011 年修編後適用於台灣大學生，因本研究之研究對象大多為大學生，故使用此量表。歐楊儀之翻譯也較符合台灣人使用之詞彙，像是Lam 與 Chan (2013) 將原量表之「Roller coaster」翻為「過山車」，而歐陽儀翻譯為「雲霄飛車」。以下將分述各分量表所代表之意涵：

(一) 「情緒化反應」分量表：指個體的情感功能未能與理智功能分化，即易受外界影響而產生焦慮，常以自動化的情感反應來因應外在世界，做決定時較易跟著感覺走。有時會為了讓自己更有安全感，而有依賴他人的特質，產生更高的集體性；或是過分害怕他人，產生極端迴避行為，即當個體受到環境的刺激，會有情緒不穩定之現象出現。例題為「我的情緒通常會比其他人強烈。」、「如果我和家人起爭執，我可能會一整天都在想這件事情。」、「我常想知道別人是怎麼看我這個人。」等等。

(二) 「情緒截斷」分量表：指個體在情緒上表現出與家人是有距離、疏遠、冷漠的，藉以處理對原生家庭未解決之衝突。以此疏離冷漠的方式逃離關係中的焦慮或過度融合，擔心關係會帶來的吞噬感，特別是處在有壓力的關係時，會以虛假自我運作，例題為「若我向我的家人表達我對某些事情的真實感受時，我的家人通常是不能忍的。」、「與家人相處時，我擔心會失去自己的獨立自主性。」、「與我的家人相處時，我常會覺得自己是被壓抑。」等等。

(三) 「與他人融合」分量表：Friedman (1991)認為與他人融合指的是在壓力下，個體專注他人，接受他人期望與需求的程度。Kerr 與 Bowen(1988)指出當家庭的情緒黏在一起，個體會缺乏發展自我的機會，並與他人融合。融合是個體的情緒上被困在原生家庭的位置，過度投入在重要他人身上，或是對於付之一過度的

認同，全盤接受他的期望、價值與信念，不會加以質疑，且期望得到他人的接納與鼓勵的傾向。在關係中過度的融合會喪失自己，融合的個體傾向投入過度的能量和他人在一起，並因分離而感到不適。例題有「當我開始做一件重要的事情時，我通常需要別人很多的鼓勵。」、「當我的家人批評我時，常會讓我困擾好幾天。」、「我很需要得到生活中每個人對我的肯定。」等等。

(四) 「我立場」分量表：指個體有清楚的自我感 (a sense of self) 的程度，並且會在面對壓力或在他人要求個體去做某些事情的時候，堅持個人信念的傾象。「我立場」高的人，對自己有清楚的認同，擁有堅定且真實的自我概念，有自己的信念與標準，且能對自我負責，不會過分受到環境、他人影響，或為尋求他人認同、親近而改變，其具有一種堅定自我(solid self)。例題為「我能接納自己。」、「當我和別人爭論時，我可以就事論事、對事不對人。」、「當別人給我壓力時，我仍能對他們說“不”。」等等。

第三節 親職化意涵與相關研究

壹、親職化的定義與內涵

親職化的概念最早是從 Minuchin、Montalvo、Guerney、Rosman 及 Schumer (1967) 提出來的，它所指稱的是代間關係中，子女承擔了父母原本需要負責的支持照顧與溫暖關懷，使得子女成為父母次系統的一部分，而提出「父母化兒童 (parental child)」的概念。之後 Boszormenyi-Nagy 與 Spark (1973) 延續了上述的看法，進一步提出了親職化是在家庭互動的模式中子代與親代間角色互換的現象，並首先提出「親職化(parentification)一詞，孩子犧牲自己需要被注意、安慰及引導的需求，轉而去照顧父母的需求，過度承擔著原先應由父母所應提供的親職角色及任務（吳嘉瑜，2005；黃宗堅、李佳儒、張勻銘，2010）。

親職化子女負擔其父母的親職任務大致上可以包含兩種形式：一種為功能性、工具性的照顧 (instrumental caregiving)，如：擔負家庭生計、煮飯、清潔、洗衣、照顧弟妹、管理家中預算等等的家務性工作。另一種為情緒性照顧 (emotional caregiving)，即是孩子必須照顧家庭成員情緒上的需求，而且把家當成是一個整體，成為父母情感上依賴的對象，像是：扮演父母親的紅粉知己、同伴、拯救者、調停家庭的衝突、提供情緒的照顧和支持等等。情感性的親職化現象對子女的心理健康有較大的威脅，且更容易威脅到個體的幸福和權益 (DiCaccavo, 2006)。此外，Jurkovic (1997) 認為當孩子承擔長期的照顧責任且持續較長的時間時，會有「不公平」的感受 (unfairness)，即子女因照顧責任而感到犧牲、不被瞭解，缺少支持及付出與獲得之間的不對等感受，因此 Jurkovic (1997) 指出親職化現象的三大內涵為「功能性照顧、情感性照顧與不公平性」，以此發展出成人版子女責任量表(Filial Responsibility Scale-Adult)，本研究的親職化現象即是採用 Jurkovic 對親職化的定義，並採用謝詰瑋 (2009)

依據石芳萌（2007）翻譯與修訂之親職化量表作為研究工具，因其量表施測於大學生，與本研究之研究對象年齡相近，且在本研究中當中，關心的是父母教養方式之長期的影響，故在研究親職化情形時，時間脈絡以過去至今為主。

Minuchin 在 1967 提出「parental children」這個名詞時，其主要含意指的是由於當時經濟及社會環境方面的因素，而使子女承擔了父母親的職責（引自 Earley & Cushway , 2002）。他認為家庭系統必須穩定才能持續，也需維持彈性以順應環境的變化，若家庭結構無法彈性地面對個體的成熟化或是生活環境的改變與挑戰時，問題就會產生；而身為家庭成員中的一員，此時子女「照顧家庭成員、擔負家務與維持家庭生計」的行為，其實扮演的是「平衡家庭中親職次系統失能」的角色，亦可視之為親職化的表現。

從 Minuchin (1967) 等人提出的親職化概念，到 Broszormenyi-Nagy 與 Spark (1973) 將親職化聚焦於關係模式及家庭動力，Jurkovic(1997)進一步以 Broszormenyi-Nagy 和 Spark 之理論為出發點，說明在看子女之親職化現象時，也應顧及個體所生存的環境、個人心理狀態、家庭系統運作、以及倫理平衡，故提出一整合的存在—倫理觀點(Existential-Ethical Perspective)，認為描述親職化現象須關注到「個人發展」、「環境因子」與「社會文化根源」三者的交互作用，而親職化的歷程也包含「付出和獲得」之間的平衡與角色的轉換，還有「倫理層次」的平衡，也就是公平與公義的原則。

基於此，Jurkovic(1997) 提出了九點對親職化更詳細的描述，分別為顯著性、角色任務類型、責任之延長、照護對象、年齡適當性、內化、家庭界限、社會的合理化、道德倫理，前四點談論的是親職化本身的性質，後五點則說明親職化者的身心發展、心理、家庭、社會以及倫理議題的存在處境，茲分述如下（引自張榕芸，2010；謝詰璋，2009）：

一、顯著性(overtness)：子女的親職化行為是否明顯可見。子女是否對父母過度的回應，以及子女展現出如同成人一般的行為，而非在那個年齡應表現的行為，是判別親職化與否的重要依據。

二、角色任務類型(type of role assignments)：包括工具性與情感性兩種，工具性的親職化用以滿足家庭的物理性的需求；情感性的親職化則是滿足家庭當中的情緒、心理與關係層面的需求，而情感性的親職化背後，常有罪惡感作為動力，對子女心理發展上的危害，更甚於工具性的親職化。

三、責任之延長(extent of responsibility)：子女承擔照護責任的程度，以及持續時間。若子女同時承擔過多工具性和情緒性的責任，及承擔的時間愈長，孩子的發展愈容易受到影響。

四、照護的對象(object of caretaking)：親職化的子女可能不只承擔對父母的照顧，還包括手足或其他家庭成員。

五、年齡適當性(age appropriateness)：親職化可能剝奪或是提早子女的發展階段，使子女有超熟的表現，若能力不足以及資源缺乏時，此親職化的負面影響將更大。

六、內化(internalization)：指子女對承擔父母職責角色的內化程度，將父母所該扮演的角色內化成為自己生活型態和人格的一部分。當這樣的照顧的角色是持久的且是自我定義的(self-defining)，子女會認為其他的自我觀點(self-aspect)是可以被放棄或是讓步的。因而內化程度愈深，所受到的影響就愈大(DiCaccavo, 2006)。

七、家庭界限(family boundaries)：親職化子女的家庭裡，往往內含錯置、過度融合的親子角色，以及相互侵犯的家庭界限，像是黏結的關係，或是未分化的自我。

八、社會適當性(social legitimacy)：親職化的過程是否為家庭的社會文化背景所規範，某些脈絡特性下家庭成員的親職化也許是合理的，子女親職化行為會被家庭、社會文化所規範跟讚許，但這樣角色型態的社會正當性在不同文化下是不同的。

在許多的社會文化裡，照顧行為是適當的，是符合社會期待的，但我們不能只依賴社會文化去評估親職化現象，因為必須考量孩子的適當性和是否違反人性的可能(Jurkovic, 1997)。

九、道德倫理(ethicality)：正常來說親子間的付出與獲得應公平且公正地分攤在親子、家庭之間，乃至社會氛圍之下，並能維持倫理上的平衡，而不是任一方的全然付出與全然獲得。

除了上述九點對親職化概念的解釋，還有一點是由 DiCaccavo (2006)所提及的「關注的客體」(object of concern)，指子女在家庭中有其所關心及擔憂的對，而這個關心的對象於子女而言是複雜的，通常包括父母親、兄弟姊妹、其他家庭成員，甚至是整個家族成員。親職化子女會發展出一種錯誤認同，典型上會呈現出比起他們自己的需求會更關注於其他人的需求。

而綜合上述面向，學者進一步將這樣持續性的角色責任根據照顧的持續與範圍，區分為四類，分述如下（張榕芸，2010；Jurkovic, Morrell and Thirkield, 1999）：

一、破壞性親職化(destructive parentification)：子女長時間的過度負擔工具性或是情緒性的照顧行為，表現極端的過度有功能(extreme overfunction)，並對自我發展產生傷害。

二、適度親職化(adaptive parentification)：當家庭發生危機時，履行家庭照顧責任，也許是非常大量的，但是有限度的時間，而如果他們長時間擔負責任，也不

會將親職角色內化。並且，適度親職化的子女的表現是受到家庭正式承認所支持，且因為他們的照顧行為是受到家庭或是社會文化社群(sociocultural community)的補償，這樣親職化的經驗對子女影響較小。

三、健康的非親職化(health nonparentification)：這類子女會如預期的擔負社會文化中所認為適當的工具性、情緒性的照顧行為，子女在他們的家庭成員中有負責任的表現，並能學習在關係中公平付出和給予。

四、嬰兒化(infantilization)：這類的兒童在發展過程中是不敢接受挑戰的，也極少擔負責任，或是表現照顧的行為，表現極度的無功能(underfunction)，他們的低功能與第一種有害的親職化都是來自混亂與失調的家庭界限。

綜合上述，健康的非親職化以及適度親職化，這兩個類別孩子都承擔了一些適當的責任。在適度親職化的分類中，照顧責任也許會因為危機或是突然的壓力而增加或是增強，但是這樣的經驗是有時間性的。若是子女長時間地被放置在一個極度負擔過失(guilt-laden)的氛圍下，那麼女子從這樣的困境中所產生的能力將會被逐漸損害，對其身心造成負面影響（張榕芸，2010）。

對於親職化概念的解釋，幾乎含括了個人、家庭、社會以及文化之間各個系統的互相影響與倫理規範，其中角色任務用來描述親職化的內容，將親職化的行為更具體化；顯著性、責任特質則為描述親職化的程度；照護對象與家庭界限則描述親職化之下的家庭氛圍；社會適當性說明環境因子可能作為保護因子，即使某種程度來說，這樣的支擡也不見得對子女是實質上有好的，可能更加強其照顧的角色。

總的來說，要瞭解子女的親職化現象，應該要從多方面加以考量，需要從脈絡中區辨親職化的表現，除了瞭解子女情感性與功能性照顧的情形，還有在倫理上、社會規範上的平衡。

貳、親職化理論基礎與其成因

關於親職化的成因眾說紛紜，目前有許多心理相關理論針對此一概念提出說明與解釋。研究者在整理現有文獻後，將親職化形成原因歸納為以下幾類。

一、Boszormenyi-Nagy 與 Spark 心理動力與親職化的代間傳遞

Boszormenyi-Nagy 與 Spark(1973)從心理動力的角度，以家庭帳本(family ledger)平衡的觀念，來說明親職化產生的原因。一般而言，每個人心理都有一本帳本，裡面記載著在家庭中誰付出多少、誰又虧欠誰之類的帳目，這類的帳目難以清楚地計算與評估，也難以達到真正的平衡，因此當家庭中不公平的現象發生時，家庭成員會期待得到償還，然而若心理未被滿足，關係與症狀就會產生。之後，在這個關係中未被滿足、甚至被犧牲的家庭成員在長大以後，原本幼時被雙親剝削的他們，現在也透過自己對子女的要求，獲取賠償與救贖，並使子女受傷。如此一來，即可平衡自己在原生家庭中的家庭心理帳本。從 Boszormenyi-Nagy 與 Spark 對家庭成員內在心理動力與家庭帳本的觀點來看，我們不難理解形成親職化行為的背後因素，也可知道親職化是一個代間傳遞的歷程，父母親將過去被教養與照顧的需求遷延至現在的關係中，期待子女滿足自己的失落，其目的對父母來說是對於過去的補償，對子女而言則是為了不失去與父母的情感連結，並平衡家庭動力。

二、Mahler的客體關係理論

客體關係理論學者 Mahler 研究嬰兒與母親、或與主要照顧者之間的互動過程，認為這對日後其所建立的關係有深遠的影響。生活中的客體關係，均源於兒童想尋求跟母親的再度聯結。而其心理發展，則可說是個體在區隔自己與別人的演進方式，大致可分為四個階段。第一階段是正常性嬰兒自閉，這個階段的

嬰兒無法區隔自己與母親，只知覺到部份(胸、臉、嘴、手)而非完整的自我，在此狀態下，嬰兒沒有完整的自我，也沒有完整的客體；第二階段是共生階段，這時嬰兒非常依賴母親，期望著在情緒上和母親維持高度同步的狀態；第三階段則是分離一個體化階段，這時幼兒可以區辨出「你是你，我是我」，而父母則被幼兒內化為心中的指導，若個體在此階段可以發展心理的自主，建立統一的自我形象，則可達成個人的自我統整；第四階段則是對自我與別人的認知逐漸穩定，此階段幼兒能更完全的瞭解自己與別人是分開的，並會開始與外界建立關係，而不會恐懼失去自己的個體感（李文瑄，1999）。

由上述可知，若子女能順利的度過分離一個體化階段，方能成為一個獨立、自主的客體；若否，子女則會對其父母有過度認同、或與其有過度融合及依賴的情況產生，這可能是造成子女親職化表現的因素之一（楊佳穎，2008）。而親職化行為之所以會對子女造成傷害，主要是因為父母無法滿足子女上述各發展階段的心理需求，沒有給予適當的回應，最終父母與子女間的連結受到傷害(Chase, 1999)。

三、Bowen家庭系統理論三角關係

Bowen家庭系統理論中的三角關係概念，描述有些家庭在處理壓力情境時，父母因彼此之間有未解決的焦慮，其中一方會拉攏子女與其結盟來反對或對抗另一方的現象，以取代原有的婚姻聯結(marital coalition)。當子女過度涉入父母的次系統時，就很容易成為失功能或超功能的孩子。有些子女表現於外的行為總讓人感到成熟懂事，甚至超越了其年齡階段應有的表現，他們看似心智成熟，但事實上有很多時候身上都背負了父母的期望與需要，有的則必須負擔大部分的親職任務，取代了父母親應有的功能，結果由於長期關注自己親職化角色與責任的扮演，反而使得本身的需求被長期壓抑而出現適應不良的狀況（楊佳穎，2008）。

子女會認為維持雙邊的關係是必要的，因此整個家庭成為一個緊密連結的整體，也促成了長期的親職化現象。

四、Byng-Hall 提出依附型態與親職化的關係

Byng-Hall (2002) 以依附理論為基礎，提出兩種不安全的依附型態容易引發親職化的子女，一為矛盾型依附 (ambivalent attachment)，另一為混亂型依附型態(disorganized attachment)。矛盾型依附型態的子女多擁有早熟型的父母，父母受困於自己過去未解決的情緒需求，而忽略眼前嗷嗷待哺的子女，只能間歇性的提供情感關注，子女在兒時為求生存，會表現出強烈被照護的渴望，以吸引父母的注意，但卻也會喚起父母過去依附經驗當中未被滿足的被照顧需求。長此以往，子女學到的是必須要努力黏在父母身邊，不斷的給予以提高自己在父母心中的重要性，從需要被關懷的角色，轉變成照顧父母的需求，以維繫不穩定的親子關係。待成年以後，子女漸漸深感自己未能受到足夠的照顧而有不公平的感受，並有很大的機率會將這失落的情緒再現於下一代身上。

混亂型依附關係的子女常處於趨避衝突之下，他們不知道該接近父母求取關懷，還是遠離父母以避免受傷，這卻也是引發父母內心焦慮的來源。這樣的子女其父母通常在生命經驗當中存在著未竟事務，被創傷、失去依附對象或失去重要他人捆綁，其生命經驗是散落的、不一致的，使得親子之間相互面對時常感到同樣茫然與不知所措，感到難以預期甚至畏懼。於是子女必須學會控制親子關係，以正向的親近和吸引，或負向的拒絕與懲罰，引導父母給予其自身所需的溫暖和關懷，然而子女過度操弄親子關係的結果，會導致父母對子女的失效能感，覺得沒有辦法對子女發揮應有的情感功能，無法保護子女、害怕在親子關係當中失控，甚至對子女感到退縮並放棄對子女的照顧，由此可看到引發親職角色倒轉的惡性循環（謝詰瑋，2009）。

五、Jurkovic 的整合模式

Jurkovic (1997) 提供了一個整合的模式，從父母自身的個體發展層次、家庭層次（微系統）、到家庭與學校、父母與同儕的中系統層次，也擴及更大的層次，像是社會因子（社會態度、社會傳統、性別角色）與倫理處境（公平與公正、義務與權利），這些都可以用來討論親職化的產生以及影響因子。

在父母的個體層次，如果父母原生家庭的經驗裡，存在由失功能的家庭引起的情感剝奪，包括離婚、家暴、性侵、忽視照顧，或經歷不安的親子依附關係，並將此種家庭歷程內化成與他人互動的認知基模，皆有可能將其幼年所經歷的，再現於當前與子女的關係，成為易受傷、渴求情感的父母，而引發子女的親職化。父母本身自我分化程度低者，難以維持獨立的情感運作，容易發展成與子女情感黏結、忽視子女需要、或是剝削子女情感的父母，並引發親職化。簡言之，Jurkovic(1997)認為父母在原生家庭的經驗，會透過代間傳遞的歷程，再現於當前的親子關係，並引發子女的親職化。

與子女相關的因子，Jurkovic(1997)則認為早在嬰幼兒期，有些子女已有天賦的氣質與能力，儘管他們可能脆弱、難以取悅、較難親近，而又特別敏感，在面對困難與多變的親子關係時，有些子女願意且能夠以肢體或非語言的方式對父母表示撫慰和照顧，然而過度且過早的發揮安撫照顧之能，將扭曲子女對情感的需求，而有親職化的危險。另外，若父母不能提供子女穩定而一致的情感照顧，使得親子依附充滿不安全感，子女為求維繫與父母的連結，只好成為主動的一方，控制親子情感互動，長久下來也有親職化的可能。

許多家庭因子也是引發親職化的重要因素，Jurkovic(1997)整理過去研究發現，家庭內的壓力源如父母藥物濫用、出生序與成員數量、單親家庭以及家庭的失功能對子女親職化的影響甚大。另外，父母若過早要求子女獨立與成熟，特別

是當自己處於脆弱、受傷之時，子女容易出現破壞性的親職化，「破壞性的親職化」，即是發生在付出與回報失去平衡之時，子女的付出未獲得父母相對的回應，固著於照顧者的角色，承擔的情感或功能性照顧超乎子女本身能力所及，或是超越了子女發展階段的任務，子女也會內化此種來自父母不當的角色預期，甚至在其他家庭成員的認可與支持下越演越烈，導致對子女的不良影響(Chase, 1999; Jurkovic, 1997; Wells & Jones, 2000)。

綜上所述，可看到不論是心理動力、依附理論、或是家庭系統的觀點，都緊扣著父母與子女雙方的需求長期以來不被滿足的現象，並且子女會以親職化的行為來得到自身所想要的關愛與肯定，與凸顯自己在家中的重要性，雖然適當的親職化行為能夠穩定家庭內的狀態，但過度的親職化則會對子女造成負面的影響，漸漸的形成家中的惡性循環，並傳至下一代，故親職化並非一個可以長期忽視的現象，它的代間傳遞也有其研究證據，尤其在華人文化重視孝道的情況下，親職化子女或許有它更難以言喻出的辛苦與委屈，因為追求自主、獨立，常常伴隨著離家的罪惡感，或者被冠上不負責任之罪名，就如Jurkovic所提的，社會所形成的不成文的道德規範，無形的影響著我們對自己，與對他人的想法，並使用此規範來約束他人、約束自己，進而更加強了原有的現象。故，若是子女能對自身的渴望或是親職化現象能有多一份覺察，無論是在自身所處文化中的覺察，又或者是長期累積起來的脆弱需求，都可能可以為子女帶來更好的生命平衡，擁有更多的自由與能量，去轉化那些原以為再也無法承擔之重量。

參、親職化的影響與相關研究

一、適應性的親職化

雖然本篇研究期待能夠看見高自我分化程度的個體能有低親職化的現象，但仍須強調：「有親職化行為並非對子女而言是必然負面的」，尤其以 Jurkovic (1977)的研究可看到「關係裡的對等和平衡」是影響親職化的關鍵因素，若孩子擔負家庭照顧責任時能獲得足夠支持與關照，使得付出與獲得間平衡互惠，則此親職任務對孩子的身心未必有負面影響。Jurkovic 認為「適應性親職化」是指當親職化現象為短暫的照顧責任，孩子有機會能夠從中學會照顧他人的能力與技巧，並從中獲得自我價值感、被支持與公平對待，由此可知，適當的親職化是有其適應性意義存在的。也有其他研究證實適當親職化帶來的正向意義，像是 Martin(1996) 研究發現「親職化」與人際的覺察能力和支持能力之間具有顯著的正相關，而 Stein 等人(2007)指出親職化現象常常可以幫助青少年去學會照顧自己、獨立生活。並且，「親職化」與選擇助人專業之間亦有顯著的關聯性(Gracer, 1993)。而在本土的研究中，也可看到親職化對子女的適應性意義，吳嘉瑜(2005)認為親職化的正向影響在於可以協助子女發展對與他人關係的敏感度；郭孟瑜 (2003) 以「親子關係三角量表」測量青少年的親職化現象，研究結果發現青少年的親職化程度愈高，其肯定他人、主動關愛、保護的人際行為表現程度就越高，而責備、攻擊和忽視他人的程度也越低；而張榕芸 (2010) 的研究結果可看到親職化對子女的正面影響，在外在行為表現部分則為「成熟獨立」、「社會歷練，處事圓融」、「面對困境，勇於承擔」、「將心比心，鼓勵協助他人」、「自我要求，表現突出」，而在內在心理表現部分則包含「協助家庭，肯定自我」，但其說指的為適應性的親職化，若是破壞性的親職化，則會帶來負面影響，以下將說明。

二、表現早熟的子女

早熟可能是最普遍存在於像成人的孩子的表現上。它是指子女具備有超乎他年齡的知識。青少年被允許參與成人的對話和事務的處理，或是在高風險的環境中持續的目睹生活嚴酷的現實面，因而在外觀行為上表現出與孩子通常是被保護的形象不同(Burton, 2007)。在親職化的影響中，除了子女會承擔家庭的情緒性支持指與工具性行為外，學者更依據不同的分類，將早熟過度有功能的孩子再區分為以下幾類(引自吳嘉瑜，2005)：

- (一)刀槍不入(invulnerable)的小孩(Robinson and Field, 1983)：雖然在創傷或有壓力的環境中成長，但會抗拒有害的影響，在人際上具有良好的社交技巧，受到同儕與成人的喜愛，有正向的自我價值，習慣將他人的需求擺在自己的需求之上。
- (二)匆匆長大(hurried)的小孩：指的是被迫長的太快的孩子(Elkind, 1981)，在情感和理智尚未準備好時，被迫承擔大人的角色與隨之而來的壓力與緊張。
- (三)家庭英雄(family heroes)：藉由表現良好，以及維持家裡的一切正常，來為失功能的家庭帶來秩序與平衡(Robinson, 1998)。這樣的孩子對於家庭覺得自己有責任，所以他們會在學業上表現精進，並且負擔起大人該做的事情，以表現良好來遮掩家庭的傷痛以及自己受傷的感覺。
- (四)有責任感(responsible)的小孩：提供家庭的穩定與和諧 (Black, 1982)。
- (五)A類型的小孩(type A children)：具有強迫性地過度追求成就，企圖控制別人，壓抑身心疲勞感，競爭、成就取向，具有完美主義 (Matthews and Angulo, 1980)。

三、破壞性的親職化之負面影響

(一)負荷過重之憂慮與自責

親職化可能的風險存在於當兒童或青少年負荷過重(overburdened)或是過重的要求，當其所被分派的責任或是任務超出他們發展的能力時，這樣的經驗可能

帶來負向的影響。在某些極端的例子上，當父母太過依賴，或是當父母退出作為父母的責任，孩子也許會做得太多(doing too much) 或是負擔太沉重(carrying the load)，則親職化的青少年也許會在這樣的過程中學習到他們的需求比起其他人的需求也許是較不重要的，也許會在追求學業、友誼、童年的活動上沒有足夠的精力和時間。這些活動追求也許會因為父母明顯的或是隱含的要求和期望下而被迫延緩或是被放棄(Chase, 1999)，因此，不適當的親職化經驗，對於孩子的影響是相當深遠的。

石芳萌(2007)指出親職化中的「情感性照顧」、「不公平性」程度越高，罹患身心症的可能性就越高，但若「情感性照顧」程度高，但個體並未感受到不公平，得到嚴重憂鬱的可能性卻大幅降低，但仍會出現至睡眠問題、焦慮或社會行為功能問題。而在「功能性照顧」程度高的個體，雖然較少有心理、情緒的問題，但是勞累的工作仍舊反映在焦慮、身體症狀和睡眠狀況上。

Wells 與 Jones(2000)的研究指出，兒童時期的親職化角色與成人時期的羞愧傾向(shame-proneness)之間有顯著相關。因子女長期過早的認同父母的期待與需要，故在成人後會對於真實的自己想要追求的事物而感到羞愧。

Held 與 Bellow(1983)的研究顯示，父母與子女的角色互換是造成青少年自殺行為與危險反應的重要因子，而此自殺動機與行為是因為想要逃避擔負過度的責任、沈重的父母角色。

Jones 與 Wells(1996)的研究結果證實，無論針對男性或女性，親職化的經驗都能有效預測其自戀的(narcissistic)和自虐的(masochistic)傾向，研究者認為自戀傾向是因為個體為了保護自己不要感到自卑、失落，以及對於父母不合理的期待的防衛機轉，自戀性親職化個體起源於兒童時期成功的履行了父母所賦予他們的期待，會用父母的理想我所投射出的誇大錯誤自我，來與真實的自我對抗，而

錯誤的認為自己的偉大，表現出傲慢、驕傲和誇大的自我；而有些子女的自虐傾向是為了擔任照顧者而犧牲自我，為了滿足父母的需而放棄自己的需求與發展出錯誤的認同，使這類兒童發展出受虐的特質，這樣的個體會傾向呈現不尊重自己的自輕，或因為自己能滿足他人的需求而驕傲。此研究也說明了親職化經驗對個體的影響可以是完全不同的兩個特質，這與子女所處的家庭氛圍與家中其他因素也有相關。

張榕芸（2010）的研究進一步說明親職化對子女的負面影響，在外在表現上包含「活動時間受限制」以及「抱持懷疑不信任」；而內在心理感受部分包括「辛苦疲累」、「協助有限，擔心愧疚」、「自貶自卑，缺乏自信」、「故作堅強，內心脆弱」、「獨自承擔，負荷沉重」、「責任加重，壓力龐大」以及「悲觀絕望，期待解脫」，此質性研究，可看到親職化子女在照護家庭的過程中經歷的矛盾與罪惡感，甚至會影響到其自我概念，缺乏自信。

（二）人際衝突因應能力較差

雖然親職化子女在人群中時常表現出溫暖友善的特質與人際行為，但也較易給人一種在控制他人的感受，希望他人能夠按照自己的想法行事（郭孟瑜，2003）。親職化程度越高，雖然有利於人際關係的覺察，但卻越不利於個體在面對人際衝突上的因應能力。子女出現憂鬱與焦慮的情形也愈會增加（Byng-Hall，2002）。此外，親職化的經驗與個人心理功能和情緒調節能力之間均有顯著的負相關(Dwyer,1993; Martin,1996)，也會妨礙子女的情緒控制及表達能力的發展(Earley & Cushway, 2002)。

（三）照顧者症候群(caretaking syndrome)強迫的助人行為

吳嘉瑜(2005)認為當親職化任務超過子女所能負擔之時，親職化就是有害的，負面的影響在於子女會認為自己的需求是不重要的，而阻礙他們對自己人生

目標的認同以及與原生家庭分化的能力；此外，這也養成他們傾向渴望得到別人肯定與喜愛的人際模式與心理需求，也就是說，他們習慣以他人需求為主，而不知自己要的是什麼，他們必須仰賴他人肯定，卻無法肯定自己。由此看來，親職化子女常常是以他人需求為主、以及需要他人肯定的模式在與外界相處，這會使其喪失為自己作主、做決定的能力。

研究發現親職化的子女在兒童或青少年時期，就學會放棄自己的權益，因在親職化的過程中，已長期習慣承擔他人的滋養者、調節者、保護者，這些照顧者的角色，故親職化的兒童在成年以後，也易成為過度為他人付出的照顧者(West and Keller, 1991)。他們照顧父母的過程中，學習到如何照顧他人、表現友善與親和的能力，但相對而言，在成人環境中，親職化子女則較難拒絕他人、與他人設立界線，在當要把自身的需求放在他人的需求前面時，會感到不自在，甚至是宥惡感，且對於依賴他人也會感到不安全(Tyber, 2000)。國內研究也發現具親職化成長歷程之大學生在團體治療中表現出較多的照顧者特質，也較敏於覺察他人需求，但是另一方面，也表現出過高的自我要求，容易自我挫敗的言行舉止，是憂鬱症疾病的高危險群(莊慧美, 2008)。

親職化子女通常會出現強迫的助人行為，而且通常在自己有需要的時候，也不習慣於尋求別人的幫助，他們通常期許自己「做一個能夠好好照顧他人的人」，或是只有給予的人而不是同時「給」與「取」的人(吳嘉瑜, 2005)。在生涯選擇上，許多親職化子女在成年以後會選擇助人的工作，而這樣的角色可視為過去親職化角色的延伸(DiCaccavo, 2006)。

肆、以華人文化角度看「親職化」

上述所提及之自我分化，存有東西方文化差異，而親職化是否也是呢？這個由西方提出的「親職化」現象，在華人文化下，是否有另一種思考角度呢？Stein、Rotheram 與 Lester (2007) 提出親職化現象的認定有文化取向上的差異，在集體主義的文化裡（如拉丁人、非裔美國人），親職化現象被認為是一個文化適當性的行為，例如：其強調相互依賴和可變通的家庭角色，因此子女的親職化或許是一種能力，或者是個人彈性上的展現，而非以一固著於照顧者角色的角度來思考。

在華人社會中，子女擔負協助家務工作和體貼父母的現象是較為常見的。張虹雯（1999）指出，在台灣社會裡，子女在家中承擔家事、孝順父母、照顧兄弟姊妹等行為是被父母、師長或大眾所讚許的，而且做愈多表示愈孝順。葉致芬（2004）進一步研究國內孝行獎年輕得主的身心狀態指出，這些孝行獎得獎者大多處於困頓的家庭之中（例如：單親、隔代教養、家庭成員患有某種疾病或身心殘障、貧窮和社經水準低落等）協助家務、承擔家中責任。但若進一步探究孝悌楷模孩子的心理，會發現這些孩子主動或被動的為家庭挺身而出、承擔家事、孝順父母和照顧兄弟姊妹，這些被稱許的行為，是犧牲自己的需求和利益，以親職化行為的方式來平衡或拯救家庭，將可能造成其、手足關係疏離、減損身心健康、減低學業成就或影響日後親密關係。楊國樞(1989)也表示中國受到東方恥感文化(shame culture)影響，孩子做愈多照顧弟妹或是家庭事務的事情表示愈孝順，就會因此獲得家中的地位以及他人的肯定(引自蔡秋雄、高淑清，2006)。

從上述研究中看到，在華人文化中，孩子對家務的協助有著被期待與被需要的看法，但在探究親職化的適應與不適應時，仍應放在不同的文化架構下進行思考；葉致芬(2004)亦認為不能夠武斷的將西方家庭系統的親職化觀點套在華人的

孝道文化上，來污名化孝道行為的意義與功能。從以上的文獻中可看到，適當的親職化對個體而言是有其適應性意義與良好功能、自我價值感的象徵，因此研究者並無要否定親職化子女所付出的努力，因親職化現象並非就是負面的，而是想瞭解若子女已過度親職化，如 Jurkovic 所提及的「破壞性親職化」，那個體是否能做一些個人努力（例如：提高自我分化的程度），來降低親職化對個體產生的負面影響，此篇研究並非要完全消除親職化的存在，而是欲降低父母教養方式對親職化之影響。



第四節 父母教養方式、自我分化與親職化相關研究

壹、父母教養方式與自我分化的相關研究

有關父母教養方式的研究已逐漸由過去著重父母教養對子女適應的影響，而注意到父母教養方式與子女適應的中間變項，像是自我分化、因應策略等等（吳麗娟，1998）。國內許多研究顯示子女分化程度與家庭因素有關，包括父母本身的自我分化程度、教養態度、社經地位等（王鑾襄、賈紅鶯，2013）。而修慧蘭（2004）透過探討大學生在起飛家庭中的親子界限內涵，提出一模式為「親子關係-自我界限模式」（Parental Relation-Self Boundary Model，簡稱R-S模式），可在此模式中可以看到父母的態度與行為會使子女經驗到截然不同的自我感受，像是若大學生知覺到被侵佔自我空間、責罰與生活指責等等被侵犯個人界域的行為，甚至是情緒涉入過深、界域混淆時，則子女在親子關係中自我容易經驗到被否定與自主權被侵犯，而當父母的「侵犯」越高，則子女所知覺到的「否定感」也越高；而若是知覺親子關係屬於較為疏離的狀態，雖有溝通，卻是淺薄溝通，有秘密不說開，是為了維持表面和諧，子女較少感受到父母的鼓勵或正向回饋時，因此子女會在自我層面上經驗到疏離、失望的壓抑與退縮感，此即「相安越高」，則「壓抑感」也越高（修慧蘭，2011），從徐君楓(2004)研究中，進一步瞭解到當父子、母子間侵犯越高、相安越高，大學生之自我分化程度就愈低，以Maccoby & Martin 的教養類型來思考此研究，猜測或許「侵犯越高、相安越高」，相關的教養類型是「高要求、低回應」的教養類型，而由此推論專制權威型父母較有可能促成自我分化低的子女。

Cooper et al.(1983)描述個體化良好的家庭所具備之自我肯定與開放性，就是民主教養的特徵。Elder(1963)發現民主教養的青少年對自己較有自信，也較自

主。Bartle(1989)發現當父母越傾向民主/開明權威時，其子女的個體化情形越佳；當父母傾向專制權威時，子女易和父母雙方產生混淆的情形。

Klieman(1981) 以及 Shulman & Klein (1982) 的研究結果一致，顯示當父母的個體化情形越佳時，將會創造出有利於子女發展個體化的環境，而且當父母越傾向民主權威時，其家庭氣氛越能有促進與支持子女自我分化的功用。此外，研究指出若主要聯盟不是夫妻雙方的婚姻關係而是跨代親子關係時，則子女會產生不良功能，如低學業成就與低自我發展(Teyber, 1983)；如果親子聯盟勝於婚姻聯盟，將會影響家庭權力結構。另一方面若是配偶忙於直接衝突，將無法知覺子女的需求，且將流於縱容的教養類型(Bowen, 1976)。

至於過內研究方面，則較少有直接探討父母教養態度與子女自我分化情形的研究，吳麗娟（1988）的研究結果顯示父母的教養方式與子女的自我分化是有顯著相關的，當父母的教養方式越傾向「關愛接納」、「過度保護」、「民主平等」，越不是傾向「忽視忽略」、「拒絕敵意」、「嚴格挑惕」，加上母親在自我分化上越是傾向「配偶親密」時，其子女在自我分化上將越可能與父母形成代間親密，與同儕的親密程度越高，而且在代間或同儕中，個別化的程度也越高，自我分化程度高，形成代間三角關係的可能性越低。由於國內父母教養方式與子女自我分化之間的相關分析研究還沒有很多，故研究者欲更深入瞭解這部分。

貳、父母教養方式與親職化的相關研究

父母過度干涉或管束子女，可能使得子女汲汲營營於迎合父母的指示，甚至擔心愧對父母而更盡心於扮演身負大能的子女。再者，家庭界限扭曲或者僵化，也都會引發子女的親職化 (Jurkovic, 1997) 。

在楊佳穎（2008）的相關性研究中發現親職化子女除了其「內化程度」與父親回應、母親回應呈現負相關，而其它親職化層面（包括角色職責、價值觀與協助行為、擔憂對象）與父母親之回應和要求皆呈現正相關，此外，無論是父親或母親，在回應的層面上都較要求的層面上與親職化程度有更高的相關。楊佳穎（2008）指出當父母對子女有越多的回應、越能關照子女的需求時，子女就愈能夠表達自己的情緒與壓力狀態，也就越不容易將親職化的角色內化；而當父母的要求越高時，子女的角色職責表現越多、也越會表現符合家庭與社會規範之行為、且對家族成員的關心程度也越高，當控制越多時，子女在家中擔負的職責可能越重。從此篇研究可以了解到父母高要求與低回應有可能造成高親職化的子女，而高要求、低回應的父母在 Maccoby 與 Martin 的父母教養類型中，屬於專制權威型的父母，以此研究，有一結論是，寬鬆放任型的父母較不易促成親職化子女，而專制權威型（高要求、低回應）父母較易有親職化子女。

這與 Jurkovic(1997)所提及的「公平性」也是有關聯性的，當子女在家中付出很多，而父母能夠有高度的回應，像是對子女說：「謝謝，你辛苦了」，或者是「家裡有你真好」，這些話時，子女會感到自己的付出並不是白費的，或者是「他們會在意我的感受，我的感受是重要的」，「父母願意接納若我不想做這些事時，我有自由去決定要不要去做的權利與自主性。」，這也是為何本研究使用之研究工具將「公平性」考量進去，親職化子女的定義已經不只是看子女的行為層面，也越來越看重子女在感受層面的狀態。

Teyber (2011) 將父母教養型態分為專制權威型、縱容型與威信型三類，專制權威型的父母訓練子女，並且對他們有許多期待，但卻未提供子女所需要的溫暖與關懷，因此其子女雖然服從、負責、有成就，但同時是易焦慮、沒有安全感的；威信型父母有著廣泛彈性的教養技巧，能將撫育與紀律要求結合，雖然期

待子女負責有成就，但同時亦給予情感支持及語言贊同，因此子女多是健康、有良好適應的；至於縱容型父母，他們的管教方式是放縱無原則的，其子女通常不知道父母對其期待為何；此外，縱容型父母可能較能與子女情感需求相連，也因此縱容型父母家庭比較容易產生混亂的跨代聯盟，進而阻止子女個別性發展，故依此研究可知，縱容型父母可能最有機會產生親職化子女。

綜合上述，可看到父母教養方式與子女親職化的關係之研究結果有不一致之處，國內目前針對父母教養方式對親職化的影響的研究並不多，何種父母教養類型能夠有效預測親職化的子女，還未有定論，也因此本研究欲進行此相關研究，或許父母教養方式不一定對親職化有直接影響，但也許能夠有其相關性，都可以作為未來諮商實務工作上之參考。

參、自我分化與親職化的相關研究

相關的國外研究結果指出個體的親職化表現越高，其自我分化程度越低（Fullinwider-Bush & Jacobvitz, 1993; Pola, 1993; Jurkovic, 1997）。國內的研究則有石萌芳等人（2010）指出個體出現越多的親職化表現，自我分化程度呈現越高的「代間混淆」傾向，與越高的「涉入三角關係」傾向，即自我分化程度有越差的傾向。但在這之中也發現，當有越多親職化表現，個體與父母及同儕的關係卻是偏向越良好的，似乎顯現在華人重視孝道的文化之下，如果個體承擔各種形式之家庭責任，或因家人的期待而改變自己以捲入父母的關係之中，雖然一方面會令個體感到高度的不公平，但另一方面，個體或許也接受這是自己孝順父母、體貼父母、甚至是討好父母的方式，也因此而仍能與父母間擁有親密的聯結關係，此外，個體也會藉由類似的模式來維持與同儕間的關係與互動。

Jurkovic(1997)指出當親職化現象是破壞性的影響時，青少年常難以形成獨立的自我感，並且導致個體的身心健康有較差的情況。極端照顧父母及家人的他們，會有離開家庭的困難，例如：一些青少年在離家時，經驗到極度苦惱的罪惡感、羞愧和不忠誠感；儘管離家幾百里遠，他們也盡可能持續的照顧家庭成員，尤其是情緒上的照顧。對大學生來說，如果他們無法從家中獨立出來，常使他們處在危機、憂鬱和自殺行為的狀態中（引自陳慧珊，2013）。

由陳慧珊（2013）研究可間接看到親職化對大學生自我分化的影響，其研究發現，當大學生的親職化現象呈現高度的「不公平性」時，其個體化中之「功能獨立」、「態度獨立」、「情緒獨立」程度較高，但「衝突獨立」程度較低；亦即大學生心理感受到高度不公平感時，其外在行為表現在態度和情緒上是獨立自主的，能從由父母的關係裡獨立出來，但其內心與父母情感分離的衝突還是大的。換句話說，大學生感到較多自己不被瞭解、缺少支持，以及付出與獲得間是不對等的時候，即使大學生外在表現似乎顯現出較多的獨立性但內心常常仍是矛盾衝突的。這就猶如本研究中使用之自我分化量表中的「情緒截斷」狀態，子女以此方式來逃離親職化的所帶來的焦慮與不公平感受。

綜上所述，本研究預期整體之自我分化與整體之親職化將呈現顯著的負相關，然而在自我分化與親職化之各分層面上之相關，仍無其他研究作為參考，故本研究欲進行此部分之之初探。過去無論是國外還是國內之研究，大多是以親職化為獨變項，探討其對心理適應、身心健康、自我分化等等的影響，研究者認為過去研究已證實個體之親職化會對自我分化造成負面影響，但鮮少有研究探討親職化情形從何而來，而自我分化是否能夠作為獨變項影響個體之親職化情形，故本研究欲以自我分化為預測變項，親職化為效標變項進行統計分析與結果討論，盼能作為成年初顯期子女以及諮詢相關實務工作者之參考。

第五節 成年初顯期意涵與相關研究

壹、成年初顯期之意涵

成年初顯期(emerging adulthood)是 Arnett (1998) 觀察美國社會中年輕人的發展特徵所提出的一個新的發展階段，主要指的是已經度過青少年期(adolescence)，但是還沒有正式進入成年期(adulthood)的年輕族群。Arnett(2000)定義這段時期約介於 18~25 歲。

Arnett (2006)認為這段時期之子女並非青少年晚期，因為個體已經離開父母的管教，開始擁有更多的自由與獨立發展的空間；在法律層面上，成年初顯期子女被賦予的法律權利與責任也比青少年時期更完備；在生涯選擇上，成年初顯期子女也較青少年時期擁有較多選擇權，青少年時期子女在接受高中義務教育，然而成年初顯期子女可以選擇就讀普通大學、科技大學、或直接就業；成年初顯期子女在生理發展上也較青少年時期成熟與能夠自我照顧。然而，成年初顯期也不是成年前期 (young adulthood)，多數成年前期意指準備進入婚姻、建立家庭隻個體，然而此階段之子女對工作與家庭的價值觀都不同於以往傳統社會之價值觀，對於工作的目的不只是獲得薪水，也重視自我實現的滿足感，渴望花更多的時間去探索自身感興趣之事物，這也拉長的職業不穩定的時期。在婚姻層面上，受到性觀念解放的影響，多數子女不再認為結婚為性生活之條件，也不是脫離學生身分後應該承擔的義務，更多成年初顯期子女視婚姻為一種個人自由的「選擇」(許晨韋，2014)，生兒育女以及長期穩定的職業這些生涯「任務」在過去被視為成為成年人的標準，而且多數在 20 歲初頭就會被達成，在現代直到將近 30 歲才會被完成，這個現象在許多已開發工業化國家逐漸明顯。因此，在此時期之子女既不是青少年期，也非成年早期，Arnett (1998) 認為「逐漸顯現的」(emerging) 這個字較能準確且貼切的描述年輕人在此階段「探索的」、「不穩定」

的特性。

而此時期的由來，不僅是受到工業化社會環境的影響，也與個體對自己的認知有關，Arnett(1994, 1998)的調查研究結果發現，美國大學生中只有 27% 認為自己已經是成人；21~24 歲的年輕人，僅 53% 認為自己是成人；25~28 歲的年輕人，認為自己是成人的比率才增加至 71%。Nelson 等人(2007)的研究結果發現，392 位未婚，年齡介於 18~25 歲的大學生與研究生中，只有 16% 認為自己已經是成年人，72% 認為自己「某些方面是，某些方面不是」，13% 認為自己不是成年人。為了瞭解台灣處於 18~24 歲之子女是否也出現成年初顯期的現象，程景琳、廖小雯和林書萱(2009)以Nelson等人(2004)的研究工具，針對401位年齡介在 18~24 歲的子女進行調查，發現有高達 67.1% 比例的人認為自己目前「已經不是青少年，但也還不是成人」，這項調查結果顯示出，這群子女自覺處於一個過渡階段。此外，有超過 80% 的年輕人認為判斷一個人是否為成人的必要條件，與Arnett (1994)的調查結果一致，即「在經濟上獨立於父母」、「為自己的行為負責」以及「不受父母或其他人影響，獨立地建立自己的信仰和價值觀」，且此回答無性別上之差異，過去傳統文化中所認為的達到特定年齡及完成符合社會期待之人生任務已漸漸不是判斷是否為一個成年人之標準。從上述研究結果以及台灣的經濟發展條件與教育的普及化可知，台灣社會中介於 18~24 歲之個體常常是獨立於家庭與依賴於家庭之間時常是來回反覆的，雖然子女期待自己能夠獨立自主，成為真正的成年人，然而在需要時仍須仰賴家庭的資源、尋求家庭的協助（廖小雯，2009）。Arnett (1998) 認為此一時期不僅僅是一個過渡期與轉換期，須將之視為一個獨立的、發展性的階段來進行研究。

貳、成年初顯期之發展特性

Arnett (2006)歸納出五個成年初顯期子女主要的發展特性如下：

一、自我認同的探索時期(the age of identity exploration)

子女會在成年初顯期階段經歷到自我認同的探索期，此時期的自我探索與青少年時期的自我探索有很大的不同，成年初顯期子女以工作與愛情為最主要的兩個探索面向，重視工作與愛情的長遠性與未來目標，也更深入思考此二面向與自我認同有關之議題，像是「我是誰？」、「什麼樣的職業與伴侶適合我？」(許晨韋，2014)，在嘗試與不同對象建立親密關係的過程中，確立自己在愛情關係中所重視的互動品質、性別角色的分工等等，相較於青少年時期較重視當下的快樂與新鮮感有很大的不同。此外，對於工作的探索也較多會思考此工作未來的發展是否為自己想要，藉由實習或短暫的全職工作了解自己是否真的對此工作領域感興趣，又或者與想像中有所落差，而每一次的嘗試都能讓處於此階段之子女更認識自己，同時獲得樂趣、生命經驗的拓展與自我認同感的形塑。

二、不穩定的時期(the age of instability)

成年初顯期階段之子女雖然對於未來充滿熱情與鬥志，且擁有許多空間去嘗試與體驗不同的工作與生活方式，然而子女們同時也面臨著相對於其他生命階段，有更多的不穩定與不確定感受。因為擁有更多的自主權與自由度，但也意味著許多選擇需由自己決定與負責，這些選擇的變動性包含子女的要做決定前可能受到家人期待的影響、面臨離開家的離開家的居住安排以及要就業還是就讀研究所，或是到國外念書等等，子女的生活不再全權是由師長安排與保護著，每一個選擇對子女而言都有許多須考量的面向，雖然握有較多的掌控權，但也會因為對未來的不可預測感到不安與焦慮，這些不適應的感受，已成為這個階段的子女必經的過程。

三、自我關注的時期(the self-focused age)

此階段之子女因為不像過去青少年時期必須受到父母的管教與約束，也還不用像成年人一樣必須承擔社會角色責任，因此擁有更多的自由與自主權，也有較多的時候可以關注在自己身上，重視自身的想法與感受，不斷自我詢問「我想要什麼？」、「我會什麼？」。當面臨許多選擇與必須靠自身力量做出決定時，會使用各式各樣的方式，像是蒐集網路資料、參考youtuber的意見、報名工作坊等等，去探索自己的興趣、喜好與更認識自己，進而做出符合自己嚮往之決定。這樣的自我關注有助於子女釐清自己的內在想法、感受以及未來的方向。

四、定位不明確的時期(the age of feeling in-between)

此時期描述的是成年初顯期子女在此過渡階段中，對於自己的定位不明確的現象，意即覺得自己既不屬於青少年族群，也不是能夠自給自足的成人。Nelson等人(2007)的研究結果發現，「能夠為自己的行為後果負責」、「和父母建立平等的、成年人的關係」、「經濟獨立」與「形成獨立於父母的信念和價值觀」是最多人認可的成年標準，而成年初顯期子女在某些事情上已可以為自己全然的負責，例如工作的選擇、學業的安排，但在某些事情上仍需父母的幫助，例如離家在外的子女的房租費用、生活開銷等等，當擁有自主權卻仍需仰賴父母時，子女會感覺到自己還不是一個全然的成年人，而是感受到自己正在邁向成年人角色的過程。

五、充滿各種可能性的時期(the age of possibilities)

Arnett (2000)的調查結果發現，雖然成年初顯期的年輕人對未來社會與經濟層面的發展感到悲觀，但是他們仍然認為自己能夠有計畫的實現自己的理想並且獲得到讓自己滿意的生活（廖小雯，2009）。

成年初顯期子女對未來懷抱著許多的嚮往與期望，並相信自己可以突破現實中的困難，透過努力與能力，過上自己想要的生活。此階段的子女還沒有既定的生活模式，也因為年輕，所以有不停嘗試的機會，當失敗了或結果不如預期時，仍有機會可以轉換跑道，再嘗試其他事物。即使有些子女的成長背景有其限制與困難，例如家庭貧窮、父母失和等等，子女會在成年初顯期階段相信自己可以改變命運，即原生家庭的影響必然存在，但是轉化的可能性在此時無可限量(許晨韋，2014)。成年初顯期子女在擁抱各式各樣的選擇時，也為自身增加更多的彈性與信心，去達到內心理想中的生活模樣。

綜合上述成年初顯期子女在此發展階段上之特性，可以看到雖然子女承擔著對於未來的許多不確定感與焦慮，但對自身生命握有更多的自主權與美好的想像空間。雖然 Arnett 指出成年初顯期是一個關注自我發展的時期，但這樣的自我關注並不等於自私的表現(Arnett, 2007)，因為這個階段的子女在追求獨立發展的過程中，其認知上也將更有能力同時考量到個人自主(autonomy)的發展以及對社群 (community)的關懷(Arnett, Ramos, & Jensen, 2001)。尤其在華人文化中，較西方文化注重關係的和諧與互相的扶持，子女的自我關注，更多也包含人際層面之發展，在獨立與依賴上皆渴望獲得滿足。

參、成年初顯期與之相關研究

成年初顯期子女內心的掙扎與不安感在很多時候與父母的期待有關，當子女有更多空間專注於自我探索、追求自我實現時，若與原生家庭的期待不同，則會造成心理上的衝突(Fuligni, 2007)。Luyckx、Soenens、Vansteenkiste、Goossens 和Berzonsky (2007) 也曾探討父母對子女的控制管教和子女自我認同之間的關係，研究結果發現當子女有更多的探索時，往往會感受到更多來自父母的壓力，

而感受到父母越多控制的子女，會更難以做出適當的承諾，進而阻礙自我認同發展。

子女在自我認同探索時的內心焦慮，不僅與父母教養有關，也與社會文化有關，Sneed、Johnson、Cohen、Gilligan、Crawfor 與 Kasen 於 2006 年的研究發現男女在成年初顯期階段與家庭分離的議題具有性別的差異。在我們成長的社會文化中，女性較男性更被期待重視家庭關係的維繫，像是「體貼的」女兒、「溫柔的」態度等等，也可能為了維繫家庭關係而有親職化之情形，因此成年初顯期的女性在與原生家庭的分離上較男性產生更多的內在衝突與矛盾感受，較難與家庭分離，並在家庭外追求自我，而男性則較能夠與原生家庭分離並向外發展，因為男性多被期待為建立事業、有好的工作等等。另外，東方人較西方人更強調「對他人的義務」，因此東方之成年初顯期較多認同自己已是成人，該為家庭以及他人承擔起社會角色責任 (Nelson, Badger & Barry, 2006)。此與家庭分離的議題也包含在本研究的自我分化內涵之中，子女在成年初顯期擁有多樣的探索機會，也會經歷到需要父母的支持與放手才能夠安心的向外探索的感受，這也與 Winnicott (1958) 所提之心裡有家的人才能擁有孤獨的能力之概念不謀而合。

若子女在成年初顯期階段中無法在個人與家庭間取得平衡，則會難以享受個人的自主性與自由度，也難以建立良好的自我分化能力，相對而言，父母的教養方式對於子女探索自我的空間也產生直接的影響，雖然過內關於成年初顯子女在父母教養、自我分化以及親職化上之研究仍未出現，但綜合上述之研究結果，本研究假設當父母對子女有越高的要求，則子女的自我分化程度也會越低，並將加以探討成年初顯期子女知覺之父母教養方式對其自我分化程度以及親職化之影響。

第三章 研究方法

本章節欲說明本研究之研究架構、研究對象與抽樣方法、研究工具、資料處理與統計分析以及研究程序。

第一節 研究架構

根據研究目的以及文獻整理，本研究欲探討大學生知覺之「父母教養方式」、「自我分化」、與「親職化」三個變項之間的關聯，本研究之架構如圖2所示。

由圖 2 之研究架構圖可知，本研究所探討之「父母教養方式」包括父親要求、父親回應、母親要求以及母親回應；「自我分化」則包含情緒化反應、我立場、情緒截斷、與他人融合四個向度；「親職化」則包括功能性照顧、情感性照顧、與不公平性三個向度。此外，本研究亦探討這三者之兩兩相關情形，以及父母教養方式與自我分化對親職化的預測力，並瞭解自我分化在這之中是否具有中介效果。

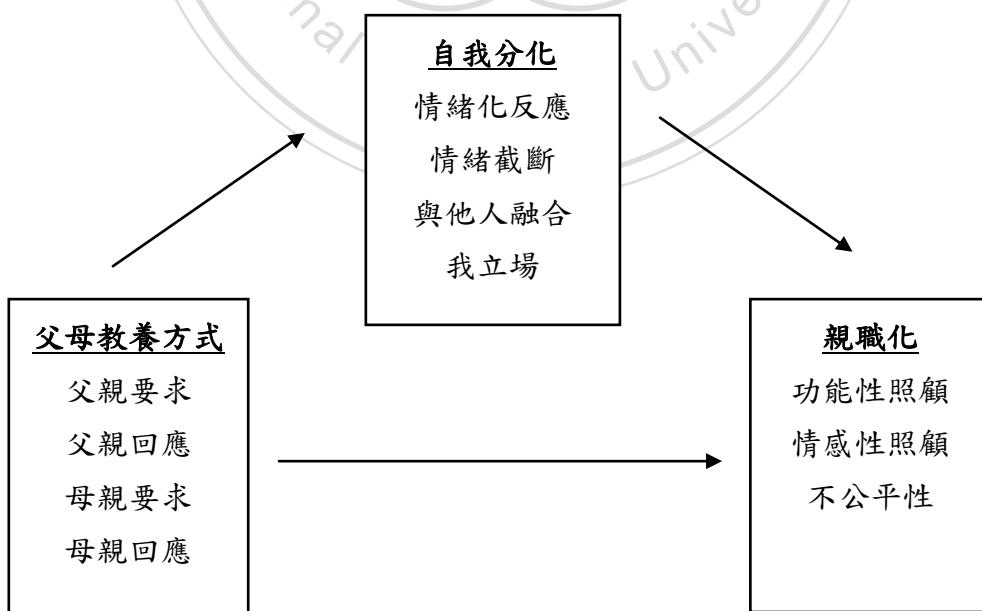


圖 1 研究架構圖

第二節 研究對象與抽樣方法

壹、研究對象來源

本研究之研究對象為台灣地區成年初顯期（18~25 歲）之個體，採立意取樣的方式選取受試者以進行結構性問卷施測。因顧慮紙本問卷能擴及的場域有限，故以網路問卷的方式進行，希望能夠透過不同的網路社群軟體(包括各大專院校之交流板、instagram、facebook 等等)、聊天軟體群組(line)的方式散布此問卷，並以填寫即可參與抽獎的方式來感謝並鼓勵受試者填寫。

本研究透過線上填寫問卷的招募方式，蒐集到 536 份問卷，剔除廢卷後得有效問卷 425 份。

貳、研究對象之背景變項

- 一、性別：分為生理男性與生理女性兩類。
- 二、年齡：限 18~25 歲填寫。
- 三、目前就讀之學校或從事之工作（待業則填待業中）。
- 四、家庭結構：
 - (一) 生親家庭（與父母親同住）。
 - (二) 單親家庭（包括：父母分居、離婚、父母一方過世）。
 - (三) 繼親家庭。
 - (四) 寄養/隔代教養家庭。

第三節 研究工具

針對研究需要，本研究用以蒐集資料的研究工具為「父母教養方式量表」、「自我分化量表」與「親職化量表」，而在研究進行前，也會讓受試者瞭解「知情同意」之內容與填寫「基本資料表」，以下分述這些研究工具的特性。

壹、知情同意書

確保參與研究的受試者是在了解本研究之目的與內容後，自願且明白自身權益的情況下進入並參與本研究。

貳、基本資料表

基本資料的部分，分別請受試者填入年齡、性別、就讀學校/從事職業以及家庭結構。

參、父母教養方式量表

一、量表內容與計分方式

本研究採用之父母教養方式量表為李雪禎（1996）修編的「父母教養方式問卷」，此量表為依據 Maccoby 與 Martin 的理論編製而成。此量表為修改王鍾和（1995）編製之「子女知覺父母教養方式問卷」而來，將原本的三點量尺改為五點量尺。此量表包含兩個向度，分別為「要求」（demand）與「回應」（response）。第一部份（1到15題）為父母親對子女行為的「回應」，第二部份（16到30題）為父母親對子女行為的「要求」，合計30題。量表記分方式為「總是」、「經常」、「有時」、「很少」及「從不」，分別給予 5、4、3、2、1 分。各題得分相加為總分，若總分愈高，表示受試者知覺到父母對其要求和反應愈高。

量表計分方式是以父母親在「要求」與「回應」兩向度的中位數來劃分，以下說明：

(一)「民主威信型」：指的是在量表得分中，父母親的「要求」和「回應」分數皆高於中位數者屬之。

(二)「寬鬆放任型」：指的是在量表得分中，父母親的「要求」分數低於或等於中位數，「回應」分數則高於中位數者屬之。

(三)「專制權威型」：指的是在量表得分中，父母親的「要求」分數高於中位數，「回應」分數則低於或等於中位數者屬之。

(四)「忽視冷漠型」：指的是在量表得分中，父母親的「要求」和「回應」分數皆低於或等於中位數者屬之。

二、量表信度與效度

王鍾和（1993）以 280 名國中生為樣本分析此量表之內部一致性信度，結果顯示父親版本的 Cronbach's α 係數為 .94，母親版本的 Cronbach's α 係數為 .92，代表此量表的內部一致性信度良好。王鍾和（1993）利用探索式因素分析法抽取特徵值大於 1 的因素，結果發現有兩個因素，符合其所要依據 Maccoby 與 Martin 的理論之「要求」與「反應」兩個向度，代表此量表具有不錯之建構效度。

蔡蕙晴（2009）也採用王鍾和（1993）編製之量表，進行 10 至 20 歲之受試者之信效度分析，發現此量表之 Cronbach's α 係數為 .92，「要求」分量表之 Cronbach's α 係數為 .90，「反應」分量表之 Cronbach's α 係數為 .93。表示此父母教養方式量表對大學生樣本也具有一定的內部一致性信度。

在李雪禎（1996）將此量表修改為五點量尺後，所得之信度分析結果在母親教養方式量表之內部一致性信度為 .95，有效樣本數為 1013 人；父親教養方式

量表之內部一致性信度為 .95，有效樣本數為 961 人，顯示本量表具良好的信度。而在效度分析上，經因素分析，得父親教養方式量表之因素一（反映向度：1-15題）及因素二（要求向度：16-30題）的特徵值分別為 12.48 及 3.98，可解釋變異量為 54.9%；母親教養方式量表之因素一及因素二的特徵值為 12.84 及 4.37，可解釋變異量為 57.4%，因此本量表具有因素效度。綜合上述，顯示此量表具有良好正式量表之品質。

肆、自我分化量表

本研究採用詹寓婷於 2011 年修編之自我分化量表，原量表為 Skowron 與 Schmit(2003) 的「自我分化量表修訂版」(Differentiation of self-Revised, DSI-R)，經歐陽儀於 2009 年翻譯後，適用於國中生，詹寓婷將歐陽儀翻譯之自我分化量表進行項目分析、信效度考驗，以適用於大學生樣本，本研究以此修訂版作為自我分化之研究工具。

一、量表內容與計分方式

此量表共 28 題，共有四個分量表，分別為「情緒化反應」分量表、「我立場」分量表、「情緒截斷」分量表、「與他人融合」分量表以及「我立場」分量表。上述在文獻探討中有提及各分量表之意義與內涵。

此量表為 Likert 五點量尺計分，從「完全不符合我」到「完全符合我」之配分為 1 至 5 分。除了我立場分量表採正常計分，其餘量表均採反向計分的方式，各分量表的分數越高，則顯示個體有越高的自我分化程度。

- (一) 情緒化反應題號：1、6、10、13、15、22、24、25。
- (二) 情緒截斷題號：2、7、14、18、27。
- (三) 與他人融合題號：3、8、11、17、21、23、26。

(四) 我立場題號：4、5、9、12、16、19、20、28。

二、量表信效度：

詹寓婷（2011）依據原量表的結構，以 255 為預試對象作為樣本，以四捨五入至小數第二位的方式進行項目分析，探討此份問卷使用於大學生的適用性。

詹寓婷（2011）將原量表題目進行極端組差異比較以及同質性考驗，分別將與全量表總分相關低於.30以及影響內部一致性係數之題項刪除，總共刪除3題，修訂後量表為28題，接著依據原量表的結構，進行量表的信效度考驗。在信度方面，各分量表的Cronbach's α 值依序為：情緒化反應分量表.76、情緒截斷分量表.73、與他人融合分量表.66、我位置分量表.74，而全量表的Cronbach's α 值為.87，顯示修訂後的量表具有一定的信度。

在效度分析方面，由於量表分層內容為依據理論探究之結果，並經過專家檢核，故具有相當程度之理論基礎與專家效度。接著採「主成份分析法」並限定萃取一個因素，以符合各分層面為一個因素的原則進行因素分析，四個層面的因素分析結果顯示，「情緒化反應」分量表各題項的因素負荷量為.41~.75，累積解釋的變異量為38.02%；「情緒截斷」分量表各題項的因素負荷量為.65~.78，累積解釋的變異量為48.28%；「與他人融合」分量表各題項的因素負荷量為.42~.70，累積解釋的變異量為33.46%；「我位置」分量表各題項的因素負荷量為.38~.76，累積解釋的變異量為36.44%，皆有高於.35的因素負荷量決斷標準。

伍、親職化量表

本研究之親職化量表採用謝詰瑋（2009）修改石芳萌（2007）所編製之「親職化量表」。石芳萌（2007）根據 Jurkovic 與 Thirkield(1999) 編製之「子女責任量表-成人版」（Filial Responsibility Scale-Adult, FRS-A），經翻譯與修訂後訂名

為「親職化量表」，並實施於高中職之青少年。因本研究之研究對象為成年初顯期之個體，因此採用謝喆瑋（2009）在經過因素分析與信效度檢驗後，修改之親職化量表作為研究工具，其將部分內容做刪減，從原先的39題改為22題，也修改原先題意不清楚之處，以確保此量表之信效度，適用於成年初顯期族群。

一、量表內容與計分方式

此量表共 22 題，分為三個分量表，其名稱及意義說明如下：

(一) 功能性照顧(instrumental caregiving)：指個體協助與負擔家中事務性家事與雜物的責任，例如：洗衣、採買、賺錢、照顧手足等。本分量表的題目包括：第 1、2、3、4、5、12，共六題。

(二) 情感性照顧(emotional caregiving)：指個體承擔照顧家人情緒的責任，而呈現出與家人情感同步、捲入家庭衝突、超齡成熟等狀態。本分量表的題目包括：第 9、10、16、18、19、20，共六題。

(三) 不公平性(unfairness)：指個體感受到自己因承擔照顧責任而感到犧牲、不被瞭解、缺少支持及付出與獲得之間的不對等程度。本分量表的題目包括：第 6、7、8、11、13、14、15、17、21、22題，共十題。

計分上親職化量表採取 Likert 四點量表，反應方式為少部分符合、部分符合、大部分符合、至非常符合，分別給予 1 至 4 分，題目皆為正向計分，及得分越高者，代表該分量表所測得的親職化程度越高。

二、量表信效度：

謝喆瑋（2009）以內部一致性係數之 α 值，作為親職化量表信度考驗的指標。此量表經項目分析與因素分析後，整體 α 值 = .73，功能性照顧分量表 α 值 = .67、情感性照顧 α 值 = .78、不公平性分量表 α 值 = .83。再者，各分量表與總分之相關在 .51 ~ .70 ($p < 0.1$) 之間，顯示量表之內部一致性甚高。在效度分析方

面，謝喆瑋（2009）以因素分析的方式刪除因素負荷量較低之題目，最後共刪除原量表17個題目，總解釋變異量獲得提升，為44.24%，顯示具有良好之效度。



第四節 資料處理及統計分析

壹、資料處理

研究者將正式問卷回收後，刪除明顯反應心向以及填答不完整者之問卷，整理有效問卷進行編碼與輸入問卷資料，以 SPSS 25.0 版之統計套裝軟體與 AMOS 22.0 進行資料分析，以 $\alpha = .05$ 為顯著水準進行各項考驗，以驗證研究問題。

貳、統計分析

一、描述統計

首先針對「父母教養方式量表」、「自我分化量表」與「親職化量表」之分數進行平均數與標準差分析，以瞭解成年初顯期子女知覺父母教養方式、與其自我分化及親職化之現況，以此回答研究問題一。

二、t 考驗

分析不同性別在父母教養方式、自我分化程度以及親職化情形上之差異。

三、皮爾森積差相關

探討成年初顯期子女知覺之父母教養方式、自我分化程度以及親職化情形之相關，以此回答研究問題二。

四、ANOVA 單因子變異數分析

(一) 分析不同家庭結構在父母教養方式、自我分化程度以及親職化情形上之差異。

(二) 探討不同父母教養方式類型對親職化之影響，以此回答研究問題三。

五、階層式線性迴歸分析

探討父母教養方式層面與自我分化對親職化之預測力，並檢驗自我分化在父母教養方式與親職化之間是否具有中介或部分中介效果，以此回答研究問題四。

第五節 研究程序

壹、確定研究主題及文獻探討

研究者與指導教授討論論文方向，透過回顧與搜集父母教養方式、自我分化與親職化的相關研究，提出研究問題，並持續的進行文獻閱讀與統整，以釐清本研究的架構與變項間的關係。

貳、研究工具之選定

研究者依據研究目的與文獻探討結果，最後決定採取李雪禎（1996）的「父母教養方式量表」來瞭解子女知覺父母在要求與回應兩個向度上的程度、詹寓婷（2011）所修編的「自我分化量表」瞭解成年初顯期子女自我分化之情形，以及謝詰瑋（2009）所修編的「親職化量表」，測量成年初顯期子女之親職化情形。

參、正式問卷與施測

研究者以立意取樣方式，發放網路問卷於18歲至25歲之個體。

肆、資料處理與分析

研究者回收正式問卷後，刪除不符合研究對象之問卷，以及明顯反應心向或填答不完整者之問卷，獲得有效問卷 425 份。並將資料編碼輸入 SPSS 25.0 版進行統計分析與處理。

伍、撰寫研究結果、討論、研究限制與建議

研究者針對統計分析結果，以及相關文獻進行討論並撰寫研究結果。並依據研究的發現，提出相關的研究限制與建議。

第四章 研究結果

本章共分為五節，第一節為目前成年初顯期子女之背景變項、知覺之父母教養方式、自我分化程度與親職化情形的描述統計結果；第二節為不同背景變項（包括性別與家庭結構）在各變項上的差異分析；第三節為父母教養方式、自我分化程度及親職化之相關結果；第四節為成年初顯期子女知覺之父母教養方式對親職化的影響結果；第五節為檢驗自我分化程度在父母教養方式對親職化影響之間的中介效果。

第一節 描述性統計

本研究以 google 表單的方式招募受試者填寫問卷，問卷內容包含「基本資料表」、「父母教養方式量表」、「自我分化量表」以及「親職化量表」，共收得 536 份問卷，剔除廢卷後得有效問卷 425 份，問卷回收率約 79.30%。以下採用描述統計進行分析，得各變項之現況。

壹、成年初顯期子女背景變項之概況

研究者依據受試者填寫之「基本資料表」反應本研究中受試者的背景現況。其中共包含性別、家庭結構、與家庭氣氛。在性別分布上，其中生理女性共有 308 人，佔總樣本數的 72.5%；生理男性共有 117 人，佔總樣本數的 27.5%。在年齡分布上，以 24、25 歲的受試者佔多數，共為 148 人；以 18 歲為最少數，為 21 人。在家庭結構的分布上，以生親家庭為多數，共有 361 位，佔總樣本數的 84.9 %；其次為單親家庭，共有 62 位，佔總樣本數的 27.5 %；少數為繼親家庭，共有 2 位，佔總樣本數的 0.5 %。因此顯示本次抽樣調查的結果，生理女性與生親家庭背景之成年初顯期子女佔多數。結果如表 7 所示。

表 7

有效樣本在年齡、性別與家庭結構之次數分配與百分比統計表

背景變項	組別	人數	百分比 (%)
年齡	18歲	21	4.9%
	19歲	43	10.1%
	20歲	53	12.5%
	21歲	54	12.7%
	22歲	54	12.7%
	23歲	50	11.8%
	24歲	74	17.4%
	25歲	74	17.4%
生理性別	男性	117	72.5%
	女性	308	27.5%
家庭結構	生親家庭	361	84.9%
	單親家庭	62	14.6%
	繼親家庭	2	0.5%

貳、成年初顯期子女父母教養方式之現況

本研究所採用之父母教養方式量表採 Likert 五點量尺計分，共30大題，每大題分為兩小題，總共60題。兩小題分別是子女知覺父親之教養方式與子女知覺母親之教養方式，在使用描述統計進行分析時，將父親教養方式與母親教養方式分為兩個部分做探討。父親教養部分包含要求與回應兩個層面，各15題；母親教養部分亦是包含要求與回應兩個層面，各15題。此二層面總分皆是落在 15 至 75 分，中間值為 45 分，父親教養在回應層面平均得分為 44.72，在要求層面平均得分為 47.65，要求層面高於中間值 45 分；母親教養在回應層面平均得分為 49.40，而在要求層面平均得分為 51.05，得分皆高於中間值 45 分。在標準差的部分，以父親的要求層面($\sigma=14.69$)最高，顯示離散的情況較大，而在母親的要求

層面($\sigma=13.28$)最小，顯示離散的情況最小。單題平均得分在 2.98 ~ 3.40 之間。

成年初顯期子女知覺父母教養方式層面及整體得分情形如表 8 所示。父母教養方式各類型現況分析如表 9 所示。

表 8

父母教養層面得分概況統計

父母教養層面		層面題數	平均數	標準差	單題平均得分
父親 (n=425)	回應	15	44.72	14.54	2.98
	要求	15	47.65	14.69	3.18
母親 (n=425)	回應	15	49.40	13.43	3.29
	要求	15	51.05	13.29	3.40

依據表 8 父母教養方式的兩層面所分成的四種教養方式(民主威信、專制權威、寬鬆放任、忽視冷漠)之現況如表 9 所示。

表 9

父母教養方式各類型現況分析

類型	父親			母親		
	人數	百分比 (%)	排序	人數	百分比 (%)	排序
民主威信	134	31.5	2	118	27.8	2
專制權威	75	17.6	3	85	20.0	3
寬鬆放任	70	16.5	4	84	19.8	4
忽視冷漠	146	34.4	1	138	32.5	1
合計	425	100		425	100	

一、父親教養方式類型之現況分析

研究結果發現，父親教養持民主威信方式者佔 31.5% (134 人)，專制權威教養方式者佔 17.6% (75 人)，寬鬆放任教養方式者佔 16.5% (70 人)，以及忽視冷漠教養方式者佔 34.4% (146 人)，其中以持忽視冷漠教養方式者(146 人)最多、持民主威信教養方式者(134 人)次之。

二、母親教養方式之現況分析

研究結果發現，母親教養持民主威信教養方式者佔 27.8% (118 人)，專制權威教養方式者佔 20% (85 人)，寬鬆放任教養方式者佔 19.8% (84 人)，忽視冷漠教養方式者佔 32.5% (138 人)。其中以持忽視冷漠教養方式者(138 人)最多，持民主威信教養方式者(118 人)次之。

參、成年初顯期子女自我分化之概況分析

以下呈現成年初顯期子女之自我分化平均數、標準差與單題平均數，如表 10 所示。

表 10

自我分化各分量表與全量表之平均數、標準差、單題平均數與單題標準差

層面	平均數	標準差	題數	單題平均數	單題標準差
情緒化反應	19.95	5.56	8	2.50	0.70
情緒截斷	14.72	4.71	5	2.94	0.94
與他人融合	17.84	4.95	7	2.55	0.71
我位置	25.20	5.09	8	3.15	0.64
整體自我分化	77.71	16.27	28	2.78	0.58

本研究所採用之自我分化量表採 Likert 五點量尺計分，共 28 題，受試者在各分量表的得分愈高，分別代表受試者的情緒化反應愈高、情緒截斷愈高、與他人融合愈高和我位置愈高；全量表加總時，情緒化反應、情緒截斷及與他人融合皆採反向計分，我位置分量表僅有一題採反向計分，其餘採材正向計分。受試者在全量表的總分會落在 28 ~ 140 之間，中間值為 84 分，由表 10 可知整體自我分化之平均為 77.71，為低於中間值的自我分化程度。進一步探討自我分化各分量表之單題平均數，依序為我位置 ($M=3.15$)、情緒截斷 ($M=2.94$)、與他人融合 ($M=2.55$)、情緒化反應 ($M=2.50$)，除了我位置外，其他分量表

之得分皆低於中間值 3 分。情緒截斷分量表之離散情形最大 ($\sigma=0.94$)，我位置分量表之離散情形最小 ($\sigma=0.64$)。

肆、成年初顯期子女親職化之概況分析

以下呈現成年初顯期子女之自我分化平均數、標準差與單題平均數，如表 11 所示。

表 11

親職化各分量表與全量表之平均數、標準差、單題平均數與單題標準差

層面	平均數	標準差	題數	單題平均數	單題標準差
功能性照顧	12.03	3.77	6	2.01	0.63
情感性照顧	15.56	3.77	6	2.59	0.63
不公平性	16.41	6.76	10	1.64	0.68
整體親職化	44.00	9.77	22	2.00	0.44

本研究所採用之親職化量表採 Likert 四點量尺計分，共 22 題，題目皆為正向計分，及得分愈高者，代表該分量表所測得的親職化程度愈高。受試者在全量表的總分會落在 22 ~ 88 之間，中間值為 55 分，由表 10 可知整體親職化之平均為 44.00，為低於中間值的親職化程度，顯示出成年初顯期子女之親職化程度是偏低的。進一步探討親職化各分量表之單題平均數，依序為情感性照顧 ($M = 2.59$)、功能性照顧 ($M = 2.01$)、不公平性 ($M = 1.64$)，其中以情感性照顧分量表高於中間值 2.5 分。離散情形以不公平性為最大 ($\sigma=0.68$)，功能性照顧與情感性照顧次之 ($\sigma=0.63$)。

第二節 不同背景變項的成年初顯期子女在父母教養方式、 自我分化以及親職化上之差異情形

本節為不同背景變項之成年初顯期子女在父母教養方式、自我分化及親職化上的差異，分析此差異是為了在第五節檢驗自我分化在父母教養方式與親職化間的中介效果時，可以控制住有差異之背景變項。本節共分成三個部分，第一部分為不同性別及家庭結構之成年初顯期子女在父母教養方式上的差異情形；第二部分為不同性別及家庭結構之成年初顯期子女在自我分化上的差異情形；第三部分為不同性別及家庭結構之成年初顯期子女在親職化上的差異情形。

壹、不同性別及家庭結構的成年初顯期子女知覺之父母教養方式的差異分析

男女性別在父母教養方式各層面的差異情形，經過 t 考驗所得結果，如表 12 所示；不同家庭結構子女在父母教養方式各層面的差異情形，經過單因子變異數分析及 Dunnett's T3 檢定進行事後比較所得結果，如表 13 及表 14 所示。

表 12

不同性別之成年初顯期子女知覺其父母教養方式各層面 t 考驗分析摘要表

層面名稱	男性 (n=117)		女性 (n=308)		t 值
	平均數	標準差	平均數	標準差	
父親回應	43.50	14.53	45.19	14.54	-1.07
父親要求	47.83	15.63	47.59	14.34	0.15
母親回應	49.33	13.65	49.42	13.37	-0.06
母親要求	52.18	13.88	50.62	13.05	1.08

表13

不同家庭結構之成年初顯期子女在父母教養方式各層面之平均數與標準差統計表

層面名稱	生親家庭 (n=361)		單親家庭 (n=62)		繼親家庭 (n=2)	
	平均數	標準差	平均數	標準差	平均數	標準差
父親回應	45.60	14.00	40.06	16.74	32.00	11.31
父親要求	48.45	13.77	42.85	18.74	52.50	9.19
母親回應	49.70	13.00	48.74	14.74	15.00	0.00
母親要求	51.29	12.90	50.16	14.94	36.00	28.28

表 14

不同家庭結構之成年初顯期子女在父母教養方式各層面之變異數分析摘要表

層面名稱	變異來源	離均差平方和(SS)	自由度 (df)	均方 (MS)	F 值
父親回應	組間	1940.31	2	970.31	4.67**
	組內	87741.07	422	207.92	
	全體	89681.68	424		
父親要求	組間	1704.56	2	852.28	4.01*
	組內	89761.60	422	212.71	
	全體	91466.16	424		
母親回應	組間	2426.24	2	5.32	0.22
	組內	74037.56	422	24.62	
	全體	76463.80	424		
母親要求	組間	522.44	2	261.22	1.483
	組內	74316.43	422	176.11	
	全體	74838.86	424		

註：^{*}p<.05 , ^{**}p<.01

根據表 12 的結果，不同性別之成年初顯期子女在父親回應、父親要求、母親回應以及母親要求上均未達顯著差異。換言之，不論是男性還是女性，其所知覺之父母教養方式在要求與回應兩層面均無顯著的不同。

根據表 13 與表 14 的結果，不同家庭結構的子女知覺之父母教養方式中，父親回應 [$F(2,422)=4.67$, $p<.01$] 與父親要求 [$F(2,422)=4.01$, $p<.05$] 層面上均有顯著差異，在母親回應與母親要求層面上，則沒有顯著差異。使用 Dunnett's T3 法進行事後檢定，發現在生親家庭中之子女所知覺到的父親回應程度 ($M=45.60$, $SD=14.00$)，顯著大於在單親家庭中之子女所知覺到的父親回應程度 ($M=40.06$, $SD=14.74$)；但在父親要求層面中，各組之間並沒有達顯著差異，故可判定成年初顯期子女知覺之父親要求程度並不會因為家庭結構的不同而有所不同。

貳、不同性別及家庭結構的成年初顯期子女在自我分化上的差異分析
 男女性在自我分化上的差異情形，經過 t 考驗所得結果，如表 15 所示；不同家庭結構子女在自我分化上的差異情形，經過單因子變異數分析及 Dunnett's T3 檢定進行事後比較所得結果，如表 16 及表 17 所示。

表 15

不同性別子女在自我分化程度各分層面與整體層面之 t 考驗分析摘要表

層面名稱	男性 (n=117)		女性 (n=308)		t值
	平均數	標準差	平均數	標準差	
情緒化反應	21.02	5.84	19.54	5.41	2.46*
情緒截斷	14.75	4.54	14.71	4.79	0.07
與他人融合	18.81	5.35	17.48	4.75	2.50*
我位置	26.22	5.19	24.81	5.00	2.56*
自我分化	80.80	16.44	76.55	16.07	2.42*

註： $*p<.05$

表 16

不同家庭結構之子女在自我分化各分層面與整體層面上之平均數與標準差統計表

層面名稱	生親家庭 (n=361)		單親家庭 (n=62)		繼親家庭 (n=2)	
	平均數	標準差	平均數	標準差	平均數	標準差
情緒化反應	19.94	5.49	20.03	5.80	18.50	14.85
情緒截斷	14.74	4.71	14.69	4.60	13.50	12.02
與他人融合	17.78	4.89	18.23	5.27	18.00	9.90
我位置	25.00	4.93	26.56	5.51	19.00	12.73
自我分化	77.46	16.11	79.52	16.17	69.00	49.50

表 17

不同家庭結構之子女在自我分化各分層面與整體層面上之變異數分析摘要表

層面名稱	變異來源	離均差平方和(SS)	自由度 (df)	均方 (MS)	F 值
情緒化反應	組間	4.66	2	2.33	0.75
	組內	13119.10	422	31.09	
	全體	13123.76	424		
情緒截斷	組間	3.11	2	1.58	0.70
	組內	9415.68	422	22.31	
	全體	9418.79	424		
與他人融合	組間	10.64	2	5.32	0.22
	組內	10391.11	422	24.62	
	全體	10401.75	424		
我位置	組間	206.36	2	103.18	4.04*
	組內	10770.24	422	25.52	
	全體	10976.60	424		
自我分化	組間	377.05	2	188.53	0.71
	組內	111819.07	422	264.97	
	全體	112196.12	424		

註 : *p<.05

根據表 15 的結果，不同性別之子女在情緒化反應 ($t=2.46, p<.05$) 、與他人融合 ($t=2.50, p<.05$) 、我位置 ($t=2.56, p<.05$) 以及自我分化 ($t=2.42, p<.05$) 上達顯著差異。情緒化反應分量表分數越高，代表情緒化反應越少，所以男性在情緒化反應分量表上的分數顯著高於女性，代表男性的情緒化反應少於女性；與他人融合分量表分數越高，代表與他人融合的情形越少，所以男性在與他人融合分量表上的分數顯著高於女性，代表男性的與他人融合情形少於女性；在我位置分量表與自我分化總分上，男性的得分皆高於女性，代表男性的我位置立場與自我分化程度顯著高於女性。

由表 17 可知，以單因子變異數分析考驗不同家庭結構成年初顯期子女的自我分化結果未達顯著，雖然在我位置 ($F=4.04, p<.05$) 層面上達顯著差異，但在經過 Dunnett's T3 事後比較發現，我位置層面在家庭結構各組間之差異並不明顯，故判定我位置在不同家庭結構中未達顯著差異。綜合此單因子變異數分析考驗的結果，可以得知單親家庭、生親家庭與繼親家庭之成年初顯期子女在自我分化上無顯著差異。

參、不同性別及家庭結構的成年初顯期子女在親職化上的差異分析

男女生在親職化上的差異情形，經過 t 考驗所得結果，如表 18 所示。不同家庭結構子女在親職化上的差異情形，經過單因子變異數分析及 Dunnett's T3 檢定進行事後比較所得結果，如表 19 及表 20 所示。

表 18

不同性別之子女在親職化各分層面與整體層面上之 t 考驗分析摘要表

層面名稱	男性 (n=117)		女性 (n=308)		t值
	平均數	標準差	平均數	標準差	
功能性照顧	12.20	3.44	11.97	3.89	0.55
情感性照顧	15.15	3.80	15.71	3.75	-1.37
不公平性	16.76	6.37	16.28	6.91	0.66
親職化	44.11	9.58	43.96	9.86	0.14

表 19

不同家庭結構之子女在親職化各分層面與整體層面上之平均數與標準差統計表

層面名稱	生親家庭 (n=361)		單親家庭 (n=62)		繼親家庭 (n=2)	
	平均數	標準差	平均數	標準差	平均數	標準差
功能性照顧	11.98	3.63	12.53	4.42	7.00	1.41
情感性照顧	15.57	3.76	15.45	3.86	17.50	0.71
不公平性	16.14	6.50	17.76	7.68	23.50	19.09
親職化	43.68	9.46	45.74	11.28	48.00	16.97

表 20

不同家庭結構之子女在親職化各分層面與整體層面上之變異數分析摘要表

層面名稱	變異來源	離均差平方和(SS)	自由度 (df)	均方 (MS)	F 值
功能性照顧	組間	67.33	2	33.66	2.39
	組內	5948.21	422	14.10	
	全體	6015.54	424		
情感性照顧	組間	8.28	2	4.14	0.29
	組內	6006.44	422	14.23	
	全體	6014.72	424		
不公平性	組間	239.28	2	119.64	2.64
	組內	19163.67	422	45.41	
	全體	19402.94	424		
親職化	組間	256.12	2	128.06	1.343
	組內	40243.87	422	95.37	
	全體	40499.99	424		

根據表 18 的結果，不同性別之子女在功能性照顧、情感性照顧、不公平性以及親職化上均未達顯著差異。換言之，不論是男性還是女性，在親職化各分層面及整體層面上均無顯著的不同。

由表 19 及表 20 可知，以單因子變異數分析考驗不同家庭結構成年初顯期子女的親職化結果未達顯著，意即生親家庭、單親家庭與繼親家庭之成年初顯期子女在親職化各分層面與整體層面上均無達顯著差異，顯示不同家庭結構之成年初顯期子女其親職化情形並無顯著差異。

綜合上述研究結果，不同背景變項在各變項上之差異情形，僅有不同性別在自我分化上具有顯著差異，故在檢驗自我分化之中介效果時，將以性別作為控制變項進行後續統計分析。

第三節 父母教養方式、自我分化程度及親職化之相關情形

本研究以 pearson 積差相關進行相關考驗，瞭解為成年初顯期子女之父母教養方式、子女自我分化程度與親職化兩兩之間之相關情形。以下將依序呈現父母教養方式與自我分化程度之相關、父母教養方式與親職化之相關，以及自我分化程度與親職化之相關結果，並在此章節中進行討論。

壹、父母教養方式與自我分化程度之相關情形

父母教養兩層面與自我分化各分層面與整體層面的相關情形，經過 pearson 積差相關考驗所得結果，如表 21 所示。

表 21

父母教養方式層面與自我分化各分層面與整體層面之相關情形

	父親回應	父親要求	母親回應	母親要求
情緒化反應	-.007	-.170**	.036	-.195
情緒截斷	.254**	-.204**	.285**	-.232**
與他人融合	-.042	-.245**	-.006	-.238**
我位置	.038	-.087	.072	-.068
自我分化	.071	-.219**	.116*	-.228**

註： $*p < .05$, $**p < .01$

由表 21 可知，在父親教養與自我分化的相關情形中，父親回應與情緒截斷呈現顯著的正相關($r=.254, p <.01$)；父親要求與情緒化反應($r=-.170, p <.01$)、情緒截斷($r=-.204, p <.01$)、與他人融合($r=-.245, p <.01$)及自我分化總分皆呈顯著的負相關 ($r=-.219, p <.00$)。

在母親教養與自我分化的相關情形中，母親回應分別與情緒截斷($r=.285, p <.01$)以及自我分化總分($r=.116, p <.05$)呈現顯著的正相關；母親要求與情緒截斷($r=-.232, p <.01$)、與他人融合($r=-.238, p <.01$)以及自我分化總分($r=-.228, p <.01$)呈現顯著的負相關。

由於自我分化中之情緒截斷、情緒化反應以及與他人融合分量表皆採反向題之計分方式，故由以上結果可知，當父親對子女的回應程度越高，子女的情緒截斷情形越少；當母親的回應越高，子女情緒截斷的情形亦會越少、自我分化的程度越高。當父親的要求越高，子女在情緒截斷、與他人融合以及情緒化反應上皆越多、自我分化程度越低；當母親的要求越高，子女的情緒截斷以及與他人融合的情形越多，自我分化的程度越低。

貳、父母教養方式與親職化之相關情形

父母教養兩層面與親職化各分層面與整體層面的相關情形，經過 Pearson 積差相關考驗所得結果，如表 22 所示。

表 22

父母教養方式層面與親職化各分層面與整體層面之相關情形

	父親回應	父親要求	母親回應	母親要求
功能性照顧	.093	.109**	.120*	.138**
情感性照顧	.359**	.183**	.399**	.234**
不公平性	-.286**	.103**	-.340**	.100*
親職化	-.024	.184**	-.035	.213**

註： $*p < .05, **p < .01$

由表 22 可知，在父親教養與親職化的相關情形中，父親回應與情感性照顧呈現顯著的正相關($r=.359, p <.01$)；父親回應與不公平性呈現顯著的負相關($r=-.286, p <.01$)。父親要求與親職化各分層面、整體層面皆呈顯著的正相關，包括功能性照顧($r=.109, p <.01$)、情感性照顧($r=.183, p <.01$)、不公平性($r=.103, p <.01$)以及親職化總分($r=.184, p <.01$)。

在母親教養與親職化的相關情形中，母親回應與子女的功能性照顧($r=.120, p <.05$)與情感性照顧成顯著正相關($r=.399, p <.01$)，與不公平性($r=-.340, p <.01$)呈顯著負相關。母親要求與功能性照顧($r=.138, p <.01$)、情感性照顧($r=.234, p <.01$)、不公平性($r=.100, p <.05$)以及親職化總分($r=.213, p <.01$)皆呈顯著正相關。

參、自我分化程度與親職化之相關情形

父母教養兩層面與親職化各分層面與整體層面的相關情形，經過 pearson 積差相關考驗所得結果，如表 23 所示。

表 23

自我分化各分層面與親職化各分層面之相關情形

	情緒化反應	情緒截斷	與他人融合	我位置	自我分化
功能性照顧	.031	.044	.005	.168**	.078
情感性照顧	-.136**	.175**	-.161**	.002	-.044
不公平性	-.233**	-.544**	-.234**	-.070	-.330**
親職化	-.201**	-.292**	-.222**	.017	-.216**

註：** $p <.01$

由表 23 可知，自我分化中的情緒化反應與親職化中的情感性照顧($r=-.136, p <.01$)、不公平性($r=-.233, p <.01$)以及親職化總分($r=-.201, p <.01$)呈顯著負相關。

情緒截斷與情感性照顧呈顯著正相關($r=.175, p <.01$)，與不公平性($r=-.544, p <.01$)以及親職化總分($r=-.292, p <.01$)呈顯著負相關。與他人融合與情感性照顧($r=-.161, p <.01$)、不公平性($r=-.234, p <.01$)以及親職化總分($r=-.222, p <.01$)呈顯著負相關。我位置與功能性照顧呈顯著正相關($r=.168, p <.01$)。自我分化總分與不公平性($r=-.330, p <.01$)以及親職化總分($r=-.216, p <.01$)呈顯著負相關。



第四節 成年初顯期子女知覺之父母教養方式類型對親職化 的影響

本研究以單因子變異數分析瞭解成年初顯期子女知覺之父母教養方式在子女親職化上的差異性，第一部分為不同父親教養方式類型在親職化上的差異情形；第二部分為不同母親教養方式類型在親職化的上的差異情形。

壹、父親教養方式類型在親職化上的差異

不同父親教養方式類型在親職化整體層面的差異情形，經過單因子變異數分析及 Games-Howell 檢定進行事後比較所得結果，如表 24 及表 25 所示。

表 24

子女知覺父親不同教養類型在親職化上之平均數與標準差統計表

層面名稱	民主威信型 (n=134)		專制權威型 (n=75)		寬鬆放任型 (n=70)		忽視冷漠型 (n=146)	
	平均數	標準差	平均數	標準差	平均數	標準差	平均數	標準差
親職化	45.19	9.19	45.10	11.45	40.36	7.43	43.19	9.83

表 25

子女知覺父親不同教養類型在親職化上之變異數分析與事後比較摘要表

層面名稱	變異來源	離均差平方和(SS)	自由度 (df)	均方 (MS)	F 值
親職化	組間	1754.61	3	584.87	6.36***
	組內	38745.38	421	92.03	
	全體	40499.99	424		
事後比較					
民主威信>寬鬆放任					
民主威信>忽視冷漠					
專制權威>寬鬆放任					

註：***p<.01

由表 24 與表 25 可知，成年初顯期子女之親職化會因為父親教養方式類型的不同而有顯著差異， $F(3,421)=6.36$ ， $p<.001$ 。使用 Games-Howell 法進行事後檢定，發現在父親民主威信教養下之成年初顯期子女的親職化程度（ $M=45.19$ ， $SD=9.19$ ），顯著大於在父親寬鬆放任教養之子女的親職化程度（ $M=40.36$ ， $SD=7.43$ ）；在父親民主威信教養下之成年初顯期子女的親職化程度（ $M=45.19$ ， $SD=9.19$ ），顯著大於在父親忽視冷漠教養下之子女的親職化程度（ $M=43.19$ ， $SD=9.83$ ）；在父親專制權威下之成年初顯期子女的親職化程度（ $M=45.10$ ， $SD=11.45$ ），顯著大於在父親寬鬆放任教養下之子女的親職化程度（ $M=40.36$ ， $SD=7.43$ ），其他組之間沒有顯著差異。

貳、母親教養方式類型在親職化的上的差異

不同母親教養方式類型在親職化整體層面的差異情形，經過單因子變異數分析及 Games-Howell 檢定進行事後比較所得結果，如表 26 及表 27 所示。

表 26

子女知覺母親不同教養類型在親職化上之平均數與標準差統計表

層面名稱	民主威信型 (n=118)		專制權威型 (n=85)		寬鬆放任型 (n=84)		忽視冷漠型 (n=138)	
	平均數	標準差	平均數	標準差	平均數	標準差	平均數	標準差
	46.15	9.75	45.95	11.23	40.67	7.02	43.00	9.65

表 27

子女知覺母親不同教養類型在親職化上之變異數分析與事後比較摘要表

層面名稱	變異來源	離均差平方和(SS)	自由度 (df)	均方 (MS)	F 值
親職化	組間	1942.26	3	647.42	7.07***
	組內	38557.73	421	91.59	
	全體	40499.99	424		
事後比較					
民主威信>寬鬆放任					
民主威信>忽視冷漠					
專制權威>寬鬆放任					

註：*** $p<.01$

由表 26 與表 27 可知，成年初顯期子女之親職化會因為母親教養方式類型的不同而有顯著差異， $F(3,421)=7.07$ ， $p<.001$ 。使用 Games-Howell 法進行事後檢定，發現在母親民主威信教養下之成年初顯期子女的親職化程度（ $M=46.15$ ， $SD=9.75$ ），顯著大於在母親寬鬆放任教養之子女的親職化程度（ $M=40.67$ ， $SD=7.02$ ）；在母親民主威信教養下之成年初顯期子女的親職化程度（ $M=46.15$ ， $SD=9.75$ ），顯著大於在母親忽視冷漠教養下之子女的親職化程度（ $M=43.00$ ， $SD=9.65$ ）；在母親專制權威下之成年初顯期子女的親職化程度（ $M=45.95$ ， $SD=11.23$ ），顯著大於在母親寬鬆放任教養下之子女的親職化程度（ $M=40.67$ ， $SD=7.02$ ），其他組之間沒有顯著差異。

第五節 檢驗自我分化在父母教養方式與親職化之間之中介效果

本研究以階層迴歸分析法，驗證自我分化的中介效果。根據 Frazier、Barron 與 Tix(2004)之建議，中介變項要成立須符合下列條件：（1）獨變項可以預測中介變項；（2）獨變項可以預測依變項；（3）中介變項可以預測依變項；（4）獨變項與中介變項對依變項的迴歸模式中，中介變項對依變項有顯著影響，並且因為中介變項的加入後，獨變項對依變項的影響降低（或減弱）後，甚至變為不顯著的情況。若加入中介變項後，獨變項對依變項的影響有減弱但仍呈現顯著，可以判定為部分中介效果(partial mediation)；若呈現不顯著，則為完全中介效果(complete mediation)。在第二節探討背景變項對各變項的影響中，可以知道性別在自我分化上具有顯著差異，因此在檢驗此中介變項成立的四個要件時，會先控制性別對各個模式的影響，再逐一檢驗父母教養層面是否會透過子女的自我分化影響親職化。

壹、自我分化在父親教養層面與親職化間之中介效果

在父親教養層面中，分為父親回應與父親要求兩向度。父親回應對於自我分化的預測力並未達顯著 ($\beta=.08, t=1.60, p>.05$)，故不以父親回應作為獨變項接續探討模式二至模式四。以下以四個模式依序檢驗自我分化在父親要求與親職化之間是否具有中介效果，模式四之共線性診斷結果如表 28，整體迴歸分析摘要表如表 29。

一、模式一：父親要求對自我分化的預測

以性別、父親要求對自我分化進行階層迴歸分析，整體效果是顯著的。F (2,422) =13.97, p<.001, $R^2=.06$ 。父親要求可以顯著預測自我分化 ($\beta=-.22$, $t=-4.67$, p<.001)，故接續檢驗模式二。

二、模式二：父親要求對親職化的預測

以父親要求對親職化進行簡單迴歸分析，整體效果是顯著的。F (1,423) =14.83, p<.001, $R^2=.03$ 。父親要求可以顯著預測親職化 ($\beta=.18$, $t=3.85$, p<.001)，故接續檢驗模式三。

三、模式三：自我分化對親職化的預測

以性別、自我分化對親職化進行階層迴歸分析，整體效果是顯著的。F (2,422)=10.55, p<.001, $R^2=.05$ 。自我分化可顯著預測親職化 ($\beta=-.22$, $t=-4.60$, p<.001)，故接續檢驗模式四。

四、模式四：父親要求與自我分化對親職化的預測

以性別、父親要求與自我分化對親職化進行共線性診斷，其 VIF 值皆小於 3，表示此預測並無共線性之問題。以性別、父親要求與自我分化對親職化進行階層迴歸分析，整體效果是顯著的。F (3,421)=10.08, p<.001, $R^2=.07$ 。父親要求 ($\beta=.14$, $t=2.96$, p<.01) 與自我分化 ($\beta=-.19$, $t=-3.86$, p<.001) 可顯著預測親職化。

五、自我分化在父親要求對親職化的影響間之中介效果

由上述一～四可知，自我分化為在父親要求與親職化間為可成立之中介變項。比較模式二與模式四中父親要求對親職化的預測力，可以看到在加入自我分化以後，父親要求對親職化的預測力 β 值從 .18 下降至 .14，也就是說父親要求

對親職化的影響，會因為自我分化的加入而減弱，故可以判定自我分化在父親要求與親職化之間具有部分中介效果。

表 28

父親要求與自我分化對親職化之迴歸分析共線性診斷結果

預測變項	多元共線性指標			
	允差	VIF	特徵值	條件指標
性別	.99	1.02	.64	2.26
父親要求	.95	1.05	.08	6.39
自我分化	.94	1.07	.02	14.89

表 29

父親要求與自我分化對親職化之迴歸分析摘要表

預測變項	迴歸模式 依變項							
	自我分化		親職化					
	模式一	模式二	模式三	模式四	β 值	t 值	β 值	t 值
控制變項								
性別	.12	2.42*			.01	.14	.01	.11
獨變項								
父親要求	-.22	-4.67***	.18	3.85***			.14	2.96**
中介變項								
自我分化					-.22	-4.60***	-.19	-3.86***
F 值	13.97***		14.83***		10.55***		10.08***	
自由度	2,422		1,423		2,422		3,421	
R^2	.06		.03		.05		.07	
ΔR^2	.05		.03		.05		.03	

註：**p<.01，*** p<.001

貳、自我分化在母親教養層面與親職化間之中介效果

在母親教養層面中，分為母親回應與母親要求兩向度。母親回應於模式一中達顯著 ($\beta=.12$, $t=2.42$, $p<.001$)，即母親回應可以預測子女的自我分化程度，但在模式二時並無達顯著，即母親回應並不能預測子女的親職化 ($\beta=-.04$, $t=-.72$, $p>.05$)，故不以母親回應作為獨變項來探討模式三與模式四。以下為自我分化、母親要求與親職化在四個模式中的檢驗結果，以此檢驗自我分化是否在母親要求與親職化間具有中介效果，模式四之共線性診斷結果如表 30，整體迴歸分析摘要表如表 31。

一、模式一：母親要求對自我分化的預測

以性別、母親要求對自我分化進行階層迴歸分析，整體效果是顯著的。 $F(2,422)=15.51$, $p<.001$, $R^2=.07$ 。母親要求可以顯著預測自我分化 ($\beta=-.23$, $t=-4.98$, $p<.001$)，故接續檢驗模式二。

二、模式二：母親要求對親職化的預測

以父親要求對親職化進行簡單迴歸分析，整體效果是顯著的。 $F(1,423)=20.02$, $p<.001$, $R^2=.05$ 。母親要求可以顯著預測親職化 ($\beta=.21$, $t=4.48$, $p<.001$)，故接續檢驗模式三。

三、模式三：自我分化對親職化的預測

以性別、自我分化對親職化進行階層迴歸分析，整體效果是顯著的。 $F(2,422)=10.55$, $p<.001$, $R^2=.05$ 。自我分化可顯著預測親職化 ($\beta=-.22$, $t=-4.60$, $p<.001$)，故接續檢驗模式四。

四、模式四：母親要求與自我分化對親職化的預測

以性別、母親要求與自我分化對親職化進行共線性診斷，其 VIF 值皆小於 3，表示此預測並無共線性之問題。接著以性別、母親要求與自我分化對親職化進行

階層迴歸分析，整體效果是顯著的。 $F(3,421) = 11.40$ ， $p < .001$ ， $R^2 = .08$ 。母親要求 ($\beta = .17$ ， $t = 3.54$ ， $p < .01$) 與自我分化 ($\beta = -.18$ ， $t = -3.69$ ， $p < .001$) 可顯著預測親職化。

五、自我分化在母親要求對親職化的影響間之中介效果

由上述一～四可知，自我分化為在母親要求與親職化間為可成立之中介變項。比較模式二與模式四中母親要求對親職化的預測力，可以看到在加入自我分化以後，母親要求對親職化的預測力 β 值從 .21 下降至 .17，也就是說母親要求對親職化的影響，會因為自我分化的加入而減弱，故可判定自我分化在母親要求與親職化之間具有部分中介效果。

表 30

母親要求與自我分化對親職化之迴歸分析共線性診斷結果

預測變項	多元共線性指標			
	允差	VIF	特徵值	條件指標
性別	.98	1.02	.64	2.27
母親要求	.94	1.06	.07	7.11
自我分化	.93	1.07	.01	15.83

表 31

母親要求與自我分化對親職化之迴歸分析摘要表

預測變項	迴歸模式							
	依變項				親職化			
	自我分化							
	模式一	模式二	模式三	模式四				
	β 值	t 值	β 值	t 值	β 值	t 值	β 值	t 值
控制變項								
性別	.12	2.42*			.01	.14	.01	.14
獨變項								
母親要求	-.23	4.98***	.21	4.48***			.17	3.54***
中介變項								
自我分化					-.22	4.60***	-.18	3.69***
F 值	15.51***		20.02***		10.55***		11.40***	
自由度	2,422		1,423		2,422		3,421	
R ²	.07		.05		.05		.08	
ΔR ²	.06		.05		.05		.03	

註：*p<.05，*** p<.001

第五章 討論

本章將依據第四章之研究結果進行討論，共分為五部分，第一節為探討目前成年初顯期子女知覺之父母教養方式、自我分化與親職化的概況；第二節為探討不同性別在自我分化上的差異；第三節為探討父母教養方式、自我分化程度及親職化之相關情形；第四節為探討成年初顯期子女知覺之父母教養方式對親職化的影響；第五節為探討自我分化程度在父母教養方式對親職化影響之間的中介效果。

第一節 成年初顯期子女知覺之父母教養方式、自我分化與親職化之概況探討

壹、探討成年初顯期子女知覺之父母教養方式概況

由研究結果可知，除了父親回應外，父親要求、母親要求與母親回應皆高於量表中間值，顯示成年初顯期子女所知覺到的父親要求、母親要求以及母親回應是偏高的，在這之中，母親對子女的要求與回應皆高於父親對子女的要求與回應，也可從結果中得知，不論是父親還是母親，子女所知覺到的要求層面皆高於回應層面，可看出相較於要求層面，子女較少知覺到父母的讚賞、鼓勵與安慰。勞雅文（2012）指出父母對子女未明言之關心，可能會變相的增加子女的壓力，此報導中指出臨床心理學家們的調查研究發現，父母內心最大的期望是希望子女成為健康快樂的人，其次期望是子女能夠有自己的理想，然而當父母想與子女分享快樂、談論理想時，較常詢問子女：「有沒有做好功課？」、「考試考得如何？」的關心方式，在此潛移默化下子女之自我期望也會受到影響，從調查中可看到子女的自我期望是以學業為主，覺得努力讀書才是最重要。這項研究指出，父母與

子女若能有效溝通這些期望、學習接納與多些對子女的讚賞，可以減低子女面對不必要之壓力。

不論父親或者是母親，子女知覺到最多的教養方式類型為忽視冷漠教養類型，其次是民主威信教養類型，此兩個教養方式所佔的人數及百分比為最多，此結果與王鍾和(1993)、李雪禎(1996)、楊佳穎(2008)以及徐安立(2013)在父母教養方式上所得之結果一致，顯現目前國內父母對於成年初顯期子女所使用的教養方式，是以忽視冷漠及民主威信兩種極端的教養方式為主。忽視冷漠為最多的教養方式，徐安立(2013)推測這是因為父母在子女上大學後將自主權交給孩子，讓孩子試著為自己的生活負起責任所造成的現象，而成年初顯期子女在大學與剛出社會階段，因開始從家中拓展出個人在家以外的生活，像是發展社團、工作與親密關係，較少待在家中與家人分享自己所發生的日常事務，較多與朋友、伴侶建立起不同的相互依賴關係，另一方面現今雙薪家庭普遍，父母皆忙於工作或許也有可能會疏於教養孩子。民主威信的教養方式也多，推測在華人文化中，父母與子女的連結仍是緊密的，即使子女邁入成年期、建立起自己的生活，仍會受父母的影響來安排自己的人生規劃，也因此僅次於忽視冷漠教養類型，多數子女知覺到的是父母的高要求與高回應教養層面。然而為何會有民主威信與忽視冷漠此兩極化的教養方式現況，值得未來的研究進一步探討。

貳、探討成年初顯期子女之自我分化概況

由於本研究所使用之自我分化量表中部分試題為反向計分題，故當子女的情緒截斷、與他人融合以及情緒化反應分數越低，其出現情緒截斷、與他人融合以及情緒化反應的情形就越多。由上述結果可知，成年初顯期子女之情緒化反應、

與他人融合與情緒截斷以及我位置皆屬中等略高程度，整體自我分化有略低於中等程度的自我分化。這些結果與歐陽儀(2009)、詹寓婷(2012)、廖莉彣(2014)和黃富新(2017)之研究結果相似。與他人融合以及情緒化反應的情形高於情緒截斷的情形，研究者認為這與華人社會屬於關係取向(relational orientation)，自我無法單獨存在於社會關係中(何友暉，1991)有關，在與他人相處時，重視關係的和諧及相互依賴(楊國樞，2008)，關係的平和時常會大於自我的需求，像是「與他人融合」分量表中之題目：「我常為了讓別人高興而贊成對方的意見」。也因成年初顯期子女正值自我認同探索與不穩定的時期 (Arnett, 2006)，會面臨到許多生涯上的轉換、擁有許多對於未來之不確定感，廖小雯（2009）的研究中指出，成年初顯期子女的自我認同達成狀態與正向的人際關係有關，而正向的人際關係屬於心理幸福感中之一個向度，可以看到「成年初顯期」與「與他人的關係」有密不可分之關聯性。

在自我分化各分層面中得分最高的為我位置層面，成年初顯期的特性之一為自我關注時期(Arnett, 2006)，此階段的子女在進入大學或者進入社會時會接觸到各式各樣、多元的新環境，這些環境會刺激個體開始思考自己在這樣多樣環境中的個人想法是什麼，真正想要做什麼，開始建立自主性與找尋自我的價值，上述現象皆與我位置的意涵有關。另一方面，近年來台灣開始有越來越多的網路紅人（簡稱網紅），指的是因網路而出名的人物，他們透過經營社群網站或影音網站提升自己的知名度，並且以此為業，Nelson & Chen (2007) 的研究指出，成年初顯期子女因網路的發達，有更多吸收資訊的管道與自我表達的機會，市場導向的經濟政策促進城市化，也提供更多元的就業機會，子女有更多空間專注於自我探索，成年初顯期中的特性也更加明顯。網紅崛起的現象讓許多子女們在面臨當前的生涯轉換時，能夠有所依循與參考，包含如何建立自信、如何在工作中找到自

己的定位、成為斜槢青年等等可以幫助子女建立堅定自我之影片，如量表題目中所述：「我能接納自己」、「不管在我命中發生什麼事，我都清楚知道我在做什麼」。綜上所述，台灣成年初顯期子女可能受上述文化性以及階段性之影響，展現出較多的與他人融合以及我位置的現況。

參、探討成年初顯期子女之親職化情形

由以上結果可知，成年初顯期子女在親職化各分層面中，情感性照顧行為多於功能性照顧性行為、不公平性與整體親職化程度皆低於中間值，情感性照顧高於中間值。此研究結果顯示成年初顯期子女給予父母較多的情感性照顧，如量表題目所述像是會與父母談心、當父母煩心時，會主動安撫父母的情緒，若不關心家人的活動或事情時，會讓子女有罪惡感，以及若家人做事情不順利，我會責備自己沒有給予充份的支持等等，子女的親職化行為較多展現在情感性照顧上。而功能性照顧較低的情形，顯示此階段之子女較少給予父母與兄弟姊妹工具性、任務性之照顧，研究者推測可能與此量表題目中多有提及「照顧兄弟姊妹」，然而有不少受試者填寫無兄弟姊妹有關，另一部分為成年初顯期階段意味著子女走入婚姻、經濟獨立的時間較傳統社會晚，此階段的子女較多在探索自我，對於未來的定位也有較多的不明確，相對而言，子女在此階段能給父母之功能性的照顧也會較少，父母仍被視為子女之「安全堡壘」，為個人發展自我之重要支持來源(Kenny, 1987)。不公平性低於中間值也反映出大多數子女認為父母的付出比自己還多，而自己的付出還不夠的現象，另一方面也可能是因為現代父母越來越重視子女之自主性(徐安立, 2013)，故當子女對家中有所付出時，父母並不將其付出視為理所當然，子女也會較少知覺到不公平感。

第二節 不同性別在自我分化上之差異探討

此研究結果與過往研究相似，即成年初顯期女性的情緒化反應、與他人融合較男性高，而男性的我位置與自我分化程度較女性高（詹寓婷，2011；黃富新，2017；廖莉彣，2014；劉紀谷，2008；Peleg-Popko, 2004；Skowron & Friedlander, 1998；Skowron & Dendy, 2004）顯示成年初顯期男性較女性能夠表達自我立場、較；不會與他人融合，且較不受外界刺激影響而有情緒上的劇烈起伏，整體而言，男性有較良好的自我分化程度。

研究者認為此兩性差異可能受先天生理因素與後天社會建構因素之交互作用影響（黃淑玲、游美惠，2007），在生理上女性的生理週期、孕期以及力氣較男性小等等，在某些時刻需仰賴他人的協助。在社會環境中，女性對於關係的經營也更重視，因此也較容易受到關係中的重要他人之影響，而難以堅定自我立場，這反映在自我分化上，女性要發展獨立的自我可能比男性面臨更大的挑戰（黃富新，2017）。然而，男性在社會中多被期望為獨立與自主（詹寓婷，2011），這也可能為男性較少有與他人融合情形的原因。

在華人文化中，可以看到自我分化對於女性的難處，劉玉鈴（2015）的研究指出女性在文化脈絡下對家的想像、責任式的情感關懷皆對女性具有重要性，而此重要性也會影響自我分化對於女性的意義。在運用自我分化理論解釋台灣女性時，除了瞭解家庭系統與個人歷史對女性自我的影響之外，也不能忽略華人性別文化在生活世界的作用，女性在華人文化下被期待為有較多關懷他人、展現母愛的特質，當女性的自我分化程度在眾多研究中顯示低於男性的自我分化程度時，研究者不禁思考西方文化所提倡之自我分化是否真實適用於華人文化下之女性，在本研究中雖然女性有較高之「情緒化反應」、「與他人融合」情形，研究者並不排除此情緒化反應與正向的「情感連結」之間的關聯性，然而本研究使用

之自我分化量表無法區分負向的情緒化反應以及正向的情感連結之間的差異，故期盼後續相關研究可以在探討女性之自我分化程度時，能將更多的文化影響考慮進量表的使用中。



第三節 探討父母教養方式、自我分化程度及親職化之相關情形

本節分為三個部分進行研究結果之討論，第一部分為探討父母教養方式與自我分化程度之相關情形；第二部分為探討父母教養方式與親職化之相關情形；第三部分為探討自我分化與親職化之相關情形。

壹、探討父母教養方式與自我分化程度之相關情形

一、父母要求越高，子女情緒截斷情形越多

此研究結果與吳麗娟(1988)、徐君楓(2004)、修慧蘭(2011)以及Bartle(1989)之研究結果相似，當父母對子女的要求越高，回應越少，子女的自我分化程度會越低，使用情緒截斷的方式逃離家中壓力與焦慮的情形則會越多。當父母的「侵犯」與「相安」越高，子女所知覺到的「否定感」也越高，則「壓抑感」也越高，子女之自我容易經驗到被否定與自主權被侵犯的感受以及會在自我層面上經驗到疏離、失望的壓抑與退縮感(修慧蘭，2011)，侵犯高可以對應到本研究的要求高，而相安高則對應到本研究的回應低，當子女知覺到越多來自父母的規定與限制時，而較少來自父母的鼓勵與支持時，子女將越以情緒截斷的方式面對父母的要求，此情緒截斷包括表現情緒冷淡、看起來不受影響以及不接觸內在情緒的方式，以維持在家中與父母之和諧相處。同時，在華人的孝道文化影響下，子女通常仍以孝順或隱忍態度回應父母的要求，造成許多隱性的親子衝突與心理衝突（陳秉華、游淑瑜，2001），故可以看到當父母的要求越高時，子女也會有越多的情緒截斷情形。

二、母親的回應越高，子女的自我分化程度越高

當母親的回應越高，子女的自我分化程度越高。Kins、Beyers、Soenens 與 Vansteenkiste(2009)的研究指出成年初顯期子女的居住選擇(離家或與父母同住)的動機與父母支持自主性的教養有關，父母的支持自主性能預測自主性動機較強的子女。他們鼓勵孩子做出符合自身價值與需求的居住選擇，孩子則會較少產生罪惡感、羞愧、焦慮等負面感受，主觀幸福感也較高，即正向良好的家庭關係、具支持自主性的父母，對成年初顯期年輕人形塑自我認同，邁向成為獨立自主的成人是有助益的（許晨韋，2014）。Moreno(1946)認為，母親（照顧者）在子女出生後一直是扮演嬰兒的輔角 (Auxiliary ego)的角色，母親有兩種功能，一是適當地扮演媽媽的角色，滿足嬰兒的各種需求；二是隨著嬰兒的節奏與韻律，幫助嬰兒對其需求發展出清楚的影像，以朝向發揮自己的功能邁進。若母親在與嬰兒的互動過程中，能隨時瞭解嬰兒，與嬰兒的需求同步，適時地滿足嬰兒的需求，則孩子能藉由與母親一體的感覺，慢慢體會、了解自己的內在需求，同時在與母親的分離過程中，也開始體會自己與母親不同的部分，而能區分自我與母親的差別，子女從母親回應中，學會滿足自己、了解自己以及具備發揮自己功能的能力。然而嬰兒與母親的互動經驗中，並不見得都具有很好的經驗，有時候母親會無法了解孩子的需要，或無法跟著孩子的節奏適時地引導或滿足孩子的需求，甚至母親會從社會文化中學習到一些教養孩子的角色規則，像是當小嬰兒哭時不要去抱他，免得他習慣都要給別人抱，孩子可能從諸如此類與母親的互動經驗中，經驗到不被了解、被遺棄，或者覺得自己是不值得的，甚或是創傷的經驗。當子女在成長的過程中，長期困在自己是不值得的、被遺棄的或是不被瞭解的情緒與角色中時，會難以面對瞬息萬變的環境，也無法應對外在情境而有自發性與創造性的

回應，產生內在的失衡及人際上的問題(Moreno,1975；引自游淑瑜、游明麟，2009)。

從上述可以看到母親的回應對於子女的自我分化之重要性，當母親可以給予子女足夠的回應時，子女能夠從原生家庭的情緒依附和焦慮投射中區隔出自己，了解自己的需要，並能夠區分他人與自己，這即是本研究依據 Bowen(1985) 所指之自我分化的能力。然而，若母嬰關係為過去已發生之經驗，要如何才能夠幫助個體擁有良好之自我分化能力？心理治療中的心理劇即是一個方法，透過身心角色以及社會角色的扮演，可以幫助個體重現過去與母親互動時的情緒經驗，以及重現個體在人際互動中的衝突與矛盾，藉由創造新的角色，讓個體修復過去與母親的關係，以成為一個自發的、自我分化良好的個體。

三、父母的要求越高，子女與他人融合的情形越多

當父母要求越高，子女的與他人融合情形越多，意味著當子女知覺到父母越過多的規定與限制，子女越有可能在壓力下，過度專注於他人，全盤接受他人期望與需求，不會加以質疑，並望得到他人的接納與鼓勵，在關係中過度融合的個體容易喪失自己，也會對分離感到不適。葉雅婷(1999)的研究發現，當子女知覺到父母對自己的高度要求(例如：對課業的高期望、會反對自己參與社團活動等等)時，子女為了因應這些要求可能採取的行動包括：內化他人的批評，而不允許自己失敗；害怕負面的評價，而放棄自己想做的事情。可以看到當父母的要求高時，子女會內化來自於父母的想法，內化指的是不經過思考便將他人的想法視為是自己的想法，子女在高要求的壓力環境中成長，會越有可能失去自己的立場與聲音，或許子女在家中的順從可以換來家中較和諧的關係，然而在家庭以外的關係中，也會有較多的與他人融合現象，因為子女習慣以他人的需求為主，而失去自立與獨立性。

貳、探討父母教養方式與親職化之相關情形

由研究結果可知，當子女知覺父親的回應程度越高，子女在親職化中的情感性照顧越多，但其所知覺到的不公平性會越低；當子女知覺父親的要求程度越高，其親職化各分層面，包括功能性照顧、情感性照顧與不公平性以及親職化程度皆會越高。當子女知覺母親的回應程度越高，子女會有較多的情感性照顧行為，次之為功能性照顧行為，但在這些行為中，子女知覺到的不公平感會越低；當子女知覺母親的要求程度越高，其親職化各分層面，包括功能性照顧、情感性照顧與不公平性以及親職化程度皆會越高。

一、父母的回應程度越高，子女的不公平性越低

此研究結果與楊佳穎(2008)的研究結果相似，意味著當父母對子女有越多的回應、越能關照子女的需求時，子女就愈能夠表達自己的情緒與壓力狀態，也就越不容易將親職化的角色內化，對自身的付出行為感到不公平。Howe 於 1995 年表示依附是個體在焦慮的情境之下，希望和依附對象保持親密所引發的行為，此依附不只是子女向父母尋求情感上的連結，也包括父母能夠回應子女的焦慮與壓力，當父母不能夠給予子女足夠的回應時，子女將越有可能透過親職化的行為來獲取父母的關注，從需要被關懷的角色，轉變成照顧父母的需求，以維繫不穩定的親子關係，待成年以後，子女漸漸深感自己未能受到足夠的照顧而有不公平的感受，並有很大的機率會將這失落的情緒再現於下一代身上 (Byng-Hall, 2002)。由此可知，當父母的回應越高，子女雖可能仍有親職化的行為，但感到不公平的機會則會越低。

二、父母的要求越高，子女的親職化情形越高

當父母的要求越高時，子女的親職化行為越多、也越會表現符合家庭與社會規範之行為、對家族成員的關心程度也越高。當父母的要求越多時，子女知覺到更多的是自己應該要做些什麼而非被支持去做自己想做的事。父母過度干涉或管束子女，可能使得子女汲汲營營的迎合父母的指示，甚至擔心愧對父母而更盡心於扮演身負大能的子女，如果不這麼做，會感到羞愧以及愧疚，這些都會引發子女的親職化(Jurkovic, 1997)。張虹雯(1999)指出，在台灣社會裡，子女在家中承擔家事、孝順父母、照顧兄弟姊妹等行為是被父母、師長或大眾所讚許的，而且做愈多表示愈孝順。當子女知覺到父母需要自己時，子女可能會覺得家庭中的衝突，自己有責任要去調停與處理，但當子女處於成年初顯期階段，需要更多學習獨立於家庭去發展社交與擴展生活的機會時，內心也會經歷家中責任與自我追求之矛盾與掙扎，當子女忙於自己的事務時，仍常會牽掛家庭的照顧，並會期待自己能滿足父母的要求，以平衡內心的焦慮感。久而久之，子女會知覺到自己覺得不公平，但仍想盡力符合父母的要求過生活，想要在此夾縫中，找尋自己的獨立與自主性，就如石芳萌(2007)所說，當此階段的子女感到較多自己不被瞭解、缺少支持，以及付出與獲得間是不對等的時候，即使子女顯現出較多的獨立性，可以承擔家中許多照顧的責任，但內心常常仍是矛盾衝突的。

三、父母的回應越高，子女的情感性照顧越高

值得注意的是，當父母的回應越高，子女情感性照顧越高，研究者認為這與 Jurkovic 於 1997 年所提之健康的非親職化(health nonparentification)現象有關，這類子女會如預期的擔負社會文化中所認為適當的工具性、情緒性的照顧行為，子女在他們的家庭成員中有負責任的表現，並能學習在關係中公平付出和給予。子女透過父母如何對待自己，進而知道如何回應父母與關係中的他人，當父

母能給給予子女越多的鼓勵以及支持時，子女也越能夠知道如何給予父母情緒性上的照顧，並且不會感到不公平。

從石芳萌(2007)的研究發現，若「情感性照顧」程度高，不公平性低時，個體罹患重度憂鬱症的可能性雖大幅降低，但仍然會出現睡眠問題、焦慮或社會行為功能問題。因此，研究者認為此一關聯性在後續研究中有更深入探討之價值，像是以質性研究的方式，瞭解子女內心如何看待父母的回應以及情感性照顧的關聯性，張榕芸(2010)的研究發現，親職化子女常認為自己在家庭中是受到忽略、不被重視的，且自己的犧牲奉獻對家庭來說似無意義；形容自己為「隱藏自己的面具人」以維繫家庭的和諧，必須壓抑自己的感受，但也有另一些受訪者則認為自己是「協助家庭的貢獻者」，而這兩者的差異在於親職化者能否感受到父母的關懷，張榕芸（2010）認為，若子女可以感受到父母的關懷與重視，則對其於家庭的付出高將感到驕傲與自信，也將更樂於給予照顧。另一方面，從此研究結果可以看到楊國樞(1985)提倡的「相互性孝道」現象，在現代這個工商業社會中，威權主義式的孝道觀念逐漸式微，不再只是子女單方向的行孝，更加重視父慈子孝的雙向性關係，而在Yeh & Bedford (2003) 的研究中指出相互性孝道與「以情感為中心的現代態度」、「認知同理心」以及「情感同理心」都有正向相關，當子女認為自己與父母間的關係親密感是高的時候，子女對於父母的情感同理心也會比較強，會想要盡自己的最大力量來回報、滿足父母，並且是以情感中心為主導的行動，此觀點也與子女擁有多少程度的「相互性孝道信念」有關，故研究者建議未來相關研究也可以加以探討相互性孝道信念與父母教養方式以及情感性照顧之間之關聯性。

參、探討自我分化程度與親職化之相關情形

一、自我分化程度越低，親職化情形越高

本研究結果與石芳萌、吳麗娟與林世華（2010）、陳慧珊(2013)、Fullinwinder-Bush & Jacobvitz (1993)、Pola (1993)以及 Jurkovic (1997)之研究結果相似，即自我分化程度越低，其親職化情形越高。另外，除了我位置與情緒截斷以外，當個體在家中承擔越多情感性照顧、知覺到越多的不公平感以及親職化程度越高時，其在自我分化中之情緒化反應以及與他人融合的現象也會越多。可以看到當子女與父母的情緒為黏膩融合時，子女在家以外的人際場所也越會如此，像是習慣性地承擔他人的情緒，將他人的情緒視為是自己的，並擔心如果不做些什麼，他人會對自己失望，而產生自責與內疚感，因為親職化的個體將照顧他人視為自己的價值，認為需要透過照顧他人，才能在與他人的關係中有自身的重要性與意義，這也妨礙了個體深入探索自我的機會而妨礙其自我分化的發展（Fullinwinder-Bush & Jacobvitz, 1993）。從參考文獻中可以看到，當個體有較良好的自我分化，則較能有彈性的處理壓力與人際互動，也較不會以他人為生活重心而符合他人期待；不良的自我分則較易出現討好他人或贏得他人認同的情況（Peleg-Popko, 2002；劉紀谷，2008），由此研究結果可知，自我分化越低的個體，越有可能以照顧行為來獲得他人的認同，以解決在關係中與他人過度融合之焦慮感受。

二、我位置層面越高，功能性照顧越多

由此研究解果可看到，功能性照顧與自我分化的關聯性較少，這與石芳萌等人（2010）的研究結果相似，研究者依據石芳萌(2010)等人的研究推測這可能是

因為正值成年初顯期的子女較少有機會在家中協助兄弟姐妹功課、幫忙父母煮飯洗衣，子女們忙於課業或是工作等外務，這樣的現象也可以從第一節中功能性照顧低於中間值的研究結果得知。另一個可能原因是處於華人文化中的子女，從小做家務事已經被視為是理所當然的事，甚至有做家事是子女從小會被認為孝順乖巧的表現，子女也會認為這是自己「應該」要做的，而不會與自我分化中的各項概念有關聯，這些都是可能的原因。

值得注意的是，子女的我位置層面越高，其功能性照顧也越多，研究者認為這可能是因為當子女能夠擁有越堅定的我立場時，其所能承擔的功能性照顧也越多，像是對自己有清楚的認同的子女，知道自己在家中的角色定位，便能夠以堅定的自我給予家中需要的照顧。另一方面，此一研究結果可能也意味著，現今的成年初顯期子女表現出功能性照顧行為時，若需要承擔的責任已經超出個人負荷，也越能向父母說不，擁有自己的立場，分辨出什麼是自己能做的事，什麼是自己處於初顯期階段做不到的事，有自己的信念與標準，且能對自我負責，不會過分受到環境、父母的影響，或為尋求他人認同而改變自己，易言之，此功能性照顧若非 Jurkovic (1997) 的破壞性親職化，即子女在表現功能性照顧行為時，並未感受到不公平，則或許有助於子女的在自我分化中我位置之建立與提升。

三、情感性照顧越高，情緒化反應越高

此一結果讓研究者聯想到在諮商實務上的經驗，時常聽到處於成年初顯期階段之子女說，看到父母難過時，自己也會在房間哭；看到父母有煩惱時，會想要勸他們可以怎麼做，但往往會越講越生氣，或是感到不知所措，不知道從何著手幫助父母。這意味著成年初顯期之子女在給予父母情感性照顧時，其自身的情緒也會受其影響而有強烈的起伏，Bowen 認為，如果父母與祖父母之間有情緒的截斷，那麼父母與他們子女發生這種截斷的可能性就會增加(翁樹澍，1999)，可以

看到父母與子女的情緒狀況有代間傳遞之情形，當父母在情緒上越需要子女的照顧，子女也越會在因應自身的情緒上出現問題。

綜合上述研究結果，可以看到親職化中的功能性照顧與自我分化中的我位置較少與其他層面有關聯性，這部分值得後續研究更深入探討此結果之原因。然而，從上述的研究結果可以發現，若欲藉由提升子女的自我分化程度，來降低父母教養對親職化情形的影響，處遇焦點可以多放在子女的情緒化反應、情緒截斷以及與他人融合的情形上，這不僅能提高子女的自我分化程度，也能降低子女在親職化中的不公平感受、減低親職化為子女帶來的負面影響。



第四節 探討成年初顯期子女知覺之父母教養方式類型對親職化的影響

本研究之研究結果與過去研究結果有些不相同，不相同處在於本研究之父母教養方式類型中為民主威信教養方式較易造成子女的親職化，而過去的研究像是 Teyber (2011)、吳麗娟等人(2017)為寬鬆放任的教養方式較易造成親職化。雖然國內關於父母教養方式對親職化影響之研究仍不多，但仍能看到本研究結果與其它研究相似之處，像是楊佳穎(2008)認為高要求、低回應之教養方式較易造成親職化子女，與本研究相似之處為專制權威型（高要求、低回應）的教養方式較寬鬆放任型（低要求、高回應）的教養方式較易造成親職化子女。

綜合上述研究結果，可看到若父母為高要求之教養方式，對子女的親職化影響越大。研究者推測或許是因為父母的高要求對於成年初顯期階段之子女造成的壓力比其他年齡層之子女的壓力來得大，此階段之子女正是邁入獨立自主、建立個人生活的階段，多數子女期待自己對於生活上的安排、未來的選擇能夠有一定的自由度與個人空間，包含日常起居、課業、與人之相處等等，若此時父母仍對自身的各個方面有高程度之要求，這對子女造成之內心掙扎將會比國高中時期之子女來得更複雜，子女一方面認為自己已經長大成人，可以自主獨立生活，另一方面受華人文化的影響，也認為到了該回饋於父母養育之恩的年齡，須照顧好父母，因此當父母對自身有高要求時，子女會期許自己能夠以達到父母的期待，來讓父母感到開心、感到驕傲，並以照顧行為來避免知覺到來自於父母的失望感。

另一方面，研究者認為有此研究結果可能是因為在父母教養方式的問卷指導語中，非請受試者回憶成年初顯期子女在 18 歲以前所知覺的父母教養經驗，且 24、25 歲之受試者共有 148 人，在張榕芸(2010)的研究中發現，多屬子女對於

過去童年時期承擔之親職任務，認為自己尚可接受，然而隨著時間不斷加長後，親職化子女表示自己逐漸無法負荷，面對父母的要求感到責任的不斷加重，親職化的責任隨子女年齡之增長而影響甚鉅，至成年階段，家庭的責任成為無法擺脫之責任，影響對於未來的選擇、對於婚姻與家庭的計劃，子女成為家庭中最重要的支持角色，對於離家之罪惡感也隨之增加，故可以看到隨著年齡的增加，子女的親職化現象也將更為明顯，而若父母的要求仍高，將可能加重親職化對子女帶來之負面影響。若父母在此階段能夠降低對於子女的要求，與子女核對其內心的壓力與期望，將能降低父母教養對子女親職化的影響。



第五節 探討自我分化在父母教養方式與親職化之間之中介效果

由本研究結果可知，父母親要求可以顯著預測子女之自我分化（模式一），即當父母親要求越高時，子女之自我分化程度越低；父母親要求可以顯著預測子女之親職化情形（模式二），即當父母親要求越高時，子女之親職化情形越高；子女之自我分化可以顯著預測其親職化情形（模式三），即當子女之自我分化越高時，其親職化的情形越少；父母要求對子女親職化的影響，在加入自我分化後，會減低此影響，這意味著父母要求會透過子女之自我分化程度影響子女之親職化情形。由模式四可以看到，自我分化對親職化的預測是負向的，意味著父母要求在加入自我分化後，親職化的情形會受到自我分化的部分中介影響，而有降低的情形。

由此可知父母要求對親職化的影響，不僅存在著直接的路徑，也有間接的路徑。Jurkovic (1997) 曾提出親職化的直接與間接生成路徑，父母與家庭的失功能、無法對子女與家人行使照顧之責，呈現無助、無能、需要被關愛的狀態，或威脅、道德說服的方式，都會直接導引子女親職化的情形，投入對父母與家人的照顧之中。另一方面，父母也會鼓勵或讚許子女在家庭中表現成熟而有擔當，成為可信賴的角色，或是灌輸子女有關照顧家人的教條或倫理觀感，間接的引發子女對家人的親職化行為。Jurkovic 透過臨床上的觀察，認為間接途徑說明了父母的表現與互動會引發子女的認知架構或信念改變，而造成親職化的情形。由此可知，子女的認知思考會影響父母要求對親職化的影響，此認知思考包含子女之自我分化能力，能夠平衡情緒與理智的能力，若子女之自我分化有較高的程度，可以降低父母要求對親職化影響的不公平感受。

過去國內雖較少有以自我分化為中介的研究，但吳麗娟(2007)在探討親職化與自我分化程度對身心健康的關係時，指出這三者有密切的關係存在，像是當個體的自我分化程度越高，親職化程度越低時，其身心健康越佳，反之亦然。陳慧珊(2013)建議後續研究可以探討是否有中介因素可以減緩親職化現象的負向衝擊，例如：探討自我分化程度在親職化現象與身心健康之間是否扮演著中介的角色，讓被親職化的子女除了可以協助家庭能順利運作之外，亦可以有較佳的身心發展。

本研究結果之意義為若提高個人的自我分化，可以降低父母要求對親職化的影響，因為從研究結果中可看到個人之自我分化在父母要求與親職化間有部分中介的效果。若子女在面對父母要求時，能有較少的情緒截斷、情緒化反應以及與他人融合（在本研究中多指與父母的融合）的情形時，就較能以適當的方式回應父母的要求，此適當指的是，能夠覺察自身的情緒，與其理智面獲得一平衡；不以自動化、情緒化的方式回應父母的要求，同時能肯定自己的情緒與需求，不與自身情緒保持一截斷的距離；並且，能夠區分父母與自己的不同，不論是在期待、感受以及想法上，子女也能擁有個人之感受、想法與對自己的期待，如此一來，子女能夠知道父母的要求是父母的期待，而自身也能夠擁有自己對於生活方式與對於未來的規劃，然而在華人文化下，本研究並非強調子女離開家庭之束縛，而是強調自我分化在幫助個體平衡家庭責任與個人自由之能力，避免父母的要求直接導致子女越多的親職化行為，若是子女能夠在成年初顯期階段對父母的要求、期待有一反思，則能平衡父母要求與自身要求之輕重，並在能力範圍內，承擔可負擔之家庭責任，同時也能追求個人之「想要」，如此一來，也能降低在親職責任時的不公平感受，當子女看見自身的選擇權、狀態，並能夠為自身的想要負責時，將能避免因父母要求而導引的破壞性親職化之情形。

第六章 結論與建議

本研究旨在探討成年初顯期子女知覺之父母教養方式、子女之自我分化程度以及親職化情形之關聯性。研究者以立意取樣的方式邀請生活於台灣之成年初顯期子女填寫線上問卷，共得有效問卷425份，其中生理男生 117 名，生理女生 308 名。之後進行統計分析，除描述統計外，也對主要變項進行相關分析、單因子變異數分析以及迴歸分析，瞭解變項間的關聯及有效的預測項目。本章分為兩節，第一節將根據研究所得之主要發現提出結論，第二節將根據研究結果與結論提出具體建議，以供相關人員及日後研究之參考。

第一節 結論

關於本研究的結論，以下分五部分敘述，第一部分為成年初顯期子女知覺之父母教養方式、自我分化程度以及親職化情形之現況；第二部分為成年初顯期子女之性別、家庭結構在父母教養方式、自我分化以及親職化上之差異；第三部分為成年初顯期子女知覺之父母教養方式、自我分化以及親職化之相關；第四部分為不同父母教養方式類型對親職化的影響；第五部分為自我分化在父母教養方式與親職化間之中介效果檢驗。

壹、成年初顯期子女知覺之父母教養方式、自我分化程度以及親職化之現況

一、父母教養方式之現況

不論是父親或母親，子女知覺到最多的教養方式類型為忽視冷漠教養類型，其次是民主威信教養類型，顯見目前國內父母親對於成年初顯期子女的教養方式是以忽視冷漠及民主威信兩種教養方式為主；以子女知覺之父母教養層面而言，

父親與母親之要求層面均高於回應層面，而母親的管教，無論在回應或要求層面均高於父親的管教。

二、自我分化程度之現況

目前成年初顯期子女之自我分化程度約為略低於中等之程度，在各分層面上，成年初顯期子女有略高於中等程度之「我位置」、「情緒化反應」、「情緒截斷」以及「與他人融合」的情形。

三、親職化之現況

目前成年初顯期子女之親職化情形為低於中等之程度，在各分層面中，成年初顯期子女之「情感性照顧」為略高於中等之程度，「功能性照顧」及「不公平性」則低於中等程度。

貳、成年初顯期子女之性別、家庭結構與父母教養方式、自我分化以及親職化之關係

在各背景變項與主要變項的關係中，性別在自我分化上具有顯著差異。成年初顯期男性的自我分化程度顯著高於成年初顯期女性。在各分層面上，性別除了在「情緒截斷」上不具有顯著差異，男性在「情緒化反應」以及「與他人融合」上顯著少於女性；在「我位置」層面上，男性顯著高於女性。

參、成年初顯期子女知覺之父母教養方式、自我分化以及親職化之相關

一、父母教養方式與自我分化程度之相關

「父母回應」越高，子女的「情緒截斷」情形越少；「父母要求」越高，子女的「情緒截斷」及「與他人融合」情形越多、「自我分化」的程度越低；「母

親回應」與「自我分化」呈顯著正相關。「父親要求」越高，子女的「情緒化反應」越多。

二、父母教養方式與親職化之相關

「父母回應」越高，子女的「情感性照顧」越多、「不公平性」越低；「母親回應」越高，子女的「功能性照顧」越多。「父母要求」越高，子女的「功能性照顧」、「情感性照顧」、「不公平性」以及「親職化」的情形皆越高。

三、自我分化程度與親職化之相關

「情緒化反應」、「與他人融合」越多，其「情感性照顧」、「不公平性」、「親職化」的情形也越高。「情緒截斷」越少，「情感性照顧」越高、「不公平性」與「親職化」皆越低。「我位置」越高，「功能性照顧」越高。「自我分化」的程度越高，其「不公平性」與「親職化」情形皆越低。

肆、不同父母教養方式類型對親職化的影響

父母「民主威信」教養下之成年初顯期子女的親職化程度，顯著大於父母「寬鬆放任」教養下子女的親職化程度；「民主威信」教養下之子女的親職化程度，顯著大於「寬鬆放任」教養之子女的親職化程度；「專制權威」教養下之子女的親職化程度，顯著大於「寬鬆放任」教養之子女的親職化程度。

伍、自我分化在父母教養方式與親職化間之中介效果

「父親要求」與「母親要求」皆對「自我分化」具有顯著的負向預測力；「父親要求」與「母親要求」皆對「親職化」皆具有顯著的正向預測力；「自我分化」對「親職化」具有顯著的負向預測力。從三者整體之關係來看，在「父親要求」

與「親職化」之間，「自我分化」具有部分中介之效果；在「母親要求」與「親職化」之間，「自我分化」具有部分中介之效果。



第二節 研究限制與建議

壹、研究對象方面

本研究取樣的受試者有男女比例不平均之情形，生理女性明顯比生理男性多許多，這也可能是父母教養方式與親職化在性別這一背景變項上沒有差異的原因之一，未來相關研究可以納入更多的背景變項作為研究變項，例如：社經地位、出生序，這皆有可能影響子女之親職化情形，更多的背景變項可以幫助更全面的了解這三個變項之間的關聯性。

本研究僅探討成年初顯期階段之子女，使得研究較侷限在同質性高之族群，且受限於人力、物力與時間，無法進行縱貫性研究，亦無法囊括其他相關變項，因而對於研究結果之解釋存在限制。未來研究者可以以橫斷式加上縱貫式之研究設計進行相關研究設計，探討父母教養方式、親職化與自我分化之議題亦在跨年齡層上之差異與意義。

貳、研究方法方面

本研究屬於量化研究，乃抽取大樣本而作整體性的調查與分析，與質性研究針對個體做細膩的訪問與分析有所差別，建議未來研究可以以量化加上質性研究的方式，更深入的了解子女知覺之父母教養方式、自我分化以及親職化之關係。

參、研究變項方面

本研究之父母教養方式為子女主觀知覺之父母教養方式，未來相關研究可以考慮將父母知覺之父母教養方式納入作為研究變，如此對於家庭互動能有更多的瞭解與描繪，而較不會只描述到子女一方的心境，並且能夠把更多與身心適應有

關之變項納入，以此能夠對父母教養方式對成年初顯期階段之子女之影響，以及成年初顯期子女之自我分化與親職化影響之身心情形有更多的瞭解與描繪。

肆、研究工具方面

本研究採用網路問卷的方式蒐集資料，雖然可以在短時間內、大範圍的蒐集到許多受試者來填寫問卷，然而網路問卷平台在使用上仍有其功能的限制，例如本研究之父母教養方式量表因採用問卷中之「核取方塊格」形式以方便受試者填寫，即可以在同一題中，各選取一項父親欄的選項與母親欄的選項，但此形式不能設定為單選題功能，故研究者在指導語中提醒受試者需注意父親欄與母親欄只能各選一項，以代表該題的數值，但仍有許多份問卷因複選問題而無法使用作為研究資料，故本研究雖然收得 536 份問卷，剔除廢卷後得有效問卷 425 份，問卷回收率約 79.30%，建議未來研究可以注意使用網路問卷之限制，當限制影響研究之資料情形時，可以考慮皆採用紙本的方式搜集資料，或是將收案時間拉長，以此能夠獲得更多的有效問卷。

本研究之研究工具分別為「父母教養方式量表」、「自我分化量表」與「親職化量表」，此三份量表皆採李克特氏量尺測量，且受試者均為同一人，當同樣的受試者連續接受兩種或多種的測驗時，可能產生疲勞效應，致使研究結果的類推解釋受到限制。另外，本研究使用之研究問卷大多為針對大學生族群，但本研究有不少是 24~25 歲已畢業(出社會)的成年初顯期子女，故未來在問卷使用上建議選擇更符合此年齡之研究對象的問卷。

本研究使用之自我分化量表為依據西方之自我分化解論編制而成，雖然在國內有經過信效度檢驗，然而在眾多研究結果上，可以看到華人文化下之個體普遍的低自我分化程度，研究者不禁思考西方文化所提倡之自我分化是否真實適用於

華人文化下之個體，尤其在女性身上更有其解果解釋之限制，故此自我分化量表的適用性仍待後續研究加以探討。另外，近來大眾之心衛文章、書籍，常常可以看到類似「正視情緒」、「接納情以及「情緒化也沒關係」等等之心理衛生宣導語，研究者建議後續相關研究欲使用此份自我分化量表時，可以將「情緒化反應」(emotional reactivity)分量表之中文名詞有一更客觀之翻譯，以避免大眾誤解「情緒化」之定義，本研究並非要宣導大眾不能夠在日常生活中表現出個人情緒，而是較強調自我分化中理智與情緒平衡之能力。



第三節 實務貢獻與建議

本節將依據上述之發現與結論，提出具體建議，以供諮商實務相關工作者、成年初顯期子女以及父母之參考。

壹、給諮商實務相關工作者之建議

一、理解在華人文化下，父母教養對子女親職化情形之影響

從本研究中發現，當子女知覺到父母越高的要求，親職化情形會越高，可以看到父母教養對親職化情形的影響。在華人文化下，照顧父母與體貼父母常被視為是應該的，父母的期待也常被視為是子女應當要遵守的，當子女內化了這些來自社會文化的信念，即使可能承擔著身體心理上的壓力，也可能會擔心如果自己不依照父母的要求做，會被認為是「不孝」、「不聽話」的。諮商實務相關工作者可以嘗試理解成年初顯子女在父母的要求前面，常常是難以為自身發聲的，這或許不在於父母有多嚴格或權威，因為從本研究中也可以看到，父母教養多是民主威信型或是忽視冷漠型，而非專制權威型，因此子女努力達到父母的要求，甚至導引出親職化的行為，可能較多是害怕父母對自己失望、擔心與難過或渴望父母對自身的認同等。當子女對自我的認同建立在父母對自己的認同上時，子女會經歷到不符合父母期待之失落感，並要求自己在家中能夠付出更多。

二、提高成年初顯期子女之自我分化程度

(一) 協助釐清子女在家中之角色定位，探索其內在的想法、感受與需求

本研究發現，成年初顯期子女之自我分化程度為中等略低之程度，且與父母要求、親職化有負向的關聯，在此年齡為子女尋求個人生活的自主權、選擇權的階段，也同時面臨更多的照顧父母之壓力。諮商相關工作者可以協助子女探索此

兩難的處境，包括在照顧父母與表達自身需求之間、獨立與依賴之間以及理智與情感之間，可以透過諮商的協助，找到適合的平衡。

（二）協助子女覺察情緒與適當的宣洩情緒

從本研究中可以看到，成年初顯期子女的情緒化反應、情緒截斷以及與他人融合情形越多，其親職化整體情形也越高，可以透過探索子女對於親職照顧之情緒反應，以理解子女在承擔親職化責任時之心理歷程，幫助子女覺察自身之情緒狀態，並探索此情緒背後所隱含之意義以及需求為何，透過專業的協助，讓子女對自己有更深一層的覺察與理解，這也能夠幫助子女從與他人的關係之中獨立出來，擁有更高的自我分化程度，降低親職化帶來的負面影響。

（三）協助子女與他人建立適當的界線

從本研究中可以看到當父母的要求越高，子女會有越多的與他人融合情形，也會有越高的親職化情形，諮商實務相關工作者可以協助子女釐清他人與自身的責任，幫助子女不過度為他人負責，成為他人的拯救者，也因為界線的融合，有可能使子女對於他人有較多不合理的期待，並在期待落空後經歷許多失落感受。諮商實務相關工作者除了探索與陪伴子女之情緒狀態，也可以與之討論如何在關係中更自在的與他人、父母相處。

貳、給成年初顯期子女之建議

一、不帶評價的接納自己的需求與情緒

在成年初顯期階段之子女會經歷許多掙扎與矛盾，像是父母的要求與自己的需求不一致時，該如何表達、如何選擇。可以在這些複雜的情緒出現時，嘗試問問看自己：「我正在矛盾的是什麼？」、「還有什麼其他的情緒嗎？」因為情緒可以幫助我們去認識自己的需求，也能引導我們的行為。若我們時常迴避負面情

緒，久而久之易有越來越多的情緒截斷；若我們沒有機會為情緒找到出口，則有可能日積月累成情緒化反應；因此若能試著在繁忙的生活中停下腳步，關照自己的情緒，我們會更有力量去因應外在世界，像是覺得累了，就代表需要允許自己去休息，或是找尋個人的放鬆方法；如果失望了，就可能在提醒我們需要調整自己對他人的期待或是需要將失落難過的情緒宣洩出來；每個人面對情緒的方式不同，若能覺察與面對它，就能夠感受到「重視自己」的力量，也能擁有更好的自我分化能力，如此一來，便可以在關係中擁有一個更平衡、自在的自我。

二、釐清需求後，嘗試向父母表達

有時高要求的父母看起來可能是難以接受子女的需求，子女會擔心與害怕向父母表達自己，會使他們生氣或是受傷，然而，以研究者之實務經驗而言，父母時常是沒有機會瞭解到子女的需求，而非不願意接受。若子女沒有向父母表達自己的需求，那麼父母也少了一個機會去傾聽與理解；若子女能夠清楚知道自己的感受沒有對錯好壞之分，或許也能有更多的勇氣向父母表達這些感受，同時也能夠嘗試表達對父母的理解。同是華人文化下長大的父母，其對於自身的期待也會放到子女身上，若子女沒有加以過濾與思考這些期待，就內化為自身生存的信念，那麼這也可能對子女的身心造成負向的影響，就如研究結果所述，父母的要求能夠負向預測子女的親職化情形。研究者期許子女能夠以自我分化的能力，在父母要求的前面裝上一個過濾網，在能力範圍內給予，在感受到自身限制時嘗試向父母表達。

參、給父母之建議

一、在此階段嘗試減少對子女之要求，增加對子女之回應

從本研究結果可知，當子女知覺父母的要求越高時，其自我分化程度會越低，親職化情形會越高；當母親的回應越高，子女的自我分化程度會越高。可見父母教養中的要求層面對子女造成一定程度的負向影響。即使親職化子女表現得與父母像是朋友，讓父母覺得自己是貼心的好孩子，但也許子女正因親職化之責任而有承受著一言難盡之壓力，並且不知道該如何向父母表達，父母可以透過關心的方式詢問子女當前的身心情況，在詢問後，以理解的方式回應子女，須盡可能避免關心變成另一種要求，像是在聽到子女的壓力後，告訴子女：「不要想太多」、「不要太敏感」等等，雖然父母的本意是關心子女，但子女會知覺到的是被限制與拒絕，而限制也屬於教養層面中之要求。父母於子女未成年時，會設立一些家中的規則，讓子女有所依循，然而在成年初顯期階段之子女，開始擁有更多的自主權，渴望有個人空間與時間，對未來抱有期待與規劃，父母在此階段可以嘗試降低對子女各方面之要求，讓子女有心理空間去思考何謂自己「想要」，而非總是遵循大人世界之「應該要」，當子女能夠擁有越高的堅定自我、少一些在情緒上與想法上跟父母的融合時，便將能夠有更高的自我分化程度，也更有能力為自身的選擇負責。

二、與子女多溝通、討論與核對其感受與需求

(一) 釐清父母主觀現實與子女主觀現實之差異

本研究之受試者為子女填寫，所以父母教養方式為其所知覺到之父母教養方式，對父母而言之主觀現實可能並非是高要求，常常父母認為是關心，但子女卻感到壓力，研究者建議可以多與子女核對其内心感受，當父母也可以以開放且有彈性的角度與子女溝通，子女自然也能加以學習，並應用至外面世界的人際關係，如此之溝通的示範也讓子女知道「你所想的，並非我所想的」，而即使想法上有差異，也是沒有關係的，讓子女知道，父母不會因為自己與子女有想法上的

差異而感到難過與失落，若父母自身認為子女不能夠擁有與自己不同的感受與想法時，那麼子女也會認為自己不能夠表現自己，需要以情緒截斷的方式壓抑自己的感受，與父母融合的方式達到父母的期待，影響到子女的自我分化程度。

(二) 回應子女的需求，尋求更多的支持資源

從研究中可以看到父母的回應越高，子女在親職化中的不公平感受則越低。當父母能夠關心、回應子女的付出，並且也重視子女的需求時，子女對於其犧牲奉獻的不公平感受也會隨之降低，父母可以透過與子女探討其內心的感受來表達關心，像是詢問子女：「這些事情是否超過你的能力所及？」、「是否在壓抑內心被照顧的渴望？」、「是否缺少支持與關心？」等等，當父母的責任回到父母本身，子女能夠擁有更多的選擇，並做出與之相對應的行為而較少感到不公平。過去有許多研究顯示破壞性親職化會對子女的身心造成負面影響，像是能夠預測憂鬱症、焦慮症等等，因此父母的回應對子女而言是相當重要的。另外，建議父母可以嘗試引進其他支持資源，像是需要子女承擔家中功能性照顧時，可以先思考是否有政府資源可以使用？長照資源是否能介入家中？或者找尋其他對照顧有責任且相對於子女而言更有能力的家人來協助。

過去有研究顯示父母的感情衝突會使子女認為自己有責任扮演中間角色，調停及解決父母之間的感情問題，而此情形會對子女身心造成負面的影響，因為這意味著子女需要照顧父母因彼此衝突而產生的情緒，若沒有解決，子女或許會覺得在家中感到壓力以及自責，然而，父母應該將此責任回到自身，就如同子女的感情問題也是由子女自身承擔一樣，父母解決彼此衝突的方式，也能夠成為子女在外人際互動之良好示範。

在父母與子女彼此的需求有所不同時，可以開放的邀請子女一起討論這樣的差異可以如何達到平衡。許多家庭因某些限制，父母在試過各式各樣的方法後，

仍需仰賴子女的付出以維持家庭的生存，此時父母應看重子女的付出與犧牲，而不將之視為理所應當之責任，相信子女在以上的家庭氣氛中生活，將能夠有良好的身心狀況與未來發展，因為不需要再壓抑自己的感受與需求，可以不用使用情緒截斷來因應家中的焦慮與壓力，子女漸漸知道表達自己的「想要」後，父母能夠看見與理解。



參考文獻

- 王浩威（2013）。晚熟世代：王浩威醫師的家庭門診。臺北市：心靈工坊。
- 王鍾和（1993）。家庭結構、父母管教方式與子女行為表現（未出版博士學位論文）。國立政治大學教育研究所，臺北市。
- 王鑾襄、賈紅鶯（2013）。Bowen 自我分化理論與研究：近十年文獻分析初探。
輔導季刊，49(4)，27-39。
- 石芳萌（2007）。高中職學生親職化、自我分化與身心健康之相關研究（未出版碩士學位論文）。國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系，臺北市。
- 何友暉、陳淑娟、趙志裕（1991）。關係取向：為中國社會心理方法論求答案。
載於楊國樞、黃光國（主編），*中國人的心理與行為（頁 49-66）*。臺北市：
桂冠圖書公司。
- 吳佳霓（2002）。青少年家庭系統分化、自我發展與生活適應之相關性的研究（未
出版碩士學位論文）。南華大學教育社會學研究所，嘉義縣。
- 吳金香（1979）。父母教養方式與國中學生自我觀念的關係（未出版碩士學位論
文）。國立臺灣師範大學教育研究所，臺北市。
- 吳婷盈、鄧志平、王櫻芬（譯）(2012)。*家族治療概觀*(原作者:Herbert Goldenberg
& Irene Goldenberg)。臺北：雙葉書廊。（原著出版年：2007）
- 吳嘉瑜（2005）。倒轉的親子位置—“親職化”兒童之相關文獻探討。*輔導季刊*
41(1)，21-28。
- 吳麗娟（1998）。父母自我分化、教養態度對青少年子女自我分化、因應策略及
適應影響之研究。*教育心理學報*，30(1)，91-132。

- 吳麗娟、蔡秀玲、杜淑芬、方格正、鄧文章（譯）（2017）。**人際歷程取向治療：整合模式**（原作者：Edward Teyber & Faith Holmes Tyber）。臺北市：雙葉書廊。（原著出版年：2016）
- 宋根瑜（1980）。**台灣北部地區犯罪少年與一般少年家庭及學校環境之比較研究**（未出版碩士學位論文）。中央警察大學警政研究所，桃園市。
- 李文瑄（1999）。**客體關係心理治療**。臺北市：天馬。
- 李雪禎（1996）。**青少年的情緒經驗與父母教養方式之分析研究**（未出版碩士學位論文）。國立高雄師範大學輔導研究所，高雄市。
- 阮琳雅（2017）。Bowen 自我分化概念應用在華人文化脈絡中之初探。**諮商與輔導**，375，40-44。
- 林婉玲（2008）。**臺中地區父母教養方式與幼兒社會能力之關係研究**（未出版碩士學位論文）。國立臺中教育大學幼兒教育學系碩士班，臺中市。
- 洪莉竹（1999）。**臺灣諮商輔導人員在學習諮商過程中文化議題的衝擊與統整**（未出版博士學位論文）。國立臺灣師範大學教育心理與輔導研究所，臺北市。
- 修慧蘭（2011）。何謂糾結/疏離關係—本土大學生親子界限之研究。**諮商輔導學報**，23，1-18。
- 孫頌賢、修慧蘭（2004）。**大學生的親子界限：親子關係—自我界限量表編製與模式初探**。**測驗學刊**，51(1)，45-78。
- 徐安立（2013）。**大學生父母教養方式與自尊高低之相關研究**（未出版碩士學位論文）。國立臺中教育大學諮商與應用心理學系碩士班，臺中市。
- 徐君楓（2004）。**大學生知覺之家庭界限與其自我分化之關係**（未出版碩士學位論文）。國立政治大學教育研究所，臺北市。

- 翁樹澍、王大維（譯）（1999）。**家族治療理論與技術**（原作者：Irene Goldenberg & Herbert Goldenberg）。臺北市：揚智文化。（原著出版年：1989）
- 馬承逸（2010）。**大學生自我分化、壓力感受與身心健康之關係**（未出版碩士學位論文）。國立政治大學教育研究所，臺北市。
- 張虹雯（1999）。**父母爭吵時的三角關係運作與兒童行為問題之相關研究**（未出版之碩士論文）。國立彰化師範大學，彰化市。
- 張榕芸（2010）。**青少年時期經歷親職化者經驗之探究—以單親家庭為例**（未出版之碩士論文）。國立政治大學社會工作研究所，臺北市。
- 許晨韋（2014）。**成年初顯期年輕人待業歷程與生涯調適力之繁根研究**（未出版之碩士論文）。國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系，臺北市。
- 郭孟瑜（2003）。**青少年的親子三角關係類型與人際行為之研究**（未出版之碩士論文）。國立政治大學心理學系，臺北市。
- 郭芳君（2003）。**父母教養方式、自我韌性與內在性自我控制、少年偏差行為之關係研究**（未出版之碩士論文）。國立成功大學教育研究所，臺南市。
- 陳秉華、游淑瑜（2001）。台灣的家庭文化與家庭治療。*Asian Journal of Counselling*, 8(2), 153-174。
- 陳俐伶（2012）。**大學生自我分化與不同親密關係情境下人際行為之關係研究**（未出版之碩士論文）。臺北市立教育大學，臺北市。
- 陳冠中（2000）。**背景變項、父母管教方式、手足關係與高中生寂寞之相關研究**（未出版之碩士論文）。國立政治大學教育研究所，臺北市。
- 陳惠文（2005）。**國中生父母的教養方式與子女的快樂學習之相關研究**（未出版之碩士論文）。國立高雄師範大學教育學系，高雄市。

- 陳慧珊、吳麗娟（2013）。大學生親職化現象、個體化程度與身心健康指標之相關研究。教育心理學報，45(1)，103-120。
- 陳靜宜（2001）。自我分化在家庭治療理論中的意義。諮詢與輔導，191，17-20。
- 彭偉峰（2004）。國小高年級學童人格特質、父母管教方式對生活壓力影響之研究—以中部地區為例（未出版之碩士論文）。臺中師範學院諮詢與教育心理研究所，臺中市。
- 彭清宏（2009）。國中學生父母教養方式、情緒智力與自我調節學習之相關研究（未出版之碩士論文）。國立彰化師範大學教育研究所，彰化市。
- 惠風（1995）。大一學生原生家庭經驗、心理分離：個體化、與情緒適應之相關研究（未出版之碩士論文）。國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系，臺北市。
- 程景琳、廖小雯、林書萱（2009）。台灣成年初顯期現象初探。未出版手稿。國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系，臺北市。
- 黃宗堅、李佳儒、張勻銘（2010）。代間關係中親職化經驗之發展與自我轉化：以成年初期女性為例。本土心理學研究，33，59-106。
- 游淑瑜、游明麟（2009）。心理劇治療的人格理論：角色理論及重要概念。輔導季刊，45(1)，50-59。
- 勞雅文（2012）。父母關心未明言，變相增子女壓力。文匯報。取自 <http://paper.wenweipo.com>。
- 黃富新（2017）。大學生自我分化、社會興趣與寂寞感之研究（未出版之碩士論文）。國立臺中教育大學諮詢與應用心理學系碩士班，臺中市。
- 黃儀婷（2016）。大學生自我分化、生涯因應策略與生涯定向之相關研究（未出版之碩士論文）。淡江大學教育心理與諮詢研究所碩士班，新北市。

- 黃德祥（1997）。親職教育。臺北市：偉華。
- 楊佳穎（2008）。大學生父母教養方式、親職化與心理適應之相關研究（未出版之碩士論文）。國立屏東教育大學教育心理與輔導學系，屏東市。
- 楊國樞（1985）。現代社會的新孝道：現代生活態度研討會論文集。中華文化復興月刊，19(1)，51-67。
- 楊國樞（1986）。家庭因素與子女行為：台灣研究的評析。中華心理學刊，28(1)，7-28。
- 楊國樞、陸洛（2008）。中國人的自我：心理學的分析。臺北：臺大出版中心。
- 楊國樞、黃光國（1989）。中國人的心理與行為。臺北：桂冠圖書。
- 楊瑛慧（2006）。父母教養態度對幼兒解決問題能力之影響研究（未出版之碩士論文）。臺北市立教育大學國民教育研究所，臺北市。
- 葉致芬（2005）。孝悌楷模的家庭系統運作（未出版之碩士論文）。國立彰化師範大學輔導與諮商學系所，彰化市。
- 葉雅婷（1999）。高中生知覺其父母教養方式、完美主義及身心健康之關係。國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系，臺北市。
- 詹寓婷（2012）。大學生自我分化、社會支持與生活適應之相關研究（未出版之碩士論文）。國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系，臺北市。
- 賈紅鶯（1991）。父母自我分化、子女自我分化與子女適應水準之相關研究—Bowen 家庭系統理論之驗證。教育心理學報，30(1)，91-132。
- 廖小雯（2009）。成年初顯期年輕人的自我認同狀態、自我定義記憶與心理幸福感之關係探討。國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系，臺北市。

廖莉彥（2014）。大學生自我分化、衝突因應方式與愛情關係滿意度之相關研究（未出版之碩士論文）。國立臺中教育大學諮商與應用心理學系碩士班，臺中市。

劉玉鈴（2015）。台灣女性自我分化與婚姻關係（未出版之碩士論文）。國立暨南國際大學社會政策與社會工作學系，南投縣。

劉紀谷（2008）。大學生自我分化與社交焦慮之相關研究（未出版之碩士論文）。
國立政治大學教育研究所，臺北市。

劉瓊英（譯）（2011）。家族治療（原作者：Michael P. Nichols）。臺北市：洪葉文化。（原著出版年：2010）

歐陽儀（2009）。父母自我分化、親子三角關係、青少年子女自我分化對青少年子女身心健康影響之研究（未出版之碩士論文）。國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系，臺北市。

蔡玉瑟（1996）。國小高成就與低成就資優兒童的父母教養方式與學習行為、生活適應、成就動機之比較研究。台中師院學報，10，525-567。

鄭雅婷（2007）。跨文化家庭中主要照顧者之教養方式對幼兒社會行為表現之探究—以臺南市為例（未出版之碩士論文）。私立朝陽科技大學幼兒保育系碩士班，臺中。

賴婉甄（2008）。高雄地區高中生父母教養方式、情緒智力與道德判斷之相關研究（未出版之碩士論文）。國立高雄師範大學教育學系，高雄市。

薛鈞芳（2007）。大學生自我分化、愛情態度與其愛情關係中衝突因應方式之關係研究（未出版之碩士論文）。國立暨南國際大學輔導與諮商研究所，南投縣。

謝詰璋（2008）。大學生知覺父母衝突之程度、情緒安全感受與親職化的相關研究（未出版之碩士論文）。國立交通大學教育研究所，新竹市。

譚子文、董旭英（2010）。自我概念與父母教養方式對臺灣都會區高中生偏差行為之影響。*教育科學研究期刊*，55(3)，203-233。

Allison, M. D., & Sabatelli, R. M.(1988). Differentiation and individuation as mediators of identity and intimacy in adolescence. *Journal of Adolescent Research*, 3,1-16.

Arnett, J. J. (1994). Are college students adults? Their conceptions of the transition to adulthood. *Journal of Adult Development*, 1, 213-224.

Arnett, J. J. (1998). Learning to stand alone: The contemporary American transition to adulthood in cultural and historical context. *Human Development*, 41, 295-315.

Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American psychologist*, 55(5), 469.

Arnett, J. J., Ramos, K. D., & Jensen, L. A. (2001). Ideological views in emerging adulthood: Balancing autonomy and community. *Journal of Adult Development*, 8, 69-79.

Ausubel, D. P., Sullivan, E. V., & Ives, S. W. (1980). Theory and problems of child development. New York, NY: Grune and Stratton.

Barnhill, L. R.(1979). Healthy family systems. *Family Coordinator*, 28, 94-100.

Bartle, S. E., Anderson, S. A., & Sabatelli, R. M. (1989). A model of parenting style, adolescent individuation and adolescent self-esteem: Preliminary findings. *Journal of Adolescent Research*, 4(3), 283-298.

Baumrind, D. (1967). Child care practices anteceding 3 patterns of preschool behavior.

Genetic Psychology Monographs, 75, 43-88.

Baumrind, D. (1977). *Socialization determinants of personal agency*. Paper presented at the meeting of the Society for Research in Child development, New Orleans, LA.

Becker, W. C. (1964). Consequences of different kinds of parental discipline. *Review of child development research*, 1(4), 169-208.

Bowen, M. (1976). Theory and practice in psychotherapy. In P.J. Guerin (Ed.), *Family therapy: Theory and practice* (pp. 42-90). New York, NY: Gardner Press.

Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. New York, NY: Jason Aronson.

Bowen, M. (1985). *Family therapy in clinical practice*. New York, NY: Jason Aronson.

Bowlby, J. (1977). The making and breaking of affectional bonds: Etiology and psychopathology in the light of attachment theory. *British Journal of Psychiatry*, 130, 201-210.

Broszormenyi-Nagy, I., & Spark, O. M. (1973). *Invisible loyalties: Reciprocity in intergenerational family therapy*. Hagerstown, MD: Harper & Row.

Burton, L. (2007). Childhood adultification in economically disadvantaged families: A conceptual model. *Family Relations*, 56(4), 329-345.

Byng-Hall, J. (2002). Relieving parentified children's burdens in families with insecure attachment patterns. *Family Process*, 41(3), 375-388.

- Carter, B. E., & McGoldrick, M. E. (1988). *The changing family life cycle: A framework for family therapy*. New York, NY: Gardner Press.
- Chase, N. D. (1999). *Burdened children: Theory, research, and treatment of parentification* (Vol. 4). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Cochran, N.B. (2011). *Bowen family systems theory and its relationship to teachers: Does differentiation of self-predict teacher job satisfaction?* (Doctoral dissertation, The University of Southern Mississippi, Hattiesburg). Retrieved from
<https://aquila.usm.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1446&context=dissertations>
- Combrinck-Graham, L. (1985). A developmental model for family systems. *Family Process*, 24, 139–150.
- Cooper, C. R., Grotevant, H. D., & Condon, S. M. (1983). Individuality and connectedness in the family as a context for adolescent identity formation and role-taking skill. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 1983(22), 43-59.
- Darling, N., & Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *Child Development*, 113, 487-496.
- DiCaccavo, A. (2006). Working with parentification: Implications for clients and counselling psychologists. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 79(3), 469-478.
- Earley, L., & Cushway, D. (2002). The parentified child. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 74, 163–178.

- Elder, G. H. (1963). Parental power legitimization and its effects on the adolescent. *Sociometry*, 26, 50–65.
- Friedman, E. H. (1991). Bowen theory and therapy. In A. S. Gurman & D. S. Kniskern (Eds.), *Handbook of family therapy*(pp.134-170). New York, NY: Brunner/Mazel.
- Fuligni, A. J. (2007). Family obligation, college enrollment, and emerging adulthood in Asian and Latin American families. *Child Development Perspectives*, 1, 96-100.
- Fullinwider-Bush, N., & Jacobvitz, D.B. (1993). The transition to young adulthood: Generational boundary dissolution and female identity development. *Family Process*, 32(1), 87-103.
- Goldenberg, I., & Goldenberg, H. (2000). *Family therapy: An overview* (5th ed.). Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.
- Goodnow, J.J. (1988). Children's household work: Its nature and functions. *Psychological Bulletin*, 103(1), 5-26.
- Gracer, A. D. (1993). *Parentification, narcissistic vulnerability, empathy, and the choice of a helping profession*. (Unpublished doctoral dissertation). Adelphi University, New York.
- Guerin, P., Fay, L., Burden, S., & Kautto, J. (1987). *The evaluation and treatment of marital conflict*. New York, NY: Basic Books.
- Jones, R. A., & Wells, M. (1996). An empirical study of parentification and personality. *American Journal of Family Therapy*, 24(2), 145-152.

Jurkovic, G.J. (1997). *Lost childhoods: The plight of the parentified child*. New York, NY: Brunner/Mazel.

Kenny, M.E. (1987). The extent and function of parental attachment among first-year college students. *Journal of Youth and Adolescence*, 16, 17-29.

Klieman, J. I. (1981). Optimal and normal family functioning. *The American Journal of Family*, 9, 37-44.

Kerr, M. E., & Bowen, M. (1988). *Family evaluation: An approach based on Bowen theory*. New York, NY: Norton.

Kins, E., Beyers, W., Soenens, B., & Vansteenkiste, M. (2009). Patterns of home leaving and subjective well-being in emerging adulthood: The role of motivational processes and parental autonomy support. *Developmental Psychology*, 45(5), 1416-1429.

Lam, C. M., & Chan-So, P. C. (2015). Validation of the Chinese version of Differentiation of Self Inventory (C-DSI). *Journal of marital and family therapy*, 41(1), 86-101.

Luyckx, K., Soenens, B., Vansteenkiste, M., Goossens, L., & Berzonsky, M. D. (2007). Psychological control and dimensions of identity formation in emerging adulthood. *Journal of Family Psychology*, 21, 546-550.

Maccoby, E. E., & Martin, J. A. (1983). Socialization in the context of the family: Parent-child interaction, in P. H. Mussen (ed.). *Handbook of child Psychology*, 41-101, New York, NY: John Wiley & Sons.

MacKinnon, D. P., & Dwyer, J. H. (1993). Estimated mediating effects in prevention studies. *Evaluation Review*, 17, 144-158.

- Martin, M. T. (1996). *Mother-daughter relations in divorced families: Parentification and internalizing and relationship problems*. Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering, 56(9-B), 5176.
- Minuchin, S., Montalvo, B., Guerney, B. G., Rosman, B. C., & Schumer, F. (1967). *Families of the slums*. New York, NY: Basic Books.
- Moreno, J. L. (1946) *Psychodrama, first volume*. New York : Beacon House.
- Moreno, J. L. (1975) Mental catharsis and psychodrama. *Group Psychodrama and Psychotherapy*, 28, 5-31.
- Munsinger, H. (1975). *Fundamentals of child development*. New York, NY: Holt, Rinehart and Winston.
- Nelson, L. J., & Chen, X. (2007). Emerging adulthood in China: The role of social and cultural factors. *Child Development Perspectives*, 1, 86-91.
- Nelson, L. J., Badger, S., & Barry, C. M. (2006). Perceptions of the transition to adulthood among Chinese and American emerging adults. *International Journal of Behavioral Development*, 30, 84-93.
- Nelson, L. J., Badger, S., & Wu, B. (2004). The influence of culture in emerging adulthood: Perspectives of Chinese college students. *International Journal of Behavioral Development*, 28, 26-36.
- Nichols, M. P., & Schwartz, R. C. (1998). *Family therapy: Concepts and methods*. Boston, MA: Allyn & Bacon.
- Peleg-Popko, O. (2002). Bowen theory: A study of differentiation of self, social anxiety, and physiological symptoms. *Contemporary Family Therapy*, 24(2), 355-369.

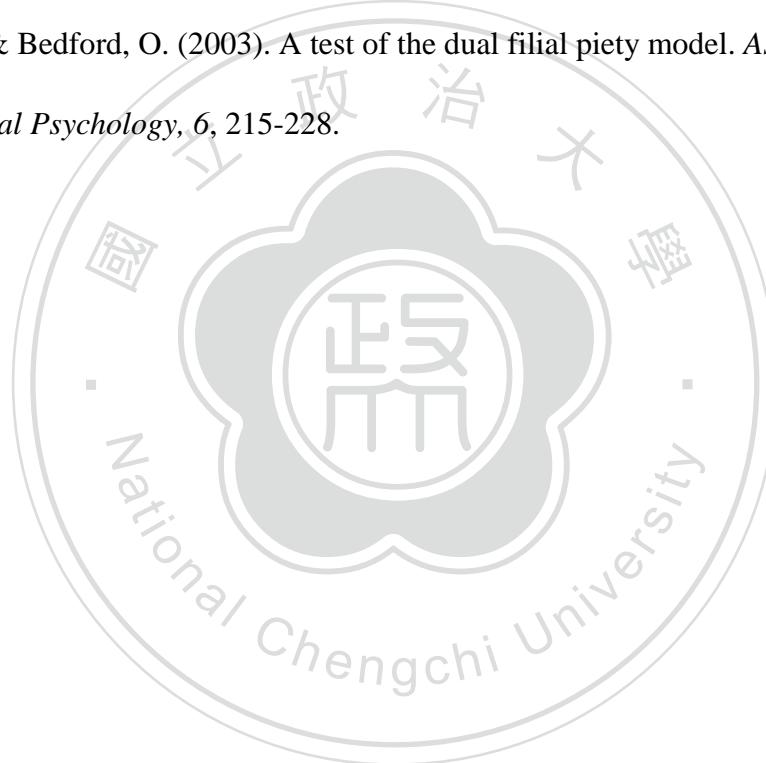
- Pola, L. E. (1993). Parentification level as predictor of self-esteem and academic achievement in Hispanic children. *Dissertation Abstracts international*, 54(3-B), 1695-1696.
- Sabatelli, R. M., & Anderson, S. A. (1991). Family system dynamics, peer relationships, and adolescents' psychosocial adjustment. *Family Relations*, 40, 363-369.
- Shulman, S., & Klein, M. M. (1982). The family and adolescence: A conceptual and experimental approach. *Journal of Adolescence*, 5(3), 219-234.
- Skowron, E. A., Krystal, A., Stanley, L., Michael, A., & Shapiro, D. (2009). A longitudinal perspective on differentiation of self, interpersonal and psychological well-being in young adulthood. *Contemporary Family Therapy*, 31(1), 3-18.
- Sneed, J. R., Johnson, J. G., Cohen, P., Gilligan, C., Chen, H., Crawford, T. N., & Kasen, S. (2006). Gender differences in the age-changing relationship between instrumentality and family contact in emerging adulthood. *Developmental Psychology*, 42(5), 787-797.
- Stein, J. A., Rotheram- Borus, M. J., & Lester, P. (2007). Impact of parentification on long- term outcomes among children of parents with HIV/AIDS. *Family process*, 46(3), 317-333.
- Sullivan, H. S. (1953). *Conception of modern psychiatry* (2nd ed.). New York, NY: Norton.
- Teyber, E. (1983). Effects of the parental coalition on adolescent emancipation from the family. *Journal of marital and family therapy*, 9(3), 305-310.

Teyber, E. (2011). *Interpersonal process in psychology* (5th ed.). California, CA:
Belmont Brooks/Cole.

van Ecke, Y., Chope, R. C., & Emmelkamp, P. M. (2006). Bowlby and Bowen:
Attachment theory and family therapy. *Counseling & Clinical Psychology
Journal*, 3(2), 81-108.

Wells, M., & Jones, R. (2000). Childhood parentification and shame-proneness: A
preliminary study. *American Journal of Family Therapy*, 28(1), 19-27.

Yeh, K. H., & Bedford, O. (2003). A test of the dual filial piety model. *Asian Journal
of Social Psychology*, 6, 215-228.



附 錄

附錄一 基本資料表

【第一部分】基本資料

1. 您的性別： (1)生理男性 (2)生理女性

2. 您的年齡：_____ 歲

3. 您目前就讀的系所：_____ 或 已畢業，工作是：_____；待業
中則填寫待業中。

4. 您目前的家庭結構：

(1)生親家庭(與父母親同住)

(2)單親家庭(包括：父母分居、離婚、父母一方過世)

(3)繼親家庭

(4)寄養/隔代教養家庭

5. 您的家庭氣氛如何？

非常和諧 和諧 普通 緊張 非常緊張

附錄二 父母教養方式量表

【第二部分】您的家庭經驗

在成長過程中，您的父母是如何養育您的呢？

- 1.請在下列題項中分別回答您的父親以及母親的做法，選擇【最符合】您的家庭情況的選項。
- 2.答案無好壞、對錯之分。
- 3.請注意父親欄與母親欄各選擇一項答案即可，勿複選。

【注意】

- 1.每一題選項皆有：「從不」、「很少」、「有時」、「經常」、「總是」，用手機填寫者請往右滑才可以看到「總是」選項。
- 2.每一題皆為單選題：父親欄與母親欄各選擇「一項」答案即可，請注意勿複選。
- 3.若您的主要照顧者非父親/母親，請於第一個題目中填寫您的主要照顧者為何？若是男性主要照顧者，例如：阿公，即將您的答案填在父親處；若是女性主要照顧者，例如：阿嬤，即將您的答案填在母親處。
此資料會在撰寫研究結果時加以說明，不會有不當之運用，請您確實填寫，感謝您的配合！
- 4.若您覺得題目與您的經驗並不相當符合，請假設您在此狀況之下，父母可能會有的養育方式。

以下為父母教養方式量表內容：

若您的主要照顧者非父母親，請您填寫您的主要照顧者身分為何？(範例：『男性：阿公；女性：阿嬤』)若您的主要照顧者為父母親，則可跳過此題。

	你父親會不會 這樣做？					你母親會不會 這樣做？					
	從	很	有	經	總	從	很	有	經	總	
	不	少	時	常	是	不	少	時	常	是	
當我在生活或學習遇到任何											
1.	挫折時，父/母親會安慰我， 且鼓勵我。	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
2.	當我客氣待人時，父/母親會 稱讚我。	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
當我的功課有進步時，父/母											
3.	親會鼓勵我，並要我繼續保持 下去。	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
4.	如果我用功讀書，父/母親會 讚賞我。	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
5.	我幫忙做家事和照顧弟妹，父 /母親會鼓勵我。	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
我表現良好的生活習慣(如整 理床鋪、早睡早起)，父/母親 會讚賞我。											
6.	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	
7.	我聽父/母親的話，會得到父/ 母的讚賞。	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
8.	我自動自發做好該做的事 時，父/母親會稱讚我。	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
9.	當我做事很有條理，且能負起 責任時，父/母親會讚賞我。	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
10.	當我待人有禮，且能敬老尊賢 時，父/母親會誇獎我。	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
11.	當我懂得幫助別人時，父/ 親會讚賞我。	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
12.	當我能明辨是非行事時，父/ 母親會讚賞我。	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
13.	當我比賽得獎時，父/母親會 獎勵我。	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5

14.	當我孝順父/母親時，會得到父/母親的讚賞。	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
15.	只要跟我有關的事物，父/母親在做決定時，必須先問問我的意見。	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
16.	父/母親要求我上課時，要專心聽講。	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
17.	父/母親十分注重我的待人接物及行為舉止，因此在生活中常有許多的規定，如打電話的禮貌，整理床鋪。	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
18.	父/母親讓我出去玩時，一定要說清楚時間及地點，且要準時回家，若超過規定的時間，一定要打電話回家。	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
19.	父/母親不准我到不良場所，以免結交壞的朋友。	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
20.	父/母親規定我不准抽煙、喝酒，以免有害健康。	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
21.	父/母親規定我不可對長輩沒禮貌，且要懂得尊敬師長。	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
22.	父/母親規定我不可亂花錢，並要我養成良好的儲蓄習慣。	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
23.	父/母親規定我用完東西一定要物歸原處。	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
24.	父/母親要求我要用功讀書，以獲得較好的成績。	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
25.	父/母親不准我考試作弊，否則會受到處罰。	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
26.	父/母親不准我說髒話，否則會受到處罰。	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
27.	父/母親規定我不可說謊，否則會受到處罰。	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5

-
28. 父/母親規定我不准我偷拿別人的東西，否則會受到處罰。 1 2 3 4 5 1 2 3 4 5
-
- 父/母親規定我不准違反校規，若被記過的話，將處罰 1 2 3 4 5 1 2 3 4 5
-
- 我。
30. 父/母親規定我不可明知故犯，否則會受到處罰。 1 2 3 4 5 1 2 3 4 5
-



附錄三 自我分化量表

【第三部分】您的生活經驗

本部分題目是關於您自處或和他人相處情況的描述，【沒有好壞或對錯】。

請評估您目前的實際情形是否與句中描述一致，並【依照自己的看法】來勾選。

由 1 至 5，【數字越大】，表示句中所描述的情形【越符合您目前的實際情形】。

若您覺得題目與您的狀態並不是相符合，例如：您未與家人起爭執，請假設您在此狀況之下可能會有的想法與感受進行勾選。謝謝您的配合。

	完全不 符 合	完 全 符 合
1. 大家覺得我是一個情緒變化大的人。	1 2 3 4 5	
2. 我常覺得在家中有一些事不能說、不能做。	1 2 3 4 5	
3. 當我開始做一件重要的事情時，我通常需要別人很多的鼓勵。	1 2 3 4 5	
4. 即使面對壓力，我仍能保持冷靜。	1 2 3 4 5	
5. 不管在我的生命中發生什麼事，我都不會失去自我。	1 2 3 4 5	
6. 有時我會陷入情緒中，讓我無法清楚思考事情。	1 2 3 4 5	
7. 若我向我的家人表達我對某些事情的真實感受時，我的家人通常是不能忍的。	1 2 3 4 5	
8. 當我的家人批評我時，常會讓我不安好幾天。	1 2 3 4 5	
9. 當我和別人爭論時，我可以就事論事、對事不對人。	1 2 3 4 5	
10. 我對別人的批評敏感。	1 2 3 4 5	

11. 我很需要得到生活中每個人對我的肯定。	1	2	3	4	5
12. 對於我不能改變的事情，我不需要為此煩惱。	1	2	3	4	5
13. 有時候我的情緒像是做雲霄飛車般地起伏不定。	1	2	3	4	5
14. 與家人相處時，我擔心會失去自己的獨立自主性。	1	2	3	4	5
15. 如果我和家人起爭執，我可能會一整天都在想這件事情。	1	2	3	4	5
16. 我能接納自己。	1	2	3	4	5
17. 我常為了讓別人高興而贊成對方的意見。	1	2	3	4	5
18. 我常覺得我的家人對我有很多要求。	1	2	3	4	5
19. 當別人給我壓力時，我仍能對他們說“不”。	1	2	3	4	5
20. 他人對我的看法會決定我的自尊。	1	2	3	4	5
21. 跟父母或兄弟姐妹吵架時，常會讓我覺得很糟。	1	2	3	4	5
22. 我很在意別人對我所造成的傷害。	1	2	3	4	5
23. 當沒人幫我做決定時，我常會覺得不知道怎麼做才好。	1	2	3	4	5
24. 我常想知道別人是怎麼看我這個人。	1	2	3	4	5
25. 我的情緒通常會比其他人強烈。	1	2	3	4	5
26. 跟家人吵架後，我常會覺得很煩。	1	2	3	4	5
27. 與我的家人相處時，我常會覺得自己是被壓抑。	1	2	3	4	5
28. 面對壓力時，我仍能保持情緒穩定。	1	2	3	4	5

附錄四 親職化量表

【第四部分】您在家庭中的角色

本部份之題目是想了解您與父母親的關係,以及您在家庭當中扮演的角色與擔負的責任。

因為每個人的經驗都是很獨特的,因此答案並無對錯的分別。

每一題答案由「1」至「4」代表「少部分符合」至「非常符合」,

1:「少部分符合」代表符合程度 0-25%、

2:「部分符合」代表符合程度 26-50%、

3:「大部分符合」 代表符合程度 51-75%、

4:「非常符合」代表符合程度 76-100%。

請您詳細閱讀每一題之內容,以最符合自己實際情況之分數作答。

若您無兄弟姊妹,請在第 3 題與第 12 題勾選【無兄弟姊妹】選項。

	少 部 分 符 合	部 分 符 合	大 部 分 符 合	非 常 符 合
1. 我負責幫家人買東西,例如雜貨或衣服。	1	2	3	4
2. 當父母需要協助的時候,第一個想到的會是我。	1	2	3	4
3. 我負責幫兄弟姊妹做功課。(無兄弟姊妹者請選擇無兄弟姊妹選項)。	1	2	3	4
4. 家人覺得我很早熟而可依賴我。	1	2	3	4
5. 我負責照顧其他家人,如洗澡、用餐、穿衣等。	1	2	3	4
6. 家人只在意我的付出,卻不重視我的感受。	1	2	3	4
7. 家人只會對我單方面的要求,讓我感到很失望。	1	2	3	4

8. 家人看不到我為他們犧牲多少。	1	2	3	4
9. 父母會找我談心。	1	2	3	4
10. 父母心煩時，我會主動安撫他們的情緒。	1	2	3	4
11. 我在家中背負的責任，比父母更多更重。	1	2	3	4
12. 父母希望我幫忙管教兄弟姊妹(無兄弟姊妹者請選擇無兄弟姊妹選項)。	1	2	3	4
13. 父母對家庭的付出比我少，卻認為我付出的不夠。	1	2	3	4
14. 父母給我的支持，比我給他們的還要少。	1	2	3	4
15. 在家裡，我付出的總比我獲得的還要多。	1	2	3	4
16. 不關心家人的活動或事情，會讓我有罪惡感。	1	2	3	4
17. 我努力為家人付出，父母仍對我感到失望。	1	2	3	4
18. 我若知道家人不快樂，我也無法快樂。	1	2	3	4
19. 家人做事情不順利，我會責備自己沒有給予充份的支持。	1	2	3	4
20. 家人的福祉是我心中最重視的事情。	1	2	3	4
21. 我對家人的付出讓我感到身心俱疲。	1	2	3	4
22. 我承擔家中責任時，很少獲得家人的支持。	1	2	3	4

附錄五 父母教養方式量表使用同意書

研究工具使用同意書

本人李欣樟茲同意，國立政治大學輔導與諮商碩士學位學程李欣樟，
使用本人所修編之「父母教養方式量表」於其碩士論文（成年初顯期子女知覺
之父母教養方式、自我分化程度與親職化情形之關聯性研究）中。

中華民國 109 年 6 月 18 日

附錄六 自我分化量表使用同意書

研究工具使用同意書

本人詹甯婷 茲同意，國立政治大學輔導與諮商碩士學位學程李欣樟，
使用本人所修編之「自我分化量表」於其碩士論文（成年初顯期子女知覺父母
教養方式、自我分化程度與親職化之關聯性研究）中。

中華民國 109 年 06 月 01 日

附錄七 親職化量表使用同意書

研究工具使用同意書

本人謝詒楨同意，國立政治大學輔導與諮商碩士學位學程李狀桺，

使用本人所修編之「親職化量表」於其碩士論文（大學生知覺父母教養方式、
自我分化程度、及親職化之相關研究）中。

中華民國 108 年 2 月 14 日

正義