

呂民璿與莊耀嘉(民80)研究單親家庭與青少年違規犯罪行爲，發現在校求學的青少年本身幾種高度不良的性格特質(求樂性、衝動性、攻擊性)會因不良的親職功能而形成嚴重的違規犯罪，但是良好的親職功能則對這些不良的性格特質具有抑制作用。這項研究的其他發現包括單親家庭的社會支援結構型態缺陷相當普遍。

邱瓊慧(民77)指出：父母離婚之兒童由於家庭結構的改變，在生活上必須擔負新的責任，使得他們被迫成長太快，造成現在與成年後的生活適應問題。

第二節 危機、支持、和調適

一、危機(crisis)與解決危機(crisis resolution)

因爲父母離婚或其他原因所導致的破碎家庭是一種家庭結構的解體(disorganization)，對家庭中的成員，尤其是子女，是一種危機(Hammond,1979,1981; Woody,1979; Caplan, 1976; Felner,Stolberg, and Cowen,1975)。

危機(crisis)一詞來自希臘文，原意是「做決定」，描述在事情的某種狀態發展過程中非常迫切須要做更好或更壞的決定性的改變之重要轉捩點。危機理論學者(Ewing,1978;Golan,1978;Slaikue,1984)列舉出危機的幾個主要特徵：1.要求改變的有壓力或危險的事件。這事件對個人呈現出他／她認爲目前或不久的將來無法解決的新問題。危機或有壓力的生活事件可以分爲預期的和非預期的。2.這個新的問題之性質極需個人，他／她的家庭，或其他可能是個人社會支持網絡(social support network)之一部份的人在物質的、生理的、或心理方面的資源。

Levine and Perkins(1987)指出：當個人處理自己的情緒和外在問題的方法不適當時，危機就會出現。處於危機中的人可能覺得無助、無效力、焦慮、恐懼和有罪惡感，結果他／她的行爲會較往常更沒有效率。危機的情況也可能會喚起個人舊的問題，使得眼前的問題處理增加困難。

Lewis, Gottesman & Gutstein(1979)指出：除非難過的狀態持續

超過一段相當的時間，否則該事件不能被視為危機。如果個人用以解決問題的策略是新的，這個人可以說已經成長或者發展出新的知識或技巧，能夠應用個人資源來處理問題。

Kubler-Ross(1969) 曾經列舉出一個人在經歷死亡這種重大的失落經驗時的幾個反應階段，這是對建立危機模式的一項重要貢獻。對其他的危機解決過程當中可能出現的不同階段加以瞭解也非常重要。自責、對情況直接注意、重新再思考以及包含憤怒的複雜情緒都可能是個人在解決危機過程中出現的反應。

二、生活壓力事件與適應之個別和情境的差異

並非所有的危機都能成功地解決。Dohrenwend(1978)指出：環境的因素和個人特徵都會影響對壓力的適應。Selye(1956) 是最早將壓力(stress) 的概念引入社會科學領域加以探討的學者。Selye(1956)之「一般調適症候群」(general adaptation syndrome) 的概念來自生理心理的狀況，指的是個人生活中任何擾亂個體的平衡、產生壓力，因而需要某種補償的、調適的反應之重大改變。離婚或失業等重大改變或一連串的較小事件都可能過度消耗個人的適應資源，進而威脅到個體的生理或心理的幸福。Selye 之「一般調適症候群」的發展分為三個階段：警覺反應期、抗拒期、耗竭期。個人如果長期暴露於同一刺激來源下，身體適應所需的能量將完全被消耗掉而導致崩潰，疾病亦會隨之而起。

Holmes and Rahe(1967) 編製的 Schedule of Recent Experiences (SRE)包含43種人類生活事件，用以測量最近6至24個月之間個人之生活壓力分數。後來編製的 Social Readjustment Rating Scale(SRRS)也包含離婚、分居、移居、死亡等導致家庭解體之生活事件。兩份量表無疑地顯示出累積的壓力經驗與多種生理、心理的疾病有關(Bloom,1984)。

Perkins(1982) 指出：Dohrenwend認為各種不同的個人和情境因素與生活事件之特徵交互作用，產生壓力並且影響結果之看法越來越廣泛地被接受。Smith,Johnson and Sarason(1978) 則指出：個人的知覺、自我防衛、生理心理的反應、以及適應能力等過程都可能影響壓力事件的結果。

任何生活事件都可能有正面和負面的影響。Finkel(1974, 1975; Finkel & Jacobsen, 1977) 在研究中要求成年人和大學生確認以前發生過的正面和負面的重大生活經驗，並且指出這些經驗如何改變了他們對自己的看法和他們的生活。Finkel意外地發現他的受試者自動地將他們的經驗分為下列三大類：負面的事件、正面的事件、以及開始的時候是負面的，但是後來結果變成正面的事件。第三類事件中的經驗的轉變來自於當事人突然的頓悟，使得他們能夠以較積極正向的方式解釋創傷的事件。先前由於心理的創傷而產生的負向解釋被強調個人適應、調適和自創傷中學習的能力的新解釋所取代。

Taylor(1983)提出一種藉著社會比較的方法自我促進的過程，此種過程能夠使那些經歷有壓力的生活事件的人比起其他人在心理上感覺更好一些。

Kobasa(1979)認為：穩定的、心理的調解者(mediator)在適應有壓力的經驗時扮演重要的角色。許多學者也提出個體在對壓力做反應時的其他心理調解者，包括認知和行為的建構能力(Mischel, 1973)，主觀的個人控制(Langer, 1983)，自導(Chan, 1977)，社會能力(Iscoe, 1974; Spivack & Shure, 1974)，以及自我效能(Bandura, 1977)。

Pearlin and Schooler(1978)發現：並非所有的適應反應在所有的生活情境中都一樣地有效。Folkman and Lazarus(1980)與Dohrenwend(1978)指出：事件的情境內涵與個人對事件的評估是決定採用何種適應反應之重要因素。

三、社會支持(Social Support)與生活適應

前面已經提到過危機理論認為當一個人的依附(attachments)受到威脅而且缺乏立即的資源來做調適的反應時，即進入危機的狀態。根據這種觀點，處於危機中的個體可能需要物質的資源、情緒的支持和輔導。

正如同壓力一樣，支持往往被認為在人們生活當中無所不在。Gottlieb(1983)就將個人的家人、朋友、醫生、律師、牧師、自助團體和鄰里間的組織都納入支持的網絡種類中。

Heller and Swindle(1983)指出：能夠透過朋友和親屬利用現成資

源的人可能具有初步發展出良好關係的社會技巧。

Levine and Perkins(1978)認為：知道何時以及向何人求助可能是一種判斷或技巧，而不常求助也可能是技巧的表現。如果利用資源的能力是人際關係的技巧，那些技巧應該是可以習得的。假如那些技巧像其他解決人際問題的技巧一樣是可以習得，而且假如具備那些技巧有助於對危機的調適或避免危機，則顯然那些技巧具有預防的可能性。

Broadhead et al.(1983),Cohen & Wills(1985)以及Kessler et al.(1985)都指出：社會支持的存在與出現心理問題之可能性較低之間有持續性的關聯。許多臨床的心理問題患者，例如沮喪，都自陳比一般正常的人得到較少的支持。

Cohen & Wills(1983)指出：面對急劇的壓力時，缺乏社會支持會造成焦慮、無助、和沮喪等負面的心理狀況。這些心理狀況又會影響生理的健康，可能直接影響對疾病的感受性，也可能引發某些會增加罹病率或死亡率的行為反應。

Cohen & Wills(1985)認為：從量的觀點來看，社會支持指的是個人網絡中的人數，與網絡中的成員接觸的頻率，成員背景相似性的程度，網絡的稠密度，以及成員之間在支持性的事務方面互惠的程度；從質的觀點來看，社會支持通常是指一個人提供給他人的資源的性質，或者指社會互動的特殊內涵。

Caplan(1976)將家庭視為社會支持的原型。Caplan(1976)在他關於支持系統(support systems)的著作中，將理想的家庭描述成滿足家庭成員若干功能的資源。Caplan所述及的家庭功能包含下列幾項：

- 1.家庭收集並且傳播有關世界的資訊。就如同父母與子女分享有關外面世界的知識，提供學習有關個人可能扮演的各種不同角色的基礎一樣，在支持的關係中的人彼此分享關於世界的種種特徵的資訊。
- 2.家庭是回饋和輔導系統，幫助它的成員們瞭解他們對他人的反應以及他人對他們的反應。
- 3.家庭團體是發展出決定個人對自然宇宙的意義，他／她所處地位，以及他／她所應該努力以赴的人生方向之信仰系統，價值系統和行為準則之主要資源。

- 4.家庭對其成員而言是解決問題時的指標和調解者。家庭中的成員分享彼此的問題，互相提供建議和指引，協助尋找外面的援助資源，而且甚至可能為這樣的協助做安排。
- 5.家庭成員彼此互相提供物質的援助和具體的服務。
- 6.家庭是一個可以休息和恢復體力的安全所在。
- 7.家庭是一個諮詢和監督團體。
- 8.家庭提供個人認同的基礎。
- 9.家庭成員彼此互相協助做情緒的控制。

以上所提及的研究都肯定社會支持在減低個人對壓力有關的問題之感受性方面扮演重要的角色。也有一些心理學家提出若干保留的觀點。Kobasa and Puccetti(1983)就指出：在工作中主觀上的支持似乎對處於該種高壓力情境中的個人有緩衝作用，然而對某些管理者而言，高度的家庭支持顯然對他們的健康有不利的影響。

此外，大多數的研究都將社會支持視為獨立的變項。Broadhead et al.(1983)主張應該更廣泛地將社會支持當成一個依變項來加以研究。舉凡社區的特色、社會角色，適應技巧等等都應該被統整起來，以探討他們對社會支持網絡的發展可能的貢獻。