特殊教育季刊　民 110 年 12 月　第 161 期　第 33-40 頁
Doi: 10.6217/SEQ.202112_(161).33-40

特殊需求幼兒家長親職壓力及效能感之實務分享

賴禹霖
國立臺灣大學醫學院附設醫院
新竹臺大分院復健部
物理治療師

朱思穎*
國立清華大學
特殊教育學系
教授

摘　要

特殊需求幼兒家長在幼兒發展上扮演了舉足輕重的角色，若可瞭解家長之壓力來源為何，其與親職效能感之關聯為何，便可擬定相關因應策略。因此文中將探討親職壓力及親職效能感之意涵與相關影響因素，並以筆者實務經驗為例，提出建議作法，以期改善家庭功能並促進幼兒發展。

關鍵詞：特殊需求幼兒、親職壓力、親職效能感

1. * 通訊作者：朱思穎（chusy@mx.nthu.edu.tw）
2. 第一作者賴禹霖亦為國立清華大學特殊教育學系研究生。

Special Education Quarterly December, 2021 Issue No. 161 Page 33-40
Doi: 10.6217/SEQ.202112_(161).33-40

Parental Stress and Parenting Self-Efficacy for Young Children with Special Needs: Practical Implications

Yu-Lin Lai
Physical Therapist,
Department of Physical medicine and Rehabilitation,
National Taiwan University Hospital
Hsin-Chu Branch

Szu-Yin Chu*
Professor,
Department of Special Education,
National Tsing Hua University

Abstract

Families of young children with special needs play a crucial role in early childhood development. Determining the sources of parenting stress and the correlation between parenting stress and self-efficacy can aid in the establishment of coping strategies. Accordingly, this paper discusses the concepts of parenting stress and parenting self-efficacy, with the author's practical experience serving as an example, and offers suggestions to improve family function and promote early childhood development.

Keywords: young children with special needs, parenting stress, parenting self-efficacy

1. * Corresponding Author: Szu-Yin Chu (chusy@mx.nthu.edu.tw)

2. The first author is also a graduate student of department of Special Education, National Tsing Hua University.

壹、前言

衛生福利部統計處（2021）指出 2020 年接受早期療育人數為 39752 人，可見發展遲緩兒童家庭不在少數。對這些家庭而言，主要照顧者會面臨許多衝擊和挑戰。家庭是特殊需求幼兒第一個也是最有效的安置型態，唯有家庭的需求得到重視及滿足時，幼兒的發展才能成長。因此早期療育服務除了著重幼兒本身的發展，也應將家庭支持及需求納入。目前國內有關早期療育的研究，皆主張家長參與之重要性，發展遲緩幼兒是長期性的，無論是復健或是治療，皆須家長與專業人員之間的相互參與，家長除了讓孩子接受治療外，必須有更積極與全面性的作為，而非只是遵循醫囑而已（康琳茹、陳嘉玲、陳麗如、陳惠茹、黃靄雯，2016；曾凡慈，2010）。而國外早於 1991 年《身心障礙者教育法案》（Individuals with Disabilities Education Act，簡稱 IDEA）即已強調早期療育服務的目的在於「提升家庭能力以滿足發展遲緩兒童發展上的特殊需求」。因此早期療育的服務的核心從治療兒童轉變為家庭，促進幼兒在自然環境的融合及日常生活作息之參與，提升家庭及父母需求的滿足，進而使特殊需求幼兒有更好之發展環境與療育機 會 (Turnbull, A. P., Turnbull, H. R., Erwin, & Shogren, 2015)。綜上所述，家庭及家長在特殊需求幼兒的發展上之重要性不言而喻。

筆者為早期療育之物理治療師，在早期療育服務的過程中，曾遇到一名重度腦性麻痺幼兒小寧（化名），小寧媽媽為越南籍，全職照顧小寧，而小寧爸爸為自由業，父母均為高職畢業且無固定收入，家中主要經濟來源為社會處之中低收入戶補助；媽媽回想當初小寧六個月時還不會翻身，回診時被醫生診斷為重度腦性麻痺患者，媽媽經歷了漫長的心理調適歷程，從一開始的否認、拒絕，隨著孩子的成長以及社政、醫療、教育等專業人員介入，才慢慢將心態調整，變得比較正向積極。媽媽一路走來承受了極大壓力，社會支持不足及家庭功能缺乏使得媽媽身心俱疲。筆者鑒於在早期療育服務過程中常遇到家庭壓力極高、社會支持系統缺乏之家庭，因此本文將探討特殊幼兒家長所承受之親職壓力為何、是否會影響其親職效能感，並分享相關因應及輔導策略。

貳、特殊需求幼兒家長親職壓力之內涵

一、親職壓力之意涵

親職壓力之概念由臨床心理學家 Abidin 於 1976 年提出，親職壓力意即父母在扮演親職角色時，在親子互動的過程中，受到父母人格特質、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 (Abidin, 2012)。而國內多位學者亦有相似之定義，Rivard、Terroux、Parent-Boursier　與 Mercier (2014) 認為親職壓力是互動過程中，受到父母本身特質、子女特質及外在情境等因素的影響，而產生的壓力感受；陳密桃、陳玲婉（2007）則認為親職壓力是父母在履行親職角色時，因為個人、親子及夫妻之間三方面的障礙，使其產生焦慮、挫折、自責等心理感受；張本文（2015）指出親職壓力係指父母在履行父母角色及親子互動歷程中，受到其個人的人格特質、親子互動關係、子女特質及家庭情境因素之影響，而感受到的壓迫感。由於上述研究皆強調父母、子女及家庭環境或外在環境，故在探究親職壓力時，父母面向、兒童面向、家庭功能以及外在環境皆須加以考量。

二、特殊需求幼兒家長親職壓力之來源

特殊需求幼兒的家長與一般幼兒的家長相比，生活上所承受的親職壓力明顯較高 (Bloomfield & Kendall, 2012)。若家中育有特殊需求幼兒的家庭，家長除了對子女的特質感到困擾或擔心外，在親子互動的過程中，也會因為較少感受到子女的回饋而感到失望或產生距離感，因此親職壓力感受會比普通家長來得高（陳惠茹，2015）。一般幼兒父母之壓力來源包含來自母親角色的適應、親子互動以及幼

兒的特質等三個面向 (Abidin, 2012)。筆者整理近十年來與特殊需求幼兒家長相關文獻探討之壓力來源（李佳宜、蔣伊真、黃雅鈴、李興中、李國鳳，2015；邱筱彤、吳佩芳、張家瑞，2017；孫怡、吳維紋、林寬佳、陳若琳，2016；楊珮渝、林玲伊、巫文安，2019），可以區分成來自家長領域、孩子領域及親子關係之壓力，如圖 1 所示：

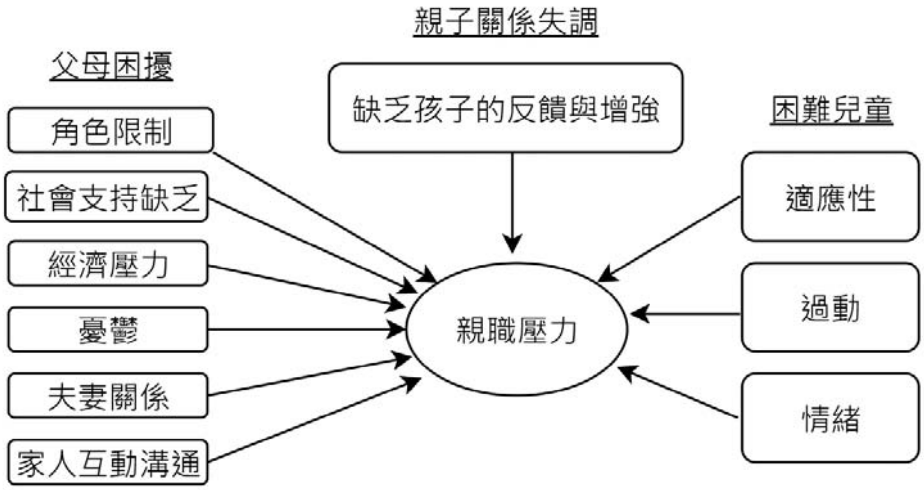

圖 1　親職壓力來源分析

先前提及之小寧家庭，探究家長親職壓力之來源，媽媽長期為小寧主要照顧者，爸爸須工作無法分擔照護之責，而小寧本身日常生活功能完全依賴媽媽，造成媽媽幾乎無個人休閒娛樂生活、心情憂鬱、夫妻失和，此為父母困擾；小寧因重度腦性麻痺合併智能障礙，缺乏親子之間互動與反饋，因而親子關係失調。

三、特殊需求幼兒家長親職壓力之相關因素

當親職壓力過大時，將阻礙家長之親職功能發展，生活品質降低，甚而影響幼兒之治療效益，因此探討影響特殊需求幼兒家長親職壓力之相關因素實為重要。關於影響特殊需求幼兒家長之親職壓力的因素，根據國外文獻顯示，特殊需求幼兒家長之親職壓力感受，與幼兒的障礙程度、行為問題的複雜性、社會支持及家長親職效能感呈顯著相關 (Huang et al., 2014)。而在國內研究亦有相似之結果，特殊需求幼兒家庭的親職壓力受到母親的年齡、教育程度、家庭收入、家長的身心狀況、子女數、兒童障礙程度等因素之顯著影響 (Hsiao, 2018)。回顧筆者多年實務現場經驗，發現家庭之壓力來源確實與經濟及孩子障礙程度有高度相關，以先前提及小寧家庭案例而言，家庭無穩定收入、家長教育程度偏低，及小寧為重度腦性麻痺患者，均可能影響小寧家長高度之親職壓力。

研究顯示親職壓力與家長憂鬱程度相關，當家長親職壓力愈高時，家長憂鬱程度愈嚴重，進而影響家庭功能及兒童發展（陳玟伶、蔡曉婷、周汎澔，2015）。而孫怡等人（2016）亦指出親職壓力與親職效能感確有其關聯性，當家長之親職效能感愈高，其親職壓力愈低，同時生活品質也愈高。由此推論，若可瞭解造成親職壓力之因素，發展介入性措施、加強家長之親職效能，可成為改善家長生活品質的關鍵，進而減輕其親職壓力。

參、特殊需求幼兒家長之親職效能感

一、特殊需求幼兒家長親職效能感之意涵

由於親職壓力與親職效能感有其相關性，若能瞭解特殊需求幼兒家長親職效能感之相關意涵及其影響因素，將有助於降低親職壓力。Guimond、Wilcox 與 Lamorey (2008) 認為親職效能感的定義為父母對於其促進孩子發展的預期信念。Coleman 與 Karraker (1998) 提出具效能感的父母容易對親職角色產生興趣、能欣然接受親職挑戰、並從中獲得成就與滿足。父母的親職效能感會影響父母教養孩子的行為，使其可提供孩子一正向環境，將孩子發展最大化。具有高度親職效能感的父母，通常會自我賦權與親職相關的功能，並成功管理和執行眾多與親職角色相關的任務，對於親職活動有強烈的興趣，深入參與親職的過程；相反的，親職效能感較低的父母，容易被父母的責任所擊垮，對每天及長期的父母角色感到極為沉重 (Hohlfeld, Harty, & Engel, 2018)。

二、影響特殊需求幼兒家長親職效能感之相關因素

分析影響特殊需求幼兒家長親職效能感之相關因素的國內外文獻，歸納出以下幾點：

1. 家長因素
   (1) 家長之教育程度：姚淑娟（2010）探討學前特殊幼兒父親之效能感與父職參與行為，發現特殊幼兒父親之學歷，大學以上學歷的親職效能整體層面高於高中職及專科以下學歷。此與孫怡等人（2016）研究相似，父母親的教育程度越高時，親職效能顯著較高，尤其學歷在研究所（含）以上。Hohlfeld 等人 (2018) 研究學前發展遲緩幼兒之母親，亦發現母親之教育程度與親職效能感呈正相關。
   (2) 家庭月收入：家庭月收入愈高之家庭，其父母之親職效能愈高（洪乙嘉、宋素卿、陳質采、謝彬彬，2020；姚淑娟，2010）。孫怡等人（2016）亦發現父母親的收入愈高時，親職效能與生活品質也會愈高。
   (3) 婚姻狀況：王宏元（2016）針對「特殊教育長期追蹤資料庫」作次級分析，發現已婚家長的親職效能感高於非已婚家長。在與配偶互動情形方面，與配偶經常討論者，高於偶爾討論及極少討論者（姚淑娟，2010）。
   (4) 家人或社群團體支持：感受到家長支持及醫療支持之父親，其親職效能高於未感受到支持者（姚淑娟，2010）。感受足夠的家人支持及獲得家長團體支持的家長，其親職效能感較高（王宏元，2016）。
2. 子女因素：孩子的障礙程度

孩子障礙程度愈重，父母須花更多時間照顧，影響其參與孩子之教育及療育，Rivard 等人 (2014) 指出自閉症幼兒之問題行為與親職壓力成正相關，並間接降低親職效能感，造成家長憂鬱之情形。國內洪乙嘉等人（2020）發現自閉症類群障礙幼兒有合併其他診斷者，其父母之親職效能顯著低於無合併其他診斷之幼兒。

分析長期影響小寧家庭親職效能感之相關因素，包含家長之教育程度偏低、經濟困難、缺乏社會支持及小寧為重度腦性麻痺患者，推測家庭狀況及小寧本身障礙程度為造成家長親職效能感低落之主因。

肆、特殊需求幼兒家長親職壓力與親職效能感之輔導與因應策略

透過上述文獻分析，可瞭解特殊需求幼兒家長親職壓力與親職效能感之相關性，及其影響因素；以小寧家庭而言，經濟問題、社會支持不足、孩子障礙程度等均使其親職壓力極高，若可發展相關輔導因應策略、加強家長之親職效能感，可成為改善家長生活品質的關

鍵，進而減輕其親職壓力。筆者提供相關建議輔導策略（參閱圖 2）如下：

1. 提供親職教育：特殊需求幼兒有別於一般發展幼兒，因其往往有獨特的教育需求，對特殊需求幼兒家長也構成了極大的壓力與挑戰，因此親職教育被視為問題解決的策略之一，希望透過親職教育的施行，促進家長之教育知能，並有利於幼兒發展。親職教育重點建議加強親師互動、提供家長親職訊息、鼓勵家長參與子女教育相關活動及舉辦親職課程等。
   (1) 親職訓練課程：定期辦理相關增能課程，提供多樣性、多元方式的親職教育，增進家長教養技巧及特教知能，使家長可妥善發揮其親職功能、增加親職效能感並減輕親職壓力 (Hsiao, 2018)。
   (2) 瞭解社會資源：經濟能力不佳之家庭，親職壓力較高，親職效能亦較低（洪乙嘉等人，2020），因此應幫助家長瞭解政府提供之社會福利政策，如：對特殊幼兒提供之保護、救助、早期療育、身心障礙救助及其他特殊協助等，以減輕其負擔。
   (3) 瞭解孩子需求及目標：鼓勵家長參與學校提供之個別化教育方案 (IEP)，家長的參與可提供教師最適切的建議，並促使雙方的互動與瞭解。當家長能配合學校的教學，將學校教學內容延伸到家中或社區，可幫助孩子的學習持久及類化。
2. 協助建立家長支援網絡：家長常因角色限制、社會支持缺乏而感到高度親職壓力，若政府或實務工作者可協助建立家長支援網絡，家長便可藉此相互協助，以達教養、資源等相關資訊交流之目的，並提供情緒支持，減輕親職壓力。
3. 提供完整早期療育服務：建議以完整之跨團隊方式提供幼兒及其家庭各項服務，彼此互相溝通合作，討論共同目標，並以家庭為中心，賦權家長，除治療個案本身外，亦將家長納入共同指導者，以提升幼兒發展並改善親職功能。王天苗（2013）研究以跨專業團隊合作方式提供 0 至 3 歲特殊需求幼兒家長支援，結果發現無論是在幼兒發展能力的增長、療育目標的達成及家長心理、教養和資訊上的幫助，都顯現了具體的效果。由此可知，除了對於特殊需求幼兒直接介入外，讓家長成為孩子自然引導者，賦權家長並提升其親職功能，不僅可減輕親職壓力，對於特殊需求幼兒之發展亦有顯著性影響。

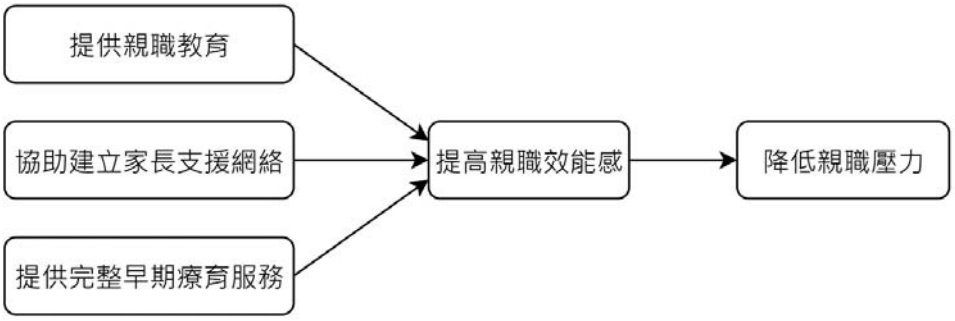

圖 2　親職壓力與親職效能感輔導策略示意圖

小寧先前因移位困難，家長皆讓小寧在家自學，故社會支持以醫療端為主。筆者將上述之輔導策略實際應用於小寧案例中，在提供親職教育的面向，透過筆者任職的醫院定期舉辦早療親職課程，家長在個管師鼓勵下參與了各項相關課程，並參加聯評個案討論會、與專業

人員合作溝通，幫助家長更瞭解自己的孩子並自我增能，落實「以家庭為中心」之療育。在協助建立家長支援網絡的面向，家長因參與親職課程結識了其他同為特殊需求幼兒之家長，藉此機會加入家長團體及臉書社團，並開始與其他家庭互動交流，獲得了情緒上的支持。在提供完整早期療育服務的面向，小寧除了經醫院社工輔導接受各項社會補助資源，如：就醫補助及早期療育交通費補助，亦透過社工轉介至兒童發展聯合評估中心，團隊評估後接受物理治療、職能治療及語言治療，早療團隊與家長建立良好夥伴關係。在親職效能感提升的同時，親職壓力也相對減輕了不少，為原本沉重的生活帶來了一絲曙光。

伍、結語

特殊需求幼兒家長身心皆承受極大的壓力，因而影響其親職效能感及家庭生活品質，希望可透過筆者之經驗，並參考國內外文獻的建議，提供家長特殊需求幼兒療育或照顧上之參考，以期家長自我增能、減輕親職壓力、提升生活品質，成為孩子療育路上最好的陪伴者。

參考文獻

王天苗（2013）。家長支援療育方案對零至三歲幼兒與家庭之成效研究。**特殊教育研究學刊，38**(2)，1-28。doi: 10.6172/BSE.201307.3802001

王宏元（2016）。**身心障礙學生家長參與子女教育與親職效能感之相關研究：特殊教育長期追蹤資料庫為例**（未出版之碩士論文）。國立新竹教育大學，新竹。

李佳宜、蔣伊真、黃雅鈴、李興中、李國鳳（2015）。初次診斷為發展遲緩兒童家長之親職壓力及生活品質探討。**身心障礙研究季刊，13**(3)，153-169。

邱筱彤、吳佩芳、張家瑞（2017）。早產兒母親親職壓力與早期療育服務需求之探討。**幼兒教育年刊，28**，123-136。

姚淑娟（2010）。**特殊幼兒父親親職效能感與父職參與行為之相關研究**（未出版之碩士論文）。國立屏東教育大學，屏東。

洪乙嘉、宋素卿、陳質采、謝彬彬（2020）。自閉症類群障礙兒童父母之親職壓力、復原力及親職能力知覺相關性探討。**精神衛生護理雜誌，15**(1)，36-46。doi: 10.6847/TJPMHN.202006_15(1).04

孫怡、吳維紋、林寬佳、陳若琳（2016）。探討發展遲緩幼童之父母親職壓力與生活品質之相關——以親職效能為中介變項。**護理雜誌，63**(5)，33-43。doi: 10.6224/JN.63.5.33

康琳茹、陳嘉玲、陳麗如、陳惠茹、黃靄雯（2016）。家長於兒童復健服務過程中以家庭為中心感受之初探。**台灣復健醫學雜誌，44**(4)，179-186。doi: 10.6315/2016.44(4)02

張本文（2015）。父職親職壓力面面觀。**臺灣教育評論月刊，4**(12)，76-81。

陳玟伶、蔡曉婷、周汎澔（2015）。學齡期注意力缺陷過動症兒童之母親憂鬱及其相關因素之探討。**護理雜誌，62**(1)，39-49。doi: 10.6224/JN.62.1.39

陳密桃、陳玲婉（2007）。國小學童母親的人格特質與親職壓力、幸福感之相關研究。**高雄師大學報：教育與社會科學類，20**，1-20。doi: 10.7060/KNUJ-ES.200606.0001

陳惠茹（2015）。教養嬰幼兒親職壓力之研究：以家庭壓力理論分析。**幼兒教保研究，14**，19-39。

曾凡慈（2010）。醫用者的運籌行動：形塑早期療育的照護軌跡。**臺灣社會學刊，45**，63-116。doi: 10.6786/TJS.201012.0063

楊珮渝、林玲伊、巫文安（2019）。發展遲緩兒童家庭族群特性概況與家庭情形及功能之探討。**臺灣職能治療研究與實務雜誌，15**(2)，117-130。doi: 10.6534/jtotrp.201912_15(2).0003

衛生福利部統計處（2021）。**發展遲緩兒童早期療育服務人數**。110 年 3 月 9 日，取自 https://dep.mohw.gov.tw/DOS/cp-2978-13981-113.html。

Abidin, R. R. (2012). *Parenting stress index* (4th ed.). Lutz, FL: PAR.

Bloomfield, L., & Kendall, S. (2012). Parenting self-efficacy, parenting stress and child behaviour before and after a parenting programme. *Primary Health Care Research & Development, 13*(4), 364-372. doi: 10.1017/S1463423612000060

Coleman, P. K., & Karraker, K. H. (1998). Self-efficacy and parenting quality: Findings and future applications. *Developmental Review, 18*(1), 47-85. doi: 10.1006/drev.1997.0448

Guimond, A. B., Wilcox, M. J., & Lamorey, S. G. (2008). The early intervention parenting self-efficacy scale (EIPSES): scale construction and initial psychometric evidence. *Journal of Early Intervention, 30*(4), 295-

320. doi: 10.1177/1053815108320814

Hohlfeld, A. S. J., Harty, M., & Engel, M. E. (2018). Parents of children with disabilities: A systematic review of parenting interventions and self-efficacy. *African Journal of Disability, 7*, 1-12. doi: 10.4102/ajod.v7i0.437

Hsiao, Y. J. (2018). Parental stress in families of children with disabilities. *Intervention in School and Clinic, 53*(4), 201-205. doi: 10.1177/1053451217712956

Huang, C. Y., Yen, H. C., Tseng, M. H., Tung, C. L., Chen, Y. D., & Chen, K. L. (2014). Impacts of autistic behaviors, emotional and behavioral problems on parenting stress in caregivers of children with autism. *Journal of Autism and Developmental Disorders, 44*(6), 1383-1390. doi: 10.1007/s10803-013-2000-y

Rivard, M., Terroux, A., Parent-Boursier, C., & Mercier, C. (2014). Determinants of stress in parents of children with autism spectrum disorders. *Journal of Autism and Developmental Disorders, 44*, 1609-1620. doi: 10.1007/s10803-013-2028-z

Turnbull, A. P., Turnbull, H. R., Erwin, E. J., & Shogren, K. A. (2015). *Families, professionals, and exceptionality: Outcomes through partnerships and trust*. Upper Saddle River, NJ: Pearson.