

國立臺灣師範大學教育學院教育心理與輔導學系

碩士論文

Department of Educational Psychology and Counseling

College of Education

National Taiwan Normal University

Master's Thesis

臺灣不同背景變項經濟弱勢青少年未來導向、憂鬱情緒與  
生活滿意度之相關研究

Future Orientation, Depressive Mood, and Life Satisfaction  
among Economically Disadvantaged Adolescents from Different  
Backgrounds in Taiwan

陳郁茵

Chen, Yu Yin

指導教授：田秀蘭 博士

Advisor: Tien, Hsiu-Lan, Ph.D.

中華民國 113 年 7 月

July 2024



## 謝詞

首先，感謝中央研究院的人文社會科學研究中心、計畫委託單位臺灣兒童暨家庭扶助基金會與進行弱勢兒少趨勢調查的相關人員所釋出的臺灣貧窮兒少資料庫調查資料，透過您們所蒐集的寶貴問卷調查資料及報告，我能夠延伸思考並著手聚焦欲研究的重點變項，進而更清楚了解並掌握青少年在生活上面臨的實際情況，並完成我的碩士階段大魔王——碩士論文。

再者，謝謝我的指導教授秀蘭老師，總是不厭其煩地、非常有效率地和我討論我對於研究相關的疑惑，且非常信任和尊重我的撰寫步調，仍舊記得第一次到研究室正式找老師討論此研究主題時，您那時鼓勵我：「郝茵，我相信你一定可以很快生出論文的」，憑著這句相信，好像也不知不覺地帶我走了很遠呢！現在回頭看，發現人生中某些盲目的相信好像也挺重要的……，然而實際撰寫論文的過程也是遇到重重的難關，像是統計問題有時複雜到超出我的腦袋 CPU 能處理的範圍，但幸好我有貴人相助！謝謝可凡學長多次協助釐清我對於統計的困惑，及其博班學長也共同幫助我了解實際跑統計的操作方式，猶然記得你們教我跑統計花費了好多的心力和時間，但卻仍很有耐心地一一向我解釋哪條路可行、哪條路不可行，沒有你們大概也不會有我後來順利產出的結果。然而撰寫論文過程中，也如同全馬的馬拉松，過程中一度有看不見盡頭的感覺，此時同儕的相互取暖和幫忙如同生命之泉，謝謝碩班同學羽涵、君儀、妍君、沛穎、怡冬、奕勛、郝嘉、景揚、雅芝、鈺欣、靖蓉等陪我一起討論或討拍，謝謝媛媛細心地協助我檢核格式，也謝謝威宇以及我的碩二兼職實習好夥伴念筠、沐樂、俊瀚在當天口試的幫忙，有你們在讓我更能夠在這馬拉松中有可以喘氣的空間和被支持的感覺。

最後謝謝家人及伴侶，總是給我很大的空間讓我去闖蕩我的生涯，讓我能夠帶著勇氣和相信去嘗試，光是此，足矣，也謝謝一直以來堅毅、不怕苦的自己。

2024.06.23 郝茵 謹誌



## 中文摘要

臺灣經濟弱勢青少年經常面臨經濟資源匱乏，在規劃人生夢想與藍圖時，可能因現實經濟困境而產生許多掙扎和不安，經濟弱勢青少年比起一般青少年可能經歷更嚴峻的挑戰，此影響經濟弱勢青少年的心理健康狀況。本研究旨在探討臺灣不同背景變項經濟弱勢青少年之未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度之間的關係。本研究樣本源自臺灣兒童及少年長期追蹤調查計畫（Taiwan Panel Study of Children and Youth, TPSCY）所釋出之 2017 年兒少版自填問卷，有效樣本共 763 位，包含男性共 339 位，佔 44.43%；女性共 424 位，佔 55.57%。資料分析方法為描述統計、獨立樣本  $t$  檢定、單因子變異數分析、pearson 積差相關與調節效果等，研究者歸納出研究結果如下：（一）不同性別在未來導向上有顯著差異；不同就學狀況在未來導向與生活滿意度皆有顯著差異；對學歷有不同自我教育期望者，在未來導向與生活滿意度皆有顯著差異；不受外在條件限制下，對學歷有不同自我期望者，在未來導向與憂鬱情緒皆有顯著差異；對學歷有不同自我知覺家長教育期望者，在未來導向與生活滿意度皆有顯著差異。（二）經濟弱勢青少年的未來導向與憂鬱情緒無顯著相關，但生活滿意度與未來導向有顯著正相關，生活滿意度與憂鬱情緒則有顯著負相關。（三）經濟弱勢青少年的憂鬱情緒在未來導向與生活滿意度之間扮演調節的角色，經濟弱勢青少年的憂鬱情緒程度越高，越會消弱未來導向與生活滿意度之間的正向關係；反之，經濟弱勢青少年的憂鬱情緒程度越低時，則較不會消弱未來導向與生活滿意度之間的正向關係。最後依據本研究結果，對於未來研究和實務工作提出建議。

**關鍵詞：**青少年、經濟弱勢、未來導向、憂鬱情緒、生活滿意度



# **Future Orientation, Depressive Mood, and Life Satisfaction among Economically Disadvantaged Adolescents from Different Backgrounds in Taiwan**

Chen, Yu Yin

## **Abstract**

Economically disadvantaged adolescents in Taiwan often face numerous struggles and uncertainties when planning their life dreams and aspirations due to limited economic resources. Compared to their peers, economically disadvantaged youth may encounter more severe challenges, which also impact their mental well-being. The purpose of this study was to explore the relationship among future orientation, depressive mood, and life satisfaction of economically disadvantaged adolescents from different backgrounds in Taiwan. The sample of this study resulted from the 2017 self-administered questionnaire for children and adolescents, released by the “Taiwan Panel Study of Children and Youth (TPSCY),” with a total of 763 valid samples. Data analysis methods included descriptive statistics, independent sample t-tests, one-way analysis of variance, Pearson correlation coefficients, and moderation effects. The study findings are summarized as follows: 1. There were significant gender differences in future orientation. There were significant differences in future orientation and life satisfaction with varying schooling status. Participants with varying educational expectations showed significant differences in future orientation and life satisfaction. Participants with varying self-expectations regarding education, regardless of external conditions, showed significant differences in future orientation and depressive mood. Participants with varying self-perceived parental educational expectations showed significant differences in future orientation and life satisfaction. 2. There was no significant correlation between future orientation and

depressive mood among economically disadvantaged adolescents, but there was a significant positive correlation between life satisfaction and future orientation, and a significant negative correlation between life satisfaction and depressive mood. 3. Depressive mood played a moderating role between future orientation and life satisfaction among economically disadvantaged adolescents. The higher the depressive mood was, the more it weakened the positive relationship between future orientation and life satisfaction. Conversely, lower levels of depressive mood had a reduced impact on the positive relationship between future orientation and life satisfaction. Finally, recommendations for future research and practical applications are based on the findings of this study.

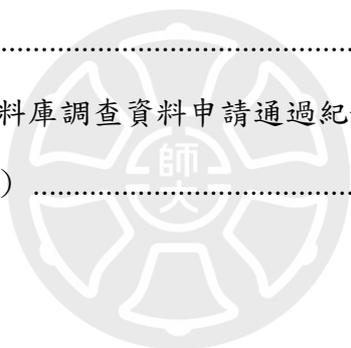
*Keywords:* adolescents, economical disadvantage, future orientation, depressive mood, life satisfaction



# 目次

謝詞 .....	i
中文摘要 .....	iii
英文摘要 .....	v
目次 .....	vii
表次 .....	ix
圖次 .....	xi
第一章 緒論 .....	1
第一節 研究背景與動機 .....	1
第二節 研究目的與問題 .....	9
第三節 名詞釋義 .....	10
第二章 文獻探討 .....	15
第一節 經濟弱勢青少年的意涵 .....	15
第二節 未來導向的理論內涵及相關研究 .....	16
第三節 憂鬱情緒的理論內涵及相關研究 .....	21
第四節 生活滿意度的理論內涵及相關研究 .....	24
第五節 未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度之兩兩相關 .....	29
第三章 研究方法與設計 .....	33
第一節 研究架構與研究假設 .....	33
第二節 研究參與者 .....	35
第三節 研究工具 .....	37
第四節 研究實施程序 .....	42
第五節 資料處理與分析 .....	43
第四章 研究結果 .....	45

第一節 各變項之描述統計與相關情形 .....	45
第二節 不同背景變項下各變項之差異分析 .....	48
第三節 憂鬱情緒的調節效果 .....	57
第五章 討論與建議 .....	61
第一節 綜合討論 .....	61
第二節 研究貢獻與實務意涵 .....	77
第三節 研究限制與建議 .....	78
參考文獻 .....	87
中文部分 .....	87
西文部分 .....	94
附錄 .....	107
附錄 1 臺灣貧窮兒少資料庫調查資料申請通過紀錄 .....	107
附錄 2 問卷量表（節錄） .....	108



## 表次

表 1-1-1	18 歲以下學齡層兒少一週內情緒感受與學齡階段交叉列表.....	3
表 1-1-2	18 歲以下學齡層兒少自我傷害與學齡階段交叉列表.....	3
表 3-2-1	2017 年弱勢兒少生活趨勢調查統計有效樣本總人數摘要表.....	36
表 3-2-2	本研究有效樣本總人數摘要表.....	37
表 3-3-1	未來導向因素分析.....	39
表 3-3-2	憂鬱情緒因素分析.....	40
表 3-3-3	生活滿意度因素分析.....	41
表 4-1-1	研究參與者各變項之平均數與標準差摘要表.....	45
表 4-1-2	所有變項相關矩陣.....	47
表 4-2-1	不同性別研究參與者對於各變項差異分析摘要表.....	48
表 4-2-2	就學狀況對於各變項差異分析摘要表.....	50
表 4-2-3	自我教育期望對於各變項差異分析摘要表.....	52
表 4-2-4	不受外在條件限制下之自我教育期望對於各變項差異分析摘要表.....	54
表 4-2-5	自我知覺家長教育期望對於各變項差異分析摘要表.....	56
表 4-3-1	未來導向與憂鬱情緒對生活滿意度階層迴歸分析.....	58



## 圖次

圖 3-1-1 研究架構.....	34
圖 4-3-1 憂鬱情緒高低分組之生活滿意度得分.....	59





# 第一章 緒論

本研究旨在探討臺灣不同背景變項經濟弱勢青少年未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度之間的關係，並試圖以憂鬱情緒為調節變項，探討其對未來導向與生活滿意度之間的影響。本研究將以臺灣經濟弱勢青少年為主體，奠基於未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度等相關理論與文獻，依據具良好信度與效度的研究工具，透過研究分析探討變項之間的關係。本章共分為以下三節：第一節為研究背景與動機；第二節為研究目的與問題；第三節為名詞釋義，茲分述如下。

## 第一節 研究背景與動機

本節透過討論社會經濟貧窮議題、經濟弱勢青少年之現況，以及從研究者本身的實務經驗出發，探討影響經濟弱勢青少年生活滿意度之面向，闡述本研究之研究背景與動機，茲劃分為以下兩大部分探討：

### 一、研究背景

臺灣近幾年來 M 型社會的狀況已經是不爭的事實，貧富差距擴大的情形下，臺灣的經濟弱勢青少年在思考及計畫未來時，現實經濟困境是首當衝擊的要素，且經濟弱勢青少年相對一般青少年可能面臨更嚴峻的挑戰，也影響了經濟弱勢青少年的心理健康問題。在家庭經濟狀況或環境支持系統不足之下，亦容易造成家庭壓力龐大以及家庭成員功能無法彰顯，進而影響個人心理情緒狀態及生活滿意度。然而個人心理健康與經濟穩定是社會安定之基礎，依據行政院 2018 年 2 月 26 日核定強化社會安全網計畫內容「脆弱家庭」的定義係指：「家庭因貧窮、犯罪、失業、物質濫用、未成年親職、有嚴重身心障礙兒童需照顧、家庭照顧功能不足等易受傷害的風險或多重問題，造成物質、生理、心理、環境的脆弱性，而需多

重支持與服務介入的家庭」(衛生福利部, 2022)。根據 2022 年脆弱家庭處遇服務統計, 全國縣市已派案服務人次中, 男性個案為 19,154 人, 女性個案為 16,638 人, 共 35,792 人(衛生福利部, 2023)。另外根據 2022 年弱勢兒童及少年扶助概況, 有關弱勢兒童及少年生活扶助人數中, 扶助對象男性為 47,589 人, 女性為 46,461 人, 共 94,050 人(衛生福利部, 2022)。上述資訊亦顯示處於資源相對弱勢家庭的個案不在少數, 因此若處於經濟弱勢環境的青少年, 比起一般青少年將可能有更高機率面臨生活上更嚴峻的危機或挑戰, 包含個人發展、人際關係、學校課業適應、社會適應等面向, 也可能出現學習成就低落、自信心不足、或人際困擾、情緒的困擾及行為偏差、不易教養的外顯行為反應, 可能導致他們難以有足夠的時間和精力以積極計劃未來。

本研究對象則著重臺灣區域曾接受或正在接受家扶基金會提供經濟扶持之青少年, 家扶基金會之臺灣貧窮兒少資料庫為臺灣第一個以弱勢兒少為主軸, 進行長期追蹤研究(panel study), 2018 年首次公佈「臺灣貧窮兒少資料庫弱勢兒少十年生活趨勢調查報告」, 呈現弱勢兒少十年以來在成長歷程中可能顯現的問題與困擾, 逾三成經濟弱勢兒少感到「情緒困擾」問題, 其中高中職生比例更超過六成; 且亦有提及經濟弱勢兒少雖積極規劃未來, 但「職涯迷惘」的比例亦相對提升, 這些問題伴隨著弱勢兒少成長中浮現(財團法人臺灣兒童暨家庭扶助基金會, 2018)。

由上述數據所知, 經濟弱勢青少年有情緒困擾的問題, 在臺灣青少年的情緒困擾是急需關注的議題, 家扶基金會《兒少對自我心情認識和抒發方式調查》此文章指出, 國中學生一週內的負向情緒比例皆高於其他學齡兒少, 總是感到難過呈現 12.0%、心煩 19.1%、寂寞 12.7%、憂鬱 12.7%、出現想不開甚至想死念頭的比例接近一成比例(如表 1-1-1)。另外, 更有超過一成比例的(10.6%)國中生在心情不好時, 會透過自我傷害來抒發情緒(如表 1-1-2)(財團法人臺灣兒童暨

家庭扶助基金會，2022）。從這些數據顯示，進入青春期的青少年，其心理健康是需要受到關注和進一步了解的。

**表 1-1-1**

18 歲以下學齡層兒少一週內情緒感受與學齡階段交叉列表 (N = 607)

學齡階段	情緒感受				
	難過	心煩	寂寞	憂鬱	想不開，甚至想死
國小	3.6%	11.0%	6.4%	5.9%	5.0%
國中	12.0%	19.1%	12.7%	12.7%	9.9%
高中	6.4%	13.7%	6.4%	8.1%	3.9%

**表 1-1-2**

18 歲以下學齡層兒少自我傷害與學齡階段交叉列表 (N = 607)

學齡階段	自我傷害	
	無	有
國小	99.1%	0.9%
國中	89.4%	10.6%
高中	98.3%	1.7%

研究亦證實青少年時期是許多心理疾病的首次病發期，我國衛生福利部（2022）指出蓄意自我傷害（自殺）是青少年死亡原因第二名；兒童福利聯盟（2023）也指出臺灣國高中生學生有一成七憂鬱程度為嚴重以上，亦發現高中生嚴重憂鬱高達二成三，然而學生們的壓力來源為何呢？在兒童福利聯盟調查的國高中生中，有 64.7% 的學生表示目前生活中有困擾，其中前三名困擾項目分別為學校課業（76.9%）、未來前途（67.3%）及交友人際（43.0%），這個排名大致與《111 年兒童及少年生活狀況調查報告（少年篇）》一致（衛生福利部，2022）。

青少年時期即出現心理疾病者，不論是在學業、工作、人際或生活品質上，疾病對將來的影響程度愈大（Wickrama et al., 2008）。那麼對於經濟弱勢的青少年而言，在經濟條件較不足之情況下可能形成更多的現實問題，例如貧窮、家暴、虐待、霸凌等，則可能讓他們更容易暴露於罹患心理疾病的高風險下。國內關注青少年議題的相關研究眾多，但針對經濟弱勢青少年的心理狀態研究文獻仍有待更多的研究實質貢獻，經濟弱勢所引發、延伸的教育議題也是學者們關注且相繼研究的重要議題（陳毓文、劉燕萍，2016）。

按心理壓力面向來論，經濟弱勢為慢性壓力源，面臨物質貧瘠、狹小擁擠空間、不安穩的居住環境，連帶影響家庭成員的心理健康，加劇弱勢青少年的負向生活壓力適應，致使情緒憂鬱與疾病發生疑慮（黃毓芬，2002）。然而生活滿意度是衡量青少年生活品質與身心健康狀態的重要指標（鄭麗華，2009），但也另有學者提出家庭經濟弱勢的處境雖有較高機率對青少年造成某些負面的影響（Conger et al., 1992），但經濟困境實際上並不能確切地說明個體之心理狀況與生活滿意度，此也有待本研究綜合其他重要變項而延伸探討之。

因低社經地位與教育資源侷限的劣勢累積影響，將導致弱勢青少年於未來生活歷程無法取得高的社經地位、顯現習得無助感或對未來失去意義性，陷入無奈難以掙脫的貧窮之惡性循環（O'Rand, 2006）。亦有研究提到家庭經濟背景的弱勢對個人的影響在少年期會大於兒童期，尤其未來導向（future orientation）程度的高低對少年時期的影響是扮演著十分重要的角色，因為在少年時期對未來的規劃與決定也會影響個人之後的生命歷程，且青少年所處的家庭社會經濟地位也會對其生涯發展產生影響，若其是來自較低社會經濟地位家庭的青少年，其對生涯發展通常會有較低期待（Mcloyd et al., 2009）。因此，研究者也好奇教育期望的高低對於經濟弱勢青少年實際上造成何種影響，本研究將加入教育期望的背景變項，分析經濟弱勢青少年在未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度上的差異。

綜合上述之研究背景，青少年經濟弱勢狀況將影響其未來導向的高低程度、身心發展狀況及生活滿意度，探討此三個變項在經濟弱勢青少年的實際狀況確有其必要性，惟目前未有針對臺灣不同背景變項經濟弱勢青少年於未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度的研究，從而有深入研究之意義。本研究嘗試探討經濟弱勢青少年未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度之間的關係，同時也更深入研究不同背景變項，包含性別、就學狀況、教育期望之經濟弱勢青少年，其在未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度之間是否存在差異。

## 二、研究動機

關於研究動機，主要分為三個重點說明：（一）研究者發現國內外關注青少年的相關研究眾多，但針對經濟弱勢青少年的研究文獻為數較少，也較少有討論經濟弱勢青少年心理健康之相關文獻，大多是針對其學業成就做探討，而經常面臨較嚴峻的生活挑戰與困境的他們，心理健康是否也需要受到關注與討論？（二）經濟弱勢青少年面對家庭功能較弱、學習資源可能較不足的狀況下，對未來發展可能缺乏自信，也將影響其對未來的準備度，而未來導向的程度對經濟弱勢青少年的生活滿意度的影響又是如何？（三）就經濟弱勢青少年而言，面對自身環境與身心理的巨大變化外，還要面對大環境的轉變，這些壓力將導致心理上的困擾，因此憂鬱情緒在生活滿意度中也扮演著重要角色，而其影響狀況又為何？以下將詳加說明研究背後的動機。

### （一）經濟弱勢青少年心理健康需加以關注

關於經濟弱勢青少年的心理健康，國內現有的文獻實際上並不多，主要都是將「青少年」樣本視為一個整體而作為研究的對象（李仁宏等人，2006；陳毓文，2004；戴嘉南、蘇曉憶，2008）。目前有將「經濟弱勢青少年」作為主要研究對象的研究，包括鄭雁馨（2013）探討經濟弱勢青少年的教育成就；李靜儀與龔心

怡（2015）探討學業表現和中輟；謝志龍（2018）分析家庭生命事件對學業表現之影響，三者皆較著重於學業表現方面，並非憂鬱、焦慮或情緒等心理健康之內涵。較為接近探討經濟弱勢青少年的心理健康相關文獻為江守峻與陳婉真（2017）探討經濟弱勢青少年正向特質中的心理資本，以及邱硯雯（2019）探討經濟弱勢青少年的教師支持與憂鬱情緒之關係。由此可見，聚焦在「經濟弱勢青少年」的負向心理健康指標——憂鬱情緒之相關研究較少。

一般來說，經濟弱勢家庭的子女的確經常面臨較嚴峻的生活挑戰與困境。Bane 與 Ellwood（1986）的研究顯示，如果孩童在早年歷經貧窮的時間愈長，其往後的人生中持續貧窮或遭遇貧窮的機率更高。此結果意味著，經濟弱勢與貧窮子女並不容易改變或扭轉其自身的經濟狀況、社會地位或處於經濟壓力下的心理健康和身體狀態。故研究者欲聚焦於「經濟弱勢青少年心理健康問題」加以探討，為研究動機之一。

## **（二）未來導向對於經濟弱勢青少年的影響層面深且廣，且可能與生活滿意度相關**

研究者本身為輔導工作人員，近年從實務工作中發現家庭經濟弱勢對於少年的未來導向有重要的影響。有些青少年因家庭經濟關係，他們較少有時間規劃未來，也無法在教育或課業上投入太多心力，也有青少年很早便需要因應家庭經濟困境而扮演成年人的角色，各種現實層面的考驗使得經濟弱勢青少年面臨嚴峻挑戰，因此他們大多對於未來圖像是較難去構思與想像的，大多比較偏向為眼前的日子作打算。然而，亦有些青少年因有感於家庭經濟弱勢，因而提早計畫將來，希望透過及早計劃將來進而能翻轉貧窮現況。有復原力的研究指出，並非所有弱勢家庭的兒少都依循同樣發展軌跡而坐收同樣的結果，例如一個針對憂鬱症家庭青少年發展的研究發現，即使是身處劣勢環境中，從個人或環境衍生之內外在力量，可促進正向發展之結果（Chen, 2013）。

未來導向的特質與能力是能夠積極計劃未來，而這個特質與能力促使他們投注心力關注在未來的結果，這或許能減輕對當下生活的挫折或甚至嚴重壓力的感受。相對來說，劣勢環境的體驗可能加重未來導向低的青少年之無助感（Hamilton et al., 2015）。由此可見，經濟劣勢的環境對經濟弱勢青少年的主觀生活滿意度也可能產生一些負向影響，由此延伸出本研究所想聚焦關心的議題，也就是探究憂鬱情緒、生活滿意度與未來導向間之關係。

現今臺灣目前有關未來導向的研究並不多，只有少數幾篇研究探討之，包含池婉宜（2019）探討貧窮高職生人際關係、未來準備與生涯自我效能之關係，陳毓文與劉燕萍（2016）則探討經濟弱勢少年從事部分工時工作對未來導向的影響。然而，將未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度共同討論的研究實屬闕如，故研究者欲聚焦於「經濟弱勢青少年的未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度」加以探討，為研究動機之二。

### **（三）憂鬱情緒對經濟弱勢青少年各層面影響程度大，且可能為未來導向對生活滿意度影響的調節因子**

伴隨著青少年發展的特性與社會環境的改變，少年問題的多元特性已日漸顯現，除了各種外在顯現的偏差行為外，舉凡憂鬱、焦慮等亦可能危害青少年身心健康的內在症狀均也時有所聞。然而國內研究關於青少年議題一向較為關注外化性的偏差行為，但事實上隨著青少年身、心理及社會環境等各方面的快速發展，此時期的青少年也常為憂鬱情緒所擾，如同先前研究背景所言，憂鬱情緒也是目前青少年應加以關注的心理面向，此面向影響層面甚大，且預防重於治療。

研究者本身為國民中學專任輔導教師，近年從實務工作中也發現憂鬱情緒程度較高的國中學生中，他們即便欲替未來及早做相關規劃及預備，但其對於生活大部分仍感到不滿意，甚至對未來持有無希望感，對於生活總是提不起勁。故研

究者欲聚焦於「經濟弱勢青少年的憂鬱情緒狀況，並欲了解憂鬱情緒如何影響未來導向與生活滿意度之間的關係」為研究動機之三。

綜合以上三個研究動機，目前尚未有將未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度三者重要因素同時探討的研究，因此本研究將以探討此三個變項之間的關係，並依據研究結果，對於未來研究和實務工作提出相關建議。



## 第二節 研究目的與問題

### 一、研究目的

根據上節研究動機之陳述，本研究的研究目的如下：

- (一) 瞭解經濟弱勢青少年的未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度之現況。
- (二) 探討不同背景變項之經濟弱勢青少年在未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度之差異。
- (三) 探討經濟弱勢青少年的未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度之間的相互關係。
- (四) 探討經濟弱勢青少年的憂鬱情緒對於未來導向與生活滿意度之關係的調節效果。

### 二、研究問題

根據上述研究目的，本研究的待答問題如下：

- (一) 經濟弱勢青少年的未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度之現況為何？
- (二) 不同背景之經濟弱勢青少年的未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度之間是否存在差異？
- (三) 經濟弱勢青少年的未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度之間是否存在關聯性？
- (四) 經濟弱勢青少年的憂鬱情緒對於未來導向與生活滿意度之關係是否有調節效果？

### 第三節 名詞釋義

#### 一、臺灣經濟弱勢青少年

青少年 (adolescents) 此名詞所涵蓋的年齡範圍在不同的國家可能會有些許差異，但一般來說，青少年的年齡通常是指從青春期開始到成年之前的這段時間。根據世界衛生組織的定義，青少年的年齡範圍通常是從 10 歲至 19 歲。然而我國青少年事務促進委員會在參考各部會意見，以及對學制、各種相關法律做整體考量後，將 12 至 24 歲定為適切的青少年年齡界定 (青年發展署，2005)。《青少年發展與輔導》此本書中提及習慣上中學階段 (含國中與高中) 被認為是青少年期，不過隨著一般青少年的日益早熟，以及就讀大學人數的增加，青少年的年齡有向上與向下延伸的趨勢，因此國小五、六年級開始 (約 10 歲) 至大學畢業 (約 22 歲) 都可以視為青少年期 (黃德祥，2015)。由上述可知，有關青少年時期年齡定義範圍界定不一，研究者認為臺灣係屬於東亞文化圈，普遍較西方文化中的青少年更加晚熟，因此本研究採寬認定青少年年齡為國中 (約 13 歲) 至大學畢業 (約 22 歲) 的青少年。

本研究所指稱的「臺灣經濟弱勢青少年」，係指受財團法人臺灣兒童暨家庭扶助基金會 (簡稱家扶基金會) 協助的青少年，家扶基金會在服務對象的定義標準為：「家有 18 歲以下的兒童、少年，經濟收入不足以維持其生活正常所需要，且家庭有下列情形之一者，及可至各地家扶中心申請經濟服務」：(1) 父母一方或雙方死亡。(2) 父母健在，但其中一方因下列因素致無法工作者：罹患精神疾病、肢體及身體機能障礙、經判刑入獄，刑期尚有一年以上、罹患非短期可治癒之疾病或傷害、因離婚，由父或母一方獨自扶養、父或母離家致未能負撫養子女責任。(3) 其他：非自願性因素，導致收入無法維持兒童少年最低生活需要者。由此可知，經濟弱勢青少年的基本特徵在於其家庭環境的經濟條件狀況，

並且可能牽涉到父母存歿、身心障礙或婚姻問題，導致其申請成為家扶基金會之服務對象。

本研究所指之弱勢青少年，乃以臺灣貧窮資料庫（Taiwan Database of Children and Youth in Poverty, TDCYP）所釋出之 2017 年第五波兒少版自填問卷（該波次已無國小學童）為研究樣本，主要對象為家扶基金會於全臺 23 個縣市服務據點的 13 至 22 歲青少年。

## 二、未來導向

本研究所指的未來導向（future orientation）定義與內涵係根據 Seginer（2003）所定義的未來導向概念，為個體對未來的想法與想像，替未來目標設定與規劃提供了重要基礎，這種想法可以使個體產生未來圖像，進而引領個體的發展軌跡，因此未來導向被認為是重要的青少年發展的重要概念。未來導向的內涵與國外學者所闡述的「前瞻因應」（proactive coping）觀點極為相似，國外學者所提出的「前瞻因應」概念即是個體在「未來導向」的想法中因應而生的。前瞻因應是指個體在潛在壓力事件發生前，藉由預測或偵測潛在的壓力源以及預先行動以防止其發生（Aspinwall & Taylor, 1997），更積極的作為是個體可在事件發生前，透過可進一步的預防和減輕潛在威脅或壓力事件的衝擊，而得以更積極地改善其生活與環境（Fiksenbaum & Greenglass, 2009; Greenglass et al., 1999）。參考不同學者對於未來導向的定義及內涵後，本研究未來導向概念採取 Seginer（2009）對未來導向（future orientation）之定義，認為未來導向具有多向度的結構，分別為動機、認知與行為，也強調未來導向影響行為之關係。

本研究所採用的臺灣貧窮兒少資料庫的 2017 年兒少版自填問卷，其中採取與未來導向定義與內涵相關的六個題目，並由研究者透過探索性因素分析萃取出一個構面來測量未來導向。量表得分愈高，代表個體對未來生活的準備度愈高。

### 三、憂鬱情緒

憂鬱情緒 (depressive mood) 為一種情緒現象，其發生並不一定需要維持或累積一定時間，而是就非特定時間的心理狀態出現悲傷、沮喪或心情低落等情緒反應 (陳毓文, 2004; Petersen et al., 1993)。本研究所指的憂鬱情緒並非如 DSM-5《精神疾病診斷準則手冊》所描述之憂鬱症，憂鬱症必須由臨床診斷評估，須透過相關專業心理人員評估個人情緒困擾產生的持久性以及該情緒問題對個人生活所造成的干擾程度，因此本研究所分析的自陳式問卷並不適合運用憂鬱症此詞彙之定義，本研究主要聚焦於探討經濟弱勢青少年的憂鬱情緒，憂鬱情緒涵蓋多個面向，有可能只是暫時的，與醫學臨床診斷的憂鬱症有所區分，目標著重在預防經濟弱勢青少年的心理素質，期望能達到維持良好的心理健康之目的。

青少年的憂鬱情緒中可能涵蓋了憂鬱、焦慮、憤怒等心理情緒困擾，本研究所採用的臺灣貧窮兒少資料庫的 2017 年兒少版自填問卷，其中符合憂鬱情緒的題項五題內容係採用臺大醫院精神科李明濱教授等人發展而成的簡式健康量表 (BSRS-5) 的前五題 (臺灣自殺防治學會, 2019)，並後由研究者透過探索性因素分析萃取出一個構面以測量憂鬱情緒。量表得分越高，代表個體憂鬱情緒越高。

### 四、生活滿意度

生活滿意度 (life satisfaction) 是指個人依據自己的標準對生活質素的一個總體評估 (Diener & Pavot, 1993)。生活滿意度是測量生活品質的指標，亦是個體主觀幸福感的判斷標準，生活滿意度包含「生活是否符合期望」、「是否已得到生命中重要事物」、「是否想改變生活」，從個體的主觀感受觀察整體的生活滿意度之認知評量 (Diener et al., 1985)。

本研究所採用的臺灣貧窮兒少資料庫的 2017 年兒少版自填問卷，其中係參閱 Diener 等人 (1985) 所提出的生活滿意度量表，此量表精簡且無需授權而廣為心

理相關研究所使用，問卷中有五題題目皆出自上述量表，並由研究者透過探索性因素分析萃取出一個構面以測量生活滿意度。量表得分越高，代表個體對自我的生活滿意程度越高。

## 五、教育期望

本研究其一背景變項為「教育期望」，根據本研究所採用的臺灣貧窮兒少資料庫 2017 年兒少版自填問卷，有關教育期望題項區分為「自我教育期望」、「不受限制下之自我教育期望」與「自我知覺家長教育期望」，共有三種不同的教育期望內涵。

「教育期望」意指反應一般人對教育價值的重視程度，亦反映個人對教育內在價值與外在效用的綜合認知 (Marjoribanks, 2003)，「自我教育期望」則是個體對於個人未來期待能接受教育程度與相關教育期待的實現，它以自我應驗理論 (self-fulfilling prophecy) 為基礎，若期待結果為成功，很可能在未來也成功，反之，失敗亦如此 (張春興，2013)。本研究指涉的「自我教育期望」參考上述相關文獻定義之意涵，為經濟弱勢青少年對自我未來期待能夠接受教育的程度。本研究指涉的「不受限制下之自我教育期望」係指不受任何外在條件下之自我教育期望，亦指不管家庭社經地位、經濟狀況、成長背景、就讀學校等之任何背景條件下，經濟弱勢青少年對自我未來期待能夠接受教育的程度。然而父母親常會以重要他人的角色，透過對子女教育期望，影響子女對自己的教育期望 (李鴻章，2006)。因此本研究指涉的「自我知覺家長教育期望」係指經濟弱勢青少年自我知覺到家庭中重要他人對自我未來期待能夠接受教育的程度。



## 第二章 文獻探討

本章探討、分析並整理本研究變項的相關文獻，內容共分為五節。第一節說明臺灣經濟弱勢青少年的意涵；第二節為未來導向的理論內涵及相關研究；第三節為憂鬱情緒的理論內涵及相關研究；第四節為生活滿意度的理論內涵及相關研究；第五節為探討未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度之兩兩相關，茲分述如下。

### 第一節 經濟弱勢青少年的意涵

經濟弱勢與貧窮密不可分，處於經濟弱勢的群體可能缺乏維生能力之技能培養，或是被社會參與屏除在外（謝志龍，2018）。學者表示，弱勢學生整體來說有五個類別，分別是：經濟弱勢、文化弱勢、家庭弱勢、教育弱勢以及個別弱勢（鄭勝耀，2011）。Bauman（2004）研究顯示經濟弱勢不只是物質上的貧乏與身體痛苦，也包含個人的社會與心理狀態，貧窮會導致自尊低落。弱勢學生因學習、生活和行為的適應困難，導致其在認知、情意、技能等教育學習成就及表現上，較一般學生處於相對弱勢狀況（吳清山、譚以敬，2009）。

美國有研究顯示經濟弱勢此現實條件之限制，是造成學生學習失敗後果的重要因素，經濟弱勢家庭學生的輟學率是富裕家庭學生的二倍（McWhirter et al., 1993/1998）。一般來說，經濟弱勢家庭的子女也經常面臨較嚴峻的生活挑戰與困境，貧窮原生家庭成長的青少年，存於無奈與不公平的弱勢族群，無法選擇自己出生環境亦難自行掙脫貧窮所造成的影響，常伴隨著營養不良或身體功能失調狀況、慢性疾病感染率高、低學習成就、親子關係不佳、家庭暴力高風險、高犯罪行為成因等（林萬億，2002）。然而貧窮也可能帶來文化弱勢，這樣的貧窮文化也帶有宿命論的觀點，認為自己永遠難以翻身、容易產生階級複製，抱持著這樣觀點的個人，傾向於及時行樂而忽視未來，對教育成就與職業成就的自我期望較低（吳清山、林天祐，2009）。

綜合上述，經濟弱勢的青少年比起一般來青少年更不容易翻轉或跳脫其原本弱勢的經濟地位或社會地位，且比起相對經濟較佳的青少年，有著更高的機率面臨生活上困難或窘迫之挑戰，例如在經濟、生活壓力下產生的負向心理狀態或身體狀態。本研究之經濟弱勢青少年定義係根據家扶基金會之服務定義，強調來自經濟弱勢家庭的青少年子女，該基金會著重於試圖改善、提升經濟弱勢青少年的心理健康福祉。

## 第二節 未來導向的理論內涵及相關研究

### 一、未來導向的理論內涵

關於未來導向（future orientation）的概念，Servidio 等人（2022）提及未來導向可以被概念化為個人對其未來的主觀看法，它基於人類預測未來、預見表徵的技能，也代表了人類的本質特徵之一，未來導向可被認為是一種多維的認知動機結構，為設定未來目標和計劃以及發展與未來事件相關的期望和個人意義提供核心，因此未來導向在文獻中通常被視為一種保護因素，有助於防止問題行為發生以及能夠去執行適應性行為。Seginer（2003）所定義的未來導向概念則提及未來導向為個體對於未來的想法，這種想法可以使個體產生未來圖像，進而引領個體的發展軌跡。由於本研究對象是青少年，青少年正處於發展自我認同階段以及生活層面正面臨轉銜的角色狀態，未來導向讓青少年逐漸能夠因應對於未來生活更複雜的思考，相關研究亦提及青少年的想法、他們所作的計畫，以及他們的行為，都是與未來有關的結果（Nurmi, 1991）。

大多文獻也指出個人對於未來導向的能力和程度上是有差異的。Gjesme（1983）認為有些人容易受未來事件影響，另外一些人則容易受立即性的事件所影響。Strathman 等人（1994）則視未來導向為一種穩定的特質，這個特質描述人們如何感知現在行為與可能後果之間的關係，並認為個人對未來的正向、負向觀

感，將會影響到個人對行為後果的詮釋。由上述文獻得知，個體的確會有未來導向的個別差異存在。Seginer (2009) 將未來導向 (future orientation) 作為正向心理學的一個面向進行研究，重點置於青春期前、青春期和成年初期的階段，認為未來導向具有多向度的結構，於 2009 年提出三因子模型，三個因子分別為：「動機、認知、行為」。「動機」向度代表促使個體思考未來的原因，包含價值觀、期待與對於事件內控的歸因；「認知」向度，代表著未來導向的內容，或是未來想像所依附的事件；「行為」向度則包括探索及承諾兩因子。Seginer 的模型獨特之處是將「行為」向度納入未來導向的考量中，即是更為強調未來導向影響行為之關係。本研究亦認同上述學者所闡述的，未來導向是個多向度的概念，不僅止於動機和認知上，其會直接或間接地影響行為向度，也就是說未來導向的內涵也包含了個體如何去因應未知的未來，這些不同的向度也會根據不同階段角色所發展出的人生經驗、歷程或里程碑，而對未來導向做自我獨特的選擇與定義。

在學術相關理論內涵中，與未來導向貼近的相關概念亦有不少，包含「未來意識」(future consciousness)、「未來準備」(future preparation)、「生活預備」(life preparation) 與「前瞻因應」(proactive coping) 等。有關「未來意識」的概念，未來主義係以培養未來意識的教育思想，目的在於協助處於日趨快速變遷社會中的學生，學習澄清和發展他們自己的價值觀念，適切地把自己投向未來，藉以有效地應付個人和社會的變動 (吳耀明，2010)。有關「未來準備」和「生活預備」，最前提出此相關概念者為社會達爾文主義之父之稱的英國教育學者斯賓塞 Spencer，他提倡「生活預備說」的教育思想，主張教育目的在預備將來完滿的生活 (complete living)，個人對未來生活進行的準備，包括教育與就業選擇的知識、工作的準備，了解工作與家庭的價值等未來生命事件的規劃方向，因此生活預備是偏向「唯實主義」的學說，是個體將意識更提至生活現況層面，亦將現實的自我能力和環境納入考量。而 Aspinwall 與 Taylor (1997) 則提出「前瞻因應」的概念，認為前瞻因應是人們可預先或提前發現潛在的壓力源和預先行動，

而這些預先行動可稱之為「前瞻行為」，即在事件發生前可進一步的預防和減輕潛在威脅的衝擊，就是指預先發現問題，並在未來的準備規劃中產生的，這是表示個體可藉由正向的態度，面對未來潛在的壓力源。Greenglass（2002）亦提出前瞻因應（proactive coping）是種具有多面向和未來性的因應策略，結合未來取向規劃和目標設定策略。Schwarzer 與 Taubert（2002）則將前瞻因應視為成目標設定與實現的過程，亦即是一種個人的品質管理，前瞻因應可協助個人建立內外資源，並設定更有挑戰性的目標，積極的努力改善個人生活，以面對未來的挑戰，進而促進個人目標的改變和自我成長。

綜觀有關未來導向的概念，目前在學術上已較確定的普遍共識是具體事件將會發生在未來的時序上，個體知道其思考、想像或規劃的未來尚未真實發生，但適切延伸性地去思考、想像或規劃未來。

## 二、未來導向的相關研究

為了測量未來導向，國外文獻中通常引採用未來後果考慮量表（CFC）、津巴多時間透視清單（ZTPI）、未來導向量表（FOS）這些量表來測量個體未來導向的程度。這三種測量工具都是為青少年或成人開發的。CFC 是一個包含 12 面向的量表，運用於測量並評估個體當前行為的潛在未來結果傾向（Strathman et al., 1994）；ZTPI 是一個包含 56 面向的量表，測量個人偏好的時間視角，反映出個人如何思考「過去、現在及未來」的觀點，津巴多甚至結合心理治療而提出「時間觀療法」，認為時間觀可以反映一個人對時間所持的態度、看法與價值，指出最好的情緒狀態是擁有高度「過去積極觀」、較高「未來導向觀」以及中度選擇性「現在享受觀」的混合（Boyd & Zimbardo, 1999）；FOS 則用於測量青少年傾向於感知、預測和規劃未來的程度，此測量工具盡量減少社會期望的反應，具體來說，青少年會看到一系列對比鮮明的陳述，它們之間有「但是」一詞，並被要求選擇最能描述他們自我的陳述。量表總分數越高，表示未來導向程度越高，且

FOS 已被認為是具有足夠的有效性的測量工具 (Steinberg et al., 2009)。然而本研究樣本及調查問卷係引用臺灣貧窮兒少資料庫之調查內容，本測量工具為研究者參考國內外關於未來導向之相關概念文獻後，從調查問卷中選取有關未來導向概念之題項，經探索性因素分析萃取出一個構面，將此構面命名為「未來導向」變項。

對於低社會經濟背景的青少年來說，對未來相關的態度與行為是重要的關鍵因子，因為他們較少有時間來規劃與決定在教育上的投入情況，也較有可能在少年時期即開始擔任成人的角色 (McLoyd et al., 2009)。貧窮者的文化傾向於及時行樂、忽視未來，對教育成就及職業成就的期望較低 (吳清山、林天祐，2009)。因此由上述相關文獻顯示，經濟弱勢青少年因現實情形限制或當下的需要，態度和行為是傾向於不計劃未來的「現時取向」，而非專注在「未來取向」。

有研究指出，經濟弱勢青少年常對未來看法是抱持著悲觀的態度，認為自己能就讀大學的機會低於同儕 (McLoyd, 1998)，青少年所處的家庭社會經濟地位，也會對其生涯發展產生影響，來自較低社會經濟地位家庭的青少年，其對生涯發展通常會有較低的期待。但對於某些家庭背景低收入的青少年而言，他們卻比起一般青少年更能夠敏感覺察生活中存在的機會，以及意識到貧窮的可能結果，因此正向的未來導向是可以降低其未來負向發展的風險，也能有助於日後完成學業 (McLoyd et al., 2009)。

由上述相關文獻得知，具有未來導向的動機、能力或行為，對於經濟弱勢青少年尤其重要。宋麗玉與常欣怡 (2007) 對於國內外復原力進行相關研究，研究結果發現除了家庭與同儕支持外，對於青少年在經濟弱勢家庭下能夠正向發展，個人特質或能力為其保護因子，這包含對未來具有目標導向。未來導向的特質與能力促使他們投注心力關注在未來的結果，這或許能減輕他們對當下生活的挫折或甚至嚴重壓力的感受。相對來說，經濟弱勢環境的體驗則可能加重未來導向較低的青少年產生更多的無助感 (Hamilton et al., 2015)。

再者，未來導向與偏差行為的關聯受到支持，如 Clinkinbeard (2014) 運用具備有全美國青少年代表性的資料庫進行分析後提出總結：「當青少年對未來有特定的計劃以及期待，有助降低偏差行為」，也就是說當青少年位處於社會經濟弱勢地位或經歷非短期、無法靠自我能力改善之困境時，若能將其目光放遠至未來，此機制或許能減緩個體當下採用破壞與犯罪的方式來表達憤怒的機會。

另也有經濟弱勢青少年因為家庭經濟困境而被迫提早進入就業市場，必須共同協助家庭分擔經濟上的需求，有學者稱此為「被迫加速角色轉銜」(accelerated role transition)，亦即讓青少年在社會情緒或經濟能力尚未準備良好之前就提早扮演成人的角色。(Alexander et al., 2014)。然而被迫加速角色轉銜此可能會導致青少年對於未來圖像較無法有充足時間能做清楚的覺察與思考，反而是被迫地快速投入就業市場，比較偏向為「現時取向」，較缺乏「未來導向」的意識。然而研究者好奇這樣的狀況是否也具有性別的差異性呢？因此本研究也將性別納入考量，以檢視在未來導向變項上可能的性別差異現象。

綜合上述，本研究所指的未來導向是依據上述 Seginer (2003) 所定義的未來導向概念：「未來導向是個體對於未來的想法，這種想法可以使個體產生未來圖像，進而引領個體的發展軌跡」，同時也是個人對未來生活挑戰做好準備的能力，個人若擁有充足的內在和外在資源，可以增強其應對未來生活挑戰的能力，這些資源的多寡將直接影響個人對於未來的主動適應支持和規劃能力。總歸來說，經濟弱勢青少年透過設定具有挑戰性或建設性的目標，能夠積極面對未來的挑戰並有效整合生活目標管理與實踐的過程，這些因應策略有助於個體不斷追求或實現個人目標，同時亦能減輕經濟弱勢青少年所受貧窮帶來的負面影響，使他們能夠專注於個人的自我成長並優化未來的生活。

### 第三節 憂鬱情緒的理論內涵及相關研究

#### 一、憂鬱情緒的理論內涵

有學者將憂鬱內涵定義為抑鬱及沮喪，包括：憂愁、悲傷、頹喪及消沉等多種不愉快的情緒所綜合而成的心理狀態；也有悲觀、沉悶、生活缺乏興趣及做事無精打采等情緒低潮，一般人也偶會偶發，此短暫的憂鬱並非病態（張春興，2007）。Meyer 與 Hokanson（1985）則表示憂鬱係一種退縮與社會性低度反應，且容易帶有負向的情緒與語言，包括了悲傷、悲觀、無助感及負向的自我批評，缺乏自我肯定。學者們在探討與研究「憂鬱」此一概念時，大致上可歸類為三種方向，三種分別代表不同的憂鬱內涵與特徵（陳毓文，2004；Petersen et al., 1993）：（1）「憂鬱情緒」（depressive mood）：視憂鬱為一種情緒現象，其發生條件並不一定需維持或累積一段時間，而是就非特定時間的心理狀態出現悲傷、沮喪或心情低落等情緒反應，即稱之為憂鬱情緒。（2）「憂鬱症候群」（depressive symptoms）：此觀點認為憂鬱係由一連串的症狀組合而成，主要有憂鬱症狀與焦慮症狀兩類，並且連帶包含部分的行為症狀。（3）「憂鬱症」或「憂鬱疾患」（depression or depressive disorder）：此方向來自精神病理學和變態心理學的領域，強調須根據診斷系統來進行評估和判定，其確診須包含特定的症狀與持續時間，對個體的基本生活功能有一定程度的影響。

由於本研究聚焦於探討青少年的憂鬱情形，Petersen 等人（1993）回顧 1987 年至 1991 年間有關兒童與青少年憂鬱的相關文獻後，指出有三種方法以評估青少年的憂鬱狀況：（1）憂鬱情緒（depressive mood）：青少年在身心發展階段，失去某一個重要關係或在某重要任務上受挫失敗，在某一個時間點出現悲傷、不快樂或情緒抑鬱，通常經由青少年自陳量表方式來評估。（2）憂鬱症候群（depressive symptoms）：青少年出現焦慮和憂鬱之綜合特徵，像是感到緊張、悲傷、孤單、寂寞、害怕失敗、覺得沒人愛、覺得自己沒用、追求完美、恐懼、

憤怒、焦慮等，這些特徵可能呈現在青少年的情緒、認知或行為層面，顯示在心理及社會層面可能有適應不良狀況。(3) 臨床憂鬱症 (clinical depression)：由醫師評估憂鬱症狀出現的持續時間和嚴重程度，青少年可能被診斷重度憂鬱症 (major depressive disorder) 或輕度憂鬱症 (dysthymic disorder)，亦可能兩者皆有。以上顯示並說明了青少年不同程度的憂鬱現象。

綜合上述，本研究所指的憂鬱情緒並非如 DSM-5「精神疾病診斷準則手冊」所描述之憂鬱症，而是著重於了解在非特定時間出現的憂鬱相關的反應，與醫學診斷之憂鬱症有所區分。本研究對象為青少年，以 Erikson (1968)「發展論」的觀點出發來看待青少年的發展狀況，其認為青少年階段的發展危機為「自我認同」與「角色混淆」，此階段青少年除了生理急遽變化之外，身體上性生理成熟，使青少年感到性衝動的壓力，對於因性衝動而起的壓力與困惑不知如何處理，加上家庭、學校、社會環境對青少年的期望與要求也日益加，上述多面向的壓力皆可能導致青少年的憂鬱情緒增加。陳杏容 (2001) 指出青少年發展狀況若有延遲現象以致無法符合社會期望、發展過程中產生習得無助感以致未真正解決自我認同危機或個人處於壓力時失去自我方向等，皆亦是造成憂鬱情緒的重要因素。

而多數學者皆認為青少年憂鬱的臨床特色與成年人有著極大的差異，青少年憂鬱常以非典型的方式呈現，如情緒不穩、常發脾氣、坐立不安、失去耐心、否認悲傷情緒、社會畏懼、強顏歡笑、若無其事、誇大等方式，使青少年以行為來迴避其憂鬱情緒，或有物質濫用、退縮、攻擊行為等 (王建楠、吳重達，2003；周桂如，2002；徐世杰，2003；蘇吉禾，2009；戴嘉南、蘇曉憶，2008)。因此由上述所知，青少年時期其實是一個重要的人生轉銜時期，其充滿許多發展的危機或壓力，在青少年未發展出適當的能力或是缺乏身邊的支持資源去因應這些壓力前，亦容易感到挫折、無助感或是痛苦，進而產生憂鬱現象。本研究聚焦於探討經濟弱勢青少年的憂鬱情緒，比起一般青少年，經濟弱勢青少年又可能面臨更多的現實挑戰，例如貧窮、單親、家暴、受虐或家庭經濟壓力等，研究者著重於

關注其憂鬱情緒情形的相關因素，並希望能促進對經濟弱勢青少年心理健康的瞭解與相關協助，以預防的角度期望能夠提升其心理健康。

## 二、憂鬱情緒的相關研究

青少年問題在實務與學術上是被持續關注的重要議題，其中內化（internalizing）之憂鬱情緒與外化（externalizing）之偏差行為相關研究在實務界與學術界都受到相當的重視（陸偉明等人，2011；張楓明、譚子文，2013）。憂鬱情緒與偏差行為為在青少年時期是常見的（Petersen et al., 1993），並且會對成年期造成負向影響（Devine et al., 1994）。青少年自陳的憂鬱或悲傷情緒與兒童時期相比有明顯增加的趨勢（Rutter, 1986），並有研究顯示少年時期為憂鬱所擾的比例乃是兒童時期的兩倍（McGee et al., 1992），少年時期憂鬱情緒若未得到適當處理可能對日後社會心理發展造成負向影響（Pelkonen et al., 2002; Fitzpatrick & Piko, 2003）。青少年期的憂鬱症狀越多，日後發展為憂鬱症的危險性越高（Leinsohn et al., 1999），可見青少年乃是瞭解憂鬱情緒與疾患症狀的重要時期，也是預防的關鍵時期（Petersen et al., 1993）。

研究者在相關文獻中發現一些長期性的追蹤研究，發現青少年早期的心理困擾會影響其未來學習狀況（Bond et al., 2007; Fletcher, 2010），亦增加未來生活適應問題之機率的發生（Bond et al., 2007; Duchesne & Ratelle, 2014），此現象會延續至成年期（Lynam et al., 2007）。Bond 等人（2007）以 2678 名澳洲中學生為樣本的研究，發現青少年八年級時高焦慮 / 憂鬱症狀會影響其大學入學考試取得好成績機率。以美國青少年為對象的追蹤調查結果發現，憂鬱情緒愈高，青少年接受教育的時間愈短（Fletcher, 2010）。王齡竟與陳毓文（2010）表示青少年時期個體的心理健康對未來發展有重要影響，若能保護青少年有較好的心理健康，未來也會有較好的發展性。

## 第四節 生活滿意度的理論內涵及相關研究

### 一、生活滿意度的理論內涵

有關生活滿意度 (life satisfaction) 的定義，不同學者各自有不同的看法。在國外學者方面，Diener 與 Pavot (1993) 認為生活滿意度是指「個人依據自己的標準對生活素質的一個總體評估」；Henry (1989) 認為生活滿意度是指「個人對目前生活的所有狀況，及其追求的期望目標，是否達成一致的整體評估過程，其所評估的是一種長期生活之下的結果」。另外也有學者認為生活滿意度跟個人快樂、滿足及主觀的心靈健康同義 (Martikainen, 2009)。

在國內學者方面，林澄宇與鍾政偉 (2014) 認為生活滿意度是一個主觀的概念，是強調主觀評估過程、內在的感受、整體的生活適應、期望目標和實際成就之間的一致性。趙惠君 (2011) 指出，得將生活滿意度視為對生活的滿足程度，是自我主觀、全面性的，皆以個人感受來評量的。陳麗昭 (2011) 認為生活滿意度係指個體對生活之狀況與期望目標得否達成一致性的主觀評估，主要常以日常活動、情緒反應、自我改念、家人相處及社會互動等面向為其探討之核心概念。陳慧芳 (2006) 整理相關文獻指出，生活滿意度是個體於特定生活層面的調適狀況，是個人化與主觀性的感受，及目前個人對目前生活現狀的幸福感受與滿意程度，包含：生活環境滿意度 (社會政治與居家生活環境)、家庭生活滿意度 (家人互動關係)、職場生活滿意度 (工作類型與經濟收入)、個人發展滿意度 (自我形象與自我發展)、一般生活滿意度 (人際關係與社交生活) 等五種面向。

綜觀國內外對生活滿意度內涵的界定，大多強調個人內在主觀的感受，重點在於個體主觀評估的過程，以及在內在感受、整體的生活適應及其期望目標和實際成就之間的符合程度。因此，生活滿意度重視個人對生活各層面的主觀判斷，如果個體適應良好，且內在感受和現實生活的差距很小，即表示個體對生活滿意度的知覺良好。

另外，對於生活滿意度程度之高低背後評估的因素，有學者認為，生活滿意度的好壞來自於個人生活狀況的主觀評估，需比較個人在需求和期望之間的落差，並結合自己的個人和社會文化價值觀，才能給予評價（Diener & Ryan, 2009）。也有學者認為生活滿意是建立在對人際關係和情感關係的滿意為基礎，個人的生活態度對心理健康、幸福與快樂具有相當影響力，但貧窮、外在情境和生活環境對個人生活品質也非常重要（Baumgardner & Crothers, 2009/2013）。綜上所述，生活滿意度是一個綜合的概念，為個體在生活整體性或多層面的主觀評價，而本研究則是探討經濟弱勢青少年對於生活滿意度的差異性，評估、衡量其在生活整體性的主觀感受。

## 二、生活滿意度的相關研究

過去的研究顯示，影響青少年生活滿意度的因素眾多，並且涉及不同的層面，研究者嘗試整理部分國內外文獻後，將這些因素大致劃分為五大類別，分述如下：

### （一）個人因素

個人因素中包括性別、年齡、種族、宗教信仰等人口特徵，以及個人自尊（self-esteem）、性格（personality）、情緒智能（emotional intelligence）及樂觀心態（optimism）等個人差異變項（individual differences variables）（Chow, 2005; Oberle et al., 2011; Xie et al., 2016）。例如在性別方面，針對挪威 13 至 18 歲青少年以壓力源經歷對其生活滿意度的影響，發現性別之間存在顯著的差異性，男孩於因應危機的連貫性與生活滿意度面向皆高於女孩（Haugan & Moksnes, 2015）。

## （二）家庭因素

有些國外研究認為與生活滿意度相關的家庭因素包括家庭社經地位（social-economic status）、家庭收入、物質條件及家居生活狀況等（Chow, 2005; Lee & Yoo, 2015）。英國有研究調查家庭收入與青少年自我對社會地位的看法、自尊及生活滿意度的關聯性之研究，發現低家庭收入的青少年普遍低自尊、易有情緒困擾，對自我評價與生活滿意度都較差（Bannink et al., 2016）。Yuan（2016）則研究北京、上海和廣東的 2365 個家庭中的 6002 名成人，發現家庭收入和結構性社會資本（structural social capital）與生活滿意度呈正相關。Elgar 等人（2017）研究指出低收入家庭成長的青少年心理健康與生活滿意度都比高收入家庭成長的青少年差。而國內有研究也顯示親子關係與生活滿意度有顯著正相關（林寶齡，2012；謝宛倪，2014），親子關係滿意程度不同，子女的幸福感會有顯著差異（曾筱婕，2010）；親子關係能預測學童的幸福感，社經地位愈高其親子關係與幸福感越好（陳欣怡、陳若琳，2011；莊恬琪，2012；陳淑芬，2009）。

## （三）學習 / 學校因素

學習 / 學校因素中包含青少年的學習經歷（academic experiences）、學業成績和成就、教師支援、學校生活的投入感（engagement）和滿意度（satisfaction）等（Chow, 2005; Celik & Dogan, 2014; Danielsen et al., 2009; Suldo et al., 2006）。國內學者指出弱勢青少年常因家庭經濟使教育資源受限，欠缺學校以外的文化刺激或教育機會，顯現出學習適應力不佳或學業成就低落的狀況，無法獲致自信心，進而影響其生活滿意度（黃儒傑，2018）。而國外學者 Huebner 等人（2000）的研究則指出青少年的學校生活滿意度比其他生活領域（家庭、朋友、自我、生活環境）滿意度低時，將造成青少年出現負面的學校適應狀況，進而衍生憂鬱狀況。而另外也有研究顯示「教師支持」是影響弱勢青少年生活滿意度的重要因素，

Suldo 等人 (2009) 的質性研究發現，教師支持能協助青少年的學習狀況與心理健康有其顯著的影響，教師支持亦能影響弱勢青少年獲致主觀幸福感的關鍵因素，能協助學生克服學業與生活上的困擾。由以上研究得知，學校因素對生活滿意度有其關鍵的影響力。

#### (四) 人際因素

除了家庭成員及教師外，青少年與重要他人 (significant others) 的關係，友儕之間的連繫和支援等都屬於這個類別，直接影響他們的生活滿意度 (Chow, 2005; Lee & Yoo, 2015)。莊柏青 (2015) 的研究指出同儕關係能顯著正向提升生活滿意度。劉佳宜 (2010) 的研究指出良好的同儕互動對於個體自尊的提升及身體健康是有正向的影響。同儕關係與其生活快樂程度有相關，同儕互動愈好，愈能從許多活動中得到快樂、生活快樂程度愈高 (李靜怡, 2005)。Nickerson (2002) 的研究發現同儕的情感可以發現生活滿意度，同儕間的情感交流愈多，其生活滿意度愈高。由以上相關研究得知，同儕互動對生活滿意度有正向的影響。

#### (五) 環境因素

居住區域 (neighborhood) 及社區環境 (community conditions)，例如玩耍設施、社區安全及支援等，一些外國研究指出，此等因素對青少年的生活滿意度產生一定的影響 (Lee & Yoo, 2015; Oberle et al., 2011)。方偉晶等人 (2018) 研究結果顯示，個人因素及父母教育程度所起的作用有限，而家庭財政及家居條件則有顯著的效應。此外，青少年對教育制度及香港整體發展的觀感，也影響他們的生活滿意度，可知在今天的香港社會，教育制度及政經變化，深深地影響青少年的生活感受。

由上述文獻的整理可以得知，有不少研究顯示，青少年的生活滿意度與他們各方面的成長 (包括性格發展、身心健康、社會關係、情緒及學業等) 關係密切

(Gilman & Huebner, 2003; Oberle et al., 2011; Proctor et al., 2009)。當青少年享受較高的生活滿意度時，他們一般會有較佳的身心健康狀況及社交生活，並且擁有較高的自尊心 (self-esteem) 及內在動機 (intrinsic motivation)，在人際關係、家庭關係、學術表現、人格發展及健康各方面也較理想 (Hirschi, 2011; Proctor et al., 2010)。反過來說，較低的生活滿意度跟以下的狀況有關：(1) 心理及情緒失調，因而產生焦慮 (anxiety)、抑鬱 (depression)、孤單 (loneliness) 及壓力 (stress) 等問題 (Gilman et al., 2000)；(2) 偏差行為 (deviant behaviors)，例如濫藥、打架、醉酒以及提早離校等 (Gilman & Huebner, 2003, Sun & Shek, 2010)；及(3) 較差的精神健康狀態和較高的自殺念頭 (Kern & State, 2017; Valois et al., 2004)。

此外，亦有研究發現，當青少年心理失調或面對高壓事件 (stressful life events) 時，較高的生活滿意度可以成為緩衝 (buffer)，舒緩這些問題對個人所造成的負面影響 (Hirschi, 2011)。「緩衝作用」的概念源於壓力理論，認為人在面對壓力事件時，並非僅被動的呈現反射動作，而是可以透過認知改變、因應、和結合資源方式來面對壓力，減少壓力的衝擊並減輕負向情緒，因此面對類似的壓力源，若沒有上述的減壓或緩衝因子的人，比較會有壓力感受及負向的情緒，反之，若具備緩衝因子的人比較能夠減輕、緩和，甚至消除壓力事件的衝擊 (Folkman, 1984)。

綜觀上述相關研究的文獻，青少年的生活滿意度其實普遍地受到教育工作者、社會學家、心理學家與輔導人員之關注，但國內外關於主觀幸福感或生活滿意度的研究對象大多是經濟與生活條件相對較佳者，本研究為經濟弱勢家庭之青少年，雖是身處在不利的環境，但在整體生活滿意程度的覺察認知及判斷，仍要從個人期望目標和真實狀況之間的差異，而知覺到生活中獲得意義、自在、滿意的感受中做評估和判斷。

## 第五節 未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度之兩兩相關

### 一、未來導向與生活滿意度

有關未來導向與生活滿意度的相關研究，不同學者用不同的切入點去探討此兩者之關係。Greenglass (2002) 從資源與結果的取向來建立前瞻因應的理論模式，資源取向分為內部資源（自我效能、樂觀態度）與外部資源（社會支持、資訊、情緒、實踐）；結果取向則分為正向結果（生活滿意、積極處理）和與向結果（沮喪、失去熱情、生氣），亦即較具有前瞻因應的個體，也會有較高生活滿意度的正向結果。而 Bölükbaşı 與 Kırđök (2019) 則針對 716 名學生（321 名女性和 296 名男性，年齡範圍為 14 至 18 歲）進行研究，其研究指出未來導向能正向預測生活滿意度 ( $\beta = .76, p < .001$ )，且未來導向在職涯適應與生活滿意度中呈完全中介作用，亦即職涯適應先是透過影響未來導向，再進而影響生活滿意度。

另外也有國外研究將「當前導向」與「生活滿意度」之關係進行探討，Joshnloo (2022) 的研究旨在探討二十年來「當前導向」（即一種為今天而活的方法）、「未來導向」（即重視未來規劃）與「生活滿意度」之間的關係，使用了橫跨三波的美國成年人樣本 ( $N = 6,464$ )，研究顯示較高當前導向的參與者呈現了較低的未來生活滿意度。然而，儘管人們通常是認為未來導向度較高會帶來更高的未來生活滿意度，但於其研究結果表明，更高的生活滿意度可以前瞻性地預測未來導向，而不是相反。

### 二、未來導向與憂鬱情緒

有關未來導向與憂鬱情緒的相關研究，研究者整理文獻資料時發現國內幾乎沒有將未來導向與憂鬱情緒兩變項相互做研究探討，其中比較相關且研究對象亦為青少年的研究，國內有一篇碩士論文研究者吳恆慧 (2017) 以縱貫性研究方式

探尋未來導向與偏差行為之間的關係，並且了解低自我控制能力、未來導向、偏差行為三者關係為何，研究結果顯示未來導向概念的保護機制能夠抑制偏差行為，因此也引發本研究欲了解未來導向與憂鬱情緒之間關係為何，是否也能產生類似上述前人研究結果的保護機制作用。

在國外研究方面，Servidio 等人（2022）鑑於未來導向對大學生心理健康的重要性，探討 COVID-19 嚴重特殊傳染性肺炎如何影響此群體，該研究旨在探討未來導向的保護作用和韌性對負向情緒症狀（焦慮和憂鬱）的中介作用，其對 244 名未受感染的義大利大學生進行了線上問卷調查，中介分析結果表明，韌性在焦慮和抑鬱的關係中起完全中介作用，且對 COVID-19 的死亡威脅的感知緩和調節了韌性與焦慮之間的關聯，這項研究指出：「具有更高未來導向水平的大學生表現出更高的復原力水平，因此負面情緒的症狀更少」。

Hamilton 等人（2015）在 259 名早期青少年（54%女性，51%非裔美國人，平均年齡為 12.86 歲）的不同樣本中，與未來導向較強的青少年相比，同儕和家庭情感受害（peer and familial emotional victimization）都更能預測未來導向較弱的青少年的絕望程度會增加，該研究之調節式中介分析顯示，與未來導向較強的青少年相比，絕望顯著調節情緒受害與抑鬱症狀增加之間的關係，在未來導向較弱的青少年中更為強烈。透過上述先前的研究結果，也讓研究者進一步思考青少年未來導向對於青少年的憂鬱情緒的介入和預防是否具有其重要意義。

### 三、憂鬱情緒與生活滿意度

有關憂鬱情緒與生活滿意度的相關研究，研究者在整理相關文獻時，發現學者們也常常心理健康指標分成正向指標（生活滿意度）與負向指標（憂鬱），並檢驗兩者間之關係。憂鬱情緒乃是指個體長時間感到憂傷、羞辱感、沒有希望、沮喪以及生氣等感受（Jantz & McMurray, 2003; Peeters et al., 2003）。從文獻整理中可以發現，有關憂鬱情緒與生活滿意度的影響已獲得部分研究的支持。

從情緒層面來探討發現，開心、沮喪等情緒與生活滿意度具有相關，開心與生活滿意度間呈現正相關；沮喪則與生活滿意度間呈現負相關（Lazarus, 1991）。黃宣榕（2020）研究顯示，憂鬱情緒對於弱勢青少年的生活滿意度有負向關聯，亦即當弱勢青少年的憂鬱情緒越低，則其生活滿意度越高。Onishi 等人（2010）調查來自 28 個老人照顧福利機構的 314 位日本德島縣的女性長者，影響她們日本生活滿意度的因素，研究結果顯示，女性長者自覺有抑鬱症的傾向與低程度的生活滿意度有顯著相關（ $p < .001$ ）。馬麗卿等人（2010）以血液透析病人為研究對象，探究憂鬱症狀與生活滿意度間的相關，發現血液透析患者的憂鬱程度與生活滿意度呈負相關，即患者的憂鬱程度較低，則其生活滿意度則較高。

綜看前揭研究可知，不論年齡層及研究群體，憂鬱情緒對生活滿意度具有顯著的負向結果，有鑑於此，本研究假設憂鬱情緒對於臺灣經濟弱勢青少年的生活滿意度也具有顯著負向效果，亦即個體的憂鬱情緒越高則其生活滿意度越低；憂鬱情緒越低則其生活滿意度越高。

綜合上述五節的探討與整理，已知目前已有一些研究證實了未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度三者之間各自的相互關係，但目前尚未有研究同時討論此三者之間的關聯性。本研究期待在融合臺灣社會現況、整理文獻脈絡後，假定憂鬱情緒有調節效果，用以探討憂鬱情緒對經濟弱勢青少年未來導向與生活滿意度之間的影響。若憂鬱情緒確實能在未來導向與生活滿意度之間產生調節作用，那麼將能說明憂鬱情緒在經濟弱勢青少年中的重要性，也間接說明了若能夠降低或調節經濟弱勢青少年中的憂鬱情緒，對於青少年的未來導向度和生活滿意度之間的正向連結更有其意義性。



### 第三章 研究方法與設計

本研究旨在探討臺灣不同背景變項經濟弱勢青少年未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度之間的關係。在探討相關文獻之後，本章依據研究目的及相關研究內容共分為五節。第一節為研究架構與研究假設；第二節說明研究參與者；第三節介紹研究工具；第四節為說明研究實施程序；第五節說明資料處理與分析，茲分述如下。

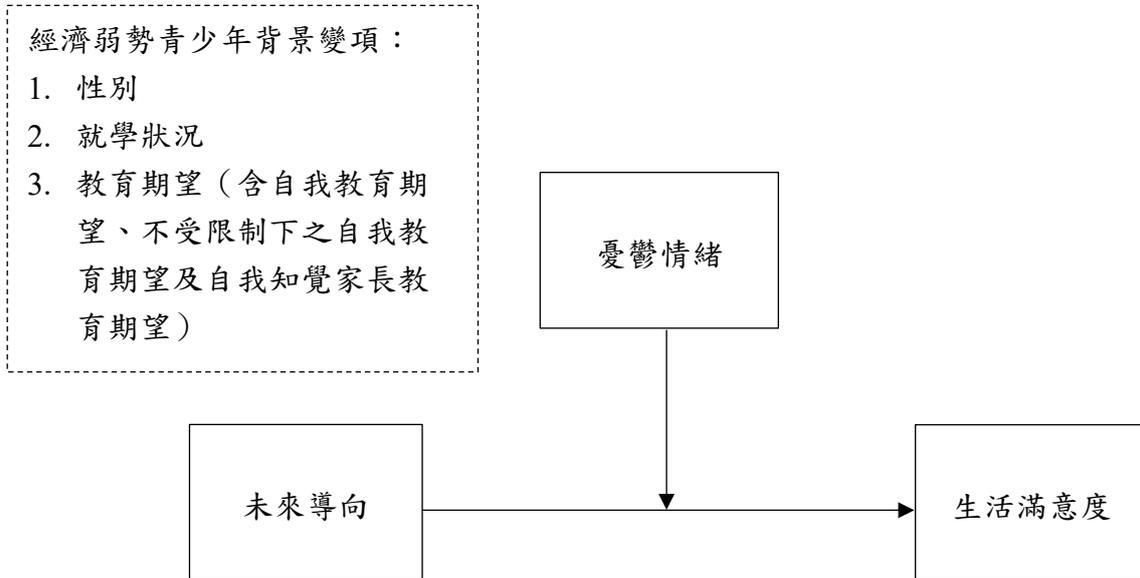
#### 第一節 研究架構與研究假設

##### 一、研究架構

本節根據研究動機與目的，參考相關文獻後，擬定本研究架構，並同時將不同的背景變項納入考量，以下說明本研究架構之內涵（如圖 3-1-1）。

- （一）以性別、就學狀況、教育期望（含自我教育期望、不受限制下之自我教育期望及自我知覺家長教育期望）為背景變項，探討經濟弱勢青少年在未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度之現況。
- （二）進一步檢驗不同背景變項的經濟弱勢青少年在未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度是否存在差異。
- （三）探究經濟弱勢青少年的未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度三者的兩兩相關。
- （四）最後檢驗憂鬱情緒在未來導向與生活滿意度間的調節角色。

圖 3-1-1  
研究架構



## 二、研究假設

依據上述研究架構（如圖 3-1-1），本研究假設敘述如下。

假設一：在不同背景變項（包含性別、就學狀況、自我教育期望、不受限制下之自我教育期望及自我知覺家長教育期望）的經濟弱勢青少年，其在未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度間，具有顯著差異。

假設二：經濟弱勢青少年的未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度彼此之間呈現顯著相關性。

假設三：經濟弱勢青少年的憂鬱情緒會調節未來導向與生活滿意度之關係，亦即經濟弱勢青少年的憂鬱情緒越高，越會消弱未來導向與生活滿意度之間的正向關係；反之，經濟弱勢青少年的憂鬱情緒越低時，則較不會消弱未來導向與生活滿意度之間的正向關係。

## 第二節 研究參與者

本研究資料採用「臺灣貧窮兒少資料庫：臺灣兒童及少年長期追蹤調查計畫（Taiwan Panel Study of Children and Youth, TPSCY）」所釋出之《2017年弱勢兒少版生活趨勢調查》，其為自填問卷，且該波次已無國小學童。此計畫委託單位為財團法人臺灣兒童暨家庭扶助基金會（2017），此計畫執行與調查期間為2017年01月01日至2017年12月31日。臺灣貧窮兒少資料庫為檢視對弱勢兒少的貫時性動態研究，其目的是透過長期追蹤兒少的人口發展特性、生活樣貌及歷年生活事件的變化對其貧窮的風險影響，以發現弱勢兒少可能受特殊事件之影響而持續停留或脫離貧窮，進而有效掌握兒少生活實際現象與變化，發掘潛在的風險因素。由於TPSCY2017年所收錄的問卷題目、資料型態及調查設計非常適合本研究使用，為善用高品質的調查資料，擬採TPSCY於2017年所釋出之相關資料作為研究對象以及資料分析的來源。

此調查計畫涵蓋家扶基金會於臺灣地區所屬之國內23個分事務所，包含基隆、北臺北、南臺北、新北市、桃園、新竹、苗栗、南臺中、北臺中、彰化、南投、雲林、嘉義、南臺南、北臺南、南高雄、北高雄、屏東、宜蘭、花蓮、臺東、澎湖及金門為調查範圍。本研究母群體為臺灣區域接受家扶基金會提供經濟扶持之105學年度就讀國中七年級以上及非在學的青少年為對象，共寄發2303份問卷，回收1618份有效問卷，有效樣本回收率為70.3%（如表3-2-1）。關於樣本年齡，「13~15歲」者共77位，佔4.76%；「16~18歲」者共430位佔26.58%，「19歲以上」者共1111位，佔68.67%。關於樣本性別，「男性」共732位，佔45.24%；「女性」共886位，佔54.76%。最終刪除問卷遺漏值以及教育期望三題之題項選擇第七項「不知道」者，篩選有效問卷進行統計資料分析，篩選後剩餘763份。

表 3-2-1

2017 年弱勢兒少生活趨勢調查統計有效樣本總人數摘要表 (N=1618)

項目	人數	百分比
性別		
男性	732	45.24%
女性	886	54.76%
年齡		
13—15 歲	77	4.76%
16—18 歲	430	26.58%
19 歲以上	1111	68.67%
就學狀況		
國中	94	5.81%
高中 (含綜合高中)	143	8.84%
高職	269	16.63%
五專 / 二專	81	5.01%
二技 / 科技大學或技術學院	303	18.73%
一般大學	155	9.58%
研究所	27	1.67%
休、退學	4	0.25%
非學生	542	33.50%
接受家扶扶助現況		
家扶扶助中	867	54%
家扶已終止服務	751	46%
各項目合計	1618	100%

本研究採用此 763 份資料進入研究分析，有效樣本使用率為 47.16%，其中有效樣本中，就學狀況方面，「國中」共 60 位，佔 7.86%；「高中」共 111 位，佔 14.55%；「高職」共 178 位，佔 23.33%；「五專」共 48 位，佔 6.29%；「二專」

共 4 位，佔 0.52%；「二技」共 5 位，佔 0.66%；「科技大學或技術學院」共 225 位，佔 29.49%；「一般大學」共 111 位，佔 14.55%；「研究所」共 19 位，佔 2.49%；「休、退學」共 2 位，佔 0.26%。另外在性別方面，「男性」共 339 位，佔 44.43%；「女性」共 424 位，佔 55.57%（如表 3-2-2）。

**表 3-2-2**

本研究有效樣本總人數摘要表（ $N=763$ ）

項目	人數	百分比
就學狀況		
國中	60	7.86%
高中	111	14.55%
高職	178	23.33%
五專	48	6.29%
二專	4	0.52%
二技	5	0.66%
科技大學或技術學院	225	29.49%
一般大學	111	14.55%
研究所	19	2.49%
休、退學	2	0.26%
性別		
男性	339	44.43%
女性	424	55.57%
各項目合計	763	100%

### 第三節 研究工具

本研究蒐集資料的工具來源是「臺灣兒童及少年長期追蹤調查計畫 (Taiwan Panel Study of Children and Youth, TPSCY)」所釋出之 2017 年兒少版問卷。以下茲將研究工具之內容、計分方式分別說明。

為釐清各題項欲測量目標與及代表構念間之關係，本研究以 SPSS 23.0 統計套裝軟體作為分析工具，針對研究者所選取之題項，採探索性因素之主成份分析法 (exploratory factor analysis) 及信度分析對各題項進行考驗，以確保構念因素效度及內部一致性。在探索性因素分析層面，保留徵值大於 1 且至少包含三個題項之因素，並選取因素負荷量高於 .50 之題項，以確認研究變項之因素結構。進行因素分析前，利用 KMO 以及 Bartlett's 球型檢定來判斷資料是否適合進行因素分析，並依 Kaiser (1974) 之看法， $0.8 \leq \text{KMO 值} < 0.9$  適合進行因素分析， $0.9 \leq \text{KMO 值}$  則非常適合。效度分析則依照 Burger 與 Zaltman (1975) 之建議，當因素負荷大於 .3 及累積解釋變異量大於 40% 時便相當可取。另在信度分析層面，信度分析則依照 Cronbach's  $\alpha$  係數評估及採取 De Vellis (1991) 觀點，當  $\alpha$  係數大於 .80 時具有最佳信度。

#### 一、未來導向之量表

本研究的未來導向變項測量上，從 TPSCY2017 年兒少版問卷中挑選「為日後出人頭地而努力」、「積極計畫一些事情」、「儲蓄金錢」、「計劃如何改善日後的生活水平」、「計畫日後工作的事情」與「對將來感到有信心」等六項題目。前述題項的計分方式係採 Likert 五點量表進行測量，受試者填答「幾乎時常如此」者得五分；填答「多半如此」者得四分；填答「普通」者得三分；填答「很少如此」者得兩分；填答「幾乎沒有如此」者得一分。受試者於此變項上總得分越高者，代表經濟弱勢青少年的未來導向度越高。

挑選出符合未來導向概念的六個題項後，經探索性因素分析（如表 3-3-1），KMO 值 .872，Bartlett 檢定達顯著水準，因素分析結果保留全部題項，萃取出一個構面，研究者參考國內外相關概念文獻，將此構面命名為「未來導向」變項。因素負荷量介於 .534～.890，累積解釋變異量為 56.433%；在信度方面，Cronbach's  $\alpha$ 係數為 .876，顯示量表具良好效度及最佳信度。

**表 3-3-1**  
未來導向因素分析

效度	累積變異 = 56.433%		$\chi^2 = 2410.936$	
	KMO = .872	Bartlett 檢定	df = 15	
信度	Cronbach's $\alpha = .876$		p = .000	
題項	因素負荷量	平方和負荷量		
		總和	變異數%	
未來導向	為日後出人頭地而努力	.767	3.386	56.433
	積極計畫一些事情	.818		
	儲蓄金錢	.534		
	計畫如何改善日後的生活水平	.890		
	計畫日後工作的事情	.816		
	對將來感到有信心	.621		

## 二、憂鬱情緒之量表

本研究的憂鬱情緒變項在測量上，從 TPSCY2017 年兒少版問卷中挑選「感覺緊張不安」、「覺得容易苦惱或動怒」、「感覺憂鬱、心情低落」、「覺得比不上別人」與「睡眠困難，譬如難以入睡、易醒或早醒」等五項題目。前述題項的計分方式係採 Likert 五點量表進行測量，受試者填答「非常厲害」者得五分；填答「厲害」者得四分；填答「中等程度」者得三分；填答「輕微」者得兩分；填

答「完全沒有」者得一分。受試者於此變項上總得分越高者，代表經濟弱勢青少年的憂鬱情緒越高。

挑選出符合憂鬱情緒概念的五個題項後，經探索性因素分析（如表 3-3-2），KMO 值 .871，Bartlett 檢定達顯著水準，因素分析結果保留全部題項，萃取出一個構面，研究者參考國內外相關概念文獻，將此構面命名為「憂鬱情緒」變項。因素負荷量介於 .608～.863，累積解釋變異量為 61.169%；在信度方面，Cronbach's  $\alpha$ 係數為 .881，顯示量表具良好效度及最佳信度。

**表 3-3-2**  
憂鬱情緒因素分析

效度	累積變異 = 61.169%		$\chi^2 = 2056.12$	
	KMO = .871		Bartlett 檢定	
信度	Cronbach's $\alpha = .881$		$df = 10$	
			$p = .000$	
題項	因素負荷量	平方和負荷量		
		總和	變異數%	
憂鬱情緒	感覺緊張不安	.818	3.058	61.169
	覺得容易苦惱或動怒	.843		
	感覺憂鬱、心情低落	.863		
	覺得比不上別人	.750		
	睡眠困難，譬如難以入睡、易醒或早醒	.608		

### 三、生活滿意度之量表

本研究的生活滿意度變項在測量上，從 TPSCY2017 年兒少版問卷中挑選「在大部分的情況下，我的生活與我的理想接近」、「我的生活條件非常地好」、「我對我的生活很滿意」、「到目前為止，我已經得到了生命中我想要的重要事物」與「如果我能夠重新開始生活，我幾乎不會改變什麼」等五項題目。前述題

項的計分方式係採 Likert 七點量表進行測量，受試者填答「非常同意」者得七分；填答「同意」者得六分；填答「有點同意」者得五分；填答「普通」者得四分；填答「有點不同意」者得三分；填答「不同意」者得二分；填答「非常不同意」者得一分。受試者於此變項上總得分越高者，代表經濟弱勢青少年的生活滿意度越高。

挑選出符合生活滿意度概念的五個題項後，經探索性因素分析（如表 3-3-3），KMO 值 .871，Bartlett 檢定達顯著水準，因素分析結果保留全部題項，萃取出一個構面，研究者參考國內外相關概念文獻後，將此構面命名為「生活滿意度」變項。因素負荷量介於 .714~.857，累積解釋變異量為 62.916%；在信度方面，Cronbach's  $\alpha$  係數為 .89，顯示量表具良好效度及最佳信度。

**表 3-3-3**  
生活滿意度因素分析

效度	累積變異 = 62.916%	Bartlett 檢定	$\chi^2 = 2167.65$	
	KMO = .871		$df = 10$	
信度	Cronbach's $\alpha = .890$		$p = .000$	
題項		因素負荷量	平方和負荷量 總和 變異數%	
生活滿意度 在大部分的情況下，我的生活與我的理想接近		.818	3.146	62.916
我的生活條件非常地好		.833		
我對我的生活很滿意		.857		
到目前為止，我已經得到了生命中我想要的重要事物		.734		
如果我能夠重新開始生活，我幾乎不會改變什麼		.714		

## 第四節 研究實施程序

本研究實施程序分為五個階段，依序呈現如下：

### 一、蒐集相關文獻資料並擬定研究主題

研究者閱讀部分與經濟弱勢青少年相關的文獻及現有相關資料庫後，對本研究論文主題產生構想，同時針對未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度等相關文獻進行閱讀與整理，發現三者之間的關聯並未有實證研究進行探討，且研究者對於不同背景變項下的經濟弱勢青少年於各變項中的實際差異性亦頗感興趣，遂提出與指導教授討論，並更加確立研究方向。

### 二、撰寫資料申請表

研究者擬定研究申請用途說明，說明研究主題、研究動機與目的以及研究方法，並於 2022 年 8 月 17 日向「臺灣貧窮兒少資料庫：2017 年弱勢兒少生活趨勢調查」提出資料申請，於 2022 年 8 月 18 日通過申請，並正式取得該研究資料。

### 三、確認研究工具

研究者與指導教授討論後，確立研究變項，並對研究提出假設，由於本研究是蒐集資料的工具來源為「臺灣兒童及少年長期追蹤調查計畫（Taiwan Panel Study of Children and Youth, TPSCY）」所釋出之 2017 年兒少版問卷，為釐清各題項欲測量目標與代表構念間之關係，以 SPSS 23.0 統計套裝軟體作為研究分析工具，針對研究者所選取題項，採探索性因素之主成份分析法（exploratory factor analysis）及信度分析對各題項進行考驗，以確保構念因素效度及內部一致

性。另也擬定蒐集經濟弱勢青少年的背景資料，將「性別」、「就學狀況」與「教育期望」三者背景變項納入本研究中。

#### **四、資料處理與分析**

取得研究資料後，研究者刪除不良問卷（填寫「不知道」或是漏答等）並篩選有效問卷進行統計資料分析，並將分析結果與本研究之研究假設相互對照，以檢驗假設是否獲得支持。

#### **五、撰寫研究結果與討論建議**

取得資料統計結果後，研究者參考前述相關文獻研究，相互比對及驗證後以提出本研究之結果，並依據研究結果提出相關討論與建議。

### **第五節 資料處理與分析**

#### **一、資料處理**

本研究取得家扶基金會授權資料後，逐一檢視原始檔案的填答數據，並以 SPSS 23.0 中文版統計套裝軟體以及 PROCESS 外掛軟體來分析研究數據，以驗證本研究各項假設。

## 二、統計分析

### (一) 描述性統計 (descriptive statistics)

以次數分配、百分比、平均數及標準差等描述性統計方法，來瞭解臺灣經濟弱勢青少年之未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度各變項的現況，以回答研究待答問題一。

### (二) 獨立樣本 $t$ 檢定 (independent-test)、單因子變異數分析 (ANOVA)

以獨立樣本  $t$  檢定分析不同「性別」背景變項經濟弱勢青少年在未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度各變項之間的差異情形；以單因子變異數分析分析不同「就學狀況、自我教育期望、不受限制下之自我教育期望及自我知覺家長教育期望」等背景變項在經濟弱勢青少年在未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度各變項之間的差異情形。上述兩種統計方法以回答研究待答問題二。

### (三) pearson 積差相關 (pearson's product-moment correction)

以 pearson 積差相關來瞭解經濟經濟弱勢青少年在未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度各變項之間的相關情形，以回答研究待答問題三。

### (四) 拔靴法 (bootstrapping)

以 PROCESS 中的 Model 1 進行檢驗憂鬱情緒於未來導向與生活滿意度之間的調節效果顯著性，以回答研究待答問題四。

## 第四章 研究結果

本章說明本研究資料之分析結果，依序回答本研究欲探討的研究問題，內容共分為三節。第一節說明各變項之描述統計與相關情形；第二節說明不同背景變項之下，各變項之差異分析；第三節則說明憂鬱情緒在未來導向與生活滿意度之間的調節效果，茲分述如下。

### 第一節 各變項之描述統計與相關情形

本節呈現經濟弱勢青少年在未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度的調查結果，研究者先呈現參與者在各個變項之得分情形，再以 pearson 積差相關檢視未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度之相關情形。其中在資料編碼時，研究者將男性設為 1、女性設為 2，以便後續進行統計分析。

#### 一、各變項之描述統計資料

本研究參與者之未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度的分佈情形呈現，共以 763 位樣本資料分析並說明（如表 4-1-1）。

表 4-1-1  
研究參與者各變項之平均數與標準差摘要表 (N = 763)

變項	題數	平均數	題平均數	標準差	偏態	峰度
未來導向	6	20.78	3.46	4.18	.10	.25
憂鬱情緒	5	9.38	1.88	4.13	1.01	.69
生活滿意度	5	19.72	3.94	5.98	.13	.07

### (一) 經濟弱勢青少年之未來導向

本研究參與者在未來導向量表（5 點量尺）總分平均為 20.78 分，每題平均得分為  $M=3.46$  分（ $SD=4.18$ ）。偏態方面，未來導向總分偏態數值為 .10，呈現微正偏態，表示得分低於平均數的人數較多，且分數越高，人數越少。峰度方面，未來導向總分峰度數值為 .25，呈現高峽峰，表示資料較為集中與同質。

### (二) 經濟弱勢青少年之憂鬱情緒

本研究參與者在憂鬱情緒量表（5 點量尺）總分平均為 9.38 分，每題平均得分為  $M=1.88$  分（ $SD=4.13$ ）。偏態方面，憂鬱情緒總分偏態數值為 1.01，呈現正偏態，表示得分低於平均數的人數較多，且分數越高，人數越少。峰度方面，憂鬱情緒總分峰度數值為 .69，呈現高峽峰，表示資料較為集中與同質。

### (三) 經濟弱勢青少年之生活滿意度

本研究參與者在生活滿意度量表（7 點量尺）總分平均為 19.72 分，每題平均得分為  $M=3.94$  分（ $SD=5.98$ ）。偏態方面，生活滿意度總分偏態數值為 .13，呈現微正偏態，表示得分低於平均數的人數較多，且分數越高，人數越少。峰度方面，生活滿意度總分峰度數值為 .07，呈現微高峽峰，表示資料較為集中與同質。

## 二、各變項之相關情形

本研究以 pearson 積差相關，檢視各變項、背景變項之間的相關情形，得到所有變項相關之矩陣（如表 4-1-2）。結果可知，未來導向與憂鬱情緒呈無顯著相關；生活滿意度與未來導向呈顯著正相關；生活滿意度與憂鬱情緒呈顯著負相關。以下詳述各變項間的相關情形研究結果。

由表 4-1-2 得知，未來導向與憂鬱情緒無顯著相關（ $r = -.033$ ），則表示經濟弱勢青少年個體的未來導向程度與其本身的憂鬱情緒並無顯著關聯性；未來導向與生活滿意度則呈現顯著低度正相關（ $r = .115, p < .01$ ），顯示經濟弱勢青少年個體的未來導向程度越高，則其生活滿意度亦越高，亦即經濟弱勢青少年越能夠積極地思考、想像或是規劃未來，則對於生活越滿意。然而憂鬱情緒與生活滿意度則呈現顯著中度負相關（ $r = -.406, p < .01$ ），顯示經濟弱勢青少年個體的憂鬱情緒程度越高，會有較低的生活滿意度。

**表 4-1-2**  
所有變項相關矩陣（ $N = 763$ ）

	1.	2.	3.
1. 未來導向	—	-.033	.115**
2. 憂鬱情緒	-.033	—	-.406**
3. 生活滿意度	.115**	-.406**	—

\*  $p < .05$ . \*\*  $p < .01$ .

綜上所述，本研究假設二獲得部分支持，本研究結果指出未來導向與憂鬱情緒呈無顯著相關；生活滿意度與未來導向呈顯著正相關；生活滿意度與憂鬱情緒呈顯著負相關。

## 第二節 不同背景變項下各變項之差異分析

本節旨在探討不同背景變項經濟弱勢青少年於未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度三個變項之差異情形，以性別為自變項，以未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度為依變項，進行獨立樣本  $t$  考驗。另外，以就學狀況、自我教育期望、不受外在限制下之自我教育期望與自我知覺家長教育期望為自變項，以未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度為依變項，進行單因子變異數分析 (ANOVA)，並以 LSD 及 Scheffé 事後考驗法進行分析與討論。

### 一、性別在未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度之差異分析

以單因子獨立樣本 ANOVA 分析性別對未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度之效果，結果如表 4-2-1，顯示性別在未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度上，僅於未來導向上達顯著差異 ( $p < .05$ )，經濟弱勢青少年女性於未來導向上的總分 ( $M = 21.11$ ) 顯著高於男性 ( $M = 20.38$ )。

表 4-2-1

不同性別研究參與者對於各變項差異分析摘要表 ( $N = 763$ )

變項	男 ( $N = 339$ )		女 ( $N = 424$ )		$t$
	$M$	$SD$	$M$	$SD$	
未來導向	20.38	4.19	21.11	4.16	-2.39*
憂鬱情緒	9.24	4.29	9.49	4.00	-.80
生活滿意度	19.61	6.06	19.80	5.92	-.42

\*  $p < .05$ .

## 二、就學狀況在未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度之差異分析

以單因子獨立樣本 ANOVA 分析就學狀況對未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度之效果。就學狀況由於原問卷分組方式之組間差異量過大，因此研究者將同個教育層級之組別做合併，分別是將高中、高職、五專、二專合併為「高中（含綜合高中、高職、五專、二專）」、將科技大學或技術學院、一般大學合併為「學士層級（含科技大學或技術學院、二技）」，而原始資料本來就無國小之樣本，因此合併完進入 ANOVA 分析之組別共有四組，分別是「國民中學」、「高中（含綜合高中、高職、五專、二專）」、「學士層級（含科技大學或技術學院、二技）」與「研究所層級」。結果如表 4-2-2，顯示就學狀況在未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度上，於未來導向 ( $p < .01$ ) 及生活滿意度 ( $p < .001$ ) 皆達顯著差異，但在憂鬱情緒上則無顯著差異。

在未來導向總分量表上，就學狀況為「研究所層級」者為最高分，第二為「學士層級（含科技大學或技術學院、二技）」，第三為「高中（含綜合高中、高職、五專、二專）」，最低分為「國民中學」；在生活滿意度總分量表上，就學狀況為「國民中學」者為最高分，第二為「高中（含綜合高中、高職、五專、二專）」，第三為「學士層級（含科技大學或技術學院、二技）」，最低分為「研究所層級」。

經事後比較 Scheffé 檢驗，在未來導向層面，「學士層級（含科技大學或技術學院、二技）」 ( $M = 21.31$ ) 顯著高於「高中（含綜合高中、高職、五專、二專）」 ( $M = 20.32$ )；在生活滿意度層面，「國民中學」 ( $M = 22.25$ ) 顯著高於「學士層級（含科技大學或技術學院、二技）」 ( $M = 18.96$ )。然而，憂鬱情緒總分量表上未出現因就學狀況不同而造成差異。

表 4-2-2

就學狀況對於各變項差異分析摘要表 (N=763)

就學狀況	平均數	標準差	F 值	事後比較
<b>未來導向</b>				
1. 國民中學	19.85	4.14	5.752**	3 > 2
2. 高中 (含綜合高中、高職、五專、二專)	20.32	4.20		
3. 學士層級 (含科技大學或技術學院、二技)	21.31	4.11		
4. 研究所層級	22.79	3.99		
<b>憂鬱情緒</b>				
1. 國民中學	8.13	3.17	2.807	
2. 高中 (含綜合高中、高職、五專、二專)	9.25	4.14		
3. 學士層級 (含科技大學或技術學院、二技)	9.74	4.27		
4. 研究所層級	9.26	3.54		
<b>生活滿意度</b>				
1. 國民中學	22.25	6.42	6.362***	1 > 3
2. 高中 (含綜合高中、高職、五專、二專)	20.10	6.05		
3. 學士層級 (含科技大學或技術學院、二技)	18.96	5.68		
4. 研究所層級	18.32	6.27		

註：1. n = 60；2. n = 341；3. n = 341；4. n = 19。

\* p &lt; .05. \*\* p &lt; .01. \*\*\* p &lt; .001.

### 三、自我教育期望在未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度之差異分析

對學歷的不同自我教育期望，對各變項之差異分析結果如表 4-2-3 所示，其中在未來導向 ( $F(5, 757) = 5.68, p < .01, \eta^2 = .036$ ) 與生活滿意度 ( $F(5, 757) = 2.26, p < .05, \eta^2 = .015$ ) 有顯著差異，但在憂鬱情緒則無顯著差異。

在未來導向總分量表上，自我期望為碩士畢業者為最高分、第二為博士畢業、第三為大學或技術學院畢業、第四為專科畢業、第五為國中畢業、最低分為高中或高職畢業；在生活滿意度總分量表上，自我期望為者博士畢業者為最高分、第二為國中畢業、第三為高中或高職畢業、第四為大學或技術學院畢業、第五為碩士畢業、最低分為專科畢業。

經事後比較 LSD 檢驗發現結果如下，未來導向總分分數在「大學或技術學院畢業」( $M = 20.86$ )、「碩士畢業」( $M = 22.31$ ) 顯著高於「高中或高職畢業」( $M = 19.22$ )；在「碩士畢業」( $M = 22.31$ ) 顯著高於「大學或技術學院畢業」( $M = 20.86$ )。生活滿意度總分分數在「國中畢業」( $M = 23.38$ ) 顯著高於「碩士畢業」( $M = 18.82$ )；在「博士畢業」( $M = 24.29$ ) 顯著高於「專科畢業」( $M = 18.77$ )、「大學或技術學院畢業」( $M = 19.65$ ) 與「碩士畢業」( $M = 18.82$ )。憂鬱情緒總分分數則在這些變項上，皆未出現因自我教育期望不同而造成差異。

表 4-2-3

自我教育期望對於各變項差異分析摘要表 (N = 763)

自我教育期望	平均數	標準差	F 值	事後比較
未來導向				
1. 國中畢業	20.00	2.83	5.68**	4, 5 > 2 5 > 4
2. 高中或高職畢業	19.22	4.68		
3. 專科畢業	20.81	3.62		
4. 大學或技術學院畢業	20.86	4.05		
5. 碩士畢業	22.31	3.79		
6. 博士畢業	21.86	4.18		
憂鬱情緒				
1. 國中畢業	6.63	4.21	1.14	
2. 高中或高職畢業	9.23	4.39		
3. 專科畢業	10.35	3.30		
4. 大學或技術學院畢業	9.35	4.14		
5. 碩士畢業	9.70	3.83		
6. 博士畢業	9.38	4.86		
生活滿意度				
1. 國中畢業	23.38	7.89	2.26*	1 > 5 6 > 3, 4, 5
2. 高中或高職畢業	20.41	6.53		
3. 專科畢業	18.77	5.02		
4. 大學或技術學院畢業	19.65	5.80		
5. 碩士畢業	18.82	5.86		
6. 博士畢業	24.29	9.32		

註：1. n = 8；2. n = 110；3. n = 26；4. n = 527；5. n = 85；6. n = 7。

\*  $p < .05$ . \*\*  $p < .01$ .

#### 四、不受外在條件限制下之自我教育期望在未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度之差異分析

不受外在條件限制下，對學歷的自我教育期望對各變項之差異分析結果如表 4-2-4 所示，其中在「未來導向」( $F(5, 757) = 10.36, p < .01, \eta^2 = .064$ )與「憂鬱情緒」( $F(5, 757) = 2.34, p < .05, \eta^2 = .015$ )有顯著差異，在「生活滿意度」則無顯著差異。

在未來導向總分量表上，在不受限制下之自我教育期望最高至最低分依序為博士畢業、碩士畢業、大學或技術學院畢業、專科畢業、高中或高職畢業與國中畢業；在憂鬱情緒總分量表上，在不受限制下之自我教育期望最高分為國中畢業、第二為博士畢業、第三為碩士畢業、第四為專科畢業、第五為大學或技術學院、最低分為高中或高職畢業。

經事後比較 LSD 檢驗發現結果如下，「未來導向」總分分數在「高中或高職畢業」( $M = 18.96$ )、「專科畢業」( $M = 19.45$ )、「大學或技術學院畢業」( $M = 20.50$ )、「碩士畢業」( $M = 21.94$ )與「博士畢業」( $M = 22.17$ )皆顯著高於「國中畢業」( $M = 10.50$ )；在「大學或技術學院畢業」( $M = 20.50$ )、「碩士畢業」( $M = 21.94$ )與「博士畢業」( $M = 22.17$ )皆顯著高於「高中或高職畢業」( $M = 18.96$ )；在「碩士畢業」( $M = 21.94$ )與「博士畢業」( $M = 22.17$ )皆顯著高於「專科畢業」( $M = 19.45$ )與「大學或技術學院畢業」( $M = 20.50$ )。「憂鬱情緒」總分分數在「博士畢業」( $M = 10.74$ )顯著高於「高中或高職畢業」( $M = 8.80$ )與「大學或技術學院畢業」( $M = 9.14$ )。「生活滿意度」總分分數則在這些變項上，皆未出現因不受限制下之自我教育期望不同而造成差異。

表 4-2-4

不受外在條件限制下之自我教育期望對於各變項差異分析摘要表 (N=763)

不受外在條件限制下之自我教育期望	平均數	標準差	F 值	事後比較
<b>未來導向</b>				
1. 國中畢業	10.50	2.12		
2. 高中或高職畢業	18.96	4.07		
3. 專科畢業	19.45	4.68	10.36**	2, 3, 4, 5, 6 > 1
4. 大學或技術學院畢業	20.50	4.03		4, 5, 6 > 2
5. 碩士畢業	21.94	3.84		5, 6 > 3, 4
6. 博士畢業	22.17	4.64		
<b>憂鬱情緒</b>				
1. 國中畢業	11.00	2.83		
2. 高中或高職畢業	8.80	4.21		
3. 專科畢業	9.55	3.11	2.34*	
4. 大學或技術學院畢業	9.14	4.06		6 > 2, 4
5. 碩士畢業	9.66	4.22		
6. 博士畢業	10.74	4.21		
<b>生活滿意度</b>				
1. 國中畢業	19.50	0.71		
2. 高中或高職畢業	20.97	6.51		
3. 專科畢業	17.64	6.05	1.88	
4. 大學或技術學院畢業	19.93	5.69		
5. 碩士畢業	18.75	5.76		
6. 博士畢業	19.74	7.39		

註：1. n = 2；2. n = 70；3. n = 11；4. n = 445；5. n = 165；6. n = 70。

\* p < .05. \*\* p < .01.

## 五、自我知覺家長教育期望在未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度之差異分析

自我知覺家長教育期望對各變項之差異分析結果如表 4-2-5 所示，其中在「未來導向」( $F(5, 757) = 2.25, p < .05, \eta^2 = .015$ )與「生活滿意度」( $F(5, 757) = 2.69, p < .05, \eta^2 = .017$ )有顯著差異，「憂鬱情緒」則無達顯著差異。

在未來導向總分量表上，自我知覺家長教育期望為碩士畢業者為最高分、第二為博士畢業、第三為大學或技術學院畢業、第四為專科畢業、第五為高中或高職畢業、最低分為國中畢業；在生活滿意度總分量表上，自我知覺家長教育期望為高中或高職畢業者為最高分、第二為博士畢業、第三為專科畢業、第四為大學或技術學院畢業、第五為國中畢業、最低分為碩士畢業。

經事後比較 LSD 檢驗發現結果如下，「未來導向」總分分數在「碩士畢業」( $M = 21.72$ )、「博士畢業」( $M = 21.53$ )皆顯著高於「高中或高職畢業」( $M = 19.88$ )；在「碩士畢業」( $M = 21.72$ )顯著高於「大學或技術學院畢業」( $M = 20.71$ )。「生活滿意度」總分分數在「高中或高職畢業」( $M = 21.26$ )顯著高於「大學或技術學院畢業」( $M = 19.65$ )、「碩士畢業」( $M = 18.25$ )；在「大學或技術學院畢業」( $M = 19.65$ )顯著高於「碩士畢業」( $M = 18.25$ )；在「博士畢業」( $M = 21.00$ )顯著高於「碩士畢業」( $M = 18.25$ )。「憂鬱情緒」總分分數則在這些變項上，皆未出現因自我知覺家長教育期望不同而造成差異。

表 4-2-5

自我知覺家長教育期望對於各變項差異分析摘要表 (N=763)

自我知覺家長教育期望	平均數	標準差	F 值	事後比較
<b>未來導向</b>				
1. 國中畢業	19.22	4.09	2.25*	5, 6 > 2 5 > 4
2. 高中或高職畢業	19.88	4.91		
3. 專科畢業	20.65	4.57		
4. 大學或技術學院畢業	20.71	4.00		
5. 碩士畢業	21.72	4.49		
6. 博士畢業	21.53	3.76		
<b>憂鬱情緒</b>				
1. 國中畢業	9.11	3.89	0.60	
2. 高中或高職畢業	9.32	4.68		
3. 專科畢業	10.18	4.65		
4. 大學或技術學院畢業	9.32	4.07		
5. 碩士畢業	9.24	3.36		
6. 博士畢業	10.36	5.37		
<b>生活滿意度</b>				
1. 國中畢業	19.33	6.32	2.69*	2 > 4, 5 4 > 5 6 > 5
2. 高中或高職畢業	21.26	6.25		
3. 專科畢業	20.53	5.64		
4. 大學或技術學院畢業	19.65	5.83		
5. 碩士畢業	18.25	5.63		
6. 博士畢業	21.00	7.51		

註：1. n = 9；2. n = 76；3. n = 17；4. n = 522；5. n = 99；6. n = 40。

\*  $p < .05$ .

### 第三節 憂鬱情緒的調節效果

本節以階層迴歸分析憂鬱情緒對於經濟弱勢青少年未來導向與生活滿意度之關係的調節效果，另使用 PROCESS 之 Model 1 進行 5,000 次拔靴法，以檢驗憂鬱情緒對未來導向與生活滿意度之關係的調節效果。相關分析結果顯示，憂鬱情緒與未來導向無顯著相關，而與生活滿意度呈顯著負相關，顯示憂鬱情緒僅對生活滿意度有影響。本研究使用 PROCESS 進行調節效果之檢定，若達顯著，將進一步繪製交互作用圖進行分析討論。

如表 4-3-1，分析結果顯示，VIF 值都小於 2，代表自變數之間的共線性並不嚴重，迴歸模型可以有效的預測依變數。未來導向和憂鬱情緒的主要效果可以解釋生活滿意度變異中的 17.3% ( $F(1, 759) = 80.473, p < .001$ )；就主要效果而言，未來導向對於生活滿意度具有顯著預測力 ( $\beta = .101, p < .01$ )，具有顯著正向影響，亦即當個體未來導向越高時，生活滿意度越高；憂鬱情緒對於生活滿意度具有顯著預測力 ( $\beta = -.402, p < .001$ )，具有顯著負向影響，亦即當個體憂鬱情緒越高時，生活滿意度越低。

在控制了主要效果後，兩者的交互作用可以增量解釋 18.6%的生活滿意度變異 ( $F(1, 759) = 13.8491, p < .001$ )，未來導向與憂鬱情緒的交互作用（二者分別減去平均值之相乘）對生活滿意度有顯著解釋力 ( $\beta = -.122, p < .001$ )。

研究者另使用 PROCESS 之 Model 進行 5000 次的拔靴法，以檢驗憂鬱情緒對未來導向與生活滿意度之關係的調節效果，結果可知，憂鬱情緒會調節二者之關係 (effect size = .186\*\*\*) 且信賴區間不包含 0，95% CI [-.0569, -.0176]，表示憂鬱情緒具有調節效果。

表 4-3-1

未來導向與憂鬱情緒對生活滿意度階層迴歸分析 (N = 763)

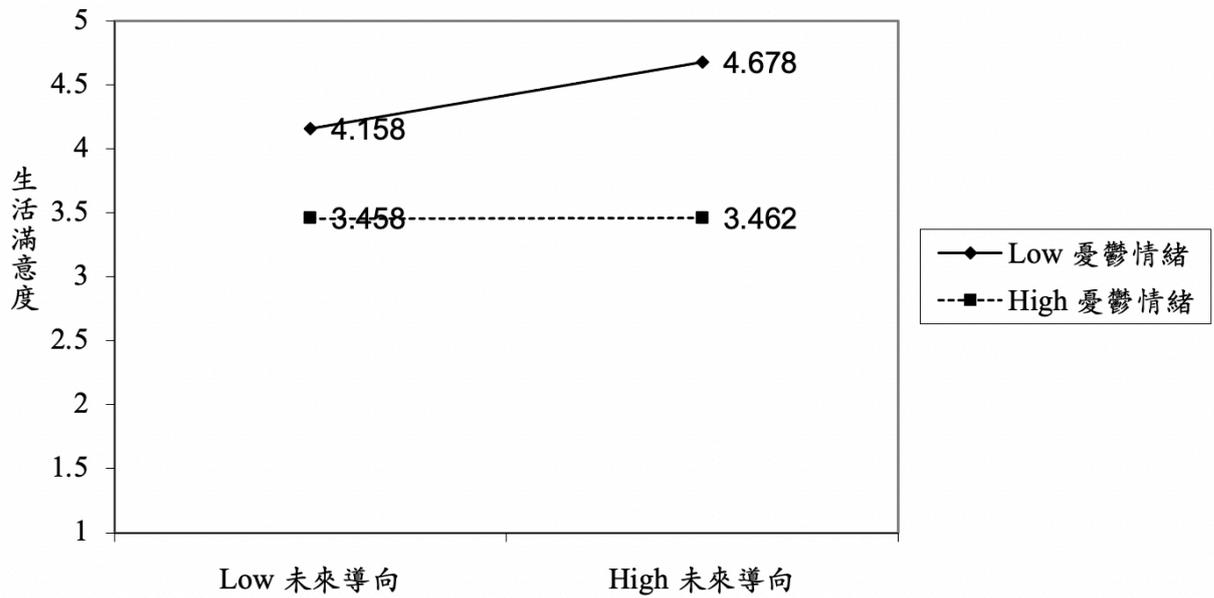
	<i>b</i>	$\beta$	<i>t</i>	$R^2$	$\Delta R^2$	<i>F</i>	VIF
Step 1				.175	.173	80.473	
未來導向	.121	.101	3.070**				1.001
憂鬱情緒	-.481	-.402	-12.201***				1.001
Step 2				.190	.186	59.172	
未來導向	.131	.109	3.333***				1.005
憂鬱情緒	-.479	-.401	-12.259***				1.001
交互作用	-.129	-.122**	-3.721***				1.004

\* $p < .01$ . \*\*\* $p < .001$ .

為釐清未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度三者的關係，研究者另將研究參與者之憂鬱情緒得分與未來導向高於平均數一個標準差為高分組，低於平均數一個標準差為低分組，分析其生活滿意度得分情形，呈現如圖 4-3-1。該圖可知，當經濟弱勢青少年憂鬱情緒傾向較低時，高未來導向的個體之生活滿意度也會相較於低未來導向的個體來得高；而當憂鬱情緒傾向較高的經濟弱勢青少年，無論未來導向程度的高或低，其生活滿意度皆不會提高。

圖 4-3-1

憂鬱情緒高低分組之生活滿意度得分



綜上所述，本研究假設四：「經濟弱勢青少年的憂鬱情緒越高，越會消弱未來導向與生活滿意度之間的正向關係；反之，經濟弱勢青少年的憂鬱情緒越低時，則較不會消弱未來導向與生活滿意度之間的正向關係」獲得支持。



## 第五章 討論與建議

本章依據研究結果作進一步的分析與討論，並依據本研究結論與研究限制，提供未來研究與實務上的建議，內容分為三節。第一節為綜合討論；第二節為研究貢獻與實務意涵；第三節為研究限制與建議，茲分述如下。

### 第一節 綜合討論

本研究欲了解臺灣國內不同背景變項經濟弱勢青少年於未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度之關係，並檢視憂鬱情緒在未來導向與生活滿意度之間的影响。資料來源為臺灣兒童及少年長期追蹤調查計畫（Taiwan Panel Study of Children and Youth, TPSCY）所釋出之 2017 年兒少版問卷，並以 SPSS 23.0 統計套裝軟體作為分析工具，針對所選取之題項，透過探索性因素之主成份分析法萃取構面，並以描述統計、獨立樣本  $t$  檢定、單因子變異數分析（ANOVA）、皮爾森積差相關以及 PROCESS Model 1 進行調節效果分析，以了解各變項之現況、不同背景變項差異、相關性與調節效果之檢驗。本節依據前一章研究結果，提出綜合討論分述如下。

#### 一、經濟弱勢青少年的未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度之現況

本研究參與者在未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度分數皆呈現微正偏態，表示得分低於平均數的人數較多，且分數越高，人數越少；在峰度方面，本研究三個變項皆呈現高峽峰，表示資料較為集中與同質。以下將參照未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度之過去相關研究，與本研究結果進行討論。

## （一）經濟弱勢青少年於未來導向之現況

本研究經濟弱勢青少年在未來導向總分平均數為 20.78，題平均數為 3.46、偏態為 .10、峰度為 .25。與同為經濟弱勢青少年為研究對象之研究進行對照，池婉宜（2019）係使用家扶基金會所建置的「臺灣貧窮兒少資料庫：弱勢兒少生活趨勢調查」釋出的第三波 2013 年調查計畫，篩選出共 634 位高職生樣本數，其亦是透過因素分析萃取出一個構面，命名為未來準備，測量未來準備之題平均數結果為 3.35，介於「普通」至「多半如此」之間，高於中間分數 3，亦即受試者在未來準備達中等以上程度，與本研究結果相似。若參照其他國外研究，Nabilah 與 Tentama（2020）指出高職學生的未來導向程度與就業傾向之間有極顯著的正相關（ $r = .636, p < .01$ ），未來導向對就業能力的貢獻率為 40.5%，亦即可根據未來方向預測就業能力變項，研究發現未來導向在提高就業能力方面發揮重要作用。上述研究雖與本研究所採用的量表不同，亦可顯示未來導向在青少年身上對於未來生涯扮是演著相當關鍵的因素。

綜合上述，雖有些學者提出經濟弱勢背景的青少年大多傾向於不提早計畫未來的「現時取向」，然而從本研究以及上述相關研究皆顯示，經濟貧窮之少年仍偏向較具未來準備之意識及行動，亦即有中上程度的未來導向傾向。

## （二）經濟弱勢青少年於憂鬱情緒之現況

本研究經濟弱勢青少年在憂鬱情緒總分平均數為 9.38，題平均數為 1.88、偏態為 1.01、峰度為 .69。與同為經濟弱勢青少年為研究對象之研究進行對照，邱硯雯（2019）係使用家扶基金會所建置的「臺灣貧窮兒少資料庫：弱勢兒少生活趨勢調查」釋出的第一波 2009 年調查計畫，共有 1,404 位國中青少年樣本數，男性 675 位（48.1%）、女性 729 位（51.9%），其研究指出憂鬱情緒的總分平均數為 9.7，題平均數為 1.94、偏態為 1.07、峰度為 .92。另外黃宣榕（2020）係使用與

本研究相同之臺灣貧窮兒少資料庫釋出的 2017 年第五波調查計畫，共有 1,073 位青少年樣本，其研究指出憂鬱情緒的總分平均數為 9.5，題平均數為 1.90、偏態為 1.0、峰度為 .60。綜合上述，顯示經濟弱勢青少年憂鬱情緒得分低於平均數的人數較多，但普遍仍存在些許的憂鬱情緒。若參照一般青少年的相關研究，張彩秀（2008）的研究則指出一般青少年中，30.5%的青少年有憂鬱的情形，且不同的「家庭經濟收入情形」在憂鬱情緒的分布上存在顯著差異，即家庭經濟收入無法應付日常生活所需者其憂鬱的比率明顯高於家庭經濟收入可以應付日常生活所需者。上述研究雖與本研究所採取的憂鬱情緒量表不同，但也明確顯示憂鬱情緒在經濟弱勢家庭的青少年中比起一般青少年更加嚴峻。

另外對照臺大醫院精神科李明濱教授等人發展而成的簡式健康量表（BSRS-5）之分數說明（臺灣自殺防治學會，2019），BSRS-5 受試者填答「非常厲害」者得四分；答「厲害」者得三分；答「中等程度」者得二分；答「輕微」者得一分；答「完全沒有」者得零分。前五題總分介於 0 至 5 分之間屬於一般正常範圍；6 至 9 分之間為輕度情緒困擾（建議找親友談談，抒發情緒）；10 至 14 分之間為中度情緒困擾（建議尋求心理衛生或精神醫療專業諮詢）；15 分以上為重度情緒困擾（建議尋求精神醫療專業諮詢）。由上述可知，簡式健康量表（BSRS-5）量表分數與本研究的測量工具皆採同樣五點量尺，但兩者計分方式有所不同。簡式健康量表（BSRS-5）每個題項分數範圍為 0~4 分，本研究採取的問卷測量每個題項分數範圍則為 1~5 分，因此兩者較難直接相互對照以解釋總得分，但本研究根據研究結果憂鬱情緒總分平均及每題平均數，可得知臺灣經濟弱勢青少年普遍都存在著些許憂鬱情緒困擾，若後續缺少注意及適當抒發情緒，亦可能瀕臨中度情緒困擾。

### (三) 經濟弱勢青少年於生活滿意度之現況

本研究經濟弱勢青少年在生活滿意度總分平均數為 19.72，題平均數為 3.94、偏態為 .13、峰度為 .07。與同為經濟弱勢青少年為研究對象之研究進行對照，黃宣榕（2020）係使用家扶基金會所建置的「臺灣貧窮兒少資料庫：弱勢兒少生活趨勢調查」釋出的 2017 年第五波調查計畫，共 1,073 位青少年樣本，其研究指出生活滿意度的題平均數為 3.88、偏態為 .15、峰度為 .11，顯示經濟弱勢青少年對於目前生活總體滿意度並沒有太多的不滿意或滿意，平均數稍低於中間值 4 分，大多呈現趨於「普通」滿意，與本研究結果相似。若把青少年的年齡層拆分為二，陳柯玫與陳憶（2020）研究則指出經濟弱勢 12 至 17 歲青少年生活滿意度平均分數（4.49 分）高於 18 至 24 歲經濟弱勢青少年（4.15 分），顯示成年前的經濟弱勢青少年通常生活滿意度仍高於成年後的經濟弱勢青少年。若參照一般青少年的相關研究，劉佳宜（2010）研究採「多面向生活滿意度量表」，研究結果顯示一般國中生在朋友、家庭、學校及自我層面的整體生活滿意度不錯，平均數皆高於中間值 3 分，對自我生活品質的評量傾向為正面評價。上述有關一般青少年的研究雖與本研究所採取的生活滿意度量表雖不同，但也顯示生活滿意度的平均數在經濟弱勢家庭的青少年中可能比起一般青少年為低。

### 二、不同背景變項之經濟弱勢青少年在未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度具有顯著差異

為回應研究假設一：「在不同背景變項（包含性別、就學狀況、自我教育期望、不受限制下之自我教育期望與自我知覺家長教育期望）狀況下的經濟弱勢青少年，其在未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度間，具有顯著差異」。本研究發現研究假設一僅獲得部分支持：不同性別的經濟弱勢青少年在未來導向有顯著差異；就學狀況在未來導向及生活滿意度皆達顯著差異；對學歷有不同自我教育期望者，

在未來導向與生活滿意度上有顯著差異；不受外在條件限制下，對學歷有不同自我期望者，在未來導向與憂鬱情緒有顯著差異；對學歷有不同自我知覺家長教育期望者，在未來導向與生活滿意度有顯著差異。

### （一）不同性別在未來導向有顯著差異

根據本研究樣本資料分析結果，發現不同性別的經濟弱勢青少年在未來導向有顯著差異，但在憂鬱情緒與生活滿意度則無顯著差異。

首先，就未來導向之面向，研究者回顧過去相關研究，發現與本研究之有相似結果。蔡妍妮與魏惠娟（2016）依據魏惠娟教授所編之「前瞻因應起始能力評估表」，及「樂齡生涯目標探索評估表」中的評估方式，得知從事教學的中高齡教師對未來的生涯規劃已有了心理準備，由問卷最後的統計及排序歸納顯示出「女性」較主動對未來有正向的心理準備及期待；李鴻章（2006）研究指出「原住民女童」的教育抱負比男童來得高。然而本研究性別此背景變項在未來導向達顯著差異（ $p < .05$ ），顯示經濟弱勢青少年女性於未來導向上的總分顯著高於男性，也就是經濟弱勢青少年女性比起經濟弱勢青少年男性更能夠對於未來的想法產生未來圖像，進而引領未來的發展軌跡。本研究雖與上述研究的研究對象不同，但研究結果大多皆顯示不同年齡階段中，女性的未來導向度是高於男性的，推估可能原因是從青春開始大部分女性青少年身心發展比男性青少年更為早熟，思慮也較為前瞻與未來取向，會花較多時間思考未來。

接著，就憂鬱情緒之面向，回顧過去多數研究顯示青少年男女性別在憂鬱情緒上的表現是有所不同的，大多研究結果呈現青少年女性的憂鬱情緒程度比青少年男性高（王齡竟、陳毓文，2010；徐世杰，2003；黃正鵠、盧怡任，2004；Abdel-Khalek, 2007; Galambos et al., 2004）；但另外也有研究顯示無論性別，其憂鬱是沒有顯著差異的（王黛玉，2005）。而本研究結果符合後者，經濟弱勢青少年在憂鬱情緒上之分數男女並無顯著差異，研究者推估是研究對象的不同而造成

研究結果差異，且本研究樣本是經濟弱勢青少年群體，與一般常模青少年可能有所不同。

最後，就生活滿意度之面向，回顧過往相關研究，丁于珊等人（2015）、Zhao 等人（2020）皆指出生活滿意度在性別上並無顯著差異；與同樣採取貧窮兒少資料庫資料之研究做參照，王珮旋（2019）在 499 名樣本資料中，包含國中、高中（綜合高中）、高職及五專之學生，研究顯示隨年齡增長，不論弱勢青少年男性或女性，對周遭家庭、學校、生活環境的自我知覺生活滿意度皆變差；劉佳宜（2010）研究採「多面向生活滿意度量表」，係採用鄭麗華（2009）翻譯自 Huebner 編製的多面向生活滿意度量表，分別測量朋友、家庭、學校及自我滿意程度，研究顯示國中生對於「朋友」層面的滿意度最高，對「學校」的滿意度最低，在「朋友」層面不同性別之國中生的滿意度則達顯著差異（ $t=-3.30, p<.01$ ），顯示國中女性比男性更滿意他們與朋友之間的關係。然而，本研究則是採用 Diener 等人（1985）所提出的生活滿意度量表，其主要測量個人對其「總體」生活狀態的滿意程度，其在性別上則無顯著差異，與過去大部分研究是一致的，惟少數有呈現不一致的研究結果，推估可能原因為使用的「生活滿意度」量表工具不同或研究對象之差異。

## （二）就學狀況在未來導向及生活滿意度皆達顯著差異

本研究顯示就學狀況在未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度上，於未來導向（ $p<.01$ ）及生活滿意度（ $p<.001$ ）皆達顯著差異，但在憂鬱情緒上則無顯著差異。

就未來導向之面向，在未來導向總分量表上，就學狀況就學狀況為「研究所層級」者為最高分，第二為「學士層級（含科技大學或技術學院、二技）」，第三為「高中（含綜合高中、高職、五專、二專）」，最低分為「國民中學」。亦即經濟弱勢青少年就讀學歷層級越高，其未來導向度則也相應較高，未來導向度

較高代表個體更能夠積極地思考、想像或是規劃未來。對經濟弱勢青少年來說，他們雖然較少有充裕的時間來規劃與決定在教育上的投入情況，但卻能夠敏感於生活中存在的機會，以及意識到貧窮造成的結果，因此若具備正向的未來導向能夠降低負向發展風險，也能有助於完成學業（McLoyd et al., 2009），因此本結果與過去研究結果相似，這與研究者在學校實務現場的觀察也相符，一般來說實務現場經常可以發現某些經濟弱勢青少年比起一般青少年花更多時間專注於思考、規劃自我的未來，進而選擇提早就業或是繼續往下個學習階段攻讀，可能是想脫離原生家庭的貧窮狀態，因為提早就業就能賺取金錢改善原有的生活狀態；繼續往下個學習階段攻讀也有可能透過教育翻轉原先的社經地位。因此不管是直接就業或是繼續攻讀下個教育階段，皆是經濟貧窮青少年在未來導向上的具體行動展現，研究者認為此結果也再度顯現，對低社會經濟背景的少年而言，與未來相關的態度與行為是影響個體未來相關發展的重要因素之一。

其次，經事後比較 Scheffé 檢驗，發現在未來導向層面，「學士層級」顯著高於「高中（含綜合高中、高職、五專、二專）」。研究者在國內外雖無找到前人所發表相關文獻資料，但研究者認為在經濟弱勢青少年的成長、教育環境中，若有機會就讀至「學士層級」就學階段，可以說是在生涯發展上也做出了某個方向的暫定決策，因大學階段必須要選擇某特定的科系進行就讀，比起高中階段，大部分的學生可能更確立未來的方向，那麼「學士層級」的經濟弱勢青少年也可能對未來方向、未來藍圖的思考、計畫可能更為清晰，會比僅在「高中（含綜合高中、高職、五專、二專）」的就學階段更加有未來導向感。

就生活滿意度之面向，在生活滿意度總分量表上，就學狀況就學狀況為「國民中學」者為最高分，第二為「高中（含綜合高中、高職、五專、二專）」，第三為「學士層級（含科技大學或技術學院、二技）」，最低分為「研究所層級」。研究者也發現在此有趣的現象是，似乎隨著就學階段越來越高，經濟弱勢青少年的生活滿意度卻隨之下降。陳柯玫與陳憶（2020）研究則指出經濟弱勢 12 至 17

歲青少年生活滿意度高於 18 至 24 歲經濟弱勢青少年，顯示成年前的經濟弱勢青少年通常生活滿意度仍高於成年後的經濟弱勢青少年。研究者認為經濟弱勢青少年隨著年齡漸長，似乎更意識到現實層面之各種考驗，例如經濟層面的現實考量，比起一般青少年有更高的機率必須扛起實際生活層面的一些責任和重擔，因此對於整體生活滿意度也隨之下降。

其次，經事後比較 Scheffé 檢驗，在生活滿意度層面，「國民中學」顯著高於「學士層級（含科技大學或技術學院、二技）」。在劉亭秀與陳柏霖（2017）研究中，其研究對象為臺灣兒童暨家庭扶助基金會弱勢國中學生，研究結果顯示經濟弱勢國中學生，親子關係正向良好，學校生活適應正向，在其生活滿意度上大致良好。研究者認為「國民中學」階段的經濟弱勢青少年，仍屬於國民基本教育階段，即便是經濟弱勢青少年可能尚未清楚意識或考量現實環境因素的限制，原生家庭、學校教師或同儕若能夠給予相應的支持，其生活滿意度可能仍佳，因此比起「國民中學」階段的經濟弱勢青少年，「學士層級（含科技大學或技術學院、二技）」的經濟弱勢青少年可能更能感知到現實壓力程度與來向，學識層級的經濟弱勢青少年可能當下面對的是需要扛起原生家庭的經濟壓力或是生活上其他的壓力源，且在學士層級的學生大部分也將很快地遇到畢業後的就業壓力，對於經濟弱勢青少年來說，是否要持續攻讀研究所或因經濟因素考量而逕行投入就業市場，此思考可能也帶來不少壓力和擔憂，因此這些現實的考量可能也使得其生活滿意度也隨之下降。

### （三）對學歷有不同自我教育期望者，在未來導向與生活滿意度上有顯著差異

對學歷有不同自我教育期望者，在「未來導向」（ $p < .01$ ）與「生活滿意度」（ $p < .05$ ）有顯著差異，但在「憂鬱情緒」則無顯著差異。

就未來導向之面向，在未來導向總分量表上，對學歷自我期望為「碩士畢業」者為最高分、第二高分為「博士畢業」、倒數第二低分為「國中畢業」、最低分

為「高中或高職畢業」。亦即經濟弱勢青少年若自我期望為「碩士畢業」或「博士畢業」者，其未來導向度越高，更能夠積極地思考、想像或是規劃未來，因此研究者推估「對學歷的自我教育期望」有可能對於未來導向的思考有「引領」的效果存在。然而經濟弱勢青少年若自我期望為「國中畢業」或「高中或高職畢業」者，在未來導向度上則相對較為消極，可能在未來導向的動機、認知或行動上無法投注太多心力。研究者推估可能的原因是經濟弱勢的少年常對未來感到悲觀，認為自己能上大學的機會也低於同儕（McLoyd, 1998），因此那些對於學歷自我教育期望較低的經濟弱勢青少年傾向不會將心力投注於計劃將來、放眼未來上，反而是更傾向不計畫未來的「現時取向」，這也跟本研究在先前文獻回顧時提及的「被迫加速角色轉銜」有相關性，若經濟弱勢少年因為家庭經濟困境而必須提早就業以分擔家庭經濟需求，那麼其將更無法計劃將來，反而必須將心力更致力於貼補家庭經濟需求、負擔生活所需的現實任務上。

就生活滿意度之面向，在生活滿意度總分量表上，自我期望為者「博士畢業」者為最高分、最低分為「專科畢業」。亦即經濟弱勢青少年若自我期望為「博士畢業」，其生活滿意度程度最高；經濟弱勢青少年若自我期望為「專科畢業」，其生活滿意度程度最低。何以「專科畢業」者生活滿意度最低呢？林祖嘉與莊奕琦（2000）於行政院青年輔導委員會委託研究中，調查專科以上學校畢業青年就業狀況，研究結果顯示「專科生」畢業青年的失業率最高，大學畢業生次之，碩士最低，因此常聽見「高學歷高失業率」的說法也許事實並非如此，然而研究者推估大環境下的生活現實脈絡也是影響經濟弱勢青少年生活滿意度的重要因素。那麼何以「博士畢業」者，生活滿意度最高呢？研究者認為可能原因為經濟弱勢青少年容易將「教育」作為翻轉貧窮現況或改善社經地位的重要管道，因此若能攻讀至博士層級，也可能進而獲取社會階級翻轉的機會或增加社會階級流動力。

其次，經事後比較 LSD 檢驗，在生活滿意度層面，「國中畢業」顯著高於「碩士畢業」；在「博士畢業」顯著高於「專科畢業」、「大學或技術學院畢業」

與「碩士畢業」。透過此研究結果，可以發現對於經濟弱勢青少年來說，若自我期望之學歷是位於「中間階段」（包含專科畢業、大學或技術學院畢業與碩士畢業）學歷畢業者，生活滿意度較低；反而若自我期望之學歷是位於「兩極狀態」時（包含博士畢業和國中畢業），生活滿意度較高。研究者在國內外雖無找到前人所發表相關文獻資料，但研究者認為經濟弱勢青少年若對自我學歷的教育期望為「國中畢業」，生活滿意度之所以呈現分數較高的原因可能是「不抱期待就不會有傷害」，其也可能因經濟因素考量而想要儘早畢業而能夠投入就業市場，有可能對自我較沒有特定的未來期待，因此過得比較快樂、自在、較少壓力。然而經濟弱勢青少年若對自我學歷的教育期望為「中間階段」者，反而有種「高不成、低不就」的感覺，若停留於中低學歷階段則擔心自己在社會上缺少競爭力、無法翻轉貧窮與無法獲致好成就等；繼續往上就讀更高學歷則擔心自己無法兼顧經濟上的負擔，因此經濟弱勢的背景讓他們在規劃人生藍圖、追逐自我夢想時，往往因現實資源的匱乏，面臨課業、經濟與夢想之間抉擇的困境，上述這些原因皆容易導致其生活滿意度較低。有關自我教育期望的高低與生活滿意度之關係的探討，目前在國內外的學術研究上較為缺乏，待未來研究有更深入的探討。

#### **（四）不受外在條件限制下，對學歷有不同自我期望者，在未來導向與憂鬱情緒有顯著差異**

不受外在條件限制下，對學歷的自我教育期望在「未來導向」（ $p < .01$ ）與「憂鬱情緒」（ $p < .05$ ）有顯著差異，在「生活滿意度」則無顯著差異。

就未來導向之面向，在未來導向總分量表上，不受外在條件限制下，對學歷的自我教育期望為「博士畢業」者為最高分，接著依序為「碩士畢業」、「大學或技術學院畢業」、「專科畢業」、「高中或高職畢業」，「國中畢業」者為最低分。亦即，經濟弱勢青少年若在不受外在條件限制下，對學歷的自我教育期望較高時，未來導向度也較高；反之，對學歷的自我教育期望較低時，未來導向度

也較低。此研究結果也跟先前研究者提及的「對學歷的自我教育期望有可能對於未來導向的思考有引領的效果存在」相似，然而，此背景變項新增的前提要件是「不受外在條件限制下」的自我教育期望，研究者認為這個前提要件對於經濟弱勢青少年來說，有種暫時能安放現實因素考量，而能夠更專注、安然、無慮地去思考對自我的教育期望。因貧窮者的生活態度通常因受限於許多現實條件的考量，大多傾向採不計畫未來的現時取向，較缺乏未來意識，吳清山與林天祐（2009）研究亦指出貧窮者的文化傾向於及時行樂，而忽視未來，對教育成就及職業成就的期望低，然而本研究結果也進一步顯示，若能夠先不考量外在現實條件的受限，經濟弱勢青少年將會較專注於放眼未來，而非現時取向。

就憂鬱情緒之面向，在憂鬱情緒總分量表上，在不受外在限制下之自我教育期望最高分為「國中畢業」、次之為「博士畢業」、最低分為「高中或高職畢業」。亦即經濟弱勢青少年若在不受到外在條件限制下，對學歷的自我教育期望為「國中畢業」或「博士畢業」時，憂鬱情緒程度較高；對學歷的自我教育期望為「高中或高職畢業」時，憂鬱情緒程度最低。研究者在先前針對「自我教育期望」與生活滿意度之討論時，發現經濟弱勢青少年的自我期望為「國中畢業」時，生活滿意度為第二高分，但在此處加入前提要件為「不受外在條件限制下」時，憂鬱程度卻最高。研究者認為經濟弱勢青少年若在不受到外在現實條件限制下是更能夠安然地專注於學業上，那麼若其只駐足在「國中畢業」，則可能未來將面臨競爭力低落、人力資本不足的問題，反而造成憂鬱情緒較高。然而經濟弱勢青少年在不受到外在條件限制下，對學歷的自我教育期望為「博士畢業」者，憂鬱情緒也相對高。參照 Satinsky 等人（2021）在 16 個報患病率的研究中，指出有 23,469 名博士在臨床上有顯著的憂鬱症狀，總估計患有憂鬱症狀的學生比例為 24%。Liu 等人（2019）對 325 名醫學博士生進行了橫斷面研究，大約 23.7% 的研究參與者表現出抑鬱跡象。因此研究者認為經濟弱勢青少年若是在不受外在條件限制下，對學歷的自我教育期望為「博士畢業」，其可能會有類似上述研究中提到的現象，

博士生在攻讀博士學位的過程中常常感到緊迫感、擔憂感和壓力感，除了經濟支持和未來的就業，博士生還擔心寫論文、發表論文以及處理與教授的關係，因此反而憂鬱情緒程度較高。然而，在不受外在條件限制下，對學歷的自我教育期望為較偏向「中間階段」時，包括「高中或高職畢業」、「大學或技術學院畢業」、「專科畢業」、「碩士畢業」，則其憂鬱情緒程度相對較低。

#### **（五）對學歷有不同自我知覺家長教育期望者，在未來導向與生活滿意度有顯著差異**

自我知覺家長教育期望在「未來導向」（ $p < .05$ ）與「生活滿意度」（ $p < .05$ ）有顯著差異，「憂鬱情緒」則無達顯著差異。

就未來導向之面向，在未來導向總分量表上，自我知覺家長教育期望為「碩士畢業」者為最高分、「國中畢業」者為最低分。本研究結果大致上顯示，經濟弱勢青少年若知覺家長教育期望較高，未來導向度也較高，也代表其更能夠積極地思考、想像或是規劃未來。回顧相關文獻也可發現相符的結果，父母對子女教育抱負有著重要影響，明顯地展現父母在子女建構教育生涯上的重要地位，父母對子女的教育期望越高，子女越期待自己在未來可以達到越高的教育成就（巫麗雪，2015）。

就生活滿意度之面向，在生活滿意度總分量表上，自我知覺家長教育期望為「高中或高職畢業」者為最高分，「碩士畢業」者為最低分。巫麗雪（2015）的研究中有提到父母對子女的教育期望並非越高越好，若父母教育期望高於子女對自我的教育期望時，將不利於子女發展較高的教育期望，恐有揠苗助長的效果。上述研究結果與本研究相似的部分為，經濟弱勢青少年若自我知覺家長教育期望為「高中或高職畢業」至「碩士畢業」間，其生活滿意度是隨學歷越高、生活滿意度則越低，亦即經濟弱勢青少年的自我期望與實際上父母對自我的教育期望是有差距的，有時父母高於子女的教育期望可能會造成反彈力道，反而容易形成反

效果。上述研究結果與本研究不同的部分為，經濟弱勢青少年若自我知覺家長為「博士畢業」則生活滿意度卻偏高，Jung 等人（2018）研究指出家長對青少年持有較高的教育期望與孩子 20 年後的生活滿意度呈正相關，父母持有較高的教育期望也與孩子擁有較高的自尊有關，最終預測青少年成年後的生活滿意度。根據上述教育期望與生活滿意度之間的研究結果，研究者認為對經濟弱勢青少年來說，若能知覺重要他人的教育期望為最高學歷，那麼可能會對青少年的內心起到某種「激勵作用」，若能感受到自己的能力是備受肯定的，也會影響到青少年的自尊和自我教育期望，儘管經濟弱勢青少年面臨經濟現實條件壓力的狀況，若此時家長或重要他人也能給予一些較高的教育期望和情感上的肯定與支持，那麼對於經濟弱勢青少年來說，可能會更具備信心和把握能夠接續完成學業。

### 三、經濟弱勢青少年的未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度之間存有顯著相關

為回應研究研究假設二：「經濟弱勢青少年的未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度彼此之間呈現顯著相關性」，本研究發現研究假設一僅獲得部分支持：經濟弱勢青少年的未來導向與憂鬱情緒呈無顯著相關；生活滿意度與未來導向呈顯著正相關；生活滿意度與憂鬱情緒呈顯著負相關。上述結果顯示，經濟弱勢青少年的未來導向程度越高，其生活滿意度則越高；也顯示若憂鬱程度越高，其生活滿意度則越低，研究者進一步進行討論。

#### （一）經濟弱勢青少年的未來導向與憂鬱情緒呈無顯著相關

本研究結果顯示未來導向與憂鬱情緒呈無顯著相關，研究者由從過去文獻探討中發現國內幾乎很少將未來導向與憂鬱情緒兩者進行研究，然而研究者注意到國內有一篇碩士論文研究結果顯示未來導向概念的保護機制能夠抑制偏差行為（吳恆慧，2017），本研究則是透過臺灣貧窮資料庫的問卷資料選取憂鬱情緒此變項，欲了解未來導向與憂鬱情緒之間關係為何，探究是否也能產生類似上述前

人研究結果的「保護機制」作用，但顯然本研究並未達到同樣的效果。有關國外的相關文獻研究結果，Servidio 等人（2022）指出「具有較高未來導向水平的大學生表現出更高的復原力水平」，因此負面情緒的症狀更少，顯示未來導向和憂鬱情緒之間存在顯著負相關性，以及在 Zheng 等人（2021）研究中，研究參與者年齡為 17 歲到至 29 歲，研究結果發現個體的未來導向會調節情緒以應對未來的壓力源。另一研究則是在 259 名早期青少年的樣本中，顯示與未來導向較強的青少年相比，絕望顯著調節情緒受害與憂鬱症狀增加之間的關係，在未來導向較弱的青少年中更為強烈（Hamilton, 2015）。

綜合上述前揭研究，發現未來導向是直接性地或間接地對個體達到某種程度的保護效果，然而本研究結果與過去研究結果產生不一致的現象，本研究顯示未來導向與憂鬱情緒是無顯著相關的，並無法達成上述文獻提及的未來導向具有保護作用，研究者認為與過去研究結果不一致的可能原因，主要來自於研究工具量表的不同所導致，次要原因可能在於因對象、樣本、國家地區文化的不同而造成不一致，未來研究可使用不同研究工具與樣本，以更深入了解未來導向和憂鬱情緒之間的相關性。

## （二）未來導向與生活滿意度呈顯著正相關

本研究結果顯示未來導向與生活滿意度則呈現顯著低度正相關（ $r = .115, p < .01$ ），顯示經濟弱勢青少年個體的未來導向程度越高，則其生活滿意度亦越高，亦即經濟弱勢青少年越能夠積極地思考、想像或是規劃未來，則對於生活越滿意。本研究先前已初步蒐集文獻探討此兩變項的相關，本研究結果與過去研究結果相符，皆支持未來導向和生活滿意度為正相關（Bölükbaşı & Kırdök, 2019; Greenglass, 2002）。另外，在少數研究中認為「當前導向」和生活滿意度為負相關（Joshnloo, 2022），但本研究礙於原始問卷資料庫並無當前導向的相關題項，因此無納入「當前導向」此變項做探討，此將於後續研究建議中進一步說明。

### (三) 憂鬱情緒與生活滿意度呈顯著負相關

本研究結果顯示憂鬱情緒與生活滿意度則呈現顯著中度負相關 ( $r = -.406, p < .01$ )，顯示經濟弱勢青少年個體的憂鬱情緒程度越高，會有較低的生活滿意度。本研究結果與過去研究一致，憂鬱情緒與生活滿意度皆呈現顯著負相關 (馬麗卿等人, 2010; 黃宣榕, 2020; Onishi et al., 2010)。本研究結果也再次說明憂鬱情緒對於經濟弱勢青少年的生活滿意度有重要影響力，為個體的負向危險因子。

### 四、經濟弱勢青少年的憂鬱情緒對於未來導向與生活滿意度之間的調節效果。

為回應研究假設三：「經濟弱勢青少年的憂鬱情緒會調節未來導向與生活滿意度之關係。亦即經濟弱勢青少年的憂鬱情緒越高，越會消弱未來導向與生活滿意度之間的正向關係；反之，經濟弱勢青少年的憂鬱情緒越低時，則較不會消弱未來導向與生活滿意度之間的正向關係」，本研究發現此研究假設獲得支持，經濟弱勢青少年的憂鬱情緒在未來導向與生活滿意度之間扮演調節的角色，研究者進一步進行討論。

在本研究的相關分析結果顯示憂鬱情緒與生活滿意度具有顯著負相關、未來導向與生活滿意度具有顯著正相關。本研究結果也顯示憂鬱情緒在未來導向與生活滿意度之間有顯著調節效果存在，顯示未來導向和憂鬱情緒的交互作用對生活滿意度具有顯著負向影響。

過去研究中多數顯示未來導向對於個體的生活滿意度有其正向影響 (Bölükbaşı & Kırdök, 2019; Greenglass, 2002)，未來導向也接近「前瞻因應」的概念，前瞻因應是人們可預先或提前發現潛在的壓力源和預先行動，即在事件發生前可進一步的預防和減輕潛在威脅的衝擊，亦即指預先發現問題，並在未來的準備規劃中產生的這樣的意識及行為，這是表示個體可藉由正向的態度，面對未來潛在的壓力源 (Aspinwall & Taylor, 1997)。生活滿意度的好壞是來自於個人生

活狀況的主觀評估，需比較個人在需求和期望之間的落差，並結合自身個人和社會文化價值觀才能給予評價（Diener & Ryan, 2009）。因此，綜合未來導向和生活滿意度的意涵來說，易言之，若個體能提前預先或發現壓力源或預先行動，並用較正向的態度面對未來可能發生的事件，將更能主觀地提升其心理健康與生活滿意度，降低個體需求和期望之間的落差。

然而，綜看前揭研究得知，不論年齡層與研究群體，憂鬱情緒對生活滿意度皆具有顯著的負向效果（馬麗卿等人，2010；黃宣榕，2020；Onishi et al., 2010; Lazarus, 1991），因此研究者根據前揭研究結果以及本研究相關分析，更確立未來導向與生活滿意度有正向相關性、憂鬱情緒與生活滿意度有負向相關性，而假設憂鬱情緒在未來導向和生活滿意度間存有一定影響作用。

從本研究結果中可發現，憂鬱情緒高的經濟弱勢青少年，即便未來導向度高，卻無法提升其生活滿意度，亦即原先未來導向和生活滿意度的正向關係，將因個體本身憂鬱情緒的高而消弱其正向效果；反觀憂鬱情緒低的經濟弱勢青少年，未來導向度越高，則其生活滿意度也越高，仍是呈現正向關係。因此本研究結果可說明憂鬱情緒確實能在未來導向與生活滿意度之間產生調節作用，揭示了憂鬱情緒在經濟弱勢青少年中的重要影響力，也間接顯示若能夠降低或調節經濟弱勢青少年中的憂鬱情緒，對於經濟弱勢青少年的未來導向度和生活滿意度之間的正向連結更有其意義性。

## 第二節 研究貢獻與實務意涵

根據上述本研究結論，撰寫本研究貢獻與對實務工作之意涵，敘述如下。

### 一、了解不同背景變項經濟弱勢青少年的未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度，並關懷臺灣經濟弱勢青少年族群之生活困境與心理狀況

本研究於文獻探討時提及經濟弱勢與貧窮密不可分，然而處於經濟弱勢的群體可能缺乏維生能力之技能培養，或是被社會參與屏除在外（謝志龍，2018），因此經濟弱勢青少年在此狀況底下，更可能產生無力、無望的生活困境或是負向的心理狀況，Bauman（2004）也指出經濟弱勢不單指物質貧乏及身體痛苦，也包含個人的社會與心理狀態。因此研究者透過本研究希冀將臺灣不同背景變項（不同性別、就學狀況與教育期望）的經濟弱勢族群可能遭遇的生活困境、壓力、身體狀態以及心理狀態描述更加完整與清晰，避免此弱勢族群屏除在社會之外，藉以讓政府單位、學校教育單位與家庭教育皆能夠更正視此重要族群以及相關議題。

### 二、辨識未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度在經濟青少年中的重要影響並建議制定相關輔導策略

本研究結果顯示未來導向與生活滿意度則呈現顯著正相關，顯示經濟弱勢青少年個體的未來導向程度越高，則其生活滿意度亦越高，亦即經濟弱勢青少年越能夠積極地思考、想像或是規劃未來，對於生活主觀感受則越滿意，因此可看見未來導向程度對於經濟弱勢青少年的身心健康狀況仍有著重要的影響性指標。且本研究結果亦顯示憂鬱情緒對於經濟弱勢青少年的生活滿意度為重要影響因素，個人的憂鬱情緒程度越高，則其對生活也越不滿意，此結果也與過去研究一致（馬麗卿等人，2010；黃宣榕，2020；Onishi et al., 2010），再度驗證憂鬱情緒對於青少年的影響力，且憂鬱情緒也連帶影響未來導向與生活滿意度之間的關係，

本研究結果顯示憂鬱情緒確實能在未來導向與生活滿意度之間產生調節作用，因此本研究透過未來導向與生活滿意度的關係，更能辨識憂鬱情緒所帶來的重要影響。綜合上述，透過本研究結果的發現，進而能夠建議相關單位制定相關輔導策略，以促進經濟弱勢青少年之心理健康或增加社會適應力。

### 第三節 研究限制與建議

本節旨在探討本研究的研究限制與建議，以下分為兩大部分說明之。

#### 一、研究限制

##### (一) 樣本限制

本研究採用的 TPSCY 資料研究樣本的貧窮認定係採家扶基金會的審查標準為主，由於貧窮定義的採認上，財團法人臺灣暨家庭扶助基金會的定義寬於臺灣政府的低收入戶之資格認定，因此在研究推論上，不宜直接推論至全國的經濟弱勢青少年。

##### (二) 研究變項

影響青少年生活滿意度情形的因素眾多，本研究受限於此資料庫既有之變項，僅選取包含未來導向及憂鬱情緒兩個變項為主要探究變項，但由文獻探討可知，影響青少年生活滿意度的因素還有個人因素、家庭因素、學校因素、人際因素與環境因素等，因此未來研究可納入相關變項以豐富對於經濟弱勢青少年的認識。

### (三) 研究方法

本研究採「次級資料分析」，乃以中央研究院釋出「臺灣貧窮兒少資料庫」之資料為研究基礎，由於當時調查方式是經濟弱勢青少年自填問卷，因此該種「自填式問卷」調查法在調查研究中難免含有測量誤差。另外，次級資料分析也僅能針對專家學者編製後的問卷題項做量化統計分析及推論探討，無法得知其質化資料，此也是本研究在研究方法上的侷限。

## 二、研究建議

### (一) 學術研究建議

#### 1. 可進一步比較經濟弱勢青少年與非經濟弱勢者間的差異

本研究受限於原始資料因素，其樣本為曾經或是目前正在接受臺灣兒童暨家庭扶助基金會幫助之弱勢學生為主，未能針對一般青少年與經濟弱勢青少年進行比較，不過像劉錦萍（2007）的研究結果即有發現受到家庭經濟狀況影響，家境清寒大學生與其他同學相比，比較無法「肯定人生的道路」，對整體生活的滿意度也較低，因此本研究對未來相關學術研究建議為可再進一步比較經濟弱勢青少年與非經濟弱勢者間的差異，分析不同經濟背景的族群在心理健康上是否會有顯著差異，可進行多群組的結構方程模型分析（multi-group SEM），如此將能擴展研究樣本的豐富度與研究結果的深度，並且檢驗理論模型在不同群組之間的議題。

另外，因曾經或目前正在接受臺灣兒童暨家庭扶助基金會協助之弱勢學生可能又相較於從未接受任何機構提供扶助服務之貧窮兒少在各方面的發展較好，建議未來應可擴大對從未接受過任何機構提供扶助服務的貧窮兒少進行調查，才能更進一步地瞭解經濟弱勢青少年與非經濟弱勢青少年之間的差異，去釐清「貧窮」所造成的影響，提供未來政策擬定與相關研究。

## 2. 持續進行弱勢青少年的長期追蹤調查並延伸做縱貫追蹤性之研究

本研究採「臺灣兒童暨家庭扶助基金會」所提供之「臺灣貧窮資料庫」(Taiwan Database of Children and Youth in Poverty, TDCYP)所釋出之2017年第五波兒少版自填問卷資料進行分析研究，該資料庫至2009年以來，每兩年釋出一波調查結果，然而本研究採「橫斷面」研究，亦即在處理研究的時間議題上，在同一個時間裡，分析不同受試者資料，本研究並無提取不同年度資料進行縱貫性分析，然而研究者在相關文獻搜尋過程也發現有些研究能夠「考量時間的跨距」，像是王珮璇(2019)研究提及隨著年齡的增長，對周遭的家庭、學校、生活環境的自我知覺生活滿意度皆降低，且年紀較小的個體生活滿意度較容易隨著時間下降，因此「縱貫性」研究能看出時間變化對於個體的影響性，檢驗是否因時間的不同而呈現不同的結果，未來研究建議可再延伸探討之，研究者也建議臺灣貧窮資料庫在相關資源允許與支持下，能夠繼續進行長期追蹤調查，此亦更能瞭解經濟弱勢青少年長期趨勢之變化。

## 3. 可進一步更深入探討自我教育期望與未來導向及生活滿意度之關係

本研究結果顯示，對學歷有不同自我教育期望者，在未來導向與生活滿意度上有顯著差異。在未來導向層面，對經濟弱勢青少年來說，對學歷的自我教育期望若較高，未來導向度也會較高；若為不受外在現實條件限制下的自我教育期望，結果更是如此，亦即自我教育期望有可能對於未來導向的思考有「引領」的效果存在，此引發研究者好奇自我教育期望與未來導向兩者變項之間的關係究竟為何，是否對學歷的自我教育期望有可能正向預測未來導向？因此建議未來研究也可繼續延伸探討自我教育期望與未來導向兩者之間相互影響力或交互作用關係，更能豐富對於自我教育期望與未來導向變項上的理解。

在生活滿意度層面，本研究亦顯示經濟弱勢青少年「國中畢業」者顯著高於「碩士畢業」者；「博士畢業」者顯著高於「專科畢業」、「大學或技術學院畢

業」與「碩士畢業」者，然而有關自我教育期望與生活滿意度之關係，目前學術研究上較為缺乏，待未來研究有更深入的探討。

#### 4. 可納入「當前導向」此變項做延伸研究

研究者在搜尋文獻時發現，有研究認為「當前導向」和生活滿意度為負相關（Joshalloo, 2022），但本研究由於原始資料庫之問卷中並無當前導向的相關題項，因此無將「當前導向」此變項納入本研究做探討，故本研究認為未來研究可添加「當前導向」此變項於研究中，更能顯現持有當前導向或未來導向的青少年，其對於生活滿意度之差異，並也可以擴大樣本來源以更了解臺灣整體青少年之當前導向、未來導向與生活滿意度間的相關性。

## （二）實務建議

### 1. 對於經濟弱勢者青少年族群

本研究以關注臺灣經濟弱勢青少年族群為起心動念而撰寫，期待能夠對經濟弱勢青少年族群有更多的認識和發現，研究結果發現憂鬱情緒在未來導向和生活滿意度之間扮演了相當重要的角色，張彩秀（2008）的研究指出 30.5%的一般青少年有憂鬱的情形，經濟弱勢的青少年又比起一般青少年容易因經濟弱勢的限制而導致面臨更多的現實挑戰，而有更高機率產生一些情緒、心理上的困擾或壓力，經濟弱勢的青少年除了靠自己的力量擺脫貧窮或是被動等待身邊的資源協助之外，如何在現實環境限制底下，仍能主動地有效覺知自我心理健康狀況，並能夠找到適當的方式調節自我負向情緒，或是主動地把握可接近使用的良好資源、提早規劃和思考未來方向，皆是經濟弱勢青少年可以著手的面向。

## 2. 對於助人相關工作者

本研究針對較常接觸經濟弱勢青少年的助人相關工作者，包含輔導教師、心理師、社工師、青少年工作者、青少年研究者、教育工作者等，以下提出幾個相關的建議。

(1) **定期了解心理健康狀況**。可根據不同發展階段對象篩選適合的心理健康問卷，以評估青少年憂鬱、焦慮等心理相關症狀，提供心理健康教育相關課程，讓青少年了解心理健康的重要性的汲取相關心衛知識，亦可提供壓力管理技巧、情緒調節技巧協助因應日常壓力，並可推薦或使用心理健康應用程式，來提供即時的情緒追蹤和自助資源。

(2) **提供適時的心理輔導與諮商**。透過上述定期了解心理健康狀況而篩選出潛在有身心困擾經濟弱勢青少年後，與經濟弱勢青少年建立安全信任關係，並提供情感支持，讓他們能夠適時表達或抒發內心感受，透過個別或團體輔導與諮商，讓經濟弱勢青少年學習因應情緒的技巧，增強自我調適能力與社會適應力。

(3) **提供並鼓勵社交支持**。許多經濟弱勢青少年會因為生活條件不佳而感到孤單、憂鬱或自卑，因此提供並鼓勵社交支持可以讓他們找到志同道合的朋友，並從中獲得普同感、社會支持感，進而提高生活滿意度。

(4) **協助相關資源介入**。對於經濟弱勢青少年來說，經濟困難是引發憂鬱情緒的重要因素之一。相關助人者可以提供社會資源整合，包含經濟援助、提供就業或學習輔導的相關資源，一方面增進青少年的就業或學習競爭力，另一方面則減輕青少年的經濟負擔，透過社會的關懷和協助，降低因經濟因素而無法圓夢的狀況發生。

(5) **規劃未來導向相關輔導及教育**。協助經濟弱勢青少年規劃未來為導向的相關輔導及教育，此對於助人相關工作者來說是一項重要且有意義的任務，包括職

業規劃與教育、財務管理教育、心理支持及興趣探索、協助認識在線教育平台以提供靈活的學習機會和資源等，讓經濟弱勢青少年可以隨時隨地學習新知識和技能、開啟更多的未來發展機會，從而增強他們的自信心。

**(6) 協助覺察自我教育期望。**本研究指出經濟弱勢青少年若自我期望為碩士畢業或博士畢業者，其未來導向度較高，更能夠積極地思考、想像或是規劃未來，因此「對學歷的自我教育期望」有可能對於未來導向的思考有引領的效果存在，助人者可以協助經濟弱勢青少年覺察自我教育期望，並找到更貼近自己未來想像的教育期望程度，以降低經濟壓力、現實狀態的負向影響力。

綜上所述，對於經濟弱勢青少年的未來導向、憂鬱情緒與生活滿意度等，助人者可以提供多面向的介入與協助，包括心理輔導、社交支持、資源協助和教育輔導，從而讓他們擺脫困境，重拾信心，重新擁有自己嚮往的未來。

### 3. 對於教育主管機關

政府的教育政策需要關心社會的每一個群體，包括經濟弱勢青少年，青少年的心理健康狀況對整個社會的穩定和發展都有影響，如果青少年的心理健康出現問題，可能會影響到他們的學習、工作和生活，進而對社會產生不利的影響。對於經濟弱勢的青少年來說，政府應該提供更多的支持和幫助，確保他們的心理健康得到維護，政府可以通過制定相應的政策和法律來提供必要的支持和幫助，幫助經濟弱勢青少年減輕心理健康或是壓力問題，從而促進社會的和諧和穩定，以下提出幾個相關的建議。

**(1) 增加心理健康資源。**政府可以透過增加心理健康資源的投入，提供更多的心理教育、輔導諮商、治療等服務，讓經濟弱勢青少年能夠更容易地獲得心理支持，減輕其憂鬱情緒的負擔。舉例來說，112 年至 113 年政府推出的「15—30 歲年輕族群心理健康支持方案」即是提供青少年能關照自我心理健康的資源，透過子資源也能更落實早期發現早期介入的概念，建議未來政府仍能夠逐漸穩定重視

青少年的心理健康，並推出合適的計畫內容與經費補助，使經濟弱勢青少年在經濟程度有限的情況下亦能夠使用社會資源來自助。

**(2) 提供多面向的教育補助。**政府可以透過提供更完善的經濟援助、學習補助、課後輔導、多元線上課程等方式，幫助經濟弱勢青少年獲得更好的學習機會，降低經濟弱勢青少年與一般青少年接受教育程度的落差，從而提升其自信心及自我效能感，降低憂鬱情緒的發生頻率與強度。

**(3) 增加就業機會。**政府可以透過提供更多的職業培訓、職業探索與介紹、就業輔導等方式，幫助經濟弱勢青少年獲得充分的就業機會，從而減輕其經濟負擔。

**(4) 提升社會參與機會。**政府能提供更多的社會參與機會，例如青少年活動、志願服務、文化體驗、實習活動、運動競賽等方式，讓經濟弱勢青少年能夠積極參與社會活動，鞏固社交網絡的連結，從而減少孤獨感和憂鬱情緒的發生。

綜上所述，針對經濟弱勢青少年的心理健康，政府可以透過增加心理健康資源、提供全方位的教育支援、增加就業機會和提升社會參與機會等方式，提供多元化的支持，從而幫助他們渡過難關，重拾對未來發展之信心。

#### 4. 對於家庭教育

家庭教育對經濟弱勢青少年來說非常重要，經濟弱勢青少年可能面臨各種挑戰和壓力，若其家庭也能為孩子提供一個穩定、安全的家庭環境，這可以提供他們生長所需的基礎支持，以下提出幾個相關的建議。

**(1) 提供情緒支持。**家庭成員可以給予他們情感支持和安全感，盡量積極傾聽他們在成長過程中的想法、感受和困惑，讓他們感受到被關注、被接觸和被理解，增強未來應對困難的能力，這種支持也幫助他們逐漸建立較穩固的自我概念、自尊心與自信心。

**(2) 提供教育機會、討論教育期望。**父母對子女教育抱負有重要影響，展現父母在子女建構教育生涯的重要地位（巫麗雪，2015），因此家長可與孩子彼此核對教育期望、盡可能地提供經濟弱勢青少年良好教育機會，這可能是翻轉社會階級、促進階級流動的重要管道之一，包含鼓勵積極學習、參與課外活動，協助制定個人學習目標。若家庭經濟支出有限，則可尋求社會資源協助，找尋相關教育補助以提供孩子更充分學習資源。

**(3) 培養社交能力。**協助並支持他們建立良好的人際關係和社交能力，鼓勵他們參加學校活動、社團活動、社區活動等，以建立良好支持性網絡、社交交流或解決衝突的機會，藉此培養合適的社會環境適應能力。

**(4) 引導未來導向的生涯規劃。**為經濟弱勢青少年提供未來導向的生涯規劃討論和支持也是非常重要的一環，家庭成員可以透過了解他們的興趣、能力和目標，並找尋相關的生涯職業諮詢、實習或培訓，幫助他們構思生涯目標並提供必要的資源和指導，增加他們的職業能力和經濟獨立性，進而能對將來社會實務工作環境有更好的適應力。

**(5) 鼓勵培養興趣及愛好。**鼓勵經濟弱勢青少年能參與有興趣的活動和愛好，這有助於提高自身生活滿意度和情緒調節能力，包括運動、藝術、音樂、閱讀或志願者工作等，可以根據他們的興趣和周遭資源去選擇合適的活動。

**(6) 尋求專業支持。**建議家長平時也能夠培養對於觀察孩子的心理狀況的敏感度，若發現經濟弱勢青少年出現明顯或長期的憂鬱情緒或心理健康問題，能以開放的態度尋求身邊專業支持協助，找到合適的資源以協助他們度過某些艱困的時期。

綜上所述，家庭成員可以透過提供情緒支持、尋找良好且充分的教育機會、討論教育期望、鼓勵經濟弱勢青少年培養社交能力、興趣愛好、規劃未來生涯方

向、尋求專業支持等，協助他們能夠在經濟條件較困頓的情形下，仍能夠逐漸實踐自我夢想、規劃一個值得活的人生。



## 參考文獻

- Baumgardner, S. R., & Crothers, M. K. (2013) : 《正向心理學》(李政賢譯)。  
五南出版社。(原著出版年:2009)
- McWhirter J. J., McWhirter B. T., McWhirter A. M., & McWhirter E. H. (1998) :  
《新新人類五大危機:綜合輔導策略》(王寶墉譯)。心理出版社。(原  
著出版年:1993)
- 丁于珊、王立衍、林怡先、徐郁倫、盧俊吉(2015):〈臺灣地區生活滿意度與  
休閒活動參與之研究〉。《觀光與休閒管理期刊》,3,134-142。  
[https://doi.org/10.6510/JTLM.3\(S\).14](https://doi.org/10.6510/JTLM.3(S).14)
- 方偉晶、張宇樂、敖恒宇(2018):〈宏觀因素、社會信任與香港青少年的生活  
滿意度〉。《香港社會科學學報》,51,1-27。
- 王建楠、吳重達(2003):〈兒童及青少年憂鬱症〉。《基層醫學》,18  
(7),154-165。<https://doi.org/10.6965/PMCFM.200307.0154>
- 王珮璇(2019):《弱勢青少年家庭動力、學校適應及生活滿意度之關係探討》  
(未出版之碩士論文),中山醫學大學。
- 王黛玉(2005):《高雄市國中生父母教養方式、同儕關係與憂鬱傾向之相關研  
究》(未出版之碩士論文),國立高雄師範大學。
- 王齡竟、陳毓文(2010):〈家庭衝突、社會支持與青少年憂鬱情緒:同儕、專  
業與家外成人支持的緩衝作用檢測〉。《中華心理衛生學刊》,23  
(1),65-97。[https://doi.org/10.30074/FJMH.201003\\_23\(1\).0003](https://doi.org/10.30074/FJMH.201003_23(1).0003)
- 江守峻、陳婉真(2017):〈經濟弱勢青少年的教師支持、同儕支持、家庭凝聚  
力與心理資本之關係〉。《當代教育研究季刊》,25(4),11-50。  
<https://doi.org/10.6151/CERQ.2017.2504.01>

- 池婉宜 (2019) : 〈貧窮高職生人際關係、未來準備與生涯自我效能關係之研究〉。《市北教育學刊》, 62, 71-101。  
[https://doi.org/10.7036/JEUT.201904\\_62.0003](https://doi.org/10.7036/JEUT.201904_62.0003)
- 吳恆慧 (2017) : 《低自控與青少年偏差行為：未來導向的保護機制》(未出版之碩士論文), 國立臺北大學。
- 吳清山、林天祐 (2009) : 《教育小辭書》。五南出版社。
- 吳清山、譚以敬 (2009) : 〈臺北市弱勢學生教育政策的現況及其未來因應措施之研究〉。《教育行政與評鑑學刊》, 8, 54-77。
- 吳耀明 (2010) : 〈未來學校理想教育發展趨勢：以焦點訪談分析為例之建構〉。《臺中教育大學學報》, 24 (2), 1-21。  
<https://doi.org/10.7037/JNTUE.201012.0001>
- 宋麗玉、常欣怡 (2007) : 〈青少年復原力概念與相關研究之探究〉。《東吳社會工作學報》, 17, 171-192。  
<https://doi.org/10.29734/SJSW.200712.0006>
- 巫麗雪 (2015) : 〈摳苗助長：父母期望與參與對子女教育藍圖的影響〉。《社會與區域發展學報》, 4 (2), 35-66。
- 李仁宏、吳英璋、林耀盛 (2006) : 〈雙親教養態度、家庭功能與青少年憂鬱傾向關係探討〉。《臨床心理學刊》, 3 (1), 35-45。  
[https://doi.org/10.6550/ACP.200606\\_3\(1\).0004](https://doi.org/10.6550/ACP.200606_3(1).0004)
- 李靜怡 (2005) : 《國中生的師生關係、同儕關係與其快樂來源、快樂程度之相關研究》(未出版之碩士論文), 臺中師範學院。
- 李靜儀、龔心怡 (2015) : 〈影響國中經濟弱勢學生之學業表現與中輟傾向之因素：「脈絡—自我—行動—結果」之動機發展自我系統模式為取向〉。《教育科學研究期刊》, 60 (4), 55-92。  
[https://doi.org/10.6209/JORIES.2015.60\(4\).03](https://doi.org/10.6209/JORIES.2015.60(4).03)

李鴻章（2006）：〈原住民族群背景、師長教育期望與學童自我教育抱負關聯性之研究〉。《臺東大學教育學報》，17（2），33-58。

<https://doi.org/10.6778/NTTUERJ.200612.0033>

兒童福利聯盟（2023年02月）：〈2023年臺灣國高中生心理健康調查〉。財團法人中華民國兒童福利聯盟文教基金會。

[https://www.children.org.tw/publication\\_research/research\\_report/2544](https://www.children.org.tw/publication_research/research_report/2544)

周桂如（2002）：〈兒童與青少年憂鬱症〉。《護理雜誌》，49（3），16-23。

<https://doi.org/10.6224/JN.49.3.16>

林祖嘉、莊奕琦（2000）：《八十七年專科以上學校畢業青年就業狀況、工作轉換與工作經驗調查》。行政院青年輔導委員會。

[https://www.yda.gov.tw/upload/cont\\_att/f0254100-bc42-442e-a491-715d85887dff.pdf](https://www.yda.gov.tw/upload/cont_att/f0254100-bc42-442e-a491-715d85887dff.pdf)

林萬億（2002）：〈臺灣的家庭變遷與家庭政策〉。《臺大社會工作學刊》，6，35-88。<https://doi.org/10.6171/ntuswr2002.06.02>

林澄宇、鍾政偉（2014）：〈認真性休閒、心流體驗、自我認同與生活滿意度關係之研究-以衝浪活動為例〉。《休閒與遊憩研究》，6（2），115-140。

[https://doi.org/10.6157/2014.6\(2\).4](https://doi.org/10.6157/2014.6(2).4)

林寶齡（2012）：《國小高年級學童親子關係與幸福感之研究》（未出版之碩士論文），中臺科技大學。

邱硯雯（2019）：〈經濟弱勢青少年的教師支持與憂鬱情緒之關係：以自我概念為中介變項〉。《國立臺灣科技大學人文社會學報》，15（2），95-112。

青年發展署（2005年1月1日）：〈青少年政策白皮書〉。教育部青年發展署。

<https://www.yda.gov.tw/publishList.aspx?uid=30276&pid=30263>

- 徐世杰（2003）：《青少年憂鬱與社會畏懼、雙親教養態度之相關研究》（未出版之碩士論文），國立彰化師範大學。
- 財團法人臺灣兒童暨家庭扶助基金會（2017）：《臺灣貧窮兒少資料庫：2017年弱勢兒少生活趨勢調查》（計畫編號：D00166）。中央研究院學術調查研究資料庫，中央研究院人文社會科學研究中心調查研究專題中心。  
<https://doi.org/10.6141/TW-SRDA-D00166-1>
- 財團法人臺灣兒童暨家庭扶助基金會（2018年9月12日）：〈2018無窮世代—家扶首次公佈弱勢兒少十年生活趨勢調查報告〉。臺灣家扶智庫兒童暨家庭福利實務研究平台。  
[https://tfcfrg.ccf.org.tw/?action=reply\\_text&class\\_id=4&did=2700](https://tfcfrg.ccf.org.tw/?action=reply_text&class_id=4&did=2700)
- 財團法人臺灣兒童暨家庭扶助基金會（2022年8月9日）：〈兒少對自我心情認識和抒發方式調查〉。臺灣家扶智庫兒童暨家庭福利實務研究平台。  
[https://mtfcfrg.ccf.org.tw/?action=topic\\_detail&class\\_id=9&did=2736](https://mtfcfrg.ccf.org.tw/?action=topic_detail&class_id=9&did=2736)
- 馬麗卿、孫嘉玲、謝湘俐（2010）：〈血液透析病患之憂鬱狀態及生活品質滿意度相關性研究〉。《臺灣腎臟護理學會雜誌》，9（1），1-16。
- 張春興（2007）：《張氏心理學辭典（重訂版二刷）》。東華出版社。
- 張春興（2013）：《教育心理學—三化取向的理論與實踐（重修二版）》。東華出版社。
- 張彩秀（2008）：〈青少年健康行為與憂鬱情緒之差異分析〉。《弘光學報》，52，55-65。  
<https://doi.org/10.6615/HAR.200804.52.06>
- 張楓明、譚子文（2013）：〈依附關係、低自我控制與青少年偏差行為關聯性之研究〉。《中華輔導與諮商學報》，36，67-90。
- 莊恬琪（2012）：《彰化縣國小高年級學童自我概念、親子關係與幸福感之研究》（未出版之碩士論文），南華大學。

- 莊柏青（2015）：《青少年同儕關係、自我認同與生活滿意度之關係》（未出版之碩士論文），大葉大學。
- 陳杏容（2001）：《青少年因應壓力行為之探討—憂鬱情緒與偏差行為》（未出版之碩士論文），東吳大學。
- 陳欣怡、陳若琳（2011）：〈幼兒父親的工作投入、家庭投入、工作—家庭衝突對生活滿意度影響之研究〉。《輔仁民生學誌》，17（2），103-120。  
<https://doi.org/10.29440/FJJHE.201107.0006>
- 陳柯玫、陳憶（2020）：〈家庭關係對弱勢青少年主觀幸福感之影響〉。《人文社會科學研究》，14（1），39-58。  
[https://doi.org/10.6284/NPUSTHSSR.202003\\_14\(1\).3](https://doi.org/10.6284/NPUSTHSSR.202003_14(1).3)
- 陳淑芬（2009）：《親子關係對國小中高年級學童幸福感之影響》（未出版之碩士論文），靜宜大學。
- 陳毓文（2004）：〈少年憂鬱情緒的危險與保護因子之相關性研究〉。《中華心理衛生學刊》，17（4），67-95。  
[https://doi.org/10.30074/FJMH.200412\\_17\(4\).0003](https://doi.org/10.30074/FJMH.200412_17(4).0003)
- 陳毓文、劉燕萍（2016）：〈經濟弱勢少年半工半讀經驗與憂鬱情緒之相關性：壓力過程觀點〉。《臺灣社會工作學刊》，17，43-94。
- 陳慧芳（2006）：《女性軍訓教官工作壓力、社會支持與生活滿意度之研究》（未出版之碩士論文），國立嘉義大學。
- 陳麗昭（2011）：《北臺灣家庭教育中心志工參與志願服務對其生活滿意度的影響》（未出版之碩士論文），中國文化大學。
- 陸偉明、董旭英、賴英娟（2011）：〈以結構方程模式探討臺灣大學生自尊、生活目標、希望感及校園人際關係對憂鬱情緒之影響〉。《教育心理學報》，42，677-700。  
<https://doi.org/10.6251/BEP.20100324>

- 曾筱婕（2010）：《家庭結構、父母管教方式、親子關係與國中生幸福感》（未出版之碩士論文），國立政治大學。
- 黃正鵠、盧怡任（2004）：〈臺南市行為困擾國中生之非理性信念與焦慮、憂鬱情緒之相關研究〉。《諮商輔導學報：高師輔導所刊》，11，81-108。  
<https://doi.org/10.6308/JCG.11.04>
- 黃宣榕（2020）：《臺灣弱勢青少年社會支持、憂鬱情緒與生活滿意度之相關研究》（未出版之碩士論文），銘傳大學。
- 黃毓芬（2002）：《探討貧窮青少年生活經驗及其因應之道》（未出版之碩士論文），國立臺灣大學。
- 黃德祥（2015）：《青少年發展與輔導》。五南圖書。
- 黃儒傑（2018）：〈經濟弱勢學生目標設定、認知負荷與學習意志力之研究：以臺北市與新北市國小為例〉。《教育心理學報》，49，391-411。  
[https://doi.org/10.6251/BEP.201803\\_49\(3\).0003](https://doi.org/10.6251/BEP.201803_49(3).0003)
- 臺灣自殺防治學會（2019）：〈心情溫度計專區〉。社團法人臺灣自殺防治學會。  
<https://www.tsos.org.tw/web/page/bsrs>
- 趙惠君（2011）：《民宿業者人格特質、工作—家庭衝突與生活滿意度關係之研究》（未出版之碩士論文），澎湖科技大學。
- 劉佳宜（2010）：《國中學生父母管教方式、人際關係與生活滿意度之相關研究》（未出版之碩士論文），國立臺中教育大學。
- 劉亭秀、陳柏霖（2017）：〈弱勢家庭國中生親子關係、學校生活適應與生活滿意度之關係〉。《臺中教育大學學報：數理科技類》，31（2），85-98。
- 劉錦萍（2007）：〈家境清寒大學生幸福感與社會支持的調查研究—以輔大進修部為例〉。《全人教育學報》，1，179-207。  
<https://doi.org/10.6272/JHE.2007.01.10>

- 蔡妍妮、魏惠娟（2016）：〈中高齡教師前瞻因應能力與退休規劃之相關研究—以性別觀點〉。《福祉科技與服務管理學刊》，4（2），239-240。  
<https://doi.org/10.6283/JOCSSG.2016.4.2.239>
- 衛生福利部（2022）：《111年兒童及少年生活狀況調查報告》（計畫編號：主普管字第1110400885號）。指定統計調查，行政院主計總處。  
<https://dep.mohw.gov.tw/dos/lp-5098-113-xCat-y111.html>
- 衛生福利部（2022年12月）：〈弱勢兒童及少年扶助概況〉。衛生福利部社會及家庭署本部。<https://crc.sfaa.gov.tw/Statistics/Detail/26>
- 衛生福利部（2022年8月30日）：〈什麼是脆弱家庭？要如何辨識脆弱家庭？〉。衛生福利部社會及家庭署。<https://topics.mohw.gov.tw/SS/cp-4531-50117-204.html>
- 衛生福利部（2023年8月）：〈脆弱家庭處遇服務統計〉。衛生福利部社會及家庭署本部。<https://crc.sfaa.gov.tw/Statistics/Detail/30>
- 衛生福利部統計處（2022年06月12日）：〈111年主要死因統計結果〉。衛生福利部統計處。<https://dep.mohw.gov.tw/dos/lp-5069-113-xCat-y111.html>
- 鄭勝耀（2011）：〈弱勢教育公平指標之研究〉。《教育政策論壇》，14（4），63-88。  
<https://tpl.ncl.edu.tw/NclService/JournalContentDetail?SysId=A11042166>
- 鄭雁馨（2013）：〈人格特質對高等教育成就之影響:臺灣經濟弱勢青少年的發展〉。《人文及社會科學集刊》，25（4），735-764。
- 鄭麗華（2009）：《青少年情緒調節、社交焦慮與生活滿意度之研究》（未出版之碩士論文），大葉大學。
- 戴嘉南、蘇曉憶（2008）：〈青少年完美主義、自尊與其憂鬱傾向之相關研究〉。《諮商輔導學報》，18，123-154。<https://doi.org/10.6308/JCG.18.05>

- 謝志龍 (2018) : 〈家庭生命事件與人類動力對於貧窮少年學業表現的影響：以臺灣兒童暨家庭扶助基金會經濟扶助對象為例〉。《當代教育研究季刊》，26 (2) ，25–72。 [https://doi.org/10.6151/CERQ.201806\\_26\(2\).0002](https://doi.org/10.6151/CERQ.201806_26(2).0002)
- 謝宛倪 (2014) : 《國中生親子關係、家庭氣氛與其幸福感之研究》 (未出版之碩士論文) ，國立嘉義大學。
- 蘇吉禾 (2009) : 《青少年憂鬱與親子關係、人格特質之相關研究》 (未出版之碩士論文) ，國立彰化師範大學。
- Abdel-Khalek, A. M. (2007). Religiosity, happiness, health and psychopathology in a probability sample of Muslim adolescents. *Mental Health, Religion and Culture*, 10(6), 571–583. <https://doi.org/10.1080/13674670601034547>
- Alexander, K., Entwisle, D., & Olson, L. (2014). *The long shadow: Family background, disadvantaged urban youth, and the transition to adulthood*. Russell Sage Foundation.
- Aspinwall, L. G., & Taylor, S. E. (1997). A stitch in time: Self-regulation and proactive coping. *Psychological Bulletin*, 121(3), 417–436. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.121.3.417>
- Bane, M. J., & Ellwood, D. T. (1986). Slipping into and out of poverty: The dynamics of spells. *The Journal of Human Resources*, 21(1), 1–23. <https://doi.org/10.2307/145955>
- Bannink, R., Pearce, A., & Hope, S. (2016). Family income and young adolescents' perceived social position: Association with self-esteem and life satisfaction in the UK Millennium Cohort Study. *Archives of Disease in Childhood*, 101(10), 917–921. <https://doi.org/10.1136/archdischild-2015-309651>
- Bauman, Z. (2004). *Work, consumerism and the new poor*. Open University Press.

- Bölükbaşı, A., & Kırdök, O. (2019). The mediating role of future orientation in the relationship between career adaptability and life satisfaction in high school students. *Egitim Ve Bilim Education and Science*, 44(200).  
<https://doi.org/10.15390/EB.2019.8090>
- Bond, L., Butler, H., Thomas, L., Carlin, J., Glover, S., Bowes, G., & Patton, G. (2007). Social and school connectedness in early secondary school as predictors of late teenage substance use, mental health, and academic outcomes. *The Journal of Adolescent Health*, 40(4), 357.e9–357.e18.  
<https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2006.10.013>
- Boyd, J. N., & Zimbardo, P. G. (1999). Putting time in perspective: A valid, reliable individual-differences metric. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77, 1271. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.77.6.1271>
- Burger, P., & Zaltman, G. (1975). *Marketing research: Fundamentals and dynamics*. The Dryden Press.
- Celik, E., & Dogan, U. (2014). Examining the factors contributing to students' life satisfaction, *educational sciences: Theory and practice*, 14(6), 2121–2128.  
<http://doi.org/10.12738/estp.2014.6.2058>
- Chen, H. J. (2013). Robust protective factors for Africa American youths who have a parent with depression. *Social Work Research*, 37(2), 121–134.  
<https://doi.org/10.1093/swr/svs026>.
- Chow, H. P. (2005). Life satisfaction among university students in a Canadian prairie city: A multivariate analysis, *Social Indicators Research*, 70(2), 139–150.  
<https://doi.org/10.1007/s11205-004-7526-0>

- Clinkinbeard, S. S. (2014). What lies ahead: An exploration of future orientation, self-control, and delinquency. *Criminal Justice Review*, 39(1), 19–36.  
<https://doi.org/10.1177/0734016813501193>
- Conger, R. D., Conger, K. J., Elder, G. H., Lorenz, F. O., Simons, R. L., & Whitbeck, L. B. (1992). A family process model of economic hardship and adjustment of early adolescent boys. *Child Development*, 63(3), 526–541.  
<https://doi.org/10.2307/1131344>
- Danielsen, A. G., Samdal, O., Hetland, J., & Wold, B. (2009). School-related social support and students' perceived life satisfaction, *The Journal of Educational Research*, 102(4), 303–320. <https://doi.org/10.3200/JOER.102.4.303-320>
- De Vellis, R. F. (1991). *Scale development: Theory and application*. Sage Publications.
- Devine, D., Kempton, T., & Forehand, R. (1994). Adolescent depressed mood and young adult functioning: A longitudinal study. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 22(5), 629–640. <https://doi.org/10.1007/BF02168942>
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of personality assessment*, 49(1), 71–75.  
[https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901\\_13](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13)
- Diener, E., & Pavot, W. (1993). Review of the satisfaction with life scale. *Psychological Assessment*, 5(2), 164–172. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.5.2.164>
- Diener, E., & Ryan, K. (2009). Subjective well-being: A general overview. *South African Journal of Psychology*, 39(4), 391–406.  
<https://doi.org/10.1177/008124630903900402>
- Duchesne, S., & Ratelle, C. F. (2014). Attachment security to mothers and fathers and the developmental trajectories of depressive symptoms in adolescence: Which

- parent for which trajectory?. *Journal of Youth and Adolescence*, 43, 641–654.  
<https://doi.org/10.1007/s10964-013-0029-z>
- Elgar, J., Geneviève, G., Torsheim, T., & Currie, C. (2017). Early-life income inequality and adolescent health and well-being. *Social Science & Medicine*, 174, 197–208. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2016.10.014>.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. W. W. Norton and Company.
- Fiksenbaum, L., & Greenglass, E. R. (2009). Proactive coping, positive affect, and well-being: Testing for mediation using path analysis. *European Psychologist*, 14(1), 29–39. <https://doi.org/10.1027/1016-9040.14.1.29>
- Fitzpatrick, L. M., & Piko, B. F. (2003) Depressive symptomatology among Hungarian youth: A risk and protective factors approach. *American Journal of Orthopsychiatry*, 73(1), 44–54. <https://doi.org/10.1037/0002-9432.73.1.44>.
- Fletcher, J. M. (2010). Adolescent depression and educational attainment: results using sibling fixed effects. *Health Economics*, 19(7), 855–871.  
<https://doi.org/10.1002/hec.1526>
- Folkman, S. (1984). Personal control and stress and coping processes: A theoretical analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46(4), 839–852.  
<https://doi.org/10.1037//0022-3514.46.4.839>
- Galambos, N. L., Leadbeater, B. J., & Baker, E. T. (2004). Gender differences in and risk factors for depression in adolescence: A 4-year longitudinal study. *International Journal of Behavior Development*, 28(1), 16–25.  
<https://doi.org/10.1080/01650250344000235>
- Gilman, R., & Huebner, S. (2003). A review of life satisfaction research with children and adolescents. *School Psychology Quarterly*, 18(2), 192–205.  
<https://doi.org/10.1521/scpq.18.2.192.21858>

- Gilman, R., Huebner, E. S., & Laughlin, J. E. (2000). A first study of the multidimensional students' life satisfaction scale with adolescents, *Social Indicators Research*, 52(2), 135–160. <https://doi.org/10.1023/A:1007059227507>
- Gjesme, T. (1983). On the concept of future time orientation: Considerations of some functions and measurements implications. *International Journal of Psychology*, 18(1–4), 443–461. <https://doi.org/10.1080/00207598308247493>
- Greenglass, E. R. (2002). Proactive coping and quality of life management. In E. Frydenberg (Ed.), *Beyond Coping: Meeting Goals, Vision, and Challenges* (pp. 37–62). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/med:psych/9780198508144.003.0003>
- Greenglass, E., Schwarzer, R., Jakubiec, D., Fiksenbaum, L., & Taubert, S. (1999, July 12–14). *The proactive coping inventory (PCI): A multidimensional research instrument* [Paper presentation]. The Stress and Anxiety Research Society (STAR): 20th International Conference. <https://estherg.info.yorku.ca/files/2014/09/pci.pdf>
- Hamilton, J. L., Connolly, S. L., Liu, R. T., Stange, J. P., Abramson, L. Y., & Alloy, L. B. (2015). It gets better: Future orientation buffers the development of hopelessness and depressive symptoms following emotional victimization during early adolescence. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 43(3), 465–474. <https://doi.org/10.1007/s10802-014-9913-6>
- Haugan, G., & Moksnes, U. K. (2015). Stressor experience negatively affects life satisfaction in adolescents: The positive role of sense of coherence. *Quality of Life Research*, 24(10), 473–481. <https://doi.org/10.1007/s11136-015-0977-8>

- Henry, N. J. (1989). *A qualitative study about perceptions of lifestyle and life satisfaction among older adults* [Unpublished doctoral dissertation]. University of Lethbridge.
- Hirschi, A. (2011). Vocational identity as a mediator of the relationship between core self-evaluations and life and job satisfaction. *Applied Psychology, 60*(4), 622–644. <https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.2011.00450.x>
- Huebner, R. S., Drane, W., & Valois, R. F. (2000). Levels and demographic correlates of adolescent life satisfaction reports. *Journal of School Psychology International, 21*(3), 281–292. <https://doi.org/10.1177/0143034300213005>
- Jantz, G. L., & McMurray, A. (2003). *Moving beyond depression: A whole-person approach to healing*. Waterbrook.
- Joshanloo, M. (2022). Relationships between present/future orientation and life satisfaction over two decades. *Journal of Community & Applied Social Psychology, 32*(4), 744–754. <https://doi.org/10.1002/casp.2589>
- Jung, E., Hwang, W., Zhang, Y., & Zhang, Y. (2018). Do parents' educational expectations in adolescence predict adult life satisfaction? *Family Relations, 67*(4), 552–566. <https://doi.org/10.1111/fare.12323>
- Kaiser, H. F. (1974). An index of factorial simplicity. *Psychometrika, 39*(1), 31–36. <https://doi.org/10.1007/BF02291575>
- Kern, L., & State, T. M. (2017). Life satisfaction among high school students with social, emotional, and behavioral problems. *Journal of Positive Behavior Interventions, 19*(4), 205–215. <https://doi.org/10.1177/1098300717714573>
- Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaptation*. Oxford University Press.

- Lee, B. J., & Yoo, M. S. (2015). Family, school, and community correlates of children's subjective well-being: An international comparative study, *Child Indicators Research*, 8(1), 151–175. <https://doi.org/10.1007/s12187-014-9285-z>
- Leinsohn, P. M., Rohde, P., Klein, D. N., & Seeley, J. R. (1999). The natural course of adolescent major depressive disorder: I. continuity on young adulthood. *Journal of the American Academy of child & Adolescent Psychiatry*, 38(1), 56–63. <https://doi.org/10.1097/00004583-199901000-00020>.
- Liu, C., Wang, L., Qi, R., Wang, W., Jia, S., Shang, D., Shao, Y., Yu, M., Zhu, X., Yan, S., Chang, Q., & Zhao, Y. (2019). Prevalence and associated factors of depression and anxiety among doctoral students: The mediating effect of mentoring relationships on the association between research self-efficacy and depression/anxiety. *Psychology Research and Behavior Management*, 12, 195–208. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S195131>
- Lynam, D. R., Caspi, A., Moffitt, T. E., Loeber, R., & Stouthamer-Loeber, M. (2007). Longitudinal evidence that psychopathy scores in early adolescence predict adult psychopathy. *Journal of Abnormal Psychology*, 116(1), 155–165. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.116.1.155>
- Marjoribanks, K. (2003). Family background, individual and environmental influences, aspirations and young adults' educational attainment: A follow-up study. *Educational Studies*, 29(2–3), 233–242. <https://doi.org/10.1080/03055690303283>
- Martikainen, L. (2009). The many faces of life satisfaction among Finnish young adults. *Journal of Happiness Studies*, 10(6), 721–737. <https://doi.org/10.1007/s10902-008-9117-2>

- McGee, R., Feehan, M., Williams, S., & Anderson, J. (1992). DSM-III disorders from age 11 to 15 years. *Journal of American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, *31*(1), 50–59. <https://doi.org/10.1097/00004583-199201000-00009>
- McLoyd, V. C. (1998). Socioeconomic disadvantage and child development. *American Psychologist*, *53*(2), 185–204. <https://doi.org/10.1037//0003-066x.53.2.185>
- McLoyd, V. C., Kaplan, R., Purtell, K.M., Bagley, E., Hardway, C.R., & Smalls, C. (2009). Poverty and socioeconomic disadvantage in adolescence. In R. Lerner & L. Steinberg (Eds.), *Handbook of Adolescent Psychology* (pp. 444–491). John Wiley & Sons. <https://doi.org/10.1002/9780470479193.adlpsy002014>
- Meyer, B. E., & Hokanson, J. E. (1985). Situational influences on social behaviors of depression-prone individuals. *Journal of Clinical Psychology*, *41*(1), 29–35. [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(198501\)41:1<29::aid-jclp2270410106>3.0.co;2-r](https://doi.org/10.1002/1097-4679(198501)41:1<29::aid-jclp2270410106>3.0.co;2-r)
- Nabilah, B. R., & Tentama, F. (2020). The contribution of future orientation towards employability in students of vocational high school. *Journal of Education and Learning (Edu Learn)*, *14*(4), 623–628. <https://doi.org/10.11591/edulearn.v14i4.17053>
- Nickerson, A. B. (2002). *Parent and peer attachment in middle childhood and early Adolescence: Implications for psychological well-being* [Unpublished doctoral dissertation]. University of South Carolina.
- Nurmi, J. E. (1991). How do adolescents see their future? A review of the development of future orientation and planning. *Developmental review*, *11*(1), 1–59. [https://doi.org/10.1016/0273-2297\(91\)90002-6](https://doi.org/10.1016/0273-2297(91)90002-6)
- Oberle, E., Schonert-Reichl, K. A., & Zumbo, B. D. (2011). Life satisfaction in early adolescence: Personal, neighborhood, school, family, and peer influences.

*Journal of Youth and Adolescence*, 40(7), 889–901.

<https://doi.org/10.1007/s10964-010-9599-1>

Onishi, C., Yuasa, K., Sei, M., Ewis, A. A., Nakano, T., Munakata, H., & Nakahori, Y.

(2010). Determinants of life satisfaction among Japanese elderly women attending health care and welfare service facilities. *The Journal of Medical Investigation*, 57(1, 2), 69–80. <https://doi.org/10.2152/jmi.57.69>.

O'Rand, A. M. (2006). Stratification and the Life Course: Life Course Capital, Life Course Risks, and Social Inequality. In R. H. Binstock & L. K. George (Eds.), *Handbook of aging and the social sciences* (pp.145–162).

Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-012088388-2/50012-2>

Peeters, F., Nicolson, N. L., Berdhof, J., Delespaul, P., & deVries, M. (2003). Effects of daily events on mood state in major depressive disorder. *Journal of Abnormal Psychology*, 112(2), 203–211. <https://doi.org/10.1037/0021-843x.112.2.203>.

Pelkonen, M., Marttunen, M., & Aro, H. (2002). Risk for depression: A 6-year follow-up of Finnish adolescents. *Journal of Affective Disorders*, 77(1), 44–51.

[https://doi.org/10.1016/s0165-0327\(02\)00098-8](https://doi.org/10.1016/s0165-0327(02)00098-8).

Petersen, A. C., Compas, B. E., Brooks, G. J., Stemmler, M., Ey, S., & Grant, K. E. (1993). Depression in adolescence. *American psychologist*, 48(2), 155–168.

<https://doi.org/10.1037/0003-066X.48.2.155>

Proctor, C. L., Linley, P. A., & Maltby, J. (2009). Youth life satisfaction: A review of the literature. *Journal of Happiness Studies*, 10(5), 583–630.

<https://doi.org/10.1007/s10902-008-9110-9>

Proctor, C., Linley, P. A., & Maltby, J. (2010). Very happy youths: Benefits of very high life satisfaction among adolescents. *Social Indicators Research*, 98(3),

519–532. <https://doi.org/10.1007/s11205-009-9562-2>

- Rutter, M. (1986). The developmental psychopathology of depression: Issues and perspectives. In M. Rutter, C. E. Izard, & P. B. Read (Eds.), *Depression in young people: Clinical and developmental perspectives* (pp. 3–30). Guilford Press. [https://doi.org/10.1007/978-1-4614-3110-7\\_3](https://doi.org/10.1007/978-1-4614-3110-7_3)
- Satinsky, E. N., Tomoki, K., Kiang, M. V., Rediet, A., Cunningham, S., Lee, H., Lin, X., Liu, C. H., Igor, R., Srijan, S., Tomlinson, M., Miranda, Y., & Tsai, A. C. (2021). Systematic review and meta-analysis of depression, anxiety, and suicidal ideation among Ph.D. students. *Scientific Reports*, *11*(1), 14370. <https://doi.org/10.1038/s41598-021-93687-7>
- Schwarzer, R., & Taubert, S. (2002). Tenacious goal pursuits and striving toward personal growth: Proactive coping. In E. Frydenberg (Ed.), *Beyond coping: Meeting goals, visions and challenges* (pp. 19–35). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/med:psych/9780198508144.003.0002>
- Seginer, R. (2003). Adolescent future orientation: An integrated cultural and ecological perspective. *Online Readings in Psychology and Culture*, *6*(1), 2307–0919. <https://doi.org/10.9707/2307-0919.1056>
- Seginer, R. (2009). *Future orientation: Developmental and ecological perspectives*. Springer Science + Business Media.
- Servidio, R., Costanza, S. A., Costabile, A., & Boca, S. (2022). Future orientation and symptoms of anxiety and depression in Italian university students during the COVID-19 pandemic: The role of resilience and the perceived threat of COVID-19. *Healthcare*, *10*(6), 974. <https://doi.org/10.3390/healthcare10060974>
- Steinberg, L., Graham, S., O'Brien, L., Woolard, J., Cauffman, E., & Banich, M. (2009). Age differences in future orientation and delay discounting. *Child Development*, *80*(1), 28–44. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2008.01244.x>

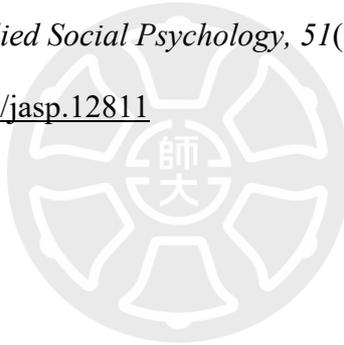
- Strathman, A., Gleicher, F., Boninger, D. S., & Edwards, C. S. (1994). The consideration of future consequences: Weighing immediate and distant outcomes of behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, *66*(4), 742. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.66.4.742>
- Suldo, S. M., Friedrich, A. A., White, T., Farmer, J., Minch, D., & Michalowski, J. (2009). Teacher support and adolescents' subjective well-being: A mixed-methods investigation. *School Psychology Review*, *38*(1), 67–85. <https://doi.org/10.1080/02796015.2009.12087850>
- Suldo, S. M., Riley, K. N., & Shaffer, E. J. (2006). Academic correlates of children and adolescents' life satisfaction. *School Psychology International*, *27*(5), 567–582. <https://doi.org/10.1177/014303430607341>
- Sun, R. C., & Shek, D. T. (2010). Life satisfaction, positive youth development, and problem behaviour among Chinese adolescents in Hong Kong. *Social Indicators Research*, *95*(3), 455–474. <https://doi.org/10.1007/s11205-009-9531-9>
- Valois, R. F., Zullig, K. J., Huebner, E. S., & Drane, J. W. (2004). Life satisfaction and suicide among high school adolescents. *Social Indicators Research*, *66*, 81–105. <https://doi.org/10.1023/B:SOCI.0000007499.19430.2f>
- Wickrama, K. A. S., Conger, R. D., Lorenz, F. O., & Jung, T. (2008). Family antecedents and consequences of trajectories of depressive symptoms from adolescence to young adulthood: A life course investigation. *Journal of Health and Social Behaviors*, *49*(4), 468–483. <https://doi.org/10.1177/002214650804900407>
- Xie, Q., Fan, W., Wong, P., & Cheung, F. M. (2016). Personality and parenting style as predictors of life satisfaction among Chinese secondary students. *The Asia-*

*Pacific Education Researcher*, 25(3), 423–432. <https://doi.org/10.1007/s40299-015-0271-0>

Yuan, H. (2016). Structural social capital, household income and life satisfaction: The evidence from Beijing, Shanghai and Guangdong-Province, China. *Journal of Happiness Studies*, 17, 569–586. <https://doi.org/10.1007/s10902-015-9622-z>

Zhao, S., Zhang, J., Liu, Y., Ji, H., & Lew, B. (2020). The association between psychological strains and life satisfaction: Evidence from medical staff in China. *Journal of Affective Disorders*, 260, 105–110. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.09.006>.

Zheng, L., Chen, Y., & Gan, Y. (2021). Future orientation helps regulate emotion in the future. *Journal of Applied Social Psychology*, 51(9), 920–926. <https://doi.org/10.1111/jasp.12811>





## 附錄

### 附錄 1 臺灣貧窮兒少資料庫調查資料申請通過紀錄

首頁 > MySRDA > 申請紀錄

#### 申請紀錄

##### 申請下載紀錄

申請編號：2022-000671

申請日期：2022-08-17

申請概況：通過【2022-08-18 09:26:31】

##### 資料申請表

申請用途	碩、博士論文
用途說明	研究主題：臺灣經濟弱勢青少年教育期望、憂鬱情緒與自我效能之相關研究。研究動機與目的： （一）瞭解經濟弱勢青少年的教育期望、憂鬱情緒及自我效能之現況。（二）探究不同性別之經濟弱勢青少年在教育期望、憂鬱情緒及自我效能之差異。（三）分析經濟弱勢青少年的教育期望、憂鬱情緒及自我效能之間的相互關係。（四）探討經濟弱勢青少年的教育期望藉由憂鬱情緒對自我效能之預測力，即探究憂鬱情緒的中介效果。研究方法：（一）描述性統計（Descriptive Statistics）以次數分配、百分比、平均數及標準差等描述性統計方法，來瞭解經濟弱勢青少年之不同背景變項（性別）之教育期望、憂鬱情緒及自我效能現況，以回答研究待答問題一。（二）獨立樣本t檢定（Independent-test）以獨立樣本 t 檢定來分析不同性別之經濟弱勢青少年在教育期望、憂鬱情緒及自我效能之差異情形，以回答研究待答問題二。（三）Pearson積差相關（Pearson's Product-moment Correction）以 Pearson 積差相關來瞭解經濟弱勢青少年在教育期望、憂鬱情緒及自我效能各變項之間的相關情形，以回答研究待答問題三。（四）多元迴歸分析（Multiple Regression Analysis）以多元線性迴歸分析來探討經濟弱勢青少年教育期望透過憂鬱情緒對自我效能的預測力，亦即檢驗憂鬱情緒之中介效果，以回答研究待答問題四。

▶ 您申請的資料已逾下載期限。已下載過的資料，可至左側「下載紀錄」選單內再次下載；若有未下載過的資料，請重新申請。

登錄號	調查/計畫名稱	下載時間
D00166	台灣貧窮兒少資料庫：2017年弱勢兒少生活趨勢調查	2022-08-25 13:07:44

## 附錄 2 問卷量表（節錄）

### 一、教育期望（含 C15 自我教育期望、C16 不受外在限制下之自我教育期望及 C17 自我知覺家長教育期望）

C15 以你目前的環境跟能力，你覺得你可以讀到什麼教育階段？

- |             |           |        |
|-------------|-----------|--------|
| ① 國中畢業      | ② 高中或高職畢業 | ③ 專科畢業 |
| ④ 大學或技術學院畢業 | ⑤ 碩士畢業    | ⑥ 博士畢業 |
| ⑦ 不知道       |           |        |

C16 如果你可以不受限制地一直讀書，你希望讀到哪一個教育階段？

- |             |           |        |
|-------------|-----------|--------|
| ① 國中畢業      | ② 高中或高職畢業 | ③ 專科畢業 |
| ④ 大學或技術學院畢業 | ⑤ 碩士畢業    | ⑥ 博士畢業 |
| ⑦ 不知道       |           |        |

C17 父母或家中長輩期待你讀到哪一個教育階段？

- |             |           |        |
|-------------|-----------|--------|
| ① 國中畢業      | ② 高中或高職畢業 | ③ 專科畢業 |
| ④ 大學或技術學院畢業 | ⑤ 碩士畢業    | ⑥ 博士畢業 |
| ⑦ 不知道或不清楚   |           |        |

### 二、未來導向（D40-1 至 D40-6）

D40 在過去三個月，你有多少以下的情況呢？	幾乎沒有如此	很少如此	普通	多半如此	幾乎時常如此
D40-1 為日後出人頭地而努力……	①	②	③	④	⑤
D40-2 積極計劃一些事情……	①	②	③	④	⑤
D40-3 儲蓄金錢……	①	②	③	④	⑤
D40-4 計劃如何改善日後的生活水平……	①	②	③	④	⑤
D40-5 計劃日後工作的事情……	①	②	③	④	⑤
D40-6 對將來感到有信心……	①	②	③	④	⑤

### 三、憂鬱情緒 (C4-1 至 C4-5)

C4 請你仔細回想在最近一星期中 (包括今天), 下列題項使你感到困擾或苦惱的程度, 然後選一個你認為最能代表你感覺的答案。		完全沒有	輕微	中等程度	厲害	非常厲害
C4-1	感覺緊張不安	①	②	③	④	⑤
C4-2	覺得容易苦惱或動怒	①	②	③	④	⑤
C4-3	感覺憂鬱、心情低落	①	②	③	④	⑤
C4-4	覺得比不上別人	①	②	③	④	⑤
C4-5	睡眠困難, 譬如難以入睡、易醒或早醒	①	②	③	④	⑤

### 四、生活滿意度 (C7-1 至 C7-5)

C7 關於下列五個情況, 請選擇最適合的答案。

	非常不同意	不同意	有點不同意	普通	有點同意	同意	非常同意
C7-1 在大部份的情況下, 我的生活與我的理想接近	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
C7-2 我的生活條件非常地好	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
C7-3 我對我的生活很滿意	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
C7-4 到目前為止, 我已經得到了生命中我想要的重要事物	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
C7-5 如果我能夠重新開始我的生活, 我幾乎不會改變什麼	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦