

脆弱家庭家長 親職支持團體 成效探究

國立暨南國際大學輔導與諮商碩士班 碩士生 陳毅純



研究 目的

脆弱家庭（簡稱脆家）成為社安網關注的服務對象之一。脆家家長面臨家庭功能不足等困境，承受子女教養問題、經濟困難等多重壓力，造成親職上的困難，對身心形成傷害。本研究探討親職支持團體如何提供脆家家長壓力紓解、重整情緒及降低壓力。

研究 設計

本研究與區域社福中心合作，透過機構邀約「面臨親職衝突及壓力，且有意願分享的脆家家長」進行六次，每次兩小時的高結構、封閉式團體。

本研究以團體動力、療效因子評估團體歷程，並採用團體期待檢核表、焦慮量表（於團體前、後進行施測）、成員回饋表等方式分析成效。

研究 發現

- 由於脆家家長的活動經驗皆以單次或手做課程為主，此團體內容與過往不同，造成邀約上的困難。
- 成員雖有意願參與團體，然脆家家長皆以工作和孩子為優先，出席狀況不佳，雖使用多種方式應變仍無法改善。
- 脆家家長面臨經濟壓力等多重困境下形成教養困難。
- 脆家家長較難看見自己的優點，但透過成員間的支持與賦能，能以另一個觀點看待自己。
- 此團體達到壓力紓解及抒發情緒的效果，雖然成員的困境尚未解決，但更了解如何以正確有效的方式調適壓力。
- 若沒有經常核對團體對成員的幫助及效果，脆家家長易因為外在因素選擇不出席當次的團體。

研究 結論

親職支持團體提供脆家家長舒緩壓力、學習調適壓力的機會，進而降低焦慮，透過其他成員的支持與賦能看見自己的優點。由於脆家家長多面臨經濟壓力、工作等實質困境，本團體次數有限，且部分成員未能每次都參與團體，依據本研究之經驗與成果，提供脆家家長親職支持團體之實務研究者作為參考。

