

Parents' experiences of being in the Solihull Approach parenting group, 'Understanding Your Child's Behaviour': an interpretative phenomenological analysis

家长在 Solihull 取向育儿团体中的体验，“理解孩子的行为”：一个解释性现象学分析

译者：陈卓

L. R. Vella,* R. E. Butterworth,* R. Johnson and G. Urquhart Law*

*School of Psychology, University of Birmingham, Birmingham, UK, and

Solihull Child & Adolescent Mental Health Service (CAMHS, Solihull 儿童青少年心理健康中心
)

Bishop Wilson Clinic, Chelmsley Wood, Solihull, UK

摘要

背景 经验证据表明，索利哈尔 Solihull 取向育儿团体，“理解孩子的行为”（UYCB）可以改善孩子的行为和父母的幸福感。然而，对于家长在参与 UYCB 项目中的更进一步的体验仍然知之甚少。本研究对 UYCB 进行了深入的质性评估，聚焦在可能影响该项目发展的调节因素和改变机制上。**方法** 10 位家长（8 位母亲和 2 位父亲），从两个地点的 7 个 UYCB 团体中招募而来参与本研究，在参加完团体后的 7 周内进行（第一次）访谈，并在 10 个月后再次进行访谈。数据分析采用解释现象学的方法。

结果 共发现四个主题：“两级满意度”、“作为家长的发展”、“自我信念提高”和“马太效应”。总之，大多数父母在完成后和后续追踪中都表达了非常满意的态度：他们重视涵容的体验，社会支持以及在特定的育儿困难上的改善、育儿体验、自信心和应对方式上所感受到的改善。**大多数父母似乎发展出更多反思性和具有共情能力的教养方式**，并自述在行为管理上得到改善。理论性的素材很受欢迎，尽管有些人在专业术语上感到有些吃力。积极结果在随访中似乎也体现出了维持，甚至有加强，并且一开始儿童问题很少的家长，在完成时能感受到进步并坚持遵守建议。两个孩子问题最严重的被试认为情况有所恶化，认为该团体不足以应对他们所面对的困难程度。

结论 通过对家长体验的深入分析，UYCB 似乎达到了它的目的，很好地传达了它的理论原理，尽管

改变也可能是通过类似其他团体项目中（如社会支持）过程中发生。基于这些家长的体验，建议包括简化语言，对需求更复杂的父母提供单独的团体，更加强调坚持不懈的重要性，并为做出改变存在困难的家长提供额外的支持。

引言

英国政府越来越提倡将育儿团体作为针对孩子行为问题遇到困难的家庭的干预方法。（教育部，2012；卫生部，2010，2011）。因为它们的有效性的证据很强，包括一些控制对照实验和元分析（如 Barlow et al., 2011；Furlong et al., 2012）。定性评估更为少见，但也很重要，对育儿团体的证据提供补充（Kane et al., 2007；Moran et al., 2004）。深入的定性分析特别有助于识别潜在的调节因素以及识别可能会使育儿团体完善的改变机制（Mann 2008）。

索利哈尔方法育儿团体，“理解孩子的行为”（UYCB, Douglas 2006），旨在提升父母的幸福感以及帮助出现常见到中等复杂困难情况的孩子。它在全英国被广泛运用，并且在国际上也越来越多。这个项目是基于 Solihull 取向模型（Douglas, 2012），这个模型认为在亲子关系中的涵容（支持孩子处

理情绪，让自己冷静下来，重新获得思考的能力，Bion, 1959），促进互惠性（与孩子的情绪以及发展视角保持同频，Brazleton et al., 1974），其中反过来有助于促进有敏感性的和有效的行为管理（对个人和情境合适的一致边界）。作为团体内的一个平行过程，父母被给予涵容的经验以减少他们自己的焦虑对其思考能力的影响，使他们能够反思孩子行为的意义。

“理解孩子的行为”的实证基础越来越多：三项队列研究发现，参与团体与儿童行为的改善和父母幸福感在团体刚刚结束后（Bateson et al., 2008; Cabral, 2013）和3个月后（Smith, 2013）存在相关。另外还有两个定性研究，在最后一次咨询中使用反馈问卷，发现家长们对团体非常满意，感到更加自信，拥有更多知识，体验到家庭关系得到改善（Cabral, 2013; Johnson & Wilson, 2012）。然而，人们对家长关于干预的深入体验，或他们在长期的反思性观点仍然知之甚少。

因此，本研究旨在深入研究参加过UYCB团体的家长，来深入了解他们的体验以及反思性的观点。主要的目标是去理解家长在团体中的参与体验，他们是否能够使用新的知识和技巧，参加团体在完成后的十个月之后是如何体现在生活中的。本研究选择的方法是解释现象学分析，因为这是一种严谨的

致力于理解特定环境下的体验的研究方法（Smith et al., 2009 年）。希望本研究结果将有助于更好地理解使 UYCB 团体有效的可能原因，更好地理解调节因素，为未来的发展提供参考。

方 法

伦 理

本研究被国家研究伦理服务西部中地委员会许可（Ref:12/WM/0432）。

干 预

“理解孩子的行为”是一个十周的手册化的育儿团体，针对孩子年龄在 0-18 岁之间的家长。该团体的内容总结在表 1 当中。咨询中包括茶歇，如果需要的话也会提供儿童托管。团体通过社区的渠道开展，并且由两位社区的实务工作者带领（例如，卫生/健康随访员，家庭支持工作者和心理学家），这些专业人员经过 Solihull 取向的培训（两天的培训课程）以及团体带领的培训（1 天的培训课程）。实务工作者有在儿童托管，卫生，社会保健，或教育相关的资质，和与家庭工作的经验。另外他们还

需要至少已经运用 Solihull 取向工作三个月以上。

家长自愿参加团体，团体通过普惠的儿童服务进行宣传。然而，如果知道有些家长在经历困难也会推荐该团体。

表 1 “理解孩子的行为”的咨询内容

咨询次数	标题
1	介绍
2	您和您的孩子感觉如何？
3	与孩子的发展保持同频
4	回应孩子的感受
5	不同风格的养育方式
6	养育孩子的伙伴关系——一同找到乐趣
7	互动和睡眠的节律

8	自我调节和愤怒
9	沟通与同频——当情况变糟糕时如何修复
10	庆祝

带领的方式包括视频，团体讨论，小组讨论，角色扮演和家庭作业

通常孩子情况更加复杂的家长会被转介给强度更高的服务。

干预一致性

为了增强团体的一致性，带领者或是从一个有经验的从业者（例如，临床心理学家）那里接受常规的督导，或被要求参加一个带领者支持小组。本研究的一致性使用一个清单来监测（Smith, 2013）：带领者通过一个李科特量表（从 0=一点也不容易 到 5=非常容易）来给他们感到可以实现每次咨询的目标的程度进行打分。平均每次咨询的分数是 4.49（SD=0.27，范围=3.90-4.95），意味着整体上带领者感到是遵守手册的。一个带领者完成了 10 次咨询中的 7 次评分。另一个带领者由于时间限制，

把第 9 次和第 10 次的咨询结合起来打分。

过程

被试由主要研究者进行两次访谈：第一次是在完成团体的 7 周内（时间段 1， $M=3.7$ 周， $SD=2.2$ ），在完成团体的 9-11 个月内再次进行访谈（时间段 2， $M=9.8$ 个月， $SD=0.83$ ）。被试选择他们倾向的访谈地点：有 7 个在家中，有 3 个在诊所。被试每次访谈会得到 10 英镑的代金券。

招募和取样

符合条件的父母要求至少 18 岁，能够用英语交流，自愿参加小组，在第二次咨询之前加入该团体，并至少出席八次咨询。

被试来自 10 个在 west midlands 北部和南部的 UYCB 团体，时间在 2013 年的 3 月至 6 月之间。每组都有一位研究人员拜访过一次，介绍这项研究并且向感兴趣的家长提供详细的联系方式。

符合要求的家长会收到信息表和知情同意书并要求邮寄回知情同意书。在团体结束后，会请带领

者核实确认已同意的父母是否符合资格。

预先确定的样本量是 10 个被试，这个样本量在 IPA 这种方法中是足够的，因为它的目标是对个人经验的详细描述（Smith et al., 2009 年）。为了获得一个在地理分布上平衡的样本，所有同意的北方组家长都被邀请访谈。对南方组的家长来说，从五个所代表的群体中随机挑选出一位家长参加南方组的访谈。之后的两位家长从剩余样本中进行随机选择，以达到预先确定的样本量。抽样程序如图 1 所示。一名被试（P7）在第一次访谈后退出。

对于符合入选标准但未完成团体的被试也进行了招募。然而，只有一位家长同意参加；在面试时，她解释说她退出是由于个人原因，和团体无关。对退出的家长尝试招募，但没有成功。因此，研究重点只针对完成小组的家长。

表 2 总结了被试的特点。

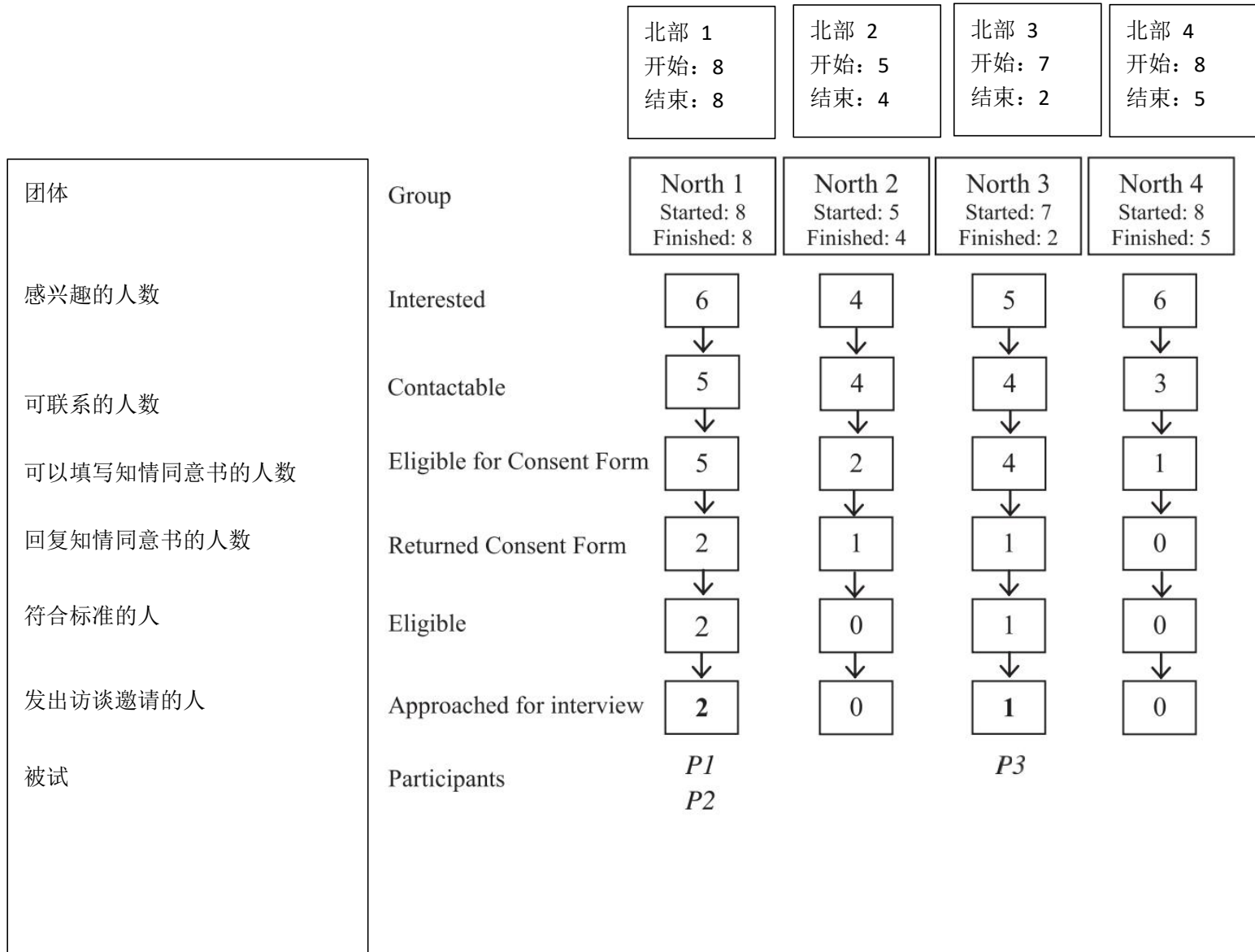


图 1 在 West Midlands 的北部和南部的 UYCB 团体中的参与成员。图 1 中 i) 在 2013 年 3 月到 6 月期间，在 West Midlands 的北部和南部的 UYCB 开展的团体中，团体开始和结束时家长的人数；ii) 一开始表达出参与到研究中的家长人数；iii) 可能由电话联系到（感兴趣）的家长人数，iv) 可以邮寄知情同意书的家长人数；v) 寄回知情同意书的人数；vi) 仍然符合参与研究标准的家长人数；vii) 发出访谈邀请的人数。*第一个被选择进行访谈的家长失去联系，第二个家长是随机选择。UYCB，理解孩子的行为

南部 1 开始: 12 结束: 8	南部 2 开始: 9 结束: 5	南部 3 开始: 7 结束: 7	南部 4 开始: 9 结束: 7	南部 5 开始: 9 结束: 7	南部 6 开始: 15 结束: 13
-------------------------	------------------------	------------------------	------------------------	------------------------	--------------------------

团体
感兴趣的人数
可联系的人数
可以填写知情同意书的人数
回复知情同意书的人数
符合标准的人
发出访谈邀请的人
被试

Group	South 1 Started: 12 Finished: 8	South 2 Started: 9 Finished: 5	South 3 Started: 7 Finished: 7	South 4 Started: 9 Finished: 7	South 5 Started: 9 Finished: 7	South 6 Started: 15 Finished: 13
Interested	7	4	5	6	2	6
Contactable	7	4	5	5	2	3
Eligible for Consent Form	7	2	5	5	2	3
Returned Consent Form	4	1	4	2	2	1
Eligible	4	1	2*	2	1	0
Approached for interview	2	1	2	1	1	0
Participants	<i>P7</i> <i>P10</i>	<i>P6</i>	<i>P8</i> <i>P9</i>	<i>P4</i>	<i>P5</i>	

表 2 被试信息

被试	位置	性别	年龄 (岁)	族裔	家长的精神健康问题(自我报告)	教育	关系状态	孩子在时间段 1 时的年龄, 干预后	填写 SDQ 时孩子的年龄	SDQ 的困难总分以及分级		家长报告的孩子的精神健康问题
										团体前	团体后	
P1	北部	女	51	白人英国人	无	CSE	单身	28, 26, 24, 16, 12, 9	9	NC	15	ADHD (9 岁 16 岁)
P2	北部	女	43	白人英国人	无	apprenticeship	已婚	16, 10	10	NC	21	ASD, 在时间段 1 和 2 之间的精神病性发作

P3	北部	女	21	白人英 国人	无	NVQ 水 平 1	单身	3	3	NC	14	未报告
P4	南部	女	39	白人英 国人	无	NVQ 水 平 2	单身	15, 13, 11, 6, 2	N/A	N/A	N/A	未报告
P5	南部	女	37	白人英 国人	无	Degre e	已婚	19 个月	N/A	N/A	N/A	未报告
P6	南部	女	38	白人英 国人	抑郁	NVQ 水 平 1	单身	6, 4, 16 个月	6	NC	28	“感官问题”正 在进行 ADHD 评估（4 岁）
P7	南部	女	22	白 人 / 黑人加	无	GCSE	单身	5, 2	5	16	4	未报告

				勒比人								
P8	南部	女	28	白人英 国人	焦虑	PG Diplo ma	已婚	8.5 个月	N/A	N/A	N/A	未报告
P9	南部	男	35	白人英 国人	无	Degre e	已婚	7, 5, 3	3	16#	14	未报告
P10	南部	女	29	白人英 国人	无	AS level	单身	2	N/A	N/A	N/A	未报告
均值 标准 差	34.3 9.4										16 8.0	

ADHD, 注意力缺陷及多动障碍; AS, Advanced subsidiary (某种高中水平文凭); ASD, 自闭症谱系障碍; GCSE, 中等教育一般证书; NVQ, 国家职业资质; PG, 研究生; SDQ, 长处与困难问卷。

WB, 白人英国人; W/BC, 白人/黑人加勒比人; BB, 黑人英国人

N/A: 不适用于低于 3 岁的儿童

NC: 被试在常规评估中未完成或有遗漏; SDQ 对整体困难的评分分级: 0-13=正常, 14-16=边缘, 16-40=异常。

#由于施测的失误, 这位家长给他的 3 岁儿子填写了 4 岁和 16 岁版本的 SDQ。这可能会降低他所报告的组前困难总分。他在组后完成了 3 岁和 4 岁的版本。

测量工具

本研究使用了两个测量工具:

- 1 长处与困难问卷 (SDQ, Goodman, 1997) 为三岁以上儿童家长提供有关儿童情绪行为困难的信息 (在第一次访谈后立刻完成)。带领者提供组前的 SDQ 分数 (如果有的话) 作为他们常规的评估部分。
- 2 半结构化访谈。访谈大纲是根据 IPA 指南设计的 (Smith et al., 2009)。问题 (见附录) 由一位在 IPA 方面的学术专家, 养育协调人评审。访谈被录音并且进行逐字转录。访谈的平均长度在 29 分钟。

被试在逐字稿被分析前有机会对他们的逐字稿进行回顾。

数据分析

领衔研究人员遵守 IPA 指南进行数据分析（Smith et al., 2009）。按照逐个个案分析的方式，阅读逐字稿以及重读，并记录下第一次反思。然后将逐字稿标记和编码出出现的主题。找出逐字稿之间编码的关联，为每一个访谈发展一个有主题的结构。最后通过比较主题结构得到主要和次要主题。

效度检验

一部分编码被作者 GUL, REB 和另一个 IPA 独立学术专家进行审核；检验编码的研究人员对领衔研究者的解读满意。作者 LRV, GUL 和 REB 审核并同意该主题结构。之后可信度检验参考了 i)前后 SDQ 分数的比较（如果可比的话，n=2）ii)由给团体带领者提供督导的临床心理学家进行审核。

分析者的视角

LRV 是一位接受了 Solihull 取向培训的在训练中的临床心理学家。GUL 和 REB 是儿童和青少年精

神健康服务中心的临床心理学家，采用各种模型进行工作，其中包括 Solihull 取向。

结果

长处与困难问卷分数

干预前与干预后的 SDQ 分数呈现在表 2 中。

效度检验

两位在组前组后均有 SDQ 分数的组员，都报告在儿童行为的改善与 SDQ 分数的改变是一致的。审查主题的临床工作者认同主题是可信的，与她在和带领者和家长工作的经验是一致的。

主题

研究发现了四个主题（表 3）。

主题 1:两个层级的满意度

所有被试都多少提到一些对团体的感谢。然而他们的满意度的程度和性质反映了两种经验：i) (主流) 那些对于参加团体以及团体对他们养育的经验有非常积极评价的被试，ii) (少数，P2 和 P6) 那些重视团体背景但对于有发育障碍的孩子家长来说，这对于他们的困难水平来说支持仍然不够。这两种经验反映了两个层级满意度的体验，我们接下来会讨论。

A) 层级 1--对团体内和团体外有非常强的满意度：

i) 重视团体的背景

被试描述出一种涵容的环境，他们感觉到被欢迎，很舒服地分享自己的经验，并且感到被关心。

P4 和 P6 表达他们会非常舒适地在团体中表达自己不安的情绪，并会收到有帮助的回应：

有一次我认为我因为一个很明显地触动我的地方哭了，他们全都真的非常地支持我，他们都围绕到我身边，拥抱我，就好像一家人一样（P6，时间段 1）

表 3 主题总结

1. 两级满意度

- a. 在团体内和团体外有强烈的满意感
- b. 满意，但对复杂问题还不足够
- c. 关于互惠性

2. 作为家长的发展

- a. 反思性增加
- b. 有策略的行为改变

3. 自我信念的提升

- a. 自信心的提升
- b. 应对策略的改善

4. 追踪：马太效应

- a. 对一开始轻度问题的或在时间段 1 感受到有进步（主流，经验性上“丰富”）的家长来说有进一步改善

b. 遇到困难最多或在时间段 1 感到进展最少（少数，经验性“差”）的家长情况恶化

对带领者提供的持续的支持表示感谢，对于提供茶歇感到很放松：

真的是一个很放松的环境，非常好，可以喝茶有饼干一类的，我觉得这对帮助大家放松、聊天和分享自己的经历有很大的影响。（P8，时间段 2）

被试还感受到他们从其他团体成员那里听取经验和观点中获益。他们描述说学习到新的东西，大部分人感到听到其他人也经历一些困难的时刻感到安心，这减少了他们的孤立感，降低了对孩子困难的感受，以及不足感：

只是分享，这个团体本身有一个好处就是，你意识到“哦天呐，并不是只有我一个人在这种处境当中”。（P9，时间段 1）

缓和对孩子问题的感受，似乎是通过从比较他们的孩子和其他成员的孩子之间发现自己好的地方实

现：

团体明显地让我知道，有些人的孩子确实有困难等等，我感觉我知道他只是一个正常的两岁小孩，所以它确实帮助我意识到我该停止找原因，这就是他，他就是这样。（P4，时间段 1）

参与到共同解决问题过程中的机会被重视；能够给其他人提供建议也会促进一种肯定感：

这是一个很棒的团体，他们真的都很好，很友善，都会交谈和倾听，从彼此身上学到不一样的东西，因为每个人都有不同的想要得到帮助的问题，以及「.....」因为我有几个孩子，我可以帮助他们一部分，他们也帮助我，我们只是分享不同的经验，这个有帮助。（P4，时间段 1）

ii) 提升养育的体验

积极的变化包括控制感的提升，感到压力降低，以及和孩子关系的改善。例如：

他们喜欢自己做自己的事，但现在如果我去哪里，“我也要去，爸爸我要跟你一起去”，哪怕只是去一趟商店，“我可以和你一起去吗爸爸？”“可以呀，一起来吧。”无论我想去哪里，他们都想要

跟着「……」我觉得这很好「……」，让内心感觉到很好。（P1，时间段 1）

iii) 在特定的问题上有所改善

被试明显对于新的想法或策略的效果有强烈的满意度，包括重新组织提要求的语言，来考虑孩子的视角，花更多的时间倾听。这是从被试使用的强烈、积极的形容词或当他们在描述分享新策略时的自信中解读出来的：

我有几个很亲近的朋友，我会“只是试着和他们一块呆着”，“我有时间这样做”，我说“你会很惊喜的”，我的一个朋友打电话回来说，“哦天呐，它真的有作用，只是五秒钟的倾听！”（P4，时间段 2）

B) 层级 2--满意，但对复杂问题还不足够

P2 和 P6 都表达了对于团体的感谢，如前面提到的。但整体上来讲他们感到这个团体对于支持他们所遇到的困难程度是不够的：

这个团体似乎并没有，怎么说呢？「暂停」真的很适合我，你知道吗「.....」我的意思是，你知道关于保持冷静，这种事情「有帮助」，但一天结束之后，我觉得并没有真的，我觉得并没有真的了解到我的孩子有多严重。「P2，时间段 2」

甚者，感觉到他们的困难比其他家长遇到的更加严重这种感觉会让他们感觉更糟糕：

你觉得自己已经做到最好了，然后当你听到其他人说，“你知道吗，我之前这样做过对我是有效果的”，你就会觉得很挫败，因为你觉得自己已经非常努力地尽可能做到最好了，然后感觉“那为什么没有哪个对我有效果呢？”（P6，时间段 1）

c) 关于“互惠性”

在两个层级上，关于互惠的信息明显都是被看重的；然而这个词读起来很难，也没有必要这样专业：

互惠性并不是一个我会常听到的词，在日常用于当中，所以这个词有点太大太复杂，我不知道该怎么说，这些东西的心理学，但我觉得并不需要它。（P5，时间段 1）

主题 2:作为家长的成长

A) 反思性提高

所有的被试都报告团体增加了他们反思的倾向。这包括 i) 对处境有更多反思 ii) 更多地考虑孩子的视角 iii) 对自己的行为有了更多正念 iv) 对自己的价值有更多反思 v) 对心理学理论的考虑增多。

对处境的反思增多是通过在反应之前先思考有关的描述解读来的，“我只是在我喊出来之前多想一想。有时候我还是会大喊大叫，但是我确实会对这是什么情况，为什么会发生这件事思考更多。”（P4，时间段 1）。这段描述表明家长更加注意去识别困难的起因。与此相关得是，家长表达会更加考虑到孩子的角度。这个解释是通过更多共情，从孩子的角度思考，考虑孩子的发展局限，反思自己的童年经历，运用他们对孩子的了解以及非言语沟通观察中的信息解读而来。

更多地考虑心理学理论反映在家长报告自己有意地应用团体中介绍的理论。最常提到的是互惠性，被在各种场景中提到：比如说，P8 描述说这怎样影响到她与儿子的互动：

在那之前，我可能会再试着去得到他的关注。我想了一下，「互惠性」我理解这实际上就是“不”，这就是他最后给出的信号，他需要时间去消化，然后因为我还想要玩所以试着再让他去参与什么事情，这并不是他想要的或者对他最好的。（P8，时间段 1）

“涵容”是被较少提及但会描述在实践当中的：“如果她生气，我会解释我认为她为什么生气，让她跟我解释她认为自己为什么会生气，我们会一起努力解决它。”（P5，时间段 2）

B) 策略性的行为改变

所有的被试都提到团体影响了他们的行为。包括更丰富的行为策略库，比如分散注意力和收回对于发脾气的关注，“现在当他发脾气的时候，我就会让他发，他知道我不会在他那样的时候试着逗他”（P6，时间段 1），设置更严格的边界。

另一些改变也和所教授的有关互惠性和涵容的知识一致，例如，努力在孩子发脾气时保持冷静，花更多精力倾听，和孩子交流，询问孩子为什么不开心或淘气；对有些人来说，这带来了戏剧化的改变：

他不停地打自己，通常我都会说“别这样，你不能这样做”然后冲他喊叫，现在我会把他的手拿开，和他坐在一起，说“跟妈妈说说，怎么了？”他会告诉我发生了什么。

主题 3: 自我信念的提高

A) 自信心提升

大多数人称在完成团体之后，他们对于自己作为一个有效的家长的信心有所提升，“我认为我从团体得到的很大一部分是自信心，关于我自己的判断以及我自己的能力的自信心。”（P8，时间段 2）

这个和特定的方面有关：他们孩子的行为被正常化，获得新知识，了解到有关养育更灵活的视角，体验到在作出建议的改变后成功的经历。

B) 应对策略改善

被试表示他们再次面对曾经让他们非常不安的情况下感到没有那么崩溃，现在更好地应对困难。对有一些人来说，这意味着在面对挑战时感觉更有韧性，P3 明确地将这个联系到家长优势的增长：

我回头思考「带领者」说每次叫她「女儿」起床的时候，“只要坚持，不放弃，坚持下去，对她保持一致”。好像会给我一种意志力让我坚持下去。（P3，时间段 1）

有一些人表达对自己的教养方式感到被评价这一点有更多的韧性，这让他们能够延续他们更倾向的行为方式。例如，P9（时间段 2）称，选择承受感到（被他的伴侣）负面评价，坚持自己的价值观：在晚餐后，「我想」把所有东西都收好，把桌子擦干净这样，孩子们就在做自己的事情，可能在我做这一切的时候看电视。偶尔我会想“这都没什么，我今晚就做”。当「伴侣」进来的时候家里

一团乱，但孩子们可能过的更好了因为我和他们花时间相处，而不是追在他们身后打扫，这是可以等的。（P9，时间段 2）

主题 4: 追踪：“马太效应”

在追踪的时候，被试被分为感觉到养育经验有改善，并且持续有提升（体验“丰富”，7 个被试）的组别，和感觉到帮助很少的组（体验“差”，P2 和 P6）。累计的优势/劣势经验被称作“马太效应”（Merton, 1968）。

体验“差”的人之间有以下的相似性：i)他们属于 5 个描述负性的做家长体验的人；ii) 只有他们是在时段 1 没有感受到孩子困难有好转的家长；iii) 他们的孩子在组后 SDQ 分数最高；iv)他们属于 3 个有发育性障碍的孩子家长。

对比之下，其他的被试在一开始就体验到作为家长很大程度上的积极体验，孩子太小还没有表现出太严重的挑战，和/或在时间段 1 就已经感受到所有孩子的困难中至少有一个已经得到改善。

在时间段 1 和 2 之间改善最惊人的是 P10.她一开始称养育是“有压力的”“累人的”，但和她两岁的

孩子并没有发生特别的挑战，不确定这个团体是否对她有益。她对于这个团体的整体评价是得到的建议并不总是有用。然而她在时间段 2 称她已经重新树立了权威性，并和她的儿子变得更加亲密：

他更多地问“妈妈我能抱一抱吗，妈妈能亲一下我吗？”这其实挺好的。

她把这样的转变归结于耐性：

在一开始的时候“我的天呐，这没有用”，但现在因为我始终坚持，它开始有用，所以不能只是做一个晚上，然后没有效果就停止，我实际上现在才意识到。（P10，时间 2）

与此类似，P3 和 P4 感到耐性在改善孩子的行为上非常关键。

讨论

这个研究探究的是参与 Solihull 取向育儿团体，UYCB 的家长体验。采用 IPA 分析两个时间点的访谈，揭示出四个主要的主题。

两级的满意度

所有的被试都表达了对于团体的感谢。然而他们的满意程度都落于两种级别之一。主流是在第一层级，对于团体和之后对教养的体验都有强烈的满意程度。在团体内，这些被试重视一种涵容的体验（感到安全地表达他们的焦虑，帮助他们感到更少地情感崩溃，更能够去思考）以及社会支持；在团体外，他们感受到在特定的困难中感到进步，更亲密的亲子关系，加强幸福感。这和之前的反馈也是一致的，绝大部分被试提到他们认为团体很放松，也对于改善孩子的行为有效（Johnson & Wilson, 2012）。在第二层级的被试表达对团体的形式满意，但针对孩子额外的发展需求还不够。UYCB 的理论内容在两个层级内普遍被比较好地接受，尽管“互惠性”这个词似乎有些令人却步。

作为家长的发展

被试报告了他们在想法和行为上的很多变化。整体上他们发展出更具有反思性和共情性的教养风格，有更多的动力去从孩子的视角理解困难。这些改变和可能增强的反思性功能（Fonagy et al., 1991）以及感受到的亲子关系改善是一致的（Fonagy & Target, 1997; Grienberger et al., 2005）被试还报告更多使用策略，边界，提到行为管理的改善。然而对于少数人来说，建议对攻击性或发脾气保持冷静

的策略似乎被误解为忽视该行为，这个建议仅仅在情绪支持来调降的背景下适合（比如，涵容，Douglas,2006）。

自我信念的提升

被试报告对自己育儿能力的信心或者说“育儿的自我效能感”提升（Bandura, 1982; Kendall & Bloomfield, 2005）以及应对能力的改善。有大量的证据说明育儿的自我效能感和育儿的质量（Jones & Prinz, 2005）对养育的享受（Coleman & Karraker, 2000）有关，这和我们的发现也是一致的。被试感到通过获得新的知识以及运用新的方法得到成功经验使他们的信心得到提升，我们假设它会促进自我效能感（Coleman & Karraker, 1997）。他们还认为对困难的正常化会提升他们的自我信念，这被认作是育儿团体疗愈性的机制（Webster-Stratton & Herbert, 1993）。

“马太效应”

考虑到两个级别的满意度，被试在随访中或者称他们的育儿体验有了进一步的改善或恶化，取决

于他们各自在基线的特征是优势还是劣势。例如，有两个在时间段 2 报告情况恶化的家长也是孩子在 SDQ 中得分处于“异常”的困难范围（组后）的家长；另外，他们的孩子有发育性障碍，在时间段 1 感到进步很少。他们感到缺少改善并不意外，因为严重的行为问题超出了普适团体的应用范围；另外，持续的自尊心恶化对于注意力缺陷障碍儿童的家长来说也是典型的（Mash & Johnston, 1983）。然而，还有调节变量可能包括没能在团体后立刻体验到改善，以及在团体中自己与其他团体成员比较没能体验到对他们困境的正常化。这些因素可能会降低家长坚持采用所推荐的改变的动力，而这对被试长期改善是重要的因素。

与其他育儿团体比较

我们的分析结果与其他育儿团体的质性研究结果一致。例如，对于 Incredible Years 教养项目（IYPP, Webster-Stratton, 1998）的评估发现亲子关系改善，通过正常化提升家长的自信心，有效地使用行为策略以及耐性和韧性的提升这些主题（Furlong & McGilloway, 2004; Patterson et al., 2005）。然而在这些研究中家长的理解似乎反映的是针对 IYPP 特点的材料；比如说，给予游戏和鼓励对规则的强化，和

在 UYCB 中关于涵容和互惠性特定的理念的理解一样。

有趣的是，Furlong & McGilloway（2014）在 18 个月后的追踪中发现类似于“马太效应”，在长期来看效果产生分水岭的模式：一些家长持续地体验到改善，另一些体验到恶化。然而与本研究不同的是，在 IYPP 之后的恶化被归结于外在压力阻碍了坚持的韧性，而非孩子的障碍。这个差异的一个解释是，参加 IYPP 的被试了解这个团体是针对孩子有行为问题的父母，而本研究的被试认为这个团体是给所有家长的；体验到恶化的家长因此感受到孩子严重的行为问题比同组的其他孩子更多，感觉到这对他们来说太过泛泛。

其他的差异在 Furlong & McGilloway 不那么强调对于理解孩子视角以及利用家庭和社区资源作为改变。这也可能反映出在两个项目的理论基础的差异：UYCB 专注在共情和关系上，而 IYPP 专注在行为和沟通策略上。可以预想到，在一个依附取向的育儿团体的质性研究结果中，识别出共情和改善沟通的主题，和本研究也是一致的。

总而言之，在 UYCB 团体中家长的体验和在其他育儿团体的家长体验是相近的，都具有支持性的家长团体中普遍具有的好处。在某种角度上来说，与其他育儿团体有重合度并不意外，因为 UYCB 整

合了依附关系和行为的理念。甚者，识别出育儿团体的有效成分的分析（例如，Kane et al., 2007）可能会将这些素材聚合到一起。然而关于互惠性和涵容的信息，以及涵容的环境，似乎是 UYCB 经验中有影响力且独特的特征。

局限

本研究的局限是没有控制组，我们没有办法确定孩子或家长的正常发展是不是就能解决任何困难。但有几个被试在时间段 1 对于改善效果的肯定，使得正常发展可能并没有产生重要的影响作用。另一个据显示本研究没有包括从团体中退出的家长，样本可能会向对团体有积极体验的家长有倾斜导致偏见。对于孩子困难的评估也局限在 SDQ 的使用上，这仅适合于 3 岁以上的儿童，因此对于四个被试来说并不适用。还有三位被试在团体前的 SDQ 分数（由带领者作为常规评估的一部分进行施测）并没有完成，以及一个被试在团体前和团体后填写的 SDQ 评价的是不同的孩子。因此对于团体前和团体后 SDQ 分数的比较仅限于两个被试。最后，在分析结束后给被试分发了发现结果的总结，而不是请他们对访谈问题和编码进行审核，后者可能会提供额外的效度检验。

结论和建议

被试的主体都对团体，对于孩子的行为改善，他们养育的体验，自信心和应对能力有强烈的满意程度。他们似乎发展称更加有反思性和同情能力的家长，运用团体教授的心理学理论，并且更有效地运用行为管理策略。涵容的分为和朋辈支持也是团体中一个宝贵的元素。

这些发现令人鼓舞，也预示着 UYCB 是一个对孩子有常见或中等程度行为问题的家长来说有益的有价值的项目。虽然这些被试的经验与参加其他团体的经验有很多相同之处，参与的效果似乎确实与团体内所反映的特定理念有关。调节因素包括孩子有严重的困难，没能在体验到困难的早期改善，难以坚持实施建议，感觉到自己孩子的问题明显比组内其他人更糟。未来的研究可以借助定性的方法来澄清这些因素，持续地招募直到饱和（例如，扎根理论，Glaser & Strauss,1967）。

这些研究让我们对未来实施 UYCB 有一些建议：

- 排除孩子有严重问题或发育性障碍的家长，哪怕是没有更合适的支持情况下。本研究发现这些家长可能会由于和典型发育的孩子家长进行不利于自己的比较而产生不适。我们因此支持发展针对

特定障碍的 UYCB 项目，例如自闭症谱系障碍或注意力缺陷障碍，或是为孩子有复杂需求的家长提供团体，包括社会工作的介入。

- 为“互惠性”替换一个通俗的说法。
- 更强调保持“冷静和涵容”与“让自己保持距离”之间的差异，避免当需要涵容和情绪调节的时候家长无视攻击性行为。
- 更多强调坚持的重要性。
- 对在后期仍然未能感受到困难有任何改善的家长提供额外的支持。

关键信息

- ◆ 关于育儿团体的质性研究对定量研究是重要的补充。本研究展示了对 Solihull 取向育儿团体“理解孩子的行为”的深入定量评估，该项目已经有较好的定量证据基础。
- ◆ 从家长的角度来看，UYCB 成功地达到了它的目的，传达了它的理论原则（例如，反思，通过涵容，互惠和敏感的行为管理提供滋养），尽管改变发生的途径可能与其他团体项目的过程相似（例如，

社会支持)。

- ◆ 与较差效果（少数成员）相关的调节因素包括孩子的问题更严重，没能在早期体验到困难的改善，难以坚持实施建议，感到孩子的困难明显比同组的其他人更糟。
- ◆ UYCB 的改善：可以使用更简单的语言，为有复杂需求的家长开展单独的团体，更多强调对建议的坚持，对改变更加困难的家长提供额外的支持。
- ◆ 作出这些改变，并且继续展开研究来发展更有效的与策略一致的项目版本，来扩充基于实证的育儿团体。

利益冲突

R.J.是教养团队的经理人，协调各种项目，包括 Solihull 取向的项目。

致谢

我们非常感谢 Solihull 取向的几位成员和 Solihull CAMHS 团队的后勤支持，以及队研究设计的建议：

Tracy Mansbridge, Lisa Baker 和 Olivia Parker. 我们也非常感谢 Michael Larkin 博士队数据分析的支持, Samantha Day 博士对最终的主题进行可信度的评审。还感谢 Georgina Atkins and Sallyann Sutton 在后勤上的支持。以及伯明翰大学提供的资金支持。

参考文献 (略)

附录：访谈提纲

访谈 1（在团体结束后立刻进行）

1. 您能告诉我您家里都有谁吗？（提示：儿童、父母、家庭成员和被试的年龄）
2. 在您开始这个小组之前，您会怎么描述做父母是一种怎样的体验？
3. 您是怎么加入这个团体的？
4. [如果相关]有什么帮助到您，让您迈出进入小组的第一步？
5. 您之前以为这个小组会是什么样的？
6. 在小组里是什么感觉？
7. 您在小组里做了什么？
8. 团体让您对自己和自己的育儿技能有什么样的感受？

提示：您能想到任何您对待孩子的方式和入组之前不一样的时刻吗？

提示：您有没有发现自己会思考一些团体里提到的事情？

提示：您有没有和其他人谈过在团体里的内容？

9. 团体中有哪些方面是有帮助的？
10. 团体中有哪些方面是不合理或您不喜欢的？ [关于团体的任何事情…]
11. [如果相关]您有注意到在参加团体之后，您和孩子的关系是什么样的吗？ 如果有的话？ [提示：这是新的吗？ 您有没有意识到是什么带来了这种不同？]
12. [如果有困难] 养育孩子过程中的困难在参加团体后有什么变化吗？
13. 有没有哪几次团体咨询没有参加？ 原因是什么？
14. 您对如何改善这个团体有什么建议吗？
15. 您对于刚参加几次团体并考虑要退出的家长会说些什么？

访谈 2 （在参加团体 9-11 个月后）

1. 我很感兴趣去了解您养育孩子的经历。在您完成团体之后，情况变得如何？ 「提示：孩子的行为，与孩子的关系」
2. 「如果相关」上次我们见面时您提到了有关 x 的一些问题。从我们上次见面以来，与 x 有关的情

况进展如何？

3. 能否和我讲一讲，您是否还会思考团体中的内容并且运用这些想法？

提示：您能想到任何您对待孩子的方式和入组之前不一样的时刻吗？

提示：您有没有发现自己会思考一些团体里提到的事情？

提示：您有没有和其他人谈过在团体里的内容？

4. 我很感兴趣了解团体给您生活中日常最有帮助的内容是什么？如果有的话？

5. 自从您参加团体之后，如果我问您的孩子，您觉得 ta 是否会注意到您有任何改变？

6. 团体中有哪些部分您没能尝试或没有效果？您觉得这是因为什么？

7. 参加完这个团体让您对自己以及您的养育技巧有怎样的感觉？

8. 您对于这个如何改善这个团体有什么建议吗？