



系統取向家庭動力與家庭評估

蘇益志

華人伴侶與家族治療協會理事長
台灣青少年與家庭輔導協會創會理事長

社會工作師



- 「人們通常不認為自己有價值。」
- 我覺得，除非他們開始感到自己有價值，
- 否則不可能發生任何改變。
- 這時身為治療師的我，
- 就成了一個人接觸自己價值感的首要途徑。
- 我和家庭相遇，就從這裡開始。」
- (Virginia Satir語，吳就君譯)

何謂家庭

- 一群共享特定物理、心理空間的個體所組成(情感、忠誠、關係持久)
- 具有獨特性質的自然社會系統，
- 家庭具有規則、權力結構、內隱外隱的溝通，以解決各種問題、有效執行各種任務。
- 只能經由出生、收養、婚姻等管道進入。
- 功能良好的家庭：能維持自身系統的生存，又鼓勵實現個人潛力(在系統與個人的利益取向平衡)

家庭系統中的互動與結構層面

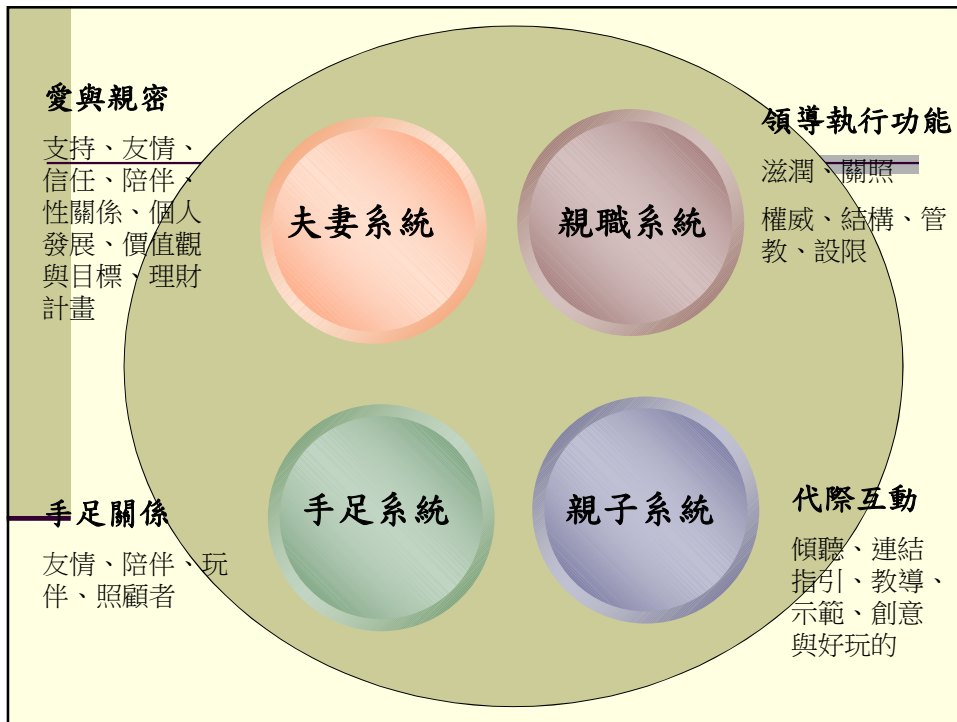
- 次系統
- 界線
- 層級
- 規則
- 角色
- 權力

家庭系統中的互動與結構層面

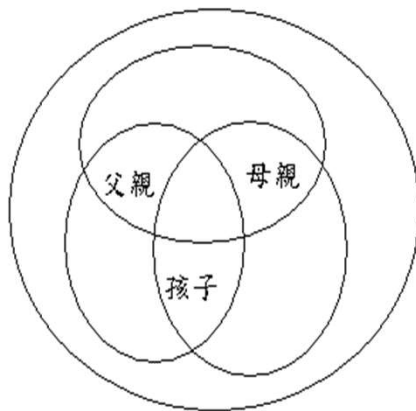
- 三角關係化
- 家庭目標
- 文化與迷思
- 行為控制
- 溝通
- 情感表達
- 決策過程

壹、家庭次系統

- 家庭系統分化與執行其功能方式的呈現
- 每個家庭系統因家人的性別、興趣、世代、功能之不同，而產生不同的次系統
 1. 夫妻系統
 2. 親職系統
 3. 親子系統
 4. 手足系統



次系統與共存性



輩份---父母親

性別
---母親與女兒
---父親與兒子

興趣---知識探究

功能---親職照顧者

貳、家庭界線

界線

- 一種次系統規則，決定何種情境、何人介入、何時及如何介入的內容
- 界線的滲透度為一連續體，從疏離(disengage)到糾葛(enmeshed)：

Disengaged

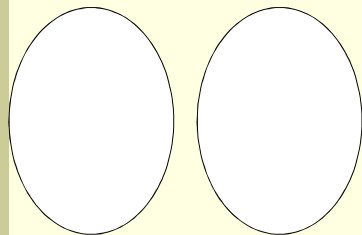
疏離

嚴謹、刻板

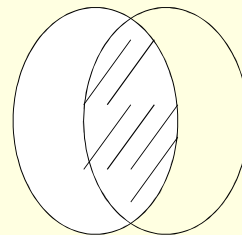
Enmeshed

糾葛

鬆散、混亂



界域可能是疏離，
甚至形同陌路



界域可能是重疊的，重疊
的內涵可能是親密，也可
能是干涉

界域重疊的內涵

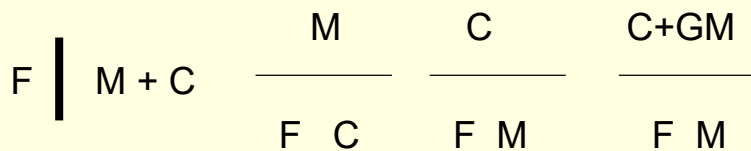
界線變化

- 疏離與糾葛夾雜
- 因應家庭生命不同階段而有不同的界線品質

參、家庭層級

層級

- 家人位階：
撫育、控制、聯盟與友伴



肆、家庭規則

家庭一套規範成員行為、關係與互動的準則

- 外顯的與隱藏的
- 功能的與失功能
- 防制違反家庭規則的機制
- 彈性或僵化
- 文化影響



1、外顯的家規

2、無形的家規

- ◆ 對於你看到和聽到的事，你能說什麼？
- ◆ 你能夠對誰說那些？
- ◆ 如果你對某人或某事表示不贊成，你將怎麼做？
- ◆ 當你對某些事不清楚時，你如何提出疑問？你會提出疑問嗎？





有些規則會透過語言或非語言的互動，
影響個人的人格

■ 這種家規有四類：

- (一) 屬於自我印象方面：例如女孩是沒有地位的；男孩沒有哭的權力。
- (二) 關於對外在環境的印象：例如婚姻是吵不完的架，出外靠朋友，所以不能得罪任何人等。
- (三) 關於人生態度方面：例如滾石不生苔、不要輕易改變等。
- (四) 關於如何成為「好」孩子方面：例如天下無不是的父母，孩子不要有太多感覺等。

伍、家庭角色

家庭成員在承擔家庭義務和享有家中權利方面所表現出的一定行為模式



伍、家庭角色

■ 角色界定

清楚？界定可否維繫此家人的人格發展？彈性否？

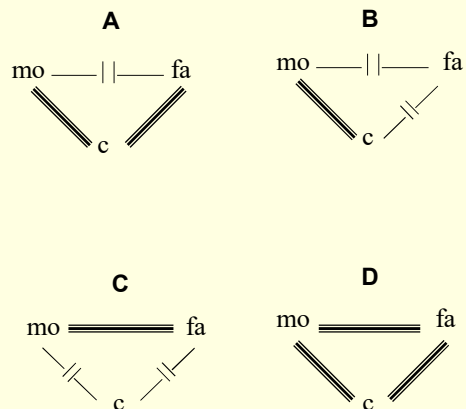
■ 角色分配

適當？合理？能滿足？

■ 角色監督

規範後是否真的執行？

各自被所在何種角色中？



陸、家庭權力結構

- 某一家人對其他家人造成行為改變的能力
- 來源含：
 1. 經濟
 2. 支持
 3. 社會連結
 4. 感情
 5. 渴慕



陸、家庭權力結構

權力掌握、分配與平衡、轉換過程

- 權力是否具有彈性？是否平衡？
- 是否會隨著時間發展而轉變？有何其他因素影響？具有何種影響？
- 隱藏的權力是甚麼？

權力評估

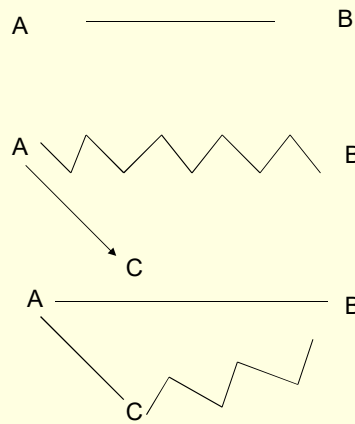
- 誰做甚麼又誰認可？
- 誰對誰說話
- 誰先說
- 誰和其他人同時發言
- 誰打斷誰
- 誰同意誰
- 誰說最多話
- 誰決定誰的決定
- 誰的意見通常被家人接受
- 誰有權力做最後決定？甚至推翻已經做的決定？

柒、三角關係化

權力與關係的結構

- 當兩人關係因衝突，緊張逐漸升高時，其中一人或兩人利用各種策略將第三者捲入，藉此調節關係中的緊張氣氛
- 第三者同樣也利用這種位置來滿足自己的需求

兩人如何捲入第三者

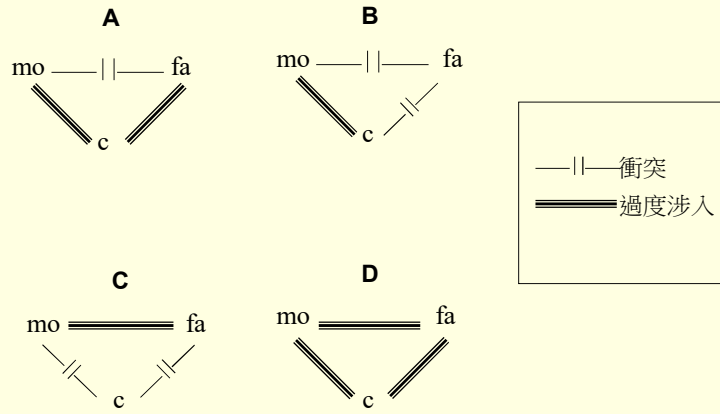


柒、三角關係化

權力與關係的結構

- 當兩人關係因衝突，緊張逐漸升高時，其中一人或兩人利用各種策略將第三者捲入，藉此調節關係中的緊張氣氛
- 第三者同樣也利用這種位置來滿足自己的需求

病態的聯盟



捌、家庭目標

- 清楚或隱藏
- 一致或分裂或衝突
- 滿足與否個人與家庭

玖、家庭迷思與認知模式

迷思：

人類無法以科學方法驗證的領域或現象，強調其非科學、屬幻想的，無法結合現實的主觀價值

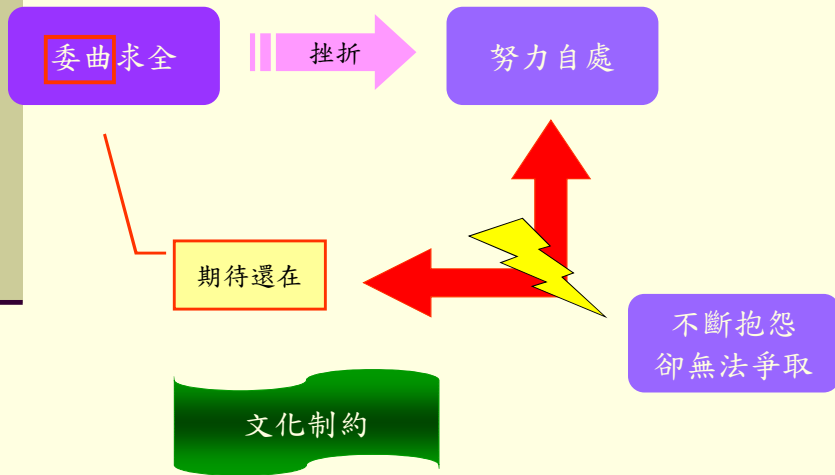
迫害性

正向

文化的影響

- 閩南文化「娶母大姊，坐金交椅」。
- 雅美族的習俗：當長子初生時，父母與祖父母都要改名為某某的父親、母親或祖父母。

中國女性家庭人際關係特質



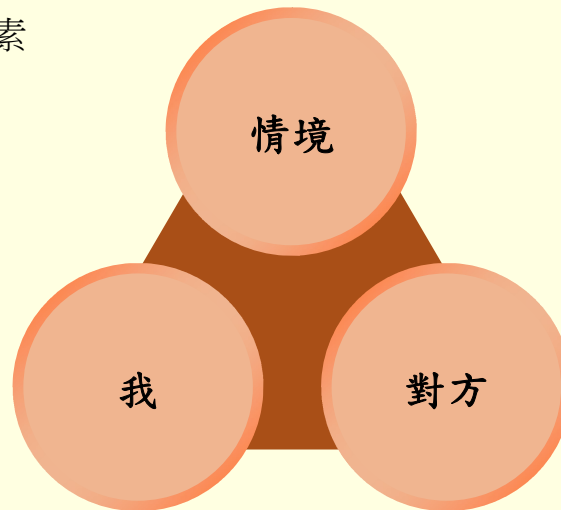
拾、行為控制

家庭處理危機的型態與滿足家人生理暨心理需求的能力：

- 僵化
- 彈性
- 鬆散
- 無次序的

拾壹、家人溝通型態

■ 影響溝通因素



拾壹、家人溝通型態

- 接收技巧
- 表達技巧
- 「I」訊息
- 認知彼此優缺點並且肯定與成長

溝通中的內容與關係

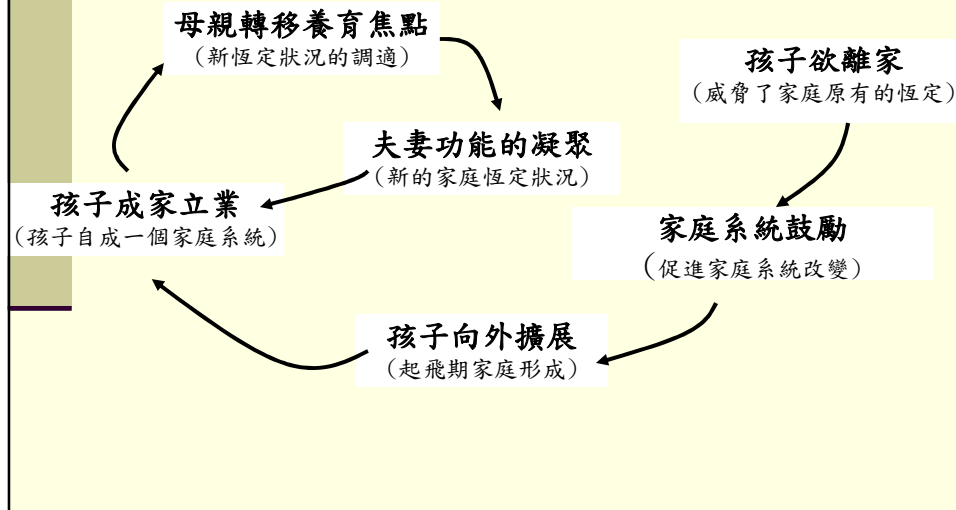
- 每一個溝通都有兩個層面
- **內容**（通知或報告）與**關係**（命令或請求）
- 每一個溝通不僅是傳遞訊息而已，它還界定溝通兩者之間的關係

溝通中的內容與關係

- 關係是由指令訊息所定義出來的
- 這些訊息構成了調節模式（正、反向回饋），以穩定關係並界定家庭規則
- 一再如此命令，就成為家庭規則
- 可以從家庭成員的頻繁的互動中推論或歸納出家庭規則
- 家庭通常沒有覺察其規則，因為這些多半沒有明文規定的

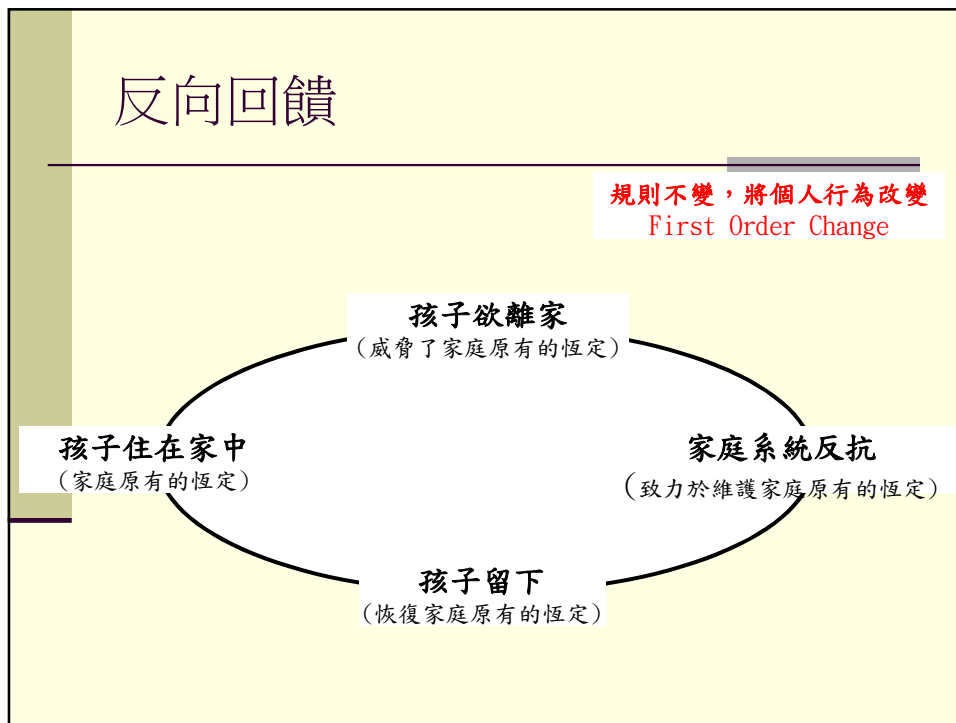
正向回饋 (行為被增強)

規則改變
Second Order Change



反向回饋

規則不變，將個人行為改變
First Order Change



拾貳、家人情緒與情感表達的程度

■ 情感反應

在質與量兩方面具有能力以合適的感覺，去對一個已知的刺激作反應。不論正、負向情緒

瞭解如何傳遞與影響甚麼

- 質的方面
家人是否有能力去回應完整
情緒經驗是否包括刺激或情境內容
- 量的方面

拾貳、家人情緒與情感表達的程度

■ 情感投入

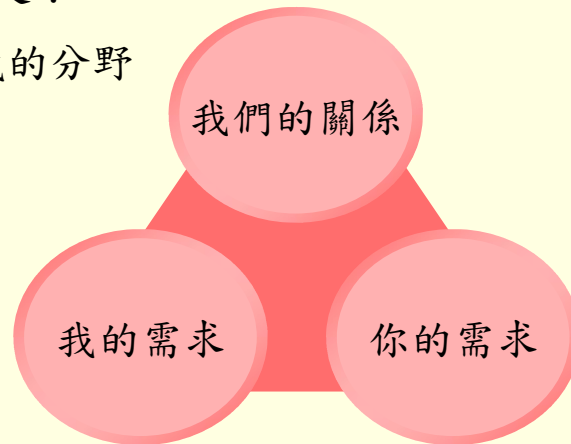
家庭對成員的一些活動與興趣的重視與投入。
情感投入分為：

1. 缺乏投入
2. 投入不足
3. 自戀型投入
4. 同理型投入：投入來自對他人的感受
5. 過渡投入
6. 共生式投入：病態性、相互依存

拾參、家人決策過程

結果如何被決定？

從民主到獨裁的分野



好的家人決策過程要素

- 家人間須具備公開回饋及自我表達的能力
- 考慮每個人的需要
- 有效決策的考量是以“需要”為基礎，而非為“解決”或“有結果”而做決策

好的家人決策過程要素

- 能夠想出各種可能性
- 能夠考慮各種狀況, 衡量各種可能性
- 能夠任務分配, 決策完成並評估
- 當家庭、家人的需要改變或有新狀況出現時, 允許彈性地修正或協商