

壹、標題：

以優勢觀點為基礎之國小家長親職教育方案初探

貳、研究概述

本研究採行動研究，透過兩組家長團體的實作—回饋—修正—實作的歷程，發展出以優勢觀點為基礎之國小家長親職教育方案的階段與任務，並評估方案的可行性與成效。

參、研究目的

進行親職教育時，最大困境是家長不停的數落孩子之缺點，若無法協助家長從「孩子做錯了什麼」轉移到「孩子發生了什麼、影響是什麼」，就難以產生策略共識，且看待孩子的視野也會一直停留在負向解讀，無法轉為優勢的正向觀點。而優勢視角理論（Strengths Perspective）強調人都具有潛能去因應困境，倘若家長能發掘孩子的優勢與資源，看到孩子的「可能性」而非聚焦於問題，就能實踐正向教養的理念。本研究之目的：

一、發展優勢觀點為基礎之親職教育方案的階段與任務，以供親職教育實務運用。

二、探討國小家長參與優勢觀點為基礎之親職教育方案之成效。

肆、研究方法

採行動研究法，由研究者帶領兩組各 8 名國小家長親職團體，進行每週一次、每次三小時、共計四次的優勢觀點親職教育方案。第一組團體結束，依據團體觀察與家長回饋意見，修改親職教育方案，再進行第二組團體。待團體結束後，透過參與式觀察、訪談蒐集資料，以評估方案之成效。

伍、研究結果與討論

研究結果與發現如下：

一、親職教育方案的階段與任務：

（一）第一階段：進行親職教育前的安全建構

—核心任務：建立安全感與心理準備、初步關係的覺察與反思能力。

一開始不急於帶入孩子問題，先透過互動遊戲，讓家長產生樂趣，使之願意投入後續活動。逐步建立預備與安全感。

【參考活動】：隨意塗鴉、恣意曲線、積木遊戲

(二) 第二階段：覺察親職角色，自我慈憫

—核心任務：了解與接納自我親職角色的優勢與侷限，教養子女關係中的自我調節，學習自我關愛

【參考活動】：牌卡或沙盤創作親職角色、優勢卡

(三) 第三階段：翻轉思維框架，突破僵化盲點

—核心任務：本階段是方案的核心，解構慣性的思考模式與眼光，鬆動對孩子既有的負向標籤，重新建構看待孩子的新視野。

【參考活動】：毛線拓畫、



視框解構再建構

(四) 第四階段：理解自身行為的影響，建立正向教養能力

—核心任務：理解慣性的回應模式，該模式對親子互動的影響，學習正向教養的理念。

【參考活動】：行為—回應—結果、行為目的、鼓勵、設限、我訊息

二、訪談家長親職教育方案之成效：

(一) 第一階段：能運用方案的活動，在家與孩子實作，增進親子關係。

(二) 第二階段：家長交流和互動，聆聽不同性別的親職壓力和角色責任，了解母職和父職的辛苦，拓展更多元觀點，找回自我價值。

(三) 第三階段：體驗解構與轉化看事情觀點，鬆動固著框架，看到更多的可能性。重新發現自己和孩子的亮點，學習慢慢引導和等待。

(四) 第四階段：發現自己回應孩子行為模式，覺察成長歷程影響自己教養價值觀的重要議題。經由上述轉化階段更能內化鼓勵與尊重的正向教養，將同理、我訊息、「同理→設限→替代方案」等技巧實際運用。

關鍵字：優勢觀點、親職教育、國小家長、正向教養