# 家庭影響青少年自我效能之研究調查
# 研究調查結果

2023年11月

香港中華基督教青年會
Chinese YMCA of Hong Kong

# 背景

| 項目 | 內容 |
| --- | --- |
| 問卷發放及收集 | 2023年6月至7月 |
| 收集問卷數量 | 有效問卷為808份 |
| 問卷調查對象 | (1) 12 – 16歲青少年<br>(2) 能夠閱讀中文 |

# 背景

## 基本資料

| 項目 | 變項 | 數目 | 百分比 |
|---|---|---|---|
| 性別 | 男 | 364 | 45.0% |
| | 女 | 444 | 55.0% |
| 年齡 | 12歲 | 170 | 21.0% |
| | 13歲 | 187 | 23.1% |
| | 14歲 | 209 | 25.9% |
| | 15歲 | 158 | 19.6% |
| | 16歲 | 84 | 10.4% |

# 背景

## 家庭狀況

| 項目 | 變項 | 數目 | 百分比 |
|---|---|---|---|
| 家庭類型 | 雙親家庭 | 669 | 82.8% |
| | 重組家庭 | 20 | 2.5% |
| | 單親家庭 | 108 | 13.4% |
| | 隔代撫養 | 8 | 1.0% |
| 主要照顧者 | 父親 | 60 | 7.4% |
| | 母親 | 638 | 79.0% |
| | 祖父/爺爺/外公 | 9 | 1.1% |
| | 祖母/嫲嫲/外婆 | 75 | 9.3% |

# 背景

## 社經地位

| 項目 | 變項 | 數目 | 百分比 |
|---|---|---|---|
| 家庭同住人數（包括受訪者） | 2人 | 53 | 6.6% |
| | 3-4人 | 550 | 68.1% |
| | 5-6人 | 187 | 23.1% |
| 住居類型 | 公屋單位 | 340 | 42.1% |
| | 資助出售房屋 | 98 | 12.1% |
| | 私人單位 | 331 | 41.0% |
| | 劏房戶/共居/天台屋 | 27 | 3.3% |

# 研究背景

自我效能是指個體對自己能力的評估，它可以影響個體的學習、行為和心理健康等方面。而家庭是青少年成長的重要場所，對青少年的自我效能有著重要的影響。因此，本調查旨在探討家庭領導效能及家庭風格對青少年自我效能之影響。

是次問卷調查希望瞭解：

1) 了解家庭領導效能和家庭氛圍與青少年自我效能之間關係；
2) 測試家庭氛圍對家庭領導效能和青少年自我效能之間的關係的調節作用。

# 研究背景

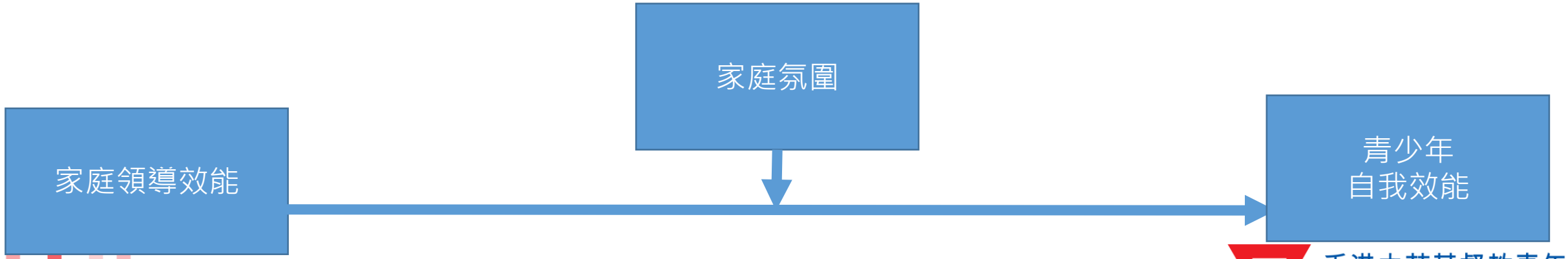
問卷分為四部份：

第一部份　—　受訪者的個人基本資料

第二部份　—　家庭氣氛量表(活力型、成就型及親密型)

第三部份　—　家庭領導效能量表(民主型、親和型及遠見型)

第四部份　—　自我效能量表(個人對自己是否擁有能妥善完成特定行動的能力的判斷。)



# 數據分析

# 表 2. 社會人口特徵與自我效能變項之間的關係

項目平均值 (標準差):
男=4.8 (0.9); 女=4.7 (0.9)
男性的自我效能比女性高

| 社會人口特徵 | 估計值 | 標準誤差 | t | 95% 置信區間 下界限 | 95% 置信區間 上界限 | *P* |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 性別 | -1.33 | 0.58 | -2.30 | -2.47 | -0.19 | 0.022* |
| 年齡 | 0.13 | 0.23 | 0.58 | -0.32 | 0.58 | 0.563 |
| 家庭類型 | -0.96 | 0.50 | -1.91 | -1.95 | 0.03 | 0.056 |
| 主要照顧者 | -0.25 | 0.23 | -1.12 | -0.70 | 0.19 | 0.262 |
| 居住單位類型 | 0.50 | 0.28 | 1.82 | -0.04 | 1.05 | 0.069 |

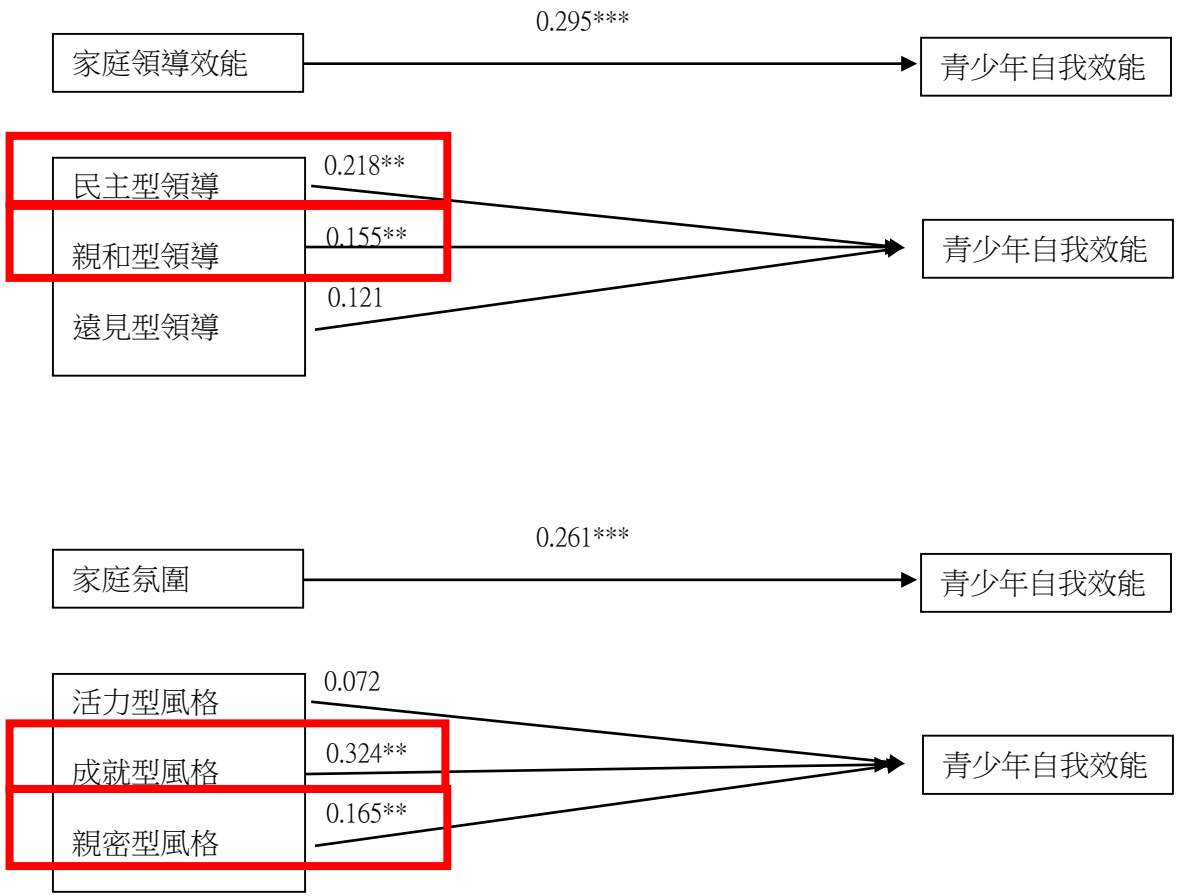
*$P<0.05$

# 表 3. 家庭風格、家庭領導類型與自我效能的平均值和相關性

| 變項 | 總分平均值 (標準差) | 項目平均值 (標準差) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1. 家庭風格_活力型 | 14.8 (0.35) | 4.9 (1.2) | - | | | | | | |
| 2. 家庭風格_成就型 | 29.9 (6.0) | 5.0 (1.0) | 0.748*** | - | | | | | |
| 3. 家庭風格_親密型 | 30.5 (7.1) | 5.1 (1.2) | 0.811*** | 0.760*** | - | | | | |
| 4. 家庭領導類型_民主型 | 41.3 (9.2) | 5.2 (1.2) | 0.715*** | 0.675*** | 0.810*** | - | | | |
| 5. 家庭領導類型_親和型 | 40.2 (10.1) | 5.0 (1.3) | 0.726*** | 0.694*** | 0.810*** | 0.896*** | - | | |
| 6. 家庭領導類型_遠見型 | 40.5 (9.2) | 5.1 (1.1) | 0.723*** | 0.722*** | 0.798*** | 0.894*** | 0.890*** | - | |
| 7. 自我效能 | 42.5 (8.2) | 4.7 (0.9) | 0.494*** | 0.510*** | 0.521*** | 0.556*** | 0.563*** | 0.543*** | - |

***$P < 0.001$

# 圖1. 迴歸分析預測青少年自我效能與家庭領導效能和家庭氛圍的關係



# 表 4. 調節效應的層次回歸分析

| 自變項 | 變項 | 估計值 | 標準誤差 | t | 95% 置信區間 下界限 | 95% 置信區間 上界限 | *P* | $\Delta R^2$ | F | *P* for ΔF |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 活力型風格 | ***步驟一：自變項*** | | | | | | | 0.299 | 68.36 | <0.001*** |
| | 性別 | -0.32 | 0.49 | -0.65 | -1.29 | 0.65 | 0.518 | | | |
| | 活力型風格 | 0.32 | 0.11 | 3.01 | 0.11 | 0.53 | 0.003** | | | |
| | 民主型領導 | 0.21 | 0.07 | 2.95 | 0.07 | 0.35 | 0.003** | | | |
| | 親和型領導 | 0.12 | 0.06 | 1.97 | 0.01 | 0.23 | 0.049* | | | |
| | 遠見型領導 | 0.06 | 0.07 | 0.94 | -0.07 | 0.20 | 0.347 | | | |
| | ***步驟 2：交互作用項*** | | | | | | | 0.016 | 52.40 | <0.001*** |
| | 活力型風格×民主型領導 | 0.01 | 0.01 | 0.95 | -0.01 | 0.04 | 0.343 | | | |
| | 活力型風格×親和型領導 | 0.01 | 0.01 | 0.93 | -0.01 | 0.04 | 0.352 | | | |
| 成就型風格 | ***步驟一：自變項*** | | | | | | | 0.315 | 73.78 | <0.001*** |
| | 性別 | -0.39 | 0.49 | -0.80 | -1.35 | 0.57 | 0.424 | | | |
| | 成就型風格 | 0.32 | 0.06 | 5.32 | 0.20 | 0.44 | <0.001*** | | | |
| | 民主型領導 | 0.23 | 0.07 | 3.27 | 0.09 | 0.36 | 0.001** | | | |
| | 親和型領導 | 0.12 | 0.06 | 2.11 | 0.01 | 0.24 | 0.035* | | | |
| | 遠見型領導 | -0.02 | 0.07 | -0.32 | -0.16 | 0.12 | 0.750 | | | |
| | ***步驟 2：交互作用項*** | | | | | | | 0.008 | 54.46 | 0.011* |
| | 成就型風格×民主型領導 | 0.01 | 0.01 | 1.66 | -0.01 | 0.03 | 0.097 | | | |
| | 成就型風格×親和型領導 | -0.01 | 0.01 | -0.49 | -0.02 | 0.01 | 0.628 | | | |
| 親密型風格 | ***步驟一：自變項*** | | | | | | | 0.295 | 66.99 | <0.001*** |
| | 性別 | -0.32 | 0.50 | -0.64 | -1.29 | 0.66 | 0.522 | | | |
| | 親密型風格 | 0.13 | 0.07 | 2.05 | 0.01 | 0.26 | 0.041* | | | |
| | 民主型領導 | 0.20 | 0.07 | 2.81 | 0.06 | 0.34 | 0.005** | | | |
| | 親和型領導 | 0.11 | 0.06 | 1.87 | -0.01 | 0.23 | 0.061 | | | |
| | 遠見型領導 | 0.08 | 0.07 | 1.16 | -0.06 | 0.21 | 0.248 | | | |
| | ***步驟 2：交互作用項*** | | | | | | | 0.024 | 62.28 | <0.001*** |
| | 親密型風格×民主型領導 | 0.01 | 0.01 | 5.26 | 0.01 | 0.02 | <0.001*** | | | |

***$P$<0.001, **$P$<0.01, *$P$<0.05

所有推理分析均使用中心標準化值。

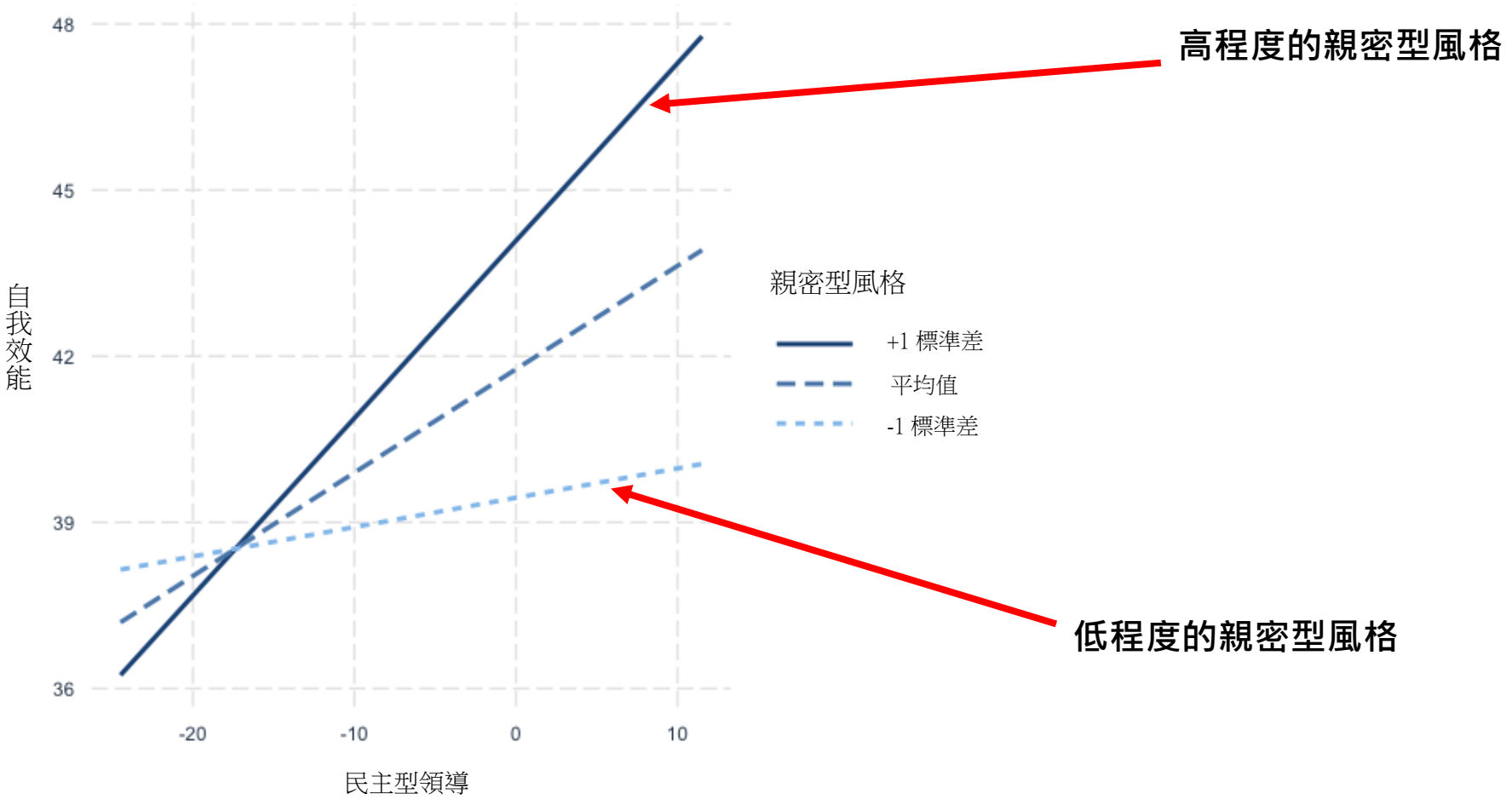
把對自我效能具有預測效果的家庭領導效能類型和家庭氛圍風格製作交互項。具有預測效果的交互項表示該家庭領導效能類型具有調節效果

# 表 5. 親密型風格對民主型領導與自我效能之間關係的條件影響

| 調節變數 | 調節變數的條件效應 | 估計值 | 標準誤差 | t | 95% 置信區間 | | *P* |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | 下界限 | 上界限 | |
| 親密型風格 | + 1 SD | 0.32 | 0.07 | 4.36 | 0.18 | 0.47 | <0.001*** |
| | - 1 SD | 0.05 | 0.07 | 0.80 | -0.08 | 0.18 | 0.424 |

***$P<0.001$

# 圖 2.親密型風格對民主型領導和自我效能之間關係的調節作用的簡單斜率分析



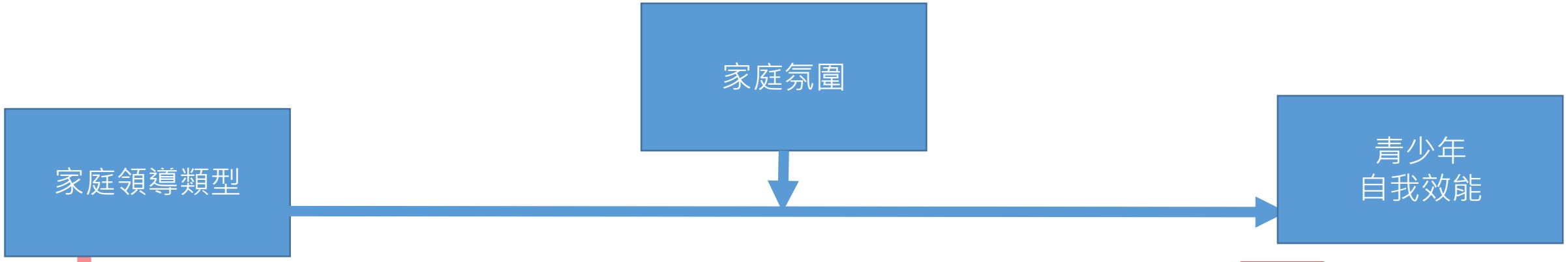
# 分析要點

- 家庭領導效能分數愈高，青少年自我效能愈高
  - 民主型和親和型領導與青少年自我效能呈現正相關，而遠見型領導則未顯示出明顯的預測效果

- 家庭氛圍分數愈高，青少年自我效能愈高
  - 家庭環境影響青少年自我效能
  - 成就型風格和親密型風格與青少年自我效能呈現正相關，相反，活力型風格對青少年自我效能則沒有顯示顯著的預測效果

# 分析要點

- 家庭氛圍調節家庭領導效能與青少年自我效的關聯
  - 在高程度的親密型風格下，經歷愈高民主型家庭領導的青年的自我效能則愈高，但這關係在低程度的親密型風格下則沒有顯著性



# 建議

- 為家長提供有關家庭領導和家庭溝通的教育和培訓
  - 家長學習如何成為一位有效的領導者 (e.g., 學習明確傳達期望、設定目標和建立規則)
  - 家長學習給予適當的指導和支持，以及如何培養孩子的自主能力和責任感
  - 家長學習良好的溝通模式 (e.g., 聆聽技巧、表達情感和解決衝突的方法)
  - 提供有關青少年發展和心理健康的知識 (e.g., 青少年成長階段的特點，以及如何支持他們的發展和應對挑戰)

# 家長工作坊

- 子女在成長的路上，會出現種種難以預測的變化，如長時間使用手機，變得自我、反叛和情緒化等，家長需要學習新的方法和態度和子女相處，才能夠慢慢幫助他們成長和蛻變
- 幫助家長以「接受與承諾治療的角度」，學習接受子女的變化和無常，從而和他們連結和同行

# 建議

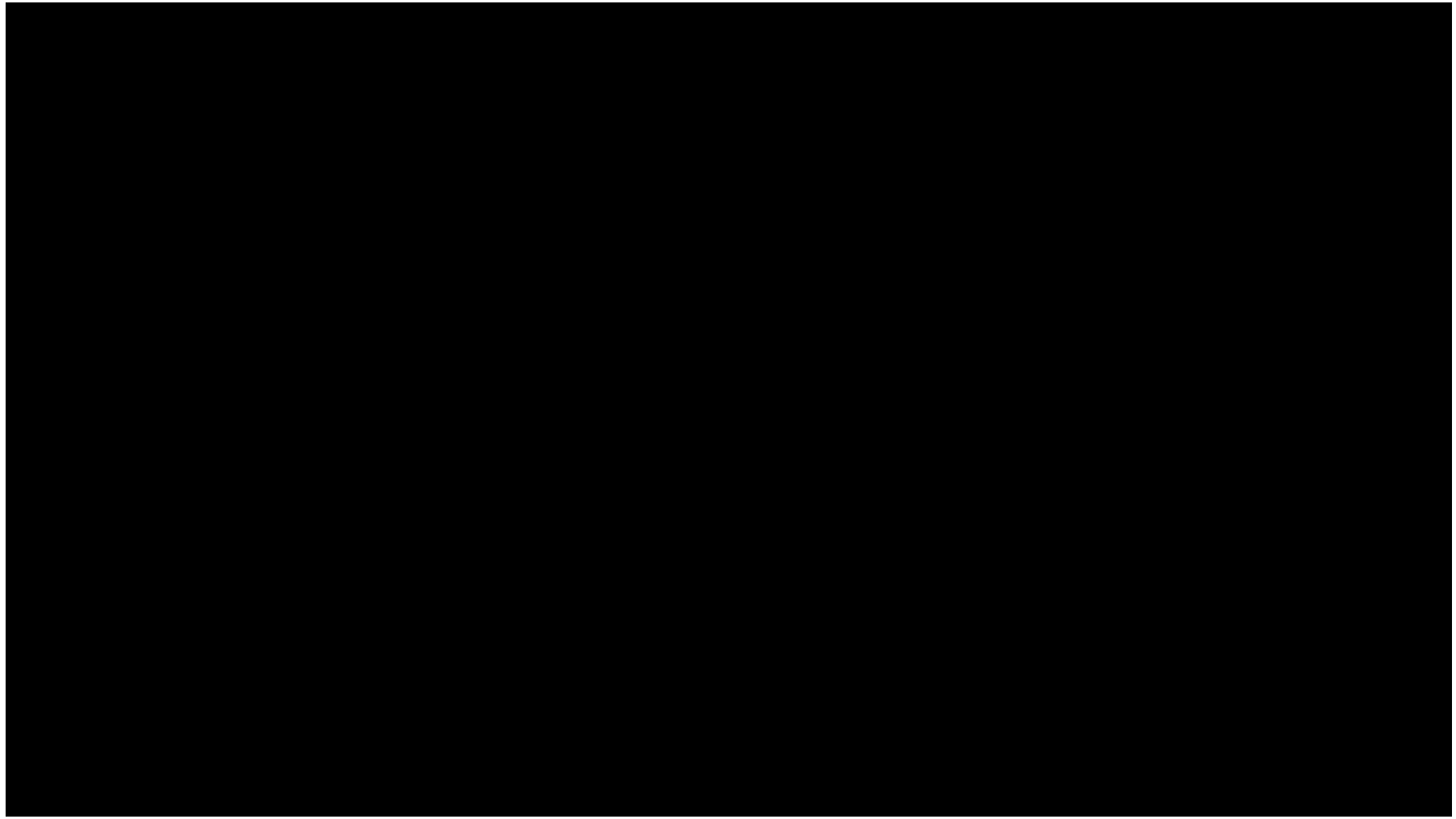
- 鼓勵建立家庭共同目標和合作活動
  - 家庭成員共同設定目標 (e.g., 家庭可以計劃一次共同的旅行)
  - 在合作活動中，家庭成員可以彼此給予情感支持 (e.g., 家長向孩子表達鼓勵和讚美，讓他們感受到自己的價值和成就)
  - 家長適時地採用三種的領導方式，鼓勵家庭成員參與決策和問題解決，給予孩子適當的自主權

# 「靜聽S.U.M.聲：大小情人度元宵」

- 大會透過一連串靜觀體驗、工作坊及戶外活動，為40個親子家庭安排一個溫暖又放鬆的元宵節前夕

- 為參與家庭營造優質親子時間，讓家庭成員一起玩Nerf Gun、數字球等。大家除了享受遊戲帶來的歡樂，更從中學習互相支持（Support）、理解（Understanding），並透過靜觀（Mindfulness）聽聽自己與對方的心聲，加強親子間的溝通

# 家庭服務及活動分享



# 研究限制

- 橫斷面研究設計，無法確定因果關係
  - 未來的研究可採用縱向研究設計，追蹤青少年的發展和家庭環境的變化，以瞭解更清楚的因果關係
- 研究的樣本來自特定地區的青少年和家庭
  - 未來的研究可包括更多不同地區和文化背景的參與者，以驗證這些結果的一般性
- 使用了自報問卷來收集數據
  - 未來的研究可以採用多種方法，如觀察和家庭成員的訪談，以獲得更全面和客觀的數據