

第五章 結論與建議

本章共分為兩節，以下針對結論與建議加以說明。

第一節 結論

本研究目的在發展「自學式親職性教育手冊」，並探討「自學式親職性教育手冊」介入對高中學生家長「親子溝通覺察度」、「親子溝通態度」（又分為「對子女兩性交往的態度」及「對子女異性交往的態度」）、「親子溝通自我效能」（又分為「對溝通內容的自我效能」及「對溝通技巧的自我效能」）、「親子溝通行為」及「親子溝通技巧」（又分為「正向溝通技巧」及「負向溝通技巧」）的影響，更進一步了解實驗組家長對此自學式手冊之評價與心得。

依據本研究目的與結果討論，歸納重要結論如下：

- 一、自學式親職性教育手冊介入後，能顯著改善實驗組高中學生家長之「親子溝通覺察度」、「對子女兩性交往的態度」、「對溝通內容的自我效能」、「對溝通技巧的自我效能」以及「負向溝通技巧」，至於「對子女異性交往的態度」、「親子溝通行為」以及「正向溝通技巧」的增進則不顯著。
- 二、比較實驗組及對照組後測的結果發現，自學式親職性教育手冊介入後，實驗組高中學生家長之「親子溝通覺察度」、「對子女兩性交往的態度」、「對溝通內容的自我效能」以及「對溝通技巧的自我效能」都明顯的優於對照組家長。
- 三、整體而言，81.9%的家長表示手冊有助於他們提高對溝通技巧的覺察度；高達100%的家長都認為手冊有助於他們建立更正向的親子溝通態度；有75.8%的家長則認為此手冊能使其更有自信於跟子女溝通兩性交往議題；更有高達93.9%的家長願意依照手冊教導的去做。

第二節 建議

根據研究結果及結論，以下就四部份分別提出建議：

一、行政方面的建議

(一) 以高一上學期作為介入的時間點

在介入後的質性訪談中，許多家長表示本手冊的介入時間若能提早到剛上高一的那個學期，應該會對家長更有幫助，且更容易推行。因為許多孩子確實是一上高中就開始交男女朋友的，到了高一下才教導家長跟孩子溝通這個議題，切入的時間似乎太晚了。

(二) 與學校現有的活動結合，減少額外的時間安排及人員聯繫

本研究之手冊說明會的舉辦與前測問卷發放時間，是配合實驗組及對照組學校之親師座談會日期所訂定。利用各高中學校原有之親師座談會時間來進行問卷施測與手冊內容講解，一來可提高家長出席的意願（家長來參加學校活動時可順便出席本研究舉辦之活動），二來可順勢請學校幫忙宣傳，可將對學校相關單位之打擾降到最低。

二、手冊內容方面的建議

(一) 增加檢視各種親子溝通技巧的小測驗

有家長指出第一章對正負向溝通技巧的描述與示範，讓他們有當頭棒喝的感覺，心有戚戚焉。家長希望能藉一些檢測看到自己不當的溝通方式，以便在親子溝通中隨時提醒自己。建議在手冊內容的設計上，可增加檢視各種親子溝通技巧的小測驗，讓家長很快地抓住自己在親子溝通上的疏失，減少犯錯機會。

（二）針對各類親子關係提供適合使用的溝通原則

有家長反應手冊並未呈現所有親子溝通可能遇到的狀況，僅針對少數幾種狀況做詳細的描述，反倒限制了手冊內容的推廣性。建議未來在手冊人物的對話上，不用特別描寫詳細的談話內容，將重點放在各類親子關係所適用的「溝通原則」，讓家長在了解原則後自由發揮，在應用上或許會更有幫助。

（三）提供符合現實生活情境的親子談性時機與切入方式

有家長反應，手冊裡提供的「談情妙錦囊」單元並非所有的孩子都願意討論，有些孩子甚至一回家就關在房間裡打電腦，家長就算想跟他溝通有關兩性交往的議題，也不知該從何談起。建議手冊內容關於溝通時機與切入方式的部分可針對子女不同的類型來蒐集資料，以符合各類親子溝通情境，讓家長在使用時能更得心應手。

（四）提供可諮詢的單位、網址或聯絡電話

有家長表示親子溝通的狀況千百種，一些個別性的問題在手冊中可能找不到解決之道，建議在手冊末頁提供幾個讓家長能夠自力救濟的管道，不僅提高家長主動尋找相關資訊的能力，同時也讓家長有一對一向相關單位諮詢、學習技巧的機會，更發揮本手冊之功效。

三、親職性教育手冊推廣方面的建議

（一）與學生課程相結合

在高中階段，要家長主動與子女溝通此問題是有相當的困難的，很多子女就是不會想跟家長討論，若只有單方面的教導家長去跟子女溝通兩性交往議題，反而有可能會造成反效果。建議可與學生在學校的課程配合，設計親子共同完成的回家作業，讓孩子主動來找家長溝通此議題，或許成效更彰。

(二) 以手冊搭配工作坊的學習方式進行親子談「性」課程的教導

一個行為的產生需要有多次觀摩與練習的機會，本研究僅在一小時的手冊使用說明會中提供幾分鐘的影片示範，接著就讓家長們自行閱讀手冊裡的訊息以學習新技巧，這對家長而言並不容易。建議若能將學習方式改為手冊搭配工作坊，透過面對面的教導、示範、練習，應能有效提高家長對溝通技巧的熟悉度，以及靈活運用的程度。

四、未來研究方面的建議

(一) 加強自學式教材的監督機制

本研究僅以自填式問卷作為主要評量工具，無法深入了解每位家長的學習過程，實為可惜，建議未來的研究可設計一些多元化的評量方式，或增加電話叮嚀的次數以及親師座談會的場次，讓研究者在介入過程中就能掌握家長閱讀手冊的狀況，能隨時給予協助。

(二) 比較自學式手冊介入方式與手冊搭配工作坊之介入方式兩者間的成效差異

本研究基於行政因素考量，以自學式手冊作為主要教育介入方式，未進一步探討手冊搭配工作坊之介入方式的成效。建議未來的研究可設計兩組實驗組，分別以自學式手冊及手冊搭配工作坊來做介入，另有一對照組，藉此來進一步評價自學式手冊及工作坊之介入成效。

(三) 擴大研究樣本全面施測

本研究是以台北市某高中高一學生家長為研究對象群，實驗組前後測有效配對人數僅 33 人，略顯不足。建議未來的研究可擴大研究樣本以全面施測，藉此更能了解本自學式手冊介入計劃成效，擴大研究結果的推論範圍。