

# 父母心理控制與成年初顯期 子女之社交焦慮：自我分化的 中介影響\*

梁嘉鎰

致理科技大學  
學生輔導中心

吳志文

國立臺灣師範大學  
人類發展與家庭學系

程景琳

國立臺灣師範大學  
教育心理與輔導學系

本研究旨在針對成年初顯期階段之個體，探討其所知覺之父母心理控制與社交焦慮之關聯，並分別針對男性與女性，探討父母心理控制行為是否會透過個體之自我分化程度，進而影響其社交焦慮情形，且分別檢視自我分化五個向度（情緒化反應、我立場、情緒截斷、與家人融合、與他人融合）之中介效果。研究對象為 955 位（男性 364 位、女性 591 位）18 至 25 歲成年初顯期樣本（平均年齡為 21.41 歲，標準差為 2.47）。本研究以「父母心理控制量表」、「社交焦慮量表」及「自我區分量表」進行測量，並以結構方程模式進行中介效果的分析。結果發現：父母心理控制與社交焦慮之間具有顯著正向關聯，且在男性與女性樣本中，父母心理控制皆顯著地透過自我分化之「情緒化反應」及「與他人融合」向度，進而影響社交焦慮，但自我分化之「情緒截斷」及「與家人融合」向度並沒有中介效果；此外，僅在女性樣本中發現，父母心理控制會透過自我分化之「我立場」向度，進而影響社交焦慮。最後，研究者依據研究結果對輔導實務工作及未來研究方向提出建議。

**關鍵詞：**父母心理控制、自我分化、成年初顯期、社交焦慮

\* 1. 通訊作者：程景琳，[clcheng@ntnu.edu.tw](mailto:clcheng@ntnu.edu.tw)。

2. 本文係梁嘉鎰提國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系碩士論文部份內容，在程景琳教授指導下完成。

根據親子互動取向 (parent-child interactional approach) 的觀點 (Patterson, 2002), 孩子與照顧者之間的互動, 刻劃了子女未來在人際關係中的樣貌。既有研究指出, 照顧者負向的管教手段 (如, 情感忽視、過於嚴厲、條件式關愛的管教) 與成年初期個體在人際關係中的不適應情緒有關 (Downey et al., 1997)。且根據長期追蹤的研究, 發現父母過度的「控制」與子女未來在社交情境之焦慮情形有正向顯著的關聯 (Hudson & Rapee, 2000)。

隨著個人發展的進程, 成年初顯期 (emerging adulthood) 是個體開始試驗不同身份與選擇的時期, 需重新調整和父母間的情感連結 (Arnett, 2000)。在這個由青少年轉換至成人的階段, 個體與父母的互動方式開始產生變化; Bomar 與 Sabatelli (1996) 指出, 成年初顯期個體開始調整自己與家庭間的距離, 同時父母也必須調整對子女的控制, 以協助孩子面對心理發展的快速變化。

近來, 有越來越多的研究開始關注「父母心理控制」(parental psychological control) 對子女情緒發展的影響。陸續有研究發現父母心理控制的管教方式容易引發個體焦慮感受 (Nanda et al., 2012; Seibel & Johnson, 2001)。因此, 父母行使心理控制式的管教方式, 將有可能引發子女在社交上產生焦慮感受, 而限制了子女拓展人際網絡以及探索不同身份認同的任務。另一方面, 成年初顯期個體需發展獨立自主, 並形成自我認同 (Arnett, 2000), 因此開展與父母的分化歷程亦是重要的發展任務。然而父母心理控制是一種對子女心理上的牽制以及界線上的侵擾, 這樣的管教方式與此時期個體發展自主性的需求處於一種拉扯的關係, 故可能阻礙了個體與父母發展分化的歷程, 而不利於個體平衡親密與自主的需求。且目前的研究結果皆指出個體自我分化程度與焦慮程度有緊密的關聯, 低自我分化程度者在社交和親密情境有較高度的焦慮, 而不利於青少年及成人之人際關係的建立與維繫 (Bowen, 1978; Peleg-Popko, 2004; Sandage & Jankowski, 2010)。研究者認為, 除了父母心理控制會對個體之社交焦慮程度帶來影響之外, 自我分化亦可能是此關聯中的重要影響機制, 但目前國內仍少見對此現象的探討。本研究之主要目的即以臺灣成年初顯期個體為研究對象, 探討父母心理控制如何形塑個體自我分化程度, 進而影響其於社交情境中的焦慮程度。此外, 許多的研究與理論在論述個體的分化程度時, 傾向將自我分化視為一整體指標進行說明, 然本研究將細緻探討自我分化的多元內涵 (即: 我立場、情緒化反應、情緒截斷、與他人融合、與家人融合) 在前述歷程中所扮演的不同角色, 並區分成成年初顯期個體的性別進行分析。

### (一) 父母心理控制與子女社交焦慮之關聯

Barber (1996) 定義心理控制為父母不回應孩子情感與心理上的需求, 試圖要求孩子表現出符合父母心中預期的行為; 心理控制的手段包括: 撤回對孩子的關愛 (love withdrawal)、引發孩子的罪惡感 (guilt induction)、限制孩子的意見表達 (constraining verbal expressions)、反駁孩子的個人感受 (invalidating feelings)、對孩子進行人身攻擊 (personal attack) 及表現出讓孩子捉摸不定的情緒反應 (erratic emotional behavior) 等。程景琳 (2014) 即指出, 可由「削弱想法」、「引發愧疚感」、「貶抑個人」、「收回關愛」四個向度來瞭解子女對父母行使心理控制管教方式的知覺。父母心理控制透過侵入及操縱孩子的思想和情感, 使孩子除了在心理上依賴父母而無法順利發展出獨立的自我之外, 同時也能預測其心理及社會性的適應不良 (Barber & Harmon, 2002)。父母心理控制為一種隱微的控制方式, 操控並破壞了親子關係的連結、對子女表達批評與否定、限制或侵犯了子女的心理發展 (Barber et al., 2012)。這樣的管教方式對子女的自我覺知與社會適應皆具有負面的影響 (Barber, 1996), 一方面會對個體帶來許多內化性的問題 (Barber & Harmon, 2002), 比如阻礙子女自我認同的發展、使其對自己的選擇感到不確定 (Luyckx et al., 2007); 另一方面, 會讓子女易產生情緒方面的困擾, 包含憂鬱、低自尊、不適應性的罪惡感、焦慮感等問題 (Barber & Harmon, 2002)。

父母心理控制對子女在成年初顯期階段的適應發展可能特別不利。根據 Erikson (1968) 的心理社會發展階段論, 與他人建立正向關係是這個階段主要的發展適應任務, 否則可能會面臨孤僻疏離的危機。而個體能否建立並維持穩定的關係, 則是有鑒於個體與重要他人之間是否擁有正向的關係經驗 (Bowlby, 1969), 像是父母的支持、溫暖皆能增強個體人際連結的能力並提升自主的行為, 使子女更能夠適應社交情境與增強情緒運作的功能 (Skinner et al., 2005)。然而, 父母心理控制的管教方式, 可能使子女內化了不適應性的自我概念與人際關係的基模, 父母若表達對孩子的失望和

羞恥、忽視孩子的感受或想法、批評或否定孩子的價值 (Barber, 1996)，或以沈默處罰孩子 (silent treatment) (Bishmi, 2017)，這些早期的負向經驗將會形塑子女發展出負面的自我印象，並對人際互動感到不安全與退縮焦慮 (Richman & Leary, 2009)。

父母若採取心理控制的管教方式將不利子女在成年初顯期階段與他人建立正向的人際關係，尤其會反映在子女與他人社交互動時會有較高程度的社交焦慮 (Hudson & Rapee, 2000)。社交焦慮指的是個體在與他人進行一般或是不熟悉的社交互動時，容易感到緊張、擔心、不自在，或是缺乏安全感等負向情緒經驗的程度 (La Greca & Lopez, 1998)。過去的研究已明確指出父母管教方式與子女社交焦慮之間的關聯性，像是 Rapee (1997) 回顧過往相關文獻，指出父母的拒絕及控制與子女成年後的焦慮有正向關聯。Rudolph 與 Zimmer-Gembeck (2014) 亦強調，考量個體的社交焦慮情形時，雙親的教養因素是不可忽略的，比如敵意、壓迫、拒絕等類似心理控制之管教方式，都跟青少年早期階段子女的社交焦慮有關。Peleg-Popko 與 Dar (2001) 發現，情緒界線過於緊密的家庭，與學齡前階段孩子的恐懼感和社交焦慮有顯著的關聯，且特別會使個體因為擔心負向評價而產生社交迴避的傾向與苦惱的感受。Nanda 等人 (2012) 同樣指出，當青少年早期階段的孩子知覺父母心理控制的程度越高，孩子會對自身生活感覺到缺乏自我控制的能力，當孩子面對其他不確定或模糊的情況時，會產生焦慮的反應。亦有追蹤研究發現，父母心理控制的管教行為，正向預測青少年未來在社交上退縮的情形 (Van Zalk & Kerr, 2011)。國內研究也有相似的發現，程景琳與陳虹仰 (2015) 的研究結果顯示，父母心理控制與青少年的社交焦慮呈正向關聯。

從過去文獻可知，父母心理控制與子女的社交焦慮有正向的關聯，但過去針對此議題之相關研究大多聚焦於學齡至青少年時期的個體，甚少針對成年初顯期階段進行相關探討。雖然先前的研究皆指出負向管教方式與個體之焦慮感受有關，但較少研究特別針對父母心理控制管教方式以及社交情境之焦慮程度進行探討；另一方面，也少有研究深入描繪其中更細緻的心理運作歷程。本研究在回顧相關文獻後發現，自我分化是成年初顯期個體重要的發展任務之一，而心理控制的管教方式可能影響子女無法順利發展獨立的自我，故本研究試圖以自我分化檢證父母心理控制管教方式如何影響子女社交焦慮程度的中介運作機制。此外，Arnett (2015) 指出現今年輕人相對延長了居住在家裡的時間；而個體與父母相處的時間隨之延長，則可能延續且增加了父母對個體的影響力 (Aquilino, 2006)。研究者推測隨著當今多數年輕人離家時間的延後，可能會增加父母心理控制對個體帶來的影響，而個體目前之「在學情形」、「居住情形」以及「自行負擔生活開銷的比例」，則可能反映了個體目前尚需依賴並從家庭取得資源的程度，也可能隱含個體被父母控制的程度，因此本研究在檢視中介模式時，將以這三種情況為控制變項，以避免其對社交焦慮的可能影響。

## (二) 「自我分化」於父母心理控制與社交焦慮關聯中所扮演的角色

根據 1960 年代 Bowen 所發展的家庭系統理論 (family system theory) 對於自我分化概念的描述，分化的重要指標之一即是個體能區分感受歷程 (feeling process) 與智性歷程 (intellectual process) 的能力 (Kerr & Bowen, 1988)。自我分化程度較高者，能夠自在地享受情緒狀態，同時也清楚知道自己在必要的時候——特別是涉及自己的立場及原則——能夠理性思考。因此，高分化者較能平衡個體性 (individuality) 與一體性 (togetherness) 兩股需求，亦即能滿足自主的需求，讓自己有獨立感並能發展個人的原則，同時亦能滿足與重要他人 (尤其是家人) 親密的需求，讓自己感到歸屬感、被愛與被接納 (Gilbert, 2004)。

自我分化被認為是一種個體平衡「親密」與「自主」這兩種基本需求的適應能力 (Kerr & Bowen, 1988)，對成年初顯期子女來說，是重要的發展面向。成年初顯期的個體在依賴與獨立中徘徊，一方面亟欲開展獨立生活的自主空間，但一方面又仍需部分依賴家中的成人 (Goldscheider & Goldscheider, 1999)。然而，父母心理控制透過幼稚化 (infantilize) 孩子的方式，鼓勵孩子在情緒及心理上依賴父母，如此高度融合的親子界限可能顯示了父母對子女的過度保護，抑制了孩子個體化的歷程與自主性的成熟 (Barber & Harmon, 2002)。Siqueland 等人 (1996) 指出，父母高度的控制與缺少溫暖支持，皆是導致子女內化性行為問題的危險因素，這使子女較不容易從家庭互動中分化出來。吳宜蓁 (2015) 也發現父母採取心理控制的管教方式會使子女缺乏自主感而難以分化，故個體知覺到的父母心理控制程度與子女自我分化程度是有所關聯的。簡言之，父母心理控制的管

教方式侵擾子女的心理自我，混淆了親子間的情緒心理界限，降低了子女的自主性，且可能讓子女無法區分自己或他人的思考與感受，如此的管教方式可能使子女難以從家庭中分化。

Skowron 與 Friedlander (1998) 根據 Bowen (1978) 家庭系統理論編製自我分化量表 (Differentiation of Self Inventory, DSI) 以測量個體的理智與情感功能，包含四個分向度：「情緒化反應」(emotional reactivity)、「情緒截斷」(emotional cutoff)、「我立場」("I" position) 以及「與他人融合」(fusion with others)。高自我分化程度者較會採取「我立場」，亦即保持清楚的自我定位，即便被外在壓力威脅，也會堅守個人深思熟慮後的信念與原則，這個個體可以與他人有情緒上的親密與靠近，也不用擔心自己會在關係中失去自我 (Bowen, 1978)。相對地，高「情緒化反應」是低自我分化程度的表現，代表個體難以保持平靜的態度面對事情，且傾向以怎樣做「感覺」比較好來做選擇，是一個被困在情感世界中的狀態。「情緒截斷」也是低分化程度的展現，個體表現出超然且與世隔絕的樣貌，不僅否定家庭對自己的重要性而展現出過度的獨立感 (Nichols & Schwartz, 1998)，同時亦對於與他人相處時所產生的親密感到不自在 (Bowen, 1978)。「與他人融合」同樣是低自我分化者的樣貌，指個體在關係中容易過度關注他人、容易未經思考就吸收他人的價值觀 (Kerr & Bowen, 1998)，同時也包含在家庭中涉入三角化關係 (triangulation) 與過度認同父母 (Skowron & Friedlander, 1998)。後來，Skowron 與 Schmitt (2003) 以 Skowron 與 Friedlander 原量表為基礎進行編修，以提升「與他人融合」分量表的信效度。Lam 與 Chan-So (2015) 以香港地區 25 歲以上成人為施測對象，將 Skowron 與 Schmitt 編修而成的 DSI-R 量表編譯為「中文版自我區分量表」，根據其分析結果，認為華人文化較西方文化更重視個體與家庭之間的連結，且在華人文化中的「家人」有別於「他人」的內涵，而主張應從「與他人融合」的向度中，區分出「與家人融合」為獨立的向度。「與家人融合」乃反映出個體過度關注於父母的期待與需求，而無法區分自己與父母在情緒上與想法上的不同，是低自我分化的展現。臺灣學者後續使用此中文版自我區分量表評估大學生的自我分化程度 (如，張可微，2017；張婉珺，2020；廖莉彤，2014；潘則云，2017；簡瑜真，2020；Chang, 2018)，也都發現此五向度的量表在臺灣樣本中具有可接受的信度及效度。顯示在華人社會探討自我分化時，採用五個向度之自我分化 (即，我立場、情緒化反應、情緒截斷、與他人融合、與家人融合)，應是較合適的作法。

個體自我分化程度與維繫人際關係品質有密切的關連。高自我分化者在人際中有能力同時享受親密感與自主性，不需藉由過度黏著來獲得安全感，亦不會因害怕被拋棄而感到焦慮 (Bowen, 1978; Kerr & Bowen, 1988)。Pelegrin-Popko (2004) 指出，自我分化和社交焦慮有負向關聯——特別是與擔憂他人對自己的負面評價有關；亦即，低自我分化程度者可能高度敏感於人際互動中之讚美與批評、人際現實感較低，並對於社交情境有高度的焦慮。相對地，自我分化程度較高者，不僅能夠了解自己的立場與想法，可以尊重彼此的差異而不企圖改變對方，也能在關係中調節自己的焦慮，並且知道自己在關係中所扮演的角色與承擔的責任，故較有能力與他人維持長久的人際關係。

總結來說，本研究認為父母心理控制的管教方式因為過於強調親子界線的緊密融合，所以可能使成年初顯期子女不易發展出成熟的自我分化程度，不僅限制了子女向外探索的機會，同時也可能阻礙子女平衡親密與自主的能力，使個體與他人發展親近關係時，對於社交互動有過度的擔憂與焦慮感受。只是這整個歷程是否會因子女的性別而有所不同，而自我分化所包含的多元內涵在這之中是否又各自有著不同的作用，這些重要的研究問題在過去尚缺乏深入的探討。

### (三) 性別因素與自我分化不同面向的可能影響

過去相關研究在探討父母管教方式對子女心理適應的關聯時，發現子女的性別因素可能有所影響，但目前的研究結果尚未有一致性的發現。過去許多研究傾向認為父母的心理控制對於女性的影響相對較男性明顯，可能是因為女性較傾向以壓抑的方式來因應壓力，而容易引發內化性的行為問題 (Rosenfield et al., 2000)。例如，有研究指出心理控制的管教方式僅和青少年女性 (平均 12 歲) 的社交焦慮有關 (Loukas, 2009)，但也有研究發現心理控制管教只能預測青少年男性 (平均 16 歲) 的憂鬱症狀 (Soenens et al., 2008)。還有研究結果顯示，心理控制管教方式與青少年男性及女性於社交情境中之害怕負向評價皆有正向關聯 (Loukas et al., 2005)。

針對自我分化之性別差異的相關研究結果指出，成年人（平均 37 歲）在自我分化的總分上並沒有顯著的性別差異，但是女性之「情緒化反應」的程度高於男性（Skowron & Dendy, 2004），男性之「我立場」的程度高於女性，在「情緒截斷」及「與他人融合」向度上則無顯著的性別差異（Skowron & Schmitt, 2003）。國內的研究結果則顯示，男性大學生的自我分化總分高於女性大學生，且男性「情緒化反應」及「與他人融合」的程度低於女性，「我立場」的程度較高於女性（吳煜輝，2010；劉紀谷，2007）；但男性「情緒截斷」的程度可能高於女性（詹寓婷，2011）、或是男女兩性在「情緒截斷」上並無顯著差異（吳煜輝，2010），而「與家人融合」向度則無顯著的性別差異（廖莉彤，2014；潘則云，2017）。上述研究結果顯示，相較於男性而言，女性似乎有較高程度的「情緒化反應」及較低程度的「我立場」，但在「與他人融合」與「情緒截斷」向度上目前並無一致的發現，在「與家人融合」向度上則未發現顯著的性別差異。

由上述的研究結果可見，父母心理控制的管教方式對不同性別的子女而言，可能有不同的影響，且男性與女性在不同面向上的自我分化程度亦可能有所差異，但目前的研究結果尚未有一致的發現。為了更進一步澄清性別因素的可能影響，本研究在探討父母心理控制對於個體社交焦慮的影響時，納入受試者之性別加以考量，以檢視不同性別的受試者於此中介途徑中可能存在的相似與相異之處。

#### （四）本研究目的

根據過去研究可知，父母心理控制與子女的焦慮感受有正向關聯，但是過去相關研究多針對兒童與青少年階段的個體作為探討的對象，甚少針對成年初顯期個體進行探究；且多檢視一般焦慮感受，較少檢視特定情境之焦慮感受，也少有研究探討父母心理控制對個體焦慮感受之影響機制。故本研究針對成年初顯期個體，檢驗父母心理控制與其在社交互動中焦慮感受之關聯，並進一步以自我分化構念檢驗其中介影響歷程。此外，目前在國內、外針對自我分化之中介效果的研究中，大多研究仍將自我分化視為一個整體構念進行探討，而無法窺知自我分化所蘊含之多元面貌的異同。為能更細緻地瞭解不同的自我分化面向於父母心理控制與社交焦慮關聯中，各自扮演的角色與效果，本研究分別針對自我分化的五個向度進行中介途徑的檢驗，並檢驗性別於此中介機制中可能存在的差異情形。綜上所述，本研究之主要目的為：（1）探討個體知覺父母心理控制管教方式與個體社交焦慮之關聯；（2）分別針對成年初顯期之男性與女性，探討父母心理控制管教是否會透過個體之自我分化程度，進而影響其社交焦慮情形，並分別檢視自我分化五個向度之中介效果。

### 方法

#### （一）研究對象

參考 Arnett（2000）對成年初顯期的定義，本研究於社群網站上（包括 Facebook、Instagram、PTT 問卷版、Meteor 社會科學版及 Dcard）邀請 18 歲至 25 歲的參與者填答網路問卷。表達同意參與研究的問卷填答者在做答之前會先詳閱研究說明、及完整參與研究將獲得的謝酬（即：以抽獎方式送出 10 張電影票）等資訊。本研究在 2019 年 6 月至 7 月間於網站上徵求研究參與者，最後共回收網路問卷 990 份，刪除明顯反應心向（如，連續 10 題以上皆選同樣答案）共 29 份，及重複填答者（即：重複的電子郵件地址）共 6 份，總計有效問卷共 955 份，樣本背景資料如表 1 所示。

**表 1**  
有效樣本資料的背景資料

變項	選項內容	人數	有效百分比
性別	男	364	38.1%
	女	591	61.9%
在學情形	在學	710	74.3%
	非在學	245	25.7%
年齡	18 歲	179	18.7%
	19 歲	102	10.7%
	20 歲	93	9.7%
	21 歲	114	11.9%
	22 歲	113	11.8%
	23 歲	105	11.0%
	24 歲	94	9.8%
	25 歲	155	16.2%
居住情形	與父母同住	591	61.9%
	未與父母同住	364	38.1%
自行負擔生活開銷比例	0%	278	29.1%
	20%	227	23.8%
	40%	132	13.8%
	60%	90	9.4%
	80%	92	9.6%
	100%	136	14.2%

## (二) 研究工具

### 1. 父母心理控制

本研究使用程景琳 (2014) 編製的「父母心理控制量表」(Parental Psychological Control Questionnaire, PPCQ) 測量參與者知覺父母心理控制的程度, 此量表可分為「削弱想法」、「引發愧疚感」、「貶抑個人」及「收回關愛」四個向度, 每個向度各有 3 個測量題項, 共計 12 題。作答採 Likert 式五點量尺, 選項從 1 (從未這樣) 到 5 (總是這樣), 其中的數字各有相應漸增的頻率強度, 量表題目皆為正向計分, 得分愈高表示填答者所知覺父母心理控制的程度愈高。本研究在設定網路問卷時不小心遺漏了一題屬「引發罪惡」向度的測量題項 (即, 「父母常會提到, 他們為了我做了很多」)。為檢視此疏忽對量表品質的可能影響, 本研究進行每個題項的鑑別度考驗, 並且發現各題平均數在高、低分組間的差異皆達到顯著水準 ( $ps < .05$ ), 顯示同樣具有可接受的鑑別力。此 11 題版本量表之內部一致性信度係數 Cronbach's  $\alpha$  值為 .93, 驗證性因素分析的結果也顯示, 在設定一組兩個題項的殘差值具有相關後, 本研究蒐集的資料與四向度結構之間具有可接受的整體適配度 ( $\chi^2 = 264.86, df = 37, p < .001, CFI = .97, TLI = .95, RMSEA = .080, SRMR = .036$ ), 且因素負荷量皆達顯著水準 ( $ps < .001$ )。

### 2. 社交焦慮

本研究採用程景琳與陳虹仰 (2015) 編譯 La Greca 與 Lopez (1998) 發展的「青少年社交焦慮量表」(Social Anxiety Scale for Adolescents, SAS-A), 用來測量參與者的社交焦慮程度, 此量表可分為「擔心負向評價」、「一般情境焦慮」及「陌生情境焦慮」三個向度, 依序包含 8、6、4 個測

量題項，共計 18 題。作答採 Likert 式五點量表，選項從 1（從未這樣）到 5（總是這樣），其中的數字各有相應漸增的頻率強度，量表題目皆為正向計分，得分愈高表示參與者的社交焦慮程度愈高。全量表的內部一致性信度係數 Cronbach's  $\alpha$  值為 .93，驗證性因素分析的結果也指出，在設定一組兩個題項的殘差值具有相關後，本研究蒐集的資料與三向度結構之間具有可接受的整體適配度 ( $\chi^2 = 890.78$ ,  $df = 131$ ,  $p < .001$ , CFI = .93, TLI = .92, RMSEA = .078, SRMR = .057)，且因素負荷量皆達顯著水準 ( $ps < .001$ )。

### 3. 自我分化

為測量參與者的自我分化程度，本研究參考由 Lam 與 Chan-So (2015) 進行中文化的「自我分化量表——修訂版」(Differentiation of Self Inventory, DSI-R)。原修訂版量表是由 Skowron 與 Schmitt (2003) 發展，包含「情緒化反應」、「我立場」、「情緒截斷」及「與他人融合」四個向度；而 Lam 與 Chan-So 考量華人社會重視家人關係的特色，將原量表中「與他人融合」分向度的題項，再區分為「與他人融合」和「與家人融合」兩個分向度。經本研究詳細檢視各個題項描述後發現，有部分題目由於預設參與者正在一段親密關係中（或至少曾經有過一段親密關係），可能導致作答結果無法有效反映該分向度所預測的內涵，因此將這些題項刪除；本研究同時也參考 Sloan 與 van Dierendonck (2016) 和 Drake 等人 (2015) 所修訂的短版量表題目，最後本研究用來測量「情緒化反應」、「我立場」、「情緒截斷」、「與家人融合」及「與他人融合」分向度的題項數依序為 4、5、3、3、4 題，共計有 19 題，完整題項內容請見附錄。作答採 Likert 式六點量表，選項從 1（非常不正確）到 6（非常正確），其中的數字各有相應漸增的正確程度，用來反映參與者對於題項描述內容能否正確形容自我狀態的程度。在既有的研究中（如，Drake et al., 2015; Lam & Chan-So, 2015; Skowron & Schmitt, 2003; Sloan & van Dierendonck, 2016），是以「我立場」分量表的題項為正向計分、其餘分量表皆採反向計分，計算後的總分愈高反映出參與者的自我分化程度愈高。然而，考量本研究之目的是在探討這些分向度各自在「父母心理控制影響個體社交焦慮程度」的中介路徑效果，因此是將各分量表分開來計分，並皆採正向計分以維持測量資料與對應構念之間的一致性。各個分量表的內部一致性信度係數 Cronbach's  $\alpha$  值依照「情緒化反應」、「我立場」、「情緒截斷」、「與家人融合」及「與他人融合」的順序分別為 .73、.75、.79、.77、.74，在各分量表題項數量較少的情況下仍大於 .70，反映出各向度量表具有可接受的內部一致性信度表現 (Kline, 2000)。同樣在設定一組兩個題項的殘差值具有相關後，驗證性因素分析的結果指出，本研究蒐集的資料與五向度結構之間具有可接受的整體適配度 ( $\chi^2 = 586.89$ ,  $df = 141$ ,  $p < .001$ , CFI = .92, TLI = .91, RMSEA = .058, SRMR = .053)，且因素負荷量皆達顯著水準 ( $ps < .001$ )。

#### (三) 資料處理

本研究資料先以 SPSS 軟體進行平均數、標準差，以及兩兩變項間相關係數等統計分析，接著再使用 Mplus 軟體，以最大概似估計法進行結構方程模型分析 (structure equation modeling, SEM)，並有以下五項處置：首先，本研究為了簡化模型的複雜度，分別將「父母心理控制」與「社交焦慮」的四個、三個分向度量表分數設定為觀察指標，而「自我分化」則是以各自五個分向度量表的測量分數設定為中介變項（請參考圖 1 的假設模型示意圖）。其次，為了探討參與者性別可能造成的影響，本研究分別針對男性與女性參與者資料進行模型分析。由於本研究同時有兩組依變項（自我分化的五個向度、社交焦慮），故將多項參與者的背景資料納入分析模型做為控制變項，包含了年齡、在學情形、居住情形，以及自行負擔生活開銷比例。納入樣本之年齡為控制變項的原因是，雖然在八個年齡層都各有大約 10% 左右的參與者，但 18 歲 (18.7%) 及 25 歲 (16.2%) 者所佔之比例相對較高，為避免不同年齡分佈的差異情形影響對依變項的預測，因此予以控制。第三，在評估模型的整體表現時，由於  $\chi^2$  值太容易受到模型複雜度與樣本數量的影響，因此本研究採用多種適配度指標並參考學者建議的可接受標準，其中 CFI 與 TLI 係數應大於 .90 (Bentler, 1990)，而 RMSEA 與 SRMR 係數應小於 .080 (McDonald & Ho, 2002)。第四，在進行模型分析的過程中，會同步執行模型修正建議 (modification indices) 的指令，依據得到的建議調整模型中的設定，改善資

料與模型之間的適配度表現。最後，透過 Mplus 軟體的語法，本研究以路徑係數乘積取向（product of coefficients approach）與自助法取向（bootstrapping approach）等方式，估算從父母心理控制到社交焦慮，透過自我分化的五個分向度構念作為中介變項的間接效果。

## 結果

### （一）描述統計與相關

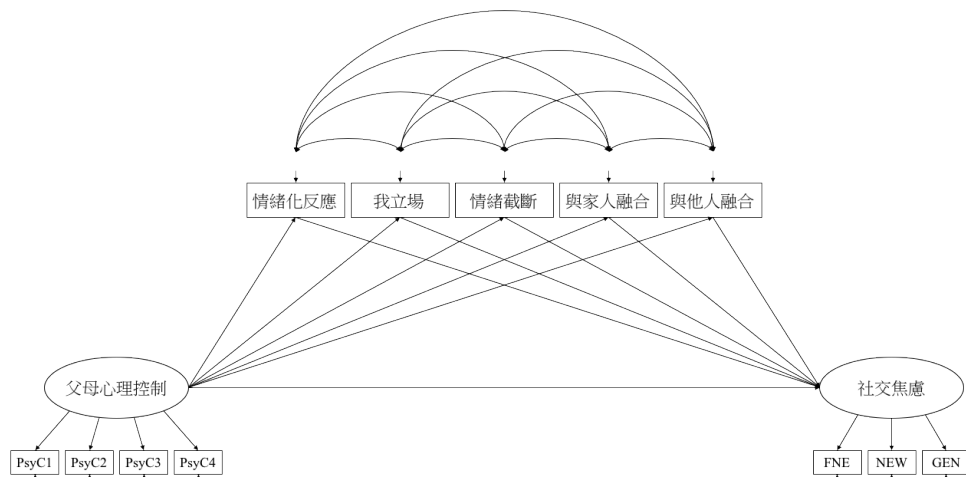
本研究主要變項的描述統計呈現於表 2，進行 *t* 檢定的結果指出：（1）本研究男性與女性參與者知覺到父母心理控制的程度並沒有明顯的差異，社交焦慮的程度也沒有明顯的差異；以及（2）針對自我分化的「情緒化反應」、「情緒截斷」，以及「與家人融合」這三個分向度，女性參與者的分數顯著地高於男性參與者的分數，而「我立場」和「與他人融合」的分數則不具有達顯著水準的性別差異。

表 2  
主要變項的平均值、標準差，以及性別差異比較結果

變項	男性樣本 ( <i>N</i> = 364)		女性樣本 ( <i>N</i> = 591)		性別差異比較	
	平均數	標準差	平均數	標準差	<i>t</i> -value	<i>p</i> -value
1. 父母心理控制	2.46	0.88	2.44	0.93	0.38	.706
2. 情緒化反應	3.51	1.13	3.88	1.08	-5.11	.000
3. 我立場	3.95	0.93	3.87	0.95	1.19	.235
4. 情緒截斷	3.32	1.17	3.54	1.16	-2.84	.005
5. 與家人融合	4.07	1.18	4.36	0.99	-4.13	.000
6. 與他人融合	3.64	1.09	3.71	1.03	-1.02	.308
7. 社交焦慮	3.07	0.72	3.13	0.73	-1.34	.180

圖 1

父母心理控制透過自我分化的五個分向度進而影響社交焦慮的中介歷程結構方程模型示意圖



註：年齡、在學情形、居住情形，以及自行負擔生活開銷比例等影響效果均納入控制。PsyC1 = 削弱想法；PsyC2 = 引發愧疚感；PsyC3 = 貶抑個人；PsyC4 = 收回關愛；FNE = 擔心負向評價；NEW = 一般情境焦慮；GEN = 陌生情境焦慮。



主要變項兩兩間的相關係數呈現於表 3，結果顯示父母心理控制與社交焦慮程度在男性與女性資料中，皆有達顯著水準的正相關。父母心理控制、社交焦慮與自我分化的五個分向度之間的相關係數是否達到顯著水準，在男性與女性資料中並不一致，在與家人融合與社交焦慮之關聯上，女性資料呈現顯著正相關，但男性資料則無顯著關聯；另外，在父母心理控制與我立場之關聯上，女性資料呈現顯著負向關聯，而男性資料則無顯著關聯。突顯出本研究中男性資料與女性資料具有分開來進行模型分析、嘗試探討性別差異的價值。

**表 3**  
主要變項的相關係數

變項	1	2	3	4	5	6	7
1. 父母心理控制		.26***	-.23***	.09*	-.06	.27***	.30***
2. 情緒化反應	.31***		-.36***	.19**	.11**	.50***	.47***
3. 我立場	-.09	-.24***		-.05	-.01	-.56***	-.47***
4. 情緒截斷	.17**	.14**	.07		.05	.21***	.28***
5. 與家人融合	.02	.21***	-.07	-.01		.24***	.11**
6. 與他人融合	.23***	.52***	-.37***	.13*	.33***		.68***
7. 社交焦慮	.25***	.42***	-.31***	.19***	.04	.50***	

註：左下與右上分別為男性 (N = 364) 與女性資料 (N = 591) 的分析結果。

\*  $p < .05$ . \*\*  $p < .01$ . \*\*\*  $p < .001$ .

## (二) 結構方程模型分析結果

圖 2 呈現本研究探討父母心理控制透過五個自我分化分向度作用於社交焦慮的中介歷程，並且依據模型修正建議進行調整後的模型分析結果，可以看到父母心理控制與社交焦慮各有兩項觀察指標的殘差之間的相關設定為開放估計，而不論是以男性資料 ( $\chi^2 = 136.72, df = 56, p < .001, CFI = .95, TLI = .90, RMSEA = .063, SRMR = .042$ ) 或是女性資料 ( $\chi^2 = 154.55, df = 56, p < .001, CFI = .97, TLI = .94, RMSEA = .055, SRMR = .027$ ) 進行模型分析的各項整體適配度指標均符合學者建議的標準，並且所有觀察指標與潛在構念間的負荷量均達到顯著水準 ( $ps < .01$ )。

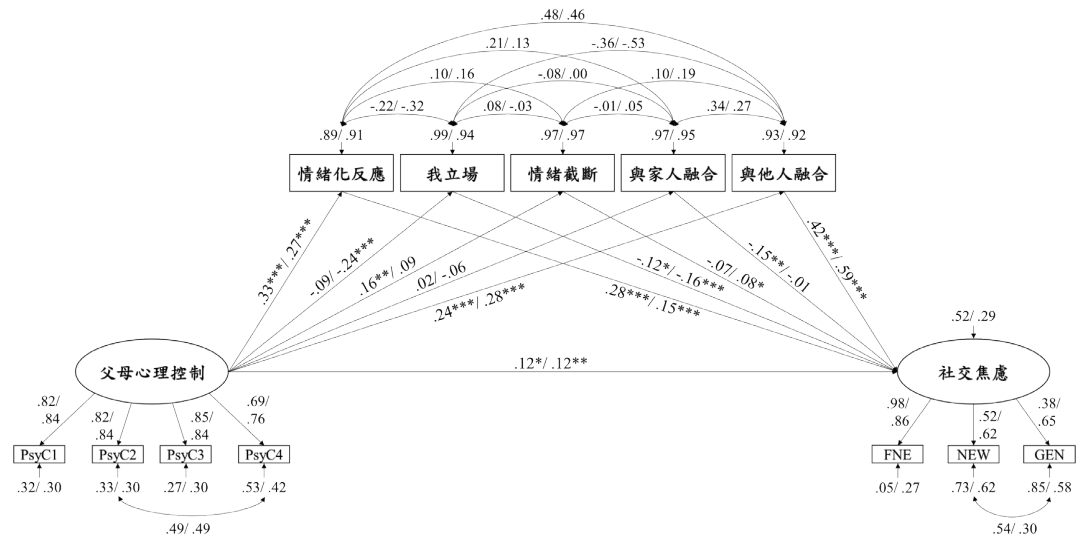
局部路徑的結果指出，父母心理控制對社交焦慮的總效果在男性與女性資料中都為正向且達到顯著水準 (男性資料：estimate = .35,  $p < .001$ ；女性資料：estimate = .38,  $p < .001$ )。父母心理控制對情緒化反應 (男性資料： $\gamma_{11} = .33, p < .001$ ；女性資料： $\gamma_{11} = .27, p < .001$ )、與他人融合 (男性資料： $\gamma_{51} = .24, p < .001$ ；女性資料： $\gamma_{51} = .28, p < .001$ ) 這兩個自我分化的分向度都有正向且顯著的路徑效果；然而對與家人融合的路徑效果則未達顯著水準；至於對我立場只有在女性資料中有著負向且達顯著水準的路徑效果 ( $\gamma_{21} = -.24, p < .001$ )，而在男性資料中的路徑效果並未達顯著水準；而對情緒截斷卻相反地只有在男性資料中有著正向且達顯著水準的路徑效果 ( $\gamma_{31} = .16, p < .01$ )，而在女性資料中的路徑效果並未達顯著水準。

至於作用在社交焦慮的路徑效果，情緒化反應 (男性資料： $\beta_{61} = .28, p < .001$ ；女性資料： $\beta_{61} = .15, p < .001$ ) 和與他人融合 (男性資料： $\beta_{65} = .42, p < .001$ ；女性資料： $\beta_{65} = .59, p < .001$ ) 這兩個自我分化的分向度在男性與女性資料中都有正向且顯著的路徑效果，我立場則是都有負向且顯著的路徑效果 (男性資料： $\beta_{62} = -.12, p < .05$ ；女性資料： $\beta_{62} = -.16, p < .001$ )，情緒截斷的路徑效果只有在女性資料中達顯著水準且為正向 ( $\beta_{63} = .08, p < .05$ ) 而在男性資料中未達顯著水準，至於與家人融合的路徑效果則是相反地只有在男性資料中達顯著水準且為負向 ( $\beta_{64} = -.15, p < .01$ ) 而在女性資料中未達顯著水準。最後，在納入自我分化的五個分向度作為中介變項的分析模型中，父母心理控制對社交焦慮的直接效果依舊為正向且達顯著水準 (男性資料： $\gamma_{61} = .12, p < .05$ ；女性資料： $\gamma_{61} = .12, p < .01$ )。

(三) 中介效果分析結果

本研究經由 Mplus 軟體，採取路徑係數乘積取向與自助法取向（5,000 次）等分析方法，取得男性與女性資料模型中各項中介效果。表 4 摘要了所有中介效果的分析結果。其中，父母心理控制透過情緒化反應進而間接地作用於社交焦慮的中介效果，在男性與女性資料中均為正向且顯著（男性資料：estimate = .09, Sobel's Z-value = 3.88,  $p < .001$ , 95% CI = [.05, .15]；女性資料：estimate = .04, Sobel's Z-value = 3.47,  $p < .001$ , 95% CI = [.02, .07]），透過與他人融合的中介效果也在男性與女性資料中均為正向且顯著（男性資料：estimate = .10, Sobel's Z-value = 3.38,  $p < .001$ , 95% CI = [.05, .17]；女性資料：estimate = .16, Sobel's Z-value = 6.05,  $p < .001$ , 95% CI = [.11, .22]）。而透過我立場的中介效果只有在女性資料中為正向且達顯著水準（estimate = .04, Sobel's Z-value = 3.16,  $p < .01$ , 95% CI = [.02, .06]），在男性資料中則未達顯著水準。至於透過情緒截斷和與家人融合的中介效果，則是在男性與女性資料中都未達到顯著的水準。

圖 2 男性與女性資料進行父母心理控制透過自我分化的五個分向度進而影響社交焦慮的中介歷程結構方程模型分析結果



註：年齡、在學情形、居住情形，以及自行負擔生活開銷比例等影響效果皆已控制。斜線前、後的數值分別來自男性、女性資料的分析結果。PsyC1 = 削弱想法；PsyC2 = 引發愧疚感；PsyC3 = 貶抑個人；PsyC4 = 收回關愛；FNE = 擔心負向評價；NEW = 一般情境焦慮；GEN = 陌生情境焦慮。

表 4 自我分化五向度的中介效果分析結果摘要

中介變項	男性資料 (N = 364)					女性資料 (N = 591)				
	Estimate	SE	Sobel's Z	p-value	95% CI	Estimate	SE	Sobel's Z	p-value	95% CI
情緒化反應	.09	.02	3.88	.001	[.05, .15]	.04	.01	3.47	.001	[.02, .07]
我立場	.01	.01	1.10	.273	[-.00, .04]	.04	.01	3.16	.002	[.02, .06]
情緒截斷	-.01	.01	1.09	.277	[-.04, .00]	.01	.01	1.29	.196	[.00, .02]
與家人融合	.00	.01	0.03	.728	[-.03, .02]	.00	.00	0.25	.807	[-.00, .01]
與他人融合	.10	.03	3.38	.001	[.05, .17]	.16	.03	6.05	.001	[.11, .22]

註：粗體數值代表以自助法取向進行分析得到的 95% 信賴區間 (CI) 達顯著水準。

## 討論

本研究結果發現，成年初顯期個體知覺父母使用心理控制管教的程度與社交焦慮有正向關聯，且父母心理控制會透過影響個體自我分化的程度，進而影響其社交焦慮程度，而不同層面的自我分化向度則分別具有不同的中介效果。整體而言，父母心理控制降低了成年初顯期個體自我分化，使個體在社交互動中較易有焦慮的感受；同時，在不同向度的自我分化中介途徑中發現有性別上的差異，以下分別進行討論。

### （一）父母心理控制對社交焦慮的影響

本研究發現，父母心理控制不論對男性或女性成年初顯期個體而言，都有正向顯著的預測力。父母心理控制管教方式可能使孩子缺乏表達與經驗情緒的控制感，而提高子女社交焦慮的風險。Muris (2006) 亦指出，負向的教養方式（如，拒絕、控制、缺乏溫暖等）與個體形成不適應的基模（如，扭曲的思考模式）有顯著的正向關聯；過度涉入（如，侵入性、親子界線融合）與拒絕（如，忽略子女的需求）的管教手段，將導致個體發展上的延遲與社交上的不適應（Anderson & Sabatelli, 1990）。此外，有研究邀請社交焦慮者回顧過往與家長互動的經驗，發現高社交焦慮程度者傾向知覺其父母常使用羞辱子女的方式進行管教（Arrindell et al., 1983）。是以，父母心理控制管教方式可能增加個體社交焦慮的風險，讓個體在人際互動時易產生焦慮的感受；而高度的社交焦慮感受可能會對成年初顯期個體的發展任務——與他人建立正向關係——帶來負面影響，即在社交情境中因過度在意他人對自己的評價或過度焦慮而無法順利地拓展人際網絡，甚至可能造成孤獨疏離的發展狀態。未來研究可進一步探討父母心理控制對成年初顯期個體而言，在人際互動脈絡中，除了社交焦慮之外，其他面向的不適應性感受（如，孤寂感、情緒疏離）。

### （二）父母心理控制對自我分化的影響

不同於過去研究多將自我分化以整體性的構念進行探討，本研究乃針對自我分化之五個分向度進行更細緻的分析，以期能更具體地檢視父母心理控制對個體自我分化不同層面的獨特影響。從研究結果可知，不論是對男性或女性而言，成年初顯期個體所知覺之父母心理控制，皆與個體自我分化之「情緒化反應」及「與他人融合」有正向關聯；此結果可能分別反映出父母心理控制之「操控性」（manipulative）及「牽絆性」（enmeshing）的特徵。父母心理控制藉由操控孩子的情緒層面，如：父母以撤回關愛、促發孩子的罪惡感、反駁孩子的個人感受、以及表現出捉摸不定的情緒反應等手段來操控孩子的行為（Barber, 1996），這可能讓孩子對於自己以及父母的情緒狀態感到不確定，同時也可能有損孩子對情緒的掌握程度，使其情緒起伏不穩定，容易被情緒左右而無法理性思考；因而反映在對個體自我分化「情緒化反應」的影響上。

另一方面，父母心理控制之牽絆性的特性，可能反映在個體「與他人融合」的面向上。牽絆性是指父母在心理上控制孩子行為，侵擾了孩子自我指導的能力與自我感（Barber, 1996），亦讓家庭成員之間缺乏心理界線（Barber & Buehler, 1996），這不僅助長了孩子和父母之間的依賴關係，同時也抑制了子女個體化的過程（Soenens et al., 2006）。是以，心理控制的管教方式可能使子女傾向將自我的價值建立在得到他人的認可及贊同上，而難以區分自己與他人之間的感受與思考，因此顯示出較高程度之「與他人融合」傾向。

此外，從本研究發現可見，父母心理控制對於個體自我分化之「我立場」的影響，只顯現於女性成年初顯期個體。研究者推測，此結果或許與華人文化之性別角色社會化歷程有關。父母的管教方式對子女性別角色態度有重要的影響，在華人家庭中，女兒通常被期待要乖巧且順從，而兒子則被期待要獨立有主見（李美枝、鐘秋玉，1996）。因此，不同性別的子女可能會因為重要他人對其性別角色期待的不同，接收到來自父母的回應也有所差異。例如，當女兒試著脫離父母控制的牽制時，可能被家長視為叛逆的展現，可能又因這樣的行為有違對其乖巧順從的期待，而增加對女兒的控制管教；但當兒子欲嘗試擺脫父母控制的束縛時，可能被家人視為獨立且有主見的表現。故相對於男性，父母心理控制可能更形牽制了女性發展自己的立場與原則。Mandara 與 Pikes (2008) 的研

究也有類似的發現，即使男性與女性所知覺之父母心理控制管教在程度上沒有差異，但這樣的管教方式卻僅對於女性之自我控制感和權能感降低的程度有正向預測。簡言之，父母心理控制可能相對不利於女性在「我立場」自我分化的發展。

在自我分化的「情緒截斷」向度中，研究結果顯示父母心理控制的影響僅對於男性有顯著效果，即男性知覺到越高程度的父母心理控制，傾向有越高程度的情緒截斷。情緒截斷的內涵即為個體為了拒絕過度融合，擔心自己在關係中失去自主性而選擇逃避關係，並與他人維持距離以降低焦慮的狀態。過去相關研究同樣指出青少年女性呈現較高的情緒化反應，而青少年男性則呈現較多情緒截斷反應（Peleg-Popko, 2004; Skowron & Friedlander, 1998）。薛鈞芳（2007）以大學生為研究對象，研究結果亦發現當男性面對因父母引起的負向感受時，呈現出情緒截斷、不理睬的反應顯著高於女性。這樣的結果可能與社會期望與男性被教導處理情緒的方式有關，即雖然男性及女性皆感受到父母心理控制帶來的負向感受；但男性在成長過程中同時被鼓勵要獨立並且需控制自己的情緒（Peleg-Popko, 2004），如俗諺：男兒有淚不輕彈；故當面對負面情緒時，男性傾向切斷與他人的連結，也同時讓自己避免去經驗負向感受。但仍有待未來研究持續探究父母心理控制對不同性別子女之情緒截斷程度產生的作用與內涵。

而在自我分化的「與家人融合」層面，令人意外的發現是，「與家人融合」分向度僅與自我分化量表之「情緒化反應」、「與他人融合」分向度有正向顯著關聯，卻與「我立場」及「情緒截斷」分量表無顯著關聯。過去同樣以中文版自我分化量表探討華人地區成年人的研究也得到類似的結果，例如：在 Lam 與 Chan-So（2015）及潘則云（2017）的研究中也發現，「與家人融合」與「我立場」分向度之間並無顯著關聯。此外，本研究發現，不論對男性或女性而言，「與家人融合」與「父母心理控制」皆無顯著的關聯；亦即，父母心理控制對於成年初顯期個體「與家人融合」的程度並沒有顯著影響。研究者推測可能原因，父母心理控制是一種操控或破壞親子關係的管教手段，換言之，在這樣極端的管教方式下，對某些子女來說，可能因為父母心理控制的「操控性」而變得順從、犧牲自我需求以獲取親子關係的維繫，此即本研究中「與家人融合」的內涵。但另一方面，父母心理控制侵入性的特徵，可能引發正在開展自主性之成年初顯期子女強烈的反彈，使子女為了維護自主性而抗議父母的管教方式，故無法預測「與家人融合」的程度。此兩極結果與 Horney（1937）提出的「基本焦慮論」或許可相互呼應，個體在面對焦慮時可能呈現如前者「親近他人」（moving toward people）的反應，藉由投注更多的情感來保護自己；後者則相似於「與人對立」（moving against people）的反應，即藉由攻擊和敵意來保護自己。在此兩種現象皆可能存在的狀態下，或許調和了父母心理控制對「與家人融合」的影響力，使父母心理控制對「與家人融合」的預測力未達顯著。

另外，若從文化層面思考，「與家人融合」向度的內涵為子女滿足父母期待的程度，此研究結果可能反映了華人文化重視孝道的特質。有些學者認為，在重視和諧的集體主義社會中，子女知覺父母心理控制的負面影響可能相對較小，且子女遵從父母心理控制管教的要求，甚至可能被視為對家庭忠誠的表現（Soenens et al., 2012）；這也呈現出心理控制式的管教在華人文化中，可能被子女視為父母對自己展現關愛的一種方式，而子女同時也期許自己能符合父母的期待，扮演好身為子女的角色職責。此外，國內學者 Chang（2018）以臺灣大學生為樣本的研究發現，自我分化的五個向度中，僅有「與家人融合」分向度與國內大學生共依附特質傾向無顯著的關聯性，並推測與家庭融合的狀態可能反映華人孝道的文化，而非不健康的共依附特質。考量過去研究甚少針對自我分化的各向度進行檢視，且西方國家針對自我分化的研究中也較少探討「與家人融合」向度，故目前尚缺乏相關研究結果可與本研究發現進行對照，實需未來研究持續進行華人社會的相關探討。

### （三）自我分化對社交焦慮之影響

本研究結果發現，無論男性或女性，「情緒化反應」以及「與他人融合」層面之自我分化皆正向顯著預測個體社交焦慮的程度，而「我立場」則負向顯著預測社交焦慮的程度。在自我分化的向度中，「情緒化反應」、「與他人融合」以及「我立場」特別與成年初顯期個體之社交焦慮有關，且越高程度的「情緒化反應」、「與他人融合」，以及越低程度的「我立場」，將使個體越傾向在人際情境中感到焦慮。Kerr 與 Bowen（1988）指出，「情緒化反應」傾向越高的個體，越易受到環

境（如，他人的情緒感受、他人的評價等）的刺激，而難以保持自身情緒的平靜穩定，也越容易因為害怕被拋棄或不被認同而感到焦慮。而「與他人融合」程度較高的個體，則傾向在關係中過度關注他人，有著較差的人際界線以及較多的犧牲行為，因而容易在人際關係中需確保自己能符合他人的期待和要求，所以伴隨著焦慮感受。至於「我立場」程度較低的個體，因為較缺乏個人的原則與信念，使得自身的想法與行為容易受到人際關係或人際壓力而動搖（Bowen, 1978），故在人際關係中容易會因為缺乏主見而感到焦慮。

而「情緒截斷」層面的自我分化，只對女性的社交焦慮程度具有正向顯著預測，顯示女性的「情緒截斷」程度越高，其社交焦慮的程度相對就越高。研究者推測，這或許反映出對於親近關係的互動方式與期待上的性別差異。Gilligan（1982）指出，女性在友誼互動中傾向親密、自我揭露以及情感的投入。「情緒截斷」程度較高的女性，或許因為對這樣親密的情感交流方式感到不自在，而可能較無法使用周遭好友所期待的方式進行人際互動，故對這樣的交往形式感到壓力與焦慮。然而，雖然本研究發現「情緒截斷」在女性樣本中對社交焦慮具有顯著預測力，但預測力並不高（ $\beta = .08$ ,  $p < .05$ ），仍需未來研究再進一步確認此性別差異效果。

「與家人融合」與「社交焦慮」之關聯，在女性資料呈微弱正相關、在男性資料則無顯著關聯，但「與家人融合」對於「社交焦慮」的預測，僅在男性樣本中出現顯著效果，且兩者之間乃呈負向的關聯性；這些關聯結果之性別差異相當有趣但不易理解。研究者認為或許可由孝道的角度思考「與家人融合」的內涵，根據 Yeh（2003）所提出的雙元孝道，「相互性」孝道反映子女在乎父母對自己的期待並欲報達父母的恩惠，而「權威性」孝道則強調親子之間的權威地位與順從，相對地壓抑個體的自主性與需求。葉光輝（1997）的研究結果發現男性傾向使用「相互性」孝道運作模式的程度大於女性。研究者推測，男性之自我分化中的「與家人融合」內涵可能相對反映出「相互性」孝道傾向；而女性之自我分化中的「與家人融合」內涵或許相對反映出「權威性」孝道傾向，與女性被期待順從、減少自主性的期待有關。此外，Yeh 與 Bedford（2003）的研究發現，孝道與個體的人際能力有關——傾向「相互性」孝道的子女較可能發展出有益於人際適應的技能，且相互性孝道與觀點取替、同理心能力有正向顯著關聯；但是「權威性」孝道與觀點取替能力呈現負相關、與同理心無顯著關聯。研究者推測，傾向「相互性」運作模式之個體，應較能合理地推測他人對自己的看法，而較不會在社交互動時感到過度焦慮及擔心他人對自己的評價。未來仍須進一步探索不同孝道運作模式之間是否存在性別差異，且是否會因而影響個體於社交情境中的焦慮程度。

#### （四）中介效果之討論

本研究結果顯示，在父母心理控制透過自我分化而影響個體社交焦慮的途徑中，主要是經由自我分化當中之「情緒化反應」及「與他人融合」兩個機制。首先，在「情緒化反應」的中介途徑中，反映出父母心理控制操控孩子情緒的特徵，這可能特別不利於孩子情緒能力的發展，使個體無法區分情感與理智歷程。如同 Kerr 與 Bowen（1988）所言，自我分化較低者大多生活在以感覺為主的世界中，進行人生決定的依據來自於怎麼做的感覺比較好，生命的能量灌注在追求愛與被愛，在發展關係時傾向複製原生家庭未解決的依附情感，且當人際關係中出現危害關係平衡的事件時，就會產生不舒適感和焦慮（Bowen, 1978）。

此外，在「與他人融合」的中介途徑中，則反映出心理控制的管教方式，可能與孩子容易形成負向的自我表徵與內在運作模式（internal working model）有關。亦即，親子互動的方式形塑了孩子對「關係」的基模，父母若時常採取撤回關愛或引發罪惡感等管教手段，孩子可能會認為父母對自己的愛是有條件的——若是自己表現得不夠好、父母可能就不再愛自己，若長期受到心理控制的管教方式，可能讓孩子內化了被父母拒絕的經驗，當個體將此經驗遷移至其他人際關係時，可能會傾向認為人際關係是不安全的，並過度擔憂他人對自己的評價，想要努力確保自己能夠符合他人的期待，因而容易對社交互動出現焦慮的感受。王櫻芬（2020）的追蹤調查研究即發現，青少年與父母的依附焦慮，能正向預測未來與同儕的依附焦慮。

在五個自我分化的向度中，除了上述二個中介途徑之外，本研究發現另有「我立場」的中介途徑僅出現於女性樣本中；亦即，針對成年初顯期個體而言，父母心理控制又特別會透過降低「我立場」的自我分化，而增加了女性的社交焦慮程度。女性不像男性那麼強調獨立的特質，且相對又更

重視關係的連結，雖然大學階段的女性一樣會想離開父母的管束、追求獨立，但同時也渴望父母的關愛，這讓女性相較男性而言，在個體化的過程中可能會有更多的焦慮與罪惡感（蔡秀玲、吳麗娟，1998）。是以，父母心理控制很可能特別束縛著女性的個體化歷程，且女性可能因為較不敢反抗父母的權威，在面對壓力時較難堅持自己的立場，故在社交互動中有較多不適應性的焦慮情緒。

### （五）結語

成年初顯期正是個體處於向外探索並發展自主性的時期，父母心理控制的管教方式可能使子女的想法與感受過於受到父母的牽絆，而難以順利地從緊密且融合的家庭系統分化出來，這可能使得成年初顯期個體在面對人際關係時，較缺乏拿捏人我界限的能力、不確定自己的信念與立場、過於追求他人的認可與滿足他人的期待，而在社交互動中為了避免被批評、以及擔心受到負向評價而感到焦慮；張映芬（2020）亦指出，若父母欲降低孩子不適應性狀態，應減少心理控制的管教方式。由本研究結果可具體得知，父母心理控制會透過影響成年初顯期個體之自我分化的程度，進而影響其社交焦慮的程度，且主要是透過自我分化中「情緒化反應」以及「與他人融合」的機制，進而增加個體在人際互動時的社交焦慮；且對女性而言，除了上述兩種中介途徑之外，父母心理控制還會透過降低女性的「我立場」，進而增加社交焦慮的感受。

過往研究大多以一個整體的分數代表受試者的自我分化程度，而本研究試圖分別以自我分化各個向度進行探討，並同時考量不同性別之間可能存在的差異，以更細緻地檢視，針對男性與女性，父母心理控制如何透過不同的自我分化途徑進而影響其社交焦慮情形。本研究結果發現，自我分化之「情緒化反應」及「與他人融合」對於男性與女性皆有顯著的中介效果，「我立場」的中介效果只顯著存在於女性樣本中，而「情緒截斷」和「與家人融合」的中介效果則是在男性與女性樣本中皆未達到顯著的水準；顯示本研究以自我分化分向度及性別的角度，進行父母心理控制與社交焦慮關聯之探討，確實有其重要性。

本研究結果也突顯出，在華人社會中探討自我分化時，確實有必要從「與他人融合」中，再另外區分出「與家人融合」的向度。從本研究的結果可以看到，將「與家人融合」及「與他人融合」兩向度分開後，在男性與女性的資料中，「與他人融合」不論是與社交焦慮的關係，還是在結構方程模型的分析當中皆具有顯著正向關聯，顯示個體若過度需要從他人身上得到認同，會與個體於社會互動感到焦慮的程度呈正相關；但是「與家人融合」與社交焦慮的關係就相對較為複雜且不穩定。再加上華人社會對於孝道的尊崇與集體主義傾向的文化價值觀，普遍影響了社會成員對於家庭角色的重視、父母管控子女的正當性、以及子女順應父母期待的責任感，使得「與家人融合」所意涵之親子間的牽絆與糾結，所反映之適應性結果很可能和「與他人融合」有很大的不同。未來研究可再深入探討，自我分化之「與家人融合」向度在臺灣本土社會之意涵，一方面加以澄清「與家人融合」在個體自我分化之適應性或非適應性功能，另一方面也能驗證自我分化理論之跨文化適用性，或者更進一步建構出適用於華人文化下說明個體與家庭分合過程的理論觀點。

基於本研究的發現，可得知父母心理控制主要會透過影響個體的「情緒化反應」以及「與他人融合」途徑，進而增加個體於人際互動時的焦慮感受。是以，輔導與教育工作者可藉由降低當事人的情緒化反應（如，教導當事人情緒覺察的方法、情緒調節的策略），或者，協助當事人減少其過度依賴他人認可的傾向（如，進行自我肯定訓練、增加當事人的自信），將有助於降低當事人於社交情境中的焦慮感受。此外，輔導及教育工作者亦可多加鼓勵女性肯定其自我定位，協助女性接受及堅守自己的信念與原則，相信自己不會在關係中失去自我，亦將有助於減低女性因心理控制影響其社交焦慮的程度。

本研究的樣本並非以分層隨機抽樣的方式取得，故在樣本代表性與結果推論性上有所限制。再者，為能盡量涵蓋多元的樣本來源（如，非在學者、來自臺灣各地的成年初顯期對象），本研究採用網路問卷的形式進行資料蒐集，雖然網路問卷具有不受限於時空的便利性，但相對較難以掌握受試者填答問卷的情境與時間。又，雖然本研究已從多種網路平台進行研究參與者的招募，但仍可能無法全面性地觸及可能參與研究的樣本，同時也可能排除了對於填答網路問卷有所顧慮的樣本，此亦為本研究的限制。另外，本研究所使用的評量工具皆為自陳式量表，可能會因為填答者內省的正確性及社會期許的因素而影響測量結果，未來研究可嘗試收集不同來源的資料，如：除了由子女填

答其所知覺之父母心理控制程度之外，亦同時由父母填答心理控制量表。也可以同時瞭解父母本身的自我分化程度，如，父母自我分化程度可能會正向影響青少年子女之自我分化程度、進而正向影響青少年子女之身心健康（歐陽儀、吳麗娟，2012）。此外，可搭配質性訪談的方式，以了解個體知覺父母心理控制的內涵與影響層面，以及如何影響自己的人際關係與情緒感受。除此之外，本研究使用的自我分化量表中，部分分量表的內部相關性不甚理想，例如：「與家人融合」和「我立場」之間、「我立場」及「情緒截斷」之間皆沒有顯著相關，雖然過去研究也發現類似情況（如，廖莉苙，2014；潘則云，2017；Chang, 2018; Lam & Chan-So, 2015），但這也反映出「自我分化量表」的信、效度還有改善的空間，未來仍須針對此量表有更多研究以探討其中蘊含的向度與內涵。

## 參考文獻

- 王櫻芬（2020）：〈依附、憂鬱和積極因應對青少年學校生活困擾之影響性研究〉。《教育心理學報》，52（1），191–217。[Wang, Y.-F. (2020). Impacts of attachment, depression, and active coping on adolescent school life disturbance. *Bulletin of Educational Psychology*, 52(1), 191–217.] [https://doi.org/10.6251/BEP.202009\\_52\(1\).0008](https://doi.org/10.6251/BEP.202009_52(1).0008)
- 吳宜蓁（2015）：《子女知覺父母心理控制行為及其對子女的影響—以大學生與研究生為例》（未出版碩士論文），國立臺北教育大學。[Wu, I.-C. (2015). *Parental psychological control behavior perceived by children, and the influences on children—for college and graduate students* (Unpublished master's thesis). National Taipei University of Education.]
- 吳煜輝（2010）：〈大學生自我分化現狀及其與心理健康的關係〉。《醫學與社會》，23（12），90–92。[Wu, Y.-H. (2010). Self-differentiation status for college students and the relationship with mental health. *Medicine and Society*, 23(12), 90–92.]
- 李美枝、鐘秋玉（1996）：〈性別與性別角色析論〉。《本土心理學研究》，6，260–299。[Lee, M.-C., & Chung, C.-Y. (1996). Gender and gender role analysis. *Indigenous Psychological Research in Chinese Societies*, 6, 260–299.] <https://doi.org/10.6254/1996.6.260>
- 張可微（2017）：《心理劇團體對在學青年自我分化之效果研究》（未出版碩士論文），國立屏東大學。[Chang, K.-W. (2017). *The effectiveness of psychodrama group on college and master students self-differentiation* (Unpublished master's thesis). National Pingtung University.]
- 張映芬（2020）：〈父母心理支持／控制與國中生心理需求、動機涉入關係之分析〉。《當代教育研究季刊》，28（4），61–95。[Chang, Y.-F. (2020). The relationships among parental psychological support/control, psychological needs, and motivational engagement in junior high school students. *Contemporary Educational Research Quarterly*, 28(4), 61–95.] [https://doi.org/10.6151/CERQ.202012\\_28\(4\).0003](https://doi.org/10.6151/CERQ.202012_28(4).0003)
- 張婉珺（2020）：《候鳥家庭子女親職化、自我分化與情緒表達衝突之相關研究》（未出版碩士論文），國立臺中教育大學。[Chang, W.-C. (2020). *The relationships among parentification, self-differentiation, and ambivalence over emotional expressions for children of migratory families* (Unpublished master's thesis). National Taichung University of Education.]
- 程景琳（2014）：〈父母心理控制量表之編製研究〉。《測驗學刊》，61（2），239–258。[Cheng, C.-L. (2014). The development of parental psychological control questionnaire. *Psychological*

*Testing*, 61(2), 239–258.]

程景琳、陳虹仰（2015）：〈父親及母親心理控制行為與子女同儕受害的關聯：社交焦慮的中介影響〉。《教育心理學報》，46（3），357–375。[Cheng, C.-L., & Chen, H.-Y. (2015).

The influence of parental psychological control on adolescents' peer victimization: Mediating role of social anxiety. *Bulletin of Educational Psychology*, 46(3), 357–375.] <https://doi.org/10.6251/BEP.20140612>

葉光輝（1997）：《台灣民眾之孝道觀念的變遷情形。九〇年代的台灣社會：社會變遷基本調查研究系列二（下）》。中央研究院社會學研究所籌備處。[Yeh, K.-H. (1997). Changes in the concept of filial piety among the people in Taiwan. In L.-Y. Chang, Y.-H. Lu, & C.-H. Wang (Eds.), *Taiwanese society in 1990s: Taiwan social change survey symposium II (part 2)* (pp. 171–214). Institute of Sociology, Academia Sinica.]

詹寓婷（2011）：《大學生自我分化、社會支持與生活適應之相關研究》（未出版碩士論文），國立臺灣師範大學。[Chan, Y.-T. (2011). *A correlational study on self-differentiation, social support, and life adjustment of the college students* (Unpublished master's thesis). National Taiwan Normal University.]

廖莉苙（2014）：《大學生自我分化、衝突因應方式與愛情關係滿意度之相關研究》（未出版碩士論文），國立臺中教育大學。[Liao, L.-W. (2014). *The relationships among self-differentiation, conflict-coping styles, and love relationship satisfaction of college students* (Unpublished master's thesis). National Taichung University of Education.]

蔡秀玲、吳麗娟（1998）：〈不同性別大學生的依附關係、個體化與適應之關係〉。《教育心理學報》，30（1），73–90。[Tsai, H.-L., & Wu, L.-C. (1998). Attachment, individuation and college students' adjustment. *Bulletin of Educational Psychology*, 30(1), 73–90.] <https://doi.org/10.6251/BEP>

潘則云（2017）：《靈性與身心健康之關係—寬恕與自我分化的中介角色》（未出版碩士論文），國立屏東大學。[Pan, Z.-U. (2017). *Spirituality and mental health: The mediation role of differentiation of self and forgiveness* (Unpublished master's thesis). National Pingtung University.]

劉紀谷（2007）：《大學生自我分化與社交焦慮之相關研究》（未出版碩士論文），國立政治大學。[Liu, C.-K. (2007). *The correlation between self-differentiation and social anxiety of college students* (Unpublished master's thesis). National Chengchi University.]

歐陽儀、吳麗娟（2012）：〈父母自我分化對青少年子女身心健康影響模式探討〉。《教育心理學報》，43（3），567–589。[Oyang, Y., & Wu, L.-C. (2012). An exploration on the causal model between parent's self-differentiation and adolescent's general health. *Bulletin of Educational Psychology*, 43(3), 567–589.] <https://doi.org/10.6251/BEP.20101124>

薛鈞芳（2007）：《大學生自我分化、愛情態度與其愛情關係中衝突因應方式之關係研究》（未出版碩士論文），國立臺灣師範大學。[Hsueh, C.-F. (2007). *A study on the relationships among college students' self-differentiation, love-attitudes, and conflict-coping styles in love relationship* (Unpublished master's thesis). National Taiwan Normal University.]



- 簡瑜真 (2020) : 《學齡前母親自我分化與教養態度之相關研究》 (未出版碩士論文) · 國立臺中教育大學。 [Chien, Y.-C. (2020). *The relationships between mother's self-differentiation and childrearing attitude* (Unpublished master's thesis). National Taichung University of Education.]
- Anderson, S. A., & Sabatelli, R. M. (1990). Differentiating differentiation and individuation: Conceptual and operation challenges. *American Journal of Family Therapy*, 18(1), 32–50. <https://doi.org/10.1080/01926189008250790>
- Aquilino, W. S. (2006). Family relationships and support systems in emerging adulthood. In J. J. Arnett & J. L. Tanner (Eds.), *Emerging adults in America: Coming of age in the 21st century* (pp. 193–217). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/11381-008>
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Arnett, J. J. (2015). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties* (2nd ed.). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199795574.013.9>
- Arrindell, W. A., Emmelkamp, P. M., Monsma, A., & Brilman, E. (1983). The role of perceived parental rearing practices in the aetiology of phobic disorders: A controlled study. *The British Journal of Psychiatry*, 143(2), 183–187. <https://doi.org/10.1192/bjp.143.2.183>
- Barber, B. K. (1996). Parental psychological control: Revisiting a neglected construct. *Child Development*, 67(6), 3296–3319. <https://doi.org/10.2307/1131780>
- Barber, B. K., & Buehler, C. (1996). Family cohesion and enmeshment: Different constructs, different effects. *Journal of Marriage and the Family*, 58(2), 433–441. <https://doi.org/10.2307/353507>
- Barber, B. K., & Harmon, E. L. (2002). Violating the self: Parental psychological control of children and adolescents. In B. K. Barber (Ed.), *Intrusive parenting: How psychological control affects children and adolescents* (pp. 15–52). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10422-002>
- Barber, B. K., Xia, M., Olsen, J. A., McNeely, C. A., & Bose, K. (2012). Feeling disrespected by parents: Refining the measurement and understanding of psychological control. *Journal of Adolescence*, 35(2), 273–287. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2011.10.010>
- Baumrind, D. (1991). Effective parenting during the early adolescent transition. In P. A. Cowan & E. M. Hetherington (Eds.), *Family transitions* (pp. 123–176). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Bentler, P. M. (1990). Comparative fit indexes in structural models. *Psychological Bulletin*, 107(2), 238–246. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.107.2.238>
- Bishmi, P. D. (2017). A comparative study on level and direction of aggression in high and low rejection sensitive adolescents. *Indian Journal of Health & Wellbeing*, 8(7), 729–733. <https://doi.org/10.1111/josh.12572>
- Bomar, J. A., & Sabatelli, R. M. (1996). Family system dynamics, gender, and psychosocial maturity in late adolescence. *Journal of Adolescent Research*, 11(4), 421–439. <https://doi.org/10.1177/0743554896114003>

- Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. Jason Aronson.
- Bowlby, J. (1969). Attachment and loss. Methods and measures: The network of relationships inventory. *International Journal of Behavioral Development*, 33(5), 470–478. <https://doi.org/10.1177/0165025409342634>
- Chang, S.-H. (2018). Testing a model of codependency for college students in Taiwan based on Bowen's concept of differentiation. *International Journal of Psychology*, 53(2), 107–116. <https://doi.org/10.1002/ijop.12271>
- Downey, G., Khouri, H., & Feldman, S. (1997). Early interpersonal trauma and later adjustment: The mediational role of rejection sensitivity. In D. Cicchetti & S. L. Toth (Eds.), *Developmental perspectives on trauma: Theory, research, and intervention. Rochester symposium on developmental psychology* (Vol. 8, pp. 85–114). University of Rochester Press. <https://doi.org/10.1017/S1537592716002127>
- Drake, J. R., Murdock, N. L., Marszalek, J. M., & Barber, C. E. (2015). Differentiation of Self Inventory–Short Form: Development and preliminary validation. *Contemporary Family Therapy*, 37(2), 101–112. <https://doi.org/10.1007/s10591-015-9329-7>
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. Norton. <https://doi.org/10.1002/bs.3830140209>
- Gilbert, R. M. (2004). *The eight concepts of Bowen theory: A new way of thinking about the individual and the group*. Leading Systems Press. <https://doi.org/10.1177/003463730510200314>
- Gilligan, C. (1982). New maps of development: New visions of maturity. *American Journal of Orthopsychiatry*, 52(2), 199–212. <https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.1982.tb02682.x>
- Goldscheider, F., & Goldscheider, C. (1999). *The changing transition to adulthood: Leaving and returning home*. SAGE Publications. <https://doi.org/10.4135/9781452234014.n1>
- Horney, K. (1937). *The neurotic personality of our time*. W. W. Norton & Company. <https://doi.org/10.1080/21674086.1937.11925336>
- Hudson, J. L., & Rapee, R. M. (2000). The origins of social phobia. *Behavior Modification*, 24(1), 102–129. <https://doi.org/10.1177/0145445500241006>
- Kerr, M., & Bowen, M. (1988). *Family evaluation*. W. W. Norton & Company. <https://doi.org/10.1002/ev.1486>
- Kline, P. (2000). *The handbook of psychological testing* (2nd ed.). Routledge. <https://doi.org/10.1177/073428299401200208>
- La Greca, A. M., & Lopez, N. (1998). Social anxiety among adolescents: Linkages with peer relations and friendships. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 26(2), 83–94. <https://doi.org/10.1023/A:1022684520514>
- Lam, C. M., & Chan-So, P. C. Y. (2015). Validation of the Chinese version of Differentiation of Self Inventory (C-DSI). *Journal of Marital and Family Therapy*, 41(1), 86–101. <https://doi.org/10.1111/jmft.12031>
- Loukas, A. (2009). Examining temporal associations between perceived maternal psychological control and

- early adolescent internalizing problems. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 37(8), 1113–1122. <https://doi.org/10.1007/s10802-009-9335-z>
- Loukas, A., Paulos, S. K., & Robinson, S. (2005). Early adolescent social and overt aggression: Examining the roles of social anxiety and maternal psychological control. *Journal of Youth and Adolescence*, 34(4), 335–345. <https://doi.org/10.1007/s10964-005-5757-2>
- Luyckx, K., Soenens, B., Vansteenkiste, M., Goossens, L., & Berzonsky, M. D. (2007). Parental psychological control and dimensions of identity formation in emerging adulthood. *Journal of Family Psychology*, 21(3), 546–550. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.21.3.546>
- Mandara, J., & Pikes, C. L. (2008). Guilt trips and love withdrawal: Does mothers' use of psychological control predict depressive symptoms among African American adolescents? *Family Relations*, 57(5), 602–612. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2008.00526.x>
- McDonald, R. P., & Ho, M. R. (2002). Principles and practice in reporting structural equation analysis. *Psychological Methods*, 7(1), 64–82. <https://doi.org/10.1037/1082-989X.7.1.64>
- Muris, P. (2006). The pathogenesis of childhood anxiety disorders: Considerations from a developmental psychopathology perspective. *International Journal of Behavioral Development*, 30(1), 5–11. <https://doi.org/10.1177/0165025406059967>
- Nanda, M. M., Kotchick, B. A., & Grover, R. L. (2012). Parental psychological control and childhood anxiety: The mediating role of perceived lack of control. *Journal of Child and Family Studies*, 21(4), 637–645. <https://doi.org/10.1007/s10826-011-9516-6>
- Nichols, M. P., & Schwartz, R. C. (1998). *Family therapy: Concepts and methods* (4th ed.). Allyn & Bacon.
- Patterson, G. R. (2002). The early development of coercive family process. In J. B. Reid, G. R. Patterson, & J. Snyder (Eds.), *Antisocial behavior in children and adolescents: A developmental analysis and model for intervention* (pp. 25–44). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10468-002>
- Peleg-Popko, O. (2004). Differentiation and test anxiety in adolescents. *Journal of Adolescence*, 27(6), 645–662. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2004.06.002>
- Peleg-Popko, O., & Dar, R. (2001). Marital quality, family patterns, and children's fears and social anxiety. *Contemporary Family Therapy*, 23(4), 465–487. <https://doi.org/10.1023/A:1013057129790>
- Rapee, R. M. (1997). Potential role of childrearing practices in the development of anxiety and depression. *Clinical Psychology Review*, 17(1), 47–67. [https://doi.org/10.1016/S0272-7358\(96\)00040-2](https://doi.org/10.1016/S0272-7358(96)00040-2)
- Richman, L., & Leary, M. R. (2009). Reactions to discrimination, stigmatization, ostracism, and other forms of interpersonal rejection: A multimotive model. *Psychological Review*, 116(2), 365–383. <https://doi.org/10.1037/a0015250>
- Rosenfield, S., Vertefuille, J., & McAlpine, D. D. (2000). Gender stratification and mental health: An exploration of dimensions of the self. *Social Psychology Quarterly*, 63(3), 208–223. <https://doi.org/10.2307/2695869>

- Rudolph, J., & Zimmer-Gembeck, M. J. (2014). Parent relationships and adolescents' depression and social anxiety: Indirect associations via emotional sensitivity to rejection threat. *Australian Journal of Psychology, 66*(2), 110–121. <https://doi.org/10.1111/ajpy.12042>
- Sandage, S. J., & Jankowski, P. J. (2010). Forgiveness, spiritual instability, mental health symptoms, and well-being: Mediator effects of differentiation of self. *Psychology of Religion and Spirituality, 2*(3), 168–180. <https://doi.org/10.1037/a0019124>
- Seibel, F. L., & Johnson, W. B. (2001). Parental control, trait anxiety, and satisfaction with life in college students. *Psychological Reports, 88*(2), 473–480. <https://doi.org/10.2466/pr0.2001.88.2.473>
- Siqueland, L., Kendall, P. C., & Steinberg, L. (1996). Anxiety in children: Perceived family environments and observed family interaction. *Journal of Clinical Child Psychology, 25*(2), 225–237. [https://doi.org/10.1207/s15374424jccp2502\\_12](https://doi.org/10.1207/s15374424jccp2502_12)
- Skinner, E., Johnson, S., & Snyder, T. (2005). Six dimensions of parenting: A motivational model. *Parenting: Science and Practice, 5*(2), 175–235. [https://doi.org/10.1207/s15327922par0502\\_3](https://doi.org/10.1207/s15327922par0502_3)
- Skowron, E. A., & Dendy, A. K. (2004). Differentiation of self and attachment in adulthood: Relational correlates of effortful control. *Contemporary Family Therapy, 26*(3), 337–357. <https://doi.org/10.1023/B:COFT.0000037919.63750.9>
- Skowron, E. A., & Friedlander, M. L. (1998). The differentiation of self inventory: Development and initial validation. *Journal of Counseling Psychology, 45*(3), 235–246. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.45.3.235>
- Skowron, E. A., & Schmitt, T. A. (2003). Assessing interpersonal fusion: Reliability and validity of a new DSI fusion with others subscale. *Journal of Marital and Family Therapy, 29*(2), 209–222. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2003.tb01201.x>
- Sloan, D., & van Dierendonck, D. (2016). Item selection and validation of a brief, 20-item version of the Differentiation of Self Inventory–Revised. *Personality and Individual Differences, 97*, 146–150. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.03.037>
- Soenens, B., Luyckx, K., Vansteenkiste, M., Luyten, P., Duriez, B., & Goossens, L. (2008). Maladaptive perfectionism as an intervening variable between psychological control and adolescent depressive symptoms: A three-wave longitudinal study. *Journal of Family Psychology, 22*(3), 465–474. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.22.3.465>
- Soenens, B., Park, S. Y., Vansteenkiste, M., & Mouratidis, A. (2012). Perceived parental psychological control and adolescent depressive experiences: A cross-cultural study with Belgian and South-Korean adolescents. *Journal of Adolescence, 35*(2), 261–272. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2011.05.001>
- Soenens, B., Vansteenkiste, M., Duriez, B., & Goossens, L. (2006). In search of the sources of psychologically controlling parenting: The role of parental separation anxiety and parental maladaptive perfectionism. *Journal of Research on Adolescence, 16*(4), 539–559. <https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2006.00507.x>

- Van Zalk, N., & Kerr, M. (2011). Shy adolescents' perceptions of parents' psychological control and emotional warmth: Examining bidirectional links. *Merrill-Palmer Quarterly*, 57(4), 375–401. <https://doi.org/10.1353/mpq.2011.0021>
- Yeh, K. H. (2003). The beneficial and harmful effects of filial piety: An integrative analysis. In K. S. Yang, K. K. Hwang, P. B. Pederson, & I. Daibo (Eds.), *Asian social psychology: Conceptual and empirical contributions* (pp. 67–82). Praeger.
- Yeh, K. H., & Bedford, O. (2003). A test of the dual filial piety model. *Asian Journal of Social Psychology*, 6(3), 215–228. <https://doi.org/10.1046/j.1467-839X.2003.00122.x>

收稿日期：2020年07月26日

一稿修訂日期：2020年12月13日

二稿修訂日期：2021年02月03日

三稿修訂日期：2021年03月12日

接受刊登日期：2021年03月15日

### 附錄 本研究採用自我分化量表的 19 個題項內容

分向度	題項內容
情緒化反應	別人曾批評我太情緒化。
	我希望我不是那麼情緒化。
	有時我會被情緒籠罩著而有困難清晰地思考。
	有時我感到我的情緒起伏像坐過山車。
我立場	無論發生什麼事，我知道我永不會失去自我。
	我通常不會為取悅別人而改變自己的行為。
	我相當接受自己。
	我在乎做到自己認為正確的事，多於得到別人的認同。
情緒截斷	無論別人怎麼說，我常會做我相信是正確的事。
	當別人與我太親近時，我傾向與他 / 她保持距離。
	當別人與我太親近時，我常感到不自在。
與家人融合	當其中的一段關係進展得非常密切，我感到有逃避傾向。
	我想達到父母對我的期望。
	我嘗試達到父母的期望。
與他人融合	我覺得在做決定前聽父母的意見是重要的。
	我感到有需要得到我生命中差不多每一個人的認同。
	我經常同意別人的意見以求取悅他們。
	我的自尊感其實建立於別人對我的想法。
	我經常疑惑我給別人的印象。

Bulletin of Educational Psychology, 2021, 53(2), 359–382  
National Taiwan Normal University, Taipei, Taiwan, R. O. C.

## Associations between Parental Psychological Control and Social Anxiety in Emerging Adulthood: The Mediating Role of Differentiation of Self

Chia-Mei Lian

Center of Student Counseling,  
Chihlee University of Technology

Chih-Wen Wu

Department of Human Development  
and Family Studies,  
National Taiwan Normal University

Ching-Ling Cheng

Department of Educational  
Psychology and Counseling,  
National Taiwan Normal University

The theory of parent-child interaction implies that through repeated and close parent-child interactions, children acquire social-behavioral orientations that extend into their interpersonal relationships (Patterson, 2002). Recently, the topic of parental psychological control has received much attention in Taiwan. Parental psychological control is defined as the presence of parenting behaviors that intrude on children's emotional and psychological autonomy (Barber, 1996) and are manipulative and intrusive to children's thoughts and feelings, such as withdrawing one's love or inducing guilt; such parenting can be predictive of numerous types of psychological maladaptation in children (Barber & Harmon, 2002). Research has indicated that psychologically controlling parental behavior may be linked to internalizing problems, such as higher levels of anxiety (Nanda et al., 2012; Seibel & Johnson, 2001) and lower levels of social consciousness (Baumrind, 1991), in children. Additionally, parental behavior of psychological control may enmesh children into the parents' psychological worlds, may encourage dependency in children, and may inhibit individuation by infantilizing children (Barber & Harmon, 2002).

Emerging adulthood is a developmental stage when young people are experimenting with various approaches to living and gradually moving toward making decisions with long-lasting implications (Arnett, 2000). Self-differentiation is a crucial developmental task in emerging adulthood. According to Erikson's (1968) psychosocial developmental theory, emerging adults must simultaneously cope with the challenges of constructing stable self-identities and developing intimate relationships with others. Parental psychological control that inhibits individual discovery and expression may be negatively linked to poor ego development and even social maladaptation (Barber & Harmon, 2002). Thus, investigators should investigate how parental psychological control interferes with the emerging adult's progress in establishing a stable identity and maintaining good interpersonal relations with others.

Therefore, this study aimed to examine the associations between parental psychological control and social anxiety and examine the mediating role of the differentiation of self during the stage of emerging adulthood. To further clarify the mediating mechanism of the differentiation of self, the mediating pathway of each dimension (i.e., emotional reactivity, I-position, emotional cutoff, fusion with family, and fusion with others) was examined separately in this study. Additionally, to account for gender effects, a stratified analysis by gender was conducted for whether parental psychological control differently affects social anxiety through the degree of self-differentiation in male versus female participants.

The participants of this study comprised 955 emerging adults (364 men and 591 women) aged 18–25 years (mean age: 21.41 years). The measurement instruments used in this study were as follows: the Chinese version of the Parental Psychological Control Questionnaire (Cheng, 2014), the Social Anxiety Scale for Adolescents (Cheng & Chen, 2015), and the Differentiation of Self Inventory (Lam & Chan-So, 2015). These scales were internally consistent with Cronbach's alpha coefficients  $>.70$ . The participants' age distribution and the degree of their reliance on resources from their family indicated

that they may be susceptible to indirect control by their parents. Therefore the variables of age, school attendance, financial dependence, and whether they lived with their parents were treated as control variables in this study. The study's used structural equation modeling with the bootstrapping approach to examine the mediation effects of the five dimensions of the differentiation of self.

The results demonstrated that parental psychological control positively predicted social anxiety in emerging adults. Differences were noted in the mediating effects of the five dimensions of the differentiation of self and the moderating role of gender. First, we revealed that the "emotional reactivity" and "fusion with others" aspects of self-differentiation had significant indirect effects and that these results did not significantly differ between male and female participants. Second, we found that the "I-position" aspect of self-differentiation had a significant indirect effect among female but not male participants. Lastly, we found that the "emotional cutoff" and "fusion with family" aspects of self-differentiation had no indirect effects in either male or female participants.

The findings of the present study indicate that parental psychological control, with its characteristics of manipulation and enmeshment, harms the development of emotional abilities in emerging adults by making it difficult for these individuals to distinguish between the emotional and intellectual processes. Individuals who perceive more psychological control from their parents tend to have lower degrees of differentiation of self and feel anxiety in interpersonal relationships because they tend to reproduce the unresolved attachment emotions of their original family (Bowen, 1978). In addition, according to the internal working model theory, individuals may internalize experiences of being rejected by their parents. If parents frequently induce guilt in or withdraw love from their children, children may perceive themselves to be loved only conditionally. When children transfer this experience to social relationships, they may worry about others' evaluations of them and attempt to ensure they meet the expectations of others. Such children are thus more likely to feel intense anxiety in social interactions. Furthermore, our findings indicate that women may be more likely than men to feel anxiety and guilt in the process of individualization in Chinese society (Tsai & Wu, 1998). Parental psychological control may thus restrict women from asserting their own principles and positions in interpersonal interactions, especially in high-pressure situations, and this may generate feelings of social anxiety that hinder their interpersonal relationships.

Based on these findings, we demonstrated that examining the mediating role played by self-differentiation, and further exploring its individual dimension can contribute to our understanding of the links between parental psychological control and social anxiety in emerging adults. Additionally, further clarification of gender-specific effects in these associations are warranted. Most research in Western societies has viewed the construct of "fusion with family" as embedded in "fusion with others." Our findings, however, revealed the necessity of distinguishing between the dimensions of "fusion with family" and "fusion with others" when self-differentiation is investigated in Chinese society. The cultural emphasis of filial piety and collectivist values privileges the role of "family" in Chinese society and thus indicates that the aspect of "fusion with family" could be very different from the aspect of "fusion with others." Future research to explore the indigenous nature of the "fusion with family" dimension of self-differentiation prevalent in Chinese communities is recommended.

A major limitation of this study was that all data were self-reported. Future research could collect data from diverse sources, such as collecting parental reports of psychological control in addition to child reports. Narrative research is also an alternative approach to examine how the effects of parental psychological control in emerging adults might generate and develop into unique narrative experiences in interpersonal relationships.

*Keywords:* parental psychological control, differentiation of self, emerging adulthood, social anxiety