

國立臺灣大學社會科學院社會工作學系



碩士論文

Department of Social Work

College of Social Science

National Taiwan University

Master Thesis

家庭沙塵暴—

兒時曾目睹父母間暴力成年子女人際拉扯經驗

The interpersonal togetherness and individuality

Experience of Adult Children Who Exposed to Parental

Violence in Childhood

王碧瑩

Pi-Ying Wang

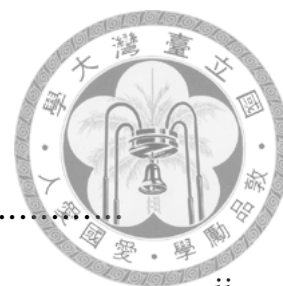
指導教授：鄭麗珍博士

Advisor: Li-Chen Cheng, Ph.D.

中華民國 108 年 1 月

January 2019

目錄

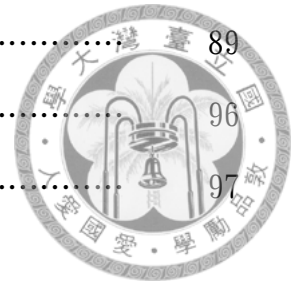


口試委員會審定書	
謝誌	ii
中文摘要	iii
英文摘要	iv
第一章 緒論	01
第一節 研究背景	01
第二節 研究動機	04
第三節 研究目的與問題	09
第二章 文獻回顧	10
第一節 目睹議題的發展與定義	10
第二節 目睹造成之負面影響	19
第三節 自我分化	26
第三章 研究方法	35
第一節 質性研究方法	35
第二節 研究設計	37
第三節 資料分析	49
第四章 研究結果與討論	54
第一節 兒時目睹經驗成年子女生命經驗	54
第二節 兒時目睹經驗成年子女親子關係	66
第三節 兒時目睹經驗成年子女自我分化策略與困境	74
第五章 結論與研究建議	85
第一節 結論	85
第二節 研究建議與研究限制	87

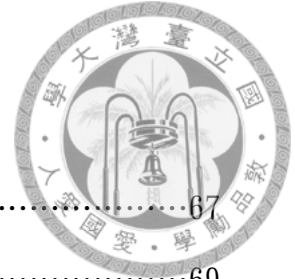
參考文獻..... 89

附錄一：訪談知情同意書..... 96

附錄二：訪談大綱..... 97



表圖目次



圖一	「捲入到拉開距離型」親子關係變化圖	67
圖二	「代罪羔羊到與父母糾結型」親子關係變化圖	69
圖三	「介入衝突到與母緊密型」親子關係變化圖	71
圖四	「與母緊密到與父母疏離型」親子關係變化圖	72
表一	受訪者基本資訊欄位	40
表二	本研究涵蓋的主題	49
表三	開放譯碼方法	50
表四	主軸譯碼方法	52
表五	選擇性譯碼方法	52

謝誌



當初大學畢業後，我躊躇滿志地踏入實務現場，工作中感受到喜悅與美好難以言喻，然而也因為當代社會問題的高度複雜性，使得我感受到自己有所不足，因而返回校園尋找答案。首先，最要感謝的是願意奉獻出自己寶貴經驗的受訪者，你們是我完成論文的最大動力，同樣作為受苦的人，要去回憶、分享這樣的經驗好需要勇氣，謝謝你們的勇敢跟付出。

在這漫長的研究所生涯中，我很幸運能夠遇到楊蓓老師，楊蓓老師帶領我去探究自己生命中的傷痛與堅毅，我才有勇氣去做與自己生命故事高度相關的論文主題。感謝楊蓓老師與潘淑滿老師願意擔任我的論文口試委員，學生不才，囫圇吞棗寫了一團未經整理的雜亂文本，經由兩位口委老師精準又縝密的心思與見解，才能讓我的拙作得以發揮一些價值。感謝我的指導老師鄭麗珍老師，從您身上不只學習到學術的能力，也從您對社會工作的投入中讓我知道自己要更努力成長。感謝劉淑瓊老師邀請我參與研究，讓我知道兒保工作雖然佈滿荊棘，但仍有許多前輩在這個領域奮鬥，給我能夠繼續投入工作的勇氣與力量。感謝同意我旁聽的洪娟娟老師，您耐心聽著我說自己工作中的挫敗與自我懷疑，從您的肯定中我也生出即使笨拙狼狽也要繼續努力的決心。

同時感謝一起學習成長的夥伴，中蓓蓓毒的小D、維雅、門門、芳萍，研究所中一起努力的安瑜、蘋果、其多等，雖然我是最後才畢業，還是很開心最後終究拿到了碩士學歷，也感謝長年一直在身旁的伴侶。還有感謝工作中督導與同事的支持與鼓勵，一邊寫論文一邊工作真的很苦很苦，很不適合吃不了苦的我。能夠完成論文很不可思議，我會懷抱感謝的心情，把自己的人生繼續投入在陪伴苦難之人之中，希望我們有一天能知道，這些苦難的真諦到底是什麼。

碧瑩 2019. 2. 3

中文摘要



本研究目的在於了解兒時曾目睹父母間暴力成年子女與父母關係變化與自我分化歷程內涵，採用深度訪談法訪談 9 位年齡 26 歲至 45 歲間之受訪者，並從中分析成年子女親子關係變化模式與自我分化策略。研究結果如下：

1. 親子關係變化模式包括四個類型：「捲入到拉開距離型」、「代罪羔羊到與父母糾結型」、「介入衝突到與母緊密型」以及「與母緊密到與父母疏離型」。
2. 目睹子女常見的低度自我分化類型有：「疏離與情緒切割」、「情緒共融」以及「夫妻一方外遇」、「子女作為代罪羔羊」以及「子女進入戰場」等親子三角關係。
3. 子女可採用的自我分化策略包括認知層面、情緒層面、行為層面以及自我實現層面等四個面向，認知層面強調「父母的事情由父母去處理」以及「允許自己對父母有負面觀感」，情緒層面建議目睹子女需重視自己的情緒與感受，行動層面建議可言語表達自己的感覺與想法，引導父母改變說法與互動方式以及自我實現層面，建議子女找出自己的想望，發展自己人生的道路。
4. 本研究發現華人文化中強調之孝道文化使得子女自我分化更為糾結艱困，但也同時自我分化強調的生命連帶性與個體性拉扯平衡在華人社會中更顯重要。

關鍵字：目睹；自我分化

Abstract



The purpose of this study is to understand the change in the relationship between adult children who exposed to parental violence in childhood and parents and the process of self-differentiation of adult children. The study interviewed 9 research participants between the ages of 26 and 45 and analyze the parent-child relationship change patterns and self-differentiation strategies. The research results are as follows:

1. The parent-child relationship change patterns includes four type: “involve in to extend distance”, “being scapegoat to entangle with mother”, “involve in conflict to entangle with mother” and “entangle with mother to extend distance with parents”.
2. Adult children’s low self-differentiation type include “emotion alienation and emotion cutoff”, “emotion fusion” and “triangle parent-child relationship”.
3. Adult children’s self-differentiation strategies include “cognitive level”, “emotional level”, “action level” and “self-realization level”.
4. The study also finds that the the filial piety culture emphasized in Chinese culture makes children's self-differentiation more difficult, but at the same time, the self-differentiation which emphasizes the balance of togetherness and individuality is an important issue in the Chinese society.

key word: exposed to parental violence;differentiation of self

第一章 緒論



第一節 研究背景

目睹暴力 (expose to violence) 是家庭暴力防治較晚近的新興議題，在家庭暴力防治中，最早被關注的是兒童虐待 (child abuse) 與親密關係暴力 (intimate partner violence) 兩大領域，無論是在美國或臺灣，兒童虐待與親密關係暴力皆為兩個獨立的研究領域，在服務處遇上也分屬兩個截然不同的服務輸送體系 (Barnett, Miller-Perrin, Perrin, 2011)，而在此兩個領域中皆強調受暴當事人的人身安全與需求，目睹父母間暴力的子女 (以下稱目睹子女) 雖身處父母親密關係暴力環境中，但未受施暴者蓄意傷害，因而難以被納入兒童虐待，但因目睹子女也非親密關係暴力的受害者，亦不符合親密關係暴力的定義，使得目睹子女正巧落在兒童虐待與親密關係暴力的灰色地帶，也因此，目睹領域的學者與服務提供者時常將目睹子女稱為「被遺忘的受害者」(forgotten victims) 或「不被看見的受害者」(unseen victims) (Osofsky, 1995; 天主教善牧基金會，2010；財團法人勵馨社會福利事業基金會，2016)。

乍看之下，目睹子女本身未直接遭受暴力對待，沒有人身安全威脅，似乎未有具體需關注的理由，然而在實務中，親密關係暴力服務提供者時常在工作過程發現家中子女深受父母之間家庭暴力問題所影響，出現生病、尿床、做噩夢，甚至退化或固著於某一發展階段的狀況 (Groves, 2004；洪素珍，2003；黃群芳，2003；財團法人婦女救援社會福利基金會編著，2010)，或是因為擔憂父母間的暴力而難以集中精神唸書或睡眠不足，因而影響課業表現 (羅斐諭，1996)。研究中也發現，長期目睹暴力的個體容易罹患創傷後壓力症候群 (Post traumatic stress disorder, PTSD)，出現情感解離、麻木、失眠、易怒、迴避會引發創傷的事物、過度警覺、失憶或易受驚嚇等情形 (Famularo, Fenton, & Kinscherff, 1993)；此外，當父母之間的親密關係暴力越嚴重時，目睹子女的內向性行為問題(悲傷、

退縮、害怕、焦慮、沮喪、憂鬱等)與外向性行為問題(攻擊、不服從、破壞、違規等)會更嚴重(曾慶玲, 1998), 目睹子女在校行為表現不佳時, 亦會影響人際關係, 缺乏同儕支持下, 目睹子女更難緩解這些目睹造成的負面影響, 人際困擾也可能加重目睹子女的情緒與行為問題, 因而形成負向循環, 使得目睹子女陷入多重困境之中。

2003 年兒童福利法與少年福利法合併並修法為兒童及少年福利法時, 首度將目睹兒童及少年納入法規中, 明定目睹兒少若列為保護個案, 需提出家庭計畫, 然因單純目睹非屬典型兒童虐待類型, 實務上接受服務的兒童大多為目睹合併兒童虐待議題的個案, 單純目睹之兒少接受服務者仍屬稀少。家庭暴力防治法於 2015 年修法時, 將目睹兒少納入家庭暴力保護對象, 目睹兒少除了可單純因目睹暴力聲請保護令外, 亦規範提供婚姻暴力服務者需評估家中是否有目睹兒少, 各縣市政府亦因應本次修法, 積極試辦目睹服務方案, 可以預見日後目睹服務的規模應可擴大, 更多目睹兒少可盡早接受服務, 緩和目睹帶來的負面影響。

然而, 仍需考慮到的是, 在修法前目睹子女即存在許久, 在沒有正式資源協助的情況下, 已有一群目睹子女跌跌撞撞地長大成人, 但目睹的影響仍然持續發揮作用, 研究發現, 成年目睹子女易受憂鬱、低自尊、創傷症狀所苦(Silvern, Karyl, Waede, Hodges, Starek, Heidt & Min, 1995; Straus, 1991), 一些目睹子女有精神健康、藥物濫用、酗酒等問題, 且有研究發現, 長期目睹父母間暴力的青少年, 犯罪機率較高(Fergusson & Horwood, 1998; Straus, 1991)。其中, 最受大眾關注的長期影響是暴力的代間傳遞問題(the intergenerational transmission of violence), 依據學習理論, 目睹子女在兒時原生家庭中學習到使用暴力解決親密關係衝突, 成年後在與人發展親密關係時, 亦在關係中採用相同的暴力手段因應衝突, 因而導致暴力代代相傳, 成為長期難以解決的社會問題。

依照家庭生命週期的概念, 成年後關鍵的發展任務為接受與父母/子女的分離(Carter & McGoldrick, 1988; 引自 Ashford, LeCroy & Lortie, 2007), 但成年目



睹子女在踏向獨立的過程中比一般成年子女更來得艱鉅，受暴者由於需要費心處理自身安全威脅與因暴力引發的情緒問題，未能扮演起原本應負的角色責任，子女時常在被迫或因心疼受暴者而自願地承擔起這份責任，例如照顧弟妹或分擔家務責任，甚至可能出現親子地位調換，由子女來保護、照顧受暴者的情形（邱菀瑜，2006；姜琴音，2005；譚慧蘭，2012；吳東彥、林繼偉，2014），直到子女成年後，若仍習慣依循此模式，會把重心放在照顧家人而非個人發展，由於時常會需要注意家中狀況，擔心父母是否有暴力衝突，一些目睹子女會傾向留在家中，或是即使離開家仍要持續用電話探問家中狀況，也會因而犧牲一些個人發展與社交機會（吳東彥、林繼偉，2014）。從這些文獻檢閱可以發現，成年目睹子女有與其他人不同的生命經驗與挑戰，因此，也勾起我的好奇：在家中父母有親密關係暴力這樣特殊生命經驗的情況下，成年目睹子女要如何順利進行個體的發展任務，達成接受與父母分離的目標？

第二節 研究動機




「除非與家庭分離，否則我們無法找到失去的自己。」--John Bradshaw 《家庭會傷人，p. 288》

我以為自己是一個沒吃過什麼苦就長大的平凡人，因為想要助人，我念了社會工作系，並且在畢業後從事自己一直很有興趣的家暴被害人服務工作。那時我沒有整理過自己的生命故事，我把它們一層一層掩蓋在心裡深處，忽視它們的存在，因為這樣我才能過得平靜。在一次個案工作過程中，我聯繫了受暴母親的成年兒子，想要評估與鞏固個案親屬的支持系統，在電話中，我詢問他對父母家暴議題的看法時，他語氣平靜地說：「都好幾十年了，一直都是這樣子。」

我們通話時，是他的工作時間，在上班時接到母親的社工打來的電話，要討論父母之間的家暴事情，這不符合所謂一般人的生活經驗，但更令我震撼的是，從他平淡的語氣中，我卻能快速地感受到其中滿滿的複雜情緒，那種無奈、擔憂、無能為力又覺得家暴是生活常態的心情，我突然整個心臟糾結疼痛地感同身受，此時，我才「想起」工作與原生家庭的經驗是有關聯的，我不願意面對的過去鋪天蓋地而來。原來我選擇把痛苦壓抑下去，因為我要存活，我選擇把痛苦記憶壓抑進了我的潛意識，假裝自己沒有什麼問題。

之後，我仔細回顧自己的家庭，我的童年是這樣的：我可以記起全家一起吃蕃茄魚肉罐頭湯麵的快樂、可以想到一起去兒童樂園的喜悅，但我還是很少談起自己的家庭。在學校中學到的家庭跟我的家庭很不一樣，學校越強調家庭的美滿，越強調父母感情好、父母對小孩溫柔的圖像，我越覺得不知所措，覺得很痛苦，覺得自己格格不入，甚至嫉妒、怨恨擁有幸福家庭的同學。以氣候做譬喻，我的家庭雖然也有符合理想家庭的晴天氣候，我的父母偶爾會鬥嘴、會說情話，但也有烏雲密布的時候，他們開始冷戰不說話，或是幾句對彼此不滿的爭執，有時候上一秒晴天，隔天頓時暴風雨來臨，上演激烈爭吵、毆打或摔東西的劇情。



我很好奇為什麼我的家庭與別人家庭不一樣，而且覺得不一樣就是不好的，因此，我一直無法跟人啟齒問這樣的問題。我在一個父母有親密關係暴力議題的家庭中長大，這個家跟其他家庭沒有太大的不同，父親努力賺錢養家，母親努力養育子女、打理家務，我受到很好的照顧，跟手足之間關係很好，時常玩在一起。不同的地方只是偶爾會有「暴風雨」來襲，通常它在晚上出現，在發生時，我會豎起耳朵聽著父母房間是否傳出什麼不尋常的聲響，心理揣測是不是發生了什麼，想得害怕，眼睛睜得大大的，難以入眠。隔天早上，又一如往常，我們還是很平凡地過著日常生活。揣著這樣的經驗一路從幼稚園到研究所，轉眼間我也已經成年。


成年之後，隨著工作接觸到各式各樣的家庭，我得以知道不一樣並不等於我的家庭比較差，原來每個家都有自己的議題。當我願意面對自己家庭的特殊議題後，我更能夠看懂家中發生什麼事情，也開始肯認自己是有能力做點什麼的。我發覺自己有能力，並開始承接緩解父母暴力的角色。這是一個很療癒的角色，小的時候我只能躲在棉被裡，想要做點什麼，但都被悲傷跟恐懼淹沒，最後什麼都不能做，那種自責、焦急的心情真是永生難忘。長大之後，我居然可以開始安撫父母的情緒，居中協調他們之間的衝突，這證明了我的能力，也完成了我兒時的願望，對我來說這是很值得的事情，甚至可以說，我以為學了社會工作，可以幫助自己的家庭；但是當暴力一次又一次發生時，我覺得好疲憊，尤其長大之後，我逐漸將重心轉到家外的工作、人際時，越來越覺得有一種想暫時走開卻走不掉的束縛感。在處理時我也感受到自己處於尷尬地位，作為子女，能夠以什麼樣的角色干涉父母的衝突呢？在爭執過程中父母會要求我評理、選邊站，這些都讓我更覺得不自在，這是一個陷阱題，我選了一方，就失去另一方。理智上我知道父母都是成年人，應該放手讓他們去處理，但又很怕真的放手之後，最慘烈的後果是我可以承受的嗎？我曾經在父親去廚房拿菜刀時上前制止，如果當時我不在呢？家庭是我的避風港，但卻隨時可能在我不在時被摧毀。持續在這個位置，確實限

制了我的生涯發展，我發現自己更不願意離家工作或結婚，留與不留，難以抉擇，也在此時，我才發現原來家暴對我影響如此大，也激起我想要研究有相同目睹經驗成年子女如何擺脫家暴的影響。



在修習「家族治療」這門課時，我接觸了 **Bowen** 的家族治療理論，**Bowen** 認為個體會受到生命連帶性（**togetherness**）與個體性（**individuality**）兩股力量的拉扯抗衡影響，亦即個體希望與人有親密關係，但又怕在關係中失去自我，因此，他提出自我分化（**differentiation of self**）這個重要概念，**Bowen** 用此作為自我與重要他人關係的量尺，一端為完全沒有自我的未分化狀態，另一端則是擁有全部自我的高度自我分化狀態，這個程度的高低取決於當下有多少基本自我（**basic self**）—即在關係中，堅固、不可妥協的自我程度高低（**Gilbert, 2016**）。看到這裡，我回憶起我讀高中時，不知道為什麼堅決要搬出去住，想與家離得遠遠的，想要自己打工賺錢養自己。因為這件事情，我與母親有很大的衝突，我當時很強烈地覺得自己快要窒息了，情緒很滿，但不知道怎麼做，後來這股想法在母親強烈的反對下，我仍然妥協了。仔細想想，那是我第一次叛逆，在此之前，我都努力扮演一個體貼、會唸書，好像無可挑剔的女兒。到了研究所時，看見一些朋友離家北上唸書、工作，我突然覺得留在家中，不願意離開的自己是異常的，我無法離家，這件事情一直讓我耿耿於懷。我認為不離家的自己，就是自我分化程度低的證明。我以為自我程度高是離開原生家庭，在經濟上、情感上都獨立出原生家庭，但離家對我來說是困難的，我對於原生家庭有很深的歸屬感，與家人保持緊密關係對我來說是重要的，因而我似乎只能在自我分化以及與家人之間做取捨。

不過，在更深入翻閱自我分化的相關文獻時，我才發現自我分化與離家之間無絕對的關聯，就如同陶淵明的詩〈飲酒之五〉所述：「結廬在人境，而無車馬喧。問君何能爾？心遠地自偏。」在高度自我分化的情況下，個體能夠與原生家庭的情緒分離，即使同住一個屋簷下，仍能保有完整且獨立情緒的自我，反而



由於自我分化程度高，可以不受家庭的情緒影響，亦不需要因不想被波及情緒而選擇遠離原生家庭，高度自我分化的個體更能自在與家庭保持緊密但又不受其情緒波及的狀態，因此離不離家不是重點，而是情緒是否能夠與家庭保持距離，保有自我。因為自己經驗與文獻的呼應，讓我想更進一步探究，其他有目睹經驗的成年子女，在需要達成與父母分離發展階段的前提下，他們與父母之間處於什麼樣的關係與狀態？他們是否有嘗試在進行自我分化的歷程？過程中遭遇了什麼？他們與父母之間的關係在這個過程有何轉變？他們是否順利找到與家庭保持親密又有距離的狀態？

檢閱目前關於成年目睹子女的中文文獻，大抵方向包括：目睹的經歷歷程與轉化（楊美婷，2003；陳卉瑩，2003；林碧瑤、李長燦，2007）、目睹子女眼中的暴力家庭圖像（黃群芳，2003）、目睹子女的心理影響與心理適應（姜琴音，2005）、成年目睹女性的控制感（邱菀瑜，2006）、目睹經驗與成年目睹子女的愛情、婚姻之間的影響（林美伶，2008；卓佳敏，2008；譚慧蘭，2012）、成年目睹子女的復原力（邱怡萍，2012）以及青少年目睹子女的分離個體化（吳東彥、林繼偉，2014）等，其中可以大略整理出目前文獻大抵有三個方向，第一為目睹負面影響與轉化歷程，第二為目睹對子女的愛情關係或婚姻關係的影響，第三為目睹子女的復原力與保護因子，其中談及關於子女與父母關係的論文僅有一篇，為吳東彥、林繼偉於 2014 年發表的研究，該篇研究以青少年作為研究對象，採用客體關係理論中的分離個體化概念（separation-individuation），客體關係理論認為嬰幼兒與青少年時期分別會走過分化、練習、復合以及客體恆定四個階段。然而本文欲探討之對象為兒時目睹，目前為成年且已達穩定經濟獨立狀態的子女，不適用於該理論中分離個體化概念之年齡層，因此，本文改採用 Bowen 自我分化概念來分析，自我分化概念來自家庭系統理論，強調親子之間因焦慮形成之三角關係，且自我分化概念亦強調個體在獨立與親密感之間的拉扯，更符合本研究欲探究的主題，目前尚未有研究運用自我分化觀點去看成年子女的發展狀態，故

本研究有其學術價值，可補足目前研究空缺，此外，本研究主要目的為探究出成年子女面對父母之間有暴力衝突議題時，如何與父母維持親密但不過度涉入的親子關係，可提供目前深陷父母衝突拉扯的成年子女作為參考，亦有其實務上的意義與價值。



第三節 研究目的與研究問題



承上節所述，故本研究之目的與問題分別如下：

壹、研究目的

- 一、了解兒時曾目睹父母間暴力成年子女之目睹與生活經驗。
- 二、探究父母間有婚暴議題之成年子女與父母間關係狀態。

貳、研究問題

依據上述兩個研究目的，本研究的研究問題為：

- 一、成年目睹父母間親密關係暴力子女目睹與生活經驗為何？
- 二、成年子女經歷與父母間目睹經驗一同成長的過程，與父母處於什麼樣的關係？是什麼使得關係出現拉扯？

第二章 文獻回顧




在本章節為研究前需了解的相關文獻與資訊，包括目睹父母間暴力議題的發展背景、目睹定義、目睹造成哪些影響、何以需要被重視，以及本研究欲採用之自我分化概念內涵，以及可以如何應用於目睹議題。

第一節 目睹議題的發展與定義

壹、目睹議題的發展背景

家庭時常被認為是人們最安全的避風港，在當代社會，家庭暴力議題的出現，打破了社會對家庭的刻板印象。事實上，兒童虐待與親密關係暴力現象有相當漫長的歷史，差別僅在行為在該時空背景下是否被視為一個應該被防治、處理的社會問題，在過往，有些部族會基於優生考量，僅保留養育強壯的嬰兒，中國古代農村也會因為經濟與文化因素有溺嬰、棄嬰行為，古羅馬時代，丈夫對妻子有體罰、離婚甚至殺害的絕對權力；換句話說，在過往很長一段歷史中，即便有對兒童與妻子的施暴或殺害的客觀事實存在，也不被視為需要制止、處理的社會問題（余漢儀，2005；吳慈恩、黃志中，2008）。

目睹議題被關注是在親密關係暴力防治發展之後，美國的親密關係暴力防治立基於 1960 年代婦運興起，社會開始關注女性從屬性的議題，但此時仍未談到毆妻問題，而是關注在消除女性在職場的歧視、為兒童照顧募款以及移民權利，到了 1976 年美國的全國女性組織（National Organization of Women）將毆妻問題列為主要倡議議題，並與全國對抗婚姻暴力聯盟（National Coalition Against Domestic Violence）合作促進受暴女性的社會服務與修法，加上媒體的大幅報導，親密關係暴力被認定為嚴重之社會問題，並持續發展相關服務與政策（Barnett, Miller-Perrin, Perrin, 2011），但在 1970 年代親密關係暴力的相關研究中，鮮少研究者關注到家中子女生活在婚姻暴力環境中的影響為何，一直到 1980 年代中葉以後，才開始有研究者與親密關係暴力實務工作者關注到婚姻暴力對兒童造成何



種影響 (Jaffe, Wolfe & Campell, 2012)，其中較為著名的研究刊物為 1990 年出版的《婚暴女性的子女 (Children of battered women)》，作者為 Peter G. Jaffe、David A. Wolfe 與 Susan Kaye Wilson，內容包括目睹定義、家暴與兒童發展的關係、目睹對兒童的影響、評估與介入策略、相關兒童服務等，為早期目睹議題的重要書籍。到了 1990 年代初期，研究發現兒童在創傷環境下會帶來破壞性的負面影響，且有多項研究支持早期經驗會影響兒童大腦發育與功能，加上聯邦政府與州政府提供受暴女性福利服務的經費大幅提昇，連帶目睹子女亦能享有服務，因而目睹議題的研究與服務得以持續進行、發展 (Groves, 2004)。

而國內的目睹議題發展亦與親密關係暴力息息相關，臺灣的親密關係暴力防治發展於 1980 年代至 1990 年代末期，這個時期臺灣歷經了民間婦女團體成立與開始提供受暴女性服務、台北市成立全國第一個婦女中心並提供受暴婦女服務、第一個婦女求助專線成立、台北市出現全國第一個緊急庇護中心等，而最重要的里程碑是 1998 年我國通過家庭暴力防治法，成為全亞洲第一個有家庭暴力防治專法的國家 (內政部編著，2008)，在親密關係暴力服務過程中，工作者發現目睹子女亦有受服務的需求，因而促成 2003 年兒童福利法與少年福利法兩法合併修法時，在 43 條規定屬目睹家庭暴力之兒童及少年，經直轄市、縣 (市) 主管機關列為保護個案者，該主管機關應提出兒童及少年家庭處遇計畫，但由於目睹暴力與其他兒童虐待類型的差異，單純目睹的兒少仍較少被視為個案，保護個案中仍以直接受暴或同時有受暴與目睹議題之兒少為大宗 (任彥蓉，2009)。雖部分縣市將目睹服務委託民間辦理，或由民間主動提供目睹服務，例如善牧基金會小羊之家、婦援會等，但受限於受暴家長多不願意子女被貼上家暴家庭孩子的標籤，使用學校或民間服務資源的意願低落，因而實際上能夠使用到目睹資源的目睹子女仍相對稀少 (內政部編著，2008)。為提升對目睹兒少的實質保障，家庭暴力防治法 2015 年修法時，首度將目睹家庭暴力兒少納入家庭暴力防治法的保障範疇，並規範主管機關接獲家庭暴力後需評估家中是否有目睹家暴兒少，目的


在補足過往目睹兒少鮮少進入服務體系之情形，期望透過法規規範，讓更多目睹兒少及早納入服務體系，減緩目睹所造成的負面影響。

無論是美國或我國的目睹議題，皆是家庭暴力防治較為為晚近興起的議題，臺灣至 2015 年方將目睹暴力兒少納入家庭暴力防治法保護範疇，相較於兒童虐待，政府介入程度有極大差異，前者政府介入積極度高，且父母需要配合社工處遇，目睹服務則時常受限於父母對服務使用的態度，但受暴家長可能因為不希望子女被標籤為家中有家庭暴力的小孩，或是擔心接受服務後，政府認為自己不適任而將子女安置，或是害怕被施暴者知悉後會激怒施暴者等因素而降低服務使用意願，子女也認為家暴為家庭祕密而鮮少願意主動對外求助（邱菀瑜，2006），由目睹議題的立法與服務發展可以發現，目睹子女使用正式服務資源的機會較少，此也突顯出目睹子女本身的資源是否足夠，會是目睹子女是否能夠順利發展的重要關鍵。

貳、目睹的定義與內涵

家庭是兒童成長最主要且最重要的場所，兒童權利公約中明文強調「兒童應在幸福、關愛與理解氣氛之家庭環境中成長，使其人格充分而和諧地發展」，並呼籲締約國應保護與協助家庭擔負家庭的社會責任，可見家庭對兒童的重要性。然而，現實生活中並非每個家庭都能夠符合這樣的理想家庭圖像，例如家中有暴力議題的家庭。


兒童與家庭暴力的關係有兩種：一種是本身為家庭暴力的受暴者，在學術與實務工作中稱之兒童虐待(child maltreatment)，另一種是本身沒有遭受家庭暴力，但暴露於家庭暴力環境 (exposure to family violence)，在我國多用「目睹家庭暴力兒童」稱呼。過往部分目睹相關研究會將單純目睹與受虐且目睹的兒童及少年皆納入目睹範疇 (e.g., 沈慶鴻，2001；江琪彬，2007)，現因發現兩者的經驗實有差異，多將兩者特別區分，受虐且目睹者改稱為「經驗雙重家庭暴力者」或「目睹婚暴暨受虐者」(沈瓊桃，2010；劉菀玲，2008)。



本研究之研究對象為目睹父母間親密關係暴力的成年子女，親密關係暴力是家庭暴力的一種，游美貴（2015）參考我國家庭暴力防治法之內容，將暴力定義為「身體、精神或經濟上的騷擾、控制、脅迫或其他不法侵害之行為」，而親密關係暴力專指發生於親密伴侶之間的暴力，可分為身體暴力、性暴力、精神/心理/語言暴力以及經濟暴力四種類型，身體暴力指用肢體或武器的攻擊行為，性暴力包括強迫拍裸照或強迫發生性行為，精神/心理/語言暴力可包括騷擾、恐嚇、言語攻擊、孤立、控制、跟蹤等形式，經濟暴力則是用金錢作為控制工具，讓被害人依賴相對人，通常親密關係暴力會同時會有一種以上的暴力類型。

而關於目睹的定義，我國常稱的「目睹」一詞是翻譯自國外早期採用的“witnessing”，為免與司法上的用詞混淆（Geffner & Pagelow, 1990），且可涵蓋更廣闊的目睹定義，現國外多採用“exposure”（暴露於家庭暴力環境中）來陳述目睹暴力的現象（Wolak & Finkelhor, 1998）。相較於目睹一詞在字面上有「子女必須在現場看見」的意思，「暴露於家庭暴力環境」用以形容這群子女更為貼切，知悉暴力的形式並不僅限於看見，也包括聽聞或事後看見有人受傷或家中物品被破壞，再者，目睹的影響並不僅限於目睹家暴事件本身，家庭暴力影響著成員間的互動、家庭的氣氛甚至是家庭生活與功能運作。本研究為與其他中文文獻接軌，中文仍採用「目睹」一詞，但英文翻譯為“exposure”，定義上亦採納暴露於家庭暴力環境（exposure to family violence）的概念。“exposure”在國外廣泛運用於各種暴力環境，包括家庭暴力（family violence）、社區暴力（community violence）以及媒體暴力（media violence），本研究聚焦於討論暴露於家庭暴力的議題，並將焦點放在討論目睹父母間暴力（exposure to parental violence），由於父母間暴力本質上為親密關係暴力的一種，國外亦會用“exposure to intimate partner violence”或“exposure to IPV”等詞來陳述。

現今無論國內外的目睹定義，都不僅限於「目睹」一種形式，而是強調兒童暴露、生活在父母間親密關係暴力，最常被採用的定義為 Jaffe、Wolfe 與 Wilson



(1990) 陳述，「兒童重複目睹母親被其親密伴侶施以嚴重情緒與肢體暴力」，而目睹形式包括：直接目擊母親被父親或母親的伴侶威脅或施暴、聽聞母親被父親或母親的伴侶威脅或施暴，或未目擊或聽聞事件本身，但看見暴力的結果，例如母親身上的傷痕或母親的恐懼、受傷情緒。國內研究多採用 Jaffe, Wolfe & Wilson (1990) 的定義，將目睹納入直接看見、聽見或是被施暴者作為工具利用、經歷暴力的後果等多種目睹形式 (e.g., 羅斐諭, 1996; 陳怡如, 2001; 陳卉瑩, 2003; 黃群芳, 2003; 洪素珍, 2003; 江琪彬, 2007; 林碧瑤、李長燦, 2007; 財團法人婦女救援社會福利基金會編著, 2010; 譚慧蘭, 2012; 衛生福利部, 2017), 例如衛生福利部 (2017) 陳述目睹的定義為：「生活在家庭暴力中未滿 18 歲的子女，可能沒有直接遭到暴力對待，但直接或間接以看見、聽見或事後得知的方式，察覺到雙親其中一方對另一方造成身體、精神等方面的暴力。例如：在隔壁房間裡聽到父母吵架，或是在父母的爭執後看見家人身上的傷痕或是負面情緒。」但事實上，「暴露於暴力環境」顯然不僅是以目擊、聽聞或事後發現等知悉暴力的事件，目睹子女更有可能深陷於父母的衝突關係中，諸如：在受暴母親離家後，施暴父親不斷追問子女是否知悉母親下落、施暴父親蓄意對子女施暴脅迫受暴母親出面、父母雙方會要求子女評理孰是孰非，或是成為父母的遷怒對象等，或是目睹子女自身認為有責任保護受暴者或調解紛爭而主動介入衝突。研究者認為這樣的經驗對目睹子女的傷害性與影響更大，故本研究引用財團法人婦女救援社會福利基金會編著 (2010) 的定義，將目睹定義涵蓋以下四種類型：

1. 經常直接看到父母間當下發生之暴力行為：經常在現場親眼目擊暴力發生。
2. 經常直接聽到父母間當下發生之暴力行為：未在現場目擊，但經常聽見暴力行為的聲音，例如玻璃、家具等被砸破或是受暴者的尖叫、呼救聲等。
3. 經常涉入父母間暴力的後果：兒少可能沒有直接看見或聽見暴力事件，但在事發後看見受暴者身上的傷痕，或是看見他們因暴力事件而有憂鬱、傷心的情緒，或是看見家中物品遭破壞等；也有兒少會在事發當下就採取行動處理

暴力事件或處理事發後的狀況，例如報警、保護年幼手足或清理被破壞或弄亂的環境。

4. 經常因父母暴力陷入三角關係：被父母利用增強或減輕暴力行為或婚姻衝突，也可能被父母一方或雙方作為發洩憤怒或挫折的直接對象。



參、成年期的目睹子女

本研究之研究對象為成年之目睹子女，其中一項研究目的為檢視成年後子女的生活與發展狀況，故以下需整理出成年定義與成年發展階段任務，以作為後續進行研究之參考基準：

一、成年的意義與發展階段

我國採取年齡作為成年的指標，將年滿 20 歲之公民定義為成年人，在成年之後，個體有完全的公民權利與責任。

而從發展階段來看，成年可以分為成年前期、中年時期與成年晚期，分別為俗稱的青年、中年與老年時期，不同於法律規定，成年前期由 22 歲作為起始，本研究採成年前期與成年中期作為成年範疇，以下分述成年前期與成年中期的生理、心理與社會三層面之狀態：

(一) 成年前期

成年前期指 22 至 34 歲間之個體，由於許多重要角色皆於成年前期建立基礎，此階段時常被視為為人生中重要的轉捩階段，在成年前期最重要的發展任務為經濟獨立與獨立決策能力，且從青少年至成年前期時，個體的焦點也從自我認同轉移至關注與他人關係，希望能夠與他人交換、分享親密感。

在生理層面來看，此階段為生理的高峰期，體能是所有人生發展階段中最好的時候，而心理層面，此時是皮亞傑認知發展階段中的正式運思期，在此時個體已經有抽象思考能力，且可進行有系統與邏輯的思考，且成年期的想法會更為務

實，讓個體能夠進行有彈性與多樣性的思考。而在此階段的社會心理發展任務是建立親密關係，個體需要冒險與他人分享真實的自我，當個體無法建立親密關係，會處於孤立狀態，難以從他人身上取得支持。而從社會層面來看，獨立是此階段重要的發展任務，成年前期的個體需要同時面對追求親密與獨立兩個發展任務，亦即個體需要達到親密又獨立的平衡狀態，除了成熟自立以外，亦須經歷親密、互賴的關係，部分成年前期的人會開始婚姻關係與親子關係（Ashford, LeCroy&Lortie，2007）。

（二）成年中期

成年中期的範疇大約為 35 至 60 歲左右，成年中期個體會對自我有新的期望，且對世界賦予新的意義，此階段的個體開始追求在生活中有新的滿足感，但任務內容因人而異，目前認為中年的發展任務應隨個體的需求與發展狀態而有不同，無法有普遍適合的發展任務。

在生理層面，此階段開始會面臨癌症、心臟病等疾病的發生，女性會面臨更年期，心理層面來看，個體的認知能力在成年中期並未衰退，且語言能力發展達到巔峰，而在社會層面，此時夫妻時常會面臨空巢期，亦即子女皆已成長離家，夫妻得以褪下父母的責任與角色，此時婚姻滿意度會上升，彼此得以有更好的婚姻關係（Ashford, LeCroy&Lortie，2007）。

二、成年目睹子女的發展議題

綜整成年前期與中期的發展課題，可以發現大抵上有兩個主題，一是追求親密，二是發展獨立，並且從生活中獲得滿足感。從文獻中可以發現，目睹子女在兩個發展任務上皆有其獨特性與考驗，在追求親密方面，研究發現目睹子女的爱情與婚姻關係深受目睹經驗影響，兒時曾目睹父母暴力的成年子女在自己的親密關係中，會投射過往原生家庭的經驗，例如在原生家庭中倍受冷落，在親密關係中成年子女會相當在意伴侶是否重視自己，或是因為渴求營造出自己的家庭，在

衝突中選擇壓抑情緒、忍氣吞聲，擔心衝突會導致關係破滅，一些有目睹經驗的成年子女發現自己會將父母的衝突模式複製在應對伴侶衝突上（林美伶，2008；卓佳敏，2008；譚慧蘭，2012）。



發展獨立與追求生活滿足感方面，有目睹經驗的子女因為過度涉入父母的衝突，時常會承擔起照顧者的角色，認為自己有責任要介入衝突，保護受暴者，或是承接打理家務或照顧弟妹等家中的事務，甚至即使到婚後，仍會擔任救火隊工作，不定期返家排解父母紛爭（邱菀瑜，2006；姜琴音，2005；譚慧蘭，2012；吳東彥、林繼偉，2014），從上述文獻整理可發現，無論是追求親密或發展獨立與生活滿足感，兒時有目睹經驗的成年子女皆有其獨特的挑戰與議題需要應對，更突顯成年目睹子女要能順利發展，除了要克服一般人在發展階段的難題與任務外，還需要面對專屬於目睹經驗子女的課題，也因此生涯發展與生活會比一般人更為艱辛。

肆、小結

本節重點在目睹議題發展、目睹定義與目睹成年子女的定義與意涵。由文獻可以發現，直至 2015 年家庭暴力防治法修法後，方將目睹兒少納入保障範疇，目睹服務在實務現場仍屬新興議題，目睹子女多仰賴自身原有之資源因應目睹困境，而在定義上，目睹也從起初「在現場目擊暴力」擴張至採「暴露在暴力環境」的觀點，因而將更多的經歷與狀態納入目睹議題中，諸如聽聞暴力發生、看見暴力事件後被破壞的東西，甚至是子女陷入父母婚姻暴力的三角關係議題等狀況，本研究特別關注目睹子女陷入婚姻暴力的三角關係，在此狀況下，無論是自身主動或被動進入衝突關係，當陷入三角關係時，目睹子女的適應會較為困難，故為本研究重視之處。

而本研究將成年範疇定義在 22 至 60 歲間，包含成年前期與成年中期兩個發展階段，在成年階段目睹子女的主要發展任務為追求親密關係以及獨立自主與追求生活滿足感，然而從文獻中可以發現無論是在親密關係或獨立與追求生活滿足

感上，有目睹經驗的子女皆有需要面臨的挑戰，亦建構出有目睹經驗成年子女在發展上的獨特性。



第二節 目睹造成之負面影響



目睹的影響在國內外有無數篇研究探討，影響範疇主要聚焦在目睹對兒童發展與心理健康造成的負面後果，本文將負面影響分為短期影響與長期影響兩類，分述其內涵：


壹、短期影響

儘管目睹的暴力來源可以為家庭、社區、媒體等等，但在實務上發現，發生在家裡較為隱密、潛藏性的暴力對兒童影響最嚴重，照顧者間的暴力對兒童殺傷力最大（Groves，2004）。家庭暴力對兒童最大的影響是同時失去父母，一個成了可怕的施暴者，一個成為可憐無助的受暴者，全然依賴父母的兒童如同失去避風港，一般情形下，子女在外發生創傷事件時，可以返家受到父母保護，但受暴者由於創傷過度，較難覺察到子女的恐懼、焦慮，保護子女的能力相對有限，因此，當子女目睹父母之間的暴力時，他們不僅直接因為目睹受到創傷，也失去在受創時能夠予以庇護的父母（Groves，2004）。以下就生理問題、負向心理與情緒問題、學校表現與行為問題、多重受暴風險高等層面分述目睹對兒童目睹的影響：

一、生理與發展問題

在研究中發現，年幼的目睹子女會有生病、漏尿或尿床、失眠或無法熟睡、胃痛、做惡夢等情形，一些目睹子女表示因為擔憂隨時有暴力的突發狀況，夜晚時常難以入睡，即使睡著也容易因做惡夢驚醒（Groves，2004；洪素珍，2003；黃群芳，2003）；從發展階段來看，長期目睹家暴可能阻礙一般身心發展，使得有些兒少退化或固著在某一階段（財團法人婦女救援社會福利基金會編著，2010）。

二、負向心理與情緒問題



一篇研究審視被診斷創傷後壓力症候群（PTSD）的兒童資料，發現性虐待史與長期目睹家庭暴力兩項因素最能預測創傷後壓力症候群，顯示出長期暴露在家庭暴力，兒童會有嚴重的創傷反應（Famularo, Fenton, & Kinscherff, 1993）。除了創傷後壓力症候群外，目睹子女會對於自己能力不足，無法解決家中暴力議題而感到自責，並覺得讓他人知悉父母失和是很難堪的事情（邱菀瑜，2006），且自我價值低落（Groves，2004；曾慶玲，1998）。此外，由於暴力通常是突發的，兒童對任何突發的意外與危險都猶如驚弓之鳥，會比未有目睹經驗的兒童更加敏感、恐懼，對人防衛心強（Groves，2004；洪素珍，2003）。因此，目睹子女會有注意力不集中、衝突、自信心不足、退縮、缺乏安全感、防衛心強等負面情況；情緒方面，則容易有焦慮、沮喪、恐懼、緊張等負向情緒（洪素珍，2003；黃群芳，2003）。

三、學校表現與行為問題

在學校表現方面，曾慶玲（1998）抽樣台北市國小五、六年級的 652 位學生進行量化研究，發現婚姻暴力越嚴重，兒童的悲傷、退縮、害怕、焦慮、沮喪、憂鬱等內向性行為與攻擊、不服從、破壞、違規等外向性行為會越嚴重，而父母間言語暴力比肢體暴力更影響兒童的行為問題。透過目睹父母之間的暴力，子女誤以為可以透過威脅、強迫、暴力的方式得到自己想要的東西，且不會傷害他人而需要道歉或為暴力負責（Groves，2004）。有研究認為影響有性別差異，女童容易有憂鬱、恐懼等情緒的內向性問題，而男童則容易有攻擊、暴力等外顯行為問題（Yates, Dodds, Sroufe & Egeland, 2003）。羅斐諭（1996）研究也發現目睹子女的課業大多為中下程度，其原因為家中紛爭會讓子女無法專心唸書或睡眠不足，或遭施暴者禁止上學等，致使目睹子女的課業表現不佳。在黃群芳（2003）的研究中也可以看見家暴導致目睹子女無心唸書，讀書意願低落，學業表現不良。

此外，一篇研究訪談 6 位年齡於 15-17 歲，曾目睹父母婚姻暴力的虞犯少年，發現少年的虞犯行為雖非因目睹暴力直接導致，但家中婚姻暴力或其他因素的加

成效果，會讓子女在家中缺乏關注與約束力，因此開始出現虞犯行為（謝敏珍，2013）。



四、多重受暴風險高

從文獻中與實務皆發現，父母間有暴力時，子女經歷的不僅是「目睹暴力」的恐懼與傷害，還可能被利用增強或緩解暴力行為或婚姻衝突，或是作為父母發洩憤怒的對象，例如被施暴者作為工具來控制或威脅受暴者，例如毆打或不適當照顧子女來逼迫離家母親返家，或是逼問子女是否知悉母親的下落，目睹子女也可能在保護受暴者時遭波及或被遷怒，繼而成為直接受暴者（Barnett, Miller-Perrin, Perrin, 2011; Holt, Buckley & Whelan, 2008; Edelson, 1999; 杜瑛秋、張玉芳，2010）。家中有婚姻暴力議題時，子女遭受肢體暴力與性虐待的風險也會提昇，婚姻暴力與兒童遭受肢體暴力的重疊率大約為 45-70% 之間，婚姻暴力為兒童遭受肢體暴力的風險因子，且不受研究方法與樣本來源而有差異（Barnett, Miller-Perrin, Perrin, 2011; Holt, Buckley & Whelan, 2008），另一篇國外研究整理 31 篇婚姻暴力與兒童虐待同時發生率，發現當兒童身處在有婚姻暴力的家庭時，會有更高的受暴風險，同時發生率高達 4 成，但僅檢視社區樣本時，婚暴與兒童肢體虐待的同時發生率降至 6%（Appel & Holden, 1998）；McGuigan & Pratt (2001) 研究 2544 位首次產子參與家訪兒虐預防方案的高風險母親，追蹤前半年子女遭受肢體與心理虐待、前五年疏忽情形，發現婚姻暴力顯著與肢體兒虐、心理兒虐以及兒童疏忽相關，38% 追蹤個案有婚暴情形，有婚暴的個案中 78% 併有兒童虐待發生，由這些研究可以發現，特定樣本（如有婚姻暴力、高風險等議題之家庭）的婚暴與兒虐重疊率高，社區樣本同時發生率則有高與低兩種研究結果，而國內研究也證實婚姻暴力與兒童虐待有顯著關係（沈瓊桃，2006）。此外，幾份國內研究中也可見目睹子女中，女性受訪者自述曾遭父親性騷擾，顯示婚暴家庭可能伴隨性騷擾或性虐待議題（陳卉瑩，2003；黃群芳，2003）；此外，國外研究整理 1995 年至 2006 年關於目睹婚姻暴力對兒童與青少年影響，發現目睹增加兒童

少年經歷情緒虐待、肢體虐待與性虐待的風險，且有更高的風險有情緒問題與行為問題，並有更高可能性暴露在不同的逆境（Holt, Buckley, Whelan, 2008）。


從上述文獻可以看見，目睹子女在短期中就會遭遇生理、發展、情緒、自我價值低落、課業與學校行為表現不佳等問題，等於多面向的問題鋪天蓋地而來，儘管有生理、心理以及行為表現等方面的問題與困難，由於目睹子女懷著家醜不可外揚的想法，時常難以對外訴說家中的狀況，目睹兒童症狀亦不一定明顯，或即使症狀出現，也難以直接連結到有目睹的經驗，使得目睹子女的社會支持薄弱，外界難以即時提供支持與援助（王淑女，1994；吳靜樺，1994；周月清，1995；沈慶鴻，1997；Schramer，1993；引自吳秋月、吳麗娟，1999）。

貳、長期影響

除了立即性的影響之外，實證發現生長在暴力家庭環境會嚴重危害兒童發展歷程與個人能力，累積的效果會延續至成年（Holt, Buckley & Whelan, 2008），沈慶鴻（1997）訪談 13 位曾目睹父母間暴力之成年人，發現父母間暴力對子女造成影響的因素包括「母親受暴後的態度」、「親子黏著程度」、「暴力特質」、「認同學習」、「負向情緒喚起」等，母親受暴後的態度是遷怒子女或是仍提供子女愛與關懷、親子黏著程度高時較易涉入父母衝突、暴力特質包括暴力發生可預測性與暴力程度可預測性，當預測性高時，子女較能夠穩定情緒；認同學習則是子女認為暴力是衝突時的採取之行為，並在日後衝突時有暴力行為，或是當受暴母親傳遞暴力時不能反抗，反抗可能會有更糟的後果的訊息時，子女成年後即使受暴亦會傾向容忍。以下分述目睹造成之具體長期負面影響面向：

一、暴力代間傳遞

暴力代間傳遞是目睹議題目前最被重視的長期負面影響，子女在兒時目睹父母之間暴力後，長大成為施虐者與受暴者的可能性也增加，原因在於兒時原生家庭有暴力議題時，子女在成年時會將暴力與對暴力容忍的角色帶進成年親密關係



中(Delsol&Margolin, 2004; Widom, 1989; 陳正元、陳怡君, 2001; Groves, 2004)。Delsol 與 Margolin (2004) 整理原生家庭暴力與婚姻暴力間關聯的研究, 發現有婚姻暴力議題的男性兒時曾目睹的比例明顯高於未曾目睹, 另一篇研究發現曾有目睹經驗的男性虐待子女的可能性亦較高 (Straus, 1991), 亦有學者提出兒時受虐與成年暴力、成年犯罪行為有強烈的關聯, 有暴力行為的青少年明顯過往曾有在家中被嚴重施暴或曾目睹成人間使用武器的暴力事件。而目睹父母間暴力與遭受兒虐, 兩者顯著與青少年使用暴力相關 (Edelson, 1999), 但研究也發現, 當有目睹或受暴經驗的男性在成年後如果與伴侶、朋友、親屬或社區保持緊密關係, 會降低其使用暴力的機率 (Delsol&Margolin, 2004)。

在我國成年目睹子女親密關係相關研究中, 亦可看見暴力代間傳遞的端倪, 雖然有研究發現成年目睹子女為避免婚姻失敗, 多會迴避衝突、退讓以維持關係 (譚蕙蘭, 2012; 邱菀瑜, 2006), 但也有研究發現成年目睹子女在衝突時會採用與父母類似的方式因應, 甚至出現摔東西等暴力行為 (卓佳敏, 2008)。

二、創傷相關症狀

Silvern, Karyl, Waede, Hodges, Starek, Heidt & Min (1995) 研究 550 個大學生, 發現兒時目睹暴力與女性成年憂鬱、創傷相關症狀、低自尊以及男性成年有創傷相關症狀有關。國外研究也顯示, 曾在青少年時期目睹父母之間暴力行為的子女健康評分較差, 因病臥床的時間略多於無目睹經驗者且在身體症狀指數上較高 (Straus, 1991)。研究也發現在青少年時期目睹暴力者, 成年後在憂鬱程度與感受壓力程度方面亦較高 (Straus, 1991)。Henning, Leitenberg, Coffey, Turner, & Bennett (1996) 研究 123 個兒時曾目睹婚暴的成年女性, 發現她們相較於 494 個對照樣本, 有更嚴重的心理問題且社會適應程度較差, 這些研究發現在排除目睹父母言語衝突、兒時受虐或父母照顧程度後仍存在。

在國內針對成年目睹子女的研究, 也可以發現目睹子女因為過往難以承受創

傷，多會將經驗推入潛意識，出現容易遺忘、情緒麻木等創傷症狀(邱菀瑜, 2006；譚蕙蘭, 2012)。



三、精神健康與藥物濫用問題

Fergusson 與 Horwood (1998) 針對 1265 位紐西蘭兒童進行 18 年的長期研究，並於他們 18 歲調查他們過往目睹父母暴力情形，發現曾目睹父母暴力者有精神健康問題、藥物濫用機率較高。若目睹父親施暴行為，會提升青少年焦慮、行為問題與犯罪的風險，而若目睹母親施暴行為，則會提高酒精濫用或依賴的風險。此外，研究也發現曾目睹婚暴的男性成年後有較高的酗酒率 (Straus, 1991)。Smith, Elwyn, Ireland, & Thornberry (2010) 採用羅切司特青年發展研究資料庫 (the Rochester Youth Development Study) 的 508 個樣本長期追蹤樣本，發現當青少年暴露在親密關係暴力環境時，成年後有較高風險有酒癮問題。

四、犯罪問題

一篇針對 1265 位兒童進行 18 年的長期追蹤研究發現，曾有目睹父母間暴力的青少年犯罪機率較高 (Fergusson&Horwood, 1998)；另一篇研究亦發現，曾目睹母親受暴的成年女性有較高比率參與暴力犯罪行為 (Straus, 1991)。

五、負向婚姻態度、互動與婚姻衝突問題

羅斐諭 (1996) 研究發現目睹對子女最大的影響在於婚姻觀，他訪談的五個個案中，四位皆表示對婚姻會採取更謹慎的態度，例如不婚或會更謹慎考慮婚姻。譚蕙蘭 (2012) 的研究也發現目睹子女對於親密關係持較悲觀的態度，在親密關係中會因為害怕受傷與對方疏離，且會害怕因為衝突感情破裂，在關係中多會用轉移焦點、退讓、分手等方式迴避衝突。邱菀瑜 (2006) 研究也同樣發現目睹子女為維護親密關係，時常會有委屈求全、討好等行為，因而較難看見自身的需求，互動中也較缺乏自主性。

在婚姻衝突與暴力層面，Straus（1991）認為目睹使得子女在成年後會模仿暴力與強迫行為，且因為父母間時常是用暴力處理衝突，子女也缺乏觀察與學習協商、社交能力的機會。當目睹子女成年後與他人有親密關係時，子女時常把原生家庭的模式帶入新組成的家庭，因而難以妥當處理婚姻衝突，甚至可能出現暴力行為（卓佳敏，2008）。

參、小結

本章節整理短期與長期目睹影響，在短期影響方面，文獻發現兒時目睹會出現生病、尿床、失眠、作噩夢等生理反應，且長期目睹家庭暴力與性虐待是最能預測創傷後壓力症候群（PTSD）的因素，顯示出長期目睹會對兒童造成嚴重心理創傷，即使沒有到創傷後壓力症候群程度，兒童仍會有注意力不集中、自信心不足、缺乏安全感、容易焦慮恐懼等心理與情緒問題。而在學校表現與行為問題上，兒童學業表現也較差，婚姻暴力越嚴重時，兒童內向性與外向性行為問題也會越嚴重。而研究也發現，婚姻暴力顯著與肢體兒虐、心理兒虐以及而童疏忽相關，顯示目睹兒少很有暴露在多重受暴的風險，不僅目睹暴力，也可能會成為直接遭受暴力的受害者。長期影響方面，研究發現有目睹經驗的成年子女可能出現暴力代間傳遞的狀況，且會有憂鬱與創傷症狀影響，甚至出現精神健康與藥物濫用問題，在婚姻中也傾向負向婚姻態度且有婚姻衝突問題。目睹雖然不會直接對子女造成生命威脅，但從生理、心理、人際等層面來看都有長遠的影響，兒時曾有目睹經驗的成年子女，在發展自己的生涯時，需要先突破這些負向影響的重重困境，顯示出成年子女要發展自己的人生相較一般人更為艱鉅困難。

第三節 自我分化




壹、Bowen 的家庭系統理論與自我分化

一、自我分化定義與內涵

Bowen 理論的精髓在於生命中連帶性(togetherness)與個體性(individuality)兩股力量的抗衡，任兩人之間都會有親密與疏遠的循環，而自我分化是 Bowen 家庭系統理論中最核心的概念，指的是個體分辨情緒(emotion)與理性(intellect)兩者的程度，當高度自我分化時，個體由理性系統支配時，理性與情緒是截然不同的兩者，個體較不受情緒控制，能夠理性面對壓力，當低度自我分化時，個體被自動化情緒系統支配，情緒與理性兩者混淆不清，雖然兩者皆可能因為壓力而暫時失功能，但前者能較快恢復原有功能 (Bowen, 1978; 引自王鑾襄、賈紅鶯，2013)。而自我分化運用於關係時，是用來形容自我與重要他人間關係現象的漸進式量尺，一端是完全沒有自我的未分化狀態，另一端是擁有全部自我的高度自我分化狀態。人的自我分化程度高低取決於當下有多少基本自我 (basic self)，亦即在關係中堅固、不可妥協自我的程度高低。基本自我是由兩個內在引導系統影響的結果，一為自動化、情緒或本能性歷程的系統，它根植於大腦情緒部分，是維持生命所需的產物；另一種系統在大腦皮質層，處理思考、推理、判斷與邏輯。基本自我分化程度高時，人們比較能夠區分這兩種引導系統的功能，能夠分別掌握理智與情緒的狀態，可隨時運用思考能力，並以此調節與修正情緒性反應；當基本自我分化低時，理智與情緒引導系統融合在一起，個體難以區分，而使得情緒凌駕理智之上。基本自我是個人在生命極早期時，在家庭的情緒統中分離出來的自我，個人在面對不同人和家庭時，基本自我的程度也會有差異。而高度自我分化與離家之間無絕對關聯，當個人在最高度自我分化時，即使仍未離開原生家庭，仍可以是完整且情緒獨立的自我 (Gilbert，2016)。

當自我分化程度高，擁有更多的基本自我時，個體越不需要依附在他人身上。



放到家庭系統中，當個體自我分化程度高時，他能夠與原生家庭的情緒系統分離，這並表示個人會與家庭成員情緒疏離，反而因為不需要依附其他家庭成員，彼此之間能夠保持開放的接觸；相反地，若個體自我分化程度較低時，個體會為了與家庭成員融合而只有部分自我分化，並在每一段關係中無意識地嘗試透過他人讓自我完整或補償不足。當關係是建構完整自我的方法時，個體會重複早年的模式，或是極度迴避該模式，例如當早年與重要他人的關係是衝突的，個體成年建構完整自我時，會傾向找尋可以經歷情緒衝突的關係，或是對於衝突互動感到厭惡而在關係中極力避免衝突發生。然而，基本自我會被功能性自我（functional self）圍繞，功能性自我又可稱為假自我（pseudo self），功能性自我指的是基本自我加入外在環境因素考量後，會讓自我分化程度變得更高或更低的狀態，當外在環境對個體有利時，自我分化程度會增高，但當外在環境不好時，焦慮程度升高，個體會出現生理、情緒症狀或不成熟的行為。高自我分化者基本自我高，功能性自我低，受到外界環境影響程度較低，界線不易滲透；而低自我分化者則相反，基本自我低，功能性自我高，受到外界影響程度低，界線相對容易滲透（Gilbert，2016）。

自我分化程度高者並非不與人互動合作，而是個體與他人互動合作並非出自於自動化、情緒性的反應，而是依照個人內在則引導，經過周延思考的結果。Bowen 認為邏輯在強烈情緒下會難以運作，當分化程度高時，個體會較有能力可以穩定自己情緒，讓邏輯得以運作，因而可以在困境中有更好的思考與決定能力。在關係上，他們較少關注自己是否被愛或被接納以及他人對自己的看法，會依照自己的原則過生活，因而能夠減少關係與生活中的焦慮，與他人關係也得以較為平順穩定；自我分化程度低的個體，因為基本自我較少，需要透過與另一人融合，以建構完整自我，但融合是彼此放棄部分自我的結果，個體會擔憂自己是否被愛與被接納，通常會以在意他人觀點或抗拒他人期待兩者反向姿態出現。低自我分化者每天需要面對許多焦慮，焦慮來源有兩種，一種為因應外界壓力的急性焦慮，

一種為來自最初家庭情緒系統和多年重複的模式而產生的慢性焦慮。焦慮會產生情緒、心理或生理方面的疾病或問題，或是有成癮、偏差行為等，這些都是焦慮的症狀（Gilbert，2016）。



王鑾襄、賈紅鶯（2013）整理 2002 年至 2011 年國內外關於自我分化之研究結果，發現 50 篇研究中 48 篇皆能支持 Bowen 理論，自我分化程度較高之個體人際困擾較少，有良好的人際互動與親密關係，心理幸福感也較高。Maser(2011) 研究也支持部分自我分化理論，研究結果顯示高度自我分化的已婚成年人涉入三角關係程度較低、伴侶融合（spousal fusion）程度較低、較少有心理失功能（psychiatric dysfunction）與生命壓力事件（life-stress events），且與伴侶有更高度的親密關係，但研究也發現高度自我分化的已婚成年人焦慮程度高於低度自我分化者。由文獻回顧發現，Bowen 理論有經過研究驗證，具有一定程度之可信度。


二、五種自我分化程度低呈現之關係模式

自我分化程度低的個體，在關係中容易有強烈的焦慮情緒，為控制住情緒，個體會衍生出不同的關係模式型態，Bowen 提出五種低度自我分化時會發生的關係模式，包括衝突、情緒疏離、情緒切割、過度高功能與低功能互惠關係以及三角關係，以下分述五種模式的內涵：

（一）衝突

衝突是處理焦慮的其中一種方式，當焦慮提昇時，衝突也會加劇。而個體在衝突時，會比平時更吹毛求疵，且會將自身問題投射在他人身上，因為自身問題而責難他人，甚至深陷爭執、口出惡言或動手傷人。Bowen 提出婚姻衝突的基本模式：在第一階段，雙方關係極度緊密，到了發生衝突階段，雙方互不相讓，爭執後雙方和好，再度返回關係極度緊密的階段，並一再重複這樣的模式（Gilbert，2016）。

（二）情緒疏離



疏離有三種樣態，包括追與逃、雙方保持疏離以及雙方因情緒緊繃而保持疏離。在追逃模式中，一方採取追求親密的行動，另一方以保持距離回應，一方則追得更緊，另一方越拉開距離，形成強烈追與逃的互動模式；在第二種模式中，兩方皆與對方疏遠，第三種模式是雙方都處於情緒緊繃而陷入疏離的狀態。而具體的疏離行為包括：有情緒化反應時彼此不溝通的時間超乎尋常、過度投入工作、酒精或藥物濫用、焦慮升高時保持沉默、絕口不提與個人有關的重要事項、缺乏與原生家庭某些成員的連結能力、離婚、自殺等。


當個體有一定自我分化程度時，會與他人拉開距離，這樣的距離能夠調節關係，情緒疏離是最基本的關係模式，情緒疏離時，彼此能夠從緊繃的情緒中獲得喘息、緩解，但長期採取這樣的模式反而會導致情緒更加沸騰。Bowen 認為每對配偶多少都有某種程度上的情緒疏離，但疏離程度過高時會有負面的影響（Gilbert，2016）。

（三）情緒切割

當情緒分離走向極端時，就會成為第三種關係模式—情緒切割，情緒切割主要特徵為在行為或生理上佯裝獨立的樣子，否認與父母之間，有尚未解決的強烈情緒依附，並透過內在機轉或物理距離以保持情緒疏離。情緒切割在美國被視為成年獨立的理想狀態，但如此即斷絕了與原生家庭間有意義的關係。情緒切割的個體，雖然會立即感受到暫時的清靜與喜悅，但隨即會感受到強烈的憂鬱與焦慮，並發現自己缺乏處理人生問題的能力，陷入漫無目標、成癮、捲入法律糾紛等問題。當個體與原生家庭情緒切割時，情緒系統範圍會變得狹窄，與他人的關係皆會變得更加緊繃，形成連鎖反應，因而也與其他人情緒切割（Gilbert，2016）。

（四）過度高功能與低功能互惠關係

在這個關係模式下，配偶一方採取順應姿態，一方採取支配姿態，順應方吸了大量未分化情緒，功能性自我被併入支配方的功能性自我中，支配方因而承擔



越來越多責任。順應方時常被視為功能失調的，而支配方則狀態良好，完全沒有問題。支配方處於過度高功能的狀態，會出現提供忠告、為別人做他們自己可以做到的事情、擔心他人、覺得要為他們負責、認為自己知道什麼對別人最有幫助、會為別人但不會為自己設立目標、間歇經驗到突發的身心交瘁感。而低功能狀態的特徵是難以獨立思考或獨立作業，但時常徵詢他人意見或求助他人、漫無目標、一再罹患生理或心理疾病或有物質成癮的情形。在這個關係中，雖然高功能者看似處於良好狀態，但因為需承擔低功能者本應自負的責任，高功能者會過度負荷而有生理疾病或身心交瘁的感受。當高功能一方停止過度高功能的行為，讓低功能者為自己負責時，低功能一方的症狀會停止，雙方關係也會得以轉為對等互惠的狀態（Gilbert，2016）。

（五）三角關係

兩人一組的關係（dyad）雖可是平靜的，但非常脆弱不穩，因為當雙方的關係不順利時，焦慮情緒會增加，並凌駕於理智，使人無法理性分析與處理，兩人系統就會自動拉入最脆弱的第三者，形成三角關係，而三角關係是所有情緒系統的分子或基本單位（Nichols & Schwartz，2002；Bowen, 1978；Titelman, 2008；Gilbert，2016）。

從系統觀點來看，任何影響個人的事情也會影響家庭系統中的其他成員，而家庭的融合、凝聚，是每個家庭成員交出部分自我（self）換取，因而焦慮情緒會在家中不斷流動（Gilbert，2013；Gilbert，2016；Bowen, 1978）。當配偶間關係不佳，配偶中其中一方對此感到焦慮時，會將第三者拉入兩人系統中，通常是最親近父母的子女會承接這份焦慮，讓配偶間的焦慮得以降低，讓彼此關係趨於緩和，但當這樣的模式定型後，該名子女會不斷承接父母傳遞來的焦慮，久之成為生病或有症狀（symptom）的小孩，然而當小孩出現症狀時，父母會愈擔心，小孩接收到的焦慮也會增加，使得症狀更加嚴重，形成惡性循環（Gilbert，2013；Gilbert，2016；Bowen, 1978）。在三角關係中，會具體呈現在：與第三者抱怨另

一人的事情、外遇、夫妻過度聚焦於子女或他人而忽視夫妻關係。三角關係雖有釋出壓力的功能，但也將衝突擱置，未能真正面對處理，長期的迴避下反而會破壞與侵蝕家庭關係（Nichols & Schwartz，2002），Bowen 認為三角關係是人類系統組成的基本元素，個體的目標不在於擺脫三角關係，而是如何在其中管理自我，當自我分化程度高時，即可避免被過度捲入三角關係中（Gilbert，2016；Nichols & Schwartz，2002）。

常見的三角關係包括迂迴三角關係/代罪羔羊（detouring / scapegoating）、跨世代聯盟三角關係（cross-generation coalition）、情緒糾葛的親子關係，夫妻無法解決彼此衝突時，為了迴避雙方的問題，將注意力轉移到子女身上，聚焦於子女的問題，使得子女成為代罪羔羊，此稱為迂迴三角關係；當父母一方對於子女需求過度關切，與子女形成聯盟，並與關係不睦的另一方疏離，會形成跨世代聯盟；第三種情緒糾葛的親子關係指的是父母過度干涉子女，難以劃出清楚界限，雖子女受到良好照顧，但亦因為父母過度溺愛而難以教導子女遵守規矩或遵守成人權威，而出現子女行為規矩不良或拒學狀況（Kerr & Bowen, 1988; Minuchin，2007）。

貳、目睹子女的自我分化議題

一、目睹子女兩種低度自我分化的行為表現

在目睹相關文獻中，常見子女在自我分化程度較低時，會發生兩種狀況，一為採取情緒疏離與情緒切割，與家庭保持疏離甚至是毫無關聯的狀態；二為深陷三角關係，認為自己有責任排解衝突或成為父母的代罪羔羊，以下分述情緒疏離與三角關係兩種型態之內涵：

（一）情緒疏離與情緒切割

吳東彥、林繼偉（2014）訪談九位 12 至 25 歲，曾有目睹經驗的子女，發現目睹子女會用心理或物理空間隔離來避免目睹的影響，例如隔絕自己的感受、退



離三角關係、離家等，以與家庭維持情緒疏離或情緒切割。邱菀瑜（2006）的研究中也有類似的發現，一些目睹子女會努力投入課業與工作，盡快獨立、離家，並在離家後與家庭保持一定距離，以阻隔原生家庭對自己的情緒影響。

（二）三角關係

在目睹子女與父母的三角關係中，有幾種常見的樣態：

1. 吸收情緒

父母衝突時，彼此皆會有強烈的焦慮情緒，而目睹子女會在被動或主動的狀態下，會去接收、承接父母的負向情緒，因而讓父母的情緒得以緩和，例如聽父母抱怨、承受父母的責備等（吳東彥、林繼偉，2014）。

2. 拉入戰場

在父母衝突時，父母會將子女拉入戰場，或子女會主動進入戰場，尤其當子女與受暴一方或與父母雙方皆關係緊密時，更容易深陷三角關係，認為自己有責任保護受暴者或協調處理父母衝突，但當處理無效時，此類目睹子女會有高度挫折感與對自我能力的質疑與否定（沈慶鴻，1997）。子女也可能扮演父母之間的傳聲筒，希望能夠促成父母溝通、修復彼此關係，但當子女發現如此無助於修復父母關係，且對於父母一再衝突感到厭煩時，會撤出三角關係，但父母會將此角色再賦予給另一名成員，以繼續維持固有的互動模式（吳東彥、林繼偉，2014）。黃群芳（2003）研究九位小學六年級至高一之目睹子女，也發現目睹子女時常深陷三角關係，諸如在父母離異時需要表明自己投誠何方，或是父母爭相拉攏小孩結盟，要求小孩為父母的衝突裁判，或是成為父母衝突的代罪羔羊，例如父母因衝突而心情不好，將負面情緒轉嫁到指責子女行為或打子女出氣。

若子女習於過度涉入三角關係，在成年獨立階段時，會發現自己難以與家中情緒分離，且時常延續以往的模式，將養家、照顧家人視為自身責任（Bowen, 1978；引自吳秋月、吳麗娟，1999；邱菀瑜，2006；姜琴音，2005），因而難以專注發展自立與自我實現的目標。

二、目睹子女的分化歷程

目前尚未有目睹子女分化歷程相關研究，僅有一篇吳東彥、林繼偉於 2014 年發表「青少年婚暴子女之分離化發展及其所知覺之家庭結構」，研究者觀察到青少年目睹子女會有「離返拉扯」的歷程，一方面會想遠離家中衝突帶來的危險與情緒，另一方面卻又會放不下而頻頻返家查看，尤其當子女懷著拯救家庭的強烈意念時，會因為無法順利化解衝突而感到挫折疲憊，因而暫時離開情境，但離去時仍會受到家庭牽引而萌生返回的想法，而這樣的衝突矛盾會讓個體有更多的罪惡感，且會降低個體的分化程度。而若受訪者對於父母的暴力相當反感時，會抗拒與父母相同，出現刻意、強迫的分化情形，但這個狀況下，對子女的自我分化反而不利，子女無法用理性思考，就自己的需求與狀態選擇與父母相同或不同的特質，而僅是想要與父母不同。

在其他家暴相關的自我分化歷程研究，則有俞雁薰於 2009 年發表之受暴婦女團體自我分化研究，陳述成員從共依附到自我分化之歷程，研究者觀察到團體參與成員在敘事團體中的自我分化歷程有命運糾扯、激盪探索、確立自我三個階段。在團體初期，成員多將受暴視為宿命，且認為完整家庭對孩子最有利，一再忍耐妥協，被動接受傳統社會期待與家庭文化；到了第二階段，成員開始尋求透過宗教信仰、接觸課程等外在資源支持、探索自我，碰撞固有生活模式，改變對另一半暴力的詮釋與雙方慣用的互動模式，但在這個階段會有來來回回的自我分化歷程，雖然出現嘗試改變的行為，但遭遇限制或感覺不安全時，成員仍會轉回習慣的生活模式。到了第三個階段時，成員開始傾聽自己內在聲音、確定自己的想法並嘗試對他人表達自我的期待與想法。在這三個歷程中，最重要的是成員開始把關注焦點從他人身上轉移到自身身上，從探討施暴者行為原因與保障子女安全，轉移至覺察自己的感受、情緒，以及回應他人的互動模式。

參、小結

Bowen 理論中高度自我分化者，能夠擁有穩固的基本自我，當達到高度自我

分化時，個體即使與重要他人保持緊密的關係，仍可以維持完整與情緒獨立的自我，成年目睹子女在情緒與生活上極受家中暴力影響，能與此概念相呼應，檢視目睹子女自我分化程度，而 **Bowen** 也提出五種焦慮時控制情緒的關係模式，應可運用於觀察成年目睹子女與父母之間的關係。在目睹子女的自我分化議題，主要可以分為兩類，第一類為情緒疏離與情緒切割，指目睹子女透過心理或物理空間的阻隔來斷絕原生家庭帶來的情緒干擾，第二類是子女深陷三角關係，極力排解父母衝突，成為父母的傳聲筒或裁判，或是成為父母的代罪羔羊。在分化歷程層面，目前尚為有成年目睹子女自我分化歷程之研究，僅有一篇吳東彥、林繼偉（2014）的研究，發現目睹子女會有離返拉扯的歷程。



第三章 研究方法



本章陳述本研究欲進行之研究方法，分為三節，分別為本研究選擇之研究方法—質性研究方法、研究設計與資料分析。

第一節 質性研究方法

量化研究是結果導向的研究，研究者根據過往研究結果發展出假設，再透過研究去驗證是否與假設有相同的結果；質性研究則強調過程與發現，適用於目前所知有限的研究領域，研究者探究、了解場域中人們的經驗，並予以解釋產生意義（鈕文英，2012）。本研究之研究目的為探究兒時曾有目睹經驗的成年子女與父母關係狀況，強調子女與父母關係變化脈絡，目前尚未有足夠文獻資以設定研究假設，且本研究欲了解的並非結果，而是目睹子女自幼到大的經驗歷程，質性研究取向認為每個個體有獨特性，需要透過個體的立場，才能了解這些生活對個體的意義，且真實本質僅存在於當下，是持續變動的現象，且無法進一步推論，研究者認為成年子女持續在發展自我人生的歷程以及與父母的關係會持續有所變動，本研究所得資訊僅能表達當下受訪者的狀態，符合質性研究觀點，因此，本研究選定質性研究作為研究方法。

在典範方面，本研究選用建構理論典範（*constructivist paradigm*），其典範強調人類日常生活現象是由個人主觀意念建構而成，研究者目的在於說明與詮釋受研究者的經驗與行動如何被建構，研究者與受研究者會透過對話與辯證來建構意義。從本體論的層次來看，建構理論不同於實在論認為人類社會中存有一個客觀、穩定且永恆不變的真理，主張的是相對實在論（*relative realism*），認為人類生活世界的意義由多重主體經驗共同建構而成，本質是相對存在於不同情境脈絡中。知識論層次上，建構理論強調透過對話與辯證，與受研究者產生對話關係，接著透過歸納、比較與對照來獲得一致性。研究者與受研究者需要密切互動，直到研究者融入受研究者的經驗與價值信念。方法論方面，建構理論認為研究者本身就

是最好的研究工具，選定的研究方法需要強調對現象的詮釋與辯證（潘淑滿，2003）。因此，研究者認為本研究主題為目睹經驗子女觀察自己與父母之間關係變化與自身情緒狀態，為成年子女主觀詮釋的經驗歷程，適合採用質性研究與建構理論典範。



第二節 研究設計



質性研究設計重視深入特定主題，強調研究者作為研究工具，透過與受研究者的對談互動蒐集研究資料的過程，以下分述本研究之研究設計內涵：

壹、研究對象與抽樣方法

一、研究對象

本研究之研究主題為探究兒時目睹父母暴力長大成年子女的生活狀態以及與父母之間三角互動情形，並嘗試尋求成年子女分化獨立的可能性，故本研究需尋找有兒時目睹父母間暴力經驗者，為確保受訪者提供深刻受目睹影響的經歷，本研究限縮在尋找有覺知到父母間暴力對自己有深刻影響的目睹者；此外，成年子女是否能夠與父母保持距離，發展自己的人生也是本研究關注的重點，為確保成年子女的選擇不受自身經濟限制，例如儘管想離家自立，但因為尚未有就業資格（未滿 16 歲）或經濟狀況不穩而必須與父母同住，受父母經濟協助而維持緊密關係，本研究將受訪者條件限制在年滿 30 歲或經濟獨立者，並會於訪談前先了解受訪者的居住與就業狀況。因此，本研究設定之受訪者條件如下：

1. 生命經驗中以任何方式知悉父母間發生親密關係暴力（包括看見或聽見暴力聲響、聽當事人陳述、看見受暴一方的傷痕或家中物品摔壞等），不限於目前是否仍持續發生，且認為父母的暴力是自己生命中重要事件。
2. 親密關係暴力包括肢體、精神、性、經濟等暴力類型。
3. 現齡滿 30 歲以上或經濟獨立。
4. 自覺對父母的親密關係暴力的影響已有調適，能夠在較好狀態，認為已有自己人生發展規劃者。

二、抽樣方法

質性研究大多採用非隨機抽樣的方式，本研究採用效標抽樣（*criterion-based selection*），依據上述之受訪者條件尋找適合之受訪者，其抽樣有三種特色（鈕文英，2012）：




- （一）逐步浮現：研究初期研究者無法全然確定自己需訪談多少人或是需要訪談的對象，而是隨著資料蒐集的過程來評估衡量適合之受訪者。
- （二）系統與循環的取樣：研究者的取樣標準會隨著資料蒐集與分析而有所轉變，是一個資料蒐集與分析、取樣的循環歷程。
- （三）彈性的取樣數量：質性研究沒有固定的抽樣數量，取樣的數量需視資料飽和度而定。

綜上所述，效標抽樣指的是透過特定條件去找尋適合之受訪者，但由於無法確認受訪者提供資訊的多寡與內容，研究初期研究者難以全然確定自己需要訪談幾位受訪者，需要透過逐步的訪談來了解自己缺少什麼樣的受訪者或資料是否飽和，直到資料飽和並能回答研究問題時，才結束蒐集資訊的過程。

貳、招募與選擇受訪者

由於目睹經驗較為私密，並非顯而可見之身份，研究者擬採用在臉書、BBS等網路平台徵求受訪者，或是由親友介紹其知悉有目睹經驗且符合條件之潛在受訪者。本研究受訪條件訂定在兒時曾有目睹經驗之成年子女，30歲以上或經濟獨立，性別不拘，自覺目睹經驗對自己生命有深刻影響者。研究者先行透過 BBS（網路討論平台）找尋張貼徵求受訪者資訊，該網路平台分為許多討論主題，研究者考量主題性質，選擇與與家庭議題有關的主題版「payhome」張貼說明研究題目與徵求受訪者的資訊，「payhome」中文名稱為「家務版」，提供網友在該主題平台上張貼自己與家人之間相處問題，除了抒發心情外，亦可以由其他網友透過「推文」或「回文」回應給予建議。除主題與本文相關外，版規中允許網友自由張貼徵求訪談受訪者文章，故選定該版張貼文章徵求受訪者。張貼後隔天研究



者就收到三封回信表示願意受訪，經簡單互動確認符合受訪者條件後即約定訪談時間，然因 BBS 網路平台使用者已較少，且該版屬於較為冷門的主題版面，後續未再能徵得更多受訪者；為徵求更多受訪者，研究者轉向目前較為普及使用的臉書平台，透過在自己的頁面公開張貼徵求受訪者資訊，並請親友協助轉貼，另亦有親友朋友們在親友的頁面上看到後代為轉貼，由於目睹經驗不是人們能夠輕易揭露分享的研究主題，本來對於有多少人會回覆沒有太大把握，但反應比預期的還要熱烈許多，當天到之後陸續透過臉書私訊與 e-mail 收到共計 20 名來函詢問與表達有興趣參與研究，顯示出有一定的兒時有目睹家暴經驗的成年子女有訴說與整理過往受傷經驗的需求。研究者逐一與有興趣之來函者確認訪談意願，依序與符合資格之來函者約訪談時間，研究者先與 7 位來函者敲定訪談時間，為免其餘潛在受訪者久候，研究者先與其餘 13 位來函者說明近期會先訪談先前來函之研究參與者，若有需要增加受訪者會再聯繫確認其受訪意願，這 13 位潛在受訪者皆回應表達可接受。

參、進行訪談

當招募到受訪者後，研究者會將「訪談知情同意書」(附錄一)與「訪談大綱」(附錄二)電子檔寄送給受訪者，讓受訪者深入了解本研究主題、研究目的、訪談內容、訪談方式，並說明研究者錄音之目的，於訪談前會徵得受訪者同意錄音，若受訪者不同意時，則改由筆記或在腦中記憶等方式代替，並說明受訪者可隨時退出、訪談紀錄與錄音不公開等保障受訪者之權益。當受訪者於閱讀完訪談知情同意書與訪談大綱後仍表達有受訪意願時，再與受訪者約定訪談時間與地點。訪談形式為一對一面對面訪談，時間約一小時至一小時半左右，若有需要時，可能進行兩次以上訪談。研究者共訪談 10 位受訪者，皆訪談一次，時間約為 1 小時半至 2 小時，地點為咖啡廳、速食店、受訪者工作場所等。本研究採用半結構式訪談 (semi-structured interview)，會於訪談時提供開放式問題(open-ended questions)給受訪者，但會依照受訪者回應與分享之故事來決定提問順序與問題

方向，受訪者會先回答基本資訊（見表一），再就兒時經歷目睹以及目前狀態進行回答與深訪。



表一：受訪者基本資訊欄位

	年齡	性別	婚姻狀態	居住狀況	家中排序	父母婚姻狀況	目睹時間	目睹類型	離家時間點
家惠	26-30 間	女	未婚 單身	與姊 姊同住	老么 (一個姊 姊)	結婚同住	很小的時 候(但持續 爭吵到成 年)	目睹	大學畢業 後
芳琦	26-30 間	女	未婚 有伴侶	與人 合租	老么 (一個姊 姊)	離婚同住	國小到國 中	目睹	上大學
于晴	41-45 間	女	未婚 單身	獨自 居住	老大 (一個妹 妹、一個 弟弟)	結婚同住	幼稚園到 成年後仍 持續	目睹併虐待 (父親身體 虐待母親精 神虐待)	二專畢業 後
銘慧	31-35 間	女	未婚 單身	與人 合租	老大 (一個妹 妹、一個 弟弟)	喪偶 (之前即 離婚未同 住)	從小到大 學(離婚)	目睹	大學畢業 後
銘彥	26-30 間	男	未婚 單身	與父 母同住	老三 (兩個哥 哥)	結婚同住	國一至國 中畢業	目睹併身體 虐待	高中後(到 三年前搬 回家)
志翰	36-40 間	男	未婚 有伴侶	與人 合租	老大 (一個妹 妹)	離婚未同 住	從小到國 中(離婚)	目睹併身體 虐待	上大學
玟淨	26-30 間	女	未婚 有伴侶	獨自 居住	老大 (一個弟 弟、一個 妹妹)	離婚未同 住	國中到高 中	目睹	上大學
依凡	26-30 間	女	未婚 有伴侶	與人 合租	老二 (一個姊 姊、一個 妹妹)	離婚未同 住	從小到小 二(離婚)	目睹	上大學(大 學前與親 戚住)
曼	31-35 間	女	未婚 單身	與母 同住	老二 (一個哥 哥)	喪偶 (之前結 婚)	小五到國 一	目睹	一直住在 家中

君					哥、一個 妹妹)	婚同住)			
---	--	--	--	--	-------------	------	--	--	--



在訪談之前，研究者構思如何進行訪談能營造出安全的訪談環境，目睹家庭暴力是創傷經驗，對受訪者來說，談此經驗是一種冒險，而受訪者願意受訪，顯示出他們也有說的意願，研究者整理出幾個注意重點：第一，確認他們對研究的期待與參與動機，並檢視本研究是否能夠回應他們的期待，受訪者參與研究，必然有他們對研究的想像，以及認為自己參與可以貢獻或獲得的收穫，研究者除了可藉此了解受訪者動機外，也可對受訪者進行澄清與說明，讓受訪者的冒險不會有不如預期值得的失落或挫敗感。

實際詢問受訪者願意參與研究的目的，大抵包括三個層面，首先是針對「自身」的部分，受訪者希望能夠藉由研究機會訴說、整理自己的生命經驗，第二，對「研究者」的部分，受訪者希望能夠幫助研究者完成論文，第三是針對「社會大眾」，受訪者希望透過研究的發表來進行發聲，希望用自己的辛苦經驗喚醒社會大眾對目睹議題的關注。其中，「訴說」是受訪者普遍提出的受訪動機，對於兒時有目睹經驗的成年子女來說，目睹是兒時重要但難以翻過的生命篇章，當徵求受訪者的資訊張貼在這些處於不同狀態的目睹成年子女面前時，潛在受訪者表現出的狀態也相當不同，有些人表達自己有目睹經驗，但擔心自己受訪後難以承受，後續未接受訪談，也有人來訊表達質疑這樣的訪談會讓相關經驗者二次傷害，有些人表達自己很希望能夠參與這樣的訪談，但無論如何，在短短的期間內，總共有 23 位有目睹經驗的成年子女來訊探問研究，顯示出目睹經驗者不少，且有不少期望有個訴說的空間。

最後，訪談 10 名受訪者後，研究者依據充分性（sufficiency）與資訊飽和（saturation of information）兩原則來檢視研究資料，從蒐集的資料評估已有足夠的資訊回答問題，訪談內容已有重複，且時間有限，結束資訊蒐集，研究者整理資料，檢視到其中一位受訪者的目睹經驗較輕微，且父母很快就調整好夫妻關係，

由於本研究係了解目睹經驗子女與父母關係的人際拉扯情形，故將該個案排除，僅就 9 名受訪者訪談資料予以分析。



肆、研究者角色

(一) 研究者與主題的關係

人是複雜的，親密關係暴力內涵亦相當多元，研究者雖為成年目睹子女，但目睹經驗也可能與受研究者有相當大的差異，為減少自身框架影響訪談彈性與空間，故研究者需要檢視自己的目睹經驗，並時刻提醒自身經驗與他人可能有歧異。我想要透過這個研究找出能夠與父母維持恰到好處關係的關鍵，我期待受訪者能夠告訴我他們如何成功地應對這個難題，又或者我會拒絕接受他們的答案，例如或許有受訪者是直接與家庭切割開來，而我會認為這樣做是「不對的」、是「不忠誠」的，這是我自己的價值觀，又或許我會跟同樣卡在家庭無法動彈的受訪者產生共鳴，但我必須要時時提醒自己，再類似的經歷也會有不同的地方，我不能用自己的立場去預設別人的立場，如果我能留點空白給受訪者去填補，我相信我跟受訪者之間可以撞擊出更多火花，我能夠擁有更寬廣的視野來看待家中的婚暴議題。在實際去招募受訪者時，因為我的個性不是很願意輕易敞開自己，更遑論跟陌生人分享這樣的傷痛經驗，我無法預測對方的反應，這樣的敞開似乎是太過未知與不安全的，雖然知道有目睹經驗的子女應該不少，但本來以為要找到實際願意接受面談的受訪者應該不多，但透過朋友以及朋友的朋友協助轉發消息，居然一口氣就有 20 人主動來訊詢問或表達願意受訪，顯示出我預設的想法可能與實情會有差異性，更提醒著我雖然自己與這些人同樣有目睹的經驗，但人們是可以有差異性的，我想接觸這些人去探索他們的目睹經驗，並會用開放的態度來看待我們之間的相同與不同。

(二) 研究者背景

本研究的研究者本身同時作為訪談者，質性研究中強調訪談者作為收集資料

的工具，研究者曾經修習「家庭暴力專題」、「兒少保護社會工作」等相關課程，對目睹子女的身心狀況與相關理論與處遇有所了解，且曾為保護性社工，服務兒童虐待被害人、親密關係暴力被害人、性侵害被害人以及目睹父母間暴力的兒少，有多年豐富會談經驗，具有傾聽與會談的能力，知悉如何應對承接受訪者強烈且具衝擊性的暴力陳述，且研究者本身即為目睹父母間暴力子女，能以此身分取得受訪者信賴，且較能具體同理受訪者的經驗與感受。

訪談時，研究者會將主要問題作為訪談骨架，參考文獻現有資訊，並針對研究主題，擬定對應的主要問題。在訪談一開始適合詢問較廣泛的問題，讓受訪者可以輕易依照經驗回答，當受訪者開始提供資訊時，研究者需要透過追問 (probes) 技巧讓受訪者針對某主題再更深入提供資訊，補足事件的細節，但需注意避免因追問過度打斷受訪者的發言。當受訪者的經驗與資訊與其他受訪者差異較大時，研究者可以透過續問問題 (follow-up questions) 進一步了解，或是加問受訪者尚未提到但重要的訪談主題 (吳嘉苓，2012)。

伍、研究嚴謹性

在學習量化研究時，研究的信效度被視為評估研究品質的重要指標，信度指的是研究測量出來的結果，重複測量或由其他研究者進行研究的情況下，都具有一致性，此時就會稱該研究信度高，而效度則是指該研究能夠準確測量研究問題的程度，以射箭作為例子，信度指的是多次射擊結果彼此的關係，若多次射擊都射在同一點或附近的位置，我們稱為信度高，而效度則指靠近紅心的程度 (亦即能夠回答我們所關心的研究問題)，射擊到紅心位置，被視為效度高的狀況。然而質性研究與量化研究有很大的不同，研究者被視為研究工具，而不同的研究者進行同樣的研究時，也會因為個人的觀點、特質差異而有不同的結果，亦即質性研究的測量工具，就不符合量化研究所期待的，測量工具具有客觀性與可信性，也因此，有學者認為用量化研究的觀點來評論質性研究的品質是不適切的，但質性研究是否需要評估依據，質性研究者們仍有不同立場與想法，尚未有一般的通

論（潘淑滿，2003）。



研究者認為質性研究有其不同於量化的研究，更強調研究現象的描述，且將研究者本身作為重要的研究工具，相較於量化研究將研究者干擾降至最低，質性研究直接正視研究者與受研究者之間的互動，且重視研究者與受研究者本身主觀對事件意義的看法，此亦質性研究迷人之處。不過，研究者認為質性研究仍需要被檢視研究品質，也應盡力做到一定的研究嚴謹性，因此，本文參考 Guba(1990；引自潘淑滿，2003)提出的四個評估指標，分述本研究如何把關研究嚴謹性：

一、**真實性**：此指標在質性研究中重視的是研究可信性，即研究中所蒐集到資料是否有足夠的真實性，相較於遷移性，可信性強調的是蒐集來的資料是否有錯誤、非真實之狀況，為落實研究可信性，研究者需要取得正確的資料，其具體操作措施包括：

(一) 受訪者提供真實且符合實際經驗的資訊：受訪者作為資訊提供者，研究者需確保受訪者清楚研究主題與目的，並能清楚掌握訪談提問，準確針對提問回答問題，亦即彼此的溝通要是有效且順暢的，研究者在訪談前會主動說明研究主題與目的，並會提供紙本訪談大綱讓受訪者直接觀察問題，並主動口述說明提問問題具體想問什麼，並確認受訪者是否清楚掌握訪談問題，在訪談進行中，部分受訪者反應不全然清楚訪談問句要問什麼，研究者會再予以說明、核對，也有受訪者回答後，研究者從受訪者的回答觀察到受訪者並未回答到問題要問的內容，此時研究者會再說明要問的問題，讓受訪者補充或回答提問。

(二) 研究者取得正確資訊：除受訪者清楚陳述回答外，研究者也需要精準取得與記錄受訪者提供的研究資訊，在訪談過程中研究者會一再核對受訪者陳述的意思，確保沒有扭曲或誤解受訪者的陳述，此外，

研究者會在訪談前徵詢受訪者同意錄音，10 位受訪者皆同意研究者可錄音作為紀錄，透過錄音可確保研究者能更精準將受訪者的陳述撰寫下來。



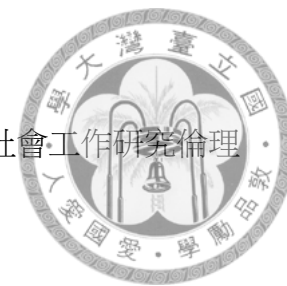
二、**應用性**：此指標在質性研究中為遷移性，指的是蒐集到的資料可以有效轉換為文字的程度，除了使用上述真實性技巧，確保取得的資訊正確以外，也透過訪談中核對、追問、釐清等對話的過程確保蒐集到的資訊，使用精準正確的文字來進行描述。而研究者在撰寫出研究報告後，亦會將研究結果提供受訪者檢閱，確保研究中的撰寫內容符合受訪者的原意。

三、**一致性**：此指標強調研究者運用策略收集到可靠資料的能力與技巧，透過清楚的說明、一再澄清核對確保研究者有掌握受訪者陳述之訊息外，研究者本身也作為質性研究的工具，需要先對自己在議題上的態度與想法有所認識，尤其對談中，受訪者與研究者是處於互動的過程，研究者的反應、態度、追問方向等都會影響受訪者的陳述內容，甚至可能因為研究者自己的預設與偏見而未能如實掌握受訪者的陳述，例如研究者在文獻中以及自己的經驗中認為離家的子女會因為放不下父母而時常透過探問、返家的方式觀察、確認家裡的狀況，但在實際訪談中，受訪者回答離家之後就很少管家裡的事情，訪談者雖然內在會感覺到與自己預期不同，但仍會表現出接受，並嘗試詢問、了解受訪者離家後對原生家庭的感受以及實際互動狀況。

四、**中立性**：在質性研究中指的是研究是否有遵照研究倫理的準則與操作，確保在研究中取得可信賴的資料。研究者參考臺灣社會工作人員專業協會的社會工作研究論理，整理出「自願參與、告知後同意與保密」、「傷害最小化」、「避免欺騙」以及「避免雙重關係及利益衝突」等準則與具體操作形式，此部分可參考下一段之研究倫理，透過嚴謹遵守研究倫理，可確保本研究有足夠的研究嚴謹性與研究品質。

陸、研究倫理

研究者參考臺灣社會工作人員專業協會於 2012 年制定的社會工作研究倫理守則，本研究涉及之倫理議題包括：



一、 自願參與，告知後同意與保密

此倫理守則目的在於保障研究參與者在充分了解研究目的、內容、過程等相關資訊後，有權利同意或拒絕參與研究。研究者在招募受訪者時，即有提供研究主題與研究過程、相關保密與權益保障措施以及研究者的 e-mail 與臉書作為聯繫管道，有興趣之潛在受訪者可依照自己狀態透過 e-mail 或臉書私訊了解研究細節，研究者除會提供研究主題、研究時間與過程等基本資訊外，亦會說明受訪者之相關權益，當研究者接獲有人來函表達願意受訪時，會先行主動提供訪談知情同意書與訪談大綱，並說明本研究之研究主題、過程、受訪者相關權利等資訊，到當天見面訪談時，亦會提供書面同意書，請受訪者詳加閱讀，若有擔憂或欲了解的部分可再立即向研究者反應，大部分受訪者皆對知情同意書沒有疑義，兩名受訪者於看到知情同意書後對於訪談時間為 1.5 至 2 小時之時間有疑慮，擔憂會因為時間過長而無法承受，研究者回應此為預估時間，受訪者可依據自己的狀態選擇陳述多寡，且隨時可以中止結束，不因簽署同意書而喪失退出研究之權利，研究者亦請受訪者不要勉強自己，照自己狀態提供可提供之訊息即可，研究者透過這些語言與態度，除為避免傷害受訪者外，亦希望讓受訪者能夠自在陳述出自己的擔憂以及對研究的疑問，希望達成更高品質的知情後同意。

保密部分，研究者在呈現研究結果時，原則上應保護受研究者的資訊，不僅止於不透露姓名，也需要處理可能讓熟識受訪者得以辨識出的相關資訊，研究者會需要處理保密與深描(thick description)的兩難，研究者詳細陳述受訪者的個人背景與經驗，可讓故事更有脈絡性，但又需要顧及保密原則，常見的應對方式是盡量於不影響脈絡的情況下，移除或改變讀者可能辨識出受訪者的各種資料，諸

如人名、職稱、地名、事件細節等。本研究因為會清楚描述個人的家庭故事，除在人名上以代號代替真實姓名外，住家地點（即縣市）予以保密，改用隱晦的字詞，如「到家鄉附近的城市唸書」，年齡亦以區間取代實際年齡，以確保受訪者實際身分不會曝光，而在研究發表前，研究者會提供論文讓受訪者確認匿名狀況，若受訪者感覺有曝光風險，會與受訪者討論如何應對或修改以確保可呈現又做到保密原則。

二、 傷害最小化

本研究談論之議題較為敏感，可能在訪談過程中勾動受訪者的創傷回憶，研究者需要確保受訪者遭遇未被告知的生理、情緒不適或傷害，研究者需要積極保護照顧受訪者的感受與狀態，故研究者在徵求受訪者時，即先表達開放態度，請潛在受訪者有任何意見與擔憂可與研究者溝通確認，讓潛在受訪者處於較自在無壓力的狀態，在徵求受訪者階段，有三位有興趣之潛在受訪者表達雖有意受訪，但仍會感到擔憂猶豫，研究者向來訊徵詢者說明訪談主題、訪談會問的問題與談話方向以及當受訪者感覺不適時可以隨時退出研究或休息緩和的權利，其中兩位考慮後表達尚未準備好受訪故未參加研究，研究者回應可接受與理解，請對方不要介意，另一位潛在受訪者因近期參加工作訓練課程時引起創傷記憶，對於自己是否適合受訪有些卻步，研究者說明本研究為自願參加且有中途撤出權，並肯定受訪者想要整理自己生命故事的勇氣，說明分享需要在準備好的狀態，請該名研究者考慮自己的步調與狀態，研究者於訪談期間也會協助受訪者，該名來訊詢問之潛在受訪者後來仍決定加入研究。同時，研究者於訪談前會準備好相關求助管道（如：小羊之家、婦援會）以及諮商資源（衛生所、各家諮商中心等），並於訪談後主動詢問受訪者是否需要相關資源。

三、 避免欺騙

本研究執行上即無需刻意隱瞞之情事，但研究者於訪談前會透明且具體告知

訪談目的與訪談會問到的問題，讓受訪者有足夠時間確認自己是否有參加意願。

四、 避免雙重關係及利益衝突

本研究之研究對象非外顯可辨識，研究者一度考慮透過自己工作場所或目睹兒服務場所協助徵詢，然考慮到經由工作者介紹或轉知研究邀約時，會讓受邀約參與之個案感受壓力，擔心拒絕後會可能會影響自己受服務的機會與品質，為避免讓個案陷入壓力與衝突，研究者以研究者身分，透過網路以及臉書朋友轉貼等管道來發送徵詢受訪者資訊。

第三節 資料分析



壹、資料謄寫與分析

完成資料蒐集後，研究者將錄音檔逐一謄寫成逐字稿，資訊相當龐雜，資料分析就是資料整理的過程，需要透過技巧性地擷取與簡化資料的過程，讓資料具有脈絡與意義。資料分析即是由資料化約(data reduction)、展現(data display)與結論三個要素組成，資料化約的過程是指依據概念架構將資料簡化，簡化後需要思考如何系統性地賦予資料意義並予以展現，接著最後寫出結論。簡言之，質性研究資料分析過程是一種概念化的過程(conceptualized process)，需從資料中逐步發展出具體概念(concepts)或主題(themes)，並運用對照、歸納、比較等方式將概念或主題發展出主軸概念，作為理論建構的基礎(潘淑滿，2003)。


研究者可以透過編碼登錄技巧來將資料進行概念化，本研究參考潘淑滿(2003)的編碼登錄技巧，其步驟有三：

一、開放譯碼(open coding)

開放譯碼的技巧在於從文中尋找關鍵字、關鍵事件或主題予以標記，然而研究者需要先掌握自己需要掌握那些關鍵字、關鍵事件或主題，因此研究者重新去檢視了研究目的與研究問題，並將9份逐字稿約略檢視一遍，對應自己訪談的過程，採用主題分析法，先行設定出數個重要主題：兒時的目睹經驗、成年生活經驗、與父母關係、自我分化等，各主題又細分為子主題，綜整類別如下：

表二：本研究涵蓋的主題

1.兒時的目睹經驗	1-1 目睹的暴力內容與類型 1-2 父母的狀態與反應 1-3 子女反應與應對方式
2.成年生活經驗	2-1 基本生活現況與經濟獨立性 2-2 對暴力的看法與暴力行為 2-3 親密關係

	2-4 對暴力影響的因應措施與行動	
3.與父母關係	3-1 與父關係 3-2 與母關係 3-3 父母之間的關係	
4.自我分化	4-1 是否同住 4-2 親子關係狀態與調整	

擬定好主題後，研究者會逐句檢視訪談內容，再擷取與主題相關之字句並進行標註，如下述表格示範：

表三：開放譯碼方法

逐字稿內容	相關主題
<p>研究者：那…想要問就是說你覺得你跟你父親母親的關係怎麼樣？</p> <p>受訪者：嗯…</p> <p>研究者：你可以分別講，因為也許是你跟爸的關係、跟母親的關係</p> <p>受訪者：<u>我跟母親感情一直都很好，然後父親以前就是，他以前也都不錯，常常都會騎摩托車一起出去玩，常跟他出去玩，就是說他小時候也是很壞啦，常常喝酒發酒瘋打我跟母親，我就真的以前哥哥他們都受不了，父親喝酒發酒瘋，然後母親愛賭博，都跑去台中躲起來了，對阿，現在沒錢賭博了啦，其實他們有時候…我就會嚴格控管他們不要再賭博了啦，最後還不是一樣，我們都要處理貸款，對阿，房子，然後父母都很愧疚阿，我就說這樣不行啊，那天就是因為父親中風，他有時候就是很沒耐性阿，可能就很痛苦阿~就跑去另一間看電視阿，就給母親顧阿，目前就是…我都比較有話跟母親講，但是父親的話，就是請母親幫忙照顧，雖然在同一個屋簷下，但是我在家的時候都是躲去另一間看電視</u></p>	<p>3.與父母關係</p> <p>3-2 與母關係</p> <p>3-1 與父關係</p> <p>3-1 與父關係</p> <p>3-2 與母關係</p>

受訪者：我只能就是有點類似像，比如說身體有一個癌症腫瘤，只是先把它壓著，讓它不要再發作。

訪談者：先隔離這樣子。

受訪者：對，就先把它隔離起來，我不曉得甚麼時候可以好好的去面對它，因為這是雙方互動的，但是比較那個的是，我的那對父母沒有機會跟外面的有一個良善的接觸，導致於再教育。

訪談者：所以他們改變的可能性不大

受訪者：不大，那其實家暴的那個大概都是受害者，對阿，那個被害者的陰影在面對加害者，尤其是自己親人的時候，那個感覺是很複雜的，就像那一天去請吃喜酒的時候說，這是你母親？不是，我母親在對面，聽起來很親，可是我們的相處很遠，所以到目前為止還找不到一個方法，可以去好好的處理這一件事情

訪談者：那你看你媽跟看你爸有不同的想法嘛？

受訪者：老實說啦~ 因為那個父親是肢體暴力者，母親是言語暴力者，但是至少她不會莫名其妙過去揍你這樣子，她是針對你的外表去諷刺你這樣子，所以到了一定年紀之錢的時候，就覺得：天啊~外表就是父母生的，我不能改變，但是你直接揍我，我就比較不能原諒。對，可是到了一而在再而三的接觸再接觸的時候，因為臉是比較出來的，就發現到說其實自己長的不差，對，但是就是對於那一種成立家庭的這件事，就沒有很大的慾望，也沒有自信去跟人家談那一種

4-2 親子關係狀態與調整



二、主軸譯碼(axial coding)

主軸譯碼指透過綜合歸納或比較不同資料間的符碼來建構主軸概念，以幫助研究者從概念中找出異同之處，藉以讓研究者更深入檢視概念彼此間的關係，例如「離家」一詞，對於不同狀態的受訪者會有不同的意義，有些受訪者因為考試

分發結果離家唸書，有些則是直接積極以唸書或工作做為離家的理由



表四：主軸譯碼方法


離家	「(大學跟工作)其實就是比較是看分數選填，那時候其實是剛好，分數就落在00，所以就在00唸書，然後來台北工作也是，考試考到哪就在哪。」(家惠)
	「其實我大學就故意選就是要離家很遠的大學，因為我是念00系，然後我那時候其實有上00跟00，我覺得00離00(家裡)太近了，我要去一個遠一點的地方。」(玫淨)
	「就是有那一種，所以從小的時候都一直想要說，盡量可以快一點離開就快一點離開。」 「小時候曾經有一段是，可是為什麼還是堅持要考相對錄取率比較低的銀行跟公家機關，也是因為說，就像我前面講的我個性很固執，然後我決定要離開原生家庭的時候，我覺得我一定要做到，才能夠到達彼岸，得登彼岸這樣」(于晴)

三、選擇性譯碼(selective coding)

這個步驟中研究者選擇最能突顯研究主題的主軸概念來詮釋研究問題，資料選擇有三個原則，包括相關性(relevance)、同質性(homogeneity)以及一致性(synchronicity)。相關性指選擇與建立理論相關的資料；同質性指選擇的資料間盡可能同質；一致性指資料收集若是有多個時間點時，需依據自然循環法則進行。研究者選擇符合自我分化歷程的資料來詮釋自我分化的狀態，例如觀察受訪者情緒是否受家中牽動、父母是否透過各種方式拉住子女等狀況來觀察自我分化的狀態：

表五：選擇性譯碼方法

情緒牽扯狀態	牽扯度高	牽扯度低
	「其實暑假待這麼長的時間很累，我大概回去一個禮拜我就開始不開心了，但是我還是回家了，然後我其實不想聽她抱怨事情，有時候我還是忍住了，我還是聽她講，我其實不想當傳聲筒，但我還是當傳聲	「我在高職的時候跟大學的時候都是讀夜間部的阿，所以很少去顧他們，那時候太忙了沒有時間回家裡，那時候他們就很健康啊，我覺得說不干我的事情啊。」(銘彥)

	<p>簡了、我還是照做了，就是很多我其實不想做的事情但我還是都做了」(家惠)</p>	
	<p>「因為我從小就被當作一個訴苦對象，我媽跟我爸怎麼了，她就會抓著小孩一直講一直講一直講，剛開始我當然都會聽，聽一聽就覺得喔，你就不要理他啊什麼的，可是到最後我無法消化那個情緒」(芳琦)</p>	<p>「衝突張力很大的時候我會覺得如果有小孩在旁邊會降下來，但我不會覺得是我要負責，只是覺得比較快結束這件事或不會動手，而且後期他們比較是吵架不會動手，而且變得大部分是我媽在碎念…我不會覺得太擔心或因為這樣改變自己的作息」(曼君)</p>

貳、小結

資料分析是質性研究中重要的研究技巧，研究者透過訪談蒐集到大量訪談資料，需要有足夠的資料整理技巧與能力，透過三個編碼方法與整理、分類、分析、比較等過程，研究者可以抓出四個重要的軸線，包括兒時目睹經驗、成年生活狀況、父母與親子關係以及自我分化，並分別於各主題中發展出各自的次主題，並於整理中去釐清、發掘受訪者經驗間的共通性與歧異性，並嘗試去了解各經驗類型的特色與脈絡，研究結果詳見下一章節。

第四章 研究結果與討論

第一節 兒時目睹經驗成年子女生命經驗




壹、受訪者的生命故事

【故事一 家惠的故事】

30 出頭的家惠目前跟姊姊一同合租住在台北，與父母沒有同住，保持著一定的物理距離，但物理的距離沒有給她帶來平靜。家惠的弟弟是極重度身心障礙者，父親負責賺取家用，母親負責照顧弟弟，家惠和姊姊知道母親大半的心力都在弟弟身上，從小就自動自發，自己好好地照顧好自己，不讓父母操心。大學畢業後，因為公職分發地點的緣故，家惠離家到台北來。離家之後，家惠已經可以看得更清楚，爸媽在個性上就不契合，加上在照顧弟弟上意見時常不一致，導致雙方關係更加惡化。小時候家惠常常看到父親母親為了要不要帶弟弟看醫生吵架，父親一份薪水要養一家五口，壓力很大，母親用心照顧弟弟，希望弟弟能夠過得舒服，也沒有錯，但爸媽始終沒有辦法彼此溝通出雙方可以接受的作法。這種狀況到了家惠離家後仍然持續著。家惠離家到現在已經 7 年多了，父親母親同住在一個屋簷下，但仍然還是不溝通，即使對對方不滿，也都是用冷戰方式處理，頂多互留字條，更多時候是爸媽會聯絡家惠或姊姊，透過女兒作為溝通橋樑。因此，家惠時常接到母親的 line 或電話，希望家惠或姊姊打電話給父親改正一些不良行為，但對家惠來說，這件事情是為難的，父親要不要改，是父親自己決定的，但即使家惠嘗試跟母親溝通，希望母親理解，但母親反而會怪罪家惠，認為家惠不願意跟父親說，就是在縱容父親，並對家惠生氣。家惠無法改變父親，後來她跟姊姊應對這類事情發展出一個模式，就是介入爸媽爭吵的事情，比如母親想帶弟弟去看醫生，家惠跟姊姊會幫忙出費用，讓母親不用跟父親為這件事情爭執。

即使家惠沒有住在家裡，但因為通訊方便，加上家惠很受母親情緒影響，又放不下留在家中的弟弟，家惠的心仍然跟家緊緊牽連在一起，會定期回家幫忙母



親照顧弟弟。這七年多來，家惠就是這樣生活過來的。去年年底時，父親不顧母親反對，辦理了退休，這件事情讓母親相當生氣，一來是氣父親不尊重她，沒有照她的意思做，二來也對未來家中開銷如何支應感到焦慮。家惠當時一如往常回家去了，心情不好的母親質問家惠何時要結婚。家惠從小看爸媽關係不好，對於要與異性交往甚至結婚，一直覺得很可怕，擔心會陷入跟爸媽一樣的婚姻關係中。對於母親的要求，家惠直接跟母親回應她不想要結婚。或許是因為對於父親退休已經焦慮到心力交瘁，母親聽完之後，立刻到後院大哭，並且開始把家惠當成空氣一樣，一句話也不對家惠說。家惠從以前就習慣討好母親，被這樣忽視，瞬間讓家惠有種被母親狠狠拋棄的感覺。當晚，弟弟突然說腳痛，母親跟家惠帶著弟弟在假日晚上找著診所，因為最近的診所沒開，中間花了很多時間在找診所。看著母親默默推著弟弟的背影，家惠突然覺得很難受，對弟弟的擔憂、對母親的心疼、愧疚以及被母親冷暴力對待的受傷，勾動家惠想起從小就覺得活著是很痛苦的事情，深陷在這樣的痛苦中難以自拔。儘管回到台北，家惠只要想到當天的事情就會陷入深深的絕望中，不自覺地掉淚，最後家惠選擇接受諮商來整理這些心情，想要透過諮商做出一點改變。

【故事二 芳琦的故事】


「我以前是蠻乖的小孩，爸媽要我做什麼我就做什麼，但三年前我覺醒了。」芳琦接受我訪談時，第一句話就跟我這麼說。芳琦家的故事是這樣的，在國小的時候，父親被裁員了，爸媽常常為了經濟吵架，到了芳琦國中時，爸媽關係更加惡化，原因是母親發現父親外遇。那時候芳琦的母親會拉著芳琦去查勤，試著抓到父親外遇的證據，母親對於父親外遇很生氣，時常跟父親吵架，後来越吵越激烈，最後父親動手打了母親，有一次，芳琦甚至看到父親把母親的頭拉去撞牆。某一天，家裡只有爸媽跟芳琦在家，爸媽吵完假，父親生氣地出去了，芳琦在想怎麼樓下這麼安靜，她跑下樓一看，發現母親一邊喝著酒一邊用刀割腕，芳琦當下很緊張，立刻抓握住刀子，抓到自己被劃傷流血。從此之後，芳琦就很怕失去

母親，很怕母親爭吵後會跑去自殺，於是更加強她要照顧好母親的決心。

芳琦到了大學因為考上北部的學校，於是搬出家裡，但她仍然是母親重要的訴苦對象，只要母親心情不好，就會打給芳琦，不管芳琦是在上班或下班，而芳琦也一直放不下母親，所以只要看到母親來電，她就會排除萬難先接電話。只是不定期的承接母親的情緒，也讓芳琦覺得無法負荷，聽完母親的電話就久久情緒難以平復。到了三年前，芳琦誤打誤撞開始從事家暴的社工工作，也開始讓她有機會去檢視自己家庭的議題。也是到了這一刻，芳琦開始意識到自己可以有不一樣的選擇，她開始想要多為自己著想一點，希望照顧自己的情緒多過於照顧母親。之前芳琦不是沒有意識到照顧母親情緒對自己帶來的痛苦，但是就是難以割捨，覺得如果拒絕母親，會有很深的罪惡感。透過諮商整理好自己的情緒後，芳琦開始與母親保持距離，她不再隨時接母親電話跟母親的情緒，她花更多力氣保有自己，讓自己可以維持心情平靜。父親母親仍然維持慣有的模式，隨時會希望芳琦作為女兒，可以幫父母居中協調，芳琦正在嘗試著離開這樣的角色。

【故事三 于晴的故事】


40 多歲的于晴是個聰明幹練的女性，會願意受訪的原因，是發現家裡三個小孩，都 40 幾歲了，但都沒有想要結婚的慾望，她希望透過這樣的研究呼籲家暴的深遠影響。于晴小時候家裡主要的經濟來源是父親，父親的工作收入很高，照理說家裡應該不愁吃穿，但因為父親迷上賭博，薪水都拿去賭掉，賭不夠了就回家拿錢，母親死守著家用錢不給父親，父親就對母親跟小孩拳打腳踢。這樣的暴力持續了很長一段時間，到 30 歲時，有一次于晴回家，正好看到母親因為被父親用拳頭打，眼眶黑了一圈，當時的她生氣到拉著母親要去驗傷告父親，但母親不想。于晴也逐漸知道這是母親的選擇，不再積極地要求母親一定要怎麼做，幸好後續爸媽年紀也越來越大，到最近一兩年已經可以像一般夫妻一樣和平相處。



母親面對父親這樣的暴行，心情上很煩躁，除了會跟于晴抱怨父親的不是之外，也會因為情緒不好遷怒于晴，于晴發現母親尤其針對自己，或許因為妹妹可愛、弟弟最小，于晴總是成為母親的箭靶。看著母親的處境，于晴在心裡暗自發誓，自己一定要有謀生能力，不要跟母親一樣要依附著男人，陷入無奈又無法離開的困境。家裡經濟狀況差，最直接影響的就是對孩子的栽培，尤其于晴唸書沒有特別出色，大約就是中上程度，父親在于晴高中畢業後就不願意再支持于晴唸書，希望于晴去當洗頭小妹，就開始工作賺錢。于晴高中畢業後，就因為經濟因素沒有升學，但她選擇用2年打工賺錢，在20歲的時候用自己賺的錢念二專，過著半工半讀的生活，畢業後于晴花了半年就考上銀行，如願以償名正言順搬離原生家庭，到現在，于晴很少回家，與家裡保持距離。

【故事四 銘慧的故事】

35歲的銘慧是個開朗活潑的人，絲毫看不出她曾經為憂鬱症所苦，目前她與教會姊妹合租同住，不定期會與父親、妹妹、弟弟見面，逐步地修復關係中。銘慧小時候目睹的暴力相當激烈，她曾看過爸媽拿刀互砍，之後母親從二樓跳樓。會有這麼激烈的衝突，主要是因為父親外遇了。大約7歲時，銘慧母親就會帶著銘慧去抓姦，銘慧看著母親衝進小三的家，把小三打到流鼻血。爸媽的衝突從銘慧國小到高中都沒停歇，國中期中考前一天，爸媽在家裡打架，其他同學在書桌前埋首衝刺，銘慧擋在門口，手緊抓著門不讓父親衝進房間打母親，因為抓得太緊，銘慧後來發現自己八根手指頭都瘀傷了。還有數不清的衝突中，銘慧為了阻止父親衝過去打母親，把父親翻倒，自己也摔傷了。身為家中的長女與大姐，銘慧給自己的期許很大，常常像顆陀螺一樣繞著家裡的事情打轉，但爸媽太深陷在彼此的衝突了，沒有顧慮到銘慧的感受。感到疲憊的銘慧，從國中就有自殺的想法，到了高中一次情緒過於激動昏倒後，銘慧被醫生診斷為憂鬱症，勉強讀完高中，到了大學之後，雖然爸媽離婚了，父親變得只有偶爾回家會鬧事，但同住的母親仍然習慣用尖銳的字眼對孩子說話，也給銘慧很大的壓力。




幸好大二之後，銘慧剛好接觸到教會。銘慧待的教會除了幫銘慧提升自我價值感之外，也讓銘慧有機會練習溝通與劃清界線。從小銘慧就是母親最重要的支柱，在爸媽衝突時極力地保護母親跟弟妹，或是分擔照顧弟妹的日常事務，後來母親交了男友，也要求銘慧去居中協調她跟男友的爭執。每一次溝通都是一次挑戰，母親對銘慧說妳很胖很噁心時，銘慧會耐著性子跟母親討論，讓母親知道，這樣說反而會有反效果，會讓銘慧壓力更大，吃得更多，相反的，如果母親有看到銘慧努力的樣子，多加鼓勵，才會達到母親原本希望銘慧注重健康的目的。不過真正的轉機是在五年前，銘慧母親罹患癌症開始。或許因為感覺到生命的無常與珍貴，加上開始接觸信仰，銘慧的母親越來越能改變自己的說話方式，也開始會用正向的方式跟孩子說話，也開始能夠為銘慧著想。中間一度母親也會要求銘慧多給一些，但銘慧也會直接讓母親知道，如果母親這樣做，她會覺得很痛苦，就會更不敢回家，後來母親就會調整自己對待銘慧的方式。銘慧母親走了之後，由於父親住在外縣市，目前銘慧與父親維持偶爾見面的關係。

【故事五 銘彥的故事】

年近 30 歲的銘彥在網路上看見我張貼徵求研究受訪者的資訊，主動來訊表示要受訪。我詢問他願意與我聯絡的理由，他表示因為想要分享自己家庭的經驗，讓社會大眾可以更重視家庭暴力。


銘彥出生在很純樸的家庭中，家裡有父親、母親、兩個哥哥還有銘彥。作為家中老么，原本應該是受到爸媽、兩個哥哥照顧呵護的小弟。父親會騎著摩托車載著銘彥去各個地方玩，母親對銘彥很疼愛，哥哥們也很照顧銘彥。然而，在銘彥國一時，家中的小餐館倒閉了，這不是家中第一次破產，但卻讓父親跌得很重。銘彥的父親失去家中經濟支柱的角色，挫折感讓他使用酒精麻痺自己，幾乎每天都在喝酒，喝醉之後就在家裡大吵大鬧，甚至出手毆打家人。銘彥記得有一次父親喝醉後，他跟父親說不要再喝了，父親一巴掌打在銘彥臉上。後來銘彥的爸媽都迷上賭博，希望能夠賺到足夠撐起家庭的收入，但反而虧損更多錢，導致爸媽



的爭吵衝突更為嚴重，只要母親賭輸了，父親就會用皮帶抽打母親。看到母親被父親這樣對待，銘彥對於父親又愛又恨，一方面認為他畢竟是父親，還是希望能夠盡孝，但又恨極父親這樣對待母親。因為害怕自己也被打，每次看到母親被打，他只能僵住著，希望父親趕快停手。爸媽都沈迷賭博後，家中變得更為混亂，銘彥的大哥和二哥很快地就以就學為由搬出家，在附近的城市唸書，畢業後就繼續在城市工作。銘彥放不下母親，選了本地的高職就讀，但在學校遭遇同學霸凌，當時幸好銘彥的大哥發現銘彥的困境，幫銘彥辦好轉學，接銘彥一同在城市唸書。銘彥在國中時曾經霸凌班上的同學，到了高中時，反而是銘彥被霸凌。因為有了這樣的經驗，銘彥深信因果報應，覺得自己是因為先對別人使用暴力，後來才會被暴力對待，也加強他不用暴力的決心。到了大學，銘彥曾經被班上的同學欺負，但銘彥選擇不理會對方，專心唸書，成績優異的話可以獲得獎學金與打工機會，最後銘彥以全系第一名畢業。銘彥從高中離家之後，除了一開始哥哥們先幫銘彥出了學費，後續經濟幾乎要仰賴自己，也因此，讓銘彥更把焦點放在自己如何能夠順利唸書、生活，而不是跟同學的紛爭。銘彥回憶到城市讀書工作的這幾年，不用擔心家裡的事情，也沒有學業壓力，工作自給自足，偶爾與朋友聚會，是銘彥最懷念也最快樂的一段時光。

然而，三年前，父親突然中風倒下，銘彥跟兩個哥哥接到消息回家，母親順理成章成為主要照顧父親的人，大哥已經組成家庭，二哥要忙工作，銘彥陷入兩難，要繼續待在城市？還是回到家裡跟母親一起扛下照顧父親的重擔？後來看母親單獨照顧父親照顧到心力交瘁，銘彥還是放不下母親，於是捨棄了在城市的生活，搬回家中跟母親一起照顧父親。回家之後，父親已經沒有再對母親施暴，但仍會說傷人的話讓母親傷心，銘彥不想理會，常常獨自在另一間房間看電視。三年來，父親的狀況沒有變糟，但也沒有起色，銘彥不知道後續照顧者身分還會持續多久。

【故事六 志翰的故事】



原住民的志翰父親，在工作職場認識了客家人的志翰母親，兩人開始戀愛交往，後來懷了志翰，志翰的父親母親決定結婚共組家庭，但是很快地，志翰的爸媽開始常常吵架，加上志翰父親喜愛喝酒，喝酒後就會開始發酒瘋，打母親也打小孩，母親就會帶著志翰跟妹妹往家外跑，等父親酒醒了，父親就會變回溫柔的父親。有幾次父親母親吵架，直接互相打了起來，因為父親孔武有力，母親好幾次被打到送醫，有一次志翰看到父親把母親打到頭撞到地板突出的東西，母親因此腦震盪住院，志翰在旁邊看覺得很恐怖也很心疼母親。這樣的暴力一直要到志翰國中畢業，父親母親離婚，母親帶著志翰跟妹妹搬出家自己住之後才結束。

爸媽離婚後，母親要自己住，又要撫養兩個孩子，經濟上相當吃緊，當時學校老師知道了之後，幫助志翰跟母親很多事情，也因為這樣，讓志翰很崇拜老師，並且定下目標要讀老師唸過的大學跟科系，之後跟老師一樣當個能夠幫到學生的老師。之後考大學時，志翰如願以償考上了自己的志願，因為地點在外縣市，志翰北上開始獨居生活，現在的志翰已經是一個教師，自己租房生活，爸媽都住在外縣市，志翰偶爾會與母親聯絡或出國去玩，跟父親則幾乎沒有聯絡。

【故事七 玟淨的故事】

從事文字工作者的玟淨說話相當輕柔，有著文青的優雅氣質。玟淨的爸媽常常為了經濟吵架，吵得過頭時就會動手動腳，雖然玟淨爸媽在玟淨 8歲時就協議離婚，但還是住在一起，有一次玟淨國中的時候，父親打了母親，母親情緒失控下去廚房拿菜刀揮舞著，母親在被打之後都會歇斯底里地哭叫著「你怎麼可以這樣對我」，父親也會吼回去，到後來警察還有到家裡。玟淨不知道怎麼辦才好，自己找了很多方法，有一次她用 MP3 錄了爸媽爭吵的聲音，想要拿去檢舉父親的暴行，還有一次，她躲在棉被打 113 求助，但後來都沒有太大的效果。有一次，爸媽爭吵時，玟淨衝去阻止，母親抱著玟淨要玟淨叫父親住手，又有一次，玟淨睡著了不知道父親有打母親，隔天母親給玟淨看瘀青，說父親怎麼對她不好，玟淨會一邊在內心對父親生氣，一邊安慰著母親。玟淨完全是站在母親這邊，痛恨

著父親，有一次國中時，玟淨太生氣了，直接打父親一拳，父親很錯愕，覺得他從來沒打過玟淨，玟淨怎麼可以打他，但玟淨覺得自己就是要保護母親。有一次，爸媽又爭吵了，玟淨真的不知道如何是好，突然靈機一動假裝在房間看到鬼，當下爸媽真的就不吵架了，這一次的成功經驗給了玟淨很大的鼓舞，覺得自己是有能力能夠處理爸媽衝突的事情。

到了大學，玟淨因為大學與家裡距離太遠，就搬離原生家庭到學校附近住。這對她來說是一個喘息的機會，她搬出去之後，也盡量不去探問家裡的事情，想要好好專注在自己的生活。後來母親在玟淨出社會之後搬離家，找了工作，自己賺錢自己生活，玟淨也因為工作的關係，持續在外面租房自己住。雖然爸媽沒有一起住了，但爸媽關係仍然水火不容，父親不允許母親回到住家，也不允許小孩跟母親講話。父親將家門換鎖，因為父親覺得玟淨偏袒母親，連帶著也沒有給玟淨新的鑰匙。後來玟淨的弟妹受到父親影響，都不願意與母親聯絡接觸，只有對兒時較有記憶的玟淨對母親有較多同情，會持續跟母親聯絡，並會為母親慶祝母親節。相對地，玟淨對父親就較為疏遠，半年或過年回家一次，初二之後也會獨自會去母親娘家陪母親過年，現在的玟淨跟爸媽都不親近，跟男友和朋友比較緊密，父母已經不是玟淨的生活重心。

【故事八 依凡的故事】

依凡的父母在19歲時認識，不久後就步入婚姻。薄弱的感情基礎，加上結婚1年後依凡的父親就發生車禍，導致行動不便，依凡的父親因此開始沉迷賭博跟電玩，即使依凡父親的家庭收入不錯，養依凡、依凡姊姊跟爸媽不成問題，但因為父親賭博賭輸很多錢，小時候依凡時常看到爸媽為錢爭吵，父親賭博賭輸回來就開始找家裡還有沒有錢可以拿去賭博，母親則會極力阻止，雙方常常因為這樣而發生很激烈的爭執。最嚴重的一次是在依凡還很小的時候，晚上半夜依凡被吵架的聲音吵醒，醒來看到姊姊在哭，父親雙手掐著母親的脖子一邊吼叫，那時候母親還要姊姊帶著依凡趕快走，但依凡擔心母親，就跑過去拉父親，但反而被


激動的父親甩來甩去要掙脫開依凡，後來那天怎麼結束的，依凡已經忘記了，但對爸媽的衝突留下深刻的印象。發生那樣的事情之後，母親從家裡消失好幾天，可能是回娘家去了，之後只要爸媽爭吵，依凡都會很怕母親消失。



到了依凡小學二年級時，母親在爭吵後又消失了將近一個多月。後來依凡才知道原來那時候爸媽在處理小孩的監護權問題，母親拿到依凡跟姊姊、妹妹的監護權，就在某一天，母親突然到學校把依凡接走，從此之後依凡跟姊姊就住在母親娘家，妹妹跟父親一起住。依凡原以為是跟母親一起住，但母親為了賺錢，把依凡跟姊姊留在娘家，自己獨自北上工作。在母親娘家的生活並不好受，娘家的親戚把依凡跟姊姊當成外人，讓依凡一直很希望母親能接自己過去一起住。原本依凡父親會固定來接依凡出去玩，但後來娘家親戚會在依凡回家後對依凡冷言冷語，抱怨依凡恩將仇報，跟會打母親的父親關係好，後來依凡就不敢再跟父親見面了，也因此跟父親、妹妹失去聯絡。到了高中，母親在娘家附近買了一間房子，並要依凡跟姊姊搬進去，依凡滿心期待，覺得終於等到跟母親一起住，不用再寄人籬下生活著，但是母親還是沒有搬回來，取而代之的是要男朋友跟依凡還有依凡姊姊住。當時姊姊交了男友，大部分時間都到男友家去住，母親男朋友時常將母親要給依凡的生活費占為己有，所以依凡常常餓肚子，靠著同學分享便當跟挨餓度過高中生活。後來依凡考上北部的大學，開始自立生活，一邊打工賺取學費與生活費一邊上學。雖然依凡仍然有跟母親不定期聯絡，跟父親也在高中畢業時，為了教導與父親同住的妹妹功課時，又重新開始見面，但依凡沒有從爸媽那得到親情的溫暖。後來依凡自己很爭氣地考上了公務員，有了穩定的收入跟生活，也開始有穩定的親密關係對象，父母對於依凡來說是「最陌生的親人」，雖然有血親關係，但實際上已經因為長期的分離疏遠了，更多時候依凡更專注在自己的生活當中。

【故事九 曼君的故事】

曼君現在仍然可以記得，小時候偏愛著自己跟妹妹的父親，偷偷帶著兩姊妹



去夜市吃牛排的情景。在她的印象裡，父親是完美主義者，或許因為沒有辦法達到自己期望的樣子，父親與酒精成為每日共同生活的好朋友。大約從曼君大三開始，父親因為喝酒的關係，連工作都無法維持。當時母親不能接受這樣的父親，拿著塑膠袋套自己的頭說想要去死，當時曼君當場目擊，留下了驚慌與害怕的感受。父親喝酒無法工作後，母親開始開店賺錢，但也因為無法接受父親喝酒糜爛的樣子，母親常常在休息時跟父親大吵，有一次，曼君睡在房間，聽到吵架的聲音跑出去看，當時母親正在哭，爸媽見曼君出現，就停止爭吵了，曼君常是安撫母親的情緒，過了兩三天，曼君看見母親的眼睛逐漸浮現瘀青，腫了起來。為了能夠保護母親，只要一聽到爸媽吵架，曼君就會立刻衝到現場勸架。曼君認為確保母親安全，可以讓家庭繼續維持下去，對於每次都要在父母吵架時到現場去，她不覺得有特別難受或開心的感受，只是純粹覺得要這樣做，而對於父親喝酒的狀況，曼君會主動找關於酗酒的資料來看，也會主動去輔導室討論爸媽爭執的事情，曼君知道父親是生病了，不是故意要喝酒，也會勸告母親不要太責備父親，但也因為父親常常是喝醉昏睡的狀態，曼君變得比較少跟父親說話。到後來，母親也放棄要求父親振作去工作了，沒有期待，雙方變得也沒有什麼爭執，母親希望父親能夠偶爾幫忙店裡或打掃家裡，父親後來也能偶爾在清醒時做到母親的期待。只是很可惜的是，後來因為飲酒過度，父親在曼君大四那年因為敗血症的關係，很快地就在醫院離開人世。

曼君在父親過世後，很驚訝地發現母親很難過，對於父親的離開感到很不捨。這麼多年來，母親對父親的態度都是淡漠的，完全看不出任何情意，但到了父親離開之後，母親非常難過，在幫父親辦喪事、選靈骨塔位時還一次買了兩個人的位置，希望死後能夠跟父親合葬在一起。到了那刻，曼君對於爸媽的關係有了不同的體悟，原來爸媽之間是有愛情的，因為有愛，所以爸媽沒有選擇離婚，他們覺得無論生活好壞，都要一起承擔，但曼君也會覺得可惜，如果爸媽能夠在父親在世的時候好好相處，修補彼此的挫折與埋怨就好了。曼君儘管生活在爸媽不睦

的家庭，仍然穩定地完成學業，也順利地就職，但她對於婚姻有了不同的想法。看著父母長年陷入痛苦無解的婚姻中，曼君見識了婚姻的複雜性，也有了不婚的念頭。之後因為母親的期待，曼君也開始試著跟人建立親密關係，但在關係中她發現她很容易成為配合對方的人，會為了維持關係而妥協遷就，後來雙方關係也無疾而終。現在，隨著哥哥、妹妹都結婚搬出家裡，家中只剩下曼君跟母親同住，兩個人正在摸索母親跟成年女兒的生活方式。

貳、小結

從受訪者基本資訊來看，這九名受訪者年齡約在近30至45歲之間，其中兩位為男性，七位為女性，兩位男性受訪者的家庭經驗有類似之處，父親都有酒後施暴情形，相較於女性受訪者，兩位男性受訪者會更強調不想與父親相像或親近，也經歷過抗拒飲酒，到實際嘗試飲酒後發覺喝酒不一定會發酒瘋的過程，顯示出男性更敏感自己是否複製父親的暴力行為，而女性受訪者則會重視伴侶是否有暴力傾向；九位受訪者都處於未婚狀態，依照內政部戶政司（2017）106年男女初婚年齡平均數之統計，男性為32.4歲，女性為30歲，亦即這些受訪者皆處於適婚年齡，但都沒有步入婚姻。除了其中一位受訪者為同志，因國家制度限制而尚未獲得結婚權利外，其他八位受訪者亦尚未步入婚姻。八位受訪者中，有兩位明確陳述因為看到原生家庭父母衝突情形而不願結婚，六位則表示不排斥結婚，但也可觀察到目睹經驗成年子女在婚姻上顯得更為謹慎或退卻，而即使不排斥婚姻，也有幾位受訪者不約而同陳述自己在親密關係中會傾向討好對方，盡量忍讓避免衝突，但也曾因為無法忍耐而結束關係。在目睹暴力方面，九位受訪者都是目睹父親對母親施暴，有三位受訪者表示除了目睹以外，也有遭受肢體暴力與精神暴力，即學術上常稱「遭遇雙重家暴」，文獻整理會發現遭遇雙重暴力者會有更深的創傷反應，但從本次受訪者的經驗來看，雙重暴力之受訪者的受創程度並未明顯較單純目睹者深。

從上述之陳述可以發現，男性成年子女更敏感自己暴力複製的議題，會更努

力與父親走相反的道路，女性受訪者中雖有部分亦表示會覺知自己暴力行為並予以修正，但大多傾向忍讓避免衝突，並會在擇偶時選擇較無暴力傾向之對象，而原生家庭的經驗也使得子女在選擇步入婚姻上較他人更為謹慎退卻，而在目睹類型比較上，從本次研究中較難觀察出目睹與雙重家暴兩者間的差異性。檢視完受訪者基本資訊後，下一章節將陳述子女與父母關係的狀態與變化，並分析子女自我分化歷程與困境。



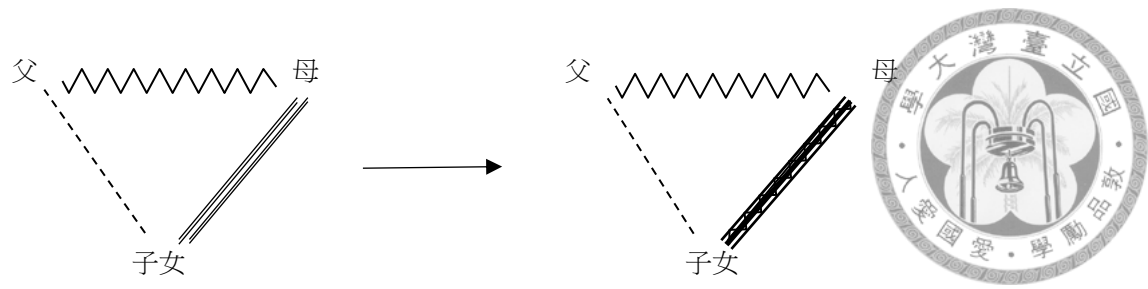
第二節 兒時目睹經驗成年子女親子關係



探究兒時有目睹經驗的成年子女如何調整與父母之間的關係是本研究的重點之一，從九位兒時有目睹經驗的子女與父母的關係變化共通點，可以分為四種類型，包括：「捲入到拉開距離型」、「代罪羔羊到與父母糾結型」、「介入衝突到與母緊密型」以及「與母緊密到與父母疏離型」，其中「捲入到拉開距離型」包含家惠與芳琦，這兩位受訪者的經驗都是在父母衝突時被母親或父母雙方要求介入衝突，到近期因感覺這樣的角色過度負荷而試圖調整與父母關係狀態；「代罪羔羊到與父母糾結型」的代表是于晴與銘慧，這兩位受訪者都是家中長女，都有試圖將化解衝突與改善家庭氣氛的責任扛在自己身上，但父母反而會把氣出在她們身上，使得她們成為代罪羔羊，為了脫離這樣的角色，兩者都採取拉開物理距離的措施，但也會因此被父母責怪對家庭漠不關心，而進入與父母糾結的狀態；「介入衝突到與母緊密型」包括志翰與曼君，兩人在兒時都與衝突共存，仍持續維持正常生活，之後父母因離婚未聯絡或一方過世而已無衝突，成年後兩位受訪者與母親的親子互動關係成為核心。最後一種是「與母緊密到與父母疏離型」，涵蓋玟淨、依凡與銘彥三名受訪者，這三人在兒時都因對於母親受暴感到心疼，與母維持一定正向關係，但隨著時間流逝，三人各自去發展自己人生後，不再以原生家庭為重心，處於與父母較為疏離的狀態。以下分述四種類型的內涵：

壹、「捲入到拉開距離型」

第一種類型是「捲入到拉開距離型」，指的是父母仍處於爭吵敵對的狀態，需要子女進入三角關係介入處理，而子女從會主動或被動介入轉換到與父母保持距離的狀態，包括家惠與芳琦。



圖一：「捲入到拉開距離型」親子關係變化圖

一、兒時的親子關係：父母衝突，與父親疏離，與母親緊密

「我以前會害怕失去她，她曾經在我面前自殺過，我現在睡覺還會作到這個噩夢，這個畫面一直消不掉…國中還國小吧，某一個禮拜三還禮拜五下午，那時候只有我在，我爸媽剛吵完假，我就在想怎麼樓下沒聲音了，我肯定我爸出去了，我就偷跑下去樓下看，我就看到我媽坐在地上喝著啤酒拿著一把刀在割腕，這件事影響我很深，當下當然把她的刀子搶過來，那時候我用自我傷害阻止她，我握著刀握到自己受傷，好像哭成一團，搶著刀讓她不要再割自己，這件事影響我蠻深的。」（芳琦）

這類型的子女在兒時直接目睹父親對母親施暴以及母親受苦過程，子女很容易會為了制止暴力或維持家庭穩定而介入父母衝突並安慰父母，加上家庭暴力或夫妻衝突是很難對外啟齒的事情，母親也很容易把情緒向子女尋求出口，子女成為承接母親情緒與家中幫手的角色。因此，在兒時很容易形成「父母間衝突—父子女疏離—母子女緊密」的親子關係。

分析兒時親子關係的自我分化程度，可以發現父母之間出現焦慮時，會用衝突來處理焦慮問題，因而陷入Bowen提出的婚姻衝突模式：關係緊密→衝突爭執→和好回歸關係緊密階段，也因為這樣的模式能夠持續處理關係的焦慮問題，衝突暴力會不斷地出現。此外，三角關係也是時常會出現的模式，在這組親子關係中，最親近父母的子女承接了父母之間的焦慮，母親會透過不斷與子女抱怨父親

的事情來迴避問題，父母之間因而不用面對、處理彼此關係問題，也因此，在這樣的互動關係下形成了跨世代聯盟三角關係，在本組的親子關係中，母親與子女形成聯盟，與父親疏離。



二、成年後的親子關係：父母衝突，與父親疏離，與母親緊密衝突

成年後，父母的衝突仍然持續，子女雖然都離家到外縣市居住，由於科技與通訊的進度，這樣的物理距離並沒有拉開她們跟母親的親子關係，母親仍然時常透過電話跟女兒訴苦或是要求女兒擔任傳聲筒去對父親傳話或指責父親，而且不分時間與場合，子女已經習慣了這樣的模式，即使會感到困擾，但為了不讓母親生氣或覺得孤立無援，還是會照著母親意思做。這樣類型的家庭特質是父母彼此之間不溝通，無法自行處理彼此的衝突，於是一方或雙方拉著女兒進入衝突中，讓女兒奔波於處理父母的衝突，然而這是無止盡且容易有無力感的角色，父母衝突不是子女能夠控制的，即使子女介入處理，若衝突的雙方沒有人要改變，問題只是被壓抑下去，但另一次又會因為另一件事情爭執，而遠在台北的女兒就要透過返家或通訊介入處理，這些處理是無預期的，因為未同住，子女會在無預期的時間點接到這樣的任務，無論當時的生活是好是壞，都要先放下手上的事情去處理原生家庭的事，容易造成情緒與生活的干擾，如同家惠的陳述：

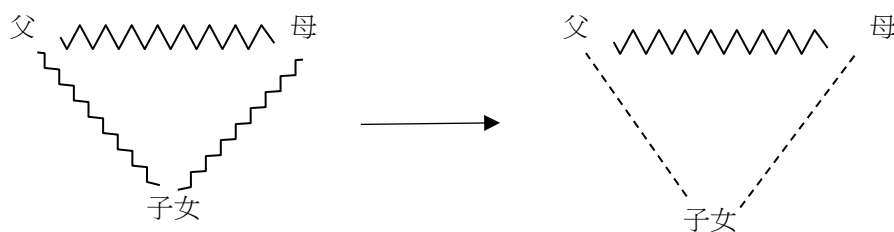
「其實到現在也還是會當傳話的，那有時候有些事情就是，好，媽媽也許期望我們做，那我們就跟爸爸講，他不見得每件事都會照做……我覺得我媽媽對我的影響很大，雖然說我們距離很遠，可是我覺得她的喜怒哀樂還是會很嚴重的影響我在台北的生活……媽媽傳個LINE過來說她心情不好，然後我就會覺得(一樣心情不好)，我覺得那個連帶影響很深。」

到了最近，子女發現自己遇到家中的事情就容易情緒受到牽扯，對比到生活以外的人際關係，似乎家庭的事情最讓自己困擾，很容易情緒激動或陷入深沉的哀傷，她們決定開始做出改變，她們想要離開這樣的三角關係。家惠對於父母的衝突，仍然會出力幫忙解決，例如父親不願意出錢買什麼，就由家惠跟姊姊出錢，

但現在的她消極地減少與母親的接觸時間，也降低返家的天數，如果不得已要回家，家惠應對的方式是回家時忍耐著，然後再趕快回到台北租屋處好好療養自己。芳琦則是因為職場給予的新知識與新觀點，帶動她用不同角度去看待家裡的事情，她開始深刻知道自己不需要扮演這樣的角色，拒絕這些事情的自己是可以且合理的，她開始調整接電話的時間、拒絕扮演橋樑角色、減少返家時間等，並會直接出言與父母反抗。也因為她們的變化，發覺女兒要離開三角關係的父母，透過指責女兒漠視家裡的事情，希望女兒再度回到原本的角色，目前家惠與芳琦兩人都在與父母拉扯的狀態，仍然會受父母狀態情緒波動。如同文獻所述，子女在發現傳聲筒並未有效修復父母關係時，開始撤出三角關係，拒絕擔任傳聲筒，但這樣的過程會來來回回，家惠偶爾仍會妥協，持續扮演這樣的角色，有時則會劃清界限予以拒絕，參考俞雁薰（2009）受暴婦女自我分化歷程的研究，自我分化有命運糾扯、激盪探索、確立自我三個階段，家惠與芳琦已經開始邁入第三個階段，傾聽自己內在的聲音，並開始向母親表達自己的想法，拒絕擔任傳聲筒或被遷怒的角色。

貳、「代罪羔羊到與父母糾結型」

第二種類型是「代罪羔羊到與父母糾結型」，指的是兒時父母彼此衝突，同時父母或一方亦會把情緒發洩在子女身上，到了成年後子女與父母保持距離，但又無法直接割捨的親子關係，此類型包括于晴與銘慧。



圖二：「代罪羔羊到與父母糾結型」親子關係變化圖

一、兒時的親子關係：父母衝突，子女與父母衝突

「因為那個爸爸是肢體暴力者，媽媽是言語暴力者，但是至少她不會莫名其妙過去揍你這樣子，她是針對你的外表去諷刺你這樣子…過去還住在一起的時候有的時候想要說試著緩和氣氛講一些話的時候，一碗飯就從你臉上丟。」(于晴)

在這類型的兒時關係中，可以發現父母間出現衝突後，父母雙方或一方也同時將焦慮轉移到子女身上，除了可見到父母之間低度自我分化的衝突表現外，子女也因此成為三角關係中的「代罪羔羊」，可以看見的是，這樣的做法也使得父母迴避了彼此之間的衝突關係。在于晴與銘慧的經驗都可以發現類似的狀態，她們作為長女，對於父母衝突有著相較於弟妹更深刻的觀察與了解，且涉入的程度也高，但在被拉入三角關係的經驗中，兩者被視為遷怒的對象，使得子女一方面為了穩定家庭和諧疲於奔命，一方面卻也受到父母的攻擊與傷害。

二、成年後的親子關係：父母衝突，子女與父母疏離

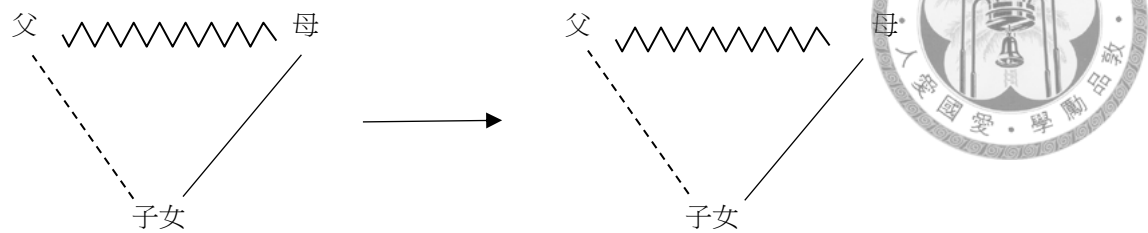
「我們家本身住 00，那我會喜歡考銀行、考公家機關的原因是，名正言順的有一個好工作，然後就遠離原生家庭。」(于晴)

為了改變在家中的角色位置，兩位受訪者之後都選擇離家，于晴與銘慧都是家中的長女，她們在家中被賦予相對弟妹更多的責任，也對於父母衝突有更深刻的觀察與了解，這樣的狀態下她們作為子女也被賦予更多的責任與壓力，且需要承擔高度的情緒負荷，于晴就直接表示希望能夠透過工作遠離原生家庭。從離家後的關係來看，子女雖然得以先與父母拉開距離，脫離衝突關係，但仍然無法擺脫代罪羔羊的角色，但離家之後，子女能夠控制自己受到家庭情緒干擾的程度，也才更有機會能夠去進行自我分化的歷程。

參、「介入衝突到與母緊密型」

第三種類型是「介入衝突到與母緊密型」，指的是兒時父母彼此衝突，到了

成年後子女與母關係緊密，與父衝突的狀態此類型包括志翰與曼君。



圖三：「介入衝突到與母緊密型」親子關係變化圖

一、兒時的親子關係：父母衝突，子女與父親疏離

「以前都是爸爸喝酒，然後他就會發酒瘋，然後媽媽就會帶著我跟我妹，然後只要知道他是發酒瘋的話，我們三個人就會往外跑，就不會待在家這樣子。」

(志翰)

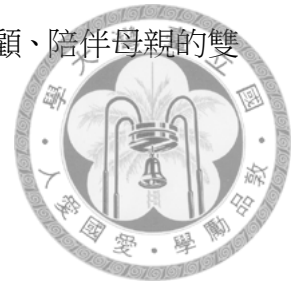
由於父親對母親的施暴行為，或是因為對父親酗酒行為的不了解，這組的兒時親子關係中，仍然是父子女較為疏離的情況，這組的親子關係中比較少看到母親要求子女介入衝突，而是子女自行進入紛爭或作為一同躲避暴力的角色，相較於第一組，這組的子女與父母間的衝突較保持距離，不會作為暴力衝突的主要參與角色。

二、成年後的親子關係：子女與母親關係緊密

「幾乎這幾年都沒有跟爸爸聯絡…帶媽媽跨年出國，那天晚上我就跟我媽聊說妳有機會去認識新的男人，(媽媽)那麼好的人，有一個人可以互相分享生活無論好或不好的地方，那至少也是個分享交流互動，我是很熱切祝福。」(志翰)

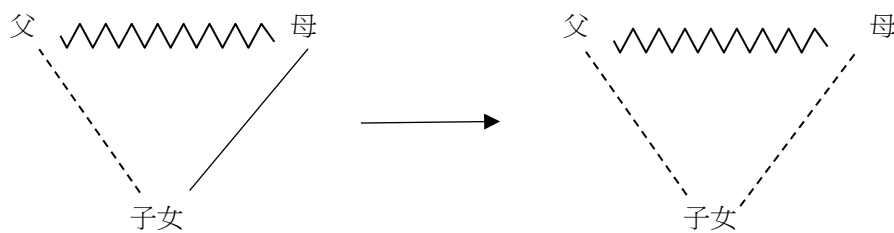
這組的受訪者到了成年後都與父親關係斷裂，志翰是因為不知道如何去應對父親對兒子陽剛的要求期待，而選擇暫時與父親維持情緒疏離的關係狀態，曼君則是因為父親過世而使得親子關係靜止於當下。相對的，與母親的關係會是這組

受訪者生活中的主要課題，同時背負著自立的人生計劃以及照顧、陪伴母親的雙重角色，子女與母親維持著緊密但又有些許距離的親子關係。



肆、「與母緊密到與父母疏離型」

第四種類型是「與母緊密到與父母疏遠型」，指的是兒時父母彼此衝突，成年後子女選擇與父母保持疏遠關係的狀態，此類型包括玟淨、依凡與銘彥。



圖四：「與母緊密到與父母疏離型」親子關係變化圖

一、兒時的親子關係：父母衝突，子女與母關係緊密

「我媽媽被打的時候是用皮帶抽，對阿，就想說哪有這麼無恥的男人，對阿，以前還有說甚麼，哥哥為了爸爸發酒瘋，哥哥還想打爸爸，可是不行，因為孝順，就只有打牆壁，牆壁都一直壞掉阿，對阿我就覺得說為什麼家庭暴力都發生在我身上。」（銘彥）

在這組的親子關係變化中，兒時子女都身陷在衝突之中，與母親關係較為緊密，與父親關係疏遠，但相較於第一種類型，這類的子女也較少有過度涉入父母衝突的情形，較明顯的部分是受到父母衝突的干擾，比如牽連受暴、對暴力的認可等等的影響。

二、成年後的親子關係：父母衝突，子女與父母疏離

「都有聯絡，但是會比較，有點像是你過年，你去拜訪親戚一樣，就是大家聊天，可是你覺得心理面覺得還是要... 這是我的義務……久了還是會慢慢感情淡掉，變成陌生人。」(伊凡)



成年後這組的子女都與父母保持一定的距離，即使在親情義務上，玟淨會提供母親協助，也會過年時父母兩邊跑，但跟父母並不親近，更多生活重心是在經營與男友、朋友的關係。伊凡雖然在童年同時享有父母的愛，但隨著父母離異後，父親沒有再與伊凡聯絡見面，母親北上之後也鮮少理會伊凡，讓伊凡從大學開始就知道自己要依靠自己生活，儘管姊姊希望拉近伊凡跟父母的距離，但因為已經長年沒有聯絡，比起父母，伊凡覺得跟父母之間更像是血緣的遠房親戚，徒有血緣，但沒有深刻的親子關係，到現在也不會期待父母給予關心與愛，伊凡把期待放在親密關係與朋友關係上。而銘彥雖然與父母同住，也需要與母親分擔照顧父親的角色，但仍有自己的生活重心。

從自立生活的角度來看，這三個人都有一份足以養活自己的工作收入，對自己人生很有規劃且踏實地實現目標，與朋友也有正向的關係，發展狀況很好；但從自我分化的角度，他們都與父母處於情緒疏離的狀態，尤其伊凡與玟淨父母關係很類似情緒疏離中的追逃關係，伊凡的母親會主動想要拉近與伊凡的距離，但伊凡覺得跟母親親近很不自在，會遠離母親，形成追逃模式。

伍、小結

從九位受訪者的親子關係經驗中可以發現，目睹子女的親子關係會有四種的關係模式，包括「捲入到拉開距離型」、「代罪羔羊到與父母糾結型」、「介入衝突到與母緊密型」以及「與母緊密到與父母疏離型」，這四種類型都顯現出目睹經驗成年子女與父母處於糾結、複雜、矛盾的親子關係，影響著他們自我分化的歷程，下一章節將更具體描述目睹子女自我分化歷程的行動策略與困境。

第三節 兒時目睹經驗成年子女自我分化策略與困境



本節為本研究之重點所在，當有人分享自己為父母某些行為不當經驗時，若當事人成年，通常身邊的人或網路上時常會建議子女搬離住處，甚至建議斷絕與父母聯絡。兒時曾遭受原生家庭父母衝突波及的子女，在身心成熟且有能力獨立的狀態下，是否也會選擇類似的策略？而離家是否等於不再受傷？以下將以自我分化觀點來看成年目睹子女的情緒與人際互動情形：

壹、目睹子女的自我分化表現

一、情緒層面：情緒疏離與情緒切割


本研究中可以看見目睹子女會與受暴母親過度情緒「共融」而容易被母親的情緒牽動，導致即使成年後，成年子女仍然容易回到極度絕望、焦慮、憤怒、擔心等極端情緒中，甚至被母親的情緒綁架，例如家惠在與母親爭執不結婚一事後，因母親不跟其講話就感受到被冷暴力而有很深的疼痛與絕望感，這樣的感受來自於更幼年時的受挫經驗，即使受訪者已經成年，仍然會在情緒挫折當下感覺自己回到當初作為無助未成年目睹兒童的狀態，無法相信自己有能力調整與掌控事情。芳琦曾在兒時目睹母親自殺，對母親多了一種要照顧母親的責任與使命感，無論何時何處都要把母親的情緒擺放在第一優先，忽視自己的需求與感受。無論是家惠或芳琦家，在家惠與芳琦長大成年後，父母之間就幾乎沒有親密關係暴力議題，實質上並沒有安全上的疑慮，但在情緒上仍會重新再回到兒時目睹的無助狀態，出現憂鬱、絕望的情緒與念頭，有受訪者表示因此而有結束生命的念頭。

「(研究者：他們這樣情緒勒索你的時候，你心理會很強烈感覺到嗎?)對，我會很不滿，我會覺得我被要脅了……畢竟就是說，第一個身為小孩子我擁有的武器並不多，然後所謂的那個生長環境的好壞都是父母給的，身為一個未成年的

小孩，然後再來就是你對一個甚麼都沒有的小孩做的一種情緒勒索到底是為了甚麼？你就算在她身上攻城掠地，你可以得到甚麼？」（于晴）

「那一刻我覺得實在太痛苦了，真的覺得說，我那一刻真的覺得，是我一直都有，我從很小的時候我就是都覺得活著很痛苦……我一直都有自殺意念這件事情，其實我覺得我不敢跟我身邊很親近的人講……我沒有講到說，我真的覺得乾脆去死一死算了，這個我就不敢講了，這個事情我不會講。」（家惠）

由於情緒過度受到牽引，會讓子女的情緒波動大而感到痛苦，因此，子女會採取情緒疏離或情緒切割來因應這樣的低度自我分化狀態，文獻中提到疏離有一方追一方逃的追逃模式、雙方保持疏離以及雙方因情緒緊繃而保持疏離等三種樣態，在目睹子女身上最明顯的情緒疏離就是透過「合理離家」拉開與父母的距離，例如銘彥與哥哥們高職、大學選擇離鄉到城市唸書，芳琦、伊凡、玟淨等人透過大學考試分發離家，以及家惠、于晴透過公職工作考試分發順理成章離家，「求學」與「就職」都是人生規劃中常見的離家因素，目睹子女考慮到父母的心情，多半不會直接搬離家中，而是透過「因為工作或求學」作為理由離家，避免與父母直接起衝突。而工作或就學在離家後仍可作為與父母保持距離的正當理由，例如芳琦會以工作忙碌為由不接父母電話以緩衝情緒，讓自己可以不用隨時需要準備好應對父母的需求；家惠分享曾使用寫論文作為理由得以減少返家頻率或不用返家。文獻中認為個體有一定自我分化程度時，與人拉開距離反而可以調節關係，讓彼此可以緩解緊繃的情緒，肯定疏離有正向功能；但文獻也提醒不適宜長期持續處於情緒疏離的狀態，這樣的疏離反而可能讓情緒更為沸騰，例如銘慧的母親對於銘慧離家並與原生家庭保持距離會感到憤怒並攻擊銘慧，甚至對銘慧弟弟、妹妹抱怨銘慧對家中不聞不問，反而導致銘慧的弟、妹對銘慧有很深的誤解；于晴的母親曾對於于晴暗示若現在不與父母和解，等父母死後于晴會後悔等情緒勒索的字句。



當情緒疏離走向極端的時候，就會轉變為情緒切割，這類型的個體表面上是獨立的，且不認為自己與父母之間有尚未解決的強烈情緒依附，並持續與父母保持情緒疏離，本研究的九位受訪者中，其中志翰與曼君因為父母衝突已結束，因而較難清楚陳述父母衝突對自己情緒的負向影響，但兩位受訪者仍有在訪談中稍微提到對於母子關係或父母之間關係的糾結，處於介於情緒切割與情緒疏離狀態之受訪者；而在「代罪羔羊到與父母糾結型」的于晴與銘慧，兩人雖然都在物理距離上與父母拉開距離，但情緒上仍處於與父母糾結的狀態，並有看見自己與父母的親子狀態，研究者認為仍屬於情緒疏離的階段，未到情緒切割。而在「與母緊密到與父母疏離型」中的玟淨、依凡與銘彥，玟淨也較把重心放在原生家庭以外的關係，採取近似情緒切割的關係模式，依凡與銘彥雖然在互動關係上與父母保持距離，但在情緒上也處於情緒疏離的狀態。

二、與人的關係—討好、害怕拒絕

成年目睹子女在陳述與他人關係時，許多受訪者不約而同講到自己很難拒絕別人的要求，例如在職場中，當有同事請受訪者幫忙時，受訪者通常很難直接斷然拒絕，如果拒絕會感覺愧疚自責，這個互動模式來自於受訪者在家中的經驗，受訪者時常需要回應受暴母親的需求，如果拒絕就會被指責是站在施暴父親那方，或是對受訪者冷漠、指責等情緒勒索行為，讓受訪者擔憂自己拒絕就會有不好的後果：

「我母親關係比較是，她不高興的時候，我就做盡了所有方式去討好她，不管這件事情是對的還是錯的，就是她對還是她錯...我沒有辦法拒絕她，我沒辦法切斷這樣的連結，甚至我覺得我也沒有辦法跟母親說，其實她對我...其實她讓我覺得很受傷，可能沒有辦法跟她提這件事情。（研究者：你講的話她會有甚麼樣子的？）我覺得可能狀況會更糟，我覺得她可能會覺得，我們說不結婚的時候，母親就覺得說她做人失敗，她會覺得說，因為她跟父親的關係不好，所以

連帶影響她的小孩不願意去走入婚姻，她覺得是她的失敗。」（家惠）

「我現在的狀況是我會，不管在工作上或是感情上，我會用討好方式，只要我盡量犧牲，不要去引起衝突，這樣我們就可以好好維持。因為我覺得我的目的就是要讓關係維持下去，要讓我的工作好好進行下去，可是就像以工作來說，你這樣討好的情況就變成說，下次遇到同樣的情況不就做到死，所以光是從工作這邊來開始檢討說我是不是應該有時候要拒絕不合理的要求，感情上面是你關係逐漸的失衡，最後還是會走向不是那麼好的結果，最後也會滅亡。」（伊凡）

「我開始反省自己，以前我真的是不會拒絕別人的人，人家跟我講什麼我就說好好好，不然就是比如妳拜託我什麼事情，我覺得我沒有做到，或者是我做得不好我會內疚，我有那種內疚感，我覺得是跟小時候的事情有關係，我會覺得是不是我做不好，為什麼都不理我。」（芳琦）

「我媽會跟我要，他現在他會跟我要生活費，不過是他真的沒有錢的時候啦，可是他是說可不可以借他錢，不過都沒有還我這樣子，不過我現在就...就覺得說好啦他也蠻辛苦的，對，如果還有能力的話，我媽都借幾千塊，應該還好，我很難拒絕她，覺得像是補償吧。」（玫淨）

三、家中有暴力議題家庭常見之三角關係

當夫妻兩人關係不順時，彼此焦慮增加，夫妻系統就會自動把子女拉進關係，形成三角關係，三角關係的關鍵在於夫妻忽視關係問題，將焦點轉移到其他部份，綜整上述九位受訪者與父母的關係，本研究可見之三角關係包括：

1. 夫妻一方外遇（將第三者拉進三角關係）

九位受訪者中，有三位受訪者有提及父親外遇之情事，從系統觀點來看，外遇是由於夫妻之間出現衝突，產生焦慮後，一方將第三者拉進兩人系統，以降低關係焦慮，然而實際上也會因為外遇導致彼此衝突更多，導致彼此關係更加惡化。



2. 子女作為代罪羔羊

當父母不願面對彼此之間的衝突時，會將焦點放在子女身上並責怪子女，使得子女成為父母衝突焦慮下的代罪羔羊，例如受訪者于晴在家中同時受到父親的肢體暴力與母親的言語虐待。

3. 子女進入戰場

當父母衝突時，可能由父母將子女拉入戰場或子女主動進入戰場，子女進入戰場後，常見有三種模式：

(1) 子女認為有責任處理父母衝突

子女積極介入父母之間的衝突，處理無效時感到高度挫折感與自我能力質疑，例如受訪者銘慧，銘慧作為長女，需要保護母親與弟妹，時時刻刻肩負起處理父母衝突的責任，但父母的衝突仍然時常發生，且無論時機場合，即使是銘慧段考前一天仍然照常發生，銘慧表示從國中就有自殺意念，到了高中被診斷有憂鬱症。曼君也同樣認為自己需要介入處理父母衝突，避免母親再度受暴，但芳琦並未有明顯的挫折感，其理由可能為芳琦並未過度將父母的衝突納入自己的責任，即使父母關係不睦仍不會過度涉入。

(2) 子女成為父母的傳聲筒

子女希望能夠促成父母溝通與修復關係，但當子女發現無效且對父母一再衝突會感到厭煩時，就會撤出三角關係，例如受訪者家惠的父母雖然同住但不溝通，母親要求家惠要傳遞訊息跟指令給父親，家惠有一斷時間以來都會順服於傳聲筒的角色，但後來家惠逐漸感覺負荷不願擔任時，就被母親斥責是縱容父親（母親這樣說實際上是要求家惠要跟自己結盟），經過去年年底的衝突，家惠感覺自己情緒負荷過重，甚至有輕生念頭，現在已較少擔任傳聲筒的角色，先撤出三角關係，以照顧自己優先；而芳琦也是如此，同樣面臨父母同住但不溝通的狀態，父母長期依賴芳琦與姊姊作為傳聲筒，芳琦也有一段時間是順從於這樣的角色，到後來芳琦認為太過痛苦，開始劃立界限，同樣也面臨母親的

指責，芳琦有自覺後，就開始跳脫糾結的三角關係，讓自己優先照顧自己的情緒與需求。



(3)成為父母拉攏結盟的對象或與其中一方結盟疏離另一方

當夫妻之間有衝突時，夫妻一方可能會開始將子女拉進關係中，與子女形成結盟，並與另一方維持敵對、疏離的狀態。受訪者玟淨父母關係差，父親甚至要求子女不得與母親聯絡，玟淨的弟妹皆與父親結盟，將母親排除在外，而玟淨沒有表現忠誠，就被父親直接踢出結盟，玟淨則與母親關係相對親近一些，形成另一方結盟。志翰自童年到現在都明確地站在母親這一邊，與母親形成堅固的結盟關係，與父親維持疏離狀態。

四、小結

無論從情緒、人際或是三角關係層面來看，目睹子女處在的是對於情緒、關係與互動敏感的狀態，所以需要透過情緒疏離、討好或進入三角關係的方式來應對父母衝突的高張狀態。檢視完九位受訪者的自我分化表現，可以發現九位受訪者雖然都在尚未高度自我分化的狀態，但仍可看見受訪者們隨著年紀增長，確實有更多能力與意識去走自我分化的歷程。

貳、增進自我分化的契機

檢視完兒時曾目睹父母間暴力成年子女的自我分化狀況，可以發現在情緒上，子女容易處於情緒過度受牽連的狀態，一些成年子女會採取情緒切割與隔離的方式應對，而在人際上，子女亦容易有討好、難以拒絕他人要求與期待的狀態，導致子女在情緒上容易陷入低潮與痛苦中，而一味討好使得子女難以真正表達出自己的想法與需要，要如何突破這樣的狀態，受訪者們的經驗提供了幾個解套的方向：



一、拉出「距離美」

談到能夠成功發展自我，維持生活與情緒一定的平靜感，許多受訪者都提到離家在外面居住是重要關鍵，當拉開距離後，成年子女能夠將重心放在自己目前的生活，且可以較少受到原生家庭的干擾：

「覺得說很希望跟以前一樣，自由自在，無憂無慮……那時候開心啊~ 父親沒有中風，父親也沒有事情要煩我，偶爾只是說要拿點生活費阿，以前(住台中)都很自由自在阿。」(銘彥)

「覺得老天蠻厚愛我的，讓我考到台北，讓我可以有一個很名正言順的理由可以離開家，我覺得如果我住家裡的話，不知道能不能活到現在(笑)，覺得真的要有一些喘息的空間很重要。」(家惠)

從受訪者們的經驗來看，未與父母同住時，確實拉開了彼此原本緊密糾結的情緒團塊，也讓子女有機會從照顧、處理父母衝突中喘息，能夠好好看見自己的需求並關注自己的生涯發展。

二、父母關係改變

三角關係理論認為當雙方關係出現問題時，為了要處理關係中的焦慮，雙方會將第三人拉入三角關係，或是在旁的第三人主動跳入三角關係，亦即，當父母雙方關係沒有焦慮時，就不需要將第三者拉入。

其中一種形式是，當父母之間關係好轉時，父母就不需要將子女牽扯進彼此的糾紛中，例如宥玲的父母面臨兩位女兒唸大學離家的空巢期時，由於不需負擔子女的教養與照顧壓力，加上宥玲母親退休後，自行參與成長課程，夫妻關係得以好轉，逐漸夫妻之間關係緊密，與成年子女之間拉開距離，讓成年子女得以去發展自己的人生。另一種情形是離婚後未接觸或父母一方死亡造成父母之間關係疏離或結束，例如志翰的父母離異後就鮮少互動，雖然初期母親對父親頗有怨言，但後續都未再因父母之間的衝突導致志翰需要再介入處理。曼君的父親在曼君大

學時過世，後續就沒有父母衝突的議題，曼君家的核心議題轉為單親家庭經濟負擔。



三、成年目睹子女設定界限


身處父母間關係風暴的子女，時常會因為擔憂家庭破碎、受暴方的安全或是想為受暴方與施暴方理論等因素主動進入風暴之中，然而隨著年紀增長或認知能力增強，子女會驚覺自己的角色非常矛盾，父母爭執與行為修正不是子女能控制的，子女只能像個隨時需要出發救火的救火隊疲於奔命，但對於戰火的引燃無能為力，變成一種有責任去處理衝突，但無權力改變衝突頻繁發生的現況，久而久之就會陷入「努力這麼多卻仍然無力改變」以及「我做這麼多，結果你們還是沒有重視我的感受與想法，是否反映我對你們而言不重要」的無力感。此外，生活在重視孝道文化的臺灣，對父母懷有恨意或埋怨是很難啟齒的事情，加上「家醜不可外揚」的傳統觀念，讓子女被禁錮在痛苦但又難以言說的無形枷鎖之中。

雖然在成年後，大部分的受訪者都未與父母同住，「距離美」能帶給成年子女暫時喘息的機會，但科技的發展縮短了關係的距離，通訊軟體的出現讓人們的溝通互動變得便利，也使得離家的子女與父母之間拉近距離，大幅降低「距離美」的成效，要真實達到「結廬在人境，而無車馬喧」的境界，光靠距離是不夠的，設立界限才是能夠達到分化的關鍵，以下綜整受訪之成年子女逃脫枷鎖的嘗試經驗並進行反思，有助於自我分化的方法，可分為認知層面、情緒層面、行為層面以及自我實現層面四個面向論述：

(一) 認知層面

1. 「父母的事情由父母去處理」

在認知層面來看，成年子女對原生家庭的「放手」是重要關鍵，就如同上一章節的陳述，家中有暴力議題時，子女無論在想要幫忙處理衝突的角度，或是努力打理好自己不讓父母煩心的角度，最終都會變成能妥適自我照顧甚至照顧父母



的人格特質。長期以來一直被放在需要介入父母衝突的角色，子女也逐漸習慣了自己應該承擔這樣的任務，甚至到了成年後，即使認知到自己應該放手，讓父母去管理自己的事務，但實際上在操作時會遇到很多阻礙，首先，父母長期以來都沒有妥適處理彼此間衝突的能力，子女無法放心放手，因為她/他擔心放手之後會有更糟的後果，衝突可能越演越烈。第二，當子女撤離介入的角色後，長期以來習慣將焦慮往子女身上倒的父母會對此不滿，指責子女不關心父母或不顧家庭，試圖讓子女因為愧疚而重新回歸原本的角色，這也是為什麼研究者選用「放手」一詞，成年子女確實需要做出取捨，除了斷然放手的勇氣外，也要能夠承受放手後的結果，而能夠這樣行動背後的認知是：「父母的事情由父母之間處理」，父母之間如果無法好好處理衝突，那是他們要去煩惱的事情，後果也由父母自己承擔。

2. 「允許自己對父母有負面觀感」

身處在孝道文化，加上受暴一方（本研究中受暴者皆為母親）自然而然被視為作為家中最可憐的角色，成年子女對父母皆會抱持著又愛又恨的心理，但尤其在怨恨、埋怨的那一面是最難呈現出來的，例如銘彥對於父親施暴頗有埋怨，認為父親的暴力導致三兄弟離家，對於母親的好賭也會感覺困擾，但銘彥在訪談中會不斷強調「畢竟他是父親/母親」。而家惠雖然對於母親對自己的指責、要求感到痛苦，但會認為母親很辛苦了，所以無法直接對母親說出對於母親傷人話語的感受。而伊凡、玟淨在描述父親母親的不適當，都選擇用委婉的方式表達，且仍會嘗試努力與父母都維持一定關係。

父母不僅是父母，也是人，受訪的成年子女都有嘗試去理解父母的經驗與想法，理解了父母的不得已，但無形中也把父母的重要性置放於自己之前，事實上，父母之間的衝突暴力確實傷害了子女，而子女也需要被允許將這樣的感受表達出來，當這些感受浮現之後，子女才有機會處理過往壓抑而未處理的創傷，當把過往未能處理的情緒與感覺處理好之後，子女才有機會跳脫過往的親子關係與互動

模式，用現在的成年子女角色與父母互動。



(二) 情緒層面：重視自己的情緒與感受

情緒是否容易受到波動是自我分化評估的指標之一，一些成年子女在離家後仍然會受到父母情緒的引導與干擾，受到父母負面情緒感染，自己也情緒低落，此時需要先以照顧自己的情緒與感受為優先，若情緒過度受影響時，可以先運用一些技巧委婉地緩衝與父母的距離，例如上班時不接父母電話、以工作為理由減少返家，讓自己可以先單純地處理自己的情緒，不用顧及父母的情緒與感受。

(一) 行動層面：言語表達感覺想法，引導父母改變說話與互動方式

一些受訪者分享與父母關係調節的技巧，成年後，子女較能以不同角度看待事物，情緒調節與溝通技巧也較為成熟，因此可以嘗試直接表達自己對於父母言詞行為的感受與想法，例如銘慧在被母親批評身材時，會與母親討論這樣作法可能只會有反效果，並提出建議，讓母親有機會使用較為妥適的言詞，增進親子之間的關係；于晴也分享與母親開始溝通母親用詞給自己的感受，讓母親得以嘗試用不同的態度與方式與于晴互動。

同時需要謹記在心的是，溝通不一定都能夠順利，關係不一定能夠修復，如果嘗試了卻沒有好的結果，需要先好好照顧自己，如果想再嘗試溝通也可以再試，就如同銘慧的經驗，經過一次又一次的溝通，後來才有不同的互動；如果不想溝通，想要與父母保持目前的狀態，也是可以接受的。

(四) 自我實現層面：找出自己的想望，發展自己人生道路

成年之後，子女要離開父母的庇護與掌控，發展自己的人生，兒時曾經目睹父母之間的暴力衝突，這樣的經驗帶給子女許多不同層面的影響，子女除了要擺脫經驗帶來的負面影響外，更重要的是，真真實實把自己放在父母與家庭之前，能夠為自己的人生作主，並開創出人生的價值。九位受訪者都各自走在自己的人生

生規劃中，有的受訪者渴望建立自己的家庭，把過往的經驗當做養分，經營一個沒有暴力、強調溝通的家庭，有的受訪者在手作、寫作、追星上找到生活樂趣，他們的存在正好證明了韌性的存在，儘管過往曾有過挫折、絕望、受傷，他們仍努力想活出自己生命的樣子，並且貢獻自己的經驗，希望讓其他同樣有類似經驗的人可以感覺不孤單，甚至可以從中找出自處以及與父母相處的方式，以及其他社會大眾可以更重視家庭暴力，讓每個在家庭中生活的孩子可以安心長大。




第五章 結論與研究建議

第一節 結論



本研究訪談九位年約 26 歲至 45 歲間兒時曾目睹父母間暴力的成年子女，撰寫出九位成年子女的生命故事，並從中分析成年子女的親子關係變化與模式，回歸到本研究最重要的目的，在於了解如何達到高度自我分化的狀態，使得個體能夠與原生家庭的情緒分離，即使同住一個屋簷下，仍能保有完整且獨立情緒的自我，反而由於自我分化程度高，可以不受家庭的情緒影響，亦不需要因不想被波及情緒而選擇遠離原生家庭。深入研究後可以發現，完全的自我分化是一件相當困難的事情，每一個過往的人生經歷，都會帶來或大或小的情緒波動。成年後，子女有了經濟能力，有了能夠選擇自己日後人生要與父母處於什麼狀態與關係，**Bowen** 自我分化的理論並未明訂出確切的自我分化階段，但仍能依照 **Bowen** 定義的自我分化來區分受訪者處於的階段，為了清楚陳述，本研究將自我分化歷程分為三個階段：依序為情緒疏離階段、轉化階段以及高度自我分化階段。依照 **Bowen** 自我分化的理論，當人到了一定的自我分化程度時，就會傾向情緒疏離，亦即在情緒上與他人保持距離，九位受訪者都有做到情緒疏離的狀態，將自己與父母在情緒與理性層面上拉開距離，關注到自己的情緒與理性上，但在情緒較受父母干擾，而且會在意自己是否被接納。即使身在第一階段，仍然會有進退的變化，由於高度與父母情緒難以分離，會出現離返拉扯的過程，例如家惠，雖然已年過 30，但仍然會時時擔心家中的狀態，勉強自己返家，難以輕易擺脫緊密的親情網絡。第二階段的轉化階段強調的是對於自己身上發生的事情有更理性的思考與觀察，銘慧透過在教會與人互動的演練，還有自行對原生家庭關係的整理，已較能清楚看到自己情緒受牽引的過程。芳琦則是因為工作受訓的機會，得以去檢視自己與父母的關係，但由於是近一兩年間才開始面對、挖掘，芳琦受到情緒牽引的程度也較高，更需要採用情緒疏離或情緒截斷的方式來取得暫時的緩解。



接著，本研究欲討論自我分化在華人社會中運用的樣態與困境。Bowen 提出的自我分化理論來自於西方的文化背景，自我分化強調的正是生命連帶性與個體性兩股力量的拉扯，亦即個體需要同時兼顧與人有親密關係，又不在關係中失去自我的雙重目標。而在華人社會中更強調家庭的群體性，相較於西方社會，成年後離家是較為普遍且理所當然的事情，在華人社會中，成年不一定與離家自立劃上等號，通常離家是發生在婚後，且也有不少子女婚後仍與父母同住，形成兩代或三代同堂的家庭。在華人強調孝道文化的社會，子女即使對父母的言行有所不滿，但仍很難直接面對自己對父母的負向情緒，若子女有意要與父母分離，也必須使用更委婉的方式或合理的理由來進行，如本篇受訪者利用求學或就職等說法來取得離家的合理性。此外，受訪者們常見的困境：父母要求子女做事，子女拒絕就會有濃厚的愧疚感，或是父母以自己過世就無法盡孝用以要求子女返家或與父母拉近關係等狀態，亦與華人孝道文化有著強烈的連結。總地來說，「結廬在人境，而無車馬喧。問君何能爾？心遠地自偏」的高度自我分化意境在華人社會來說挑戰性更高，但相較於西方社會親子間保持距離的作法，華人社會中的自我分化也會更貼近高度自我分化的意境，強調在緊密的親子互動下仍保持高度自我分化的能力，要能做到這樣的狀態，目睹子女必須將自己的情緒抽絲剝繭，才能得以真真實實掌握自己的情緒與理性狀態。

儘管在華人文化與目睹暴力特殊性的雙重束縛下，從本篇研究中可以發現，目睹經驗的子女仍會奮發積極尋求因應之道，例如家惠在朋友的建議下自行找尋諮商服務，或是銘慧接觸教會獲得靈性滋潤的能量，曼君與芳琦透過書籍資料尋求解方等，由於受訪者們身處的時空背景，沒有受訪者接受正式的目睹兒少服務，然而即使成年後，目睹對子女的影響仍然持續發揮效應，但從目前的經驗來看，成年子女時常需要依照自己能力可行性，自行尋找因應的資源，因此，針對成年目睹子女的服務是有其必要的。

第二節 研究建議與研究限制



壹、研究建議

一、早期介入提供目睹服務

無論從文獻或本篇研究，都可以發現目睹對子女的影響是相當深遠的，即使現在不一定身處目睹暴力的狀態，但兒少階段的眼睹仍持續影響著這群目睹子女，家庭暴力讓子女在動盪不安中成長，並且暴露在暴力學習模仿的生活環境中，其防止的根本在於父母之間應重新學習使用正確的溝通方式，除父母需要有強烈的意識知悉不能對任何人使用暴力外，政府可提供夫妻衝突解決之相關資源，例如諮詢專線、夫妻諮商、情緒控制技巧課程，並於其中強調目睹暴力對子女的長期負向影響，讓父母更有意願與動機運用資源解決自身問題。由於一般大眾較少主動接觸社福資源之習慣與意願，可透過子女學校或鄰里進行相關資源宣傳。此外，也需要針對目睹經驗的兒少早期介入，增加兒少的保護因子，協助兒少在風暴中能在最小影響下成長。

二、實務工作者應對目睹兒少處境有更深刻的了解

從本篇研究可以發現，身處在家庭暴力家庭中，由於父母之間高度衝突與高度焦慮，子女不免會被牽扯進父母的衝突關係中，形成跨世代聯盟或成為代罪羔羊，影響兒少情緒與發展。因此，從事目睹服務或接觸目睹兒少的社工應敏感覺察家暴家庭的三角關係，並協助兒少避免落入三角關係之中。

三、成年目睹子女需覺知自己的狀態並透過自助他助處理兒時創傷

本篇研究吸引 23 名成年目睹子女前來探問並表達有訪談想法，顯示出有目睹經驗的成年子女應有一定數量，且受目睹影響所苦，方願意與研究者協談說出自己的感覺，研究者希望有感受到目睹對自己人生造成重大影響的眼睹子女，鼓起勇氣去覺知自己如何受目睹以及父母關係影響，能夠透過自我探索、求助諮商與

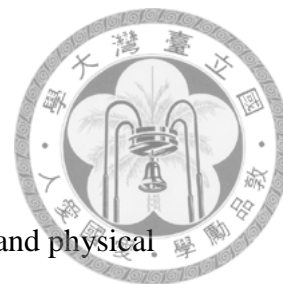
目睹社福資源等方式應對處理自己的兒時創傷。面對是很痛苦且艱辛的道路，但當成年目睹子女願意去正視、承接兒時傷痕累累的自己，那會是一條五味雜陳但又開心又痛苦的自我分化歷程。



貳、研究限制


首先，本研究找的九位受訪者為兩名男性與七名女性，難以進行性別比較分析，無法論述子女性別是否會有不同的應對與自我分化狀態。研究者雖因有相關經驗，較能跟受訪者有所共鳴，且有自覺地區分受訪者與自身經驗的歧異性，但仍會因為自身經驗干擾而較難全然抽離進行分析。此外，自我分化議題需要受訪者對自身情緒以及與他人關係抱有一定的覺察力，因訪談人數較多且時間有限，較難深入探究受訪者情緒狀態以及與他人間的互動動力，建議後續對此議題有興趣之研究者可採少人多次之深入訪談，以更深刻了解目睹子女自我分化的狀態。

參考文獻



壹、英文部分

- Appel, A. E., & Holden, G.W.(1998). The co-occurrence of spouse and physical childabuse: Areview and appraisal. *Journal of Family Psychology*, 12(4), 578-599.
- Barnett, O. W., Miller-Perrin, C. L., & Perrin, R. D. (2011).*Family violence across the lifespan: An introduction*. Thousand Oaks: SAGE Publications.
- Bowen, M. (1978).*Family therapy in clinical practice*. New York: Jason Aronson.
- Carter, E. & McGoldrick, M., (Eds) (1988).*The Changing Family Life Cycle* (2nd ed). NY: Gardner Press.
- Delsol, C. & Margolin, G. (2004).The role of family-of-origin violence in men's marital violence perpetration. *Clinical psychology review*, 24(1), 99-122.
- Edelson, J. L. (1999). Children's witnessing of adult domestic violence. *Journal of Interpersonal Violence*, 14(8), 839–870.
- Famularo, R., Fenton, T., & Kinscherff, R. (1993).Child maltreatment and the development of posttraumatic stress disorder. *American Journal of Diseases of Children*, 147(7), 755-760.
- Fergusson, D. M., Horwood, L. J. (1998).Exposure to interparental violence in childhood and psychosocial adjustment in young adulthood. *Child Abuse and Neglect*, 22(5), 339-357.
- Geffner, R. & Pagelow, M. D. (1990).Mediation and child custody issues in abusive relationships. *Behavioral sciences & the law*, 8(2), 151-159.
- Henning, K., Leitenberg, H., Coffey, P., Turner, T.& Bennett, R. T. (1996). Long-term psychological and social impact of witnessing physical conflict between parents. *Journal of Interpersonal Violence*, 11(1), 35-51.

- 
- Holt, S., Buckley, H., Whelan, S. (2008). The impact of exposure to domestic violence on children and young people: a review of the literature. *Child Abuse & Neglect*, 32(8), 797-810.
- Jaffe, P. G., Wolfe, D., & Wilson, S. K. (1990). *Children of battered women : issues in child development and intervention planning*. Newbury Park, Calif.: Sage.
- Jaffe, P., Wolfe, D. & Campell, M. (2012). *Growing up with domestic violence : assessment, intervention, and prevention strategies for children and adolescents*. Toronto: Hogrefe Pub.
- Kerr, M., & Bowen, M. (1988). *Family evaluation: an approach based on Bowen Theory*. NY: Norton.
- Maser, M. J. (2011). *A construct validity study of differentiation of self measures and their correlates* (Doctoral dissertation or master's thesis).
- McGuigan, W.M., & Pratt, C. C. (2001). The predictive impact of domestic violence on three types of child maltreatment. *Child Abuse & Neglect*, 25, 869-883.
- Osofsky, J. (1995). The effects of exposure to violence on young children. *American Psychologist*, 50, 782-788.
- Schramer, M. H. (1993). *PTSD in adolescent witness of family violence* (Doctoral dissertation or master's thesis).
- Silvern, L., Karyl, J., Waede, L. Hodges, W.F., Starek, J., Heidt, E., & Min, K. (1995). Retrospective reports of parental partner abuse: Relationships to depression, trauma symptoms, and self-esteem among college students. *Journal of Family Violence* 10(2), 177-202.
- Smith, C. A., Elwyn, L. J., Ireland, T. O., & T. P. Thornberry (2010). Impact of Adolescent Exposure to Intimate Partner Violence on Substance Use in Early Adulthood. *Journal of studies on alcohol and drugs*, 71, 219-230.
- Straus, M. A. (1991). *Children as witness to marital violence: A risk factor for life*

long Problems among a nationally representative sample of American Men and Women. from: <https://eric.ed.gov/?id=ED336713>



Widom, C. (1989). The cycle of violence. *Science*, 244, 160–166.

Wolak, J., & Finkelhor, D. (1998). Children exposed to partner violence. In J. L.

Jasinski & L. M. Williams (Eds.), *Partner violence: A comprehensive review of 20 years of research* (pp. 73-112). Thousand Oaks, CA: Sage.

Yates, T. M., Dodds, M. F., Sroufe, L. A., Egeland, B. (2003). Exposure to partner violence and child behavior problems: Controlling for child- directed abuse, child cognitive ability, family income, and life stress. *Development and Psychopathology*, 15, 199–218.

貳、中文部分

Ashford, J. B., LeCroy, C. W. & K. L. Lortie(2007)。人類行為與社會環境(二版)。
台北：湯姆生。

Bradshaw, J. (2006)。家庭會傷人。台北：張老師。

Gilbert, R. M. (2013)。Bowen 家庭系統理論之八大概念：一種思考個人與團體
的新方式。台北：台灣婚姻與家庭輔導學會。

Gilbert, R. M. (2016)。解決關係焦慮：Bowen 家庭系統理論的理想關係藍圖。
台北：張老師。

Groves, B. M. (2004)。孩子，別怕：關心目睹家暴兒童。台北：心靈工坊。

Minuchin, S. (2007)。結構派家族治療入門。台北：心理。

Nichols, M. P.& Schwartz, R. C. (1998/2002)。家族治療的理論與方法 (Family
therapy : Concepts and methods)。王慧玲、連雅慧譯。台北：洪葉文化。

內政部編著 (2008)。臺灣家庭暴力防治大事紀。台北市：內政部。

內政部戶政司 (2017)。結婚年齡中位數及平均數。引自：

<https://www.ris.gov.tw/app/portal/346>



天主教善牧基金會（2010）。看見被遺忘的家暴受害者，關懷目睹家庭暴力的兒童少年。引自：<http://goodshepherd.pixnet.net/blog/post/26868074>

王淑女（1995）。家庭暴力對青少年暴力及犯罪行為的影響。律師通訊，184，39-48。

王鑾襄、賈紅鶯（2013）。Bowen 自我分化理論與研究：近十年文獻分析初探。輔導季刊，49，4，27-39。

任彥蓉（2009）。提供目睹婚姻暴力兒童服務社工之處遇經驗。臺灣師範大學社會工作學系碩士論文。

江琪彬（2007）。童年期目睹婚姻暴力之女性三代間母女依附關係之研究。淡江大學教育心理與諮商研究所碩士論文。

社會工作人員專業協會（2011）。社會工作研究倫理守則。引自：

[https://www.tasw.org.tw/product_image/images/%E7%A4%BE%E5%B7%A5%E5%B0%88%E6%A5%AD%E5%80%A1%E8%AD%B0/%E7%A4%BE%E6%9C%83%E5%B7%A5%E4%BD%9C%E7%A0%94%E7%A9%B6%E5%80%A B%E7%90%86%E5%AE%88%E5%89%87%20\(1\).pdf](https://www.tasw.org.tw/product_image/images/%E7%A4%BE%E5%B7%A5%E5%B0%88%E6%A5%AD%E5%80%A1%E8%AD%B0/%E7%A4%BE%E6%9C%83%E5%B7%A5%E4%BD%9C%E7%A0%94%E7%A9%B6%E5%80%A B%E7%90%86%E5%AE%88%E5%89%87%20(1).pdf)

余漢儀（2005）。兒童虐待。台北：巨流。

吳東彥、林繼偉（2014）。青少年婚暴子女分離個體化發展及其所知覺之家庭結構。中華輔導與諮商學報，40，27-58。

吳秋月、吳麗娟（1999）。子女知覺父母婚姻暴力經驗、社會支持和共依附之相關研究。國立臺灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文。

吳慈恩、黃志中（2008）。婚姻暴力醫療處遇。臺南：復文。

吳嘉苓（2012）。〈訪談法〉。瞿海源、畢恆達、劉長萱、楊國樞（編），《社會及行為科學研究法：質性研究法》（頁 33-60）。台北：臺灣東華。

吳靜樺（1994）。離婚家庭青少年期子女生活適應之分析研究。東吳大學社會工作學系碩士論文。

杜瑛秋、張玉芳（2010）。以兒童最佳利益看目睹暴力兒童的社工員角色與功能。

社區發展，130，98-107。

沈慶鴻（1997）。**婚姻暴力代間傳遞之分析研究**。國立彰化師範大學輔導研究所博士論文。

沈慶鴻（2001）。被遺忘的受害者—談婚姻暴力目睹兒童的影響與介入策略。**社區發展**，94，252-267。

沈瓊桃（2006）。**兒少時期曾目睹婚暴暨受虐對青年的長期影響及其危險與保護因子（E93013）【原始數據】**。取自中央研究院人文社會科學研究中心調查研究專題中心學術調查研究資料庫。doi:10.6141/TW -SRDA-E93013-1

沈瓊桃（2010）。**暴力的童年、堅韌的青年：目睹婚暴暨受虐青年復原力之探討**。**中華輔導與諮商學報**，27，115-160。

卓佳敏（2008）。**目睹父母婚姻暴力對成年子女在婚姻衝突上之影響研究**。國立暨南國際大學（新加坡）輔導與諮商研究所碩士論文。

周月清（1995）。**婚姻暴力：理論分析與社會工作處置**。台北：巨流。

林美伶（2008）。**從愛情經驗回觀童年目睹父母婚暴影響之自我敘說**。中國文化大學心理輔導研究所碩士論文。

林碧瑤、李長燦（2007）。**兒童期目睹父母婚姻暴力者之心路歷程**。載於正修科技大學幼兒保育系（主編），**社會變遷下的幼兒教育與照顧學術研討會論文集**，124-134 頁。

邱怡萍（2012）。**兒童時期目睹婚姻暴力成年子女復原歷程之探究**。靜宜大學社會工作與兒童少年福利學系碩士論文。

邱勝濱（2008）。**質性研究方法在教育上的應用**。取自：

<http://www.nhu.edu.tw/~society/e-j/75/75-09.htm>

邱苑瑜（2006）。**童年目睹婚暴成年女性生活控制感之研究**。國立嘉義大學家庭教育研究所碩士論文。

俞雁薰（2009）。**以敘事取向成長團體增進受暴婦女自我分化歷程之分析研究**。國立東華大學諮商心理學研究所碩士論文。



姜琴音(2005)。婚姻暴力中目睹暴力成年子女心理經驗—故事取向的初步探討。

東吳大學社會工作所碩士論文。

洪素珍(2003)。家庭暴力目睹兒童處遇模式之探討研究—以兒童需求為導向。

台北：內政部。

財團法人婦女救援社會福利基金會編著(2010)。目睹家暴兒童少年處遇社工手

冊。台北：內政部。

財團法人勵馨社會福利事業基金會(2016)。不被看見的家庭暴力受害者。引自：

<http://www.appledaily.com.tw/realtimenews/article/new/20160524/869122/>

畢恆達(2012)。〈研究倫理〉。瞿海源、畢恆達、劉長萱、楊國樞(編)，《社會

及行為科學研究法：總論與量化研究法》(頁35-61)。台北：臺灣東華。

陳卉瑩(2003)。兒童時期目睹婚姻暴力經驗歷程之研究。文化大學教育心理與

輔導研究所碩士論文。

陳正元、陳怡君(2001)。從家庭關係探討老年婦女受虐問題。社區發展季刊，

94，158-169。

陳怡如(2001)。婚姻暴力目睹兒童處遇現況之探討。社區發展，**94**，252-267。

曾慶玲(1998)。父母親婚姻暴力對兒童問題行為影響研究。國立臺灣師範大學

家政教育系碩士論文。

游美貴(2015)。家庭暴力防治。台北：洪葉。

鈕文英(2012)。質性研究方法與論文寫作。台北：雙葉。

黃群芳(2003)。他(她)是怎麼看?怎麼想?談婚姻暴力目睹子女眼中的暴力

家庭。臺灣大學社會工作研究所碩士論文。

楊美婷(2003)。目睹父母婚姻暴力之成年子女生命歷程探究。國立高雄師範大

學輔導研究所碩士論文。

臺灣社會學會(2011)。臺灣社會學會研究倫理守則。取自：

http://tsa.sinica.edu.tw/research_01.php

劉苑玲(2008)。兒少時期經歷雙重家庭暴力者之復原力探究。國立臺中教育大

學諮商與應用心理學系研究所碩士論文。

潘淑滿 (2003)。質性研究。台北：心理。

衛生福利部 (2017)。看見目睹兒。取自：

http://www.mohw.gov.tw/CHT/DOPS/DM1_P.aspx?f_list_no=1021&fod_list_no=0&doc_no=59539

謝敏珍 (2013)。目睹親密關係暴力偏差行為少年之優勢探討。國立中正大學犯罪防治研究所碩士論文。

羅斐諭 (1996)。一群被遺忘的受害者—目睹婚姻暴力的子女。國立臺灣大學新聞研究所碩士論文。

譚慧蘭 (2012)。目睹婚姻暴力之子女其目睹經驗、社會訊息處理與成年期親密關係之探究。淡江大學教育心理與諮商研究所碩士論文。



附錄一：訪談知情同意書

訪談知情同意書



_____ 您好：

非常感謝您同意參與本次研究的訪談，在正式開始訪談之前，請您仔細閱讀以下內容，若有任何問題請您隨時提出，我會加以說明，如果您因此不想參與本研究，我將會尊重您的決定。

我是臺灣大學社會工作研究所的學生，研究議題為《自我分化概念看兒時曾目睹父母間暴力成年子女經驗》，自我分化在此指的是個體能夠區辨情緒與理性，發展自我並與家庭保持良好關係，本研究主要是想瞭解成年目睹子女如何在家中有家暴議題的情況下如何順利發展自己的人生，以及其中能夠順利發展的關鍵為何，因此，訪談內容將包含：您的目睹經驗、對家中家庭暴力的看法、在成年後自立的過程如何受家庭暴力影響等。

關於訪談的方式，我將與您進行 1 至 2 次面對面的訪談，時間約 60~90 分鐘不等，依據訪談程度而定。訪談地點將以您的方便、舒適和安全為首要考量。為了避免資料遺漏或錯誤解讀，訪談過程將會進行錄音與筆記，但一切訪談記錄和錄音均僅供本次研究之用，絕對保密。研究資料的呈現將會以匿名的方式處理，訪談內容除了本研究者之外，指導教授會看到訪談內容，但僅供研究討論。

此次訪談內容有關您的個人生命經驗，在敘說的過程當中，您將有機會對您的生命議題有新的想法產生，相信您會有所收穫。在本研究過程中，若您感覺有不舒服的情緒出現，可以隨時暫停訪談，或終止此次研究。若您有需要，訪談之後可以為您提供心理諮商管道，本研究中在訪談過程中並不會對您進行介入。在所有訪談結束之後，將會贈送禮物給您，以表示對您參與研究所貢獻的時間及心力的感謝，再次感謝您願意參加本次研究！

感謝您

受訪者：_____ 簽名日期：年 月 日

研究者：_____ 簽名日期：年 月 日

附錄二：訪談大綱

訪談大綱



1. 請問您目前的年齡與職業為何？生活近況？（住哪？生活重心為何？）最近的心情狀態？
2. 您覺得自己與父母的關係如何？親密或是疏離？
3. 您覺得自己與朋友或伴侶的關係如何？親密或是疏離？
4. 您覺得自己是什麼樣的人？
5. 在家中父母間難免會有爭執，你能談談你記得的父母間暴力衝突的事件過程嗎？從以前到現在有何變化？
6. 在衝突當下您會有何感受、想法或反應？您的手足會有什麼反應？
7. 父母一方或雙方在衝突時是否會提到您或其他手足？是否有表達期待您能夠介入處理？您是否會覺得自己有責任要處理或為衝突負責？
8. 您認為父母的暴力對您有何影響？您是否曾採取行動來應對暴力的影響？若有，您的應對方式為何？
9. 你怎麼看成年這件事情？你對自己成年後的期許是什麼？家庭的事情是否影響你去達成你的期待？如何影響？你如何應對此事？
10. 成年後您覺得在面對父母間暴力與過往應對與看法是否有差異？
11. 在日常生活中您覺得與親友之間的關係如何？
12. 有沒有要多談談與分享的？關於訪談問題，有無任何建議？