

文化心理劇對成員在 孝道困境中親子互動的改變效益

賴念華

張祐誠*

魏大紘

張哲恩

愛的心理諮商所

淡江大學
教育心理與諮商所

力人心理治療所

國立臺北教育大學
心理與諮商學系

本研究目的為探討文化心理劇對孝道下親子互動困難的改變效益，以焦點團體訪談參與連續17週心理劇團體之碩士班學生，採用主題分析法進行分析。研究結果首先呈現家庭系統與歷史、孝道困境的親子互動與文化議題，以及帶來之轉化；接著了解成員參與團體後，對父母眼中孝順觀點之認識：包括子女順服嚴格管教方為「孝」、承接父母情緒逆來順受方為「孝」、夫妻衝突子女站隊支持方為「孝」、隨侍老邁父母不遠遊方為「孝」、子女犧牲自我成龍成鳳方為「孝」；以及子女之回應為五類：「壓抑情緒以維持家中和諧」、「努力表現以完成父母期待」、「受困過往經驗而深陷情緒」、「陽奉陰違內心疏離避免衝突」、「直面衝突卻深陷自責與愧疚」。最後，研究發現文化心理劇能帶給子女有六項改變：「覺察過往壓抑情緒，學會真實表達」、「重看過往傷害，帶出現關係中自我的理解」、「勇於面對衝突學到新因應模式」、「理解父母文化脈絡，帶出寬容與接納」、「重新定義『孝』，發展新的親子互動關係」、「突破孝道困境，憶起過往親子互動情誼」。依據結果探討子女在文化中的內在糾結，以及文化心理劇促進子女對「孝」的重新定義，帶來的親子關係改變效益。

關鍵詞：心理劇、本土諮商心理學、成人親子關係、孝道。

* 通訊作者：張祐誠，e-mail：yucheng.c2015@gmail.com。

DOI: 10.53106/172851862023010066004

壹、緒論

文化是一群共同遵行的特殊生活方式，亦會隨著當時社會政策發展、時代背景而改變。華人社會以農立國，「家庭」是農業經濟與生活的核心（楊國樞，1985），形成以「家族」為重的集體主義，重視家內合作、延續與團結，近四、五十年來的台灣社會，由於工業化政策，台灣邁入工商業發展的社會，傳統觀念逐漸改變，而人際互動模式也從原本緊密互動的集體主義，轉為重視個人利益的個人主義，現代華人同時受到從古至今傳統文化的薰陶，以及強勢西方文化的風潮，人們開始經歷了東、西雙文化衝撞（陸洛，2003；葉光輝，1997；楊國樞，1985；楊國樞、葉光輝，1991），華人發展出的自我認同也需要更長的時間建構（陸洛，2003；簡晉龍等人，2009），影響人們彼此互動的樣貌。但華人親子關係是最不受社會變遷影響、仍保有傳統特色的人際關係（許詩淇、葉光輝，2019），尤其「孝道」對華人親子關係樣貌影響深遠，早從西周時期開始儒家就講求「孝、順」（葉光輝，1997），「父慈子孝」的觀念在華人家庭中一直是重要的信條，並將其延伸到其他關係形式，如「一日為師、終生為父」等概念（許詩淇、葉光輝，2019），形成上下階層明確、分工井然有序的華人社會，並對華人子女的性格、價值觀、身心發展帶來影響（楊國樞，1993；黃光國，1995）。因此「孝道」是用以探討華人親子關係互動的重要概念。

一、孝道文化下的親子互動樣貌

自20世紀末本土心理學興起，學者開始運用文化觀點探討華人社群的親子互動關係（李美枝，1998），綜觀近二十年研究成果，東西文化下的親子關係互動有不同樣貌，包括父母期待、父母親職教養風格、親子關係和諧性（Li et al., 2010; Pan et al., 2013）。

楊國樞（1993）認為孝道是子女對父母具有社會態度與社會行為的一種特殊組合，包括「孝知」、「孝感」、「孝意」、與「孝行」（楊國樞，1985），相互影響並有因果關係（楊國樞、葉光輝，1991），隨後「雙元孝道模型」（葉光輝，2009；Yeh & Bedford, 2003），將華人社會的孝道觀念在內涵及運作功能區分成兩種面向：（1）子女願意依循孝道規範，是出於對父母養育的感激之情，和親子間親密情感的「相互性孝道」（reciprocal filial piety），以及（2）子女對順從父母角色權力，壓抑自身需求以達到父母期待的「權威性孝道」（authoritarian filial piety），葉光輝（1997）進一步整理出子女難以行使孝道的六種「孝道困境」如下：（1）親子之間

的價值觀或目標有所衝突；（2）父母表現非理性的行為與性格；（3）父母之間意見不合或爭吵；（4）父母要求或行為違背道德人倫；（5）父母的要求超出子女的條件或能力所能負擔時；以及（6）對父母的責任或義務與子女其他角色的責任或義務相衝突等狀況。但「孝道」的內涵歷經西方現代思潮和個人主義影響，民眾心中「抑己順親」與「護親榮親」等權威性孝道之重要性已經降低（利翠珊，2009；楊國樞，1985），不過集體主義文化的傳統價值觀，仍是台灣社會價值體系的核心（黃囁莉、朱瑞玲，2012），年輕世代的子女與其父母之間出現價值觀的歧異（王叢桂、羅國英，2011；葉光輝，2012），本研究將孝道文化納入治療概念化的思考脈絡，先探索現代子女面對「孝道困境」時，對親子關係互動的感受與回應，以進一步探討文化心理劇帶來的改變效益。

二、以「文化」視角切入的文化心理劇

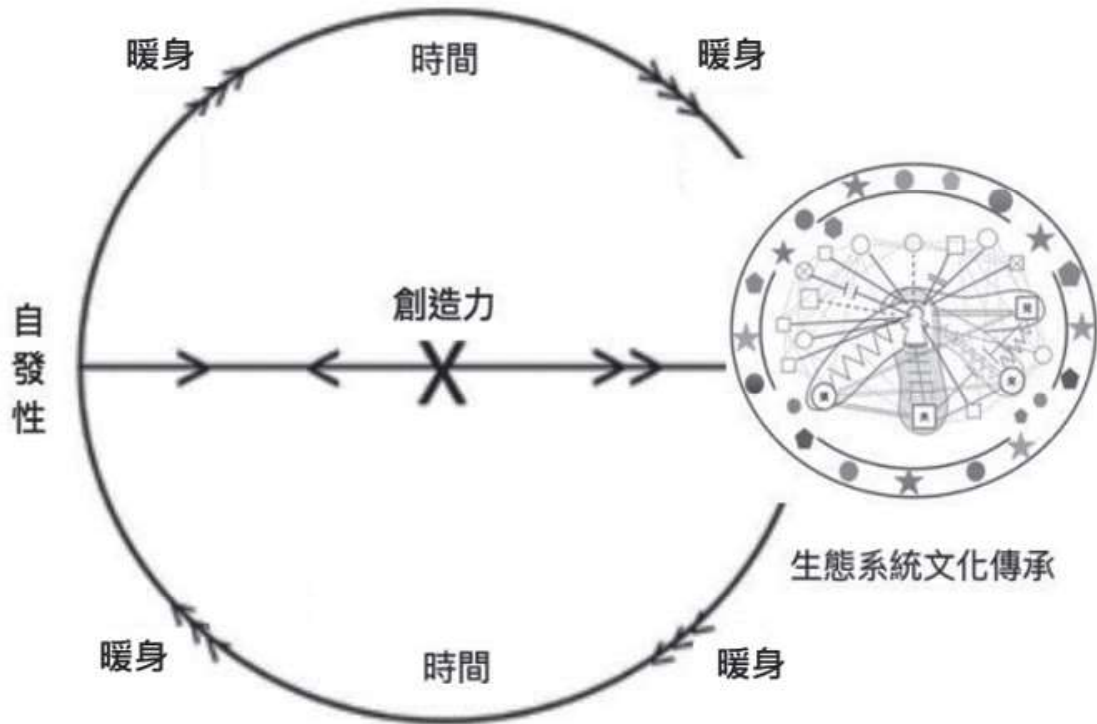
心理劇（psychodrama）是Jacob Levy Moreno（1889 - 1974）所創立的心理治療學派，其核心治療哲學為「創造力準則」（Canon of Creativity），Moreno認為個案產生適應問題皆源自關係互動中的固有行為模式，即為僵化的「文化傳承」（cultural conserves），因缺乏彈性變通而產生困擾，因此需要透過心理劇的行動方法，「暖化」（warm-up）出因時因地、符合情境脈絡的「自發性」（spontaneity），以對舊的情境產生新的反應，對新的情境又能有合宜的行為，才有「創造力」（creativity）來因應問題（Blatner, 2000; Dayton, 2005; Kipper, 2006）。Bolger（1999）認為許多未能解決的情緒痛楚通常會和個案經驗到人際中的疏離、破碎有關係，因此心理劇運用「角色扮演」等方法幫助人們進入他人角色中思考，使看見關係中對方的視角（關係對角）與互動脈絡，重新建立人際連結、獲得矯正性經驗、解答內在衝突，進而修復過往的僵化互動，帶來療癒性的情緒抒發（Dayton, 2005; McVea et al., 2011）。因此，心理劇治療並不聚焦於個人內在，而是從「關係互動」的角度理解困擾，並從演出角色的過程找到改變契機。

心理劇從1974年開始在台灣落地萌芽（Lai, 2013），1948年於中國發展（Sang et al., 2018），在華人社群逐漸開展，並廣泛應用在各族群議題中。資深心理劇治療師賴念華認為（Lai & Tsai, 2014），心理劇已在華人社群也有許多研究證實其效果，但由於東西方依舊有不同的文化差異性，若直接移用外來文化發展的治療模式進行本土諮商工作，卻忽略社會家庭文化背景的基本差異，容易使治療成效不彰（陳秉華、游淑瑜，2001），因此如何留意心理治療中的文化因素是研究者所關注的焦點。

賴念華於2010年開始發展「文化心理劇」取向，重視團體社群所處的社會文化之影響，將華人生態系統融入「創造力準則」中，聚焦於主角（即個案）、對角以及環境系統的互動性，如圖1（李御農、賴念華，2019）。有別於西方古典心理劇多聚焦呈現個案與對角內在的感受，運用「角色交換」理解關係中互動感官及狀態，易以西方個人主義觀點去強調情緒的宣洩、個人的抉擇與關係中界線的設定。文化心理劇強調將「個案所處的文化脈絡」呈現在心理劇中，大量使用「具象化」、「社會劇」來反映文化現象，並藉脈絡中的景與物帶出「景觀人」工作模式，「文化心理劇」強調在生活脈絡的景中，找到主角有意義的「關鍵景／物」（簡稱「景」），並與之來回做角色交換，藉此達到：（1）借景評估：主角扮演生活中的「景」方可「置身事外」，以「景」表達孝道親子困境，確保「華人家醜不外揚」之虞慮，以蒐集評估家族處境；（2）借景賦能：在「景」賦能主角，找到新意義以帶出勇氣，突破華人子女面對權威（父母、師長）議題；（3）借景觀全貌：主角在「景」終能看見自身家族、社區、社會價值規範等整體系統脈絡，以熟知華人在「相依我」、「集體主義」的文化全貌；（4）睹景思劇：回到生活脈絡，「睹景思劇」以延續劇中改變勇氣。此模式藉「景」，突破孝道困境親子互動固有模式，以解決文化中被壓抑無法表達的情緒，跳脫犧牲成全他人、重男輕女、及面子文化等現象（張祐誠等人，2018）。

圖1

生態系統觀點的創造力準則



註：引自「華人文化脈絡取向心理劇之成員參與經驗初探：以三場「家庭關係」心理劇為例」，張祐誠、賴念華、李御儂、張秀娟，2018，臺灣心理劇學刊，1，65-92。

張祐誠（2020）以孝道思維作為個案概念化主軸，探討「文化心理劇」應用在華人親子關係議題，並用任務分析法（Greenberg, 1984）之諮商歷程研究進行探討，藉由治療師帶著特定的工作步驟進入治療情境，檢驗諮商中案主的認知、情感改變歷程，進而修正原先工作理念模式，以達到結合理論與實務，建構出能促使改變發生的治療模式。結果發現「文化心理劇」處理孝道困境的九項任務如下（張祐誠，2020）：（1）與團體建立安全、共創的合作關係：導演引導個案穩定身心、確認工作目標，使在團體中感到自在；（2）鬆動「自我對待」中的僵化孝道行為；（3）探索孝道困境的整體脈絡：藉「景」蒐集家庭動力、社會文化訊息進行問題評估；（4）鬆動「親子互動」僵化孝道行為並協助其壓抑情緒宣洩；（5）理解父母在孝道困境中的文化現象，重看親子關係；（6）宣洩在孝道困境壓抑已久情緒，表達真實

想法、釐清責任歸屬，不過度背負親代責任；（7）在文化脈絡中與父母會心，去面質彼此在關係中隱而未說的想法，處理困境；（8）修復親子關係帶出自發因應模式，能再度親近並理解關係彼此真正的期望；以及（9）定錨改變回歸團體：將整場劇的改變，透過具象化定錨在個案內心，也與團體成員再次連結，回歸團體。

綜上所述，「文化心理劇」的治療目標在理解關係中親代與子代兩方如何受到家庭、社會與歷史時代等文化因素的影響，帶來的限制與內在心情，幫助個案創造出處於東西雙文化衝擊下的現代華人關係因應策略（李御儂、賴念華，2019；張祐誠等人，2018）。本研究想以團體成員為焦點，進一步探究文化心理劇協助團體成員改變孝道困境上的效益，包括成員如何理解父母眼中的孝、回應方式，以及後續的改變。有以下三點研究問題：

- （1）文化心理劇突破孝道困境的介入歷程為何？
- （2）從子代角度孝道困境中，其父母認為的「孝」是什麼？以及其回應方式？
- （3）孝道困境文化心理劇對成員帶來孝道困境中親子互動的改變有哪些？

貳、研究方法

本研究目的為探討文化心理劇團體對於成員在親子互動的改變效益，透過持續半年的封閉式團體，運用文化心理劇引導成員探索個人與家庭的互動狀態。

一、研究參與者

（一）團體成員

本研究是由大學碩士班所開設之課程參與學生作為研究對象，年齡分布在24歲至58歲之間，因研究團隊在先前課程中看見學生有處理親子關係議題的需求，所以將研究團體納入課程教學中並進行研究參與邀請。在選課之前即在課程大綱說明心理劇團體的結構與研究知情同意事項，開學後第一堂課亦再次口頭說明並讓願意參與研究者簽署研究同意書，不同意者依然可以參與課程，以維護其修課權益，僅在訪談、蒐集資料時排除個人資料，不作為記錄、分析使用。原有39名成員同意參與研究，其中1名中途退出，最後共蒐集38位成員的訪談資料。

（二）團體設置

本團體為期17週之連續心理劇成長暨訓練團體，由一名資深的心理劇訓練師、三名心理劇準訓練師聯合帶領，並有一名碩士級諮商心理師全程觀察記錄。四位帶領者

皆為碩士以上學歷、諮商執業年份超過十年、心理劇訓練時數超過800小時以上。帶領團隊在團體籌備期固定二到三週開一次會，討論預備方案與成員組成背景，團體正式開始後，在每次團體前研究小組也會預先做狀態檢核與團體回顧，作為團體暖身，共進行了六場親子關係主題的心理劇，摘要如下表1。

表1

主角背景與孝道困境主題一覽表

編號	個案背景	孝道困境主題
1	C，24歲女，馬來西亞籍	母女：想離開家鄉留台生活，對單親養大女兒們、現一人獨居的母親感到愧疚、不捨，難以說出自身想法。
2	W，25歲女，本國籍	父女：父親脾氣火爆感到委屈，帶出父親懷疑母親外遇、父母婚姻失和，主角夾在中間努力調節氣氛、卻感到痛苦、孤單，尋求被愛。
3	S，31歲男，本國籍	母子：面對因先生外遇而有尋死念頭的母親，感到痛苦、擔憂、心疼，扛著許多保護母親的沈重壓力，不知如何處理。
4	H，27歲男，本國籍	母子：青少年時母親精神疾病發作，長年與母親相處感到難受，並自責對母親失序行為發脾氣，也想念過去可以照顧他、親近互動的母親。
5	Z，26歲女，本國籍	母女：過往被母親翻閱日記責罵、嚴格禁止戀愛的衝突，至今讓母女關係充滿緊張與隔閡，主角也不願接近父母。
6	T，25歲女，本國籍	母女：母親常嫌棄主角不會做家務、擔憂將來婚姻生活，令兩人之間常常為小事衝突，但因主角即將結婚嫁出，因此希望離家前與母親有好的互動關係。

（三）研究團隊

本研究的研究團隊成員背景如下：諮商心理學博士二名、諮商心理學博士候選人、臨床心理師一名、諮商心理師一名、諮商心理系研究生一名，此六人皆受過質性研究的相關訓練，並熟悉焦點團體訪談及質性資料分析法；其詳細資訊與工作分工進一步說明如表2，研究團隊皆與一位在質性研究領域有豐厚研究基礎的專家教授進行討論，確保對於質性研究之敏感度。

表2

研究團隊配置

研究團隊	第一作者	通訊作者	第二作者	第三作者	偕同研究者	偕同研究者
工作資歷	30年經歷 諮商心理師／博士	10年經歷 諮商心理師／博士	1年經歷諮 商心理師	碩士生／ 社工師	14年經歷諮 商心理師／ 博士候選人	30年經歷臨 床心理師
心理劇 資歷	20年／資 深訓練師	10年／訓 練師	4年／訓練 500小時	1年／訓練 100小時	14年／準訓 練師	25年／準訓 練師
負責工作	團體帶 領、導 劇、結果 檢核	團體協同 帶領、訪 談、資料 分析	訪談、資 料分析	資料分析	團體協同帶 領、訪談	團體協同帶 領、訪談

二、研究流程

在團體開始之前，先蒐集成員目前對自我的認識與和家人互動之現況作為先前理解，並於團體中段、團體結束時、團體結束後兩個月進行焦點團體訪問，並配合受訪成員期末之時間，進行團體訪談與個別訪談，以蒐集成員不同時間點的改變效益資料，研究流程架構如表3所示。

表3

研究流程圖

時間	內容	工具
團體招募期	公布團體預計流程與研究知情同意書	團體流程、知情同意書
團體前一星期	網路寄送個人與家庭自我敘述表單，供成員在進入團體之前自我檢核用	個人與家庭自我評估表單
一至六次團體	文化心理劇團體	錄音筆、現場紀錄
期中焦點團體	成員隨機分成3組焦點團體訪談	半結構訪談大綱
八至十四次團體	文化心理劇團體	錄音筆、現場紀錄
期末焦點團體	成員隨機分成4組焦點團體訪談	半結構訪談大綱
事後追蹤訪談	成員隨機分成12組焦點團體訪談與個別訪談2組	半結構訪談大綱

三、研究資料蒐集與分析方法

本研究採取質性研究現象學觀點，以主題分析法進行文化心理劇歷程以及團體成員訪談資料之分析。

（一）團體歷程紀錄

團體進行時，由研究團隊紀錄團體歷程的圖像紀錄與文字稿，全程錄音，將六場心理劇錄音檔轉為逐字稿，作為後續分析材料。

（二）訪談大綱與訪談前預備

先由訪談小組討論出半結構訪談大綱，並將成員分為四組進行焦點團體訪談，並在事後協請專業合作人員轉錄成逐字稿。依序進行編碼、分析、檢核、歸類、命名等步驟，並辨識成員在親子關係中的困難、在親子關係困境中的狀態、與團體後獲得的效益等三部分。

（三）逐字稿管理與形成分析文本

本研究蒐集資料來源有二：（1）心理劇歷程錄音檔，與（2）成員訪談錄音檔，首先，分析小組將逐字稿中斷句與標記管理。心理劇歷程逐字稿編碼方式為三碼，第一碼是發言者，D為導演、P為主角、A為輔角、M為成員，P〔媽〕表示主角扮演媽媽；第二碼是場次編號；第三碼是發言順序，如：D-1-001為導演在第一場劇的第一次發言。成員訪談錄音檔的編碼也是三碼，如：M1-F1-1-1，M代表「團體成員」，F

為焦點團體訪談的次數順序，第一組數字代表的是成員的發言次數，第二組數字代表該次發言中的段落。當所有的逐字稿整理清楚後，分析小組三人合作進行內容摘要，並在摘要後彼此討論、檢核，確認達成共識後，形成分析文本。

（四）依據文化心理劇模式進行介入歷程之概念化與斷句編碼

本研究以孝道文化和文化心理劇應用孝道困境的九項任務作為概念，使用主題分析法探討三個研究問題：「孝道困境的介入歷程」、「成員如何理解與回應父母眼中的孝」、和「成員在孝道困境與親子互動的改變」。研究者與偕同分析者各自閱讀逐字稿，有充分理解後，摘要為更精簡的意義，進一步重新命名此段意義所指涉的概念，相關步驟如表4。待研究小組成員完成所有文本的概念化後，彼此討論並檢核對於文義的理解是否有偏誤，並與通訊作者進行結果檢核。

表4

概念化與命名之示例

1. 斷句摘要編號	2. 意義理解	3. 概念
M5-F3-1-2：我自己有覺得我好像有某些時候會比較主動的去關心他們最近的狀況怎麼樣，對，但就是那個程度也沒有很高，但就是有時候我想到的時候，我可能就會在家族群組問一下他們最近好不好什麼之類的	M5認為自己在團體結束後能比較主動對父母提出關心、互動	主動關心家人
M27-F1-5-3：然後我覺得在開學到現在，就是每次的經驗讓我每次回去想，就是我跟家裡之間的關係，我覺得那個想，就慢慢的在打、它就好像柏林圍牆可能就裂掉這樣，然後我覺得我身上的刺也比較少，我反而是開始可以去…去想就是家人的感覺是什麼，然後我覺得是更溫柔的去瞭解他們，然後同時我覺得我也感覺到就是自己沒有像以前那樣，就是一直想要逃離家，就是越逃越遠，連讀書什麼都在外面，就開始會很想要就是回去家裡，然後跟他們有一些互動這樣子	劇讓M27逐漸卸下心中的防備與刺，也不會那麼想逃離家，也想回家與家人互動	卸下防備／想理解家人／想回家與家人互動

（五）抽取主軸編碼摘要稿

重複上述的分析步驟，直到能夠萃取出每一份文本中與研究問題相關的概念，完成後，將符合三個研究主題的摘要分類，並從同一研究主題中將任一編碼資料與相同

主題之編碼進行比對，用以擴大檢核編碼資料與類別間的適配性。而後在每一個類別底下，也再將分析編碼資料彼此互相比較，用以檢核同一類別中單位所指涉意義的一致性，最後即匯聚成性質相近或內容相似的概念，歸納成同一概念類別，命名成「主軸編碼」，其步驟說明如表5。

表5

資料類別化與命名之示例

編號	概念	類別
M5-F3-1-2	主動關心家人	增加與家人間的互動與關心
M29-F3-1	更珍惜家人與表達愛	
M27-F1-5-3	想回家與家人互動	
M39-F1-5-3	預留時間與父母吃飯	

（六）討論文本歸納核心主題

完成上述所有內容後，再由分析小組與通訊作者共同討論不同成員間的獨特性與相似性，藉此區辨出與研究主題相符合的資料，並將相同概念類別的編碼匯聚成為最上層的核心主題，用單一文句將之命名成能夠表達出核心概念的題項，即為本研究結果所呈現出的主題，如表6。

表6

選擇編碼之核心主題、主要類別、概念、資料編碼之示例

資料編碼	概念	類別	核心主題
M5-F3-1-2	主動關心家人	增加與家人間的互動與關心	增加親子間的情感互動
M29-F3-1	更珍惜家人與表達愛		
M33-F2-2	感到對家人的愛多一些	與父母的心理距離更靠近	
M38-F1-1-2	對母親的心痛來自於愛		
M27-F1-1-3	想更了解父母	想多了解父母親	
M23-F3-46	想和母親談外祖母過世的影響		

四、研究信實度

本研究依循質性研究之信實度檢核辦法（Lincoln & Guba, 1985），針對可信賴性（credibility）與可驗證性（confirmability）兩個向度進行檢核，確保研究信實度。第一，分析小組成員皆對心理劇之研究有先前理解，得以觀察與理解團體成員在劇中的反應及劇後訪談所指涉之內容，且藉由心理劇專業資歷的程度深淺不同的分析者，來豐富研究觀點。其二，在開始進行分析前，分析小組事先多次討論，共同閱讀文獻、逐字稿、進行重點摘要並討論，藉此確認彼此對於文本的理解，凝聚研究主題的共識。最後歸納出親子關係中的困難、在親子關係中的困境與團體後效益等三題項的結果，再與通訊作者進行核對。

五、研究倫理

所有成員都在加入團體前事先知悉團體的運作模式與研究背景，在第一次團體時，團體帶領者亦再次向成員說明團體的架構以及研究內容，成員加入研究與否皆不會影響參與團體的權益與學期分數，並刪除不同意參與研究之成員的原始資料。在聲音檔案謄錄成逐字稿後，為保護成員隱私，使用代號隱匿個人訊息，並刪去所有可識別個人的情節，同時，分析小組與逐字稿謄錄者皆同意保密原則與資料保護程序，不可對外公開研究資料。

參、研究結果

結果分成三部份，第一部份回應研究問題一，文化心理劇突破孝道困境的介入歷程：帶著文化心理劇應用在孝道困境的視框，分析六場劇的主軸議題與處遇歷程；第二部份了解文化心理劇後成員對父母眼中「孝」的觀察，以及其回應狀態；第三部份，參與文化心理劇後對成員在孝道困境親子互動上的改變效益。

一、「文化心理劇」對孝道困境的轉化歷程

為使閱讀者更清楚文化心理劇的改變歷程，以下列四個主題呈現六場文化心理劇之孝道困境轉化歷程：（1）呈現親子所處的家庭系統與歷史；（2）孝道困境的互動樣貌；（3）困境帶出的文化議題；（4）親子關係的轉化。

（一）單親家庭中長大、不捨離開母親的C女

（1）從家中物「菩薩像」為起始，帶出主角家庭系統歷史。母親失婚單親含辛茹苦撫養女兒長大，C與母親關係緊密並成為「貼心小棉襖」（P〔觀〕-3-064）

（2）孝道困境為C欲追尋自我幸福想留台灣，母親卻以拋棄控訴C，「嫁出去不會陪我」（P〔母〕-3-227），致使C感到委屈、自責，而逃避面對，形成親子僵局。多次角色交換說出子代、親代各自的委屈與感受，「在我心裡你們都很重要」（P-3-340）。

（3）導演以訪談觀眾而帶出文化中「面子」議題，方知母親失婚沒面子，有苦自己撐，無子女親侍在旁即是孩子「不孝」、母親「沒面子」，「女大不中留」（P-3-280）。劇中透過親代、子代在文化脈絡中多次角色交換，讓C理解母親的癥結在於旁人眼光。

（4）當C可以說出對母親的感謝與理解時，母親亦可以給予孩子祝福，「希望可以找到真心愛你的人」（P〔母〕-3-451）、「相信我會孝順、捨不得你」（P-3-473），化解雙方無奈。

（二）在父母的婚姻痛苦中求生存的W女

（1）開場引導主角與自己的替身對話，改變易受父母衝突而「僵住不動」（P〔內〕-4-048）的狀態。並從衝突場景中了解父母早婚，但婚姻不幸福、時常吵架。

（2）孝道困境是父親常懷疑母親外遇而胡亂脾氣時，母親無力回應、冷淡以對（P〔母〕-4-152），W因心疼父親可憐而去協調家庭氣氛（P-4-038），但也感到委屈難過、覺得不被父母「愛」而向外追求被愛（P-4-281）。

（3）運用觀眾回應點出父親飽受妻子外遇是男性「沒路用」（M-4-014）的羞恥社會眼光，並點出W因愛這個家、想成為父母的「婚姻治療師」（D-4-438），三人捆绑在一起、身陷痛苦情緒中。

（4）透過角色交換，父親說出對女兒的疼愛，提醒主角父親是「對母親生氣、不是女兒」（P〔父〕-4-396），期望W不要涉入父母間夫妻問題的情緒風暴（P〔父〕-4-400）；W體會父母婚姻難解，選擇珍惜與父母獨處的時光。

（三）面對母親的自殺衝動，感到沉重束縛的S男

（1）重現S接到母親在碧潭打電話給S說「想跳下去」（P〔媽〕-3-128）自殺的場景，在扮演母親的對話中理解到母親因為父親長期外遇感到痛苦，卻因「等孩子長大」（P〔媽〕-3-132）離不了婚。

(2) 孝道困境是S雖已離家求學，卻因為母親將婚姻的痛苦全向S傾訴，使S即使在外仍「得留一顆心」(P-3-193)給家中的母親，精神緊繃焦慮母親出事，無法專注自己的生活。

(3) 導演呈現社會如何批評丈夫外遇的妻子「沒照顧好先生」(M-3-038)，形成母親內在的悲悽與痛苦，但也為保有家族顏面而不說出來，且大兒子離家，感到「無助時自然向S傾訴」(P〔媽〕-3-214)。

(4) 從與母親對話中，S意識到自己因擔憂母親「心痛到沒感覺」(P-3-269)而過度理性，才能保護自己，終能說出害怕失去母親、且渴望自由生活，但在聽到S心中痛苦感受後，母親也因愛孩子而要S「盡情去做自己想做的」(P〔媽〕-3-230)，支持S過自己的人生。

(四) 因母親的精神疾患而糾結痛苦的H男

(1) 因H身心狀況低落，導演先引導其扮演家中「摩托車」，重現兒時母親載著H回家時，母子間關係溫暖「緊密」(P〔車〕-4-059)，H對母親深刻的愛與依賴，以及母親為了孩子教育辭去工作，對H「一輩子的愛」(P〔母〕-4-206)。

(2) 重現母子衝突互動，導演運用家中物「門」，點出H的孝道困境，是母親在H國中時精神疾病發作，時常有擔心「被騙錢」(P〔門〕-4-257)的妄想行為，讓H生活備受打擾，即使成年後，H因孝順留在家裡陪伴母親，但對母親脫序行為發脾氣時，H覺得自己「這樣不對」(P-4-304)，但也希望「不要再苛責自己」(P〔門〕-4-287)。

(3) 導演協助H看見自己為照顧母親的病，想快點成為「大人」當個「治療師找回原來的母親」(P-4-308)，H說出內在壓抑已久的不捨、生氣、難過與愛。

(4) 引導H演出受困於疾病症狀中的母親，理解其內心依然關心和保護著H，「怕別人傷害你」(P〔病母〕-4-369)。也看見同時呈現兒時美好回憶中和生病的母親，讓H「別一定要扮演完美的樣子」(P-4-420)，表達自己的情緒，並相信母愛依然存在。

(五) 因母親過度管教形成親子隔閡的Z女

(1) 透過Z的「手錶」訪談出Z在青少年時期的極大母女衝突，使Z在家中「好像隨時都會被傷害」(P〔錶〕-7-088)；並了解母親為父親之婚外情對象，因為懷孕而在一起，但至今沒有結婚。

(2) 其孝道困境是Z期待得到關愛與肯定，但父母皆反對W談戀愛，且擔憂其課業表現，並會被檢查日記失去隱私，且母親會情緒失控、「大哭捶打」責罵Z「你騙什麼騙」(P〔媽〕-7-202)，並點出母親透過責罵孩子、委屈哭泣來獲得父親的關注。

(3) 進一步了解母親順著社會文化要求，母親辭去工作、要把子女教養好不然是「失敗沒有價值」(P〔媽〕-7-209)。但不被子女喜歡，所以即使外表光鮮亮麗，內心卻孤單難受，期待被丈夫關心。

(4) 但因父親只站在母親一邊，所以Z只能在親子關係中壓抑、委屈，「感到孤單而渴望交男友」(P-7-425)。反映Z的戀愛態度與母親相同，都為了得到愛而努力堅持，邀請Z開始用不同眼光看待母親的情緒，但也懂得去與母親保持距離、以照顧好自己。

(六) 對母親的擔憂與期待，感到煩躁的T女

(1) 先透過扮演家中「水龍頭」了解家庭互動，T常被要求入廚房幫忙，但也時常與母親「擦槍走火」發生爭執(P-8-002)，看見身為長女的T「應該要做得好」(P〔水〕-8-089)的父母期待，但也讓T感到委屈不公平。

(2) 引導T在衝突場景中，說出自身感受，了解T的孝道困境為母親常叨念她，使T覺得「自己永遠不夠好」(P-8-219)、不被母親滿意的挫折，但「在結婚前想多陪伴父母」(P-8-265)，但難以親近又覺得痛苦。

(3) 引導多次母女角色交換的對話中，點出母親嫁來「客家文化」中「身為長媳」(P〔母〕-8-202)的委屈，因此希望在女兒出嫁前能改善她的脾氣，「擔心女兒婚後會被嫌棄、吃虧」(P〔母〕-8-172)，都是「為你好」(P〔母〕-8-372)的心意卻受到女兒的不屑回應，而感到生氣、傷心。也透過成員回饋，理解到身為母親「總是會擔心子女」(M1-8-001)。

(4) 導演用具像化引導主角看見母親「用擔心包裹著對女兒的愛」(D-8-490)，並「不要期待改變」(P〔母〕-8-467)母親的擔心，但底下有著對女兒的「愛和善意」(P-8-478)，學習收下母親的愛，也讓自己冷靜不要收下母親的焦慮。

二、子女對孝道困境的理解與回應

以下彙整團體成員對於孝道困境的理解與回應，以了解其在孝道困境中的狀態。

（一）子女對孝道困境的理解

經歷團體後訪談成員，以探討六場劇促進對他們對父母心中的「孝」的觀點，並依據孝道觀點進行分析，歸類出五類：（1）子女順服嚴格管教方為「孝」；（2）承接父母情緒逆來順受方為「孝」；（3）夫妻衝突子女站隊支持方為「孝」；（4）隨侍老邁父母不遠遊方為「孝」；（5）子女犧牲自我成龍成鳳方為「孝」。

1. 子女順服嚴格管教方為「孝」

在華人家庭重視孝道的影響下，父母以較嚴格的標準管教子女，子女受到孝道的規範，也會壓抑自身需求以回應父母期待。當親子雙方期望上有落差時，父母較少給予溝通的機會，要求子女聽話順從，才是「孝順」，「我媽會期待別人照她的方式去做」（M5-F2-1-1）；「我媽希望我孝順她的方式，就是很溫馴乖巧、像隻小白兔」（M2-F3-15-1）。當家族成員間有衝突時，父母會要求子女忍讓不頂撞長輩、顧全長輩的面子，以維持和諧，「大人都會說老人家比較不好溝通，你要體諒，得犧牲自己去符合長輩的需求」（M1-F2-3）。多位成員也提到父母會管控言行，意圖將子女「導向正軌」，以避免子女未來發展不如父母期待，父母會「控制我的言行，照他覺得做什麼才是好的」（M10-F3-20-4），讓子女更能符合社會規範；亦有少數成員提到當其行為悖離父母期待，例如在青少年求學階段有交往對象時，「打電話給男朋友的家」（M7-F2-1-1）、「拿手機看我跟我的女朋友傳的簡訊」（M3-F3-12），父母會聯合對方家長一起去介入子女交友，讓子女感到受傷、不被尊重；但華人教養觀亦要求父母為子女負責，男女交往又可能影響家庭名譽，遽增親子間的衝突張力。

2. 承接父母情緒逆來順受方為「孝」

子女亦常需要承接父母自身的負向情緒，在孝道下也只能逆來順受、成為父母情緒發洩的出口，「他們會把怒氣發洩在我身上」（M34-F2-7-1）；「說越多，你得到越多的謾罵」（M16-F2-1-1）；亦有許多父母因內在脆弱而依賴子女，而產生不得不回應的壓力，「媽媽常把自己當成受害者，希望我們去站在她那邊支持她」（M20-F3-16）；甚至會以眼淚換取關注「她很喜歡哭，有些情緒勒索在裡面」（M37-F2-1-1）。

3. 夫妻衝突子女站隊支持方為「孝」

由於華人家庭重視「親子」更甚於「夫妻」，當父母間產生衝突，父母常不去直接面對夫妻關係的問題，反而是期待子女理解父母、甚至介入協調衝突，「在家中爸媽都會希望我去解決對方的事情」（M30-F1-2-1）；或是父母某一方會拉攏子女選邊站，「我的爸媽各會拉我去對付另外一個人」（M24-F2-1-2）；「我媽會想要我加入她那個陣營，讓我有點壓力」（M11-F3-24）；有時父母會表面隱忍，私底下在子女面前抱怨對方「跟小孩大抱怨、就說你看你爸都怎樣，然後就開始翻往事」（M32-F1-1-1），使得子女夾在三角關係裡動彈不得；尤其社會對婚姻抱持著「勸合不勸離」的立場，父母甚至為了維護顏面，要子女協助隱藏婚姻破裂之事實，「家裡的事不要到處跟別人說，他們知道了會看不起你」（M4-F3-11-1）。

4. 隨侍老邁父母不遠遊方為「孝」

對成年子女而言，「照顧與善待父母」是用來衡量品德優劣的重要標準，具有華人文化特性的角色義務，「目前的社會價值就會覺得那是子女應該承擔的責任，不承擔就是不孝」（M25-F3-55）；子女因為需要承擔照顧父母親的責任，而感到被綑綁，「照顧媽媽的責任，我必須扛起來，因為『她好像只剩下我了』，變成我更加逃不掉，我就是被綁住的那個人」（M19-F2-4-2）；子女在照顧父母的過程中，看見父母日漸衰老而備感痛苦，彷彿在一個「想逃也逃不走的囹圄，看到太多他的不堪，就一直很想逃走」（M25-F3-35）。父母親期待能與子女不要分離，「會提你有沒有考慮家裡附近可以找到工作？」（M23-F3-2-3），對子女來說履行家庭責任優先於實現個人目標，「畢業後我是必須要回家、可是又讓我壓力很大」（M24-F2-3-4）。

5. 子女犧牲自我成龍成鳳方為「孝」

華人父母視子女為家族傳承的延續，傾注精力全心教養保護子女，父母願意犧牲自己的享受換取子女未來的發展，父母「望子成龍、望女成鳳」，殷切期盼子女在教育、職場、家庭上的順遂，「我爸對我的唯一的話題就是問課業成績」（M17-F3-21）；「我好像除了讀書，其他都比較不會被我媽誇獎」（M34-F2-14-1）。再者，父母對排行較高的子女有較嚴格的要求、在手足間需要承擔更多的責任，「因為我是長女，我做好的事情好像一定要做到超好」（M12-F3-15-1）；「我以前是沒有90分要被打，但妹妹拿80分就不錯了」（M31-F3-21）。當邁入與原生家庭分離，即將結婚成家的階段，母親會擔心子女無法勝任新的角色，「『好媳婦的養成班』的感覺，她很想要我在身邊被訓練的多一點、好一點」（M12-F1-3-1），種種期望都形成

子女的心理負擔。

（二）子代面對孝道困境的回應方式

身處於親子關係中困境時，子代的心情錯綜複雜，一方面期待被理解、勇敢抒發自己的想法，但也顧慮父母的感受而動輒得咎。結果發現成員面對親子關係中孝順的回應方式，分成五類：（1）壓抑情緒以維持家中和諧；（2）努力表現以完成父母期待；（3）受困過往經驗而深陷情緒；（4）陽奉陰違內心疏離避免衝突；（5）直面衝突卻深陷自責與愧疚。

1. 壓抑情緒以維持家中和諧

當家中的父母發生衝突，子女常會認為需為家庭氣氛負責，一肩扛起解決家庭衝突的重擔，如「看他們吵得很激烈，如果我沒有去講幾句話，覺得自己很不應該」（M20-F1-4-1）；「我一直有個信念是我應該要讓我們一家三口越來越團結」（M4-F2-3-2）。子女背負著處理父母衝突的壓力，期待讓家庭關係更緊密、也想照顧到每個家人的情緒，進而產生許多的擔憂，「擔心他們會破裂」（M21-F3-20），甚至要求家人一起改變，「我有逼迫大家一起做家族諮商」（M21-F3-29）。

在肩負著壓力也擔憂家庭破裂的情況下，子女對介入家人衝突感到生氣，「我對自己必須要做這件事情生氣」（M24-F3-17），且在顧及家人的心情後只能介入感到無奈，「我不想要媽媽這麼難過委屈，就必須站在她這一邊，但我心裡很想要跟弟、妹一樣裝作什麼事都沒有發生」（M11-F3-36）。

2. 努力表現以完成父母期待

子女時常需要面對來自家族的期待，只好壓抑自我需求以承擔角色責任，「我常常就是把自己的需要放比較後面」（M3-F1-4-1）。會讓子女感覺到許多壓力跟不滿，「媽媽就是對你永遠都不是很滿意」（M18-F2-5-1）、「我心裡頭很沉重，會覺得『你們對我好，只是為了我可以做你期望或傳承你沒有辦法做到的事』」（M2-F3-7-4）。

儘管感受到壓力，子女依然希望能盡量以「好表現」滿足父母的想像，避免他們失望，「我一定要站在『讓他們覺得我已經很好了』，符合他們期待的那個位置上」（M6-F2-3-2）。但當感受到自己始終無法達到父母期望時，也會失去自我價值感，「好像被否定或告訴自己還不夠好」（M6-F2-1-1）、「永遠有『沒有做得那麼好』的感覺」（M9-F2-6-3）。最後，在自我實現與符合他人期待中，感受到「獨立與依賴」相互拉扯的愧疚感，「要趕快畢業賺錢，不要再給家人負擔」（M31-F3-2-2）。

或矛盾感，「在想要長大離開家、和很需要媽媽關愛的中間，好像有些矛盾」（M9-F1-1）。

3. 受困過往經驗而深陷情緒

很常見的是子女過往與父母的不愉快，在子女心中留下了疙瘩，隨著成長過程積累成對父母的負面情緒，其中包含了：責怪、困難理解，「我大多歸責在我媽媽，我認為是當時我媽媽對我的阻撓或刺激，讓我不願意去看爸爸」（M10-F1-5-4）、「會被自己的情緒困住，就比較難去同理他們」（M21-F3-1-1）；受傷、委屈，「是一直被傷害的感覺」（M30-F2-1-2）；害怕，「那是一個很可怕的感覺，小時沒有能力去反抗大人不合理的要求，也沒有機會說自己的想法」（M8-F2-1-1-2）；焦慮，「我還是要放一個心在家裡，深怕一轉身就會出什麼大事」（M4-F1-2-4）；羞愧、丟臉，「大家都也在看『你們家到底怎麼了？』讓我也覺得『天啊！好丟臉、好羞愧』的感覺」（M29-F1-1-4）；對親情與親密關係感到懷疑、難以信任，「我怕再次經歷跟爸媽衝突之後的被拋棄」（M36-F1-3-1）、「我確實有時候會懷疑媽媽到底有多重視我？」（M10-F3-1-4）。

4. 陽奉陰違內心疏離避免衝突

有時子女採取迴避疏離的策略，遠離家庭中的壓力源，避免再度與父母發生衝突。採用「陽奉陰違」的策略，在表面順從，「每次我心裡各種不爽，還是演出一個好女兒，就順從他、他想幹嘛就幹嘛，盡量配合他」（M10-F3-2-2）；或保持沉默，不「硬碰硬」，「我就是什麼話都不要說，這是安全的方式」（M16-F2-1-2）、「我選擇沉默、我也不想解釋什麼」（M33-F2-1-2）；或放棄溝通，「就是跟他表面上的聊，但是我心裡有想法就是沒有特別說」（M7-F3-37）、「我現在不是生氣、是有點放棄吧」（M7-F3-43）、「有點習得無助感吧，覺得跟他們去溝通也沒有效」（M5-F3-29）。結果造成成年子女與父母的關係疏離，難以親密，「想靠近、又想迴避，就會有愧疚，長大比較變成這樣」（M31-F3-7）、「可能還是會跟他們保持距離」（M8-F3-8-1）。

5. 直面衝突卻深陷自責與愧疚

但也有子女直接面對問題、不畏懼衝突，「忍耐是委屈我自己，就會不想忍」（M8-F2-3）；「我是一定回擊的那種，我媽也一定會直接回擊」（M36-F2-2-3）。但在衝突後感到愧疚不安，「我覺得只要我對你生氣，就代表我討厭你或是我傷害到你」（M23-F3-15-2）、「有時候還蠻愧疚的」（M20-F3-22）。種種糾結使得子女在

親子關係中受苦。

三、文化心理劇對成員在孝道困境中親子互動的改變效益

研究發現成員在參與團體後，面對「自己」、「父母」與「家庭關係」有不同的眼光與回應，有以下六項改變效益：（1）覺察過往壓抑情緒，學會真實表達；（2）重看過往傷害，帶出現關係中自我的理解；（3）勇於面對衝突學到新因應模式；（4）理解父母文化脈絡，帶出寬容與接納；（5）重新定義「孝」，發展新的親子互動關係；（6）突破孝道困境，憶起過往親子互動情誼。分述如下：

（一）覺察過往壓抑情緒，學會真實表達

成員逐漸能重視自己在親子互動中習慣忽略的情緒感受，「最不一樣的是開始看我自己的感受」（M35-F3-1-1），並關照、理解自己，「雖然可以體諒，但是我不能把我自己的情緒給掩埋起來」（M35-F3-9）、「在這個情境底下，我會不開心，還是有一些我的理由」（M23-F3-14-3）。不再受限於「追求和諧」，更能接納較難允許出現的「生氣」等負面情緒，「比較能去接納跟共處負面情緒」（M34-F1-7-2）；「不會因為負面感受不符合角色期待，而覺得有罪惡感」（M38-F1-5-2）。也可以接受無法讓父母滿意的自身限制，「我有跟自己和解，並不是我自己做不好，我也接受我爸媽沒有那麼完美，不能接納我所有部分」（M34-F2-1-3），也不像過往一樣在意父母的反應，「面對指責，比較可以不那麼敏感一點點，比較不會直接解讀成攻擊或批評」（M12-F3-7），能將感受表達出來，「我比較可以誠實面對那些感受，所以才可能回應他們」（M6-F2-4-1）；「更有勇氣去面對原本害怕的場面，像表達自己的歉意、怒氣」（M34-F3-10），在關係中不再壓抑、委屈自身感受。

（二）重看過往傷害，帶出現關係中自我的理解

成員因為心理劇的演出，重新面對父母帶來的傷害，「重新再看到那件事情、存在我的生命中」（M3-F2-2-3）；「幫助我面對一直很困難去碰觸的議題」（M25-F1-4），並覺察當時所壓抑下來的痛苦和影響，「那些傷害還是存在，會影響到現在的生活」（M8-F2-3-5）；「只是現在看起來沒事而已」（M26-F3-27）。開始坦承在關係困境中的負向感受，「心裡面有很多傷痕，我犧牲我自己去讓他開心」（M37-F2-1-2）；「自己其實是很受傷、可能也是憤怒的，而沒有辦法去親近他」（M10-F1-6-4）。並能包容自身在衝突中的脆弱或無能為力，「我其實是很恐懼很害怕，是不知所措，不知道怎麼再去親近的」（M10-F1-5-5）；「好像我們真的沒有辦法在當下做點什麼」（M23-F2-3-2）。

也從這些痛苦中增進對「自我」的理解，「好像你把自己的愛給別人，但就是沒有好好照顧自己」（M26-F1-2-2）；「我那時候爆掉，我發現應該是我小時候孤立無援的狀況被勾出來」（M36-F2-6-4）；重新思考親子關係衝突中雙方的狀態，「有些需求還沒有辦法好好表達讓對方知道，可是那不代表我們不重視彼此」（M39-F2-5-4）；「就算我自己不願意承認，但我不可否認的是，我真的很關心他們、也非常重視他們對我的期望跟想法」（M5-F3-15-2）。最後成員與「自己」和解，「能不帶評價地去面對自己的傷痕」（M37-F2-6-4）；也不再受困於「家醜不外揚」的文化信念，「更能去接納我家的狀況」（M34-F1-8），與坦然和他人分享交流，「對於家庭狀況不會再那麼的隱瞞或是不敢講」（M4-3-11-1），也期待自己親近的朋友伴侶可以理解這些狀況。

（三）勇於面對衝突學到新因應模式

面對與家人的關係衝突，成員從心理劇中學到新的因應方式，「因為多了理解，我心裡面的氣，會比較慢一點、不那麼快就不耐煩，試著讓對話的空間多一點」（M8-F3-12-1）；「緩下來說『沒關係、沒事、我已經都想好了、你放心這樣』，我的態度不會是直接回擊」（M22-F3-13）。即使雙方都有情緒，成員依然不迴避，「情緒來了也沒有關係，生氣不是離開、不再互動了，而是可以去對話的，然後幫助彼此看見到底怎麼了」（M10-F3-1-11）；也用更柔軟的方式回應父母，「就是用比較開玩笑的方式去跟他講」（M12-F3-2），與嘗試回應父母的情感，「用理性的方式未必行得通，回應他的情緒感受看看會怎麼樣」（M19-F2-1-3）。

當家人難以表達內在心情時，「試著用替身的方法，去說出那個人真正的想法」（M20-F3-1-2），讓雙方開始能交流心情，並說出自己在衝突中的心情狀態，「試著讓他們慢慢看到真正的我在想什麼，用一個我比較敢的方式說現在的感受」（M6-F2-3-3）。

成員也開始嘗試表達自己與父母不同的想法，「不用那麼委屈自己，你還是可以有自己覺得對錯，又不過於去傷害到父母」（M18-F3-13-2）。明白地拒絕父母，「我可以比較明白的提出拒絕，我是可以感到憤怒、可以去拒絕他的要求」（M1-F2-2）。提出對雙方互動的期待，「就寫了一封信告訴他們，我知道你們在擔心，但是太多了」（M18-F3-9）；「我可以跟我媽反應說，我現在真的沒有很開心，你講這些話我也會難過，我可以暫時不要聽嗎？」（M34-F2-10-1）。

（四）理解父母文化脈絡，帶出寬容與接納

不只是對自己的理解，成員也更敏感家庭動力狀態對關係的影響，「更敏銳去覺察家人間的互動，會去觀察、感覺，留意現在狀況」（M17-F3-14）；「更提醒留意我們之間互相有聯盟，去攻擊另一個落單的人」（M24-F2-1-4）。心理劇也促進成員體會父母的立場，「我真的是坐到那個位置，才感受到說『天啊！原來媽媽會有這麼多的感覺』，是很真實的」（M27-F1-3）；「好像有點在重新看我爸那時候為什麼會這麼做，我有機會再多瞭解一點」（M3-F2-1-3）。並從父母成長背景的文化脈絡中理解其行為，「他們是比較傳統那一輩，比較常以這（成績）當做他們閒話家常的話題」（M32-F2-1-3）；「他們那個年代長大的人，哪有在自我覺察然後自我接納？」（M26-F3-25-2）。

因此對父母行為底下的動機和情感，有更深的體會，如「媽媽需要的是丈夫的關注跟愛」（M11-F1-3）；「他的生活應該真的很孤單，沒有人聽他講這些話」（M17-F1-1-3）。也明白父母表達情緒的限制，「我的爸媽不太會表達情緒，可是他們有一套自己處理情緒的方式」（M9-F1-4-1）；「他們可能沒有惡意，他們習慣了這樣的因應方式」（M22-F3-33）。了解父母在生活中的處境，「我能理解他現在的社交處境，就是比較沒有跟外面接觸、心力都放在我身上」（M34-F3-22-1）。也更明白父母對子女表達愛的方式，「我比較能站到他們的位置，其實這就是他們愛的方式、他們照顧我的方式」（M8-F3-8-2）。

成員對父母增加更多同理、寬容和接納，「原來他們在那個當下可能經歷了什麼樣的狀態，或多深的痛苦」（M21-F3-1-2）；「他沒有被這個世界善待過，所以很多時候都不太知道可以怎麼樣去善待別人」（M20-F2-1-3）。並接受父母的限制，「理解他有限制這件事情是一直都知道的，可是在劇結束我好像越來越能接受那樣的現實」（M29-F3-13）；「看見爸媽有他們的脈絡，接納他們有這樣的狀態」（M30-F2-4-1）。放下對父母的期待、接受失落，「算是比較直接面對以前那些失落吧…我一直很希望爸媽感情很好，但是這件事情顯然就是已經不可能了」（M4-3-8-2）。

（五）重新定義「孝」，發展新的親子互動關係

因為對父母和彼此互動有更多的理解後，成員更知道父母實際需要的是什麼，而從原先對自己「是否孝順」的糾結中釋放，重新思考如何與父母互動。「我可以去拒絕家人對我提出的要求」（M1-F1-6-3）；「提醒自己做你可以做的，因為那是他們的功課、不是你的功課」（M20-F1-4-3）。也不受父母的問題影響心情，「我不需要

過多擔心，我相信父母他們會處理好自己的事情」（M11-F1-2）；不再背負父母的夫妻關係責任，「去區分問題是爸爸媽媽以前他們的問題，並不是媽媽跟我的、或爸爸跟我的問題」（M4-F3-6-2）。成員也認清自己的能力限制，退出衝突「所以我就會漸漸從他們的衝突退出，體認到自己沒有辦法、也不用去處理這些事情」（M17-F1-4-3），不再視父母的開心為自己的責任，「他不開心不是我的責任，是有很多因素交雜在一起的，不一定要我去承擔」（M30-F2-18-1）；「我知道我媽是用擔心來表達對我的愛，但我也有權不用每次都收」（M34-F2-11）。更加清楚自己的「孝順責任」範圍，「我開始個區別什麼時候想盡我的義務，但什麼時候我是真的因為愛他們、想念他們，所以去找他們」（M4-F2-3-8）。同時增進對彼此更深的了解，「讓我想要去瞭解他為什麼會這麼擔心這件事」（M36-F2-1-2）；「我希望他們能瞭解我更多，知道我也有我自己的需求和想成為的方向」（M34-F3-23）。也不再為了避免父母擔心而偽裝堅強，開始能向父母展現自己脆弱的部份，「即使是一些煩惱，我會嘗試跟他們分享」（M3-F3-4）；「我有一次打電話給我的爸媽，然後在電話裡面哭，跟他們講我的感受的時候，我覺得很舒服，跟他們講好像沒有那麼困難」（M34-F3-2-2）。可以發現成員在想法、情緒、行為中皆有所改變。

（六）突破孝道困境，憶起過往親子互動情誼

透過心理劇團體，成員回想起過往關係中的美好，「讓我想到小時候確切被愛的時刻，對愛就有多一點的確定」（M10-F1-5-2）；有著美好回憶來支持自己面對關係，「我能想起他們曾經是那麼美好的狀態」（M34-F1-2-2）；也能發現父母的正向改變，「他好像多試著理解我或從我的角度多說一點」（M3-F3-7-3）；帶著這些新的眼光看待關係，增加對話的動力，「參加完團體，我不知道哪裡來的勇氣就敢跟他們對話」（M18-F3-27）；「透過行動去跟他們表達，直接在關係上做新的嘗試」（M27-F1-2）。成員也實際與父母更靠近，「我好像某些時候會主動去關心他們最近狀況」（M5-F3-1-2）、「我很刻意的在這幾週，要空出某個時間跟我媽吃飯」（M39-F2-5-5）。

肆、討論與建議

一、子女的親子關係中的互動困難，與其所處的文化有關

研究發現團體成員在親子關係中，受到孝道文化的影響而產生許多壓力，也受到東、西方文化思想中的拉扯而糾結。以下兩部分為研究中所見到的現象：

（一）孝道文化影響下產生的壓力

本研究呼應過往親子互動的文獻，引發子女與父母關係困難的原因如：父母管教方式（胡肇勳、程景琳，2007；游淑華等人，2004）、父母離異與夫妻衝突（陳婉琪，2014；賈紅鶯、陳秉華，2001）、子女為父母而努力課業（陳世益，2008）、對父母年老安養的責任壓力（朱偉仁，2011）等，其背後文化因素如雙元孝道模型（葉光輝，2009）之觀點，子女有著渴望回報和親近父母的「相互性孝道」，但同時受「權威性孝道」影響，承接了對照顧父母的社會期待，子女需要調整自己的行為與需求以符合父母期望並獲得社會認同，形成子女心中的壓力來源。

研究亦發現父母本身的行為狀態會造成親子互動上的困難，包括父母間的夫妻關係、和父母本身的情緒行為問題。當子女處於華人社群時，受家族文化影響需要重視家庭和諧、團結與名譽（楊國樞，2005），在面對父母自身問題時，也容易因「面子問題」跟著感到「臉上無光」（葉明華、楊國樞，1998），使子女產生心理負擔，卻又難以協助父母處理問題，形成內在壓力。但不同於兒童、青少年的親子衝突多由「學業」、「生活習慣」與「交友」所引發（陳思宇，2019），本研究對象皆為成年人，親子關係議題也會與其所處的家庭發展階段有關，如子女離巢期和父母老年需要照顧等議題，成年子女會更關注父母本身的個人狀態或需要，也對奉養父母責任感到矛盾罪疚（許雯琪，2014）。

可見父母對於子女的期待，會因為家庭發展階段、個體年齡和性別、手足排序等差異，而關注不同的角色責任，因此研究者建議處理成人親子關係議題時，需要留意子女背景脈絡性。

（二）成年子女在雙文化衝突中的內在糾結拉扯

本研究也回應過去研究提及子女與父母衝突時，會為維持表面和諧，採取「自我犧牲」和「規避逃離」的方式因應（葉光輝，1997），即使產生許多負向情緒，依然努力維持子女的社會規範角色責任，對於親子關係中的負向情緒表達多為壓抑（林佳樺、姜定宇，2019；葉光輝等人，2006），且內在隱含罪惡感（陳秉華，1996），造

成身心沈重負擔（黃瓊慧，2010），形成親子關係難以親近、孤立疏離、失去情感連結、以及壓抑忍讓、卻一再衝突的互動循環（李美枝，1998；游淑華等人，2004）。

從研究結果中看見子女所承受的矛盾糾結有：需要維護家庭和諧卻又感到壓力，同時還須在父母兩方去權衡關係、考量「忠誠」議題；在「父母期待」和「自我發展」之間取捨平衡，努力避免家人失望，做自己時又感到愧疚；子女一方面是對父母懷有感激的心情，也帶著親近的感受，所以偶爾會對於父母的處境感到不捨心疼。但當父母站在權威性的角色進行指責、指導，也會讓子女感受到威脅、不被理解的不舒服感受，但當子女壓抑不住情緒，與父母正面衝突後又會感到愧疚。

根據文化比較觀點，現代華人受到歐美個人主義和華人集體主義的雙文化影響中，一方面子女受集體主義中孝道文化影響，努力處理家庭衝突、承擔照顧父母的責任，及符合父母的期待，需要對家族、關係對方負責任（楊國樞等人，2010），同時希望自己如西方個體主義與父母分化、追求「自我」發展，最後困於追求「獨立自主」或「依賴黏膩」的對立矛盾之中，形成對父母的矛盾情感（許雯琪，2014；曾文星，2004），且在矛盾衝突中形成內疚自責，回應其雙文化影響中，有重視關係和諧相融的「相依我」，當遇見親子雙方關係衝突時，會先自我批評再自我改進，卻也影響其自我價值感與幸福感（簡晉龍等人，2009），也容易形成自我在追求個人獨立與關係和諧中的雙重失落（陸洛，2011）。在實務工作中，研究者建議需要理解子女糾結的心情底下，反映出須協助當事人釐清雙文化價值對其互動的影響力。

二、文化心理團體促進子女理解個人、關係至社會文化的整體脈絡，以改變親子互動

Hwang（2006）認為如要解決華人的各項議題，須先帶入華人文化中的價值信念才能找到解決之道，結果可以看出：文化心理劇團體化解親子互動困難的工作方式，即是促進成員理解社會文化對於親子關係互動的影響。主要有下述三部份的改變效益：

（一）釋放並轉化個人在親子關係中的情緒感受

第一部分是關於成員的「親子關係中的自我情緒感受」，先協助成員能夠覺察與接納自身的情緒感受、釋放過去痛苦經驗的壓抑情緒，突破「權威性孝道」要求子女壓抑自我需求的規範（葉光輝，2009），達到心理劇在情緒層次的轉化效果。進而生活中釋放在關係中壓抑已久的情緒、尊重自身的感受，在父母面前展現脆弱情感與個人需要，突破原先的親子關係表達限制（陳秉華、游淑瑜，2001；蘇詠絮等人，2013）；並在文化脈絡下釐清關係中的自我需求與責任界線，如同陳秉華（2001）提

出的「人我關係協調工作架構」之觀點，強調需協助當事人覺察「個人自我」和「社會自我」，並從中取得協調平衡，並重新思考自身對孝順行為的標準與期待，轉為現代孝道強調「互益性」的親子良好互動「父慈子孝」（陸洛等人，2006）。

（二）從社會文化角度中拓展對父母行為的理解

第二部份則是對於父母自身的生命處境與限制有更全面的認知，此也是文化心理劇所重視的，在角色交換成為父母的過程中，突顯出父母所承受的社會文化規範、他人評價訊息、和其成長的時代差異對父母在親子互動行為上的影響（李御儂、賴念華，2019），對父母更深的理解也轉化對父母的負面情緒，放下對父母的不合理期待、也回憶起親子關係中的正向經驗，更提升「相互性孝道」的情感連結，改變成員在實際生活中與父母的互動。此也回應高子淳等人（2019）提出的「多重時空框架經驗整合」能力之概念，發現成年子女若能重新反思過往親子衝突的負向經驗，並理解父母當時的為難和限制後，即能接納現在的互動關係。研究中受訪者皆能對親子衝突採取不同的解讀與評估方式，知道自己與父母在態度、價值觀點上之不同，進一步能學習如何了解彼此、解決問題（葉光輝、曹惟純，2014），亦回應在蘇倫慧與賴志超（2018）在心理劇對大學新生改變效果之研究發現：當個案能夠改變對家人的看法時，會產生對待家人的具體行動。但有所不同的是：文化心理劇團體從社會文化脈絡的兩代差異中，拓展成員對父母本身和關係互動的認知想法，進而產生改變。

（三）連續性的團體即是子女改變親子互動的暖身歷程

第三部份是成員也會運用在團體中所學習到的心理劇技術，改變生活中的親子互動，成員提到在連續多次心理劇團體歷程中，藉由觀看不同場主角心理劇演出，即在暖化自身改變親子互動的勇氣，如郭晏汝（2013）提及諮商學習者在親子關係中的改變，成員更能夠去諒解父母、增加溝通能力和實際行動的能力，從內在運作至溝通表達對父母的情感是一連串的醞釀過程（王秀美、許玉容，2020），團體成員亦在生活中展開促進親子感情的具體行動。

三、研究限制與未來建議

本研究之受訪對象多為諮商助人專業相關之研究生和專業工作者，在心理諮商學習中，更認同西方個體主義、重視個體自我的發展，對於親子關係與自身情緒狀態的覺察度較高，因此也可能更能透過團體促進其在家庭生活中的改變。建議未來可招募非諮商專業的一般社會人士進行團體，招募更受到華人傳統孝道觀念影響之個體，亦可依據成員的性別、手足排行、婚姻狀態等背景差異進行訪談，以對比文化心理劇團

體改變效益之差異，聚焦更細緻的親子關係中的文化議題。

參考文獻

- 王秀美、許玉容（2020）：家中父母說「我愛你」的溝通困境和溝通歷程分析。社會服務與休閒產業研究，9，1-15。[Wang, H. M., & Xu, Y. R. (2020). Analysis the communication predicament and communication process of saying "I Love you" to parents. *Social Services and Leisure Industry Research*, 9, 1-15. [https://dx.doi.org/10.6324/SSLIR.202008_\(9\).0001](https://dx.doi.org/10.6324/SSLIR.202008_(9).0001)]
- 王叢桂、羅國英（2011）：家庭內工作價值的傳承與變遷：親子對偶分析。本土心理學研究，36，195-247。[Wang, C. K., & Lo, K. Y. (2011). The transmission and change of work values within the family: A dyadic analysis of parents and children. *Indigenous Psychological Research in Chinese Societies*, 36, 195-247. <https://dx.doi.org/10.6254/2011.36.195>]
- 朱偉仁（2011）：孝道文化下照顧困境與出口－以入住機構老人的主要照顧者為例（碩士論文，實踐大學），臺灣碩博士論文知識加值系統。[Chu, W. J. (2011). *The ambivalence and solution of caring under the culture of filial piety: In norm of the primary caregivers for the elder disabled in nursing homes*. (master's thesis, Shih Chien University), National Digital Library of Theses and Dissertations in Taiwan. <https://hdl.handle.net/11296/xznbn9>]
- 利翠珊（2009）：孝道的俗世意義與多重面向。本土心理學研究，32，199-205。[Li, T. S. (2009). The secular meaning and multiple aspects of filial piety. *Indigenous Psychological Research in Chinese Societies*, 32, 199-205. <https://dx.doi.org/10.6254/2009.32.199>]
- 李美枝（1998）：中國親子關係的內涵與功能：以大學生為例。本土心理學研究，9，3-52。[Li, M. Z. (1998). The connotation and function of the Chinese parent-child relationship: Taking college students as an example. *Indigenous Psychological Research in Chinese Societies*, 9, 3-52. <https://dx.doi.org/10.6254/1998.9.3>]
- 李御農、賴念華（2019）：文化心理劇：「景觀人，人觀景」用於變遷中的華人家庭關係議題。中華輔導與諮商學報，54，123-158。[Lee, Y. N., & Lai, N. H. (2019). "Seeing from the scenes": A psychodramatic model for resolving familial relational conflicts in contemporary Chinese societies. *Chinese Journal of Guidance and Counseling*, 54, 123-158. <https://dx.doi.org/10.3966/172851862019010054005>]
- 林佳樺、姜定宇（2019）：華人角色關係的情緒表達規則回顧與前瞻。本土心理學研究，51，169-228。[Lin, C. H., & Jiang, D. Y. (2019). A review of emotional display

- rules: Roles in Chinese context. *Indigenous Psychological Research in Chinese Societies*, 51, 169-228. [https://dx.doi.org/10.6254/IPRCS.201906_\(51\).0004](https://dx.doi.org/10.6254/IPRCS.201906_(51).0004)
- 胡肇勳、程景琳（2007）：國小低年級孩童與父母在不同領域衝突的反應方式之研究。《教育心理學報》，38（4），481-499。[Hu, C. H., & Cheng, C. L. (2007). Response types in Taiwanese lower grade elementary school children and their parents during different parent-child conflicts. *Bulletin of Educational Psychology*, 38(4), 481-499. <https://dx.doi.org/10.6251/BEP.20070124>]
- 高子淳、葉光輝、何文澤（2019）：多重時空框架經驗整合能力內涵及其對成人親子關係的效果。《中華輔導與諮商學報》，54，91-122。[Kao, T. C., Yeh, K. H., & Ho, W. T. (2019). The construct of capacity of integrating cross-time-and-space experience and its effect on relationship between adult children and aging parents. *Chinese Journal of Guidance and Counseling*, 54, 91-122. <https://dx.doi.org/10.3966/172851862019010054004>]
- 張祐誠（2020）：華人社會孝道文化親子議題的心理劇模式建構－任務分析法的應用（博士論文，國立臺灣師範大學），臺灣碩博士論文知識加值系統。[Chang, Y. C. (2020). *The construction of a psychodrama model for resolving the filial piety issue in Chinese society: The application of Greenberg's task analysis* (doctoral dissertation, National Taiwan Normal University), National Digital Library of Theses and Dissertations in Taiwan. <https://hdl.handle.net/11296/f7z8dq>]
- 張祐誠、賴念華、李御農、張秀娟（2018）：華人文化脈絡取向心理劇之成員參與經驗初探：以三場「家庭關係」心理劇為例。《臺灣心理劇學刊》，1，65-92。[Chang, Y. C., Lai, N. H., Lee, Y. N., & Chang, H. C. (2018). Exploring the effects of psychodrama in healing Chinese family relationships: A Chinese cultural perspective. *Taiwan Journal of Psychodrama*, 1, 65-92.]
- 許雯琪（2014）：台灣成年子女對父母的矛盾情感研究（碩士論文，國立臺北大學），臺灣碩博士論文知識加值系統。[Hsu, W. C. (2014). *A study on adult children's ambivalence with their parents in Taiwan* (master's thesis, National Taipei University), National Digital Library of Theses and Dissertations in Taiwan. <https://hdl.handle.net/11296/qyvebp>]
- 許詩淇、葉光輝（2019）：華人人際及群際關係主題研究的回顧與前瞻。《本土心理學研究》，51，33-88。[Hsu, S. C., & Yeh, K. H. (2019). A review of Chinese indigenous research on interpersonal and intergroup relations. *Indigenous Psychological Research in Chinese Societies*, 51, 33-88. [https://dx.doi.org/10.6254/IPRCS.201906_\(51\).0002](https://dx.doi.org/10.6254/IPRCS.201906_(51).0002)]

- 郭晏汝（2013）：諮商學習對經驗親子關係之敘說研究（碩士論文，國立嘉義大學），臺灣碩博士論文知識加值系統。[Kuo, Y. J. (2013). *The narrative research of impact of counseling learning on parent-child relationship* (master's thesis, National Chiayi University), National Digital Library of Theses and Dissertations in Taiwan. <https://hdl.handle.net/11296/kbt74>]
- 陳世益（2008）：華人社會中孝道與努力信念的關連（碩士論文，中原大學），臺灣碩博士論文知識加值系統。[Chen, S. Y. (2008). *The relationship of filial piety and effort belief in Chinese societies* (master's thesis, Chung Yuan Christian University), National Digital Library of Theses and Dissertations in Taiwan. <https://hdl.handle.net/11296/b2md55>]
- 陳秉華（1996）：諮商中大學生的心理分離－一個體化衝突改變歷程研究。教育心理學報，28，145-175。[Chen, B. H. (1996). A study on college student's psychological separation: Individuation change in counseling. *Bulletin of Educational Psychology*, 28, 145-175. <https://dx.doi.org/10.6251/BEP.19960901.6>]
- 陳秉華（2001）：華人「人我關係協調」之諮商工作架構。測驗與輔導，167，3511-3515。[Chen, B. H. (2001). Consultation work structure of "human-I relationship coordination" for Chinese. *Test and Counseling*, 167, 3511-3515.]
- 陳秉華、游淑瑜（2001）：台灣的家庭文化與家庭治療。亞洲輔導學報，8（2），153-174。[Chen, B. H., & You, S. Y. (2001). Family culture and family therapy in Taiwan. *Asian Journal of Counselling*, 8(2), 153-174.]
- 陳思宇（2019）：台灣親子衝突研究之回顧與展望。清華教育學報，36（2），159-192。[Chen, S. Y. (2019). Literature review of research on parent-child conflict in Taiwan. *Tsing Hua Journal of Educational Research*, 36(2), 159-192. [https://dx.doi.org/10.6869/THJER.201912_36\(2\).0005](https://dx.doi.org/10.6869/THJER.201912_36(2).0005)]
- 陳婉琪（2014）：都是為了孩子？父母離婚負面影響之重新評估。臺灣社會學刊，54，31-73。[Chen, W. C. (2014). For the sake of the children? Re-evaluating the consequences of parental divorce in Taiwan. *Taiwanese Journal of Sociology*, 54, 31-73. [https://dx.doi.org/10.6786/TJS.201406_\(54\).0002](https://dx.doi.org/10.6786/TJS.201406_(54).0002)]
- 陸洛（2003）：人我關係之界定－“折衷自我”的現身。本土心理學研究，20，139-207。[Lu, L. (2003). Defining the self-other relation: The emergence of composite self. *Indigenous Psychological Research in Chinese Societies*, 20, 139-207. <https://dx.doi.org/10.6254/2003.20.139>]
- 陸洛（2011）：現代華人的雙文化自我與雙重陷落。本土心理學研究，36，155-168。[Lu, L. (2011). The contemporary Chinese bi-cultural self and its double jeopardy.

- Indigenous Psychological Research in Chinese Societies*, 36, 155-168. <https://dx.doi.org/10.6254/2011.36.155>]
- 陸洛、高旭繁、陳芬憶（2006）：傳統性、現代性、及孝道觀念對幸福感的影響：一項親子對偶設計。本土心理學研究，25，243-278。[Lu, L., Kao, S. F., & Chen, F. Y. (2006). Psychological traditionality, modernity, filial piety and their influences on subjective well-being: A parent-child dyadic design. *Indigenous Psychological Research in Chinese Societies*, 25, 243-278.]
- 曾文星（2004）：文化與心理治療。香港中文大學出版社。[Tseng, W. H. (2004). *Culture and psychotherapy*. The Chinese University of Hong Kong Press.]
- 游淑華、巫珍宜、趙淑珠（2004）：親子雙方對循環性衝突的知覺分析。應用心理研究，24，183-214。[Yu, S. H., Wu, J. Y., & Chao, S. C. (2004). Recurring conflict in parent-child interaction: Different perspectives. *Research in Applied Psychology*, 24, 183-214.]
- 黃光國（1995）：儒家價值觀的現代轉化：理論分析與實徵研究。本土心理學研究，3，276-338。[Hwang, G. G. (1995). The modern transformation of Confucian values: Theoretical analysis and practical research. *Indigenous Psychological Research in Chinese Societies*, 3, 276-338. <https://dx.doi.org/10.6254/1995.3.276>]
- 黃瓊慧（2010）：成人完美主義、孝道信念與心理健康之相關研究（碩士論文，國立臺灣師範大學），臺灣碩博士論文知識加值系統。[Huang, C. H. (2010). *The relationships among perfectionism, filial piety and mental health of adults in Taiwan* (master's thesis, National Taiwan Normal University), National Digital Library of Theses and Dissertations in Taiwan. <https://hdl.handle.net/11296/6whs92>]
- 黃曬莉、朱瑞玲（2012）：是亂流？還是潮起、潮落？—尋找臺灣的「核心價值」及其變遷。載於朱瑞玲、瞿海源、張苙雲（主編），**台灣的社會變遷1985~2005：心理、價值與宗教篇**，台灣社會變遷基本調查系列三之2（1-36頁）。中央研究院。[Huang, L. L., & Chu, R. L. (2012). Is it a wind shear or a tide getting up-and-down? Searching for core values and their trends in Taiwan. In R. L. Chu, H. Y. Chiu, & L. Y. Chang (Eds.), *Social change in taiwan, 1985-2005: psychology, value and religion, taiwan social change survey symposium series III, Vol. Two*. (pp.1-36). Academia Sinica.]
- 楊國樞（1985）：現代社會的新孝道。中華文化復興月刊，19（1），51-67。[Yang, K. S. (1985). New filial piety in modern Chinese societies. *Renaissance of Chinese Culture Monthly*, 19(1), 51-67.]

- 楊國樞（1993）：中國人的社會取向：社會互動的觀點。載於楊國樞、余安邦（主編），中國人的心理與行為：理念與方法篇（一九九二）（319-439頁）。桂冠。[Yang, K. S. (1993). Chinese social orientation: Social interaction perspective. In K. S. Yang, & A. B. Yu (Eds.), *Chinese psychology and behavior: Concept and method (1992)* (pp.319-439). Laureate.]
- 楊國樞（2005）：華人社會取向的理論分析。載於楊國樞、黃光國、楊中芳（主編），華人本土心理學（上）（173-213頁）。遠流。[Yang, K. S. (2005). Theoretical analysis of Chinese social orientation. In K. S. Yang, K. G. Huang, & C. F. Yang (Eds.), *Chinese indigenous psychology* (pp.173-213). Yuan-Liou.]
- 楊國樞、葉光輝（1991）：孝道之心理學研究的理論、方法及發現。載於葉光輝、楊國樞（主編），中國人的孝道：心理學的分析（1-36頁）。台大出版中心。[Yang, K. S., & Yeh, K. H. (1991). The theories, methods and discoveries of psychological research on filial piety. In K. S. Yang, & K. H. Yeh (Eds.), *Chinese filial piety: Psychological analysis* (pp.1-36). National Taiwan University]
- 楊國樞、劉奕蘭、張淑慧、王琳（2010）：華人雙文化自我的個體發展階段：理論建構的嘗試。中華心理學刊，**52**（2），113-132。[Yang, K. S., Liu, Y. L., Chang, S. H., & Wang, L. (2010). Constructing a theoretical framework for the ontogenetic development of the Chinese bicultural self: A preliminary statement. *Chinese Journal of Psychology*, 52(2), 113-132. <https://dx.doi.org/10.6129/CJP.2010.5202.01>]
- 葉光輝（1997）：親子互動的困境與衝突及其因應方式：孝道觀點的探討。中央研究院民族學研究所集刊，**82**，65-114。[Yeh, K. H. (1997). Struggles, conflicts, and coping between Chinese parents and children: A filial piety perspective. *Bulletin of the Institute of Ethnology Academia Sinica*, 82, 65-114.]
- 葉光輝（2009）：華人孝道雙元模型研究的回顧與前瞻。本土心理學研究，**32**，101-148。[Yeh, K. H. (2009). The dual filial piety model in Chinese culture: retrospect and prospects. *Indigenous Psychological Research in Chinese Societies*. 32, 101-148. <https://dx.doi.org/10.6254/2009.32.101>]
- 葉光輝（2012）：青少年親子衝突歷程的建設性轉化：從研究觀點的轉換到理論架構的發展。高雄行為科學學刊，**3**，31-59。[Yeh, K. H. (2012). The constructive transformation process of parent-adolescent conflict: An emerging framework. *The Journal of Kaohsiung Behavioral Sciences*, 3, 31-59. <https://dx.doi.org/10.29854/TJKBS.201205.0002>]
- 葉光輝、曹惟純（2014）：成人親子衝突之建設性轉化路徑：功能性衝突評估、共享式解決策略與個人生活適應的關聯。中華心理衛生學刊，**27**（2），173-199。

- [Yeh, K. H., & Tsao, W. C. (2014). The constructive transformation process of parent-adult child conflict: A mediating analysis. *Formosa Journal of Mental Health*, 27(2), 173-199. [https://dx.doi.org/10.30074/FJMH.201406_27\(2\).0001](https://dx.doi.org/10.30074/FJMH.201406_27(2).0001)]
- 葉光輝、黃宗堅、邱雅沂（2006）：現代華人的家庭文化特徵：以台灣北部地區若干家庭的探討為例。本土心理學研究，25，141-195。[Yeh, K. H., Huang, T. C., & Chiu, Y. Y. (2006). The characteristics of modern Chinese family culture: A study of 24 families in northern Taiwan. *Indigenous Psychological Research in Chinese Societies*, 25, 141-195.]
- 葉明華、楊國樞（1998）：中國人的家族主義：概念分析與實徵衡鑑。中央研究院民族學研究所集刊，83，169-225。[Yeh, M. H., & Yang, K. S. (1998). Chinese familism: Conceptual analysis and empirical assessment. *Bulletin of the Institute of Ethnology Academia Sinica*, 83, 169-225.]
- 賈紅鶯、陳秉華（2001）：癥狀與家庭互動的轉變歷程：結構策略家族治療的觀點。本土心理學研究，15，163-220。[Chia, H. Y., & Chen, P. H. (2001). The change process of symptoms and family interaction based on the structural-strategic family therapy approach. *Indigenous Psychological Research in Chinese Societies*, 15, 163-220.]
- 簡晉龍、李美枝、黃曬莉（2009）：幸福之路：雙重自我建構的分流與匯合。中華心理學刊，51（4），453-470。[Chien, C. L., Li, M. C., & Huang, L. L. (2009). Multiple ways to subjective well-being: The divergence and convergence of double self-construals in Taiwan. *Chinese Journal of Psychology*, 51(4), 453-470. <https://dx.doi.org/10.6129/CJP.2009.5104.04>]
- 蘇倫慧、賴志超（2018）：心理劇對大學生影響之歷程—以高關懷大學新生為對象。臺灣心理劇學刊，1，38-64。[Su, L. H., & Lai, C. C. (2018). The influence process of psychodrama group on university students: The case of high risk freshmen. *Taiwan Journal of Psychodrama*, 1, 38-64.]
- 蘇詠絮、張滿玲、鍾昆原（2013）：欲說還休，欲說還休：從辯證觀看華人成年初期的子女對父母的自我揭露。應用心理研究，58，15-65。[Su, Y. H., Chang, M. L., & Jone, K. Y. (2013). More than I can say: Disclosure to parents in Taiwanese-Chinese early adults-a dialectical perspective. *Research in Applied Psychology*, 58, 15-65.]
- Blatner, A. (2000). *Foundation of psychodrama: History, theory, and practice* (4th ed). Springer.
- Bolger, E. A. (1999). Grounded theory analysis of emotional pain. *Psychotherapy Research*, 9(3), 342-362. <https://doi.org/10.1093/ptr/9.3.342>

- Dayton, T. (2005). *The living stage: A step-by-step guide to psychodrama, sociometry and group psychotherapy*. Health Communications, Inc.
- Greenberg, L. S. (1984). Task analysis: The general approach. In L. N. Rice, & L. S. Greenberg (Eds.), *Patterns of change: An intensive analysis of the psychotherapy process* (pp.124-148). The Guilford Press.
- Hwang, W. C. (2006). The psychotherapy adaptation and modification framework: Application to Asian Americans. *American Psychologists*, 61(7), 702-715. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.61.7.702>
- Kipper, D. A. (2006). The canon of spontaneity-creativity revisited: The effect of empirical findings. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry*, 59(3), 117-126. <https://doi.org/10.3200/JGPP.59.3.117-126>
- Lai, N. H. (2013). Psychodrama in Taiwan: Recent development and history. *The Journal of Psychodrama, Sociometry, and Group Psychotherapy*, 61(1), 51-59. <https://dx.doi.org/10.12926/0731-1273-61.1.51>
- Lai, N. H., & Tsai, H. H. (2014). Practicing psychodrama in Chinese culture. *The Arts in Psychotherapy*, 41(4), 386-390. <https://dx.doi.org/10.1016/j.aip.2014.06.005>
- Li, Y., Costanzo, P. R., & Putallaz, M. (2010). Maternal socialization goals, parenting styles, and social-emotional adjustment among Chinese and European American young adults: Testing a mediation model. *The Journal of Genetic Psychology*, 171(4), 330-362. <https://doi.org/10.1080/00221325.2010.505969>
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic inquiry*. Sage.
- McVea, C. S., Gow, K., & Lowe, R. (2011). Corrective interpersonal experience in psychodrama group therapy: A comprehensive process analysis of significant therapeutic events. *Psychotherapy Research*, 21(4), 416-429. <https://dx.doi.org/10.1080/10503307.2011.577823>
- Pan, Y., Gauvain, M., & Schwartz, S. J. (2013). Do parents' collectivistic tendency and attitudes toward filial piety facilitate autonomous motivation among young Chinese adolescents? *Motivation and Emotion*, 37(4), 701-711. <https://dx.doi.org/10.1007/s11031-012-9337-y>
- Sang, Z. Q., Huang, H. M., Benko, A., & Wu, Y. (2018). The spread and development of Psychodrama in mainland China. *Frontiers in Psychology*, 9, 1368. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01368>
- Yeh, K. H., & Bedford, O. (2003). A test of the dual filial piety model. *Asian Journal of Social Psychology*, 6(3), 215-228. <https://dx.doi.org/10.1046/j.1467-839X.2003.00122.x>

收件日期：110年10月11日

一審日期：111年01月11日

二審日期：111年06月08日

通過日期：111年08月18日

The Effectiveness of Culture-specific Psychodrama on Changing Group Participants' Parent-child Interactions Regarding Filial Piety

Nien-Hwa Lai Yu-Cheng Chang Ta-Hung Wei Che-En Chang*

Love's Counseling
Psychology Center

Tamkang University

Lijen Psychological
Clinic

National Taiwan
University of
Education

This study investigated the effectiveness of culture-specific psychodrama on changing participants' parent-child interactions regarding filial piety. A focused group interview was conducted with master's students who participated in an ongoing psychodrama group lasting 17 weeks. A qualitative analysis of the interview yielded the following results. First, adult children experienced difficulties in five areas of parent-child interactions: (1) parents' hierarchical disciplinary attitudes, (2) parents' emotional and behavioral problems, (3) spousal issues between parents, (4) the pressures accompanying the responsibility of caring for parents, and (5) parents' ardent expectations of the children. Second, five positions were noted in response to these difficulties: (1) strenuous efforts for maintaining harmony in the face of family conflicts; (2) suppression of inner conflicts that accompanied the responsibilities in the role of a child, (3) being trapped in the pain inflicted by parents' past behaviors, (4) avoiding interactions and becoming emotionally withdrawn, and (5) anger and self-blame resulting from direct conflicts. Third, six changes were brought about by culture-specific psychodrama: (1) gaining awareness and accepting one's own feelings, (2) clarifying the impact of painful past experiences, (3) gaining clarity of boundaries regarding their sense of responsibility in their tense relationships, (4) showing deep and comprehensive understanding of parents' cultural backgrounds, (5) becoming more flexible when conflicts arise in the relationship, and (6) increasing emotional interactions between the parents and children. Based on these results, we discussed the inner conflicts experienced by children belonging to this culture, as well as the children's growing understanding of the sociocultural landscape delineated by culture-specific psychodrama and its effectiveness on

* Corresponding author: Chang Yu-Cheng, e-mail: yucheng.c2015@gmail.com.
doi: 10.53106/172851862023010066004

changing the parent-child relationship.

Keywords: Adult parent-child relationship, filial piety, indigenous counseling psychology, psychodrama.