

伍、結論

由前述量表結果得知，五專原住民學生隨著年級增高，自尊程度明顯增加，亦即自我概念越來越正向，對自己的能力也越來越有信心，此項結果與個別訪談及座談會中，學生表達自我的成績與改變相符合。在社會支持系統方面，一年級新生較會運用師長與專業資源，幫助自己適應新的環境，至於二、三年級則較傾向尋求朋友與家庭的支持，尤其三年級原住民學生明顯表達家庭的接納與支持，但憂鬱與身心症狀的增加，可能反應出其調適壓力的方法不足以有效解決問題，如師長與專業資源能引導其學習更健康的方法，應能改善狀況，而影響三年級最大的壓力來源，亦需進一步評估。

在二、三年級原住民學生與平地學生的身心適應的比較中，最明顯的差異在師長與專業資源，因長庚護專有多項措施幫助原住民學生課業與生活的適應，所以他們比一般平地生更能感受到師長與專業的照顧。

由相關與迴歸的結果可以看出，原住民學生的身心症狀與生活事件數及情緒因應有密切關係，且認知評估的五向度（嚴重性，傷害性，威脅性，挑戰性，可控制性）均與身心症狀呈顯著正相關。顯示原住民學生面臨較多生活事件時，如認知評估較負向且多以逃避等方式舒解情緒，而不收集相關資訊積極解決問題，則會產生較

多的壓力反應，如身心症狀或憂鬱等。另外，自尊與可控制性及問題因應呈正相關，顯示原住民學生如自尊較高，面對生活壓力時，較會認為自己可以學習去控制情境，且較會積極面對問題去解決困難。

過去研究較多發現問題因應與憂鬱、焦慮呈負相關，但在本研究中卻是正相關，可能原住民學生面對較多生活事件時，也會運用問題因應策略企圖解決問題，但結果並不理想，只有運用更多情緒因應的方式想要暫時舒解情緒，但長期下來，憂鬱、焦慮依舊無法消除。

另外，過去研究曾發現原住民學生較常出現抽煙、喝酒、曠課等違規行為，本研究結果比較原住民學生與平地生的偏差行為卻沒有顯著差異。但由相關與逐步迴歸分析可以看出，原住民學生如在面臨生活壓力時，主觀評估很嚴重且具威脅性，而產生憂鬱、焦慮較多，卻不直接解決問題，只有情緒因應策略，暫時逃避問題者，會出現較多偏差行為。所以如要輔導原住民學生減少偏差行為，除強調規範的學習外，應多了解其壓力來源與因應模式，引導其學習正向健康的方式舒解負向情緒。所以，協助原住民學生建立自尊，並對生活壓力學習正向的思考習慣，以及有效解決問題的能力應能減少其壓力反應，促進其身心健康。

由訪談與座談會記錄可以歸納出原住民學生在專科生涯中的改變有：

(一) 在校生活中，具體察覺到自我在學習與生活上進步與成熟成長。

(二) 能自我期許，自我勉勵，更加努力學習。

(三) 對於自己生為原住民，越來越能自我肯定，自尊增高。

(四) 懂得感謝珍惜現有的資源，並期許未來能把所學貢獻家鄉與社會，發揮愛心去幫助別人。

(五) 在工讀實習中，對護理工作的精神更能掌控與認同。

(六) 期望由本身做好，改變社會一般人對原住民負面的印象。

(七) 學校住宿生活促使獨立生活的能力更加強。

(八) 與平地學生分散編班的方式，促使生活規範與學習動機增強，課業進步較多。