

認知行為治療法應用於單親家庭青少年之個案研究

摘 要

本研究是應用認知行為治療法之理論及治療技術對一位單親家庭青少年進行質化之個案研究，以心理輔導及訪談方式進行，主要目的是在處理案主所呈現的問題，包括(一)與母親之不和諧關係、(二)學業偏差、(三)負面情緒、(四)偏差行為。除此，也對五十二名單親家庭初中學生進行了問卷調查，以了解案主與其他單親家庭青少年與父母親之不和諧關係、負面情緒及偏差行為之差異性。

本研究選用艾里斯(Albert Ellis 理性情緒治療法 Rational Emotive Therapy、貝克(Aaron T. Beck)的認知治療法(Cognitive Therapy) 及梅晨堡(Donald H. Meichenbaum) 的認知行為矯正法(Cognitive-Behavior Modification)中的治療技術為主。

本研究結論如下：

- 一、認知行為治療法在改善單親家庭青少年與母親的不和諧關係，在短期內有正面的輔導效果。但是，輔導效果隨著負面生活事件發生而有負面的影響。
- 二、認知行為治療法在提高單親家庭青少年的學習動機及學業成績方面，有即時的輔導效果。
- 三、認知行為治療法在改善單親家庭青少年之負面情緒有即時之輔導效果。
- 四、認知行為治療法對單親家庭青少年之偏差行為有抑制及減弱的輔導效果。
- 五、持續及規律性之輔導，對單親家庭青少年與其母親之不和諧子關係、學業偏差、負面情緒及偏差行為的改善情況尤其顯著。
- 六、單親家庭青少年與其父母親存有不和諧的親子關係，尤其是與母親的關係較劣於父親。單親家庭的母親對子女之管教較父親嚴格，而且對子女之良好學業及良好行為之要求也比較偏高。另外，當父親或母親一方對子女之管教較為嚴格時，單親家庭青少年則與管教嚴格之父親或母親的關係不良。
- 七、單親家庭青少年與父母親之不和諧關係及偏差行為之間存有正相關；負面情緒與偏差行為之相關沒有達到顯著水平。
- 八、單親家庭青少年容易出現負面情緒，而且通常以憤怒及傷害自己的方法去表達或宣洩負面情緒。
- 九、單親家庭青少年出現偏差行為，而誘發偏差行為之主要誘因是不良之親子關係。
- 十、單親家庭青少年偏差行為之惡化是受到朋輩的影響及缺乏支持系統。
- 十一、與五十二名樣本比較，案主與父母親之不和諧關係、負面情緒及偏差行為的水平比較差。

根據研究者的心得，提出以下建議：

- 一、採用不同取向之心理治療法。
- 二、增加研究對象的數目。
- 三、應用小組輔導。
- 四、選用其他研究對象。
- 五、增加對單親父母之研究。