

天主教輔仁大學社會學系學士論文

指導老師：翁志遠

青少年面臨親子衝突的因應策略
與生活適應

--以金門高中學生為例

Adolescents' Coping Strategies and Life Adaptation
When Facing Parent-Child Conflicts

--Illustrated by the Case of National Kinmen Senior
High School Students.

學生：莊心怡 撰

指導老師簽名：

中華民國一〇三年十月

系所章戳：

謝辭

還記得在高中申請個人推甄時的備審資料曾寫到：希望自己未來能夠做研究來回饋金門，沒想到自己在一年能夠做完一個學士論文，運用自己所學到的來研究自己的家鄉，讓自己能夠更了解自己從小生長的那片土地，心裡覺得很激動、很高興。

首先，要感謝的一定是翁志遠老師，謝謝老師總會細心和我們論文研究方向，每次的 meeting 都會很有耐心的聽我們提出的奇怪問題，並且一一替我們解答，也謝謝老師細心教學，讓我重新認識統計並且對他產生興趣，讓我收穫良多。另外也謝謝翁寶寶組的成員總是互相陪伴，一起討論彼此的盲點、一起討論統計，感覺就像一家人一樣，很溫暖。

再來要感謝的是自己的家人總是默默在背後支持我，沒有你們的協助，就沒辦法能夠發放問卷並且能夠順利回收。尤其特別感謝承儒，總是默默在背後鼓勵我，雖然自己常常在家裡大爆炸覺得怎麼統計永遠跑錯，永遠做不完，甚至脾氣瞬間爆炸到極點，但你總是能夠包容我，真的謝謝你給的鼓勵與陪伴。

最後，感謝在這一路上所有人給我的幫助以及支持，謝謝你們。

摘要

本研究旨在了解金門高中學生親子衝突、因應策略、與生活適應變項間的關係。研究以紙本問卷收集樣本，以金門高中學生為研究對象，施測後樣本人數達 282 人。

主要研究發現如下：(1) 親子衝突、因應策略、與生活適應具有顯著相關。(2) 在控制性別、父母親教育程度、家庭收入等變項後，「尋求支持」、「擱置問題」、「情緒發洩」對親子衝突引起之生活適應有中介效果。(3) 因應策略對於親子衝突與生活適應的影響並未具調節作用。

依據上述之研究調查結果，建議金門高中可增設親子互動及親子溝通的相關課程，並透過學生輔導中心舉辦講座、團體諮商活動，培養學生正向思考，並協助學生以正當的方式排解負面情緒，建立正向價值感與自信心。

Abstract

The purpose of this study was to explore the relationship among adolescent conflict, coping strategies and life adaptation. The data were collected paper questionnaires using convenience sampling method. The subjects of study were from National Kinmen Senior High School, and the final sample consisted of 281 people.

Results of the study were as follows : (1) Adolescent conflict was significantly associated with coping Strategies and life adaptation. (2) After controlling for gender, income, father's education, mother's education, seek support strategies and emotional abreaction and shelving the issue strategies had an influence of mediating effect on life adaptation. (3) The coping strategies could not moderate the relation between adolescent conflict and life adaptation.

Based on the results in this study, schools should give general education courses of parent-child-related to enhance knowledge about balanced conflict, through students counselling center hold lectures or group counseling activities to help students develop the health of positive thinking, and use proper methods to relieve negative emotions.

目次

壹、緒論	1
一、研究動機	1
二、研究目的	2
三、研究問題	2
四、名詞釋義	2
貳、文獻探討	4
一、主觀壓力測量、理論	4
二、親子衝突測量與相關研究	6
三、社會支持意義與相關研究	9
四、因應策略測量與相關研究	13
五、生活適應意義與相關研究	14
參、研究方法與步驟	18
一、研究架構	18
二、研究對象	19
三、研究工具	19
四、研究步驟	23
五、資料處理與分析	23
肆、研究結果	24
一、樣本的社會人口學變項	24
二、高中學生親子衝突、因應策略與生活適應之現況分析	26
三、不同背景在親子衝突、因應策略與生活適應的差異	29
四、親子衝突、因應策略與生活適應之相關分析	36
五、背景變項、親子衝突、因應策略對生活適應之迴歸分析.....	38
伍、結論與討論	46
一、結論	46
二、討論	48

陸、研究限制與建議	49
柒、參考資料	54
一、中文	54
二、英文	55
附錄	50

表目次

表一 Propper 之親子衝突類型.....	10
表二 國內學者對親子衝突議題之摘要.....	11
表三 社會支持尋求統整合表.....	17
表四 社會人口學變項分布情形.....	41
表五 主要照顧者分布表.....	42
表六 高中學生親子衝突議題現況統計分析.....	43
表七 高中學生因應策略現況統計分析.....	43
表八 高中學生在因應方式量表各題項的統計量.....	44
表九 高中學生生活適應現況統計分析.....	46
表十 性別在親子衝突上的差異.....	46
表十一 年級在親子衝突上的差異.....	47
表十二 父母親的教育程度在親子衝突上的差異.....	47
表十三 家庭總收入在親子衝突上的差異.....	48
表十四 性別在因應策略上的差異.....	49
表十五 年級在因應策略上的差異.....	50
表十六 父親教育程度在因應策略上的差異.....	51
表十七 母親教育程度在因應策略上的差異.....	52
表十八 家庭總收入在因應策略上的差異.....	53
表十九 性別在生活適應上的差異.....	54
表二十 年級在生活適應上的差異.....	54
表二十一 父/母親教育程度在生活適應上的差異.....	55
表二十二 家庭總收入在生活適應上的差異.....	56
表二十三 親子衝突與因應策略相關.....	57
表二十四 親子衝突、因應策略與生活適應之相關.....	58
表二十五 高中生背景變項、親子衝突、尋求支持對於生活適應之預測分析..	59
表二十六 高中生背景變項、親子衝突、因應策略對生活適應之主要效果分析	60
表二十七 高中生背景變項、親子衝突、尋求支持對生活適應之預測分析....	63
表二十八 尋求支持之中介效果.....	64
表二十九 高中生背景變項、親子衝突、情緒發洩對生活適應之預測分析....	65
表三十 情緒發洩之中介效果.....	66
表三十一 高中生背景變項、親子衝突、擱置問題對生活適應之預測分析....	67
表三十二 擱置問題之中介效果.....	68
表三十三 高中生背景變項、親子衝突、情緒調適對生活適應之預測分析....	69
表三十四 拔靴法中介驗證效果.....	70
表三十五 因應策略之調節作用.....	70

圖目次

圖一 壓力認知評估模式	6
圖二 研究架構圖	38

第一章緒論

本章的目的主要為闡述本研究的動機、研究目的與研究問題，界定本研究的重要名詞。全章共分為四節：第一節為研究動機，第二節為研究目的，第三節為研究問題，第四節為名詞釋義。

第一節 研究動機

從嬰兒呱呱墜地後，家庭為第一個接受社會化的環境，不僅僅是教育孩童、以及照顧孩童的身心發展，家庭也常成為孩童發展的一個重要的壓力來源，探討過去文獻大多內容則以青少年的主觀壓力知覺以及因應對策為主，而在青少年知覺生活壓力對其生活適應的影響亦是近年來值得注意的方向。然而在探討青少年知覺壓力時選擇的因應方式，然而造成青少年知覺壓力的原因有很多：包含家庭層面的親子關係、學校層面的同儕、師生相處、以及青少年個人身心層面發展及生活……等等，朱士炘(1988)發現：生活壓力與生活適應之間有相關。蔣桂嫻(1993)也發現到：主觀的生活壓力對於身心健康具有預測力，這也代表當青少年知覺生活壓力會影響到其生活適應以及自身身心健康發展。

根據華人健康網在2014年3月31日報導：輔導老師指出，來輔導室求助或諮詢的學生問題，其中人際或感情困擾佔9成；情緒困擾佔6成；家庭氣氛不佳佔5成(包含：親子衝突、父母吵架、家暴兒虐等)。結果顯示：當中小學生遇到煩惱時，半數不會優先找老師訴苦；3成2不願和家長談，7成的國小男生不善以言詞抒發情緒，5成以上國中男生就算心情不好，也不會說或寫出來，也就是說，當孩子就算有煩惱或困擾，也不願向身邊大人求助。

相較於學校來說，我認為：家庭是比較隱密且不容易被外人所察覺的，儘管青少年的依附關係可能會因同儕而有所影響，但家庭仍為青少年主要依附的對象，且家庭對於青少年造成壓力其壓力源也很多，不只是親子之間的關係、雙親之間的關係、以及家庭氣氛等層面均會對青少年發展造成影響。

另外根據台灣醒報在2010/07/23的報導指出，根據美國大學的研究發現：親子互動關係較緊密的孩子在學校的表現比較容易成功，而來自親子關係較冷漠的家庭，孩子的行為較容易出現攻擊等偏差問題。而更一語點破出：家庭除了可以扮演提供孩子進入學校時的支持角色，也可能成為孩子壓力或行為不適的來源的說法。

高中生處於青少年時期，延續幼年時期的心智發展，而逐漸走向成年人階段的過渡時期，進而影響成年時期個人的身心發展(陳美玲，2010)。青少年時期對於身心發展皆有很明顯的改變，更容易失去個人定位及價值，並且性格起伏不定，不僅是生理上的成熟導致青少年容易產生壓力及困惑的想法，隨著年齡的成長，青少年也逐漸有個人意見並且表達自我立場，也因為青少年個人的生理、心理狀態改變以及社會層面的壓力，使得青少年的情緒不穩定因此在青少年階段容易與父母產生摩擦甚至是衝突，會試圖挑戰父母的權威，並且使親子關係變得緊張。由於家庭與親子關係的建立為青少年重要的依附關係及歸屬感，良好的親子互動能培養青少年正確且正向的態度，並且能夠有良好的社會適應，而參考過去研究也顯示：青少年知覺親子衝突的影響大於雙親衝突，並且更能解釋青少年的心理適應問題，而其他研究也顯示出親子衝突可能會因為母親或父親而有不同層面的爭執，其爭執情況及衝突甚至是因應對策也會有所不同(莊玲珠，2000)，而親子衝突的程度亦會影響到青少年的身心靈發展及其生活適應，當青少年親子衝突嚴重時，青少年不僅在個人身心健康受到影響，對於學校學習其同儕相處亦會受到

影響(王淑卿,2004),並且有礙青少年的成長,並且會影響到青少年未來的發展,因而引發研究者想研究當青少年面臨親子衝突時會以何種方式因應,並且對其生活適應所造成的影響。

再者,由於研究者本身為金門人,以過去自身經驗可以感受到:由於過去金門地域狹小的地理環境,再加上金門網絡連結性強,身處在風氣相對台灣地區較為傳統的金門社會來說:家醜不外揚是很重要的,對於家中親子衝突以及親子關係不協調的問題較不容易被了解,而當遇到親子衝突的狀況時,也會受到保守的民風而降低尋求專業人士的協助,並且選擇消極的因應方式。陳美玲(2010)也表示:親子衝突也可能受文化上的影響而有所差異,進而對青少年適應產生不同的結果。本文亦希望透過了解青少年面對親子衝突的因應方式及生活適應之外,能夠深入了解並探討學校專業社會支持在其中扮演的角色,以及探討專業社會支持是否能提供青少年良好的幫助,進而透過社會支持的保護來維持良好的生活適應。

第二節 研究目的

由於過去研究親子衝突相關議題均以台灣青少年為樣本,因此希望透過本研究驗證過去相關研究是否適用於金門現況。

第三節 研究問題

1. 比較不同背景變項的高中生其親子衝突處理策略及生活適應是否有顯著差異?
2. 瞭解高中生面對親子衝突所採取的處理策略以及對生活適應的影響為何?
3. 探討專業支持在青少年知覺親子衝突對生活適應影響之間是否具中介或調節效果?

第四節 名詞釋義

一、青少年(adolescent)

是指青春開始到身心逐漸發展成熟的階段。我國兒童少年福利法將青少年定義為12歲以上未滿18歲之人。本研究所指的青少年乃是我國教育體制上,高中一年級至高中三年級的學生為主。(林杏真,2002;梁琬晴,2009)

二、親子衝突(parent-adolescent conflict)

衝突是指任何造成阻礙、不一致、焦慮、情緒不滿、對立等負向情感及行為的結果。而親子衝突屬於親子的一種,親子衝突是指親子及青少年因所處的角色不同以及世代背景的差異,因而產生認知、信念、行為、意見、價值觀上的不同,使得雙方對彼此的期待出現歧見,因而產生落差,導致親子互動發生不愉快的情緒及言行。(李介至,2002;陳美玲,2010;梁琬晴,2008;薛雪萍,2000)

而親子衝突的測量方式主要依照陳美玲(2010)的親子關係量表,再依照其親子關係量表測量親子衝突的事件及強度。當其親子衝突議題越多且強度越強,及代表親子衝突越多。

三、因應策略

指個體面對壓力時，為了處理事件或情境所採取的行為或思考模式。(李欣瑩，2000；蔡婉莉，2001)。根據蔡靜宜(2006)的因應方式分類，本研究亦採取其的因應策略類別，包括五大因素：問題解決、情緒調適、情緒發洩、尋求社會支持、擱置問題五種策略。並且依照(蔡靜宜，2006；李欣瑩，2000；紀如怡，2001，林美珍，2008)其「學生壓力因應策略量表」加以改編，作為本研究因應量表。其此策略題組分數越高，表示當個體在處理事件時，就越常使用此因應策略，反之則少。其因應策略定義如下：

1. 問題解決:指自己針對壓力問題本身，進行評估或思考，或者是直接採取行動解決問題。
2. 情緒調適:調整自己的想法及心情來達到身心平衡，而非直接處理問題本身。
3. 情緒發洩:自己採取一些行動來控制、發洩情緒，而非直接處理問題本身。
4. 尋求專業支持:面對問題時尋求他人意見與協助。此研究以師長專業支持為主。
5. 擱置問題:對於問題擱在一旁，暫時不作任何行動及處理。

四、生活適應

生活適應指個體為了本身生理、心理的需求，努力解決在環境中所遇到的困難，以達到與環境達成和諧的狀態，並使自己的需求能獲的滿足。而良好的生活適應則是指個體與環境互動中達到和諧、一致的狀況(陳美玲，2010；蘇依蓉，2011)。而青少年的生活主要分成四大層面:學校生活、家庭生活、同儕互動關係、以及個人身心發展及適應層面加以探討(陳美玲，2010；廖思涵，2005，林慧貞，2008)。

而本研究採用(陳美玲，2010；廖思涵，2005；林慧貞，2008；林美珍2008)的生活適應分類，並編製生活適應量表，並將生活適應分為以下四類:「學校生活」、「家庭生活」、「同儕互動關係」、「個人身心」。

1. 個人身心:是指個人能夠了解自己的能力和情緒、及行為，並且肯定自我價值感。
2. 家庭生活:是指家庭生活中所發生的問題，例如親子互動、父母管教方式、家庭氣氛、以及親子依附關係等等。
3. 同儕互動關係:是指與同學間的互動情形。
4. 學校生活:則是指青少年在學校的學習與他人互動的狀況，包括:師生互動關係、與青少年課業及學習壓力。

第二章 文獻探討

第一節 主觀壓力測量、理論

壹、壓力的定義

過去學者多以 Lazarus & Folkman 對於壓力的看法，將壓力定義歸納為以下三種取向：

(一) 刺激取向：

強調的是壓力源(stressor)對個體造成的影響，並且會因為周遭的壓力事件使個體身心失去平衡，所注重的是內在及外在的事件對個體造成的影響。而每個生活事件的發生，都會引發個人的適應或是因應行為，即每個生活事件都會導致個人生活型態的轉變，並且依照個人的生活變動的單位來測量壓力。

而對此壓力的批評則為：將個體知覺壓力視為刺激取向，並且強調個人知覺壓力所造成的影響，雖然著重在客觀的態度，但卻忽略了個人對生活的主觀認知感受的重要性。再者；這種定義是視壓力為隱藏在環境中的刺激，刺激的本身就具有壓力的性質，當個體感受到生活變動或刺激時造成生活的改變，就會造成個體的失序狀況，而導致個體在要求以及表現上出現落差。雖然強調壓力源的重要性，使得壓力來源容易被察覺，但每個個體對於壓力的容忍以及個體自我效能並不一樣，當不同的個體面對同樣的壓力源時亦有可能出現不同的反應以及選擇因應問題的方式，因此除了探討刺激反應的觀點之外，應多加考慮壓力的其他層面，才能更加貼近壓力對人造成的影響。

(二) 反應取向：

主張個體遇到壓力時會有什麼反應，並且會對個人生理、心理造成影響，不同的來源，不論是愉快的、悲傷的，心理上的或是生理上的、正面或是負面的經驗，均會產生一般性的生理影響，也就是當個體知覺壓力其所產生的共同反應，並將壓力視為個體對環境刺激所產生的整體性反應。

對此取向的批評：反應取向無法說明為何在不同壓力源下個體身心反應的相似性，個體可能知覺不同的壓力事件，卻有相同的身心反應，且個人的認知程度不一，對於壓力來源的接受程度亦有不同，亦可能會造成同樣的刺激卻有不同的反應。反應取向忽略了個體的個人認知層面，亦忽略了壓力來源對個體所造成的影響。

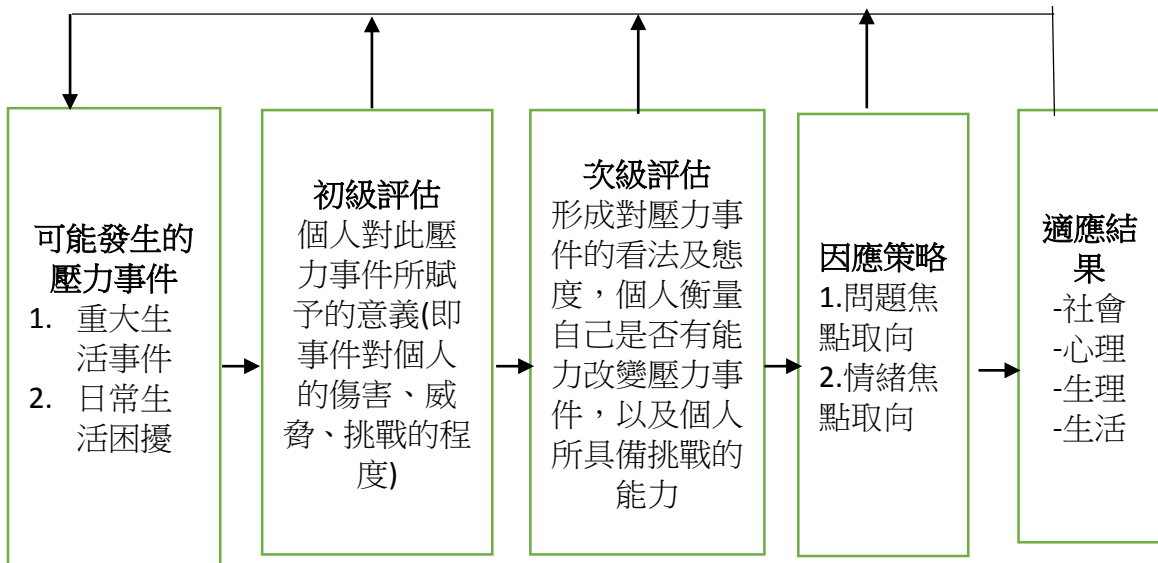
(三) 壓力互動取向：

持有此觀點的學者都認為：刺激取向與反應取向過於偏頗，個體知覺壓力並非是壓力為單一刺激因素或是個體的反應取向，且刺激取向及壓力取向均將壓力狀態視為靜態，並且個體與環境對壓力的關係均為單一線性的關係，而個體與環境間的互動關係應為變動的動態關係，因應人與環境的互動來做調整，方能表現更真實的壓力(引自蔡婉莉, 2001:28)。

壓力互動理論則強調個體遇到壓力時會有什麼反應，會造成身心的影響，壓力刺激是人與環境互動所產生的結果，強調壓力是刺激與反應中的中介歷程，當

個體感受到刺激時，經過主觀的認知，最後產生威脅的感受並且造成身心的影響，著重壓力互動的過程，亦注重個體的認知與心理層面的影響。

(圖一 壓力認知評估模式，引譯自蔡靜宜，2006)



Folkman 與 Lazarus 的壓力概念亦特別注重認知評估在壓力形成的歷程中所扮演的角色。在認知評估當中又可以分為初期評估及次級評估，初級評估(primary appraisal)為事件對於個人是否有壓力，而此壓力事件對個人產生的影響為何，以及此壓力事件對個人所產生的傷害性、挑戰性、及威脅性質對個人的影響。傷害性為當個體受到壓力事件影響時，會引發失望、難過情緒；威脅性為個體預測或是預期此壓力事件會使自身受到傷害，因此感到焦慮、不安、害怕等情緒；而挑戰性為個人預期會有歡喜的結果，而引發個人有興趣及信心，並且使用策略應對(紀怡如，2001)。次級評估(secondary appraisal)則是評估個人所具備的資源以及應付傷害、威脅、挑戰的能力，個體會評估自己是否有能力改變，並透過個人與環境互動的回饋中，再次重新評估。

貳、主觀壓力的測量

過去學者多以「社會在適應評估量表」(Social Readjustment Rating, 簡稱 SRRS)，此量表根據測量包含 40 多項生活事件(Life event)，透過受試者評量自身遭遇到的正向或負向生活事件時，所需要花費的時間及心力，評量出一個適當的數值來表示，並且將每事件的平均量表值累積加總，即為「生活變動單位」(或稱生活改變值)(Life change units, LCU)，以此來代表個人在特定時間所遭遇到的壓力。

值得注意的是：由於測量壓力事件往往由受試者回憶過去事件對於個體造成的影響，容易受到個體記憶的損耗、以及二次解讀事件意義容易造成結果的誤差，透過受試者自行回憶過去事件，亦會受到時間的距離長短而使得事件的呈現不完整甚至是遺忘，而造成結果的低估。再者，根據國外學者 Hurst 的發現：測量六個月內的事件比測量 12 個月內所發生的事件，其可信度較高。因此本研究亦採取由受試者自行回憶過去 6 個月內的經驗及事件，並且製作量表來測量其經驗及事件造成的壓力程度。

近年來，許多學者(江承曉，1991；涂柏原，1986；陳柏齡，2000；鄒浮安，1997；蔣桂嫻，1993；蔡嘉慧，1998)發現：個人對困擾的主觀認知，

對於生活壓力具有預測力，並更容易預測其身心健康的狀況。因此，本研究以個人對事件的困擾程度，作為其主觀壓力。

第二節 親子衝突意義與相關研究

壹、 親子衝突意義

親子衝突是指親子雙方對於衝突的認知及價值觀不一致所產生的摩擦或爭執，然而在衝突的頻率及衝突對象也會有所差異(李介至, 1997)。爭執的情況可分為兩種:公開上的言語、肢體上的爭執與非公開性的敵意爭執兩種。而構成親子衝突包含以下要素:親子間為敵對的關係，彼此互相對立；衝突雙方有不同的目標、價值觀、及認知上的差異、行為；無論親子衝突是動態或是靜態的都是持續性的互動過程，非單方面、單向的作為。

而在親子衝突發生時，青少年所知覺的壓力亦會對身心發展造成影響，並且進而影響到青少年的生活適應問題，亦可能因為青少年處於青春期的階段較容易情緒不穩定，並且希望父母親能夠重視青少年的意見及想法，亦可能因為世代不同而產生認知上的差異，因而容易產生衝突，並對青少年發展佔有很重要的成分，可見在青少年期間親子關係互動的重要性。

貳、 衝突議題與類型

親子衝突的議題是指:在衝突中親子雙方所爭執的事件焦點所在，衝突的議題不僅僅會隨著不同的人有不同的衝突議題，其衝突的強度也會有所差異。根據國內學者研究整理顯示:Propper 認為青少年和父母的衝突主要包括下列五方面的類型。

表一 Propper(1972)之親子衝突類型

親子衝突來源議題	親子衝突議題類型
社交生活方面	異性交友、外出時間、晚上返家時間、約會頻率；參與的活動性質、地點；駕車；髮型、裝扮等。
負責行為方面	處理家務事；金錢的使用；對個人衣物等的保管處理；電話、汽車及其它家具用品等家庭財物的使用等。
學習方面	學習態度、學習成績、在校行為等。
家庭關係方面	行為成熟與否；對父母的態度；與兄弟姊妹的關係；與其他親友的關係。
價值觀與道德觀方面	喝酒、吸煙、藥物使用；語言；誠實；性行為；守法；信仰活動等。

(表格引自莊玲珠, 2000)

而國內研究親子衝突議題之摘要，研究者將自製表格整理如下：

表二 國內學者對親子衝突議題之摘要

年份	作者	衝突議題
1999	李介至	溝通與價值觀衝突、消費衝突、生活習慣衝突、學校成就衝突、交友衝突
2000	黃德祥	社交生活、責任問題、學校功課、家庭關係和價值觀與道德觀
2000	薛雪萍	溝通與價值觀衝突、消費衝突、生活習慣衝突、學校成就衝突、交友衝突
2000	莊玲珠	溝通與價值觀衝突、消費衝突、生活習慣衝突、學校成就衝突、交友衝突
2004	王淑卿	生活層面、學校成就、溝通與價值觀、交友、消費
2006	張怡華	課業、儀容、家務、休閒、財務、偏差行為、父母行為、社交、作息、個性衝突
2008	梁琬晴	個人、家庭、學校、社交、價值觀
2010	陳美玲	學業、做家務、交朋友、花錢、日常生活作息、外表打扮、與家庭成員互動、隱私

而過去相關學者對親子衝突議題之分類及敘述，會依照學者的研究目的不同而有所差異，儘管在衝突議題上有些微不同，但親子雙方衝突議題仍大多為青少年日常生活的一般活動，並且在不同議題上的親子衝突頻率及強度也有所不同。

參、 測量對象

而Fred(1993)也指出子女的觀點比較能客觀地反映出家庭衝突的行為，因此建議以青少年作為測量家庭親子關係的對象。由於家長可能在評論自身行為時較容易理想化，並且可能會顧慮家庭形象的維護，而較不願意將家中親子互動爭執及問題向研究者反應，而使得研究結果容易有誤差，並且較容易因為面子問題而呈現出不客觀的結果(引自李介至，1999)，不僅降低本研究的效度，亦容易對研究問題有所保留；而以子女的觀點較能反映出家庭互動的真實情況，而以青少年為主觀家庭關係時，其效度均高於父母自身評量，因此本研究採以青少年的所知覺親子互動觀點來測量家庭衝突。

肆、 相關研究

有較多研究發現：不同性別在其衝突程度上具有差異，其中男生和父母親的衝突程度較女生來的高，尤其又以偏差行為所產生的衝突最為明顯(李介至，1999；張怡華，2006；薛雪萍，2000；梁琬晴，2008)，亦有研究者提出親子衝突在性別上並無差異的結果(王淑卿，2004；莊玲珠，2000)，而除了衝突程度上有差異之外，在議題上的衝突事件上不同性別也會有所差異，過去研究發現：與父親衝突以角色期待以及偏差行為以及個人個性的議題衝突為最高；而與母親衝突上則涵蓋青少年的生活各個層面，包括學業成績、社交方面的議題，而在母女的衝突上以家務方面為最多，較低課業成就的青少年其親子衝突均高於課業成績較優秀的青少年，可能因為母親為主要照顧者，負責照顧生活起居以及課業教導上多為母親的責任，當子女無法達到母親的要求時，則容易造成母子關係不良的狀況，而傳統社會認為女性應負擔較多的家務，可能是因為性別之不同被賦予的角色期望也不同，因此可能是造成在家務衝突上女生與母親的衝突比男生高的原因(莊玲珠，2000；梁琬晴，2008；莊懿楨，2009；張怡華，2006；王淑卿，2004；李介至，1999；薛雪萍，2000)。

而根據過去相關研究亦指出不同家庭結構的親子衝突程度上具有差異，雙親家庭較單親家庭者有較嚴重的親子衝突，原因可能離婚子女擁有較多的時間及生活自主性，與父母的相處時間較少，所以衝突較少(黃啟政，2005；張怡華，2006)。

過去文獻顯示：父母管教方式的不同也會影響到與孩子之間的溝通模式，工人階級父母為了能達到管訓孩子，對孩子運用較多的權力與壓制，較常以體罰和威脅為手段。Lereau(2003)亦指出：當家中社經地位為中產階級時，父母教養小孩時會採溝通說理方式；而父母為勞工階級、最低階級則多採命令口氣，也因為父母與子女權力不平等，父母在面對教育子女上也傾向於採命令口氣，進而容易產生衝突。而當青春時期的青少年個人意識逐漸高漲，在面對親子問題時，往往希望能夠透過平等的方式做溝通，處於剛踏入青春期的青少年在親子衝突上會比較高年級有更多的摩擦，可能因為情緒容易不穩定，並且希望受到父母重視，因此在衝突頻率及程度較為嚴重，而在高年級的青少年則可能透過學校的學習、以及思想成熟的原因，較能夠用理性的方式與父母溝通，其親子不協調問題則能夠理性的解決，因此衝突也較少(李介至，1999；梁琬晴，2008)。

而親子衝突影響的範圍很廣泛，良好的親子衝突不僅能夠給予青少年良好的身心支持，更能提升青少年自身的行為以及個人發展，親子衝突可以直接或間接影響青少年自殺意念及行為，當父母與孩子溝通不良，使得青少年知覺親子關係薄弱，缺乏家庭情感互動，以及忽略青少年的感受，容易引發青少年產生負面情緒以及偏差行為(王淑卿，2004；林杏真，2002)。而當青少年知覺親子衝突程度越低，親子關係越好時，其幸福感則越高(梁琬晴，2008)。

綜合以上資料顯示出：影響親子衝突的面向很多，其對於青少年的影響層面也很廣泛、多元，其影響並非單一面向可解釋，有待後續研究進一步做說明。

第三節 社會支持意義與相關研究

社會支持在近年來的研究越來越受重視，在日常生活上也扮演很重要的角色，對其個人發展及影響佔有很重要的地位，當青少年知覺社會支持越多時，其主觀及客觀生活壓力會變小，當青少年知覺所獲得的社會支持越少，就越容易產生憂鬱症狀以及其他身心症狀的發生(蔡嘉慧，1998;吳宜寧，1996;林續琴，2003)。鄭照順(1997)的研究也顯示：社會支持能夠減少生活壓力的發生，並且能夠緩解壓力事件對於身心健康的影響，而高社會支持的青少年比低社會支持青少年的生活壓力越小。以下將分別說明社會支持的意義、社會支持的測量、以及社會支持的功能及相關研究。

壹、 社會支持的定義與來源

國外學者Tracy認為社會支持是指人們對他人提供多種不同方式的協助，包括情感上的鼓勵或支持、建議或勸告、訊息傳遞或指導，以及實體有形的幫助。鄭照順(1997)、蔡嘉慧(1998)等學者更提出社會支持是指個人在社會體系中，覺得受到關心、尊重與協助。

吳宜寧(1996)、蔡嘉慧(1997)亦將社會支持分為情緒性支持、訊息性支持、工具性支持三類。梁琬晴(2008)亦將社會支持分為以下三類：情感性支持、訊息性支持、實質性支持，其中情感性支持是指包括給予自信、肯定、同理心、關愛、鼓勵、安慰等，讓人感受到被尊重、接納以及保護；訊息性支持是指提供訊息、知識，或者提供建議協助其瞭解及調適；實質性支持：指直接提供物質或具體的幫助，以解決其問題，如：金錢給付、協助家務、或代替他人處理困難。李欣瑩(2000)、蔡嘉慧(1997)、林杏真(2002)的研究結果發現：青少年最常獲得的社會支持方式是以訊息性支持為主，其次是情緒性支持，最後才是工具性的支持。

貳、 社會支持的來源

國內學者對於社會支持的來源做分類：吳宜寧(1996)將社會支持的來源分為以下六種；父母、手足、朋友、師長、輔導諮商人員、其他。鄭照順(1997)提出社會支持支持的系統包括家庭、學校、同儕、社會機構等等；蔡嘉慧(1998)則將社會支持的來源分為父母、親戚、師長、及朋友四種；李欣瑩(2000)將社會支持分為父母、師長、同儕三種。從以上文獻中可以發現到：青少年的社會支持主要還是以身邊的重要他人為主，除了家人以外，學校師長、以及同儕亦是很重要的社會支持來源。

根據王者欣(1995)發現當家庭提供越多的社會支持，青少年在生活中知覺的個人壓力、同儕壓力、學校壓力、及整體壓力感均有相對減少的趨勢。李素菁(2002)、蔡嘉慧(1998)的研究發現：獲得越多社會支持的國中學生，其客觀、主觀的生活壓力越小，並且有較高的自尊滿足、較好的心理健康與幸福感，也就是說當青少年知覺較多的社會支持，其個人身心狀況均會較好，而當個體認知到社會支持不足時，則會影響到個人行為，根據林杏真(2002)的研究發現：當青少年所知覺社會支持越多，自傷行為的傾向就會越少。當自傷青少年遇到困難與挫折時往往會主動尋求協助，但尋求的對象以朋友、同儕為主，並且同儕所提供的大多為安慰、鼓勵等情緒性社會支持，對於心理上的支持是有幫助的；然而青少年卻不願意尋求父母及師長的協助，會覺得心裡怪怪的、很煩、覺得囉嗦、有距離、幫不上忙、害怕被取笑等，由此可見當青少年遇到困難時寧可與同儕互相幫忙，

也不願意得到較年長且較具有幫助的師長意見及方法。紀怡如(2001)、林續琴(2003)、黃啟政(2005)等人的研究也顯示：青少年遇到生活壓力最常使用逃避策略，最不常使用尋求社會支持的協助。

另外，根據曾淑華(2002)研究國小學生行為困擾時的求助對象中，當國小學生遇到家庭事件的困擾時，求助的對象依序為兄弟姐妹、同學、親戚、父母、學校老師，其求助對象佔所有比例的31.5%、19.5%、18.7%、4.6%，由以上比例可看出小學生知覺家庭事件壓力，尋求學校老師協助的比例是很少的。

而本研究這也自製並整理過去國內研究者所探討青少年尋求協助的頻率，並將過去研究因應方式中的尋求協助比例區分專業支持與非專業支持兩種，並以(*)標記，根據過去11篇研究顯示：青少年知覺生活壓力事件時，尋求協助的比例大多介於很少採用至偶爾採用。

表三 社會支持尋求整合表 (註：非專業支持以(*)做標記)

作者	研究對象	因應策略	尋求協助平均	計分標準
蔣桂嫻 (1993)	高中生	(1)邏輯思考與自我控制 (2)尋求社會協助 (3)逃避現實與責怪他人 (4)聽天由命與責怪自己 (5)解決問題與正向闡釋	*3.18 尋求同儕及相同經驗的協助	五點計分方式 從不採用 →1分 很少採用 →2分 偶爾採用 →3分 經常採用 →4分 總是採用 →5分
呂敏昌 (1993)	國中生	(1)自我保護 (2)直接行動 (3)直接控制	a. 諮商輔導或學校輔導 1.66 b. 師長 1.53 c. 家人 1.96	四點計分方式： 很少採用 →1分 偶爾採用 →2分 經常採用 →3分 總是採用 →4分
鄭照順 (1997)	國、高中生	(1)與好友商量 (2)面對問題 (3)與家人溝通 (4)自住與幽默 (5)轉換身心情境 (6)尋求專家協助	男生:0.41 女生:0.45	五點計分方式： 完全不採用 →0分 很少採用 →1分 有時採用 →2分 經常採用 →3分 總是採用 →4分
蘇彙琿 (1998)	國中生	(1)解決問題 (2)暫時擱置 (3)改變策略 (4)尋求支持 (5)逃避策略	*男生:2.16 女生:2.29 (尋求家人、同儕、師長協助)	四點計分方式： 從不採用 →1分 偶爾採用 →2分 經常採用 →3分 總是採用 →4分
李欣瑩 (2000)	國中生	(1)逃避問題與發洩情緒 (2)正向解決與主動闡釋 (3)轉移注意力 (4)正向情緒調適 (5)尋求社會支持	*2.29 尋求老師、同儕、家人協助	四點計分方式： 從不採用 →1分 偶爾採用 →2分 經常採用 →3分 總是採用 →4分

王綦綦 (2000)	國中生	(1)邏輯思考與自我控制 (2)尋求社會支持 (3)逃避現實 (4)聽天由命 (5)解決問題與正向闡釋	*男生 2.14 女生 1.86 (尋求親友及同儕、重要他人的支持)	四點計分方式: 很少採用 →1分 偶爾採用 →2分 經常採用 →3分 總是採用 →4分
蔡婉莉 (2001)	國中生	(1)尋求好友商量 (2)面對壓力 (3)與家人溝通 (4)自住與幽默 (5)轉換身心情境 (6)尋求專家支持	(1)學校老師及輔導室→0.56 (2)專家商談輔導→0.5	五點計分方式 從不採用 →0分 很少採用 →1分 偶爾採用 →2分 經常採用 →3分 總是採用 →4分
紀怡如 (2001)	國中生	(1)積極因應 (2)消極因應 (3)轉移注意 (4)尋求支援	*2.29 (尋求父母、親人、師長支持)	五點計分方式 從不採用 →1分 很少採用 →2分 偶爾採用 →3分 經常採用 →4分 總是採用 →5分
林續琴 (2003)	國中生	(1)問題解決 (2)情緒處理 (3)尋求支持 (4)轉移注意	*2.04 (尋求父母、親人、師長支持)	四點計分方式: 從不採用 →1分 偶爾採用 →2分 經常採用 →3分 總是採用 →4分
孫瑜成 (2004)	國中生	(1)消極應對 (2)尋求解決方法 (3)尋求他人支持 (4)穩定情緒 (5)自我封閉	*2.44 (尋求父母、同儕、師長支持)	四點計分方式: 從不採用 →1分 偶爾採用 →2分 經常採用 →3分 總是採用 →4分
黃啟政 (2005)	高中生	(1)理性積極 (2)情緒調適 (3)尋求支援 (4)轉移注意 (5)偏差行為 (6)逃避延宕	1.65 (尋求父母、同儕、師長支持)	四點計分方式: 從不採用 →1分 偶爾採用 →2分 經常採用 →3分 總是採用 →4分

參、 社會支持的功能

過去研究學者多加以討論關於社會支持與生活壓力之間的關係，而一般學者多採用 Cohen & Syme(1986)所提出：生活壓力與社會支持對於適應或健康的影響，是否有交互作用，即探討社會支持的主要效果以及緩衝效果，而社會支持不僅可以降低壓力事件對生活的負面影響，更能透過社會支持介入壓力和情境之間降低其所發生的危機，並且能夠增加處理壓力的經驗，再者能夠增強個體的社會適應能力以及身心健康(引自李欣瑩，2001；蔡嘉慧，1998；鄭照順，1997；林杏真，2002)。

社會支持主要有兩個面向作探討：(1)主要效果(main effect)或稱直接效果：無論壓力事件的大小，社會支持均能夠降低個體所受到事件的衝擊。(2)緩衝效果(buffer effect)：在高度的壓力之下，社會支持能夠減緩壓力對於身心健康的影響；而在低壓力的情境中，社會支持則無顯著的效果。而直接效果能夠滿足個體的需求，並且提升其自我認同感，建立自我信心；而緩衝效果則能夠減緩壓力事件對於個人的影響，並且間接對生活適應以及身心健康有正向的影響(引自鄭照順，1997)。

根據國內學者李欣瑩(2000)指出：社會支持對於主觀壓力所造成的身心症狀會具有部分緩衝的效果，其中當在高壓力的情況下，青少年獲得高度訊息性支持者其身心狀況反而更多；而情緒性支持對於身心健康的影響並沒有緩衝效果或是直接效果；而提供實質的工具性支持則同時擁有緩衝效果以及直接效果，即當青少年獲得越多的工具性支持，其身心健康越好，而在高壓力的情境下，獲得較多的工具性支持的青少年，其身心狀況也會比獲得較少支持的青少年好。王蓁蓁(2000)也顯示：社會支持對於生活壓力與憂鬱的傾向具有主要效果，也就是無論事件的嚴重程度，社會支持能夠降低生活壓力對於憂鬱的發生。而根據鄭照順(1997)的研究指出：家庭與社會支持對於主觀壓力所造成的身心症狀具有緩衝效果，而在高壓力的青少年感受到較少的社會支持，並且擁有較多的生活壓力，當青少年知覺個體擁有較高的社會支持時，則表現出較少的壓力。而蔣桂嫻(1993)顯示：社會支持對於青少年的身心健康不具有主要效果，表示青少年的身心健康狀況不會因為尋求社會支持的協助與否而有所差異。鄒浮安(1997)的研究則顯示：社會支持是家庭生活壓力與身心健康之間的中介變項。李素菁(2002)研究顯示：當青少年感受到較多的情緒性支持、訊息性支持、工具性支持，其幸福感的程度較高。當青少年知覺親子衝突事件時，獲得較多的訊息性支持者，其幸福感會比獲得較少支持者來的好。

社會支持對於壓力事件所產生的後果是否具有緩衝效果，過去研究呈現出結果不一致的現象，大多呈現社會支持能夠緩衝壓力事件對於身心健康的影響，因此有待本研究在後續深入探討。

肆、 社會支持的相關研究

回顧過去研究文獻顯示：女生個體所知覺獲得的社會支持比男生多，當青少年年級越高壓力越大時，相對地便會認為自己的社會支持減少，進而影響到青少年選擇因應事件的方式，研究發現：女生比男生更常使用尋求協助的方式，而當青少年擁有較多的情緒性支持時，表示個人遇到困難時，較容易獲得身邊他人的幫助，因此尋求協助的意願也會越高(蔡靜宜，2006；李欣瑩，2000；蘇彙琄，1998；蔣桂嫻，1993，林美珍，2008；王蓁蓁，2000)。

另外，曾淑華(2002)的研究也顯示：家庭結構的不同其小學生的求助對象也會有所差異，當處在雙親家庭的子女在面對家庭事件困擾時，最常求助對象為父母，再來是同學好友；而處在單親家庭的子女在面對家庭事件困擾時，最常求助對象為兄弟姊妹，再來是同學好友；當處隔代教養家庭的子女在面對家庭事件困擾時，最常求助對象為好友、親戚，再來是父母；而處在依親家庭的子女在面對家庭事件困擾時，最常求助對象為親戚，再來是兄弟姊妹，而研究也顯示：當國小孩童為獨生子女時，遇到家庭事件困擾最常尋求父母及同學的幫助，而若家中有其他兄弟姊妹的國小孩童，遇到家庭事件困擾時多會採取與手足商討解決辦法。

除了瞭解青少年在受到壓力事件的刺激時會選擇何種因應方式之外，青少年個體所知覺的社會支持程度亦是相當重要的。鄭照順(1997)的研究也發現：提供專家的社會支持能夠減緩青少年對於家庭管教壓力與學校壓力的負面影響。而社會支持能夠減少生活壓力的發生。而黃啟政(2005)的研究發現：青少年的好朋友數量會影響到面對生活壓力的因應，當青少年的好友數量越少，在面對生活壓力時就越容易採取逃避的策略，這也顯示出當青少年的社會支持越少，越不容易採取正向積極面對的策略。鄒浮安(1997)的研究也發現：當青少年有自殺行為及自殺傾向者時主觀到的生活壓力是更多的，而這些高危險群的青少年其相對社會支持及社會資源是較少的。而國內外研究也顯示：有關青少年自殺意念的負向生活壓力是重要的危險因子，而社會支持是主要的保護因子(引自汪慧君，2007)，也就是說社會支持在青少年生活中扮演很重要的角色。

第四節 因應策略理論與相關研究

近年來，因應方式的研究也逐漸受到重視，當個體遇到事件時，會採取的因應策略也成為研究的探討方向，個體面對壓力情境或情緒困擾時，通常會採取各種因應策略(coping strategies)來加以調適，以維持一種適應平衡的狀態，透過尋求資訊、進行評估以及行為等技巧來降低焦慮感與壓力(紀怡如，2001；蔡靜宜，2006；王蓁蓁，2000)。以下將分別對因應策略的定義、因應方式的分類、以及因應策略的測量及其相關研究四個部分做說明。

壹、 因應策略的定義

研究者整理過去國內學者等人的因應方式，發現較多人提到 Lazarus and Folkman 所提出：因應是人們評估個人要求之後，發現要求超過個人所能負荷時，便在個人的認知及行為上做改變，使個體能掌握問題並面對壓力情境與情緒，而要功能在於管理及調適事件所伴隨而來的情緒。而當個體預知事件的發生時，也會出現其因應行為來應對，使個人可以提早做準備，以利降低事件對個人所造成的衝擊感與焦慮，而此因應方式是個人與環境互動的產物，並且是動態、會隨時間而改變的。再者因應行為也會受到壓力事件的不同而有不同的因應方式，並非是個人特質所決定的(王蓁蓁，2000；蔡婉莉，200；李欣瑩，2000；李介至，1999；蔡靜宜，2006；紀怡如，2001)

貳、 因應策略的測量

研究者整理過去因應策略研究的測量發現：國內較常採用的方法為自陳式問卷與半結構式訪談方式進行。由於本研究主要採取量化的研究方式，透過問卷的填答來測量因應方式。由於問卷能夠提供較大群體所代表的訊息，並且能夠透過計算所需樣本數量，便可推估之母體，較具有代表性。且受試者也能夠在較短的時間內完成問卷，透過受試者自行回憶遇到親子衝突時個人的處理方式進行填答，且在問卷题目的設計需要達到周延與互斥，避免一題兩問以及題目語意不清的狀況。

而本研究則採取蔡靜宜(2006)的因應方式分類，包括五大因素：問題解決、情緒調適、情緒發洩、尋求社會支持、擱置問題五種策略，作為探討因應策略之類別。

參、 因應策略的相關研究

根據國內研究大多顯示：男生、女生在知覺壓力事件時所採取的因應方式有不同。女國中生在採取策略上，不論是正向因應或是負向因應均高於男生當知覺壓力事件時，而女生比男生更常尋求社會支持的方式(蘇彙琚，1998；吳宜寧，1996；紀怡如，2001；李欣瑩，2000；蔡靜宜，2006；王蓁蓁，2000)。而蔣桂嫻(1993)、紀怡如(2001)、林續琴(2003)、黃啟政(2005)、蔡婉莉(2001)、鄭照順(1997)、呂敏昌(1993)、江承曉(1991)等人也指出：男生較常採用主動正向的因應方式，而女生較常採用轉換身心情境等情緒取向中的消極因應方式。

另外在吳宜寧(1996)、陳素慧(2004)、呂敏昌(1993)的研究也顯示：父母親的教育程度越高，其子女較常採用「面對問題並解決」、「與他人商討解決」等正向解決問題及情緒控制管理等策略的方式，可能因為社經地位較高者其所擁有的資源較多，所以相對來說選擇的意願也會較高，解決問題的機會也會較高。而孩子在學校的學業成就亦會造成因應策略的選擇不同，在高學業成就較常採用面對問題的策略，而中、低學業成就組較常採用發洩情緒等負向策略(李介至，1997；蔡靜宜，2006；蔡明若，1995)，而造成因應方式上的差異可能與父母親的涉入、關心程度有關，低學業成就者在學校就已被忽視，如果在家庭中若未能獲得良好的親子互動及情感上支持，在面對親子衝突時較常傾向於使用逃避等消極策略。當親子關係良好時，子女受到父母的重視，也會產生較好的互動。

而青少年所知覺的親子衝突程度會影響到所選擇因應的策略，當青少年知覺家庭事件困擾越多，生活壓力越大時，採取情緒處理、逃避問題的策略，或是從事偏差行為來解決壓力，尋求社會支持的協助的意願也會降低，當青少年知覺生活壓力較小時，也較容易採取問題解決等策略因應(林續琴，2003；黃啟政，2005)；蔣桂嫻，1993；蔡靜宜，2006；王蓁蓁，2000；李介至，1997；吳宜寧，1996；曾淑華，2002)，而來自完整家庭的青少年比來自不完整家庭的青少年更常使用尋求社會支持的策略；而來自不完整家庭的青少年較常使用逃避、以及從事偏差行為來因應壓力(張怡華，2006；黃啟政，2005)。

當青少年在遇到問題時，較常使用「邏輯思考與自我控制」和「解決問題與正向闡釋」、「與家人溝通」以及「轉換身心情境」等正向因應策略的高中學生身心健康狀況較好，然較常使用「逃避現實與責怪他人」和「聽天由命與責怪自己」等負向策略的高中學生身心健康狀況較差(蔣桂嫻，1993；李欣瑩，2000；蔡婉莉，2001)，也就是說當遇到問題時衝突所造成個人的影響，以及如何選擇因應策略，並對其整體生活的影響其關係是環環相扣的，有待後續研究做說明。

第五節 生活適應涵義與相關研究

適應是人生中重要的一門課題，生活也必須要不停地與我們周遭的人事物互動，與不同的人事物一同建立關係，都需要良好的適應能力，才能拿到和諧的適應狀態。國內外有關適應的研究相當多，本節首先敘述各學者對於適應的定義與內涵，再整理相關的理論與研究。

壹、生活適應的涵義

「適應」(adjustment)一詞的意義，是指生物為了生存時必須要做適當的改變，來使自己能夠與客觀的環境達到和諧狀態，而一般所指的適應，就是所謂的生活適應。王蓁蓁(2000)指出：生活適應的定義為：國中生的身心平衡狀態，即為學生的心理健康狀況。姚佳君(2012)更指出：生活適應係指中學生在生活中與環境互動調和的過程。而根據達爾文的物種原始一書中也提到：關於生物的適應就是適者生存，不適者淘汰，當個體不能與環境作互動並且適應環境時，變為不適應環境，而最終被環境所淘汰。而陳李綱、蔡順良(2009)認為生活適應是一種心理健康的表現，當個體與環境之間能維持和諧的關係，滿足自我需求並且達到認可，所產生的幸福感受，是一種心理健康的狀態(引自姚佳君，2012)。

而有關適應的定義，個各學者都有不同的觀點，對於適應一詞也有不同的解釋。而較常被學界使用的是從個體與環境互動的面向來定義適應的觀點，當個體會為了滿足本身的需求，會透過自我調適去適應現有的環境，同時改變環境來適合自己的需求，而適應是個體對其個人與環境雙方面的要求，以一種雙向、動態的方式，來達成一致的狀態(莫麗珍，2003；姚佳君，2012)。

貳、生活適應的分類

研究者針對生活適應的分類蒐集了相關研究，並歸納出生活適應較通用的分類方式，做為研究者從事高中生生活適應調查之依據。學者對生活適應也都根據其研究目的而有不同的要素，分為不同的面向作探討。

學者姚佳君(2012)、林美珍(2008)研究高中生的生活適應情形並將生活適應分為以下八種適應能力，包括：自我定向、家庭適應、社會適應、人際關係、學習適應、自我意識、工作適應及勝任適應。其中自我定向是指個人對生活目標、工作及職業的自我定向感；家庭適應是指個人與家庭成員的互動認知以及滿意經驗的程度；社會適應是指在社會中與同儕、朋友的互動以及滿意經驗程度；人際關係是指個人與同學、朋友、家人的相處關係；學習適應是指個人在學習方面會運用技巧去解決問題，在面對學業上的困難會想辦法去調適，促進學習效果，並提高學習能力；自我意識是指對周遭事物有明確的覺察及認知能力；工作適應是指個人在工作上具有目標以及計畫，並且具有能力以及信心能夠解決問題，並且能與夥伴進行理性溝通；自我勝任是指個人對自己學習、領導、運動等技能的勝任感。

陳美玲(2010)、廖思涵(2005)、林慧貞(2008)、林美珍(2008)、莫麗珍(2003)等人大多以學生的生活領域及接觸層面為考量，將青少年的生活主要分成四大層面：學校生活、家庭生活、同儕互動關係、以及個人身心發展及適應層面加以探討。其中：個人身心：是指個人能夠了解自己的能力和、情緒、及行為，並且肯定自我價值感；家庭生活：是指家庭生活中所發生的問題，例如親子互動、父母管教方式、家庭氣氛、以及親子依附關係等等；同儕互動關係：是指與同學間的互動情形；學校生活：則是指青少年在學校的學習與他人互動的狀況，包括：師生互動關係、與青少年課業及學習壓力。

綜合以上研究，發現內外學者對生活適應的分類不同，過去研究者亦根據其研究目的而有不同的要素，分為不同的面向作探討。因此本研究採取陳美玲(2010)、廖思涵(2005)、林慧貞(2008)、林美珍(2008)將青少年的生活主要分成四大層面：學校生活、家庭生活、同儕互動關係、以及個人身心發展及適應層面加以探討。

參、生活適應的測量

對於適應的看法，不同學者所持的論點不盡相同，因此在評估生活適應時所使用的工具也有所不同，本研究將採取以心理徵狀為指標的研究本研究採用(陳美玲，2010；廖思涵，2005；林慧貞，2008；林美珍，2009)等人的生活適應分類，並編製生活適應量表，並將生活適應分為以下四類：「學校生活」、「家庭生活」、「同儕互動關係」、「個人身心」，做為調查高中學生生活適應現況之研究工具，量表分數越高，代表生活適應狀況越好。

肆、生活適應的相關研究

首先，在眾多研究中都顯示：性別對於生活適應中具有很大的影響，很多研究也發現到女生的整體生活適應比男生好(許瑞蘭，2002；姚佳君，2012；林慧貞，2008；林美珍，2009；吳萬春，2006)。而隨著年紀的增長，個性、溝通的技巧、以及個人自我認同、身心發展也會逐漸茁壯，過去研究都顯示年紀與生活適應之間是有影響的，但過去學者多發現到：年級越低，其生活適應越好，隨著年齡的增加，課業、人際適應上也變得容易遇到挫折或者是困擾(魏銘相，2006；郭啟瑞，2005；林慧貞，2008)，與過去所推想的結果有所不同。

過去研究都發現到父母的社經地位可能會影響到孩童的學習以及生活適應，不只是孩童的物質上的支援差異，照顧孩子的方式也會有所不同。現代社會多為雙薪家庭，父母對於陪伴孩童成長的時間以及新力付出也會有所不同，當父母都處在工作與親職教育上拉扯，父母的社經地位高低使得在陪伴孩童上往往都會造成不一樣的結果，進而影響到孩童的發展以及生活適應。根據吳萬春(2006)、陳美玲(2010)的研究同樣都發現：國中生的整體生活適應會因為社經地位不同而有差異，且低社經地位者之生活適應情形較高社經地位者差。而除了父母的社經地位外，父母的教育程度對於孩童的生活適應也具有影響，許瑞蘭(2002)的研究發現到：當父親、母親受教育程度愈高，學生的學校生活適應較良好，當父母教育的程度越高時，對於子女的教導就越適切，有助於孩童發展較良好的生活適應。當家庭資源較處於優渥的狀態時，會讓人會比較有自信，也比較願意與人分享，若父母教養態度較積極、關愛層面，其子女在學業適應、生活適應、人格適應、學校表現、行為困擾上皆優於消極、支配、或拒絕的教養態度下成長的孩子，而姚佳君(2012)的研究則表示高中生並不會因父親教育程度的不同，在生活適應的情形有所差異；但母親教育程度在大專院校者，其人際關係較母親教育程度在國中以下的高中生好；母親教育程度在高中職者，其人際關係也較母親教育程度在國中以下的高中生佳，也就是當母親的教育程度越高，孩童的生和適應越好，代表：孩童的主要照顧者多為母親，因此在父母教育程度上，母親的教育程度便顯得更加重要，當母親的教育程度越多，變越能夠協助孩童適應生活。

除了父母教育程度會影響生活適應之外，父母的教養方式也會影響到孩童的生活適應及表現。當父母對於孩童的生活表現的抱有很大期望，對於孩童的身心發展以及生活各層面的適應也具有很大的影響。根據姚佳君(2012)、吳萬春(2006)的研究指出：當子女知道到父母對其生活表現有較高的期望，且父母也在表達期望時適切地與子女互動並有所回饋時，在其家庭層面會有較好的適應，並且較能促進子女的整體生活適應及行為的表現，當父母親採開明權威教養方式，國中生在生活適應各層面的適應均最好；採用忽視冷漠教養方式時，國中生的生活適應最差，這也顯示除了個人身心發展的適應之外，青少年更在意的是父母的溝通方式，當父母能夠採較和平的方式進行，便能夠使個體更能

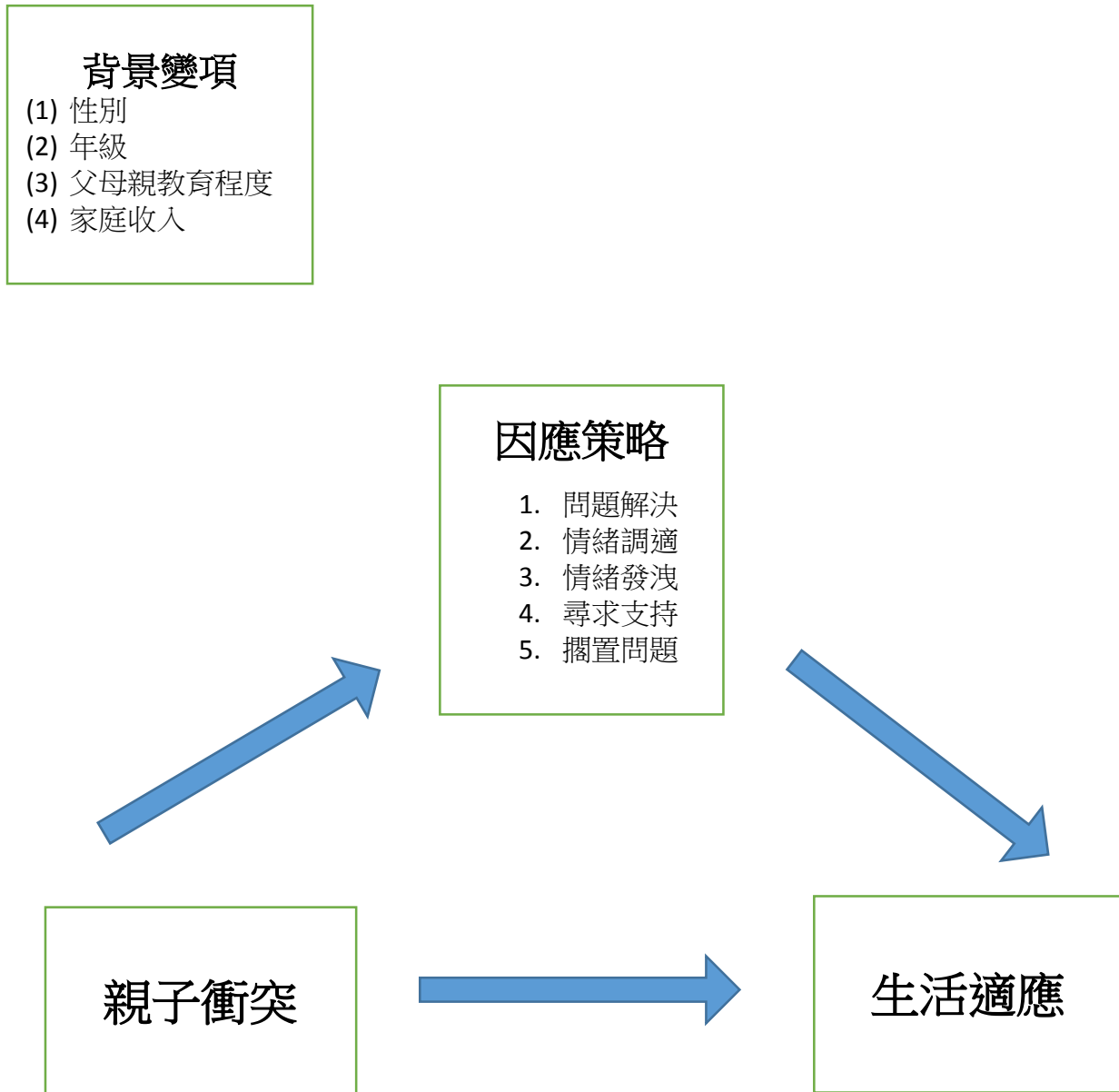
夠適應生活。若親子衝突較高時，青少年則較常有憂鬱、焦慮、感到受傷、不適當的行為、學校問題行為等不良適應，當青少年與父母關係相處不融洽，容易使個體喪失自信，與其生活適應呈現顯著負相關。當國中生知覺與父母之間的衝突頻率愈高，國中生在個人身心、學校生活、家庭生活及同儕關係的適應上就愈差，當家庭的溝通以及表達功能發揮得越完善，對於青少年學習適應以及同儕關係就越好陳美玲(2010)、薛雪萍(2000)、李介至(1999)。

除了個人的性別、個性差異、年齡的增長等因素之外，青少年所知覺的社會支持亦對生活適應有很大的影響，當青少年知覺其社會支持較多，在情感上具有依附，而在實質上也有具體的幫助，其生活適應通常都會較好，王綦綦(2000)的研究發現到：採取邏輯思考與自我控制、尋求社會協助的因應方式能夠預測生活適應，即代表兩變項對生活適應具有影響力，而根據吳宜寧(1996)、林美珍(2008)、許瑞蘭(2002)等人的研究發現：社會支持越多，當個人遇到困擾時，對自身的信心也會較夠，便會相信自己有能力處理，並且積極採取行動，而其生活適應越好。

再者，社會支持不僅能夠使青少年維持較好的生活適應之外，也可以透過支持來降低偏差行為，過去研究也發現到：較多的家庭支持可以減緩生活壓力、減少青少年越軌行為，增進其心理健康與幸福感(鄭照順，1997)。且知覺接受到較高家庭支持的青少年，其表現較少的沮喪情緒與越軌行為、較少的憂鬱傾向(鄭照順，1997；蔡嘉慧，1998)。另外，蔡姿娟(1998)也有提到：發現國中生的社會支持、生活適應與寂寞感之間有相關，社會支持越低的青少年，寂寞感就越高，而生活適應也越不好(引自林杏真，2002)。

第三章 研究方法

第一節 研究架構



第二節 研究對象

研究對象鎖定以金門高中學生為主體，根據金門高級中學 102 學年度第二學期人數統計資料顯示：金門高中全校人數 977 人，一年級總人數為 334 人，二年級總人數為 314 人，三年級總人數為 329 人，而全體男、女生人數則為 484 人及 496 人。根據 Sample Size Calculator 網站搜尋結果，若要達到 95% 的信心水準，預計要回收 276 份有效問卷。

年級	性別		總計
	男	女	
一	164	170	334
二	163	151	314
三	157	172	329
總計	484	493	977

第三節 研究工具

本研究為了達成上述研究目的，考驗研究假設是否成立，特別選用下列測量工具，用以收集資料，進行統計分析。本研究所使用量表工具為「親子衝突、因應策略及生活適應量表」，內容包括以下四部分，依序為「親子衝突議題量表」、「因應策略量表」、「生活適應量表」、「基本資料調查表」。以下再分別敘述之。

一、親子衝突議題量表

本量表主要參考陳美玲(2010)的親子關係量表，加以編製而成以下將本量表編製過程及信度加以說明：

(一) 發展預試量表內容

1. 研究者根據過去文獻改編整理出 10 題題目。

而本研究採用陳美玲(2010)的親子關係量表，並根據議題部分增加至 10 種議題，其依序為：「學業」、「做家務」、「交朋友」、「花錢」、「日常生活作息」、「外表打扮」、「與家庭成員互動」、「隱私」、「溝通及價值觀念」、「3C 產品及手機的使用」，作為本研究的親子衝突議題量表。

2. 採用 Likert 式四點量表的形式，讓受試者圈選出最符合自己情況的選項。1 代表從未如此，2 代表很少如此，3 代表經常如此，4 代表總是如此。當親子衝突議題分數越高，則代表其議題的衝突越多。

(二) 進行預試

本量表在預試之前先將題目施測於 25 位大學生，並請受試者寫出未能含括之親子衝突議題，並提供修改的意見，使得量表更適合測量出親子衝突議題的事件，並綜合受試者意見修改文字語意，以達到更符合科學的客觀性及可行性。

(三) 預試結果統計分析

上述有效問卷經電腦輸入後，以 SPSS 的套裝軟體進行「信度分析」，以考驗量表的信度。本量表之信度以內部一致性 Cronbach α 係數為指標，全

量表的 Cronbach α 係數為 .819，總題數 10 題。預試問卷經過項目信度之統計處理後，保留所有之題項而形成正式問卷(附錄)。

(四) 正式發放

正式發放有效問卷經電腦輸入後，以 SPSS 的套裝軟體進行「信度分析」，以考驗量表的信度。本量表之信度以內部一致性 Cronbach α 係數為指標，親子衝突量表總題數 10 題，全量表的 Cronbach α 係數為 .876。

二、因應策略量表

此量表主要參考蔡靜宜(2006)、李欣瑩(2000)、紀如怡(2001)、林美珍(2008)對於因應方式的分類，並根據其「學生壓力因應策略量表」加以改編，作為本研究因應量表。根據過去學者研究加以編製而成以下將本量表編製過程及信度加以說明：

(一) 發展預試量表內容

1. 研究者根據過去文獻改編整理出 37 題題目。

本研究亦採取其的因應方式類別，包括五大因素：問題解決、情緒調適、情緒發洩、尋求社會支持、擱置問題五種策略。

(1) 問題解決(共 5 題) :1、4、7、8、29

(2) 情緒調適(共 7 題) :2、5、14、18、30、36、37

(3) 情緒發洩(共 6 題) :11、12、31、32、33、35

(4) 尋求協助(共 12 題) :9、15、17、19、20、21、23、24、25、26、27、28

(5) 擱置問題(共 7 題) :3、6、10、13、16、22、34

2. 採用 Likert 式四點量表的形式，讓受試者圈選出最符合自己情況的選項。1 代表從未如此，2 代表很少如此，3 代表經常如此，4 代表總是如此。其此策略題組分數越高，表示當個體在處理事件時，就越常使用此因應策略，反之則少。

(二) 進行預試

本量表在預試之前先將題目施測於 25 位大學生，並請受試者寫出未能含括之親子衝突議題，並提供修改的意見，使得量表更適合測量出親子衝突議題的事件，並綜合受試者意見修改文字語意，以達到更符合科學的客觀性及可行性。

(三) 預試結果統計分析

上述有效問卷經電腦輸入後，以 SPSS 的套裝軟體進行「信度分析」，以考驗量表的信度。本量表之信度以內部一致性 Cronbach α 係數為指標，全量表的 Cronbach α 係數為 .839，因應策略題組信度依序為：問題解決 Cronbach α 係數為 .759；情緒調適 Cronbach α 係數為 .849；情緒發洩 Cronbach α 係數為 .747；尋求協助 Cronbach α 係數為 .866；擱置問題 Cronbach α 係數為 .879。預試問卷經過項目信度之統計處理後，保留所有之題項而形成正式問卷(附錄)。

因應策略	題數	Cronbach α 係數	總量表 Cronbach α 係數
問題解決	5	.759	.839
情緒調適	7	.849	
情緒發洩	6	.747	
尋求協助	12	.866	
擱置問題	7	.879	

(四) 正式發放

正式發放有效問卷經電腦輸入後，以 SPSS 的套裝軟體進行「信度分析」，以考驗量表的信度。本量表之信度以內部一致性 Cronbach α 係數為指標，因應策略量表總題數 37 題，全量表的 Cronbach α 係數為 .775。

因應策略	題數	Cronbach α 係數	總量表 Cronbach α 係數
問題解決	5	.753	.775
情緒調適	7	.793	
情緒發洩	6	.745	
尋求協助	12	.764	
擱置問題	7	.683	

三、生活適應量表

此量表主要參考(陳美玲, 2010; 廖思涵, 2005; 林慧貞, 2008; 林美珍 2008)對於因應方式的分類，而青少年的生活主要分成四大層面: 學校生活、家庭生活、同儕互動關係、以及個人身心發展及適應層面加以探討，並根據其「學生生活適應量表」加以改編，作為本研究生活適應量表。根據過去學者研究加以編製而成以下將本量表編製過程及信度加以說明:

而本研究採用的生活適應分類，並編製生活適應量表，並將生活適應分為以下四類: 「學校生活」、「家庭生活」、「同儕互動關係」、「個人身心」。

(一) 發展預試量表內容

1. 研究者根據過去文獻改編整理出 31 題題目。

本研究主要將生活適應分成四大層面: 學校生活、家庭生活、同儕互動關係、以及個人身心發展及適應層面。

- (1) 個人身心(共 7 題) :1、2、3、4、5、6、7
- (2) 學校生活(共 7 題) :8、9、10、11、12、13、14
- (3) 家庭生活(共 8 題) :15、16、17、18、19、20、21、22
- (4) 同儕互動(共 9 題) :23、24、25、26、27、28、29、30、31

採用 Likert 式四點量表的形式，讓受試者圈選出最符合自己情況的選項。1 代表從未如此，2 代表很少如此，3 代表經常如此，4 代表總是如此。並將 4、5、6、7、9、10、12、13、19、20、22、25、26、27、28、29、30 題目反向編碼。其此生活適應題組分數越高，表示當個體在此生活適應方向上越好，反之則否。

(二) 進行預試

本量表在預試之前先將題目施測於 25 位大學生，並請受試者寫出未能含括之親子衝突議題，並提供修改的意見，使得量表更適合測量出親子衝突議題的事件，並綜合受試者意見修改文字語意，以達到更符合科學的客觀性及可行性。

(三) 預試結果統計分析

上述有效問卷經電腦輸入後，以 SPSS 的套裝軟體進行「信度分析」，以考驗量表的信度。本量表之信度以內部一致性 Cronbach α 係數為指標，全量表的 Cronbach α 係數為 .873，生活適應題組信度依序為：個人身心 Cronbach α 係數為 .774；學校生活 Cronbach α 係數為 .732；家庭生活和 Cronbach α 係數為 .783；同儕互動 Cronbach α 係數為 .757。預試問卷經過項目信度之統計處理後，保留所有之題項而形成正式問卷(附錄)。

生活適應	題數	Cronbach α 係數	總量表 Cronbach α 係數
個人身心	7	.774	.873
學校生活	7	.732	
家庭生活	8	.783	
同儕互動	9	.757	

(四) 正式發放

正式發放有效問卷經電腦輸入後，以 SPSS 的套裝軟體進行「信度分析」，以考驗量表的信度。本量表之信度以內部一致性 Cronbach α 係數為指標，在「家庭生活」適應層面 Cronbach α 係數為 .629，研究者考量量表信度過低，因此將生活適應第 15 題題目刪除，使「家庭生活」適應層面 Cronbach α 係數提高為 .731，生活適應量表總題數 30 題，而全量表的 Cronbach α 係數為 .872。

生活適應	題數	Cronbach α 係數	總量表 Cronbach α 係數
個人身心	7	.724	.872
學校生活	7	.604	
家庭生活	7	.731	
同儕互動	9	.791	

四、 基本資料調查表

本調查之目的在收集青少年的基本變項，分別為性別、年級、目前居住狀況、父母婚姻狀況、父母親的教育程度、家庭總收入、以及是否為獨生子女、家中子女數、以及受試者在家中排行等問題。

第四節 研究步驟

研究主要分為三階段進行，細部的實施程序如下：

壹、預備階段

研究者於 2013 年 10 月確定主題，開始著手廣泛蒐集閱讀相關文獻，並撰寫研究計畫，而後開始編制親子衝突、因應行為量表、及生活適應量表，並於次年 4 月進行預試以及預試結果，信度分析，最後修訂成正式問卷。

貳、施測階段

正式問卷確定後，依照抽取人數比率原則的方式，研究者於 2014 年 5 月進行問卷的施測與回收。

參、資料整理與論文撰寫階段

研究者於 2014 年 6 月底問卷回收完成後，將資料編碼輸入電腦，並以 SPSS 12.0 for Windows 統計軟體進行各項統計資料分析處理，並開始進行論文的撰寫。

第五節 資料處理與分析

經由問卷所得之原始資料，剔除無效問卷後，本研究採用 SPSS 12.0 for Windows 統計套裝軟體版進行資料分析。依據前述研究問題所欲進行之考驗假設的統計方法如下：

壹、描述性統計

將所蒐集的資料以次數分配、百分比等統計方式呈現，藉以瞭解青少年之個人背景變項整體分佈情形，以及青少年親子衝突、專業支持、因應策略、生活適應的分佈情形。

貳、t 考驗

利用獨立樣本 t 考驗來探討不同個人背景變項其親子衝突、因應策略及生活適應上是否有顯著差異存在

參、單因子變異數分析

利用單因子變異數分析探討不同父母教育程度之青少年其親子衝突、因應策略、生活適應是否有差異存在

肆、皮爾遜積差相關

用以瞭解親子衝突與青少年生活適應是否有顯著相關。

伍、多元迴歸分析

本研究將以個人背景變項、親子衝突為自變項，生活適應為依變項，探討因應策略對依變項的預測情形。另外用以考驗專業支持是否對親子衝突及青少年生活適應間具有中介或調節作用。

第四章 結果與討論

本研究旨在探討高中學生背景變項、親子衝突、因應方式與生活適應之關係。茲依據本研究之研究架構，分為 6 個部分將研究結果予以分析和討論。

第一節 樣本的社會人口學變項

本節將研究樣本的社會人口學變項，依性別、年級、居住狀況、父母婚姻狀況、父母親的教育程度、家庭總收入、是否為獨生子女、家中子女數與家中排行，分別描述於下(見表四)：

1. 性別：

男生有 120 人(42.7%)，女生有 161 人(57.3%)。

2. 年級

以一年級最多，共有 188 人(66.9%)，其次為二年級，共有 75 人(26.7%)，以三年級為最少，共有 18 人(6.4%)。

3. 居住狀況：

居住狀況以與父母同住者占最多，共有 232 人(82.6%)，只與父親同住者有 13 人(4.6%)，只與母親同住者有 18 人(6.4%)，其他居住狀況共有 18 人(6.4%)。

4. 父母婚姻狀況：

父母親結婚並且同住者為最多，有 242 人(86.1%)，而父母分居共有 12 人(4.3%)，父母離婚有 13 人(4.6%)，父或母有一方過世有 12 人(4.3%)。

5. 父母教育程度：

父親的教育程度以高中職畢業為最多，共有 108 人(38.4%)，專科或大學共有 84 人(29.9%)，國中程度有 54 人(19.2%)，研究所(含)以上有 18 人(6.4%)，國小獲不識字共有 16 人(5.7%)。而母親的教育程度以高中職畢業為最多，共有 137 人(48.8%)，專科或大學共有 75 人(26.7%)，國中程度有 37 人(13.2%)，研究所(含)以上有 11 人(3.9%)，國小獲不識字共有 20 人(7.1%)。

6. 家庭總收入：

由於問卷設計方式以家庭總收入 1 萬以下、1 至 2 萬以下、2 至 3 萬以下、3 至 4 萬以下、4 至 5 萬以下、5 至 6 萬以下、6 至 7 萬以下、7 至 8 萬以下、8 至 9 萬以下、9 至 10 萬以下以及 10 萬以上為選項的間距，為了方便分析，因此將家庭總收入以 1 萬以下至 4 萬以下歸類為低收入組；家庭總收入以 4 萬至 8 萬以下歸類為中收入組；家庭總收入以 8 萬以上歸類為高收入組。

研究對象的家庭總收入以四萬至八萬以下的中等收入組最多，共有 132 人(47%)，其次為以 8 萬以上的高等收入組，共有 104 人(37%)，家庭收入低於四萬的低收入組為最少，共有 39 人(13.9%)。

7. 家中子女數量及排行：

家中為獨生子女的有 11 人(3.9%)，家中小孩個數以 3 人最多，共有 109 人(38.8%)，其次為小孩數有 2 人，共有 84 人(29.9%)，家中小孩數有 4 人，共有 48 人(17.1%)，小孩數有 6 人(含)以上，共有 18 人(6.4%)，小孩數有 5 人，共有 9 人(3.2%)。家中排行的部分則以排行第一為最多，共有 116 人(41.3%)，其次為排行第二，共有 89 人(31.7%)，排行第三，共有 48 人(17.1%)，排行第四，共有 16 人(5.7%)，排行第五，共有 8 人(2.8%)，其他有 4 人(1.4%)。

表四 社會人口學變項分布情形

變項名稱	類別	人數(百分比)
性別	男生	120(42.7)
	女生	161(57.3)
年級	一年級	188(66.9)
	二年級	75(26.7)
	三年級	18(6.4)
居住狀況	與父母同住	232(82.6)
	與父親同住	13(4.6)
	與母親同住	18(6.4)
	其他	18(6.4)
父母婚姻狀況	父母結婚並同住	242(86.1)
	父母分居	12(4.3)
	父母離婚	13(4.6)
	父或母有一方過世	12(4.3)
父親/母親教育程度	不識字或國小	16(5.7) / 20(7.1)
	國中	54(19.2) / 37(13.2)
	高中、職	108(38.4) / 137(48.8)
	專科或大學	84(29.9) / 75(26.7)
	研究所(含)以上	18(6.4) / 11(3.9)
家庭總收入	低收入	39(13.9)
	中收入	132(47.0)
	高收入	104(37.0)
家中子女數量	獨生子女	11(3.9)
	2個	84(29.9)
	3個	109(38.8)
	4個	48(17.1)
	5個	9(3.2)

	6個(含)以上	18(6.4)
家中排行	第一	116(41.3)
	第二	89(31.7)
	第三	48(17.1)
	第四	16(5.7)
	第五(含)以上	8(2.8)

第二節 高中學生親子衝突、因應策略與生活適應之現況分析

本節依據研究樣本的調查資料，將親子衝突議題、因應策略、生活適應狀況依序作次數、百分比、平均數、標準差等統計，茲分四部分逐次敘述於後。

一、高中學生親子衝突議題之現況分析

研究者認為，親子衝突多半發生於主要的照顧者與親子的生活起居照顧與品德教育等之間所產生的爭執，因此本研究鎖定的親子衝突以主要照顧者與青少年的衝突為主要的研究對象，因此由表 4-2-1 可知，高中生的主要照顧者以媽媽為主，共有 188 人(66.9%)，其次為爸爸為主要照顧者，共有 41 人(14.6%)，以及由爸爸媽媽共同照顧，共有 35 人(12.5%)，並以主要照顧者來做為親子衝突對象的依據。

表五 主要照顧者分布表

主要照顧者	人數	百分比
爸爸	41	14.6
媽媽	188	66.9
爺爺	2	0.7
奶奶	9	3.2
爸爸和媽媽共同照顧	35	12.5
其他	5	1.8

根據親子衝突各項議題的分布情形(表六)可知，就整體親子衝突的整體平均為 2.05，即整體親子衝突議題的發生頻率是介於「偶爾如此」至「經常如此」之間，而較偏向於「偶爾如此」。就各類親子衝突議題發生的頻率，則以「手機及 3C 產品的使用」為最多(平均=2.39)，其次為「溝通及價值觀念方面」(平均=2.32)，學業方面的表現(平均=2.23)，做家務方面(平均=2.18)以及日常作息及與其他家庭成員互動(平均=2.17)，而個人隱私部分則為最少(平均=1.62)。

表六 高中學生親子衝突議題現況統計分析(N=281)

親子衝突議題	平均數	標準差
學業方面(例如:成績、在校表現)	2.23	0.903
做家務方面(例如:家務分配...)	2.18	0.843
日常生活作息安排(例如:門禁時間、讀書時間安排...)	2.17	0.867
交朋友方面(例如:結交異性好友、壞朋友)	1.88	0.874
金錢方面(例如:花錢買網路點數卡、零用錢的分配...)	1.88	0.910
外表打扮(例如:穿著太裸露、上妝習慣、耳環、首飾配帶)	1.71	0.883
與家庭成員的互動(例如:因兄弟姊妹的關係而產生衝突)	2.17	0.910

個人隱私(例如:父母偷看日記、手機簡訊……)	1.62	0.875
溝通及價值觀念方面	2.32	0.896
手機及 3C 產品的使用(例如:上網的時間)	2.39	0.927
整體親子衝突	2.05	0.611

二、高中學生因應策略之現況分析

根據因應策略各項的分布情形(表七)可知,就整體親因應策略的整體平均為 2.50,即整體因應策略的使用頻率是介於「偶爾如此」至「經常如此」之間。就各類親因應策略的使用頻率,則依序為:以「情緒調適」為最多(平均=2.7),其次為「尋求支持」(平均=2.66)、「問題解決」(平均=2.52)、「擱置問題」(平均=2.33),而以情緒發洩(平均=2.13)的因應策略使用最少。

表七 高中學生因應策略現況統計分析(N=281)

因應策略	題數	平均數	標準差
問題解決	5	2.52	0.572
情緒調適	7	2.70	0.549
情緒發洩	6	2.13	0.574
擱置問題	7	2.33	0.510
尋求支持	12	2.66	0.488
整體因應策略	37	2.50	0.289

註:其因應策略平均為勾選使用策略頻率的 1 至 4 分之平均值

至於個別因應方式的使用情形,詳見表八。由此可見,當高中生面對親子衝突時,最常使用的前十項因應策略,依序為:(1)我會嘗試放鬆心情,使自己的情緒穩定下來(平均=2.83);(2)我會進行自我檢討以及改進(平均=2.79);(3)我會鼓勵自己要以積極樂觀的態度面對(平均=2.78);(4)我會找人訴苦,告訴他人我心裡感受,抒發情緒(平均=2.73);(5)我會告訴自己,經歷過此事之後,我會更成長(平均=2.70);(6)我會找其他有意義的事情做,不會在同一個問題上打轉(平均=2.64);(7)我會把事情往好的方面想,使自己開心(平均=2.63);(8)我會針對問題並想出解決問題的方法(平均=2.61);(9)我會安慰自己,這不是最糟糕的情況(平均=2.60);(10)我會詢問有類似經驗的人的意見(平均=2.56)。

表八 高中學生在「因應方式量表」各題項的統計量(N=281)

題項	平均數	標準差	排序
1. 我會針對問題並想出解決問題的方法	2.61	.781	8
2. 我會把事情往好的方面想,使自己開心	2.63	.792	7
3. 我會想像事情還有奇蹟式的改變	2.43	.839	14
4. 我會尋找相關的書籍或是報章雜誌閱讀	2.28	.871	19
5. 我會告訴自己,經歷過此事之後,我會更成長	2.70	.820	5
6. 我會告訴自己盡力就好,一切聽天由命	2.50	.883	11
7. 我會排定計畫,並且按照計畫逐一執行來解決問題	2.35	.787	18
8. 我會詢問有類似經驗的人的意見	2.56	.831	10
9. 我會尋求學校輔導室協助來幫助我解決問題	1.78	.899	35

10. 我會假裝事情不存在，當作沒有發生過	1.90	.881	32
11. 我會使用摔、打東西等肢體方式來發洩情緒	1.69	.836	37
12. 我會抱怨或是大叫、尖叫等口語方式來發洩情緒	1.96	.818	30
13. 我會直接遠離自己不喜歡的人、事、物	2.41	.866	16
14. 我會鼓勵自己要以積極樂觀的態度面對	2.78	.834	3
15. 我認為學校輔導室能夠給予我實質上的幫助	2.05	.863	27
16. 我會對這件事情保密，不會告訴他人	2.46	.832	12
17. 我會主動告知老師，並且希望老師協助	1.89	.929	33
18. 我會嘗試放鬆心情，使自己的情緒穩定下來	2.83	.801	1
19. 我會害怕師長把我的困擾說出去，所以不想尋求老師協助	2.01	.910	28
20. 我覺得老師和我有距離感，所以我不會尋求老師協助	2.06	.991	26
21. 我覺得老師只會要求我要更努力，對我的困擾沒幫助	1.99	.960	29
22. 我覺得那是自己家裡的事情，不需要讓其他人知道	2.24	.948	20
23. 我覺得主動跟老師開口並告知困擾，是件很困難的事情	2.22	.998	21
24. 我覺得平常跟老師沒有互動，突然去找他幫忙心裡怪怪的	2.17	.991	22
25. 我會害怕一旦去找老師協助，整個金門地區的人都會知道	1.94	1.072	31
26. 我覺得老師沒辦法給我實質的幫助，所以不去尋求協助	1.87	.844	34
27. 我會害怕被其他同學嘲笑，所以不去尋求協助	1.70	.782	36
28. 我覺得自己和學校老師互動很好，所以我會尋求老師意見	2.14	.837	24
29. 我會進行自我檢討以及改進	2.79	.756	2
30. 我會找其他有意義的事情做，不會在同一個問題上打轉	2.64	.762	6
31. 我會感覺心情不好，對其他事情都不感興趣	2.46	.906	13
32. 我會變得情緒暴躁和別人有爭執或爭論	2.16	.852	23
33. 我會有緊張、哭泣、難過、生氣等情緒起伏的表現	2.43	.877	15
34. 如果事情解決不了，就交由時間來處理	2.40	.831	17
35. 我感到壓力大的時候，我會靠大吃大喝來發洩	2.08	.901	25
36. 我會安慰自己，這不是最糟糕的情況	2.60	.869	9
37. 我會找人訴苦，告訴他人我心裡的感受，抒發情緒	2.73	.873	4

三、高中學生生活適應之現況分析

根據生活適應各層次的情形(表九)可知,就整體生活適應的整體平均為 2.90,即代表高中生的整體生活適應的狀況「偶爾如此」至「經常如此」之間,並且較偏向於「經常如此」,表示高中生的整體生活適應狀況為良好。就各層面的生活適應的狀況來看,則依序為:以「同儕互動關係」最為良好(平均=3.05),其次則是「家庭適應」(平均=2.87)、「個人身心適應」(平均=2.84)、以「學校適應」(平均=2.78)的生活適應層面較差。

表九 高中學生生活適應現況統計分析(N=281)

生活適應類別	題數	平均數	標準差
個人身心適應	7	2.84	0.500
學校適應	7	2.78	0.460
家庭適應	7	2.87	0.514
同儕互動關係	9	3.05	0.503
整體生活適應	30	2.90	0.381

註:其因應策略平均為勾選使用策略頻率的 1 至 4 分之平均值

由於後續研究主要為探討關於親子衝突對於整體生活適應的影響,因此在後續研究將不區分生活適應各層面,將以整體生活適應作探討。

第三節 不同背景變項在親子衝突、因應策略與生活適應上的差異

本節依高中學生不同的背景變項:性別、年級、父母親的教育程度、家庭總收入,逐一以 t 檢定、單因子變異數分析來了解其在親子衝突、因應策略與生活適應各層面的差異情形。

一、不同背景在親子衝突上的差異

(一) 性別在親子衝突上的差異

性別之青少年在親子衝突上之樣本數、平均數、標準差與 t 檢定。

表十:性別在親子衝突上的差異

	性別	樣本數	平均數	標準差	t 檢定	顯著性 (雙尾)
親子 衝突	男	120	2.05	0.667	-0.122	0.903
	女	161	2.06	0.569		

*p<.05; ** p<.01; *** p<.001.

由表十可知,男生女生在整體親子衝突上均未達到顯著,也就是男生女生在整體親子衝突的頻率上沒有差異。

(二) 年級在親子衝突上的差異

年級之高中學生在親子衝突上之樣本數、平均數、標準差與變異數分析。

表十一:年級在親子衝突上的差異

	年級	樣本數	平均數	標準差	F 值	顯著性 (雙尾)
親子 衝突	一	187	2.09	0.584	0.734	0.533
	二	75	1.97	0.654		
	三	18	2.05	0.720		

*p<.05; ** p<.01; *** p<.001.

其 F 值為 0.734(P>.05)，未達顯著差異，代表不同的年級的高中學生在親子衝突上沒有顯著差異。

(三) 父母親的教育程度在親子衝突上的差異

父母親的教育程度不同之青少年在親子衝突上之樣本數、平均數、標準差與變異數分析，如下表十二所示。

表十二：父母親的教育程度在親子衝突上的差異

	父母教育程度	樣本數	平均數	標準差	F 值	事後比較
	(父親)					
親子衝突	(1)不識字或國小	16	2.53	0.482	4.310*	(1)>(4)
						*
	(2)國中	54	2.12	0.667		
	(3)高中、職	108	2.09	0.585		
	(4)專科或大學	84	1.92	0.592		
	(5)研究所以上	18	1.87	0.576		
	(母親)					
	(1)不識字或國小	20	2.34	0.436	3.819*	(2)>(4)
		37	2.32	0.698		
	(2)國中	137	2.02	0.573		
	(3)高中、職	75	1.93	0.642		
	(4)專科或大學	11	1.95	0.516		
	(5)研究所含以上					

*p<.05；** p<.01；*** p<.001.

由表十二可知父親教育程度在親子衝突上是有顯著差異的，其 F 值為 4.31(P<.05)，進一步以 scheffe 法進行不同父親的教育程度在親子衝突上之事後檢定。由事後檢定結果可知：父親屬於不識字或國小組與專科或大學組以及父親屬於不識字或國小組與父親屬於研究所(含)以上之兩組別均達到顯著差異，再者由表 4-3-3 之平均數也可知父親教育程度屬於不識字或國小組之平均數為 2.53，父親教育程度屬於專科或大學組其平均數為 1.92，父親教育程度屬於研究所(含)以上其平均數為 1.87，由此可知，父親教育程度屬於不識字或國小程度者會比專科或大學以及研究所組有較多的親子衝突。

而不同母親教育程度在親子衝突上是有顯著差異的，其 F 值為 3.819(P<.05)，進一步以 scheffe 法進行不同母親的教育程度在親子衝突上之事後檢定。由事後檢定結果可知：母親教育程度屬於國中組與親教育程度屬於專科或大學組兩組達顯著的差異，再者由平均數也可知母親教育程度屬於國中組之平均數為 2.32，母親教育程度屬於專科或大學組其平均數為 1.93，由此可知，母親教育程度屬於國中程度者會比專科或大學組有較多的親子衝突。

由以上研究結果可知，本研究之主要發現如下：

- (1) 父親教育程度屬於不識字或國小程度者會比專科或大學以及研究所組有較多的親子衝突。
- (2) 母親教育程度屬於國中程度者會比專科或大學組有較多的親子衝突。

(四) 家庭總收入在親子衝突上的差異

家庭總收入之青少年在親子衝突上之樣本數、平均數、標準差與變異數分析。

表十三：家庭總收入在親子衝突上的差異

	家庭總收入	樣本數	平均數	標準差	F 值	事後比較
親子衝突	(1)低收入組	39	1.96	0.591	6.207* *	(3)>(2)
	(2)中收入組	132	1.95	0.598		
	(3)高收入組	104	2.05	0.594		

*p<.05；** p<.01；*** p<.001.

本研究將家庭總收入以 1 萬以下至 4 萬以下歸類為低收入組；家庭總收入以 4 萬至 8 萬以下歸類為中收入組；家庭總收入以 8 萬以上歸類為高收入組。研究發現：不同的家庭總收入在親子衝突上是有顯著差異的，其 F 值為 6.207 (P<.05)，進一步以 scheffe 法進行不同家庭總收入在親子衝突上之事後檢定。由事後檢定結果可知：高家庭收入組與中家庭收入組兩組達顯著的差異，再者由表十三之平均數也可知高收入組之平均數為 2.05，中收入組其平均數為 1.95，由此可知，高收入組會比中收入組有較多的親子衝突。

二、 不同背景在因應策略上的差異

(一) 性別在因應策略上的差異

性別之青少年在因應策略上之樣本數、平均數、標準差與 t 檢定。

表十四：性別在因應策略上的差異

因應策略	平均數及標準差	男生 (N=120)	女生 (N=161)	t 檢定
整體因應策略	M	2.46	2.53	-1.863
	SD	0.297	0.281	
問題解決	M	2.41	2.59	-2.601**
	SD	0.576	0.559	
情緒調適	M	2.66	2.73	-1.095
	SD	0.588	0.518	
情緒發洩	M	2.05	2.18	-1.887
	SD	0.551	0.586	
擱置問題	M	2.38	2.3	1.163
	SD	0.526	0.497	
尋求支持	M	2.62	2.68	-1.033
	SD	0.473	0.499	

*p<.05；** p<.01；*** p<.001.

由表十四可知，男生女生在整體因應策略以及其他各項因應策略上未達到顯著，但在「問題解決」的策略運用程度上男生及女生有顯著的差異，其 t 值為 -2.601(p=.01)，也就是說就平均而言，女高中生在遇到親子衝突時，使用問題解決的因應策略會明顯高於男高中生。

(二) 年級在因應策略上的差異

年級之青少年在因應策略上之樣本數、平均數、標準差與變異數分析，如下表十五。

表十五：年級在因應策略上的差異

因應策略	平均數/ 標準差	(1)一年 級 (N=185)	(2)二年 級 (N=74)	(3)三年 級 (N=19)	F 值	事後 比較
整體因應 策略	M	2.46	2.58	2.57	4.564*	(2)>(1)
	SD	0.283	0.291	0.288		
問題解決	M	2.45	2.64	2.76	4.893* *	(2)>(1)
	SD	0.569	0.563	0.515		
情緒調適	M	2.64	2.82	2.81	3.104*	-
	SD	0.52	0.58	0.637		
情緒發洩	M	2.15	2.11	2.04	0.407	-
	SD	0.578	0.555	0.625		
擱置問題	M	2.34	2.35	2.28	0.147	-
	SD	0.504	0.537	0.445		
尋求支持	M	2.60	2.77	2.78	4.151*	(2)>(1)
	SD	0.46	0.503	0.624		

* $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$.

由表十五可知，不同年級在整體在整體因應策略的使用上達到統計的顯著 ($p < .05$)，其 F 值為 4.564，再透過 Scheffe 事後比較檢定測驗出：高二的整體因應策略使用高於高醫，並且達到統計的顯著，也就是說平均而言，高二高中生在整體因應策略的使用上明顯高於高一高中生。而在各項因應策略的使用上可以發現：在「問題解決」與「尋求支持」的策略使用上不同年級之間有顯著的差異，高二的高中生在「問題解決」與「尋求支持」的策略使用上明顯高於高一的高中生，但研究者由於年級的樣本分布不均，可能造成研究結果的偏誤，故此研究結果抱持保留的想法。

(三) 父母教育程度在因應策略上的差異

父母教育程度之青少年在因應策略上之樣本數、平均數、標準差與變異數分析，如下：

(1)表十六 父親教育程度在因應策略上的差異

因應策略	平均數 / 標準差	(1) 不識字或國小 (N=16)	(2) 國中 (N=53)	(3) 高中、高職 (N=108)	(4) 專科或大學 (N=84)	(5) 研究所以上 (N=18)	F 值	事後比較
整體因應策略	M	2.59	2.56	2.50	2.46	2.48	1.475	-
	SD	0.202	0.318	0.289	0.268	0.311		
問題解決	M	2.56	2.56	2.49	2.49	2.70	0.701	-
	SD	0.523	0.659	0.543	0.568	0.501		
情緒調適	M	2.79	2.82	2.68	2.65	2.63	1.032	-
	SD	0.313	0.569	0.562	0.52	0.672		
情緒發洩	M	2.59	2.29	2.15	1.97	1.87	6.632***	(1)>(4) (1)>(5) (2)>(4)
	SD	0.513	0.677	0.520	0.511	0.565		
擱置問題	M	2.63	2.41	2.35	2.21	2.31	3.082*	(1)>(4)
	SD	0.448	0.652	0.474	0.449	0.447		
尋求支持	M	2.46	2.63	2.65	2.73	2.71	1.151	-
	SD	0.361	0.49	0.496	0.46	0.583		

*p<.05；** p<.01；*** p<.001.

由表十六發現：不同父親教育程度在「情緒發洩」以及「擱置問題」的因應策略上達到統計的顯著，在情緒發洩策略的結果顯示其 F 值為 6.63(P<.001)，再來研究者透過 scheffe 事後比較檢定發現：不同的父親教育程度在「情緒發洩」的因應策略使用上有很大的差異，代表在情緒發洩的策略使用上，父親教育程度為不識字的高中生明顯高於父親教育程度為專科或大學程度以及研究所程度的高中生，而父親教育程度為國中的高中生在情緒發洩的策略使用上也明顯高於父親教育程度為專科或大學程度的高中生。另外在「擱置問題」策略的結果也顯示其 F 值為 3.08(P<.05)，研究者透過 scheffe 事後比較檢定發現：不同的父親教育程度在「擱置問題」的因應策略使用上有達到邊際顯著(P<0.1)，結果顯示：父親教育程度為國小或不識字的高中生在擱置問題的策略使用上也明顯高於父親教育程度為專科或大學程度的高中生。不同母親教育程度在「情緒發洩」因應策略上達到統計的顯著，結果顯示其 F 值為 4.582(P<.001)，透過 scheffe 事後比較檢定發現：不識字或國小組的明顯高於高中、職組，也就是說，在情緒發洩因應策略的適用上，母親教育程度為不識字或國小的中生明顯高於母親教育程度為高中、職程度的高中生。

(2)表十七 母親教育程度在因應策略上的差異

因應策略	平均數 / 標準差	(1) 不識字或國小 (N=20)	(2) 國中 (N=37)	(3) 高中、高職 (N=137)	(4) 專科或大學 (N=75)	(5) 研究所以上 (N=11)	F 值	事後比較
整體因應策略	M	2.50	2.58	2.49	2.50	2.33	1.625	-
	SD	0.228	0.294	0.289	0.304	0.234		
問題解決	M	2.58	2.61	2.49	2.51	2.38	0.516	-
	SD	0.494	0.605	0.554	0.630	0.433		
情緒調適	M	2.57	2.81	2.72	2.71	2.38	1.683	-
	SD	0.391	0.533	0.558	0.582	0.374		
情緒發洩	M	2.48	2.34	2.05	2.09	1.88	4.582***	(1)>(3)
	SD	0.510	0.603	0.556	0.555	0.511		
擱置問題	M	2.54	2.49	2.29	2.31	2.14	2.442	-
	SD	0.288	0.540	0.503	0.550	0.389		
尋求支持	M	2.40	2.59	2.70	2.68	2.61	1.887	-
	SD	0.397	0.396	0.504	0.524	0.390		

*p<.05 ; ** p<.01 ; *** p<.001.

由表十七發現：不同母親教育程度在「情緒發洩」因應策略上達到統計的顯著，結果顯示其F值為4.582(P<.001)，透過scheffe事後比較檢定發現：不識字或國小組的明顯高於高中、職組，也就是說，在情緒發洩因應策略的適用上，母親教育程度為不識字或國小的高中生明顯高於母親教育程度為高中、職程度的高中生。

(四) 家庭總收入在因應策略上的差異

家庭總收入之青少年在因應策略上之樣本數、平均數、標準差與變異數分析，如下表。

表十八 家庭總收入在因應策略上的差異

因應策略	平均數/ 標準差	(1)低收 入 (N=38)	(2)中收 入 (N=132)	(3)高收 入 (N=104)	F 值	事後 比較
整體因應 策略	M	2.52	2.48	2.53	0.773	-
	SD	0.309	0.292	0.271		
問題解決	M	2.46	2.47	2.61	2.107	-
	SD	0.566	0.595	0.532		
情緒調適	M	2.75	2.70	2.72	0.164	-
	SD	0.595	0.584	0.473		
情緒發洩	M	2.14	2.04	2.24	3.451*	(3)>(2)
	SD	0.575	0.557	0.579		
擱置問題	M	2.29	2.30	2.41	1.525	-
	SD	0.578	0.496	0.495		
尋求支持	M	2.74	2.69	2.60	1.683	-
	SD	0.409	0.549	0.418		

*p<.05 ; ** p<.01 ; *** p<.001.

由表十八發現：不同家庭總收入在「情緒發洩」因應策略上達到統計的顯著，結果顯示其 F 值為 3.451 (P<.05)，透過 scheffe 事後比較檢定發現：高收入組明顯高於中收入組，也就是說，家庭收入屬於高收入組的高中生比家庭收入屬於中收入組的高中生更常使用情緒發洩因應策略。

三、 不同背景在生活適應上的差異

(一) 性別在生活適應上的差異

性別青少年在生活適應上之樣本數、平均數、標準差與 t 檢定分析，如下表。

表十九 性別在生活適應上的差異

生活適應	平均數及 標準差	男生 (N=120)	女生 (N=161)	t 檢定
整體生活適應	M	2.83	2.94	-2.457**
	SD	0.390	0.368	

*p<.05 ; ** p<.01 ; *** p<.001.

由表十九可知，不同性別在整體生活適應上達到顯著，其 t 值為 -2.457 (p<.01)，也就是說就平均而言，女生在整體生活適應狀況會較男生好。

(二)年級在生活適應上的差異

表二十 不同年級在生活適應上的差異

生活適應	平均數/ 標準差	(1)1年級 (N=186)	(2)2年級 (N=74)	(3)3年級 (N=19)	F 值	事後 比較
整體 生活適應	M	2.85	2.97	3.04	4.368*	(2)>(1)
	SD	0.357	0.387	0.497		

*p<.05; ** p<.01; *** p<.001.

由表二十，不同年級在整體生活適應上達到統計顯著，整體生活適應的F值為4.368(p<.05)，透過scheffe事後比較檢定發現：高二組在整體生活適應上優於高一組，達到邊際顯著(p<0.1)，也就是說，高二學生在整體生活適應上較高一學生好。

(三)父母親教育程度生活適應上的差異

父母親教育程度之青少年在生活適應上之樣本數、平均數、標準差與變異數分析，如下：

表二一 父/母親教育程度在生活適應上的差異

整體 生活 適應	平均 數/ 標準 差	(1) 不識字 或國小 (N=16)	(2) 國中 (N=54)	(3) 高中、 高職 (N=108)	(4) 專科或 大學 (N=84)	(5) 研究所 以上 (N=18)	F 值	事後 比較
父 親	M	2.58	2.87	2.88	3.00	2.90	4.553**	(4)>(1)
	SD	0.312	0.372	0.372	0.375	0.401		
母 親	M	2.75	2.74	2.92	2.97	2.82	3.48*	(4)>(2)
	SD	0.374	0.335	0.373	0.399	0.350		

*p<.05; ** p<.01; *** p<.001.

由表二一發現：父/母親教育程度在整體生活適應上達到統計的顯著。父親教育程度與生活適應之F值為4.553 (P<.01)，透過scheffe事後比較檢定發現：專科或大學組的會明顯高於不識字或國小組，表示在整體生活適應狀況上來說，父親教育程度為專科或大學組的青少年整體生活適應會優於父親教育程度為不識字或國小組的青少年。母親教育程度與生活適應之F值為3.48 (P<.05)，透過事後比較之後發現：母親教育程度為專科或大學組的會高於國中組，也就是說母親教育程度為專科或大學組的高中生其整體生活適應狀況會優於國中組的高中生。

(四)家庭總收入在生活適應上的差異

家庭總收入之青少年在生活適應上之樣本數、平均數、標準差與變異數分析。

表二十二 家庭總收入在生活適應上的差異

生活適應	平均 數/ 標準 差	(1)低收 入 (N=39)	(2)中收 入 (N=132)	(3)高收 入 (N=104)	F 值	事後 比較
整體生活 適應	M	3.00	2.94	2.80	5.59**	(1)>(3)
	SD	0.325	0.402	0.366		(2)>(3)

*p<.05; ** p<.01; *** p<.001.

由表二十二發現：不同家庭總收入在整體生活適應上達到統計的顯著，在整體生活適應上結果顯示其 F 值為 5.59 ($P < .01$)，透過 scheffe 事後比較檢定發現：低收入組與中收入組的會明顯高收入組，表示在整體生活適應狀況上來說，家庭收入屬於低收入組與中收入組的青少年其整體生活適應皆會優於家庭收入組為高收入組的青少年。

第四節 親子衝突、因應策略與生活適應之相關分析

本節將探討親子衝突、因應策略與生活適應的關係。首先將以 Pearson 相關探討親子衝突、因應策略與生活適應三者之間的相關。

一、親子衝突、因應策略與生活適應之相關

(一) 親子衝突與因應策略之相關

表二十三 親子衝突與因應策略之相關

	親子衝突	問題解決	情緒調適	情緒發洩	擱置問題	尋求支持
親子衝突	1					
問題解決	1.86**	1				
情緒調適	.056	.635**	1			
情緒發洩	.392**	.145*	.089	1		
擱置問題	.217**	.248**	.242**	.594**	1	
尋求支持	-.191**	.273**	.277**	-.412**	-.436**	1

* $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$.

高中學生的親子衝突與因應策略各層面相關係數如表所示。從表中可知：(1) 親子衝突與「問題解決」、「情緒發洩」、「擱置問題」等策略呈顯著正相關($p < .01$)，代表高中生的親子衝突發生越多，高中生使用「問題解決」、「情緒發洩」、「擱置問題」等策略的頻率越高，而親子衝突與「尋求支持」的策略呈顯著負相關($p < .01$)，代表當高中生的親子衝突越高，就越不容易尋求支持。(2) 問題解決策略與「情緒發洩」、「擱置問題」、「情緒調適」、「尋求支持」等策略呈顯著正相關($p < .01$)，代表高中生使用問題解決策略的頻率越多時，就越容易使用「情緒發洩」、「擱置問題」、「情緒調適」、「尋求支持」等因應策略。(4) 情緒調適策略與「擱置問題」、「尋求支持」呈顯著正相關($p < .01$)，也就是說當高中生使用情緒調適的策略頻率越多時，也會越常使用「擱置問題」、「尋求支持」等策略。(5) 情緒發洩策略與「擱置問題」策略呈顯著正相關($p < .01$)，與「尋求支持」策略呈顯著負相關($p < .01$)，也就是說高中生使用情緒發洩的頻率越多，就會越常使用擱置問題的策略，也會減少使用「尋求支持」策略的頻率。(6) 擱置問題策略與「尋求支持」策略呈顯著負相關($p < .01$)，代表高中生越常使用「擱置問題」策略時，就會減少使用「尋求支持」策略的頻率。

(二) 親子衝突、因應策略與生活適應之相關

表二十四 親子衝突、因應策略與生活適應之相關

		整體生活適應
親子衝突		-.263**
因應策略	問題解決	.233**
	情緒調適	.323**
	情緒發洩	-.502*
	擱置問題	-.453*
	尋求支持	.603**

*p<.05 ; ** p<.01 ; *** p<.001

高中學生的親子衝突、因應策略與生活適應相關係數如表二十四所示。從表中可知：(1)親子衝突與整體生活適應呈顯著負相關(p <.01)，代表高中生的親子衝突頻率越高時，其整體生活適應狀況越不好。(2)整體因應策略、問題解決、情緒調適、尋求支持策略與整體生活適應呈顯著正相關(p <.01)，代表高中生越常使用問題解決、情緒調適、尋求支持策略，其整體生活適應越佳。(3)情緒發洩、擱置問題策略與整體生活適應呈顯著負相關(p <.05)，代表高中生越常使用情緒發洩、擱置問題策略，其整體生活適應越差。

第五節 背景變項、親子衝突、因應方式對生活適應之迴歸分析

本節主要探討高中學生背景變項(性別、家庭總收入、父母教育程度)、親子衝突、因應方式對生活適應之預測作用。首先以高中學生之背景變項、整體及各項因應策略作為預測變項，以生活適應狀況作為效標變項，進行整體性預測率及主要效果作探討。再者其次本研究假設親子衝突為前因變項，中介變項為因應策略，包含「尋求支持」、「問題解決」、「情緒調適」、「情緒發洩」、「擱置問題」策略，並進一步預測生活適應，進行逐步多元迴歸方法做檢測。

一、高中生背景變項、親子衝突、因應策略對於生活適應之預測結果

表二十五 高中生背景變項、親子衝突、尋求支持對於生活適應之預測分析

統計值	複相關	調整後	自由度	F 值
	R	決定係數	df	
依序投入變項	R^2			
1. 父親教育程度	.193	.034	1/270	10.465***
2. 性別	.256	.059	2/269	9.466***
3. 低收入虛擬變項	.287	.072	3/268	7.994***
4. 中收入虛擬變項	.343	.104	4/267	8.873***
5. 尋求支持	.656	.419	5/266	40.082***
6. 情緒發洩	.712	.495	6/265	45.293***
7. 情緒調適	.762	.569	7/264	52.071***
8. 擱置問題	.781	.598	8/263	51.374***

(註：高收入為參考組)

*p<.05 ; ** p<.01 ; *** p<.001

由表二十五可以發現：在控制父母教育程度、性別以及收入之後，「尋求支持」策略可以預測生活適應的程度達 41.9%，第二項預測變項「情緒發洩」投入後可預測的程度提高至 49.5%，第三項預測變項「情緒調適」投入後可預測的程度提高至 56.9%，第四項預測變項「擱置問題」投入後可預測的程度提高至 59.8%，四項變項均達到統計顯著($p < .001$)，由於母親教育程度與「問題解決」策略未達顯著，故被排除。

表二十六 高中生背景變項、親子衝突、因應策略對生活適應之主要效果分析

預測變項	統計值	迴歸係數 B 值	標準誤差	標準化 迴歸係數 β	T 值
1. 父親教育程度		.037	.016	.094	2.274*
2. 性別		.099	.031	.127	3.219***
3. 低收入虛擬變項		.140	.047	.127	2.980**
4. 中收入虛擬變項		.067	.033	.087	2.023*
5. 尋求支持		.209	.039	.262	5.374***
6. 情緒發洩		-.189	.035	-.280	-5.411***
7. 情緒調適		.257	.031	.362	8.190***
8. 擱置問題		-.181	.040	-.240	-4.484***
9. 常數		2.239	.169		13.230***

(註：高收入為參考組)

* $P < .05$; ** $P < .01$; *** $P < .001$

由表可知：標準化迴歸係數 β 中發現各層面變項對生活適應的預測效果，性別、父親教育、中、低家庭收入、尋求支持、情緒調適呈正相關，而與情緒發洩、擱置問題呈負相關，並且達到統計顯著，表示：高中生越常使用尋求支持、情緒調適策略生活適應會越好；而越常使用情緒發洩、擱置問題策略其生活適應則越糟糕。另外在性別的部分，則表示：在其他條件不變之下，女高中生的生活適應比男高中生好。

二、以因應策略為中介變項之迴歸分析

(一) 控制父親教育程度、性別以及中、低收入後，以生活適應為效標變項，親子衝突為預測變項，「尋求支持」為中介變項，進行迴歸分析。

表二十七 高中生背景變項、親子衝突、尋求支持對生活適應之預測分析

變項	尋求支持	生活適應	
		M1	M2
控制變項			
父親教育程度	.124	.206*	.206**
母親教育程度	.057	.060	.060
低收入虛擬變項	.122	.211*	.211
中收入虛擬變項	.122	.203*	.203**
性別	.079	.168*	.168**
(ΔR^2)	(.044)*	(.12)***	(.12)***
(註：高收入為參考組)			
研究變項			
親子衝突(預測)	-.137*	-.182**	-.106*
尋求支持(中介)			.557***
(ΔR^2)	(.016)*	(.029)***	(.32)***
合計 R^2	.06	.149	.44
Adj R^2	.039	.130	.426
F 值	2.843*	7.785***	29.799***

* $P < .05$; ** $P < .01$; *** $P < .001$

(註：表格內的迴歸係數為標準化迴歸係數，括號內的數值為 ΔR^2)

由表二十七可知：在控制父親教育程度、性別、中、低收入後，以親子衝突預測生活適應，其 Adj R^2 為 .149，代表生活適應的變異量可以被整個模型解釋 14.9%，而當以親子衝突預測生活適應，並且加入中介變項「尋求支持」作探討時發現：Adj R^2 為 .426，代表生活適應的變異量可以被整個模型解釋 42.6%，研究者根據 Baron&Kenny(1986)的中介模式檢驗程序將進一步探討關於「尋求支持」的中介效果。

表二十八 尋求支持之中介效果

研究變項	尋求支持		生活適應	
		M1	M2	
	B 之估計值	B 之估計值	B 之估計值	
常數	2.570	2.714	1.571	
控制變項				
父親教育程度	.047	.066**	.045*	
母親教育程度	.022	.017	.007	
低收入虛擬變項	.134	.196**	.137*	
中收入虛擬變項	.085	.122*	.084*	
性別 (註：高收入為參考組)	.075	.129**	.095**	
研究變項				
親子衝突(預測)	-.108*	-.115**	-.067*	
尋求支持(中介)			.445***	
合計R ²	.06	.149	.44	
Adj R ²	.039	.130	.426	
F 值	2.843*	7.785***	29.799***	

*P < .05 ; **P < .01 ; ***P < .001

(註：表格內的迴歸係數為未標準化迴歸係數)

由表可知：以親子衝突預測生活適應其未標準化迴歸係數為 -.115(原未標準化迴歸係數以 C 代表)，並且達到顯著(p < .01)，而以親子衝突與「尋求支持」策略同時預測生活適應其未標準化迴歸係數為 -.067(未標準化迴歸係數以 c' 代表)，並且達到顯著(p < .05)，但顯著效果有減弱，故「尋求支持」策略為部分中介。

而研究者將進一步計算中介比例： $\frac{c-c''}{c}$ = .417 = 41.7%，代表親子衝突預測生活適應，有 42%的變異能夠透過「尋求支持」策略解釋。

(二) 控制父親教育程度、性別以及中、低收入後，以生活適應為效標變項，親子衝突為預測變項，「情緒發洩」為中介變項，進行迴歸分析。

表二十九 高中生背景變項、親子衝突、情緒發洩對生活適應之預測分析

變項	情緒發洩	生活適應	
		M1	M2
控制變項			
父親教育程度	-.305***	.206*	.207**
母親教育程度	-.029	.060	.060
低收入虛擬變項	-.099	.211*	.206***
中收入虛擬變項性別	-.221***	.203*	.202***
(ΔR^2)	.073	.168*	.167**
(註：高收入為參考組)	(.138)***	(.12)***	(.12)***
研究變項			
親子衝突(預測)	.327***	-.182**	-.017
情緒發洩(中介)			-.505***
(ΔR^2)	(.094)***	(.029)***	(.225)***
合計 R^2	.232	.149	.345
Adj R^2	.215	.130	.327
F 值	13.357***	7.785***	19.851***

* $P < .05$; ** $P < .01$; *** $P < .001$

(註：表格內的迴歸係數為標準化迴歸係數，括號內的數值為 ΔR^2)

由表可知：在控制父親教育程度、性別、中、低收入後，以親子衝突預測生活適應，其 Adj R^2 為 .13，代表生活適應的變異量可以被整個模型解釋 13%，而當以親子衝突預測生活適應，並且加入中介變項「情緒發洩」作探討時發現：Adj R^2 為 .327，代表生活適應的變異量可以被整個模型解釋 32.7%，研究者根據 Baron&Kenny(1986)的中介模式檢驗程序發現：原親子衝突對生活適應之預測顯著，其標準化迴歸係數=-.182，但透過加入「情緒發洩」的中介變項同時預測，發現親子關係對生活適應之預測則未達顯著，因此代表「情緒發洩」完全中介效果。

表三十 情緒發洩之中介效果

研究變項	情緒發洩	生活適應	
		M1	M2
	B 之估計值	B 之估計值	B 之估計值
常數	1.953	2.714	3.378
控制變項			
父親教育程度	-.139***	.066**	.020
母親教育程度	.004	.017	.018
低收入虛擬變項	-.071	.196**	.170**
中收入虛擬變項性別	-.162*	.122*	.067
(註：高收入為參考組)	.088	.129**	.158***
研究變項			
親子衝突(預測)	.306***	-.115**	-.011
尋求支持(中介)			-.341***
合計R ²	.232	.149	.345
Adj R ²	.215	.130	.327
F 值	13.357***	7.785***	19.851***

*P< .05 ; **P< .01 ; ***P< .001

(註：表格內的迴歸係數為未標準化迴歸係數)

而研究者將進一步計算中介比例： $\frac{c-c'}{c} = .906 = 90.6\%$ ，代表親子衝突預測生活適應，有 90.6% 的變異能夠透過「情緒發洩」策略解釋。

控制父親教育程度、性別以及中、低收入後，以生活適應為效標變項，親子衝突為預測變項，「擱置問題」為中介變項，進行迴歸分析。

表三十一 高中生背景變項、親子衝突、擱置問題對生活適應之預測分析

變項	擱置問題	生活適應	
		M1	M2
控制變項			
父親教育程度	-.179*	.206*	.206**
母親教育程度	-.051	.060	.060
低收入虛擬變項	-.104	.211*	.211***
中收入虛擬變項	-.129*	.203*	.203***
性別	-0.99	.168*	.168**
(ΔR^2)	(.062)**	(.12)***	(.12)***
(註：高收入為參考組)			
研究變項			
親子衝突(預測)	.162**	-.182**	-.118*
擱置問題(中介)			-.395***
(ΔR^2)	(.023)**	(.029)***	(.172)***
合計R ²	.085	.149	.292
Adj R ²	.064	.130	.273
F 值	4.123***	7.785***	15.609***

*P< .05 ; **P< .01 ; ***P< .001

(註：表格內的迴歸係數為標準化迴歸係數，括號內的數值為 ΔR^2)

由表可知：在控制父親教育程度、性別、中、低收入後，以親子衝突預測生活適應，其 $Adj R^2$ 為 .149，代表生活適應的變異量可以被整個模型解釋 14.9%，而當以親子衝突預測生活適應，並且加入中介變項「擱置問題」作探討時發現： $Adj R^2$ 為 .273，代表生活適應的變異量可以被整個模型解釋 27.3%，因此研究者將進一步探討關於「擱置問題」的中介效果。

表三十二 擱置問題之中介效果

研究變項	擱置問題	生活適應	
		M1	M2
	B 之估計值	B 之估計值	B 之估計值
常數	2.468	2.714	3.448
控制變項			
父親教育程度	-.076*	.066**	.044
母親教育程度	-.019	.017	.011
低收入虛擬變項	-.110	.196**	.163
中收入虛擬變項	-.092	.122*	.095*
性別 (註：高收入為參考組)	-.100	.129**	.099*
研究變項			
親子衝突(預測)	.136**	-.115**	-.075*
擱置問題(中介)			-.298***
合計 R^2	.085	.149	.292
Adj R^2	.064	.130	.273
F 值	4.123***	7.785***	15.609***

* $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$

(註：表格內的迴歸係數為未標準化迴歸係數)

由表可知：研究者根據 Baron&Kenny(1986)的中介模式檢驗程序，以親子衝突預測生活適應其未標準化迴歸係數為 $-.115$ (原未標準化迴歸係數以 C 代表)，並且達到顯著($p < .01$)，而以親子衝突與「擱置問題」策略同時預測生活適應，其未標準化迴歸係數為 $-.075$ (未標準化迴歸係數以 c' 代表)，並且達到顯著($p < .05$)，但顯著效果有減弱，故「擱置問題」策略為部分中介。

而研究者將進一步計算中介比例： $\frac{C-C'}{C} = .34.7 = 34.7\%$ ，代表親子衝突預測生活適應，有 34.7% 的變異能夠透過「擱置問題」策略解釋。

(三) 控制父親教育程度、性別以及中、低收入後，以生活適應為效標變項，親子衝突為預測變項，「情緒調適」為中介變項，進行迴歸分析。

表三十三 高中生背景變項、親子衝突、情緒調適對生活適應之預測分析

變項	情緒調適	生活適應	
		M1	M2
控制變項			
父親教育程度	-.12	.206*	-.12
母親教育程度	.037	.060	.037
低收入虛擬變項	.003	.211*	.003
中收入虛擬變項	-.026	.203*	-.026
性別	.047	.168*	.047
(ΔR^2)	(.014)	(.12)***	(.014)
(註：高收入為參考組)			
研究變項	.03	-.182**	-.005
親子衝突(預測)			.237***
情緒調適(中介)	(.001)	(.029)***	(.052)***
(ΔR^2)			
合計 R^2	.015	.149	.067
Adj R^2	-.007	.130	.042
F 值	.663	7.785***	2.70**

* $P < .05$; ** $P < .01$; *** $P < .001$

(註：表格內的迴歸係數為標準化迴歸係數，括號內的數值為 ΔR^2)

由表可知：研究者根據 Baron&Kenny(1986)的中介模式檢驗程序，在控制父親教育程度、性別、中、低收入後，以親子衝突預測情緒調適策略發現未達顯著，因此「情緒調適」策略不具中介效果。

比較以上中介變項發現：中介效果強度順序依序為：情緒發洩(90.6%) > 尋求支持(41%) > 擱置問題(34%)。

然而此種檢定分析方法之因果步驟 (causal steps) 是間接從效果的減弱來推估否有中介，如果原效果減弱表示具有中介，並非直接計算得出。因此另外有學者提出 Sobel test 之檢定方法，能夠直接計算變項的中介效果，但因為此檢驗的前提需要屬於理想常態分配才能適用，且研究者的樣本數為小樣本，在使用上較不易，也過於理想化，而根據 Preacher, K. J, & Hayes, A. F(2008)修正所提出的拔靴法(Bootstrapping)檢定能應用在非常態分布的樣本上進行中介的檢驗，採用信賴區間的概念，從現有樣本中重複抽取多次(1000次)之後去直接計算它是否有中介效果並且能夠比較變項之間的強弱，其結果會較為準確。因此本研究亦將中介變項再次做檢驗，比較其中介變項效果與其之間的強弱關係。

表三十四 拔靴法中介驗證效果 Bias Corrected Confidence Intervals

	Lower	Upper
total	-.1593	-.0307
情緒調適	-.0249	.0471
情緒發洩	-.0960	-.0277
尋求支持	-.0538	-.0021
擱置問題	-.0584	-.0038
情緒調適 vs 情緒發洩	.0183	.1180
情緒調適 vs 尋求支持	-.0061	.0719
情緒調適 vs 擱置問題	-.0141	.0838
情緒發洩 vs 尋求支持	-.0768	.0048
情緒發洩 vs 擱置問題	-.0687	.0040
尋求支持 vs 擱置問題	-.0294	.0400

從上表的信賴區間可知：情緒發洩、尋求支持、擱置問題三個因應策略區間並未涵蓋到 0，也就是代表情緒發洩、尋求支持、擱置問題三個因應策略具有中介效果，透過比較發現：其三個變項之強弱未達顯著，也就是代表情緒發洩、尋求支持、擱置問題三個因應策略的中介效果並無差異，另外再情緒調適與情緒發洩的中介效果比較組發現其區間並未涵蓋到 0，也就是代表情緒發洩策略的中介效果強度則是顯著大於情緒調適策略。

三、以各種因應策略為調節變項之分析

研究者依據 Baron&Kenny(1986)的做法進行調節作用的檢驗。首先，分別將控制變項中的自變項和調節變項予以標準化，再將標準化後的自變項與調節變項相乘得到交互作用項，以避免多元共線性的問題。

本研究主要想探討因應策略在親子衝突對生活適應之影響是否具有調節效果，並以交互作用項(自變項與調節變項相乘)檢視調節作用。若上述交互作用項對預測變項具有顯著的預測效果，即表示調節效果存在。

表三十五 因應策略之調節作用

調節變項	問題解決	情緒調適	情緒發洩	擱置問題	尋求支持
互動項： Z 親子衝突 *Z 調節變項	.044	.024	-.01	-.091	-.032

* $P < .05$; ** $P < .01$; *** $P < .001$

透過統計分析，發現高中生使用因應策略對於親子衝突與生活適應間並無調節效果。

第五章 結論與討論

本章依據研究結果及討論分為兩節，第一節為結論，列出本研究中得到的重要結論；第二節為討論。

第一節 結論

本研究的結論，可分為下列部分陳述：

一、高中生的親子衝突、因應策略與生活適應現況

(一) 高中生的親子衝突

整體親子衝突議題的發生頻率是介於「偶爾如此」至「經常如此」之間，而較偏向於「偶爾如此」。高中生面臨最多親子衝突議題依序為：手機及 3C 產品的使用、溝通及價值觀念方面、學業方面、做家務方面、日常生活作息安排、與家庭成員的互動、金錢方面、交朋友方面、外表打扮、個人隱私。

(二) 高中生的因應策略

整體因應策略的使用頻率是介於「偶爾如此」至「經常如此」之間。就各類因應策略的使用頻率，則依序為：以「情緒調適」為最多，其次為「尋求支持」、「問題解決」、「擱置問題」，而以「情緒發洩」的因應策略使用最少。

個別因應方式的使用情形，當高中生面對親子衝突時，最常使用的前十項因應策略，依序為：(1)我會嘗試放鬆心情，使自己的情緒穩定下來；(2)我會進行自我檢討以及改進；(3)我會鼓勵自己要以積極樂觀的態度面對；(4)我會找人訴苦，告訴他人我心裡的感受，抒發情緒；(5)我會告訴自己，經歷過此事之後，我會更成長；(6)我會找其他有意義的事情做，不會在同一個問題上打轉；(7)我會把事情往好的方面想，使自己開心；(8)我會針對問題並想出解決問題的方法；(9)我會安慰自己，這不是最糟糕的情況；(10)我會詢問有類似經驗的人的意見。

(三) 高中生的生活適應

高中生的整體生活適應的狀況「偶爾如此」至「經常如此」之間，並且較偏向於「經常如此」，表示高中生的整體生活適應狀況為良好。就各層面的生活適應的狀況來看，則依序為：以「同儕互動關係」最為良好，其次則是「家庭適應」、「個人身心適應」、以「學校適應」的生活適應層面較差。

二、社會人口學變項與各變項之間的關係

(一) 親子衝突有父母親教育程度以及家庭總收入的差異

父母的教育程度以及家庭收入對於親子衝突則有顯著差異，父親教育程度屬於不識字或國小程度者會比專科或大學以及研究所組有較多的親子衝突；母親教育程度屬於國中程度者會比專科或大學組有較多的親子衝突；再者，家庭總收入屬於高收入組的高中生會比收入屬於中收入組的高中生有較多的親子衝突。

(二) 因應策略有性別、年級、父母親教育程度以及家庭總收入的差異

1. 性別：高中生在「問題解決」的策略運用程度上男生及女生有顯著的差異，女高中生在遇到親子衝突時，使用問題解決的因應策略會明顯高於男高中生。

2. 年級：高二學生在整體因應策略的使用上明顯高於高一學生，高二學生生在「問題解決」與「尋求支持」的策略使用上明顯高於高一學生，但研究者由於年級的樣本分布不均，可能造成研究結果的偏誤，故此研究結果抱持保留的想法。
3. 父母親教育程度：不同父親教育程度在「情緒發洩」以及「擱置問題」的因應策略上達到統計的顯著，父親教育程度為不識字的高中生明顯高於父親教育程度為專科或大學程度以及研究所程度的高中生，而父親教育程度為國中的高中生在情緒發洩的策略使用上也明顯高於父親教育程度為專科或大學程度的高中生，父親教育程度為國小或不識字的高中生在擱置問題的策略使用上也明顯高於父親教育程度為專科或大學程度的高中生；不同母親教育程度在「情緒發洩」因應策略上達到統計的顯著，在情緒發洩因應策略的適用上，母親教育程度為不識字或國小的高中生明顯高於母親教育程度為高中、職程度的高中生。
4. 不同家庭總收入在「情緒發洩」因應策略上達到統計的顯著，家庭收入屬於高收入組的高中生比家庭收入屬於中收入組的高中生更常使用情緒發洩因應策略。

(三) 生活適應有性別、年級、父母教育程度、家庭總收入的差異

1. 性別：生的整體生活適應狀況優於男生。
2. 年級：不同年級在整體生活適應上達到統計顯著，高二學生在整體生活適應優於高一學生。
3. 父母親教育程度：不同父親教育程度其整體生活適應達到統計的顯著，父親教育程度為專科或大學組的青少年整體生活適應會優於父親教育程度為不識字或國小組的青少年；而母親教育程度為專科或大學組的會高於國中組，也就是說母親教育程度為專科或大學組的高中生其整體生活適應狀況會優於國中組的高中生。
4. 家庭總收入：不同家庭總收入在整體生活適應，家庭收入屬於低收入組與中收入組的青少年其整體生活適應皆會優於家庭收入組為高收入組的青少年

(四) 親子衝突、因應策略與生活適應的關係

1. 親子衝突與因應策略的關係
親子衝突與「整體因應策略」、「問題解決」、「情緒發洩」、「擱置問題」等策略呈顯著正相關，與「尋求支持」的策略呈顯著負相關，代表高中生的親子衝突發生越多，高中生使用「整體因應策略」、「問題解決」、「情緒發洩」、「擱置問題」等策略的頻率越高，就越不容易尋求支持。
2. 親子衝突、因應策略與生活適應的關係
 - (1) 親子衝突與整體生活適應呈顯著負相關，代表高中生的親子衝突頻率越高時，其整體生活適應狀況越不好。
 - (2) 高中生的「整體生活適應」狀況越好時，整體因應策略的使用頻率就會越多，便會越常使用「問題解決」、「情緒調適」、「尋求支持」的策略，而當高中生的整體生活適應狀況越糟時，就會越容易使用「情緒發洩」、「擱置問題」層面的因應策略。

三、背景變項、親子衝突、因應方式對生活適應之預測

(一) 控制父母教育程度、性別以及收入之後，逐一投入「尋求支持」、「情緒發洩」、「情緒調適」、「擱置問題」四變項，整個模型能夠解釋生活適應的變異有 59.6%。

預測結果顯示：性別、父親教育、中、低家庭收入、尋求支持、情緒調適呈正相關，而與情緒發洩、擱置問題呈負相關，表示高中生越常使用尋求支持、情緒調適策略生活適應會越好；而越常使用情緒發洩、擱置問題策略其生活適應則越糟糕。另外在性別的部分，女高中生的生活適應比男高中生好。

(二) 親子衝突預測生活適應，並以因應策略作為中介變項，「尋求支持」、「擱置問題」、「情緒發洩」具有中介效果。

(三) 各項因應策略對於親子衝突與生活適應之影響並未具調節作用。

第二節 討論

一、金門高中生整體親子衝突議題的發生頻率是介於「偶爾如此」至「經常如此」之間，而較偏向於「偶爾如此」。而以「手機及 3C 產品的使用」其親子衝突議題為最多，隨著科技進步，高中生在使用高科技及 3C 產品的時間以及接觸科技商品的程度也越來越廣，與父母在這部分議題上的衝突為最高，可能因為高中學生與父母產生不同的意見而導致衝突，在父母的那個世代並未屬於高科技時代，所謂的 3C 商品或許帶給父母世代上的衝擊，也隨著 3C 商品逐漸普及，青少年容易沉迷於虛擬的科技氛圍，較少將心思放置於與父母做溝通，因而容易產生衝突，與過去研究親子衝突的議題上有不同的發現。

二、親子衝突預測生活適應，「尋求支持」、「擱置問題」、「情緒發洩」、「情緒調適」具有預測能力，而「尋求支持」、「擱置問題」、「情緒發洩」策略具有中介效果。與王蓁蓁(2000)、蔣桂嫻(1993)的研究：「邏輯思考與自我控制」等正向問題解決策略對於生活適應具有預測能力，產生結果不一致狀況。本研究在「問題解決」策略並無法預測生活適應狀況，也就是說過去研究結果並不適用於金門現況，研究者推論：可能是因為金門的傳統文化觀念根深蒂固，也因為金門島嶼地形相對較為封閉，人與人之間的網絡連結相對來說較強，認為家庭協調問題不應該隨便向外人透露，再加上傳統觀念認為應以長者為尊、並且要順從長者的要求以盡孝道，當青少年主動與父母溝通也可能被認為是不禮貌的行為，使得青少年並不會選擇以主動解決問題來因應親子衝突。另外，由於金門與台灣本島的發展及資訊有明顯的落差以及資源不足的問題，青少年遇到問題時求助的管道是有限的，再加上當地特殊傳統文化上並不特別去鼓勵主動解決親子不協調問題，使得青少年在遇到親子不協調狀況時難以用正向積極的問題解決策略來處理親子衝突。

第六章 研究限制與建議

(一)對實質層面之建議：

本研究發現親子衝突確實對高中生造成整體生活適應的影響，若長期處於親子關係不協調的氛圍中，容易使得高中生對於個人身心以及同儕適應上均會造成負面影響，進而連帶影響日後升學以及未來發展。建議學校的學生輔導中心多舉辦講座、團體諮商活動，幫助學生建立自信心、學習正向思考，並協助學生以正當的抒發管道來排解負向情緒，並且解決親子不和諧的問題，以建全個人身心發展。

(二)對未來研究之建議：

1. 研究對象方面：

本研究以國立金門高中的學生為研究對象，但礙於發放問卷的資源有限，時間、人力及經費上的限制，故僅能以金門高中學生為主要樣本，未考慮國立金門高職的學生，因此樣本的代表性可能較為不足，可能導致研究結果有所偏誤，對於研究結果推論至所有金門地區的青少年上的確有所侷限。建議未來研究能進一步擴大調查，使其獲得的樣本較具代表性。

另問卷發放時間為 5 月份至 6 月份，對於三年級的學生正值即將進入大學生活的階段，有部分同學以在個人推甄申請入學時順利考上理想大學，某部分同學仍在準備指考，因此在親子衝突的測量上可能容易受到課業壓力以及親子溝通問題使得親子衝突的強度受到影響；再者，也因為問卷的人數分布，在高中三年級部分明顯少於高一及高二，因此也可能造成研究結果有所誤差。若將問卷發放時間改在學測考試以前，並且平均分配年級發放問卷，測量出來的結果可能較為準確。

2. 研究工具方面：

由於親子衝突的測量主要以受試者以封閉式問卷填答的方式回答，並未同時測量開放性的問題做深入探討，因此可能造成填答上的誤差，未能更了解親子衝突的強度以及細節，建議未來研究者能夠增加數題開放性問答题目，並搭配深入的訪談，以實際掌握受試者的親子衝突狀況。

附錄 1

親愛的同學：

你好，非常感謝你協助填寫這份問卷。此問卷主要是想要了解高中生的親子衝突、因應方式與生活適應狀況。本問卷沒有標準答案，請你就自己的實際狀況來填答。所有問卷的結果僅供學術用途，所有個人資料及問卷資料將絕對保密，請放心作答！

敬祝

健康快樂！

輔仁大學社會學系
指導教授：翁志遠
研究生：莊心怡 敬上

一、 親子關係量表

說明：以下各項是想了解您因為什麼事而和主要照顧者有意見不合？而衝突的議題為何？請您就您的真實情況依照個人最近 **6 個月** 以內與主要照顧者發生衝突的議題選擇適當的選項，並在將數字圈起來：1 代表「從未如此」，2 代表「偶爾如此」，3 代表「經常如此」，4 代表「總是如此」。

****您的生活主要照顧者是誰?(照顧您的生活起居、品德教育、教導等等..)****

(1) 爸爸 (2) 媽媽 (3) 爺爺 (4) 奶奶 (5) 其他：_____ (請說明)

	從 未 如 此	偶 爾 如 此	經 常 如 此	總 是 如 此
	1	2	3	4
1. 學業方面(例如:成績、在校表現)	1	2	3	4
2. 做家務方面(例如:家務分配…)	1	2	3	4
3. 日常生活作息安排(例如:門禁時間、讀書時間安排…)	1	2	3	4
4. 交朋友方面(例如:結交異性好友、壞朋友)	1	2	3	4
5. 金錢方面(例如:花錢買網路點數卡、零用錢的分配…)	1	2	3	4
6. 外表打扮(例如:穿著太裸露、上妝習慣、耳環、首飾的配帶)	1	2	3	4
7. 與家庭成員的互動(例如:因兄弟姊妹的關係而產生衝突)	1	2	3	4
8. 個人隱私(例如:父母偷看日記、手機簡訊……)	1	2	3	4
9. 溝通及價值觀念方面	1	2	3	4
10. 手機及 3C 產品的使用(例如:上網的時間)	1	2	3	4

二、 因應策略量表

說明：當您遇到親子互動的困擾時，您會採取什麼行為及想法去處理或應付問題？請您就您的真實情況選一適當的選項，並在將數字圈起來：1 代表「從未如此」，2 代表「偶爾如此」，3 代表「經常如此」，4 代表「總是如此」。

	從 未 如 此 1	偶 爾 如 此 2	經 常 如 此 3	總 是 如 此 4
1. 我會針對問題並想出解決問題的方法	1	2	3	4
2. 我會把事情往好的方面想，使自己開心	1	2	3	4
3. 我會想像事情還有奇蹟式的改變	1	2	3	4
4. 我會尋找相關的書籍或是報章雜誌閱讀	1	2	3	4
5. 我會告訴自己，經歷過此事之後，我會更成長	1	2	3	4
6. 我會告訴自己盡力就好，一切聽天由命	1	2	3	4
7. 我會排定計畫，並且按照計畫逐一執行來解決問題	1	2	3	4
8. 我會詢問有類似經驗的人的意見	1	2	3	4
9. 我會尋求學校輔導室協助來幫助我解決問題	1	2	3	4
10. 我會假裝事情不存在，當作沒有發生過	1	2	3	4
11. 我會使用摔、打東西等肢體方式來發洩情緒	1	2	3	4
12. 我會抱怨或是大叫、尖叫等口語方式來發洩情緒	1	2	3	4
13. 我會直接遠離自己不喜歡的人、事、物	1	2	3	4
14. 我會鼓勵自己要以積極樂觀的態度面對	1	2	3	4
15. 我認為學校輔導室能夠給予我實質上的幫助	1	2	3	4
16. 我會對這件事情保密，不會告訴他人	1	2	3	4
17. 我會主動告知老師，並且希望老師協助	1	2	3	4
18. 我會嘗試放鬆心情，使自己的情緒穩定下來	1	2	3	4
19. 我會害怕師長把我的困擾說出去，所以不想尋求老師協助	1	2	3	4
20. 我覺得老師和我有距離感，所以我不會尋求老師協助	1	2	3	4
21. 我覺得老師只會要求我要更努力，對我的困擾沒幫助	1	2	3	4
22. 我覺得那是自己家裡的事情，不需要讓其他人知道	1	2	3	4
23. 我覺得主動跟老師開口並告知困擾，是件很困難的事情	1	2	3	4
24. 我覺得平常跟老師沒有互動，突然去找他幫忙心裡怪怪的	1	2	3	4
25. 我會害怕一旦去找老師協助，整個金門地區的人都會知道	1	2	3	4
26. 我覺得老師沒辦法給我實質的幫助，所以不去尋求協助	1	2	3	4
27. 我會害怕被其他同學嘲笑，所以不去尋求協助	1	2	3	4
28. 我覺得自己和學校老師互動很好，所以我會尋求老師意見	1	2	3	4
29. 我會進行自我檢討以及改進	1	2	3	4
30. 我會找其他有意義的事情做，不會在同一個問題上打轉	1	2	3	4
31. 我會感覺心情不好，對其他事情都不感興趣	1	2	3	4
32. 我會變得情緒暴躁和別人有爭執或爭論	1	2	3	4
33. 我會有緊張、哭泣、難過、生氣等情緒起伏的表現	1	2	3	4

34. 如果事情解決不了，就交由時間來處理	1	2	3	4
35. 我感到壓力大的時候，我會靠大吃大喝來發洩	1	2	3	4
36. 我會安慰自己，這不是最糟糕的情況	1	2	3	4
37. 我會找人訴苦，告訴他人我心裡的感受，抒發情緒	1	2	3	4

三、生活適應狀況

說明：請你仔細閱讀下面每一題的內容，並依題目敘述就你實際情形選一個，並在將數字圈起來：1 代表「從未如此」，2 代表「偶爾如此」，3 代表「經常如此」，4 代表「總是如此」。

	從 未 如 此 1	偶 爾 如 此 2	經 常 如 此 3	總 是 如 此 4
1. 我很清楚我自己的優點與缺點。	1	2	3	4
2. 我很滿意現在的生活。	1	2	3	4
3. 我會嘗試用不同的觀點來看待事情。	1	2	3	4
4. 我常因自己能力不好而討厭自己。	1	2	3	4
5. 我覺得有許多事情讓我不快樂。	1	2	3	4
6. 我認為我不論再怎麼努力，我也不會成功	1	2	3	4
7. 我覺得生活過得很無聊。	1	2	3	4
8. 我覺得學校的老師很關心學生。	1	2	3	4
9. 如果可以的話，我會找理由不去上學。	1	2	3	4
10. 我時常覺得老師不瞭解我	1	2	3	4
11. 我認為上學是件愉快的事。	1	2	3	4
12. 我覺得學校的升旗和其他活動都很無聊。	1	2	3	4
13. 我常被老師罵，很少稱讚我。	1	2	3	4
14. 當課業上有不會的問題時，我會找老師幫忙解決。	1	2	3	4
15. 我覺得我的家人都很關心我。	1	2	3	4
16. 我會和我的家人分享我的生活	1	2	3	4
17. 我喜歡和家人一起出去遊玩。	1	2	3	4
18. 我和家裡的人相處得很融洽。	1	2	3	4
19. 我常和家人頂嘴或吵架。	1	2	3	4
20. 我覺得家人對我約束太多。	1	2	3	4
21. 當我發生困難時，我會找家人來幫我。	1	2	3	4
22. 我覺得家人的一些表現或行為，讓我覺得看不慣。	1	2	3	4
23. 當我遇到煩惱或困難時，我會和同學一起商量、分享心事。	1	2	3	4
24. 我在同學之間是相當受歡迎，很有人緣的。	1	2	3	4
25. 我總是能和同學打成一片。	1	2	3	4
26. 許多同學在背後說我的壞話。	1	2	3	4
27. 我覺得有許多同學都故意找我麻煩。	1	2	3	4
28. 我常被其他同學嘲笑或捉弄。	1	2	3	4

29. 我常因意見不合而和同學吵架。 1 2 3 4
30. 如果可以的話，我希望能轉到其他班級去就讀 1 2 3 4
31. 當有分組活動時，我擔心自己不被同學接受。 1 2 3 4
-

四、個人基本資料

說明：請你就真實情況在下列各題目選項中選一個適當的選項，並在內打勾

1. 性別：(1) 男 (2) 女
2. 年級：(1) 高一 (2) 高二 (3) 高三
3. 你目前的居住狀況：(1) 與父母同住 (2) 與父親同住
(3) 與母親同住 (4) 其他：_____ (請說明)
4. 父母的婚姻狀況：(1)父母結婚並同住 (2) 父母分居 (3)父母離婚
(4)父或母有一方過世 (5)父母雙亡 (6)其他：_____ (請說明)
5. 父親的教育程度：(1) 不識字或國小 (2) 國中 (3) 高中、職
(4) 專科或大學 (5) 研究所以上
6. 母親的教育程度：(1) 不識字或國小 (2) 國中 (3) 高中、職
(4) 專科或大學 (5) 研究所以上
7. 家庭收入(所有家庭成員工作總收入) (1) 1萬以下 (2) 1-2萬以下 (3)
 2-3萬以下 (4) 3-4萬以下 (5) 4-5萬以下 (6) 5萬-6萬以下
(7) 6-7萬以下 (8) 7-8萬以下 (9) 8-9萬以下 (10) 9-10萬以下
(11) 10萬以上
8. 是否為獨生子/女(指沒有其他兄弟姐妹)：(1) 是 (2)否
9. 家中子女數：(1) 只有自己 (2) 2人 (3) 3人 (4) 4人
(5) 5人 (6) 6人 (7) 6人以上
10. 家中排行：(1) 第一 (2) 第二 (3) 第三 (4) 第四 (5) 第五
(6) 其他：_____ (請說明)

全部作答完畢，請檢查是否有漏答的題目，感謝您的填答，謝謝。

陸、參考資料

一、中文

- 家庭衝突、社會支持與青少年憂鬱情緒:檢視同儕、專業與家外成年人支持的緩衝作用(王齡竟、陳毓文,2010)。
- 國中生知覺親子衝突、背景變項與生活適應之相關研究(陳美玲,2010)。
- 國中生父母衝突、親子衝突、課業壓力與自殺意念之相關研究(王淑卿,2004)。
- 國中生生活壓力、失敗容忍力與憂鬱傾向之關係研究(陳柏齡,2000)。
- 國小高年級學童社會支持、依附關係與其生活適應之研究(林慧貞,2008)。
- 親子衝突、家庭支持與青少年幸福感關係(梁琬晴,2008)。
- 堅毅特質、社會支持對家庭不利條件兒童適應之影響(吳明純,2006)。
- 高壓力青少年所知覺的家庭、社會支持及其因應效能之研究(鄭照順,1997)。
- 社會支持、自我效能對兒童知覺雙親衝突影響兒童生活適應歷程之調節效果研究(劉宗幸,1998)。
- 自傷青少年生活壓力、社會支持與自我強度的發展及其關係研究(林杏真,2002)。
- 家庭支持與國中生主觀壓力的相關性研究—以高雄市為例(王者欣,1994)。
- 青少年的日常生活壓力、社會支持與因應策略之探討:以高中職學生為例(吳宜寧,1996)。
- 青少年家庭支持與幸福感之相關研究—以台中市立國中生為例(李素菁,2001)。
- 國中生的社會支持、生活壓力與憂鬱傾向之相關研究(蔡嘉慧,1998)。
- 國中生親子衝突來源及其處理策略之研究(莊玲珠,2000)。
- 國中生自我概念、家庭氣氛與親子衝突因應對策關係之研究(陳詩涵,2007)。
- 國中生依附關係、壓力知覺與其因應對策之相關研究(紀怡如,2001)。
- 國中生親子衝突其因應策略之相關研究(張怡華,2006)。
- 青少年親子衝突、因應策略及其相關因素之研究(李介至,1999)。
- 高中學生生活壓力、因應方式與身心健康關係之研究(蔣桂嫻,1993)。
- 國小學童人際衝突因應策略之研究(蔡明若,1995)。
- 桃園市國中主觀生活壓力、社會支持、因應行為指身心健康之關係研究(李欣瑩,2000)。
- 生活壓力、因應方式與身心健康之相關研究~以高中多元入學方案為背景(蔡婉莉,2001)。
- 國小學生行為困擾、求助對象與因應策略之研究(曾淑華,2002)。
- 台北縣市資優生與普通生生活壓力與因應策略之研究(蔡靜宜,2006)。
- 國中生樂觀特質、社會支持、因應策略與生活適應之相關研究(林美珍,2008)。
- 青少年親子衝突、因應策略、因應效能與自我傷害之相關研究-以高雄市為例(莊懿楨,2009)。
- 原住民國中生生活壓力、壓力因應策略與憂鬱傾向之相關研究(陳素慧,2004)。
- 國中資優學生人格特質、壓力調適及其相關因素之研究(孫瑜成,2004)。
- 社會支持、自我效能與國中生壓力因應歷程中認知評估及因應策略的相關研究(蘇彙琿,1998)。
- 國中生生活壓力、因應策略與負向情緒經驗之研究(林續琴,2003)。
- 台北縣國中生之壓力源、因應方式與生活適應之相關研究(王蓁蓁,2000)。
- 實用技能班學生生活壓力與因應策略之研究(黃啟政,2005)。
- 國中學生的生活壓力、因應方式與心理社會幸福感之關係(呂敏昌,1993)。
- 國小高年級學童父母管教方式、親子衝突與生活適應之研究(蘇依蓉,2011)。
- 高中生父母期望與生活適應之研究(姚佳君,2012)。

國中學生情緒智力與生活適應關係之研究-以台灣中部地區為例(茱麗珍，2002)。

國中生依附關係、人際問題解決態度與學校生活適應之相關研究(許瑞蘭，2002)。

高雄市國中生父母教養方式與生活適應之調查研究(吳萬春，2006)。

青少年家庭功能、親子衝突、因應策略與生活適應之相關研究(薛雪萍，2000)。

國中生的自我調節、壓力因應策略與學校生活適應之關係研究(史家瑄，2008)。

高雄市國小高年級獨生子女的父母教養方式與生活適應之相關研究(歐妙苓，2009)。

青少年的壓力與適應之研究(朱士炘，1988)。

高雄市國中生網路使用行為、網路沉迷與生活適應、學業成就之相關研究(廖思涵，2005)。

國小高年級學童生活適應、學業成就 與偏差行為之研究:以嘉義縣為例(王莊民，2011)。

國小高年級依附關係、自我概念與生活適應之研究(魏明相，2006)。

國小學童依附關係與人際關係、生活適應之研究(郭啟瑞，2005)。

青少年的依附品質、情緒智力與適應之關係(孫育智，2003)。

張春興(民 85) 現代心理學。台北：東華。

二、英文

Selye, H. (1956). *The stress of life*. New York:Mcgraw-Hill.

Folkman, S., Lazarus, R. S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer Publishing Company.

Folkman, S., Lazarus, R. S. (1984). *Coping and adaptation*. In W. D.