

第一章．計劃緣起

近年來，中華民國台灣地區之少年犯的教育程度以國中畢業者為最多，且其犯罪年齡自十五歲開始激增，至十八歲達到最高峰（法務部，民75）。此種少年犯的增加會令人不禁擔心，因為這對社會的秩序，個人的安定無疑地都有威脅。因此如何降低青少年犯罪的比例，實為一重要的課題。

有關青少年犯罪問題，已有多位國內學者提出其見解（張華葆，民75；林正文，民75；賴保禎，民67；楊國樞，吳英璋，余德慧，民75），但是從心理衛生的角度來探索國中生的心理衛生問題則較少。從心理衛生的角度來看，就整個社會結構而言，在「常人」之中，有些是「學生」，有一些是「適應不良者」，有的人是「可能個案」，還有少數是「精神疾病個案」，而學生這一集合和其他三種集合都有交集之處，由此看來，校園心理衛生工作或輔導工作的服務對象，除了一般學生外，還要顧及其他三類特殊學生。因此，我們可以Caplan (1966) 和 Jerrick (1978) 等人所提出的心理健康三大預防階段的觀念來擬定輔導或心理衛生工作的方向。（見表 1 - 1）

「初級預防」、「二級預防」、「三級預防」服務對象分別囊括了一般學生、適應不良者、可能個案、精神病個案，針對需要而有不同的工作目標與活動設計。雖然如此，三個預防階段的工作方向和精神卻是一致的，因為在校園裏各種互動、社團的參與、同輩團體之影響；在教務方面如何安排課程、引導學習，對成績不好者的輔導；在訓導生活方面的管理、就業輔導、課外活動等的安排與協調；在教師方面如何啟發學生、如何與學生互動等等。這些互動都需要有心理輔導的基本理念和接觸方法。由此看來，學校輔導老師在推展輔導工作時，除了本身與直接與學生接觸外，更應將輔導與心理衛生的知識傳給校內其他教職員、換言之，除了擴大校內輔導人員的陣容，並提昇輔導工作的品質外，更進一步地，對校內與其周圍之社區中可利用資源進行了解，從事整個學校與社區心理衛生的工作推展、身心健康的維護促進，以及生活教育的實踐

表 1 - 1 : 輔導工作的三級預防方向

類型	定 義	
初 級 預 防	以一般學生為對象，提供服務以增進個人健康。	<p>工作內容包括：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 建立有益的學校環境，減除不良環境的產生，在行政決策時，儘量為學校所有的成員的福利著想。 2. 對社團、導師、行政人員提供輔導策略、技巧、以及輔導資源。 3. 舉辦全校性身心保健活動增進師生適應能力。如：提供各類增進身心健康的訓練課程、舉辦身心健康座談會、進行心理衛生宣導、提供身心發展之輔導
次 級 預 防	早期發現有適應困擾的學生，（或校內其他成員），提供危機調適或早期治療。	進行身心健康篩選與追蹤處理。
三 級 預 防	改善或治療適應有困擾或心理疾病的學生（或校內其他成員），提高或恢復病人對環境的再應能力。	提供個案心理治療、藥物治療、長期身心健康輔導、個案管理等。

從三大預防的觀點來看國中生的心理衛生問題是有其意義的，因為如果能針對有適應困難的學生及早的處理，則可避免其衍生出心理疾病，另一方面知道學生在面對壓力時，其因應策略的良窳，亦可幫助心理衛生工作者如何設計活動，來增加學生的適應能力。總而言之，心理衛生工作的積極意義即在幫助學生有良好的適應能力。

因此，本計劃擬從次級與初級預防的觀點，調查目前國中學生所遭遇的心理衛生問題。

第二章、研究一的背景及其相關主題研究

青少年的偏差行為大致上可分為三類：行為困擾、心理（情緒）困擾、以及學習困擾（楊國樞，民67；Herbert, 1987）。其中，行為困擾雖然可以再細分成許多分項，但都有一基本特徵，即該行為主體「不能」或「不願」遵循各社會層次（如：家庭層次、班級層次、學校層次、社區層次）所規定或約定的行為準則（Herbert; 1987），因此往往亦被稱為違規犯過行為（楊國樞，民67；Achenbach and Edelbrock, 1978；Rutter and Garmezy, 1983）。

楊國樞（民67）經由專家分類的方式，將三大類偏差行為細分成十六類，包括違規犯過行為十類，心理（情緒）困擾五類，及學習困擾一類；但經由因素分析的檢驗，這十六項次分類僅集中在兩個因素：違規犯過因素與情緒困擾因素。「學習困擾」進入於情緒困擾因素中（Yang, 1981）。其後，余德慧（民75）以相同的概念於不同樣本上檢驗，也獲得相當一致的結果。

然而 Rutter 與 Garmezy (1983) 整理了二十餘篇的相關報告得到的結論卻是學習困擾與違規犯過有顯著的關係，與心理（情緒）困擾則無明顯相關。

此項差異的產生可能是楊氏（民67）與余氏（民75）用以評量學習困擾的項目是「擔心考試分類」、「擔心考試」、「考試緊張」、「（讀書時）注意力不集中」、「討厭功課或作業」、以及「記憶力變差」，而 Rutter與

Garnezy (1983) 所整理的學習困擾是「學習上的障礙」，如：閱讀困難 (reading disabilities)。前者屬於焦慮、不安、害怕的反應 (或其延伸的身心反應，後者則為學習行為的一部分。如果違規犯過行為是不能 (或不願) 依學校 (或班級) 層次的規約行動，其學習行為即很可能與正常學生的行為不一樣，因而形成如閱讀困難之類的問題。

若暫時不追究「學習困擾」究竟與「違規犯過」的關係較大，抑或是與「心理 (情緒) 困擾」關係較大，青少年偏差行為的實徵研究資料傾向於將之分成兩類：違規犯過以及心理情緒困擾。

楊國樞，吳英璋，鍾思嘉，張本聖 (民78) 曾將國中生未升學未就業狀態視為偏差行為之一種，進行有關青少年偏差行為的三年追蹤研究。於其中，採用楊國樞，吳英璋，余德慧 (民75) 的理念模式，分別從總體式的瞭解與個體式的瞭解兩方面討論青少年偏差行為發生的可能影響因素與繼續發生的維持因素。從總體式的探討，可以歸納出三類主要影響因素：父母的依附性控制、學校的標籤作用、以及友輩團體的結合。

父母的依附性控制簡單地說，就是父母能夠要求子女聽話的程度；所要聽的「話」，即為社會對青少年的期許。因此在這個變項中，已預先假設父母對子女的期待與社會對青少年的期許是一致的。朱瑞玲 (民75) 的研究發現父母對青少年行為特質的主要期待是負責、孝順、以及勤勞、其次是忍耐、節儉、規矩、謙虛、用功、以及合群；高淑貴 (民75) 亦獲得母親對子女的期望是乖順、有責任感、以及勤勉、研究結論均指出被期待的青少年行為特質是相當傳統的。若再加入父母親對子女受教育的目的之主要主張貢獻 (朱瑞玲，民75)，則假設「父母親對子女的期待與社會對青少年的期許是一致的」應該可以成立。至於父母能夠要求子女聽話的程度，可以間接地從子女於生活中發生困難挫折時，所求助的對象推測之。因為家庭的功能之一是滿足其子女的生活所需 (李亦園，民77) 及情感需要 (朱岑樓，民70)。子女於生活中發生困難可以視為需要未能被滿足的壓力狀態 (Murray, 1938)，因此子女對此類壓力狀態下之訴求幫助的對象，主要應該是父母。所以父母能夠要求子女聽話的程度，可以間接地從子女於生活中發生困難時，所求助的對象推測之。

有關家庭因素與問題行為之關係，朱瑞玲與楊國樞（民67）從家庭背景、家庭關係、教養方式，以及家庭氣氛四方面進行探討，結果發現父母對子女的關心程度等四類變項與子女的問題行為多寡有顯著相關。鍾思嘉（民75）整理了這方面的相關研究，指出家庭氣氛與青少年偏差行為有相關，但研究之資料尚有限，無法有一較明確的推論；至於父母管教態度方面，則有相當充份的資料說明其與偏差行為有顯著關係。

關於管教態度的研究，運用於青少年犯罪領域的多數採用賴保禎（民61）所修訂的父母管教態度測驗（如：賴保禎，民67；馬傳鎮，民67，民77；宋根瑜，民74），將管教態分成父親或母親的拒絕、嚴格、溺愛、期待、矛盾，以及紛歧六個向度；另一方面，運用於兒童與青少年發展領域的，則多採用由初正平（民64）修訂的親子關係問卷（如：初正平，民64；蘇建文，民68，民69；陳小娥與蘇建文，民66），將管教態度分成十個向度：愛護、保護、寬鬆、命令、拒絕、忽視、精神獎勵、物質獎勵、精神懲罰、物質懲罰。方慧民（民74）綜合前兩項問卷並參酌Macolby與Martub（1983）的父母教養態度，以為可以將管教方式分成可靠型、權威型、溺愛型、忽視型、管教不一致型、管教矛盾型、收回關愛型、以及情感依附型等八型但是在實徵研究的結果中，卻只能區分出積極的管教方式與消極的管教方式二類而已。

至於有關影響國中學生問題行為的學校因素之研究，楊國樞（民67，民71）發現學校所在地之社區類別與品質高低、年級、以及教師行為三者與國中生問題行為之關係較明顯。教師行為是類似於父母管教態度的教師對待學生的情況，楊國樞（民67）採取學生心目中的教師行為評量，作為「教師行為」的指標，發現「教師行為」與十六類偏差行為均有顯著相關，可見學校的影響因素之分析，主要應放在「教師」變項上。陳博政（民72）將「教師」變項區分成「教師期望」與「教學態度」兩方面，再自學生知覺到的「教師期望」與「教學態度」進一步地分析學生學業成就所受到的影響。這方面的探索目前尚有限，所使用的工具或概念主要依循陳青青（民61），陳英豪（民66），路君約（民60）等的教學態度量表，除此之外，並沒有如前述家庭功能分析般的學校功能分析資料。

Wu (1988) 採用 Ullman (1977) 的行為功能分析理念，主張以學生在校可能遭遇的生活事件，他們因應這些生活事件的方式與效能，以及社會支援（包括師長遭遇的生活事件，他們因應這些生活事件的方式與效能，以及社會支援（包括師長、同學與朋友）三方面的變項來瞭解學生在學校的適應。其中學校生活事件與社會支援兩類變項應可以與教師行為變項配合，作為分析學校功能的三個向度，可惜尚未有國中學生的此項研究。不過，Rutter and Giller (1983) 卻指出綜合了有關這方面的研究較一致的結論是在校適應不良與偏差行為（違規犯過）有顯著相關。似乎可以推測前述之學校功能變項直接影響的是「學校適應」，再間接影響到問題行為之發生。

假設社會有個「好學生」、「乖孩子」的管道，藉由「家庭依附」與「學校依附」控制一位國中生的行為，使之不致發生不良行為。在這個假設下，進一步探討的，即為家庭功能與學校功能。然而國中生問題行為的發生，應是個人與其環境互動的結果（楊國樞，民73）。

從發展心理學的角度談教育，自然是討論在六歲到十五歲於學校裡上學的這段時間之心理發展 (psychological development)。但是，某一階段之心理發展均無法獨立於其前一階段與後一階段的心理發展 (Erikson, 1967)，亦即需要在整體的心理發展系列現象中，瞭解青少年階段的心理發展，方能真正掌握某一階段之發展上的意義。若以社會心理的發展為主體，「教育」是一種手段，用以促成每一位青少年充分的社會心理發展；「教育」亦為一種歷程，以「社會資源 (social resources)」與「社會要求 (social demand)」的角色，與青少年的心理發展歷程形成動力性的互動。因此，討論某一學制上的變化對教育青少年的衝擊 (impact)，首先需要澄清的應是此一學制的變化，是否對所涉及的學生之社會心理發展具有不同的工具性 (instrumental) 效果？此一學制變化是否改變了學生們的社會資源，與社會要求並因而影響了他們的社會心理發展？而這兩個問題的討論，都需要先清楚該階段青少年之心理發展工作 (developmental task)，所以，本文將先簡單整理國中階段青少年之心理發展工作，以及此階段發展與個人整體系列發展的關連。

國中三年的心理發展，大致上是銜接著小學階段的：（1）認知與知能方面的抽象性思考能力及發展，亦即皮亞傑（Piaget）所指稱的形式運作始基（Formal operational scheme）的發展。孩子漸漸能作假設性的思考（propositional thinking）以及演繹性的思考（deductive thinking）。在恰當的刺激下，通常孩子會發展出瞭解自己是「如何進行記憶」，「如何進行學習」等後設性的認知能力（meta-cognitive thinking），而能改善自己的記憶策略與學習策略。（2）性的發展，包括性生理的成長與性心理的發展。大約在小學五、六年級，性生理的成長開始了，這項成長大致上持續到十六、七歲，完成第一性徵與第二性徵的成熟；而成長速率的最高峰，女性大約是在十三～十六歲，男性則在十四～十六歲。性心理的發展包括性別角色的認同，兩性關係的態度形成，親密關係以及性行為的態度形成等。性別角色的認同可以上溯至剛進入小學時的性別認同，但在性生理的加速成長時期，整個性心理的發展也自然受到很大的影響。（3）自我與社會心理發展，進入小學的孩子漸漸離開了幻想與遊戲（fantasy & play）的階段，進入「工作（work）」與「形成能幹的自我（competent self）」的階段。如果獲得恰當的刺激，孩子會投入工作的解決或被某種有系統的工作解決吸引住，並逐漸發展成勤勉的自我（industrious self），這項發展大部分是在與同儕比較的情況下完成的。孩子面對他生活裡的種種事件時，不再是完全依賴著師長，他逐漸轉向他的同儕，互相提供相關的訊息，互相支持對方的作法與想法，也互相學習與模仿對方的行為；而另一方面他也逐漸增加了與同儕的比較，評量個人的各項表現與同儕不同之處。

進入國中，孩子的主要發展除了持續快速的生理成長以及性心理與性生理的成長外，最特殊的一項應該是自我認同（self-identify）的發展。在這之前，孩子自我發展中的「我」，有不少內化（internalized）了的重要他人（significant others，通常是父母或某一常照顧他的長輩，以及老師）的成分，但是隨著抽象性思考的發展，以及逐漸轉向同儕的社會心理發展，這些內了的「我」可能被拿出來一一檢視；再加上身心成熟造成個人外觀上的大變化，個人會逐漸整合成一個新的「我」，而在這個過程當中，青少年似乎在「實驗」許多個「可能的我（possible selves）」。

當自我認同穩定下來後，孩子也進入成年前期入成年前期的準備了。

青少年的「自我認同」當中，包括發展出一個「概念」，用來認定自己與別人的相對關係，與別人相處的相對位置，以及自己的與別人的不同之處，尤其是在同儕之中。因此這項自我認同的發展有相當大的部分是受個人認為「同儕如何看我」之影響。亦即友情與親密的同儕關係可以強化個人自我概念的發展，進而增加個人的建設性的社會行為，也促成整個人格的成長與成熟。

國中的教育是否能對這階段孩子的成長具有工具性的效益？如果國中的教育活動可以增加孩子認為自己是能幹的（competent）；可以在與同儕比較時，發現自己的特性；可以與同儕建立親密的關係與友情；可以協助孩子「實驗」他的各種「可能的我」；則國中的教育是具備了促成孩子由建立自我認同而走向成人（社會人）之工具性效用。

國中的教育是否扮演「社會資源」與「社會要求」的角色用以與孩子建立自我認同的歷程產生動力性的互動？如果學校提供足夠的機會與引入社會時的種種情況；則國中教育是扮演了孩子走向成人（社會人）之「社會資源」與「社會要求」的角色。

隨著國中生的身心發育，孩子們透過實驗與內在心理結構的重新組織，不斷地對自我與主動性挑戰。家庭面對孩子的這種變化必須調整原來的家庭系統，包括家庭規則與角色功能，以提供孩子能有適應這種挑戰的環境。

Minuchin (1974) 強調家庭系統是隨著時間的延續發展而有所調整，這種調整必須整合過去的經驗，現在的挑戰以及未來的期待。因為家庭生命循環（family life cycle）至少包含三個年層（generations），每個年層有其發展的要項及需解決的家庭問題。三個年層彼此相互影響且關係到家庭組成分子的相互關係。

因此當家庭面臨孩子發展到新的階段時，家庭結構會重組，家庭成員的關係規則與角色也會重新變動（Hoffman,1988）。在此階段，家庭系統處在不平衡的狀態，原來的家庭穩定性與連續性受到此種改變的威脅。此時，家庭處在高壓力狀態，家庭成員可能感受到失落、迷惑及焦慮。如果家庭功能無法調適或因應此種變動，則易使青少年產生情緒困擾。

Ackerman (1980) 認為面青少年階段，家庭系統必須重新調整「孩子－父母」間的角色、規則及權威等關係。Steinberg (1981) 觀察到在青少年初期，男性青少年男孩常與母親有衝突，那並不是因為孩子的行為要有所修正，而是母親感受到失去控制，男孩並不像以前那麼聽話。Powers等人 (1989) 認為青少年由於認知發展至形成運作期，因此孩子的思考是以自己個人項目（personal items），例如，友誼，休閒活動等來衡量自己的價值，而不再依父母或約定成俗的觀點看待自己。但是父母卻仍依自己的或約定成俗的要求，希望青少年依附。這種狀況造成原先家庭系統的裂縫。Powers等人強調如果從家庭關探索青少年的心理衛生，就必須考慮在此階段中，青少年與父母對「青少年」的看法及其差異。

吳英璋（民80）認為孩子於成長過程中是否會發生偏差行為，除了其本身的特質之外，還端視其父母或社會環境能接受其行為的標準有多高，若是可接受的範圍窄或標準高，則孩子的行為會經常被標示為違規或偏差。

由上述的文獻可知，父母面對青少年孩子的改變，會造成家庭的變動，此種變動會使父母更要求國中生，這種要求會回過來造成孩子的壓力。孩子的身心健康狀況是否良好，決定於孩子如何此種壓力，以及家庭如何調整原有的系統。

生活的變動是壓力的來源 (Holmes & Rahe, 1967), 而這項生活變動可能因個人的覺知與因應的不同, 轉化成優壓力 (eustress) 或劣壓力 (distress) (selye, 1956), 亦即生活變動與個人對該變動的覺知以及因應互動之後, 形成「壓力」。

壓力是人與環境不斷互動過程中的一種複雜的動態系統, 應同時考慮反應與刺激兩方面的互動 (參看圖 1-1)。如圖 1-1 所示, 壓力是透過認知評價心理歷程而產生影響的一種個人知覺, 進而形成對壓力的反應以及情緒經驗。於此反應系統中, 回饋因素 (feedback) 佔重要位置。整個反應系統可以分為五個階段: 第一階段是與個人或其情境有關的「要求 (demand)」之覺知。一般而言, 「外在要求」是個人的外在環境因素; 「內在要求」則與個人的需要有關。個人具有內在的心理或生理需要 (need), 而「需要」得到滿足, 對於個人的行為具有相當的影響力。因此, 這種需要也是構成內在的要求來源之一。第二階段是個人對「要求」及對個人「應付能力」的覺知。壓力可說是個人知覺到的要求和知覺到可應付這些要求的能力兩者之間的不平衡。不過, 所謂的平衡或不平衡, 不是存在於真實的要求與真正的個人能力之間, 而是存在於個人主觀知覺到的要求與知覺到的能力之間, 所以, 重要的是個人的「認知評價心理歷程」。若一情境對某人要求甚多, 但他並未覺察到自己的限度, 他就會毫無壓力地繼續工作, 直到他很明顯地發現自己再也無法應付為止。換言之, 個體必須覺察到他的限度, 並且覺察到要求與能力間的不平衡, 他才會經驗到壓力。此知覺狀況會受到諸如個體之個別性的影響而有個別差異。

激烈的不平衡狀態常伴隨著主觀的 (情緒的) 壓力經驗, 也伴隨著生理狀態改變, 以及認知或行為上嘗試降低要求程度的因應措施。這些生理與心理上的改變可視為此壓力互動模式的第三階段, 說明了壓力所引起的反應。第四個階段是極重要卻又最易被忽略的部分, 即預期因應結果之過程。於此過程中, 若個體預期到他無法應付要求所可能造成的負向結果時, 亦會強化了壓力的程度。第五個亦即最後一個階段是回饋 (feedback) 部分。在壓力系統中的三、四階段皆有回饋線路。回饋能有效地改變壓力的覺知與反應。例如: 釋放腎上腺素的「生理反應」能影響個體對內外要求的知覺; 某些「行為反應」則能藉對環境的作用而改變「內外要求」。「對環境的作用」即為壓力因應反應的有效性。不適當或無效的因應 (如認知防衛反應) 即會延長或提高個人覺知之壓力的狀態, 而此種長期或嚴重的壓力經驗則會加速形成個人身心功能上或組織上的傷害。

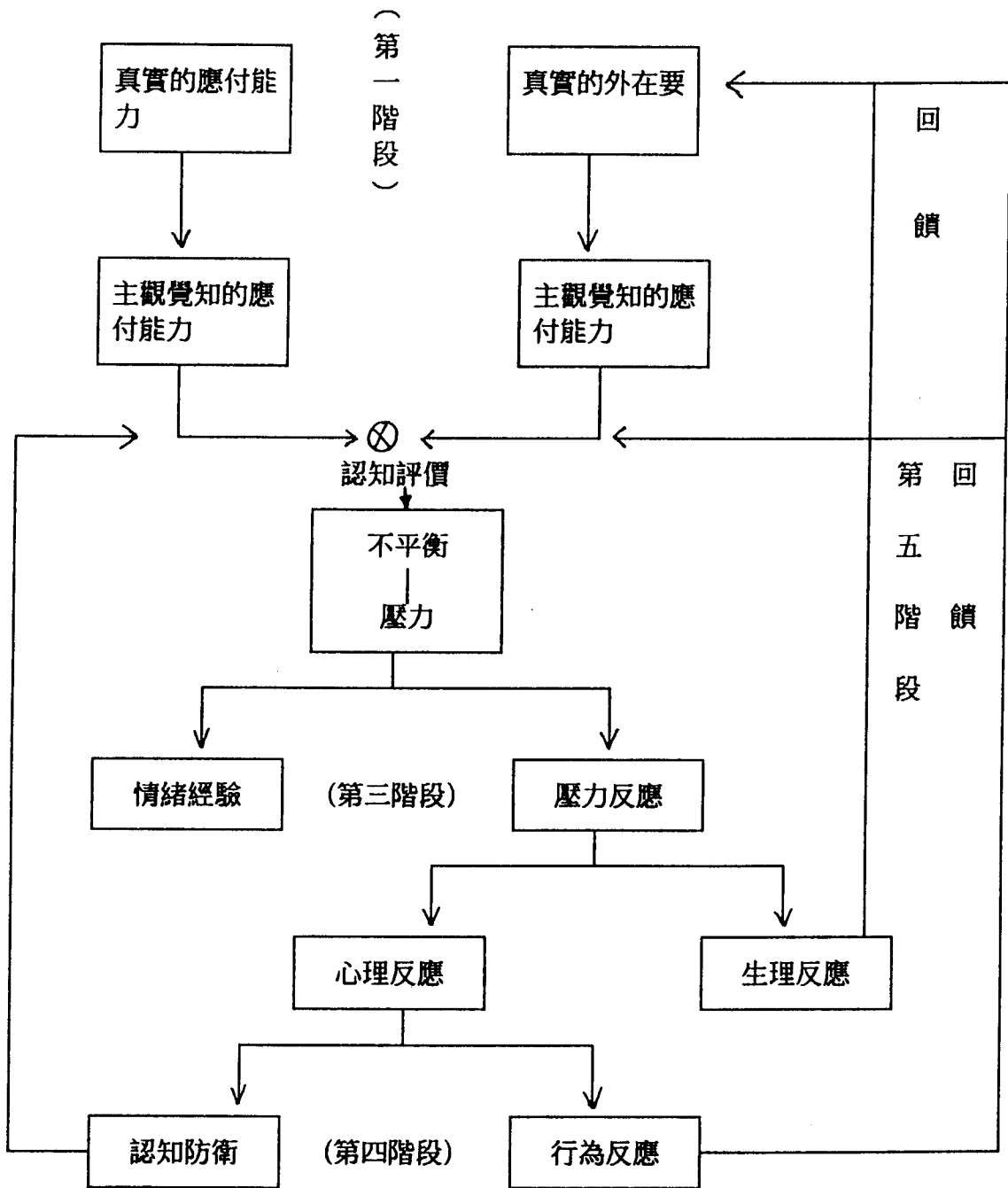


圖 1 - 1 互動模式下的壓力心理歷程 (改寫自Cox, 1978)

French (1974) 基於行為是環境與個人特性的互動作用之觀點，認為人與環境的主觀及客觀應合情形是主要的壓力來源 (strain)；謂應合性 (fit) 可分為：(1) 個人的需求 (need) 與環境的供給 (supply) 的應合程度；(2) 個人的能力 (capacity) 與環境的要求 (demand) 的應合程度。例如：一個人想交一個異性朋友時，他所處的環境是否提供交異性朋友的機會；而且對方所要求的條件或帶來的負擔，他是否有能力去配合這些要求，此即分別說明了 (1)、(2) 所指的兩種應合情形。

另外，客觀的應合性指稱的是：客觀的環境 (objective environment) 與客觀的個人 (objective person) 相應合的情形；主觀的應合性指稱的是：個人主觀覺知到的環境與個人主觀覺知到的自己互相應合的情形。而客觀的環境與主觀的環境之間的關係，就是個人與現實接近的程度 (contact with reality)；客觀的個人與主觀的個人之間的關係就是自我評估的正確程度 (accuracy of self-assessment) (見圖 1-2)。

在臨床或輔導上，諮商員常處理的是提高個案對自我或外在環境正確評估的能力，使其更能在生活中有效的運作。但是：低壓力與高心理健康者未必對自己或環境具有真實的認識，有時，有些許對外在真實 (reality) 的歪曲 (distortion) 反有助於個人去面對以及克服壓力刺激，並且防止個人的情緒困擾產生 (Lazarus, 1979)。這也顯示個人對壓力的知覺是客觀壓力因子與它所引發的壓力效應間的仲介變項 (Krout, 1965; French & Caplan, 1972; Frandenhauer, 1980)。所以在圖中將主觀的應合性安排在接近壓力與疾病的方向，亦是強調，主觀的應合性較客觀的應合性與身心健康的關係來得更直接一點 (Caplan, 1983)。

人的行為並非完全決定於現時的情境，一個人的心情 (mood) 深受個人的希望、期待及受自身過去的看法影響 (Lewin, 1942)。因此，Caplan (1983) 把個人與環境應合理論加以延伸，而形成三個時間向度的壓力模型 (見圖 1-3)，他採取了動態性的觀點，探討人與環境的特性如何影響個體，以及個體的過去、現在及未來的主觀應合和客觀應合，與個體目前壓力狀態之間的關係。

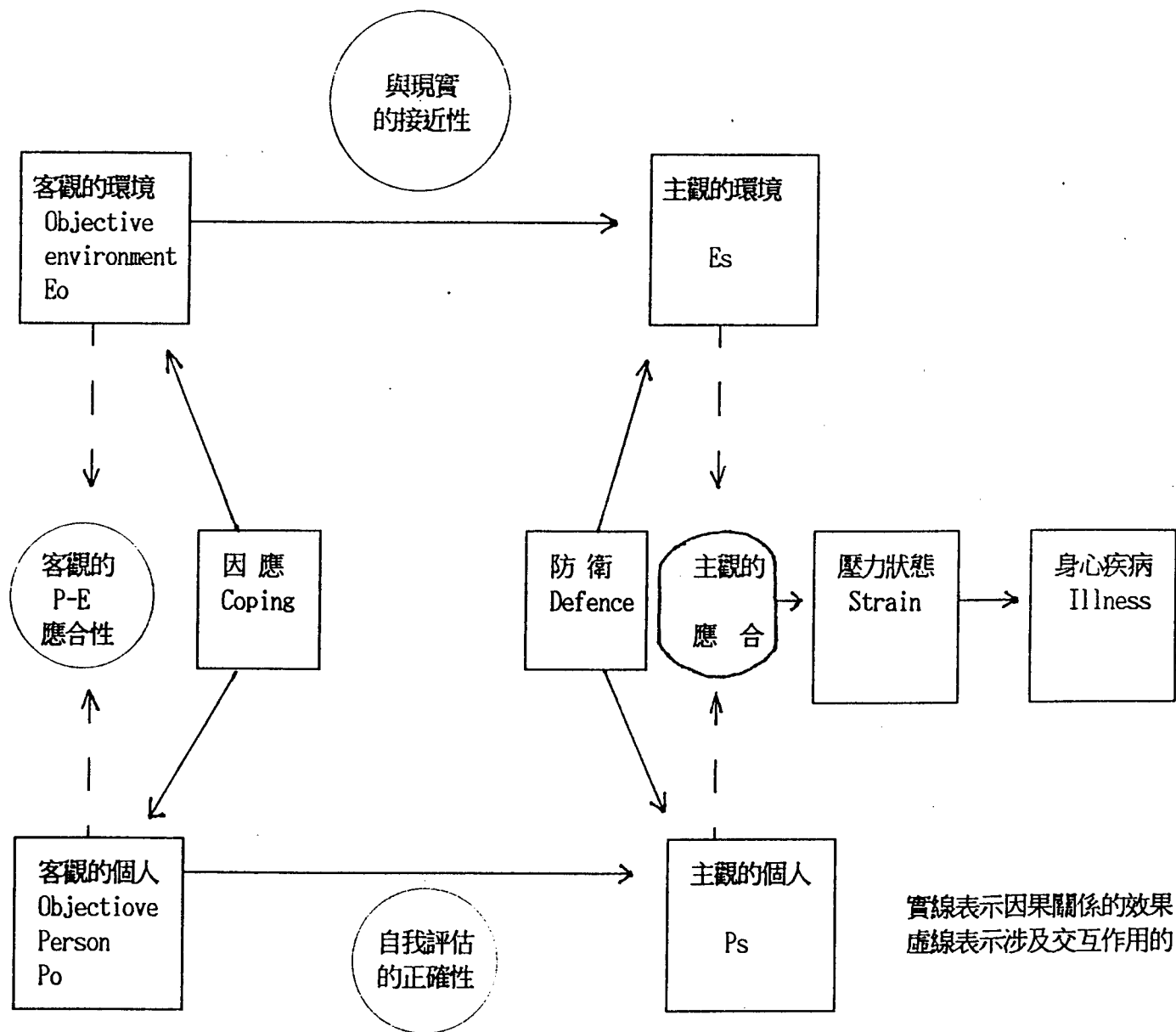


圖1-2： 個人-環境應合模型 (譯自Harrison, 1978)

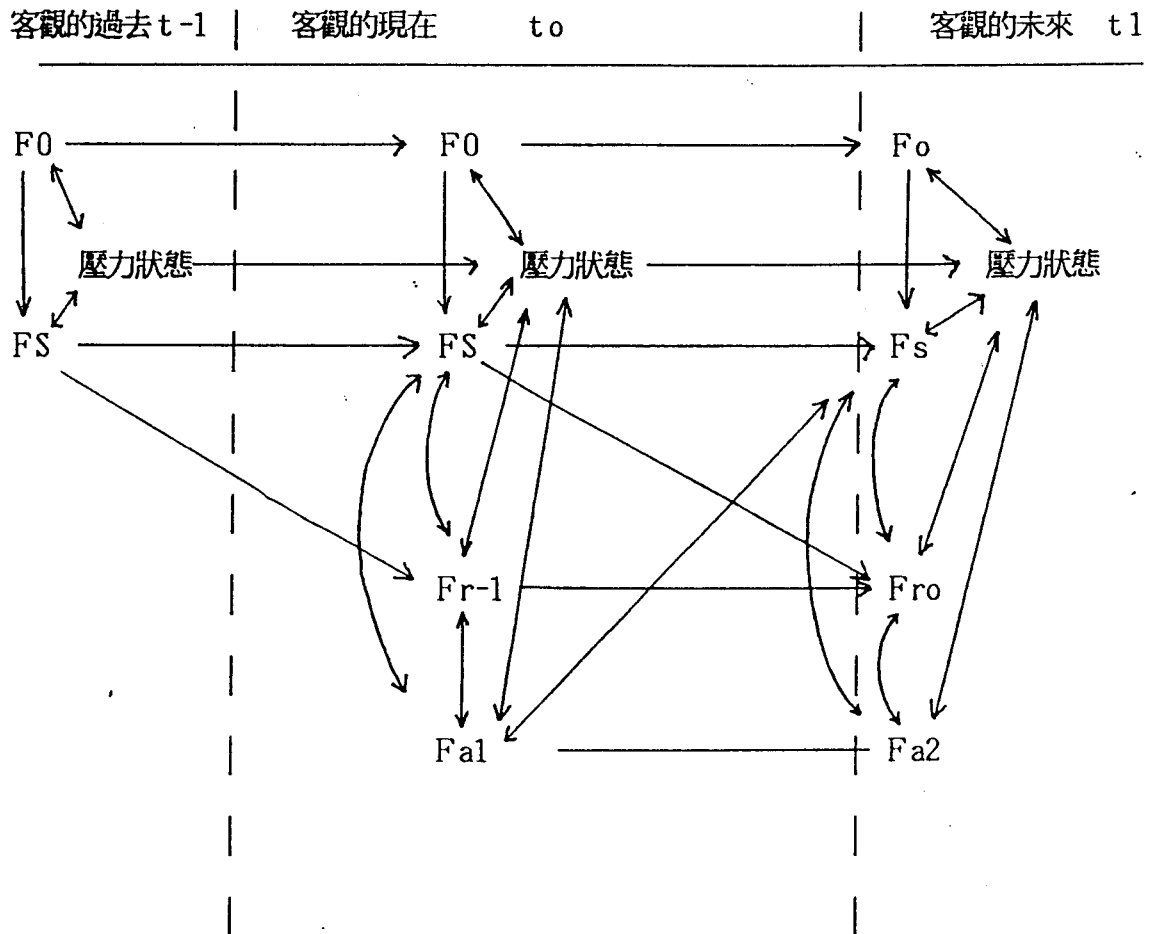
客觀的，現在的應合性 (objective present, Fo) 只有在個體覺知到其組成要件 (elements) 的存在時 (如：客觀的外在環境，或它對人的行為有潛在的衝擊)，才發生作用。客觀的應合會影響到主觀的應合性，這兩者又都會影響個體的壓力狀態 (strain)。在某個時間向度下的壓力狀態又會影響到往後的狀態，故對壓力本身有兩個假設：(1) 有的壓力可能具有加成性，或長期、甚或不可轉變的特性；(2) 有的壓力可能成為其他壓力的起源。如：在壓力下所產生的生理症狀可能持續到下個壓力的來臨，而更形嚴重，甚或導致疾病的產生，而成為另一個壓力來源，使個體再度受到干擾。在每個「現在」的時間定點下，個人對「過去」與對「未來」的「主觀認知」，都和對現在的「主觀認知」之間有交互作用的關係，並進而影響到個體的壓力狀態 (Caplan, 1983)。

由於時間是個延續不斷的向度，故以上述的方式推演，則可發現個體應是處於一個連續的變動狀態之下，而且其間的關係是環環相扣的。

壓力與健康是不可分的，過去探討身心健康的主題中，以壓力模式的運用為最多 (吳、金、許、民79)。在探討壓力模式之前，則先說明「健康」的定義。

依照世界衛生組織，於1946年所提出的定義是：「健康是生理、心理及社會三方面都包涵在內的完善安適狀態，而不僅是沒有病痛或不舒適而已」，這這也是一般學者認為的靜態定義。但由於此目標太難達到，因此，Dubos (1965) 提出動態的定義：「任何情況下，任一瞬間裏，個人對前述狀態的追求。」以此定義來看，即使是一個罹患癌症的人，在健康很差的狀況下，只要他仍努力奮鬥，期待下一刻可以比這一刻更好，他們就算是具有「動態的健康」。

健康的指標是指環境改變時，我們的身體能否馬上處於應急狀態，而在事件過後，又能馬上回復平衡狀態的彈性程度。



t 表示時間，-1, 0, 1 分別表示過去，現在，未來。

Fo 表示客觀的應合，Fs 表示主觀的應合

r 表示對過去的主觀回溯及認知，a 表示對未來的主觀前瞻及認知。

圖 1 - 3 個人：環境應理論動態模型 (譯自Caplan,1983)

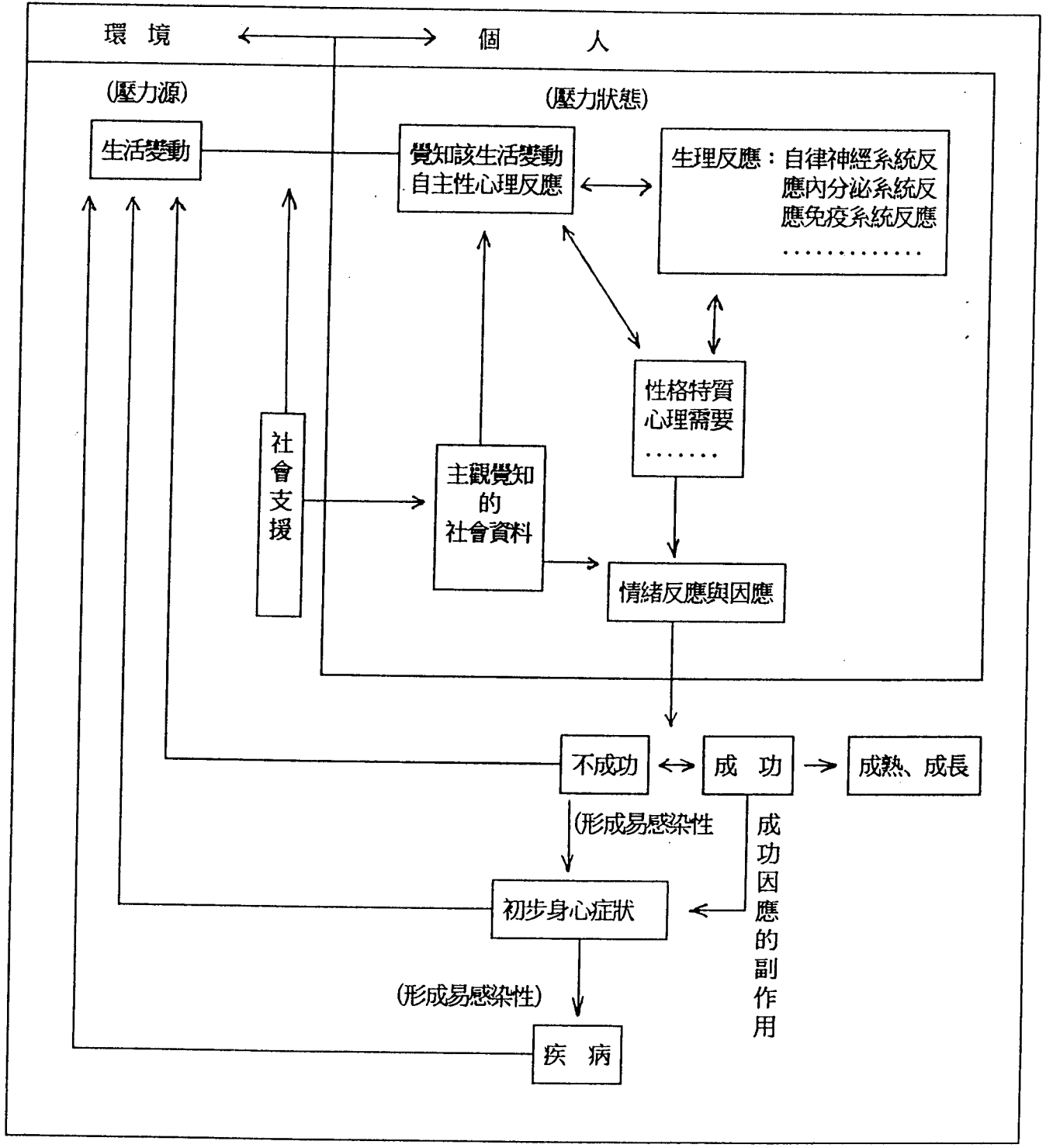
為什麼我們需要此種調適？主要是為了「恰當地滿足個人之身心需要」。生理上的需要是有目共睹的，心理上的需要則指如情感（affection）上的需要等。「情感需要」的存在會使人具備一動力，促使個人透過努力來滿足自己的需求，達到「目標物」；但若碰到障礙，就必須藉由問題解決的能力，克服困難。如此一來，壓力就產生了。

壓力的來源主要是生活上各種規律性的、預期的、或突發性的變動。壓力訊自傳入知覺系統後，會產生連續性心理反應與生理反應。壓力狀態的形成則是個人與壓力源互動的結果。

談到健康時，大都會討論到壓力模式。這個模式主要是在說明壓力是如何發生的，壓力狀態是什麼，壓力狀態會對個人產生什麼影響，以及在何種條件下，壓力狀態會導致疾病。

壓力模式是生物社會心理模式的衍生，主要是在整合五類變項：「個人所處的社會物理環境變項」，「個人對其社會物理環境的心理反應與生理反應」，「個人於其社會物理環境中的因應」，「與以上三者相關的個人因素（如：心理需要、性格、過去經驗等）及社會因素（如：社會支援系統）的作用」，以及「前述四者與健康或疾病的關係」（參圖 1 - 4）。

這五類變項的研究包括了醫療社會學、醫療人類學、健康心理學、公共衛生學、身心醫學（包含與免疫學連接在一起的「生物社會心理免疫學」），因此，壓力模式可以說是一種「整合性的概念」，用以強化「個人與環境關係」的整體性，避免注重單一變項之研究漏失掉該變項於整個大結構中的意義；另一方面，為了進行某項特殊的探討，必然會對「壓力模式」作一番修飾。圖 1 - 4 的壓力模式，即為強調心理學變項的壓力模式。



【圖 1-4】壓力模式示意圖

從這個模式回頭去看「健康與疾病」，可以區分成：

- (1) 個人的生活安排是否合乎健康
- (2) 個人對生活的自主性心理反應是否合乎健康
- (3) 個人對生活的生理反應是否合乎健康
- (4) 個人對生活的因應方式是否合乎健康
- (5) 個人生活中之社會環境是否合乎健康
- (6) 個人是否有初步身心症狀
- (7) 個人是否有疾病

「壓力」是在個人的因應能力與環境要求呈現不平衡時，才反應出來的。如果二者可以維持平衡，亦即個人不需要花額外的努力就能應付環境要求，則不會有壓力情緒與反應出來。

所以本計畫的第一個目的，是從壓力模式為依據，了解國中生的身心狀況，生活變動及因應。

第二個目的是依受測樣本的身心狀況的分配，選擇前三分之一高與後三分之一低的兩組學生在父母管教態度，學習習慣及學校人際關係的差異，以了解這幾項因素與學生身心健康狀況的關係。

第三章．研究方法

第一節 研究工具

本計畫所使用的工具包含5種問卷，分別為父母管教態度問卷、學校生活問卷、自我效能量表、家庭狀況與上學經驗問卷、以及身心症狀問卷、分別說明如下：

(1) 家庭狀況與上學經驗問卷

這份問卷包含同住人、管教者、家庭生活變動、上學經驗、以及家庭氣氛等五個部分。家庭生活變動部分的家庭事件之編列，係參考方慧民（民74）張苙雲、吳英璋、胡海國（民74）以及駱重鳴（民72）所使用的生活事件中，與家庭有關的事件，整理出生病、去世、離家、爭執、以犯法五個生活主題，配上家庭成員，而成為二十三個家庭生活事件調查表。

上學經驗測量的是個人對某段上學的籠統感受。主要參考的資料是蘇建文（民68、民69、民70）的三年研究中，國小學生與國中學生對學校的反應。上學的段落分為：幼稚園、剛上小學、小學中年級、小學高年級、剛上國中、目前等六個階段；感受的向度則分為：興奮、高興；害怕、緊張；討厭、煩人；平淡。沒什麼特別；朋友多、很熱鬧；功課多等六個向度。

(2) 父母管教態度問卷

本項問卷區分為父親管教態度和母親管教態度兩類，取自方慧民（民74）所編之「親子關係問卷」。父母兩份問卷均經因素分析得兩個因素；積極型和消極型。父親管教態度的題目有62題，扣除重覆題目，積極型有21題，其Cronbach α 信度係數為0.92(N=611)，再測信度為0.87(N=31)；消極型有15題，其Cronbach α 信度係數為0.82(N=611)，再測信度為0.80(N=31)。母親管教態度的題目有66題，扣除重覆題目，積極型有22題，其Cronbach α 信度係數為0.93(N=514)，再測信度為0.86(N=30)；消極型有25題，其Cronbach α 信度係數為0.91(N=514)，再測信度為0.79(N=30)。由此可見，父母管教態度問卷的內部一致性和穩定性相當不錯。

(3) 學校生活情形問卷

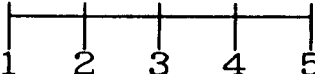
此項問卷係採方慧民（民74）所編之「學生在校生活問卷」，計有51題，其中包括 3題測謊題和 2題重覆題，其Cronbach α 信度係數為0.88(N =621)，再測信度為0.68(N=33)。

這項問卷另一部分是參考吳英璋、何榮桂及吳武雄（民82）所編之探討「同儕關係」與「師生關係」的「學校人際關係問卷」，計有20題，其中「同儕關係」的Cronbach α 信度係數為0.47(N =2690)，再測信度為0.56(N=83)；「師生關係」的Cronbach α 信度係數為0.60 (N=2690)，再測信度為0.68(N=83)。「同儕關係」的內部一致性稍差外，其餘的信度值尚稱良好。

(4) 自尊量表問卷

本量表係採段亞新（民74）所編的量表，包括個人價值感、勝任感、自我滿意與自我接納等內容，計有25題。其再測信度為0.89(N=51)。

原先的題目編製採用兩極方向的評量例如

你在乎別人的贊同  你不在乎別人的贊同

但是此種評量方式對國中生易生困擾，因此將兩個不同方向的同一題目，編製成單一題目，並刪去語意不清及與總分相關較低的題目，因此本問卷計有38題。

(5) 身心症狀調查表

本問卷採用陳慶餘及吳英璋(民76)所編之「身心適應量表」中有關身心症狀調查與一般健康狀況之自我評量。他們係截取自張珣(1985)重新編訂Broadman(1956)、Gruin(1960)、Aro(1981)、Shen(1980)、Kleiman(1980) Lin et al(1981)等之量表而成。他們將其評量期間改為六個月，其他項目則未變。本問卷計有19題。

由於父母管教態度問卷、學校生活問卷、自我效能量表的題目較多，因此本計畫將此三份問卷的題目分成一半，各與家庭狀況與上學經驗問卷及身心症狀問卷合成為國中學生生活情形問卷(一)及國中學生生活問卷(二)，有關這兩份問卷的詳細內容，請參考附錄一及附錄二。

二. 樣本選取及其特性

本計畫選取了台北市7所國中，桃園縣3所國中，及新竹縣3所國中為受測單位，共發出4628份問卷，結果共有3776位國中生同時完成國中學生生活問卷(一)與(二)，因此有效問卷佔81.59%。

在這些有效樣本中，台北市有2107份，佔總樣本數的55.80%，桃園縣有931份，佔總樣本數的24.66%，新竹縣有738份，佔總本數的19.54%。在年級分配上，國中一年級的樣本數為1706份，佔總樣本數的45.18%，國二的樣本數為834位，佔22.09%，國三的樣本數為1236位，佔32.73%。在男女與性別分配上，男生的樣本數為1857位，佔總樣本數的49.18%女生的樣本數為1919位，佔50.82%。由此可知，參與本計畫的國中生樣本在男女比例上是相當的。有關受測樣本群在地區、年級及性別的人次及百分比分配結果，請參考表3-1。

表 3 - 2 則說明受測樣本在年級與家庭結構的人次分配結果。由表中可知，九成的國中生其家庭結構是屬於小家庭制，亦即家庭的組成分子為父母與子女。另外，有 3.6%至 5.6%的國中生，其家庭結構是單親家庭，亦即是只有父親與子女的組合，或是母親與子女的組成。約有 0.2 成的國中生其家庭結構是三代同堂以上的大家庭，亦即家庭的成員除了父母、子女之外，尚有祖父、祖母、外祖父或外祖母。

表3-1 分配受測樣本在地區、年級及性別的人次及百分比

地區 性別 人次 百分比 年級	台 北		桃 園		新 竹		
	男	女	男	女	男	女	
國 一	471 (44.6%)	485 (46.1%)	187 (41.2%)	186 (39.0%)	171 (49.3%)	206 (52.7%)	1706 (45.18%)
國 二	319 (30.2%)	262 (24.9%)	106 (23.3%)	109 (22.9%)	17 (4.9%)	21 (5.4%)	834 (22.09%)
國 三	266 (25.2%)	304 (28.9%)	161 (35.5%)	182 (38.2%)	159 (45.8%)	164 (41.9%)	1236 (32.73%)
共 計	1056	1051	454	477	347	391	3776

表 3 - 2 : 受測樣本在年級與家庭結構的人次及百分比分配

家庭結構 \ 年級 人次 百分比	國 一	國 二	國 三
單親家庭	61 (3.6%)	47 (5.6%)	55 (4.4%)
小家庭	1553 (90.9%)	759 (90.6%)	1130 (91.1%)
大家庭	46 (2.7%)	16 (1.9%)	22 (1.8%)
其他	48 (2.8%)	16 (1.9%)	33 (2.7%)

第四章 研究結果

第一節 國中生的身心健康狀況及家庭生活狀況調查

本計畫有關國中生的身心健康狀況調查是以學生在 17 題的身心症狀的反應結果來說明，受測樣本以自己在最近一個月之內是否發生這 17 種身心症狀回答之，並以「從不這樣」、「很少這樣」、「時常這樣」、及「總是這樣」的發生頻率程度評量。表 4-1 說明了國中生樣本在每一題項的評量結果之人次頻率百分比分配結果表。

如果將國中生評量的結果為「時常這樣」或「總是這樣」的題目當為常發生的身心症狀，由表 4-1 的結果可知，有 43.9% 的國中生在最近一個月內，經常有「吃零食」的狀態，其次有三成八左右的國中生在最近一個月內，經常有「昏昏沈沈、提不起精神」、「長青春痘」或「容易疲倦、四肢無力」的現象。

有三成以上的國中生，在最近一個月內，經常有「容易激動、發脾氣」、「睡了就不容易醒過來」、或「視力減弱」等現象。有兩成以上的國中生在最近一個月內，經常有「沒有食慾、不想吃東西」、「頭痛」、「記憶力減弱」、「神經過敏、容易緊張」、「腰酸背痛」等現象。值得注意的是有 26.7% 的國中生在最近一個月內，經常覺得自己的身體不夠健康。

由以上的資料可知，三成以上的國中生有疲倦是否因壓力造成的或是情緒問題值得進一步地了解。而兩成以上的國中生是具有身心症狀的及或感受到自己不夠健康，是學校及家庭該注意的，因為一旦此種身心症狀增加是容易引發疾病的，這對國中生的身心發展是有不良的影響。

表4-1 受測樣本的身心症狀調查結果分布

	從不這樣 1	很少這樣 2	時常這樣 3	總是這樣 4
1. 最近一個月你的身體不夠健康。	5.4	37.3	18.4	8.3
2. 最近一個月你沒有食慾，不想吃東西。	41.1	37.7	14.6	6.2
3. 最近一個月你會吃零食。	14.9	40.9	29.9	14.0
4. 最近一個月你昏昏沉沉，提不起精神。	24.5	36.5	27.3	11.2
5. 最近一個月你容易疲倦，四肢無力。	26.1	35.7	27.3	10.5
6. 最近一個月你會頭痛。	40.3	35.9	15.9	7.5
7. 最近一個月你記憶力減弱。	35.4	38.7	17.9	7.5
8. 最近一個月你容易激動，發脾氣。	24.1	40.8	24.5	10.2
9. 最近一個月你神經過敏，容易緊張。	36.7	36.6	18.4	7.9
10. 最近一個月你會失眠。	48.6	32.3	12.7	6.1
11. 最近一個月你會睡了就不容易醒過來。	31.5	31.9	21.9	14.3
12. 最近一個月你體重減輕很多。	51.7	38.5	6.7	2.5
13. 最近一個月你體重增加很多。	45.4	40.9	9.3	4.0
14. 最近一個月你會拉肚子。	50.1	37.4	9.1	3.1
15. 最近一個月你會腰酸背痛。	37.6	34.7	20.9	6.4
16. 最近一個月你會胃痛。	50.2	31.4	12.8	5.3
17. 最近一個月你視力減弱。	34.3	34.4	21.2	9.5
18. 最近一個月你會耳鳴。	57.0	29.5	9.1	4.0
19. 最近一個月你長表春痘。	24.9	36.4	26.8	11.5

在家庭生活事件上，表4-2說明了發生率的情況。由表中可知，五成以上的國中生，曾經歷過「搬家」、「爸爸媽媽爭吵得很厲害」、「兄弟姐妹之間爭吵得很厲害」等生活事件。有兩成至三成的國中生，家中曾發生爸爸、媽媽、兄弟姐妹、自己或家裏其他人生病，必須住院等生活事件。由此可知國中生較常面臨的生活事件除了搬家之外，尚有「家人生病」及「家人爭吵」兩類事件。有32.5%的國中生曾面臨「家裏其他人去世」的生活事件。另外，有9.3%的國中生曾面臨「媽媽離家出走」或「爸爸到外地工作，很久沒有回來」等生活事件。

第二節 身心健康與父母管教態度、學校生活狀況及自我效能的關係探討

由於本計畫共有五份問卷，分別探討國中生的父母管教態度、學校適應及讀書狀況及對升學的觀點，因此本計畫在此計畫希望能了解身心健康狀況及與這些因素的關係。所以本研究將受測樣本在身心健康狀況問卷的得分在前三分之一高的國中生（亦即得分在6分以上者）當為身心健康狀況低組，而身心健康狀況問卷得分在後三分之一低的國中生（亦即得分在1分以下者）當為身心健康狀況高組，並比較這二組學生在本計畫其他問卷的得分差異。

由於方慧民（民74）及楊國樞、吳英璋、鍾思嘉（民78）的研究結果均指出，「父母親管教態度」問卷的因素分析結果均得兩個因素：正向積極型和負向消極型。之中正向積極型有48題，負向消極型有64題。因此本計畫將「父母親管教態度」問卷分為「正向管教態度」及「負向管教態度」兩部分。

本計畫的「學校生活問卷」是融和楊國樞、吳英璋、鍾思嘉（民78）及吳英璋等人（民82）編製有關學生在學校的適應、學習態度、受教育態度等題項。楊國樞等人（民78）在兩年的研究結果得到其所編製的「學校生活情形」問卷共可得兩個因素，分別為正向的學校適應，亦即學生做在學校該做的活動，以及負向的學校適應，亦即學生做在學校不該做的活動或不做該做的學校活動。吳英璋、許文耀（民83）曾對本計畫的學習態度、受教育態度的問卷進行因

表4-2 受測樣本所經歷到的生活事件之結果百分比

	百分比(%)
1. 爸爸生病, 必須住院。	25.4
2. 媽媽生病, 必須住院。	24.8
3. 兄弟姐妹中有人生病, 必須住院。	22.7
4. 你生病, 必須住院。	20.5
5. 家裏其他人生病, 必須住院。	31.2
6. 爸爸去世。	0.7
7. 媽媽去世。	0.3
8. 家裏其他人去世。	32.5
9. 搬家。	50.7
10. 爸爸離家出走。	2.1
11. 媽媽離家出走。	9.3
12. 你離家出走。	4.0
13. 兄弟姐妹離家出走。	4.5
14. 爸爸到外地工作, 很久沒有回來。	9.3
15. 媽媽到外地工作, 很久沒有回來。	2.4
16. 爸爸媽媽爭吵得很厲害。	53.7
17. 兄弟姐妹之間爭吵得很厲害。	50.5
18. 爸爸媽媽分居。	4.7
19. 爸爸媽媽離婚。	4.9
20. 爸爸觸犯法律, 被判刑。	1.8
21. 媽媽觸犯法律, 被判刑。	0.4
22. 兄弟姐妹觸犯法律, 被判刑。	0.8
23. 你自己觸犯法律, 被判刑。	0.6

素分析，結果在學習態度問卷上，得到「正向學習習慣」及「負向學習習慣」兩個因素，而在受教育態度問卷上可得到三個因素，分別為「升學優點」、「就業實質功能」及「就業間接功能」。

本計畫便採用這些研究的結果將學校生活情形分為「學校正向適應」、「學校負向適應」、「正向學習習慣」、「負向學習習慣」、「升學優點」、「就業實質功能」及「就業間接功能」等七部分。

在自我效能問卷上，楊國樞等人（民78）的因素分析研究結果僅得一個因素，但是由於本計畫已更改問卷的內容，並且吳英璋及許文耀（民83）以本計畫的此部分問卷經由因素分析結果可得兩項因素：正向自我效能及負向自我效能。因此本計畫將「自我效能」問卷分成正向及負向兩部分。

身心健康狀況高及低兩組學生在父母管教態度、學校生活狀況及自我效能的各個因素之平均值與標準差，可如表4-3所示。表4-3的結果經由t檢定的結果發現，身心健康狀況低組的國中生在負向的管教態度之得分顯著地高於身心健康狀況高組的學生，但在正向的管教態度之得分則顯著地低於身心健康狀況高組的學生。這項結果說明了身心狀況愈不健康的學生，愈感受其父母的管教態度是負向、消極的。身心健康狀況低組的學生在負向學習習慣，學校負向適應，負向自我效能的得分顯著地高於身心健康狀況高組的學生之得分，這種結果顯示身心健康狀況愈差的學生做了較多不該做的學校活動，有較不良的師生關係或同儕關係，及具有較低的個人價值感，勝任感，自我滿意與自我接納。身心健康高組的學生在正向學習習慣及正向自我效能的得分則顯著地高於身心健康低組的學生，顯示身心健康愈好的國中生，愈能進行在學校中該做的活動及具有較高的自我概念與滿意度。

表4-3 身心健康高低兩組在父母管教態度、學校生活狀況及自我效能的各個因素之得分平均值與標準差

因素	組別	身 心 健 康	
	平均值 標準差	高	低
正向管教態度	73.37 (16.23)	63.11 (14.05)	
負向管教態度	81.54 (16.68)	84.24 (17.58)	
正向學習習慣	33.69 (5.85)	33.39 (5.23)	
負向學習習慣	40.31 (7.86)	48.18 (9.64)	
學校正向適應	33.60 (16.64)	32.58 (6.19)	
學校負向適應	17.76 (3.15)	20.14 (3.23)	
正向自我效能	48.95 (6.90)	46.61 (6.39)	
負向自我效能	45.79 (8.02)	53.98 (7.75)	
升學優點	28.25 (5.70)	29.18 (5.82)	
就業實質功能	14.12 (3.80)	14.88 (3.81)	
就業間接功能	10.95 (2.83)	11.84 (2.87)	

第三節 本研究的背景變項與父母管教態度、學校生活狀況及自我效能的關係探討

表 4 - 4 說明地區與年級在本計畫各項因素之得分平均值與標準差。經由變異數分析與事後檢定的結果發現，在父母管教態度上，台北與桃園地區的國中生在負向管教態度的得分顯著地高於新竹地區的學生，在正向管教態度上，則是新竹與桃園地區的國中生之得分顯著地高於台北地區的學生，顯示台北市的國中生較其他兩地區的學生認為其父母的管教態度較偏向消極，而新竹地區的國中生則比其他兩地區的學生認為其父母的管教態度是較積極的。在年級變項上，國一的學生在正、負向管教態度之得分均顯著地高於國二、國三的學生，國二的學生則在負向管教態度之得分顯著地高於國三的學生。這項結果顯示國一的學生認為其父母的管教態度既積極又消極，有其矛盾之處。在負向管教態度的評量上，隨著年級的增加而顯著地遞減。地區與年級兩個變項在父母管教態度的兩個因素之得分無顯著的交互作用結果。

在負向學習習慣上，桃園地區的國中生之得分顯著地高於其他兩地區的國中生，新竹地區的國中生之得分則顯著地高於台北市的國中生。在正向學習習慣上，台北市的國中生之得分顯著地高於其他兩個地區的國中生，桃園地區的國中生則顯著地高於新竹地區的國中生。這項結果顯示台北市的國中生較其他兩地區的學生較能做學校該做的活動。在年級變項上，國三的學生在負向學習習慣之得分顯著地高於國一、國二學生之得分，國二學生在負向學習習慣之得分又顯著地高於國一學生之得分。在正向學習習慣上，國一學生的得分顯著地高於其他兩個年級學生之得分，國二學生的得分又顯著地高於國三的學生。這項結果說明國一的學生較能做在學校中該做的活動。

在學校適應方面，台北市的國中生在負向適應之得分顯著地高於其他兩地區學生之得分。在正向適應上，桃園地區的國中生之得分顯著地高於其他兩地區學生之得分，而台北市的國中生之得分則顯著地高於新竹地區學生之得分；這項結果顯示台北市的國中生有較不好的師生及同儕關係。在年級變項上，國二及國一學生在學校正向適應上之得分顯著地高於國三的學生，但是在負向適應上，國一學生之得分顯著地高於國二及國三的學生，這項結果顯示國一學生有較不好的師生及同儕關係，而國二學生在學校適應上是良好的。

在自我效能上，三個地區的學生在正向自我效能之得分並無顯著的差異，但在負向自我效能上，新竹地區與桃園地區的國中生之得分則顯著地高於台北市之得分，顯示台北市的國中生較不會有負向的自我批評。於年級變項上，國一學生在正向自我效能的得分顯著地高於其他兩個年級學生之得分，而國二學生在正向自我效能之得分顯著地高於國三的學生。在負向自我效能上，國三學生之得分顯著地高於國一、國二學生之得分，國二學生之得分又顯著地高於國一之學生，這項結果顯示對於個人的價值感，勝任感及滿意度的評量，隨著年級的增加顯著地遞減。

在受教育態度方面，台北市與桃園地區的國中生在「升學優點」的得分顯著地高於新竹地區的學生，而台北市與桃園地區的學生在此項因素的得分差異並未達統計顯著性。在「就業實質功能」上，新竹地區國中生之得分顯著地高於其他兩地區的學生之得分。桃園地區國中生之得分亦顯著地高於台北市國中生之得分。在「就業間接功能」上，三個地區國中生之得分差異並未達統計上之差異性。這些結果顯示台北市的國中生對受教育的態度上，比較傾向考慮升學有何優點，例如：「求學可以充實自己的知識」、「學歷越高、人格也越高尚」等；新竹地區的國中生的受教育態度比較偏向就業的功能考慮，例如：儘快學會一種職業技術，才能在社會上生活；越早賺錢，越容易受他人尊重等。

在年級變項上，國一學生在「升學優點」之得分顯著地高於國三學生之得分，而國一與國二學生及國二與國三學生之得分差異並未達統計上之顯著性。三個年級的學生在「就業實質功能」與「就業間接功能」的得分差異比較上，均未達統計之顯著性。由此可知，國一學生對受教育的態度比較傾向考慮升學的優點。

在身心症狀方面，桃園地區學生在身心症狀的得分顯著地高於其他兩地區的學生之得分，台北市國中生的身心症狀得分顯著地高於新竹地區學生之得分。在年級變項上，國三學生的身心症狀得分顯著地高於其他兩個年級之得分，國二學生的身心症狀得分亦顯著地高於國一學生之得分。這項結果顯示桃園地區的國中生之身心健康狀態比其他兩地區的學生較為不好。隨著年級的增加，國中生的身心症狀亦隨著增加。

表4-4 各地區與各年級的學生在父母管教態度、學校生活狀況及自我效能的各個因素之得分平均值與標準差

因素	台 北			桃 園			新 竹		
	國 一	國 二	國 三	國 一	國 二	國 三	國 一	國 二	國 三
正向管教態度	67.51 (15.34)	66.73 (16.06)	66.62 (15.78)	69.46 (16.25)	69.27 (16.01)	68.66 (15.17)	69.07 (14.54)	68.10 (14.86)	69.56 (13.61)
負向管教態度	86.71 (17.12)	83.43 (17.33)	81.02 (16.65)	87.51 (17.15)	82.60 (16.92)	81.35 (16.53)	81.99 (15.40)	77.55 (16.15)	76.06 (15.03)
正向學習習慣	35.27 (5.33)	34.03 (5.44)	32.83 (5.32)	34.57 (5.61)	33.93 (5.27)	33.08 (5.31)	32.76 (5.08)	31.47 (5.22)	31.01 (5.25)
負向學習習慣	42.34 (8.77)	44.05 (9.00)	46.41 (9.06)	44.52 (10.22)	44.68 (7.68)	46.47 (9.06)	42.61 (8.84)	44.55 (8.28)	45.68 (8.61)
學校正向適應	34.70 (6.32)	34.43 (6.14)	32.56 (5.95)	31.29 (6.59)	33.15 (5.96)	33.30 (6.37)	32.14 (6.17)	31.39 (6.50)	31.92 (5.90)
學校負向適應	18.95 (3.09)	18.43 (3.14)	19.05 (3.28)	20.50 (3.15)	19.78 (3.01)	19.06 (3.16)	18.39 (3.30)	18.21 (2.79)	17.63 (2.86)
正向自我效能	48.47 (6.64)	47.87 (6.60)	46.37 (6.52)	48.21 (6.65)	47.83 (6.58)	48.16 (6.59)	47.57 (6.53)	46.63 (7.26)	47.23 (6.28)
負向自我效能	48.25 (8.59)	49.27 (8.51)	51.03 (8.09)	49.77 (7.77)	50.08 (8.31)	50.80 (8.59)	49.53 (8.01)	51.34 (9.25)	51.36 (8.14)
升學優點	29.12 (5.71)	29.23 (5.71)	28.75 (5.82)	28.89 (5.48)	29.61 (5.10)	27.99 (5.41)	28.46 (5.79)	26.71 (5.85)	27.71 (5.52)
就業實質功能	13.81 (3.69)	13.85 (3.67)	14.15 (3.66)	14.42 (4.02)	14.52 (3.79)	14.90 (3.42)	15.85 (3.62)	16.16 (3.90)	15.48 (3.78)
就業間接功能	11.24 (2.97)	11.62 (2.92)	11.46 (2.92)	11.82 (2.86)	11.97 (2.68)	11.31 (2.98)	11.12 (2.74)	11.34 (2.67)	11.06 (2.87)
身心症狀	20.10 (6.22)	20.49 (6.02)	23.00 (6.49)	21.05 (6.17)	20.90 (6.54)	23.53 (6.56)	19.24 (5.60)	19.75 (5.56)	20.71 (5.63)

表 4 - 5 說明性別及年級兩變項與本計畫各因素之間的關係。經由變異數分析及事後檢定的結果發現，年級與性別並無顯著的交互作用，而年級變項在各因素的得分差異比較已於前個段落說明，因此以下僅就性別變項討論之。

男國中生在正向管教態度，負向學習習慣、學校負向適應、升學優點、就業實質功能、就業間接功能等因素之得分顯著地高於女國中生之得分，但是在負向管教態度，正向學習習慣，學校正向適應負向自我效能及身心症狀之得分則顯著地低於女國中生之得分，這結果說明了男國中生認為其父母的管教態度是正向、積極的，在受教育的態度傾向同時考慮升學與就業功能，並且較不具負向的自我概念，但是在學校的生活狀況不如女國中生，例如不做該做的活動，或是有較不好的師生關係。整體而言，男國中生的身心健康狀態比女國中生好。

表4-5 各年級與不同性別的學生在父母管教態度、學校生活狀況及自我效能的各個因素之得分平均值與標準差

因素	性別 年級 平均值 標準差	男 生			女 生		
		國 一	國 二	國 三	國 一	國 二	國 三
正向管教態度		71.57 (15.22)	69.66 (15.74)	71.05 (14.89)	65.19 (14.90)	64.93 (15.91)	65.23 (14.88)
負向管教態度		84.71 (16.59)	81.21 (16.24)	79.80 (16.36)	86.89 (17.10)	81.21 (16.24)	80.65 (17.04)
正向學習習慣		33.79 (5.51)	33.49 (5.43)	31.85 (5.48)	35.28 (5.25)	34.35 (5.33)	32.96 (5.19)
負向學習習慣		45.63 (9.59)	45.34 (8.53)	48.69 (8.87)	40.28 (7.90)	42.99 (8.60)	44.01 (8.43)
學校正向適應		32.89 (6.54)	33.11 (6.10)	31.97 (5.76)	34.05 (6.40)	34.56 (6.16)	33.15 (6.31)
學校負向適應		19.38 (3.30)	19.03 (3.35)	18.93 (3.32)	18.95 (3.15)	18.46 (2.87)	18.46 (3.07)
正向自我效能		48.32 (6.83)	48.02 (6.54)	47.40 (6.59)	48.11 (6.42)	47.55 (6.69)	46.81 (6.45)
負向自我效能		48.82 (8.41)	49.05 (8.60)	50.40 (8.39)	48.93 (8.23)	50.00 (8.40)	51.64 (8.07)
升學優點		29.48 (5.79)	29.61 (5.84)	28.29 (5.60)	28.40 (5.53)	28.79 (5.80)	28.27 (5.70)
就業實質功能		14.94 (4.08)	14.51 (3.89)	15.39 (3.82)	13.88 (3.51)	13.67 (3.53)	14.11 (3.44)
就業間接功能		11.68 (2.89)	11.89 (2.82)	11.56 (2.84)	11.03 (2.88)	11.49 (2.87)	11.11 (2.99)
身心症狀		19.46 (5.95)	19.40 (5.87)	21.52 (6.50)	20.73 (6.18)	21.88 (6.20)	23.46 (6.13)

第四節 小 結

由第四章中的前三節之結果來看，如果把學生的身心狀況當為壓力的指標之一，而壓力的大小又為學生的心理衛生狀態，我們可以了解學生在學校的學習狀態不好，與師生及同儕的關係不良，並且學生個人的價值感、勝任感、及對自我的滿意度降低時，此人的身心健康是不好的。

另外，隨著年級增加，國中學生在學校適應較好，而且較能配合學校的指導，進行學校中的活動。由此可知，對於國中一年級的新生如能及早的處理其面對學校適應的問題，應是國中生心理衛生的重要課題。

但是從成長的時序上看，青少年的身心發展時間序列正留在發展上的狂飆期，由於身心發展的急速成長，使得青少年面臨蛻變得壓力。這個時候，他內在的發展狀況可以分成兩組變項，第一組是受先天遺傳之影響，但後天環境會對其作修飾的氣質、生物條件發展出來的生理與生化狀態（如體重、外貌等）、智力、驅力（或心理需要），以及這一類的其他變項，如：認同危機、情緒衝突、道德發展障礙、自我知覺型、歸因型、情緒控制、以及其他如價值取向、享樂取向等性格變項。將一個個體的內在狀況分成許多變項來做分析研究，只是為了研究上的方便而已，一個個體勢必是統整的完整個體，因此其內在狀況之各變項間一定存在著互助之或大或小的影響，亦即前述之兩組變項在組內的變項之間與在組間的變項之間，存在著或大或小的相互影響，而且這變項並不是毫無組織地各自為政，而是統合在必然的系統裡。

個體有內在的成長與發展，也有外在的成長環境。偏差行為所涉及的成長環境不外乎家庭、學校、社區、與社會（文化）等類。若以時間的連續性來討論個體的成長與發展，則其內在的成長狀態與外在的成長環境相互之間應該是不斷地互動的。外在的環境除了提供成長的刺激之外，相對於偏差行為之發生而言，他還有阻止發生（即社會控制）與促成發生等正負兩種力量（楊國樞，吳英璋，余德慧，民75）。

因此，如欲了解國中生的心理衛生狀況，需從小樣本的研究，來了解學生與環境的動力互動狀況。

由前三節的結果可知，有一半以上的受試者均面臨家人爭吵得厲害的生活事件，而負向的父母管教態度又影響學生的身心健康。因此，如何了解學生與父母的動力關係，以說明父母的教養方式如何影響孩子的適應，便成為下一章的研究目的。

第五章 研究二

第一節 研究動機與目的

在人一生的發展中，青年期是介於兒童與成人之間的時期，其年齡範圍很難明確劃分，通常是指從十一、二歲開始到生理近於成熟、約二十歲左右為止，而一般所指稱的「青少年」，為青年期初期，約十一、二歲到十五、六歲之間，依我國的學制，正是國小高年級至國中階段。在青少年期，孩子面臨生理的快速成長，同時，在心理上發展「自我認同」(self-identity)的感覺，他會重整由父母、老師處學習到的價值觀，期待自己的角色能從依賴父母轉變為獨立自主，同時，還需學習如何建立同儕關係。由於已具備一些安排生活起居的能力，他們不再像兒童需要父母無微不至的照顧，對於父母的關心有時甚至覺得是種限制與阻礙，不過在完成青少年發展歷程的任務中，孩子面對轉變的壓力時，仍需要親情的安慰與協助，因此，孩子對父母親的期待是「不需要管的事不要管，但在我需要父母時，父母能在身邊」。但是父母與孩子間對於「父母介入孩子的事情」的看法常常不一致。因此，面對父母不符合孩子期待的教育方式，孩子往往會覺得「父母不了解我」、「父母不清楚我的情形」，所以希望父母能夠配合他的改變，以及改變對待孩子的方式。

站在父母親的立場，當孩子正值青少年期，父母的心情充滿矛盾，孩子大了，不需要再那麼費心他們的飲食起居，不需要事事叮嚀，可是他們不像從前那麼聽話，孩子開始會和父母頂嘴，有時候父母會發現孩子與其還是小學生的時候不同，他不會告訴父母所有的事情，好像有某些事情瞞著家人，會背著父母神秘兮兮地和同學通電話；父母親也可能突然覺得兒童時期那個「黏人」的孩子不見了，孩子較喜歡在假日與同學出遊，反而不願意和父母親去拜訪親友。這些變化顯得父母親對孩子的控制力降低，父母擔心孩子交了壞朋友，擔心孩子會發生危險，為了保護子女，自然地，父母想多了解孩子在外面做了什麼，想多詢問孩子在學校或與朋友外出的情況，有時會藉著一些限制來約束孩子的行為，但是孩子往往拒絕接受父母的控制，使得原本穩定、溫馨的親子關係突然變得緊張，令為人父母者無所適從。Stone 與 Church (1968) 曾如此形容青少年期父母與孩子間的衝突：「成年期的開始是在青少年宣告它到來的後兩年，也正是父母承認孩子成年的前兩年」這句話正表達出孩子於青少年時期渴望長大，期待父母減少干預，又自認已經能夠獨立面對許多事情；但是父母難以接受孩子的想法且無法隨之調適對孩子的態度，因而引發與孩子衝突的情況。

青少年期又被稱為「狂飆期」，原因在於青少年被認為是叛逆的一群，似乎這個年紀的孩子在面對周遭環境要求之際，總表現出「不聽話」、「意見太多」、「故意和大人作對」等特性，然而，並非所有人都曾經歷一段「狂

狂的青少年期」，根據美國的一項研究，百分之二十一的人渡過「動盪不安的青少年期」，另有百分之三十五的人在青少年期平安渡過，沒有經歷所謂叛逆、狂飆的階段（Offer & Sabshin，1984）。此一調查雖是美國十年前的研究，台灣地區目前無此相對資料，參考他人的研究結果，我們或可推論台灣地區的人們，有一部份的青少年是平穩、平安、不須父母操心的；另有些青少年則是屬於狂飆、叛逆的，他們常與周遭環境產生衝突，甚至出現適應不良的情形，他們往往也是令父母師長頭疼的孩子。相同年齡的孩子為什麼有如此大的差別，到底是那些因素使得某些孩子能適應環境要求，依著父母師長所期望的軌跡發展，而某些人竟被認為是叛逆的一群，是值得進一步了解的課題。因此，本研究欲探討的重點之一即為影響孩子在青少年期適應情形的因素。

過去在許多與青少年適應有關的議題上，常將家庭視為一個重要的影響因素，例如近年來青少年問題日漸嚴重，從逃學、逃家到吸毒、犯罪，家庭系統的健全與否往往是重要的考慮變項，諸如父母離異、管教態度不當，過於嚴厲、溺愛、父母親的態度紛歧等等；或是當華裔青少年在國外有傑出的表現，即認為是中國父母的教養方式特別重視孩子的課業使然，從這些說法的觀點來看，似乎父母親的教養方式對孩子的表現扮演了舉足輕重的角色，但是，父母親的教養方式就能解釋或推測青少年的適應行為嗎？除了孩子必須為自己的行為負責之外，還應該考慮到在任何人際關係中，雙方是相互影響的，並非單由某一方影

響另一方；以此角度來看親子關係，父母親的教養方式會影響青少年，同樣地，青少年的表現以及他們對父母親的回應也會影響父母親的教養方式。因此，在探究青少年的適應問題前，似乎應先了解青少年如何看待父母親的教養方式，孩子對父母親教養方式的知覺如何影響其適應行為，又會對孩子的適應造成何種影響；而孩子對父母親教養方式的知覺是否改變，若發生改變，對父母教養態度知覺的變化是否作用於孩子的適應上，對孩子的適應會造成何種影響。

本研究即在探討由兒童期步入青少年期，孩子如何知覺父母親的教養態度，對父母親教養態度的知覺是否影響其對父母教養態度的回應與適應。若父母親的教養態度經由孩子的詮釋影響孩子的適應，其中的歷程為何。以此探究父母親在孩子的適應上扮演什麼樣的角色，他們在孩子面臨成長的壓力時，能否協助孩子因應環境的要求。再者，何種父母親教養方式對孩子的適應有利，何種教養方式反而帶給孩子更大的壓力，亦是欲探討的主題。

第二節 文獻探討

壹、青少年與父母的關係

首先，從依附理論（attachment theory）來探討青少年與父母的關係。所謂「依附」，指的是幼兒對他人尋求接近並對其出現感到安心的傾向，與幼兒形成依附關係的人通常是他們的母親。早期對依附的研究只限於探討幼兒與母親或其他照顧者的關係，後來學者也研究兒童與青少年的依附，認為依附會發生在人生的各個階段，依附的對象不僅是母親，也可能是老師、同儕等重要人物。隨著個體的成熟，所表現出來的依附行為會有明顯的差異，例如：住校的大學生表現的依附行為可能是跟父母通電話；而兩歲大的孩子可能是在看到陌生人時，爬到母親的腿上。Sroufe 與 Waters（1977）界定依附「是一種情感的強烈連結」，依附行為的目的為「感到安全」，而不僅是「接近」或「接觸」。換句話說，「依附」的情感意義遠超過形體上的距離，此一現象在較年長的孩子身上更為明顯。

Greenberg 等人（摘自 Rice，1990）研究青少年的依附與身心健康的關係，發現青少年對父母的情感與自尊、自我概念、生活滿意度、情緒穩定度、健康的家庭環境等變項呈正相關，亦即，與父母有良好依附關係的青少年，自尊較高，較少憂鬱、怨恨。Burke 和 Weir（1978

，1979）的研究結果也顯示，青少年對於父母所提供協助的滿意度與青少年的身心健康有密切關係。Cotterell（1992）則指出，在青少年時期，父母仍是孩子最重要的支持來源，孩子對父母的依附與孩子對自我的正向情感有顯著關聯，在一些重要的人生議題上，如未來的教育或職業計劃，父母最具影響力。另外，Offer 等人（1981）以十三歲到十八歲的孩子為樣本，發現適應困難的青少年多半缺乏父母的情緒支持，與父母關係疏離，很少互相幫助；及彼此不信任。Rija 等人（1991）的研究也有類似的結果，與父母依附程度低的青少年面臨較多行為問題，不受重視、憂鬱、經驗較多壓力生活事件。從這些研究，我們可作一結論：青少年時期，親子關係與身心健康及適應有關，然而，究竟孰為因、孰為果，或者兩者相互影響，又是如何影響，仍沒有定論。

如 Lerner 和 Ryff 所述（摘自 Rice，1990），依附是終生的（life-span）、持續的連結（enduring bonds），青少年的依附是嬰兒期、兒童期的依附行為之延續。但是，青少年期的身心發展任務使得親子關係受到撼動，因為在此一時期，青少年的生理急速變化，心理上尋求獨立自主，希望自己做決策、建立自己的價值觀，原先與父母的依附關係也發生改變，在某些方面，同儕的影響漸漸升高，取代了父母原有的地位。Small 等人（1988）的研究顯示，當孩子正處於青少年期時，其父母感受到的壓力最大，尤以青少年初期的父母為甚，另有多個研究得到相同的結果（Ballenski & Cook，1982；Veroff & Feld，1970；Hoffman & Manis，1978；Perlin

& Lieberman, 1979; Olson et al., 1983)。Small 分析孩子正值青少年期時，父母壓力的來源有四項，第一、情緒依附的轉變，指孩子對父母的依附強度降低，對同儕的依附升高，外在行為表現則是與父母的距離遠，此時父母不易接受此一變化。Anna Freud 即指出並非孩子在此變化之際面臨強大的壓力，而是父母不適應此改變，需要協助與指引。第二、由於同儕的影響力增加，孩子接受父母建議的可能性減少，使得父母的控制感降低，覺得自己不再有那麼大的影響力，伴隨而來的就是壓力、自尊低、憂鬱。第三、即使父母已做好心理準備去面對孩子的成長，在某些生活事件上，孩子所要求的獨立自主與父母所允許的速度仍有差異，例如，孩子希望能自己選擇朋友，但父母認為要等孩子再年長一些，有足夠的判斷力之後才不干預孩子的交友情形，這正是所謂的「發展情結（developmental stakes）」，父母認為指引孩子的發展是責無旁貸的事，孩子卻希望擺脫父母的控制，及早建立個人認同與獨立。此一家庭中的張力，也是造成父母壓力的來源。第四、青少年出現偏差行為：當孩子的行為脫離常軌，會引起父母擔心其發展與安全，因而提高父母的壓力。

事實上，不只是父母有壓力，青少年也承受成長的壓力，從角色轉變的觀點，Pearlin (1983) 認為，角色的失去、獲得或重組是發展的必經階段，它會出現在人生的各個時期，帶給人們重新適應的壓力。就青少年而言，

他們離開了過去依賴父母的兒童角色，嘗試建立新的角色組型（role sets），造成了整個生活方式的改變，在思想上，他們不再將父母的話奉為圭臬，開始嘗試其它角色；在行為上，他們花較多時間與朋友相處，從事各種活動，面臨此一改變，青少年的心理是充滿不確定性的。此時，青少年與父母的角色須重新調整，亦即，雙方名義上的關係沒有改變，但雙方的角色組型、互動方式發生變化，使得雙方的關係產生質的變化，如 Pearlin 所述，在親子均面臨重新適應的壓力之際，需要雙方共同找尋合宜的角色組型，調整彼此的相處模式，以期符合自己與對方的要求，紓解親子間的緊張狀況。

在青少年發展方面，家庭所扮演角色的重要性，應是值得注意的。過去許多研究結果顯示，親子互動方式會影響孩子的行為與適應，例如：父母表現出關愛、接納、了解、對孩子的行為有反應、以孩子為中心、鼓勵多於責罰等正向特質，孩子的自尊較高，能自我認同，和父母、同儕或其他人的關係較好；若父母表現較多的負向行為（拒絕、過多的處罰、對孩子有敵意等），孩子的認知與社會發展易出現困擾，學業成績較差，也比較可能表現偏差行為（Bell et al., 1985； Kawash, Kerr, & Clews, 1983； Rutter, 1979, 1980； Rutter & Garmezy, 1983； Rutter & Giller, 1984）。

國內研究也有相似結果，鍾思嘉（民 75）整理國內有關家庭氣氛與管教態度對青少年偏差行為影響的研究，發現家庭氣氛不溫暖、不和諧，以及父母管教態度為嚴格

、拒絕、前後矛盾、父母態度紛歧、溺愛縱容、期待過高或不合理等，會增加青少年偏差行為發生的機會和再發。楊國樞（民 75）將父母管教方式分為積極性教養態度或行為以及消極性教養態度或行為兩大類。積極性教養態度包括關懷、接納、適中限制、愛護、寬嚴適中、精神獎勵、公平及親切等；消極性教養態度包括嚴格、拒絕、溺愛、忽視、寬鬆、權威、控制、獎懲無常（矛盾）、紛歧、期待、體罰及威脅等。父母的積極性教養態度對子女的行為可能形成下列影響：改進自我概念、提高自我肯定、促進認知能力、創造能力與創造行為的發展、提高學業成就，有利於生活適應，而且可防止子女的偏差行為。消極性教養態度則會造成不良影響：如嚴格、拒絕及溺愛不利於子女成就動機的培養；權威型教養方式則不利於子女的道德發展與道德判斷；忽視、權威、矛盾、紛歧、懲罰等態度或行為不利於子女的生活適應；甚至會促進子女的偏差行為。由此推知，消極或不適當的管教態度確實比積極的教養態度易造成孩子生活適應的困難與偏差行為的發生。

早期的研究大多將家庭視為青少年發展問題的原因，認為父母的人格、教養方式等因素影響青少年的發展，此一看法是以簡單的因果關係來解釋青少年的發展。然而，從家庭動力學的觀點，家庭關係是個複雜的網路，家庭中各個成員相互影響，父母的性格、行為會影響青少年；青少年的性格、反應方式也會影響父母。所謂「雙向原則（the principle of bi-directionality）」即是說明親子

雙方會互相影響，父母的行為影響孩子的反應，孩子的行為也會影響父母的反應。基於此一原則，孩子的發展應是「孩子本身的特性和與他人互動所形成的社會化後之產物」（Mussen et al., 1984, p.143）。因此，要了解在青少年的發展歷程中父母與青少年之間的關係，必須摒棄單向的因果關係模式，以雙向原則的觀點，深入探討父母與青少年間的動力關係。

Ackerman (1984) 曾在“家庭系統之理論 (A theory of family systems)”一書中討論家庭內的動力關係，他提出，理想的家庭是父親—母親、父親—孩子、與母親—孩子三種「給與取」的關係中維持平衡，在此平衡系統中，每一關係強度（以互動率表示）相等，並且各關係強度之總和為一定值。因此，某一關係強度降低，將使其他關係強度提高，反之亦然。此外，父母親分別受到其原生家庭的影響，此點可以從兩方面來討論，第一、（外）祖父母的行為會影響父（母）的行為，例如：祖父母未盡為人父母之職責，而顯現功能不足的反應（underfunctioning），可能使父親為避免其子女遭受相同的苦楚，反而出現過度保護子女的行為，此種狀況稱為功能過度（overfunctioning），這將使其子女呈現功能不足（underfunctioning）的反應。換言之，子女扮演的角色與（外）祖父母相似。第二、父母與上一代的互動模式會在目前與子女的關係中重演，若一位母親與其母親的關係較密切，與其父親的關係較淡，則這位母親與女兒、丈夫之間的關係很可能呈現母女關係較親密，父女關

係較淡的情況。根據上述，當青少年發生改變，可能改變家中成員彼此的關係，而這些關係的改變，還受父母親自原生家庭所延續的行為模式影響，因此，孩子的改變對家庭的影響是牽一髮而動全身的，不論孩子是拒絕父母或是要求更多的愛，都會影響家庭中其他成員彼此間的關係。因此，Ackerman 認為家庭結構的改變，會形成對家庭健康的威脅。

McGoldrick 和 Walsh (1983) 也有類似的看法，他們認為，家庭是隨著時間、世代不斷流動的系統，根據此一觀點，造成生活變動的事件並非決定某個結果，而是引發一壓力改變歷程，促使家庭系統去面對適應性挑戰。所以，從家庭發展的角度來看，目前家庭的狀況是由過去經驗、現在面臨的挑戰、以及對未來的期望交互影響形成。每一次新的變動都包含結構重組與角色及家庭規則的重新協調 (Hoffman, 1988)，當面對改變的壓力，家庭的穩定性受到威脅時，家庭系統會出現暫時的不安定，通常此時家庭的壓力會升到最高點，成員可能產生失落感、迷惑、焦慮。此時若家庭能達到一個新的穩定狀態，壓力得以降低，否則，壓力繼續存在，很可能使家庭出現症狀，這些症狀即為家庭改變遭遇困難的指標 (Haley, 1980; Solomon, 1973)。

如同前述，個人的改變會影響家中其他成員的角色、彼此的關係、以及家庭的功能。當一個孩子由兒童進入青少年期，父母與孩子間的角色、規則、及權威關係需要重新協調。家庭的功能理當隨著每位成員的需要作調整，

青少年的發展任務與兒童不同，家庭的角色由保護、撫育轉變成幫助孩子為進入成人世界作準備。青少年初期，孩子有了生理及心理方面的轉變，內在也歷經一連串的試驗，重組自我意識（sense of self），期望獨立，企求外在的認同，凡事有自己的主張，同時對父母的依附漸減，對同儕的依附提高，而且隨著年齡的增加，期望父母的控制降低。為了因應青少年發展歷程，家庭必須做一番調適，以便提供青少年繼續試驗的基礎，並且強化孩子的改變。此時，父母親能否適切地調整自己的行為角色，試著接納孩子的意見，採行積極性的教養態度與行為，減少消極性的教養態度與行為，完成協助孩子發展的任務，是親子關係能否維持和諧親密的關鍵。處於彼此關係仍在協調重整的階段，必然存在一些衝突，歷經衝突的試鍊，雙方能逐漸找出適合的角色組型，衝突即會降低。倘若父母表現過多消極性的教養態度與行為，引發不良的家庭氣氛與親子互動方式，將使親子雙方的關係與生活適應受到負面影響，更在孩子的發展歷程中添加了不利的因素。

過去對前述主題的研究，大多採用問卷或測驗來收集資料，以此方式進行研究雖然方便、省時、可以得到大樣本的資料，但是以問卷來測量父母的教養方式、管教方式、親子關係、以及家庭成員間是經常溝通或不溝通等等變項，再探究這些變項與孩子的身心發展或適應之間的關聯，所了解的是一群人的一群分數之間的關係，當複雜的互動方式化為簡單的數字，我們無法得知相同的分數是否反映出相同的互動本質，再者，當研究結果顯示某些變項與

青少年的發展或適應有關係，我們知道的也僅只於此，變項間存在某種關係並不能告訴我們這些變項是透過何種機制影響青少年的適應，更無從得知在不同的孩子身上，是否存在相同的影響歷程，或者，同一變項會透過不同的歷程對每個孩子形成不同的影響，要回答這些問題，宜採用個案研究的方式，深入了解每位青少年與父母的互動模式，以及互動模式如何影響青少年的適應，累積多位個案的資料，找出其中的相同點與相異點，有助於了解親子互動的內涵，以及影響青少年適應的歷程。

貳、壓力與適應的關係

回顧壓力研究的發展，研究者對「壓力」一詞的界定，可分為下列三類：第一、壓力是指對情境的整體反應，此一概念的代表人物為 Han Selye (1956)，Selye 由動物實驗中發現，不論壓力源的型態為何，都會使個體產生相同的生理反應，以供給可利用的能源予個體，促進對壓力因子的適應性反應 (王秀枝，民 75)。此外，Selye 提出「一般適應症候群」(general adaptation syndrome，簡稱 GAS) 的概念，認為個體在面臨問題或刺激時，身體會產生適應性反應，並有回復正常狀態的需要。個體的內在生理組織，特別是內分泌系統和自主神經系統，會自動協助個人對外界刺激作隨時的應變，其過程包括三個階段：警覺反應期、抗拒期與衰竭期。

第二、壓力是一種生活情境的變動，強調生活的變化對個人的影響，如 Holmes 和 Rahe (1967) 發展「社會再適應評量表」(Social Readjustment Rating Scale ，簡稱 SRRS) ，以測量曾經歷的生活壓力事件來代表個人所呈受的壓力。

第三、壓力不是刺激，也不是反應，而是個人與環境互動的結果，如 French (1974) 、Lazarus 與 Folkman (1984) 、Pervin (1968) 、Caplan (1983) 等人的觀點皆屬此類。此觀點認為，當環境產生變動，對個人形成要求 (demand) ，個人主動地因應這項要求，如果個人所擁有的資源足以應付外在要求，個人感受到的壓力不大；若個人的資源無法符合外在要求，個人可能經驗到很大的壓力，所以生活壓力是「環境要求」與「個人能力」互動之後的結果，而壓力作用在個體，可能使個體出現身心症狀。

前述三類壓力之定義中，Selye 的理論顯示，壓力會引發個體的生理反應，然而，他忽略個人心理上對壓力源的評估 (Lazarus & Folkman, 1984a) ，其他學者也提出特定壓力源會造成不同內分泌反應的證據 (Mason , 1974,1975 ; Appley & Trumbull,1986) ，來駁斥Selye 認為壓力反應是一致的 (uniform) 的說法；另外，Holmes 和 Rahe 以各個生活壓力事件比重 (weight) 的總和來表示壓力大小，忽略了每一壓力事件對人們的個別差異 (摘自 Taylor , 1991) ，因此，在評估壓力時，不僅需測量生活事件與身心症狀，還應考慮個體對客觀

事件的知覺。相較之下，以個人與環境互動來反映壓力之觀點，顧及外在環境的變動、個人對外在環境的知覺與因應反應及能力等因素，可解決前兩個研究取向之不足，賦予壓力概念較完整的面貌，以下即以個人與環境互動的觀點探討壓力與適應的關係。

French (1974) 所提出之「個人－環境契合理論 (Person- environment fit theory ; 簡稱 P-E fit theory) 」，即是說明個人特性與環境特性如何影響個人目前的狀態。此理論將環境屬性與個人屬性各分為兩類，環境屬性為「可提供之資源」與「對個人之要求」；個人屬性為「需求」與「能力」。因此，個人與環境的契合可從兩方面考慮，第一、個人的需求必需與環境的資源相互配合，舉例而言：每個人的成就需求高低有別，而每個人所處環境提供的成功機會多寡也有差異，成就需求高者在成功機會高的環境中易得到長足的發展。第二、個人的能力必須與環境的要求相當，例如：工作環境給予每位工作者的工作量可能不一定，但每個人都必須具備完成工作的能力；另一方面，即使工作量相同，每個人所感受到的工作負荷也不相同。

「個人－環境契合理論」的另一個重要元素是客觀上個人與環境的契合程度以及主觀上個人與環境的契合程度。所謂「客觀的契合」與「主觀的契合」，其差別在於前者為實質上的契合狀態，後者則是經由個人詮釋之契合狀態。理論上，客觀的個人與環境及主觀的個人與環境都是可以測量的，主觀的個人與客觀的個人之關聯，稱為「自

我評估的正確性」；主觀環境與客觀環境之一致性，代表此人是否具現實感（contact with reality），能否正確知覺所處環境。個人與環境的契合程度決定個人所處的壓力狀態，若個人與環境兩者不能配合，將使個人承受的壓力高張，易引發疾病（如圖一所示）。個人與環境的契合可藉由兩條路徑調整，一為「因應（coping）」，意指改變客觀上的個人屬性或環境屬性；另一為「防衛（defence）」，指稱在不改變客觀個人屬性與環境屬性之情況下，僅改變對個人屬性或環境屬性的主觀覺知。

將個人與環境契合程度與壓力的關係以圖二表示：當環境資源少於個人需求，兩者差距愈大，壓力也愈大，此一差距顯示不適應狀態，且與個人對壓力之因應與防衛行為有關，此時若能降低個人需求，可減少壓力（圖二中曲線c）或將壓力維持在某一水準（圖二中曲線b）；當環境資源高於個人某一方面的需求（例如與他人互動的需求），相對於個人其它方面的需求（例如保有隱私的需求），可能環境無法提供足夠的資源，因此同時考慮多方面的資源與需求，個人－環境契合與壓力的關係呈一U形曲線（圖二中曲線a），亦即個人與環境愈契合，壓力愈小；個人與環境愈不契合，壓力愈大（Caplan, 1983）。

Caplan（1983）將French的個人與環境契合理論加以延伸，考慮過去、現在、及未來三個客觀上時間點的契合狀況（如圖三所示）。根據Lewin（1951）的看法，在「現在」的時間點上，同時存在個人主觀上對過去、現在、及未來的契合程度的覺知（F_s），而個人對

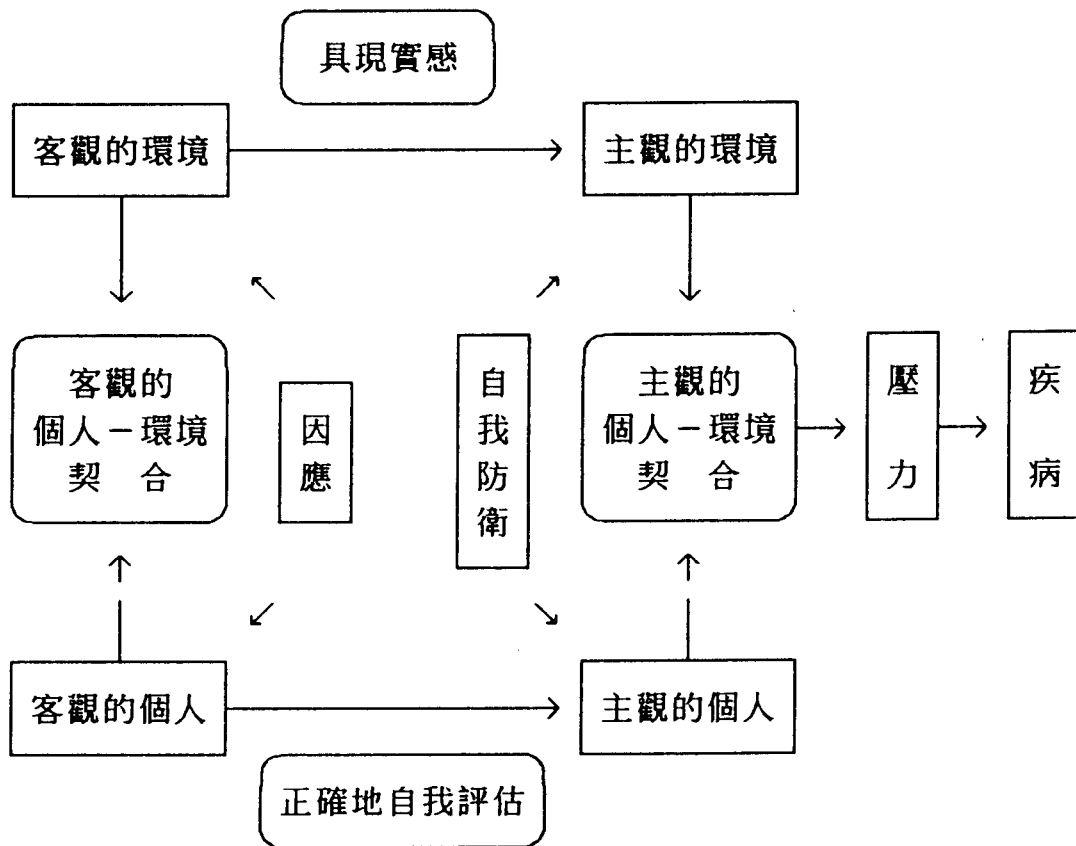
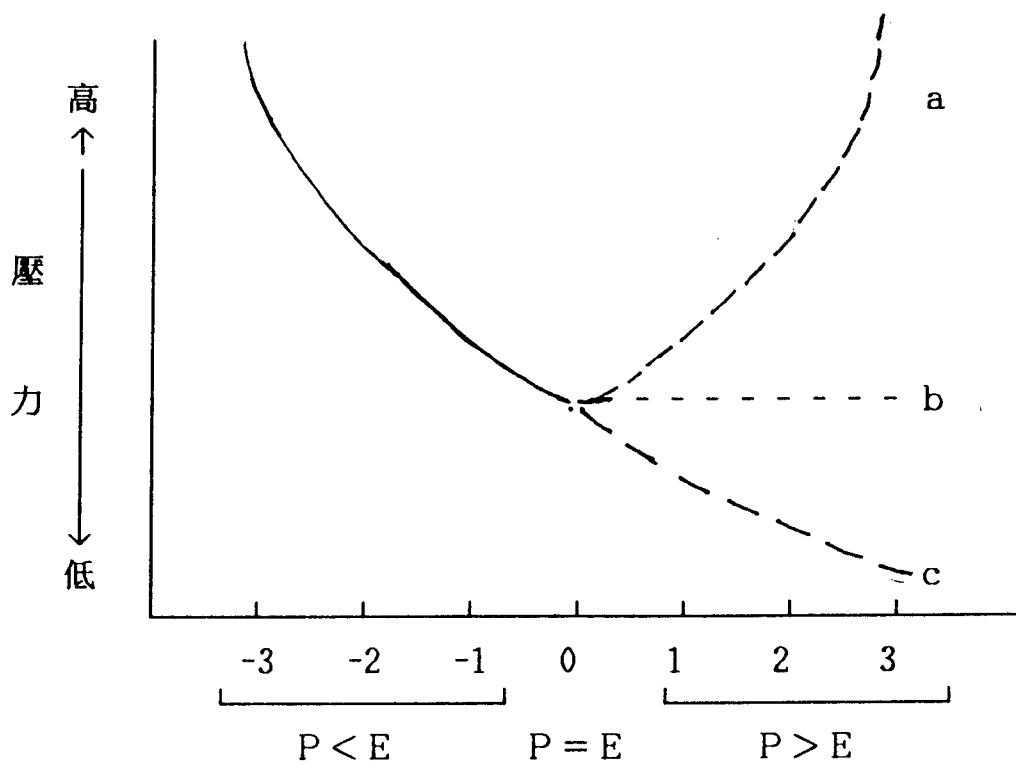


圖5-1：個人-環境契合模式 (Harrison, 1978)



個人 - 環境契合

圖5-2：個人-環境契合與壓力的關係
P表個人；E表環境。

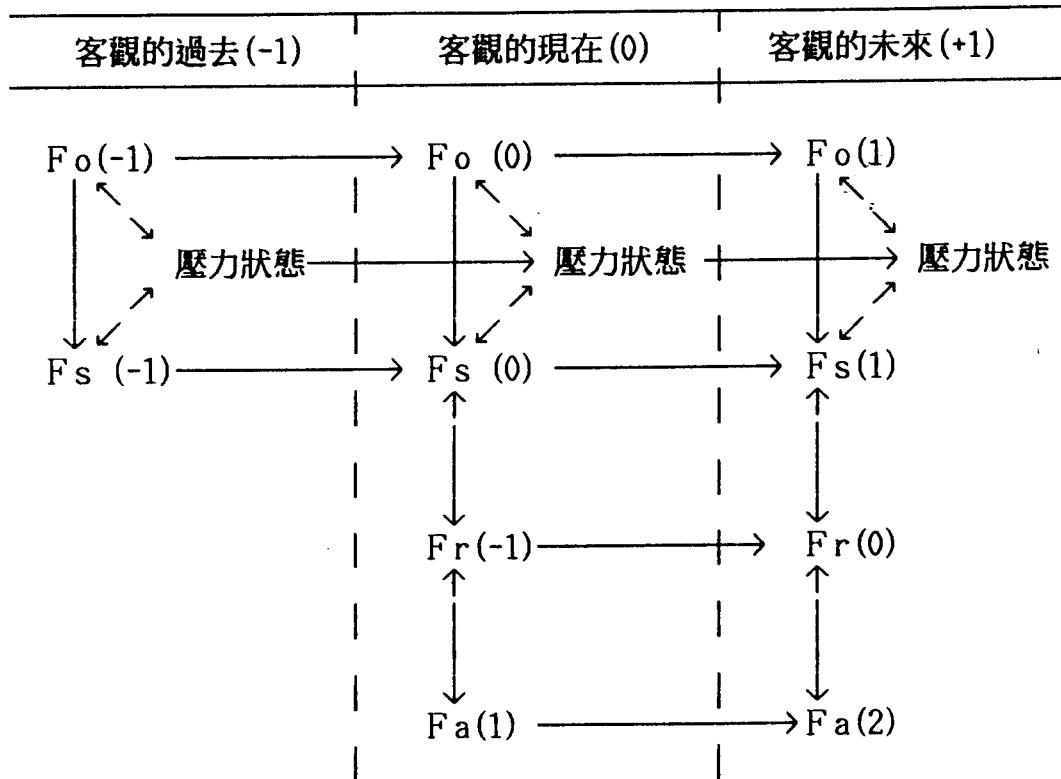


圖5-3、個人－環境契合理論動態模式

()中之數值-1、0、+1分別表示過去、現在、未來三個時間點。

F_o 表示客觀的契合， F_s 表示主觀的契合。

F_r 表示對過去主觀契合之回溯與認知。

F_a 表示對未來的主觀契合之前瞻與認知。

此三個時間點上個人與環境之契合程度的主觀覺知，會影響目前的適應。此外，現在客觀的契合狀態對個人行為的影響，僅限於個人能知覺到的、或是某些潛意識影響行為的部份。在任一時間點，客觀的契合與主觀的契合決定當時的壓力狀態，此時的壓力狀態會影響往後的狀態，而且，個人對過去、未來的主觀覺知，會與對現在的主觀覺知發生交互作用，因而影響目前的狀態。因此，在 Caplan 的模式中，加入回溯的契合狀態（ F_r ）及預期的契合狀態（ F_a ），形成一動態的個人－環境契合模式。

由前段對「個人－環境契合理論」之說明可知，此理論模式中各個元素之間具有相依關係（interdependence），因之，這些元素不僅分別影響個人壓力狀態，這些元素間的相依關係也會影響個人的壓力狀態，French（1992）即指出，個人屬性與環境屬性之個別影響與兩者間的差異所造成之影響，可預測個人適應情形，故此一個人與環境契合理念，恰可作為研究適應的基本架構。

Conway 等研究者（1992）應用個人－環境契合理論研究個人知覺的控制程度與心理適應的關係，發現當個人知覺到的控制與所期待的控制不一致，知覺到的控制太高或太低均會形成心理壓力，影響個人的心理適應。Eccles 等研究者（1991）則以青少年為對象，研究孩子的自主需求（個人）與成人的控制程度（環境）是否契合對青少年發展的影響，研究者建議，理想上成人對孩子的掌控應隨孩子的成長漸減，如此對孩子的身心適應較有利。

因此，本研究在探討青少年的適應時，同時納入「個

人因素」與「環境因素」，採用個人與環境互動的觀點，呈現壓力對個體適應的作用，以此來了解青少年之壓力處理歷程。本研究的理論架構於本章第三節將詳細討論。

第三節 本研究理論架構

一個人的發展歷程是連續的，個人此時的狀態不能獨立於先前狀態與下一刻的狀態，在探討青少年的適應時，必須考慮環境與個人的配合，其中包含對環境與個人的知覺，以及個人對環境變動所採取的因應與防衛方式，亦應同時了解主觀上對過去的回顧、對未來的期待、對現在的評估如何影響個人目前的適應。個人－環境契合模式正提供一個可用以了解青少年適應的架構。

過去研究指出，對個人生活適應及健康而言，個人主觀知覺到的契合程度比客觀上的契合程度更有意義，如 French 和 Caplan (1972) 的研究顯示，人們對壓力事件的知覺會影響客觀壓力事件與生活緊張 (strains) 兩者之間的關係。Lazarus (1979) 也指出，當個人受到壓力事件的威脅，又沒有足夠的能力去應付時，在主觀上對現實略為扭曲，對個人面對及進一步克服壓力事件是有幫助的。另一方面，由於目前社會科學所使用的方法，在測量客觀的個人與環境方面仍有許多限制。基於上述原因，本研究重點放在主觀上個人與環境契合的部份。

在本章第二節中，曾討論父母親對青少年的發展有很重要的影響，青少年主觀覺知的父母親教養態度會影響青少年的適應，積極性的父母教養態度有利於孩子的適應，消極性的父母教養態度則不利於孩子的適應。當青少年遭遇一事件，他對事件的知覺、以及長久以來累積的對自己

、對父母親教養態度的看法，關係到他因應此事件的方式，就青少年而言，此一環境與個人的契合狀態將影響其身心症狀及適應。

另外，父母親是否表現出孩子所期待的父母教養態度，影響孩子心目中與父母的關係，進而影響孩子對其他生活事件的處理，這些都會影響青少年的契合狀態、身心症狀及適應。

從父母親的立場來看，他們如何知覺青少年的種種變化，包括他們怎麼看待青少年身心的改變、怎麼看待青少年對生活事件的處理，會影響他們的教養態度，根據他們的教養態度表現出某些行為。這些行為相對於青少年，亦屬客觀環境事件之一，青少年對這些事件的詮釋，形成對父母管教態度的知覺，這將影響青少年對父母管教態度的回應，此種回應將會影響父母親接下來的教養態度；同時，孩子對父母教養態度的知覺也影響他們對父母親教養態度的預期。

因此，研究者將青少年區分為兩組，分別為正向父母管教態度組與負向父母管教態度組，針對每位青少年了解個人與環境是否契合以及父母親的教養態度對孩子的契合造成何種影響，又如何影響孩子的適應。

本研究之分析模式如圖 5-4所示，應用「個人－環境契合理論」中個人與環境配合之概念，探討青少年面臨生活壓力事件的處理模式，在壓力事件存在的情況下，父母的教養態度會如何影響孩子的壓力處理歷程；並且進一步比較孩子知覺之父母教養態度是正向或是負向對其生活適

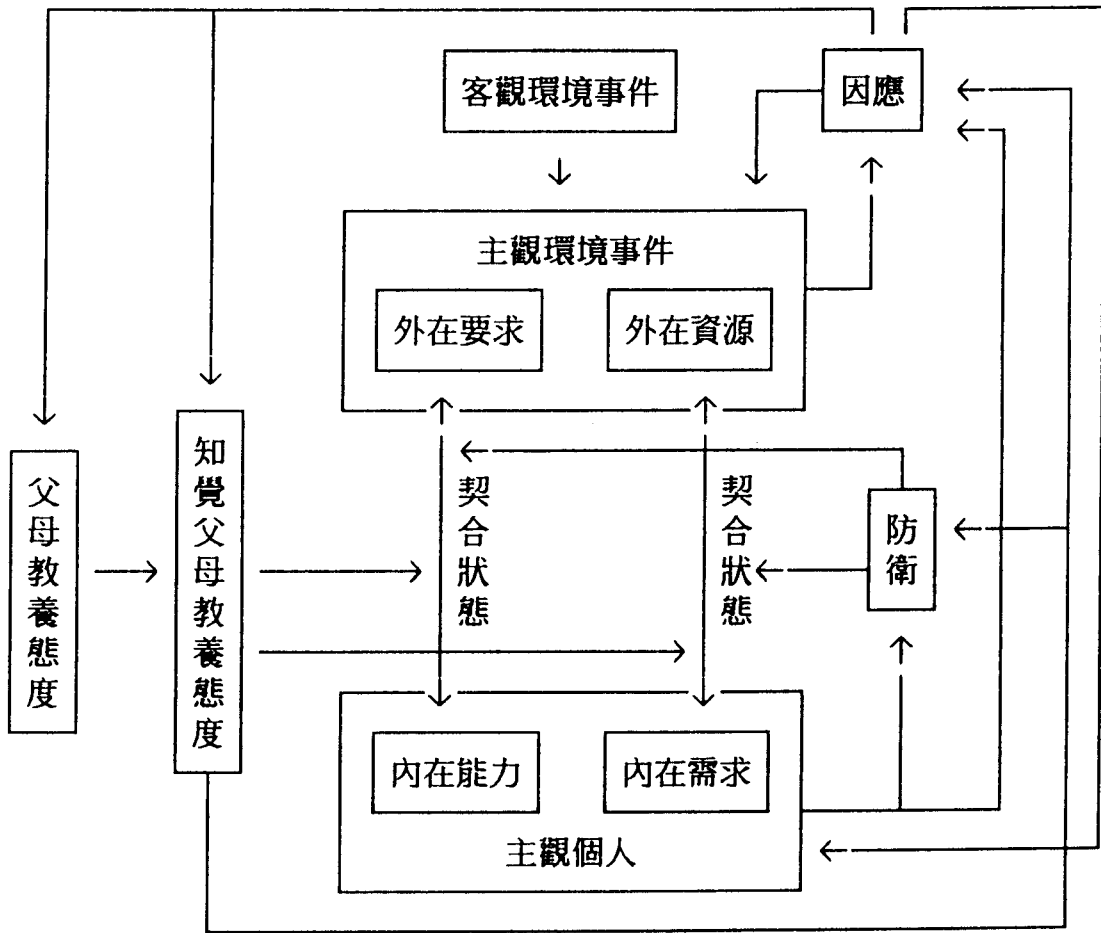


圖5-4：本研究之分析模式

單向箭號表示某一因素影響另一因素；
雙向箭號表示兩因素交互影響。

的影響歷程有何異同。

應用個人－環境契合理論概念，以青少年所遭遇的環境事件出發，了解青少年對此事件的知覺（主觀環境事件），此事件對青少年形成何種要求，又提供何種資源；在此事件中青少年對自己的看法（主觀個人），亦即面對此事件，自己的能力如何，對環境又有何需求。由「外在要求」與「內在能力」以及「外在資源」與「內在需求」兩方面的契合狀態了解青少年目前的壓力。又因壓力可能引發身心症狀，本研究也進一步了解青少年的身心症狀，作為反映壓力影響身心狀態的資料之一。

在面對此一壓力狀態之際，青少年選擇的因應與防衛方式受到主觀環境事件、主觀個人的影響，可能直接改變客觀環境或客觀個人（因應）、或改變對環境或個人的主觀覺知（防衛）使達到契合狀態。而因應或防衛的結果將影響下一刻對類似環境事件的知覺，也會影響對自己的看法。

再者，青少年期的孩子對父母教養態度的知覺會影響孩子對外在環境事件與對個人的知覺，也就是父母教養態度可能透過某一事件影響孩子的個人與環境的契合。另外，父母教養態度亦可視為環境事件之一，孩子主觀知覺到父母的要求與父母提供的資源是否能與孩子的能力與需求相契合，也是必須考慮的。

將父母教養態度置入孩子的契合狀態，不僅影響主觀個人與主觀環境事件，還會對因應與防衛造成影響，例如，父母親在事件處理過程能否提供適切的資源，成功地扮

演協助孩子的角色，使其減少不契合的程度；或者父母親的要求反而增加孩子的負擔，擴大其不契合狀態。此外，孩子會不會告知父母此一事件、是否向父母求援等因應或防衛方式，牽涉到孩子對父母教養方式的知覺，包括預期父母對此事的反應、父母親介入此事件能否提供孩子所期望的協助等因素；經過對事件、對個人與對父母的評估，孩子選擇面對此事件的處理方式。對此事件的處理結果，亦會影響孩子日後對父母教養態度、對類似事件與對個人的知覺，再透過這些因素影響因應與防衛方式，進而作用在整個契合狀態上。這整個歷程會在生活中重複上演，前一次的因應結果會影響後一次的因應，如此歷程決定孩子的適應。

因此，欲探究青少年的適應，必須了解研究模式中各元素，以下分別說明各元素。

一、客觀環境事件：指的是青少年曾經遭遇過的壓力事件，不限於發生在家庭內之事件，收集之資料包括事件內容、發生時間、發生次數（或頻率）。

二、主觀環境事件：即為個人對事件的知覺，包括個人對此事件的喜歡程度、個人主觀認為此事件影響的範圍、影響的持續時間，此事件對個人的要求為何，提供的資源為何。

三、主觀個人：即為個人自我效能（self-efficacy）之預期，包括個人認為自己是什麼樣的人、個人對此事事件之控制程度，對自己應付此事件之能力的評估，以及對此事事件的需求等。

四、因應與防衛：在事件發生後，個人針對客觀的環境、個人所採取處理事件的方式，以及對事件或個人的知覺是否改變、如何改變等，另外，尚須了解個人採取因應或防衛的理由，亦即在因應與防衛之前，有那些因素影響其處理事件的方式。

五、父母的教養態度：指青少年所知覺的父母親教養態度，包括一般情況下父母親對待孩子的態度以及對於某一特定事件的處理態度，孩子對父母親態度的看法如何，喜不喜歡父母親的態度、與期待的父母親態度是否存在差異等。在時間向度上，涵蓋對父母所採取態度、行為之想法的回溯與對父母未來教養態度的預期。

六、青少年的身心症狀：個人所承受的壓力可能作用於身心健康，因此身心症狀可作為為反映個人目前所面臨壓力的一項指標。

本研究係以個案研究的方式，依據上述分析模式分別分析每位受訪者的資料，再對照孩子所知覺之父母管教態度是正向或負向對孩子適應的影響，探討不同的父母教養態度在親子互動的歷程中如何影響孩子的適應。

第六章 研究方法

壹、研究對象

本研究之訪問對象為天母國中二年級三十六位學生，男生十三位，女生二十三位。其中三位僅接受一次訪問，二位是在第二次訪談時拒絕再受訪，另一位因轉學而停止訪問。十位學生接受兩次訪問，在第三次訪談時以不願耽誤上課為由或拒絕再受訪而停止訪問。二十三位學生接受三次訪問。

研究對象選自研究中，在父母管教態度問卷上得分為前三分之一高與後三分之一低的天母國中二年級學生。此份問卷取自方慧民（民74）所編之「親子關係問卷」，分為父親管教態度與母親管教態度兩類，父、母管教態度兩份問卷均經因素分析得兩個因素：積極型與消極型。本研究之分組係取在父、母管教態度兩份問卷上積極型得分為所有受試中前三分之一高與消極型得分後三分之一低的學生為正向父母管教態度組，消極型得分前三分之一高與積極型得分後三分之一低者為負向父母管教態度組（見表6-1）。

三十六位學生中有十六位為正向父母管教組，二十位為負向父母管教態度組。

表6-1：正負向父母管教態度組在親子關係問卷上之得分組型

受訪者 組別		父母管教態度	
		正向	負向
因素	積極型	得分最高之三分之一	得分最低之三分之一
	消極型	得分最低之三分之一	得分最高之三分之一

貳、訪員訓練

訪員共兩位，除研究者外，另請一位男性協助訪問之進行。兩位訪員均為心理系畢業，年齡相仿，在正式訪問之前，進行二至三次的預訪以及五次有關訪問目的、內容與技巧之討論。兩位訪員均接受台灣大學心理研究所吳英璋教授之訪員訓練，約二十小時。

參、身心症狀量表

取自許文耀（民82）國中學生心理衛生問題調查研究使用之「國中學生生活情形問卷」中評量身心症狀的問題，共十九題。為四點量表，請受試勾選最近一個月題目所描述情形之出現頻率，是「從不這樣」、「很少這樣」、「時常這樣」或是「總是這樣」。有關身心症狀的詳細內容請見附錄一。

量表之計分方式為答「從不這樣」或「很少這樣」得0分，答「時常這樣」或「總是這樣」得1分。十九題得分相加為此量表之總分，分數愈高表身心症狀愈嚴重。

肆、研究方式

本研究採用深度訪談方式，由訪員至學校訪問青少年，依據受訪者願意配合的程度決定訪問時間長短，每位受訪者訪問一至三次，每次三十至六十分鐘。

訪問前徵求受訪者的同意將訪問內容全程錄音，事後請大學生協助謄寫訪談內容之逐字稿，根據逐字稿選取資料完整的個案進行分析。分析過程乃根據本研究的分析架構區分客觀環境事件、主觀環境事件、主觀個人、知覺之父母教養態度以及因應與防衛各項目之內容，再依各項目內容建立每一位受訪者之個人－環境契合模式，並於其中顯示父母教養態度對孩子的影響。

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

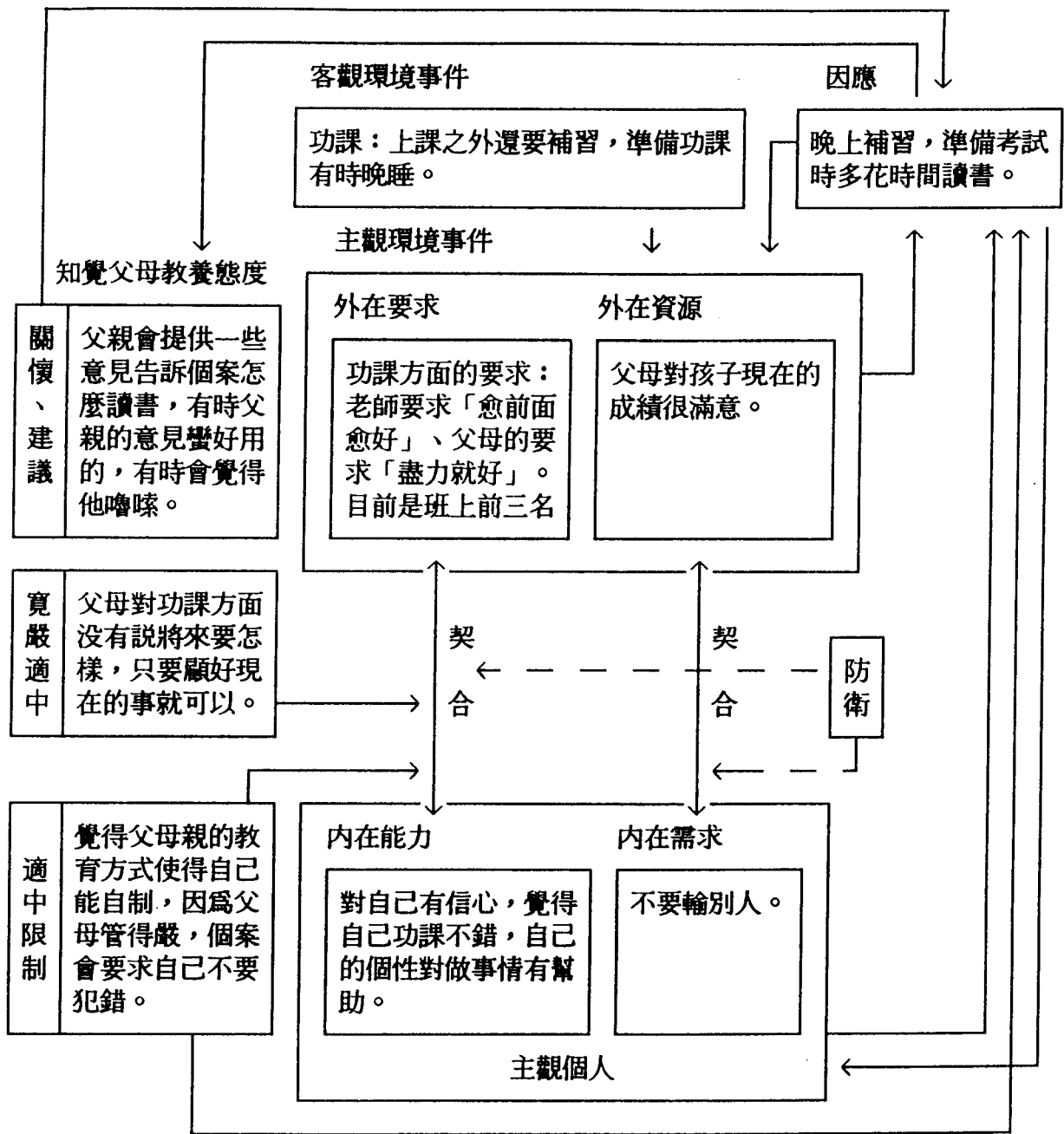


圖 7-1 個案一之分析結果 (一)

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

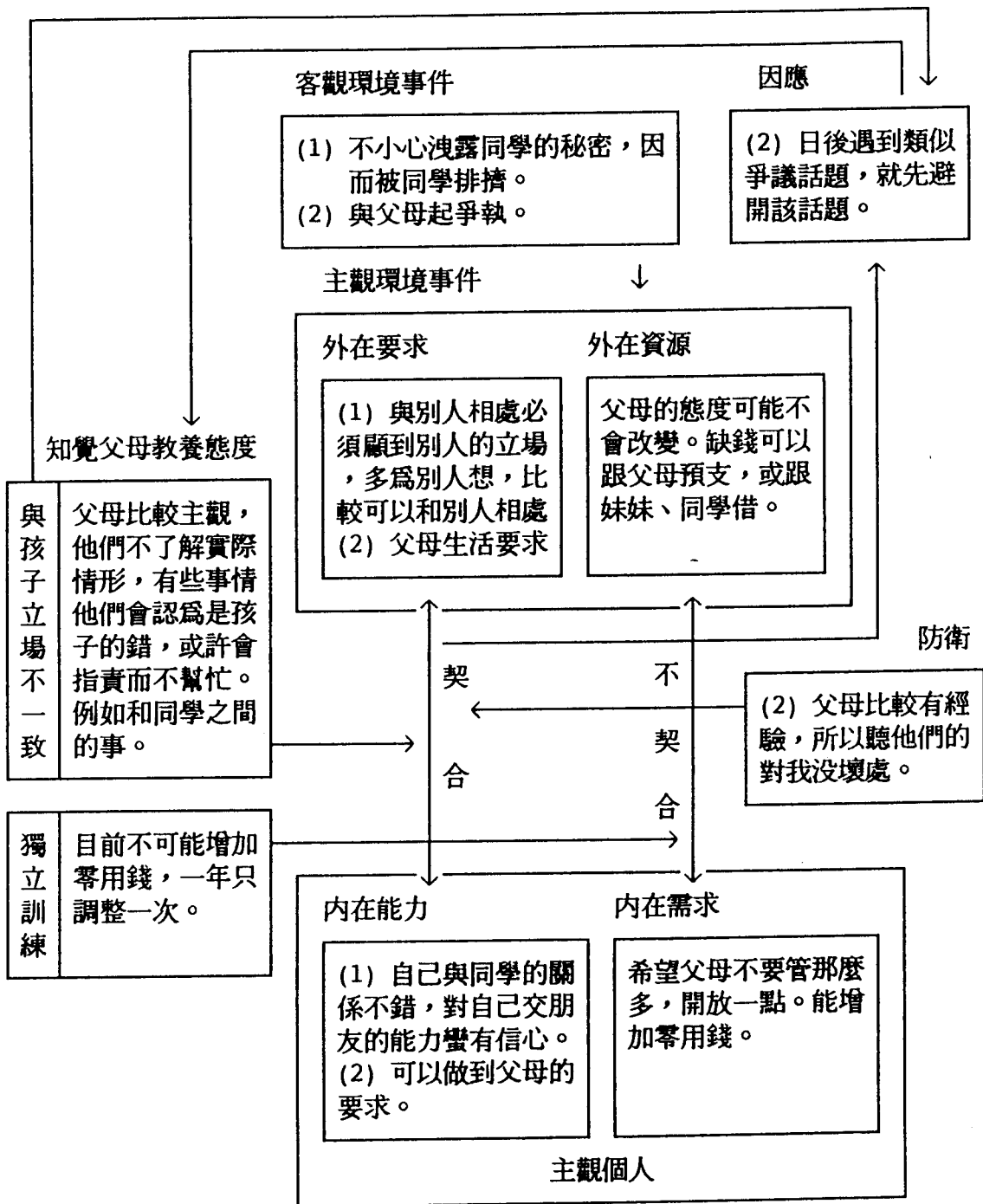


圖 7-2 個案一之分析結果 (二)

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。

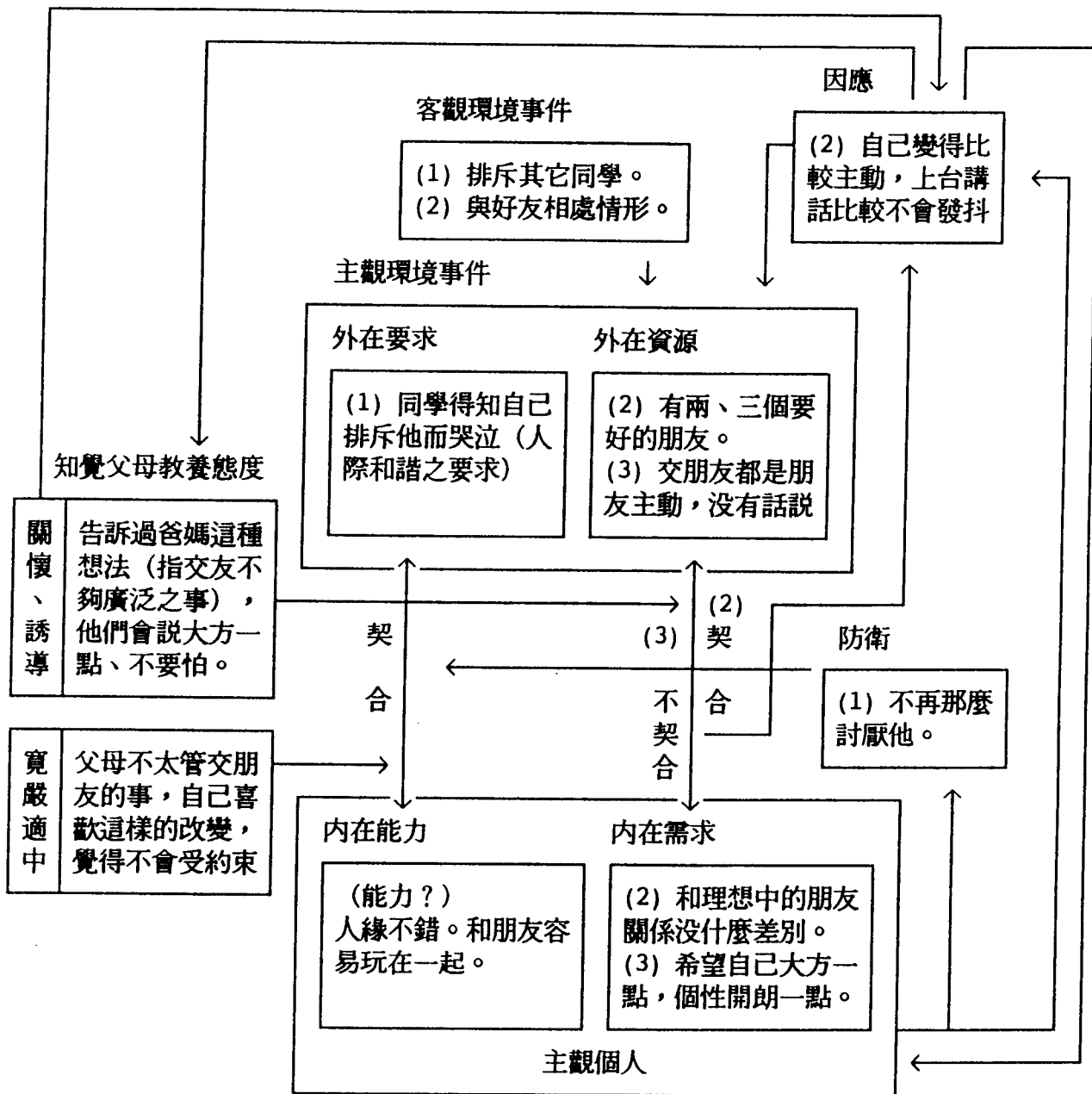


圖 7-3 個案二之分析結果 (一)

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

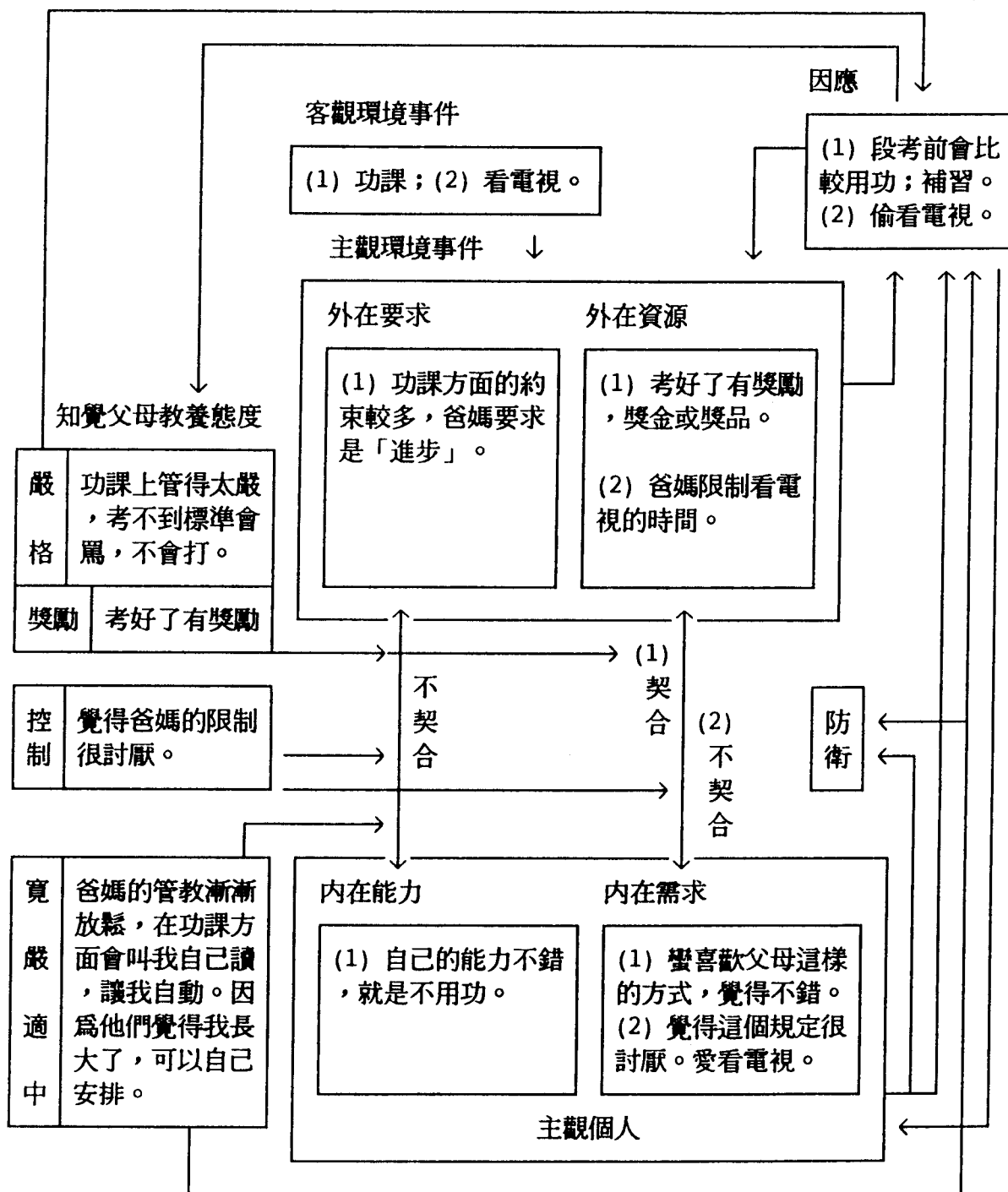


圖 7-4 個案二之分析結果 (二)

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

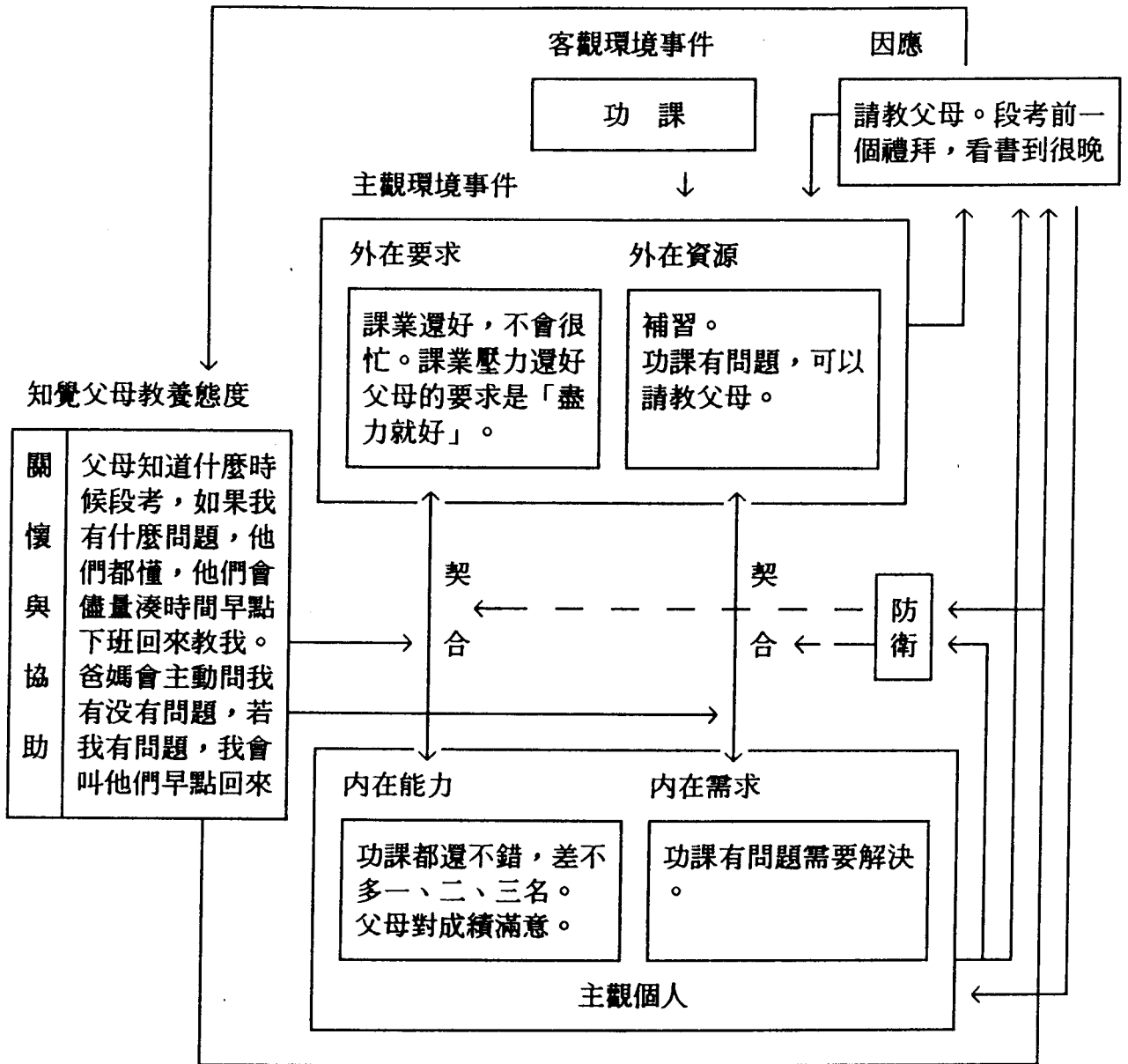


圖 7-5 個案三之分析結果 (一)

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

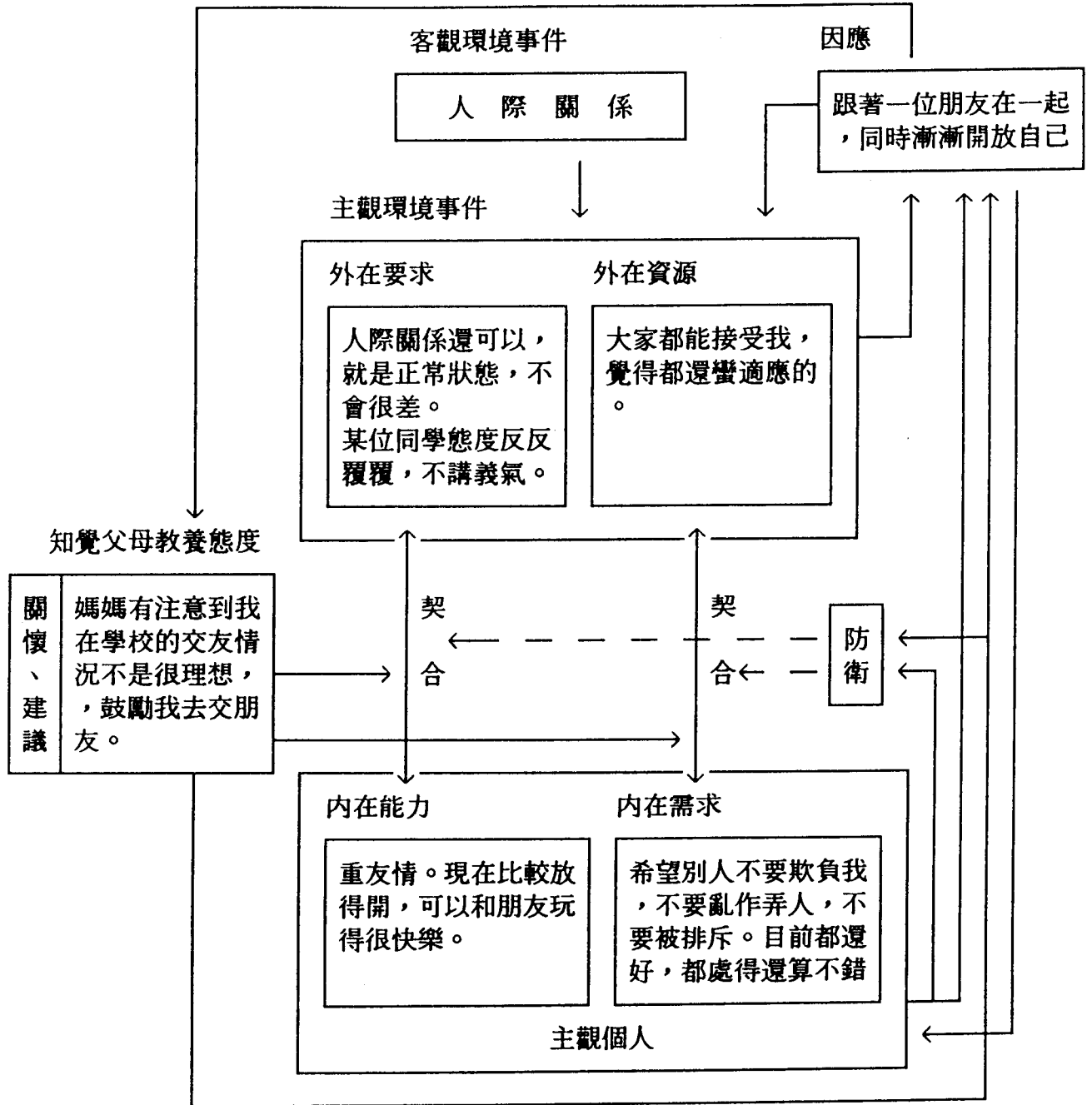


圖 7-6 個案三之分析結果 (二)

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

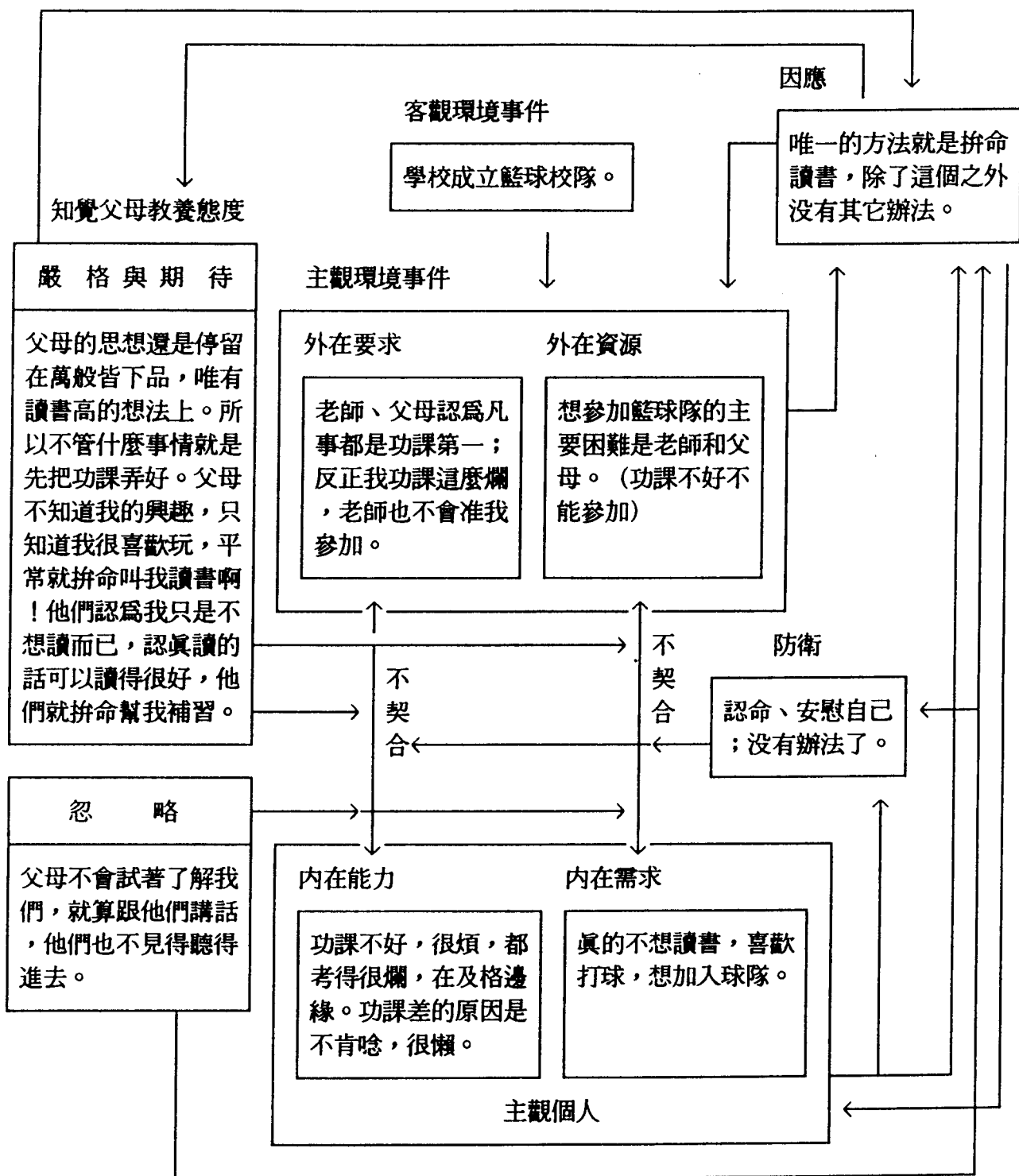


圖 7-7 個案四之分析結果

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

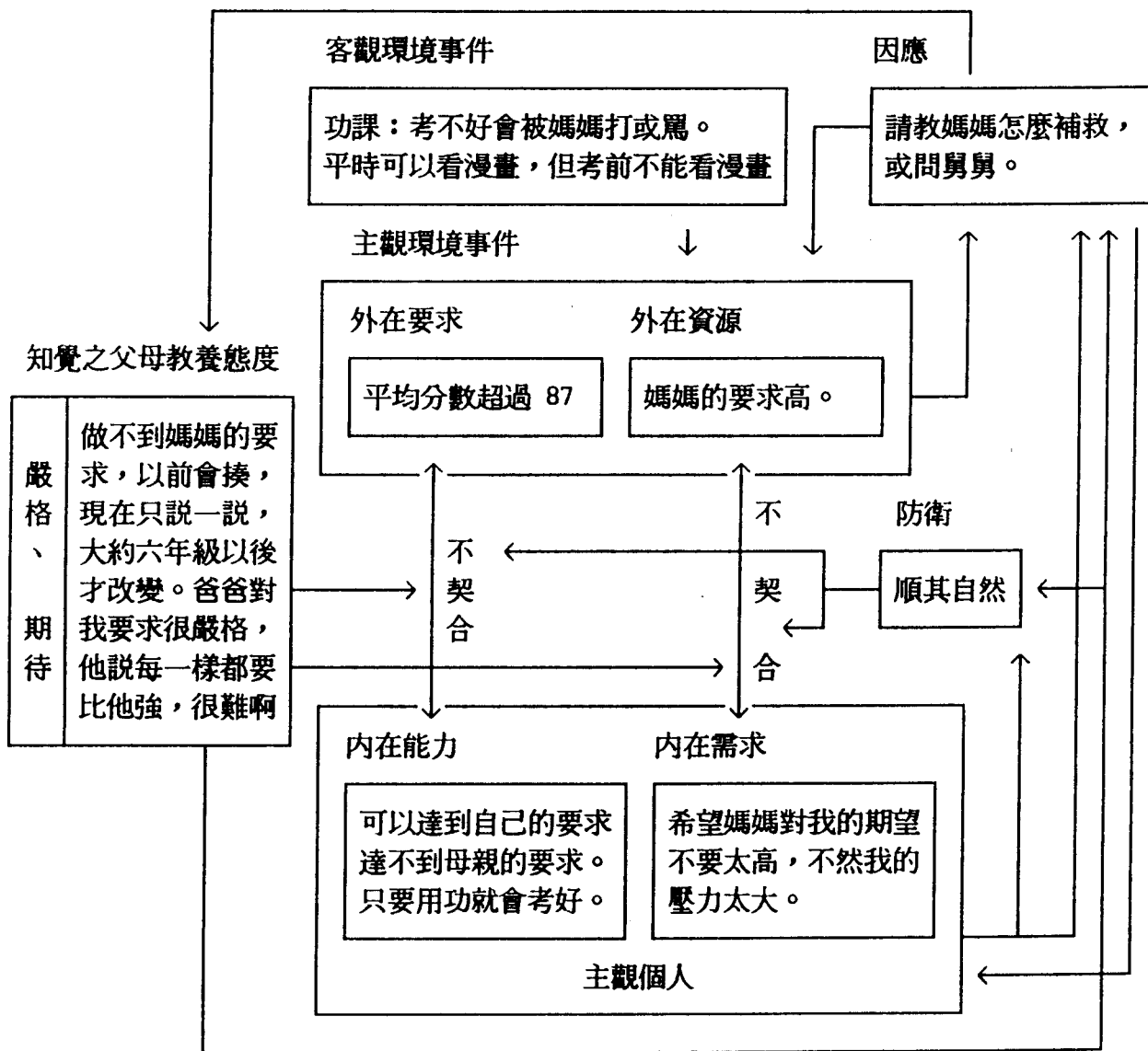


圖 7-8 個案五之分析結果 (一)

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

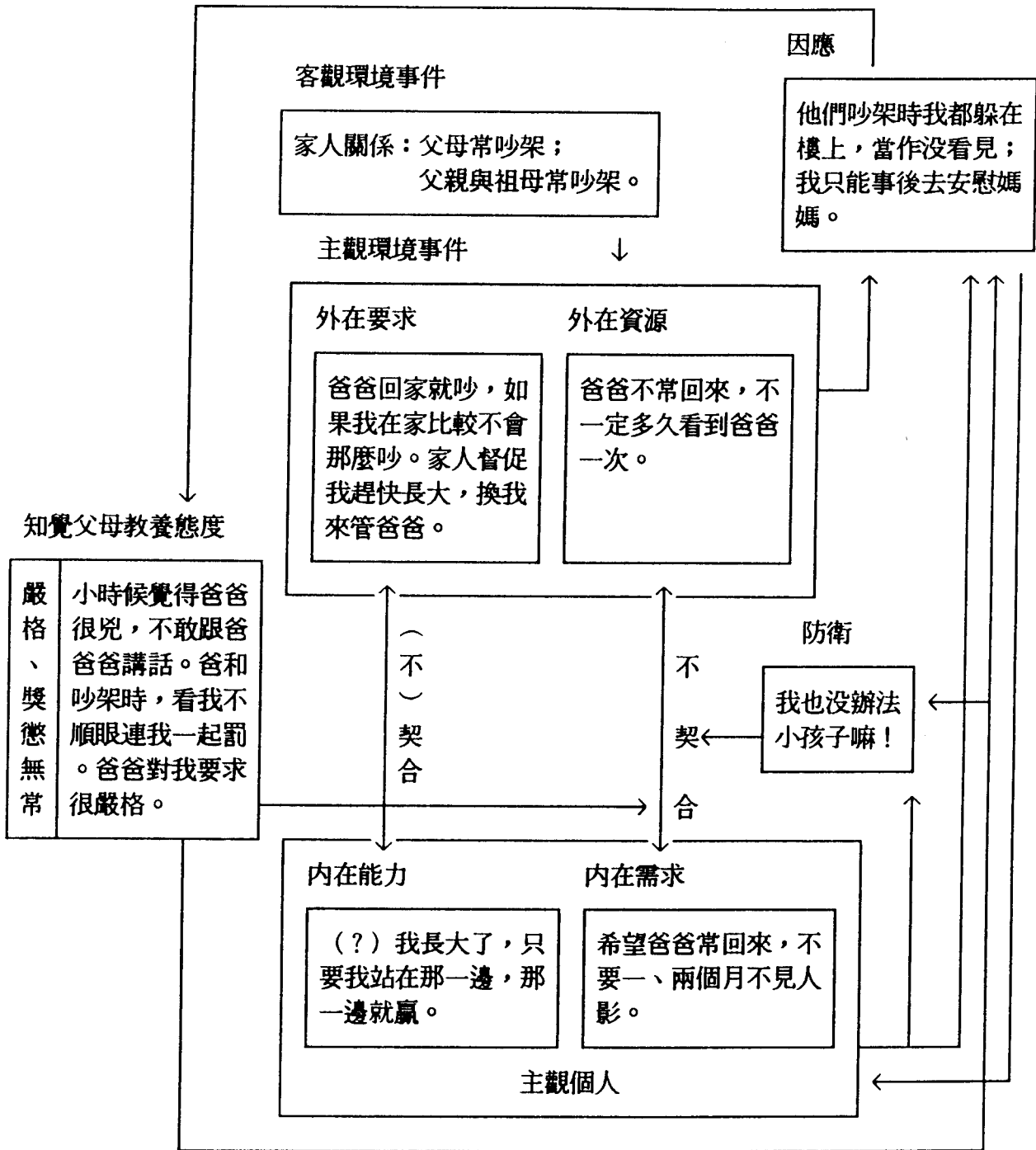


圖 7-9 個案五之分析結果 (二)

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。

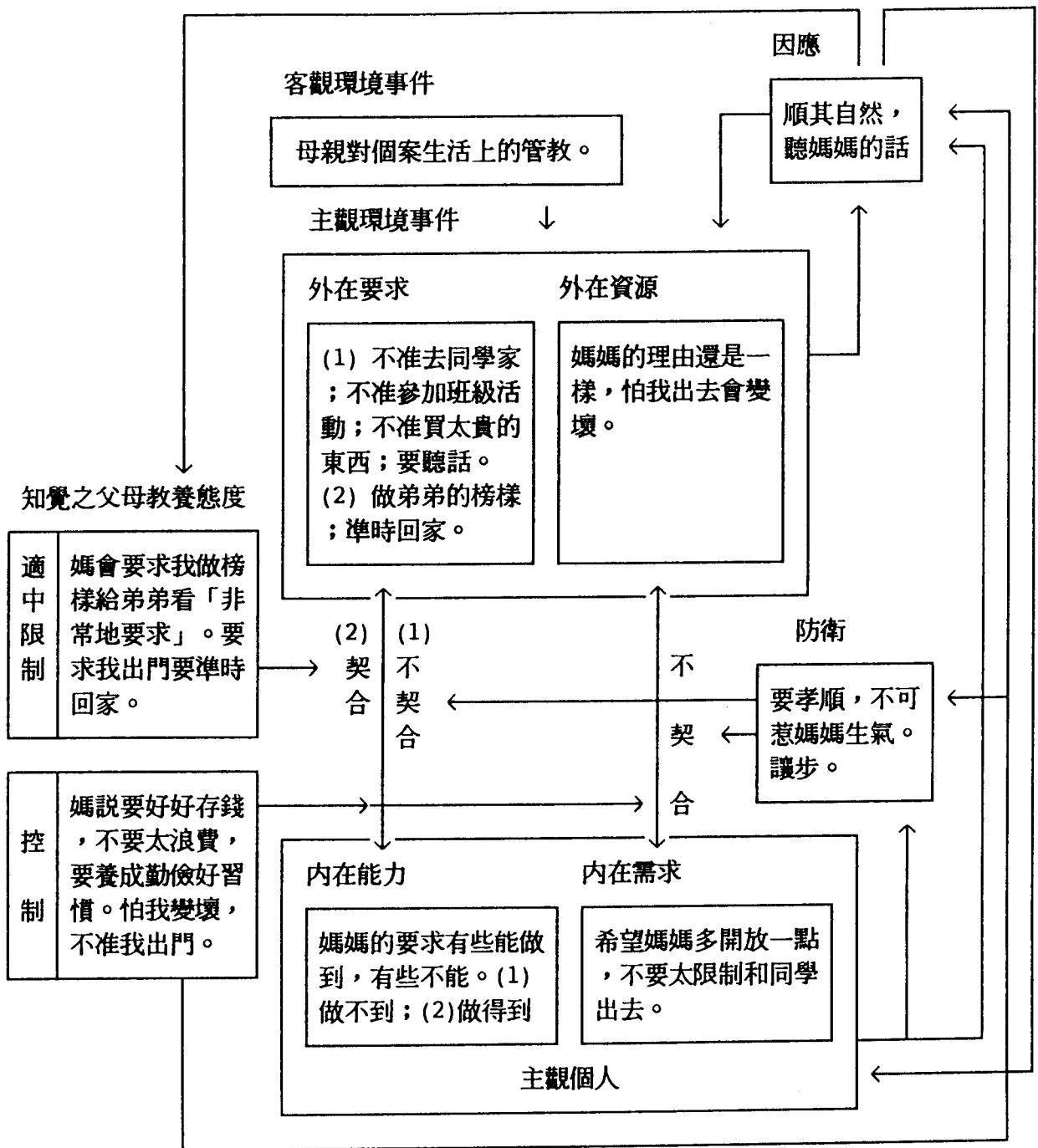


圖 7-10 個案五之分析結果 (三)

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

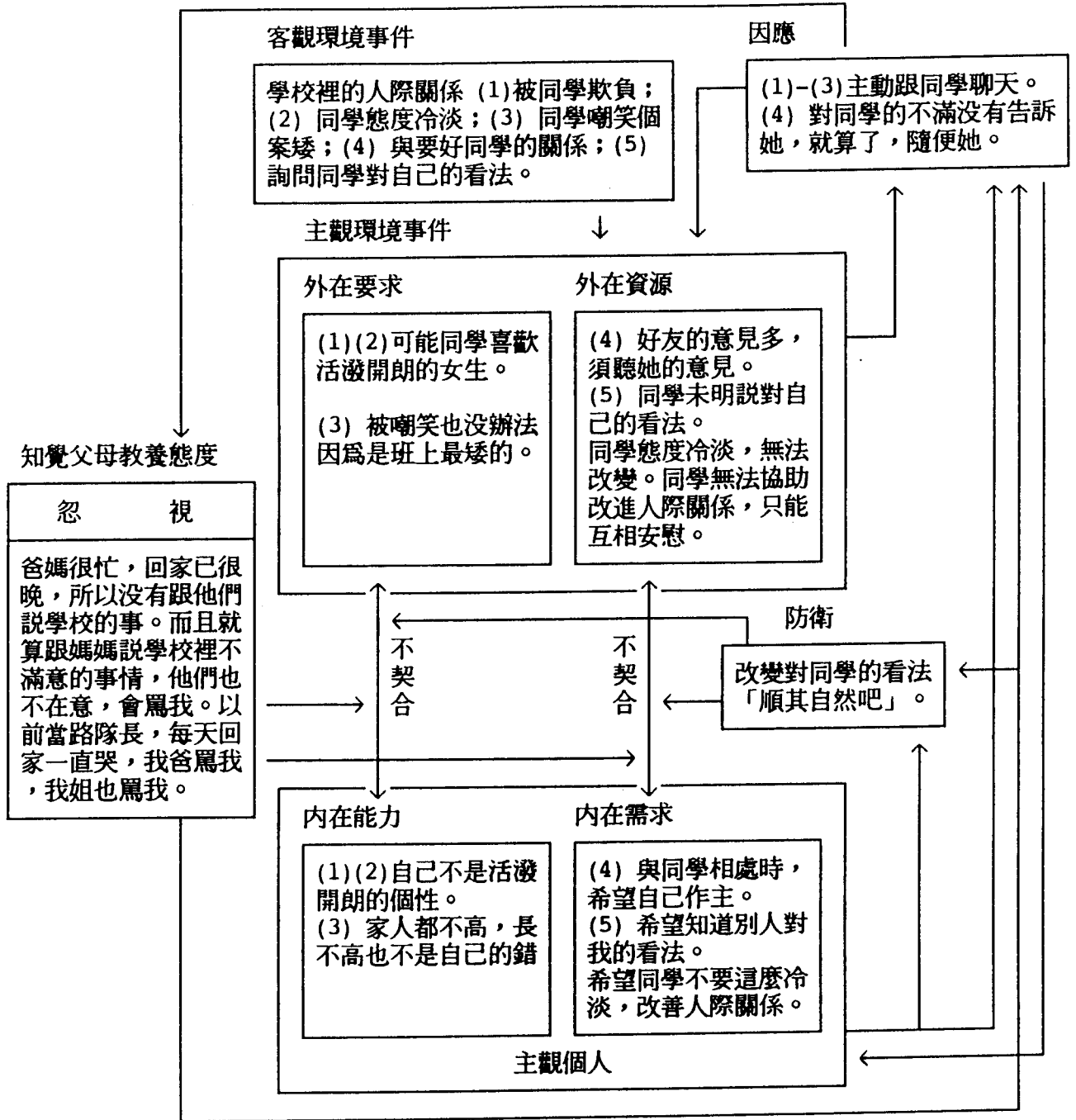


圖 7-11 個案六之分析結果 (一)

，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

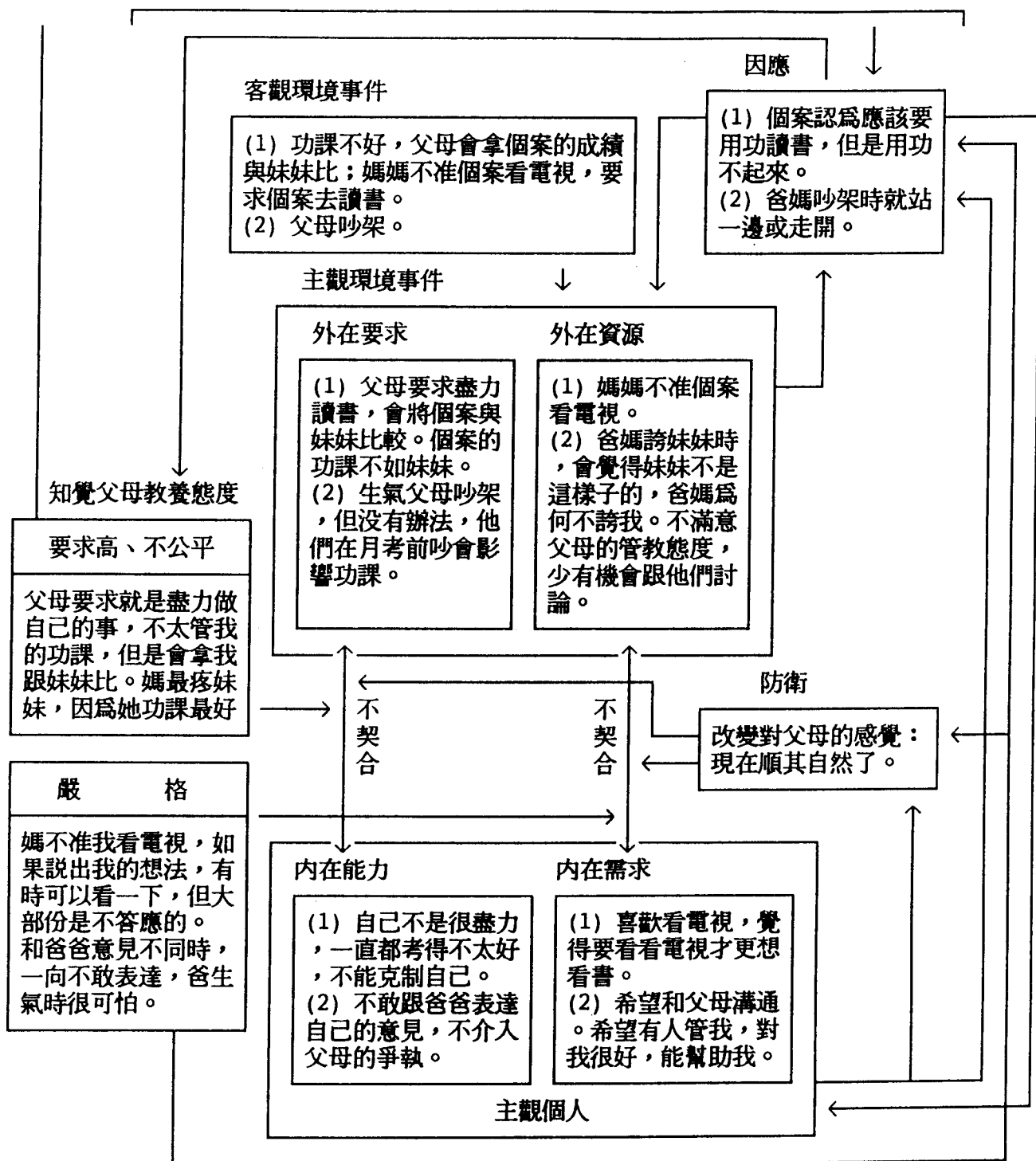


圖 7-12 個案六之分析結果 (二)

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

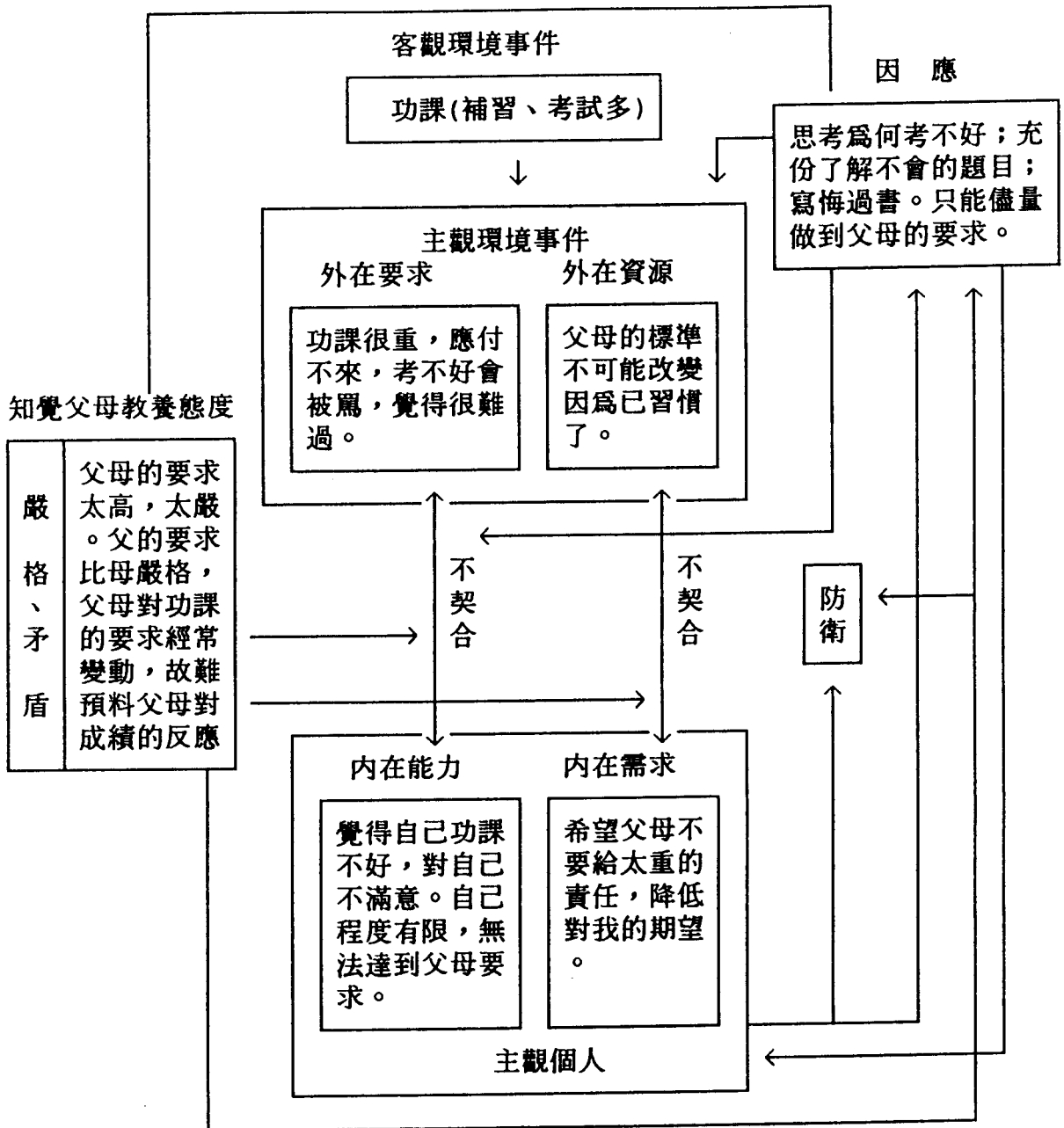


圖 7-13 個案七之分析結果 (一)

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」，故意考爛給父母看，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

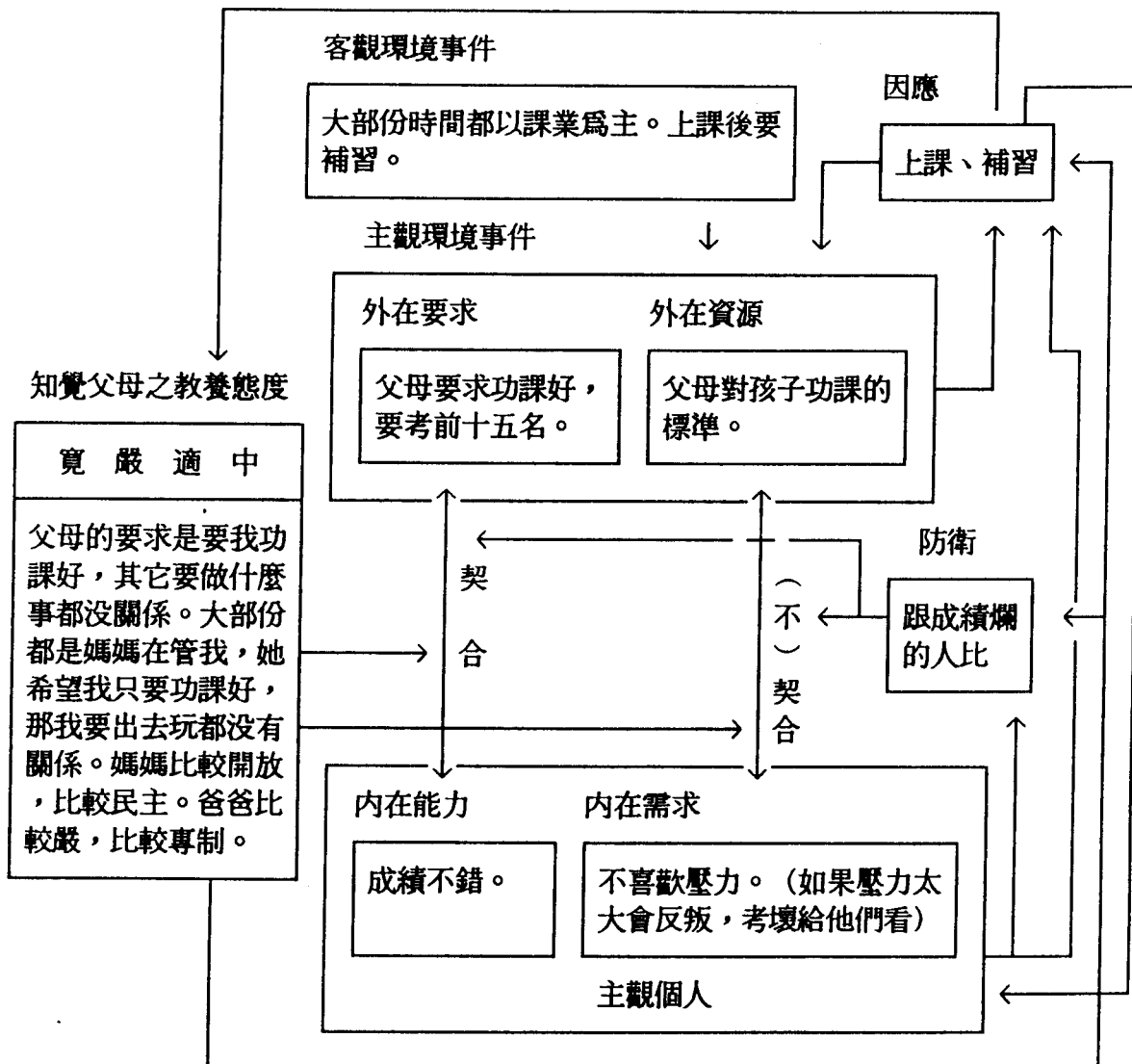


圖 7-15 個案八之分析結果 (一)

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，

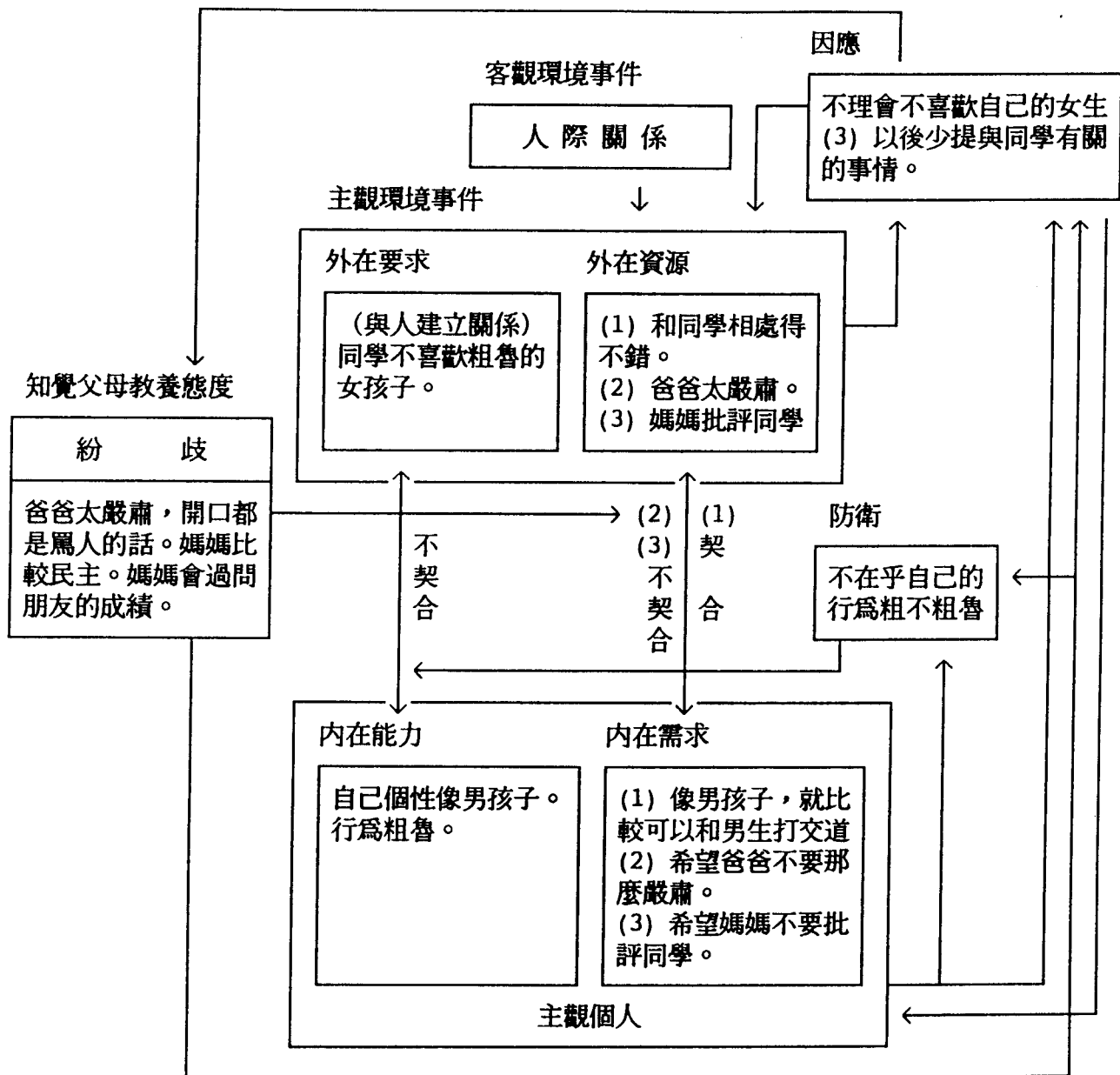


圖 7-16 個案八之分析結果 (二)

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

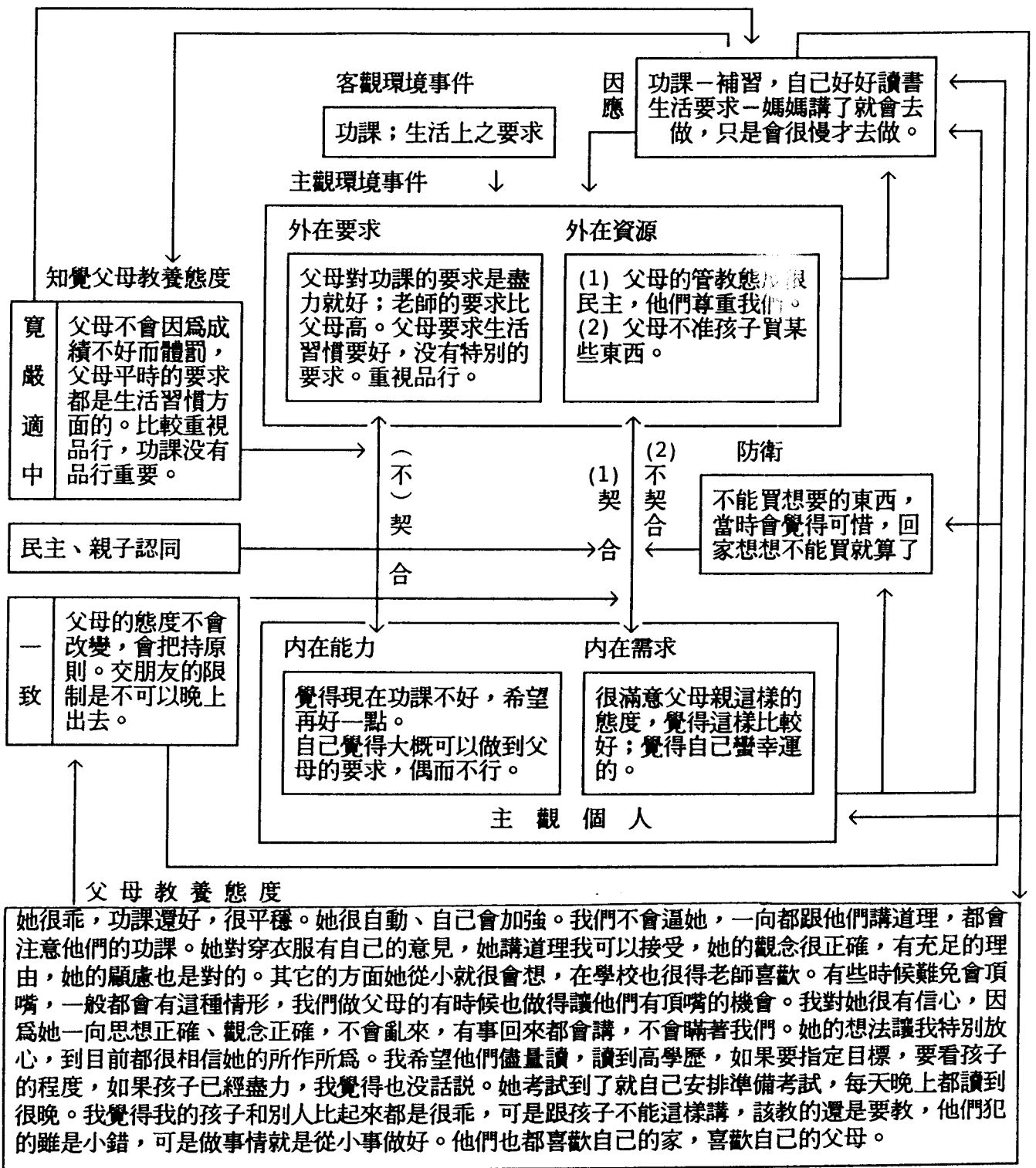


圖 7-17 個案九之分析結果

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

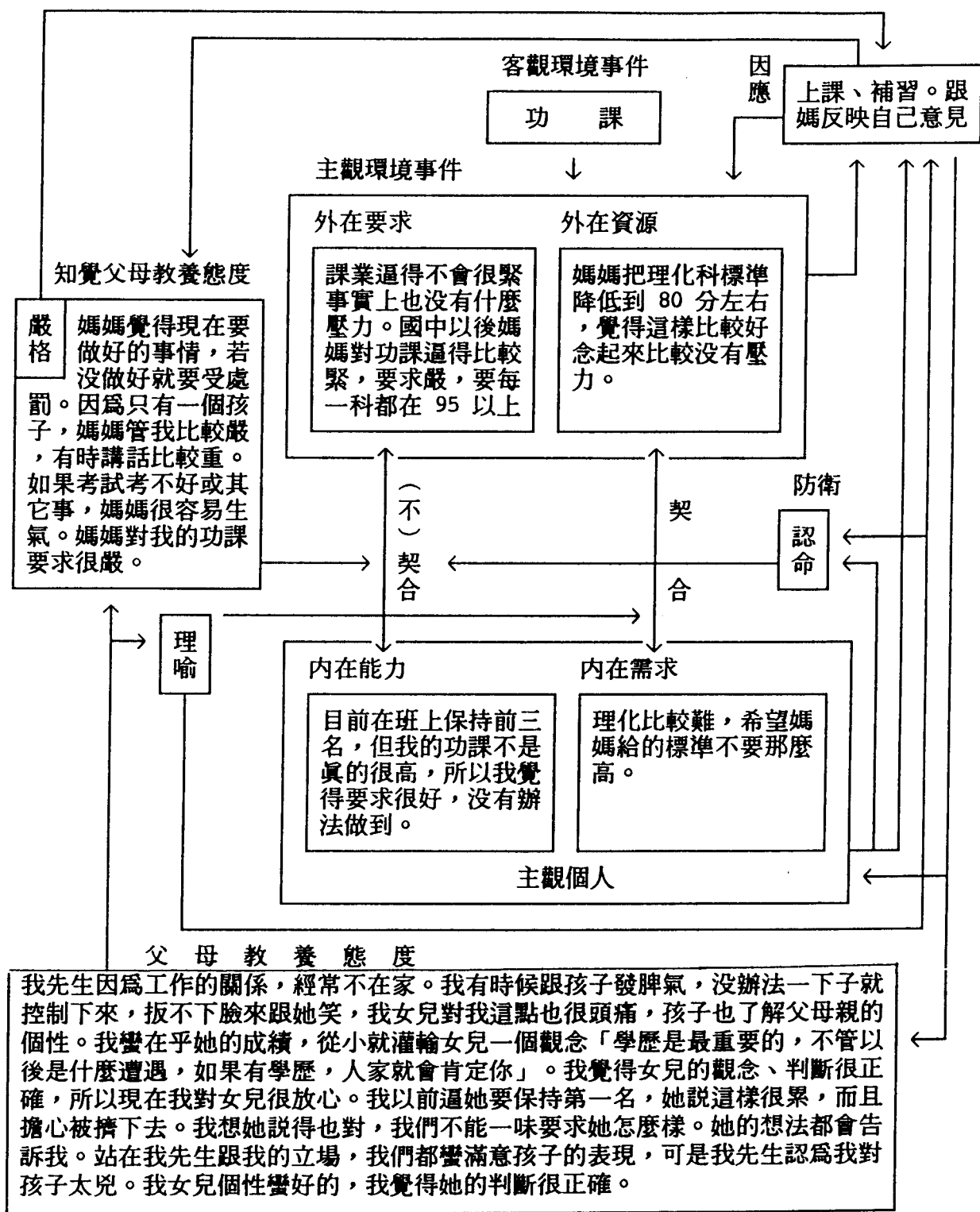


圖 7-18 個案十之分析結果 (一)

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

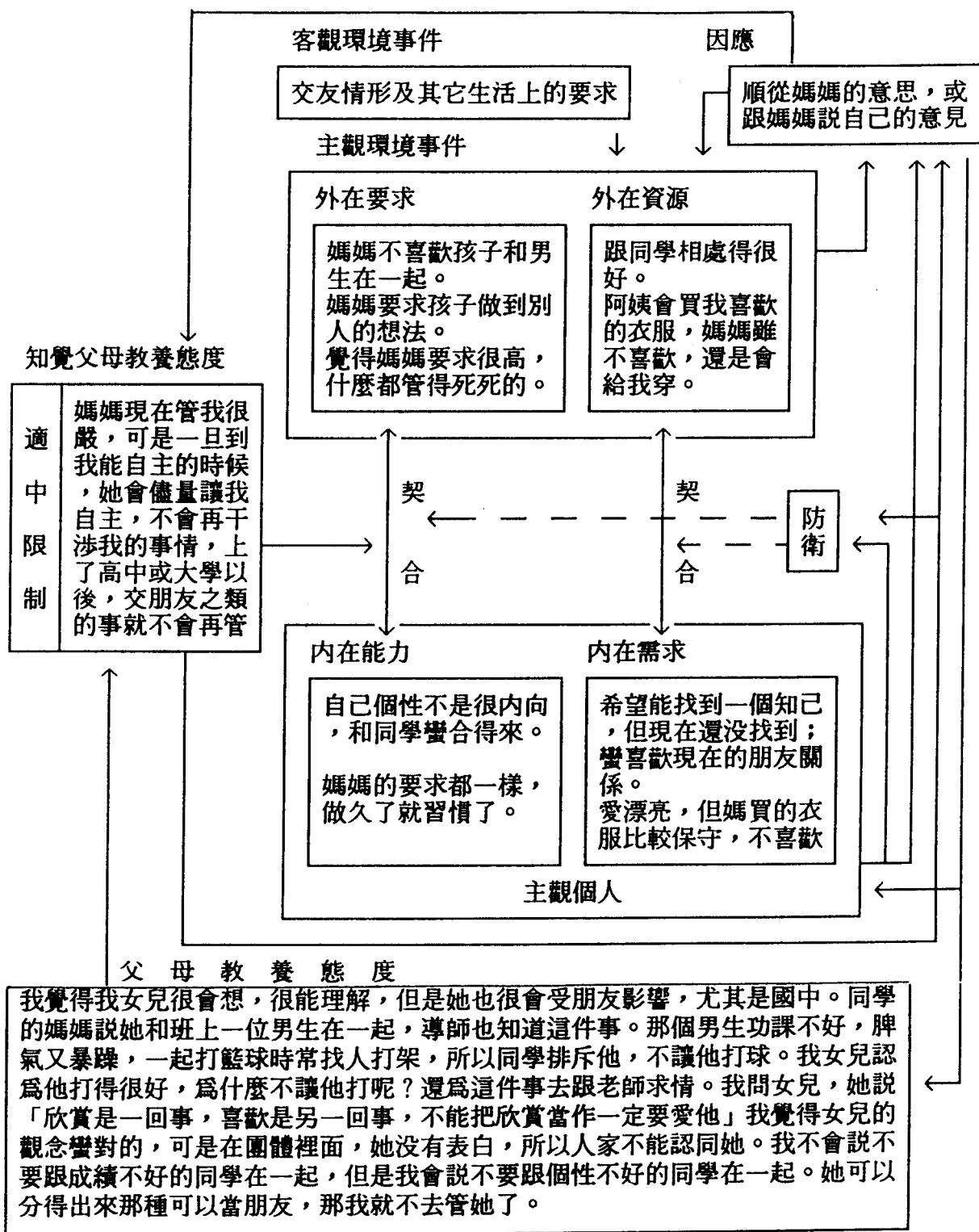


圖 7-19 個案十之分析結果 (二)

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

第四章 討 論

第一節 研究結果之討論

由第三章之個案分析顯示，受訪者提到最多的是學業問題，每位均談及目前的功課表現，其次是人際關係問題，包括在學校中的人際關係與在家庭中的人際關係，家庭中的人際關係尚牽涉到父母親對孩子生活中除了功課以外的其它層面的影響，另外，某些個人所經歷的事件會對其形成影響，如個案四想加入籃球隊之事件即屬此類。從這些主題可看出，目前國中學生最關心的事情仍是課業，其次是人際關係。與這些事情相關的各個因素，包括自己的表現、父母的態度或行為、以及其它人（老師、手足、或同學）的態度與行為都會對個人的適應帶來或多或少的影響。

就功課而言，個案一、個案三、個案十與個案九的成績很好，前三者為班上前三名，後者也都保持在前十名，從個人與環境的契合分析，四位都屬於契合狀態。一方面係因他們的能力很好，另一方面則由於他們的父母均能針對孩子的能力，給予適切的要求，而其中個案三的父母親又能在孩子學業遇到困難時，提供孩子需要的協助；個案十的母親在孩子覺得要求太高時，能體諒孩子的感受，降低對孩子的要求，使達到契合狀態。孩子知覺到父母教養態度的特點為「寬嚴適中」、「適中限制」、「關懷」、「適當協助」以及「理喻」，此四位個案均為正向父母管教

態度組，由個案研究結果顯示當孩子知覺父母的態度具上述特點時，有助於孩子的學業表現。

然而，並非能力強的孩子才能處於契合狀態，個案八即是一例，她的功課在十五名內，在班上屬於中上，但其父母要求她的功課在十五名內即可，個案恰可達到父母的要求，此例即可說明，不論與他人比較時孩子所展現的能力如何，父母能視孩子的能力給予相應合的要求，也有利於孩子的適應。

另外，個案二、四、五、六、七在功課方面均為不契合狀態，其中有部份是個人因素造成，例如個案四對讀書不感興趣；個案七的能力有限，有時只考五分或十分等。不過，不論個案自己對功課的態度如何，他們的父母幾乎都給予孩子太高的要求，或對孩子有過份的期待，這些要求與期待不能切合孩子的能力，又不能配合孩子的意願降低標準，使得孩子覺得壓力很大，而長期達不到父母的要求，孩子會對自己喪失信心，也會對父母的態度心生不滿，由此可知，當孩子知覺父母的教養態度是「嚴格」與「期待過高」的，一方面會因孩子做不到父母的要求不利於孩子的適應，一方面會對親子關係注入負面影響。

在與同學的關係方面，個案二與個案三均提及以前個性較內向，自己不滿意當時的人際關係，後來由於父母的關懷，適時提供建議，而此建議又確能改善孩子的人際關係。相對於前兩位個案，個案六在自己無法處理好人際關係之情況下，又因知覺父母「忽視」的態度，置身於孤立無援的境地，使得個案不論在學校或在家裡都覺得「沒人

可依靠」，原本與同學關係不契合的情況更是雪上加霜。而個案七能與同學建立不錯的關係，但因父母對其交友的立場與孩子不一致，孩子對父母教養態度的知覺除了不利於孩子的交友情形，也使孩子對自己的知覺受到負面影響。由此可知，在交友情形方面，若孩子知覺父母是關懷的、能提供協助的，有助於孩子與他人建立關係；若孩子知覺父母是忽視的，或父母與孩子的立場不一致，反而為孩子與他人建立關係時添加負面因素。

至於在生活其它層面，孩子所知覺父母教養態度若是過於主觀、嚴格、控制、或父母態度紛歧，會直接或間接地擴大孩子的個人與環境不契合情形；若孩子知覺父母教養態度是民主、寬嚴適中、賞罰一致，則對孩子在生活事件之適應以及與父母親的關係有所助益。

此外，個案分析的結果亦顯示個人與環境契合模式中各個因素相互影響。當一事件發生，客觀事件必須經由個人主觀知覺才會對個人造成影響，以相同的標準來要求不同的人，每個人對此標準的知覺都不同，故同一事件對每個人的作用也不同。個人的能力及需求與外在的要求及資源決定個人所處的契合狀態。而契合狀態關乎因應與防衛方式；因應與防衛的結果又會影響契合狀態。對青少年而言，不論面對的是功課、人際關係或其它問題，他對此事件的知覺以及他對自身的看法，造成個人與環境契合或不契合，又根據他對事件、對個人的看法，他會選擇某些因應或防衛方式來面對此事件。若青少年生活中的事件與父母有直接或間接的關連，父母對此事件的態度、對孩子的

教養態度，也可視為一項環境事件，同樣地，會透過孩子的知覺對孩子的契合造成影響，可能促進孩子個人與環境的契合或擴大孩子個人與環境的不契合。因此，影響孩子適應的因素包括孩子對事件的知覺、對自己的知覺、對父母教養態度的知覺以及他所採用的因應與防衛方式，而這些因素之間又會相互影響，亦即，其中一個因素的變動可能連帶形成其它因素的變動，由這些因素的互動決定孩子的適應。

由個案分析的結果顯現，影響青少年個人與環境契合或不契合的一項重要因素是孩子知覺之父母教養態度。依據受訪者在父母管教態度問卷上的得分將他們分為正向父母管教態度組與負向父母管教態度組，將兩組受訪者之契合或不契合情形相互對照，若以粗略的量之比較，發現正向父母管教態度組中除了個案二之外，其它四位個案之契合次數均多於不契合次數；負向父母管教態度組中除了個案八之外，其不契合次數均多於契合次數；個案二與個案八的契合與不契合次數相等，均為三次（見表二）。雖然個案人數少，不足以作推論，但仍可約略看出一趨勢，亦即，正向父母管教態度組之個人與環境契合狀態優於負向父母管教態度組。

另從質的方向比較正向與負向父母管教態度組的差異。正向父母管教組於訪談內容中呈現的父母態度包括：關懷、建議、寬嚴適中、適中限制、誘導、獎勵、協助、民主、親子認同、一致、理喻、獨立訓練、嚴格、控制以及父母立場與孩子不一致等類型。依據楊國樞（民 75）對

父母教養態度的分類，前述之關懷、建議、寬嚴適中、適中限制、誘導、獎勵、協助、民主、親子認同、一致、理喻以及獨立訓練等類型屬於積極性教養態度，而嚴格、控制等屬於消極性父母教養態度。經由個案分析顯示，屬於積極性教養態度者除獨立訓練外，均對孩子的契合形成正面的影響，亦即，這些類型的父母教養態度促進孩子的個人與環境契合；屬於消極性教養態度者均對孩子的契合造成不利影響，亦即，擴大孩子個人與環境的不契合。

負向父母管教態度組於訪談內容中呈現的父母態度包括：嚴格、期待、忽略、獎懲無常、控制、要求高、不公平、矛盾、紛歧、與孩子立場不一致、愛護、適中限制、以及寬嚴適中等類型。除愛護、適中限制、寬嚴適中之外，其餘均屬消極性教養態度，而於個案分析中顯示，消極性的父母教養態度不利於孩子的契合，亦即，擴大孩子的不契合，反之，愛護、適中限制、寬嚴適中等教養態度有利於孩子的契合。

比較正向父母管教態度組與負向父母管教態度組發現，正向父母管教態度組中，孩子知覺到的積極性教養態度多於消極性教養態度；負向父母管教態度組中，孩子知覺到的消極性教養態度多於積極性教養態度。由於資料來自孩子對父母教養態度之陳述，表示孩子對父母教養態度的知覺是使孩子受到父母親教養態度影響的關鍵。另外，在正向父母教養態度組中亦有消極性態度出現，使孩子形成不契合；在負向父母教養態度組中也出現積極性教養態度使孩子達到契合，可見，對某事件的特定態度會影響孩子

在某事件上的契合，對其它事件的態度未必對此事件造成影響，當生活的整體層面出現較多的積極性教養態度，較少的消極性教養態度，孩子的契合情形較好；反之，則契合情形較差。

孩子呈現的契合狀態不同時，他的因應與防衛也有所差異，由個案分析可知，契合程度高，孩子往往能藉由直接改變環境或個人有效地因應該情境，如此一來，便毋需以改變對環境或個人的知覺（防衛）來面對此事件。因此，積極性教養態度促進孩子的契合，孩子又能成功地處理該事件，使之適應良好；消極性教養態度則使個人與環境不契合，處於不契合狀況下的孩子，較常利用防衛的方式面對該事件，例如：順其自然、沒辦法啊、或改變對父母的看法。

過去對於父母教養方式與子女行為關係之研究發現積極性的教養態度有利於子女的適應；消極性的教養態度不利於子女的適應，本研究經由個案分析亦得到相似的結果。此外，本研究利用深度訪談收集資料，再根據個人與環境契合理論進行質的分析，由於採取互動論的觀點，將行為視為個人特性與環境特性交互作用所共同造成的結果，不僅得知父母教養態度與孩子的適應有關連，進而顯現出父母教養態度如何作用於孩子的適應上。

由每位個案的結果分析可知，孩子對父母教養態度的知覺同時存在不同類型，其中可能同時包括積極性教養態度與消極性教養態度。因為各類型的態度均有其態度對象，某一態度的影響僅作用於與態度對象相關的事件上，孩

子對父母親某一類型態度的知覺會分別影響孩子對事件、對自己的知覺，進而對孩子於該事件上的契合造成影響；孩子對此契合或不契合的因應與防衛方式之選擇亦受孩子的知覺影響，因應或防衛的結果可能改變事件、個人或父母親，當然，也可能未帶來任何改變，孩子仍停留在此狀態，此一歷程會影響孩子某一生活層面的適應。

當孩子對父母教養態度的整體知覺為積極性的態度多於消極性的態度，會使孩子生活事件的契合多於不契合，亦即使孩子的適應較好；若消極性態度多於積極性態度，孩子此一負向知覺會對其生活事件之契合添加不利的作用，造成孩子的壓力，而壓力又會反映於身心症狀上，直接或間接造成孩子適應不良的情形。其中，關懷、建議、寬嚴適中、適中限制、民主、獎勵、誘導、協助等態度即是透過前述歷程促進孩子的契合；而嚴格、控制、期待、忽略、紛歧、矛盾等態度則是透過此歷程擴大孩子的不契合，形成孩子的不適應。換言之，父母親在孩子的適應上，同時扮演「支持者」與「壓力源」兩種角色，父母能否視孩子與事件的特性調節其角色，會是孩子知覺父母的態度是正向或負向的關鍵。

第二節 檢討與建議

由前所述，本研究利用個人與環境契合理論之互動概念呈現父母教養態度對孩子適應的作用歷程，彌補過去以量化資料顯現兩變項相關之研究之不足，可補充說明「父母教養態度」與「青少年的適應」兩變項是如何發生關聯，又如何相互影響。

本研究於分析模式中呈現孩子對父母教養態度、對事件、對個人之知覺與因應、防衛方式各因素間的相互影響歷程，此一歷程決定孩子的適應。然而，孩子是如何知覺父母教養態度，其知覺是否扭曲，知覺的扭曲與否會不會對孩子的適應造成影響，又會是何種影響，在本研究模式中未顯現此點，建議日後研究亦深入訪問青少年的父母，將父母與孩子所陳述的資料相互對照，探究青少年如何知覺父母親教養態度，知覺的正確性又在孩子的適應上扮演何種角色。

另外，此研究結果顯示，父母親的教養方式會經由孩子的主觀詮釋對孩子的適應造成影響，當孩子知覺父母是關懷、民主、愛護、寬嚴適中、適中限制等態度時，有利於孩子的適應；當孩子知覺父母的態度是嚴格、控制、期待、紛歧、矛盾等類型時，不利於孩子的適應。是故，建議為人父母者，宜表現出正向的教養態度，更重要的是，視孩子的能力與需求給予相應合的教養態度，父母表現出的教養態度並無所謂恰不恰當，必須同時考慮孩子對父母教養態度的知覺，因為孩子的知覺才是直接影響其適應的因素。

參考文獻

- 方慧民 離婚因素、親子關係及學童之適應。台灣大學心理學研究所碩士論文。民74
- 初正平 兒童心目中父母教養態度與各種認知能力之發展。中華心理學刊，17期，47-62，民64。
- 朱岑樓 中國家庭組織的演變。輯於朱岑樓（編）我國社會的變遷與發展，255-287，台北：東大圖書。民70。
- 朱瑞琴 社會變遷中的子女教養問題之探討。輯於「加強家庭教育促進社會和諧」學術研討會論文集，107-138，台北：行政院研究發展考核委員會編印。民75。
- 朱瑞玲與楊國樞 家庭與社區環境對國中學生問題行為的影響。「社會變遷中的青少年問題」研討會論文，台北：中央研究院民放研究所編印。民67。
- 李亦園 中國人的家庭與家的文化。輯於文崇一與蕭新煌（編）中國人的觀念與行為，台北：巨流圖書。民77。
- 余德慧 家庭功能對青少年偏差行為的效應。輯於「加強家庭教育促進社會和諧」學術研討會論文集，台北：行政院研究發展考核委員會。民75。
- 法務部 心理病態性格與犯罪行為。台北：法務部。民75。
- 段亞新 大學生對生活事件的認知歷程及其身心適應。台大心理研究所碩士論文。民74。
- 宋根瑜 台灣北部地區犯罪少年與一般少年父母管教態度之比較研究。警學叢刊，15卷，3期，75-88。民74。
- 馬傳鎮 台灣地區犯罪少年與一般少年人格異常傾向之比較研究。警學叢刊，9卷，1期，43-55。民67，民77。
- 高淑貴 當前家庭親職功能的轉變與問題。輯於「加強家庭教育促進社會和諧」學術研討會論文集。台北：行政院研究發展考核委員會。民75。
- 陳英豪 教師人格特質及教學態度對教學成績預測效果之研究，高雄師院學報5期，295-322，民66。
- 陳青青 師資態度量表之編製，台北市立師專學報1期，153-187民61。

- 陳博政 國中能力分班，教師期望與教師教學態度之研究，碩士論文，師範大學教育研究所，民72。
- 許文耀、吳英璋 教育態度調查（未發表）（民81）
- 路君約 教師性向測驗的編製報告，教育心理學報 5期，1-11，民60。
- 黃春枝 青年期親子溝通之研究。台北：桂冠圖書。民77。
- 楊國樞 影響國中學生問題行為的學校因素。「社會變遷中的青少年問題」研討會論文，台北：中央研究院民族學研究所編印。民67。
- 楊國樞 青少年問題行為的研究。輯於楊國樞（著）開放的多元社會，台北：東大圖書。民71。
- 楊國樞 從互動論的觀點看青少年的問題與輔導。輯於「台北市青少年輔導工作」研討會專輯，台北：台北市少年輔導委員會。民73。
- 楊國樞 未升學未就業青少年輔導工作的檢討與改進。輯於「第五屆全國青年輔導工作」研討會專輯，台北：內政部。民74。
- 楊國樞、吳英璋、余德慧 台北市青少年犯罪之心理傾向及其防治。台北：台北市政府警察局。民75。
- 賴保禎 父母管教態度指導手冊。台北：中國行為科學社。民61。
- 賴保禎 國民中學在校學生犯罪原因。輯於「社會變遷中的青少年問題」研討會論文集。台北中央研究院民族學研究所編印。民67。
- 蘇建文 兒童及青少年基本情緒之發展。教育心理學報12期，99-114。民68。
- 蘇建文 兒童及青年焦慮情緒之發展及其相關因素之研究。教育心理學報。13期，85-94。民69。
- 鍾思嘉 家庭氣氛與管教態度對青少年偏差行為之影響。輯於「加強家庭教育促進社會和諧」學術研討會論文集。台北：行政院研究發展考核委員會。民75。
- 王秀枝（民75）。生活事件、生活壓力及身心疾病的動力性關係。臺灣大學心理研究所碩士論文。
- 許文耀（民82）。國中學生心理衛生問題調查期中報告。
- 楊國樞（民75）。家庭因素與子女行為：臺灣研究的評析。「中華心理學刊」，卷28，7-28。
- 鍾思嘉（民75）家庭氣氛與管教態度對青少年偏差行為之影響。輯於「加強家庭教育、促進社會和諧」學術研討會論文集。台北：行政院研究發展考核委員會。

- Rija, S.N., McGee, R., & Stanton, W.R. (1991) Perceived attachments to parents and peers and psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, Vol.21, No.4 , 471-485.
- Rutter, M. (1979) Maternal deprivation 1972-1978 : new findings, new concepts, new approaches. *Child Development*, 50, 283-305.
- Rutter, M., (1980) *Changing youth in a changing society : Patterns of adolescent development and disorder*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Rutter, M. & Garmezy, N. (1983) Developmental psychopathology. In P.H. Mussen (series Ed.) & E.M. Hetherington (Ed.) , *Handbook of child psychology, Vol. IV : socialization, personality and social development* (pp.775-911). New York : Wiley.
- Rutter, M. & Giller, H. (1984) *Juvenile delinquency : Trends and perspectives*. New York : Guilford.
- Rutter, M; Garmezy, N. (1983) *Developmental Psychopathology* In Mussen, (Ed.) *Handbook of Child Psychopathology* New York: Wiley.
- Rutter, M. and Giller, H. (1983) "Juvenile Delinquency: Trends and Perspectives." Middlesex: Penguin Books Ltd.
- Small, S.A., Eastman, G., & Cornelius, S. (1988) Adolescent autonomy and parental stress. *Journal of Youth and Adolescence*, Vol.17, No.5, 377-391.
- Steinberg .L. (1981). Transformations in family relations at puberty. *Developmental Psychology*, 17.833-840
- Stone, L.J. & Church, J. (1968) *Childhood and Adolescence : a psychology of the growing people* (2nd edn) , New York : Random House.
- Taylor S.E. (1991) *Health Psychology*. McGraw-Hill, Inc.

- Achenboch, T.M; Edelbruck C.S. (1978) The Classification of Child Psychopathology: A Review and Analysis of Empirical Effortes. Psychological Bulletin, 85, 1275-1301
- Ackerman, N. (1980). The family with adolescents. In E. Carter & M. McGoldrick (Eds.) The family life cycle: A framework for family therapy. New York: Gardner Press.
- Ackerman, N.J. (1984) A Theory of Family Systems. Allyn and Bacon.
- Bell, N., Avery, A.W., Jenkins, D., Feld, J., & Schoenrock, C.J. (1985) . Family relationships and social competence during late adolescence. Journal of Youth and Adolescence , 14, 109-119.
- Caplan, R.D. (1983) Person-environment fit : past, present, and future. In L. C. Cooper (Ed.) , Stress Research , pp.35-78. New York: Wiley.
- Caplan, R.D. (1983). Person-environment fit: Past, present, and future, In C.L. Cooper (Ed.), Stress reseavch: Issues for the eightiers, New York: John Wiley & Sons.
- Cotterell, J.L. (1992) The relation of attachments and supports to adolescent well-being and school adjustment. Journal of Adolescent Research, Vol.7, No.1, 28-42.
- Cox, T. (1978) Stress, London: The MacMillan Press.
- Dubos, R. (1959) Mirage of health: Utopias, progress and biological change . New York : Harper
- Franderhawser, M. (1980) Psychoneuroendocrine approaches to the study of stressful person-environment transaction. In H. Selye (Ed.) , Selye's guide to stress reserach. New York: Van Nostrand Reinhold
- French, J.R.P; Jr; & Caplan, R.D. (1972). Organizational stress and individual strain. In A. Marrow (Ed.), The failure of success. New York: AMACOM.
- Harrison, R.V. (1978) Person-environment fit and job stress. In C.L. Cooper and R. Payne (Eds.), Stress at work. New York: John Wiley & Sons.

- Kawash, G.F., Kerr, E.N., & Clews, J.L. (1983). Self-esteem in children as a function of perceived parental behavior. *Journal of Psychology*, 119, 235-242.
- Krout, H. H. (1967). Attribution theory in social psychology. In D. Levine (Ed.); *Nebraska symposium on motivation*. Lincoln University of Nebraska Press.
- Lazarus, R.S. (1979). Positive denial: The case for not facing reality. *Psychology today*, November, 44-60.
- Macolby, E.E. & Martin, J.A. (1983) Socialization in the Context of the family : Parent-Child Interaction. In: P.H. Mussen (Ed.). *Handbook of Child Psychology*. New York: Wiley.
- Herbert, M. (1978) *Conduct Disorders of Childhood and Adolescence* 2nd. Ed. N.Y.: John Wiley & Sons
- Hoffman, L. (1988). The family life cycle and discontinuous change. In B. Carter & M. McGoldrick, (Eds). *The changing family life cycle : Framework for family therapy*. Boston: Allyn & Bacon.
- Minuckin, S. (1974). *Families and family therapy*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Murray, H.A. (1938) *Explorations in personality*, New York: Oxford University Press.
- Mussen, P.H., Conger, J.J., Kagan, J., & Huston, A.C. (1984) . *Child development and personality* (6th ed.) New York : Harper & Row.
- Noller, P., Seth-Smith, M., Bouma, R., & Schweitzer, R. (1992) Parent and adolescent perceptions of family functioning : a comparison of clinic and non-clinic families. *Journal of Adolescence*, 15, 101-114.
- Noller, P. & Callan, V. (1991) *The Adolescent in the Family*. New York : Routledge.
- Rice, K.G. (1990) Attachment in adolescence : A narrative and meta-analytic review. *Journal of Youth and Adolescence*, Vol. 19, No. 5, 511-538.

- Ullmann, L.P. (1977) Behavioral Community Psychology : Implications, Opportunities, and Responsibilities. In: M.T. Nietzel, R.A. Winett, M.L. MacDonald, W.S. Davidson (Eds.) Behavioral Approach to Community Psychology. New York: Pergamon Press.
- Wu, E.C. (1988) The Management of Mental Health in an University Environment. Paper in Sino--American Symposium of Primary prevention of Psychopathology.
- Yang, K.S. (1981) Problem Behavior in Chinese Adolescence in Taiwan, Journal of Cross-Cultural Psychology, 12, 179, 193

國中學生生活情形問卷

(一)

編號：_____

各位同學：這份調查表的目的是想了解你的家庭生活、你的學校生活、以及你的個人習慣。

每個人的生活都是獨特的，我們想了解的就是你個人獨特的生活。因此，當你回答下面的各項問題時，請你就你的感受立即作答，因為你的立即感受才是最真實的答案。請你看清楚後，迅速的逐題作答。

你所填答的答案，都會列入研究資料的保密範圍，不會提供給任何人，請你放心作答。

第一部分 家庭狀況

你的名字是 _____，性別 _____，出生 _____ 年 _____ 月 _____ 日
就讀於 _____ 國中 _____ 年 _____ 班，座號： _____ 號

現在和你住在一起的有(請在□內打「✓」)：

- | | | | |
|--------------------------------------|---------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 1. 父親 | <input type="checkbox"/> 2. 母親 | <input type="checkbox"/> 3. 祖父 | <input type="checkbox"/> 4. 祖母 |
| <input type="checkbox"/> 5. 外祖父 | <input type="checkbox"/> 6. 外祖母 | <input type="checkbox"/> 7. 兄(____人) | <input type="checkbox"/> 8. 姐(____人) |
| <input type="checkbox"/> 9. 弟(____人) | <input type="checkbox"/> 10. 妹(____人) | | |

其他還有(請寫出) _____

平常在家裏都是誰管你？ _____

目前家裏上班工作賺錢的人是：

- (1) _____
- 他(她)的學歷是： 1. 大專以上 2. 高中、高職 3. 初中、初職
 4. 國小(含)以下
- 他(她)的職業是： 1. 軍公教 2. 農 3. 工
 4. 商 5. 自由業 6. 服務業
 7. 家管 8. 其他 _____
- (2) _____
- 他(她)的學歷是： 1. 大專以上 2. 高中、高職 3. 初中、初職
 4. 國小(含)以下
- 他(她)的職業是： 1. 軍公教 2. 農 3. 工
 4. 商 5. 自由業 6. 服務業
 7. 家管 8. 其他 _____

第二部分 家庭生活

各位同學：下面有一些句子，每個句子都是描寫爸爸對待小孩的方式，以及他跟小孩子相處的情形。每個句子前面有四個□，分別表示四種不同情形。請你仔細看清楚每個句子，想一想你自己的爸爸是「總是這樣」？還是「時常這樣」？或是「很少這樣」？或是「從不這樣」？想好了後，在你所選好的答案下面的□內畫個「✓」，然後做下一題。

例如： 1 2 3 4
從 很 時 總
不 少 常 是
這 這 這 這
樣 樣 樣 樣
 *. 爸爸很疼我。

如果你像這樣打「✓」在3的□裏，就表示爸爸在大部分的情況下很疼我。

1 2 3 4
從很時總
不少常是
這這這這
樣樣樣樣

1. 有時候，你把事情做得很好，但是爸爸卻責備你做得不好。
2. 你覺得爸爸不愛你。
3. 爸爸計劃事情的時候，不把你考慮在內。
4. 只要爸爸在，你就覺得緊張、不安。
5. 爸爸在他情緒好時對你好，情緒不好時就對你不好。
6. 你作錯事時，爸爸會更嚴格執行規定及限制你的行動來處罰你。
7. 爸爸在有客人來的時候，對你的態度就與平時不同。
8. 不管你做甚麼，爸爸總說你不如別的小孩子。
9. 爸爸逼你，要把甚麼事都要做得最好。
10. 即使做同樣的事情，爸爸有時會叱責你，有時則不會。

1 2 3 4

11. 爸爸自己認為是「對的」就要命令你去做。
12. 爸爸對你所做的任何事情都有很多意見。
13. 爸爸告訴你，在你做錯事的時侯，他是覺得多麼丟臉。
14. 爸爸要求你立刻而絕對的服從。
15. 在你做錯事的時侯，爸爸說你令他生氣、失望、傷心。
16. 爸爸已經決定怎麼辦了，媽媽卻仍要反對。
17. 爸爸逼你，要你在學校裏表現得好。
18. 如果你有不好的表現，爸爸有時會嚴厲的責罵你，有時則一句話也沒說。
19. 在你做錯事的時侯，爸爸就重重的處罰你，直到他相信你下次不會再錯了。
20. 在你害怕或難過的時候，爸爸會想辦法幫助你。

1 2 3 4

從很時總
不少常是
這這這這
樣樣樣樣

21. 你有煩惱的時候，就告訴爸爸。
22. 在你乖的時候，爸爸就告訴你他是多麼的高興。
23. 你有困難的時候，就找爸爸幫你解決。
24. 在你乖的時候，爸爸對你特別關心，以作為一種獎勵。
25. 爸爸和你討論你的行為中那些是好的，並且幫你弄清楚這些行為會有甚麼好結果。
26. 爸爸給你新的東西(如書、玩具)，作為一種獎賞。
27. 爸爸會和你聊天，談有趣的事情。
28. 爸爸會帶你去一些地方(如旅行、看電影等)，以作為一種獎賞。
29. 爸爸非常小心保護你，不讓你發生意外。
30. 在你做得好的時候，爸爸說你比別的小孩子好。

1 2 3 4

31. 你希望將來和爸爸一樣棒。
32. 爸爸想辦法讓你避開可能會使你不愉快或很難堪的場合。
33. 爸爸保護你，不讓你被別的小孩子譏笑或恐嚇。
34. 只要有爸爸在，你就覺得很安全。
35. 爸爸會在別人面前稱讚你。

第三部分 學校生活

各位同學：在這部分，我們想了解你的學校生活。下面這些問題和學校考試不一樣，因為它們只問到你在學校的生活狀況，但是每個人都有自己的特色，不可能完全一樣，所以沒有「對」或「不對」的答案，只要你切實的回答每個問題，那就是正確答案了。你填答的資料，只做為研究之用，你的老師或學校人員都不會知道，請你放心填答。

請你仔細閱讀每個題目，然後選出和你實際情形一樣的答案。

1 2 3 4
從很時總
不少常是
這這這這
樣樣樣樣

- 1.上課時，你會跟鄰座同學講話。
- 2.你被老師責罵時，覺得老師不公平。
- 3.當你所討厭的老師在上課時，你故意和他(或她)搗蛋。
- 4.老師或學校訓導人員處罰過你。
- 5.你該做的工作，叫同學替你做。

- 6.上課時你做其他的事。
- 7.在學校裏，因為有人行為惡劣，你就憤怒的與他爭吵或打架。
- 8.你說過謊話。
- 9.與別人交談時，你能對答如流。
- 10.在愉快熱鬧的同學會中，你能痛痛快快的玩。

1 2 3 4
從很時總
不少常是
這這這這
樣樣樣樣

11. 對你應做的事，你有把握做得好。
12. 一旦功課落後，不用老師催促，你便設法迎頭趕上。
13. 你遇到學習上的困難時，自己會想辦法求得解答。
14. 你很在乎分數的高低，因為會影響你在班上的排名。
15. 除了做老師指定的作業外，你還會做課本以外的練習題。
16. 看過一次卻看不懂的教材，你會繼續努力直到看懂為止。
17. 在問老師問題時，你不只希望知道答案，還想聽老師講解為甚麼是這個答案。
18. 你注意到班上有同學在功課上競爭得厲害。
19. 你的班上有某些小團體關係不融洽，會妨害本班的活動。
20. 你會與班上同學發生爭執。

1 2 3 4

21. 你注意到班上同學會互相幫助。
22. 你喜歡與班上同學一起參加活動。
23. 在你做錯事時，老師會重重地處罰你。
24. 老師會關心你的事情。
25. 你與老師相處融洽。
26. 有時候你把事情做得很好，但老師卻反而責備你。
27. 當你有課業上的問題時，老師就會儘量想辦法幫你解答。
28. 最近一個月你的身體不夠健康。
29. 最近一個月你沒有食慾，不想吃東西。
30. 最近一個月你會吃零食。

1 2 3 4

從很時總

不少常是

這這這這

樣樣樣樣

31.最近一個月你昏昏沈沈，提不起精神。

32.最近一個月你容易疲倦，四肢無力。

33.最近一個月你會頭痛。

34.最近一個月你記憶力減弱。

35.最近一個月你容易激動，發脾氣。

36.最近一個月你神經過敏，容易緊張。

37.最近一個月你會失眠。

38.最近一個月你會睡了就不容易醒過來。

39.最近一個月你體重減輕很多。

40.最近一個月你體重增加很多。

1 2 3 4

41.最近一個月你會拉肚子。

42.最近一個月你會腰酸背痛。

43.最近一個月你會胃痛。

44.最近一個月你視力減弱。

45.最近一個月你會耳鳴。

46.最近一個月你長青春痘。

第四部分 個人習慣

第四部分的目的是在了解你對自己的看法。下面每一個題目都是在描述一種實際情形，請你想想看這個題目所敘述的內容與你的真實情形是「非常不符合」？還是「有些不符合」？或是「有些符合」？或是「非常符合」？想好了後，在你所選好的答案下面的□內畫個「✓」，然後做下一題。

例如：

1	2	3	4
非	有	有	非
常	些	些	常
不	不	符	符
符	符	合	合
合	合		
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

*.我能面對所遭遇的問題。

如果你像這樣打「✓」在3的□裏，就表示在實際情況下，我大多能面對自己所遭遇的問題。

1 2 3 4
非 有 有 非
常 些 些 常
不 不 符 符
符 符 合 合
合 合

1. 對目前與家人所保持的關係，你感到滿意。
2. 你覺得你這個人沒有甚麼用。
3. 你常覺得不如別人那般的聰慧靈敏。
4. 如果預先作計劃的話，通常你都能如期的實現這些計劃。
5. 你覺得你具有很多良好的特質。

6. 每次作決定時，你都覺得很困難。
7. 你覺得你不是塊讀書的料子，所以總是讀得不好。
8. 你對自己感到不滿意。
9. 你覺得你是個有用的人，至少不比別人差。
10. 你能夠像很多人一樣，把許多事情做得很好。

1 2 3 4

11. 你覺得你的表現常常不能達到你自己的期望。
12. 如果能有適當的環境與機會，你一定可以把書念好。
13. 當事情有了麻煩時，你就會採取某些行動。
14. 你常一拖再拖，等事情已到最後關頭時，才去面對與處理。
15. 你常會順從多數人的意見。

1 2 3 4
非 有 有 非
常 些 些 常
不 不 符 符
符 符 合 合
合 合

16. 如果你表達與他人不同的意見會引起他人的不快時，你就不表達出來。
17. 你覺得你大部分的家人都很快樂。
18. 爸媽常有爭吵，讓你害怕擔心。
19. 兄弟姐妹之間吵架，讓你害怕、擔心。
20. 升學可以提高自己在家中的地位。

1 2 3 4

21. 及早就業可以獲得實際的社會經驗。
22. 國中畢業後就業可以減輕家庭的負擔。
23. 繼續升學我的家人才有面子。
24. 學歷越高，越能得到別人的尊敬。
25. 就業後可以經濟獨立。
26. 儘早謀得一技之長，方能立足社會。
27. 國中畢業後就業可以獲得父母的歡心。
28. 繼續升學可以得到父母的歡心。
29. 早就業可以早點結婚成家。

第五部分 生活變動

一、家庭生活變動

我們想了解的是這幾年內你家曾發生的一些大事。現在請你逐項回想家裏是否發生過下面這些狀況，如果有，就請在句子前的□打「✓」，打「✓」表示你家曾發生這件事，並請你記錄這類事件發生幾次。只要是你記得的，就可以記錄為曾經發生過的大事。若家中沒有發生過這件事，請將□空下來，不要作任何記號。

- 1. 爸爸生病，必須住院。大概發生過 _____ 次。
- 2. 媽媽生病，必須住院。大概發生過 _____ 次。
- 3. 兄弟姐妹中有人生病，必須住院。大概發生過 _____ 次。
- 4. 你生病，必須住院。大概發生過 _____ 次。
- 5. 家裏其他人生病，必須住院。大概發生過 _____ 次。

- 6. 爸爸去世。
- 7. 媽媽去世。
- 8. 家裏其他人去世。大概發生過 _____ 次。
- 9. 搬家。大概發生過 _____ 次。
- 10. 爸爸離家出走。大概發生過 _____ 次。

- 11. 媽媽離家出走。大概發生過 _____ 次。
- 12. 你離家出走。大概發生過 _____ 次。
- 13. 兄弟姐妹離家出走。大概發生過 _____ 次。
- 14. 爸爸到外地工作，很久沒有回來。大概發生過 _____ 次。
- 15. 媽媽到外地工作，很久沒有回來。大概發生過 _____ 次。

16. 爸爸媽媽爭吵得很厲害。大概發生過_____次。
17. 兄弟姐妹之間爭吵得很厲害。大概發生過_____次。
18. 爸爸媽媽分居。大概發生過_____次。
19. 爸爸媽媽離婚。大概發生過_____次。
20. 爸爸觸犯法律，被判刑。大概發生過_____次。
21. 媽媽觸犯法律，被判刑。大概發生過_____次。
22. 兄弟姐妹觸犯法律，被判刑。大概發生過_____次。
23. 你自己觸犯法律，被判刑。大概發生過_____次。

二、你的生活變動

(1) 剛上小學一年級時，你的感覺是(可選一項以上)：

- | | |
|-------------------------------------|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 1. 興奮、高興 | <input type="checkbox"/> 2. 害怕、緊張 |
| <input type="checkbox"/> 3. 討厭、煩人 | <input type="checkbox"/> 4. 平淡、沒甚麼特別 |
| <input type="checkbox"/> 5. 朋友多、很熱鬧 | <input type="checkbox"/> 6. 功課多 |

(2) 到小學三、四年級時，你的感覺是(可選一項以上)：

- | | |
|-------------------------------------|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 1. 興奮、高興 | <input type="checkbox"/> 2. 害怕、緊張 |
| <input type="checkbox"/> 3. 討厭、煩人 | <input type="checkbox"/> 4. 平淡、沒甚麼特別 |
| <input type="checkbox"/> 5. 朋友多、很熱鬧 | <input type="checkbox"/> 6. 功課多 |

(3) 在小學五、六年級時，你的感覺是(可選一項以上)：

- | | |
|-------------------------------------|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 1. 興奮、高興 | <input type="checkbox"/> 2. 害怕、緊張 |
| <input type="checkbox"/> 3. 討厭、煩人 | <input type="checkbox"/> 4. 平淡、沒甚麼特別 |
| <input type="checkbox"/> 5. 朋友多、很熱鬧 | <input type="checkbox"/> 6. 功課多 |

(4) 剛上國中時，你的感覺是(可選一項以上)：

- | | |
|-------------------------------------|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 1. 興奮、高興 | <input type="checkbox"/> 2. 害怕、緊張 |
| <input type="checkbox"/> 3. 討厭、煩人 | <input type="checkbox"/> 4. 平淡、沒甚麼特別 |
| <input type="checkbox"/> 5. 朋友多、很熱鬧 | <input type="checkbox"/> 6. 功課多 |

(5) 現在你對國中的感覺是(可選一項以上)：

- | | |
|-------------------------------------|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 1. 興奮、高興 | <input type="checkbox"/> 2. 害怕、緊張 |
| <input type="checkbox"/> 3. 討厭、煩人 | <input type="checkbox"/> 4. 平淡、沒甚麼特別 |
| <input type="checkbox"/> 5. 朋友多、很熱鬧 | <input type="checkbox"/> 6. 功課多 |

國中學生生活情形問卷

(二)

編號：_____

各位同學：這份調查表的目的是想了解你的家庭生活、你的學校生活、以及你的個人習慣。

每個人的生活都是獨特的，我們想了解的就是你個人獨特的生活。因此，當你回答下面的各項問題時，請你就你的感受立即作答，因為你的立即感受才是最真實的答案。請你看清楚後，迅速的逐題作答。

你所填答的答案，都會列入研究資料的保密範圍，不會提供給任何人，請你放心作答。

第一部分 家庭狀況

你的名字是 _____，性別 _____，出生 _____ 年 _____ 月 _____ 日
就讀於 _____ 國中 _____ 年 _____ 班，座號： _____ 號

現在和你住在一起的有(請在□內打「✓」)：

- | | | | |
|--------------------------------------|---------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 1. 父親 | <input type="checkbox"/> 2. 母親 | <input type="checkbox"/> 3. 祖父 | <input type="checkbox"/> 4. 祖母 |
| <input type="checkbox"/> 5. 外祖父 | <input type="checkbox"/> 6. 外祖母 | <input type="checkbox"/> 7. 兄(____人) | <input type="checkbox"/> 8. 姐(____人) |
| <input type="checkbox"/> 9. 弟(____人) | <input type="checkbox"/> 10. 妹(____人) | | |

其他還有(請寫出) _____

平常在家裏都是誰管你？ _____

目前家裏上班工作賺錢的人是：

(1) _____

他(她)的學歷是： 1. 大專以上 2. 高中、高職 3. 初中、初職
 4. 國小(含)以下

他(她)的職業是： 1. 軍公教 2. 農 3. 工
 4. 商 5. 自由業 6. 服務業
 7. 家管 8. 其他 _____

(2) _____

他(她)的學歷是： 1. 大專以上 2. 高中、高職 3. 初中、初職
 4. 國小(含)以下

他(她)的職業是： 1. 軍公教 2. 農 3. 工
 4. 商 5. 自由業 6. 服務業
 7. 家管 8. 其他 _____

第二部分 家庭生活

各位同學：下面有一些句子，每個句子都是描寫媽媽對待小孩子的方式，以及她跟小孩子相處的情形。每個句子前面有四個□，分別表示四種不同情形。請你仔細看清楚每個句子，想一想你自己的媽媽是「總是這樣」？還是「時常這樣」？或是「很少這樣」？或是「從不這樣」？想好了後，在你所選好的答案下面的□內畫個「✓」，然後做下一題。

例如：

1	2	3	4
從	很	時	總
不	少	常	是
這	這	這	這
樣	樣	樣	樣
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

*. 媽媽很疼我。

如果你像這樣打「✓」在3的□裏，就表示媽媽在大部分的情況下很疼我。

1 2 3 4

從很時總
不少常是
這這這這
樣樣樣樣

1. 媽媽不理你的中辯和意見。
2. 媽媽自己認為是「對的」，就要命令你去做。
3. 媽媽想要完完全全控制你的行動。
4. 在你不乖的時候，媽媽不斷的責怪你，或對你破口大罵。
5. 媽媽計劃事情的時候，不把你考慮在內。
6. 媽媽平時對你很嚙嚙，但當你有問題要跟地商量時，她卻不理你。
7. 媽媽不和你商量就要你做她自己所決定的事情。
8. 媽媽在地情緒好時對你好，情緒不好時就對你不好。
9. 有時候，你覺得你把事情做得很好，但是媽媽卻責備你做得不好。
10. 媽媽對你所做的任何事情都有很多意見。

1 2 3 4

11. 媽媽在有客人來的時候，對你的態度就與平時不同。
12. 媽媽總是忘記她該為你做的事。
13. 媽媽有時候對你放任不管，有時候卻管得很緊。
14. 媽媽告訴你，在你做錯事的時候，她是覺得多麼丟臉。
15. 媽媽逼你，要你在學校裏表現得好。

1 2 3 4

從很時總

不少常是

這這這這

樣樣樣樣

16. 在你做錯事的時候，媽媽就重重的處罰你，直到她相信你下次不會再錯了。

17. 在你害怕或難過的時候，媽媽會想辦法幫助你。

18. 媽媽願意和你討論規則問題，並且在她訂立規則的時候，她會把你的意見考慮進去。

19. 媽媽會非常小心保護你，不讓你發生意外。

20. 你有煩惱的時候，就告訴媽媽。

21. 你有困難的時候，就找媽媽幫你解決。

22. 媽媽保護你，不讓你被別的小孩子譏笑或恐嚇。

23. 媽媽會想辦法讓你避開可能會使你不愉快或很難堪的場合。

24. 媽媽和你討論你的行為中那些是好的，並且幫你弄清楚這些行為會有甚麼好結果。

25. 媽媽會和你聊天，談有趣的事情。

1 2 3 4

26. 媽媽尊重你的看法，並且鼓勵你把自己對事情的看法說出來。

27. 你想要甚麼，媽媽就會盡量替你想辦法。

28. 只要有媽媽在，你就覺得很安全。

29. 你很喜歡媽媽。

30. 你希望將來和媽媽一樣棒。

31. 你想要學的技巧，媽媽都教你。

第三部分 學校生活

各位同學：在這部分，我們想了解你的學校生活。下面這些問題和學校考試不一樣，因為它們只問到你在學校的生活狀況，但是每個人都有自己的特色，不可能完全一樣，所以沒有「對」或「不對」的答案，只要你切實的回答每個問題，那就是正確答案了。你填答的資料，只做為研究之用，你的老師或學校人員都不會知道，請你放心填答。

請你仔細閱讀每個題目，然後選出和你實際情形一樣的答案

1 2 3 4

從很時總

不少常是

這這這這

樣樣樣樣

1. 你會嚇唬比你弱小的孩子。
2. 你的課本很快就弄髒或弄破。
3. 你覺得一直坐在教室上課是一件很不耐煩的事。
4. 同學和你爭吵或打架。
5. 你來不及交作業。
6. 你會用發脾氣來得到你應該得到，卻得不到的東西。
7. 你會要求老師提早下課。
8. 你違反過學校的規定。
9. 你會捉弄別人。
10. 你和同學一起討論功課或參加活動。

1 2 3 4

從很時總

不少常是

這這這這

樣樣樣樣

11. 你喜歡和別的孩子們交往。

12. 別人認為你是一個很活潑的人。

13. 如果可以不上學，你一定不來上學。

14. 為了成績好，考試看別人的答案你覺得沒關係。

15. 你覺得讀書沒有用。

16. 唸書是為了可以考取好的學校。

17. 為了避免父母或老師責備，你會把書本擺在面前，但實際上卻看不下去。

18. 讀書是為了父母而唸的。

19. 你注意到班上同學很合作。

20. 你注意到班上有些同學只顧功課，而不關心班上的事情。

1 2 3 4

21. 你喜歡與班上同學討論功課。

22. 你注意到班上同學會一起討論功課。

23. 你注意到班上同學會吵架或打架。

24. 在你害怕或難過時，老師會想辦法幫助你。

25. 老師關心你各方面的學習。

26. 老師認為你的功課不論多差都要繼續升學。

27. 老師會保護你，避免你發生意外。

28. 老師在情緒好的時候對你好，情緒不好就對你不好。

29. 最近一個月你的身體不夠健康。

30. 最近一個月你沒有食慾，不想吃東西。

1 2 3 4

從很時總

不少常是

這這這這

樣樣樣樣

- 31.最近一個月你會吃零食。
- 32.最近一個月你昏昏沈沈，提不起精神。
- 33.最近一個月你容易疲倦，四肢無力。
- 34.最近一個月你會頭痛。
- 35.最近一個月你記憶力減弱。

- 36.最近一個月你容易激動，發脾氣。
- 37.最近一個月你神經過敏，容易緊張。
- 38.最近一個月你會失眠。
- 39.最近一個月你會睡了就不容易醒過來。
- 40.最近一個月你體重減輕很多。

1 2 3 4

- 41.最近一個月你體重增加很多。
- 42.最近一個月你會拉肚子。
- 43.最近一個月你會腰酸背痛。
- 44.最近一個月你會胃痛。
- 45.最近一個月你視力減弱。

- 46.最近一個月你會耳鳴。
- 47.最近一個月你長青春痘。

第四部分 個人習慣

第四部分的目的是在了解你對自己的看法。下面每一個題目都是在描述一種實際情形，請你想想看這個題目所敘述的內容與你的真實情形是「非常不符合」？還是「有些不符合」？或是「有些符合」？或是「非常符合」？想好了後，在你所選好的答案下面的□內畫個「✓」，然後做下一題。

例如： 1 2 3 4
非 有 有 非
常 些 些 常
不 不 符 符
符 符 合 合
合 合

*.我能面對所遭遇的問題。

如果你像這樣打「✓」在3的□裏，就表示在實際情況下，我大多能面對自己所遭遇的問題。

1 2 3 4
非 有 有 非
常 些 些 常
不 不 符 符
符 符 合 合
合 合

1. 你經常不敢面對難題。
2. 要你單獨去完成任何一件事時，你都覺得很猶豫。
3. 你非常肯定你的人生將會如你所希望的那樣圓滿順利。
4. 你對自己的社交能力感到滿意。
5. 對於別人指定或交待的工作，你經常沒有把握能完成。
6. 當你想要獲得某些重要目標時，你大多能隨心所欲的得到它。
7. 你常常在擔負責任時，會覺得不舒服。
8. 你覺得你無法做好任何一件事情。
9. 你的家人朋友對你都很器重。
10. 你和別人相處得很好。

1 2 3 4

11. 你很難交到朋友。
12. 你覺得你比較適合直接去找個工作做，而不適合繼續升學。
13. 你常有事後後悔的經驗。
14. 別人請託你做的事，即使你不是很願意，你也不會拒絕。
15. 你常事先把事情計畫得很好，然後按部就班地去完成。

1 2 3 4
非 有 有 非
常 些 些 常
不 不 符 符
符 符 合 合
合 合

- 16. 你和其他人一起合作會使事情做得更好。
- 17. 你總是主動的去做你該做的事，不必等別人來告訴你。
- 18. 你寧願住在親戚朋友家裏，而不住在自己家裏。
- 19. 爸媽常為生活(費用)而擔憂，讓你也很擔心。
- 20. 繼續升學才能和年齡相當、志趣相投的同學在一起。

- 21. 越早賺錢，越容易受他人尊重。
- 22. 學歷越高，越能找到理想的工作。
- 23. 求學可以充實自己的知識。
- 24. 繼續升學才能跟得上時代。
- 25. 學問越好，越能為廣大的群眾服務。

1 2 3 4

- 26. 學歷越高，人格也越高尚。
- 27. 學歷越高，將來賺錢越多。
- 28. 學歷高，日後家庭才會美滿，子女才能出人頭地。
- 29. 學歷越高，越能找到理想的結婚對象。
- 30. 就業可以擴展生活範圍，增加生活情趣。

第五部分 生活變動

一、家庭生活變動

我們想了解的是這幾年內你家曾發生的一些大事。現在請你逐項回想家裏是否發生過下面這些狀況，如果有，就請在句子前的□打「✓」，打「✓」表示你家曾發生這件事，並請你記錄這類事件發生幾次。只要是你記得的，就可以記錄為曾經發生過的大事。若家中沒有發生過這件事，請將□空下來，不要作任何記號。

- 1. 爸爸生病，必須住院。大概發生過 _____ 次。
- 2. 媽媽生病，必須住院。大概發生過 _____ 次。
- 3. 兄弟姐妹中有人生病，必須住院。大概發生過 _____ 次。
- 4. 你生病，必須住院。大概發生過 _____ 次。
- 5. 家裏其他人生病，必須住院。大概發生過 _____ 次。

- 6. 爸爸去世。
- 7. 媽媽去世。
- 8. 家裏其他人去世。大概發生過 _____ 次。
- 9. 搬家。大概發生過 _____ 次。
- 10. 爸爸離家出走。大概發生過 _____ 次。

- 11. 媽媽離家出走。大概發生過 _____ 次。
- 12. 你離家出走。大概發生過 _____ 次。
- 13. 兄弟姐妹離家出走。大概發生過 _____ 次。
- 14. 爸爸到外地工作，很久沒有回來。大概發生過 _____ 次。
- 15. 媽媽到外地工作，很久沒有回來。大概發生過 _____ 次。

16. 爸爸媽媽爭吵得很厲害。大概發生過 _____ 次。
17. 兄弟姐妹之間爭吵得很厲害。大概發生過 _____ 次。
18. 爸爸媽媽分居。大概發生過 _____ 次。
19. 爸爸媽媽離婚。大概發生過 _____ 次。
20. 爸爸觸犯法律，被判刑。大概發生過 _____ 次。
21. 媽媽觸犯法律，被判刑。大概發生過 _____ 次。
22. 兄弟姐妹觸犯法律，被判刑。大概發生過 _____ 次。
23. 你自己觸犯法律，被判刑。大概發生過 _____ 次。

二、你的生活變動

(1) 剛上小學一年級時，你的感覺是(可選一項以上)：

- | | |
|-------------------------------------|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 1. 興奮、高興 | <input type="checkbox"/> 2. 害怕、緊張 |
| <input type="checkbox"/> 3. 討厭、煩人 | <input type="checkbox"/> 4. 平淡、沒甚麼特別 |
| <input type="checkbox"/> 5. 朋友多、很熱鬧 | <input type="checkbox"/> 6. 功課多 |

(2) 到小學三、四年級時，你的感覺是(可選一項以上)：

- | | |
|-------------------------------------|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 1. 興奮、高興 | <input type="checkbox"/> 2. 害怕、緊張 |
| <input type="checkbox"/> 3. 討厭、煩人 | <input type="checkbox"/> 4. 平淡、沒甚麼特別 |
| <input type="checkbox"/> 5. 朋友多、很熱鬧 | <input type="checkbox"/> 6. 功課多 |

(3) 在小學五、六年級時，你的感覺是(可選一項以上)：

- | | |
|-------------------------------------|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 1. 興奮、高興 | <input type="checkbox"/> 2. 害怕、緊張 |
| <input type="checkbox"/> 3. 討厭、煩人 | <input type="checkbox"/> 4. 平淡、沒甚麼特別 |
| <input type="checkbox"/> 5. 朋友多、很熱鬧 | <input type="checkbox"/> 6. 功課多 |

(4) 剛上國中時，你的感覺是(可選一項以上)：

- | | |
|-------------------------------------|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 1. 興奮、高興 | <input type="checkbox"/> 2. 害怕、緊張 |
| <input type="checkbox"/> 3. 討厭、煩人 | <input type="checkbox"/> 4. 平淡、沒甚麼特別 |
| <input type="checkbox"/> 5. 朋友多、很熱鬧 | <input type="checkbox"/> 6. 功課多 |

(5) 現在你對國中的感覺是(可選一項以上)：

- | | |
|-------------------------------------|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 1. 興奮、高興 | <input type="checkbox"/> 2. 害怕、緊張 |
| <input type="checkbox"/> 3. 討厭、煩人 | <input type="checkbox"/> 4. 平淡、沒甚麼特別 |
| <input type="checkbox"/> 5. 朋友多、很熱鬧 | <input type="checkbox"/> 6. 功課多 |

附 錄 三

身 心 症 狀 量 表

你好！這份調查表的目的是想了解你的身心健康狀況。每個句子前面有四種情形，請你仔細看清楚每個句子，想一想你最近一個月的狀況，是「從不這樣」、「很少這樣」、「時常這樣」、「總是這樣」？想好以後，在你所選的答案下的□內畫個「✓」，然後做下一題。

從 很 時 總
不 少 常 是
這 這 這 這
樣 樣 樣 樣

- | | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|-------------------------|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 1 . 最近一個月你的身體不夠健康。 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 2 . 最近一個月你沒有食慾，不想吃東西。 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 3 . 最近一個月你會吃零食。 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 4 . 最近一個月你昏昏沈沈，提不起精神。 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 5 . 最近一個月你容易疲倦，四肢無力。 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 6 . 最近一個月你會頭痛。 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 7 . 最近一個月你記憶力減弱。 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 8 . 最近一個月你容易激動，發脾氣。 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 9 . 最近一個月你神經過敏，容易緊張。 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 1 0 . 最近一個月你會失眠。 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 1 1 . 最近一個月你會睡了就不容易醒過來。 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 1 2 . 最近一個月你體重減輕很多。 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 1 3 . 最近一個月你體重增加很多。 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 1 4 . 最近一個月你會拉肚子。 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 1 5 . 最近一個月你會腰酸背痛。 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 1 6 . 最近一個月你會胃痛。 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 1 7 . 最近一個月你視力減弱。 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 1 8 . 最近一個月你會耳鳴。 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 1 9 . 最近一個月你長青春痘。 |

附 錄 四

個案一之分析結果（一）各因素內容

客觀環境事件

學校上課之外，課後補習英語及數學。國小時生活較正常，會早起，國中因為有時課業較重，像準備考試之類，會晚睡，國中後花較多時間讀書，有時早上起不來，沒時間吃早餐。父親會提供一些意見告訴我要怎麼讀書，有時會罵我浪費時間以致晚睡影響第二天甚至第三天的精神。

主觀環境事件

自小讀書都是靠自己。老師在課堂上多少會提升學的話題，例如三年級怎麼拼啊，聽了心裡有點害怕。段考前會比較晚睡，心情比較低落，倒不是緊張，感覺是不甘心輸給別人，不是比分數，就是不要輸別人。老師的標準是“愈前面愈好”（指名次）。

覺得現在太忙，時間很趕，國三會更忙，可能每天都很晚睡。連星期天也要學鋼琴，或趕美術、工藝作品，很煩，沒有時間休息，有時覺得生活很無聊，很沒意思，每天趕就是爲了要考上聯考。希望當外國學生，但那是不可可能的。

對現況的評價：目前是班上前三名，孩子認爲“還可以”、“還不錯”。父母對個案目前成績很滿意。

主觀個人

對自己的要求是“盡力就好”。對自己蠻有信心的，認爲自己功課不錯。功課壓力是自己給的成分較多，覺得這樣比較自主。希望自己功課不要輸別人。

希望達到自己的目標，做一個有名的人。未來想出國留學、想當老師。自己是個很緊張的人，做事很拘謹，很機械化，走路快、做事也快，什麼都快。對於在乎的事情，會很擔心結果。自己這樣的個性，做事情比較容易完成且做得比較好，但老是緊張對身體不太好，不過目前還不至於造成困擾，看起來緊張是對自己有幫助的。

孩子知覺之父母教養態度

父母沒有特別要求將來要怎麼樣，只要顧好現在的事就可以，“只要盡力就好”，父母對現況的評價：“很滿意”。父親的意見有些蠻好用的，但有時會覺得他嚙嚙。

認為父母親的教育方式使得自己能自制，因為他們管得較嚴，所以會要求自己不要犯錯，犯錯是很丟臉的。

因應與防衛

準備考試時需要多花時間讀書，平常下課後補習英語和數學。

個案一之分析結果（二）各因素內容

客觀環境事件

- (1) 不小心洩露同學的秘密（某甲討厭某乙），因而被多位同學排擠。約一個星期後，同學從中幫忙，即和某甲和好。
- (2) 偶而會和父母起爭執，通常在快要起爭執的時候就躲在房間裡，過一會兒父母會把我叫過去談，談完就沒事了。有時候會講些大道理，說這件事是怎樣，有時候就乾脆叫我去反省。或者他們糾正我的想法，我不想聽，他們就會不高興，弄得大家都不高興。事後通常是我跟父母道歉。不記得發生過幾次這樣的事，印象中不常發生。

主觀環境事件

(1) 某甲在班上人緣很好，他認為這件事情完全是我的錯，就大肆渲染出去，於是大家一致把箭頭指向我，其實他自己也有偏見。此事發生那段時間自己很難過，現在不會了。

自己覺得在成長過程的改變受朋友的影響最大，像是價值觀方面，以前的價值觀都是父母的，後來受同學影響，就和同學比較接近，例如在考慮事情時，現在比較會顧慮到別人，考慮這件事對朋友的影響，也會考慮自己的立場，會不會惹麻煩，以前就只想到自己。覺得這樣的改變很好，比較可以和別人相處，自己蠻重視人際關係的，覺得每個人都很重要。平時讀書的時候喜歡一個人，其他時候喜歡和他人在一起，需要幫助時會先想到

朋友，因為通常朋友比較了解情況，父母比較主觀，除非很大的事情才會告訴父母。

(2) 父母都認為他們是對的，可是有時候我也不是完全沒有道理啊，可是又不敢跟他們講，而且跟他們講也沒有用，變成我很不孝順，所以我認為我很有道理，還是會順著他們。就算我今天不道歉，明天也是要跟他們道歉啊！

很生氣，就躲到房間裡，不吃飯，父母就會一直在樓下叫，愈叫我就愈高興，他們好像在求我，但還是不吃，等晚上肚子餓了，再下來煮東西吃。第二天就沒事了。

在學校發生的事會經過篩選才跟父母說。和同學之間的事情比較不喜歡跟父母說。在還是小學生的時候、以及現在需要父母幫忙的時候，會主動跟父母提一些事情，平常的生活中有趣的事也會和父母談。和父母談話的時間蠻多的，即使自己不說，晚上唸書時父親會到房間來問學校發生什麼事情，父親問了就會告訴他。父母親在生活上的要求很多，都是從小就開始要求的，所以也習慣了，可以接受父母這種教育方式，不過不是理想中的方式。

主觀個人

平常覺得自己和同學關係不錯，對自己交朋友的能力蠻有信心的。從此事得到一個教訓，就是不要那麼多嘴，而且做一件事之前要考慮會不會得罪人，會不會影響自己在班上的地位。

覺得自己可以做到父母的要求。

理想上，希望父母不要管那麼多，在思想觀念上再開放一點，像是不要對打電話來的同學作身家調查，還希望他們增加零用錢，跟父母反映過，但他們說要一年才調整一次，目前不可能。

覺得自己常說話矛盾，沒有主見，覺得這樣不好，容易受人擺佈，被牽著鼻子走。在人際關係方面，跟親近的人比較隨便，會互相開玩笑，玩得很瘋，但是陌生人需要很久才會熟。和他人相處，不會計較一些事情、不愛騙別人。

孩子知覺之父母教養態度

父母教育孩子的態度，比較注重品行，成績好不好是另外一回事。以前曾跟父母提過不喜歡數學老師上課方式，但父母都認為老師是對的，認為老師有老師的教法，他們不了解實際情形，因為說了他們不能了解，

後來就不跟他們說這類事情，會主動說一些不是很大的事情或不會牽連到同學的事。

因為有些事情跟他們講也沒有用，他們比較主觀，反而他們會認為是孩子的錯，或許會指責而不幫忙。例如跟他們說和同學之間的關係，他們可能認為是小事，只要某人跟某人說句話就好了，但我並不這麼認為，所以我認為這類事和好朋友講比較有效，比較了解狀況，會提出具體的方法，不只是講道理。而且有些事情我覺得自己可以處理，甚至我的方法可能比父母的好，所以不必讓他們知道。

覺得父的脾氣比母好，所以比較多的事情會跟父講，母很有權威，做事很果斷，脾氣也沒有父好，可和父開玩笑，和母就不可以，她很嚴肅。母很急躁，沒耐心，有時候事情講到一半就斷章取義，告訴你應該怎麼做，但事實上人家還沒講完，若不聽她的話她就很生氣，說你不孝順。被這樣指責，不至於很難過，因為知道她的個性就是如此。

因應與防衛

日後談到某個話題，可預料等一下那個人要講那一句話，就趕快轉移話題，避開那件事。也就是先前有一個衝突，就會造成一些改變，通常都是孩子的改變，因為有時候想想可能他們也有道理，他們比較有經驗，我就先聽他們的，反正對我也沒什麼壞處。

零用錢不夠用時向妹妹借、跟父母預支、偶而跟同學借。

個案二分析結果（一） 各因素內容

客觀環境事件

(1) 排斥其它同學；(2) 與朋友相處情形。

主觀環境事件

(1) 與同學相處的情形還不錯，除了排斥某些同學之外。就是比較不喜歡他們的習慣、行爲，覺得他們做作，很煩，所以不和他們交朋友。一年級時大家相處還好，二年級才對他們有這種感覺，他們好像有點知道，有一次別人跟他講，他就哭了。有些事情不會告訴父母，像跟同學吵架就不能講，跟他們講也不會怎樣，就是不想跟他們講，有一點覺得爸媽不了解我。

(2) 現在和朋友在一起不知道要說什麼，都是他們講，我聽，他們會說不要光笑啊，自己都是比較少說話的，覺得他們很厲害，有話題可以講。

主觀個人

我的人緣還不錯，在班上有兩、三個要好的同學，和理想中的朋友關係沒什麼差別。看到有些人交友很廣泛，就會很自卑，覺得可能是性格的關係，他們很開朗，而自己個性比較安靜，交朋友大多是別人主動，自己希望大方一點。

覺得自己的個性與家裡有關，像家裡吃飯時都很沈默，有時候有一點不舒服，但不會試著改變那，就維持那個狀況，爸媽的個性也是偏向安靜的。自己希望功課好一點，個性再開朗一點，自己也很重視功課和人際關係，比較重視朋友，因為年紀差不多，容易玩在一起，沒有代溝。

知覺父母之教養態度

有告訴過爸媽這種想法（指交友不夠廣泛之事），他們會說大方一點、不要怕，覺得有一點幫助。

父母不太管交朋友的事，小學時會管，國中後就不管了，自己喜歡這樣的改變，覺得不會受約束。

上了國中就有一些事不想跟爸媽講，都是和同學的事，沒什麼重要的，可

是爸媽想要知道，因為關心我啊，可是他們一直問我會覺得很煩，還是不想講。我想爸媽眼裡我是很兇的小孩，而且不會做事，不想做事啦，因為在家裡都不做事，爸媽對我的看法和我對自己的看法應該是差不多的，這樣可以儘量改過，爸媽也可以幫我改過，尤其是常常和大人頂嘴，應該要改。

因應與防衛

- (1) 此事之後不會再那麼討厭他，因為他說他會改進，我想他哭了就不要再鬧下去，再鬧下去就不好了。他在班上人緣不好。
- (2) 自己有一些改變，變得比較主動，上台講話比較不會發抖。

個案二分析結果（二） 各因素內容

客觀環境事件

- (1) 功課；(2) 看電視。

主觀環境事件

- (1) 功課：在功課方面約束較多，爸媽的要求是進步，最好要考前十名，現在爸媽對功課的要求比小學時嚴，也沒什麼不好，自己可以跟得上。課後要補習，不太喜歡補習，可是怕自己考不上，所以要補。喜歡看漫畫，覺得很好看，很漂亮，但是爸媽不讓我買，他們說浪費錢，還會耽誤功課，爸媽很在意我的功課。考試成績有時不跟爸媽講，自己不認真考爛了就不敢講，因為怕被罵，如果全班都考爛了還是會講。考好了有獎勵，獎金或獎品，蠻喜歡這樣的方式，覺得這樣不錯。
- (2) 看電視自己喜歡看電視，爸媽會規定什麼時候可看，什麼時候不可以看。

主觀個人

- (1) 現在在班上功課中等，覺得不能達到父母的要求，有時候覺得要求太高太嚴，不用功時就會覺得要求太高。父母的要求也許可以超越，自己的能力還不錯，就是不用功。如果父母的

標準太高達不到的話，會有一點失望。

自己要求不會太高，進步就好，爸媽是看排名，不太容易達到父母的要求，達不到時，覺得就是做不好，真的不行，會影響對自己的信心，也知道自己不用功，愛看電視，自己的能力還不錯啦！

(2)，覺得這個規定很討厭，爸媽應該知道我的感受，但他們還是這樣子。

不滿意自己的地方是太懶，就是不喜歡看書，喜歡看電視，每天大約看四小時，考前就比較少看。看電視時間那麼長，媽會罵，要被罵才會去讀書，每天都是這樣，自己也不太滿意，可是自己不能約束自己。

自己希望功課好一點，個性再開朗一點，自己很重視功課和人際關係。

知覺父母之教養態度

(1) 父母的管教態度和理想中的有一點差別，就是在功課上管得太嚴。考不到標準會罵，不會打。從小就沒有因為成績被打，但會因其它事情被打，小學五、六年級之後就沒被打過了。被罵會覺得不甘心，很不服氣，之後會覺得自己錯了。

父母對功課的要求比較高，讓我有一個目標。爸媽和理想中的差不多，雖然要求高，還是可以接受。

(2) 我就照著他們的意思做，可是有時候會偷偷的看。

段考前爸媽會叫我看電視，盡量不要吵我，有時會擋我電話，她會跟朋友說我現在在讀書，有什麼要轉告的。有時候覺得媽媽這麼做很難對朋友交待，後來有跟媽媽說，現在媽就比較不會擋我電話。

爸媽的管教態度差不多，要求都一樣，爸爸比較疼我，媽媽比較一視同仁，有事會先跟媽媽說，因為有些事比較好講，而且爸爸有時比較忙。

有一個哥哥一個姐姐，自己是家中的老么，比較受寵，我要求的他們都會做到。爸媽有時不准我出去玩，會覺得有一點不舒服，但是不會說出來，說了可能會改善，但還是沒說。爸媽的管教漸漸放鬆，國二就比國一鬆，像在功課方面，叫我自己讀，有時盡量不去叫，這樣讓我自動。因為他們覺得我長大了，可以自己安排活動。

因應與防衛

段考前會比較用功讀書，寫寫自修，練習看自己有沒有讀熟，才不會緊張，考試才會考好一點。

個案三分析結果（一）

客觀環境事件

功課

主觀環境事件

目前課業還好，不會很忙，只是休閒時間很少。課後補理化，一星期二次。我在美國住了七年，國小二年級時回台灣讀書，所以英文不錯。補習完回家寫寫功課，差不多就沒時間了，如果有空餘的時間，通常只能去看看電視。課業壓力還好，很少有休閒時間，頂多星期六下午，我通常是把休閒活動放星期六下午，星期天作功課。星期六下午通常會到同學家，去找同學玩。

主觀個人

我的功課都還不錯，差不多一、二、三名啊！父母覺得很滿意，他們不關心我的分數，只要我盡力就好，最主要就是盡力啊！因為我在段考前一個禮拜，每天都看書看到很晚。

知覺父母教養態度

父母讓我很自由，都是以我的意見為主啊！他們再參考一下，都蠻自由。例如上次跟同學想去補習，我跟他們（父母）說，他們直接就說好。到假日的時候很想去同學家，別人很多父母都有限制，我父母比較不會限制，只要跟他們說去那裡就好。我跟他們溝通，都可以溝通得很好。家裡還有一個妹妹，國小一年級。

因應與防衛

段考的話父母都知道，考前如果我有什麼問題，我數學有時候會有問題，他們都懂，我就要去請教他們，他們會儘量湊時間早點下班回來教我。平

常時候我功課有問題，他們也會盡量早點回來教我啊！在段考前會特別關心，就是大家一起來討論，爸媽會儘量湊出時間來。他們會主動問我有沒有問題，若我有問題，我會叫他們早點回來。

個案三分析結果（二）

客觀環境事件

人際關係。

主觀環境事件

人際關係還可以，都是平平啊！就是正常狀態，不會很差，大家都能接受我，自己覺得都還蠻適應的。

像昨天就發生這樣的事（指人家對個案做出不夠朋友的事），一位同學拿給我十五元叫我幫他買飲料，然後另一位同學就過來跟我說，他今天沒錢但想買飲料，問我有沒有錢請他，我跟他說「喔，這個請你，不過這也不是我的」我跟他開個小玩笑而已，結果他好像沒有聽到我說這錢不是我的。後來拿錢給我那位同學去跟他要錢，他就很生氣來跟我說「你不是說你請我了」我說「那錢不是我的，跟你開個小玩笑而已」他就很生氣，只不過是十五元而已，他就好像兇神惡煞，拿飲料亂噴，我就很氣，想跟他打架，可是我一直在控制我自己。因為以前也跟他發生過小衝突，後來把事情搞得亂七八糟，我想我不要這樣子，所以盡量克制自己，就沒事了。他個性會轉來轉去的，今天又來跟我說話。以前運動會我們也吵得很兇，可是隔天他又好像跟我很好，有時候我真摸不透他。我懷疑他是不是存心要這樣還是只是表面上表現出好像要自己地位高一點，故意表現比較稍微高傲一點。我還是能接受他，他也沒做什麼，跟我打、或吵得很兇，總之朋友難免會吵架這樣子啊！我很不能接受朋友不講義氣，那時候我會很生氣

主觀個人

小時候的個性非常內向，可是自從我五年級以後，那時候比較大了，開始愈來愈能放開，像我到現在覺得我非常外向。以前我爸同學會聚餐帶我去，我都很沈默，不敢講話；現在他們公司聚餐叫我去，我都可以跟他們講

話。以前很怕生，現在很開放。以前我認爲我很內向、很無聊，跟朋友玩不來，人家都很愛去活動，自己會躲在一旁不敢去，就是很沒有樂趣啊！後來我就試試看，因爲年紀也比較大可以自己去試試看，我就稍微放開一點，發現可以玩得很快樂，所以我說我不要那樣很不好。所以我就讓我的生活圈儘量擴大。

我的優點.... 我舉不太出來，我可以說缺點，缺點就是我跟人家做朋友，很不能容忍人家對我做一些不夠朋友的事，就是不夠義氣。

人際關係上我的優點就是，如果大家是很好的朋友，我會全力去幫他，如果真的交到知心朋友，我會很重這個友情，不會隨便去破壞它，像我有個同學，五年級的時候，我跟他感情非常好，我們星期六都會打打架（玩耍性質）啊！現在雖然不同班，我和他還是非常好，我們都沒有吵過架，我很重視他，要我去幫忙，我一定幫他做。

對別人的要求就是不要欺負我，不要亂作弄人，希望大家把我當作同學不要看我不順眼或不喜歡我，不要被排斥，我很不喜歡這樣。目前都還好，都處得還算不錯啦！只是有些是普通同學，有些是很好的朋友。

剛從美國回來時，比較不懂得跟人家相處，那時候還很內向啊！一切都很不熟悉，找不到人玩，比較孤獨，看大家也不太理睬我，就是他們也不算是排斥我，只是跟我合不來，大家都不能玩在一起，到了四年級的時候，就開始轉變，我又可以開始去交朋友。一開始的時候，都沒有同學到我家，我也不會去邀請他們，人家也不會邀請我，那時候，我媽就跟我說要多交一些朋友，後來就開始交了，會去人家家裡，人家也會到我家。雖然剛回國時朋友很少，自己覺得很孤獨，可是我自己還能一直走下去，就是都不會受到什麼影響，只是因爲孤獨，我個性就很內向。那時候我想自己做自己就好，自己做好就不要去管了，我那時候這樣想，其實一直都還蠻順利的。可是後來我覺得一直這麼的孤僻.... 就是我從小不是非常獨立，回來後沒有朋友，我就學著自己去獨立起來，可是雖然獨立起來了，我發覺獨立找不到樂趣，整天能做的就是去看功課，因爲你沒有朋友你能做什麼事情？只有回來看看功課啊！那時候一方面是我父母鼓勵我去交朋友，一方面是我自己真的覺得這樣子下去一定沒.... 人際關係會很差，整天只有讀書沒有任何樂趣，那我還不如去跟別人多多接觸，大家一起做朋友

知覺父母教養態度

媽媽有注意到我在學校的交友情況不是很理想，我有事情都會跟媽媽講，跟父母相處的情況都不錯。好像沒有什麼事情不願意跟她講，我爸媽平常

都去上班，很少在家，所以我一有事情，我都會跟她講，因為我平常實在是很少有時間跟他們這樣說說話，只要一有點時間，一有空，就會去跟他們講在學校的事情。

因應與防衛

剛開始就是儘量，我跟著一個人，因為我喜歡那個朋友，他的朋友很多，很多人都跟著他，所以玩起來就是大家都在一起玩，雖然這樣很好，可是我跟他接觸時間不會很多。雖然他也蠻喜歡我，可是因為大家一起玩，不是單獨一個一個的，所以我跟他不能算真正知心朋友，那時候，雖然我已經很開放，可是覺得好像還沒找到一個我理想中最好的、我最想要的朋友。其實那時候也不是我完全主動，因為那時候我們是排升旗路隊剛好排在一起，所以我們有機會這樣講話，是機緣的關係吧！不是我完全要去拉朋友。好像是有人跟我做朋友了，我才更想去交朋友，更主動一點。自己覺得都蠻順利的。

個案四分析模式 各因素內容

客觀環境事件

學校成立籃球校隊。

主觀環境事件

學校成立籃球校隊，我沒有去選。剛開始聽到這個消息時很高興，大概高興了十秒吧！然後就想說「嗯，算了，反正我功課這麼爛，老師也不會准我參加」然後就沒啦！因為我們班老師一定不會讓我參加的，他們一定會說我功課不好。我沒有跟老師談，懶得跟他談，我很討厭他，不知道為什麼這麼討厭他。

想參加籃球隊的主要困難是老師和父母，比較難處理的是老師，父母應該可以體諒我的想法，而且我還沒跟他們講。

我覺得不是我在限制自己，是我周圍的人在限制我，我爸媽和老師如果知道我有這種傾向的話（指想參加籃球隊），他們一定說凡事都是功課第一。他們如果真的在乎我的興趣，他們應該會跟我講，可是他們沒有，他們並不在乎我的興趣。父母就是不答應，老師也不答應，自己就只能生悶氣。心情感覺很不好，怪怪的，會怪自己為什麼不去參加，可是又會告訴自己反正你功課不好又不能參加，很奇怪就對了，我上課都不想聽，都在想這件事。心情不好也沒有機會說，有機會說他們也不會聽，然後聽了就算了。就只能安慰自己，除了安慰還是安慰。沒有什麼其它的方式，除非我們的體育組長看到我在打球，然後看校隊有沒有缺人，是不是爛得不能再爛了，他們才會來找我，否則也不可能。

和同學交往還好，因為我功課不是很好，體育方面很好，所以他們在體育課的時候會比較注意我，所以在打籃球報隊（三對三鬥牛）的時候他們會來找我，其它時候就不會。以前還好，小學的時候，七、八節體育課，現在國中只有兩節，而且人緣也沒有像以前那麼好，以前又管得鬆，反正就是變很多就是了。

主觀個人

因為我功課不好，在功課方面又已經放棄了，所以他（指老師）一定不會讓我參加的，他一定說我只是爲了好玩。所以我就放棄了。可惜啊！可是有什麼辦法。嘗試歸嘗試，可是有什麼辦法，反正運氣好會被遇到，運氣不好再怎麼也沒用。

在班上成績不是很理想，不知道爲什麼心情很不好，覺得很煩，都考得好爛，都在及格邊緣，名次掉到三十幾名，本來二十幾名的。考試快到了會煩，再加上爲了籃球隊事又變得更煩了。很少嘗試與他人溝通。

上國中以後就起伏變得很大了（指成績）。成績退步的原因不知道是什麼，真的很煩，以前還可以安慰自己，現在根本就不行。

遇到什麼麻煩都把它推給功課，現在就一直處於這種狀況，自己覺得非常的不好，對我影響很大，情緒啊、沒法專心啊、無精打采的。現在就只能拚這次段考，拚得好得話，可以和同學去參加籃球夏令營，看看有沒有辦法從那裡被發掘，可是如果考不好的話，就沒得混了。對我而言，壓力很大，真的很大，不喜歡這樣子。

現在功課差的原因是不肯唸，就很懶，老師說要做的題目我就只是看過去而已，數學知道怎麼算，可是沒有去算，去算的時候就出差錯，背書也不背，所以覺得怪怪的就是了。

我覺得我脾氣很暴躁，沒有什麼不良嗜好，也不打電動、不翹家，什麼我也不會，翹課都不會。別人答應我事但是沒做到的時候我會很生氣啊！然後我會把自己鎖在房間裡面，要不然就是找那個人痛罵一頓。像說現在上國中發育比較快，常常要買衣服，我媽說「好，今天晚上帶你去買」然後她就是會有一堆理由讓你一直拖一直拖，就常常跟他吵架，爲衣服的事跟她吵架。最後她還是得帶我去買。功課愈來愈難，愈來愈多了，老師也說國中最難的國二下學期就到了，怎麼怎麼樣，就變得很煩。真的很不想讀書，我跟同學講過，「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。」如果這樣跟老師講會被痛罵一頓。

知覺父母教養態度

我爸媽還是不會准啊，他們的思想還是停留在那種讀書比較重要，萬般皆下品，唯有讀書高那種想法上。所以想參加籃球隊第一個就先把功課弄好，不管什麼事情就先把功課弄好。

父母不知道我的興趣，只知道我很喜歡玩。平常就拚命叫我讀書啊！一個禮拜七天，差不多有五、六天都待在補習班，然後他們只知道我只是不想讀而已，認真讀的話可以讀得很好，他們就拚命幫我補習。

非常不滿意父母的管教態度，可是他們都很忙，很少和我們談，他們都不會知道我們心裡在想什麼、想幹嘛、想些什麼東西，不會試著了解我們。自己也不會跟他們講。他們也沒有時間來管我們，就算跟他們講話，他們也不見得就聽得進去，所以就不想講了，反正事情過去就算了，你拚命地安慰自己「就只能這樣子了」。父母很固執，很討厭，他們也沒時間，我所有的事情都是自己在弄，我爸對我根本沒有什麼影響，我媽除了幫我簽聯絡簿、幫我洗衣服以外，對我也沒什麼影響，我妹對我也沒什麼影響，等於我自己在過而已。我對這個狀況非常的不滿意，但是卻沒有機會去改變這個事實。改變的方法就是把書讀好，我把書讀好之後要做什麼，他們都不會管我，這是唯一的方法，但是做不到。

父母希望我的成績中上，前五到前二十之間，以前差不多是這樣，國小國中都一樣（指父母的要求）。

因應與防衛

也沒辦法，只能認命。就真的只能認命，想幹嘛都不行，讀書又不喜歡讀，又不是很會讀。

如果校隊甄選時間比較長的話，我可能會回家找我媽媽談談看，如果明天才截止報名的話，我想今天回家找我媽談。老師那邊，只要我有辦法說服我媽那邊，我就有辦法說服老師那邊，因為畢竟我是我媽生的，我媽讓我做什麼事，我們老師也管不到，只要沒有違反校規就好了。看看有沒有下次，如果知道有下次的話，我現在就開始讀書了，如果沒有下一次就不讀了。參加會讓自已過得很快樂，不參加就是自己.... 就算了，下次再參加好了，反正這麼久的時間都過去了，再拖幾天沒關係。只能讓這個機會過去，也沒有辦法，這也不是我想的，我還沒有到可以管自己事的年齡。不管什麼麻煩都自己安慰自己，像籃球隊的事情，安慰自己說「算了，反正你國中還有兩年，沒關係」可是現在不一樣了，每次安慰自己，又都反駁掉了。內心好的一方面會安慰自己，壞的一方面就會反駁，可是通常壞的一方比較厲害，所以就變成這個樣子，心情很不好，可是又沒有什麼辦法，就只能認命，看有沒有這個機會，但是目前為止還沒等到。如果不能等，我一定拚命的唸書來改變現況，除了這個沒有其它的辦法。

個案五分析模式（一）各因素內容

客觀環境事件 功課

考試考太爛（低於七十分）會被媽媽打，若考七、八十分有時會被罵。考前媽會說要好好讀，段考很重要。平時可以看漫畫，這是我唯一自由的事，但考前不能看漫畫，媽說這次考試平均八十七分以上就買電腦給我。另一個選擇是我自己存到一萬元，媽就幫我買，其它的錢由媽媽付。

主觀環境事件

我功課在班上排名前二十名，會先把功課做完再玩，可是不喜歡複習，不喜歡作題目，喜歡需要理解的科目，背科就很爛。要突破八十五就很難了，何況是八十七分，我覺得自己存錢比較容易，因為每次小考超過九十分就有一百元，所以存錢比較容易。

主觀個人

媽媽的要求有些能做到，有些不能。像是做弟弟的榜樣、準時回家等就得到，但是有些小細節真的沒辦法想得那麼週到，大部份可以，功課只要史地好一點就可以了。希望功課再好一點。希望媽媽對我的期望不要太高，不然我的壓力太大。

在功課方面，可以達到自己的要求，但達不到媽的要求。考不考得好自己可以控制，只要多唸書、多背就可以，因為我很少背書、少做練習，只要用功就會考好。不覺得功課壓力大，只有數學有些壓力。段考成績起伏不定，有時我覺得我很努力還是考不好、讀得很累還是很低分，有時拚起來會熬夜讀書，可能是休息不夠，考試時想不起來讀了什麼，背的東西都忘掉。

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，和媽媽的要求有一段差距。

知覺父母之教養態度

若做不到媽媽的要求，以前會揍，打得很兇，都打流血了，打完會跟我們

說那些是對的，還會幫我們擦藥。現在只說一說，但事情嚴重的話有時也會揍。因為舅舅去跟媽媽溝通，覺得我長大了不要用打的，不然我會愈打愈不聽話，媽媽就開始有些轉變，大約六年級以後才改變。比較喜歡這種改變，因為被打很痛，還是不要被打比較好。爸爸對我的要求很嚴格，他說每一樣都要比他強，很難啊！

因應與防衛

我請教媽媽要怎麼補救（指功課），有時會問舅舅，舅舅教我時我會，但他不教我時就都忘掉了。

自己的要求和媽的要求不一樣，只能順其自然，不一樣就不一樣了，達不到媽的要求就是挨打挨罵了。

個案五分析模式（二）各因素內容

客觀環境事件 家人關係（父母、父與祖母間的爭執）

主觀環境事件

爸以前常和媽吵架，吵架時看我不順眼連我一起罰。

以前爸媽吵架吵得很兇，不知道吵什麼，現在比較不會吵得那麼兇，因為全家都有些改變，家人都比較順爸爸的意，吵得太兇大家都受不了，受到刺激所以改變。看到父母吵架，覺得很難過，心很痛，覺得爲了小事把家裡吵得亂七八糟的，氣氛不好。

現在還好，只是有時爸會打電話回來罵罵人（個案的父親未與家人同住），不然會回來吵財產分配的事。爸爸有時會在中午回家，而我都在學校上課，不一定多久看到爸爸一次，有時候常常，有時候兩個月才見到一次。爸爸與奶奶的關係不好（目前個案與祖母、母親、弟妹、姑姑同住），是爲了爭財產，已經吵了很多年了，我不是很清楚這些事情，因爲他們叫我先管好功課。爸爸和奶奶處不好也沒怎樣，只是我爸不常回來，家裡會比較平靜，因爲爸爸回家就吵，如果我在家比較不會那樣吵，因爲我長大了。家裡人會督促我趕快長大，換我來管爸爸，因爲奶奶以前沒有把爸爸管好，他是獨生子，被寵壞了。

主觀個人

自己跟家人的相處還可以。爸爸和奶奶爭財產的事，如果打官司的話，奶奶可以帶我去告他（指個案的父親），只要我站在那一邊，那一邊就贏，所以我爸現在不會對我那麼兇，他要賄賂我。

我希望他常回來，不要一、兩個月都不見人影，有一次跑到國外唸英文，事前都沒告訴我們，事後才說。

知覺父母教養態度

小時候覺得爸爸很兇，不敢跟爸爸講話，怕講講會被他揍一頓就慘了，我爸爸現在比較好了，不會無緣無故發脾氣。大約一年前發現爸爸有這樣的改變。爸爸對我的要求很嚴格，他說每一樣都要比他強，很難啊！所以常被揍。就是課業要很好，品行也要比他好，這比較容易（指品行要比爸爸好），只要不亂發脾氣就可以。爸爸就是這方面不好（指脾氣），其它都還不錯。

媽媽的個性蠻溫和的，偶而很嚴厲，有時又很軟弱，禁不起打擊。爸爸的個性則是每件事情都要順他意，不順他意就很不高興，開始吵，不然就打人罵人，吵完之後他會想，剛剛是他不對，他就會道歉。

因應與防衛

所以他們吵架時我都躲在樓上，當作沒看見一樣。他們吵，我也沒辦法，小孩子嘛！父母吵架時，他們會叫我去做功課，我只能事後去安慰媽媽而已，看媽媽難過

自己也很難過。家裡這些事都不會跟同學講，因為這是私事，私事都不告訴同學。

個案五分析模式（三） 各因素內容

客觀環境事件 母親對個案生活上的管教

主觀環境事件

覺得媽媽管太多了，像是有時候我要到同學家去一趟，媽會說「不行」，怕我會變壞，然後又會管我要在某一段時間回家，不然就打電話追蹤，說我會變壞，不能常常出去外面，會受到壞的影響，有時候去參加班級活動也不准，媽會說我是找藉口出去。

除了出去玩的事，買太貴的東西媽也會拒絕，像是科幻小說、武俠小說。學校的事情不會告訴媽媽，媽會自己看日記（聯絡簿上的日記）。

有時做錯事會被罵得很慘，必須非常聽話，出去的時候必須交待得非常清楚。像我小時候有一次和同學出去沒有告訴家人，害他們很著急，回家後被罰了半天。

父母的管教態度與理想中有一點差距，有時我的意見和他們不一樣。例如我存好錢要買一樣東西，媽媽會說錢不要亂花，最後還是沒買。

和媽媽意見不一樣時會和媽媽辯論，我覺得有點像頂嘴，但媽媽還是接受。和媽媽意見不和我會讓步，不過有些時候是媽媽讓步，例如之前媽媽要求很高，我慢慢跟他辯論，媽媽的標準會慢慢降低。覺得媽媽管得很多。

主觀個人

媽媽的要求有些能做到，有些不能。像是做弟弟的榜樣、準時回家等就做得好。但希望媽媽多開放一點，跟媽媽提過，但媽媽的理由還是一樣，她說我出去會變壞。希望不要太限制和同學出去能再開放一點，還希望媽對我期望不要太高，不然我的壓力太大。

知覺父母教養態度

覺得媽媽還蠻好溝通的，只是生氣的時候不好溝通，媽會要求我做榜樣給弟弟看，「非常地要求」。媽媽對功課、品行都很注意，我媽小時候書讀得很好，所以要求我做好，可是我覺得沒遺傳到媽媽這麼好的，都遺傳到我爸。

媽會說要好好存錢，不要太浪費，要養成勤儉好習慣，因為她本身就很勤儉。

因應與防衛

很少跟媽媽解釋其實出去是做什麼事情，不會變壞，因為從國小就一直被媽媽拒絕，不想再跟媽媽爭了，不出去就算了沒關係。已經很多次這種經驗，所以也停止爭取。

不能買就算了，反正應該要聽媽媽的話，要孝順啊，不可惹媽媽生氣，不跟她吵，只是有點不高興，覺得媽媽不了解我的想法。

因為我覺得媽媽已被爸爸吵得很煩，我要乖一點，所以就算了，聽媽媽的話。

個案六分析模式（一）

客觀環境事件

在學校的人際關係。

主觀環境事件

(1) 在學校被男生欺負，他們覺得我長得不好看，每次看到我就裝做嚇一跳，像看到鬼一樣，我覺得很難過，不過不能對他們怎麼樣，只好不理他們。這種情形從上國中就如此。和女孩子相處還可以，有三、四個要好的朋友，偶而會吵架，但都蠻好的，其中有一個跟我最好，同學欺負我、罵我，我會告訴她我的感覺，但是她幫不了忙，因為其它人也是這樣對待她。其它同學可能覺得欺負我們很好玩，我們的感受卻不是如此。這種情形沒有讓父母知道，因為爸媽都很忙，回家已很晚。姐姐補習回來也很晚，不能跟她說什麼，弟（小學三年級）妹（小學五年級）很早就睡了。父母工作忙，弟妹年紀小，和姐又常吵架，所以在家裡感覺很孤單，沒有人可以倚靠。

(2) 最近同學很少這樣欺負我，感覺比較輕鬆，可是他們對我很冷淡，不聞不問，我感覺還是一樣，沒有什麼改變，仍對我不好。我猜想可能是因為我不像其它女生那麼活潑，所以不喜歡我，以前會取笑我，現在不會，就像男生常有不同的玩法，取笑我只是其中一種，他們轉移目標就對我冷淡了。

(3) 同學會笑我矮，我是全班最矮的，他們這樣笑我我會不高興，他們也知道我不高興，但是他們還是會笑我，他們覺得很好玩。有的只比我高一點點，他們也笑我，小學時有人比我矮，但是他國中唸別的學校。他們笑我我也沒辦法，因為我最矮，可能要等到我比他們高他們才不會笑我，不過我覺得不太可能。

(4) 國一時那位要好的同學，到了國二兩人常吵架，所以她和另一人在一起，我又和另一人在一起，後來和好也不常在一起。比較希望和原先那位同學在一起，因為比較有話講，可以和她談自己的事；現在這位朋友比較不方便談這些，只能說班上的事，因為她會把我告訴她的事告訴別人，比較沒有安全感，而且感覺上比較疏遠，不像跟以前那位同學一樣，兩人相處方式也不一樣，現在這位意見比較多，都是他說要去那裡，以前和那位同學都是我說要去那裡，有時候對現在這位同學有點不滿，感覺我要聽他的，我比較喜歡自己作主。不過我沒有告訴他，就算了隨便他。

(5) 問同學對我的看法，他們不說或是拐彎抹角地說，說的也不是他們的原意。

(6) 我覺得和老師之間有陌生的感覺，看到老師會覺得很害怕、很緊張、甚至在走廊上看到老師都不敢打招呼，不知道要說什麼。有的同學可以跟老師很好很熟、談得很愉快。同學喜歡跟老師作對，班上同學和老師關係不好，會影響我對老師的感覺。有時候覺得同學罵老師不對，有時候又覺得是老師不對，大家一直講老師不好，我也會受影響。

主觀個人

(1)(2) 我希望班上同學不要對我這麼冷淡，就像一般朋友一樣，也不必是很好的朋友。小學時候的朋友關係比較接近理想中的朋友關係。

我不想當自己，想當別人。希望受人歡迎，不要再受挫、不要再被嘲笑、不要這麼醜。常覺得自己差人一截，差在人際關係和身高，對身高沒有那麼在意，對人際關係比較在意。我希望和同學有很多話題，因為覺得現在沒有被他們肯定，不像其它女生那樣受歡迎，我希望能有多一點的朋友，像現在也沒有說很好，和他們在一起好像很多餘的感覺。現在最希望改變的就是人際關係方面。要改變只有一個辦法，就是把同學找來一起談，但是就算如此，談過還是會有心結，很難解決，也許一直到畢業都會這樣被欺負，順其自然吧，沒辦法改變的。自己個性不是很開朗，在家裡媽媽也說我不太愛講話，在學校我也是這樣，但是晚上跟姐姐在一起會很呱噪，特別喜歡跟姐姐講學校的事情，但姐姐不太清楚我被欺負的事。我希望自己功課再好一點，品行再好一點，有多一點朋友，不知道怎麼可以達到這些目標，只有用功讀書增進品德，可是用功不起來，會發呆或看電視，因為對課本上的東西沒有興趣，唸了會很煩。

(4) 與同學相處時，喜歡自己作主，有自己的意見，對於同學意見太多有些不滿。

(6) 可是我好像都沒有辦法跟老師很熟，我也希望能夠像他們那樣。我想應開朗一點，才有辦法跟老師講話。

小學時和同學都能打成一片，那時候朋友比現在多，不管熟不熟大家都在一起，有的小學同學在別班，我們下課後會約著一起回家，那種感覺很好，跟她們在一起比較愉快。現在我是班上最矮的，常因此被笑，我想如果人際關係再好一點，我也不會這麼沮喪，不會放棄自己，有時甚至不想活在世上，覺得沒什麼意思。剛開學時就有這種感覺，有時雖和朋友在一起，這種感覺還在。我很想知道同學對我的看法，我想知道別人覺得我怎樣

，但沒辦法知道，因為就算問他們，他們也不會說，或是拐彎抹角的說，還是不清楚同學對我的看法。

雖然如此，我還是覺得來學校比較好一點，因為在家很孤單，有時還被爸媽罵。我很想改變這整個情況，但是辦不到，畢竟它已經錯了。好像是我自己錯了，因為我在學校常自己一個人，不會跟同學玩在一起，即使是現在最好的朋友，也是因為兩人坐在一起才認識的，於是就我們兩人在一起，很少和別人在一起。如果沒和她在一起，我就落單了，感覺很孤單，隔一陣子（大約一星期）我們又常在一起。她也希望人際關係變好，不過沒有用，我們只能互相安慰而已。

在學校我沒辦法解決同學這樣嘲笑我的事，我也沒對他們怎麼樣，他們就這樣說我，好無辜。也許我不好看，但也不是我想要這樣的，同學一直取笑我，覺得很悲傷。而且他們偶而說說就算了，可是從一年級開始每天如此，我也不知道為什麼他們要這樣對我。跟老師說過這情形，老師說「沒關係，你多忍耐、多容忍他們」。爸媽不知道此事，曾跟姐姐提過，但姐姐說她不喜歡聽學校的事，因為她自己已經夠煩了，看姐姐這樣的反應覺得心裡不好受，「被欺負、受委曲」的感覺沒辦法發洩。其實我不想讓姐姐太清楚我的情形，因為她有暴力傾向，如果知道別人欺負我，她會去揍人家，我想這樣會讓我更難做人，所以我姐問時我也不能說，免得問題更大。姐姐有時候會安慰我，叫我不太難過，我覺得姐姐個性很開朗，人際關係也很好。

因應與防衛

想過一些解決方式，像是多跟同學在一起，和他們聊天，可是還是一樣，大概上國二之後，自己比較主動找同學聊天（和比較乖的那一派），可是她們自己也有好朋友，我打不進她們的圈子。我覺得自己怎麼改變別人也感覺不出來，我覺得別人很大方，像我姐姐就很大方，所以朋友很多，我就沒有那個樣子，我覺得沒辦法改變到他們那樣。自己還是有一點小小的改變，像是對同學的看法，以前會因同學笑我就討厭那位同學，現在就笑笑算了，再恨他也沒有辦法啊。

(4) 雖對同學有些不滿，沒有告訴她，算了，隨便她。

知覺父母教養態度

雖然跟媽媽比較親，沒有想過把學校的事跟媽講，因為跟她講她也不會在意，而且就算在學校不滿意情形告訴他們，他們也會罵我，以前跟他們講，他們也不聽我的話。國小六年級時，我們路隊長一直換，同學都不喜歡路隊長，最後老師選到我，自從當路隊長，每天回家都一直哭，跟我爸說這情形，我爸就罵我說你幹嘛哭啊，我姐也罵我為何不跟老師講，所以後來我都不讓他們知道學校的事。我覺得現在比當路隊長時還痛苦。常常想起這些不愉快的事，心情會不太好，就自己看看電視，或發呆，要不然哭就算了（通常家裡沒有人，自己坐在那邊哭）。

個案六分析模式（二） 各因素內容

客觀環境事件

(1) 功課不好，父母會拿個案的成績與妹妹比；媽媽會不准個案看電視，叫個案去看書。(2) 父母吵架。

主觀環境事件

因為姐與弟妹都補習，奶奶和爸媽都工作到很晚，家裡常只有我一個人，我會寫功課或看書、看電視，很無聊，東摸摸西摸摸的等家人回來。我媽不准我看電視，但我很愛看，所以我偷偷地看，聽到媽的摩托車聲音就趕快把電視關掉。姐姐也喜歡看電視，不過媽媽比較不管我姐，可能因為她比較能夠獨立、可以自我約束，而且我姐比較孝順，會主動幫媽媽做事，我就不會這樣做。

在家裡不用為身高問題那麼憂傷，因為我不是家裡最矮的，我媽說以後我會是家裡最高的，所以這方面比較滿意。我爸媽覺得我妹很乖，會常誇獎她，可是我覺得我妹很討厭，妹很自私，只是我爸媽沒看到而已，爸媽誇獎妹妹時，我會想那不是真的她，有時候覺得爸媽為什麼不誇我，尤其是誇獎她的功課時會有這種感覺。這樣的感覺其實也還好，只是有一點點這樣的感覺，爸媽對我也蠻好的。小學時候就覺得爸媽比較疼妹妹，我覺得爸媽眼中我也很乖，但是功課不像妹妹那麼好，也不像她一回家就作功課

，這樣會影響我對爸媽的感覺，就是看到他們覺得很不自在，比較疏遠，有時候因此生妹妹的氣，和她吵架。

爸脾氣很不好，常和媽吵架，以前我國小時他們感情還不錯，但我上國中以後他們感情好像變不好。奶奶住在家裡，和媽媽的感情不太好，我們都覺得奶奶管太多，但是她是長輩，我媽也不能罵她，我覺得我媽很可憐，萬一我媽說奶奶怎樣，還會被我爸罵。可是奶奶喜歡把家裡的事告訴別人，傳來傳去別人會誤會我爸不孝，這種情況不太可能改變。爸心情不好就喝酒，家人都不希望他喝酒，因他現在身體不太好，爸常為此跟家人吵架。我爸說我媽和我奶奶感情不好，互相指責，所以我爸心情更不好，更想喝酒。爸有時在家喝，有時出去喝，都是喝醉了才回家，父母又會為此事吵架，每次他們吵架都碰巧在月考前，看他們吵我會很生氣，不過沒有辦法，多少會影響功課。

爸媽吵架我就站一邊或走開，不過我姐會介入其中，她是站在我媽那邊，我也覺得我媽較對，我媽比較有主張，我爸常一個人生悶氣，累積一陣子就會爆發出來，我爸覺得我媽看不起他，所以常跟我媽吵架，甚至還說要離婚。看爸爸這樣不愛惜自己身體我會很難過，自己的爸爸為什麼這樣子，加重媽媽的負擔，好像只會花錢。我奶奶看我爸媽吵架會很難過，她沒有特別站在那一邊，只是希望夫妻不要吵，我奶奶常因此看起來很沮喪。

主觀個人

自己的功課不是很好，自己要求只是進步就好。我覺得我自己都考得不太好，而且沒有很盡力。功課壓力不是很大，可是我不喜歡讀書。國一時有補習，後來不太適應那個環境，國二就不補了，我媽也同意讓我休息，也許下學期再補。我媽希望我用功讀書。所以自己要克制自己，看書要專心、不要發呆，有時我媽以為我在看書，其實心裡想別的事，沒有讀進去。我比較不能自我約束，常要有人在家才能克制自己，要別人管我，所以媽媽管我比較多。我希望有人能對我很好，能幫助我，可是我不喜歡我弟妹，他們常令我生氣。我在家裡脾氣比較不好，不高興不會表現出來，自己躲起來哭，生悶氣；如果是我弟妹的錯，我會罵他們，可是他們可能來打我，我反而更慘，但我還是忍不住要罵。有時候在學校不快樂，和同學一起走回家的途中覺得很快樂，進家門又覺得不快樂了，因為到家就要看爸媽的臉色，擔心他們不高興，我的心情會因此低落下來。

我覺得應該讓我看電視，因為就算我在書房也是看不下書，而且我不會看太久，看完一齣就去看書，讓我更想看書，只是叫我看書沒有時間休息我會很不想讀。

希望自己功課再好一點，品行再好一點，有多一點朋友，不知道怎麼可以達到這些目標，只有用功讀書增進品德，可是用功不起來，會發呆或看電視，因為對課本上的東西沒有興趣，唸了會很煩。

對父母的管教態度不滿意：有時我認爲我對，他們認爲我不對，很少有機會跟他們好好討論。

因應與防衛

(1) 認爲應該要用功讀書，但是用功不起來，對書本上的東西不感興趣。爸媽常拿我妹妹比，我就是我，沒什麼好改變的。有時因此生妹妹的氣，故意罵妹，可是她也會兇我。

(2) 爸媽吵架我就站一邊或走開。

小時候受父母家人的影響比較大，上了國中以後受學校影響（不愉快的事情）比較大。小時候和兄弟姐妹的不愉快，會因此挨罵，爸媽覺得大的要讓小的，但我有時候覺得明明是弟妹的錯，爸媽還是罵我們，覺得很不服氣。以前比較小會因此影響對父母的感覺，現在就順其自然了。

知覺父母教養態度

爸媽對我的要求就是盡力自己的事，不太管我的功課（爸爸希望我英文要好，數學只要知道錢不要算錯就好；媽則覺得每一科都要好），沒有說要考第幾名，但是會拿我跟妹妹比，可是我就是我，沒什麼好改變的。比較要求品行，要規規矩矩的、不要打電動。如果要和同學出去，我會自己跟媽說要去逛街，我會預留一點時間，出去之前會再跟媽講一聲。除非是月考前或太晚了，我媽才會不准我出去，比起其它同學，我媽這方面比較好一點，可以照我自己的意願。其它限制就是不讓我看電視，希望我在書房裡唸書，如果看電視，媽會罵，不會很兇，只是一點兇。

有時候跟媽說我的想法（想看電視），媽會讓我看一會兒電視，覺得這樣還好，但是這種情形很少，可能那時我媽心情較好，大部份是不答應的。爸爸不會限制我們看電視，除非太晚，爸會叫我們去睡覺。

每次考後，都等到最後一天才拿給父母簽名（在考卷上），媽看到成績後，會罵我說這次不打你，下次考不好就要打，國小時會打，現在比較少，打得不嚴重，只是拿棍子打一下，罵一罵。可以接受媽媽現在這種管教方式，爸爸有時會怪媽媽沒有把我教好，我覺得這不是媽我錯，是我自己的錯，但是不敢說出自己這種想法，因為覺得無法面對爸爸、不敢看他。和

爸爸意見不同都不敢講，已經養成這樣的習慣了，覺得爸爸會把事情推到別人身上，平常會開玩笑，但是生氣時很可怕，媽媽平常很兇，但是對我們蠻好的，感覺跟媽媽比較親。

做錯事時他們會兇，會罵人，例如我媽叫我洗碗，我不想洗，媽就會罵，然後我還是會去洗，會不太情願。

家裡四個孩子我妹的功課最好，所以感覺上我媽最疼她，弟弟調皮常惹我媽生氣，父母都會打他。奶奶會怪我爸媽沒管好他，因為爸媽太忙，沒有辦法顧到所有的事情。

個案七之模式分析（一）各因素內容

客觀環境事件：課業

平常上課、上補習班，段考前幾天有很多考試，要花比較多時間讀書。如果沒有達到父母的要求就會挨罵，罵完還會安慰我幾句，如果只差幾分就罵罵，考零分就會打，用雞毛撻子打，給個警惕而已，不會打得很嚴重，打完罵完事情就過去了。被罵了就心情很不好，嚴重的話只有十分二十分，就會很難過。

主觀環境事件

段考前會覺得功課很重，有時應付得過來，應付不來就隨便看一下。自己還蠻重視功課的，但是功課之外的其它事情也很重要，不是只有功課重要。有時候會覺得父母管得太嚴，自己希望改變，但沒辦法，已習慣了改變不了。

主觀個人

對自己要求不高，有及格就可以了。覺得自己和別人不太一樣，像是別人體育很好，我體育很差，別人功課很好，我功課很差，這些不好的地方，我都覺得自己不好，所以別人都是最好的，我自己最不好。從來不想自己有什麼優點，因為很少發現自己有什麼長才，只喜歡畫圖，沒什麼長才，也不知道畫得好不好，畫完無聊就丟掉。很多事都對自己不滿意，做得好或不好我都不滿意。對自己要求不會很高，都覺得比不過別人，事情常做不好顯得很笨拙，對自己這樣的看法沒有人告訴過別人，沒人知道。偶而把事情做好，媽媽會稱讚我，但自己覺得沒什麼，普通而已，別人喜歡就好。從小就覺得自己不夠好，大約國小一年級即如此，媽媽有察覺到我這種想法，常鼓勵我、告訴我怎麼做好事情。

因為我程度有限，無法真的達到他們的標準，有時壓力太大，不想待在家裡，想跑出去，避開這些奇怪的事，去想比較快樂的事情，不過只是想想，沒有真的去做。我希望父母不要給我太重的責任，把期望降低一點，不要太嚴格，以免承受不了。功課以外父母對我生活上的要求，像是做家事

或運動、看課外書，我覺得很好，現在做好了，以後到別的地方也可以把這些事做好，目前都可以應付得來。

知覺之父母教養態度

老師的要求不高，父母的要求就高一點，約七、八十分左右。爸爸在功課方面比媽媽嚴格（父要求八、九十分，母說六、七十分就可以），可是他們的標準又會改變，像有時我記得是 60，達到標準了，回家卻說是 70，又要被罵，一下高一下低很麻煩，也不能預料他們會有什麼反應。達不到標準父就多罵幾句，媽罵完換爸爸罵，一直被罵心裡會不舒服，覺得怪怪的。爸爸比較嚴肅，因為工作的關係，只有晚上在家，不過跟爸爸感情也不錯，會聊天、問他問題。跟媽媽大多說學校發生的事，很少談自己的想法。

因應與防衛

晚上會想來想去的，想剛被罵的事，還有為什麼考不好，看有什麼解決的方法。解決方法像是寫參考書、去問老師，把不會的題目充份了解。心情上的難過就自己寫悔過書，寫完收起來，考不好時再拿出來看，想想過去和現在的差別。覺得自己做不好大概是因為不專心，容易分心，媽媽會說叫我以後忽略旁邊的小事，要專心，我認為聽媽的話比較好。

被罵後心裡難過不好受；對於父母的要求，能做到多少就儘量做，沒辦法改變父母。

個案七之模式分析（二）各因素內容

客觀環境事件

1. ①有一次看學校發行的週刊笑得很誇張，對面的同學誤會我在笑他，然後起了小衝突；②有時同學要借東西不說一聲就拿走。
2. 有些同學不喜歡和功課不好的同學在一起，所以不和我一起。

主觀個人

我覺得和同學相處很好，有些功課好的會排斥功課不好的，像我功課一直退步，他們不和我一起，我也不會怎樣，就算了，就和其它好朋友在一起

。覺得自己做不好，頭腦不好也不是我的錯，反正都是我做不好，別人都是對的，我都是錯的。會想要如何改變這情形，有時功課太多、太累，就不想做，有時候覺得壓力蠻重的，每次都考這種分數，自己也不是很努力，因為貪玩或想別的事情不專心，只要有一些小動靜，就會分心，影響上課或做事。（個案把與同學相處的不順利歸因到自己功課不好，解決之道也由此著手）

希望有一些改變，還是自己幫忙自己比較好，不需要別人幫我，自己能做的事就自己做，太難的事才叫別人幫我一點，有時我也會拚命做，把它做好。

自己個性比較內向，不愛聲張，有心事會告訴朋友或姊姊，不會告訴父母（功課或在校與同學相處的事情）。

主觀環境事件

有時同學說我幾句，或是誤會我很小氣，我覺得會誤會我是因為我先做不好，所以同學會厭煩，就算同學把錯怪到我身上，我也不會怎樣，我告訴他們「你們自己想，你看我怎樣就怎樣」我不會怪他們。

自己覺得可以接受這樣的標準（指父母對孩子交友的態度），可是我還是常跟功課不好的同學在一起，他們邀我去打電動我不去也沒關係，他們不會強迫我，我就跟姊回去。他們去打球，我不喜歡運動，他們也不會硬逼，反正他們有幾個朋友一起玩。假日大多留在家裡，若要出去，媽會問跟那些人、去那裡、還要留電話，覺得太麻煩，同學邀我也不想去。自從老師發下全班同學的電話，我就跟媽說一下和誰出去，反正有電話，就不會很麻煩。跟同學在一起比較快樂、自由，國中生活很忙，很想和同學出去玩。

學校和家裡比較，還是較喜歡家裡，家裡有床和電視，喜歡一個人在家，很快樂，但父母在家的話，就覺得別的地方比較好，因為爸媽會要你去讀書。

因應與防衛

與同學起衝突，多默默忍受同學的指責；對同學不告而取的行為會不高興，最後還是會借給他，不過心裡會生氣。

知覺父母教養態度

與同學發生爭執，不會讓家人知道，因為講出來媽媽會擔心，擔心我身體不好，萬一打起來受傷怎麼辦，怕媽媽擔心，而且自己可以處理，所以不告訴家人。學校的事情，老師可以幫忙處理。

父母也會管交朋友的事，注意我朋友的成績或品行，以這些來判斷我該交往那些同學，我媽說功課好的就去交，功課不好的做單純的朋友就好，不要太信任他，少跟壞的人在一起，會被帶壞。

個案八分析模式（一） 各因素內容

客觀環境事件

上課後要補習，很少有自己的時間，只有禮拜天，有時禮拜天還有事，所以自己的時間很少，大部份時間都以課業為主。休閒時間喜歡打籃球、出去玩，或聽音樂、看書。

主觀環境事件

但老師說最好不要往下比，往上比比較好。
可是這次月考不是準備得很充份，所以有些退步。
輔導課介紹過升學的路，我想唸高職；因為高中很多人要爭，若要唸高中我不喜歡那前三志願，因為那對我比較遙遠，會令我壓力很大，如果考不上會很失望。

主觀個人

老師說我的智商蠻高，但是不喜歡讀書，我的成績還不錯。
以前我差不多是全班二十幾名，現在可以符合媽媽的要求。
我也覺得我不應該考這種成績，因為我朋友我功課比我好，有時候會跟他比，我想「如果我這次考得比你好，那我也不會爛到那兒去」。我有一個奇怪的想法，就是我不喜歡往高處比，喜歡和成績比我爛的人比。
我蠻喜歡這樣子（指父母對功課的要求），因為不會給我太多壓力，這樣考出來成績也還可以，如果壓力大我會想「你這樣逼我，那考爛一點給你看好了」，因為「不爽」，覺得幹嘛要逼我，在我家我比我弟弟還會讀書

，我媽逼我要考好，我會覺得她給我壓力蠻大的，學校老師也會給蠻大壓力的，我覺得爲什麼不去逼別人，一直逼我，所以考爛點，等於告訴他們我讀出來的成績不一定會像你們預期那麼好，就是會反叛。所以我不喜歡壓力。

想過以後要當老師，或是開店，我常買一些書回來自己修學問。現在對於體育、音樂、數學比較感興趣，不過有時候對一個科目很有興趣，到後來又沒了，所以，到時候要升學，我不曉得要讀什麼好。

我跟媽媽說，我去考中正高中，因爲我家離中正比較近。而且他們也是男女合校，雖然女生比較少，但我覺得男女平等嘛，有什麼關係。

如果唸高職，因爲我沒有很充裕地了解高職的科目，想以後多了解、多認識，才比較好選。

知覺父母教養態度

父母大部份的要求是要我的功課好，其它要做什麼事都沒有關係。我爸爸比較不會管到我，因爲他很忙，大部份都是我媽在管我，她希望我只要功課好，那我要出去玩都沒有關係，要幹什麼都沒關係。媽媽比較開放，比較民主。

我媽覺得我還可以再進步，我媽要求我要考前十五名，保持在十五名內，再慢慢進步。

退步的話爸媽就會罵，他們希望我下一次考好一點，因爲本身能力不只是這樣，應該要考得更好。

我媽認爲，我的目標要訂高一點，假如要考中正，就把成績訂到北一女或中山女高，這樣成績比較高比較容易進去。

對父母的管教態度覺得還好，只是爸爸較嚴，就是說他雖然不管我的功課，但是他要是知道段考成績，考好了會有獎勵，考不好就會開始一直罵，讓我覺得說爸爸的管教方式沒有媽媽那麼民主，比較專制一點。媽媽會讓我做我想做的事，但是要求也蠻嚴格，要求我功課好、要乖、要幫忙做家事。所謂「乖」就是不要很晚才回家、要按照一定作息、不要在學校惹是生非。

爸爸很少知道我們在學校幹什麼，我媽媽知道什麼時候段考，她在段考前會說「要段考，去讀書」，爸爸還是跟平常一樣，頂多說一、兩句「段考考好點」，就這樣。

因應與防衛

我覺得，那些成績爛的人有些比我聰明，只是他們不願意讀而已，我假想他願意讀的話一定考得比我好，這樣子給自己壓力蠻大，成績可以很快進步很多，有一次就是這樣。如果我往上比的話，假如這次贏他，下次也要贏他，如果沒有贏過他的話會很難過；所以往上比的話壓力更大。那乾脆就往下比，這次贏他，下次也會贏他，而且贏了會更高興，因為他是假想敵啊。

小學的時候功課不會就求助於爸媽。爸爸比較忙，我就求助於媽媽，那時還可問舅舅，他會教我，後來舅舅搬走了。那時候功課算是還不錯，時好時壞。升上國中後，媽媽對功課比較不會，所以現在就是在學校上課，到補習班做題目，不會時也不知道要問誰。

個案八分析模式（二） 各因素內容

客觀環境事件

人際關係

主觀環境事件

在學校和同學相處得還不錯，有一、兩個比較好的朋友（女生），其它就是普通，有時候在一起嘻嘻哈哈這樣子。比較不喜歡一些三八的女生，要是和女孩子處不來的話，就像平常一樣沒關係，如果沒辦法和男孩子玩，就算了，雖然不能和他們玩，可是也可以看他們玩啊！會以這種心態面對。

在班上我很像男孩子，可是我可以跟女孩子相處得很好，也可跟男孩子相處得很好。因為男孩子覺得你又不像女人，也不會很嚙嚙、三八，以這種心態去面對男孩子，然後幫他們解決問題，鼓勵他們，可能也是一個目的吧！

我在我們班行為是很粗魯，而且只要一生氣，有時會打男生。打人時會按照事情的大小來打，不是打人就是踹人，有時踹出傷口，他們會說「你好狠喔」，我說「沒辦法，我這雙鞋太好踹了」。

我的記性不好，常忘了東西放在那裡，花好多時間找東西，還會賴床，常因賴床忘了帶很多東西去學校，然後就被罵。

如果人家反駁或直接批評我的意見，那時我就一句話也不說，人家感覺「

奇怪，妳怎麼不說話？」比較了解我的人就知道我在生氣，我生氣很快就消失，所以在我們班來說，人緣還算不錯。

我們班那些女生也不是很喜歡我，因為我這個人比較粗魯一點，跟她們比較合不來；她們會怕蟑螂、老鼠的，但我不怕；像體育課的時候，那些女生都不玩，那我很喜歡球類運動，她們會有點討厭我們，覺得我們奇怪，女孩子應該乖乖的，爲什麼要這樣跑東跑西的、還大聲講話。

主觀個人

我的個性跟男生很像，所以我覺得男生可以做的事我也可以做，像運動啊，不會認爲只有男生可以做，女生也可以做啊！其它像一些屬於女生做的那些家政啊，我也是會做，只是不太靈活。

我的觀念是男女平等，但是我希望我的打扮、穿著、行爲就像男孩子，可能是希望引人注意吧！我也不曉得。習慣買男孩子穿的衣服，我穿起來就有點像女孩子也有點像男孩子，比較中性。

或許是我像男孩子，就比較可以和男孩子打交道、能融洽在一起，女孩子打扮得中性，跟男孩子很好相處，和女生也很好相處。

我自己男性化的個性是沒有辦法像女孩子那樣乖乖的讀書，那我的行爲就很粗魯。

朋友說我的個性有一點好強、不認輸，就像我有時候和人家拚功課。我不太贊同別人認爲我好強，我自己覺得我不是很好強，只是如果我是對的，我會堅持自己的意見，不讓步。

我覺得我比較不自主、不獨立，一定要詢問別人的意見，然後才能決定，就是自己下判斷不夠精、不夠果斷。

我自己希望改的是脾氣，我的脾氣在班上算是很暴躁，很容易生氣。

我想把這些壞習慣（指行爲粗魯、記性不好）改掉。

我也很很討厭人家對我嚙嚙，我的意見提出來，你可以給我意見，但是你不可以反駁或直接批評我的意見，這樣我會很不開心。

如果我能把情緒化都改掉的話，對我的人際關係方面比較好。

我的優點大概是比較會察言觀色吧，看人和平常不一樣、不開心，就會去問他怎麼了，然後變成他的聽衆，而且不會把人家跟我講的講出去，所以我問他們的話，他們也很樂意講。我很喜歡給人感覺我瘋瘋癲癲的，或許這樣可以帶給人開心，帶給人家歡樂。另外我對畫畫、設計還算有興趣，要做版面什麼的，都很樂意去參加。

我有時候會發呆，有時候人家會覺得我瘋瘋癲癲的，有時候人家會覺得我憂鬱。

知覺父母教養態度

父母對我的管教態度我是覺得還不錯，如果要改的話，我是希望爸爸能變得不要那麼嚴肅，他開口的話常常都是罵人的話，我希望他開口會問問功課，那我媽媽是比較民主，所以她改不改都沒有關係，主要是希望爸爸能改，跟我媽媽一樣比較常笑啊、很開心。我媽媽知道我蠻喜歡看電視、電影，她會說「把功課寫完、讀書讀完的話，我們去看片」，也不會管我看到多晚。媽會跟我們一起瘋，很開心帶我們出去玩。媽媽比較樂天派，常常很開心，說一些很好玩的話。希望爸爸也能像媽媽這樣比較開心、比較樂觀。覺得媽媽比較好，比較有話可以跟她講，跟她在一起比較開心，那爸爸早出晚歸，很少時間相處，所以對他感覺沒有很深、淡淡的。

我不要跟媽媽說我學校生活，我也不希望他們介入我學校的生活。因為在家裡一舉一動都被爸媽觀察、監視，就是他們知道我現在在幹什麼，在學校爸媽觀察不到、監視不到，所以我在學校我會比較自由、比較開心，比較自在一點。我不希望他們知道我學校的事情，媽有時會對我們班的人一些批評，我不喜歡聽，有時候會因為這樣，跟媽媽起衝突。以前有這種經驗，就是講同學今天怎樣怎樣，講到一半媽就問這同學功課怎樣，我就說「你為什麼問人家這些」，有時候因為這樣而不願意講，有這種經驗，就想算了，免得鬧得不開心，以後講一些開心的事就好。有時候跟同學講電話聊天，媽媽問很多，我後來就想下次打電話就長話短說，其它話到學校再說，不會再因為一通電話跟媽媽吵起來。

對父母的管教態度覺得還好，只是爸爸較嚴，就是說他雖然不管我的功課，但是他要是知道段考成績，考好了會有獎勵，考不好就會開始一直罵，讓我覺得說爸爸的管教方式沒有媽媽那麼民主，比較專制一點。媽媽會讓我做我想做的事，但是要求也蠻嚴格，要求我功課好、要乖、要幫忙做家事。所謂「乖」就是不要很晚才回家、要按照一定作息、不要在學校惹是生非。

因應與防衛

有時候別人反駁我的意見，我就覺得算了，不必為這些小事傷和氣。

我本身不太在乎自己的行為粗不粗魯。

班上有些女生不喜歡我，自己覺得不要理她們，我聽了會生氣，但也不能怎樣，也不能罵什麼，就讓她們自己講，算了，不要理她們。而且我也怕和她們吵架，我比較會讓別人，不希望人家生氣或哭，如果人家生氣，我會一直求她們不要生氣，如果人家哭，我也不知道要怎麼安慰。所以我的個性可能會帶給我一些困擾。

附-36

個案九之模式分析各因素內容

客觀環境事件

功課及生活上之要求。

主觀環境事件

父母要求盡力就好，老師會針對成績較好的幾位同學，要求多加油，因為老師覺得可以再加強一點，班上成績高的很高，再往後的名次成績就掉下來了，就是有一段落差。老師的要求比較高（此為與父母的要求比較）。目前在班上成績為前十名。

做不到父母要求的時候父母會罵一罵，被罵就去做好，例如衣服沒折好，媽會生氣，叫我做好，可是我很懶惰，不想去做，心裡想等一下再做，因為我正在做一件事情就不想再做其他事情，不過媽媽講了，後來還是會去做，只是不太高興，會很慢才去做。有時候希望媽媽幫我做一下就好了，可是媽不要我們那麼懶惰，要獨立，自己的事自己做。其實媽媽的要求蠻合理的，可是自己做起來感覺不太一樣，如果這些事情常犯父母會打。家裡有父母，一姊及一弟。姊姊高二，弟弟五年級，家裡會發生的衝突大多是，我認為或甚至是我對，媽媽認為那是不對的，我就會跟她辯，然後我也不認輸，她也不認輸，就吵起來，吵過以後也沒什麼，就算了，通常都是為了很平常的小事，例如買東西，我想買的媽媽不同意，就不能買了，當時會覺得很可惜，回來後想想不能買就算了。經過這樣的事之後，以後如果有相同的事情，可能跟媽講一講就可以買了，或者自己覺得沒有必要就不買了。

我都是和女生一起，不敢和男生一起，因為會被謠傳和誰一對。自己也被傳過，覺得很不好意思，很不自在，就裝做不知道，而且和那位同學保持距離。

學校裡有的老師很好，講課很清楚；但是有的老師會去跟導師告狀，我們就不喜歡他；有的老師看同學上課吵鬧，就不講課了，叫我們自習，好奇怪喔！老師這種做法會影響我們學習。

我一星期補習四天，共兩科，禮拜天不補習，因信基督教，去做禮拜，我覺得信教就不會做壞事。國小五年級時別人帶我們去教會，才開始信教，信教前很無聊，每個禮拜天都沒事做，信教後就不會了。

主觀個人

覺得現在的功課不好，希望再好一點，不知道可不可以再好一點。

自己覺得大概能做到父母的要求，偶而不行。

大部份的事情都會跟父母講，在學校的事情，和同學相處或老師的事幾乎都講，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，類似的事還有喜歡或不喜歡某位同學，有時候偷偷跟同學講，因為年紀一樣會了解，也可能會幫助我們，這些事不能跟媽媽講，因為他們不一定認為我們這樣是對的。

覺得自己生活都還蠻平順的，都還過得去，對將來沒有清楚的規劃，父母並沒有要求什麼，看自己的興趣決定。自己想當會計，因為當了很久的總務股長，已經習慣收錢，我想會計也是類似的工作。其實也不知道自己有什麼專長，只是這樣想想而已。現在成績不錯，但只是現在啊，有時候覺得盡力了，還是考不好，會很難過，就不想讀書了。考不好得怪自己，也不能怪題目太難，那樣父母會覺得我們在推卸責任，所以自己還是覺得要好好唸書。現在也沒有別的事可做，只要唸書就好了。

每一科都重要，我不會因為特別喜歡或特別討厭某位老師就多唸或少唸那一科。

知覺之父母教養態度

父母不會因為成績不好而體罰，父母平時的要求都是生活習慣方面的，例如不可以說謊、罵髒話，或自己的整潔衛生要做好，平常人不可以做的我們就不可以做，沒有特別的要求。從小父母的態度就是這樣，比較重視品行，功課沒有品行重要，像是不要頂嘴，對父母要特別好，小時候做不好會打。

覺得父母的管教態度很民主，父母希望講過的事情不要再犯，他們比較不喜歡用懲罰，因為他們說我們長大了，有自尊心，不要處罰我們，可是我們自己要做好，因為他們尊重我們，我們也要尊敬他們的用心。

自己很滿意父母親這樣的態度，覺得這樣比較好，和其它同學比起來，他們的父母都打啊，我覺得很可悲，我想我的父母比較好一點。

父母的態度很民主，自己覺得蠻幸運的，父母有時候覺得小孩子不知足，會說我們生長在這樣的家庭要知足，不像有些小孩被虐待，很可憐。父母比較少用打的，用罵的比較多。我自己覺得該打的時候還是要打，父母不

能都不逼，不然小孩會懶惰，父母還是該管孩子。

父母的態度不會改變，他們覺得可以做就可以，不可以就不可以，他們會把持原則。自己已習慣他們的規矩，可以接受他們的方式，因為一直以來都是如此，可能再長大些會放寬，大學的時候吧，結婚以後他們會比較放心。

交朋友方面父母的限制是不可以晚上出去，他們要知道和什麼人出去，要留同學的名字和電話。父母不會特別限制和男同學來往。

父親對孩子的態度要求比較高，就是有時候覺得媽媽比較好，所以不怕媽

媽，爸爸看起來比較嚴肅。父母說對他們兩人要一樣尊敬，不要把尊敬爸爸變成怕爸爸。覺得爸爸也很有趣，會跟我們說說笑笑的，我們跟爸爸也很親，不像有的人和爸爸距離很遠。

有時候覺得媽媽對弟弟比較好，可是媽說她沒有偏心，誰比較乖就比較疼誰，然後叫我們都要一樣乖。小時候會覺得媽媽偏心，例如買玩具給弟弟，不買給我，我就會跟媽媽生氣，不理她，接著媽媽會來安慰我，說因為弟弟年紀小，我要讓他。我聽媽媽這樣講就覺得很難過，覺得媽媽很可憐，想哭，大了就不再計較這些。

還有一次我打破碗，媽媽很生氣，但是媽媽先問我有沒有受傷，本來是很生氣的表情，罵我不小心，後來還安慰我們說不要太難過。因為做錯事情都會怕怕的啊，可是媽媽先不管她的生氣，還安慰我們，覺得媽媽很好。另有一次姊姊把錢包掉在公車上，回家後很難過，不太敢講，後來才跟媽媽講，媽媽的態度很關心，安慰姊姊不要太難過，以後要小心，沒有怪姊姊。我聽完很高興，跑去跟媽說，妳今天這樣很好，媽對姊姊這件事的反應跟平常不太一樣，平常媽媽有些事情要求比較嚴格，但是這次她沒有指責反而安慰姊姊，我就覺得很好。

因應與防衛

（功課）補習，自己好好唸書。

（生活上之要求）被父母罵就去做好，例如衣服沒折好，媽會生氣，叫我做好，可是我很懶惰，不想去做，心裡想等一下再做，因為我正在做一件事情就不想再做其他事情，不過媽媽講了，後來還是會去做，只是不太高興，會很慢才去做。買東西，我想買的媽媽不同意，就不能買了，當時會覺得很可惜，回來後想想不能買就算了。經過這樣的事之後，以後如果有相同的事情，可能跟媽講一講就可以買了，或者自己覺得沒有必要就不買了。

父母教養態度（母親提供資料）

老二（指個案）很乖，功課還好，不是很好，是很平穩。國小比較好，國中課程比較難，平均都在八十分以上，還沒有過九十分以上，功課不平均，有的很好，有一、兩科不好，她很自動、自己會加強。我們不會逼她，一向都跟他們（指孩子）講道理，跟他們講儘量自動。光是催催催也不是辦法。我們都會注意他們的功課。

她國小到國中不同階段，個性有一點不一樣，像是穿衣服方面不太聽話，她有自已的選擇，不像小時候由媽媽來打扮。她的個性是如果不想接受的，會堅持己，有些事會聽話啦！她的意見也是可以，喜歡比較保守的，因為我買的衣服不會怪里怪氣、比較活潑，她說國中不要穿得太活潑，要適合年齡。她講道理我可以接受，她的觀念很正確，有充足的理由，她的顧慮也是對的。

他們的意見如果有道理，我會接受，尊重他們自己的想法，如果不合理，我會反駁，要跟他們開導一下，但是像穿衣服這件事情，再怎麼說她也不接受，她只穿衣服這一點，讓我覺得「到國中就一定要這樣反抗嗎？」

其它的方面她從小就很會想，在學校也很得老師喜歡。有些時候難免會頂嘴，一般都會有這種情形，有時候我們做父母的也會做得讓他們頂嘴的機會，都會有啦！比如有些事我們重複講幾次，她聽了覺得很煩，就不喜歡聽，像她很偏食，我們會鼓勵她什麼都要吃，帶便當時帶了她不喜歡吃的東西，我跟她說去學校要吃下去，不可以丟掉。交待幾次，她就會說「跟你說會吃就是會吃，不會丟掉的啦！你不要再講了」其實我的用心就是要鼓勵她不要偏食。

我對她很有信心，因為她一向思想正確、觀念正確，不會亂來，她有什麼事情回來都會講，不會瞞著我們。她很單純，一向以功課為重，就算有男同學找她，也都是同學關係在問功課，她的想法讓我特別放心，到目前都很相信她的所作所為。

將來是要看他們的興趣，我希望他們儘量讀，讀到高學歷，如果要指定目標必須看孩子的程度，每個父母都希望孩子讀得很好、成績很好，如果孩子已經盡力，我覺得也沒話說，因為畢竟他們盡到責任。我們孩子不是頂呱呱，但也不像外那些有問題的孩子。我們不會說一定要考幾分，達不到就處罰，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，我很注重這些規矩，不是不注重課業，我也很注重課業，但是我不會為了課業打孩子，我會說你們要認真、理想要高一點、要想辦法讓功課好一點。

她比姐姐、弟弟自動，考試到了就自己安排準備考試。每天晚上都讀很晚。我們不是整天叫他們讀書，只是該做的、能做的要做好。如果他們整天讀書，我也會叫他們出來休息，可是他們那有那麼認真！雖然老二比較認真，也沒到這個地步啊！

家裡的事先生也都參與，不是只有我在管。功課方面，因為我學歷不高，功課都托給我先生，除非他不在，我才負責。事情都叫孩子自己做好，不能讓他們認為爸媽都要幫他們做好。

孩子乖就好，男女都一樣，都是這樣做，不會偏男孩子。

我們跟孩子說，有什麼事一定要告訴父母，因為只有父母可以幫孩子的忙，我孩子尊重父母而不是怕父母，怕了什麼事都不敢講就不好。孩子也都會跟父母講幽默話、開玩笑，這些親情都要保留，不可以因為什麼事把親情都丟掉了。

我暗地覺得，我的孩子跟別人的比起來，都是很乖，可是跟孩子不能這樣講，該教的還是要教，他們犯的雖是小錯，不是什麼大錯，可是做事情就是從小事做好。他們也都很喜歡自己的家，喜歡自己的父母。

個案十模式分析（一）各因素內容

客觀環境事件

功課

主觀環境事件

國中作息規律，生活就是上課、補習、幾乎沒有自己的時間。對國中生活覺得還不錯。

國中生活其實沒什麼壓力，只是課業比較重一點，因為要面對聯考壓力，所以不像小學那樣混啊，唸過忘了就算了，如果這樣，那國三就完蛋了，就只是這樣啦！其實上了國中給我們很大的自由，不會去借一些輕鬆的課來考試，課業逼得也不會很緊，事實上也沒什麼壓力。

老師的脾氣怪怪的，有點喜怒無常，我覺得這樣對師生關係不太好，因為同學不能掌握老師的脾氣，同學都不知道該怎麼辦。

國文老師照脾氣上課，弄得同學不知怎麼辦才好，覺得老師這樣會影響我的情緒，晚上讀書時會想明天會不會考試，到底要不要唸，然後就提不起興趣。沒有告訴媽媽國文老師的情形，以前跟媽媽說過另一位老師，媽媽說老師教不好是老師的事，自己唸好就好了，媽媽沒有意思要跟學校反映，所以這位國文老師的事也不想跟媽媽講。

國中以前媽媽對功課要求比較鬆，國中以後媽媽逼得比較緊。媽媽一直強調，因家裡不是很有錢，如果沒有考上好的高中，可能沒有辦法補習一年或出國讀書，所以媽說現在逼這麼緊，也是沒有辦法，假如我考上好的高中，她就不會逼那麼緊了。自己的感覺就是認命囉！我們這階段就是要好好唸書，這樣比較好。考不好媽媽會打我，打得蠻嚴重的，那時我的感覺就是又被虐待了（笑）。

媽媽說上中正高中就不錯了，因為學校前十名都未必能上前三志願，我們班成績又不如別班，所以我雖然是班上前三名，成績也不夠好。

和媽媽想法不一致會過得很痛苦，一定要想個週全的辦法才和她有商量的餘地，就是要找兩人想法的中間點，否則就照媽說的做。這種方法有時有效，有時沒效，像成績就可以，因為理化比較難，就跟媽說題目難，很難達到很高的分數，請媽把標準降低，不要維持那麼高的水平，本來每一科都要九十分以上，現在主科下降到八十分左右，覺得這樣比較好，念起來比較沒有壓力，可以達到八十分以上的要求。

主觀個人

自己的個性表面上蠻開朗，其實蠻悲觀的，對自己沒有把握的事會往壞處想，要等到結果出來才放心。可是因為耽心如果不好，才會更用心去做，反而是一種助力。剛開始學鋼琴是媽媽要我學的，後來學了這麼多年，覺得以後若沒有事做，有這個專長還是不錯的。

像我們這樣的年齡，希望有自己的想法，自我主張很高，不希望被管得很緊。我的功課並不是真的很好，像全校前幾名的學生一樣（班上的前三名，但與別班成績相比，可能在別班只是前十名），所以我覺得要求很高，沒有辦法做到。國小受父母的影響比較大，父母說什麼就是什麼，長大後受同學、媒體的影響，漸漸有自己的思想，小時候父母比較專制，現在如果父母民主一點比較好，大約國一時就有這種想法。

在班上維持在前三名，還是不滿意這個結果，因為每次第一名都是同一人，自己不是第二就是第三，第一名的成績和二、二名差很多，國一時我是第一名，國二就被他篡走了，覺得很不是滋味，不過不會影響我們的感情，因為在班上我們兩個最好，常常在一起討論功課，反正兩個都保持在前面，可以互相鼓勵。媽媽也知道我們常在一起。

希望自己將來....，如果可能的話，我會去闖天下，因為我是一個很有野心的人，我很喜歡冒險，喜歡有挑戰性的東西，我希望以後去做一番自己的事業。

媽媽說因為我頭腦不是很笨，她說我頭腦也蠻好的，她希望我先唸書，然後考上好一點的高中，她希望我唸音樂，能往音樂那條路走。自己對這個安排興趣也蠻濃厚的。因為自小就學音樂，自己對音樂比較在行，然後就自然而然會想到以後比較有可能往這條路走。

知覺父母教養態度

媽媽覺得現在要做好的事情，若沒做好就要受處罰。

她的觀念是現在不應該有零用錢，以前媽說考一百分給一千元，可是我不喜歡那樣，好像是為了錢才考好，所以上國二就不這麼做了。現在她有五十元硬幣會給我，可是我希望有固定的，因為同學生日或什麼的要買禮物，媽說會幫我買，可是到時候又說你又要買這個那個的，只好動用自己的錢。買學用品的話媽媽就一定會買。

家中只有一個孩子，父常年在外出工作，回家時間不一定，平常家中僅與母親同住，所以生活各方面都是母親負責照顧。因只有一個孩子，媽媽管我比較

嚴，有時講話比較重，如果考試考不好，或有些什麼事的話，媽媽很容易生氣，顯得不像平常親子關係一樣很容易溝通。

媽媽對我的功課要求很嚴，希望我每一科都考到 95 分以上。

跟父母提過希望父母民主一點，爸爸沒什麼意見，媽媽說不習慣新的方式，還是爸媽說什麼就做什麼，媽媽沒有調整她的方式。

對父親的印象不是很深，覺得爸爸就是一個沈默寡言的人，跟媽媽是很強烈的對比，媽媽每天嘰嘰呱呱地講話，聲音很大，爸爸講話就小小聲的，也不多話，很少談他在外面工作的事情，我也沒問，通常是和其它親戚（外公、外婆、阿姨等）在一起聊天時會談，我才對他工作多了解一些。爸爸也不常和我講話，偶而問我功課或問家裡的事，我跟爸就像是不很熟的朋友。跟父親感覺像朋友，因為我從小到大爸爸從來沒有罵過我，我做錯事他會告訴我，但不會罵我。跟爸爸之間有點陌生的感覺，有的時候覺得很痛苦，因為事實上他是我的親人，但是不知道怎麼去打破隔閡，因為分離太久了，就算想跟他聊天，也不知道要說什麼。

我爸媽很容易吵架，常常因為我媽容易遷怒於別人，她假如心情不好，很可能找一個人來當出氣筒，有時候是我爸，有時候是我，我覺得我爸很可憐，又沒有怎麼樣，他可能只是問晚上要吃什麼，就被罵一頓，我覺得我們兩個都很倒楣。他們吵架的時候我就走開，不要在現場，不然會被罵得更慘。因為我根本沒有辦法介入，只要一介入就會被當作他們的出氣筒。

因應與防衛

被打一打就算了，過一會兒就好了，還是跟平常一樣啊！想突破這個現象，但我媽是很專制的人，可能也是沒辦法改變，那所以就只好這樣啦！

父母教養態度（母親提供資料）

因為只有一個孩子，從她進幼稚園，我就辭去工作，在家裡專心帶她。我們家經濟環境好，但是我先生因為工作的關係，常年不在家，小孩需要父母在身邊，有時候媽媽生氣，爸爸可以扮演緩衝的角色，可是我就不是這樣，唱黑臉唱白臉都是我一個人。有時候跟孩子發脾氣，明明很生氣，可是小孩子就是小孩子，一會兒就來撒嬌，可是大人情緒沒辦法一下子控制下來，就扳不下臉來跟她笑，女兒對我這點也很頭痛，孩子也了解父母親的個性。隨著孩子年齡長大，她也知道家裡環境和別人不一樣（指爸爸不在家），可是她也覺得沒什麼不好，因為媽媽也是各方面給她蠻多的。

她從國小一直到畢業成績都很好，我蠻在乎她的成績，我跟女兒說「別人父

母親在外面上班，但你不一樣，你也沒有兄弟姐妹吵你，也沒有人跟你吵架、打架，你的環境非常好，如果你又唸不好，對你是很大的影響」。我先生是大學畢業，我自己是高商畢業，雖然我在就業時蠻順利的，到一個階段，就會覺得學歷不夠，內心唯一的痛處就是沒有學歷，從小就灌輸女兒一個觀念「學歷是最重要的，不管以後是什麼遭遇，如果有學歷，人家就會肯定你」。

又讓她學鋼琴，培養她的第二興趣，像我小時候家裡沒辦法讓你培養第二興趣，我想女兒也不知道是畫畫行，還是學鋼琴行，反正試試，結果她學了之後也喜歡。但是學琴蠻辛苦的，練到瓶頸她會很沮喪，這個時候我就會陪著她，要鼓勵她，也要給一點壓力，因為如果這時候放棄，就前功盡棄了。

我覺得女兒的觀念、判斷很正確，從作文也看得出來，所以現在我對女兒這方面很放心，但那個孩子讀書很順？都是繃一段時間就會放鬆，所以父母要逼一下。國二學校有排名，本來在五十名後，她自己定目標說「不要太高，考進五十名內就好」。有時我會逼她緊一點，她會說「媽，其實我這樣很不錯了」我以前要她要保持第一名，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要怎麼樣，她的想法會告訴我。

站在我先生跟我的立場，我們都蠻滿意孩子的表現，可是我先生認為我對孩子太兇。因他經常不在家，跟孩子也沒什麼好聊的，小孩子有事也大多是跟我講。人如果不常在一起，生活難免有摩擦，偶而我跟我先生會吵架，孩子就覺得你們大人好無聊，有事也吵，沒事也吵。我女兒個性蠻好的，我覺得她的判斷很正確。

我跟女兒都溝通得蠻好的，我常跟她說「你有什麼事要跟我們講，因為你沒有兄弟姐妹，不跟媽媽講要跟誰講？媽媽是你最親密的朋友啊！」她也認同這一點，可是我覺得她總是有一點小秘密不會告訴我，那我就要自己去發掘啦！

國中階段她也知道馬上國三要考聯考了，所以她也比較認真，比較主動。

個案十分析模式（二）各因素內容

客觀環境事件

交友情形與其它生活上的要求。

主觀環境事件

跟朋友出去玩媽媽也會管，有時候會不准。如果男女生人數差不多或女生人

數比較多，媽媽就准我出去。我們如果男女生一起出去玩，都是去打籃球，不會到遊樂場所之類的，我覺得這樣比較好，是比較健康的休閒活動。我在國小五六年級時和一個女生很要好，不知道她是不是同性戀，她每次都和我很親近，我覺得很奇怪，後來因為她不高興我做科展時跟別人在一起，發生爭執，就不再像以前那樣，反而讓我有放鬆的感覺，以後她沒來找我，我也不會再親近她。見面也不一定打打招呼，不覺得可惜，覺得比較自在。現在班上女生沒有人這樣子，她們都比較開朗。

我媽不喜歡我跟男孩子在一起，那現在我們班上說，我跟班上一個男孩子是所謂的異性關係，那事實上我媽不知道就無所謂，可是那天開母姐會，有一位同學的家長跟我媽媽講，那我回去就被打了，其實事實上沒這回事啊！只是我們跟男生走得比較近，事實上沒有，可是我媽不願意先問我，她把別人的想法都擺第一位，變成要我去做到別人的想法，別人認為我是一個很好的學生，她就一定要求我做到那樣，可是我覺得只是在意別人的眼光，沒有做到我自己想做的，我覺得那樣不好。

我覺得媽對我要求很高。媽媽喜歡任何事情都把我管得死死的，不論任何事... 比如我想穿這件襯衫，媽就要我穿另一件，我穿什麼、要怎麼穿，一定要聽她的話，不然可能整天都沒有好臉色看或者嚴重時會被罵或被打。這樣的情形偶而發生，並不是很多，因為生活就是這樣啊，媽媽管的事情也是一樣，做久了就習慣了，媽怎麼說都是一樣。

主觀個人

跟同學相處方面，因自己個性不是很內向，有一點三三八八的，和同學蠻合得來，不會有什麼衝突。

在學校時很開朗，回家就很安靜，因為在媽媽的高壓統治下就是這樣，爸爸的個性也是如此，很沈默，有什麼事就默默去做。跟媽媽個性一樣的是脾氣暴躁，但做事態度和媽不一樣。

我覺得她應先告訴我有人告訴她這件事（指被誤會與一位男同學為異性關係之事），那她應先問我這是怎麼回事，真的有這回事嗎？還是只是別人在講？那我去澄清就可以了，事實上沒有的事不能誣賴我。那我又不能說是媽媽的不對，畢竟她是我媽媽，到後來還不是我要認錯，倒楣的還是我。

我不是很有心機的人，希望能找到一個知己，可是現在還沒有找到，可能你現在跟他講這件事，等一下他就講出去了，所以會把事情放在心裡，久了就忘了。這些不太想講的事情大多是媽媽對我的管教方式，還有家裡的事情，不太想跟別人講，別人問起還是會講，但不會主動提起，因為我不要別人的

同情，除非我需要他們幫忙才說。平常心情不好時會跟好朋友說好煩喔，他就會嘻皮笑臉的問怎麼了，蠻喜歡這樣的關係。

知覺父母教養態度

外婆家離我家很近，平常我跟媽每天都去外婆家。外婆家還有幾個阿姨和他們的家人，我跟幾個年紀比較輕的阿姨感情比較好，比較聊得來，大多是閒聊，像是電影、書、或明星之類的，都是沒什麼建設性的東西。心裡的事有些會跟他們講，因為他們也知道媽管我嚴，像我比較愛漂亮，但媽媽都買些比較保守的衣服，我不希望一直穿那種衣服，有時為這些起爭執，所以我阿姨會幫我買衣服，媽媽雖然不是很滿意，不過衣服買來不穿很可惜，所以還是給我穿。

媽媽說現在管我很嚴，可是一旦到我能自主的時候，她就會儘量讓我自主，她就不會再干涉我的事情，媽說可能上了高中或是大學以後，像交朋友之類的事都不會再干涉我。

因為有這件事情（指國小五六年級與一位女同學的事），所以我媽覺得我不是一個會處理自己感情的人。我會跟媽講我跟那個同學很好，我媽就會有警戒心，叫我不跟他太好，因為我常跟男生在一起，媽覺得很奇怪。那位第一名的女生的媽媽和我媽媽認識，所以我媽也不反對我們在一起。

從小到大媽都把我綁在她身邊，像星期三下午沒課，我都不能參加課外活動，不能像其它人一樣留下來打球，一下課媽就來接我回家，沒有我想要的自由，沒有問過媽媽為什麼這麼做，猜想媽可能怕我跟男生在一起。得不到自己想要的自由，很懷疑媽媽這麼做的目的是什麼，但我還是都照媽媽的意思做，可能沒有辦法改變，大概會維持到上高中吧。

因應與防衛

每次媽媽要求這個那個的，會很不耐煩，覺得媽怎麼什麼都要管，不過大部份都順從媽的意思，很受不了的時候會跟媽說自己的意見，可是不論我說話的口氣好或跟她頂嘴，都會被媽媽罵。

父母教養態度

我覺得我女兒很會想，很能理解，但是她也很會受朋友影響，尤其是國中，

去年我還因一件事情揍她。因為同學的媽媽跟我說我們女兒那一陣子不太乖，聽說和班上一位男生在一起。也許那段時間我比較鬆懈，沒有發現。他們導師也知道這件事，因為孩子整天在學校，我希望老師給我一點訊息，老師說從同學處側面了解，是有這回事。而且那個男生功課不好，脾氣又暴躁，一起打籃球時常常找人家打架，所以同學排斥他，不讓他打球。我女兒就認為他打得很好，為什麼不讓他打呢？還爲了這件事去跟老師求情，老師的說法是如果女兒不在乎他，不會替他求情。可是女兒的說法不是這樣，她說「爲什麼因爲他脾氣不好就不讓他打球呢？他球打得很好啊！」我說「你原意很好，但是你是不是也有那種小女孩的心思，有一點喜歡他？」她說「欣賞是一回事，喜歡是另一回事。不能把欣賞當作一定要愛他」我覺得女兒的觀念是蠻對的，可是在團體裡面，也許她沒有表白，所以人家不能認同她。後來因爲這件事也處罰過她，就沒有再追究。因爲小孩子本來就是一個階段一個階段，事情也有時間去證明，讓它淡化。

她在家裡會自我要求，但是到學校會受同學影響，我不會說不要跟成績不好的同學在一起，但是我會說不要跟個性不好的同學在一起。有時她回來會說那個同學怎麼樣，她可以分得出來那種可以當朋友，那我就不去管她了。有人說只有一個小孩，孩子容易個性孤僻，所以我送她去上英文班，那是小班的，大家一起學、一起玩，蠻好的，可以認識一些朋友。