

# 女性單親親職壓力與因應策略

翁毓秀

## 壹、緒論

臺灣地區由於社會快速變遷，傳統的家庭系統受到嚴重的打擊，家庭型態和家庭功能都發生了重大的改變。離婚率的居高不下，形成了許許多多的單親家庭，大約有四%的家庭數是單親家庭，而單親家庭中又有約六二%是以女性為戶長（王麗容，民八四）。以女性為戶長的單親家庭常常容易陷入貧窮。張清富（民八一）的研究指出二三・五%的低收入家庭是單親家庭，其中八〇・四%的家庭是以女性為戶長，可見女性為戶長的單親家庭普遍經濟狀況是困難的。女性單親經常由於教育水準不高，找不到高所得的工作而需兼職二、三個工作以維持家計。

國內的許多研究均指出單親家庭問題包括：經濟問題、兒童照顧、心理和情緒調適、工作、居住、人際關係和社會孤立等問題。除了經濟問題之外，兒童照顧的問題是單親感到最吃力的問題（徐

良熙，張英陣，民七六；張清富、薛承泰、周月清，民八四；張秀琴，民八七）。單親在親職上需扮演雙重角色，在沉重的家庭經濟重擔下，親職角色也常是過度負荷的。單親的兒童照顧問題包括缺乏時間和精力來養育子女，擔心子女獨自在家，無多餘的錢支付課後服務，子女生病無法照顧等等。在家有青少年的單親父母常對於子女的課外活動情況不了解，不知如何與他們溝通，功課上又幫不上忙而且無額外的金錢能讓子女參加補習等等問題感到困擾。而單親家庭常較容易出現偏差行為或成為問題兒童和青少年（李安妮，民七八；呂民璿、莊耀嘉，民八一），也是單親在扮演親職的一大負擔。女性單親是單親族群中的弱勢是值得社會福利工作者特別關懷的一群。

壓力是個體無法逃避的事實。家庭生活壓力對單親而言更能深刻體會。為人父母本身即潛藏著許多壓力，不論在子女成長過程中的那一階段都承受著不同的壓力。雖然養育子女能帶來個體的滿足與成就感，但它帶給父母在體力、心力和財力上的消耗和壓力也是相當大的。臨床心理學家 Abidin（1990）將父母在擔任父母角色及

親子互動過程中，受父母人格特質、親子互動關係不良、子女特質和家庭情況因素等影響所感受到為人父母的壓力稱之為親職壓力（parenting stress）。親職壓力強調父母主觀感受在親子系統（parent-child system）中親子互動所產生的壓力。

親職壓力與多項家庭因素有關，例如與家庭子女數、子女的年齡、子女的身心狀況、父母的婚姻狀況、教育程度、就業狀況及收入等等均相關。在Chan（1994）；Mash & Johnston（1983a, 1983b, 1983c）及Action（1989）等人的研究中均顯示，施虐父母的親職壓力明顯高於未施虐父母。尹業珍（民八三）以國人為樣本的研究中亦發現施虐父母與低收入父母的親職壓力明顯高於其他一般父母。Gelles（1989）的研究中發現，單親家庭由於無人分擔照顧子女的責任，親職壓力大較容易導致兒童虐待事件的發生，多項研究亦顯示兒童虐待與壓力成正相關（Egeland, Breitanbucher & Rosenberg, 1980; Straus, 1980）。Mash, Johnston & Kovitz（1983）及Straus（1980）的研究亦發現親職壓力與兒童虐待有關。在預防兒童虐待的工作上，若能及早發現親職壓力過大的高危險群父母進行降低親職壓力的介入是兒童虐待預防的有效措施。單親需獨立負起支撐家庭經濟與照顧子女的責任，他們的生活壓力和親職壓力要比一般家庭的父母大得多，造成兒童虐待的可能性也可能較高。

生活壓力事件及親職壓力事件在生活中出現均是不可避免的事實。個體受到壓力事件的刺激或衝擊會產生情緒反應和因應策略。雖然面臨壓力時，大多數個體的情緒反應是負向的情緒反應，例如：

緊張、生氣、沮喪、焦慮、憤怒等等。傳統上多數的情緒理論，都將情緒視為是單向度的，並認為因應是因情緒而起的行為。換言之，因應的功能在於面對生活中的各項衝擊，使個體能生存下去（謝筱梅，民八三）。Lazarus & Folkman（1988）卻有不同的看法，視情緒與因應是動態交互影響的歷程。在其交互影響模式中的核心概念是初級評估（primary appraisal）及次級評估（secondary appraisal）。初級評估是了解個體在身處的環境中發生了什麼事？產生了什麼威脅或衝擊；次級評估則著重於在個體所處的環境中，個體可以運用哪些資源來改變與環境的關係。當個體運用認知的改變或實際的行動來改變個體與環境的關係，也就是所謂的因應（coping）。有些個體會選擇實際行動來解決個體與環境的關係，即所謂問題焦點的因應策略；有些個體卻較傾向選擇改變環境對自身影響的想法，亦即所謂情緒焦點的因應策略。有許多個體經常是同時運用問題焦點的因應策略與情緒焦點的因應策略或交互使用的這兩種策略。

### 一、親職壓力（parenting stress）

親職壓力是指父母在扮演親職角色時，在親子系統（parent-child system）裡，受到父母個人的特質，親子互動、子女特質及家庭情境因素的影響所感受到的壓力（Abidin, 1990）。本研究中的親職壓力是指參與研究者在「親職壓力量表」（Parenting Stress Index）中所得的分數。親職壓力量表中含二個範疇：

### (一) 父母範疇：

指父母的親職角色帶給他們憂鬱的程度，父母對他們自己親職能力的看法及父母對自己親職角色投入的程度、夫妻關係、社會支持程度、健康情況及父母扮演親職角色對扮演其他角色的影響等。由於本研究之研究對象均為單親，因此夫妻關係不在父母範疇中。

### (二) 兒童範疇：

指父母對子女的適應力、強求性、情緒、過動與無法專注、子女是否受到父母的接納及子女與父母的互動過程中，父母是否能滿足子女的需要等。

## 二、因應策略 (coping strategy)

因應策略指個體在面臨生活中的壓力事件時，所持的想法或行動，以期降低或減少壓力所帶來的衝擊或影響。本研究所謂的因應策略是指女性單親在面臨親職壓力事件時，所採取的行動。分類的分法是依據于文正（一九九〇）及謝筱梅（一九九四）的分法，共分為：（一）正向再評估；（二）表達感受，尋求支持；（三）面對現實，解決問題；（四）置之不理；（五）訴諸天命等五類。

## 貳、臺灣單親家庭的現況與問題

### 一、臺灣單親家庭的現況

臺灣地區在過去三十餘年以來，由於經濟快速成長，社會逐漸從農業社會轉變為工商業社會，都市化、商業化、自由民主化和個人主義的主張加速了社會變遷，使傳統的中國家庭結構也承受了嚴厲的挑戰。家庭改變了，包括：家庭結構、家庭型態和家庭功能等方面；在工業化、都市化和科技現代化的過程中，傳統的家庭功能減弱或消失了，家庭問題也就相繼形成。

自一九六〇年代以來，單親家庭快速增加。在美國，一九八九年時，有二五％的兒童是來自單親家庭，是一九六〇年的二・五倍（Sands & Nuccio, 1989），到了一九九五年時則為二六・九六％（U.S. Bureau of the Census, 1997）。許多歐洲國家，例如：荷蘭、法國、德國、瑞士、英國等等，也都有十二％到十五％的兒童來自單親家庭（Duskin, 1988）。根據徐良熙和林萬億（民七八）的研究，臺灣地區大約有六・五％的家戶是單親家庭。自一九五〇年代以來，臺灣地區的離婚率也不斷提高，離婚率的提高形成更多的單親家庭。臺灣地區民國八十年兒童生活狀況調查發現，兒童的家庭狀況中，有三・二一％的兒童生活在單親家庭裡；民國八十四年的調查結果，有三・二八％的兒童生活在單親家庭裡；民國八十九年的調查結果則有二・六八％生活在單親家庭裡（內政部兒童局，二〇〇二）。

近年來生活在單親家庭的兒童比例似乎有下降的趨勢，但其原因尚待進一步探討。若界定單親為離婚、分居、喪偶或未婚生育，而且未滿十八歲子女同住者，王麗容（民八四）根據薛承泰一九九〇年的戶口普查資料所推估的單親戶數在臺灣地區約有二十萬戶，

約佔全部戶數的百分之四。根據李淑容（民八七），大約有四％的家庭是單親家庭，單親家庭中有六一・九％的家庭以女性為戶長，三八・一％則是男性為戶長，在單親家庭中有四四・一％是因離婚而成為單親，三八・二％是因配偶死亡，一五・七％是因分居，而二％是未婚。而在以女性為戶長的單親家庭中，四八・四％是因配偶死亡，但在男性為戶長的單親家庭中僅低於二〇％是由於配偶死亡，五八・八％是由於離婚。根據行政院主計處的臺灣社會統計指標（民八二），在民國八十一年，臺灣地區有一七八、八一八個家庭是單親家庭，與民國八十年比較則是〇・三三％的成長。有六二五、五四〇個十八歲以下的未婚青少年與單親父母同住，大約佔臺灣地區所有青少年的八・六二％。

張清富（民八一）指出二三・五％的低收入戶家庭是單親家庭，其中八〇・四％的家庭以女性為戶長。從前項數字看來，以女性為戶長的單親家庭比以男性為戶長的單親家庭更容易成為低收入戶。李淑容（民八七）指出女性單親大約的收入是雙親家庭的六〇％，由此可見，女性單親在家庭收入偏低的狀況下，還需經濟上獨立支持子女是造成女性單親陷入貧窮的重要原因。張清富（民八四）的研究指出八八・五％的單親家庭的家庭收入是單親父母的工作收入，只有一二・九％的單親家庭接受來自原生家庭的協助。大約有七〇％的單親家庭自離婚或分居後未曾收到任何來自前配偶在兒童照顧上的金錢協助。換言之，沒有監護權的前配偶通常也很少在財務上支持他們的子女。絕大多數的研究者發現社會支持對於生活適

應與心理健康是有幫助的；而單親之父母、親戚或朋友是主要的社會支持來源（Gersl, 1988；林萬億、秦文力，民八一；翁毓秀，民八七）。女性單親較可能從其父母或親戚處獲得支持（Wei zhu, 1985；Milaro, 1987；翁毓秀，民八七）。女性單親的父母或親戚較可能提供工具性的社會支持，例如：實質的金錢、居住空間、兒童照顧等；而朋友則較可能提供情緒性支持（劉淑娜，民七三；洪秋月，民七六）。單親不常積極尋求正式社會機構的社會支持（翁毓秀，民八七）。

離婚和配偶死亡是成為單親的主要原因；女性為戶長的單親家庭比男性為戶長的單親家庭要窮許多。單親家庭的需求與其特殊情況發生的時間階段上有很大的關聯。剛離婚或剛遭遇配偶死亡的單親需要最多的協助（徐良熙、張英陣，民七六）。對一個剛剛成為單親的父母最大的問題是養育與照顧子女，經濟上的困難和心理上的調適，只有大約一〇％的單親在經過鉅大變化後表示不需要任何協助（林萬億、秦文力，民八一）。以女性為戶長的破碎家庭和單親家庭通常缺乏足夠的經濟支援，她們常需超時工作以維持生活，有時她們還需做兩、三個工作以維持家計。由於她們長時間的工作使她們減少了與子女相處的時間，而親子之間的關係薄弱且缺乏管教與教育，往往造成了子女偏差行為。臺灣地區青少年犯罪問題越來越嚴重，而很多犯罪青少年都是來自單親家庭（李安妮，民七八）。

王孝仙（民八十），王麗容（民八三），林萬億、秦文力（民八一）及謝秀芬、馬宗潔（民七八）等人的研究均顯示單親家庭問題

包括：經濟問題、兒童照顧、心理和情緒的調適、工作、居住、人際關係和社會孤立等問題，茲一一討論於後。

## 二、臺灣單親家庭的問題

根據張清富、薛承泰和周月清（民八四）的研究結果，單親家庭最關切的主要生活問題與子女有關的問題佔六九・九％；經濟問題佔六二・五％和工作有關的問題佔二八・三％。前兩項則明顯高於第三項。謝秀芬（民八四）指出喪偶的單親會經歷適應的困難，而單親家庭的子女則可能會有些問題行為，茲將臺灣地區的單親家庭的問題討論如下：

### （一）經濟不安全

對剛成為單親父母者，最現實的就是收入的減少，或失去了唯一的收入。離婚前或先生去世前為家庭主婦的單親媽媽們，需面臨必須出外找事來養家活口。大約有五分之三的單親家庭是以女性為戶長的，女性本來就處於經濟劣勢，當女性成為單親時，經濟的不安全是他們最關心的問題（徐良熙、張英陣，民七六；謝秀芳、馬宗潔，民七八；童小珠，民八一；葉玉如，民八一）。張秀琴（民八七）的研究發現，單親家庭經濟困擾者佔七五・二％，無經濟困擾者佔二四・八％，顯示大約四分之三的單親家庭有經濟困擾。因此，經濟安全應是單親家庭政策最重要的考量。Morgan（1989）的研究也發現有四〇％的寡婦和二六％的離婚婦女需要依賴公共救助。

女性單親是長期貧窮的高危險因子，即 Millar（1988）所稱的

持續貧窮。在臺灣，不論我們從戶長的收入或家庭收入來看，女性為戶長的家庭通常都是最貧窮的（徐良熙、張英陣，民七六）。林萬億、秦文力（民八一）也曾指出，在臺北市，女性為戶長的單親家庭收入，平均而言，明顯低於以男性為戶長的單親家庭；單親家庭收入也低於雙親家庭。王孝仙（民八十）、徐良熙、張英陣（民七六）及林萬億、秦文力（民八一）等均指出經濟安全是單親家庭最迫切需要的福利需求。工作收入是單親家庭的主要收入，除了工作收入之外，有些單親家庭接受來自原生家庭的財務支援（彭淑華、張英陣，民八四），兒童收入與來自親戚的協助（林萬億、秦文力，民八一）。

單親家庭的經濟困難，尤其是女性為戶長的單親家庭，一旦情況惡化很容易變成一貧如洗。為了要支持家庭，單親需要超時工作，不但無法有足夠的時間照顧子女，而且也沒有額外的金錢花在兒童教育上。有些青少年中途離開學校找工作來支持他們的家庭。

McLannahan（1985）的研究指出單親家庭青少年的高中途輟學率與家庭收入有關。單親家庭青少年若中途輟學去找工作無法完成學業，不但當時無法找到高所得的工作，未來也不可能找到高所得工作。這種貧窮現象也將一代傳一代。假如家庭能在一年內脫離貧窮，那倒不是問題，但是家庭若陷入長時間的貧窮，那將會變成相當複雜的問題（McLannahan, 1985）。為了要預防單親家庭經濟狀況惡化，極需提供福利服務方案或措施來協助單親家庭。

### （二）兒童照顧問題

單親需扮演多重角色，他們養育子女長大成人的擔子是相當沉

重的。很多時候單親們感到需要扮演父親和母親的角色使他們過度負荷，同時，如何教養他們的子女也是單親家庭的問題（葉玉如，民八一；林萬億、秦文力，民八一）。根據張秀琴（民八七）的研究，單親家庭有子女照顧困擾者佔五八・九%，顯示約有六成的單親家庭有子女照顧的困擾。單親父母需同時照顧子女和擔心家計，根據

林萬億、秦文力（民八一）的研究指出，家有六歲以下子女的單親最擔心的兒童照顧問題是缺乏時間和精力來養育子女，擔心子女獨自一人在家及當子女生病時無法照顧他們。工作時間的缺乏彈性造成無法接送子女到托兒所或幼稚園，及沒有錢支付兒童照顧費用或沒有錢支付課後服務。家有六歲到十二歲子女的單親幾乎與家有六歲以下子女的單親父母有相同的問題。對於家有青少年的單親最關切的問題是缺乏時間和精力來教育子女，無從得知子女的課外活動情況，不知如何與他們溝通、不知如何安排假期和教導上的困難等。

有些問題可能是因為工作和多重角色造成的缺乏時間與精力，另一些項目則是因缺乏知識、資訊和技巧。由於單親常在重大的壓力和沉重的擔子之下，使有些單親會疏於教導和管教他們的子女，有些單親為求教導或管教快速見效，也會選擇過度嚴厲或過度保護的極端方法（劉淑娜，民七三；翁毓秀，民八四）。單親由於工作少有時間照顧和了解他們的子女，因此，親子關係很容易疏遠。黃斐莉（民八二）指出缺乏照顧、保護和督導的單親兒童容易出現意外，學業成績不良和出現偏差行為。Demo & Accock（1988）曾指出單親家庭兒童比雙親家庭兒童心理較不健康。分居、離婚和被遺棄的家庭情

況對青少年是十分不利的。林萬億、秦文力（民八一）也指出，單親父母十分耽心子女養育、子女的學業成就和子女的管教等問題。女性單親最具壓力的親職事件是行為管教、學業成就、日常安全 and 孩子的健康狀況（翁毓秀，民八七）。家中不同年齡層的子女會造成父母不同的親職壓力。

### （三）情緒和心理調適

謝秀芬（民八四）的研究指出，寡婦不但經歷重大的創傷而且在心理及社會適應上產生困難。林萬億、秦文力（民八一）也曾指出單親通常會造成憂鬱、孤單、和不快樂。徐良熙、張英陣（民七六）的研究也發現，女性單親最普遍的心理問題是離婚後的調適或是丈夫的突然過世、不安全感、人們對離婚的歧視和缺乏愛與歸屬感。中國傳統上期待「男兒有淚不輕彈」，當男性面臨婚姻破碎時，則付出更大的代價（周玉真，民八一）。

由於多數人仍將單親家庭視為是「問題」家庭，這種想法造成單親家庭居住於原住所的壓力。單親常逐漸退出原來的社會網絡，搬離原住所或換工作。單親家庭的子女也會面臨交朋友，與鄰居或學校老師建立長期關係上的困擾。Stoltenberg & Anker（1983）研究父母離婚的子女，發現離婚的子女與他人相處時較容易形成不當或異常的行為，同時，他們的社會關係或人際關係通常非常不好（引自 Demo & Accock, 1988）。

單親家庭的子女較容易有心理和情緒適應上的困難，低自尊，很難相信他人，性別角色分化上的困難，較差的內控與外控能力和

較多的偏差行為 (Aseltine, 1996; Demo & Acock, 1988; 劉永元, 民八七; 呂民璿、莊耀嘉, 民八一)。呂民璿、莊耀嘉 (民八一) 並發現單親家庭兒童較雙親家庭的兒童容易出入不良的場所, 較容易偷竊、逃家、逃學、加入幫派等。父母離異的單親家庭子女又比父母死亡的單親家庭子女更容易形成偏差行為或產生兒童青少年問題。簡而言之, 單親父母和單親家庭子女均可能具情緒與心理問題。

#### (四) 居住問題

在臺灣, 居住成本非常高, 單親家庭由於收入較低通常無法擁有自己的住宅, 尤其是接受社會福利服務的單親家庭更是如此。這些接受社會福利服務的單親家庭通常租屋、或住在由親戚提供的公寓或者與單親之原生父母同住 (翁毓秀, 民八七)。有些單親由於家庭收入減少, 無法付得起原來居住的較昂貴的住宅而必須搬家, 有些則較希望能夠換個環境以逃避鄰居的閒言閒語和異樣的眼光。公共住宅在臺灣十分缺乏。符合貧窮水準的家庭才能夠申請, 而申請也需相當的時間, 常常緩不濟急。租金在都市地區也十分昂貴, 對於家庭收入減少的單親家庭能夠覓得一處舒適又便宜的居住環境, 確實是相當困難的。而居住問題卻是在形成單親之後所必須立即面對的生活問題。

從前面的文獻探討就可得知, 經濟的不安全, 兒童/子女的照顧問題、情緒與心理調適問題及居住的問題均是單親家庭關心的也是非常實際的生活所需。社會福利體系如何提供單親家庭所需的協助與服務, 以幫助單親家庭解決困難並減少由於單親家庭所可能產

生的其他社會問題, 是社政單位努力的目標。

## 參、親職壓力的概念及相關研究

### 一、親職壓力的概念

為人父母本身即潛在著許多壓力, 子女從嬰幼兒期、幼兒期、兒童前期、兒童後期、青少年前期、青少年後期到成人, 每一個階段都需要父母的關懷與照顧。每一個階段都有不同的壓力產生。許多人說: 養育子女似乎是一輩子的事。雖然養育子女能帶給父母極大的欣慰、滿足和成就感, 但它帶給父母在體力、心力和財力上的消耗和壓力也是相當驚人的。許多因素都會造成父母的壓力, 例如: 子女來得是不是時候、子女的特質與行為、婚姻關係是否滿意、父母有無精神上或實質上的支持與協助、為人父母是否感到愉快等等 (Weinberg & Richardson, 1981)。臨床心理學家 Abidin (1983) 發現許多父母非常焦慮、感受極大的壓力, 這些壓力來自於父母擔任父母角色及父母與子女互動有直接的關係。Abidin (1990) 將父母在擔任父母角色及親子互動歷程中, 受父母人格特質、親子互動關係不良、子女特質及家庭情境因素的影響而感受到的壓力稱之為親職壓力 (parenting stress)。親職壓力是一種特殊的壓力, 強調父母主觀感到在親子系統 (parent-child system) 中親子互動所產生的壓力。

當親職壓力過大時，將可能導致父母的親職功能失調，親職功能失調則可能造成兒童照顧或管教上的疏忽或兒童虐待事件的發生。

Abidin 累積了多年小兒臨床心理工作的經驗於一九八三年提出親職壓力理論模式。Abidin (1983, 1990) 親職壓力模式的建構立基於 Abidin 認為父母所經驗的親職壓力是來自於直接與父母角色有關的某些明顯的兒童特質與父母特質交互作用所產生的結果。

Abidin (1983) 的親職壓力模式引用了 Lazarus (1966) 之壓力經驗過程中的評估因素，強調父母主觀的評估。親職壓力的產生係因為兒童的特質因素及父母對這些特質主觀覺知、理解 (perception) 及父母的特質因素所產生的結果。親職壓力模式亦強調系統中的交互作用，也就是說，在親子系統裡 (parent-child system)，親子間互動行為是相互影響的。

Abidin 認為親子系統中的壓力來源，主要來自兩大範疇：

#### (一) 兒童範疇 (Child Domain)

兒童範疇的壓力包括來自子女擁有的某些特質，使父母擔心、焦慮、害怕、困擾或精疲力竭等等，及來自父母與子女互動過程中父母對子女表現是否符合自己的期待等兩方面。這兩方面都將影響父母的壓力感受。兒童範疇的壓力來源有六個項目，其中前四項與兒童的特質、性格或特徵有關，後兩項與親子互動有關：

##### 適應力 (Adaptability)

適應力指兒童如何處理改變和轉變，例如固執、無法放棄他們正在做的事，或者消極地相應不理等，大部分是逃避的行為。

#### 強求性 (Demandingness)

強求性指兒童直接給父母造成的壓迫。父母面對這項壓力時通常他們的子女是直接要求被關注或是要求被服務，此時的子女具攻擊性的行為。

##### 情緒、心情 (Mood)

情緒、心情指兒童過度的哭鬧、退縮或是沮喪。這種情緒通常會造成父母的焦慮或憤怒。

##### 過動和無法專注 (Hyperactivity and Distractibility)

這類的壓力來源通常導致父母精疲力盡，而且需經常保持在高度警戒的精神狀態。

##### 接納性 (Acceptability)

接納性指子女是否符合父母心中的期望或理想，與這些子女的特質是否具有一般社會所希望的特質有關。

##### 子女增強父母 (Child Reinforces the Parents)

子女增強父母這個變項指的是親子互動帶來多少快樂的回應或正向的情感回饋，父母將受到增強，更樂意照顧子女。如果父母很少感受到子女正向的情感回饋，而且常感受負向的回饋，在擔任父母角色時將感受較大的壓力。

#### (二) 父母範疇 (Parent Domain)

Abidin 模式中的父母特質因素 (Parent Personality and Pathology) 及情感因素會影響父母的壓力。父母範疇的壓力來源包括七個項目，其中前三項父母的特質，後四項與擔任父母角色時的



情境有關：

#### 憂鬱 (Depression)

憂鬱變項是評估父母對子女情緒的容許度受到傷害的程度，同時，此變項亦評估父母在情緒上和體力上對子女的妥協程度。

#### 父母親職角色能力 (Parental Sense of Competence)

這個變項是測量父母對自己身為父母角色能力之看法。父母親職角色能力與憂鬱有關，而且都直接與親職壓力程度和父母對親職角色投入的程度有關。

#### 親職角色投入 (Parental Attachment)

這個變項是用來評估父母投注於親職角色的本質。這樣的設計是希望能獲得一些父母親達成父母親角色動機程度的認識。

#### 夫妻關係 (Relationship with Spouse)

此變項評估夫妻間增進親職功能的情緒上和體力上相互支持程度。同時，應能檢視夫妻間在親職上的衝突程度。

#### 社會孤立／社會支持 (Social isolation / Support)

社會孤立／社會支持評估父母在擔任親職上是否孤立無援或獲得社會支持的程度。

#### 父母健康 (Parents Health)

此變項評估父母目前的健康狀況對於他們扮演親職角色的影

響。

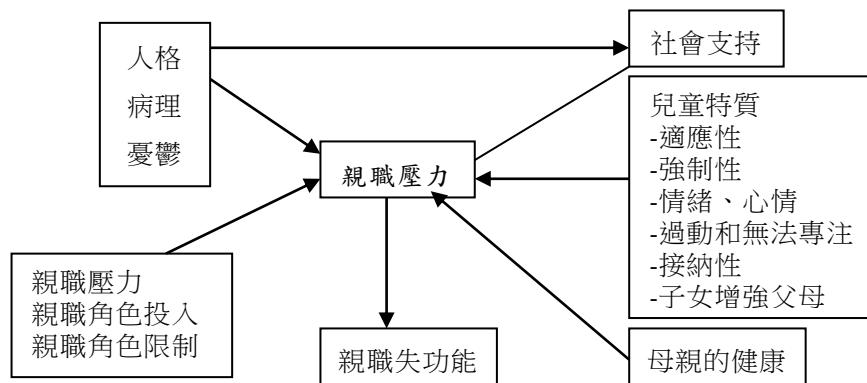
#### 親職角色對其他角色的限制 (Restriction of Roles)

此變項評估親職對於父母個人自由和扮演其他角色的限制或影響。這個變項基本上是測量負面的影響，係測量扮演父母角色而損失和喪失生活中其他角色所產生的憤怒等。

除上述兒童範疇與父母範疇的壓力來源外，重大家庭生活壓力事件發生時；例如：離婚、失業、懷孕、家人死亡、收入突然巨額增加或減少、法律糾紛、工作升遷等等，都會產生額外壓力的來源。

從上述定義：親職壓力涵蓋了兒童特質因素，父母特質因素，親子互動過程中父母對子女行為的感受或對子女的期待，擔任父母角色相關的情境因素及其他重大家庭生活事件等等層面。Abidin 的親職壓力量表，強調父母主觀的感受來評估親子系統裡的壓力。

Abidin(1990)的親職壓力模式是以雙親來建構，而有夫妻關係的因素，單親親職模式中並不存在夫妻關係，因此，去除 Abidin 親職壓力模式中的夫妻關係，形成女性單親親職壓力模式，如圖二二一。



圖二～一 女性單親親職壓力模式  
(引自翁毓秀，民 87)

## 二、親職壓力相關研究

國外，尤其是美國，研究親職壓力的相當多，使用 Abidin 的親職壓力量表者也很多。由於一般家庭中母親是子女的主要照顧者，因此，母親感受到的親職壓力都明顯的高於父親 (Abidin, 1990)。因此，許多研究也採用母親親職壓力為研究內容。國內使用親職壓力量表來探討親子系統中的親職壓力的文獻較少，有四篇 (尹業珍，民八三；任文香，民八四；游淑芬，民八二；翁毓秀，民八七)，均以母親親職壓力為研究內容。其他有關的研究多為婦女的壓力、角色壓力、衝突等方面的研究。茲將親職壓力的相關研究簡述並討論於後。

### (一) 與子女有關的研究

一般而言，子女數愈多，壓力就愈大。國內的多項研究顯示子女數愈多，年齡愈小，職業婦女的壓力就愈大，憂鬱症狀愈多 (陳秋瑩，民八十；陳皎眉，民七八)。Chan (1994) 以香港的中國母親為研究對象的研究中亦發現，子女數與親職壓力呈顯著正相關。任文香 (民八四) 研究發現有二或三名子女的母親比只有一名子女的母親感受較大的親職壓力，其親子互動也比較差。Abidin (1990) 的研究發現，兒童的年齡不同，父母親的親職壓力略有差異，而八歲以上兒童之父母親職壓力略為降低。游淑芬 (民八二) 研究發現女孩的母親比男孩的母親感受較大的親職壓力。任文香 (民八四) 研究發現子女年齡、性別對母親的親職壓力無顯著影響。當子女具

某些特殊狀況時，對親子系統會產生較大的壓力：例如：智能不足、腦性麻痺、脊柱裂、發展遲緩、肢體障礙等等，其父母感受的親職壓力會比一般兒童的父母壓力高很多（Abidin, 1990）。慢性疾病或先天性疾病兒童之父母也比一般兒童之父母感受到更高的親職壓力（Goldberg, Morris, Simmons & Fowler, 1990; 游淑芬，民八二）。

#### （一）與父母個人有關的研究

Hastings（1991）的研究中發現，婚姻狀況、教育程度、就業狀況、收入與母親的親職壓力有顯著相關。游淑芬（民八二）、Arena（1989）、Mandli（1988）、Fagan（1988）等人均發現親職壓力與社經地位有顯著相關，社經地位愈低親職壓力愈高。陳秋瑩（民八二）也發現教育程度愈高，母親的焦慮症狀愈低。Lewis（1989）發現收入愈高，母親親職角色壓力愈低。尹業珍（民八三）的研究中發現低收入父母的親職壓力顯著地比一般父母高。任文香（民八四）的研究中亦發現低收入的母親感受較大的親職壓力。從國內外的研究發現，教育程度、收入等變項與親職壓力呈負相關。至於母親是否就業在 Matthews（1989）的研究中並未發現就業婦女與家庭主婦的親職壓力有何差異。而國內游淑芬（民八二）卻有相反的研究結果：家庭主婦比職業婦女感受更大的親職壓力。Lewis（1989）的研究發現，年齡愈大的婦女比年齡輕的婦女感受較低的親職壓力。國內游淑芬（民八二）的研究指出三十歲以下的母親比三十歲以上的母親在自己扮演母親角色時較容易感到憂鬱、抑鬱，同時，也對自己擔任母親的角色較沒信心。任文香（民

八四）的研究發現，三十歲以下的母親感受較大的親職壓力。此兩研究的結果與 Lewis（1989）的研究較不一致。但 Jordan（1982）的研究卻發現年齡愈大的母親，親職壓力卻也愈大。母親年齡與親職壓力的關係在國內、外的多項研究上呈現不太一致的研究結果。單親家長的親職壓力應比雙親家庭的親職壓力高，因為父母兩人能分擔親職，單親則由一人承擔。Brown（1989）的研究中即證實了這樣的結果。

Chan（1994）、Mash & Johnston（1983a; 1983b; 1983c）及 Acton（1989）等人的研究中均顯示施虐父母的親職壓力明顯高於未施虐的父母，無論是在親職壓力總分，兒童範疇，或父母範疇得分上。尹業珍（民八三）的研究施虐父母、低收入父母及一般父母的親職壓力發現，施虐父母及低收入父母的親職壓力明顯比一般父母高。Adamakos 等人（1986）及 Abidin & Wilfong（1985）均認為若能及早發現親職壓力過大的高危險群父母進行降低親職壓力的介入，是一項具經濟效益的預防措施。Abidin & Wilfong（1989）的一項研究中顯示親職壓力高的父母尋求醫療服務的次數比親職壓力低的父母多四倍，其疾病行為，親職壓力高者比親職壓力中者或低者多一倍。由此可見，親職壓力與健康狀況具有相關。

由上列的研究中發現，親職壓力是一個相當值得探討的課題，它與家庭子女數、教育程度、收入水準等等因素相關，同時，親職壓力的高低亦可以做為我們探討親子互動關係，或篩選可能施虐父母的有效工具。

## 肆、因應策略的概念與相關研究

談到壓力免不了有一定得討論因應(Coping)。壓力是人人無法逃避的，而因應則是個體面對壓力時所採取的反應。為人父母有為人父母的親職壓力，當面對親職壓力時，女性單親如何因應是本研究關注的焦點之一。

本研究選擇用因應策略，來探討女性單親在面對親職壓力時所採用的對策。本節將討論因應的概念、因應的過程、因應的功能及因應策略的類型等相關內容。

### 一、因應的概念

國內外許多研究者都曾定義過因應(Baum, Calesnick, Gatche, 1982; Houston, 1987; Lazarus & Folkman, 1984; Pearlin & Schooler, 1987; Terry, 1994; 吳英璋, 民八三; 吳樹平, 民七五; 吳宜寧, 民八五)。從較單純的定義因應為個人用來處理心理壓力的反應如Houston (1987) 和 Pearlin & Schooler (1987) 的將因應定義為人們為避免生活壓力所帶來的傷害所做的任何事，到較複雜的從個人內在資源，認知和行為等層面來定義因應者如 Lazarus & Folkman (1984) 將因應定義為人們在評估自身內外資源後，不斷在認知和行為上所做的努力。Terry (1994) 定義因應為個人為了減少壓力造成的效應，而在認知和行為上所做的努力。Baum 等人(一九八

二) 則在因應的定義中加入壓力所產生的情緒反應的概念，而將因應定義為個人企圖防止、降低或排除壓力源，以及排除壓力源所伴隨而來的情緒影響而產生的行為。

從上面的多樣定義看來，研究者非常一致地指出因應是由於壓力或壓力源而產生的調適，但有些研究者對因應有較詳盡的描述其過程中所涵蓋的變項如認知、評估、資源、情緒反應等，有些學者則選擇以單純的方式視因應為一種反應。從上述歸納言之，因應是個人為了處理各式生活壓力所帶來的傷害所用來解除或降低壓力所帶來的痛苦或困擾，而達到平靜或平衡的行為。本研究將因應定義為女性單親在面臨親職壓力事件時，所選擇運用的認知與行為，以降低親職事件所造成的壓力。而因應策略(coping strategy)則是指所選擇使用的方式(Weisman, 1978)。

### 二、因應的目的與功能

簡而言之，因應是為了要降低壓力及壓力帶給個人的不舒適。因應的主要目的有三：(一) 生存的目的(coping to survive)，是促使個人能夠獲得並使用資源，使個人能夠繼續生活或活動；(二) 聯結的目的(coping to affiliating)，促進個人在環境中與他人聯結建立關係；(三) 成長的目的(coping to grow/achieve)，促進個人自我成長或對他人有益的知識與活動(引自羅靜心, 民七九)。從三項目的中，可以明顯看出每一個目的不僅與因應的個人相關，而且與個人所在的環境有密切的關聯。

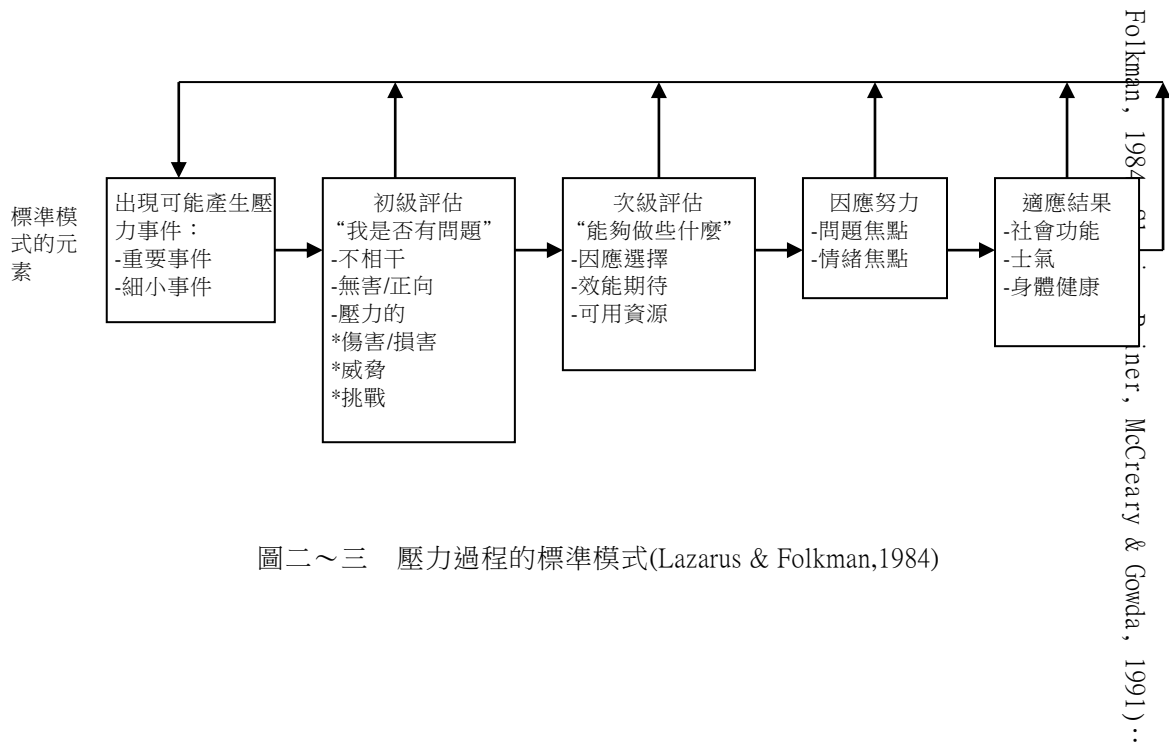
Nikelly (1977) 指出個人從父母及教育環境中學習複雜的反應，因應也是其中的一種反應。因應即學習如何使壓力不產生影響，如何達到心理平衡和如何保持希望。Nikelly (1977) 從因應方式或技巧的角度來探討因應的目的。

Folkman 等人 (1986) 認為因應具有兩大類功能：(一) 是改變壓力或危機的情境。可以藉由改變情境本身或改變個體對壓力環境的反應而達成。此類功能稱之為改變的功能 (change function)；(二) 是指在壓力或危機情境之下，個體試著去控制或管理個體的思想、情緒或生理反應，而不需要以任何方法去改變情境，稱之為管理的功能 (management function)。

總而言之，因應的目的在於降低或消除壓力所帶來的身心不平衡或傷害。不論是發揮改變的功能來改變情境或個體，或是運用管理的功能來調整個體因壓力所引起的不適，其實，發揮因應的功能就是為達到因應的目的。

### 三、因應的過程

研究壓力與因應十分著名的學者 Lazarus & Folkman (1984) 曾建構壓力因應過程的標準化模式 (Standard model of stress process) (圖二二三)。此模式包含五個要素：(一) 壓力事件 (stressful events)；(二) 對事件的初級評估 (primary appraisal)；(三) 對事件的次級評估 (secondary appraisal)；(四) 因應的努力 (coping effort)；(五) 適應結果 (adaptational outcome)。茲將各要素說明如下 (Lazarus &



圖二～三 壓力過程的標準模式(Lazarus & Folkman,1984)

## (一) 壓力事件

壓力事件包括了主要生活改變事件 (major life changes) 及生活上單一事件。主要生活改變通常會帶來重大影響，同時，也會引發一連串生活上的改變，例如：離婚、喪偶、喪子等等。而生活上的單一事件則指影響較輕微的生活事件，例如：出了小擦撞車禍、學生考試不及格、違規停車等等。主要生活改變自然帶來較嚴重的影響，而且引發的壓力也會持續較長一段時間。

### (一) 對事件的初級評估

根據 Lazarus & Folkman (1984) 認為，個體在遭遇壓力事件後，認知系統會進行初次評估與次級評估。初級評估在於評估所遭遇的事件是否會對個體造成危險，同時，評估事件帶來影響的程度。初級評估通常受個體信念的影響。

### (二) 對事件的次級評估

次級評估指個體對其擁有的資源，因應的可能方式進行評估，進一步思索是否還有減少或降低事件帶來傷害的方法，並且在諸多因應抉擇中選擇最有利的�方法。

### (四) 因應的努力

Lazarus & Folkman (1984) 將個體處理壓力事件的方式分為兩大類：問題焦點因應 (problem-focused coping) 及情緒焦點因應 (emotion-focused coping)。前者著重改變個體與環境的關係，直接處理問題，改變環境中的壓力來源；後者則著重減輕或降低壓力事件對個體情緒的衝擊，調整壓力事件對情緒所造成的影響。個

體會交互作用或對壓力事件同時運用這兩類，努力因應壓力事件所帶來的影響。

### (五) 因應結果

對壓力因應的結果如何，可以從社會功能、士氣和身心健康等三部分來了解。個體身心健康情況與其社會功能方面可視為是短期的結果；而士氣則是長期的結果。

Lazarus & Folkman (1984) 非常詳細地分解並描述因應的過程。從上述的過程可以得知個體在面臨壓力事件時，先依據個體評估壓力可能對其造成的影響 (即初級評估)，也就是問自己受衝擊的程度。再評估個體能夠做什麼？有哪些資源可供運用 (即次級評估)。根據兩項評估結果選擇因應方式，努力嘗試因應壓力。個體在經歷因應過程後將有因應的結果出現。若個體因應良好，恢復社會功能並達到身心平衡與健康，若因應不良即可能產生困擾，造成身心疾病等狀況。

## 四、因應策略的類型

國內外很多研究者對於因應策略有不同的分類方法。Lazarus & Folkman (1980) 將因應分為問題焦點的因應 (problem focus forms of coping) 及情緒焦點因應 (emotion focus forms of coping)。問題焦點的因應著重在改變所遭遇的困擾事件，而情緒焦點的因應則重於調節因困擾事件所引起的情緒。雖然分為兩類，但大多數人都會同時採用這兩種因應策略 (Lazarus & Folkman, 1980)。而這兩種因應

策略在個人的發展上卻有先後順序。Compas 等人的研究（一九九一）發現，問題焦點的因應發展較早，通常在兒童早期形成，而情緒焦點的因應則發展較晚，通常要到兒童晚期或青少年早期才開始發展。

Cohen (1986) 將因應的模式分為五種（引自吳秀楨，民八十）：直接行動（direct actions）：指直接處理壓力，使離開或修正壓力的情境。

行動的壓抑（inhibition of action）：指任由壓力存在不採取任何行動。

尋找資訊（information seeking）：資訊的獲得有助於促進壓力的適應。

運用內在心理防衛機轉（intrapsychic process）：藉由心理防衛機轉減少個體不舒服的感受。

尋求他人支持（turning to others for support）：向他人尋求物質或情緒的支持。

Billings & Moos (1981) 將因應策略劃分為三類：

評估取向：對情境作正確的界定，包括：認知的確定、認知的逃避等。

問題取向：對問題作適當的處理，或積極改變環境。

情緒取向：有效抑制、消除困擾的情緒使情緒得以紓解並保持情緒平衡。

Billings & Moos (1981) 的分類方式是分別從認知、情緒和行

為三方面來進行因應策略的分類。Moddi (1981) 則將因應分為兩類（引自 Patterson & McCubbin, 1987）：

轉變（Transformation）的因應：以採較樂觀的認知和有計畫的行動來降低壓力。

逃避（Avoidance）的因應：以採較悲觀的認知和逃避的行動。

Folkman, Lazarus, Gruen & DeLongis (1986) 等人以因素分析，將因應方式分為八大類：

對抗的因應（confrontative coping）：

個人堅持自己的立場，試圖改變對方，企圖改變引發壓力的個人或情境；或以攻擊行為來發洩壓力和挫折的情緒。

疏遠的因應（distancing coping）：

接受事件的存在，但不讓自己陷於不愉快的情境裡。個體選擇以不去想，淡化事件的嚴重性，目的在於緩和壓力帶來的負面情緒。

自我控制（self-controlling）：

個體將自己承受壓力的影響隱藏起來，不讓外人知道，控制自己因壓力事件所引發的感受或行為而努力。

尋求社會支持（seeking social support）：

個體尋求他人的情緒的、實質的和訊息的支持，以幫助解決問題與處理困擾。

接受責任（accepting responsibility）：

了解自己所承擔的角色和責任，接受壓力和所帶來的後果。

逃避 (escape avoidance) ..

個體不能接受事件的存在，採用幻想或不切實際的想像或期待，或以行為來逃避壓力。

有計劃的解決問題 (planful problem-solving) ..

詳細謹慎思考問題的重點並分析規劃，以完善的行動計劃和確實執行來改變情境或解決問題。

正向再評價 (positive reappraisal) ..

以積極的態度再次評價的因應。

Folkman & Lazarus (1988) 將以上八項進一步歸納為三類。其中對抗的因應和有計劃的解決問題為第一類的問題焦點的因應；疏遠、自我控制、接受責任、逃避、及正向的再評價為第二類的情緒焦點的因應；而尋求社會支持為混合式的因應（引自何家齊，民八七）。

從 Folkman & Lazarus 分別的研究中可以發現這兩位研究者從

一九八〇年將因應分為問題焦點的因應和情緒焦點的因應兩類；到一九八六年又將因應分為對抗的因應、有計劃的解決問題、疏遠、自我控制、接受責任、逃避、正向再評價及尋求社會支持等八項；至一九八八年再進一步將因應分為問題焦點的因應、情緒焦點的因應和混合式因應等三類。除 Folkman & Lazarus 外，Cohen (1986) 將因應分為五類，Billings & Moos (1981) 將因應分為三類，Maddi (1981) 將因應分為兩類，陳婷蕙 (民八六)、劉郁芳 (民八二)、駱重鳴 (民七二) 及謝筱梅 (民八三) 等，國內學者參考國外學者的分類，將因應分為二至五類不等。本研究的主題之一是女性母親

親職壓力之因應方式。親職壓力雖是一相當普遍的壓力事件，但母親對於親職壓力是否具特殊性的考量，本研究認為分兩類可能無法呈現單親親職壓力的特性，但分八類又過於複雜，因此，本研究選擇以謝筱梅（一九九四）的針對一般性的壓力事件之因應分類為正向再評估、表達感受尋求支持、面對現實解決問題、置之不理、訴諸天命等五類。

## 伍、研究方法、資料收集、處理與分析

### 一、研究方法與設計

本研究採用質性研究方法。質性研究法將世界視為一個複雜的現象，而此現象是不斷持續變化的動態事實；而且此現象更受動態的事實與情境中主要人物主觀解釋之互動所影響（簡春安、鄒平儀，民八七）。質性研究注重研究對象的感覺及賦予事件的意義，不預設任何立場，並不將研究者的參考架構套至研究的對象身上，也不做任何假設的驗證和推論，是以嘗試發現新觀念或對現象更進一步的深入了解為目的。

本研究的研究設計部分，第一部分為以半結構訪談大綱為研究工具的一對一大約九十分鐘的深度訪談方式進行，保持開放的狀態



度，仔細聽取研究對象的主觀經驗。為了收集更豐富的有關親職壓力與因應策略的資料，在個別訪談完成後，進行一次約兩個半小時以研究樣本為成員的焦點團體，以藉由團體成員的互動過程引發更多的有關研究主題的記憶，並使研究對象有機會補充在個別深度訪談時遺漏的訊息，而使研究資料更豐富更完整。

## 二、研究對象

本研究是以女性單親為研究對象。研究樣本係由中部某社會福利機構徵求而得，研究對象由社會工作人員提供推薦口語清晰，口語表達良好及至少有兩個子女的女性單親名單。研究者在初步研究推薦名單後決定選擇樣本的原則為：形成單親的原因需包含離婚單親與喪偶單親兩種；樣本教育水準包含國中與高中／職；子女數為二名到四名等三原則。在此三項原則下，依據「避免重複」與「捕捉進展」的原則（胡幼慧、姚美華，民八五）依名單進行取樣，直到資料不再出現新的訊息或資料時即停止取樣。先由研究者電話邀請參與研究，經研究者說明研究目的與內容後，同意參與者始成為研究樣本，由於社會福利所推薦的單親均接受經濟補助的低收入家庭，結果共有九位低收入的女性單親成為研究樣本。

## 三、研究工具

### （一）深度訪談大綱

本研究所採用的收集資料方法之一是深度訪談的方法，以事先

預擬之「半結構式」的訪談大綱，內容包括開放式的問題。這份大綱在初步擬定後經與福利機構之輔導老師及其督導討論後始定稿。大綱內容包括的問題如：請試著描述親職壓力？最嚴重的親職壓力是什麼？如何因應這些壓力？最嚴重的親職壓力是什麼？您獨自照顧子女多久了等等。

深度訪談大綱問題內容的訪談順序可能因訪談時的情境會有調整，以期能維持訪談自然流暢和保持對話性。訪談時，研究者並仔細觀察受訪者非口語的行為，以探討其口語與非口語的一致性與資料的真實性。

### （二）焦點團體討論大綱

焦點團體主要的目的有二：其一是在個別深度訪談之外，研究樣本有機會補充有關親職壓力特性與因應策略的相關資料；其二是藉由其他焦點團體成員的表達及互動有助於引發團體成員遺漏的訊息。焦點團體討論大綱的內容則與個別深度訪談的主題相似。焦點團體進行時，領導者儘可能鼓勵並激發成員做更多的表達與分享。

## 四、資料處理與分析

研究者以歸納、整理與分析深度訪談及焦點團體資料進行跨個案分析，探討親職壓力特性與因應策略的內容，資料處理的情況如下：

### （一）資料分析過程

將深度訪談及焦點團體之錄音帶內容逐字謄寫，然後依逐字稿

內容採開放編碼方式，進行內容分析編碼。編碼者由研究者和協同編碼者共同進行。信度水準設定為·八五以上。研究者與協同編碼者均具質化研究的經驗。為提高效率，深度訪談員在訪談過程中儘量避免使用直接的引導和解釋，多以同理、詢問、澄清、摘要等方式蒐集資料。研究者將訪談內容作整理後，請研究樣本確認和補充，以提高效率。

### (一) 編碼架構

因應策略參考謝筱梅(民八三)所修訂的一般事件因應方式，將因應策略歸類為五大類，包括正向再評估，表達感受尋求支持，面對現實解決問題，置之不理，訴諸天命等五類。

### (二) 親職壓力特性與因應策略

研究者深度訪談及焦點團體資料編碼架構進行跨個案分析，歸納與整理研究樣本之親職壓力特性與因應策略資料。

## 陸、研究結果與討論

本節的主要目的在呈現本研究所得的結果，並同時進行解釋與討論。全節共分為兩大部分：第一部分是女性單親之親職壓力特性；第二部分是親面對單親親職壓力之因應策略。

### 一、女性單親之親職壓力特性

許多研究者曾經發現兒童照顧是單親最關切的問題。從跨個案分析，本研究發現最具壓力的親職事件可分為四大類，子女管教、子女學業、子女安全及子女身體健康。而每一大類中可能又包含了許多小項，本節特呈現從深度訪談及焦點團體中所獲得的研究結果。

#### (一) 子女管教的親職壓力(二一)

子女管教的親職壓力指女性單親在管教子女時所遭遇的困難、問題或所承受的壓力。女性單親可能因為不知如何管教，或因太忙沒有時間管教等因素造成女性單親對子女管教方面感到有壓力，從跨個案分析的過程中發現，在子女管教方面有四種類型的行為會使女性單親形成親職壓力。茲將研究樣本所描述的呈現於下：

##### 不順從、不聽話(T-T-1)

幾乎全部的研究樣本均提到子女不順從造成他們的親職壓力。不順從是被提及最多的項目。不順從在日常生活中任何時候都可能發生，它可能發生在用餐、就寢、洗澡、上學等等時候。雖然這些都是日常生活上的細節，但都屬於兒童照顧上的問題，這些問題對於獨立扶養與照顧子女的單親們是相當大的問題。今列舉數例說明之。

「…，我老大最近一直吵著不要上安親班，我覺得好煩，…」  
(C5110)

「…，像有時候叫他洗澡呀！他都會慢慢吞吞的，他是會跟你說好，就是動作很慢，那你就會很火大啊！」(C31032)

「...，那你飯菜都煮好了，妳叫她出來吃飯，一定要三催四請，一催再催...」(口氣非常生氣)」(C11062)

「...已經十一點多了，叫她睡她說她不要睡，都叫不聽耶！...還一直看電視...」(臺語)」(C7F017)

#### 頂嘴 (1-1-2)

有一半的研究樣本表示，孩子頂嘴讓他們感到受不了。試舉兩例說明。

「...，哈！他就說讀書是我的事，你緊張什麼？...這點我很無能為力」(C2F004)

「會！我們老二比較會頂嘴，我就跟他辯啊！跟他吵架，跟他辯啊！」(C6I023)

子女會頂嘴也是會令研究樣本頭痛的事，多出現於家有青少年的樣本家庭。青春期的青少年追求獨立，渴望自由、自主，行為上也常出現叛逆、反抗、不服管教等特質。青春期青少年的管教是一般家庭父母感到吃力的事，對單親而言，叛逆、反抗管教更形成重大的親職壓力。有的成員感到無力與不知所措，有的成員則會對子女直接產生口角衝突。研究對象似乎對子女的叛逆行為缺乏適當的管教方法。

#### 子女間的爭吵 (1-1-3)

有五位研究樣本曾表示子女間的爭吵讓他們感到壓力。雖然子女間的爭吵是經常發生的家庭生活事件，但調解紛擾也是令人兩難。手心手背都是肉的狀況下，公平、公正處理子女爭吵卻也成為不容易的事。

「...比較頭痛，那就講說小孩吵架，因為他們吵架讓我感到心痛。互相傷害讓我難過，...」(C4F005)

「...就想說忙得要命，卻不體諒還要一邊給你吵。」(C3F1022)

「...，我覺得他們兩個吵架是很正常，就是不要動手。動手就很生氣，罰跪，...」(C6F008)

子女間的爭吵也是管教上使研究樣本感到困擾的事。有位研究樣本對於子女爭吵感到心痛，心痛的原因，子女互相傷害。也有位研究樣本將子女爭吵視為一件孩子不懂事、不體諒的行為，覺得日常生活中已經很忙碌還要增加吵架這件事。另有研究樣本表示子女爭吵還可以接受，但動手打架則會處罰。從上述可知，對子女爭吵這件事，研究對象缺乏排解子女爭吵的技巧，而且對子女爭吵有不同的看法。

#### 其他 (1-1-4)

其他這一類裡包括了無法歸入前三類的子女管教上的親職壓力。有四位研究樣本具有無法歸類的管教壓力。

「...教好多次，他會覺得很煩，就會罵我，就像：你很傷腦筋或你很毒耶！...」(C5I002)

「...有時候當然會有小過錯；小...，講她的話，她就會擺一個臉色給看，那我就覺得說...」(C1I006)

從上述之兩例，第一例是出自八歲的小男孩，其母親也表示他有時會罵她，但卻不知道所罵內容的意思，母親也表示這都是從同學處學來的，就用了。這種情形，研究者認為小男孩所罵的

內容，他自己並不解，只是一種口頭禪，並不知道其中的嚴重性，此與頂嘴類型，意義不同，故未歸入頂嘴。另一例是消極，以非口語反應型式表達反抗之意與口頭積極反應的頂嘴也有不同，故未歸入頂嘴。

綜合上述，子女管教的親職壓力中，不論是那一種類型的子女管教問題，均至少有四位以上的研究樣本提及；都是研究樣本的普遍親職壓力。子女管教問題是一般家庭的重要親職壓力之一，對單親而言，就是更重的一項負擔，一種親職壓力了。而單親在子女管教方面最感到壓力的則是子女的不聽話、不順從、子女的頂嘴和子女間的爭吵等三項。

### (1-1) 子女課業的親職壓力 (1-2)

子女課業的親職壓力指的是單親因子女的學習狀況、學習成績等情形所引起的親職壓力。從跨個案分析資料中歸納有三種不同的情況均造成單親子女課業的親職壓力。茲分述於後，並舉實例說明之。

#### 功課不好 (1-2-1)

這項包括不用功、沒興趣、不喜歡等狀況。

「有啊！不喜歡讀書啊！」(C21001)

「功課不好，…。最沒有辦法好像是無力感」(C11102)

「就覺得男生好像比較不愛讀書。像我兒子好像比較不喜歡讀

書，…。我兒子要用押的，…。因為寫一功課，明明就十分鐘就可以寫完…。」(C5F014)

「…。每天我老大給我的壓力較大，因為我覺得他功課不好，要在他身上多加強一點，…。」(C61011)

由以上敘述可以發現，研究樣本對子女的課業、學習興趣、學習動機等方面的問題感到壓力和無力感。也有成員認為子女的功課不好，自己需要多幫助子女溫習功課。幾乎所有的研究樣本都將自己的子女功課不好視為親職壓力，但卻也無法找出適當的輔導課業的方法。

#### 不聰明 (1-2-2)

因外傷所導致的頭腦不好。

「…。老大比較讓我傷腦筋，他腦筋比較不好，小時後受過傷，撞到後腦杓，…。那個時候我婆婆帶，整個臉都發青，停止呼吸，…。長大後就發現腦筋比較鈍。」(C41013)

有一位研究樣本的兒子，小時候頭部曾受過傷，因此，頭腦比較鈍，影響其學習。該研究樣本對於這個小孩的學習狀況就特別的傷腦筋，需要特別花功夫來幫助這個孩子，是該研究樣本的一大親職壓力。這名小孩可能有些學習遲緩的現象。

#### 其他 (1-2-3)

包含與課業有關但不能歸於前面兩項的事件，例如：研究樣本對子女的課業不會或不教等。有兩位研究樣本表達這種親職壓力。由於這兩種情形與前兩項性質不同，無法歸納到前兩項。

「有時候教不會，有時也是會生氣，會一直罵啊！...我罵一罵自己也會哭哦！...媽媽為什麼我會這麼笨。」(孩子哭)(C5F009)  
「最可憐的就是小孩不懂的地方沒辦法教，他也是很想說努力來求好他的成績，也是很可憐。」(語氣沮喪)(C4I026)

由以上敘述可以發現，研究樣本對自己不會教子女功課或教不會，孩子不懂時，都會出現沮喪、會罵子女，但自己也會哭的情形。成員對於自己缺乏教導功課的技巧感到十分沮喪和無助，這種狀況可能與研究樣本本身就缺乏成功的求學經驗和較高的學歷有關。

綜合上述有關課業的親職壓力可以發現，研究樣本對於子女功課不好、沒有興趣等與學習動機有關的問題，研究樣本缺乏輔導或協助子女改善的技巧，研究樣本感到無力與無助。對於研究樣本本身由於知識的缺乏和不知使用有效的方法來教導均會出現沮喪和傷心的感受。子女的課業所造成的親職壓力是第二大類的親職壓力。

### (二) 子女安全的親職壓力 (1-3)

子女安全的親職壓力指的是子女的安全問題所引起的親職壓力。在跨個案分析後發現，研究樣本對子女安全的親職壓力包括三種不同的情況。即逾時不歸、上下學安全及其他等。茲分述於後，並舉例說明。

#### 逾時不歸 (1-3-1)

有三位研究樣本表達了這類親職壓力。

「有一次我下班回家，我小女兒不在家，我問我老二，沒人知道。我就出去到處找，...她回來問我：媽媽你要幹嘛？我說：你出去怎麼都沒有跟人家說，外面壞人那麼多，我以為你被壞人捉走了！她就開始哭。...我很生氣。」(C7F031)

「我兒子與同學出去玩，玩到六點多還沒回來，我一直很著急。...，就是孩子沒回來這種壓力啊！」(C2I009)

由上列兩敘述可以發現，子女應該回到家而未在家的逾時未歸的事件，研究樣本會擔心、著急和生氣。在社會經常出現綁架事件的現代，雖然這些低收入戶的家庭較少可能成為綁架的對象，但子女逾時未歸同樣會造成親職壓力，與一般父母無異。從跨個案分析中發現子女逾時不歸是研究樣本認為最大的子女安全上的親職壓力。

#### 上下學安全 (1-3-2)

子女就學年齡勢必需要上下學。研究樣本中有三位表達了子女上下學所產生的親職壓力。

「從幼稚園到現在，我每天接送，...，我沒有去接就會覺得心裡怪怪的」(C1I002)

「就是接送的壓力，時間上比較趕。...，起床時間都差不多，怎麼那天時間過得特別快。趕不上車子呀！」(C4I013)

從上列的引述發現，有些研究樣本每天都親自接送子女上下學才放心，但接送本身卻也常給他們相當大的親職壓力，他們覺得不接送就不放心。這種親職壓力可能與目前的社會治安與交通狀況都

有關。

#### (四) 子女身體健康的親職壓力 (1-4)

子女的身體健康與否也常是為人父母所關切的，單親由於獨立照顧子女，子女的身體健康狀況不良，將在獨立照顧子女的困難狀況下雪上加霜，造成更大的親職壓力。

「傷心啊！當然很傷心啊！...，小孩生病就好像媽媽在生病，心裡會很難過。」(C41007)

「...，就是不會生氣...頭痛的事！小孩生病就會讓我頭痛。」(C41028)

由上列引述得知，研究樣本中有一位特別為子女的身體健康狀況擔心。這位自己的身體狀況就相當不好，身體較虛弱，常生病，子女也與她情形一樣，因此，她特別感到這方面的親職壓力。

#### 〔綜合討論〕

從前面的資料呈現，分析與討論發現，女性單親的親職壓力特性有四項，即子女管教(1-1)、子女課業(1-2)、子女安全(1-3)和子女身體健康(1-4)等。對女性單親而言，雖分別有四種特性的親職壓力，但是每一種特性對每一位單親的重要程度可能不同。例如子女身體特別不好的那位單親可能認為子女身體健康的親職壓力對她而言是最大的壓力。面對那位兒子小時候傷及頭部的單親就能認為子女課業的親職壓力特性對她而言最嚴重。壓力本是一種主

觀的感受，親職壓力也很明顯的不例外。又如，某位女性單親堅持每天親自接送子女上下學，否則她心不安，這造成她很大的親職壓力，但同樣是女性單親可能認為子女自己上下學就可以了並不一定要每天親自接送。因此，雖有這些親職壓力的特性，但並不是每一位單親都具有同樣的親職壓力程度，同時，其特性的組成可能也會有所不同。

超過一半的研究樣本有三個或三個以上的子女。父母兩人照顧三個小孩已是非常困難，我們可以想像獨自照顧三名子女的困難。子女的管教(1-1)問題是女性單親最嚴重的親職壓力。大多數研究樣本當子女有不聽話、不順從(1-1-1)、頂嘴(1-1-2)和子女間的爭吵(1-1-3)情形時，她們感到生氣(2-6-1)、懊惱(2-6-2)、無助(2-3-5)或頭疼(2-1-3)。她們不知如何處理。次嚴重的親職壓力是子女課業壓力(1-2)。在中國文化裡，教育對子女而言是很重要的。女性單親們雖然自己沒有高學歷，但卻希望她們的子女有較高的學歷。女性單親十分迫切希望能幫助子女的功課，但是她們似乎缺乏技巧來激發、鼓勵和指導子女；也可能因為自己的教育水準不高而無法協助子女解決課業上的困難。單親在經濟不寬裕的狀況下又付不起昂貴的補習費。因此，女性單親們常因子女的課業問題感到挫折(2-3-3)與憂鬱(2-2-4)，有些單親會責怪自己無法協助自己的子女。子女安全的親職壓力在治安與交通日益惡化的臺灣成為第三嚴重的親職壓力。而子女身體健康在子女不健康、單親身體狀況不佳的情況下也成為親職壓力。

## 二、女性單親面對親職壓力之因應策略

情緒與因應均為個體在日常生活中面臨壓力事件所產生的反應，是一動態的交互影響的歷程（Lazarus & Folkman, 1988）。根據 Lazarus & Folkman（1984）的因應過程的標準模式中顯示，兩位學者所稱的初級評估與次級評估是因應過程中的核心概念。初級評估是評估個體所在的環境中發生了什麼事、產生了什麼改變？；次級評估是評估個體擁有何資源能夠改變個體與環境的關係。個體所採取之一連串認知與行為的改變即所謂因應。有些個體著重改變個體與環境的關係，直接處理問題，改變環境中的壓力來源，稱之為問題焦點的因應策略；而有些個體則著重於減輕或降低壓力事件對個體的情緒衝擊，調整壓力對情緒所造成的影響，此即所謂的情緒焦點的因應策略。

本研究依據于文正（民七九）及謝筱梅（民八三）修訂自 Folkman, Lazarus, Dunkel-Schetter, DeLongis & Gruene（1986）所編製的因應方式問卷（Ways of Coping Questionnaire, WOC）的因應策略分類，分為：（一）正向再評估（3-1）；（二）表達感受、尋求支持（3-2）；（三）面對現實、解決問題（3-3）；（四）置之不理（3-4）；（五）訴諸天命（3-5）等五類。其中正向再評估（3-1）、置之不理（3-4）、訴諸天命（3-5）屬於情緒焦點的因應方式；面對現實、解決問題（3-3）屬於問題焦點的因應策略；表達感受、尋求支持（3-2）則應屬兼具問題焦點和情緒焦點的因應策略。因應策略的分析架構

請詳見附錄五。研究者將自個別深度訪談及焦點團體彙集而得的跨個案分析資料按研究樣本運用五種因應策略的多寡順序分析說明如後：

### （一）面對現實、解決問題（3-3）

因應策略指個體在面對壓力時所採取的認知或行為上的改變。女性單親採取面對現實、解決問題的因應策略次數最多，而且出現於面對子女管教（1-1）、子女課業（1-2）及子女安全（1-3）的親職壓力事件，女性單親採取面對現實、解決問題（3-3）的內容包括：找出別的方法、選擇用處罰的方式達到目的、或立即採取補救行動等等。茲舉例如下：

「...，就是我弟弟在做水電的，我就跟我兒子說，如果不唸書，那就去舅舅那裡學做水電，...。」（C31026）

「前一天晚上要睡覺，就突然發現小孩子不見了，突然發現她不見了。我起來問姊姊，她說：妹妹說要出去，那我聽了趕快把衣服穿了，騎了車子到處去找，...。」（C11214）

「...，對，我會生氣，會罵一罵，拜託你們快一點，我每天遲到，像我們公司一個月能遲到三次...，我不能再遲到。」（C71018）

「若遇到頂嘴時，我會更生氣，真的，還是要打，怎麼講，那麼大了，雖然是男孩子，我兒子現在長得比我高，怎麼樣，我還是會打他，...。」（C61061）

從上述發現，女性單親在面對不同的親職壓力事件時所採取的面對現實、解決問題(3-3)的內容包含了以處罰的方式希望子女能改變，或自己想出或採取實際行動的方式來因應。此因應策略普遍運用於子女管教、子女課業和子女安全相關的親職壓力事件。但是，這些所採用的面對現實，解決問題的方法未必都是適當的。

#### (11) 置之不理(3-4)

置之不理(3-4)是指個體對事件採取隔離、逃離或逃避的態度。置之不理(3-4)的因應策略是女性單親所採取的策略中出現次數次多的，較常出現在子女管教及子女課業的親職壓力事件上。女性單親採用置之不理的因應策略舉例如下：

「我那老大，我就是擔心他的脾氣。像昨天在教他功課時，他又亂發脾氣地罵我，我一氣之下不理他，沒多久他就跑來撒嬌，還說：『媽媽！對不起！我要怎樣才能控制脾氣呢？...』」(C51004)

「我是覺得不是每一個孩子都是讀書的料，你再怎麼逼她，都是蠻痛苦的，有盡力就好了啊！我就放棄了不再管她唸書的事了」(C2F126)

「我在聯絡簿上寫，他就用立可白去塗掉，你再寫，他會再用立可白塗掉。...，沒辦法，不然怎樣，不管她，不想唸書就算了。」(C21058)

「...，因為我女兒很成熟，她的思想超過她的年齡，所以我們

之間或口語上有怎樣的話，就掉頭就走，走出去，我我我會逃避，我不想看到她！」(C11026)

從上列的引述得知，女性單親在面臨親職壓力時，有時女性單親會以改變想法不予理會的方式，而若是言語上的衝突所產生的親職壓力，女性單親會採取行動上的離開來表示置之不理。

#### (11) 訴諸天命(3-5)

訴諸天命(3-5)的因應策略通常出現於個體自覺無力掌握現況，而採用自我安慰的態度來面對壓力，女性單親在面對子女課業相關的親職壓力事件時最常出現訴諸天命的因應策略。茲舉數例於後：

「孩子是沒有什麼問題，順其自然，教導方面他能讀的就讓他讀，小孩子自己能讀他天生就會讀，不能讀的怎麼逼也不會讀。真的！小孩子這些我真的看得很開。」(C61010)

「孩子讀書這件事，只好順其自然，你再怎麼氣也沒辦法，只是多氣的。」(C61064)

「...對啊！對啊！後來我就不用管他了！兒孫自有兒孫福，我就是這樣想。」(C2F101)

女性單親在面對子女課業相關之親職壓力事件時，特別常出現訴諸天命的因應策略，通常是在子女課業狀況持續不佳的情況下會出現這種因應策略。可能是因為女性單親本身的教育水準不高，自



己在求學時的功課也不見得理想，自己也不知道如何使課業成績變好，當然也就無法在指導或教導子女課業方面能夠發揮親職功能，以改善子女的課業狀況。在這種無法有效改善環境的無奈情形下採取了聽天由命，順其自然等訴諸天命的因應策略。

#### (四) 表達感受、尋求支持 (3-2)

表達感受，尋求支持 (3-2) 指個體在面對壓力時採取表達自身的感受與尋求別人的協助或支持為因應策略。女性單親採用這種因應策略的並不多，而且表達感受的對象往往是子女，而不是他人。茲舉兩例以說明。

「∴，因為那次實在是生氣，我也是寫一封信跟我女兒講，我就跟她講，我說，你從小到大，我一手把你帶大的，我們母女是相依為命，∴，我怎麼樣的傷心，然後我就出去了∴。」(C11238)

「∴很寂寞啊！絕望啊！那我覺得說那怎麼會事情到今天這樣的一個情形，∴，至少說媽媽給你的愛，那種愛心∴。」(C11272)

#### (五) 正向再評估 (3-1)

正向再評估 (3-1) 的因應策略指個體以正向、積極的態度來看待事情對自己的影響。在女性單親的研究樣本中只有一位女性單親曾以這種因應策略來面對子女課業的親職壓力事件。

「如果接到成績單我也不會怎麼樣，就是盡力，即為最重要。如果已經盡力，考得怎樣我也沒有辦法再要求什麼。」(C41050)

女性單親似乎極少用正向再評估的因應策略來面對親職壓力事件。而樣本中運用正向再評估因應策略的女性單親之性情較溫和，但身體狀況明顯較差，是否因為自己的身體情況較差，因此凡事都以正向，積極的方式來因應值得進一步探究。

#### 〔綜合討論〕

女性單親在面對親職壓力事件時最常運用問題焦點的因應策略中的面對現實，解決問題 (3-3)；其次為情緒焦點因應策略置之不理 (3-4) 和訴諸天命 (3-5)；再其次是表達感受，尋求支持 (3-2) 和正向再評估 (3-1)。在面對現實，解決問題的因應策略包含了管教上使用的處罰，例如：罵、打等，也可以視之為情緒反應的延續，由此更可以看出情緒反應與因應策略互動的關聯性。在問題焦點的因應策略中女性單親選用替代性的方法，例如：書讀不好，就去學作水電，而不是採取改善學習成就的方式，例如：教導或去參加補習等方式試圖改善成績。這樣的問題解決方法可能與女性單親自己教育水準不高無法教導子女課業；又由於家庭經濟的困難無法繳付得起高額的家教式補習費用，因此只好建議若書讀不成則學得一技之長以便將來能找個工作餬口。

女性單親也經常採用情緒焦點的因應策略之置之不理和訴諸天命來面對親職壓力事件可能與自身的處境有關。置之不理與訴諸天

命常有不知如何處理而選擇逃避或逃離；或者採取聽天由命由老天來主宰一切的無奈。由於形成女性單親成為單親的原因有二：一為喪偶，二為離婚，二者均非所願可也不是她有能力挽回或扭轉的，因此形成了其因應策略的特性。

## 陸、結論與建議

本研究以九位女性單親為研究對象，採性質性研究法中的深度訪談與焦點團體彙集有關女性單親的親職壓力特性與因應策略等資料。深度訪談與焦點團體之錄音帶經轉謄為逐字稿後進行跨個案資料歸納、整理與分析。最後綜合整理研究結果與討論，彙集成本章結論，並對未來之應用與研究提出具體建議。

### 一、結論

#### (一) 女性單親之親職壓力特性

從女性單親之個別深度訪談及焦點團體蒐集的資料中歸納出女性單親的親職壓力特性。女性單親之親職壓力特性有四：

##### 子女管教方面

子女管教方面的親職壓力包括子女不聽話、不順從、頂嘴、子女爭吵及其他。幾乎所有研究樣本都提到過這項親職壓力。

##### 子女課業方面

子女在課業上的親職壓力上包括功課不好、不讀書、沒有興趣、不喜歡、不聰明及其他。研究樣本的教育程度多在國中到高中／職肄或畢業程度，在當今高學歷的普遍社會壓力下，研究樣本也不例外地儘量希望子女能多唸一點書。

##### 子女安全方面

子女安全上的親職壓力包括逾時不歸、上下途中的安全、健康問題等。研究樣本最大的子女安全上的壓力是逾時不歸，擔心發生意外事件。

##### 子女身體健康方面

子女身體健康狀況是女性單親的第四項親職壓力。由於醫療支出在全民健保實施之前是一大筆額外的支出。在經濟狀況普遍不好的單親家庭，子女的健康狀況固然是女性單親的壓力，伴隨而來的額外醫療支出會使家庭經濟狀況雪上加霜，因此，子女的健康情況就成為另一項親職壓力，尤其是女性單親本身體弱多病時更是受到壓力。

在這四項親職壓力中以子女管教是研究樣本共同認為最大的親職壓力；其次依序為子女課業、子女安全及子女身體健康方面。

#### (二) 女性單親面對親職壓力之因應策略

依據于文正（民七九）及謝筱梅（民八三）所修訂之因應策略共分為：正向再評估；表達感受、尋求支持；面對現實、解決問題；置之不理；訴諸天命等五類。女性單親之因應策略依序出現次數的多寡分別為面對現實、解決問題，置之不理，訴諸天

命，表達感受、尋求支持，及正向再評估。其中以面對現實、解決問題佔最大多數，明顯多於其他因應策略。

女性單親面對親職壓力之因應策略中面對現實、解決問題的策略包括了管教中的處罰，希望藉由處罰達到解決問題的目的。女性單親採用此策略時似乎認為自己尚有積極解決問題的能力。採用置之不理，選擇逃避不去面對的策略，有的女性單親是出自於自己生氣，有的是放棄的心情，也有的女性單親是不知如何應對地逃離現場。採取訴諸天命的女性單親則常出現在自認為無能為力的情況下所採取的因應策略。選擇表達感受、尋求支持和正向再評估的因應策略的次數非常稀少，通常是女性單親感受到絕望，寂寞，或感受到生氣和傷心的情緒反應之後所採取的因應策略。

就親職壓力特性與因應策略間的關係發現面對現實、解決問題的因應策略普遍用於子女管教、子女課業和子女安全等相關親職壓力事件。置之不理則出現在面對子女管教及子女課業的親職壓力事件上。訴諸天命和正向再評估的因應策略均用來因應子女課業的親職壓力。表達感受、尋求支持則出現於子女管教的親職壓力上。

## 二、建議

根據研究發現與結論提出以下建議：

(一)對於女性單親的親職壓力特性上，子女管教、子女課業、

子女安全和子女健康等方面的親職壓力提出具體建議：

提供女性單親管教技巧、親職教育等相關問題之諮商、諮詢與輔導服務

根據本研究的研究結果，子女管教問題是女性單親感到最大的壓力。由於女性單親平日需解決經濟與生活問題，還需要照顧子女，非常忙碌，參加經常性活動，可能時間上不許可。因此，提供此項服務方式需多元化，例如：以郵寄親職教育相關資訊、舉辦專題講座、座談會、設置諮詢專線等等。

組織大專院校學生提供免費子女課業輔導服務

子女課業的親職壓力是親職壓力特性中第二大宗的。女性單親由於本身的教育水準不高，在子女課業輔導上也常有力不從心之憾。為增強低收入單親子女其向上社會流動的能力，必須提高其接受教育的機會。組織鄰近大專院校的大學生輪流免費提供課業輔導可採取個別課業輔導方式或是運用公共場所進行團體課業輔導。

確實參加全民健康保險

為了確保女性單親家庭之子女能獲得妥善的醫療照顧，女性單親務必加入全民健保，防止大額之醫療支出。

提供壓力管理的知識與技巧

壓力是人人均免不了的，女性單親由於其所處情況特殊，所面臨的壓力比雙親家庭壓力大，壓力管理的知識與技巧可能對於女性單親相當有用的。Melichenbaum 的壓力免疫訓練 (Stress Inoculation Training)，在降低壓力上，不論是以個別的方式或是

小團體方式進行均是相當有效的方法。

(二) 對於女性單親親職壓力因應策略方面：

協助女性單親了解自我在面對壓力事件時的因應策略模式。

提供女性單親在選擇面對現實解決問題的因應策略時多採用溝通、鼓勵、諄諄善誘等正向的方法。

避免選擇置之不理及訴諸天命等消極、逃避等因應策略。

鼓勵並引導及教導女性單親運用較積極的因應策略，例如：正向再評估及表達感受、尋求支持。同時，配合以較民主的子女管教態度和方法來面對親職壓力。

(本文作者現任靜宜大學青少年兒童福利學系教授)

#### ◎ 參考書目：

中文部分：

于文正(民七九)。壓力知覺因應策略與個人憂鬱程度之關係。國立

臺灣大學心理研所碩士論文。

王孝仙(民八十)。單親的支持系統及其生活適應之研究。文化兒童

福利研所碩士論文。

王麗容(民八三)。臺灣地區婦女福利需求評估報告。內政部社會司

委託研究。

王麗容(民八四)。臺北市家庭結構變遷與福利需求之研究。臺北市  
政府研究考核委員會。

中華民國行政院主計處(民八二)。臺灣社會統計指標。臺北：行政院。

內政部(民九一)。民國九十一年十二月二日擷取自  
<http://www.cbi.gov.tw/mainel6.htm>。

尹業珍(民八三)。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所碩士  
論文。

吳秀楨(民八十)。家庭對精神分裂病患主要問題的因應方式之探  
討。東吳大學社會學研究所社會工作組碩士論文。

任文香(民八四)。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。

呂民叡、莊耀基(民八一)。單親家庭與青少年違規犯罪行為。東海  
學報，三十三卷。

李安妮(民七八)。家庭與少年不良行為，伊慶春、朱瑞珍主編。臺  
灣社會現象的分析。中央研究院三民主義研究所。二四七—二七

四。

李淑容(民八七)。單親家庭與貧窮。社會福利雙月刊。一三九期。  
三三一—四六。

何家齊(民八七)。大學生的樂觀傾向、壓力因應方式與生活適應的  
相關研究。彰化師範大學輔導研所碩士論文。

林萬億、秦文力(民八一)。臺北市單親家庭問題及因應策略之研究。  
臺北：臺北市政府發展考核委員會委託研究。

徐良熙、張英陣（民七六）。臺灣的單親家庭：問題與展望。中國社會學刊，一一，一二一一—一二五三。

周玉真（民八一）。男性單親的生活適應。學生輔導季刊，二三，二一一—二二七。

洪秋月（民七六）。女性單親的社會支持系統與生活適應。東海大學社會工作研究所碩士論文。

陳婷蕙（民八六）。婚姻暴力中受虐婦女對脫離受虐關係的因應行為之研究。東海大學社會工作研究所碩士論文。

張秀琴（民八七）。單親家庭基本特質及困擾之探討。中國統計通訊，九卷一期。

張清富（民八一）。貧窮變遷與家庭結構。婦女與兩性學刊，三期四一一—五八。

張清富（民八一）。貧窮類型性別差異的決定因素。法商學報，一四七一—一六四。

張清富、薛承泰、周月清（民八四）。單親家庭現況及其因應對策之探討。臺北：行政院研究發展考核委員會專案研究。

陳秋瑩（民八十）。臺北市已婚婦女的角色壓力，社會支持與憂鬱及焦慮症狀之研究。國立陽明醫學院公共衛生研究所碩士論文。

陳皎眉（民七七）。婦女的生活壓力、支持系統與家庭及婚姻健康滿足之關係。國立政治大學心理教育研究所研究報告。行政院國科會。

胡幼慧主編（民八五）。質性研究理論方法與本土女性研究實例。臺

北：巨流。

黃斐莉（民八二）。臺北市的單親家庭子女照顧之研究。臺灣大學社會學研究所碩士論文。

翁毓秀（民八七）。單親母親親職壓力團體諮商方案效果研究。國立彰化師範大學輔導研究所博士論文。

翁毓秀（民八四）。單親家庭問題與處遇策略。社區發展季刊，六九，一五八—一六九。

游淑芬（民八二）。母親親職壓力與兒童社會行為關係之研究——一般和先天性心臟病兒童的比較。國立臺灣師範大學家政教育研究所碩士論文。

童小珠（民八一）。臺灣省女性單親家庭經濟困境之研究。中正大學社會福利研究所碩士論文。

駱重鳴（民七二）。生活壓力、適應方式與身心健康。臺灣大學心理研究所碩士論文。

簡春安、鄒平儀（民八七）。社會工作研究法。臺北：巨流。

葉玉如（民八一）。南港區低收入戶單親家庭問題與需求探討。臺北：南港社區福利服務中心。

劉郁芳（民八二）。藥物濫用青少年之壓力、因應策略與生活適應關係性研究。東海大學社會工作研究所碩士論文。

劉永元（民七七）。單親兒童與正常家庭兒童人際關係、行為困擾及自我概念之比較研究。高雄師範學院教育研究所碩士論文。

劉淑娜《寡婦的支持系統與生活適應》國立臺灣大學社會學研究所

碩士論文，民八三。

謝秀芬（民七八）。臺北市離婚喪偶婦女服務需求之研究。臺北：臺北市政府社會局委託專案研究。

謝秀芬、馬宗潔（民七八）。臺北市離婚喪偶婦女福利需求之研究。

臺北：臺北市社會局委託專案研究。

謝秀芬（民八四）。臺灣已婚婦女的問題與家庭福利政策，東吳大學社會工作學報第一期。

謝筱梅（民八三）。事件屬性與事件焦點對情緒反應與因應方式影響之研究。國立師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文。

羅靜心（民七九）。住院癌症病患家屬的壓力及其因應策略之探討。

東海大學社會工作研究所碩士論文。

西文部分：

Abidin, R. R. (1983) . Parenting stress index. Virginia: pediatric psychology press.

Abidin, R. R.(1990). Parenting stress index Manual:Short form. Virginia: University of Virginia .

Abidin, R., & Wilfong, E. (1985) . Parenting stress: maternal and child health correlates. Paper presented at the Annual Convention of the American Psychological Association, Los Angeles, CA.

Abidin, R., & Wilfong, E. (1989) . Parenting stress and its relationship to child health care. Children's Health Care,

18, 114-117.

Abidin, R. (1990) . Parenting stress index 3rd. Virginia: Pediatric Psychology Press, Charlottesville, VA.

Aton, R. (1989) . The defection of deception in child abusers, Unpub-lished manuscript. Calgary, Alberta, Canada.

Adamakos, H., Ryan, K., & Ullman, D. (1986) . Maternal social support as a predictor of mother/ child stress and stimulation. Child Abuse and

Aseltine, R.H. (1996) ,Pathways linking parental divorce with adolescent depression ,Joumal of Health and Social Behavior, 37,133-148.

Baum, A., Calesnick, L. E., & Gatcher, R. T. (1982). Individual differences in coping with crowding: stimulus screening and social oneload. Journal of personality and social psychology, 43 (4) , 821-830.

Billings, A. & Moos, R. (1981) . The role of coping responses and social resource in attenuating the stress of life events. Journal of Behavioral Medicine, 4,139-157.

Chan, Y. C. (1994) . Parenting stress and social support of mothers who physically abuse their children in Hong Kong, Child Abuse and Neglect, 18 (3) , 261-269.

Cohen, S. & Willis, T. A. (1985) . Stress, social support, and

- the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98, 310-357.
- Compas, B., Barnez, G., Malcarne, V. & Worsham, N. (1991) . Perceived control and coping with stress: a developmental perspective. *Journal of Social Issues*, 47, 23-34.
- Demo, D. H.& Acock, A. C. (1988) ,The impact of divorce on children ,*Journal of marriage and the Family* ,50,619-648.
- Duskin, E. (1988) .. Lone parenthood and low-income trap. *The OECD Observer*, 153, August-September.
- Egeland, B.R., Breitenbucher, M., & Rosenberg, D. (1980) . Prospective study of the significance of life stress in the etiology of child abuse. *Journal of Counseling & Clinical Psychology*, 63 (6) , 121-126.
- Fagan, J. S. (1988) . Maternal stress, child temperament, & behavior problem in preschoolers attending urban day care programs ( Doctoral dissertation, Columbia University ) . Dissertation Abstract International, 49, 11A.
- Folkman, S. , Lazarus, R, Dunkel-Schetter, C. Delongis, A., & Gruen, R. (1986) . Dynamics of a stressful encounter: Cognitive appraisal , coping, and encounter outcome, *Journal of Personality and Social Psychology*, 50 (5) ,992-1003.
- Folkman, S. & Lazarus. R, (1988) . Coping as a mediator of emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 466-475.
- Gelles, R. J.(1989). Child abuse and violence in single-parent families: Parent and economic deprivation. *American Journal of Orthopsychiatry*, 59 (4) , 492-501.
- Goldberg, S., Morris, P., Simmons, R., & Fowler, R. (1990) . Chronic illness in infancy and parenting stress: A comparison of three group of parents. *Journal of Pediatric Psychology*, 15 (3) , 347-358.
- Garfinkel, I. & McLanahan, S.. Washington, DC: Urban Institute Press, (1986) Single mothers and their children: A new American dilemma..
- Hastings, J. M. (1991) . Parenting stress in rural, low income African-American mothers of young children ( Doctoral dissertation, University of Missouri)Dissertation Abstract International, 50, 08A.
- Houston, H. K. (1987) . Stress and coping. In C. R. Synder & C. E. Ford (Eds. ) , *Coping with negative life events*. New York: Plenum Press, 373-399.
- Jodon, P. (1982) . The relationship between maternal stress and maternal discipline attitudes and practices. ( Doctoral

- dissertation, University of California ). Dissertation Abstracts International, 43, 06A.
- Lazarus, R. (1966) . Psychological stress and the coping process. New York: McGraw-Hill.
- Lazarus, R., & Folkman, S.(1984). Stress, appraisal and coping. New York: Springer.
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1980) . An analysis of coping in a middle-age community sample. Journal of Health and Social Behavior, 21, 219-239.
- Lewis, E. (1989) . Role strain in African-American Women: The efficacy of support networks, Journal of Black Studies, 20 (2) , 155-169.
- Mandli, M. (1988) . The relationship of parental stress to behavior problem in young children. (Doctoral dissertation, Marquette University ) . Dissertation Abstracts International, 50, 08A.
- Mash, E. J., Johnston, C., & Kovitz, K. (1983) . A comparison of the mother-child interactions of physically abused and non-abused children during play and task situations. Journal of Clinical Child Psychology, 12 (3) , 337-346.
- Mash, E. J., & Johnston, C. (1983a) . The prediction of mother's behavior with their hyperactive children during play and task situations. Child and Family Behavior Therapy, 5 (2) , 1-14.
- Mash, E. J., & Johnston, C. (1983b) . Parental perceptions of child behavior problems, parenting self-esteem and mothers' reported stress in younger and older hyperactive and normal child. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 5 (1) , 86-99.
- Mash, E. J., & Johnston, C. (1983c) . Sibling interactions of hyperactive and normal children and their relationship to reports of maternal stress and self-esteem. Journal of Clinical Child Psychology, 21, 91-99.
- Matthews, L. (1989) . Parenting stress, role conflict and husband support-tiveness in dual career families with preschool-aged children. Doctoral dissertation, University of Virginia, Charlottesville. Dissertation Abstracts International, 51, 02B.
- McLanahan, S. S. (1985) . The reproduction of poverty. American Journal of Sociology, 90, 873-901.
- McLanahan, S. S., & Booth, K. (1989) , "Mother-only families: Problems, Prospects and policies," Journal of Marriage and the Family, 51 557-580.



- Meichenbaum, D. (1985). Stress inoculation training. New York: Pergamon Press.
- Milardo, R. M., (1987) "Changes in social networks of women and men following divorce," *Journal of Family Issues*, 8, 78-96.
- Newberger, E., Reed, R. B., Daniel, J. H., Hyde, J. N., & Kotelnick, M. (1977) . Pediatric social illness: Toward an etiological classification. *Pediatrics*, 60, 178-185.
- Nikelly, A. G. (1977) . Achieving competence and fulfillment. Belmont, CA: Wadworth Publishing Company, Inc.
- Patterson, J. M., & McCubbin, H. I. (1987) . Adolescent copying style and behaviors: Conceptualization and measurement. *Journal of Adolescence*, 10, 163-186.
- Pearlin, L. I. & Schooler, C. (1987) . The structure of coping. *Journal of Health and Social Behavior*, 19, 2-21.
- Sands, R. G. & Nuccio, K. E. (1989) "Mother-headed single parent families: A feminist perspective," *Journal of Women and Social Work*, 4 (3) , 25-41.
- Slavin, L. A., Rainer, K. L., McCreary, M. & Gowda, K. K. (1991). Toward a multicultural model of the stress process. *Journal of Counseling and Development*, Sep/Oct, 70, 156-163.
- Straus, M. A. (1980) . Stress and physical child abuse. *Child Abuse and Neglect*, 4, 75-88.
- Terry, P. J. (1994). Determinants of coping: The role of stable and situational factors. *Journal of personality and social psychology*, 66, 895-910.
- Weinberg, S., & Richardson, M. (1981) . Dimensions of stress in early parenting. *Journal of Counseling and Clinical Psychology*, 49 (5) , 686-693.
- Weisman, A. D. (1978). Stress process among mothers of infants : Preliminary model testing. *Nursing Research*, 38(10), 10-16.
- Weitzman, L. J. New York: Free Press, (1985) . The unexpected social and economic consequences for women and children in America