

# 高職學生行為困擾問題與因應策略之研究

## 第一章 緒論

### 第一節 研究問題的性質與重要性

近年來國內及國外青少年自殺的案例，有逐年增加的趨勢，當我們為此扼腕嘆息時，也不得不正視這些事件背後發生的原因以及所帶來的衝擊。在這工商業十分繁忙的社會裡，有許多看不見的壓力，深植每個人的心中，只是每個人面對壓力時的承受度不同，自然在解決問題的方法上也會有所不同。以成人的思想價值觀而言，或許會覺得青少年的自殺動機是一時的衝動，而且認為他們心中的結並沒有那麼嚴重（都正，民 84：13）；但是，對於正處人生轉變期的青少年而言，那個過不去的關口，是大人們無法了解也無法體會的「苦」，當他們面對無法突破的巨大壓力時，似乎就會開始出現消極逃避的現象，而最明顯的逃避行為便是「自殺」這條不歸路。

俗話說：「人生不如意事，十常八九」，這些不如意事，便是煩惱的來源，因此，人生當中的每個階段都會有每個階段的煩惱存在。然而比較起來，我們會發現青少年所面臨的煩惱問題是有點棘手的。正值青春期的青少年，除了要調適因為生理突發快速成長所帶來的壓力，也必須面對社會壓力與責任所加諸的要求，不管是同儕關係、學業成就、自我認同...均與兒童期有很大的不同，他們開始尋求獨立自主、自我決定的權力，但有時又會害怕自己經驗不足而有閃失，種種矛盾也就造就情緒會因不同處境而改變，著實讓大人們難以捉摸。另一方面，父母師長看待青少年的價值均以課業為重，社會價值也在潛移默化中窄化到讓青少年以為學習成就代表了一切，導致他們在壓力下所出現的情緒問題、自我認同等等，被升學的洪流所淹沒（李慧玟，

民 91：37 版)。

張老師基金會於 1999 年底，針對全省 14 個縣市，25 所國、高中，共 11653 位中學生進行生活壓力的問卷調查，從研究中發現：超過 94% 的中學生表示在生活中確實有壓力的困擾與感受，而其困擾主要來自學校的煩惱、對未來前途的擔心、及對人際關係和情感的困擾（莊慧秋，民 89：91）。另外，董氏基金會也在 2002 年 6 至 7 月針對台北縣市 28 所國中、高中、高職，13 至 18 歲學生「主觀生活壓力及憂鬱傾向」進行調查。在有效樣本 2924 人當中，我們發現學生們前五大生活壓力來源依序是：考試 44%、課業表現 37%、金錢 26%、同儕關係 23%、外表 20%；除此之外，董氏基金會的調查也發現，近二成二的青少年憂鬱情緒偏高，並已達到需請專業人士做進一步評估、處理的地步（羅碧，民 91：43 版）；而從此壓力排序當中，我們發覺到現今青少年的憂鬱層面廣大，不僅愁課業也愁錢，甚至金錢壓力還超越同儕關係，顯示出青少年對物質生活的看重，值得注意。由此可見，涵蓋中學生大部分生活層面的困擾問題，實在是其現階段人生發展的一大負荷，他們急需找到出口。

青少年時期是一生中的關鍵期，也是危機期；從生理急遽的變化到社會關係範圍的逐漸擴大，他們將面臨升學、就業、友情和愛情等等影響人生旅程的重大抉擇。而在有關青少年的研究方面，我們發現到因應策略的好壞能影響青少年面臨壓力時適應的好壞，不論是在學業、家庭、身心健康或是人際關係等方面（陳皎眉，民 79：10）。因此，如果我們能夠明瞭其困擾之所在，以及了解他們所採取的因應方式、因應行為是否過於極端，方能給予正確的引導，並提供心理、生理上之協助，以陪伴其平穩的渡過這段暴風雨時期，因而對於青少年之行為困擾問題及採取之因應策略的探討是有其必要性的。

## 第二節 研究動機與目的

### 壹、研究動機

高職學生身心發展正值青年中期，可說是人生全程中變化最大的時期，因此，如何協助其排除身體發展困擾、增進社會認知及自我發展能力、並能重建信心獲致良好成長，此乃高職教育的重點。而關於本研究之動機，將從下列五點作說明：

#### 一、大環境的漠視，「高職教育」淪為「次等教育」

我國有一句俗諺說：「與其送魚給他，不如教他結網捕魚的技巧與方法」。技職教育即是一種教人結網捕魚的教育，是一種生產性、建設性的教育，小者可使個人具有一技之長的謀生技能，大者可以富國裕民（張天津，民 72：序 1），因此，技職教育的重要性是不可言喻的。然而在升學主義瀰漫的現實社會裡，技職教育長久以來卻被視為是「次等教育」，導致技職教育學生缺乏應有的尊嚴與自信（張文雄、何信助、廖年森，民 89：65）。在大眾的心中，總把就讀職校視為是「退而求其次」的選擇，高職是高中落榜後才考的，這種情況，我們從技職教育體系的基礎——高職教育，歷年來招生不足的現象即可明顯的感受到。

再者，近年來大學招生名額及錄取率大幅增加，高中畢業生升學率到了 90 學年度已高達 70.73%，而高職畢業生卻仍然只有 41.82%（沈溪南、楊豪森，民 92：27），也就是說，就讀高中有較大的機會進入大學就讀，取得學士文憑，相形之下，第二條教育國道雖已經完備，四技二專入學機會增加很多，但其錄取率仍未及 30%，光就四技的比例來看，錄取率更低，所以高中對國中生的拉力會大於職校的拉力（黃政傑，民 90：15）。以上所述都在在顯示出職校地位的低落。

## 二、升學競爭的挫敗，因而失去自信

由於遭受到升學競爭中的挫折，只好淪落職校，讀高職儼然是他們無奈的選擇，除了容易從此對自己的能力產生懷疑，高職生進入職校後，如果又發現所唸的科系與本身志趣不合，很可能就會因此而渾渾噩噩的過了三年，未來在面臨升學或就業的抉擇時，將會產生困擾。

## 三、成長中的困惑急需解答

年齡 15 歲至 18 歲的高職學生，正處於青春期末，而此時期的青少年，雖然生理上發育成長，但心理上卻未能獲得適當的調適，這種外表成長、而內心的不成熟，常導致個人及週遭人員在認知上會有不良的反應；再加上錯綜複雜的個別差異和外界刺激，常使人對此時期的高職男女同學，給予一些「人生狂飆期」或「情緒不穩定期」的刻板印象（林恭煌，民 84：14）。

此時期青少年發展及改變的四個主要範圍在於認知（或心理）成長、自我及認同的發展、與家庭的關係、以及與朋友的關係（王瑋等譯，民 77：753）。他們逐漸擁有作抉擇的能力，重視同儕的友情，抽象思考能力增強。同時，在情緒上獨立，不願意依賴父母或其他人，能夠發展個人的意識型態、價值觀念及道德體系。這個年齡層的學生呈現個人獨立自我的人格特質，與父母的接觸減少，和同儕的接觸增加，逐漸由家庭中分化，與同儕統整。正因為這些人格的改變、自我和認同感之間的衝突，友情、親情、課業、學習與前途的壓力，往往導致青少年的自我迷惑（李文仰，民 85：36），因而產生行為方面的困擾問題。

#### 四、針對高職學生困擾問題與因應策略之研究不多

由於國內純粹針對高職學生在行為困擾、生活壓力或適應問題等方面的研究不多（台灣教育學院輔導學系，民 72；廖淳婉，民 75；林美蓉，民 79；劉中夫，民 83），大多數都是高中職生一併作研究（周幸，民 56；蔡敏光，民 74；呂少卿，民 74；林宏恩，民 79；吳宜寧，民 85；黃盛蘭，民 88），而且均把重心放在高中生；此外，國內有關高職學生因應策略、因應方式的研究更是微乎其微（歐滄和，民 78；吳宜寧，民 85），且其研究著重在校園人際壓力以及日常生活壓力之因應，尚未能涵蓋高職學生之所有層面，因此有擴大研究之需要。

高中生與高職生雖然屬於同一年齡層，但其入學的意願、學習的環境、以及教育的體制等等均不同，所產生的行為困擾問題自然也會有所差異。再加上高職學生需要在此時期決定其就業方向，完成職業之探索及職業能力之培養，甚至還要作升學之準備，除了必須面臨一般青少年的適應問題外，尚須加上其特殊角色之適應問題，重要性實不容忽視。因此，這也是研究者之所以想要單純針對高職學生作研究的動機之一。

#### 五、研究者從教學的實際接觸中之感受

研究者在高職服務多年，不僅扮演補校導師、日校專任教師的角色，同時也參與了學生輔導的工作，和學生接觸的機會很多。在和學生互動的過程中，研究者發現處於人生轉變期當中的高職學生，確實擁有許多不同層面的困擾問題；而在遭遇問題時，每個學生所採取的因應策略、處理方式也有所差異，有些學生會面對問題自己解決，或是尋求支持，有些學生則是逃避問題、藉助情緒發洩或從事調劑類的活動

以轉移注意力等等。因此，藉由此研究，探討高職學生的行為困擾問題及其因應策略，除了希望能夠給予高職學生實質上的幫助及引導，也希望能夠提供高職輔導工作上之參考。

## 貳、研究目的

根據上述研究動機，本研究以單純職校的高職學生為對象，探討高職學生行為困擾問題與其採取之因應策略。首先探討高職學生身心發展特徵，然後再探究行為困擾問題的理論基礎，並瞭解有關高職階段青少年行為困擾問題之因應策略的分類與內涵，最後歸納調查研究結果，提出可行建議，以作為高職學生輔導工作之參考。因此，關於本研究之具體目的臚陳如下：

- 一、探討高職學生主要的行為困擾問題。
- 二、探討不同背景變項的高職學生之行為困擾問題是否有差異。
- 三、探究高職學生面臨各類行為困擾問題時之因應策略。
- 四、探究不同背景變項的高職學生面臨各類行為困擾問題時，所採取之因應策略是否有差異。

## 第三節 待答問題與研究假設

### 壹、待答問題

本研究依據研究目的，所擬定之待答問題如下：

- 一、高職學生主要的行為困擾問題為何？
- 二、不同背景變項的高職學生之行為困擾問題是否有差異？而其達顯著差異的行為困擾問題之內涵為何？

- 三、高職學生面臨各類行為困擾問題所採取之因應策略為何？
- 四、不同背景變項的高職學生面臨各類行為困擾問題時，所採取之因應策略是否有差異？

## 貳、研究假設

針對上述待答問題二及問題四，本研究提出考驗的研究假設如下：

**假設一：不同背景變項的高職學生之行為困擾問題有顯著差異。**

- 1-1 不同性別的高職學生之行為困擾問題有顯著差異。
- 1-2 不同年級的高職學生之行為困擾問題有顯著差異。
- 1-3 不同學校性質的高職學生之行為困擾問題有顯著差異。
- 1-4 不同入學原因的高職學生之行為困擾問題有顯著差異。

**假設二：不同背景變項的高職學生面臨各類行為困擾問題時，所採取之因應策略有顯著差異。**

- 2-1 不同性別的高職學生面臨各類行為困擾問題時，所採取之因應策略有顯著差異。
- 2-2 不同年級的高職學生面臨各類行為困擾問題時，所採取之因應策略有顯著差異。
- 2-3 不同學校性質的高職學生面臨各類行為困擾問題時，所採取之因應策略有顯著差異。
- 2-4 不同入學原因的高職學生面臨各類行為困擾問題時，所採取之因應策略有顯著差異。

## 第四節 名詞釋義

### 壹、高職學生

本研究所指之高職學生，係指台灣地區（台灣省、台北市、高雄市），91 學年度公私立高職日間一、二、三年級，年齡介於 15 至 18 歲之間的在學男女學生，且七個類科兼具。

### 貳、行為困擾問題

個體在某一期間內，由於無法有效解決內在之衝突或滿足內在之需求，或尋求動機之滿足或所選擇的前進目標受阻礙，個體因而產生自卑感（inferior complex）、無能（disability or inadequate）、不安（instability）、受迫害等緊張情緒而使個體行為遭受困擾（周幸，民 56；楊馥綸，民 74；劉永元，民 77；林美蓉，民 79；黃盛蘭，民 88）。

本研究所指的行為困擾問題，係指研究者在閱讀相關文獻、彙整國內有關的實徵性研究結果以及進行兩階段 18 所公私立高職師生意見調查之後，選定高職學生呈現之較嚴重困擾問題：「學校課業」、「同儕相處」、「家庭關係」、「自我認同」、「感情問題」、「前途展望」以及「經濟問題」等七大類做為研究項目，予以探討。

### 參、行為困擾問題之內涵

本研究所探討的「行為困擾問題之內涵」，是指七大類行為困擾問題中，各自所包含之細項問題，例如：「學校課業困擾問題」包含了「有些科目聽不懂老師上課所教的內容、不知如何有效地學習、不適應某些老師的教學方法、學校作業太多，寫不完、學業成績不能達到預定的目標、沒有養成良好的讀書習慣、實習課的實作，覺得有困難、外務過多（ex：社團、打工、出公差..），



影響課業學習、班上競爭激烈，壓力大、被當掉的科目很多，必須重修、丙級證照尚未考到」等 11 個問題內涵，以此類推。

## 肆、因應策略

指個體在遭遇困難時所採取的一些較為積極性的應付手段。因應策略包括行動與思想，是有目的的意識行為，而非潛意識的防衛作用。因應策略的目的在減低焦慮並解決困難。在困難情境下，因應策略可能各不相同（張春興，民 80：161）。

本研究之因應策略，係指研究者在閱讀相關文獻以及進行兩階段 18 所公私立高職師生意見調查之後，將其歸為「自己面對解決」、「情緒發洩」、「從事調劑類的活動」、「逃避不管」、「尋求支持」等五大類策略，進行探討。

## 第五節 研究範圍與限制

### 壹、研究範圍

針對研究動機與目的加以分析，所欲研究之範圍如下：

#### 一、就研究項目言

- (一) 探討高職學生主要的行為困擾問題。
- (二) 探究高職學生面對各類行為困擾問題時之因應策略。

#### 二、就研究地區言

僅限於台灣地區（台灣省、台北市、高雄市）之公私立高級職業學校，高中附設職業類科不在抽樣範圍內。

#### 三、就研究對象言

以上述地區公私立高職之日間一、二、三年級男女學生為

研究對象，且工科、商科、農科、家事、海事、護校、藝校等七個類科兼具。

#### 四、就研究工具言

以研究者自編之「行為困擾問題量表」與「因應策略量表」為工具。

#### 五、就研究方法言

採文獻分析法與調查研究法。

## 貳、研究限制

針對研究動機與目的加以研析，本研究所受之限制如下：

### 一、就研究項目言

(一) 高職學生面臨的行為困擾問題眾多，但由於研究者時間之限制，在閱讀相關文獻、彙整國內有關的實徵性研究結果以及進行兩階段 18 所公私立高職師生意見調查之後，僅就其呈現之較嚴重困擾問題：「學校課業」、「同儕相處」、「家庭關係」、「自我認同」、「感情問題」、「前途展望」以及「經濟問題」等七大類為研究範圍。

(二) 因應策略大致從問題取向、情緒取向及逃避三大範疇予以分類，研究者從中將其分為五類：自己面對解決、情緒發洩、從事調劑類的活動、逃避不管、尋求支持。

### 二、就研究地區言

由於研究者受限於時間，且高職各類科學校的分區位置不平均，因此本研究採取立意取樣的方式，以選取樣本學校。

### 三、就研究對象言

因考慮人力、物力、時間等因素，僅就單純的職校學生作調查，至於高中附設職業類科的高職生則不在抽樣範圍內，因此在研究結果的解釋與推論上需相當謹慎。

#### 四、就研究工具言

本研究之研究工具乃根據相關理論及兩階段的高職師生意見調查所編製而成，所謂的行為困擾問題與因應策略，亦以研究工具所涵蓋的範圍為限。

#### 五、就研究方法言

由於本研究受限於研究者的時間，只能以文獻分析法與調查研究法作初步的探究，無法以質性研究做更深入的探究。

## 第六節 研究方法與步驟

### 壹、研究方法

本研究為達成上述研究目的，採文獻分析法與調查研究法進行。有關高職學生身心發展特徵、產生行為困擾之理論、所面臨的行為困擾問題、因應策略的有關理論以及二者的相關研究，以文獻分析法加以研究。至於高職學生主要的行為困擾問題及其因應策略，則採調查研究法作初步的探究。最後運用統計套裝軟體 SPSS for windows 8.0，就所得之資料加以研究分析，驗證假設，並提出結論。

### 貳、研究步驟

本研究之整體研究步驟如下：

#### 一、擬定研究計劃

閱讀相關的文獻，了解以往在相關研究中的發現，並從中尋找研究的主題。確定研究主題及架構後，擬定研究計劃，撰寫研究大綱，送請指導教授斧正。

本研究的綱要共分五大部分：

第一部份為緒論：首先敘述問題背景與重要性，繼而提出研究動機與目的，並界定研究問題的定義，且確定研究範圍，再說明研究方法與步驟。

第二部份為文獻探討：首先介紹高職階段青少年的身心發展特徵、產生行為困擾的相關理論，其次探究因應策略的相關理論，最後再探討行為困擾問題與因應策略之相關研究。

第三部份為研究設計與實施：分別敘述研究架構、對象、工具、實施程序及資料處理方式。

第四部份為研究結果之分析與討論：分別分析與討論問卷調查研究所蒐集的資料，並加以解釋。

第五部份為結論與建議：從本研究所得之研究結果中做出結論，並根據結論提出建議，藉供參考。

## 二、蒐集有關資料

蒐集、閱覽國內外相關文獻，以作為本研究之理論依據與調查研究工具之參考。參考資料來源除相關期刊、論文、書籍外，研究者尚透過 DAO、ERIC 等網際網路服務蒐集資料。

## 三、閱讀與分析資料

綜覽、評鑑與分析資料，並分別加以系統而客觀地敘述各類有關資料之內涵。

## 四、整理與歸納資料

將與本研究相關之各項資料加以有系統地整理與審慎地歸納，以提出本研究之理論基礎與研究架構。

## 五、編製調查工具

依據研究架構和理論基礎，並進行兩階段 18 所公私立高職師生意見調查及參閱相關量表加以編製。

## 六、選取樣本與實施調查

選定調查學校及學生，實施調查並回收問卷。

## 七、整理與分析調查資料

經回收調查問卷後，加以統計分析。

## 八、撰寫研究報告

根據研究結果提出結論與建議。