

從正向親職研究探看未來研究趨勢

邱珍琬*

國立屏東大學教育心理與輔導學系教授

摘要

正向親職已被印證對子女的健康發展極為重要。綜觀諸多文獻發現，國內較少以正向親職為題的研究，而是以 Baumrind 等人發展出來的民主威權與專制權威的親職探討較多；近二十年來，國外將正向心理學運用在親職比較與介入是一個趨勢，多數研究也證明了不管是對於失能、弱勢、族裔，甚或罹患心理疾病之正向親職介入都有程度不一的成效，在我國責成、要求與期待殷切的親職傳統下，不啻是一個可以廣為鼓勵且收效甚佳的參照。

關鍵字：正向心理學、正向親職、成效

投稿日期：2023/03/17；接受日期：2023/03/30

* 通訊作者：邱珍琬

Email: chiuwane@mail.nptu.edu.tw

一、前言

我國家長對於下一代的教育極為重視，不僅對子女期待甚殷，也經常責成，有責成就會有要求，有要求就會有評估與批判，少了看見優勢或溫暖話語，這往往也造成子代唯恐辜負所望，甚至進一步影響親子關係的因素。正向親職指的是正向情感之表達、積極傾聽、讚許、正向談話、情感性觸摸、少批判、多改變的正向要求（Luebbe & Bell, 2014; Sanders, 2003, as cited in Cullum et al., 2022, p. 693），依據這些描述，似乎可以作為我國傳統親職修正的參考途徑。本文想就目前正向心理學運用在親職上的情況做瞭解，同時找出未來正向親職的可能研究方向。

二、正向親職與子女身心適應

父母的教養方式對子女身心適應的影響已廣被證實，本小節主要聚焦正向親職與子女身心適應之關係。趙翊湘與魏美惠（2023）以3歲至6歲之幼兒與其母親為問卷調查對象，發現許多母親運用正向心理特質的教養態度極佳，而其幼兒的社會行為表現亦達中上程度。母親本身的工作、子女數、家庭月收入與幼兒年紀顯著影響母親正向心理特質之教養態度，母親運用正向心理特質之教養態度與其幼兒社會行為表現達顯著相關。陳琬琪與徐崇倫（2011）的研究看到父母關愛及支持對子女心理健康的正面影響，嚴厲教養則有負面影響，而不採用嚴厲教養、同時提供子女適度監督，就可減少焦慮、憂鬱之負面心理症狀，而高關愛與支持能些微緩衝嚴厲教養的不良影響；此研究還發現父親具有單獨之影響力，且強度與母親同，而監督管教的良好效應出現在「父子」及「母女」的配對上，也就是父母對於同性別子女或有其重要性。

葉詩蓓與林惠雅（2013）針對國中階段之青少年做問卷調查發現：參與者認為母親有一半時間以上採用溫情、監督、一致性及引導的教養行為，偶而採用嚴厲教養方式，而青少年在安全與學業方面的自我揭露較多，在同儕與個人感受方面揭露其次；青少年愈知覺母親採用監督教養者，其在各領域的自我揭露程度愈高，反之，若青少年知覺母親採用嚴厲教養愈多者，其在學業、同儕和個人感受上揭露程度愈低，這個研究其實也說明了管教方式與親子親密度之相關。而陳富美（2005）的研究發現父母親若執行有益子女發展的教養行為，會透過孩子良好的生活適應來增強其親職效能感，而負向的教養行為，反應出子女生活適應較差，相對地也影響父母的親職效能感。

用量表與訪談100位17-26歲的參與者在年屆26歲時的生活艱難經驗，研究者（Dumas et al., 2009）發現在17歲時陳述有較多正向親職經驗的參與者，其在26歲時所陳述的艱難生活經驗較為清楚，也有解決之方，同時呈現了認同成就與情緒適應。

親職展現的情感品質（affective quality）可以有效預測孩子的攻擊行為（Lippold et al., 2014; Yang et al., 2023），青春期的孩子管教通常是家長認為較具挑戰的部分，Yang et al.（2023）一項針對12-15歲青少年族群的長期親職研究（共有977位青少年與家長參與），以五波訪談資料為分析基礎發現：母親的敵意較之父職的敵意或母職溫暖更能夠預測青少年的攻擊行為，而父職對於不同年齡的男性都很重要。潘佩姛與翟敏如（2016）以臺南公立幼兒園家長為研究對象，發現民主威權型家長占大多數，父母親之專制權威型可有效預測外顯的攻擊行為。

三、正向親職與自律能力

自律會影響個體在認知、社交與學術上的學習（Eisenberg et al., 2005, as cited in Planalp et al., 2022, p. 713），一個縱貫研究看母親與嬰兒（至2歲半）正向親職和母職壓力與孩子自律能力（情緒表現與動作）的關係（Planalp et al., 2022），將母親分成青少年母親、低教育程度與高教育程度等3組，結果發現：1歲半左右女嬰就呈現較之男嬰更好的自律，母職壓力會影響母親對待孩子、進而影響孩子的自律（青少年母親組尤然），但不管母親教育程度如何，對於孩子自律能力無負面影響；高教育組母親對孩子的正向親職表現較多、也較能與孩子的需求同頻，青少年母親與低教育程度母親的正向親職對於孩子的自律影響在孩子年齡稍長後才出現，這似乎說明了正向親職有助於孩子自律能力之養成，愈早期愈佳。既然家長可以協助孩子對自己的情緒與行為做適度掌控和規範，因此有研究者（Neppel et al., 2020）從220位父親與母親的正向親職實踐看子女的自律情況（effortful control，也就是能起始或壓抑行為），在孩子3-6歲期間蒐集資料，評估焦點放在抑制行為、專注與轉移注意力上，研究追蹤3-5年，發現正向親職與孩子的自律程度有關、且蠻穩定，也展現在6歲的學業成果。從這幾篇研究可以看出正向親職與孩子的情緒福祉最相關，正向親職可以正確對應孩子的情緒，同時協助孩子適當處理情緒、做轉移與聚焦。

四、母親身心狀況與正向親職

許多的親職研究都將研究對象放在母親身上，固然在現代社會依然將母職

與親職畫上等號，似乎也暗示著親職仍以母職居首要。對於遭受家暴母親的親職運作又如何？研究者（Kobayashi et al., 2021）以自陳報告與觀察方式進行瞭解，看看這些曾經受暴之女性在懷孕與早期親職上是否也展現了滋養、敏銳與有反應的正向親職？結果發現，這些母親在孩子1-4歲時逐漸減少正向親職的運作，即便她們自陳在孩子4歲之後有許多正向親職之表現，研究者的觀察卻沒有同樣的發現，因此推測這些母親是否在家暴當時扭曲了實際的親職現況？

憂鬱的母親是否影響孩子和人連結的能力及記憶力？通常的認定是母親若有憂鬱情況，會較少與孩子做正向、積極連結，同時對於孩子海馬迴（專司記憶與連結）的發育有負面影響，歷時3年的長期研究結果顯示（Botdorf et al., 2019）的確如此，早期的正向親職對孩子的關係連結與記憶能力有助益，但是憂鬱母親的孩子在兩者表現都較差。

五、父親的正向親職

長期檢視182對雙收入家庭的父親父職行為時，研究者（Schoppe-Sullivan et al., 2021）在母親產後3與9個月後，做親子互動觀察發現：擁有較強烈的滋養角色信念的父親表現較多的正向親職行為、較少破壞性的共親職行為，父親在男性本色（masculine agency）較高分者也表現出較多正向親職，較多守門人角色（也就是捍衛親職為母職者）的母親則較少表現正向親職及對父親的支持。若配偶之間在產前有正向互動行為者，父親也會表現出更多正向親職與共親職行為。配偶間情緒的接受度可增進親密關係，因此若是介入處理配偶關係，是否會影響其親職實踐？研究者（Morrill et al., 2016）發現短期（2週後）與長期（半年）效果均佳，父親感受到接受度高者與其表現的正向親職有顯著相關，而母親的則不明顯。可以間接猜測：父職受到配偶支持或接受者，更能夠表現出正向親職行為。這似乎也說明了母親仍是親職主要負責人，因此其是否支持配偶之共親職極為關鍵。

六、文化與正向親職

黃士哲與葉光輝（2013）的研究發現，華人父母的民主權威教養對於青少年的孝道信念發展有顯著正面影響，雖然父母的威權專制教養對於青少年的孝道信念有些許正面影響，但卻無法因情境不同而維持。在非裔家庭的研究上，研究者（McWayne et al., 2018）檢視了524位美國非裔與加勒比海移民家庭家長（父母、祖父母或延伸家庭成員）之親職實務，發現正向與負向親職之比例都在二成左右，可能因為經濟情況不佳、也較少去關注孩子的情緒需求及學校

表現，但非裔家庭更重視族群認同與宗教性。檢視最近才移民至美國的拉丁裔（絕大多數為墨西哥裔）家庭家長與孩子（年齡9–12歲）各282位，採用前後測量表與焦點訪談結果發現：家庭凝聚力可預測孩子的社交解決能力和社會自我效能（social self-efficacy），而正向親職可預測孩子的社會自我效能（Leidy et al., 2012），影響親職與家庭凝聚力的因素有：親子兩代不同的文化涵容（acculturation differences）程度所造成的權力不均，家長較難介入孩子的教育，缺乏延伸家庭的協助與支持，以及社會對於移民家庭與合法性的歧視。

七、代間傳承

親職是否會有代間傳承？一般說來我們首先接觸的親職還是從原生家庭開始，當自身成為家長之後，也較容易從原生家庭裡的觀察提取經驗、仿而效之，然而一般人還是會有所反省與修正，況且家長雙方承自的親職不同，總是會有差異，因此所謂的代間傳承可能只是其中或一或二，並非全然承接。Jeon 與 Neppi (2016) 就451位雙親家長做了長期研究（第二代從青少年至成人），發現不管是正向親職或是窮困，第一代會傳承給成年之下一代、也對第三代的正向行為有影響，儘管貧困的生活似乎會傳承，而正向行為與親職亦同，到底是因為正向親職協助這些人度過窮困難關、還是正向態度也無助於窮困之現實？有待進一步釐清；針對290個家庭兩代做正向親職（即對親職效能的信任與積極因應策略）的延續調查發現，儘管第一代家長的正向親職表現可能受制於個人資源不足，但是第二代若持有對自己親職效能的信任與積極因應之道等特質，也可展現正向親職（Schofield et al., 2014）。

八、正向親職介入的效益

如前所述，母親的身心狀況或文化因素都可能影響父母親的正向親職，因此，針對風險或文化特定家庭進行正向親職介入是否能帶來效益？將180位曾有過憂鬱症狀之家長分為「認知行為介入」與「書面資訊」（對照組）兩組，間隔半年後做檢測，發現在介入組的家長憂鬱情緒減少、同時較多有效親職行為（Forehand et al., 2012），這個研究似乎說明了適時的有效親職介入是有效益的，同時也暗示了家長的憂鬱情況影響其正向親職運作。另一個研究也證明短期親職介入的有效性。以37位曾患有憂鬱症之母親為對象安排至實驗組，另以28位母親為控制組（營養諮詢），做正向親職的介入，以觀察方式記錄，發現實驗組母親們的積極傾聽、微笑與讚許，增加了孩子的正向情緒，即便只是短暫介入也收到不錯的效果（Cullum et al., 2022）。對於有重創後遺症（post-

traumatic stress disorder [PTSD])的家長進行「在家優勢—家長」(Strength at Home—Parents [SAHP])的正向親職介入以增進家長的執行力與功能，以21位家長為研究對象進行SAHP，發現介入的接受度信賴度與滿意度都達顯著水準，同時看見家庭功能之改善、減少失功能親職的展現，也增加了正向親職的實務、減少親職壓力(Creech et al., 2022)。

軍人家庭或許在親職教養上較為嚴謹或多要求，少情緒表達，因此Julian et al. (2018)以34個軍人家庭為對象(與另一組42個非軍人家庭之對照組提供心理教育教材)，以依附理論及親職反思為內涵、分成實驗(介入與支持團體，進行10–12週的團體正向親職訓練)與控制(資訊提供)二組，發現實驗組在正向親職上(如情感反應、正向感受)等方面，有增加但是負面親職並未減少(Julian et al., 2018)。同樣以41位軍眷(子女年齡3–9歲)為研究對象(Riegler et al., 2020)，採用線上親職教育及現場指導的方式做介入，結果發現22位完成6次線上親職教育者在憂鬱、壓力與家庭失能的指數上有顯著下降，且子女行為有改善。

以73位3–4歲的兒童及其家長為對象，隨機分派到三組實驗(數位閱讀故事與提問)、控制(數位閱讀故事)與觀察組(成員可選擇數位閱讀故事或合併提問)做親子共讀，發現實驗組親子在互動(如反應、互惠、合作)、任務行為、與親子正向上行為上都有顯著長進(Stuckelman et al., 2022)；Runze et al. (2022)以257對平均年齡7–8歲雙生子家長(九成為女性)為對象，進行影音回饋的正向親職介入，做兩次前測(一次在介入後一個月)與一次後測，結果發現雖然介入處理對於家長敏銳度有提升，但是對於較年長的孩子親職與管教敏銳度無顯著效果。綜而觀之，遑論何種形式的正向親職的介入，至少給家長另外的選項執行有效親職，也可以給家長一些省思做改善動作，而正向親職之介入與執行是愈早效果愈佳。

九、結論

正向親職與子女之身心適應、自律或自我控制有關，母親本身的因素(如家暴受害、憂鬱)會影響其親職執行，母職也影響父親涉入親職程度，甚至代間傳承，而不同族裔的親職實踐還需要考量其他資源等因素才能竟其功，另外，對高風險庭提供短暫的正向親職介入已被發現有不錯效益。綜觀近二十年來的國內外文獻，可以看到當國外已將正向心理學運用在親職不同面向的領域時，國內研究仍針對民主威權與專制權威的親職方式作探討，固然不同親職教

養分類方式是針對親職實務做更深入瞭解的方式之一，然而當心理學已經不從病態觀點來看人類行為時，似乎給予我們許多希望，特別是在親職教養上。正向心理學的內容涵括甚廣，不是僅限於正向情緒、反應或思考而已，即便是創傷後成長也可以是正向心理特質，因此，儘管目前諸多有關正向親職的研究已經朝向從長期的觀點來看，甚至是從因果關係來看，接下來或許會從更多元的脈絡或情境來探索親職（如災後親職復原、罹患心理疾病者之親職策略或計畫等），加上親職已經不是母親之專擅，也是可以期待的方向。

參考文獻

- 陳富美（2005）。親職效能感、教養行為與孩子生活適應之關係研究。《輔導與諮商學報》，**27**（1），47-63。http://doi.org/10.7040/JGC.200505.0047
- 陳琬琪、徐崇倫（2011）。愛的教育，鐵的紀律？父母教養方式與青少年心理健康之相關。《教育研究集刊》，**57**（2），121-154。https://doi.org/10.6910/BER.201106_(57-2).0004
- 黃士哲、葉光輝（2013）。父母教養方式對青少年雙元孝道信念的影響效果：中介歷程的探討。《本土心理學研究》，**39**，119-164。https://doi.org/10.6254/2013.39.119
- 葉詩蓓、林惠雅（2013）。青少年知覺母親教養行為與其自我揭露之探討。《輔仁民生學誌》，**19**（2），1-18。
- 趙翊湘、魏美惠（2023）。學齡前幼兒母親運用正向心理特質之教養態度與其幼兒社會行為表現之探究。《幼兒教保研究》，**16**（1），25-49。
- 潘佩姮、翟敏如（2016）。幼兒攻擊行為、社會技巧與父母教養方式之相關研究。《幼兒教保研究》，**16**，85-111。
- Botdorf, M., Riggins, T., & Dougherty, L. R. (2019). Early positive Parenting and maternal depression history predict children's relational binding ability at school-age. *Developmental Psychology*, *55*(11), 2417-2427. http://doi.org/10.1037/dev0000803
- Creech, S. K., Pearson, R., Saenz, J. J., Braciszewski, J. M., Riggs, S. A., & Taft, C. T. (2022). Pilot trial of strength at home parents: A trauma-informed parenting support treatment for veterans. *Couple & Family Psychology: Research & Practice*, *11*(3), 205-216. http://doi.org/10.1037/cfp0000232
- Cullum, K. A., Goodman, S. H., Garber, J., Korelitz, K., Sutherland, S., & Stewart, K. (2022). A positive parenting program to enhance positive affect in children of previously depressed mothers. *Journal of Family Psychology*, *36*(5), 692-703. https://doi.org/10.1037/fam0000972
- Dumas, T. M., Lawford, H., Tieu, T.-T., & Pratt, M. W. (2009). Positive parenting in adolescence and its relation to low point narration and identity status in emerging adulthood: A longitudinal analysis. *Developmental Psychology*, *45*(6), 1531-1544. https://doi.org/10.1037/a0017360
- Forehand, R., Thigpen, J. C., Parent, J., Hardcastle, E. J., Bettis, A., & Compas, B. E. (2012). The role of parent depressive symptoms in positive and negative parent-

- ing in a preventive intervention. *Journal of Family Psychology*, 26(4), 532-541. <https://doi.org/10.1037/a0028406>
- Jeon, S., & Neppl, T. K. (2016). Intergenerational continuity in economic hardship, parental positivity, and positive parenting: The association with child behavior. *Journal of Family Psychology*, 30(1), 22-32. <https://doi.org/10.1037/fam0000151>
- Julian, M. M., Muzik, M., Kees, M., Valenstein, M., Dexter, C., & Rosenblum, K. L. (2018). Intervention effects on reflectivity explain change in positive parenting in military families with young children. *Journal of Family Psychology*, 32(6), 804-815. <https://doi.org/10.1037/fam0000431>
- Kobayashi, J. E., Bernard, N. K., Nuttall, A. K., Levendosky, A. A., Bogat, G. A. & Lonstein, J. S. (2021). Intimate partner violence and positive parenting across early childhood: comparing self-reported and observed parenting behavior. *Journal of Family Psychology*, 35(6), 745-755. <https://doi.org/10.1037/fam0000866>
- Leidy, M. S., Guerra, N. G., & Toro, R. I. (2012). Positive parenting, family cohesion, and child social competence among immigrant Latino families. *Journal of Latina/o Psychology*, 1(S), 3-13. <https://doi.org/10.1037/2168-1678.1.S.3>
- Lippold, M. A., Greenberg, M. T., Graham, J. W., & Feinberg, M. E. (2014). Unpacking the effect of parental monitoring on early adolescent problem behavior: Mediation by parental knowledge and moderation by parent-youth warmth. *Journal of Family Issues*, 35(13), 1800-1823. <https://doi.org/10.1177/0192513X13484120>
- Luebke, A. M., & Bell, D. J. (2014). Positive and negative family emotional climate differentially predict youth anxiety and depression via distinct affective pathways. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 42(6), 897- 911. <https://doi.org/10.1007/s10802-013-9838-5>
- McWayne, C. M., Mattis, J. S., & Hyun, S. (2018). Profiles of culturally salient positive parenting practices among urban-residing black head start families. *Cultural Diversity & Ethnic Minority Psychology*, 24(3), 414-428. <http://doi.org/10.1037/cdp0000164>
- Morrill, M. I., Hawrilenko, M., & Córdova, J. V. (2016). A longitudinal examination of positive parenting following an acceptance-based couple intervention. *Journal of Family Psychology*, 30(1), 104-113. <http://doi.org/10.1037/fam0000162>
- Neppl, T. K., Jeon, S., Diggs, O., & Donnellan, M. B. (2020). Positive parenting, effortful control, and developmental outcomes across early childhood. *Develop-*

- mental Psychology*, 56(3), 444-457. <http://doi.org/10.1037/dev0000874>
- Planalp, M. A., Nowak, A. L., Tran, D., Lefever, J. B., & Braungart-Rieker, J. M. (2022). Positive parenting, parenting stress, and child self-regulation patterns differ across maternal demographic risk. *Journal of Family Psychology*, 36(5), 713-924. <https://doi.org/10.1037/fam0000934>
- Riegler, L. M., Raj, S. P., Moscato, E. L., Narad, M. E., Kincaid, A., & Wade, S. L. (2020). Pilot trial of a telepsychotherapy parenting skills intervention for veteran families: Implications for managing parenting stress during COVID-19. *Journal of Psychotherapy Integration*, 30(2), 290-303. <https://doi.org/10.1037/int0000220>
- Runze, J., Van IJzendoorn, M. H., Vrijhof, C. I., & Bakermans-Kranenburg, M. J. (2022). Replicating a randomized trial with video-feedback to promote positive parenting in parents of school-aged twins. *Journal of Family Psychology*, 36(4), 490-501. <https://doi.org/10.1037/fam0000961>
- Schofield, T. J., Conger, R. T., & Neppl, T. K. (2014). Positive parenting, beliefs about parental efficacy, and active coping: Three sources of intergenerational resilience. *Journal of Family Psychology*, 28(6), 973-978. <https://doi.org/10.1037/fam0000024>
- Schoppe-Sullivan, S. J., Shafer, K., Olofson, E. L., & Kamp Dush, C. M. (2021). Fathers' parenting and coparenting behavior in dual-earner families: Contributions of traditional masculinity, father nurturing role beliefs, and maternal gate closing. *Psychology of Men & Masculinities*, 22(3), 538-550. <https://doi.org/10.1037/men0000336>
- Stuckelman, Z. D., Strouse, G. A., & Troseth, G. L. (2022). Value added: Digital modeling of dialogic questioning promotes positive parenting during shared reading. *Journal of Family Psychology*, 36(2), 1010-1020. <https://doi.org/10.1037/fam0000932>
- Yang, P., Schlomer, G. L., & Lippold, M. A. (2023). Mothering versus fathering? Positive parenting versus negative parenting? Their relative importance in predicting adolescent aggressive behavior: A longitudinal comparison. *Developmental Psychology*, 59(1), 69-83. <https://doi.org/10.1037/dev0001442>

Explore the Future Trend of Positive Parenting Research

Jane Chiu*

Professor, Department of Educational Psychology and Counseling, National Pingtung University

Abstract

Positive parenting has been proved its importance to children's healthy development. However, the research on this topic is scary here in Taiwan. After reviewing the literature, this author found that most of parenting-related research in Taiwan was on Baumrind and colleagues' parenting styles. On the contrary, for the past decade, international research tends to use positive parenting as intervention and has applied to dysfunctional, minorities/ethnics, even different mental status parenting and result in a variety of effects. Due to Chinese traditional parenting-demanding and high expectations, positive parenting can be a promising and effective reference.

Keywords: Effects, Positive Parenting, Positive Psychology