



台灣聽力語言學會電子學報

The Speech-Language-Hearing Association, Taiwan

- 主題文章：以語言治療師角度探究

特殊需求幼兒父母親職韌性與親職壓力

- 撰稿者：梅心潔

編者小語

從 53 期電子學報「以家庭為中心之早期療育」提到早期療育的核心應以家庭為主，療育既是要以家庭為中心，治療師則最常直接面對面溝通的人就是兒童的父母。當我們滔滔不絕講述專業技巧給家長時，其實連編者也常常會忽略家長臉上閃過的一絲愁容，也就更難一窺整個家庭將要如何面對特殊幼兒的沉重壓力。從此篇筆者文獻中得知特殊需求幼兒父母的親職壓力與家庭滿意度及兒童行為有正相關，因此，治療師如果能了解這些父母所面臨的親職壓力，也能知道父母有哪些正向的親職韌性，並能從專業人員的角度給予協助，就能讓父母在特殊需求兒童療育歷程中成為重要的助力。

筆者是前婦聯聽障文教基金會台中至德聽語中心教學組長，是一位資深的聽語治療師，目前是新北市學校專業巡迴語言治療師，筆者的論文即探討有關聽損幼兒母親的親職韌性、親職壓力相關之研究；此篇則是他以身為語言治療師的角度，從他的研究論文及文獻探討中，整理出專業人員如何協助父母被自身忽略的力量及優勢，並能提供適切的專業知能與支持，達到真正以家庭為中心的療育及其滿意度。

另外，筆者所提供「親職壓力量表」及「親職韌性量表」兩份量表是國內第一份中文量表，歡迎大家應用於臨床，版權為筆者所有，如有需要研究引用者可與筆者聯絡。



主題文章

以語言治療師角度探究 特殊需求幼兒父母親職韌性與親職壓力

梅心潔

輔仁大學兒童與家庭學碩士、新北市學校專業巡迴語言治療師

楔子

當學會邀稿時，內心充滿了驚訝。原來，學會除了對於專業的要求與精進之外，近年來也著重於特殊需求幼兒家庭的層面，希望能進一步提供更完善、更有效能的專業服務。過往，實務工作者或政策上都偏向病理的觀點來處理問題，忽略了個人及家庭原本存在的能力及優勢，而臨床專業人員如何透過策略協助家庭展現原有的潛能，在逆境中飛翔，的確有實質上的助益。筆者也心有所感，因為無論從研究上或實務上可以看見父母因為養育特殊需求幼兒所承受的莫大壓力，而在此逆境中有人正向以對，也有父母終其一生深陷於壓力之中無法自拔，對於自身及家庭均造成負面的影響。倘若專業人員能關注此議題，相信能夠直接或間接協助特殊需求幼兒及其家庭邁向正向的人生。遂以專業人員的角度關懷此一主題，將相關研究整理成文並提供淺見相互勉勵！

前言

特殊需求幼兒的父母比一般幼兒父母擔負著更為繁重的壓力，如：心理打擊、旁人異樣的眼光、經濟壓力、就業的影響、家庭成員互動的影響、配偶不支持、子女的教養、手足教養問題等（利翠珊，2005；李雅敏，2005；梅心潔，2006，2008，2010；陳若琳，2004）。然而，在這麼多的壓力當中，孩子的狀況是父母所感受到最大的壓力源（汪麗真，1994；利翠珊，2005；林媿彩，1994；林裕芳，1999；洪佩婷，2001；陳若琳，2004；陳一蓉，1993；黃玉苹，1999；梅心潔等人，2008；簡端儀，2012；張桂貞，2012；Boyd, 2002；Feldman, Varghese, Ramsay & Rajska, 2002；Walker, 2000）。這部分的壓力即稱為親職壓力（Abidin，1990）。

這些壓力讓父母親沒有因為子女的出世獲得新生兒的喜悅，反而必須面臨一連串不斷發生的壓力事件，使得一些特殊需求兒童的父母在照顧子女的過程及壓力中，時常感到無力、

懷疑自己是否有能力照顧好子女等負向的情緒或評價，也可能終其一生深陷於壓力之中無法自拔，最後選擇退縮或逃避（黃玲媛，2004）。而這些負向的力量可能使父母無法察覺到本身所具有的力量、甚至缺乏正向、積極的解決動機，使得這些父母成為無助、無能力的受助者（張秀玉，2003）。

反之，有些父母面對親職逆境時，將此賦予正向意義以各種昇華或轉移等心理作用，轉換為自身的學習與成長（梅心潔，2006；蔡素妙，2003），並積極主動尋求支持，展現克服難關的親職韌性。當父母具備親職韌性時，對子女的發展亦帶來正向影響，因為父母正向的態度和積極看法能幫助自己面對有障礙的子女（引自簡端儀，2012），他們更有信心與力量去面對障礙子女的狀況與需求。

爰此，特殊需求家庭父母如何在艱困的教養歷程中產生親職韌性是值得探究的，可以作為專業工作者參考，以協助特殊需求家庭的父母看見自我的優勢與正向的力量，面對挑戰、轉化逆境，展現驚人的生命潛質。

文獻探討

一、親職壓力（parenting stress）

（一）親職壓力的定義

親職壓力是指父母在教養子女過程中所感受到的壓力，包含父母親在履行其角色與任務時，受到本身人格特質、子女特質、親子互動關係不良以及家庭和其他情境因素的影響，而感受到的壓力（Abidin,1990）。

（二）親職壓力的內涵

Abidin（1990）提出親職壓力來自於兩大領域，即父母領域以及兒童領域，並依此模式建構了長型親職壓力量表。由於長式親職壓力量表題項過多，因此Abidin從長式量表分析後得「短式親職壓力量表」，包含三個主要內涵：

- 1.親職愁苦：**其內涵相當於長型量表中的父母領域。指履行親職角色時，由於父母個人因素造成對壓力的愁苦感受。包括：勝任感、角色限制、與配偶的衝突、缺乏社會支持、抑鬱等。
- 2.親子互動失調：**其內涵相當於長型量表中兒童領域的親子互動。指親子互動中，父母覺得孩子與自己的期望相差甚遠，且很少感受到孩子的回饋與增強，此時父母會感到失望，造成親子關係失調。
- 3.困難兒童：**其內涵相當於長型量表中的兒童領域。指孩子擁有某些特質，致使父母困擾、擔心，這些特質通常與氣質類似，但也包括經由學習而來的行為，例如：孩子的適應能力、情緒、需求度、活動量及問題行為等問題。

Abidin歸納提出親職壓力可能來自於父母自身的因素、親子互動中的困難和子女本身的特質，國內多數學者以此內涵探討母親的親職壓力（任文香，1995；李美銀，2003；汪俐君，2003；林寶玉，2002；郭孟瑜、余季容，2006；翁毓秀，1997；賴奕志，1999）。

然而，陳若琳與李青松(2001)則認為過去研究父母親的親職壓力，大多引用或修訂西方量表，較難顯示本土父母的親職經驗與內容。因此，透過焦點團體訪談及量化研究方法編訂親職壓力量表。受試對象為台北縣2歲到6歲雙工作家庭的幼兒父母，其親職壓力包括五個層面：「幼兒教養」、「外界環境」、「親子互動」、「生活調適」及「人際互動」等。

以此量表與Abidin（1990）的短式親職壓力量表相比較可以發現，陳若琳與李青松量表中的「生活調適」壓力與「人際互動」壓力和短式親職壓力量表的「親職愁苦」相似；「親子互動」壓力和短式親職壓力量表的「親子互動失調」相呼應；「幼兒教養」壓力和短式親職壓力量表的兒童領域有相似的意涵。特別的是，從「外界環境」壓力題目中能夠看出國內父母擔心有關子女教育的問題與安全的問題，有別於短式親職壓力量表，顯示國內父母親對於此議題有格外的感受，值得重視。

有鑑於特殊需求兒童的特殊性、文化及家庭環境的差異，梅心潔、蔡昆瀛及陳若琳(2008)以陳若琳與李青松編製的親職壓力量表加以編修並經過專家效度的檢驗，研究聽損幼兒母親的親職壓力，量表具良好的信度。其內涵為：

1. **幼兒發展壓力**：包含擔心孩子的健康、發展、學習、管教以及問題行為等壓力。
2. **外界環境壓力**：包含憂心孩子的安全、教育問題、對環境的適應性、被貼標籤、以及擔心別人不瞭解孩子的狀況等。
3. **親子互動壓力**：包括煩惱與孩子關係不良、溝通不良、覺得孩子很難照顧養育等。
4. **生活調適壓力**：包含有了孩子以後，父母的工作時間、作息和生活習慣受影響，也比較不能做自己喜歡的事，為人父母的角色比預期中的困難等。
5. **人際互動壓力**：包含有了孩子以後，引起夫妻或親友間的衝突，較無法參加社會活動等壓力。

其後，有研究者亦使用此親職壓力量表研究特殊需求母親的親職壓力（簡端儀，2012）、身心障礙父親的親職壓力（張桂貞，2012）。

（三）特殊需求幼兒父母親職壓力的相關研究

國內研究者以發展遲緩兒童的家長與一般園所兒童的家長為對象探究其親職壓力的差異，結果發展遲緩兒童的家長較一般正常孩子的家長有較多的親職壓力（鍾燕宜等人，2010）。

許多學者亦關注於身障父母親職壓力的研究，尤其照顧與教養障礙兒的角色都是母親，所以以母親為研究對象居多，諸如：陳若琳（2004）針對發展遲緩兒母親的親職壓力研究中

發現，母親的親職壓力來自於四個不同層次的壓力源，包含：教養孩子的困難、早療資源不足、家人和旁人標籤化的眼光以及親子與人際互動的壓力；梅心潔、蔡昆瀛、陳若琳（2008）針對聽損幼兒母親親職壓力所作的研究中也發現母親的壓力來自於幼兒發展、外界環境、親子互動、生活壓力調適以及人際互動壓力。也有相關研究指出，母親需肩負教育養育之責，需花費許多心思，不免心力交瘁、精疲力竭，可能使母親產生「母愛枯竭症候群」（王麗美，1991）。近年來，開始有研究者投注於身心障礙幼兒父親的親職壓力，顯示父親也承載了不小的親職壓力（杜宜展，2004；張桂貞，2012）。

就親職壓力的內涵而言，梅心潔等人指出聽損幼兒母親在「幼兒教養」與「外界環境」方面的壓力感受是偏高的，也就是母親對於孩子的因素感到較大的親職壓力，這與諸多的研究結果相似（利翠珊，2005；洪佩婷，2001；陳若琳，2004；黃玉苹，1999；簡端儀，2012），可能與特殊兒本身的障礙以及母親缺乏教養特殊兒的技巧與方法或者擔憂孩子健康狀況與發展的情形有關。在 2002 年國民健康局以台中縣市「特殊需求嬰幼兒父母親之親職教育方案」為研究計畫，研究顯示有 84% 的家長覺得孩子需要特別的教養技巧，其中幾乎有九成以上的父母在教養過程中遇到困難（許素彬等，2002）。此外，有 78% 的特殊兒父母不確定要如何安排孩子的教育（許素彬等，2002），而且當特殊兒就學時，會遭遇到較多的困難。由此可見，母親在幼兒教養與外界環境這兩個部分的親職壓力感受的確較大。

（四）親職壓力所造成的影響

為何多數研究者關心於特殊需求兒童父母的親職壓力？陳若琳（2002）指出擔任父母本身可能就潛藏著諸多壓力，而壓力累積愈多，可能會對父母本身、親子互動關係及子女行為產生影響。其他研究也指出，父母親職壓力過大，不但會產生負向的情緒、以消極的方式處理問題，甚至出現暴力的舉動，造成子女身體上與心理上的傷害、或影響孩子的情緒與行為，而不利子女社會化發展，更可能進一步影響親子互動，使得親子關係惡化、親子衝突增加，或影響婚姻幸福與家庭和諧。由此可見，親職壓力的影響不僅只於父母本身，連帶也影響整個家庭，不容忽視。筆者整理出國內與國外文獻有關的親職壓力造成的影響，如表：

表1 親職壓力的影響性

| 年代 | 研究者 | 親職壓力的影響 |
|------|--------|---|
| 1988 | Dymack | 以學齡前身障幼兒母親為對象，發現親職壓力與家庭滿意成負相關。 |
| 1990 | Abidin | 父母無法勝任育兒行為時會感到沮喪，且壓力無法疏解時，會產生兒童虐待的行為。 |
| 1990 | Berg | 以幼稚園和國小兒童為研究對象，發現兒童問題行為、情緒障礙與母親親職壓力有正相關 |
| 2002 | Boyd | 自閉症兒童母親顯得較抑鬱沮喪。 |

| | | |
|------|--------|---|
| 2002 | Mulsow | 母親感到惶恐不安、親職能力不足、無法快樂的生活。 |
| 1993 | 游淑芬 | 先天性心臟病病童母親顯得較抑鬱不樂，發現母親親職壓力愈高，兒童的利社會行為愈少，退縮行為愈多。 |
| 1993 | 尹業珍 | 親職壓力與兒童虐待的行為有相關性。 |
| 1998 | 羅高文 | 末期腎病學童的母親認為自己在社交方面產生較多的孤離感。 |
| 2002 | 陳若琳 | 父母的親職壓力過大，間接地造成孩子壓力，與孩子的問題行為以及情緒障礙表現有顯著的正相關。 |

資料來源：筆者彙整

二、親職韌性 (parenting resilience)

(一) 親職韌性的概念源起

「韌性」的展現，是能夠處理困境，引發堅強面對挑戰的力量 (利翠珊、蕭英玲，2008)。也有學者給了「韌性」豐富的意涵，例如：韌性是指從困境中站起來並且變得更強壯，更有資源運用的能力；是一種面對危機與挑戰時，忍耐、自我修正與成長的積極過程；韌性的特質讓人能從痛苦傷口痊癒，為自己的生命負責，繼續生活的完整性與付出愛 (Walsh, 2008)。

早期研究大多關注於「個人韌性」：注重個人在家庭與環境風險因素與負面生活事件下，造成孩童或其日後成人時期的失調狀況，以及早期療育與預防、了解發生風險與失能的脆弱性，重視如何強化資源，促進韌性的保護因子。接著，也有學者從家庭的視角提出「家庭韌性」，以家庭為單位，發揮因應與適應功能的過程；早期研究家庭韌性的學者多半將個人的失敗聚焦在家庭如何失能、鑽研家庭的缺陷，對家庭的優點視而不見；近年來，開始強調缺陷變為優勢的模式 (Walsh, 2008)，了解他們如何受到困境的挑戰，肯定家庭自我修復的潛能，能夠在危機與挑戰中成長。

也有學者從家庭韌性的觀點提出「教養韌性」的概念，指出教養韌性是育有特殊孩童的母親，在面對養育遲緩兒所產生的挫折，進而努力去面對這些挑戰，持續以正向信念或態度教養幼兒 (陳若琳，2004)；或以「親職復原力」指出父母克服親職困境的歷程 (曾仁美，2005)；而梅心潔等人 (2008) 則提出「親職韌性」，探討聽損兒母親在親職壓力中如何展現其韌性。

相關研究者對於resilience一詞譯法與定義有所不同，多數研究將resilience翻譯成「復原力」，強調個人是如何從創傷中「恢復」到原本的狀態，較類似英文中recovery的概念，而非展現原本的生命力量，不能表達歷經壓力事件後激發出原有潛能，向上提升的意思，而「韌

性」一詞較能掌握原有正向的意涵（利翠珊，2006；利翠珊、蕭英玲，2008）。因此，近期有部份研究使用「韌性」一詞的內涵，如：婚姻韌性（利翠珊、蕭英玲，2008）、親職韌性（梅心潔等人，2008；梅心潔、陳若琳，2010；簡端儀，2012；廖治雲，2012）等。

韌性相關研究包含個人韌性或家庭韌性較多，對於親職韌性的研究相當缺乏。梅心潔、蔡昆瀛、陳若琳曾（2008）以量化研究出「親職韌性」包含：自我激勵、正向思考以及坦然面對等三大層面，提出「親職韌性」乃擴展「教養韌性」關注在子女教養的意涵，加入母親的親職角色，指聽損幼兒母親面對親職逆境時，能正向努力地面對自己的親職角色和子女教養的信念或態度。

（二）親職韌性量表與內涵

國內韌性研究多以質性研究為主，梅心潔等人（2008）將親職韌性以量化研究呈現，其量表經參考國內陳若琳（2004）、黃淑賢（2003）與陳韻如（2004）等人的質性訪談研究，以及 Stoyles（2002）的親職韌性量表（PRQ, Parent Resilience Questionnaire），並考量聽損兒母親的對象特性後編製完成，經由幼教、聽損與親職領域等專家之內容效度評核，經研究分析具良好信度。其意涵如下：

1. **自我激勵**：指母親在面對親職困境時，引發出堅持努力、自我激勵的動力，想要為孩子尋求相關的服務與資源等。
2. **正向思考**：指母親在面對親職困境時，能賦予正向的意義及正面的想法。
3. **坦然面對**：意指母親能夠接受孩子聽損的事實、面對他人的眼光、以及願意帶孩子參加親友聚會。

簡端儀（2012）以此量表編修研究特殊需求幼兒母親親職韌性，亦有良好信度。

（三）親職韌性的相關研究

家庭危機理論將身心障礙者視為家庭危機的壓力源或事件，而當家庭及其內部成員受到干擾或威脅時，將會使家庭系統遭受緊張(tension)、壓迫(pressure)且危及其福祉的情況 (Boss, 1988; Hobfoll & Spielberger, 1992)。Hill指出，當危機事件產生時，如果家庭或成員在心理上或資源上沒有或僅有極少的準備，難以因應危機時，此時家庭壓力便會產生（引自鄭維瑄、楊康臨、黃郁婷譯，2004），有研究指出家庭有身心障礙者的壓力比一般家庭來得大，且困難許多（周月青，2002）。

然而，不同障別類型的父母在艱辛的教養歷程中，會逐漸發展出不同的韌性以克服，如：自閉症兒童家長會有自我激勵、以及積極面對的教養態度（林雅慧，2005；黃淑賢，2003）；

陳韻如（2004）訪談聽障損兒童的家長與陳若琳（2004）訪談發展遲緩幼兒的母親皆提到個人正向思考的韌性或復原力；張秀玉（2005）訪談聽覺障礙者的家長時，也發現家長能重新看待所遭遇的難關，發現聽損子女對自己及家庭所激發的正面意涵；黃淑賢（2003）的訪談結果中，亦指出自閉症兒童家長會有接受孩子的障礙情況及坦然接受的態度。聽損幼兒母親若有較高的親職韌性，則親職壓力感受也會減輕（梅心潔、蔡昆瀛、陳若琳，2008）。特殊需求幼兒母親整體親職韌性與親職壓力呈現顯著的負相關（簡端儀，2012）。由上可知，家長在面對身障子女的親職壓力時，會發展相關的韌性信念或態度，或賦予韌性意義。這些韌性的因素，對於親職壓力的減輕有所助益。

親職韌性的提升除了有助於父母親職壓力的減輕之外，Stoyles（2002）認為韌性可以幫助父母面對逆境時，能夠以健康的態度來面對問題。然而，積極正向的面對親職壓力，做好心理調適，除了能夠協助自己走出陰霾與減輕壓力之外，也愈能接受孩子的障礙情形，則孩子的發展，就愈可能有正向的影響（陳韻如，2004）。有研究即指出，父母的親職韌性是兒童復原力的重要指標（引自曾仁美，2005）。由此可見，父母所展現的韌性可以提升孩子本身的保護力，減少身心障礙為家庭所帶來的衝擊與負面影響。

相關研究亦指出聽損孩子的行為問題與父母適應良好與否以及是否接納聽損孩子本身的障礙有關。如同林錦玲（2003）所言，唯有父母的接納，才能化解聽損兒的障礙。林寶貴（1994）也指出父母愈早接受與面對聽損兒的事實，對聽損兒的語言發展愈好。若父母無法走出育有聽損兒的心理衝擊、無法接受此一事實，將導致兒童與家庭產生情緒上的困擾（陳韻如，2004），這樣的情形也將影響彼此的親子互動關係。Hintermair（2000）指出聽損兒與父母有良好的互動，才能使聽損兒有較佳的適應狀況。

另有研究者指出，有韌性的照顧者是擁有部份正向人格特質的，諸如：樂觀、有能力找出生活目的、具有生活挑戰性，以及以成功扶養身心障礙兒而感到自豪的自信心（引自黃淑賢，2003）。由此得知，韌性能幫助身心障礙兒與家庭成員克服困境、恢復信心，同時也有助於個人成長，在社會、心理與行為上都有較好的適應（李雅敏，2005）。

由以上文獻中得知，父母在面對親職壓力時的韌性展現，對於父母本身以及特殊需求子女，具有相當重要的影響性，父母若能以樂觀開朗的正向態度與行為因應，不但減輕自己的壓力與心理負荷，而且對於特殊需求子女的自我認同與人格發展也有正向的影響。

建議

從以上文獻整理中不難看出育有特殊需求幼兒父母所承載的壓力有多大，是外人難以了解的。幸而，父母不必在重重壓力下單打獨鬥，從許多的研究當中探究出「社會支持」是重要的資源之一，能夠增加父母的能量、協助減輕父母的壓力，而這個重要的社會支持就包含

了「專業人員」（尹業珍，1993；汪俐君，2003；郭芳嫻，1999；郭孟瑜、余季容，2006；梅心潔、陳若琳，2010；陳一蓉，1993；張美雲，2007；張桂貞，2012；賴奕志，1999）。因此，專業人員若能夠協助父母看見被自身忽略的力量與優勢並重新展現，提供適切的專業知能與支持，這些都足以讓特殊需求幼兒父母提升親職韌性與降低親職壓力，直接或間接地提升父母的親職效能，其功匪淺。以下就文獻研究的結果以及從專業人員角度提出淺見。

一、提升自我的正向信念，相信自己可以，父母也行

專業人員日以月累地面對特殊需求的家庭，經常思索著如何幫助父母提升親職功能、孩子們如何學得更好、說得更好，在執行的過程當中難免面對挫敗，充滿了無力感，使得自身的能量逐漸消磨。其實，專業人員和特殊需求的家庭一樣，都需要透過增加自我的能量來解決工作上的無力感。因此，專業人員要先裝備好自己，不妨聽場正向信念的演講、看本促進正向思考的書籍、來個心與心的約會...，增強自我的韌性能量與正向信念，相信自己有能力協助特殊需求的家庭，同時相信自己能看見家庭的優勢能力，進而協助父母發掘個人所具備的資源及優勢能力並善用，使父母肯定自我價值與能力，相信自己有能力養育、教育孩子。

二、支持與鼓舞，協助父母累積親職韌性的能力

研究結果顯示，父母親具有較高的親職韌性時，則親職壓力會減輕；而「親職韌性是可以透過許多方式逐漸產生的」，且能夠協助父母渡過親職逆境，這對於甫成為聽損兒的父母，有助建立信心，不要被一開始的壓力與磨難打倒，要相信一定會渡過難關，此信念是韌性中重要因素之一，有助於跨越逆境（梅心潔、陳若琳，2010）。

曾有一位聽損兒母親這麼說：「...我不想讓人家知道我有這樣的小孩。灰暗過了很久，大概有半年，很苦，每天一直哭，什麼事都沒辦法做。...最後，我體會到有快樂的父母，才有快樂的孩子，才能快樂的學習，體會這個道理之後我強調父母的心境要轉變，父母快樂，孩子才快樂，我發現以前心境沒有轉變孩子的學習是零，我快樂之後孩子的學習很快。」（梅心潔、陳若琳，2010）。由此可見父母正向思考的重要性與影響力。因此，專業人員可以協助父母培養正向思考、親職動力以及坦然面對三項的親職韌性，例如：多以正向的角度思考事件的發生；展現親職動力，積極提升教養孩子的能力；同時相信自己一定有能力解決困難，且不畏懼別人的異樣眼光，增進親職韌性，以因應親職壓力。韌性也可以藉由他人的生命故事獲得鼓舞，專業人員也可以透過敘說其他家長的歷程或經驗協助父母走過低潮，使父母從中產生支持與力量！

三、敏銳觀察、同理與傾聽，提供專業知能協助紓解幼兒教養的壓力

父母較大的親職壓力源是來自於幼兒教養的部份，例如：擔心孩子的發展、健康與學習的情形、擔心孩子的管教問題、擔心自己缺乏教養的技巧等。此時是專業人員提供專業的時機。然而在提供專業知能與技巧的同時，專業人員需細膩觀察，敏銳地洞悉不同家長的先備能力與需求，並傾聽父母的心聲，以提供家長最適切與迫切的需要。也要使用家長可以理解的語言與方式，站在家長的角度，運用同理心來詮釋專業的訊息或教養的相關訊息。專業人員也可以提供多元的管道協助父母獲得幼兒教養相關的知識與技巧，如：網路、書籍、講座，或是專業機構與學校中獲得，或是撥打特殊教育諮詢服務專線，請專家學者解惑等，以透過不同方式儲備養兒育女的知能力量，清楚地了解與掌握孩子現階段的能力、有更多教養子女的方法。相信能協助紓解父母在幼兒教養方面的壓力。

四、增權賦能，提升父母參與度

特殊需求家長的參與能提升兒童的能力，但有些家長因為缺乏教養特殊需求幼兒的經驗或沒有自信而卻步，將孩子教學的重責大任交給專業人員。因此，專業人員應進一步了解父母賦權能力的情形，協助父母學習尋求所需的資源和能量，漸進性地加強父母的技能並提供學習示範的機會讓家長參與孩子的學習，以達到協助特殊需求幼兒的目的。而專業人員對於父母的參與，應給予讚賞及鼓勵，使父母能夠從中得到自信，並增強參與的意願，無形中也拉近了與子女之間的關係。

五、不吝於讚美，看見小小的進步，將是大大的快樂

父母在養育特殊需求幼兒的過程中，雖然感受到不小的壓力，但孩子成長的回饋與學習上的進步，可以讓父母忘卻撫育孩子的辛勞。專業人員可以多留心觀察孩子每次細微的進步，多說孩子表現好的地方。對父母而言，孩子小小的進步，都將是父母大大的快樂與滿足，也是父母辛勞教養孩子的最大成就。

參考文獻：

1. 尹業珍（1993）：〈施虐父母與非施虐父母之童年經驗、社會支持、親職壓力與虐待兒童傾向之研究〉。文化大學兒童福利研究所碩士論文。未出版。
2. 王麗美（1996）：〈大台北地區國中聽障學生溝通及教養情形之研究〉。《特殊教育季刊》，61卷，33-38。
3. 任文香（1995）：〈幼兒母親親職壓力、因應策略與親子關係滿意之關係研究〉。國立臺灣師範大學/家政教育研究所碩士論文。
4. 江依恬（2009）：〈疾風知勁草-身心障礙兒家庭韌性〉。國立臺灣師範大學碩士論文。
5. 利翠珊（2005）：〈身心障礙兒童家庭中夫妻的壓力付出與恩情〉。《中華心理衛生學刊》，18卷，25-45。

6. 利翠珊 (2006):〈華人婚姻韌性的形成與變化:概念釐清與理論建構〉。《本土心理學研究》, 25卷, 101-137。
7. 利翠珊、蕭英玲 (2008):〈壓力下婚姻韌性的展現:夫妻情感與互動行為之影響〉。《應用心理研究》, 38期, 151-172。
8. 李美銀 (2003):〈妥瑞症患者父母親職壓力、因應方式及其相關因素之探討〉。台灣大學護理學研究所碩士論文。
9. 李雅敏 (2005)。〈身心障礙者家庭之復原力〉。《台東特教》, 21, 8-15。
10. 李穎慧 (2005):〈身心障礙學童父母親親職壓力、休閒效益與身心健康關係之研究〉。國立嘉義大學家庭教育研究所碩士論文。
11. 杜宜展 (2004):〈父職參與之探究-以身心障礙兒童家庭為例〉。《兒童發展與教育創刊號》, 31-48。
12. 汪俐君 (2003):〈學前身心障礙子女母親親職壓力與社會支持相關因素之探討〉。台灣師範大學特教教學研究所碩士論文。
13. 汪麗真(1994):〈自閉症兒童母親教養壓力、親職角色適應與教養服務需求之研究〉。文化大學兒童福利研究所碩士論文。
14. 林雅慧 (2005):〈學齡前自閉症兒童家長親子互動經驗之探討〉。東吳大學社會工作學系碩士論文。
15. 林裕芳 (1999):〈過動兒行為問題、父母親教養壓力與治療接受意願之相關探討〉。高雄醫學院護理研究所碩士論文。
16. 林寶玉 (2002):〈先天性心臟病及健康兒童母親的親職壓力與生活品質之比較研究〉。國立台灣大學護理研究所碩士論文。
17. 林媿彩 (1994):〈台北市智障青少年母親壓力、身心症狀與資源之探討〉。台灣大學護理學研究所碩士論文。
18. 林錦玲 (2003):〈我家最貼心的小天使〉。《聽語知音》, 10, 10-12。
19. 林寶貴 (1994):《聽覺障礙教育與復健》。台北:五南。
20. 洪佩婷 (2001):〈過動兒的母親壓力與因應策略之探討〉。東吳大學社會工作研究所碩士論文。
21. 翁毓秀(1997):〈單親母親親職壓力團體諮商方案效果研究-Meichenbaum 理論的應用〉。國立彰化師範大學輔導學系博士論文。
22. 張秀玉 (2003):《早期療育社會工作》。台北:揚智文化。
23. 張秀玉 (2005):〈聽覺障礙者家長超越逆境之生命調適歷程研究-社會工作優勢觀點〉。東海大學/社會工作學系博士論文。
- 張美雲 (2007):〈發展遲緩兒童家庭社會支持、親職壓力與賦權增能知相關研究〉。彰化師範大學/特殊教育學系博士論文。
24. 張桂貞 (2012):〈身心障礙幼兒父親的親職壓力、社會支持與親職參與之相關研究〉。輔仁大學/兒童與家庭學系碩士論文。
25. 梅心潔 (2006):〈柳暗花又明,展現生命力-聽損兒童父母的壓力與因應〉。《聽語知音》, 16卷, 10-13。
26. 梅心潔、蔡昆瀛、陳若琳 (2008):〈聽損幼兒母親的親職韌性、配偶共親職與親職壓力

- 之相關研究)。《應用心理研究》，38期，107-150。
27. 梅心潔、陳若琳(2010):〈親職韌性展現:走過十年,一位聽損兒母親的親職歷程〉。《研究與實務的對話:2010 特殊教育暨早期療育國際學術論文研討會論文集》,203-227, 台北市立教育大學特殊教育學系印行。
 28. 許素彬、王文瑛、張耐、張菁芬(2002):〈特殊需求嬰幼兒之家庭需求分析與研究〉。《輔仁大學兒童與家庭學術研討會-下集》,63-88。
 29. 郭孟瑜、余季容(2006):〈發展遲緩幼兒母親的社會支持與親職壓力之研究〉。《人文與社會學報》,1卷,8期,317-353。
 30. 郭芳嫻(1999):〈智障礙兒童家庭社會支持及其適應-以台北市立陽明教養院申請入院者為例〉。文化大學兒童福利研究所碩士論文。
 31. 陳一蓉(1993):〈自閉症兒童的母親的壓力知覺、社會支持與其適應關係的探討〉。中正大學心理研究所碩士論文。
 32. 陳若琳(2004):〈發展遲緩幼兒的母親之親職壓力、社會支持和教養韌性〉。輔仁大學研發處學術研究組研究計畫,1-15。
 33. 陳若琳(2002):〈母親親職壓力與教養品質對幼兒社會能力影響之探討〉。《輔仁學誌:法/管理學院之部》,35,51-78。
 34. 陳若琳、李青松(2001):〈台北縣雙工作家庭父母親的親職喜悅與壓力之探討〉。《生活科學學報》,7卷,157-180。
 35. 陳韻如(2003):〈復原力對聽障幼童家長心理調適影響之研究〉。國立彰化師範大學輔導與諮商學系研究所碩士論文。
 36. 麥肯尼&派斯(McKenry, P. C. & Price, S. J.), 鄭維瑄、楊康臨、黃郁婷(譯)(2000/2004):《家庭壓力》。台北:五南圖書公司。
 37. 曾仁美(2005):〈親子遊戲治療對憂鬱症兒童父母親職復原力之建構〉。國立彰化師範大學輔導與諮商學系研究所博士論文。
 38. 游淑芬(1993):〈母親親職壓力與兒童社會行為關係之研究:一般兒童和先天性心臟病兒童的比較〉。國立臺灣師範大學碩士論文。
 39. 黃玉莘(1999):〈腦性麻痺患孩母親的壓力、因應方式與健康狀況相關性之探討〉。國立台灣大學護理研究所碩士論文。
 40. 黃玲媛(2004):《國中智能障礙學生父母親職教育需求與成效之研究》。國立台灣師範大學/特殊教育學系特教教學碩士論文。
 41. 黃淑賢(2003):〈復原力對自閉症兒童家長心理調適影響之研究〉。暨南國際大學輔導與諮商研究所碩士論文。
 42. 廖治雲(2011):〈經濟弱勢家庭的親職壓力:社會支持與親職韌性的影響〉。輔仁大學/兒童與家庭學系碩士論文。
 43. 簡端儀(2012):〈臺北市特殊需求幼兒母親親職韌性與親職壓力之研究〉。臺北市立教育大學/特殊教育學系碩士班身心障礙組(日)碩士論文。
 44. 賴奕志(1999):〈注意力缺陷過動症兒童家庭福利需求滿意度、社會支持與親職壓力之相關性研究〉。中國文化大學碩士論文。
 45. 鍾燕宜、潘雨辰、陳右、郭煌宗(2010):〈發展遲緩兒童母親親職壓力之初探〉。《身

心障礙研究》，8:2，83-98。

46. 羅高文 (1998)：〈末期腎病學童母親於日常生活照顧病童的親職壓力及社會支持之探討〉。國防醫學院護理研究所碩士論文。
1. Abidin, R. R. (1990). Introduction to the special issue: The stresses of parenting. *Journal of Clinical Child Psychology, 19*(4), 298-301.
2. Boyd, B. A. (2002). Examining the relationship between stress and lack of social support in mothers of children with autism. *Focus on Autism and Other Developmental Disabilities, 17*, 208-215.
3. Feldman, M. A., Varghese, J., Ramsay, J., & Rajska, D. (2002). Relationships between social support, stress and mother-child interactions in mothers with intellectual disabilities. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities, 15*, 314-323.
4. Mulsow, M., Caldera, Y. M., Pursley, M., Reifman, A., & Huston, A. C. (2002). Multilevel factors influencing maternal stress during the first three years. *Journal of Marriage & the Family, 64*(4), 944-956.
5. Stoyles, G. J. (2002). *Keeping one step ahead: TANDEM, An assessment and intervention programme for parents of adolescents at risk of problem behavior*. University of Wollongong.
6. Turner, S. G. (2001). Resilience and social work practice: Three case studies. *Families in Society, 82* (5), 441-448.
7. Walker, A.P. (2000). Parenting stress : A comparison of mothers and fathers of and non disabled children. *Dissertation Abstracts International, 62*(07B), 33-93.
8. Walsh, F. (1998). *Strengthening Family Resilience*. New York : Guildford.
- Weissman, S. & Cohen, R. (1985). The parenting alliance and adolescence. *Adolescent Psychiatry, 24*-45.

附件一 親職壓力量表

| 題號 | 題 目 | 不 曾 困 擾 | 很 少 困 擾 | 有 時 困 擾 | 經 常 困 擾 | 總 是 困 擾 |
|-----|----------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1. | 我擔心孩子的健康狀況..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. | 我擔心孩子的身高、體重的發育比一般孩子慢..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. | 我擔心孩子的發展較慢，如：智能、語言發展等..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. | 我擔心孩子有問題行為或偏差行為..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. | 我對於孩子的管教問題感到困擾..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6. | 我擔心孩子的學習沒有別人那麼好..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7. | 我覺得自己欠缺照顧孩子的能力和技巧..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8. | 我擔心孩子的教育問題..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9. | 我擔心孩子的安全..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10. | 我擔心孩子難以適應環境..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 11. | 我很難為孩子找到合適的幼兒托育機構..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 12. | 我擔心孩子在外面會受到同伴的不良影響..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 13. | 我擔心孩子被貼標籤、受到別人的排擠..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 14. | 我擔心學校老師或照顧者對孩子的狀況不了解..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 15. | 我擔心孩子不會主動或不敢和其他孩子互動..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 16. | 我擔心別人聽不懂孩子在說什麼..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 17. | 我與孩子的關係不佳..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 18. | 我和孩子的溝通不良..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 19. | 我覺得我的孩子很難照顧..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 20. | 我的孩子對我的要求很多..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 21. | 照顧孩子使我有力不從心的感覺..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 22. | 我覺得孩子不喜歡我..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 23. | 我的孩子會故意做出讓我煩惱的事..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 24. | 孩子不會感謝我替他所做的事..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 25. | 我的孩子會做的事，沒有我期望的多..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 26. | 我的心情會跟著與孩子的互動情形起起伏伏..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 27. | 有了孩子，使我的工作受到影響..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

| | | | | | |
|-------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 28. 有了孩子，使我的生活作息受到影響..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 29. 為人父母的角色比我預期的困難..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 30. 我覺得我被為人父母的責任牽絆住..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 31. 有了孩子後，我較無法做喜歡的事..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 32. 孩子常黏著我，使我無法離開..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 33. 有了孩子後，我的生活習慣被迫改變..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 34. 有了孩子後，我較少與自己的朋友見面或社交..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 35. 有了孩子後，常引起夫妻間生活的爭執..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 36. 有了孩子後，我較難認識新朋友..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 37. 有了孩子後，使我與其他親友的問題更多..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 38. 我與公婆會為孩子起衝突..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 39. 夫妻之間對孩子的教養方式無法達成共識..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 40. 有了孩子較無法與配偶參加社交或休閒活動..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 41. 家人對孩子的教養方式無法達到共識..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

附件二 親職韌性量表

| 題號 | 題 目 | 非常 不符 合 | 不 符 合 | 沒 意 見 | 符 合 | 非常 符 合 |
|-----|-------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1. | 我接受孩子聽損的事實..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. | 我會配合老師的教學..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. | 儘管教養孩子有多困難，我能從中體會生命正面的意義..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. | 我相信能找到有用的方法來教養孩子..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. | 儘管孩子讓我非常生氣，但我仍相信事情會變好..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6. | 我會主動和老師討論教養孩子的問題..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7. | 不管教養聽損子女有多困難，我都不會放棄..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8. | 孩子的事儘管讓我心煩，但是我仍能堅持下去..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9. | 不管孩子帶來的問題多麼困難，我都會努力處理..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10. | 我相信，事情都會圓滿解決的..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 11. | 我知道我很重要，因為孩子需要我的照顧..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

- | | | | | | |
|------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 12. 我可以在其他人面前討論孩子的狀況..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 13. 我會帶孩子參加親友的聚會..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 14. 我不介意讓別人知道我的孩子有聽損的情形..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 15. 我會注意孩子配戴助聽輔具的狀況..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 16. 為了孩子我會向外尋求相關資源..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 17. 我相信孩子的改變是由於我的努力..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 18. 因為教養聽損孩子，讓我發現自己的勇氣..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

關於作者

梅心潔 語言治療師

E-MAIL:mei.candy@msa.hinet.net

學歷

輔仁大學兒童與家庭所碩士

經歷

婦聯聽障文教基金會台中至德聽語中心教學組長/代理主任

榮獲 100 年第七屆優良聽障模範教育教師

現職

新北市學校專業巡迴語言治療師

保母師資培訓講師/聽語障專業講師

中華兒童與家庭促進協會理事

祥盛診所語言治療師



編輯

發行單位：台灣聽力語言學會

發行人：張綺芬

主編：蔡孟儒

執行編輯：曾淑芬、陳美慧、張憶萍

網址：www.slh.org.tw

發行日期：2014.06.20

聽語學報：第五十五期

副主編：羅意琪、池育君

助理編輯：李品嫻