

R&D LAB

爸爸角色學術研究彙報

2019年7月號

# 做個懂得閱讀內心的爸爸~

父親心智敏銳度之研究文獻回顧



維護家庭基金  
Family Value Foundation  
of Hong Kong Limited

R & D  
Lab research development  
子女成長研究平台  
維護家庭基金

本彙報是一份研究文獻回顧。R&D LAB 旨於製作更多有助讀者認識家庭價值、父親角色的知識刊物、工具及產品，更讓我們掌握世界及本地最新有關全世界在爸爸角色上的學術研究成果，增進知識，以提昇各界一起維護家庭的決心和能力。

督印                               ： 溫南聲  
策劃及編輯                       ： 招雋寧  
文稿                                ： 劉一鋒、招雋寧  
出版                                ： 維護家庭基金 R&D LAB  
版權所有 2019 © 維護家庭基金

# 做個懂得閱讀子女內心的爸爸: 引言

父職研究及培訓經理 招雋寧

嬰幼兒的表達和理解能力在發育起步的階段時，已對外界的刺激有情緒反應。他們都靠父母和其他人所給予的提示，學習疏理自己的想法和情緒，並且表達需要。

父母愈敏銳，能夠在意嬰幼兒的身心需要，就愈能給予適切的回應。嬰幼兒就能與父母互動，明白別人內心及內心被明白的兩種需要都漸漸得到滿足，在人際關係上就能建立安全感。每個人都渴望關係。研究告訴我們，為子女建立健康關係的人生，關鍵是父母是否願意從小就與孩子的內心「同步」。

「心智敏銳程度，Mind-mindedness」這概念在 20 世紀 90 年代末，由美國心理學家 Elizabeth Meins 和他的同事開發。最初研究的是媽媽敏感的程度，後來研究進一步研究爸爸方面。心智敏銳為教養方式帶來啟迪。

本期彙集收錄了來自美國、韓國、荷蘭和香港的學者，他們分別觀察了父母的敏銳度（尤其涉及爸爸）對於子女的理解別人能力、安全感、情緒調節、說謊等層面的影響。深盼這期彙集讓每位爸爸看得見，嬰幼兒都是有自主、意識、喜好、記憶、感受的人，送子女一份與人建立健康關係的能力。

# 父親的心智敏銳度高 有助孩子發展心智理論

劉一鋒

有關孩子心智理論 ( Theory of mind ) 的研究在近年漸增。心智理論是指一個人能夠理解其他人的想法、情緒和行為的能力，包括理解自己、他人、一個群體和整個社會。讓孩子明白到，自己擁有和其他人不同的信念、慾望、意圖和情緒。學者表示，心智理論與孩子的社交認知技能 ( Sociocognitive skills ) 的發展有直接關係。心智理論能力強的孩子，日後的社交能力和社會適應能力都會較強。相反，心智理論發展遲緩的孩子，日後與他人建立人際關係時會更加吃力。

5

## 父親的心智敏銳度會否同樣發揮影響？

心智敏銳度 ( Mind-mindedness ) 是指父母能夠理解子女的內心想法，例如意圖、記憶和慾望，並且能夠在與子

女的交談中，正確地描述出子女的真正想法。一項 2003 年的研究指出，缺乏心智敏銳度的母親，她們往往會誤解子女的真正想法。有研究就指出，母親的心智敏銳度，是會影響子女的心智理論的發展。學者就推測，父親的心智敏銳度也會影響子女心智理論的發展。

鑒於包含父親心智敏銳度的數據研究甚少，一位來自美國心理學系的學者，在 2013 年 2 月發佈一項研究父親和母親心智敏銳度的研究文獻。學者在美國招募了 39 對父母和他們的子女接受研究，子女平均年齡 4 歲。學者分別與父母和子女進行了不同的實驗，探究父親和母親的心智敏銳度是如何影響子女的心智理論能力。

6

### 父母著重的是子女內心還是行為

學者分別與父母進行單獨的訪問，邀請他們用話語描述子女的個人特徵。學者評估父母是傾向描述子女的心理活動，還是傾向描述子女的身體或行為特徵。傾向描述子女心理活動的父母，代表他們的心智敏銳度高，更加理解和明白子女的內心想法。學者又安排父母和子女玩一款拼圖遊戲，從而觀察遊戲中父母與子女的交談，測量父母的心智敏銳度。當

父母能夠在遊戲過程中給予子女適當的指示，成功地協助子女完成拼圖，表示這些父母的心智敏銳度高。

### 用「錯誤信念實驗」量度幼兒理解別人內心的能力

另外，學者和子女進行了一項物件轉移的錯誤信念實驗（Object transfer false belief task），來測量子女的心智理論能力。實驗中，有兩個人物和一件玩具，人物一為 Ernie，人物二為 Big Bird。Ernie 的箱子裏放有一件玩具。趁著 Ernie 離開一陣的時候，Big Bird 將一件玩具從 Ernie 的箱子中，移動到了自己的箱子中。學者然後問子女，Ernie 回來的時候，他會首先向哪個箱子尋找玩具？如果子女回應，Ernie 首先會在自己的箱子中尋找玩具，因為他並不知道玩具被 Big Bird 偷偷地移動了，這是正確的答案。相反，子女的答案是 Ernie 首先尋找 Big Bird 的箱子，則是錯誤的答案，因為 Ernie 並不知道玩具被 Big Bird 移動了。回應錯誤的子女，表示他們理解其他人的信念有困難。透過這項實驗，學者能夠測量子女的心智理論能力。

### 父親心智敏銳度與子女的心智理論成正比

研究結果顯示，訪問中，傾向描述子女心理屬性的父親，代表這些父親擁有高的心智敏銳度，而他們的子女心智理論評分也是高的。學者形容是首次發現這種正相關。心智敏銳度高的父親，表示他們更加了解子女的內心想法，從而影響了子女的心智理論的發展。在平時的親子交談中，父親能夠描述出子女的內心想法，令到子女更加了解自己和其他人的想法，從而刺激子女發展心智理論能力。

母親的敏銳度預測了子女的心智理論能力。父親的心智敏銳度與母親的有同步跡象，又特別與社經地位相關。學者形容需進一步研究父親是如何對子女的心智能力發揮影響。

8

參考:

Lundy, B. (2013). Paternal and maternal mind-mindedness and preschooler's theory of mind: the mediating role of interactional attunement. *Social development*, 22(1), 58-74.

轉載請註明：

轉載自「劉一鋒 (2019) 父親的心智敏銳度高 有助孩子發展心智理論。維護家庭基金爸爸角色學術研究彙報 (2019年 7 月號)」



# 父親的心智敏銳度 和子女說謊行為的關聯

劉一鋒

根據一項 2013 年的研究，年僅 2 歲的幼兒就已經懂得說謊。幼兒說謊的動機通常是向父母隱瞞自己犯下的錯，來逃避可能受到的懲罰。學者指出，父母的教導方式和子女的說謊行為是有關聯的。子女在一個充滿懲罰性的環境下成長，令到子女更容易培養說謊的習慣。

9

## 明白別人內心前 幼兒已懂得說謊

有研究指出，幼兒大概在 4 至 5 歲的時候開始明白錯誤信念 ( False belief understanding ) 的概念。錯誤信念是指察覺別人對事物擁有不符合事實的信念。有研究發現，幼兒開始明白錯誤信念的時候，他們的說謊次數也開始增加，錯誤信念或許是幼兒懂得說謊的源頭？一項 2013 年的研究顯示，加拿大的幼兒早在 2 歲的時候已經懂得說謊，比幼兒進入明白錯誤信念的年齡早 2 年。學者推測，或許有另一樣因

素影響幼兒的發展說謊的能力。

### 香港最新研究揭影響幼兒說謊的因素

為了解答幼兒懂得說謊年齡和明白錯誤信念年齡的差距，3位來自內地和香港的學者，在2017年6月發佈了一項研究幼兒說謊起源的研究。學者在香港的幼稚園招募了93名幼兒和他們的父母接受調查，幼兒年齡介乎3至6歲。學者分別與父母進行單獨的訪問，邀請他們用話語描述子女的個人特征。學者評估父母是傾向描述子女的心理活動，還是傾向描述子女的身體或行為特徵，從而測量父母的心智敏銳度 ( Mind-mindedness )。

10

### 量度幼兒說謊程度的方法

學者又和子女進行了，物件轉移的錯誤信念實驗 ( Object transfer false belief task ) 和抵抗誘惑測試 ( Temptation resistance task )，分別測量子女對錯誤信念的理解和說謊能力。在抵抗誘惑測試中，學者告知子女如果能夠猜對藏在杯子裡的物件，就會獲得獎賞。然後學者離開房間，讓子女與杯子獨處，觀測子女會否偷看杯中物，從而獲得獎賞。然後，學者會問子女有否偷看，衡量孩子有否說謊。

學者將幼兒說謊分為 4 類，(1) 沒有偷看杯子的 (2) 有偷看和承認的 (3) 有偷看並且否認，但沒有合理解釋的 (4) 有偷看並且否認，和有策略地辯解的。第(4)類是最複雜的說謊行為。

### 父親有敏銳心智 子女更能理解世界運作

研究結果顯示，幼兒的說謊程度和父母的心智敏銳度有關聯。影響不單來自母親，父親的心智敏銳度同樣有影響。心智敏銳度高的父母，能預測其子女愈「懂」說謊。學者強調，這並不代表心智敏銳度培養說謊習慣。相反，說謊能力是一個現象，反映這些幼兒擁有調適的自主能力，能理解在越軌處境中別人有何想法，以及反映想在事件中預期和逃避後果。

研究確認了 3 至 6 歲的幼兒明白錯誤信念以先，就已經有充分能力說謊，並且無分年齡大小。學者分析說謊能力來自父親和母親的教養，並與香港「保持和諧」和「避免衝突」的文化有關。

參考

Wang, L., Zhu, L., & Wang, Z. (2017). Parental mind-mindedness but not false belief understanding predicts Hong Kong children' s lie-telling behavior in a temptation resistance task. *Journal of Experimental Child Psychology*, 162, 89-100.

轉載請註明：

轉載自「劉一鋒 (2019) 父親的心智敏銳度 和子女說謊行為的關聯。維護家庭基金爸爸角色學術研究彙報 (2019 年 7 月號)」

# 父親的心智敏銳程度

## 對幼兒調節情緒有獨特幫助

招雋寧

剛出生的孩子已有情緒，卻不懂得表達和調節，父母可以如何幫助他呢？

### 父母敏銳幼兒內心 有助幼兒調節情緒

來自荷蘭的兒童發展學學者團隊在 2018 年發表研究。他們透過量度嬰幼兒遇上陌生人的心跳變化，找出父母的心智敏銳度如何影響幼兒調節情緒的能力。

13

建基前人的研究成果，學者團隊假設父母敏銳幼兒的內心活動，就幼兒的情緒作出恰當的回應，能幫助他們表達和調節情緒。爸爸與幼兒的互動比較活潑，刺激、不可預測和帶動情緒，學者特別想知道爸爸的敏銳度，對兒童情緒發展有甚麼獨特的影響。

### 學者量度心跳、敏銳度和教養質素

學者分別在幼兒 4 個月和 1 歲大時，透過親子自由玩

樂的過程，觀察父母是否有足夠敏銳，包括是否描述幼兒的認知層面（你知道這來自動物園）、喜好（你唔鐘意這公仔）和情緒（見到車仔，好興奮），此外又看幼兒會否表達自己的想法（我想你抱我）。

學者又量度了父母的教養質素，包括了適切回應、控制干預、溫暖感和否定的程度。最後，學者團隊透過量度幼兒面對陌生男人對話和身體接觸時的心跳變化，以確認幼兒調節自己情緒的能力。因為有醫學研究顯示人的情緒會影響心跳速度。

### 爸爸較遲才發揮獨特影響

14

結果顯示，敏銳度不足的爸爸會誤解幼兒內心想法，或將自己的想法強加在幼兒身上。在陌生人實驗裡，這類幼兒調節自己情緒的能力明顯較弱。

學者發現爸爸的影響較遲。在幼兒 4 個月大時，媽媽對內心的敏銳已發揮影響，為幼兒在 1 歲時的調節能力鋪路。但是爸爸的影響要到 1 歲量度時才出現。

學者估計，孩子日漸成長，到較後期始能理解得到爸爸那種比較複雜的相處訊息。當幼兒 12 個月大時，新手爸爸和媽媽的敏銳程度呈現同步，又反映了夫妻間會相互影響，

需要花時間調整相處模式。

此外，結果又顯示了爸爸的教養行為，包括能回應幼兒需要、少禁制幼兒的自主、父愛充沛等，均有助幼兒調節自己的情緒。在媽媽身上，並沒有找到這種影響方式。

分析指，心智敏銳度強的爸爸，能夠準確和適切地回應幼兒內心想法，從而提升幼兒的安全感。相反的話，爸爸更容易出威嚇和強制的教養行為。這是爸爸獨特的影響。

參考

Zeegers, M., De Vente, W., Nikolić, M., Majandžić, M., Bögels, S. & Colonesi, C. (2018). Mothers' and fathers' mind-mindedness influences physiological emotion regulation of infants across the first year. *Developmental Science*, 21, 1-18.

---

15

轉載請註明：

轉載自「招雋寧 (2019) 父親的心智敏銳程度 對幼兒調節情緒有獨特幫助。維護家庭基金爸爸角色學術研究彙報 (2019 年 7 月號)」

# 父母的心智敏銳度 十年的追蹤研究

劉一鋒

根學者將心智敏銳度描述人為一個獨立的個體，有自己的思想、想法、意欲、情緒和慾望等等。心智敏銳度在家長的教養方式中，也擔任著重要的角色。

## 父母的積極回應 助子女發展安全感

學者發現父母對子女的回應度，會影響子女的成長。父母的回應度 (parental responsiveness) 是指，父母對孩子需求的回應程度，包括細心度、支持度、親子之間的協調、回應時充滿情感和安撫孩子憂慮情緒的能力。已有研究發現，高回應度的父母，與他們的心智敏銳度是有關聯的。他們通常會視子女為一個獨立個體，並擁有自己的情緒、慾望和內心想法。

2016 年曾有研究顯示，父母的心智敏銳度和回應度會預測子女的安全依附度 (attachment security)。學者想研究父母如何影響孩子安全依附度發展。



## 長達 10 年的縱向研究

來自美國和韓國的學者，在 2019 年發佈一項研究父母心智敏銳度和子女安全依附度關係的文獻。這是一個長達 10 年之久的縱向研究 (Longitudinal study)。學者在美國招募了 102 對父母和他們的子女接受調查，學者在子女 7 個月大、15 個月大、2 歲和 10 歲的時候，和他們進行實驗，測量父母的心智敏銳度、回應度，以預測子女安全依附度的發展趨勢。

在子女 7 個月大的時候，學者安排父母餵食、清潔和玩玩具。學者然後記錄低父母與子女的對話，並將表達分為兩類：心智敏銳的意見(mind-minded comments) 和與內心不同步的意見 (non-attuned comments)。

在子女 15 個月大的時候，學者安排父母和子女進行不同活動，例如餵食、幫助子女洗手和進行模仿測試 (imitation task)，製作一個搖鈴、斟茶和清潔桌面。學者分析子女模仿過程時，父母給他們的指示和協助，來測量父母的回應度 (responsiveness)。

學者在子女 2 歲和 10 歲的時候進行 2 至 2.5 小時的親子互動實驗，再給子女的安全依附度 ( Child attachment

security) 進行評分，測量包括：子女的情緒、對父母言語的接受程度、父母安撫時的效果、子女對自己行為的自信心、活動過程的享受度和子女樂於分享自己想法的開放度。

### 父親的敏銳較遲

研究顯示父親和母親發揮的影響不同。孩子還年幼時，父親未有母親那種敏銳的模式。但在子女 15 個月以後，愈能掌握敏銳回應的父親，愈能提升往後子女的安全依附度，不論是直接還是間接發揮影響。

母親的影響較早和直接。母親在子女兒時的發表敏銳心智的意見，會直接預測到母親 15 個月時的回應度，然後再直接預測 2 歲和 10 歲時子女的安全依附度。

學者解釋，這與父母擁有不同的教養習慣有關，母親作為女性，可能傾向給子女提供溫暖和安撫的作用。父親則更加著重子女活動的挑戰性，因此父母擁有不同的發展趨勢。這次研究確認了父親對子女心智敏銳，對孩子安全依附度的發展有獨特影響。

參考

Miller, J. E., Kim, S., Boldt, L. J., Goffin, K. C., & Kochanska, G. (2019). Long-term sequelae of mothers' and fathers' mind-mindedness in infancy: A developmental path to children's attachment at age 10. *Developmental Psychology*, 55(4), 675-686.

轉載請註明：

轉載自「劉一鋒 (2019) 父母的心智敏銳度 十年的追蹤研究。維護家庭基金爸爸角色學術研究彙報 (2019 年 7 月號)」

## 關於維護家庭基金

維護家庭基金於二零零七年成立，是一間本地慈善機構，致力維護及倡議家庭價值的重要。我們希望城市中每個家庭都能夠快樂地生活，並能建立和守護家庭內每一位成員健康成長。基金的抱負是透過政策倡議、伙伴協作、訓練發展及公眾教育四個核心工作領域，以建設我們的城市成為實踐家庭友善的社會；努力建立社會新一代的婚姻觀；守護年青人成立的新家庭；以及喚醒社會有責任確保家庭制度能有效發揮建立和守護下一代的作用。基金於二零一五年成立「好爸爸中心」事工，推動父親角色對子女成長的重要。二零一七年，好爸爸中心進駐太子弼街基督教大樓。

電話(Tel) : 8101 3338

Whatsapp : 5320 3733

好爸爸中心 : 九龍太子弼街 56 號基督教大樓 7 樓

電郵(Email) : [info@familyvalue.org.hk](mailto:info@familyvalue.org.hk)

網址(URL) : <http://www.familyvalue.org.hk>

FACEBOOK 專頁 : [www.facebook.com/FamilyValueFoundation](http://www.facebook.com/FamilyValueFoundation)

20

### 歡迎捐款支持好爸爸中心事工

恆生銀行 368-196606-883 「維護家庭基金有限公司」

(把存根 Whatsapp 至基金 5320 3733)

100 元以上捐款可獲免稅收據