

我們與孩子的距離

青少年父母成長團體帶領經驗之探究

黃騰瑩

國立暨南國際大學 輔導與諮商碩士班

研究目的與目標

根據Erikson的心理社會發展階段論，12~18歲的青少年漸漸脫離父母照顧尋求獨立，轉而建立同儕關係，並對異性產生好奇與興趣；反觀40-50歲步入中年的父母，經歷年輕時的開創與辛勞，此時則將焦點放在家庭經營及工作守成的穩定感。由於青春期的孩子與其父母的發展任務相異，若能協助家長辨識雙方發展任務及需求的不同，較能協助父母理解青少年往外發展、反抗/挑戰父母權威、沉迷網路遊戲等行為，並經由換位思考與同理練習，降低親子衝突。

本研究透過團體諮詢形式，提供具有共同需求與目標的家長們溫暖關懷的團體氣氛，引導成員藉由交流、討論、分享的方式，在相似的經驗中彼此回饋支持，進而促進覺察與改變(許淨惠，2011)，協助青少年父母角色的調適與因應。

研究設計

本團體採封閉式和結構方式進行，每週舉行一次，歷時共計6週、12小時。成員來源主要以台中市某國中學生家長為主、他校家長為輔，透過該國中輔導室於班級、例行性親子教育講座及通訊軟體群組公開招募，經過前置訪談與評估後，參與成員共計8位。研究者即為團體帶領者，除了針對親子關係及團體氛圍量表進行前、後測外，並於團體結束時邀請成員提供質性回饋，以檢核團體成效。

研究發現

本研究兼併採用量化與質化方式評估團體成效，研究發現：

- (一)透過角色扮演與換位思考練習，成員更能理解孩子的心態。
- (二)親子關係雖無明顯變化，但成員開始調整管教態度與方式，學習信任孩子。
- (三)成員的發展重心由關注家庭與子女，逐漸轉移到自我覺察及自我照顧上。
- (四)成員彼此互相學習，提供友伴與支持，並增進對改善親子關係的信心。

結論

本團體結束之後，成員對自我有更多的了解與成長，但由於團體時間、次數等設計限制，未能滿足成員對於改善親子關係之期待。若團體內容能再深化，並與校方活動搭配主題性的合作，如邀請親子共同參與團體，或舉辦親子溝通相關之親職教育，相信更能有所裨益。

關鍵字：青少年父母、成長團體、親子關係