

第三章 研究結果

本章分為兩節，第一節以個案分析的方式說明每位受訪者其個人與環境契合的情形與所知覺父母教養態度對其影響。第二節則說明個案的身心症狀與其個人與環境契合的關係。

第一節 個案分析

此節之研究結果係依據本研究之分析模式，從受訪之三十三位學生中選取模式中各部份資料完整的十位個案進行分析。其中四位男生，六位女生；正向父母管教態度組五名，負向父母管教態度組五名。分別說明每位受訪者的個人與環境契合情形與知覺父母教養態度對其之影響，另訪問個案九與個案十的母親，以其提供之資料輔助說明父母教養態度對孩子適應的影響。以下分別就每位個案進行分析。

個案一（女生）：正向父母管教態度組

個案一之晤談資料中所提及之環境事件，可概分為兩大類：一為功課；另一為人際關係，包括與同學的關係以及與父母的關係。茲將此兩方面資料之分析結果分別呈現於圖 7-1 及圖 7-2。由圖 7-1可看出，個案對自己應付

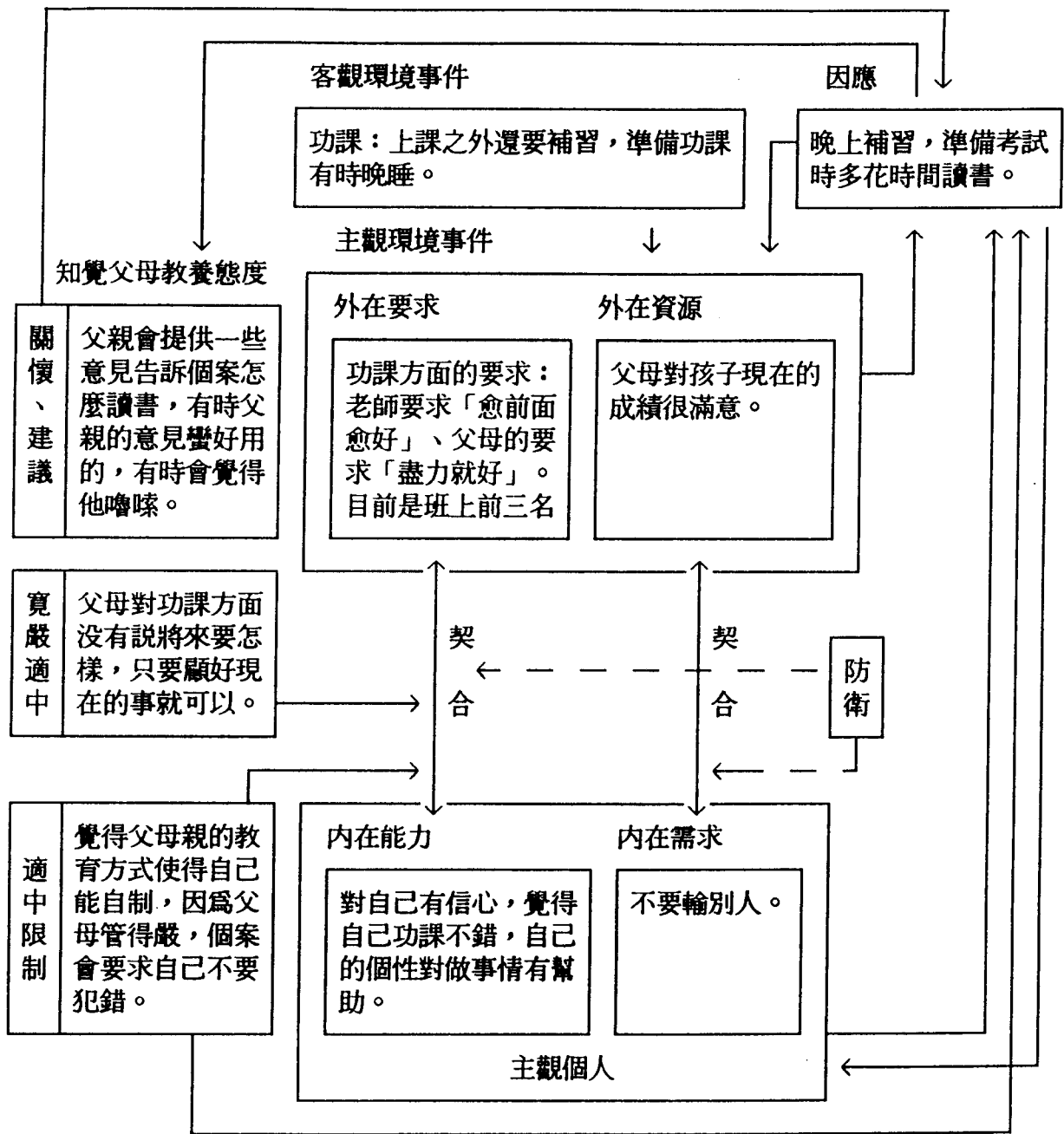


圖 7-1 個案一之分析結果 (一)

功課的能力有信心，所知覺之外在要求（老師與父母的要求）並不高，個案認為就功課壓力而言，是「自己給的成分較多」，若從內在需求與外在資源來看，個案的需求是「不要輸別人」，父母對孩子目前的成績表現「很滿意」，而且個案的成績為班上前三名，由此推論「內在需求」與「外在資源」相契合。再者，以個案的能力來面對此一外在要求，是應付欲如的，個案自己對功課表現的評估是「還可以」、「還不錯」，沒有負向的評價，正顯現其「內在能力」與「外在要求」間的契合。

個案在面對功課方面的要求，所採取的因應方式與大多數的國中生差不多，除了在學校上課，下課後補習，晚上再自己準備功課。此一因應方式經過無數次的考試、評量，個案仍保持在班上前三名，可見此因應方式可以有效處理外在要求，且因應結果增強個案對自己能力的知覺，更加肯定「自己功課不錯」；而此因應方式得以繼續的原因之一是個案的能力不錯，此因應方式即可發生效用，倘若個案的能力較差，但對自己的要求仍是「不要輸別人」，可能必須改變因應方式。個案在選擇因應方式時，顯然受到對外在環境事件、對個人以及對父母教養態度主觀知覺的影響，由於個人與環境為一契合狀態，孩子毋需以「防衛」來面對此一事件，因此在孩子對「功課」之處理未顯現防衛的作用。

個案的父母親對其功課要求只是「盡力就好」，顯示父母的教養態度「寬嚴適中」（未要求個案要考第幾名、或者到幾分以上），而且父母給予孩子「適中限制」，使

得個案能自制，懂得自我要求，間接提高孩子處理事物的能力，此一特性表現在個案面對功課時，父母親的要求與孩子的能力配合。另外，父母的「關懷、給予孩子建議」能夠協助孩子因應此一事件，如個案所述「父親會提供一些意見告訴我怎麼讀書，有時父親的意見蠻好用的....」。因此孩子所知覺之父母親教養態度，不僅對個案之個人與環境契合產生正向的影響，還作用在個案對功課的因應上，父親指導孩子如何讀書，使孩子更有效地因應課業要求。

另外，訪問資料未能清楚說明，但由以上分析推論出個案的因應可能影響其對父母教養態度的知覺，因個案的因應結果是正向的（因其成績不錯），父母親不會對其正向結果表示不滿意的態度，使得個案認為父母對其功課的要求是盡力就好，而父母親的此一態度，也會受到個案的表現影響，或許因孩子的成績好，已達到父母的期望，所以父母不再表示出對孩子的要求，若個案的成績不是這麼好，或許父母會表現對孩子的期望，則個案所知覺之父母教養態度可能不是如此，在此一動力關係中，個案的能力似乎是重要的關鍵。

圖 7-2中之事件屬人際關係方面問題，第一項事件為與同學發生衝突，第二項事件是與父母起爭執。個案自己認為平時與同學關係不錯，對自己交朋友的能力蠻有信心的，此處提及與同學發生的衝突起因是「不小心洩露同學的秘密」，引起同學不悅，事後由其它同學幫忙和解，個案經由此事了解「與他人相處必須顧到別人的立場，多為

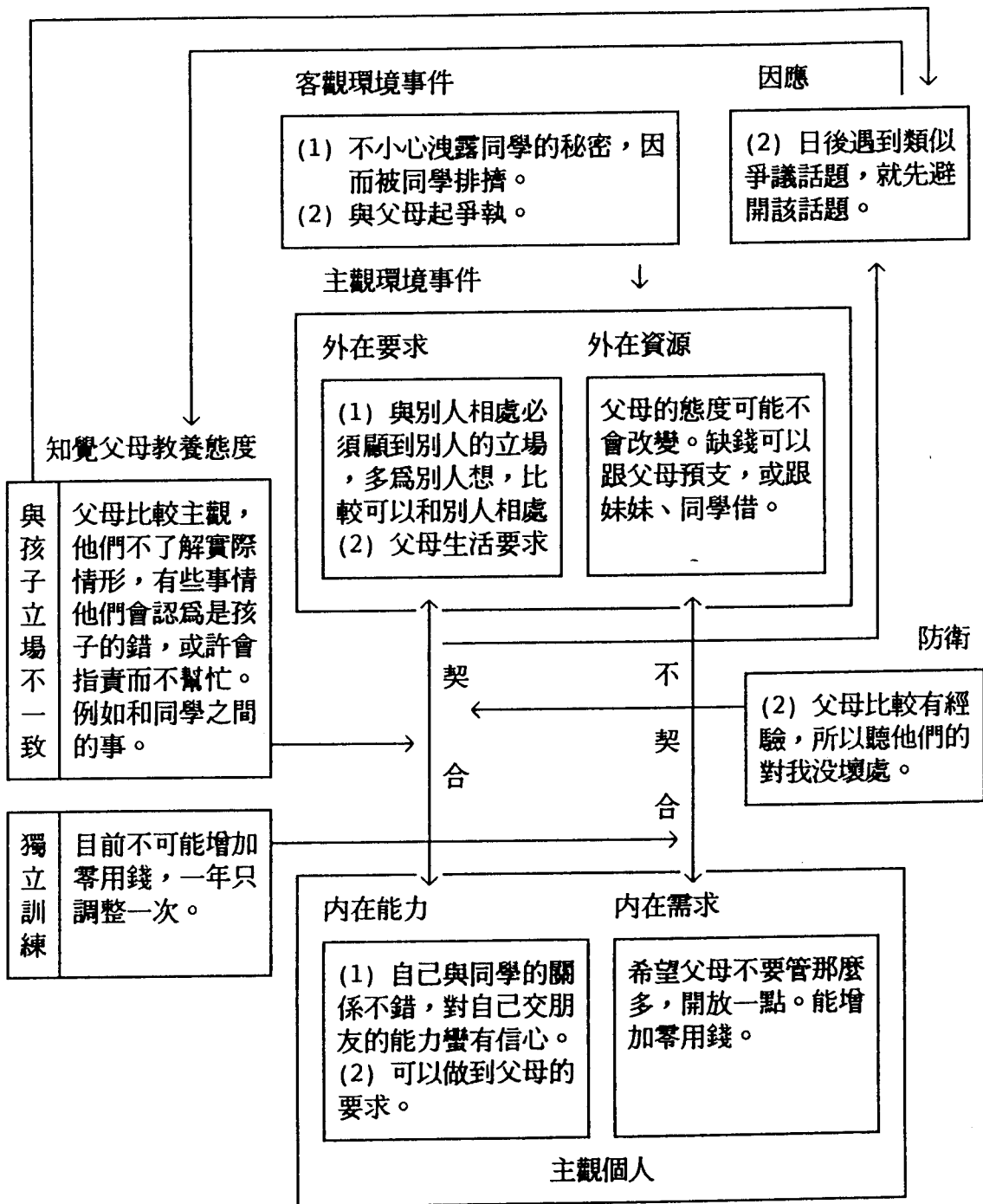


圖 7-2 個案一之分析結果 (二)

別人想，比較能和別人相處」，因個案平時與同學相處不錯，此一衝突不是常態，且已獲得解決，而個案也從中學習與人相處之道，故個案與同學相處方面，個人能力與外在要求仍是契合的。

個案提及不讓父母知道在學校與同學之間的事，是因從前曾與父母談到類似事情，發現父母的看法與自己不同，個案認為「父母不了解實際情況，比較主觀」，所以「需要幫忙的時候會先想到朋友，朋友通常較了解情況」，或者自己處理，此一歷程顯現出個案選擇因應方式時，受到對父母教養態度之知覺影響，因為孩子認為父母親往往不了解實際情形，其立場與孩子不一致，對處理個案與同學間關係沒有幫助，因此不會告訴父母此事。從個案在學校的人際關係來看，個案能與人建立不錯的關係，因此需要幫忙時，朋友可以提供協助，如同此一事件，即是同學從中調解，可見雖然父母未介入其人際交往，個案的能力與社會資源也足以應付外在要求，父母與孩子立場不一致並未顯現負面的影響。

與父母起爭執之事不常發生，起爭執大多是個案與父母對事情看法不同，如個案所述「父母都認為他們是對的，可是我也不是沒有道理，可是又不敢跟他們講，因為講了也沒有用，變成我很不孝順，所以我有理還是會順著他們」，而爭執過後通常是個案向父母道歉，而且日後提到類似話題，個案會先避開該話題，以避免引發同樣的爭執。爭執之後，個案的想法改變（防衛），認為「父母比較有經驗，所以聽他們的對我沒壞處」，對於父母在生活上

的要求，因「是從小開始的，已經習慣了」，對於此事件，個案以因應與防衛來增加其契合狀態，所以個案可以做到父母的要求，故此方面個案的內在能力與外在要求是契合的。

個案對於父母某些態度不是很滿意，「希望父母不要管那麼多，例如不要對打電話來的同學做身家調查」，但是父母的態度可能不會改變。另外，還希望父母增加零用錢，跟父母提過自己的期待，父母表示目前不可能，一年只能調一次，所以個案目前缺錢時，是以「跟父母預支、跟妹妹或同學借錢」來解決問題。從個案的描述可推論，父母的用意是要訓練孩子學習獨立管理金錢，並非限制孩子的用度，但父母「獨立訓練」之教養態度使得個案之內在需求與外在資源不契合，不過，個案仍可藉由向父母預支，或向他人借錢來解決問題，由此推論不契合的情況並不嚴重。但是，若此不契合持續存在，可能會帶來負面的影響，例如孩子對父母的不滿意升高；或者因個案向他人借錢影響個案與他人的關係等，亦即，孩子對父母的教養態度不滿意可能不利於孩子的適應。

個案二（女生）：正向父母管教態度組

由個案二的訪問資料整理出環境事件可分為兩類，一為在學校的人際關係，另一為功課。茲將兩類事件分別顯示於圖 7-3 與圖 7-4。

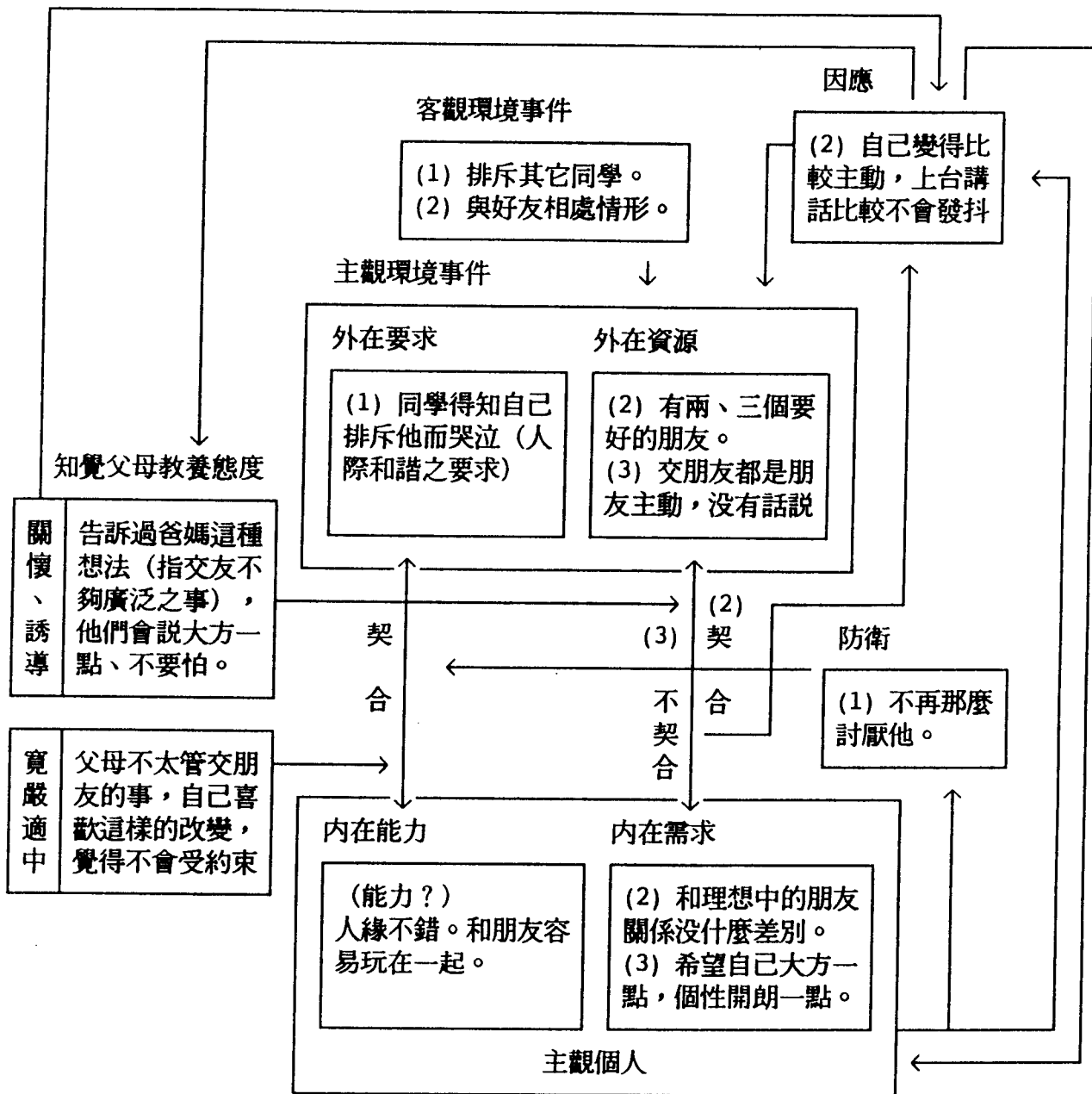


圖 7-3 個案二之分析結果 (一)

個案提及在學校的人際關係，認為自己人緣不錯，只是看不慣某些同學的行為而排斥他們，同學知道個案的想法後，難過得哭了，而且表示他會改，個案此時覺得「再鬧下去就不好了」，因此「不再那麼討厭他了」。此一事件中，個案面對的外在要求可視為同學期待之人際和諧，個案與人相處的能力沒有明確資料可說明，但個案自述「人緣不錯」，故推論個案的能力可應付外在要求，屬於契合狀態。

另一方面，個案目前在班上有兩、三位好友，自己很滿意與她們的關係，由個案的描述「和理想中的朋友關係沒什麼差別」可知就此部份而言，「內在需求」與「外在資源」相契合。然而，因為個案個性較安靜，交朋友都是由朋友主動，與朋友相處時，大多是個案聆聽朋友談話，所以個案「羨慕交友廣闊的人」，覺得他們「很厲害，有話可說」，希望自己個性「開朗、大方一點」，可以主動交朋友。個案將自己此一想法告訴父母，父母也鼓勵個案「大方一點」，此後，個案的行為有一些改變，「變得較主動」。不過，原先「內在需求」與「外在資源」的不契合，沒有完全改善，個案現在和朋友相處，仍常是無話可說。雖然如此，父母親「關懷與誘導」的教養方式適時提供個案協助，且個案覺得「有幫助」，顯示父母親的態度為個案本身的個人與環境契合帶來正向的影響，而且父母親協助孩子因應之後，又影響孩子對父母教養態度的知覺，如個案所述「覺得（父母的意見）有幫助」。

如圖 7-3所示，父母對孩子交友情形的管教「寬嚴適

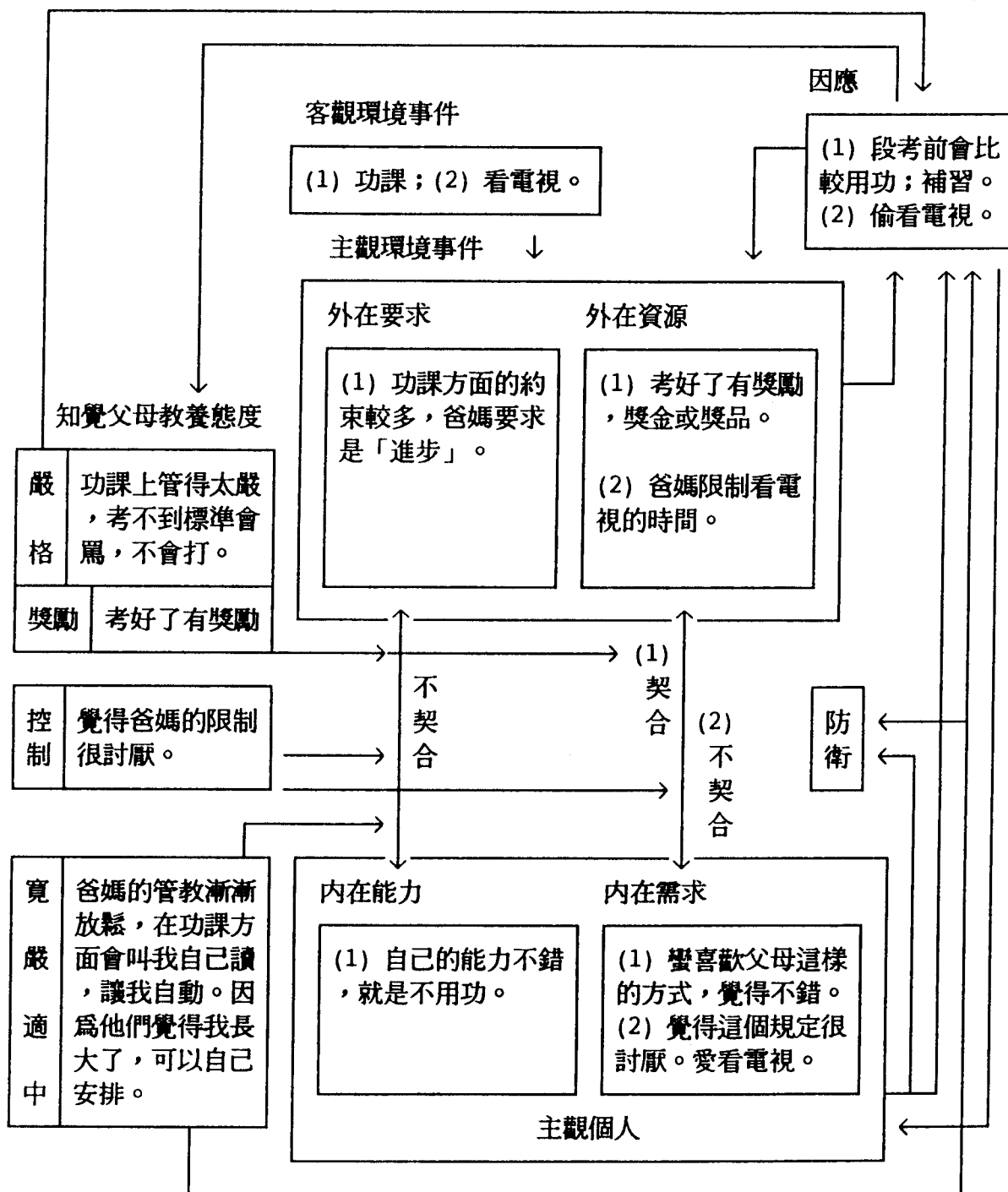


圖 7-4 個案二之分析結果 (二)

中」，孩子喜歡目前的情況，「覺得不會受約束」，因為孩子對父母態度的知覺，使得孩子在因應此類事件時能夠依自己的意願處理，除了事件本身的要求之外，父母未給予額外的要求；不但如此，父母的關懷與誘導更為孩子的適應添加正面因素。

第二項環境事件以功課為主，另因父母對個案功課的要求衍生出對個案看電視的限制，兩者一併討論。個案目前「在班上功課中等」，覺得達不到父母的要求，「有時候會覺得父母的要求太高太嚴，特別是不用功的時候」。而達不到父母要求時，會動搖對自己的信心，雖然如此，個案也認為「父母的要求也許可以超越」，因為「自己的能力還不錯」，可見個案目前達不到父母的要求，處於「內在能力」與「外在要求」不契合的狀態；但對自己的能力有信心，故認為將來可能達到父母的要求，亦即改變現況，使達到契合狀態。由此看出，個案目前在功課方面的不契合並不嚴重，有可能透過「用功」而改變。

如個案所述，不用功的原因之一是喜歡看電視，每晚大約花四個小時看電視，父母會限定孩子看電視的時間，但孩子覺得「這個規定很討厭，爸媽應該知道我的感受，可是還是這樣子」。個案的父母很在意孩子的功課，除了採行限制看電視的時間，也給予個案鼓勵，考好了有獎金或獎品，對此一方式個案的反應是「蠻喜歡父母這樣的方式，覺得不錯」。就「外在資源」與「內在需求」方面分析，在父母的鼓勵方面是契合的，在看電視的限制方面是不契合的，而個案對此不契合的因應為「偷看電視」。

經由前段的分析可看出，父母對孩子的教養方式「寬嚴適中」，給孩子的要求是功課必須「進步」，為了孩子能得到好成績，會給予鼓勵與限制。但父母表現出來的教養態度經由孩子的主觀知覺，認為父母的態度過於「嚴格」而且「控制」太高，正因孩子有此知覺，使得孩子在「功課」方面出現不契合的情況，可見，父母的教養態度會透過孩子的知覺影響孩子的適應，而且當孩子知覺父母是「嚴格」與「控制」時，對孩子的適應產生不利的作用。相反地，當孩子知覺父母的態度是「寬嚴適中」時，有利於孩子的適應。

個案三（男生）：正向父母管教態度組

由個案三的晤談資料整理出兩項環境事件，一為功課另一為人際關係，分別呈現於圖五與圖六。

個案的成績不錯，在班上「差不多一、二、三名」，個案覺得目前「課業壓力還好」，父母對個案的要求是「盡力就好」，顯然以個案的能力面對這些外在要求是應付裕如的。個案在段考前會讀書讀很晚，有問題時可以請教父母，而個案的父母也會配合個案的需要提早回家為個案解答疑惑，因此，不論是「外在要求」與「內在能力」之間，或「外在資源」與「內在需求」之間皆為契合狀態。

在功課方面，個案的父母能配合孩子的能力給予適切的要求，而且在孩子需要協助時提供協助，增加孩子之個

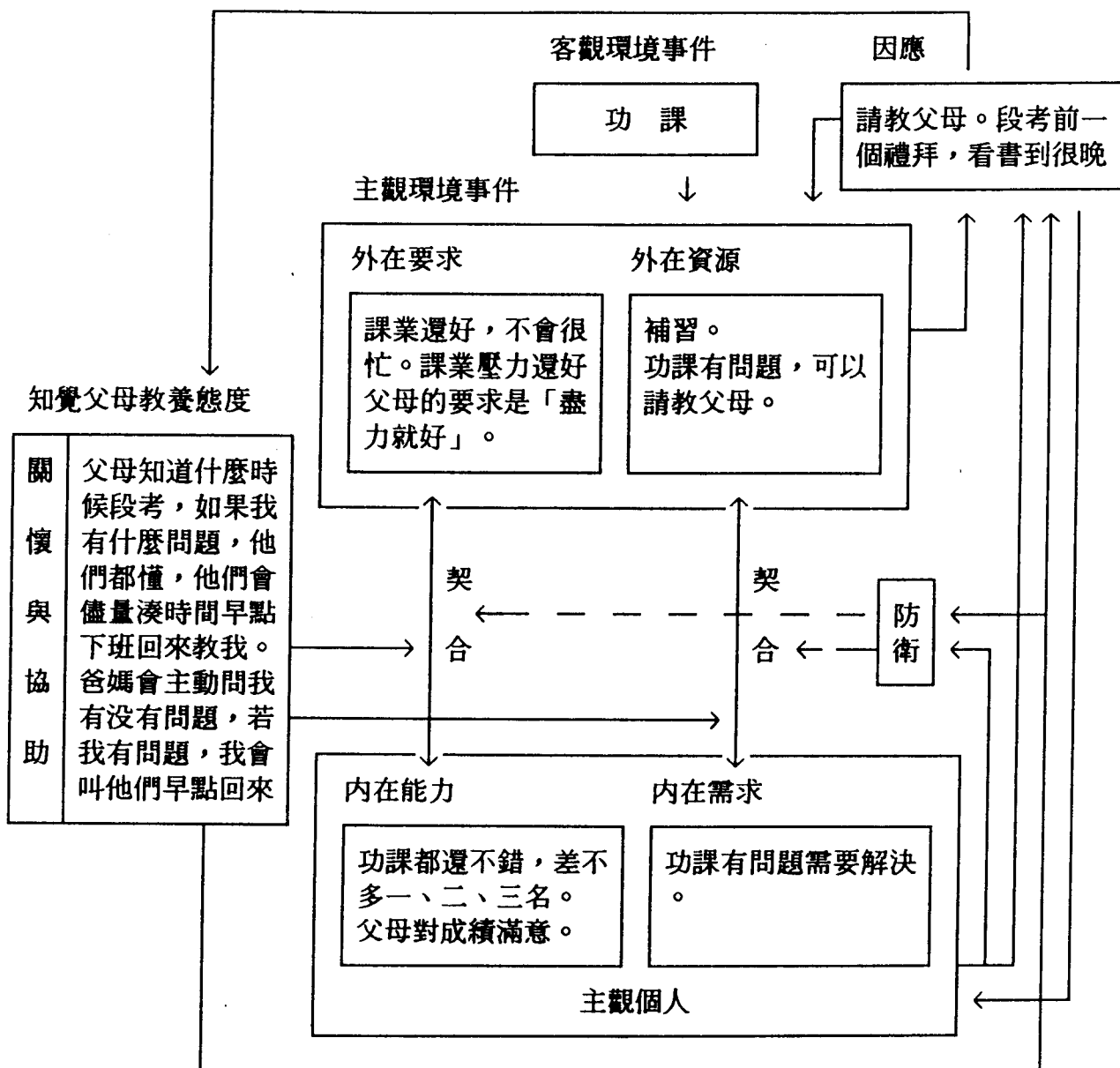


圖 7-5 個案三之分析結果 (一)

人與環境契合，再者，由於父母的協助，使得孩子在考前準備充份，能有好成績，此一正向之因應結果回饋在主觀個人與主觀環境事件上，孩子會因而更加肯定自己的成績不錯，同時認為課業壓力不高，自己能夠勝任學生的角色。再者，孩子在選擇因應方式時，不僅考慮主觀環境事件與主觀個人，也受到對父母教養態度知覺的影響，因為孩子知覺父母是關懷孩子、願意提供協助的，所以在遇到困難時會向父母求助。孩子向父母求助的結果又確實能解決孩子的問題，此一正向的因應結果又影響孩子對父母的知覺，增強他原先認為父母是「關懷、協助」的知覺。由於孩子能有效地因應環境事件，不需要以防衛的方式面對環境，因此未顯現「防衛」。由此分析可知，父母親「關懷與協助」的教養方式會促進孩子在「功課」方面個人與環境的契合。

在人際關係方面，個案評估自己目前與同學關係「還可以，就是正常狀態，不會很差」，對於目前的人際關係尚滿意。個案認為自己與人交往的優點是重友情，好朋友有事「會全力去幫他」，此一特點可能對個案之人際關係造成正面的影響。另外，個案在人際關係中不能忍受的是「朋友不講義氣」，例如有位同學對待個案的行為反反覆覆，個案描述為「他個性會轉來轉去的」，兩人曾不只一次地起衝突，然後又和好，個案覺得自己「還是可以接受他」，因此，與這位同學的關係並不影響個案一般的人際關係，在「外在要求」與「內在能力」兩方面仍是契合的。若從「外在資源」與「內在要求」來看，個案對人際關

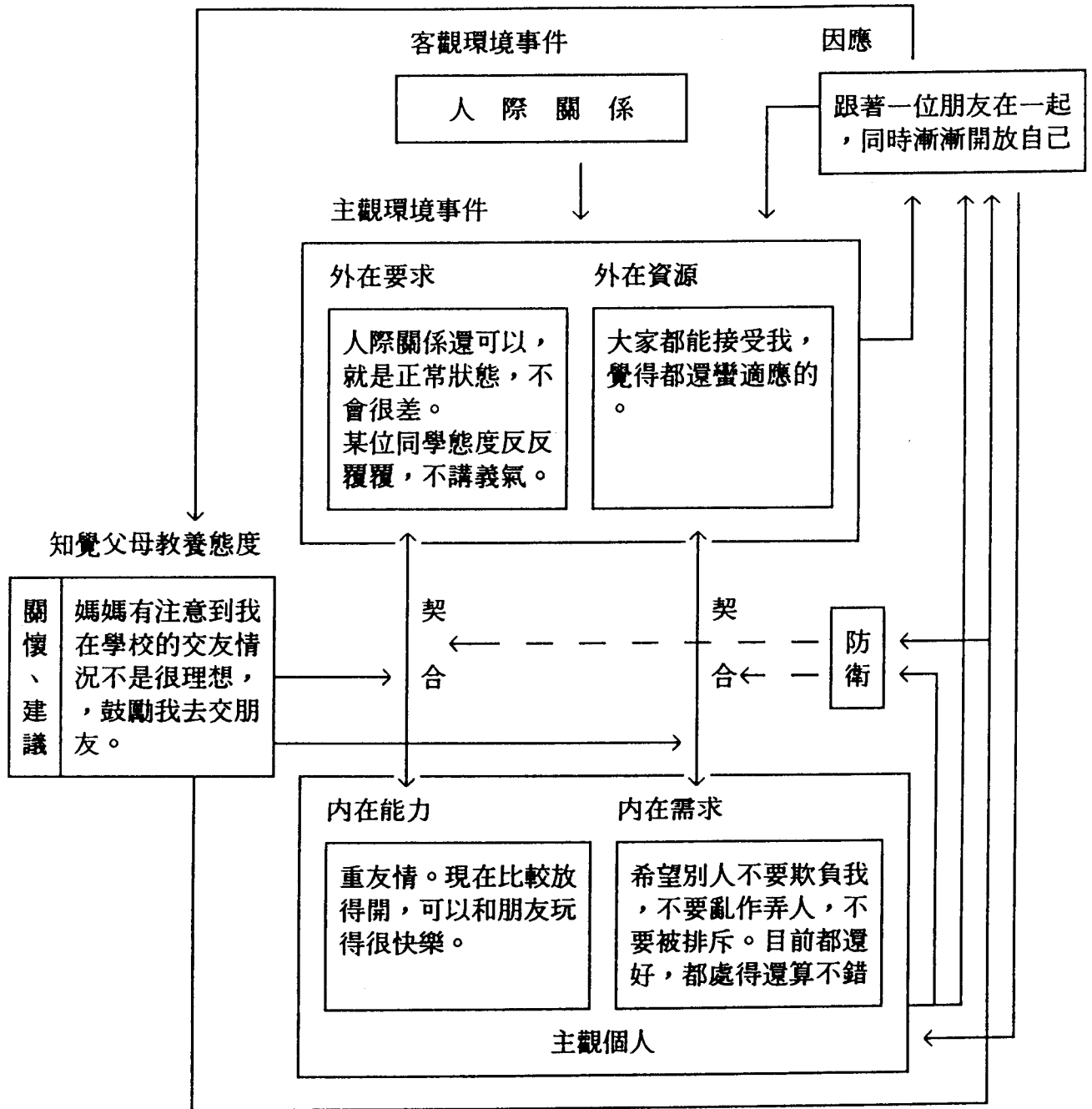


圖 7-6 個案三之分析結果 (二)

係的期望是「別人不要欺負我，不要亂作弄人，不要被排斥」，目前並未發生這些情形，個案與同學「都處得還算不錯」，故此一部份亦是契合的。

個案提及自己以前「很內向，跟朋友玩不來」，自己覺得這樣下去不是辦法，「人際關係會很差」，想要多交朋友，此時，「父母親也注意到個案的交友情況不是很理想」，所以「鼓勵孩子多交朋友」，正好當時有另一位同學主動與個案作朋友，個案描述「也是機緣吧」，從那時候起，個案漸漸開放自己，與他人建立朋友關係。由此一變化中發現，父母親注意到孩子的情況，而且主動給予協助，孩子也知覺到父母「關懷而且給予建議」的態度，父母的協助影響孩子的因應方式，使得孩子「漸漸開放自己」，學習與他人建立友伴關係，顯然父母的態度幫助孩子改變過去的行為模式。而此一有利的因應結果一方面使孩子毋需以防衛的方式面對此事件，另一方面也作用於孩子對父母的知覺上，直到現在，個案與父母親的關係仍很親近，如他所述「因為平常我很少有機會跟他們（指父母親）說說話，只要一有空，就會去跟他們講學校的事情」。從這段對過去的描述可知，個案目前的契合狀態乃來自當時的改變，而改變的起源除了孩子對自己的看法之外，父母的態度與行為也對孩子的改變形成助力，而國小時期個性以及行為的變化，延續至目前，形成現今的契合，顯示父母親的態度會透過孩子的知覺對孩子的行為造成影響，而關懷與給予建議的教養方式對孩子交友情形有所助益。

個案四（男生）：負向父母管教態度組

個案四之晤談內容由學校成立籃球校隊引出，主要是個案想加入校隊，但考慮到老師與父母可能以功課不好為由不讓個案加入，因此，個案提及之環境事件為想加入籃球校隊一事以及由此事延伸出之功課問題。

個案表示自己對讀書沒有興趣，只喜歡打球，他跟同學說「你叫我拿一本書坐在書桌前三十分鐘我做不到，但是你叫我拿個籃球在操場上跑三個鐘頭都不成問題」。由於對打籃球的濃厚興趣，學校宣佈要成立籃球校隊時，個案的第一個反應是「很高興」，然而想到自己功課不好，老師與父母會以這個理由不讓個案參加。個案此一想法乃源於過去老師與父母的表現使個案覺得他們認為「凡事都是功課第一」、「他們的思想還是停留在讀書比較重要，萬般皆下品、唯有讀書高的那種想法上」，因個案認為老師與父母會有這種反應，只有「先把功課弄好」，才可能參加球隊，故直到報名時間截止，個案都未採取行動，嘗試跟父母或老師表示自己的意願。

由前述可知，個案的「內在能力」無法達到「外在要求」，也因能力與要求的不契合，使得「內在需求」與「外在資源」無法契合，依據個案自己的看法，要改變現況的唯一因應方式就是「把功課弄好」，亦即，提升自己的內在能力，達到外在要求之後，掌握資源者（父母與老師）才可能提供所需資源，使需求得到滿足。

個案會任憑機會流失一方面係因報名時間短，沒辦法

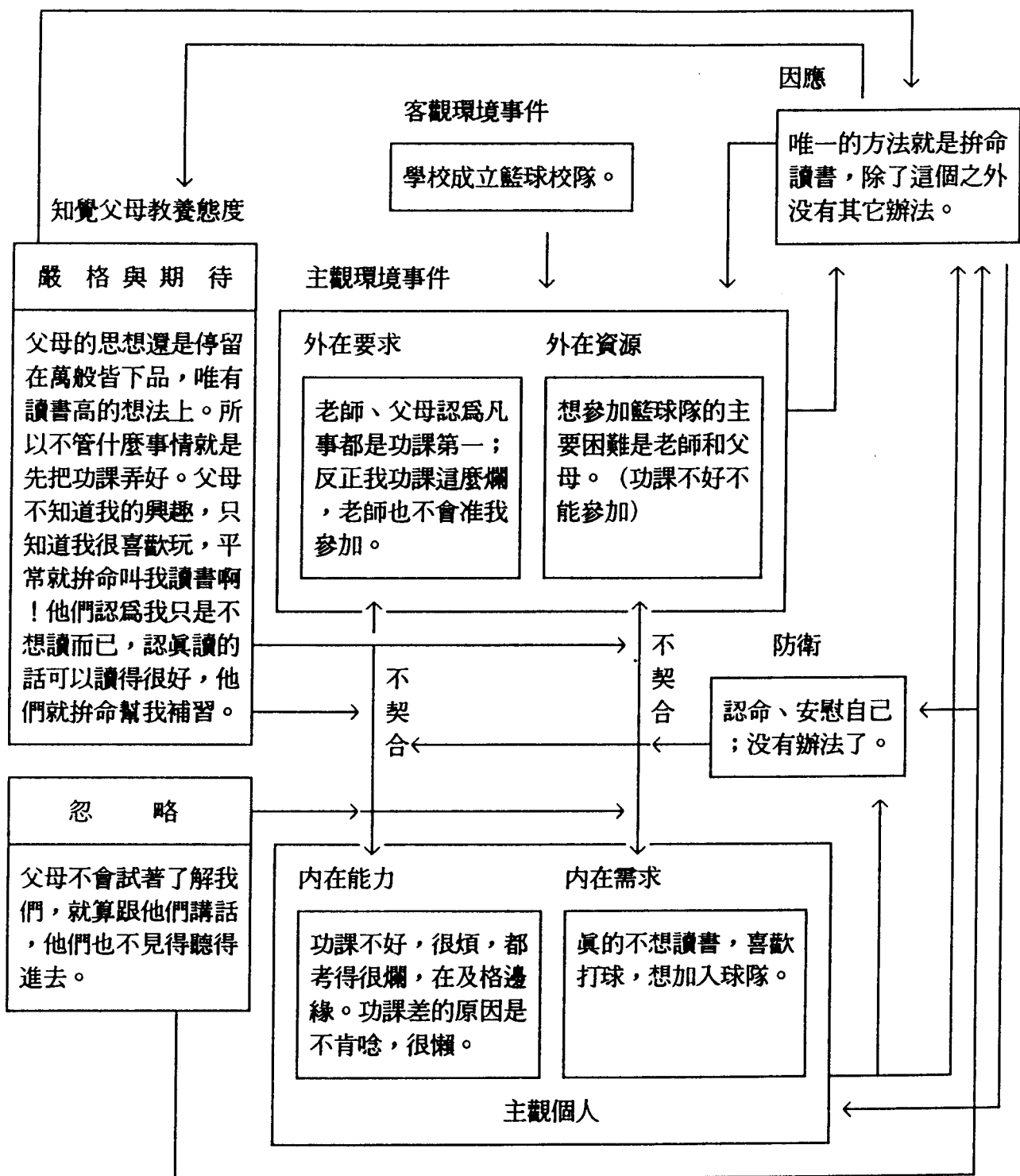


圖 7-7 個案四之分析結果

跟父母溝通，另一方面則是自己認為不會被允許加入球隊，對此事件的知覺使得他「只能安慰自己，除了安慰還是安慰」，並且等待下一次的機會，個案表示，「如果知道有下次的話，我現在就要開始讀書了，如果沒有下次就不讀了」，可見個案會為了完成加入球隊的心願去迎合環境的要求。然而，目前並不清楚校隊會不會再次招收球員，個案也就只有「認命、安慰自己」。這些因應與防衛方式的選擇除了受到對個人與環境知覺的影響外，還與對父母教養態度的知覺有關，亦即因孩子知覺父母嚴格、過高期待與忽略的態度，使他認為必須由加強功課著手才能爭取加入球隊的機會。但是孩子未能有效地因應此事件使他仍維持在不契合狀態，同時繼續對父母與老師感到不滿、對自己的現況感到無能為力，顯示因應與防衛的結果會作用於主觀環境事件、知覺之父母教養態度與主觀個人，對後續的契合造成影響。

父母的態度令個案「非常的不滿意」，因父母工作忙，很晚才回家，個案「很少有時間跟他們談」，而且他們也「不會試著了解孩子」，再加上父母只是要求孩子功課要好，認為孩子功課不好的原因是「不認真讀書」，所以「拚命安排補習」，並不了解孩子不肯唸書、唸不下書的原因之一是受情緒影響，無法把心思放在書本上。父母的這些表現使孩子知覺父母教養態度為「忽略」、「嚴格」與「期待」，個案面對想加入校隊一事注入負面效果：增加外在要求，卻未提供所需要的資源，更擴大個案的個人與環境不契合狀態。再者，對父母教養態度的知覺尚影響

孩子對環境事件的知覺、對自己的知覺以及因應與防衛方式。

個案五（男生）：負向父母管教態度組

由個案五的訪問資料，整理出三項環境事件，分別為功課、家人關係與母親對個案生活上的管教，茲將此三項事件分別於圖八、圖九以及圖十呈現，再加以說明。

個案目前成績在班上前二十名，自己對功課的要求是「不要太爛，希望每一科都在八十五分以上」，但是父母親對個案的要求不只如此，個案認為父親對他的要求「很嚴格，每一樣都要比他強」，由於個案的父親平常不在家，個案的功課大多由母親管，母親的要求也比父親明確，要個案考八十七分以上，如果達到目標，就買電腦給個案以示鼓勵，如果沒有達到要求，會責備個案，面對如此情況，個案覺得「在功課方面，可以達到自己的要求，但達不到媽媽的要求」。由於孩子認為父母的要求「嚴格」而且「期待過高」，使他處於「內在能力」與「外在要求」不契合的狀態下，因此希望「媽媽對我的期望不要太高」；若「外在資源」要與「內在需求」相契合，個案母親對個案的要求與期望必須降低，但現況顯示，母親的要求高於個案能力所及的範圍，雖然處罰方式有所調整，但標準並未因個案以前未達此標準而隨之調整，可見「外在資源」與「內在需求」也不契合。

就功課而言，個案對個人與環境不契合情況的因應方式是「請教媽媽或問舅舅」，但是個案係採行事後補救的措施，因新課程不斷進行，單就分數來看，事後補救對於下一次的考試未必有直接助益，故個案對功課要求的知覺仍是「要求高」、「要突破八十五分很難」，顯然此種因應方式不能有效解決不契合狀態，而且每次考不好均會受到母親的懲罰，個案只好採取「防衛」的方式：告訴自己「順其自然」、「達不到媽的要求就是挨打挨罵了」，似乎只能接受事實，無力改變。正因孩子無法藉由因應與防衛改變不契合狀態，此一負向的因應與防衛結果會影響孩子對環境事件、對自己以及對父母教養態度的知覺，亦即，再度增強孩子認為「外在要求高」、「自己達不到父母的要求」、「父母太嚴格與期待太高」等想法。

個案認為父母對他的要求很高，自己的要求「和媽媽的要求有一段差距」，父母的要求也正是個案外在要求的主要來源，單從個案對自己的要求來看，個案對自己應付功課的能力持正向評價，此點可由個案所述：「考不考得好可以自我控制，只要多唸書、多背就可以」、「只要用功就會考好」可以看出，而且個案也指出「可以達到自己的要求」，因此，個案的能力可以滿足自己的要求，假使父母的要求不高過個案的能力，或者父母能依個案的期待降低對個案的要求，則個案的不契合狀態得以改善；但資料顯示，在功課方面，孩子對父母態度的知覺影響孩子對環境事件、對自己的知覺，進而影響其因應與防衛，顯然父母教養態度經由孩子主觀詮釋後，其「嚴格與期待」的

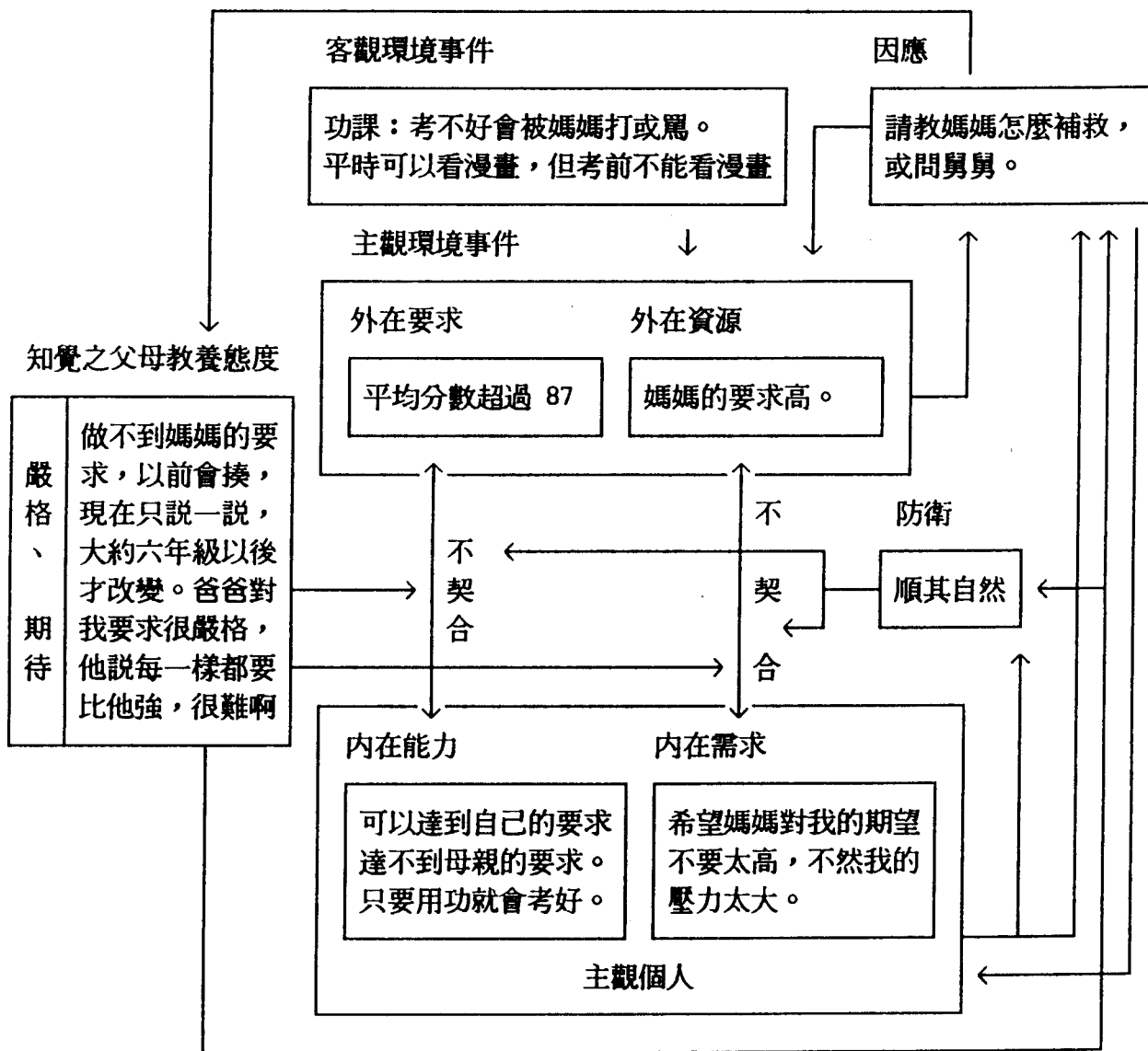


圖 7-8 個案五之分析結果 (一)

方式擴大了孩子的不契合，甚至是造成個案不契合的主要原因。

第二項事件為家人關係，個案目前與祖父母、母親、姑姑、與兩個弟弟同住，父親住在另一處，不常回家，個案提及父親經常與個案的祖母與母親吵架，和祖母吵的是家產分配的問題，和母親吵架的原因個案則不清楚。據個案所述「為了小事把家裡吵得亂七八糟的，氣氛不好」，使個案覺得「很難過，心很痛」。當家人在吵架時，個案無法阻止家人爭吵，因為父母吵架時，會叫個案去做功課，而且過去的經驗使個案發現，父母吵架時，父親會遷怒於孩子，所以個案對此情況的看法是「我也沒辦法，小孩子嘛！」，「只能在事後去安慰媽媽而已」。由於個案是家中的長子，他覺得家人期待他「趕快長大，換我來管爸爸」，而且在爭財產的過程中，個案認為他具有決定性的力量：「只要我站在那一邊，那一邊就贏了」，換句話說，家人期待個案能發揮牽制父親的力量，但個案是否能如家人所期待，對父親的行為形成改變的效果，沒有明確的資料以為佐證。然而，從個案描述父親不常回家、幾乎將教養孩子的責任均交在孩子的母親手上來推論，父親對個案置之不理，可見個案也未能如家人所願，牽制父親的行為，故此方面之「外在要求」與「內在能力」是不契合的。

雖然個案覺得父親不在家，「家裡會比較平靜」，但還是「希望爸爸常回來」，不過個案的父親不常回家，因此這一部份之「外在資源」與「內在需求」並不契合。同

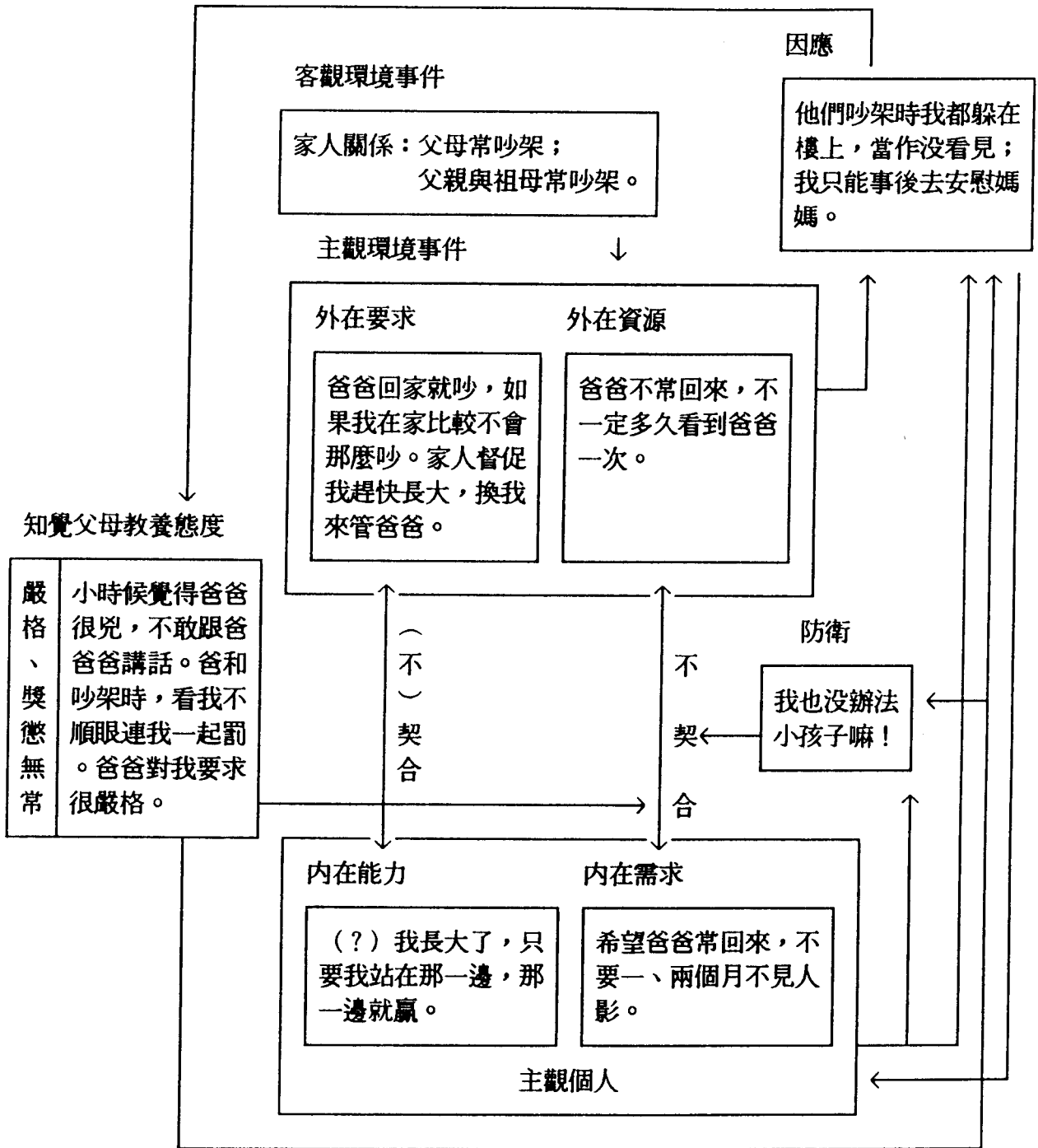


圖 7-9 個案五之分析結果（二）

樣地，對於此一不契合，個案也不能有效地因應，無法改變現況，只能被動地任憑事件一再發生。

圖7-9 顯示個案處於成人的爭執中，無法改變家人爭吵的情況，只能期待藉由天生的優勢（長子）發揮一點效用，而不契合狀態的關鍵則是個案的父親。個案自小即覺得父親很兇，甚至「不敢與爸爸講話」，現在「爸爸不會對我那麼兇，因為他要賄賂我」，從個案的描述中可知，個案與父親的關係並不親近，且將父親的態度轉變解釋為父親對他另有意圖，而不是父愛使然。或許是父親對個案的嚴厲態度與經常吵鬧、不常回家的行為使得個案與父親的距離遠。由此可知個案父親的態度加大了個案的不契合情形，若個案的父親能經常回家，且回家後不與家人爭吵，則個案的不契合情況可能得到紓解。

圖7-10是將母親對個案生活上的管教視為一項環境事件，分析個案在此事件上的個人與環境契合。個案描述母親對個案的生活有多種要求，例如：「不准去同學家」、「不准參加班級活動」、「不准買太貴的東西」或「要做弟弟的榜樣」、「要準時回家」等，總而言之，母親的要求是「要聽話」，個案面對這些限制，「有些能做到，有些不能」，因此呈現部份契合以及部份不契合的狀態。對於能力與要求的不契合，雖會與母親「辯論」，但最後常會「讓步，聽媽媽的話」，個案自己的解釋是「要孝順啊！不可惹媽媽生氣」。就「外在資源」與「內在需求」來看，孩子希望媽媽多開放，但是「媽媽的理由還是一樣，怕孩子出去會變壞」，因此兩者是不契合的。

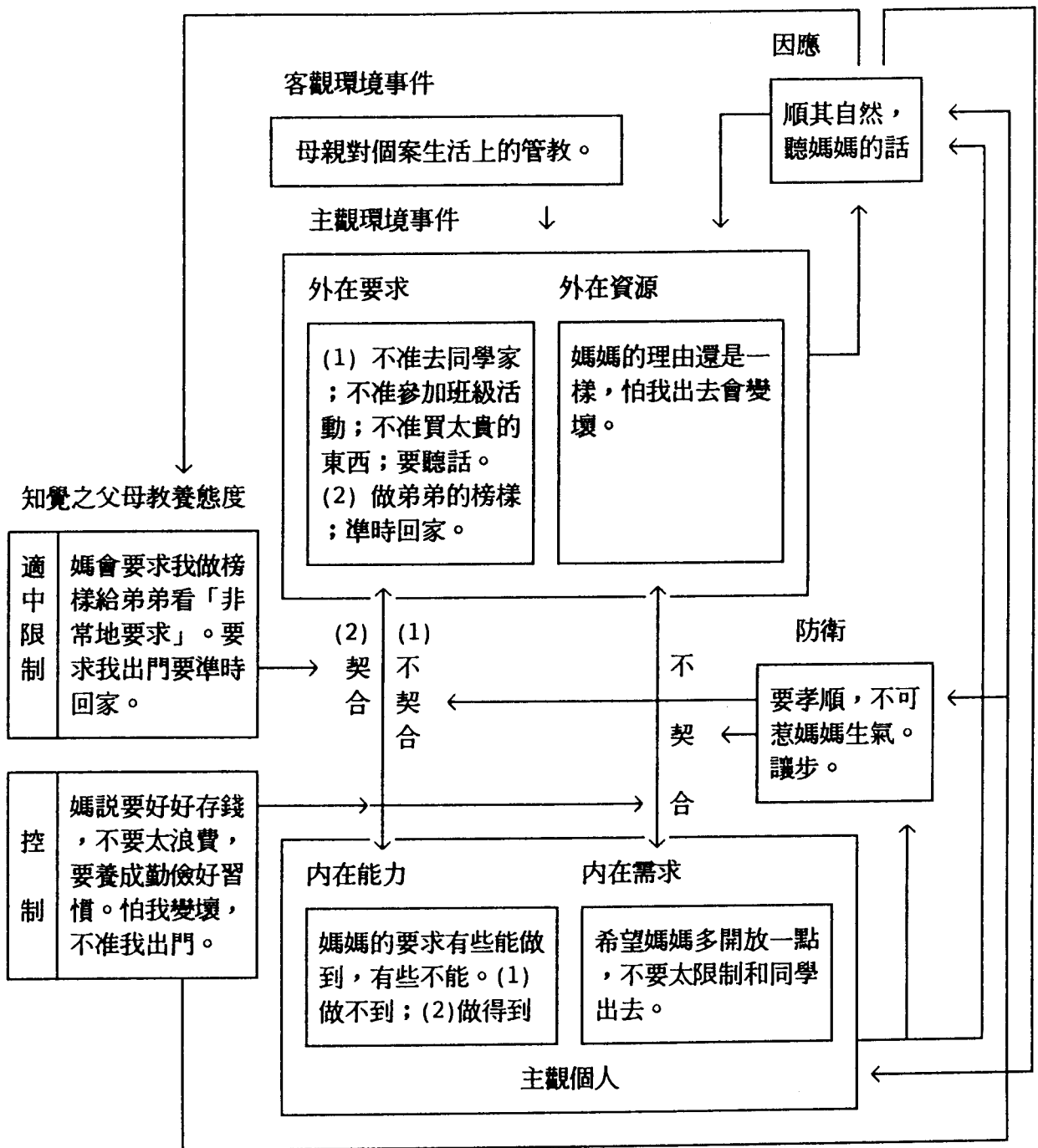


圖 7-10 個案五之分析結果 (三)

個案曾述及，「慢慢跟媽媽辯論，媽媽的標準會慢慢降低」，雖然個案的母親會因個案的意見而調整她的標準，但從個案前述，「媽媽的理由還是一樣，她說我出去會變壞」可推知，個案的母親並不是在每件事情上均依孩子的意見加以改變，在某些事情上仍有所堅持，或許因此使得孩子在無法改變母親的意見時，選擇「讓步、聽話」的因應與防衛方式；也因此期待母親的管教能再開放一點。而母親給予孩子某些限制的理由為「怕孩子變壞」，也使得孩子知覺母親的教養態度是「注重品行」的。此一歷程可顯示母親的管教會影響孩子對事件的因應與防衛，也影響孩子的內在需求以及個人與環境契合狀態；且事件的結果會回過來影響孩子對母親教養態度的知覺。另外，當孩子知覺母親的態度是「適中限制的」，有利於孩子的契合；當孩子知覺母親的態度是「控制」，則不利於孩子的契合，進而影響孩子的因應與防衛；因應與防衛的結果又會影響孩子對母親的知覺，對於孩子能做到的部份，認為母親的要求是「適中限制」，做不到的部份，則增強其「母親控制太高」的知覺。

個案六（女生）：負向父母管教態度組

個案六的晤談資料中主要提及之事件是在學校中之人際關係、功課，以及與家人之間的關係。在學校中之人際關係於圖7-11中呈現，功課方面因與個案父母、妹妹有關

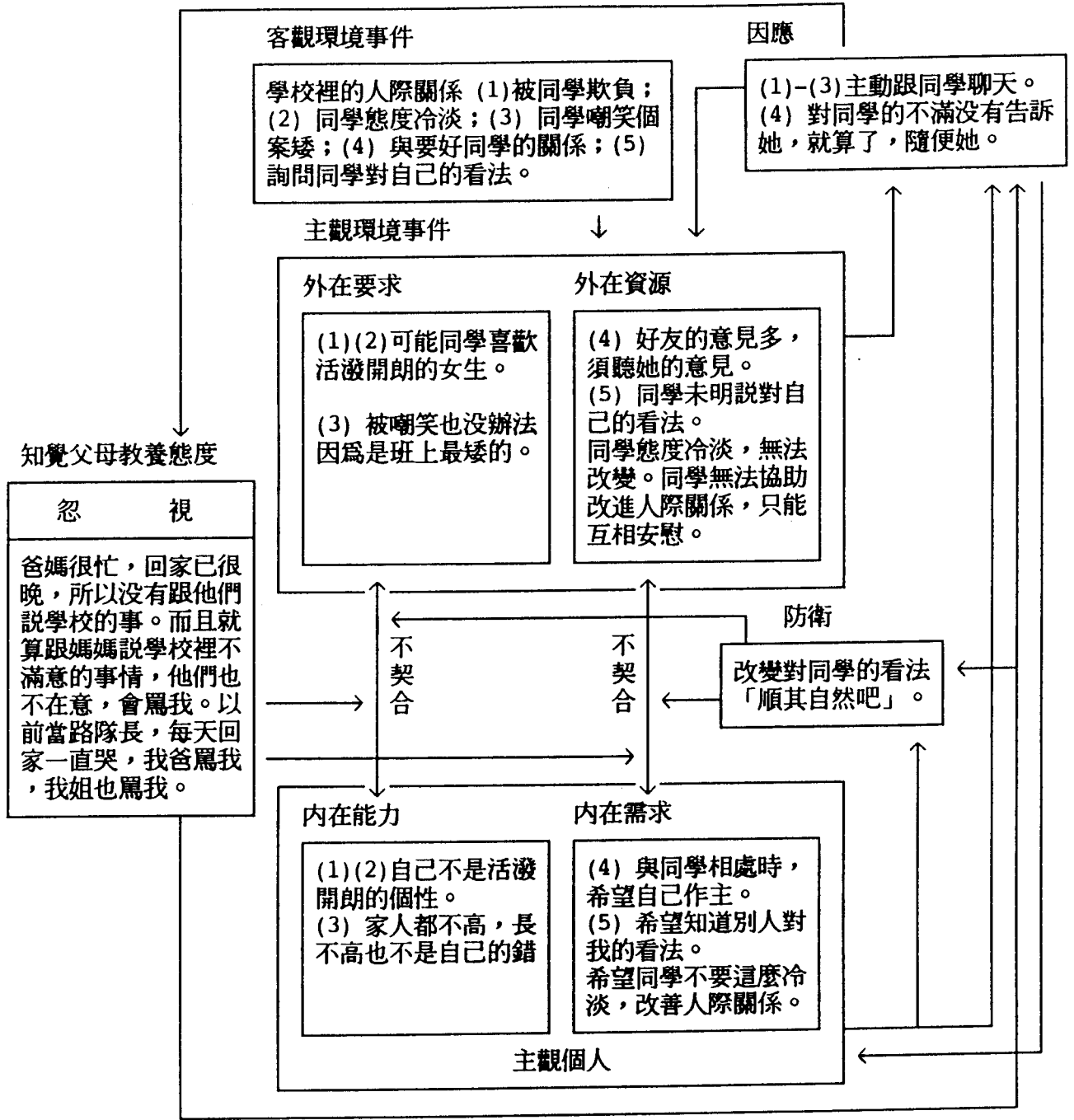


圖 7-11 個案六之分析結果 (一)

，兩項合併於圖7-12中說明。

由個案六所述，自從上國中以後，在學校常被同學欺負，同學對個案態度冷淡，且嘲笑個案太矮。個案主觀認為「同學比較喜歡活潑開朗的女生」，因自己不是這種個性，所以不討同學喜歡，常被欺負。個案對於此現象顯得很沮喪，曾想過改變自己來爭取友誼，也確實採取行動，「主動跟同學聊天」，但個案發現「我怎麼改變別人也感覺不出來」，因此，個案覺得此一情況「沒有辦法改變」，只有「順其自然吧」，過去個案會因同學欺負她而討厭那些同學，在個案認為情況無法改變後，也改變此一反應，不會再因同學的行為而討厭他們，改變對那些同學的看法（防衛）。對於同學嘲笑個子矮，個案的反應很無奈，「被嘲笑也沒辦法，因為是班上最矮的」，而面對同學的欺負或嘲笑，個案自己是無能為力的，一方面因自己個性不夠活潑開朗，一方面個子矮也不是自己的錯，家人都是如此，根本無法改變。因此，在這件事情上，個案的內在能力與外在要求處於不契合狀態。

個案極想改善人際關係，受同學欺負時，會跟好友傾訴，但她幫不上忙，因好友也遭到同樣的對待，兩人只能互相安慰，無法解決問題。個案也想了解同學對她的看法，想知道同學為什麼如此待她，詢問同學都得不到答案。

除了對與一般同學的關係不滿意，個案也對其與好友的關係不滿意，個案在班上有三位好友，此四人又分為兩對，兩兩常在一起，有一段時間個案與其中一位好友（同一對的）常吵架，因此友誼發生變化，兩對互換摯友，個

案與另一人常在一起，個案對此變化不滿意，「希望換回來」，個案認為目前的好友「意見多」，但自己「與人相處時希望由自己作主」。此部份顯示個案之外在資源與內在需求也是不契合的。

即使在學校很不如意，個案也未向父母求助，一方面是因父母太忙，另一方面是過去的經驗（當路隊長之事）使個案認為跟父母說「他們也不會在意」，甚至可能「會罵我」，此一受父母忽視的知覺使得個案決定自己面對學校裡的困擾，父母在此一事件中，未能提供實質的協助，也未能給予情緒的安慰，個案曾說「在家裡感覺很孤單，沒有人可以倚靠」。父母的態度影響孩子的因應方式，而因應的結果也影響對父母的知覺，由於父母未提供協助，更支持孩子認為父母是「忽視孩子」的想法。

在功課方面，如圖7-12中所示，父母對個案的要求是「盡力做自己的事」，不要求個案要考多少分或第幾名，然而，父母將個案的成績與妹妹比較，又常在個案面前稱讚妹妹用功，造成個案的壓力，個案評估自己一直不是很盡力，而且不能克制自己，需要別人管，個案又認為父母常在月考前吵架，多少會影響其功課，顯得個案的能力不足以應付外在要求。父母的「要求高、不公平」增加孩子對外在要求的知覺，擴大孩子的不契合狀態，顯然此種「要求高而且不公平」的教養方式不利於孩子的適應。

此外，個案的母親會限制個案看電視，但個案認為「要看看電視才更想看書」，有時母親准許，大多數時候不准，因此，個案想看電視的需求無法滿足，只好「趁媽媽

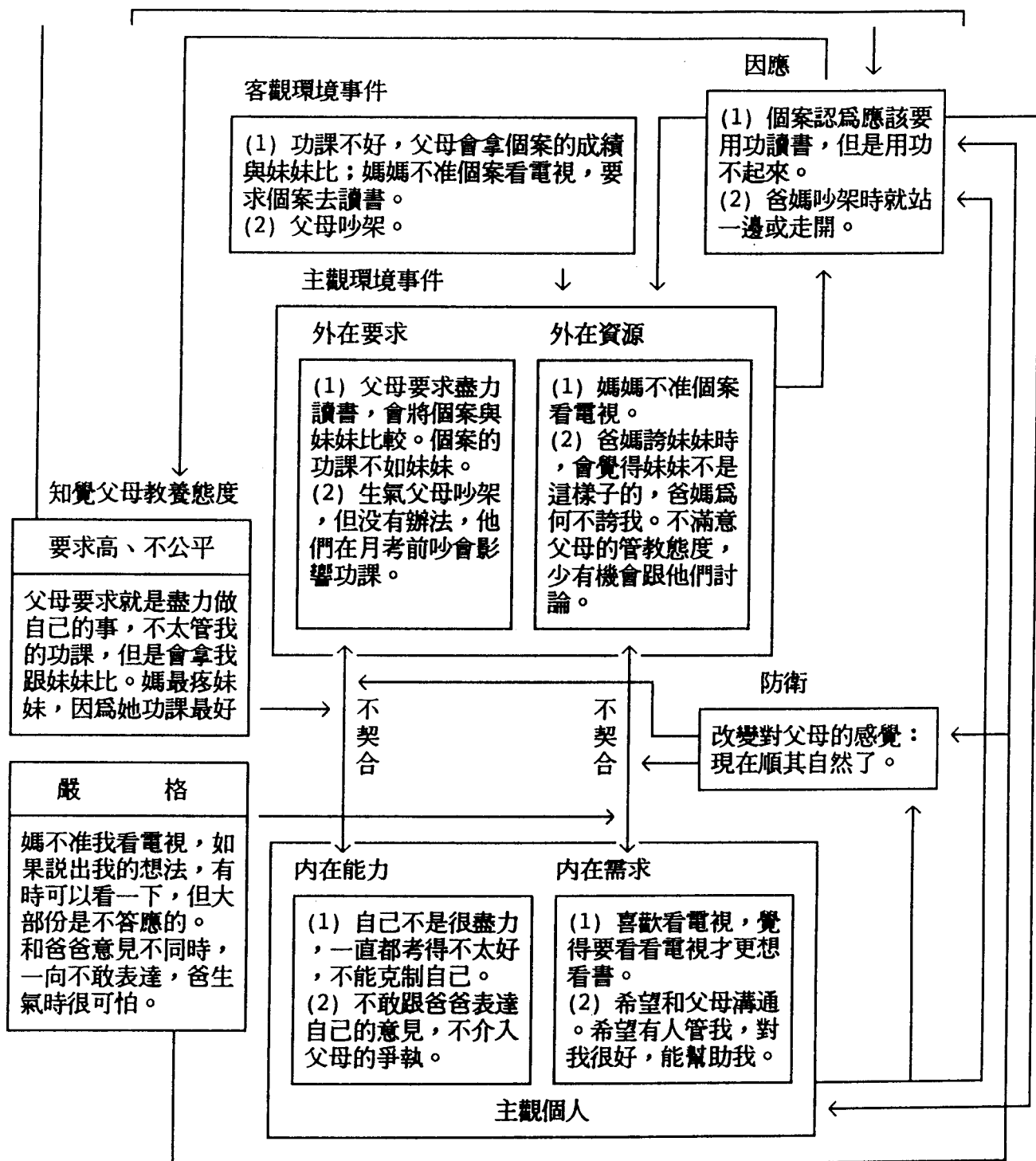


圖 7-12 個案六之分析結果 (二)

不在偷看電視，聽到媽媽的摩托車聲再關電視」。個案對父母親的教養態度不滿意，覺得意見不同時「少有機會與父母討論」，此一情況可能是受孩子對父母教養態度的知覺影響，孩子覺得「爸爸生氣時很可怕」，因此「一向不敢表達」。對於這些外在環境，個案不能有效地因應（如：用功不起來），只能運用防衛「順其自然」，接受現實。而無效的因應與防衛不能改變父母的嚴格限制，使得孩子仍知覺父母是嚴格的，仍使自己停留在不契合狀態。

如圖7-12所示，個案之不契合狀態受所知覺的父母教養態度影響：父母親吵架影響孩子的功課，又將個案與妹妹比較，此一作法影響個案對妹妹的感覺，會藉故與妹妹吵架，也影響個案對父母的感覺，看到父母會不自在，覺得與父母疏遠，同時擴大了個案功課不好的影響，原因在於個案本身對功課的要求只是「進步就好」，個案也自認「功課壓力不是很大」，但父母親將姐妹相互比較，突顯個案的能力不足以應付功課的情況。此現象正可說明孩子的個人與環境契合不僅與孩子本身以及環境事件有關，父母親的態度會改變孩子對外在的主觀知覺，進而影響孩子的契合狀態。

個案七（男生）：負向父母管教態度組

個案七的訪談資料中包括兩項環境事件，一為課業，另一為與同學的相處。在課業方面，個案對客觀環境事件的描述為「補習、考試多」，因此，個案對環境的外在要

求之知覺為「功課重，有時應付不來；考差被罵，很難過」。在此事件方面，個案對自己能力的評估為「自己的功課不好，對自己不滿意」，對自己的要求是「及格就可以」。個案知覺父母對於個案課業「要求高，且標準經常變動，難預料父母對成績的反應」。面對父母此一「嚴格又矛盾」的態度，個案認為「父母的標準太高，自己程度有限，無法達到父母的要求」，故「外在要求」與「內在能力」兩方面是不契合的。

另一方面，父母要求太高，個案希望父母的標準降低（內在需求），然而父母親的標準不可能改變（外在資源），亦即外在資源無法滿足內在需求，也呈現不契合的狀態。由於無法改變外在環境（要求與資源），也難以提升自己的能力，個案對此事件的因應方式為「思考為何考不好；充份了解不會的題目；寫悔過書」。此一因應方式是個案過去經常使用的方式，傾向事後補救的措施，長期下來重複此作法，並未改善個案功課不好的情況，若個案仍維持此一因應方式，可能仍停留在此不契合狀態，而不良的因應結果，會更使個案認為「功課很重，應付不來」，且增強個案的「主觀個人」，更加肯定「自己是不好的」的信念。同時，又因達不到父母的標準，也增強對父母教養態度的看法，仍認為父母是嚴格而且矛盾的。此一部份資料未顯現孩子的防衛反應。

由「外在要求」與「內在能力」、「外在資源」與「內在需求」不契合的情形來看，個案自述「對自己功課的要求不高，老師的要求也不高」，顯然增加外在要求的是

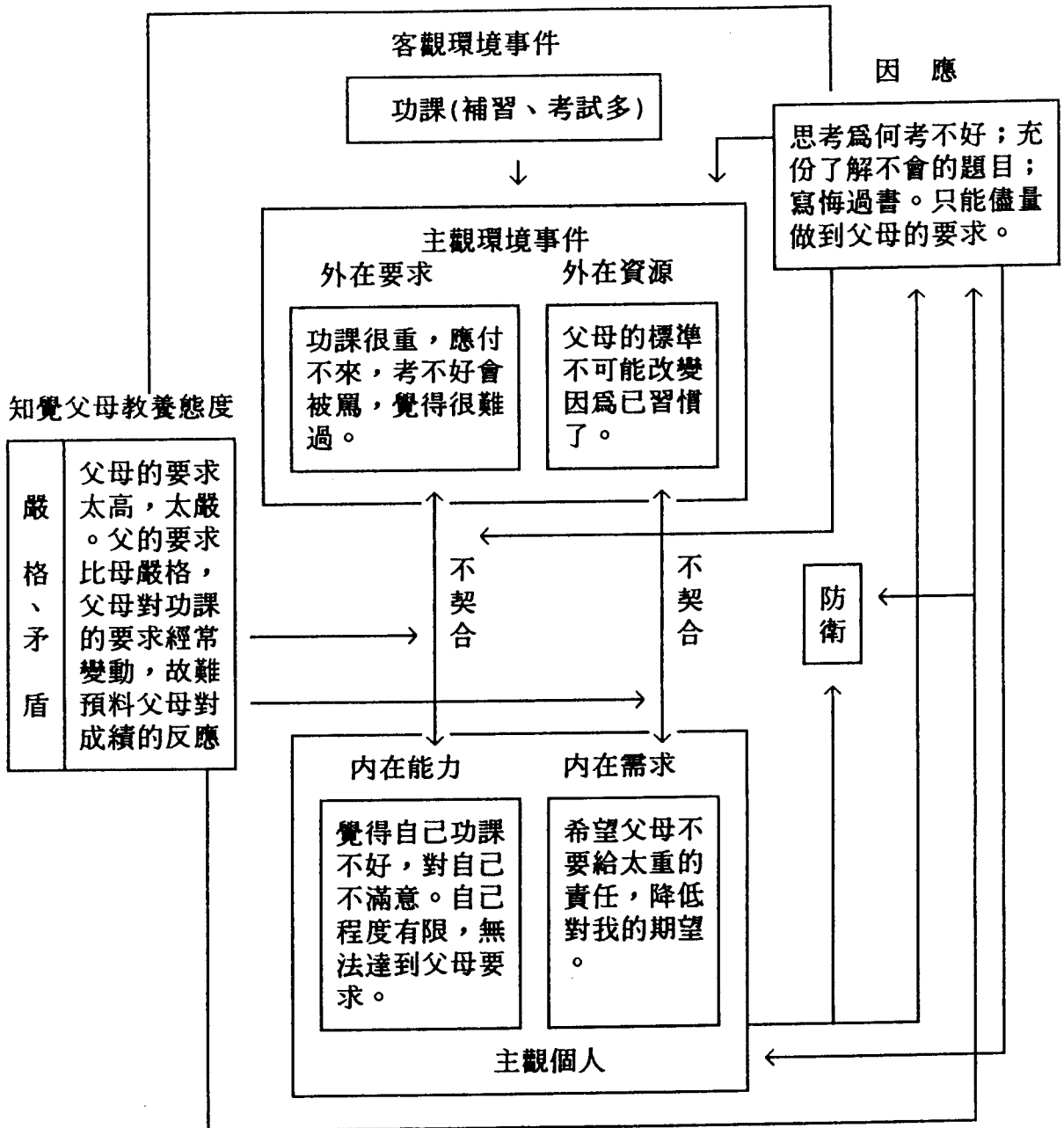


圖 7-13 個案七之分析結果 (一)

父母親，尤其是父親。父母親提高個案之外在要求，卻不能提供個案所需求的外在資源，使得個案的不契合狀態擴大，若父母親能降低標準，同時改變了外在要求（降低）與外在資源（增加），即能縮減個案之不契合狀態。

另一項環境事件為個案與同學的相處，當個案與同學發生衝突，或同學不喜歡和個案在一起，個案認為是因「自己做不好，別人都是對的，我是不對的.... 我不會怪他們」，此一看法使得個案選擇以「默默承受指責」的方式來面對此事，即使向他人求助，對象為老師、朋友或姐姐，不是父母，個案解釋不告知父母與同學發生衝突之事的原由是「怕媽媽擔心」，此一看法乃源於對父母教養態度的知覺「媽會擔心我身體不好，和同學打架會受傷」。父母此一愛護的心態，影響孩子對因應方式的選擇，也使得父母無法提供孩子協助。個案對因應之選擇也顯現出受到主觀環境事件（外在要求）的影響，由於認為同學的行為是自己做不好使然，責任在自己，故忍氣吞聲，而且在處理此事時「自己幫自己，不需要別人幫我」。個案主觀認為自己「能與同學相處很好」，但有時遭到莫名的指責或排斥，對於同學此類態度個案並不喜歡，因此在「外在要求」與「內在能力」上為不契合狀態。

就「內在需求」與「外在資源」之契合而言，個案「很想和同學出去玩」，因為「跟同學在一起比較快樂」，而個案也有一群朋友可一起玩，所以此部份是契合的。不過，父母期望個案與功課好的同學交往，與功課不好的同學保持距離，個案似乎難做到這一點，由個案所述可看出

，個案本身功課不好，更因此而遭到同學排斥，故常與個案在一起的人大多是功課不好的，彼此不會相互排斥。父母對個案交友的期待與個案的交友狀況不一致，可能因此造成個案「不主動告訴父母在學校與同學相處的情形」，此即顯示對父母教養態度的知覺影響孩子的行為。

從前述兩項事件發現，個案有一核心信念，即「我都覺得自己不好，別人都是最好的，我是最不好的」，形成此信念的部份根源可能是一直以來成績不如同學或遭同學排斥。然而父母灌輸的交友觀念「功課好的就去交，功課不好的做單純的朋友就好，不要太信任他」，父母將功課不好與品行不好劃上等號，此一與孩子立場不一致的態度，或許間接使得孩子因自己功課不好，而認為自己其它方面的表現都是不好的，對自己失去信心，原本可能出於善意的教導卻為孩子的適應注入不利的因素。

個案八（女生）：負向父母管教態度組

個案八提及之環境事件可分為兩大類，一為功課，另一為人際關係，分別將兩類事件以圖7-15與圖7-16呈現。

在功課方面，個案認為自己成績不錯，父母要求「功課要好」，最好是考「前五名」，以前大多是二十幾名，「現在可以符合媽媽的要求」。因此，「外在要求」與「內在能力」兩者相契合。另外，個案不喜歡壓力，不希望父母要求太多，對於目前父母的要求，個案覺得「我蠻

喜歡這樣子」，因為「不會給我太多壓力」。從以上描述可知，「外在資源」與「內在需求」兩者相契合，亦即父母的標準恰能符合孩子的期待。

孩子知覺父母的要求只限於功課方面，「只要功課好，其它要做什麼都沒關係」，以前孩子有功課上的問題，可以請教父母，但國中課程難度增加，父母不再能提供此項協助，孩子的困難必須在學校或補習班解決，父母扮演的是激勵孩子讀書的角色，考好了獎勵，考不好則處罰。而孩子知覺父母目前的要求寬嚴適中，因此孩子只要依自己的安排去上課或補習，即可應付外在要求；也因孩子能以此方式應付外在要求，所以知覺父母的要求寬嚴適中。在孩子的個人與環境契合情況中，主觀環境事件以父母的標準為主，值得注意的是，孩子如果認為父母給的壓力太大，「會反叛」，故思考爛給父母看，因此，父母的要求是能拿捏準確，為孩子之個人與環境是否契合的關鍵。

另外，個案在功課上喜歡與成績差的人比較，以此方式肯定自己的能力，對於主觀個人可能有正向作用，但是當出現個人與環境的不契合，此一想法無法改變外在要求，可能也無法改變不契合狀態。

個案八為女生，頭髮剪得很短，身高約一百六十五公分，與其它女同學比較，顯得較高大，外型較像男孩子，在談到人際關係時，個案也對其打扮、行為像男孩子提出她自己的看法。如個案所述，「我的個性跟男孩子很像，所以我覺得男孩子可以做的事情我也可以做」、「我希望我的打扮、穿著、行為就像男孩子，可能是希望引人注意

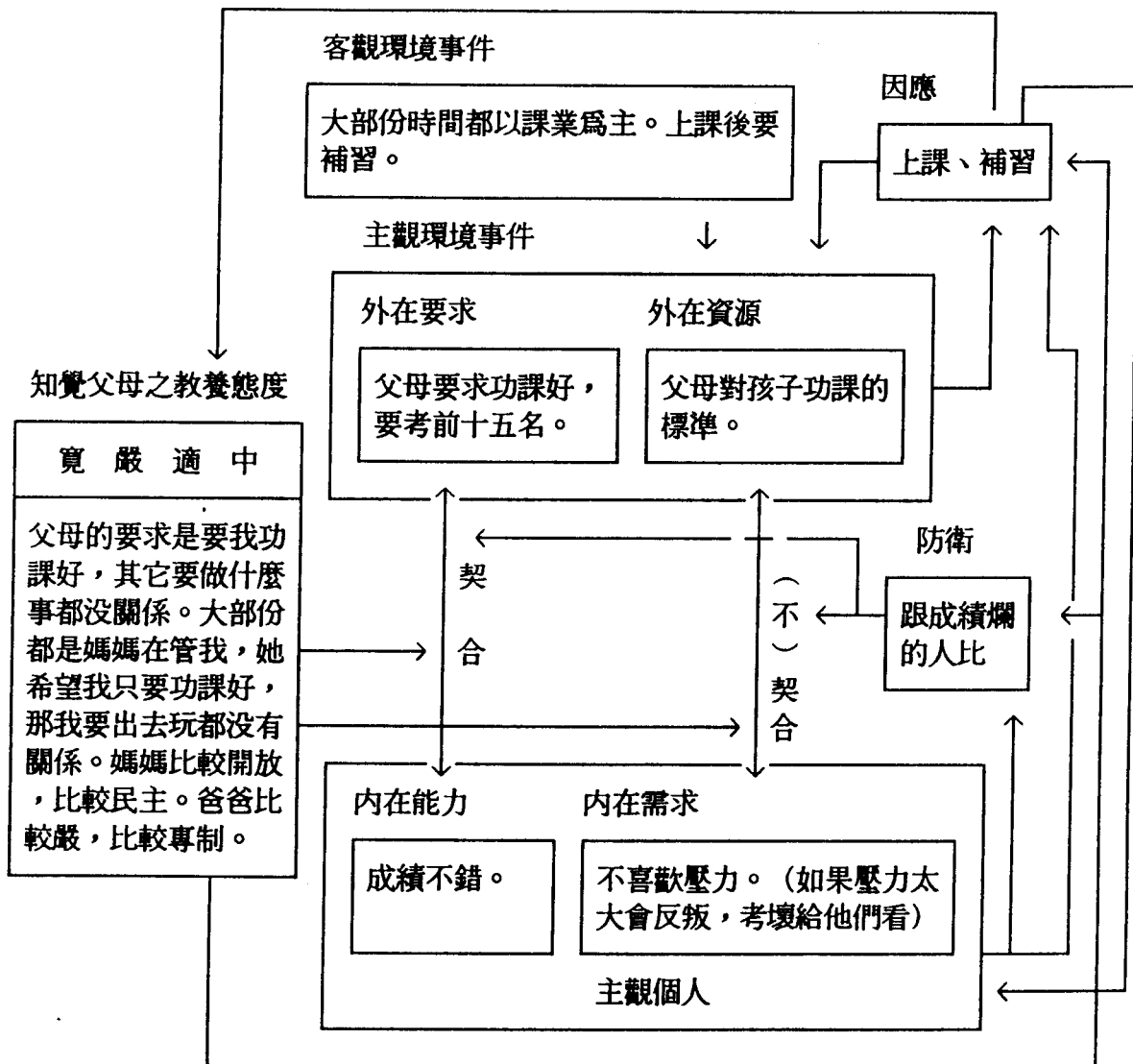


圖 7-15 個案八之分析結果 (一)

吧！」，或許是個案此種想法，個案表現出的行為「較粗魯」，會打人、踹人，甚至「踹出傷口」，此種行為方式與大多數女孩子並不相同，因此班上有些女同學不喜歡個案，個案對同學此一眼光的反應是「不理她們」，而且個案表示「我本身不太在乎我的行為粗不粗魯」。個案認為其中性的打扮使得她「跟男孩子很好相處，跟女孩子也很好相處」，因此在班上人緣不錯。因此，雖然某些同學不喜歡粗魯的女生，形成個案「外在要求」與「內在能力」不契合的狀態，但個案希望與男女同學建立關係的需求亦能得到滿足，為契合狀態。就個案而言，不喜歡她的那些同學似乎並未引起個案的困擾，個案可以藉由告訴自己「不要理他們」之防衛方式面對這件事情。

在個案的人際關係方面，父母很少介入其中，個案曾述及，父母除了功課外，對其它的事情沒有什麼限制，交友情形即是其中一項。不過，當個案與母親談到同學時，個案的母親會問起那位同學的成績，個案不喜歡媽媽這樣問，也「不喜歡媽媽批評同學」，有時因此與母親爭執。此類經驗造成孩子外在資源與內在需求的不契合，又因此經驗使得個案避免再跟母親提起同學的事。另外，和同學打電話聊天，母親會問很多，使個案以後和同學通電話「長話短說，其它話到學校再說」。此一歷程顯示孩子對母親的知覺會影響孩子日後的行為。

另外，父母親態度紛歧對孩子的契合形成不利的影響，如個案所述，覺得「爸爸太嚴肅」，「希望爸爸不要那麼嚴肅」，但爸爸並不容易改變，孩子也無法改變父親，

假如父母紛歧的教養態度繼續，孩子此一不契合也將繼續，可能不利於親子關係，也對孩子的適應有負面影響。

個案九（女生）：正向父母管教態度組

個案九在訪談中提及的事件可分為兩大類，為功課與父母在生活上的要求，合併於圖7-17中呈現。在訪問個案之後，研究者至個案家中訪問個案的母親，請她談對個案的看法以及教養態度，以輔助說明個案的契合與父母教養態度。

個案的功課是班上前十名，平均成績在八十分以上，自己對目前的成績仍不滿意「覺得現在功課不好」，父母對個案的功課要求沒有特定的標準，希望孩子「盡力就好」，「老師的要求比父母高」，老師要求班上成績不錯的同學在課外時間另外加強功課，個案也是其中一員。個案的描述中並未顯示個案達不到老師或父母的要求，目前對自己的成績不滿意，乃是自己的要求高所致。個案母親的描述也可說明個案對自己要求較高「她很自動、自己會加強，考試到了就自己安排準備考試，每天晚上都讀到很晚」。因此，若將老師或父母的要求視為外在要求，個案的能力可以達到他們的要求，為契合狀態；若將個案對功課的自我要求與其能力比較，則能力尚未符合其要求。

至於父母在生活上的要求，母親的態度是「重視規矩」，例如「不會為了考不好而處罰他們，但是假如頂嘴、態度不好就會處罰孩子」。個案對父母要求的描述大致與

母親所述相符「生活習慣要好，平常人不可以做的我們就不可以做，沒有特別的要求」、「比較重視品行，功課沒有品行重要」，認為父母的要求很合理「寬嚴適中」。對於這些要求，個案認為「自己大概都可以做到，偶而不行」；母親對於個案偶而做不到父母要求的情形表示以下看法「她很乖；有時候難免會頂嘴，一般（的孩子）都會有這種情形，有時候我們做父母的也會做得讓他們有頂嘴的機會」，母親認為孩子大了難免會頂嘴，「不是什麼大錯」，對個案的表現仍持肯定的態度。就此方面來看，個案的內在能力與外在要求應是契合的。

個案提到平日生活中會為一些小事與父母起爭執，例如想買某樣東西，但父母不准，「當時會覺得可惜，回家後想想不能買就算了」；或是沒有做好媽媽要求的事，被媽媽罵，個案的反應是「媽媽講了就會去做，只是會很慢才去做」。在事情發生當時，個案會有一些不高興，但是還是認為「媽媽的要求蠻合理的，只是自己做起來感覺不太一樣」，在當時的不契合狀態之下，孩子會以因應或防衛來降低不契合。由於孩子對父母教養態度的知覺是「民主、寬嚴適中、一致」，而且認為是合理的，所以孩子不僅會依父母的意思去面對這些事情，重要的是，孩子也同意父母的管教方式，真心接受它。另外，從孩子與其母親的描述中，個案覺得父母的教養態度很民主，尊重孩子，因而覺得自己比別的孩子幸運，也很滿意父母這樣的態度；母親認為孩子「很乖、很自動」，顯示親子雙方均認同對方。個案的這些看法與父母的態度有密切關係，正因父

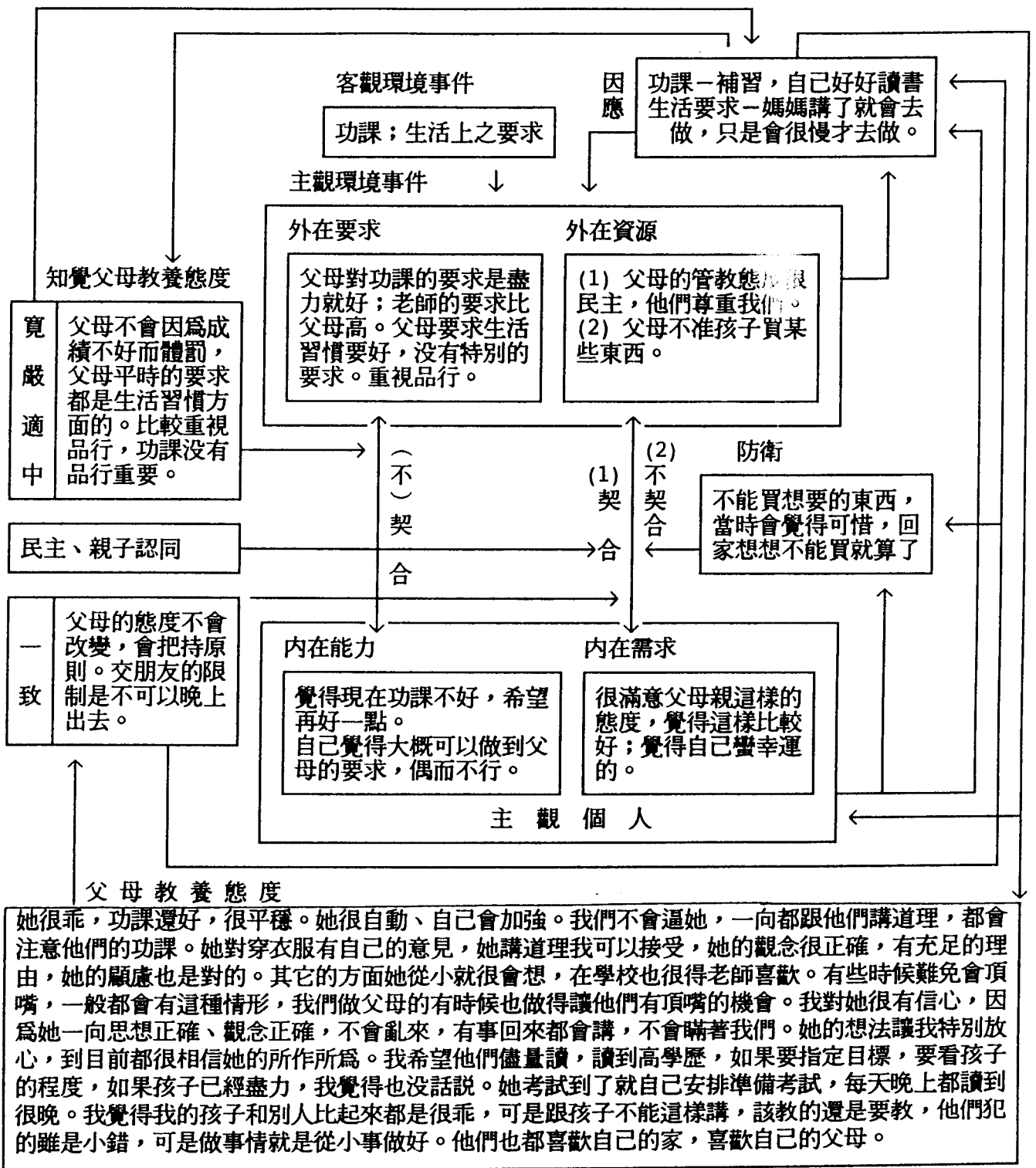


圖 7-17 個案九之分析結果

母的教養態度與孩子的期待一致，孩子的「內在需求」與父母提供的「外在資源」相契合，產生良性的親子互動，以此深厚的相互了解與信賴為基礎，偶而發生的衝突並不會影響親子關係，父母仍認為自己的孩子「很乖」，孩子也很滿意父母親。因此，父母親「寬嚴適中」、「民主」、「一致」與「親子認同」之態度對孩子的契合形成正向的影響，也就是，增進孩子的契合。

個案與母親提供的資料中只有一項說法不完全一致。母親表示「她有什麼事情回來就會講，不會瞞著我們」；孩子提到「大部份的事情都會跟父母講，但是喜歡國文老師的事就不喜歡講，因為喜歡人家幹嘛講出來呢？」，孩子不會告訴父母她喜歡或不喜歡某人，因為「父母不一定認為我們這樣是對的」。雖然在此方面父母不清楚孩子的想法，但幾乎每個孩子都會有或多或少的事情不告訴父母，希望保有自己的天地，而這些事情並未顯示對孩子有負面的作用，也未呈現不利於親子關係的現象，可見良好的親子關係不一定需要親子雙方完全的了解，互信與對對方的正向看法才是建立良好親子關係的關鍵。

個案十（女生）：正向父母管教態度

個案十的晤談資料中包括三類事件，分別為功課、交友情形以及其它生活上的要求，與功課有關的部份呈現於圖7-18，交友情形與其它生活上的要求合併呈現於圖7-19

。研究者在訪問個案之後，至個案家中訪問其母親，請母親談對個案的看法與教養態度，以輔助說明個案的契合與父母教養態度。

個案認為國中階段「課業不會逼得很緊，事實上也沒什麼壓力」，目前功課保持在班上前三名，但是「媽媽對功課逼得緊，要求嚴，要求每一科都在 95 分以上」，個案「覺得要求很高，沒有辦法做到」。此時個案之「內在能力」與「外在要求」不契合。不過，個案除了以上課、補習或認命的方式來面對此事件，她還跟母親反映自己的意見，讓母親知道她給的壓力太大，母親也能理解她的情形，因此把標準降低，個案覺得「這樣比較好，念起來比較沒有壓力」，由於個案採取此一因應措施，改變了母親的要求，使個案達到契合狀態。

個案的母親也談到類似的改變歷程，她說「我蠻在乎她的成績，我以前逼她要保持第一名，她說這樣很累，而且擔心被擠下去，我想她說得也對，我們不能一味要求她怎麼樣」。從此段描述可看出，親子雙方會藉由溝通調整出適合的期待與要求，母親起初的嚴格態度發生改變，而孩子會選擇向母親表達自己的意見，乃源於孩子認為母親可能經由溝通而改變，亦即孩子知覺到母親的「理喻」態度，而母親聽了孩子的意見之後，也同意孩子的觀點，願意配合孩子，做一些改變，孩子也此認為改變對她有正面的影響。此即顯示對父母教養態度的知覺影響孩子對事件的因應，因應結果改變了父母教養態度，進而影響孩子對父母教養態度的知覺，再對孩子的個人與環境契合形成影

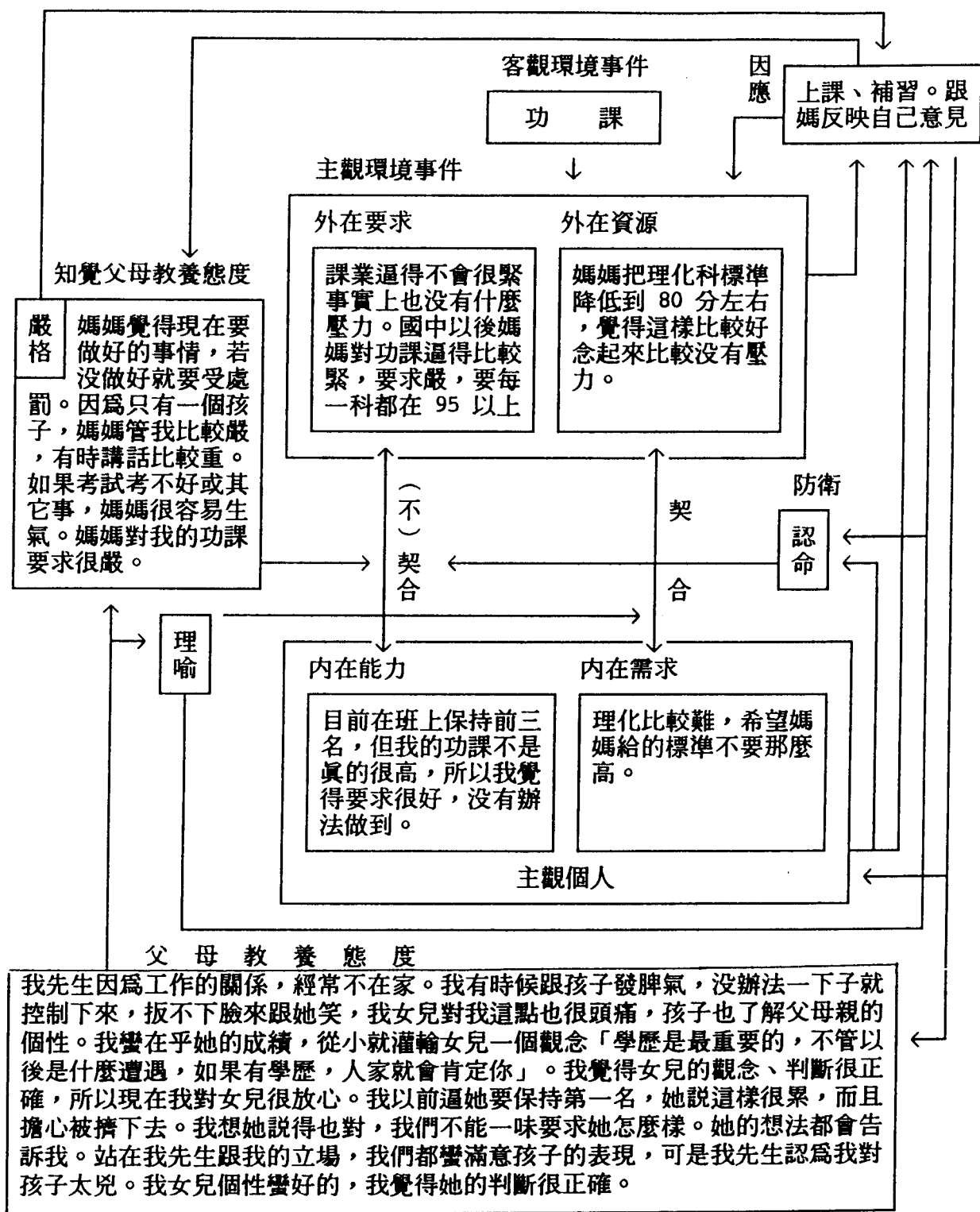


圖 7-18 個案十之分析結果 (一)

響。母親的嚴格態度使孩子之個人與環境不契合，而母親的理喻態度對孩子的適應有正向影響；在促進孩子的契合之後，此一正向的結果也有助於孩子對母親的知覺，知覺母親的理喻態度，也可能拉近親子關係。

圖7-19所示為孩子的交友情形與母親對孩子其它生活上的要求。個案認為「自己的個性不是很內向，有時三三八八的，很容易和同學相處，和同學蠻合得來」，在交友方面，個案表示，「希望能找到一個知己，但現在還沒找到」，不過，還是「蠻喜歡現在的朋友關係」，由此看來，個案滿意目前的交友狀況。

然而，個案的母親對個案交友狀況有些限制，例如，個案認為母親對她的交友情形「有警戒心」，母親在下課後立刻來學校接她回家，使得孩子「沒有想要的自由」，個案猜想「可能怕我跟男生在一起」。面對母親這些限制或要求，孩子覺得「媽媽的要求都一樣，做久了就習慣了」，由孩子此一反應看來，其「內在能力」與「外在要求」仍是契合的。

個案與母親之間尚有一項不一致的地方，就是對孩子穿著的看法。個案表示自己愛漂亮，但是「媽媽買的衣服太保守，不喜歡」，不過，個案的阿姨了解母女兩人在此方面的不一致，會買衣服給孩子，個案描述「媽媽還是不太滿意那些衣服，但既然買了不穿可惜，所以還是給我穿」，可見個案的內在需求雖不能由母親處獲得滿足，但阿姨可提供所需要的外在資源，使個案在「內在需求」與「外在資源」兩方面亦是契合的。在個人與環境契合的情況

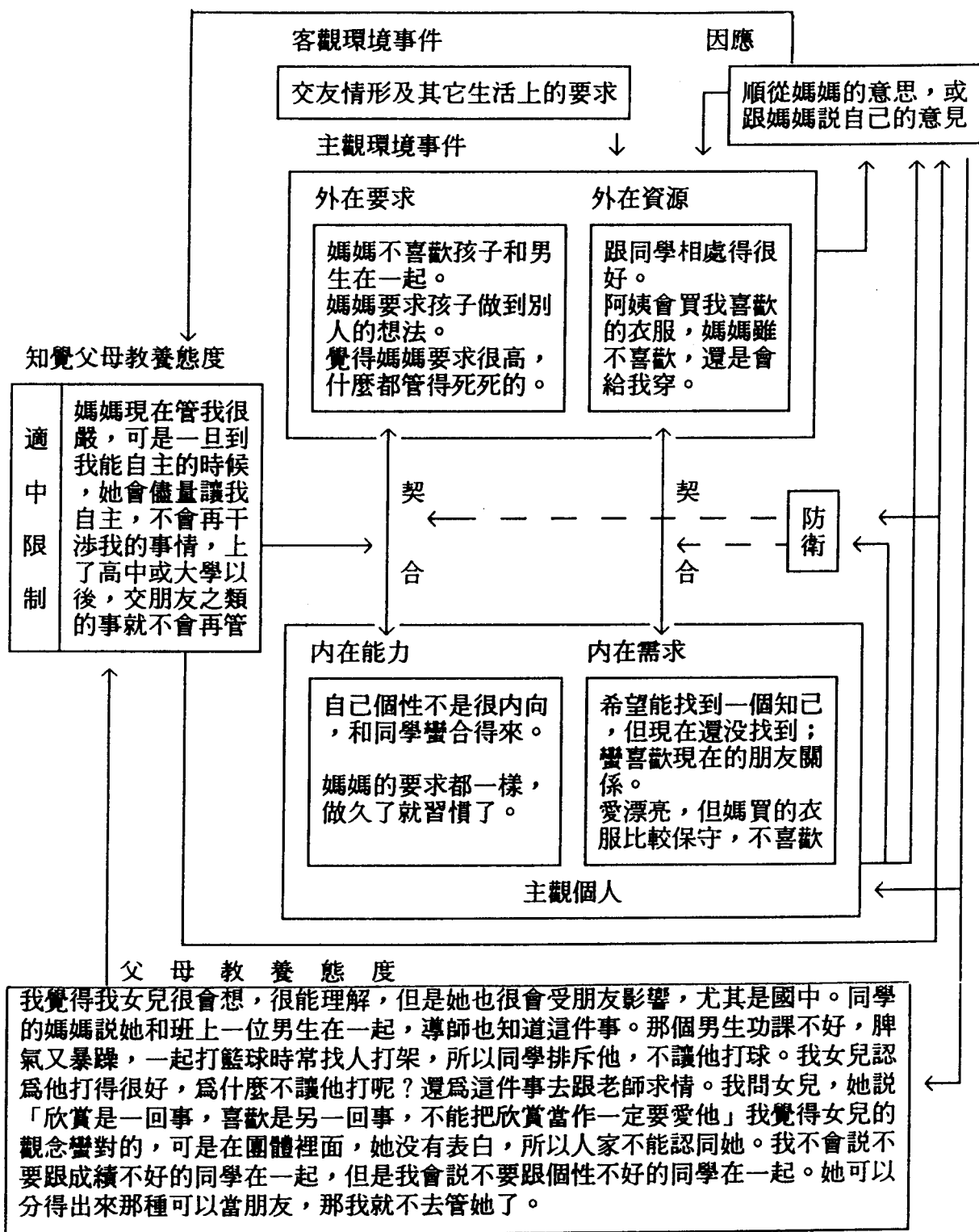


圖 7-19 個案十之分析結果 (二)

下，孩子能夠有效地因應外在環境，毋需以防衛的方式面對這些生活事件，因此未顯現防衛作用。由圖十九可知，母親的適中限制使孩子養成某些習慣，讓孩子能做到母親的要求，對孩子的契合造成正面作用。另由母親的描述「她很會想，很能理解....她可以分得出來那種可以當朋友，那我就不要去管好了」可看出，母親會視孩子的作為調整教養態度，當母親認為孩子自己有能力決定自己的行為時，母親會給予孩子自主的空間，此處顯現之母親教養態度的彈性與適中限制，有助於孩子的適應。

第二節 個人與環境契合與身心症狀的關係

個人與環境契合理論指出，個人與環境的不契合會形成壓力，此壓力會表現於個人的身心症狀上。由本章第一節之分析結果得知十位個案在生活事件上之契合與不契合的個數，另外，計算九位個案（個案三未填答身心症狀量表）在身心症狀量表勾選「時常這樣」與「總是這樣」的次數，合併列於表7-1。

因個案人數太少，無法進行統計分析，但仍可由九位個案之資料看出一趨勢，如表7-1所示，除個案二與個案八之外，另七位個案的個人與環境不契合次數愈多，身心症狀量表得分愈高；而且此七位個案中，個案二為正向父母管教態度組中，身心症狀最多的一位，與同組其它受訪者比較，其不契合次數亦最高。其它負向父母管教態度組的個案，不契合的次數多，身心症狀也較多。此一結果顯示，當個人與環境契合愈差，個人承受的壓力愈大，或多或少會顯現在其身心症狀上。此一結果僅為暫時性推論，必須累積更多個案資料以為佐證。

表 7-1 個案之個人與環境契合以及身心症狀次數

個案	性別	父母管教態度	身心症狀量表得分	契合次數	不契合次數
一	女	正向	2	3	1
二	女	正向	8	3	3
三	男	正向	無此資料	4	0
四	男	負向	4	0	2
五	男	負向	1	1	6
六	女	負向	7	0	4
七	男	負向	5	1	3
八	女	負向	1	3	3
九	女	正向	2	2	1
十	女	正向	1	4	0