

## 貳、文獻探討

原住民生活適應方面：

De Vos( 1982 )在一篇研究美國境內的少數民族的文章中，將他們對美國社會環境的適應過程，分成心理層面或內在調適( pshchological adjustment )與行為層面或外在適應( behavior adaptation)二種。心理層面的適應不良，容易使人產生疏離感，表現酗酒、犯罪等偏差行為，嚴重者甚至會引發精神崩潰。也就是說，心理層面不適應的影響不只是在內在心理方面，它亦會引發行為層面的不良適應，進而對社會整體造成傷害。居住環境的變動、遷移與異文化接觸等，經常會引起激烈的心理調適問題。例如張曉春於其「台北地區山地移民調適初步調查研究」( 1974 )中指出，原住民在移居都市後，在主觀上仍有宗教生活的需求，渴望繼續獲得此方面的慰藉，但在客觀環境上卻受到種種限制，心情上總是杆格不入，因此，移居都市的原住民的社會調適，不只是在外在行為層面可能產生問題，在心理上和情緒上，也由於得不到宗教方面的支持與協助，而連帶使得適應不良的情形更加惡化。

茲就文化因素與學校生活適應兩方面探討影響原住民學生適應的相關因素：

### 一、文化因素方面

學者認為對原住民學童的學習成就產生不利的文化因素主要有兩方面：(一) 文化剝奪—即原住民學童所處的家庭與社會環境，缺乏適當的文化刺激。由於傳統文化的侷限，以及生活區域的隔閡，使得原住民學童無法形成較好的學習行為、成就動機與抱負水準。在這種不利的教育環境下，原住民學童不容易具備獲得較高成就所需的能力，難在學校與主流文化的學生相互競爭，而導致其成績低落、適應困難 (Hess & Shipman, 1965; Moynihan, 1965)。(二) 文化衝突—即原住民學生的學習不佳，主要是因為其社會文化型態與主流文化產生衝突致。此種論點旨在強調，原住民學生學習失利的原因並非其族群文化較為貧瘠或匱乏所造成；而是其民族文化所形成的家庭生活型態，以及所孕育的價值態度與學習風格，蓋與主流文化有所差別或相互衝突之故 (Burger, 1968; Dillard, 1972; Valentine, 1968)。

反觀國內的研究文獻，周天賜、吳武典 (民 69) 的研究結果顯示文化貧乏的學生在學業成績方面的確不如非文化貧乏的學生。謝高橋 (民 80) 指出原住民長期以來與外界環境的互動一直處於被動狀態，一方面已逐漸偏離過去的傳統，但另一方面卻尚無能力設想與計劃未來。原住民學童在此種社會環境與家庭背景下成長，難免受其影響而造成學習意願低落，學業成就不彰；若不綢繆改善，則

其高輟學率、低升學率、失業等現象將繼續充斥，適應力與競爭力將大幅減弱，形成一種惡性循環，而將始終跳不出貧窮與落後的邊緣。

其他學者亦指出原住民學童自國小一年級入學後，即比平地學生要多出學習新語言、學習異文化價值觀念、以及家庭與社會學習環境差異的壓力等三項困難。因此，即使在各項其他條件完全相同的情況下，原住民學童的學習成效也要低蒼得多，更何況一旦成績落於人後，就易形成自卑感，而以後各階段的學習也就更加困難（李亦園、歐用生，民81）。

而就語言溝通方面來說，學校裡的學習情境多半使用主流文化或中等階級所發展出來的符號系統作為溝通工具，但這與住民學童所慣用的語言與溝通符號有很大的出入，勢將影響原住民學生在校的溝通與思考模式，形成學習上的障礙。任秀媚（民75）曾進行原住民單語與雙語兒童之間在智力測驗成績方面沒有顯著的差異，但原住民單語兒童在語文能力則優於原住民雙語兒童。此暗示著當原住民學童在使用兩種相互獨立的語言時，會因轉錄的困難，而產生思考混淆與干擾的作用。

另外，有研究指出原住民學生有中途輟學率、高學業成就、低落缺乏、升學意願、酗酒、游手好閒及行為粗暴等問題（許木柱、

李亦園，民 76)。張秀敏（民 80）研究發現平地國中學生的學習態度與生活適應都顯著地優於山地國中學生。朱進財（民 80）的研究顯示山地國中學生在勤奮努力、自我統整、自我發展的心理測驗得分皆比平地國中學生的得分為低。而劉慶中、藍瑞霓（民 80）更指出原住民學生的自卑感重、不能肯定自己、無時間觀念、沒有耐心、比較懶惰、學習意願較低等習性。原住民學生這些消極的心理或習性，不論是原住民所固有或是因其種族文化無法適應大社會文化的結果，都將對其學業成就有極不良的影響，值得從事原住民教育工作者注意（關復勇，民 75）。

## 二、學校生活適應

欲對山胞學生學校適應狀況有所了解，首先應探討山胞學生的學校成績問題。山胞學生的成績低落，一直被認為亟待改進的問題。李亦園教授（民 71）在一項研究中發現，山胞學生的學業成績遠較一般標準低落，尤其是數學和語文兩方面。以數學為例，國中山胞學生與一般學生差距在 6 分與 16 分之間：加灣的泰雅族國中生數學分數平均低落 13.2 分，光榮村阿美族學生差 6 分，排灣族學生差 16.6 分，雅美族差 9.4 分。在語文方面，無論是小學生的國語，或是中學生的國文及英文，其成績也都有相當差距。另外，早期李亦園（民 67）在研究環山泰雅族青少年就讀的平地學校的情形，也同樣發現

他們的學業成績低落，例如在國中就讀的學生平均分數是 58 分，高中學生平均 61 分，其中近半數成績不及格。此外有百分之 22.8 的學生被退學，幾乎有 4 個外出的學生，就有一個無法完成學業。可見山胞學生在學業上所遭受的困難情形。

山胞學生的成績低落究竟是文化不利，亦或智力偏低所造成的結果。由於沒有一項智力測驗能免除文化因素的影響，我們不可能對山胞學生的智力做客觀的檢定。智力測驗的結果或者可能顯示出山胞學生在智力上的一些特徵，但不能證實山胞學生智力的高低。根據山地國中智力測驗的結果發現，在同一所學校的山胞學生與平地學生間，智力測驗的結果並無一致而明顯的差異。我們不能肯定山胞學生在智力測驗的得分上有偏低的現象。然而在台東縣各國中智力測驗的分布來看，山胞學生比例較高的國中，卻明顯低於全縣國中的平均數。基本上，智力測驗的得分和各科成績水準有密切的相關，而山胞國中生在智力測驗上的得分又普遍的低落，山胞學生的成績，也就難以理想了（瞿海源，民 72）。

至於山胞學生成績低落的主要原因，山胞本身認為是「家裡比較窮」「家裡環境不好」，但也有三分之一以上的人將成績低落歸諸於山胞學生本身的因素。山地同胞較強調動機的因素，認為山胞學生「不想唸書」是成績差的原因，而平地山胞則強調智力較差。從

山胞本身所表達的意見來看，山胞相信經濟與環境的條件是成績低落的主要原因，這一點頗值得我們深思。但是教育程度高低不同的人對成績做歸因時，也有很大的差異，教育程度低者比較同意經濟及學生個人因素的影響，而教育程度較高者則愈同意父母對子女教育的不關心，導致山地學生的成績不理想。

另外，李亦園、許木柱（民 67）亦曾指出山胞學生學業困擾很可能是在低年級時，即因教育媒介語言的因素造成，以及教學的內容與他們的文化背景和環境不相配合，所以大部份山胞學生從小即視上學為畏途，學習動機始終很低落。在課業以外的行為上，一般山地學生都以有團隊精神及服從命令受到教師們的讚賞，在這方面確實有助於師生間良好關係的建立。但是在一般行為上，他們雖很少有嚴重違反校規之事，但有很多不遵守規則的行為，這些行為包括抽煙、喝酒、逃課、遲到、及其他不遵守時間、不按時交作業、缺乏責任心等嚴重損害了山胞學生在教師心中的形象，同時在同儕之間也就因此難以建立和諧的人際關係。

還有，值得一提的是很多在山地服務的教師們，對山胞學生都先存有偏見，認為山地學生太笨、太頑劣，而完全沒有對待不同文化傳統學生的基本態度和訓練，也就造成了山地學生學習興趣低落，對學校產生嚴重的疏離（李亦園，民 71）。

此外，李亦園（民 68）曾研究環山泰雅族部落學生就讀豐原高中及南投高中的情況發現，山地學生對金錢的支配至為隨便，寄來的生活費可以在一週內花光。這可以說明山胞學生對金錢不善處理或缺乏錢財管理技巧。林彩雪（民 67）研究工廠女工時有類似的發現，高山族人無儲蓄和預算的習慣，他們沒有計劃地花錢，且未顧及將來的花費。這種文化上的特性也是山胞學生學校適應之問題。

山胞學生在學校適應不良的現象，家庭也有相當程度的影響。

李亦園（民 71）指出很多山胞父母對子女將來的教育程度期望雖然很高，但是他們對子女在學校的功課，常常是不聞不問，不但不督促孩子做家庭作業，甚至上不上學他們都不加干涉，有的父母甚至不為子女準備便當，孩子們在父母身上得不到任何就學向上的鼓勵，遑論努力讀書，追求人生的目標與理想。

至於寄宿生活的適應方面，根據鄭明痕（民 68）對一般學校寄宿學生適應狀況之調查顯示，大部份寄宿學生對自己現在的學業成就表示很不滿意。在缺少家人的關懷和督促下，讀書努力的情況不如以往；生活環境的改變和感情生活的孤寂，對學習情緒均有不利的影響。山胞學生就讀高中、職校絕大部份是遠離家園寄宿在學校宿舍、親戚家中或賃屋而居，生活的調適困難，學校適應情況可能亦受到寄宿影響。另外楊苑苑（民 79）在台北縣國中山地生與非山

地生自我觀念及生活適應之比較研究上指出，山胞學生在「領導性」與「合作性」的得分高於非山胞生，而非山胞生在「自主性」的得分高於山胞學生，且其差異均達顯著水準。可見山胞生較非山胞生有較佳的領導能力和與人合作的積極態度，就這點來說，對山胞學生的學校適應會有正向的影響。但自主性差，往往因過份依賴受朋友指使，很難下決心，缺乏果斷，也會導致人際關係和個人生活主宰的困擾。

最後就不同族群山胞學生的學校調適觀之，高山族各族群的學生，在學校中的適應情況亦頗有差別。根據張曉春（民61）在學生調適研究一文中所得的資料顯示，泰雅、阿美、卑南、排灣、布農、曹族六族的學生對同輩團體滿足的程度有別，在學校中的需要也不同現象，均屬母系社會的卑南族與阿美族較相似，而屬父系社會的布農族另具特色，泰雅族和阿美族也有相當大差異。這種情形發生，或與各族文化有別有關，或與其涵化外來文化深淺有關不無可能，有待驗證。

綜觀之，山胞學生在學校生活適應方面，以課業學習的問題最為嚴重，其產生原因可能與文化背景和語言差異的關係較大，而與智力或能力的關係較小。其次，也明顯受到山胞親職教育的方式與平地主流文化的親職教育有別的影響。山胞學生在學校無重大違規



事件，然而偏差行為則不少，抽煙、喝酒、逃課、遲到、不守時、未繳交作業等問題最為普遍。此外缺乏金錢管理的技巧和習慣亦有不適合現代生活的情形。

張曉春( 1972 )，「台北地區山胞大專學生社會調適之研究」則顯示，山地大專青年在需要方面未能得到滿足的，實際上是以「情緒上的安適或安全感」最為嚴重；此外，面對平地同學時自我「信心」不足亦是山地學生的一大問題。該項研究亦指出影響調適的心理因素可歸納為十項，即與平地社會認同的困難、強調自律性的個人道德修養、對原社會的疏離感、自制的需求、對所屬團體的前途悲觀、覓求情緒上的安適、自我接納、退卻性的認同、自我信心與責任感的缺乏以及尋求安全感等( 張曉春 1972 )。若以山地籍學生與同輩交往及在學校生活中最感困擾的問題為例，其問題的嚴重程度依序為「經濟」、「友誼」、「求知或學業挫折」及「情緒上的安適與安全感」。另一方面，由於原住民傳統文化的式微，原有社會結受衝擊後劇烈改變甚至於崩潰瓦解，使山地籍學生由不能肯定自己存在的價值，進而造成普遍的自卑，其中男性尤為嚴重( 陳貴龍 1985 )。根據上述張曉春的研究指出，山地籍大專學生中，只有十分之一左右對學校課業可以應付自如，其他十分之九的人都曾不同程度地感受到課業所帶來的壓力。在整個受教育的過程中，因偏遠地區教育

資源及品質的低劣，導致成長之後難以面對平地學生的強力競爭，如此自身的學業根基本已薄弱，進入大專院校之後又缺乏適當的特別輔導，因此在學業表現上就明顯不如平地學生來的優秀。許木柱與李亦園( 1978 )對於環山泰雅族青少年的研究，也印證了這樣的看法。

林彩雪在民國 62 年針對山胞女工的職業調查研究發現，山胞的自卑感很重，不願意承認自己是山地人。陳貴龍( 民 74 )亦指出高山族學生在自我接納的態度上，顯著較平地學生消極。而根據盧強( 民 76 )的研究結果，山胞學生( 1 )自我觀念與生活適應有正相關。( 2 )自我觀念與學業成就有正相關。( 3 )生活適應與學業成就有正相關。( 4 )自我觀念與生活適應對山地國中學生學業成就有預測力。因此分析山胞學生的自我觀念，不僅可瞭解他們的行為表現，同時也可以預測其生活適應的程度與學業成就的高低。梁光雄( 1992 )的研究發現，就全體山胞學生的學校生活適應情形而言，山胞學校在規範，同儕關係、師生關係、自我觀念和價值觀等方面適應較為良好，在休閒生活、寄宿生活兩方面亦尚可，在學習和前途展望兩方面均較多困難，值得特別注意。山胞男、女生的學校適應有些差異，普通以女生的適應略優於男生，惟男生在自我概念方面較女生積極。年級對山胞學生學校生活適應也有些影響，年級愈

高的學生有適應略勝低年級學生的現象。住宿類型對學生的學校生活適應有相當大的影響，其中以住宿工廠學生的學校生活適應最多困難和最消極。

梁世武( 民 82 )的研究發現，大專山地青年與平地學生的交往關係有愈來愈好的趨勢，且並無成績大幅滑落的現象，也無自暴自棄或怨天尤人的負面特質，基本上具有相樂觀進取的精神和態度。但就讀五年制專科學校的原住民學生，在學業、交友、生活及對未來發展的看法上，都有較受其他大專教育者為悲觀的傾向，五專教育的課程並非針對山地地方發展的特色而設計，可能也因此使原住民學生覺得：接受這樣的教育對自己的未來及原居部落的發展都沒有明顯易見的貢獻，也因而降低了學習興趣，使原有的教育目標難以達成。

王齡慶( 民 81 )在「少數族群青少年學校生活適應之相關因素探討」之研究中發現：(一)少數族群青少年之學校四育成績顯著低於一般平地漢族青少年。(二)學校四育績有族群差異：1. 德育成績：漢族優於泰雅族；泰雅族優於布農族。2. 智育成績：漢族優於少數族群。3. 體育成績：無族群差異。4. 群育成績：漢族優於阿美族及布農族。(三)不同性別之少數族群青少年的學校生活適應和因應方式不相同：1. 常規及同儕適應方面，女生優於男生。2. 智育成績男

生優於女生。3. 男生多使用偏差外向行為；女生較常採取積極正向行為，以因應學校困擾。4. 男生較易受到學校附近不良場所之引誘。

(四)不同年級青少年學校適應狀況不同：1. 三年級之同儕適應優於一年級。2. 二、三年級智育成績均優於一年級。(五)傳統族群文化活動與同儕關係呈正相關。(六)傳統族群文化活動漸不受族人的重視。(七)家庭居住地影響少數族群青少年之學校生活適應：1. 山地部落青少年之勤學適應優於居住平地部落青少年。2. 平地部落青少年之智育成績優於居住山地部落青少年。(八)父母在外地工作之青少年常規和勤學適應較差。(九)父母教育程度影響青少年之常規適應。(十)破碎和重組家庭青少年之同儕關係和德育成績均較差。(十一)校內少數族群比率越高同儕關係越好。(十二)少數族群青少年較常採取消極逃避及尋求外助行為來因應學校困擾。

而據該研究之結果顯示：偏差外顯行為與學校各適應行為有負相關；積極正向的行為與學校各適應行為有正相關；消極逃避行為與勤學適應和師生關係行為間呈負相關；尋求外助行為與同儕關係呈正相關；因此教師應教導學生以積極正向行為來因應學校生活適應上的困境，因為校園困境的反應行為，常成為往後適應社會環境所使用的方法，而學校教師負有指導學生因應學校生活困境的責任，積極正向的行為足以紓解壓力，並具有正面的作用，能提升自己克

服困難的能力，且易為他人所接受；消極逃避不足以解決學校生活適應上的問題，且困難持續存在，更可能增加心理壓力，傷害自己甚至危及社會。

廖張京棣，劉若蘭(民 84)在「護專原住民學生生活與課業輔導規劃方案」研究中發現，護專原住民學生五專一年級入學時，在身心適應與自我概念方面與一般平地生並無明顯的差異，但在語文、數學等學習能力與讀書策略方面，顯著的低於一般平地生，但由個別訪談結果來看，的確有原住民學生因文化背景不同以及遠離家鄉，造成人際關係與課業上產生自卑感，也有因父母婚姻關係或不良生活習慣產生困擾或擔憂。並且家鄉越居於偏遠山區的原住民學生對於課業與生活的適應有較多的焦慮，至於早期遷移至平地居住的原住民學生適應較快家庭經濟多為重大壓力來源，也是因長庚護專有專案補助學雜費措施，才有機會繼續求學。就學經過一年課業與生活輔導，原住民學生一年級課業有顯著的進步，自我概念沒有明顯變化，憂鬱，焦慮情緒反應與平地生均有增加的傾向，顯示持續的追蹤研究，了解其身心適應變化的機轉，以修正適當的輔導措施是必需的。

## **壓力因應與身心適應相關研究：**

### **一、壓力的定義**