

爸爸的陪伴好重要：父職參與對兒童發展的影響

行天宮醫療志業醫療財團法人 恩主公醫院早期療育中心

周玟萱 臨床心理師

在過去的年代，「父親」給我們的形象通常比較嚴肅、權威、堅強且附有責任感。大部分的人認為相較於母親，父親們會花比較少的時間跟兒童相處。但是隨著社會結構改變，傳統的性別刻板印象受到挑戰，社會對於父親的角色期待也出現許多轉變。現在已經有越來越多專家和研究指出，父職參與(Father Involvement)對兒童發展相當重要。它能夠影響兒童的認知、動作以及社會情緒能力發展，同時也與兒童未來的表現息息相關。

【成為促進孩子認知發展的關鍵角色】

事實上有學者指出，父職參與多寡與兒童的認知能力發展呈現高度相關。認知發展是一個相當廣泛的概念，它涵蓋了人類的注意力、執行功能、記憶力、語文理解能力、語文表達能力、知覺推理能力等。整個認知發展的過程，除了兒童本身的能力，適度的環境刺激也相當關鍵，因此來自父母的支持與陪伴，就會是兒童早年認知發展的關鍵。事實上，父親們無論是與兒童進行語言交流，或者一起組織遊戲活動，都可以充分促進兒童對情境的理解與表達能力。特別是在遊戲過程中，父親與兒童都必需投入的觀察共同目標，兒童的記憶力和注意力也能獲得進步的機會。學者的調查研究更指出，父職參與程度較高的兒童，他們未來通常擁有比較好的學業成就。

【動腦也動手：與孩子一同探索世界】

同時也有學者經過調查後發現，跟兒童的母親們相比起來，父親們其實更熱衷於帶領

兒童參與大動作遊戲。而且他們更有意願帶領兒童四處探索、冒險和從事比較具有挑戰性的體能活動，因此許多重要的粗動作技能，也會在與父親互動的過程中大幅的進步。

【成為孩子的心靈避風港】

父職參與對兒童的社會情緒能力發展，也有非常重要的影響。研究指出，在父親的引導下，兒童將能夠累積更多元的生活以及遊戲經驗，這會讓兒童對自己的能力越來越有信心，同時也在玩樂的過程中，練習如何自行調節負面情緒。同時父親在待人處事上的態度以及策略，也是兒童學習人際互動技巧的重要楷模。另外，父親在兒童遇到挫折的時候，提供情緒支持或者具體的協助，也能促進親子之間的信任，對兒童未來的人際關係經營方式產生正面影響，同時也能大幅減少兒童出現干擾行為的可能性。

【主動分攤育兒事務，讓孩子在父愛中成長】

學者認為，父親可以透過以下三種教養方式影響兒童的發展歷程，包含：(1)直接且積極與兒童互動 (2)在兒童需要協助時，即時出現在他們身邊並且積極傾聽、思考與回應 (3)適度的設立互動界線，引導兒童遵守社會規範與避開危險。另外有學者補充說明，無論是直接地提供照顧與陪伴，或是透過提供物質、資源等方式，只要父親們可以在照顧過程中提供溫暖真誠的關懷、主動關心兒童目前的生活狀況、為兒童正在進行的活動進行品質把關，對兒童的發展以及日後成長，也會產生具有影響力的成果。

【爸爸也需要學習育兒技巧】

儘管有研究的支持，父親投入育兒相關事務的程度仍然受到許多因素影響，例如：父親對自己照顧技巧的信心程度、父親們實際擁有的照顧技能、兒童的人格特質和性

別、社會支持多寡、社會氛圍轉變、來自政策的鼓勵等。

事實上，研究指出父親在面臨育兒任務時，也會感到焦慮和擔憂，特別是新手父親。因此在父親試著照顧幼兒時，我們不妨給予更多鼓勵和支持，並且強調他們已經做得很好的地方。這將有助於提升父親們的信心，使他們更有動力參與育兒相關事務，參與程度提升後，父親們對於兒童的需求也會更加敏銳，形成良性的循環。

來自配偶的支持，對父親們來說更是重要。儘管性別刻板印象如今受到的挑戰已然加劇，我們的社會對於兒童的母親，依然抱持相當高的期待。在分配家庭照顧責任時，母親們往往也會不自覺得受到影響，一不小心就把多數跟育兒有關的事物，攬在自己身上，除了給自己帶來壓力，也讓父親們少了許多可以參與育兒事務、學習照顧技巧的機會。

因此母親們不妨將部分的育兒事務交給父親們執行。事實上，沒有人天生就是養育小孩的高手，育兒過程中難免都有發生衝突或是犯錯的可能性，父親和母親如果能夠把彼此視為可信賴的夥伴，扶持彼此度過瓶頸，對兒童的身心發展來說，也具有非常正面的影響。

【文獻參考】

1. Rollè, L., Gullotta, giulia , Trombetta, T., curti, L., gerino, E., brustia, P., & Caldarera , A. m. (2019, October 25). *Father Involvement and Cognitive Development in Early and Middle Childhood: A Systematic Review*. National Library of Medicine. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC6823210/>
2. Nabavi, R. T., & Bijandi, M. S. (2024, December 6). *Bandura's Social Learning Theory & Social Cognitive Learning Theory*. ResearchGate. https://www.researchgate.net/publication/267750204_Bandura's_Social_Learning_Theory_Social_Cognitive_Lea
3. McBride, B. A., Dyer, w Justin , Liu, Y., Brown, G. L., & Hong, sungjin . (2024, November 18). *The Differential Impact of Early Father and Mother Involvement on Later Student Achievement*. National Library of Medicine.

<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC4235963/>

4. Neshteruk, C. D., Jones, D. J., Skinner, A., Ammerman, A., Tate, D. F., & Ward, D. S. (2020, May 1). *Understanding the Role of Fathers in Children's Physical Activity: A Qualitative Study*. National Library of Medicine. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32283541/>
5. Zahra, J., Sebire, S. J., & Jago, R. (2015, August 26). "He's Probably More Mr. Sport than Me"--a Qualitative Exploration of Mothers' Perceptions of Fathers' Role in Their Children's Physical Activity. National Library of Medicine. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26306617/>
6. Harris, R. d. (n.d.). *A Meta-Analysis on Father Involvement and Early Childhood Social-Emotional Development*. Applied Psychology Opus. https://wp.nyu.edu/steinhardt-appsych_opus/a-meta-analysis-on-father-involvement-and-early-childhood-social-emotional-development/
7. Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011, February 3). *The Impact of Enhancing Students' Social and Emotional Learning: A Meta-Analysis of School-Based Universal Interventions*. Wiley Online Library. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x>
8. Jones, D. E., Greenberg, M., & Crowley, M. (2015, September 10). *Early Social-Emotional Functioning and Public Health: The Relationship Between Kindergarten Social Competence and Future Wellness*. American Journal of Public Health (Ajph). <https://ajph.aphapublications.org/doi/full/10.2105/AJPH.2015.302630>
9. Jessee, V., & Adamsons, K. (2019, March 13). *Father Involvement and Father-Child Relationship Quality: An Intergenerational Perspective*. National Library of Medicine. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC6415916/>
10. Cabrera, N. j., Volling, B. L., & Barr, R. (2018, January). *Fathers Are Parents, Too! Widening the Lens on Parenting for Children's Development*. Research Gate. https://www.researchgate.net/publication/322360567_Fathers_Are_Parents_Too_Widening_the_Lens_on_Parenting_for_Children's_Development
11. Cabrera, N. j., Volling, B. L., & Barr, R. (2021, May 13). *A Systematic Review of Father-Child Play Interactions and the Impacts on Child Development*. National Library of Medicine. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8153002/>
12. Cano, T., Perales, F., & Baxter, J. (2018, September 25). *A Matter of Time: Father Involvement and Child Cognitive Outcomes*. Wiley Online Library. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/jomf.12532>