

家長想要當虎爸虎媽時，要記得想想這個實驗，

免得誤入歧途呀...



## 親子教養進化史

### 家長應該知道的幾個科學實驗

有幾個研究親子關係以提醒我們應該怎麼做才會對孩子最好的傑出實驗，如果家長知道應該是相當有趣又有益的。

先談一談哈洛（Harlow）的恆河猴實驗，1959年哈洛設計一個實驗（現在看起來是相當沒有研究倫理的），小猴子一生下來就與母親分開，在接下來的時間裡由兩個代理媽媽照顧，這兩個代理媽媽都是假的，都有一個模型猴媽媽的頭，但一個是鐵絲做的身體，另一個則是用軟綿綿的絨布做的，鐵絲媽媽胸口有奶瓶供吸吮，絨布媽媽沒有奶瓶，猜猜看，小猴子喜歡哪一個代理人？

結果是：即便鐵絲媽媽有奶喝，小猴子沒事卻喜歡找軟綿綿的代理媽媽磨蹭，他們甚至一喝完奶馬上由冷冰冰的鐵絲媽媽那裏跑到絨布媽媽處依偎著；傷心害怕時，更不會跑去找有奶的鐵絲媽媽。

想要當虎爸、虎媽時，心裡得記得這個實驗，免得誤入歧途，適得其反呀！

1965年心理學家席林格曼與麥爾（Mark Seligman and Steve Maier）設計了一組稱為"習得的無助"（learned helplessness）實驗，實驗由簡入繁，簡單地說，實驗狗被電擊，如果狗兒有方法可以逃離（按下槓桿或跳過隔網），在實驗結束後，狗兒會恢復正常；反之，如果狗兒只能被電擊卻無法對抗，最後牠只會趴在地上，放棄嘗試，事後也有憂鬱的現象。進一步的實驗更顯示，原來就無法阻止電擊的狗，即使放置到一個新的環境（在這裡只需很簡單的嘗試便可脫離電擊之苦），他們卻直接放棄，毫無努力改變的意念，席林格曼還把實驗衍生到大學生，當然不是用電擊，而是用噪音干擾，所得結果是一樣的。

再怎麼努力也無用的持續性失望，可以把狗與人都打趴！不再有理由願意嘗試進步，這是一種無比深沉的悲哀，父母親要責罵孩子時要想到這個實驗；要讚美時也要想到這個實驗，因為無論無效的讚美也可能使孩子失去動機啊！



1975年愛德華楚尼克（Edward Tronick）與他的同事們也做了一個簡單又精彩的撲克臉實驗（still face experiment），他們觀察到幼兒在與媽媽高興的互動後，媽媽"變臉"了---變成一張毫無表情的撲克臉，三分鐘後孩子開始不安，並試圖引起母親注意，當他的努力沒有得到母親回應後，孩子變得退縮，甚至出現絕望的表情，這個實驗因為重複做都顯出一樣的結果，被視為可信度很高的實驗。

楚尼克的實驗生動地讓我們見識到了嬰幼兒的認知力，他們了解臉部表情與情緒的關係，也知道撲克臉產生時，彼此之間的聯結有了問題，還會試圖挽救，這個挽救計畫包羅萬象：揮手，喚起媽媽注意的笑聲，搖頭晃腦，擺動身體都有了。

實驗也顯示幼兒只對"生物"（媽媽、爸爸、照護者）有這種反應，也就是說，他們很了解"物體"（如玩具）是不會與他們互動的，因此不會有上述的挽救計畫。這清楚的告訴我們，即使小如嬰幼兒，他們對社會性反應的分類能力是很強的！別想用"物體"來取代"生命體"來誑騙他們喲！

想要用玩具或電視來當褓姆的忙碌父母，有時候要記起這個實驗----還是親身與孩子互動才好呀！

---

#### 文章作者介紹：廖璽璜醫師

畢業於台北醫學大學醫學系，在從事小兒科醫師工作20年後，赴美國西雅圖取得諮商心理學碩士，並於西雅圖擔任亞洲諮商輔導轉介中心義工迄今，長期參與當地社區飲食障礙支持團體工作。

在10年近身觀察飲食障礙患者後，深深覺得將此症的正確知識介紹給台灣民眾是十分急迫的事。因為在無遠弗屆的網路力量下，台灣社會已無可避免地全盤接受西方「瘦即是美」的觀念，精神科醫師雖已發現飲食障礙症的發

生率正不斷急速攀升，而我們民眾對飲食障礙症的瞭解及社會對病患的協助卻遙遙不及。

故，成立社團法人杏璞身心健康關懷協會，擬由心理衛生教育著手，藉由情緒教育推廣、正確身體意象宣導及飲食障礙講座，幫助民眾建立正確觀念。

#### 插圖繪者介紹：程廣莉

學歷：中國醫藥大學

嗜好：繪畫（油畫、國畫、絹畫）、拼布