

行政院國家科學委員會專題研究計畫 成果報告

大學生在親子互動情境中的情緒調節歷程之研究 研究成果報告(精簡版)

計畫類別：個別型
計畫編號：NSC 100-2410-H-004-043-
執行期間：100年08月01日至101年07月31日
執行單位：國立政治大學心理學系

計畫主持人：修慧蘭

計畫參與人員：碩士班研究生-兼任助理人員：徐雅雯
大專生-兼任助理人員：陳立強
博士班研究生-兼任助理人員：余振民

公開資訊：本計畫可公開查詢

中華民國 101 年 10 月 31 日

中文摘要：本研究旨在探討華人在親子互動過程中子代對彼此互動產生情緒時的情緒調節歷程。首先，以深度訪談六位大學生，蒐集大學生親子互動中子代產生情緒時的內在調節歷程。經過內容分析後，發現可以將華人親子互動的情緒調節歷程分為「情境選擇」、「關注與期望」、「認知調整」、「行動策略」四個階段。進一步依據此四個階段中的開放編碼內容，編製成親子互動情緒調節預試量表進行預試分析，依分析結果篩選題目後編製為正式量表進行施測。施測對象包含北中南十所大專院校共 851 名學生。分析施測結果發現情緒調節歷程中的第一階段「情境選擇」量表，包含「親對子有不同意見」、「子對親有不同意見」、「子對親互動的猶豫」三因素；第二階段「關注與期望」量表，包含「期待被支持與了解」、「重視父母對自己的感受」、「關注溝通的成分」三因素；第三階段「認知調整」量表，包含「能夠同理父母」、「父母難以改變」、「願意自己負責」三因素；第四階段「行動策略」量表包含「思考解決方式」、「反駁或冷戰」、「從事活動轉換心情」、「安撫與溝通」、「壓抑情緒」五因素。

以變異數分析法比較各基本變項在各歷程量表中各因素得分差異發現：1. 不同性別的大學生在四種情緒調節歷程量表中的各因素得分差異達顯著。顯示男女在四個情緒調節階段之的情緒調節策略顯著不同。2. 不同年級的大學生只有在「認知改變」量表的「期待被支持與了解」達顯著差異，在其他各階段量表之因素得分差異皆未達顯著。3. 不同學院別的大學生在「情境選擇」、「關注與期望」、「認知調整」、「行動策略」四階段之因素得分差異皆達顯著，顯示不同學院學生在各階段之情緒調節顯著不同。4. 不同居住狀況的大學生（是否與父母同住）在情緒調節歷程中的各階段之情緒調節策略顯著不同。5. 父母不同婚姻狀況（父母是否離婚或分居）的大學生除第二階段「關注與期望」之外，其他三階段調節策略顯著不同。

以典型相關法分析「情境選擇」、「關注期望」、「認知調整」對「行動策略」之預測性，研究結果發現，親子互動不一致情境之「情境選擇」、「關注期望」、「認知調整」與「行動策略」可抽取出四組典型相關結構。

最後進行各情緒調節歷程中各因素與親子關係及主觀幸福感之關係分析，發現：親子間有較多不一致、子代較無法正向評估、策略較負向者，其親子關係卻較不佳，包含父子、母子追逃行較高、父子、母子親密行為較低；越能夠同理父母、從事活動轉換心情者，對於親子互動不會有所猶豫、不覺得父母難以改變，或是不採取反駁冷戰策略者，其主觀幸

福感越高。

中文關鍵詞： 親子互動、情緒調節歷程、情緒調節策略

英文摘要： Based on the model of emotion regulation process, introduced by Gross, Richards and John (2006), this research developed a scale: Emotion Regulation behavior among parent-child interaction, include situation selection, attention and expectation, cognition regulation, and coping behaviors. This research collected 851 subjects. The result include: (1) the difference gender, grade, and parent's marital state, had difference parent-child interaction behavior among emotional regulation process. (2). situation selection, attention and expectation, cognition regulation had significance relation with coping behaviors. (3). situation selection, attention and expectation, cognition regulation, and coping behaviors had significance relation with subjective well-being and parent-child relationship.

英文關鍵詞： emotion regulation parent-child interaction parent-child relationship

大學生在親子互動情境中的情緒調節歷程之研究

計畫類別： 個別型計畫 整合型計畫

計畫編號：NSC 100 -2410 -H -004 -043 -

執行期間：100 年 8 月 1 日至 101 年 7 月 31 日

執行機構及系所：政治大學心理學系

計畫主持人：修慧蘭

計畫參與人員：余振民、徐雅雯、陳立強

成果報告類型(依經費核定清單規定繳交)： 精簡報告 完整報告

處理方式：除列管計畫及下列情形者外，得立即公開查詢
 涉及專利或其他智慧財產權， 一年 二年後可
公開查詢

中 華 民 國 101 年 10 月 31 日

大學生在親子互動情境中的情緒調節歷程之研究

摘要

本研究旨在探討華人在親子互動過程中子代對彼此互動產生情緒時的情緒調節歷程。首先，以深度訪談六位大學生，蒐集大學生親子互動中子代產生情緒時的內在調節歷程。經過內容分析後，發現可以將華人親子互動的情緒調節歷程分為「情境選擇」、「關注與期望」、「認知調整」、「行動策略」四個階段。進一步依據此四個階段中的開放編碼內容，編製成親子互動情緒調節預試量表進行預試分析，依分析結果篩選題目後編製為正式量表進行施測。施測對象包含北中南十所大專院校共 851 名學生。分析施測結果發現情緒調節歷程中的第一階段「情境選擇」量表，包含「親對子有不同意見」、「子對親有不同意見」、「子對親互動的猶豫」三因素；第二階段「關注與期望」量表，包含「期待被支持與了解」、「重視父母對自己的感受」、「關注溝通的成分」三因素；第三階段「認知調整」量表，包含「能夠同理父母」、「父母難以改變」、「願意自己負責」三因素；第四階段「行動策略」量表包含「思考解決方式」、「反駁或冷戰」、「從事活動轉換心情」、「安撫與溝通」、「壓抑情緒」五因素。

以變異數分析法比較各基本變項在各歷程量表中各因素得分差異發現：1. 不同性別的大學生在四種情緒調節歷程量表中的各因素得分差異達顯著。顯示男女在四個情緒調節階段之的情緒調節策略顯著不同。2. 不同年級的大學生只有在「認知改變」量表的「期待被支持與了解」達顯著差異，在其他各階段量表之因素得分差異皆未達顯著。3. 不同學院別的大學生在「情境選擇」、「關注與期望」、「認知調整」、「行動策略」四階段之因素得分差異皆達顯著，顯示不同學院學生在各階段之情緒調節顯著不同。4. 不同居住狀況的大學生（是否與父母同住）在情緒調節歷程中的各階段之情緒調節策略顯著不同。5. 父母不同婚姻狀況（父母是否離婚或分居）的大學生除第二階段「關注與期望」之外，其他三階段調節策略顯著不同。

以典型相關法分析「情境選擇」、「關注期望」、「認知調整」對「行動策略」之預測性，研究結果發現，親子互動不一致情境之「情境選擇」、「關注期望」、「認知調整」與「行動策略」可抽取出四組典型相關結構。

最後進行各情緒調節歷程中各因素與親子關係及主觀幸福感之關係分析，發現：親子間有較多不一致、子代較無法正向評估、策略較負向者，其親子關係卻較不佳，包含父子、母子追逃行較高、父子、母子親密行為較低；越能夠同理父母、從事活動轉換心情者，對於親子互動不會有所猶豫、不覺得父母難以改變，或是不採取反駁冷戰策略者，其主觀幸福感越高。

關鍵字：親子互動、情緒調節歷程、情緒調節策略

壹、緒論

Frijda(1986)認為情緒可使個體對威脅情境的反應加快，有利適應環境。Daniel Goleman(2006)進一步說明情緒在人類演化的過程中佔了核心的位置，情緒可以幫助個體適應環境以利於生存。人類在面臨危機、痛失親人、遭遇挫折、維繫夫妻關係、建立家庭等重要情境，都不是由理智獨自擔綱，而需仰賴情緒的指引。每一種情緒都是可以立即付諸行為的明確指示，在人類演化的數十萬年來，一再證明可以應付人生的挑戰，經過演化過程中無數的演練，這些情緒武器深印在神經系統中成為心靈的自發傾向(Daniel Goleman, 2006)。但是Freud在《人類文明即其不滿》一書中指出：「社會必須制訂規章來壓制人們由內而外所產生的澎湃情緒。」Daniel Goleman指出人類在緊急狀態下所產生的情緒往往超越理智主導一切立即做決定，這樣在緊急狀態下以情緒主導行為的反應方式是演化過程產生的功能，但在文明社會中反而可能因此違法或造成許多負向的行為與問題，例如攻擊、衝突、破壞關係，或是為了情緒處理不當而導致相關的心理疾病，例如焦慮症與憂鬱症。因此個體在現代這個文明社會當中，遇到引發情緒的人際互動情境時，該如何調節情緒則是本研究關注的問題。

近代的學者看到情緒在文明社會中也扮演著不同層次的功能，Keltner 與 Haidt(1999, 2001)認為情緒不僅有個人層次之功能，還有社會互動之功能。Russell 與 Yik(1996)認為情緒包含對於情境、認知、經驗、表現及生理反應的歷程。當外在或內在事件向個體發生訊號，使個體知覺到某件事正要發生了，並以某種方式來評估該事件，事件中引發情緒線索再引發個體經驗、行為及生理反應。Keltner 與 Haidt(1999, 2001)認為情緒不僅有單一功能，他們將情緒的社會功能分為四種層次：(1)個人層次(individual level)：注重情緒對個人之適應與演化功能，強調情緒提供個體有關特定社會事件或情境之訊息，使個體預備好生理與認知狀態，以便對情境作出行動或改變。(2)雙層次(dyadic level)：注重情緒對於互動雙方之功能，強調情緒傳達了社會訊息，有助於了解他人的情緒、想法及意圖，也能引起對方的情緒反應，使雙方形成並維持最大效益的人際關係。(3)團體層次(group level)：注重情緒在團體內與團體成員間的功能，強調情緒如何使一群具有共同認同與目標的團體，達成共享的目標，並使團體內的個人實踐社會角色。(4)文化層次(cultural level)：注

重情緒在具有共同信念、規範及文化楷模之大團體內所發揮功能，強調情緒在個人習得文化認同的過程中所扮演的角色。本研究欲探討在親子互動此人際層面中的情緒變項。

國內外相關研究已發現，個人自我分化 (self differentiation) 程度與個人行為與適應有著重要關聯，若自我分化程度愈低，自殺、攻擊、焦慮、他主認定、愛情關係中的衝突因應、非理性信念等愈高 (江佩真，1995、高明薇，1996、黃慧雯，2002、薛鈞芳，2006、姚雅云，2006、修慧蘭 2010)。依據 Bowen 自我分化理論概念，分化愈低可以表示家庭人際間的分化程度低，亦可以表示情緒與理性愈混淆。由此理論及相關研究發現，在親子互動中，情緒對個人及對親子關係有著重要影響性。已有研究發現在華人文化的親子關係中，子代較少表達情緒，例如蘇詠絮 (2009) 探討大學生對父母自我揭露較為困難話題有哪些，結果發現禁忌性話題、成長的挫敗、深刻情感難以訴說、及基於子女義務被父母要求說的話題等，均是受試者較難自我揭露的話題，在此研究中看到子女對父母在特定的話題上有表達上的困難，但是子女和父母互動時難免發生彼此意見不同、或彼此衝突的情境，在發生類似互動及產生情緒時，子代會如何處理自己的情緒呢？修慧蘭 (2003) 曾以問卷調查方式進行研究，發現大學生遇到與父母有衝突、侵入性 (intrusive) 行為時，會採取『追-逃』互動模式、或不理會反應，但較少採用失控性反應；作者推論，孩子在遇到與父母的負向互動行為時，雖有負向情緒，會採取前述反應，應有其內在的情緒調節歷程或策略，以致於最後是採取較壓抑、被動式的反應。由於以往研究較少針對子女在親子互動中產生情緒時的心理調節歷程加以探討，因此本研究欲探討在親子互動過程中，子代對此互動產生情緒時的情緒調節歷程。

本研究的假設是，人在家庭中雖會經驗到親子互動中的不一致、或衝突，但個人亦有其自主能力，選擇如何面對家庭中的此情境。因此本研究的目的即是欲瞭解子代在與親代互動中，個人產生情緒時的情緒調節歷程與情緒調節策略為何？包含引發情緒的互動情境為何？內心關注的焦點？內心的評估為何？行為因應策略為何？。希望透過此結果可應用在協助與父母有情緒糾葛，或是情緒疏離的當事人身上，協助其學習自我情緒的調節。

由前面的論述可以瞭解到情緒有表達與溝通的功能，但某些負面情緒需要調節，否則會產生身心困擾並影響社會功能 (Daniel Goleman, 2001; Paul Ekman, 2004)。Thompson (1994) 定義情緒調節：「一種內在及外顯的歷程，一種為了

監控、評估、及修改情緒反應歷程，尤其是強度及當時的特徵，以完成個人的目的。」Gross, Richards, 及John (2006) 認為人們常經驗到，若要與朋友保持某種關係，他們必須管理其強烈的情緒，即成功的情緒調節(emotion regulation)是達成適應性的必要條件。Gross, Richards, 及John (2006) 認為情緒是一連串的反应歷程，並提出「情緒調節歷程模式」(process model of emotion regulation)，包括情緒反應前(antecedent-focused strategies)策略和情緒反應策略(response-focused strategies)。如圖一所示，依照情緒調節策略發生在情緒歷程的時間點，可再細分出五種策略：(1) 情境選擇(situation selection)是指趨近或避開某些人、地、或活動，以避免情緒發生(圖一最左的實線)；(2) 一旦選擇某情境(如圖一之S1)，可再做情境修正(situation modification)以改變該情境可能產生的情緒衝擊(如圖一之S1x)；(3) 情境有不同的面向(如圖一之a1、a2)，個體會做注意力分配(attentional deployment)，選擇注意其中特定部分；(4) 一旦著重在該情境之某特定部分，個體可能產生認知改變(cognitive change)，建構出其中之意義(如圖一之m2)；(5) 最後情緒反應傾向激發，個體可能企圖改變情緒反應，而對情緒經驗、行為表現或生理活動作反應調整(response modulation)(以圖一為例，個體企圖減少情緒行為表現)。除了反應調整為反應的情緒調節策略(情緒反應發生後)，其餘四種策略皆為事前的情緒調節策略(情緒反應發生前)。本研究將此歷程之各階段整理為表一。

圖一：情緒調節歷程模式(引自 Gross, Richards,及 John, 2006)

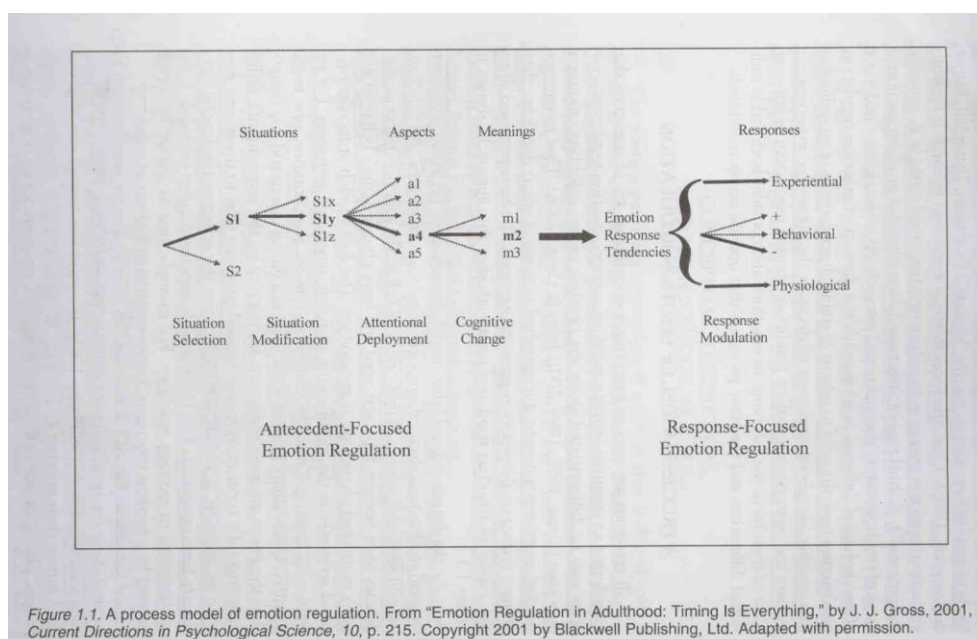


Figure 1.1. A process model of emotion regulation. From "Emotion Regulation in Adulthood: Timing Is Everything," by J. J. Gross, 2001, *Current Directions in Psychological Science*, 10, p. 215. Copyright 2001 by Blackwell Publishing, Ltd. Adapted with permission.

表一：情緒調節歷程模式 (process model of emotion regulation)

情緒反應前策略 (antecedent-focused strategies)	
Situation selection	趨近或避開某些人、地、或活動，以調節情緒。
Situation modification	修正所選擇的情境以改變該情境可能產生的情緒衝擊。
attentional deployment	將注意力分配在情境的某個特定面向。
Cognitive change	一旦著重在該情境之某特定面向時，個體可能產生認知改變，建構出其中之意義。
情緒反應策略 (response-focused strategies)	
Response modulation	經過了情緒反應前策略之後，個體會產生特定的情緒反應傾向 (Emotion response tendencies)，接著以行為表現出此情緒傾向，包括情緒經驗、情緒行為和生理反應三個部分。

研究者整理自 Gross, Richards, & John (2006)

三、情緒調節歷程的探索

Gross, Richards, 及 John (2006) 依據他們所提出的情緒調節歷程模式進行實徵研究，採半結構訪談方式訪談 91 人，其中包含 70 女性 21 男性，研究發現受訪者最常調節的情緒中負向情緒占 81%，其中包含生氣、難過與焦慮。調節正向情緒者只佔 9%，調節情緒包括幸福、浪漫愛、興奮。也有 10% 的人會調節中性情緒，例如沒感覺、困惑等。而調節的策略，選擇情境 (1%)、改變情境 (1%)、注意力分配 (39%)、認知改變 (33%)、情緒反應 (53%)。其中在認知反應中主要的調節方法是再評估 (reappraisal)，佔了認知改變策略中的 83%，其次是情緒反應中的壓抑 (suppression)，佔了情緒反應中的 40%。因此該研究認為人們最常使用的情緒調節策略是認知的再評估與壓抑情緒反應。其中再評估 (reappraisal) 是指個體重新評估或再建構一個情緒引發的情境，以減輕它的情緒衝擊，進而影響未來的情緒反應。再評估策略可有效降低個人在負面情緒引發的情緒經驗及情緒表達，且較常使用此策略的個體，可有效提高主要情緒及人際的功能。壓抑 (suppression) 是指當情緒激發時，個體意圖要抑制當下的情緒反應。壓抑策略可有效調整情緒的行為層面，但無法降低負向情緒經驗，愈常使用壓抑策略者，在情緒、人際及幸福感上均會呈現較低的功能。

Gross 等人提出情緒調節的 4 項反應前策略和 1 項情緒反應策略，共有 5 項的情緒調節策略，但是依照他們的實徵研究顯示，主要的策略只有注意力分配、認知改變與情緒反應，五項策略中的前兩項策略「情境選擇」和「改變情境」

都只各佔 1%。Gross 等人認為研究結果發現情境選擇和改變情境調節策略較少的原因，可能是來自於研究採半結構訪談法所造成，因為受訪者在選擇情境時並不是在意識中進行，研究訪談情境選擇時直接詢問在什麼情境之下會產生情緒，受訪者的回答可能是已經選擇了特定的情境而沒有覺察到還有其他選擇。事實上在情境當中有許多的情境刺激可供選擇，但是受訪者當時可能只看到其中一個，不知道自己有所選擇。搜尋國內有關情緒調節歷程之研究，甚少針對親子關係互動的調節歷程研究，因此本研究欲探討此相關議題。

四、研究目的與研究問題

基於研究者對親子關係之關注，及前述文獻中對於情緒調節歷程之發現，本研究依據 Gross 的理論，主要目的在於探討大學生和父母互動過程中的情緒調節歷程，以及各歷程中的策略，並進一步探討不同背景變項的大學生的情緒調節策略的差異，以及不同歷程中各項策略之間的關係。

基於以上的研究目的，本研究的問題為：

- 一、 大學生親子互動中的情緒調節歷程為何？
- 二、 各情緒調節歷程中的情緒調節策略為何？
- 三、 不同背景變項的大學生的情緒調節策略是否有所不同？
- 四、 不同歷程中各項策略之間的關係為何？
- 五、 各歷程中之策略與親子關係、主觀幸福感之關係為何？

貳、研究方法

本研究先以深度訪談方式蒐集有關大學生在親子互動中產生情緒時的情緒調節內容，據此作為編制問卷之內容依據，然後以問卷調查法進行之後之研究。

一、研究對象：

本研究首先徵求願意接受此主題訪問的六位大學生進行深度訪談，包括 2 位女性和 4 位男性，且包含在 3 所不同學校，以瞭解其與父母互動中的經驗。由於女性受訪者表達內容較為豐富，男性表達的資料較少，因此訪談的男性多於女性人數，以平衡兩性的訪談內容。

問卷調查階段的研究對象包括第一次預試 140 份受試者，進行初步項目分析及因素分析，因部分題目被刪除，參考分析結果及相關問卷再增修題目後，因此進行第二次資料收集。第二次共收集北中南地區共計十所國、私立大學、科技學院、科技大學之學生。共回收有效問卷 851 人，其中基本背景變項分別為男性

319 人 (37%)、女性 532 人 (63%)；大一 296 (35%)、大二 130 人 (15%)、大三 294 人 (35%)、大四 130 人 (15%)；和父母同住 309 人 (36%)、不和父母同住 542 人 (64%)。

二、研究工具

本研究在深度訪談過程中，根據相關研究文獻與研究目的擬定成訪談大綱，以瞭解受訪者和父母互動產生情緒時的情緒調節歷程。因此訪談提問主要包括「你在和父母親相處互動時，產生情緒時的情境是什麼？」、「當你產生情緒的時候，你當下關注的焦點是什麼？」、「當你產生情境時，你期待之改變是什麼？」、「在互動的過程當中，你的想法是什麼？」以及「最後你的反應、行動是什麼？」，經將訪談內容謄寫成逐字稿後，進行內容分析，據此編製成問卷。有關情緒調節問卷之工具，將在研究發現部分詳細說明。

另外，本研究採用修慧蘭 (2004) 編制之親子互動量表——簡版，及曾文志 (2007) 翻譯 Schimmack 2003 年的情意量表，分別測量親子關係及個人主觀幸福感的情意部份，已探討情緒調節與其之關係。

親子互動量表內容包含彼此親密行為、彼此追逃行為，且在兩互動行為中又分別針對父子、母子問題目，因此本量表包含『父子間親密互動』、『父子間追逃互動』、『母子間親密互動』、及『母子間追逃互動』4 個分量表。因當時題目中包含『父親會偷看我的信件、日記』等內容，恐已不符目前親子間互動方式，因此針對類似題目進行修改，改成『父親會偷看我的手機簡訊、或郵件、日記等』，因進行題目修改，本研究再次以所有 847 位受試者資料進行信度分析，結果發現：『父子間親密互動』因素之內部一致性信度係數=.86、『父子間追逃互動』因素之內部一致性信度係數=.78、『母子間親密互動』因素之內部一致性信度係數=.85、『母子間追逃互動』因素之內部一致性信度係數=.84，表示本量表之信度頗佳。

主觀幸福感量表包括四個正向情意(快樂的、熱衷的、得意的、興奮的)，以及四個負向情意(悲傷的、憂愁的、內疚的、惱怒的)兩部分量表。以「從未經歷」1分—「持平」4分—「總是經歷」7分進行評量。情意平衡為正向情意平均數減負向情意平均數的數值，若情意平衡為正，表示受試者感受到的正向情意相對比負向情意來得多，故可推估其主觀幸福感較高，若為負則表示正向情意相對比負向情意來得少，則推估主觀幸福感較低。邱吟馨 (2008) 的研究中發現正向情意量表 Cronbach α 係數為.77，負向情意量表 Cronbach α 係數為.85，顯示該情意量表具有良好信度。

三、資料分析方法

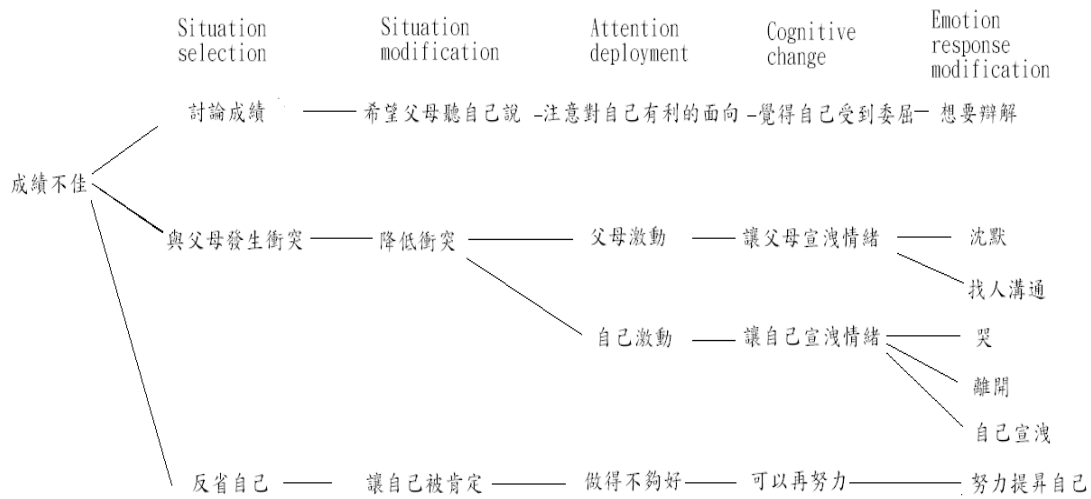
本研究在訪談部分採內容分析法進行資料分析，在進行深度訪談錄音之後，依照以下的順序進行資料分析：1. 將訪談錄音檔謄寫成逐字稿。2. 反覆確認逐字稿之正確度。3. 將逐字稿斷句並編碼。4. 與協同研究者取得斷句及編碼的一致性。5. 開放性編碼：抽取主要意義內容。6. 主軸譯碼：將相關內容群聚、命名、歸類。

問卷調查部分之分析方法，主要以項目分析、因素分析等進行本量表之信效度檢驗；並以變異數分析法比較各基本變項在分量表中各因素得分差異，及以典型相關法、多元迴歸法等分析各情緒調節歷程與情緒調節策略、及與效標變項間的關係。

參、研究結果

(一) 針對訪談內容之分析結果說明如下：

本研究依據前述編碼後，發現子代與親代互動中，會產生情緒的情境可包含自己表現不佳（如成績）、與父母互動中的猶豫、對父母的不滿等，在此戶動力域中，子代的認知調節歷程，包含希望父母聽自己說、希望被父母肯定、注意到父母的情緒激動、覺得自己委屈、想要辯解、不作回應等等非常多的內容，丙嘗試將此分析內容與相關文獻進行對話（見圖二）。例如將整理之內容分類在不同情緒調節歷程階段中，並一此編制成問卷中各階段之題目。



圖二、參考 Gross 之情緒調節理論進行分析資料圖示

經過內容分析後發現可以將親子互動的情緒調節歷程分為四個階段，包括歷程一：情境選擇；歷程二：關注與期望；歷程三：認知改變；歷程四：行動策略（表四）。本研究發現大學生在親子互動情緒調節歷程的四個主要歷程，大致和 Gross 原理論的五個歷程相符合。只是在原理論的「注意力分佈」與「情境改變」兩個階段，在訪談的過程中發現受訪者在言談中並不容易區分出來這兩者，而是合併在一起，因此研究者依訪談資料的分析結果將這兩者合併為「關注與期望」，簡稱「關注期望」。並依照這四個情緒調節階段，參考受訪者的開放編碼，編製成共 100 題的情緒調節量表進行預試分析。

表二、本研究分析後的發現架構和原理論架構的比較

本研究的發現架構	Gross 的理論架構	兩者的關係
情境選擇	Situation selection	相同
關注期望	Situation modification	本研究將兩個調節階段合併
	Attention deployment	
認知調整	Cognitive Change	相同
行動策略	Response Modulation	相同

（二）親子情緒調節量表之信效度

本研究依據前述內容分析結果，進一步編製為具信效度之測量工具，以瞭解情緒調節歷程之各向度及建立該量表之信效度，並探索不同背景變項的大學生的情緒調節策略是否有所不同。為了解情緒調節量表中各歷程間之關係，以回答研究問題四，因此進行典型相關分析，探索情緒調節量表所建構的四個情緒調節階段中各項策略之間的關係。

1. 本研究以 SPSS 18.0 進行第二施測題目之項目分析、內部一致性與探索性因素分析。先隨機抽取 424 份樣本，進行情境選擇、關注與期望、認知改變、行動策略四個量表中各題目高低分組 t 檢定，將 t 值未達顯著者刪除，再以 CR 值 3 為標準，刪除不符之題項。接著計算樣本在各量表的 KMO 值及 Bartlett 球形檢驗的數值，結果顯示本研究 4 個構念的值均大於 .5，介於 .8-.9 之間，且 Bartlett 球形檢測均達顯著效果，顯示本研究資料適合使用因素分析來進行分析。本研究採用主成分分析 Promax 轉軸方法進行因素分析時，以特徵值大於 1 及陡坡圖作為選取各歷程中因素個數的依據，且每一題的因素負荷量絕對值需大於 .4，以及該題在 2 因素之負荷量差距值大於 .3 等標準。接著依內部一致性分析，刪除題目與該構面總分相關低於 .4 的題目，以及刪除後能提高信度的題項，共篩選出 60 題合乎標準之題目。依據項目分析、因素分析及內部一致性分析結果，4 個情緒調節歷程階段中的因素內容分別命名為：

(1) 歷程一：「情境選擇」：呈現大學生知覺與親代發生意見不一致的情境內容，包含「親對子有不同意見」、「子對親有不同意見」、「子對親互動的猶豫」等三因素，分數愈高表示在此情境的不一致或猶豫程度愈高；

(2) 歷程二：「關注與期望」：呈現子代在與親代產生不一致情境時的期待或關注內容，包含「期待被支持與了解」、「重視父母對自己的感受」、「關注溝通的成分」三因素，分數愈高表示對此因素的關注期待愈高；

(3) 歷程三：「認知調整」：呈現子代在與親代產生不一致情境時的認知，包含「能夠同理父母」、「父母難以改變」、「願意自己負責」等三因素，分數愈高表示愈持有此認知；

(4) 歷程四：「行動策略」：呈現子代在與親代產生不一致情境時的因應策略，包含「思考解決方式」、「反駁或冷戰」、「從事活動轉換心情」、「安撫與溝通」、「壓抑情緒」五因素，分數愈高表示愈持有此行動策略。

各因素的內部一致性係數如表三，從各因素負荷量，本研究發現各因素結構均頗佳。

表三、各分量表的信度分析

歷程一	因素1 $\alpha = .86$ 題目 1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8.	因素2 $\alpha = .82$ 題目 16. 17. 18. 19	因素3 $\alpha = .67$ 題目 11. 12. 13
歷程二	因素1 $\alpha = .89$ 題目 1. 2. 3. 5. 6. 7	因素2 $\alpha = .77$ 題目 17. 29. 32	因素3 $\alpha = .79$ 題目 22. 23. 26
歷程三	因素1 $\alpha = .91$ 題目 1. 2. 3. 4. 5. 6	因素2 $\alpha = .83$ 題目 8. 9. 10	因素3 $\alpha = .79$ 題目 11. 12. 13

歷程四	因素1 $\alpha = .84$	因素2 $\alpha = .84$	因素3 $\alpha = .85$	因素4 $\alpha = .82$	因素5 $\alpha = .82$
題目	題目	題目	題目	題目	題目
	23. 24. 25. 26. 27	8. 9. 10. 11. 14	7. 34. 35. 36	1. 2. 3. 4	31. 32. 33

2. 不同背景的大學生情緒調節歷程的差異

以 851 位大學生在正式量表上的施測結果進行背景變項分析，分析項目包含不同性別、不同學院、不同居住狀況（是否與父母同住）、父母不同婚姻狀況（父母是否離婚或分居）的大學生在四種情緒調節歷程上各因素的得分差異，結果顯示：

- (1) 不同性別的大學生在四種情緒調節歷程上都達顯著差異。顯示男性和女性在四個情緒調節階段之的情緒調節策略顯著不同。在階段一「情境選擇」中，男大學生在「親對子有不同意見」($F=46.88, p<.001$)、「子對親有不同意見」($F=10.22, P<.01$)，「子對親互動的猶豫」($F=27.41, p<.001$)之得分皆高於大學女生，顯示大學男生在與父母互動中較女生容易出現親子互動不一致的情境。在階段二「關注與期望」中，大學女生比較「期待被支持與了解」($F=32.57, p<.001$)，並「關注溝通的成分」($F=68.07, p<.001$)。在階段三「認知調整」中，大學女生比較「能夠同理父母」($F=42.48, p<.001$)，大學男生比較「願意自己負責」($F=5.91, p<.05$)。在「行動策略」中，大學女生比較會的「思考解決方式」($F=5.14, p<.05$)，大學男生比較會「壓抑情緒」($F=29.24, p<.001$)。
- (2) 不同年級的大學生只有在「關注與期望」階段的「期待被支持與了解」差異達顯著，在其他各階段之差異皆未達顯著水準，顯示各項情緒調節策略在不同年級的變化並不大。結果顯示不同年級的大學生在「期待被支持與了解」($F=3.97, p<.001$)差異達顯著，經雪費法事後比較，發現大學一年級的學生較三年級的學生，更期待被父母親支持與了解。
- (3) 不同學院別的大學生在「情境選擇」、「關注與期望」、「認知改變」、「行動策略」四階段之差異皆達顯著。顯示不同學院學生在情緒調節歷程中的各階段之情緒調節策略顯著不同。在階段一「情境選擇」中，不同學院別的大學生在「子對親互動的猶豫」($F=7.02, p<.001$)達顯著水準，經事後比較發現，就讀人文、語文、教育系所的學生比就讀理、工、資訊、運輸、農、醫有較高的親子互動的猶豫，而且就讀法律、社會、傳播、設計、商管、財經的學生也比就讀理、工、資訊、運輸、農、醫有較高的親子互動的猶豫。在階段二「關注與期望」中，不同學院學生在「期待被支持與了解」($F=7.06, p<.001$)、「關注溝通的成分」($F=4.28, p<.001$)差異達顯著水準。經事後比較得知，就讀人文、語文、教育系所的學生比就讀理、工、資訊、運輸、農、醫

的學生更期待被親代支持與了解，而就讀理、工、資訊、運輸、農、醫的學生，則比就讀人文、語文、教育系所的學生更關注溝通的成分。在階段三「認知調整」中，不同學院別的學生在「對不一致之認知」中的「能夠同理父母」、「願意自己負責」均顯著水準，顯示不同學院別的學生在「能夠同理父母」、「願意自己負責」有顯著的差異，經事後比較得知，就讀人文、語文、教育系所的學生比就讀理、工、資訊、運輸、農、醫的學生更能同理父母，而就讀理、工、資訊、運輸、農、醫的學生，則比就讀人文、語文、教育系所的學生更願意自己負責。在階段四「行動策略」中，不同學院別的大學生在「思考解決方式」(F=4.94, $p < .001$)與「壓抑情緒」(F=11.93, $p < .001$)差異均達顯著水準，經事後比較發現，就讀人文、語文、教育系所的學生比就讀理、工、資訊、運輸、農、醫的學生，更會思考問題解決方式，而就讀理、工、資訊、運輸、農、醫的學生，則比就讀人文、語文、教育系所的學生及就讀法律、社會、傳播、設計、商管及財經系所的學生更會壓抑情緒。

- (4) 不同居住狀況的大學生（是否與父母同住）在情緒調節歷程中的各階段之情緒調節策略顯著不同。在階段一「情境選擇」中，不同居住狀況的大學生，在「不一致情境」中的「親對子有不同意見」(F=5.08, $p < .001$)、「子對親互動的猶豫」(F=6.49, $p < .001$)有顯著的差異。進行事後比較發現，與父母同住的學生比住宿舍的學生，更容易與父母有不同的意見，而住宿舍的學生則比與父母同住的學生更容易對互動產生猶豫。在階段二「關注與期望」中，不同居住狀況的大學生在「對不一致的關注與期望」中的「期待被支持與了解」(F=6.59, $p < .001$)、「重視父母對自己的感受」(F=3.43, $p < .05$)及「關注溝通的成分」(F=5.34, $p < .001$)的差異達顯著。進行事後比較發現，住學校宿舍的學生比與父母同住的學生更期待被支持與了解；住學校宿舍的學生比與父母同住的學生更重視父母對自己的感受；且住學校宿舍及住在校外或親戚家的學生比與父母同住的學生更關注溝通的成分。在階段三「認知調整」中，不同居住狀況的大學生在「能夠同理父母」(F=5.78, $p < .001$)及「父母難以改變」(F=2.77, $p < .05$)的差異達顯著水準。進行事後比較得知，住學校宿舍以及住校外或親戚家的學生比與父母同住的學生較能夠同理父母。在「父母難以改變」方面，並無顯著差異。在階段四「行動策略」中，不同居住狀況的大學生在「思考解決方式」(F=6.60, $p < .001$)差異達水準。進行事後比較得知，住學校宿舍或住校外、親戚家的學生，比與父母同住的學生較會思考問題的解決方式。
- (5) 父母不同婚姻狀況（父母是否離婚或分居）的大學生在情緒調節歷程中的各階段之情緒調節策略，除了第二階段「關注與期望」之外，其

他三階段調節策略顯著不同。在階段一「情境選擇」中，父母婚姻狀況不同的大學在「子對親有不同意見」(F=8.66, p<.01)其差異達.01的顯著水準。顯示父母親非結婚或分居之學生比父母親結婚並同住的學生較容易與父母親有不同的意見。在第二階段「關注與期望」中，不同的父母婚姻狀況的大學生在「期待被支持與了解」、「重視父母對自己的感受」與「關注溝通的成分」並無顯著差異。在第三階段「認知調整」中，父母婚姻狀況不同的大學生在「對不一致之認知」中的「能夠同理父母」(F=4.06, p<.05)及「願意自己負責」(F=4.94, p<.05)的差異均達顯著水準。父母是結婚並同住的學生比父母不是結婚並分居學生的更能夠同理父母，而且在親子互動關係中更願意負起責任。在第三階段「行動／因應策略」中，父母的婚姻狀況不同的學生在「壓抑情緒」(F=5.37, p<.05)其差異達.05的顯著水準。父母親是非結婚並分居的學生比父母親是結婚並同住狀態的學生容易壓抑其情緒。

(三) 以典型相關法分析「情境選擇」、「關注期望」、「認知調整」對「行動策略」之預測性，研究結果發現，親子互動不一致情境之「情境選擇」、「關注期望」、「認知調整」與「行動策略」可抽取出四組典型相關結構。以「情境選擇」、「關注期望」、「認知調整」三量表中的「親對子有不同意見」、「子對親有不同意見」、「子對親互動的猶豫」、「期待被支持與瞭解」、「重視父母對自己的感受」、「關注溝通的成分」、「能夠同理父母」、「父母難以改變」、「願意自己負責」等九個因素作為 X 變項組，以「行動策略」量表中的「思考解決方式」、「反駁或冷戰」、「從事活動轉換心情」、「安撫與溝通」、「壓抑情緒」等五個因素做為 Y 變項組，透過典型相關分析，找出兩組變項間之潛在組合關聯，研究結果如表四：

表四、不一致情境、對不一致的關注期望、對不一致的認知與行動策略之典型相關

X 變項	典型因素					Y 變項	典型因素				
	$\chi 1$	$\chi 2$	$\chi 3$	$\chi 4$	$\chi 5$		$\eta 1$	$\eta 2$	$\eta 3$	$\eta 4$	$\eta 5$
S1	.22	-.62	.26	.05	-.11	B1	-.79	-.15	-.07	.12	.58
S2	.16	-.58	.50	-.25	.27	B2	.24	-.92	-.14	-.26	.06
S3	-.16	-.50	-.11	.15	.51	B3	-.62	-.31	-.31	.55	-.34
A1	-.56	-.51	-.42	.18	.05	B4	-.80	-.05	.21	-.37	-.21
A2	-.73	.10	.30	.35	.38	B5	-.01	-.17	.74	.65	.07

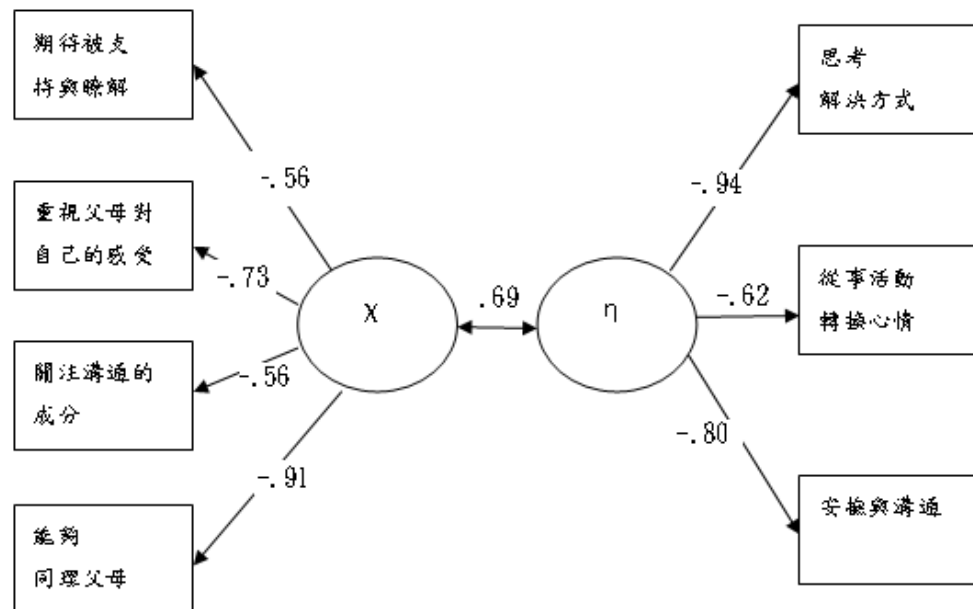
A3	-.56	-.14	-.06	-.52	.32						
C1	-.91	-.10	-.05	-.19	-.12						
C2	.22	-.69	.09	.16	.16						
C3	-.11	-.22	.58	.14	-.28						
抽出變異量%	23.86	20.05	10.60	6.59	7.94	抽出變異量%	34.21	19.99	16.75	18.99	10.06
重疊量數	11.24	4.38	1.66	.24	.14	重疊量數	16.12	4.37	2.63	.69	.18
ρ^2 .47 .22 .16 .04 .02											
ρ .69 .47 .40 .19 .13											
p .000 .000 .000 .000 .012											

觀察親子互動不一致情境、對不一致的期望、對不一致的認知等 9 因素與行動策略之典型相關分析結果中的五組典型因素的典型結構係數 (canonical structure coefficient) 與典型相關係數 (canonical correlation)，其中結構係數 $\geq .30$ 可視為有意義的結構係數；若 $\geq .50$ 則屬於中高相關 (陳正昌等, 民 94；吳明隆等, 民 98)。

由表四的典型相關分析結果顯示，「親對子有不同意見」、「子對親有不同意見」、「子對親互動的猶豫」、「期待被支持與瞭解」、「重視父母對自己的感受」、「關注溝通的成分」、「能夠同理父母」、「父母難以改變」、「願意自己負責」等九個因素所構成的 X 組變項及「思考解決方式」、「反駁或冷戰」、「從事活動轉換心情」、「安撫與溝通」、「壓抑情緒」等五個因素表所構成的 Y 變項組之間，可獲得四組典型相關係數達顯著之典型變項 ($\rho_1=.69$, $p<.01$ 、 $\rho_2=.47$, $p<.01$ 、 $\rho_3=.40$, $p<.01$ 、 $\rho_4=.19$, $p<.01$)。換言之，「親子互動不一致情境」、「對不一致的關注期望」、「對不一致的認知」三量表中的「親對子有不同意見」、「子對親有不同意見」、「子對親互動的猶豫」、「期待被支持與瞭解」、「重視父母對自己的感受」、「關注溝通的成分」、「能夠同理父母」、「父母難以改變」、「願意自己負責」等九個因素可以透過四組典型與行動策略的四個層面構成關係。

第一組典型變項解釋量最大 ($\rho^2=.47$)，在 X 變項組中，「期待被支持與

瞭解」、「重視父母對自己的感受」、「關注溝通的成分」、「能夠同理父母」與第一組典型因素 $\chi 1$ 之典型結構係數分別為-.56、-.73、-.56、-.91。在 Y 變項組中，「思考解決方式」、「從事活動轉換心情」、「安撫與溝通」、「與第一個典型因素 $\eta 1$ 之典型結構係數分別為-.94、-.62、-.80，此組典型變項主要呈現出越「期待被支持與瞭解」、「重視父母對自己的感受」、「關注溝通的成分」、「能夠同理父母」者，愈採取「思考解決方式」、「從事活動轉換心情」、「安撫與溝通」的方式調節情緒（如圖三）。



圖三 情境選擇、關注與期待、認知調整對行動策略之第一組典型

第二組典型變項解釋量 $\rho^2 = .22$ ，在 X 變項組中，「親對子有不同意見」、「子對親有不同意見」、「子對親互動的猶豫」、「期待被支持與瞭解」與第一組典型因素 $\chi 2$ 之典型結構係數分別為-.62、-.58、-.50、-.51、-.69。在 Y 變項組中，「反駁或冷戰」、「從事活動轉換心情」與第二個典型因素 $\eta 2$ 之典型結構係數分別為-.92、-.31，此組典型變項主要呈現出越高的「親對子有不同意見」、「子對親有不同意見」、「子對親互動的猶豫」、及愈高的「期待被支持與瞭解」者，越會「反駁或冷戰」，也愈會「從事活動轉換心情」。

第三組典型變項解釋量 $\rho^2 = .16$ ，在 X 變項組中，「子對親有不同意見」、「期待被支持與瞭解」、「重視父母對自己的感受」、「願意自己負責」與第三組典型因素 $\chi 3$ 之典型結構係數分別為 .50、-.42、.30、.58。在 Y 變項組中，「思考解決方式」、「反駁或冷戰」、「從事活動轉換心情」、「安撫與溝通」、「壓抑情緒」與第三個典型因素 $\eta 3$ 之典型結構係數分別為 -.31、.74，此組典型變項主要呈現出在情境上越是「子對親有不同意見」、「不「期待被支持與瞭解」、「重視父母的感受」、「願意自己負責」者，在策略上越不會採取「從事活動轉換心情」，比較採取「壓抑情緒」的因應策略。

第四組典型變項解釋量 $\rho^2 = .04$ ，在 X 變項組中，「重視父母對自己的感受」、「關注溝通的成分」與第四組典型因素 $\chi 4$ 之典型結構係數分別為 .35、-.52。在 Y 變項組中，「思考解決方式」、「反駁或冷戰」、「從事活動轉換心情」、「安撫與溝通」、「壓抑情緒」與第四個典型因素 $\eta 4$ 之典型結構係數分別為 .55、-.37、.65，此組典型變項主要呈現出在不一致情境下，較「重視父母對自己的感受」，但不「關注溝通的成分」者，較採取「從事活動轉換心情」與「壓抑情緒」，較不會採取「安撫與溝通」的策略。

(四) 情緒調節策略和親子關係之相關

本研究以情緒調節歷程中各因素為預測變項，以修慧蘭 (2004) 親子間互動行為量表為效標變項，探討情緒調節對親子關係之影響。結果如表五所示。

表五 情緒調節歷程中各因素與親子間互動行為之典型相關結果

X 變項	典型因素			Y 變項	典型因素		
	$\chi 1$	$\chi 2$	$\chi 3$		$\eta 1$	$\eta 2$	$\eta 3$

S1	.64734	-.55292	.23373	FaCh	-.57917	-.44047	.66317
S2	.38500	-.44469	-.33519	FaIn	.67625	-.47912	.10770
S3	.14010	-.55839	-.37736	MaCh	-.64826	-.56293	-.48638
A1	-.16472	-.42002	-.18358	MaIn	.67697	-.58964	.02087
A2	-.29579	-.38065	-.02757				
A3	-.42259	-.58192	.17043				
C1	-.66029	-.41239	-.33971				
C2	.71573	-.25775	-.22677				
C3	.00851	-.36518	.34459				
B1	-.30770	-.43355	-.14054				
B2	.40103	-.25085	.05857				
B3	-.15762	-.19476	-.16854				
B4	-.49764	-.48248	-.09108				
B5	.23972	.03255	.04949				
抽出變異量%	17.24215	16.91231	5.14850	抽出變異量%	41.78218	27.20344	17.20962
重疊量數	8.88941	4.55225	.20848	重疊量數	21.46863	7.32227	.69086
		ρ^2	.51382	.26917	.04049		
		典型相關(ρ)	.71681	.51881	.20123		
		p	.000	.000	.001		

從典型相關結果可知，4 個情緒調節向度與親子關係的關連，其中以第一個典型解釋量最大，此群主要呈現親對子有較高不同意見、孩子愈無法同理父母、認為父母愈不會改變、愈不關注溝通成分、愈會冷戰、愈不會安撫父母的一群人，即親子間有較多不一致、子代較無法正向評估、策略較負向者，其親子關係卻較不佳，包含父子、母子追逃行較高、父子、母子親密行為較低。

第二典型，顯示出親子間不一致情況低、不關注哪些互動層面、較低認知評估的一類人，其父子追逃、母子親密互動均不高。

(五) 本研究以親子情緒調節策略中的「親對子有不同意見」、「子對親有不同意見」、「子對親互動的猶豫」、「期待被支持與瞭解」、「重視父母對自己的感受」、「關注溝通的成分」、「能夠同理父母」、「父母難以改變」、「願意自己負責」、「思考解決方式」、「反駁或冷戰」、「從事活動轉換心情」、「安撫與溝通」、「壓抑情緒」等十四個因素作為預測變項，將主觀幸福感(正向情意-負向情意)做為效標變項，進行逐步迴歸分析，以瞭解前述預測變項對於主觀幸福感之預測力。

結果如表六顯示，以主觀幸福感為效標時，共有五個預測變項具有顯著的預測力，順序分別為「從事活動轉換心情」、「父母難以改變」、「反駁或冷戰」、

「能同理父母」、「子對親的猶豫」，五者所累積的總解釋變異量為 12%。從迴歸係數來看，「父母難以改變」、「反駁或冷戰」、「子對親互動的猶豫」的 β 值皆為負數，代表這三項因素對於主觀幸福感有負向的預測力。「從事活動轉換心情」、「能夠同理父母」的 β 值皆為正數，代表這兩項因素對於主觀幸福感有正向的預測力。綜合以上的結果來看，在遇到親子不一致情境時，越能夠同理父母、從事活動轉換心情者，對於親子互動不會有所猶豫、不覺得父母難以改變，或是不採取反駁冷戰策略者，其主觀幸福感越高。

表六 情緒調節策略與主觀幸福感之逐步迴歸分析結果

預測變項 進入順序	R	R 平方	R 平方改變 量	F 值改變量	標準化迴歸係數 (β)
從事活動轉換心情	.221 ^a	.049	.049	40.871***	.190
父母難以改變	.300 ^b	.090	.041	36.212***	-.118
反駁或冷戰	.330 ^c	.109	.019	16.652***	-.128
能夠同理父母	.340 ^d	.115	.007	6.153**	.119
子對親互動的猶豫	.349 ^e	.122	.007	6.067**	-.090

*** $p < .001$ ** $p < .01$ * $p < .05$

肆、研究結論與建議

依據本研究前述之分析結果，本研究發現：

1. 大學生在親子互動產生不一致情境下的情緒調節歷程，可分成 4 個歷程階段，分別為：歷程一：「情境選擇」：包含「親對子有不同意見」、「子對親有不同意見」、「子對親互動的猶豫」等三因素。歷程二：「關注與期望」，包含「期待被支持與了解」、「重視父母對自己的感受」、「關注溝通的成分」三因素；歷程三：「認知調整」，包含「能夠同理父母」、「父母難以改變」、「願意自己負責」等三因素；歷程四：「行動策略」，包含「思考解決方式」、「反駁或冷戰」、「從事活動轉換心情」、「安撫與溝通」、「壓抑情緒」五因素。各量表的信校度頗佳。
2. 大學男生在與父母互動中較女生容易出現親子互動不一致的情況、在此親子不一致情境時持有較高「願意自己負責」的認知、面對親子不一致情境時較會採「壓抑情緒」策略。
3. 大學女生較男生「期待被父母支持與了解」、「能夠同理父母」、比較會採取「思考解決方式」。

4. 大學一年級的學生較三年級的學生，在面對親子不一致情境時，較期待被父母親支持與了解。
5. 就讀人文、語文、教育、法律、社會、傳播、設計、商管、財經等人文社會學科的學生，比就讀理、工、資訊、運輸、農、醫學生有較高的親子互動的猶豫。
6. 就讀人文、語文、教育系所的學生在親子不一致情境時，比就讀理、工、資訊、運輸、農、醫的學生更期待被親代支持與了解、更能同理父母、更會思考問題解決方式；就讀理、工、資訊、運輸、農、醫的學生，則比就讀人文、語文、教育系所的學生更關注溝通的成分、有較高願意自己負責的認知、較會採取壓抑情緒的行動策略。
7. 與父母同住的學生比住宿舍的學生，更容易與父母有不一致情境的發生，而住宿舍的學生則比與父母同住的學生更容易對互動產生猶豫、更期待被支持與了解、更重視父母對自己的感受、更關注溝通的成分、較能夠同理父母、較會思考問題的解決方式。
8. 父母親非結婚或分居之學生比父母親結婚並同住的學生較容易與父母親有不同的意見、面對親子不一致情境時容易採壓抑情緒策略；父母是結婚並同住的學生比父母非結婚或分居學生的更能夠同理父母，而且在親子互動關係中更願意負起責任。
9. 在親子不一致情境不明顯時，且子代越「期待被支持與瞭解」、「重視父母對自己的感受」、「關注溝通的成分」、「能夠同理父母」者，愈會採取「思考解決方式」、「從事活動轉換心情」、「安撫與溝通」的方式調節情緒。
10. 在親子不一致情境越高時，如「親對子有不同意見」、「子對親有不同意見」、「子對親互動的猶豫」愈高、及愈高的「期待被支持與瞭解」者，越會採取「反駁或冷戰」，也愈會「從事活動轉換心情」。
11. 在越高「子對親有不同意見」、不「期待被支持與瞭解」、愈「重視父母對自己的感受」、「願意自己負責」者，在行動策略上越不會採取「從事活動轉換心情」，比較採取「壓抑情緒」的因應策略。
12. 在親子不一致情境不明顯時，且較「重視父母對自己的感受」，但不「關注溝通的成分」者，較採取「從事活動轉換心情」與「壓抑情緒」，較不會採取「安撫與溝通」的策略。
13. 本研究發現子代在面對親子間互動不一致現象時，個人對此情境的期待與關注，如期待被支持與瞭解、重視父母對自己的感受、關注溝通的成分等情緒調節歷程中的各因素，對於採取何種行動策略有所影響，且此發現比 Gross 等人之研究所提出的認知的再評估，有更詳細的說明。本研究之發現亦突顯在本土文化中，重視家庭/親子關係的特性，已成年子女仍會重視父母對自己的感受、也期待被父母支持等現象。
14. 本研究發現親子調節歷程中，親子間有較多不一致、子代較無法正向評估、

策略較負向者，其親子關係卻較不佳，包含父子、母子追逃行較高、父子、母子親密行為較低。

15. 在遇到親子不一致情境時，越能夠同理父母、從事活動轉換心情者，對於親子互動不會有所猶豫、不覺得父母難以改變，或是不採取反駁冷戰策略者，其主觀幸福感越高。

從前述發現與結論，本研究提出以下建議：

1. 親子間的有較多的情感交流，如期待被理解、重視父母的感受、能夠同理對方等，對於因應親子間不一致情況時，會有較積極的因應策略，如思考如何解決、從事一些活動轉換心情、並願意嘗試與父母溝通或安撫。如此的互動，可能可以解決/減少彼此發生意見不一致的情況，也可能會增加親子間的互動品質。
2. 諮商輔導實務工作者可從來談大學生與父母的因應行動中，尤其是較壓抑情緒者，可理解其對與父母互動不一致現象的認知調節歷程，例如雖然與父母親之間有較高的不一致或衝突情境，是否有已放棄被父母理解之期望，但卻又重視父母的感受的矛盾想法？或是雖然親子間不一致情況不明顯，但大學生會忽略與父母溝通時的內容，而較關注父母對自己的感受？協助子代理理解，這些認知歷程是否亦影響了子代面對父母的行動？透過這些內容之澄清與討論，希望有助於大學生在面對親子互動時有較積極、正向的行動策略。
3. 諮商輔導實務工作者可多專注父母親非結婚或分居之學生與親代的互動品質；協助理、工、資訊、運輸、農、醫相關科系學生、或大學男生，增加與父母親感性的交流，如支持、理解、同理等，以減少採取壓抑等行動策略。
4. 因本研究受試者之限制，未來可進一部探討不同年齡者與親代的互動情緒調節歷程；或由於本研究受試者中，父母分居者仍屬少數，未來可針對類似特定對象，更理解其調節歷程。

參考書目

- 邱吟馨 (2008)。新移民女性的依附風格、社會支持與主觀幸福感之相關研究——以桃園縣東南亞籍新移民女性為例。國立新竹教育大學教育心理與諮商學系碩士班碩士論文
- 曾文志 (2007)。大學生日常生活主觀幸福感及相關社會認知因素的經驗取樣研究。國科會專輯研究計畫成果報告 NSC96—2413—H—134—004。
- 蘇詠絮 (2009)。欲說還休，欲說還休：華人社會子對親的自我揭露。高雄醫學

大學心理學研究所碩士論文

修慧蘭 (2004) 。大學生親子界限量表之編製與其信效度之探討。第六屆海峽兩岸心理與教育測驗學術研討會 (八月十五-十九日) 。西安。

Frijda (1986) . *The emotions*. Cambridge, England: Cambridge University Press.

Gross,J.J. & Levenson,R.W. (1997) .Hiding feelings:The acute effects of inhibiting positive and negative emotions. *Journal of Abnormal Psychology,106,95-103*.

Gross (2002) . Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology, 39, 281-291*.

Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation process: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, 85(2), 348-362*.

Gross, J. J., Richards, J. M., & John, O. P. (2006). Emotion regulation in everyday life. In D. K. Snyder, J. Simpson and J. N. Hughes (Eds.), *Emotion regulation in couples and families: Pathways to dysfunction and health* (pp. 13-35). Washington, DC: American Psychological Association.

John, O. P., & Gross, J. J. (2004). Healthy and unhealthy emotion regulation: Personality processes, individual differences, and life span development. *Journal of Personality, 72(6), 1301-1334*.

國科會補助計畫衍生研發成果推廣資料表

日期:2012/10/31

國科會補助計畫	計畫名稱: 大學生在親子互動情境中的情緒調節歷程之研究
	計畫主持人: 修慧蘭
	計畫編號: 100-2410-H-004-043- 學門領域: 臨床與諮商心理學
無研發成果推廣資料	

100 年度專題研究計畫研究成果彙整表

計畫主持人：修慧蘭		計畫編號：100-2410-H-004-043-				計畫名稱：大學生在親子互動情境中的情緒調節歷程之研究	
成果項目		量化			單位	備註（質化說明：如數個計畫共同成果、成果列為該期刊之封面故事...等）	
		實際已達成數（被接受或已發表）	預期總達成數（含實際已達成數）	本計畫實際貢獻百分比			
國內	論文著作	期刊論文	0	0	100%	篇	以接受在台灣諮商心理學會 2012 研討會作口頭論文發表
		研究報告/技術報告	0	0	100%		
		研討會論文	1	1	100%		
		專書	0	0	100%		
	專利	申請中件數	0	0	100%	件	
		已獲得件數	0	0	100%		
	技術移轉	件數	0	0	100%	件	
		權利金	0	0	100%	千元	
	參與計畫人力（本國籍）	碩士生	1	1	100%	人次	
		博士生	1	1	100%		
		博士後研究員	0	0	100%		
		專任助理	0	0	100%		
國外	論文著作	期刊論文	0	0	100%	篇	
		研究報告/技術報告	0	0	100%		
		研討會論文	0	0	100%		
		專書	0	0	100%		
	專利	申請中件數	0	0	100%	件	
		已獲得件數	0	0	100%		
	技術移轉	件數	0	0	100%	件	
		權利金	0	0	100%	千元	
	參與計畫人力（外國籍）	碩士生	0	0	100%	人次	
		博士生	0	0	100%		
		博士後研究員	0	0	100%		
		專任助理	0	0	100%		

<p>其他成果 (無法以量化表達之成果如辦理學術活動、獲得獎項、重要國際合作、研究成果國際影響力及其他協助產業技術發展之具體效益事項等，請以文字敘述填列。)</p>	<p>無</p>
----------------------------------------------------------------------------------------	----------

	成果項目	量化	名稱或內容性質簡述
科 教 處 計 畫 加 填 項 目	測驗工具(含質性與量性)	0	
	課程/模組	0	
	電腦及網路系統或工具	0	
	教材	0	
	舉辦之活動/競賽	0	
	研討會/工作坊	0	
	電子報、網站	0	
	計畫成果推廣之參與(閱聽)人數	0	

國科會補助專題研究計畫成果報告自評表

請就研究內容與原計畫相符程度、達成預期目標情況、研究成果之學術或應用價值（簡要敘述成果所代表之意義、價值、影響或進一步發展之可能性）、是否適合在學術期刊發表或申請專利、主要發現或其他有關價值等，作一綜合評估。

1. 請就研究內容與原計畫相符程度、達成預期目標情況作一綜合評估

達成目標

未達成目標（請說明，以 100 字為限）

實驗失敗

因故實驗中斷

其他原因

說明：

2. 研究成果在學術期刊發表或申請專利等情形：

論文： 已發表 未發表之文稿 撰寫中 無

專利： 已獲得 申請中 無

技轉： 已技轉 洽談中 無

其他：（以 100 字為限）

3. 請依學術成就、技術創新、社會影響等方面，評估研究成果之學術或應用價值（簡要敘述成果所代表之意義、價值、影響或進一步發展之可能性）（以 500 字為限）

本研究發展出『親子互動情緒調節歷程量表』，分為「情境選擇」、「關注與期望」、「認知調整」、「行動策略」等四個分量表，可做為瞭解大學生在親子互動中，在 4 個情緒歷程中的內在認知與行動策略。可應用於相關研究或實務工作上。