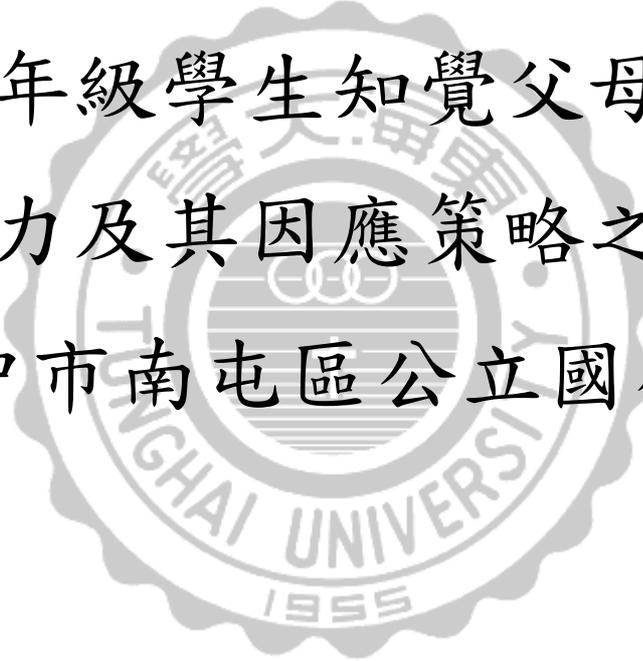


東海大學公共事務碩士專班碩士論文

指導教授：柯義龍 副教授

國小高年級學生知覺父母期望與
學習壓力及其因應策略之研究—
以台中市南屯區公立國小為例

The seal of Donghai University is a circular emblem with a scalloped border. It features the university's name in Chinese characters '東海大學' at the top and 'DONGHAI UNIVERSITY' in English at the bottom. The year '1955' is inscribed at the very bottom of the seal. In the center, there are three interlocking rings and a stylized figure.

碩士班研究生：詹佳樺

中華民國一〇二年六月

謝 誌

畢業象徵了另一個階段的開始；但也象徵了另一個階段的結束！在這裡我獲得許多。這兩年課程讓我重新展開學習之路，也重新省思自己要的是什麼？這是一個愉快的學習，因為有著與同學的孺慕之情；這是一個知識的獲得，因為每個教授都這樣和藹可親，對學生都能傾囊相授。

在東海這兩年，首先感謝的是傳遞知識給我的老師們，謝謝你們！兩年中的所學，拓展了我的視野、打開我的心靈，讓我關心的不只是教育的問題，亦包含政治、經濟、法律等，這都將成為我的專業知識，讓我能在教育現場內展示我所學！

其中，我要特別感謝我的指導教授“柯義龍老師”。幽默風趣的他，放下身段用心的教導我們，提供更精闢的思考方向與見解，使論文更臻完善，使我能夠在如期之內交出一張漂亮的成績單，『親愛的柯老師，真的好謝謝您！希望未來的人生路上，你仍然是我最尊崇的心靈導師。』也謝謝指導我口試的兩位教授，吳若予教授和傅恆德教授，你們的指導使我的研究更趨完整。

另外我還要感謝我們這一組合作夥伴，華欣、止境、美玲、琬璇，是督促我前進的最佳動力，也是帶給我溫暖與鼓勵的人。

最後，要感謝我的家人們，在研究所求學期間給我最大的鼓勵和幫助，總是在我最需要的時候陪伴我、支持我，幫我照顧著可愛的兩個寶貝中中、安安。特別是老公，謝謝你這樣支持我，給我肩膀與懷抱！在此畢業之際，僅以本論文獻給我的父母、公婆、大阿姨、老公、和寶貝立中和立安。媽媽努力的動力就是你們可愛的笑容！

詹佳樺 謹誌

民國 102 年 6 月

摘 要

本研究旨在探討國小高年級學生知覺父母期望與學習壓力及因應策略之研究之差異及相關情形。本研究採問卷調查法，以「國小高年級學生知覺父母期望與學習壓力及因應策略之研究」問卷作為收集資料的工具，對象為臺中市南屯區十所公立國民小學高年級學童，有效樣本問卷為 450 份。所得資料以描述性統計做現況分析、差異分析、相關分析等統計方法，進行整體資料統計推論分析。茲將本研究之主要研究結果摘要如下：

- 一、由統計結果顯示不管是「父母期望」、「學習壓力」以及「因應策略」等變項都不會因不同的大、中、小型「學校規模」以及「性別」兩項背景變項而有顯著差異。
 - 二、在學習壓力上，五年級學生間對學習壓力的感受程度較六年級學生間對學習壓力的感受程度較小！
 - 三、是否有課後補習的國小高年級學生其父母期望整體程度有顯著差異，顯示是否有課後補習的國小高年級學生其父母期望整體程度之感受不同。
 - 四、是否有課後補習的國小高年級學生對學習壓力之感受有著顯著差異，且研究顯示，有參與課後補習的學生對學習壓力之感受愈強。
 - 五、國小高年級學生對「積極處理問題」、「自我調適」、「消極逃避處理」使用感受最強，但對「負面情緒發洩」使用感受較弱。
 - 六、高父母期望會對學生產生較大的學習壓力，呈現正相關，但對於因應策略方面，高父母期望的學生採用的方式優於低父母期望的學生會選擇較積極的方式來面對問題。
 - 七、高學習壓力的學生容易產生消極處理問題或逃避問題的現象；低學習壓力的學生則在積極處理方面表現較強。
 - 八、國小高年級在父母期望、學習壓力與因應策略上有達到顯著的相關性。
- 針對上述主要研究發現與結論，提出具體研究建議，以供教育行政機關、國民小學教師及家長做參考。

關鍵字：國小高年級學生、父母期望、學習壓力、因應策略

目 錄

第一章 緒論	1
第一節 研究背景與動機.....	1
第二節 研究問題與目的.....	5
第三節 重要名詞解釋.....	6
第四節 研究方法與流程.....	8
第五節 研究範圍.....	12
第二章 文獻探討	13
第一節 父母期望的理論與相關研究.....	13
第二節 學習壓力的理論與相關研究.....	28
第三節 因應策略的理論與相關研究.....	42
第四節 各個理論的相關研究.....	47
第三章 研究設計	49
第一節 研究變項與架構.....	49
第二節 研究工具.....	51
第三節 研究對象.....	56
第四節 研究實施與假設.....	61
第五節 資料分析與呈現方式.....	64
第四章 研究結果分析與討論	65
第一節 不同背景變項的國小高年級學生父母期望之現況與差異分析.....	65
第二節 不同背景變項的國小高年級學生學習壓力之現況與差異分析.....	78
第三節 不同背景變項的國小高年級學生因應策略之現況與差異分析.....	89
第四節 不同父母期望的國小高年級學生在學習壓力與因應策略之差異分析.....	100
第五節 不同學習壓力的國小高年級學生在父母期望與因應策略之差異分析.....	103
第六節 國小高年級學生之父母期望、學習壓力與因應策略之相關分析.....	105
第五章 結論與建議	111
第一節 研究發現.....	111
第二節 結論.....	111
第三節 建議.....	118

參考書目.....	i
壹、中文部分.....	i
貳、西文部分.....	ix
附錄一：量表同意書.....	xiii
附錄二：國小高年級學生知覺父母期望與學習壓力及其因應策略之研究調查問卷（初稿分析）.....	xiv
附錄三：學者專家修正意見統計表.....	xxii
附錄四：國小高年級學生知覺父母期望與學習壓力及其因應策略之研究（預試） ...	xxv
附錄五：國小高年級學生知覺父母期望與學習壓力及其因應策略之研究（定稿） ...	xxx



表目次

表 2-1：父母期望的定義.....	15
表 2-2：知覺父母期望與知覺教師期望的差異.....	16
表 2-3：國內外學者對於父母的期望讓子女所知覺的方式之相關研究.....	20
表 2-4：不同背景變項與父母期望的相關研究.....	26
表 2-5：子女對父母的期望知覺相關研究.....	27
表 2-6：刺激取向之壓力定義.....	29
表 2-7：反應取向之壓力定義.....	30
表 2-8：互動取向之壓力定義.....	31
表 2-9：壓力在生理、心理和社會方面的影響.....	33
表 2-10：一般適應徵候群的三階段.....	34
表 2-11：壓力來源的相關研究.....	37
表 2-12：學習壓力的定義.....	38
表 2-13：學生學習壓力內涵之研究.....	39
表 2-14：國內外學者對父母期望與學習壓力的相關研究.....	47
表 2-15：國內學者對學習壓力因應策略的相關研究.....	48
表 3-1：國小高年級學生知覺父母期望、學習壓力與因應策略問卷各層面信度摘要表	54
表 3-2：協助審閱問卷之專家名單.....	55
表 3-3：台中市南屯區國民小學之高年級學生比例一覽表.....	57
表 3-4：台中市南屯區國民小學之各校抽樣人數分配表.....	59
表 3-5：正式問卷發放之學校名稱、數量及回收情形一覽表.....	60
表 4-1：國小高年級學生對父母期望感受之分項摘要表.....	67

表 4-2：國小高年級學生對父母期望感受之分析總表	69
表 4-3：不同性別的國小高年級學生對父母期望 t 考驗分析摘要表	70
表 4-4：不同年級的國小高年級學生對父母期望 t 考驗分析摘要表	71
表 4-5：不同學校規模的國小高年級學生對父母期望單因子變異數分析摘要表	72
表 4-6：是否有課後補習的國小高年級學生對父母期望 t 考驗分析摘要表	73
表 4-7：不同父親教育程度的國小高年級學生對父母期望單因子變異數分析摘要表 ..	74
表 4-8：不同母親教育程度的國小高年級學生對父母期望單因子變異數分析摘要表 ..	75
表 4-9：不同背景變項的國小高年級學生對父母期望感受之差異分析綜合摘要表	76
表 4-10：國小高年級學生對學習壓力感受之分項摘要表	80
表 4-11：國小高年級學生對學習壓力感受之分析總表	82
表 4-12：不同性別的國小高年級學生對學習壓力 t 考驗分析摘要表	83
表 4-13：不同年級的國小高年級學生對學習壓力 t 考驗分析摘要表	84
表 4-14：不同學校規模的國小高年級學生對學習壓力單因子變異數分析摘要表	84
表 4-15：是否有課後補習的國小高年級學生對學習壓力 t 考驗分析摘要表	85
表 4-16：不同父親教育程度的國小高年級學生對學習壓力單因子變異數分析摘要表 .	86
表 4-17：不同母親教育程度的國小高年級學生對學習壓力單因子變異數分析摘要表 .	87
表 4-18：不同背景變項的國小高年級學生對學習壓力感受之差異分析綜合摘要表	88
表 4-19：國小高年級學生對因應策略感受之分項摘要表	91
表 4-20：國小高年級學生對因應策略感受之分析總表	93
表 4-21：不同性別的國小高年級學生對因應策略 t 考驗分析摘要表	94
表 4-22：不同年級的國小高年級學生對因應策略 t 考驗分析摘要表	95
表 4-23：不同學校規模的國小高年級學生對因應策略單因子變異數分析摘要表	95
表 4-24：是否有課後補習的國小高年級學生對因應策略 t 考驗分析摘要表	96
表 4-25：不同父親教育程度的國小高年級學生對因應策略單因子變異數分析摘要表 .	97
表 4-26：不同母親教育程度的國小高年級學生對因應策略單因子變異數分析摘要表 .	98

表 4-27：不同背景變項的國小高年級學生對因應策略感受之差異分析綜合摘要表.....	99
表 4-28：不同父母期望的國小高年級學生對學習壓力單因子變異數分析摘要表.....	101
表 4-29：不同父母期望的國小高年級學生對因應策略單因子變異數分析摘要表.....	102
表 4-30：不同學習壓力的國小高年級學生對父母期望單因子變異數分析摘要表.....	104
表 4-31：不同學習壓力的國小高年級學生對因應策略單因子變異數分析摘要表.....	105
表 4-32：國小高年級學生父母期望與學習壓力之相關分析摘要表.....	106
表 4-33：國小高年級學生學習壓力與因應策略之相關分析摘要表.....	108
表 4-34：國小高年級學生父母期望與因應策略之相關分析摘要表.....	109



圖目次

圖 1-1：研究流程圖	11
圖 2-1：家長教育期望階段	17
圖 2-2：學生成就知覺模式	21
圖 2-3：學生自我動機與班級成績的社會認知模式	22
圖 2-4：Finn 的期望網	23
圖 2-5：過程取向的壓力定義	32
圖 3-1：研究架構圖	49



第一章 緒論

第一節 研究背景與動機

快速發展、進步的科技帶給所有人全新的視野：飛機、網際網路、衛星等等的發明將兩地之間的距離縮短，讓地球產生新的名稱為地球村；也讓在地球上生存的人們如生命共同體彼此依附著；然而新時代的來臨，使得全球社會環境產生快速的變遷，每個國家社會文明都產生顯著的改變，連帶著台灣的教育也因此面臨許多重大的改變，教改、十二年國教等等外在環境及相關教育政策面相的改變與學生自己本身身心狀態之改變，使得現在的學生承受著極沉重的學習壓力。

再加上近年來由於時代的觀念及社會的文化思想皆不同，國人生育率逐漸下降，造成社會目前的少子化現象，而產生了所謂的「直升機父母」(helicopter parents)名詞的產生。「直升機父母」是指著過度參與且極度關注孩子的生活、學習等一舉一動的父母，「望子成龍、望女成鳳」，他們殷切希望自己的孩子能夠朝著父母心中所謂之「成功」邁進，對孩子的未來皆都寄予無限厚望，認為「萬般皆下品，唯有讀書高」，而孩童們就在這種父母高度期望成功中的氛圍下成長、求學。而讓這原來理當是快樂的求學階段的學生，失去原本求學的樂趣！研究者從事教育相關工作十多年，發現孩子們已經不是用達到哪些能力來定義學習的成效，而是用得到的分數高低來為學習的成效下定義，這並不是我們所樂見預期的呀！

教育的目標是希望讓孩子們能「快樂學習」，藉此能為未來學習奠定重要基石，並期許學生們能夠發展出多元的能力，得到適性多元的教學內容。然而，在新世紀的這群孩子們，真的可以快樂學習嗎？近年來，透過各項媒體中，國小學生因家庭、課業等壓力而做出傷害自己的事件層出不窮，令人看了感到心情沉重，令人不解的是，國小階段

的學生原本該要快快樂樂學習的，然如今沉重的壓力不是只會在大人身上出現，也是成為孩子們無法逃脫開的枷鎖，而目前社會教育當局、教師與家長們能否深切理解？

在現今教育學制中，就讀國小學程的學生不用參加基測，也無須面臨沉重的各項升學考試，理當來說應該是可以「快樂學習」的。但是我們所看到的事實卻不是我們所預測的這樣，「望子成龍、望女成鳳」，家長都希望自己的孩子能夠贏在起跑點上，所以學生的壓力反而增加許多。根據講義雜誌中的(第八屆)小朋友幸福大調查中，可以發現從2001年到2008年，這八年間中，兒童的整體幸福感比例分別為84.8%、80.8%、76.5%、74.6%、78.5%、79.0%、79.9%、78.8%，可以比較這些年來的數據比率分配，小朋友的對於整體幸福感的感受程度呈現持續下降的趨勢。這顯示出小朋友明顯感受到自己不幸福以及不喜歡上學！其中一個重要原因是為課業學習壓力太重，天天都考試、比較分數的高低，成績如不好則遭到父母的責罵處罰，並且還會被指責沒有未來等，學生的日子是不好過的（柴松林、蔡文哲，2008:45-54）。

教育改革後，補習班的數量直線成長超過五倍，來補習的學生年齡愈來愈低，百分之七十國民小學高年級的孩子，放學後會上安親班或補習班，百分之三十七的學生會補習一科，百分之三十的學生可能要補兩科，甚有超過百分之三十以上的學生補習達到三科及四科，而一個家庭每月花在學生補習班或安親班的錢平均超過六千元。但是，超過一半的孩子都明顯的表示「不喜歡上補習班或安親班」（孫曜樟，2005）。教育改革的結果可以呈現出國小學生的壓力不但未減輕，還從學校內的壓力延伸至放學後的補習班中，尚未達到學生培養學習的興趣，帶來多元能力的發展，卻先造成孩子學習上的壓力。

高年級階段是小學邁入中學時期一個重要的銜接點與轉捩點，家長對孩子的成績自然期望也較高。每到畢業季節，不是欣喜接受孩子踏入另一個階段的喜悅，反而關注的是孩子的姓名是否有出現在補習班的紅榜或跑馬燈的電子螢幕上。升學壓力，從往日的國中延續到國小高年級；也從以往的少數家庭蔓延到全國的家庭中。使全國所有的父母

親皆帶到了所謂「高度父母期望」的氛圍中，這些父母介入孩子的學習生活中，他們希望孩子能夠讀到他們所認定的「好學校」或是所謂的「明星學校」，才能夠有好的未來！如果沒辦法出現在所謂的紅榜中，那這些父母們將會利用各種管道，就是要孩子能夠符合他們的期望。但那些學校真的是孩子們想讀的學校嗎？孩子們也有自己的聲音，也有期望，但是有誰能夠停下來聆聽他們內心深處的期望呢？

身為國小老師多年的我，擔任過不同年段的導師，深深能夠體會高年級小朋友面臨到的沉重學習壓力，也能體會家長的殷殷期盼！舉例來說，研究者擔任高年級導師時，常看到孩子呈現兩極化的反應，一種是看到題目就表示早就在補習班寫過了；一種是看到題目不到三分鐘，就直接趴下休息準備交白卷或是都用猜的。到底這些孩子出現了哪些問題？他們的心理到底在想什麼？我想這也是很多父母及教師想要了解的問題所在。而在與家長溝通上，家長關注的焦點在於學科評量的分數，似乎只要孩子能達到家長所訂的標準分數下，其他行為事件似乎不那麼重要！到了高年級時，也因為要考私校或是資優班，家長往往會在孩子參與的社團及補習班中做個抉擇，而這個抉擇也通常是犧牲孩子的興趣，來成就學業！

家庭和學校是為學生的主要兩個生活環境，所以孩子的壓力的面向也主要是來自於這兩者。尤其是家庭為影響最深的環境，在家庭中每個成員間互動關係，都會產生許多影響孩子的價值判斷及生涯選擇的原因，其中有影響力包括父母的職業、父母的教育程度、家庭的經濟情況與父母對其孩子的期望，都會影響到孩子的未來生涯選擇（張振成，1984）。社會的變動其中一項重要指標就是父母對子女的期望，其重要性已經逐漸受到重視（周新富，2006:16-87）。在孩子的成長過程中，教師和父母會透過「期望」間接或是直接的來影響學生、子女的自我認知概念及其各項學習表現（郭惠雯，2005）。

就如「比馬龍效應」一樣，父母期望孩子變成什麼樣子，孩子可能就會成為父母心中所期望的樣子，而且孩子也能夠從其父母的照顧、重視及鼓勵中，增加自己的自尊和

自信，進而刺激自己的學習動機，影響孩子的學習表現。在教學的現場中，每當見到孩子的父母時，就會發現一個很特別的現象，也就是什麼樣的家長，就會有什麼樣的孩子！當然這也許不是全面性，但從中的確可以看到家庭的影響對於學童的養成教育來說，影響力很大（楊環華，2008）。然而若當父母的期望過高時，反而也會造成反效果，也就是會增加孩子的學習壓力。父母期望是指父母依子女的各項表現，對其未來發展方向所賦予的期望與評價（曾建章，1996:31-37）。Wild 研究發現：學生的學業期待是受到父母期待的影響，父母對孩子的教育採鼓勵與支持將有助於孩子去提升學習動機（1997:55-77）。父母的期望也會直接或間接影響到子女的人格形成和成就表現（楊筱筠，2007:17）。由上可知，父母之期望對學生學習動機與成就扮演舉足輕重的角色。所以可知父母『期望』會直接或間接影響孩子人格形成及成就表現，本文想探究其到底是助力抑或是阻力呢？會對學生產生什麼樣的心理影響呢？這是本研究的動機之一。

當人們面對壓力時，正向思考的人會選擇直接面對並解決問題，也會適時的向四周人事尋求協助；但負向思考的人可能就不是如此了，社會新聞上面常會出現的自殘、自殺、攻擊等等更劇烈的因應方式，造成美滿家庭的破裂，也讓社會處於更不安的變動中。

研究者服務於台中市南屯區的國民小學多年，接觸到許多過度焦慮且過度介入孩子的家長，也輔導過不少因承受沉重學習壓力而悶悶不樂的學生。研究者欲了解高年級學童在面對高度父母期待下，學習時的壓力源為何及其會造成學生產生哪些感受、壓力？這是本研究的動機之二。

那他們在理解感受父母的期許之間所產生的學習壓力之後，是以哪些因應的方式來降低自己對於學習壓力及自我調適的感受。這也是本研究的動機之三。以期能夠將之結論建議提供給所有教師及家長最為參考，也期許能提供現行教育學者在擬定教育政策時，能做更全面周全的考量。希望每個學童能夠用安定及愉悅的態度來面對問題、解決問題，方能快樂學習。

第二節 研究問題與目的

根據上述的研究動機，本研究以國小高年級學生知覺父母期望與學習壓力及其因應策略之研究為重點，研究問題如下：

壹、研究目的

- 一、了解台中市高年級學生父母期望、學生學習壓力、學生因應策略之現況與差異情形。
- 二、探討不同父母期望之國小學生在學習壓力與因應策略之差異情形。
- 三、探討不同學習壓力之國小學生在父母期望與因應策略之差異情形。
- 四、探討台中市高年級學生之父母期望、學習壓力與因應策略之相關情形。
- 五、根據研究結果，提出具體建議，供台中市教育行政機關、教師與父母做為參考。

貳、研究問題

- 一、台中市高年級學生父母期望之現況與差異情形為何？
- 二、台中市高年級學生學習壓力之現況與差異情形為何？
- 三、台中市高年級學生因應策略之現況與差異情形為何？
- 四、不同父母期望之國小學生在學習壓力與因應策略之差異情形為何？
- 五、不同學習壓力之國小學生在父母期望與因應策略之差異情形為何？
- 六、台中市高年級學生之父母期望、學習壓力與因應策略之相關情形為何？

第三節 重要名詞解釋

壹、國小高年級學生

國小高年級學生指就讀國民小學在學學生，本研究之國小學生係指為一百零一學年度就讀於台中市南屯區公立國小之五年級和六年級在學學生。

貳、父母期望

本研究中的父母期望是指國小的父母，依據子女在其心目中的形象，及日常生活中，與子女溝通的方式，對其子女功課學業表現及教育發展方向，所賦予的期望，而經由學生認知知覺下，對學生所產生的意義及影響。

參、學習壓力

學習壓力係指學生在學習的過程中，因為有某種因素讓他產生憂慮、難過與煩惱的一些事情，經其本身評估適應狀況後，仍無法解決內心的困擾，而形成內心的壓力感受。

肆、因應策略

因應策略是指當國小高年級學生面臨學習壓力時，在情緒、認知、行為上所能採取的方法與應變方式。本研究的因應策略分為「積極處理問題」、「自我調適」、「消極逃避處理」、「負面情緒發洩行為」等四個層面，其中「積極處理問題」、「自我調適」屬於正向策略，「消極逃避處理」、「負面情緒發洩行為」則屬於負向策略。各層面的內涵分別敘述如下：

一、積極處理問題

國小學生在面臨壓力之時，能夠運用平日所學的觀念及能力，主動的面對問題、解決問題，並且也願意靠自己所能去多方找尋相關資料、自我充實能力，不斷的嘗試用己之力量克服困難。無法達成目標時，也能進而尋求支持協助，以求能夠由外力來協助自己解決問題。像是：請教老師、同學、父母，或著社會的相關支持系統。

二、自我調適

指國小高年級學童面對學習壓力時，會採取一些策略及方法來調適自我，讓自己的心理得到紓解與休息，以獲取身心平衡。如：修正自己不健康的觀念及想法、接納自己並訂立合理的標準、自我放鬆、從事自己喜愛的休閒活動等。

三、消極逃避處理

國小學生在面臨壓力之時，感到無可奈何，因而就採用消極逃避退縮的方法，不敢去面對問題、解決問題，將問題擺在一邊不管，甚於放棄自己，就隨遇而安吧！

四、負面情緒發洩行為

國小學生在面臨壓力之時，無法承受該問題所帶來的壓力，進而採取激烈手段來表現自己的情緒，像自殘、殘害他人、攻擊他人、大吼、暴飲暴食等，讓自己及身邊的他人都會因此而受傷難過。

第四節 研究方法與流程

壹、研究方法

本研究主要目的在探討了解國小高年級學生對於知覺父母期望下的學習壓力之程度，及其因應此壓力而衍伸的因應策略之間的相關之情形。研究方法以文獻分析法以及問卷調查之量化分析為主，期盼本研究能有更完整的論述，供教育機關、教師以及家長等相關人員參考之。

一、文獻分析法

本研究之文獻分析首先在於整理相關的研究資料為主，分析的內容在於探討父母期望的理論與相關研究、學習壓力之理論與相關研究、壓力因應策略理論與相關研究以及各項相關研究的主要發現。透過學生對於父母期望下的學習壓力與抱持的因應策略，使用「國小高年級學生知覺父母期望與學習壓力及其因應策略之研究問卷」之架構與內容，進而進行收回問卷，再針對內容分析與討論與相關文獻做對照，並進而做成結論與建議。

二、問卷調查法

根據文獻分析設計出問卷的基本架構和內容，再經由指導教授的修正與建議，行程問卷初稿，其次再由國內教育人員及實務現場的教師對問卷初稿進行專家審查，藉以建立專家效度。最後在預試統計方法下，進一步的逐題修正，至形成正式問卷，進一步應用SPSS PC for Windows軟體的統計方法，分析資料結果，歸納並提出研究者之意見以為參考。

貳、研究流程

為使能順利進行，研究者所擬定的研究程序分別敘述如下，如圖1-1：

一、確立研究主題與範圍

研究者身為一位國小教師，從身教學已經十年，從自己的教學經驗中，找出有興趣的問題，也希望能獲得相當程度的瞭解！尤其身處在台中市主要的精華區域，更感受到父母對於孩子的期望以及孩子所感受到的壓力，希望本研究可以給予現今的教育者及父母家長一些參考建議！

二、擬定研究問題

閱讀相關的期刊、論文與文獻資料之後，與指導教授討論下，確立主題為「國小高年級學生知覺父母期望與學習壓力及其因應策略之研究問卷」。主要的問題就是探討國小學生的父母期望、學習壓力與因應策略之現況以及相關情形。而問題的方向將符合現今孩子的教育情境以及能表達出孩子內心的真實感受！

三、蒐集整理相關文獻、建立研究架構

閱讀相關的期刊、論文與文獻之後，彙整出父母期望下的學習壓力之來源與因應策略的類型，作為本次研究的基本理論基礎。並透過文獻審閱與多方的討論，深入了解主題其包含的變項為何，以提高整體研究的信效度，並增加研究結果的可研究性。最後再根據本研究之目的，建立起研究架構。

四、完成問卷編製進行預試

根據研究動機與目的及參考文獻資料及與指導教授討論後，擬定問卷初稿，經修正後確定問卷初稿，再進行預試。

五、專家諮詢

經由預試之後，修改問卷中不適合的用詞以及不恰當的問句，並與指導教授〔專家效度〕的教導及與學校高年級同事之間彼此相互審閱、評論，以降低影響信度的因素，提高整體問卷的再測信度；並確保問卷內容能測量出本調查研究的問題，以提高整體問卷的效度，最後將進行正式的施測！

六、定稿進行正式施測

使用抽樣方法，將問卷發於台中市南屯區十間學校的高年級學生施測，再進行回收。

七、回收問卷，進行資料處理與分析

研究者回收所有問卷。問卷回收後，剔除掉無效問卷或資料不全的問卷，將所有有效問卷以SPSS PC for Windows 進行統計分析。

八、撰寫研究論文，提出結論與建議

最後根據統計分析結果，提出結論及建議。

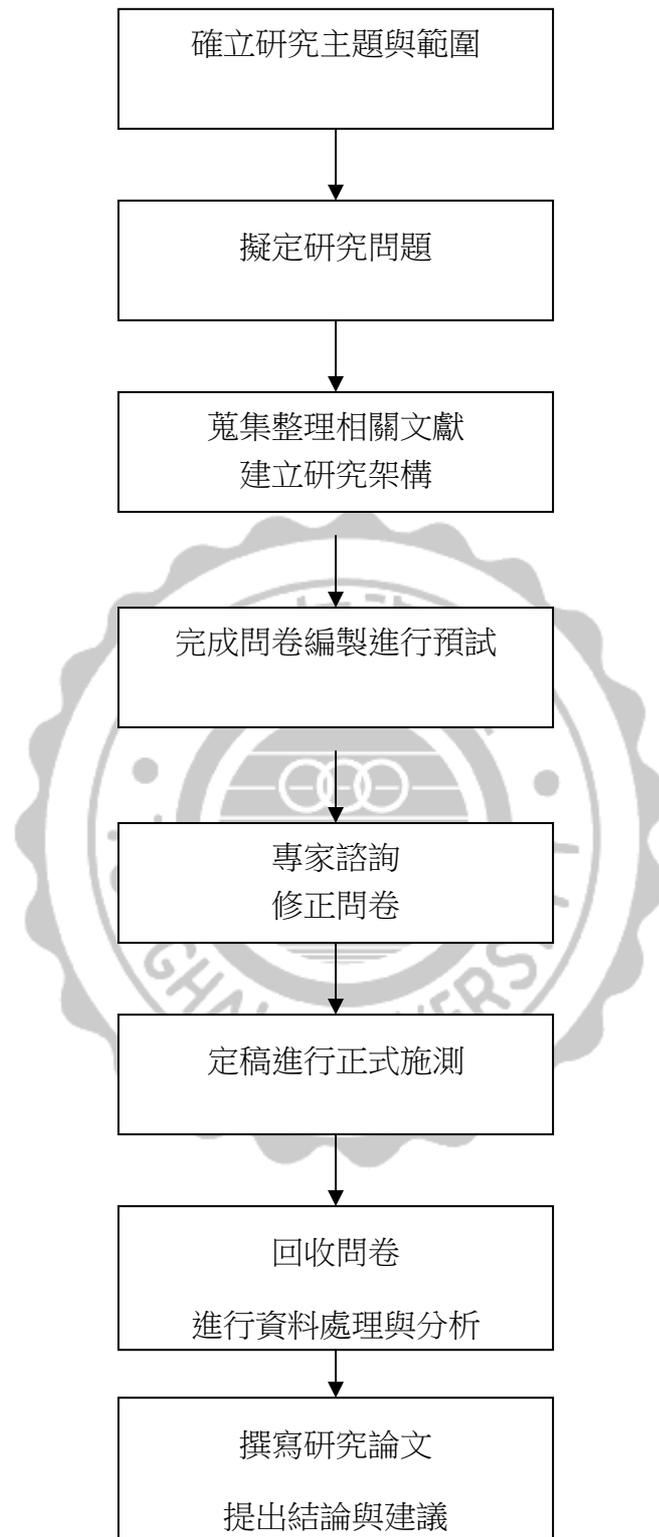


圖1- 1：研究流程圖

資料來源：研究者自繪

第五節 研究範圍

壹、研究範圍

一、研究地區、對象

本研究是以台中市南屯區公立國小為取樣範圍，研究其中的五年級、六年級的學生，探求國小學生在知覺父母期望下學習壓力及其因應策略之現況。

二、研究內容

本研究是依「文獻探討」歸納分析結果，建構本問卷的基礎，採「問卷調查法」進行研究。採取問卷調查法來蒐集資料，以瞭解國小學生在知覺父母期望下學習壓力及其因應策略之現況，並討論因應策略對學習壓力之預測分析，針對結果提出所統計的結果及研究者的建議。



第二章 文獻探討

能閱讀相關書籍與期刊的研究加上中外學者研究報告論文中進行探究，讓研究者能掌握方向及重點。同樣，前人所提供之結論與建議，可以提供我們除了可以比較結果異同與其造成之原因，也可以在研究之前，事先避免可能發生的錯誤，讓研究更臻完備。

依據研究目的，本章文獻探討按照以下觀點探討之：第一節探討父母期望的理論與相關研究，包括父母期望的定義、父母期望發展的階段、父母期望的理論模式、影響父母期望的相關因素、子女對父母的期望知覺研究。第二節探討學習壓力之理論與相關研究，包含壓力的意義與理論、壓力的影響、壓力的來源、種類以及學習壓力的相關研究。第三節為壓力因應策略理論與相關研究，包括因應的定義、因應策略的理論、因應策略的方式、類型。第四節為各相關研究的主要發現。

第一節 父母期望的理論與相關研究

家庭是兒童從小成長及教育的首要場所，而重要的影響人物通常是父母。父母可以說對子女來說是具有決定性的重要他人，也是獲得認同的對象，透過長時間且自然的親子接觸互動，而對孩子具有潛移默化的功能。其影響力將會更勝於學校教師，因為親子的相處時間一般來說較多於師生相處，而且親子相處也比師生相處較為自然，情感成分較重。

Havighurst (1971)也指出：「家庭是為學校的準備，學童之學校的表現，大部分會依據其家庭如何為學童準備而定。」研究顯示父母對子女的管教方式（劉明松，1998：123-140；王燕、張雷，2005：182-196）、父母教育參與（吳武典、林繼盛，1985：97-115）、

父母對子女的期望（張春興，1981：31-40；張世平，1983；Chen，1992； Scoot-Jones，1995；呂虹霖，2004）等等，都會影響學生的學業成就。本研究針對「父母對子女的期望」進行探討，針對父母期望的意義、父母期望模式、子女對父母期望的知覺以及影響父母期望的因素進行文獻的歸納與分析（許玉芳，1997：24-26）。我們可以發現父母期望對於學童來講，是有著一定的影響力的。

壹、父母期望的定義

一、期望的意義

談到父母期望的意義，我們得要先了解「期望」的概念代表的是什麼？期望是指「在某一種行動下能否造成某項結果的機會，也是個人對在某種情境下所衍伸出的某種行為，可猜測隨之而來的結果；而影響到做決定的主要因素，是期望產生抉擇後有可能的結果，且個人的每項期望都會影響個人行為的發動與持續性。」（楊環華，2007：9）

Finn(1972: 398-410)對期望下了一個定義：「個人對他人或自我所有的意識或潛意識的評價認定，使評價者對被評價者表現所持評價為真的態度，甚至於他會期許被評價的人表現與其所持評價一致的態度。」

一般來說，父母期望孩子照著此期望來前進，以期讓孩子得到更好的報酬以及自我肯定。

二、父母期望的意義

針對父母期望的意義，本研究自行整理如下：

表2- 1：父母期望的定義

學者	定義
曾建章 (1996:31-37)	在日常生活中，父母會依據子女的各項行為表現，對其未來發展所給的期望方向與評價。
張善楠、黃毅志 (1997)	父母對子女學業成就表現以及未來成就的冀望。
侯世昌(2002)	希望子女接受何種教育，父母通常有兩種心態，一是指對學業成績及未來成就上對子女的期待；二是指在品德修養上的期望及人際關係對子女的期待。
林淑娥(2003)	父母能對子女的學習成就及表現所能賦予之正向評價與深切期望。
吳孟鏞(2004)	子女在於父母的印象中以及日常生活的相互互動經驗，父母對其學業表現、發展給予適當期望及評價。
楊筱筠 (2007:17-19)	父母對孩子的期望在子女當下的學業成就、各項表現上，更是包括了對子女品行行為以及生涯發展、職業選擇的期望。
許玉芳 (2008:26-27)	父母依據子女性別、日常表現，以及彼此互動的經驗，而對子女在學校學業成就、行為表現、最高學歷表現以及未來生涯職業及最後成就的期許。

資料來源：研究者自行整理

由上述的定義來歸納，我們得知父母對子女的期望不是只有在當下的學業成就表現上，也涵蓋了對子女品格表現、人際關係以及未來職業及成就的期許。父母的教育期望不只是有表徵在其所具有的價值觀，也會使用直接或是間接的行動表現出來，父母在對於子女的教育期望會類轉為實際的行動，進一步影響著子女的整體表現及未來的教育成就。

三、知覺父母期望與知覺教師期望的差異

對於父母期望及教師期望，同樣對孩子而言都是期待，但是還是有所差異，「由於親子關係相當密切，固父母期望比教師期望更容易被孩子所知覺，其所影響自我應驗的效果也具影響力。」(楊筱筠，2007：18-19)。

張春興(1991)在比較父母對子女的期望與教師對學生的期望，指出兩者在性質上至少有三點不同：

表2- 2：知覺父母期望與知覺教師期望的差異

項目	教師對學生	父母對子女
期望	可能正向也可能負向	大多數是正向的
影響力	較小	較大
從「知覺」角度	較不易為學生所知覺	容易為子女所知覺。

資料來源：研究者自行整理

孩子是父母永遠的寶貝，基於「青出於藍，更勝於藍」的心態，對孩子永遠是正向的期待！也由於關係親密、相處時間又長，所以父母對孩子的影響力無庸置疑，孩子也較容易知覺到父母對自己的期待。教師與孩子相處時間較短，面對的孩子眾多，所以較沒辦法做個別式關懷與溝通，所以孩子較無法知覺到教師對己之期待。

貳、父母期望發展的七個階段

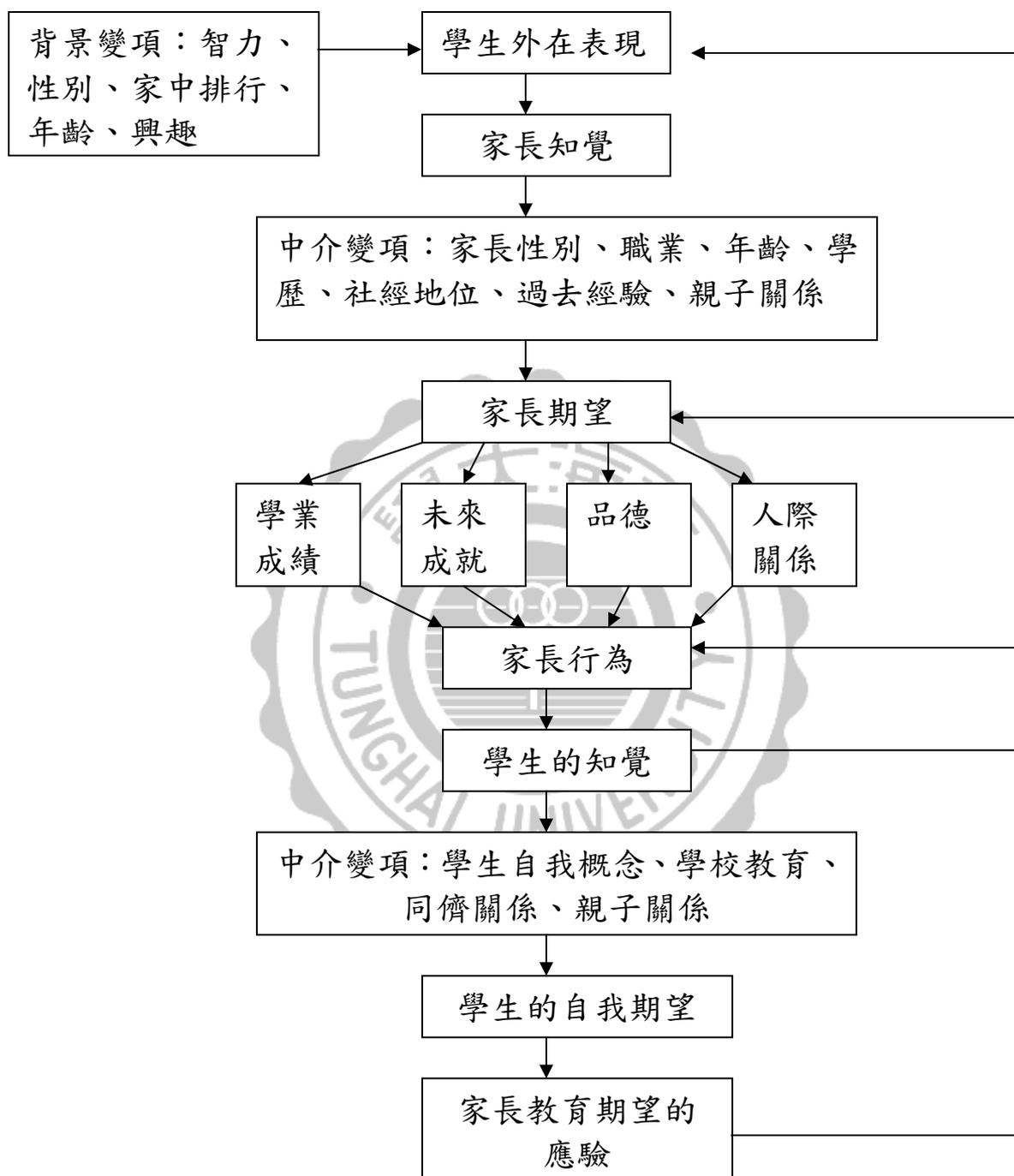


圖2-1：家長教育期望階段

資料來源：國民小學家長教育期望、參與學校教育與學校效能之研究（32 頁），侯世昌，2002，國立台灣師範大學教育學系博士論文，未出版，台北市。

父母是子女學習成長過程中的重要影響者，可將家長教育期望歸納為七個階段（侯世昌，2002:18-35）說明於下：

一、學生的外在表現

學生因個別的生活條件或生長環境的不同，在每個方面將會有不一樣的成就與行為表現，而以學生在人格特質、智力、性別、年齡、家中排行等因素的將會影響個別的行為表現。

二、家長的知覺

學生外在行為而將會為父母所知覺，而學生實際的外在表現與父母的知覺愈雷同，親子間的關係互動會更加融洽。

三、家長的期望

學生受到家長性別、職業、父母過去的學習成長經驗及親子間的互動關係等影響，將會調整自己對子女表現的知覺期望，進而建立對孩子的教育期望。

四、家長的行為

對子女的教育目標有所期盼的父母，表現出為外界所容易發覺的態度以及實際行動，尤其在與子女間的互動上特別顯著。

五、學生的知覺

學生知覺從父母的態度行為或直接言語告知，覺察到父母對自己的教育期望為何，而學生所知覺到的父母期望與父母實際的期望愈接近，親子愈容易溝通，產生良好互動，以建立適當的期望水準。

六、學生之自我期望

清楚父母對己的期望後，學生會影響對於自我的概念、成就動機及對自己的期望水準，並因而影響其實際的行為表現。

七、家長教育期望的應驗

學生的實際表現或成就水準如與父母的教育期望相符合，長久之下，顯示家長教育期望的應驗。相反，如果學生的實際行為表現或成就水準與父母的教育期望不相符合，則父母需思其所知覺到的子女表現正確與否，以重新建立或改變其對子女的教育期望和行為。

由各階段期望可以理解，父母對於自己孩子外在的各方面表現，在父母的性別及社經地位等中介因素的影響之下，進而建立對子女的期望方向，並在日常生活中表現出來；之後，學生透過與父母長期的互動下，知覺了父母對自己的相當期望值後，進而也影響到學生的自我期望塑立與外在表現。

子女知覺父母期望在整個模式中是個關鍵點，如同朱瑞玲（1989）所指出：「父母的行為要如何影響子女，主要是透過「子女知覺」家長的態度所發揮效果的。」那麼父母的期望如何為子女所知覺？國內外學者對於父母的期望讓子女所知覺的方式有許多相關研究，研究結果整理如下：

表2-3：國內外學者對於父母的期望讓子女所知覺的方式之相關研究

學者	研究
Xie, Seefeldt & Tam (1996)	重視兒童的行為和學校成績外，更將成績視為兒童未來表現是否會成功，以及代表家庭榮耀的指標，因此用心將資源投在兒童的學業上。
Blake (1989)	父母對子女教育的關心情形，他指出父母的時間、金錢、精力是有限的，隨著子女數的增加，有些教育資源可能逐漸被稀釋。
巫有鎰 (1999)	父母盡全力的投入其教育資源於子女的教育及認知學習的相關事務上。
簡伊淇 (2002)	從父母所投入的教育資源，而溝通出來的教育互動行為中可以了解父母對子女的期望。

資料來源：研究者自行整理

參、父母期望的理論模式

能提供孩子經濟、心理、生理與教育上，最大的支持者莫過於父母，所以父母對孩子的期望將對孩子產生顯著的影響力（許玉芳，2008:26-30）。以下就幾個學者提出「父母期望」的理論模式加以說明，以了解其運作的過程。

一、Frome 和 Eccles 的理論模式

Frome 和 Eccles (1998)發現，「父母對學生能力與需要努力的知覺比學生的成績更能預測學生自我能力的概念與學科困難度。除此之外，父母的知覺則介於學業成績與兒童自我能力的概念與學科知覺之間。」也就是表示說，父母會依據孩子之前的成績表現而對孩子能力以及需要付出努力的感覺，而會影響學生對自我概念與學科困難度的感覺，最後則會影響學生自我成功的期許。如圖 2-2：



圖2- 2：學生成就知覺模式

資料來源：國小學童的教師期望、父母期望與自我效能、學業成就之相關研究（27 頁），

許玉芳，2008，國立屏東教育大學心理輔導教育研究所，未出版

二、Zimmerman, Bandura 和 Martinez-Pons 學生自我動機與班級成績的社會認知模式

Zimmerman, Bandura 和 Martinez-Pons (1992:663-676)提出「學生自我動機與班級成績的社會認知模式」。「根據子女先前的學業成績表現，父母因而對子女的學業成就期望設定了標準，如此影響學生對自我調節學習的效能以及學生自我成績的目標訂定，然後影響著學生的學業成就表現。」(許玉芳，2008:27-28)。由此可知，父母期望會影響對學生自我價值判斷以及學業表現，如圖 2-3：

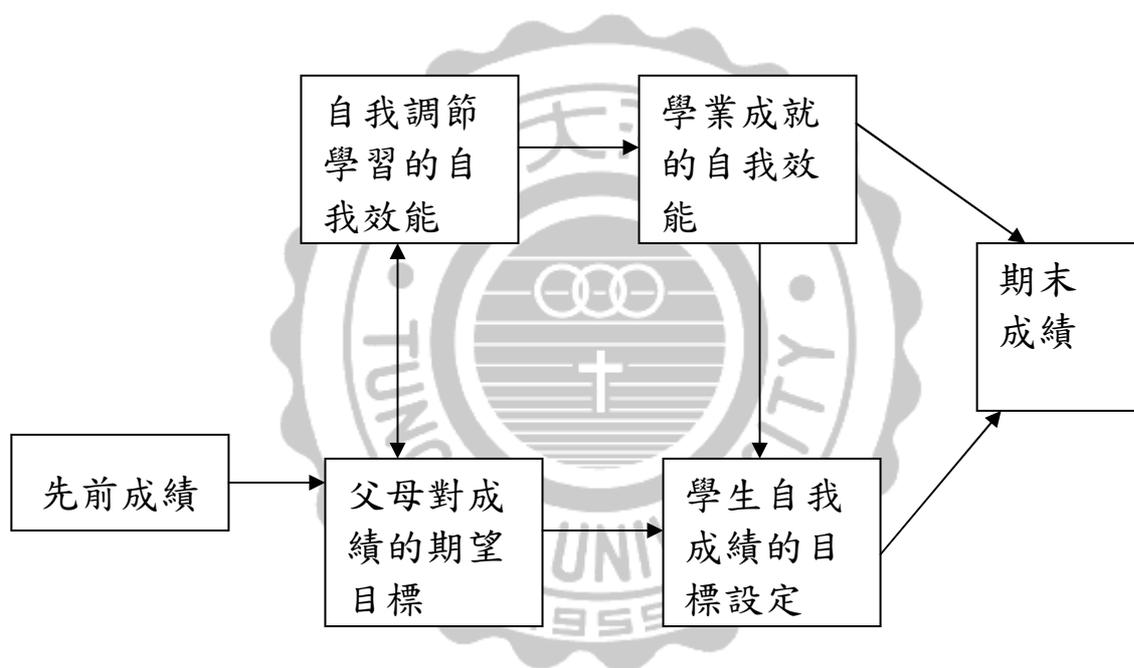


圖2- 3：學生自我動機與班級成績的社會認知模式

資料來源：”Self-motivation for academic attainment: The role of self-efficacy beliefs and personal goalsetting,” by Zimmerman, B. J., Bandura, A., Martinez-Pons, M. , 1992, *American Educational Research Journal*, 29(3), 671.

三、學者Finn的期望網：

國外學者 Finn(1972)的期望網可知，「受到個體的年齡、性別、種族、能力及以往成就等因素，會影響到個體父母的期望、教師的期望、同儕的期望以及他人的期望。父母、教師及同儕期望也會與個體期望產生互動模式，進一步形成個體對自己的自我概念，最後影響到孩子的成果表現。這些都為文化傳統和需求及個人被知覺到的特性」因此，家長對子女的關心和期望是會影響到子女的學業行為之表現（楊環華，2007:11-12）。模式如圖 2-4 所示：

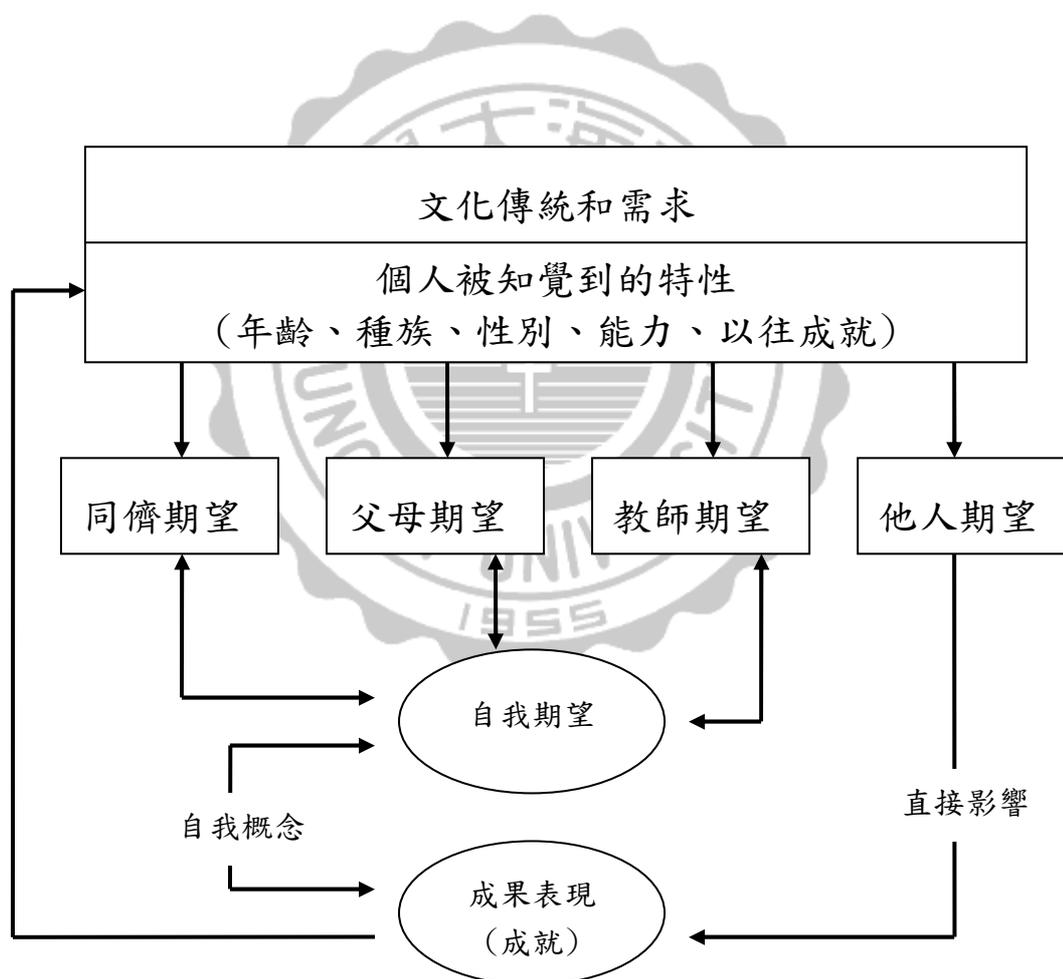


圖2- 4：Finn 的期望網

資料來源：” Expectations and the educational environment, ” by Finn, J. D.. , 1972, *Review of Educational Research*, 42(3), 395

四、Blake 的資源稀釋模式

社會學者 Blake 提出「資源稀釋模式」說明出父母對其子女基本教育的關注情況，指出由於父母的子女數，讓父母的經濟及非經濟資源會被逐漸稀釋，像是教育投注資源及參與其他活動的機會，還有與子女互動等。家長對孩子教育上的支持，像是對子女的期望，會影響子女的教育學業表現。換而言之，父母的社經地位、資本、時間等原因，都會多少影響父母對子女的期望，進一步影響到孩子的課業表現(Blake, 1985:84-94)。

在期望網中，學童的自我期望與對自我概念和成就表現有密切的關係，因此家庭環境和父母對學童的自我期望有著重要的影響。從這個理論來說，個人的自我期望會與父母期望、教師期望、同儕期望以及他人期望產交互及直接影響，而影響程度，則因人而異，看個體與誰的關係較為密切，一般來說，大都是父母期望的影響會大於其他重要他人的期望。

從上述的四種父母期望模式中得知，父母對子女的期望，除了會受到家庭社會背景、子女數等的影響，父母也會根據子女先前的表現是否合乎父母的經驗、態度與價值觀等個人特質，而對子女產生期望。子女由父母行為的表現態度，讓子女知覺到父母的期望逐漸影響學生對自我的觀念，進而形成自我的期望。

肆、影響父母期望的相關因素

從文獻資料中，影響父母期望的因素可能有家庭社經地位包括父母的職業與教育程度、家庭居住地、父母教育態度、子女性別、子女的人數、子女的出生序、子女的年齡等等。茲就本研究欲探討的子女性別、學生年級、以及父母教育程度等因素，綜合整理學者的相關研究論述，加以分析說明如下：

一、子女性別

父母對子女的教育期望可能跟性別有關；然而也有研究指出父母對於子女的教育期望不會因為子女的性別有明顯的差異。在傳統來說，可能因為傳統「重男輕女」的觀念根深蒂固來影響。但是在近年來，由於社會環境的改變，家庭結構的變遷，由以往的大家庭逐漸轉變成小家庭，再加上少子化的影響，父母對子女性別的期望是否也會有所轉變，這是本研究想要深入探討的，因此將子女性別納入研究變項之一。

二、父母教育程度

父母的教育程度對子女教育期望具有最直接的影響，認為父母的教育程度影響其價值觀念，進而影響子女對子女的教育期望。但是由於社會環境的改變，教育的普及，父母教育程度普遍提升之下，會不會影響父母對子女的教育期望，這是本研究想要深入探討的，因此將父母教育程度納入研究變項之一。

有關這方面的研究，研究者自行整理出相關研究，如下表 2-4 不同背景變項與父母期望的相關研究。

表2- 4：不同背景變項與父母期望的相關研究

背景變項	研究結果	研究者
性別	無顯著差異	張世平（1983）；Richman, E. R. (1990)； 簡伊淇〈2002〉；柯銀德〈2003〉；吳孟錚〈2004〉
	有顯著差異	周裕欽、廖品蘭 (1997)；吳燕和(1998)；張怡貞 (1998)；黃菁瑩(1999)；呂虹霖(2004)；
家庭社經地位	無顯著差異	林清江（1980）；吳幼妃，（1982）；周裕欽、廖品 蘭，（1997）， Chang(1994)；楊筱筠（2007）
	有顯著差異	Natriello 和McDill (1986)；林俊瑩（2001）；簡伊淇 (2002)；林淑娥（2004）
父母教育程度	無顯著差異	楊瑩（1995）
	有顯著差異	黃菁瑩（1999）；楊景堯（1993）

資料來源：國小高年級學生知覺父母管教方式、父母期望與自我調整學習關係之研究（21-23 頁），楊筱筠，2007，國立台南大學教育學系課程與教學碩士班，未出版：臺南，及相關文獻自行整理。

伍、子女對父母的期望知覺

學生透過與父母長期的互動下，知覺了父母對自己的相當期望值後，進而也影響到學生的自我期望塑立與外在表現。但對子女來說，要先能夠知覺父母對他們的期望，才可能達成以上的父母期望。國內外學者有許多對子女對父母的期望知覺相關研究，研究結果整理如下：

表2- 5：子女對父母的期望知覺相關研究

學者	年份	相關研究
郭生玉	1975	父母的期望水準與子女的能力差距過大，對子女追求成功的動機傾向有不良的影響。
張春興	1981	自我知覺與對父母期待知覺間的差距以及與學業成就的影響是成正比的。而父母的不切實際的期待也會造成學生行為困擾。
朱瑞玲	1989	父母的期望如何影響子女，主要是經由子女知覺家長的態度所發揮效用的。
張世平	1983	學生自我的期望與對父母期望知覺關係十分密切。
Chen	1992	子女知覺到父母對其學業能力有較高評價，其學業表現也較良好。
呂虹霖	2004	學生知覺的父母期望與學業成就的關係高於父母期望與學業成就的關係。
許玉芳	2007	父母期望與學生能力一致時，才能發揮最大功效，否則，父母的過高的期望，反而變成子女沉重的負擔，影響人格發展。

資料來源：國小學童的教師期望、父母期望與自我效能、學業成就之相關研究〈29-30頁〉，許玉芳，2007，國立屏東教育大學心理輔導教育研究所。

由上可知，父母給予子女期望時候，應要適當的傳達「期望」給子女，使其得到正確的期望知覺，只有當父母期望與學生能力一致時，才能發揮其效果。

第二節 學習壓力的理論與相關研究

學習的過程中，經常會遇到許多阻礙，讓個體產生壓力，以下在探討學習壓力的理論與相關研究。以下分為四個部份介紹：壹、壓力的意義與理論；貳、壓力的影響；參、壓力的來源、種類；肆、學習壓力的相關研究。

壹、壓力的意義與理論

「壓力」(stress)來自於拉丁文中的 *stringere*，意指艱辛。而我們日常所用的 *stress*，則是得自 *distress* (苦惱) 的縮寫。」(吳蔚銘, 2009:16) 在每個人生活中，「壓力」是必然出現的，如果能夠適應壓力、管理壓力，便可以使「壓力」成為我們的「動力」；如果無法適應壓力、管理壓力，「壓力」就會成為我們的「阻力」。當外界對你有所要求，你的身體會有所反應，這時就是「壓力」的形成。

在日常生活中有太多的壓力源，對某部份人來說，壓力可能讓他們更加積極向上、勇於面對挑戰，但是對其他人來說，則可能是無限的焦躁不安與痛苦，學習讓自己坦然面對壓力，而不是逃避壓力，將是每個人皆須努力的方向 (柯武宏, 2009:11)。

近年來除了物理科學之外，心理學家、社會學家、醫生也經常使用這種概念。而在國內外學術研究上，對於「壓力」都有深入探討，也產生出各式不同的看法，綜合各方學者意見，可分為下列三種取向：刺激取向、反應取向和互動取向，國內外學者有許多對壓力定義相關研究，研究結果整理如下表 2-1：

一、刺激取向（原因）

表2- 6：刺激取向之壓力定義

學者	年份	定義
Kanner	1981	壓力是一種刺激或是一個事件，不管它是真實或想像，只要它能使個體失去原有的平衡狀態，並刺激個體內在的適應過程以恢復原有的平衡狀態之刺激或事件。
呂敏昌	1993	壓力是指一種刺激或事件，其發生會使個人失去原有的平衡狀態，並激發個體內在的適應歷程以恢復原有的平衡狀態。
陳彰儀	1995	壓力的意義係指：個體面對他不能處理或破壞其生活和諧的刺激事件所表現出來的特定或非特定的行為模式。
Morris	1996	壓力是指任何會引起緊張或威脅，並且個人必須去改變或調適的環境事件。
張春興	2007	壓力是個人在面對具有威脅性刺激情境中，一時無法消除被壓迫的感受，如此感受經常因某些生活事件而持續存在，即演變成爲個人的生活壓力。

資料來源：研究者自行整理

刺激取向的觀點，在了解分辨各種情境的刺激，找到壓力來源，強調壓力來源的重要性，認為外在環境刺激所引起的壓力，會影響內在的心裡感受，而造成個人的生活變動，舉凡生活的改變、生活中的瑣事、重大事件的發生等等，均是壓力源所在。但此取向忽略了個體對壓力容忍度及個人內在心理因素的個別差異，相同的壓力來源對不同個體，並不一定會造成相同的壓力反應，在不同環境裡面對壓力時會有不同的反應和處理方式。

二、反應取向（結果）

表2- 7：反應取向之壓力定義

學者	年份	定義
Eysenck	1983	壓力是個人所經驗到的事件所帶來的心理緊張程度。
Thoits	1986	壓力是面對突如其來的或是已經長時間困擾著個體在日常生活種種行動的一種不願面臨的情況。
Hobfoll	1989	注重個體對壓力的生理反應，忽略了壓力對個體產生的心理影響，也輕忽了個體辨識，評估壓力和改變情境的能力。
張明麗	1991	壓力係個體為適應內外環境，產生的一種特殊反應結果。
蔡嘉慧	1998	壓力是一種反應狀態，個體在面對外在之威脅情境時，在生理及心理上所產生應對之反應，此反應受到個人特質和心理歷程之影響。
藍采風	2000	壓力是指個人對外界的一種反應，舉凡外界的人、事、物都能造成個人生理與心理的反應。
郭靜晃	2002	壓力是一種心理狀態反應，來自個人認知過程，所以當個人資源及能力不足以應付環境所需時，所產生的心理反應。

資料來源：研究者自行整理

反應取向的觀點中，壓力就是一種反應，壓力狀態主要分為兩個成分（心理成分與生理成分），心理成分，包括個人的行為、思考狀態與情緒，而生理成份則是包括各種身體的激動，如心跳加快、口乾舌燥、胃部不適、流汗等等。這些因為壓力而產生的所有心理反應與生理反應皆稱之為壓力狀態。（林孜洳，2011:24-25）

三、過程取向（經過）

表2- 8：互動取向之壓力定義

學者	年份	定義
Lazarus	1991	壓力是個人與環境中人、事、物的一種特別關係，此種個人與環境中人、事、物的關係，被評估是有心理負擔的，或超越其資源所能負擔的，以及危害心理健康及個體綜合福祉的概念，始被稱之為壓力。
Martin 與 Schermentharm	1983	壓力是個人對於人與環境配合的要求、限制及機會，所產生的主觀和知覺而發生的正向或負向反應狀態。
Turner 與 Roszell	1994	幾乎任何生活上的改變都可能成為壓力來源，可視壓力為一種個體認知與環境交互作用的結果。
Greenberg 與 Baron	1997	壓力是指個體面對外界壓力源時，情緒、認知和生理三方面交互作用產生的一種反應模式。
Robbins	2003	壓力是一種動態的條件，當個人面對機會、強迫或需求時，個人知覺其結果是不確定且重要的。
朱敬先	2000	壓力是一種複雜的身心歷程，包括壓力的來源、威脅的知覺和焦慮的反應。
施雅薇	2004	壓力是個體面對環境刺激，經過其主觀的認知過程，而產生心理的威脅及生理的激動之現象。

資料來源：研究者自行整理

過程取向的觀點，重視個體與環境的關係，統整了刺激取向與反應取向兩大觀點，認為壓力是外在刺激與個體反應的互動歷程，是相互影響的，壓力是個體與環境交互作用的結果，兩者互為因果，特別重視評估的概念，注重個體的認知評估及個體的因應能力，可以判斷個人認知及環境的需求。

不論是「刺激面」、「反應面」或「互動面」的壓力定義，其實基本面都包括「刺激---反應」的關係，只是強調的重點不同而已。

本研究要探討的是學生平常面對各項學習壓力而遭受到內外刺激事件，自我認知其能力和經驗不足以克服困難時，而體驗到的壓力，所表現出的生理、心理反應。我們可以從以下圖2-1發現壓力是一種「過程」，過程中包含人與環境之間持續的互動與交互作用，因此，過程取向也稱作「互動歷程」取向，此種取向綜合了上述兩種刺激與反應取向。

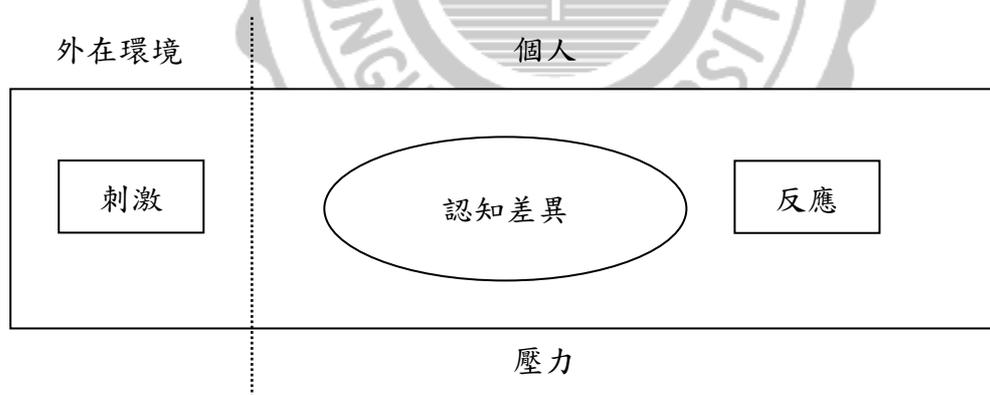


圖2- 5：過程取向的壓力定義

資料來源：國民小學組織氣候教師工作壓力及其因應方法之研究（43 頁），林純文，2006，國立屏東師範學院教育研究所。

貳、壓力的影響

「壓力被認為是生理和心理疾病的一個主要造成因素，舉凡環境、社會和心理的壓力因素皆在個人的健康上扮演重要的角色。長期的壓力也可能使孩子最終經驗到生理的耗盡和情緒上的枯竭。」以下表2-9將分生理、心理及社會方面詳述壓力對人的影響（劉寶，2002:37-38）。

表2-9：壓力在生理、心理和社會方面的影響

生理方面	心理方面	社會方面
壓力會使個人產生面對或逃避的兩種反應。可能直接的傷害身體組織，特別是循環系統；也抑制身體對抗疾病的防衛，而影響孩童的健康，像是失去胃口、消化不良、身體疲累，增加傳染病的感染性。	壓力被認為會導致精神創傷後的壓力行為失常（PTSD）症狀的特徵出現，如激動、幻想、緊張、失眠症、對學校產生負向態度、失去注意力自殺、失去各項興趣等。	壓力會使人容易在人際關係中退縮、孤立、不願去承擔責任、工作容易失敗、表現出違法的行為、突然變得會侵略別人、愛發脾氣而妨礙社交功能、在學校表現不良、和父母發生衝突、朋友間出現問題。

資料來源：研究者自行整理

一般適應徵候群可分為三階段，各個階段的介紹如表2-10：

表2-10：一般適應徵候群的三階段

第一階段：警覺階段 (生活中持續不退的壓力)	第二階段：抗拒階段 (生活中持續不退的壓力)	第三階段：衰竭階段
1.副腎皮質擴大 2.淋巴系統擴大 3.激素水平升高 4.對特定壓力源產生反應 5.腎上腺素的分泌，這與高度生理興奮有關也與負面情感有關 6.容易屈服於高強度的壓力源 7.罹患疾病的可能性升高(如果延續下去，一般適應徵候群中較緩慢的成分將開始運作，於是進入第二階段)	1.副腎皮質收縮 2.淋巴結恢復正常大小 3.持續高度的激素水平 4.高度的生理興奮 5.ANS 之副交感神經部分的反作用 6.壓力源持續下去：對進一步致弱效應的抗拒 7.對壓力的敏感度升高(如果壓力繼續維持在高度水平，激素貯存量將會枯竭；開始感到疲乏，於是進入第三階段)	1.淋巴結構擴大，功能不良 2.激素水平升高 3.適應性激素枯竭 4.抗拒原來壓力源或額外壓力源的能力減弱 5.情感體驗——通常感到消沉、沮喪 6.疾病 7.死亡

資料來源：心理學導論（369頁），游恆山，1999，台北：五南。

由上表2-9及表2-10可知，持續性的壓力的確會造成個體在各方面生理及心理及社會環境之功能性產生不良反應，最終可能也會面臨個體生活功能性全面的喪失，進入死亡階段，這將不是我們所樂見的結果。

參、壓力的來源、種類

壓力的來源依據學者葉重新（1999:417-425）在心理學這本書中提到，壓力的來源分為生活改變、生活瑣事、心理因素、不可抗拒的因素、不可預測的因素、天不從人願、人為的災禍與創傷後遺留下來的壓力等八大類，以下將就此六大分類分別說明之：（林孜洳，2011:28-30）

一、生活改變

日常生活中，常有不愉快或不順心的事，使得個人的日常生活作息產生改變，而感到莫名的壓力。如：考試成績不理想，家庭遭遇重大變故、投資失利等等，種種不愉快的事件，對個人的生理、心理產生很大的影響。

二、生活瑣事

在日常生活中瑣碎且無法逃避的事，也會造成壓力，像是家庭支出無法負擔、當失業或是無薪假等事件發生、工作不順心、個體本身或是家庭成員中有人身心不健康，使得生活在現代社會的人們壓力龐大，苦不堪言。再加上大環境的汙染造成全球暖化，進而使得海平面上升、氣候變遷、糧食危機…，人們當然感到壓力沉重。

三、心理因素

人們在日常生活中遭遇挫折的情境，因而產生挫折感。舉凡個人因素（自我的外貌、智力、體能…），或是外在因素（社會習俗、教育制度）的阻礙，皆會使人感到挫折。

四、不可抗拒或預測的因素

颱風、地震、洪水等事件，是人類所無法抗拒的，若因此類原因重創人們的家庭，將會使當事人產生極大的陰影與壓力。

五、人為的災禍

犯罪、暴力、侵犯…等事件充斥在今日社會中，人們都有可能遭受傷害而帶給人們莫名的壓力。

六、創傷後遺留下來的壓力

過去的某次經驗讓個體受到嚴重心靈創傷，即便事過境遷，但是對個體來說，心中那道無法磨滅的傷痕卻永不消失。如：參加越戰的美國退伍軍人在越戰結束後多年仍深深感受到壓力的存在。

壓力的來源，小至生活瑣事，大至某些重大的生活改變或是無法抗拒的事情，這些壓力存在於人們的生活周遭，無法拒絕，其對人們產生的衝擊，實在不容小覷（馮觀富，1992:29-32）。

「壓力不是成年人才會發生的，兒童也會產生壓力，只是壓力的種類不同。不同的年齡也有不同的壓力，在Barbara Kucgen（1987）在其著作的“Chidhood Stress”一書中對6至12歲的兒童壓力根源有詳細的探討。

摘述各階段兒童壓力源：

- （一）六歲到七歲兒童壓力源有對父母師長的期盼、正式進入學校適應的疑懼、對新環境的害羞、在學校班級中進行的比賽、對生活敏感性、喜歡戲弄或受他人戲弄、兄弟姊妹競爭壓力、崇拜偶像、重視友伴。
- （二）八到九歲兒童壓力源有開始重視個人能力、父母權威管教、尋求他人的讚賞、不公平的遊戲、孤獨寂寞。
- （三）十到十二歲兒童的壓力來自性成熟、社交問題、身材的困擾、異性、幻想、

金錢、高度競爭、增進同儕認同、自我概念、父母的吹毛求疵、同儕壓力。」

(劉寶，2002:38-40)

我們可以了解學生學習最常面臨壓力事件主要來源為學校，而學校壓力大部分來自老師、同儕、暴力、功課、考試、校規、自我概念等。國內外學者對此都有相關的研究，研究者將各學者對壓力源的研究整理成表格，如表 2-11：

表2-11：壓力來源的相關研究

學者	年份	相關研究
高源令	1991	學生所知覺的生活壓力中與學校壓力有關的包括：同儕互動、受傷、老師上課聽不懂、考試考壞等。
楊玉女	1991	學業成績不理想、老師對我失望、未完成老師交代的作業、被記缺點、與同學發生磨擦、作業不會做。
梁培勇	1993	分別來自同儕、教師，考試、功課和身體，其中功課和考試分別高居壓力的前二名。
吳明隆 陳昭彬	1995	成績差距、課業壓力、學科學習、寫作業或教師教學態度的改變所產生的壓力、他人取笑、同儕冷落、考試受罰、強迫學習。
李錫津	1998	國小學生學習挫折情況是全面而非僅單一學生的現象。
林銘宗	1999	個人因素導致的課業壓力，包括自我期許、學科學習壓力等；外在因素導致的課業壓力，包括父母期望、教師教導、同儕壓力、補習、考試、升學等。

資料來源：研究者自行整理

肆、學習壓力的相關研究

一、學習壓力的定義

對於學習壓力的定義，許多學者提出相似的看法。而「學習壓力」有時也會被「課業壓力」或「學校壓力」所取代，但內涵都是大同小異。根據學習壓力的定義，我們可以根據表 2-12 歸納界定為：

表2-12：學習壓力的定義

學者	年份	定義
林銘宗	1999	學生在課業學習過程中，感受到來自個人因素、外在環境對課業表現的要求，知覺到環境中有妨礙課業表現的干擾因素，在評估過能力，自覺無法達成要求排除干擾，經其主觀評估後形成的一種受壓迫的感覺，進而引發身體上、認知上、情緒上和行為上的連鎖反應。
黃琪媚 黃瀟瑱	2005 2007	學習壓力是學生在學習過程中，可能遭遇到來自個人因素、外在環境對學習表現的要求，經由其主觀認知之後，足以讓其憂慮、懊惱、不安與煩躁，使其學習過程失去平衡或產生威脅之事件。
周巧芳	2006	兒童在學校生活中，經常會使之感到困擾、煩惱或不舒服之事件，經其主觀評估後會耗損或超越其因應資源之壓力源的感受程度。
許嘉容	2006	學生知覺到學校中可能對他造成威脅的事件或情境。
吳智惠	2007	在學習過程中，會造成學童困擾、不安、焦慮，經其主觀評估，覺得會耗損或超過其因應資源的事件。

資料來源：參考修訂"國中學生父母期望、學習壓力與因應策略之研究"（頁 26-28），楊環華，2009，國立高雄師範大學教育研究所，未出版，及相關文獻自行整理。

學生在學習的過程中，感受到來自個人、外在環境等因素對於自己學習表現的要求，自行評估條件後，足以讓個產生了憂鬱、退卻、不安等的感覺，進而引發個體認知、情緒和行為上的連鎖反應。

二、學習壓力的內涵來源

學生在求學階段，主要的生活圍繞在家庭及學校，因此主要壓力內涵就來自學習上的壓力，歸納國內學者對壓力內涵來源的探討，我們可以從表 2-13 學生學習壓力內涵之研究歸納出有四個主要面向：

表2-13：學生學習壓力內涵之研究

壓力源	學校		家庭	個人
	師生壓力	同儕壓力	父母壓力	課業壓力
郭靜姿	√	√	√	√
施佩芳		√	√	√
黃俊傑	√	√	√	√
曾肇文		√	√	√
林銘宗	√	√	√	√
孫瑜成	√	√	√	√
劉寶		√	√	√
蔡素美	√	√	√	√
張敏芳	√	√	√	√
吳智惠	√	√		
楊明珠		√	√	√
魏君容	√	√	√	√
李淑幸			√	√

資料來源：國小高年級學童數學學習領域的學習壓力與因應策略-以台中市豐原區國民小學為例（31 頁），林孜洳，2011，東海大學公共事務碩士專班碩士論文，未出版：臺中。

由此可知，如果以場所來分，可分為家庭、學校、個人三類。而本研究主要是瞭解國小學生學習壓力的現況，在分析上述文獻和研究者在教學職場的觀察後，將學習壓力分為四個層面：

- (一) 師生壓力：教師和學生在學校生活中的相處情形。教師與學生相處時間最長，也是最密切的人，同樣也是作為學生學習課程的要求者及檢視者，所以在師生互動的過程中，如果孩子表現未達教師標準，可能對孩子而言就會產生一種擔心受到懲罰的壓力。
- (二) 同儕互動壓力：年紀相仿的同學，朝夕相處，有著一樣的學習課程、一樣的作息、一樣的老師，不管什麼事情，總是會在意他人的感受及對自己的評價。因此學業成就較差、技藝不佳等都可能會遭受同學取笑，或是同學不願意一起學習、一同活動所產生的種種壓力。
- (三) 父母壓力：「贏在起跑點」以及「萬般皆下品，惟有讀書高」的觀念，深深影響每個父母，所以父母對於孩子的課業表現都有一定的要求。加上現在的父母總是用成績高低、能否考上私校或資優班，強迫孩子上補習班等來判斷自己孩子的優劣，甚於在在都讓孩子產生壓力。
- (四) 課業表現壓力：係指老師上課所教導的課程，在學生的認知下，屬於高難度的學習，所以學生沒辦法學會其課程所要求的能力指標，因而心理產生不適應甚至逃避放棄的一種歷程。包含上課聽不懂老師上課內容，上課習題不會解、回家作業也不會，無法達到該有的程度。

三、影響學習壓力之相關因素

學習壓力是多少學生最主要的壓力源，而不同的背景變項的學生之學習壓力是否有差異性存在？以下就性別、年級、學校規模、是否課後補習、父母親的教育程度來探討學習壓力之相關變項：

- (一) 性別：學習壓力在某些層面的感受程度是女生大於男生，有些層面則反之。
不同性別的國小學童在學校壓力感受度及壓力因應策略之使用程度具有顯著差異。
- (二) 年級：學習壓力在某些層面與年級有關，較高年級的國小學童對於學校壓力感受度較大，但有些層面則相反。而不同年級的國小學童在學校壓力感受度有顯著差異以及不同年級的國小學童在壓力因應策略之使用程度具有顯著差異。
- (三) 是否課後補習：有補習學生比未參與補習學生有較低學習焦慮，亦即未參加補習的學生有較高的學習壓力。
- (四) 父母的教育程度：父母的教育程度越高對孩子的期望要求就越嚴格，孩子使用的因應策略就較偏向負向。

以上研究對於各種變項對於學習壓力上的差異並沒有一致的看法，這可能與研究樣本在不同地區年級、不同個體人格特質或研究時間工具不同，因此是否因為哪些變項而使得學生對於學習壓力的感受性有所差異，這就是本研究所要做的更進一步的探討。

第三節 因應策略的理論與相關研究

在討論因應策略的理論與研究，在此就因應的定義、因應策略的理論、因應策略的方式類型，以及相關研究做一完整的探討。

壹、因應的定義

個體受到外在環境的影響，而產生壓力，在面對不同的壓力下，所產生的不同解決方法。Folkman (1984:839-852)認為因應策略是由過程取向的觀點來看，因應策略是一種涵蓋認知、行動、評價與再行動的動態歷程。

張春興（1991）定義個體在遇到困難時會採取一些較積極的因應策略，這些策略會因為情境的不同而有所改變，包含行動、思想等等有目的的意識行為，而非潛意識的防衛作用。

曾肇文（1996）定義壓力因應策略泛指當個體面臨壓力時，為了避免使自己產生焦慮、害怕的感覺，而在行為、認知、情緒上所做的一切努力。歐慧敏（1996）認為當個體面對某種問題，此問題已超過個體所有的資源和能力所能處理的範圍，為避免產生壓力、焦慮及其他身心疾病，個體會試著透過認知改變或行為努力去處理此問題的動態歷程，即稱之為壓力因應。蔡朝硯（1998）則指出個體藉由知覺到與外界互動的關係並自我評估對壓力之感受，已採取適當的因應策略解決問題，讓身心獲得最佳紓解的動態歷程。

張嘉茹（2009）則是表示壓力因應是一種面對壓力時的動態歷程，個體知覺到外在環境的改變與威脅，經過認知評估與調適之後，所採取的處理方式，以減輕壓力所帶來的負面效應。最後，林孜洳（2011）則把因應策略定義為：「壓力因應」是一種動態的

歷程，當個體遭遇到困難後，經由自我評估後發現外在的環境會對自我造成衝擊，將使自我感到害怕及焦慮，為避免上述情形之發生，所採取的處理方式即稱之為壓力因應策略。

研究者認為由以上可以發現因應策略的定義就是個體在與外界環境的互動中，知覺了問題及壓力，而感到憂鬱，內心自然會發展出為了解決問題，而產生的方法，而這種方法透過心理與生理的自我調適，再予以實際行動，行動後再進行評價，不重複以上步驟，再次給予行動反應，因此可之因應策略也是屬於一種動態歷程的實際行動。

貳、因應策略的理論

有關於因應策略的理論，研究者參考相關文獻共整理出以下四種模式：(蔣秀清、吳淑琬、黃財蔚，2007:1—24)

一、傳統的因應理論

(一) 動物模式 (animal model)：

認為個人要求生存就須了解環境中哪些是可預測、可以掌握控管的，如此才能避免、遠離或是解決重大的災難。所以，因應是一種降低面臨環境危險的行動，也就是為了降低壓力而產生的行動歷程，著重的是具體行為動作處理。

(二) 自我心理學模式 (psychoanalytic ego psychology model)：

重視個體內心認知的層面，強調使用認知的方式調解人與週遭環境間的關係。視因應策略為解決個體面臨的問題與壓力時，所產生而來具有真實感的想法，也就是主張個體內心認知與周遭環境之間的關係，產生了哪些壓力，進而採取的實際的做為。

二、Lazarus 和 Folkman 的認知模式理論(Lazarus & Folkman, 1984:839-852)：

主張因應是當個體面對壓力或情緒所採取的處理方式。由於人類必須不斷地與外界環境互動，因此特別強調其認知功能，認為產生壓力的情境時，內心會產生以下三個階段的認知評估：

- (一) 初級評估(primary appraisal)：當個體對壓力事件直接進行評估，判斷事件對於個體所產生影響性、以及是否會引起危險性的後果此即對該情況做初級的評估。
- (二) 次級評估(secondary appraisal)：對壓力事件採取之途徑過程與策略加以評估，個體在面對壓力源時，會自行詢問是否有能力來因應，並評估若是採取該種因應策略之後的結果為何。學者 Lazarus 認為個體在進行次級評估後，有四種可能的因應選擇：直接行動（面對問題並與以解決）、尋求訊息（先收集資訊再採取行動）、接納（接受現實並適應現況）、抑制行動（放棄所有想做的事）。
- (三) 再評估(reappraisal)：個體經過一段時間的調適整理後，對因應策略後產生的效果再次進行評估測量，進而修正錯誤的因應策略，最後可以提出更合適的因應策略。Lazarus 認為再評估就是一種進一步的回饋處理，分為「現實式處理」和「自我防衛式處理」兩種層面；現實式是因為新訊息出現所導致的再評估，而自我防衛式是因為個體無法改變現實而產生一種自我安慰的情形。

三、Billings 與 Moons 的因應理論(Billings, Moons, 1984) 其將因應策略分成三種方式

- (一) 評估類型的因應：「邏輯分析」，亦即對問題進行再確認並推敲行動後可能造成的後果；「對認知重新再定義」；「逃避認知」也就是抗拒逃避，不願接受相信問題就發生在眼前。
- (二) 問題類型的因應：「尋求相關的訊息或建議」，蒐集更多具體的意見，向個人支持團體尋求幫助；「採取行動以解決問題」，擬定各種可行的方案，直接面對並處理問題；「建立替代的獎勵」，山不轉路轉，轉換心境，別再鑽牛角尖。
- (三) 情緒類型的因應：「情緒調適」，正視自己的情緒變化，尋求適當的調適方法；「順其自然」，接受所有可能的結果；「情緒宣洩」，利用吼叫、大吃大喝…等等各種不同的方式來宣洩自己的情緒。

四、李坤崇、歐慧敏的因應策略（李坤崇、歐慧敏，1996:241-262）

當因應策略被當作是解決問題時，為了避免產生不必要的困擾、憂慮、害怕等身心疾病，而藉由認知、行為的多重改變，努力去面對問題、解決問題的動態歷程。分成兩種策略：

- (一) 採取正向策略：直接去面對問題並採取行動，藉以改善個體與外界環境互動的關係，改變自我與尋求資源，克服障礙解決問題。
- (二) 避免負向策略：在面對生活困擾與壓力時，暗示自己避免產生不良的情緒、避免攻擊他人、壓抑自己或自我逃避，而造成人際互動不佳，同時也可能會採取其他違反社會規範或服用不當藥物而讓自己獲得傷害。

參、壓力因應策略的相關研究取向

整理以上的研究取向中，可以發現對於壓力因應方式策略可以分「積極處理問題」、「自我調適」、「消極逃避處理」、「負面情緒發洩行為」等四個層面，其中「積極處理問題」、「自我調適」屬於正向策略，「消極逃避處理」、「負面情緒發洩行為」則屬於負向策略。

一、積極處理問題

國小學生在面臨壓力之時，運用平日所學的觀念及能力，主動的面對解決問題，並且也靠自己所能去找尋相關資料、自我充實能力，不斷的嘗試用己之力量克服困難。無法達成目標時，也能向尋求老師、同學、父母，或著社會的相關支持系統支持協助。

二、自我調適

指國小高年級學童面對學習壓力時，會採取一些策略及方法來調適自我，讓自己的心理得到紓解與休息，以獲取身心平衡。如：修正自己不健康的觀念及想法、接納自己並訂立合理的標準、自我放鬆、從事自己喜愛的休閒活動等。

三、消極逃避處理

國小學生在面臨壓力之時，感到無奈，因而就採用消極逃避退縮的方法，不敢去面对問題、解決問題，將問題擺在一邊不管，甚於放棄自己，就隨遇而安吧！

四、負面情緒發洩行為

學生在面臨壓力之時，無法承受該問題所帶來的壓力，進而採取激烈手段來表現自己的情緒，像自殘、攻擊他人、暴飲暴食等，讓自己及身邊的他人都會因此而受傷難過。

第四節 各個理論的相關研究

本節旨在探討父母期望、學習壓力與因應策略的相關研究，以下分為二部分介紹：
一、父母期望與學習壓力的相關研究；二、學習壓力與因應策略的相關研究。

壹、父母期望與學習壓力之相關研究

每個孩子都是父母最珍貴寶貝，希望寶貝能夠有更美好的未來，但是這種期望是否都會水到渠成亦或是可能會造成親子之間緊張的氣氛呢？是否會造成孩子因此有更大的學習壓力？我們可以理解父母期望將會是子女學習的重要壓力源之一。適度的期待會提高學業成就，但過度期望則會造成壓力，讓孩子無法承受產生逃避、憂慮等情緒反應，進而影響生理反應等。不論是國小、國中、高中或大學的學生，研究可以發現其中的一部分壓力源是來自父母對孩子過高的期望，造成子女有達不到父母期望之煩擾，而且可以發現父母期望的程度與壓力感受達顯著正相關。在此整理出國內學者對父母期望與學習壓力的相關研究，以作為研究者在研究父母期望與學習壓力的參考依據，以其能讓此研究更具有可參考性、更具有完整性，如下表 2-14 國內學者對父母期望與學習壓力的相關研究：

表2-14：國內外學者對父母期望與學習壓力的相關研究

研究者	年份	主要發現
侯世昌	2002	學生自我期望與父母期望相符合，則子女將更有信心，表現得更好，反之，則子女心中會產生壓力感。
蔡素美	2004	國小學童課業壓力感受以「父母壓力」最大，「老師壓力」最小。
周文菁	2004	高中生的壓力來源則為「自我要求」、「父母期望」、「考試」、「課業」及「師長期望」

表 2-14 〈續〉

何金針	2005	期許是壓力來源之一，若期許與表現並不一致時，就會產生壓力。因此，這些期望無形中造成了孩子的學習壓力，在孩子成長的過程中，父母、師長、甚至同儕、手足，都是孩子學習過程中壓力的來源。
張敏芳	2005	國小音樂班學生，發現若父母給予子女過高的期望，子女會有達不到父母期望之壓力且壓力隨年級遞增有加劇之現象。
李文芳	2008	台北市國中生家長的「教育期望」與「子女行為困擾」之間也有典型相關

資料來源：國中學生父母期望、學習壓力與因應策略之研究(52-53 頁)，楊環華，2009，國立高雄師範大學教育研究所，未出版：高雄。

貳、學習壓力與因應策略之相關研究

「國內國小或國中學生的學習壓力與因應策略之間都具有顯著相關性，不同的學習壓力會影響到發展出不同的因應方式」我們就國內學者相關研究，研究出學生的學習壓力與因應策略的相關情形，就如下表 2-15 國內學者對學習壓力因應策略的相關研究：

表2-15：國內學者對學習壓力因應策略的相關研究

研究者	年份	學習壓力主要發現
陳永和	2003	國小兒童的學校生活與其因應方式有顯著相關，其中正向事件與問題焦點呈正相關，負向事件，分別與逃避、發洩情緒呈正相關。
蔡素美	2004	學童在面對課業壓力時，最常使用「面對問題」，最少使用「情緒發洩」之因應策略。中、高壓力組的學童使用「延宕逃避」、「情緒發洩」等兩項策略的頻率，高於低壓力組的學童
周巧芳	2005	國小高年級學童最常使用「積極處理」之壓力因應策略，最少使用「情緒發洩」之壓力因應策略。
吳蔚銘	2009	當社會領域學習壓力愈高時，學童便愈常使用負向因應策略，反之，則正向因應策略的使用程度愈低。

資料來源：國小高年級學童數學學習領域的學習壓力與因應策略-以台中市豐原區國民小學為例(41-42 頁)，林孜洳，2011，東海大學公共事務碩士專班碩士論，未出版：臺中，自行

第三章 研究設計

本研究旨在探討國小高年級學生知覺父母期望、學習壓力及其因應策略為何，在經過文獻分析、整理後，採以問卷調查之量化分析為研究方法，其使本研究有更完整的探究。

第一節 研究變項與架構

壹、研究架構

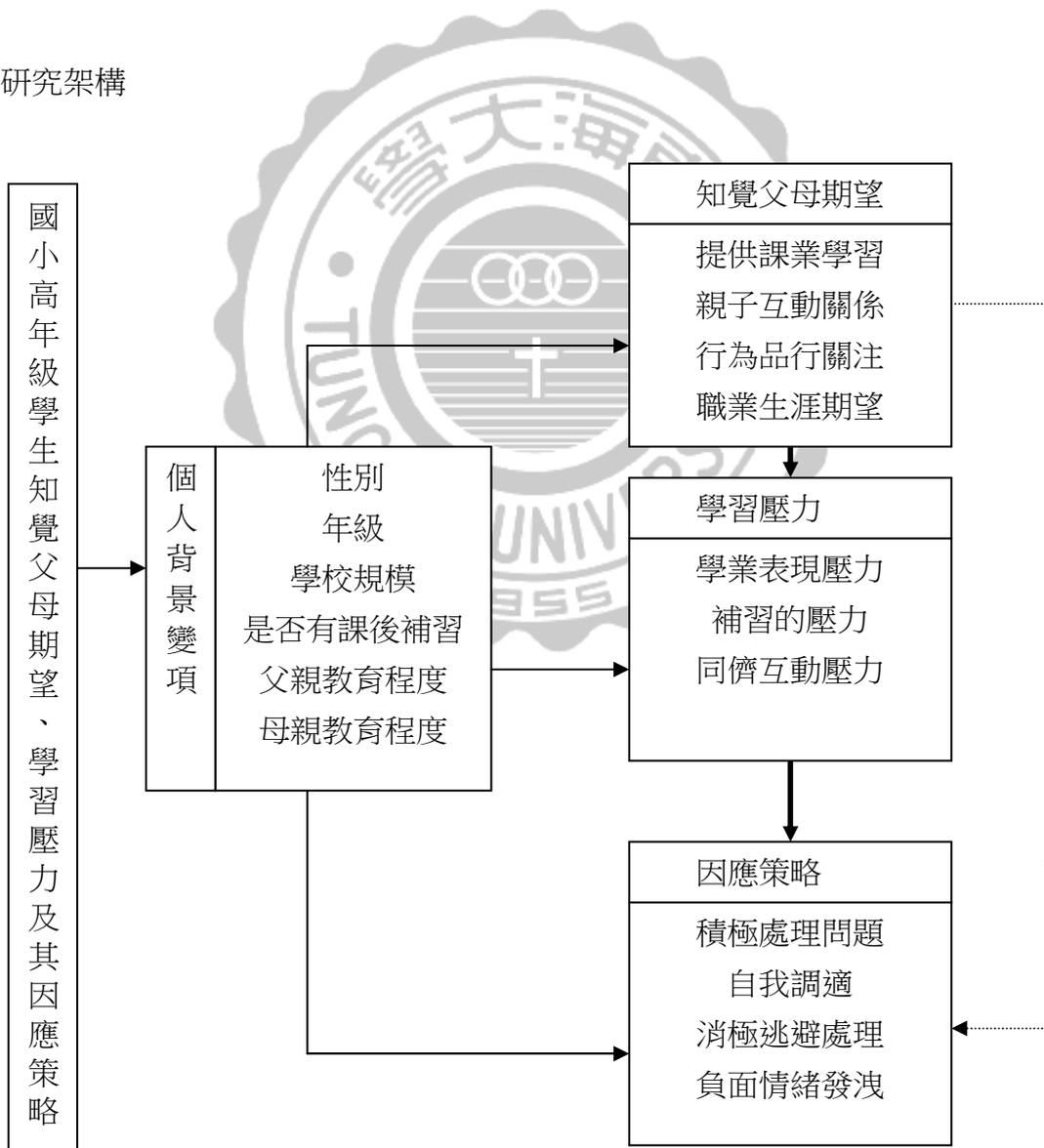


圖3-1：研究架構圖

貳、研究變項

一、個人背景變項

會影響學童的知覺父母期望下的學習壓力以及自行發展出的因應策略，將隨著性別、年級及學校規模而有所差異，再者，現今學童多有課後額外補習，從其中也會影響孩子的學習壓力程度；最後再推及家庭，父母的教育程度也會直接、間接影響著孩子感受到學習壓力程度的大小，故研究者選定性別、年級、學校規模、是否課後額外補習、及父親的教育程度、母親的教育程度等六大變項，作為本研究的背景變項。

二、國小學生對父母期望的知覺

國小高年級學童的日常生活範圍不外乎是家庭，對學童產生最直接影響的就是父母，日以繼夜的相處，讓孩子知覺到父母對己的期望，而間接直接影響到孩童的學習壓力以及所產生的因應策略。所以在此分成四個層面來探討：提供課業學習、親子互動關係、行為品行關注、職業生涯期望。

三、學習壓力

國小高年級學童的會產生壓力的範圍不外乎是學校或是補習班，而壓力源就與學校老師、學校同儕等有相當程度的關係，加上部分孩子本身期望自己能夠達到老師、父母的要求，也會給自己壓力，故研究者在學習壓力這一塊分成三個層面來探討：學業表現壓力、補習的壓力、同儕互動壓力，作為本研究的三大壓力源。

四、因應策略

為了因應這些家庭上、學習上的種種壓力源，國小高年級學生有些會選擇正向的因應策略，有些則選擇負向的因應策略。選擇正向的策略，他們會去檢查發覺問題的所在點在何處，直接面對處理問題，另一方，他們有可能會尋求老師、同班同學、親朋好友的支持與慰藉，並由自我內心對話讓自己的情緒低潮與不安獲得調適；然，選擇負向的策略的孩子，一般都不願直接面對問題，他們習慣逃避問題，也不會管他人眼光，以尖叫、破壞東西等方式來發洩情緒。因此，研究者選定積極處理問題、自我調適、消極逃避處理、負面情緒發洩行為等壓力因應策略，作為本研究的四大壓力因應策略。

第二節 研究工具

壹、初擬問卷的個人背景變項資料

本問卷第一部分為個人背景變項資料，包括性別、年級、學校規模、是否課後額外補習、父親的教育程度、母親的教育程度六個變項，其基本類別及選項如下：

- (一) 性別：男/女。
- (二) 年級：五年級/六年級。
- (三) 學校規模：大型/中型/小型。
- (四) 是否課後額外補習：是/否。
- (五) 父母親的教育程度：國中以下/高中職/大學或專科/碩博士/其他。

貳、問卷編製

本研究是利用研究者依據楊環華（2009）問卷編製而成「國小高年級學生知覺父母期望、學習壓力及其因應策略問卷」，經由指導教授及擔任小學高年級之資深教師修訂整理而成。

一、父母期望問卷

（一）問卷內容

本問卷第二部份為父母期望問卷，主要在了解國小高年級學生是否知覺到父母對自己的期望壓力的感受度。根據第二章文獻探討整理出父母期望的四個相關因素，包括「提供課業學習」、「親子互動關係」、「行為品行關注」及「職業生涯期望」等四個層面來探討。

（二）作答與記分方式

該問卷採用李克特式五點量表方式計分，受試者依據各選項中與自己感受最相符的情形作答。每一題各有五個選項，分別是「總是這樣」、「常常這樣」、「偶爾這樣」、「很少這樣」、「從不這樣」，得分分別給予 5、4、3、2、1 分。得分越高，表示受試者感受到父母期望越大，反之，得分越低，表示受試者在感受到父母期望越小。

二、學習壓力問卷

(一) 問卷內容

本問卷第三部份為學習壓力問卷，主要在了解國小高年級學生在對學習壓力的感受度情形。根據第二章文獻探討整理出國小學生學習壓力，包括「學業表現壓力」、「補習的壓力」、「同儕互動壓力」等三個層面。

(二) 作答與記分方式

該問卷採用李克特式五點量表方式計分，受試者依據各選項中與自己感受最相符的情形作答。每一題各有五個選項，分別是「總是這樣」、「常常這樣」、「偶爾這樣」、「很少這樣」、「從不這樣」，得分分別給予 5、4、3、2、1 分。得分越高，表示學習壓力越大，反之，得分越低，表示受試者學習壓力越小。

三、壓力因應策略問卷

(一) 問卷內容

本問卷第三部份為壓力因應策略問卷，主要在了解國小高年級學童生面對父母期望下的學習壓力時，所使用的因應策略情形。根據第二章文獻探討整理出國小學生學習壓力的因應策略，包括「積極處理問題」、「自我調適」、「消極逃避處理」、「負面情緒發洩」等四個策略。

(二) 作答與記分方式

該問卷採用李克特式五點量表方式計分，受試者依據各選項中與自己感受最相符的情形作答。每一題各有五個選項，分別是「總是這樣」、「常常這樣」、「偶爾這樣」、「很少這樣」、「從不這樣」，得分分別給予 5、4、3、2、1 分。得分越高，表示越常使用該策略，反之，得分越低，表示受試者越少使用該策略。

參、信度、效度分析

一、信度分析

為了解問卷的有效及可靠性，需要進行信度考驗分析。本研究信度以 Cronbach's α 值來考驗題目的一致性， α 值越高，表示信度越好。以下就是針對此次問卷調查所分析的結果，結果如下表 3-1。

表3- 1：國小高年級學生知覺父母期望、學習壓力與因應策略問卷各層面信度摘要表

各層面	題數	分量表 α 係數
父母提供課業學習	4	0.738
父母親子互動關係	5	0.784
父母行為品行關注	4	0.864
父母職業生涯期望	4	0.745
學生學業表現壓力	8	0.756
學生補習的壓力	4	0.845
學生同儕互動壓力	5	0.746
積極處理問題	4	0.789
自我調適	4	0.854
消極逃避處理	5	0.784
負面情緒發洩	4	0.798

資料來源：研究者自行整理

二、效度分析

研究者將完成的問卷初稿，給與指導教授討論修正完之後，再次請擔任或曾經擔任國小高年級的教師提出修正意見，以確保問卷內容語句是否適合國小高年級的學生閱讀及填答，詳情如表 3-2。研究者彙整指導教授與國小高年級資深教師的意見，以及預試中國小高年級學生所遇到的問題，更正問卷中較不適切的用詞，再度與指導教授討論完後，即刻完成本研究之問卷定稿。

表3- 2：協助審閱問卷之專家名單

姓名	服務單位
柯義龍	東海大學教授
陳姿菁	現任惠文國小組長，曾任高年級
陳瑋民	現任惠文國小高年級老師
吳芝瑩	現任惠文國小高年級老師
呂慧勳	現任惠文國小高年級老師
姚秋蘭	現任惠文國小高年級老師
吳奕萱	現任惠文國小高年級老師
黃雅勵	曾任惠文國小高年級老師

資料來源：研究者自行整理

第三節 研究對象

本研究之標的母群體(target population)為一百零一學年度就讀公立國民小學五至六年級的學生，考量樣本的代表性及變異性，所以依照學校規模分成大型、中型、小型學校，從高年級中抽取母體，並以班級為基本單位，採用便利抽樣方式，委請任教於國小高年級的老師協助施測。

壹、正式樣本

一百零一學年度就讀於台中市南屯區十所公立國民小學之高年級普通班的學生，不包含資優班、資源班及特殊班。由下表可知，各校高年級的學生人數分別為，惠文國小 1075 人、大新國小 1087 人、東興國小 690 人、永春國小 664 人、文山國小 488 人、黎明國小 504 人、南屯國小 484 人、鎮平國小 308 人、大墩國小 263 人及春安國小 85 人，整體合計共 5648 人，共 554 個班級。詳細學生人數比例表，請見表 3-3。

本研究將台中市南屯區的十所公立公民小學依照全校班級數，共區分為三類，第一類（大型學校）：60 班或以上；第二類（中型學校）：31-59 班；第三類（小型學校）：30 班或以下。台中市南屯區有四所學校（惠文國小、大新國小、東興國小、永春國小）屬於大型學校，四所學校（文山國小、黎明國小、南屯國小及鎮平國小）屬於中型學校，其他兩所皆屬於小型學校（大墩國小、春安國小），請見表 3-3。

表3-3：台中市南屯區國民小學之高年級學生比例一覽表

學校名稱	學校規模	全校總班級數(班)	五、六年級學生數 (人)	抽樣比例
惠文國小	大型	99	1075	19.03%
大新國小	大型	98	1087	19.25%
東興國小	大型	68	690	12.22%
永春國小	大型	67	664	11.75%
文山國小	中型	51	488	8.64%
黎明國小	中型	49	504	8.93%
南屯國小	中型	48	484	8.57%
鎮平國小	中型	32	308	5.45%
大墩國小	小型	30	263	4.66%
春安國小	小型	12	85	1.5%
合計		554	5648	100%

資料來源：台中市政府教育局〈2013〉。抽樣比例=高年級學生人數所佔全台中市南屯區之高年級學生人數之比例，2013年5月13日，取自：

<http://www.tc.edu.tw/school/student>

貳、抽樣樣本

依照分層比例隨機抽樣的方式（羅清俊，2007），以臺中市南屯區十所公立國民小學高年級學童共 5648 人為研究母體，依照十所學校之高年級人數多寡為分層依據，再以隨機抽樣的方式，隨機抽取 360 人為正式施測對象。

抽樣人數=總抽樣人數*抽樣比例。

五年級抽樣人數=抽樣人數*五年級學生數/五、六年級學生數。

六年級抽樣人數=抽樣人數*六年級學生數/五、六年級學生數。

由於母體數小於五十萬，所以採用小母體的抽樣數公式，將 $Z_{\alpha} = 1.96$ ， $N = 5648$ ， $CP = 0.05$ 代入下方公式後，計算得出樣本數為 360 人，信心水準為 95%，抽樣誤差在±5%之內。小母體樣本數公式如下：

$$n = \frac{Z_{\alpha}^2(0.25)N}{Z_{\alpha}^2(0.25) + (N-1)C_p^2} = 359.75$$

隨機抽樣的方式是先按學校規模進行分層，再依班級人數做比例分配，使用部落抽樣的方式，進行簡單抽樣，也就是本研究之問卷調查對象，請見表 3-4。

表3- 4：台中市南屯區國民小學之各校抽樣人數分配表

學校名稱	抽樣比例	高年級人數	五年級人數	六年級人數	抽樣人數	五年級抽樣人數	六年級抽樣人數
惠文國小	19.03%	1075	461	614	69	30	39
大新國小	19.25%	1087	511	576	69	32	37
東興國小	12.22%	690	307	383	44	20	24
永春國小	11.75%	664	304	360	42	19	23
文山國小	8.64%	488	237	251	31	15	16
黎明國小	8.93%	504	232	272	32	15	17
南屯國小	8.57%	484	226	258	31	14	17
鎮平國小	5.45%	308	142	166	20	9	11
大墩國小	4.66%	263	128	135	17	8	9
春安國小	1.5%	85	38	47	5	2	3
合計	100%	5648	2586	3062	360	164	196

資料來源：參考於台中市政府教育局〈2013〉，台中市南屯區國民小學之各校人數，2013年5月13日，取自：<http://www.tc.edu.tw/school/student>。

參、問卷發放回收情形

問卷發放回收情形，可以參閱表 3-5 正式問卷發放之學校名稱、數量及回收情形一覽表。

表3- 5：正式問卷發放之學校名稱、數量及回收情形一覽表

學校名稱	學校規模	發出問卷（份）	有效問卷（份）	無效問卷（份）
惠文國小	大型	79	77	2
大新國小		79	76	3
東興國小		54	53	1
永春國小		52	52	0
文山國小	中型	41	41	0
黎明國小		42	41	1
南屯國小		41	39	2
鎮平國小		30	29	1
大墩國小	小型	27	27	0
春安國小		15	15	0
合計		460	450	10

資料來源：研究者自行整理

綜上所述，因為採用小母體的抽樣數公式算出預計的總樣本數為 360 份，與本研究回收的問卷數 460 份，兩個數據相當靠近，可以確保本文的準確度與可信度。

第四節 研究實施與假設

壹、實施程序

本研究旨在探討國小高年級學生知覺父母期望、學習壓力及其因應策略為何，在經過文獻分析以及整理後，採以問卷調查之量化分析為本研究方法，根據相關的架構編制出問卷，再經過專家審核建議後，實施問卷之調查，程序如下：

一、問卷預試

問卷初步編制完成後，以立意抽樣的方式，僅抽取台中市協和國小、忠明國小每校 28 人進行預試，總計回收問卷 56 份，有效回收率為 100 %。進行預試，以了解此份問卷的有效性。

二、問卷修正

回收後對預試之資料進行信度及效度考驗和指導教授討論後，編成正式問卷。

三、問卷調查

本研究以台中市南屯區國民小學高年級為對象，經過比例抽樣後，正式問卷將發於南屯區十所國小施測，先得經過該學校同意後以郵寄方式發問卷，統一彙集後收回。

貳、研究假設

根據本研究的研究動機、架構，提出下列研究假設：

假設 1：不同背景變項之國小高年級學生，其在父母期望上有顯著差異。

- 1-1：不同性別對國小高年級學生，其在父母期望上有顯著差異。
- 1-2：不同年級對國小高年級學生，其在父母期望上有顯著差異。
- 1-3：不同學校規模對國小高年級學生，其在父母期望上有顯著差異。
- 1-4：是否課後參加補習對國小高年級學生，其在父母期望上有顯著差異。
- 1-5：不同父親教育程度對國小高年級學生，其在父母期望上有顯著差異。
- 1-6：不同母親教育程度對國小高年級學生，其在父母期望上有顯著差異。

假設 2：不同背景變項之國小高年級學生，其在學習壓力上有顯著差異。

- 2-1：不同性別對國小高年級學生，其在學習壓力上有顯著差異。
- 2-2：不同年級對國小高年級學生，其在學習壓力上有顯著差異。
- 2-3：不同學校規模對國小高年級學生，其在學習壓力上有顯著差異。
- 2-4：是否課後參加補習對國小高年級學生，其在學習壓力上有顯著差異。
- 2-5：不同父親教育程度對國小高年級學生，其在學習壓力上有顯著差異。
- 2-6：不同母親教育程度對國小高年級學生，其在學習壓力上有顯著差異。

假設 3：不同背景變項之國小高年級學生，其在因應策略上有顯著差異。

- 3-1：不同性別對國小高年級學生，其在因應策略上有顯著差異。
- 3-2：不同年級對國小高年級學生，其在因應策略上有顯著差異。
- 3-3：不同學校規模對國小高年級學生，其在因應策略上有顯著差異。

3-4：是否課後參加補習對國小高年級學生，其在因應策略上有顯著差異。

3-5：不同父親教育程度對國小高年級學生，其在因應策略上有顯著差異。

3-6：不同母親教育程度對國小高年級學生，其在因應策略上有顯著差異。

假設 4：不同父母期望之國小高年級學生，其在學習壓力和因應策略上有顯著差異。

4-1：不同父母期望之國小高年級學生，其在學習壓力上有顯著差異。

4-2：不同父母期望之國小高年級學生，其在因應策略上有顯著差異。

假設 5：不同學習壓力之國小高年級學生，其在父母期望和因應策略上有顯著差異。

5-1：不同學習壓力之國小高年級學生，其在父母期望上有顯著差異。

5-2：不同學習壓力之國小高年級學生，其在因應策略上有顯著差異。

假設 6：國小高年級父母期望、學習壓力與因應策略有顯著相關性。

6-1：國小高年級父母期望和學習壓力有顯著相關性。

6-2：國小高年級學習壓力與因應策略有顯著相關性。

6-3：國小高年級父母期望與因應策略有顯著相關性。

第五節 資料分析與呈現方式

本研究問卷回收後，剔除作答不完全以及空白作答等無效問卷，以 SPSS for Windows 套裝軟體進行統計分析。再根據本研究所用之統計方法，分析方法分別敘述如下：

壹、現況分析

為了解國小高年級學生知覺父母期望下學習壓力及其因應策略的現況，以次數分配表、平均數與標準差等描述性統計了解國小高年級學童之特性及分布情形。

貳、差異分析

為了解國小高年級學生知覺父母期望下學習壓力及其因應策略的現況關係，針對性別、年級、是否有課後補習等變項進行獨立樣本 t 檢定；針對學校規模、父親教育程度、母親教育程度等變項進行獨立樣本單因子變異數分析，變異數分析時， F 值若達顯著水準 ($p < .05$)，則進一步以 Scheffé 法進行事後比較，以了解不同背景變項國小高年級學生在父母期望、學習壓力與因應策略之差異，並得知不同父母期望對國小高年級學生在學習壓力與因應策略之差異，不同學習壓力的國小高年級學生在父母期望與因應策略之差異。

參、相關 (Correlation) 分析

以 Pearson 積差相關來討論國小高年級學生知覺父母期望、學習壓力及其因應策略等各變項的相關性，針對各層面進行反應狀態的分析。

第四章 研究結果分析與討論

依據研究問題的次序共分為以下六節：第一節為不同背景變項的國小高年級學生父母期望之現況與差異分析；第二節為不同背景變項的國小高年級學生學習壓力之現況與差異分析；第三節為不同背景變項的國小高年級學生因應策略之現況與差異分析；第四節為不同父母期望的國小高年級學生在學習壓力與因應策略之差異分析；第五節為不同學習壓力的國小高年級學生在父母期望與因應策略之差異分析；第六節為國小高年級學生之父母期望、學習壓力與因應策略之相關分析。

第一節 不同背景變項的國小高年級學生父母期望之現況與差異分析

本節旨在瞭解目前國小高年級學生對父母期望感受之現況，並探討不同性別、年級、學校規模、是否有課後補習、父母親教育程度之背景變項的國小高年級學生，在父母期望感受之差異情形。本研究分別以六種背景變項為自變項，以國小高年級學生對父母期望的感受為依變項，進行獨立樣本 t 考驗或單因子變異數分析，變異數分析時， F 值若達顯著水準，則採用 Scheffé 法進行事後比較，以瞭解各組間之差異。

壹、國小高年級學生對父母期望感受之現況分析

本研究國小高年級學生對父母期望感受問卷，採用李克特式五點量表表計分，分為「總是這樣」、「常常這樣」、「偶爾這樣」、「很少這樣」、「從不這樣」，依序給予 5、4、3、2、1 分，共17題，總分範圍介於 17~85 分間，研究結果以平均數和標準差呈現，數值愈高，表示國小高年級學生對於父母期望的感受愈強，研究結果如表4-1、4-2所示。

一、國小高年級學生對父母期望感受之分項分析

由表4-1研究結果顯示：

- (一) 不同性別之國小高年級學生在父母期望感受的得分皆高於平均數3.0分，顯示國小高年級學生對父母期望的感受趨向同意程度的情形相當一致。由標準差可知，男學生間對父母期望之感受程度的差距較女學生間對父母期望之感受程度大。
- (二) 不同年級之國小高年級學生在父母期望感受的得分皆高於平均數3.0分，顯示國小高年級學生對父母期望的感受趨向同意程度的情形相當一致。由標準差可知，五年級學生間對父母期望之感受程度的差距較六年級學生間對父母期望之感受程度大。
- (三) 不同學校規模之國小高年級學生在父母期望感受的得分皆高於平均數3.0分，顯示國小高年級學生對父母期望的感受趨向同意程度的情形相當一致。由標準差可知，大型學校的學生間對父母期望之感受程度的差距最大，小型學校的學生間對父母期望之感受程度的差距最小。
- (四) 是否有補習之國小高年級學生在父母期望感受的得分皆高於平均數3.0分，顯示國小高年級學生對父母期望的感受趨向同意程度的情形相當一致。由標準差可知，有補習學生間對父母期望之感受程度的差距較沒有補習學生間對父母期望之感受程度大。
- (五) 不同父親教育程度之國小高年級學生在父母期望感受的得分皆高於平均數3.0分，顯示國小高年級學生對父母期望的感受趨向同意程度的情形相當一致。由標準差可知，父親教育程度為國中以下的學生間對父母期望之感受程度的差距最大，父親教育程度為大學或專科的學生間對父母期望之感受程度的差距最小。

(六) 不同母親教育程度之國小高年級學生在父母期望感受的得分皆高於平均數 3.0分，顯示國小高年級學生對父母期望的感受趨向同意程度的情形相當一致。由標準差可知，母親教育程度為碩博士的學生間對父母期望之感受程度的差距最大，母親教育程度為大學或專科的學生間對父母期望之感受程度的差距最小。

表4- 1：國小高年級學生對父母期望感受之分項摘要表

項目	組別	人數	題數	平均數	標準差	各題平均數
1.性別	(1)男生	243	17	57.12	10.31	3.36
	(2)女生	217		54.50	9.21	3.21
2.年級	(1)五年級	229	17	55.59	9.91	3.27
	(2)六年級	231		56.19	9.87	3.31
3.學校規模	(1)大型學校	268	17	55.36	10.17	3.26
	(2)中型學校	150		56.45	9.52	3.32
	(3)小型學校	42		57.21	9.30	3.37
4.是否有課後補習	(1)有	378	17	56.79	9.82	3.34
	(2)沒有	82		51.73	9.11	3.04
5.父親教育程度	(1)國中以下	29	17	54.55	10.65	3.21
	(2)高中職	90		54.24	10.09	3.19
	(3)大學或專科	244		56.15	9.40	3.30
	(4)碩博士	97		57.14	10.53	3.36
6.母親教育程度	(1)國中以下	21	17	51.43	10.67	3.03
	(2)高中職	109		55.93	10.35	3.29
	(3)大學或專科	262		55.77	9.17	3.28
	(4)碩博士	68		57.63	11.20	3.39

綜觀以上分析結果，國小高年級學生在性別、年級、學校規模、是否有課後補習、父母親教育程度等背景變項上有所不同，但其對父母期望的感受一致趨向於同意程度。

二、國小高年級學生對父母期望感受之整體分析

由表 4-2 研究結果得知國小高年級學生對父母期望感受的程度，總平均得分為 3.29，高於平均數 3.0 分，介於「偶爾這樣」與「常常這樣」之間，顯示國小高年級學生對父母期望感受同意度為中上程度。

在各層面上，國小高年級學生對「父母提供課業學習」的感受度最強，其次依序為「父母行為關注」、「父母職業生涯期望」、「父母親子互動關係」。在父母期望總量表 17 題中，國小高年級學生對第 3 題「當我得到好成績時，父母會感到很滿意。」感受度最強，該題為「父母提供課業學習」層面。國小高年級學生對第 6 與 9 題「父母規定我考試分數要達到一定的標準，讓我壓力很大。」、「我不喜歡父母要我上補習班。」感受度最低，其次為第 5 題「我覺得很生氣，因為父母常拿別人的成績和我比較。」，題目皆為「父母親子互動關係」層面。研究顯示國小高年級學生對「父母提供課業學習」層面的感受度最強，對「父母親子互動關係」層面的感受度最弱。

綜合研究結果顯示，國小高年級學生對「父母提供課業學習」、「父母行為關注」、「父母職業生涯期望」感受度最強，但對「父母親子互動關係」感受度較弱。

表4- 2：國小高年級學生對父母期望感受之分析總表

層面	平均數	標準差	題目	各題平均數	題數	總平均數
父母提供課業學習	15.13	2.89	1. 父母會鼓勵我多閱讀課外讀物，以幫助提升學業成績。	3.82	4	3.78
			2. 父母會希望我能向班上成績好的同學多學習。	4.06		
			3. 當我得到好成績時，父母會感到很滿意。	4.16		
			4. 只要有助於提高成績的事情(例如補習班)，父母總是會讓我參加。	3.08		
父母親子互動關係	14.14	3.79	5. 我覺得很生氣，因為父母常拿別人的成績和我比較。	2.72	5	2.83
			6. 父母規定我考試分數要達到一定的標準，讓我壓力很大。	2.59		
			7. 我成績不好時，我會跟爸媽討論怎麼改進？	3.07		
			8. 父母期望我未來有很高的教育程度(例如研究所、留學)。	3.18		
			9. 我不喜歡父母要我上補習班。	2.59		
父母行為品行關注	14.46	3.05	10. 父母對我的行為要求很高(例如有禮貌、守規矩)。	3.86	4	3.61
			11. 父母會鼓勵我結交行為良好的朋友。	4.33		
			12. 父母會和我的老師聯絡以注意我在學校的行為表現。	2.74		
			13. 父母對於我良好的行為表現會給予獎勵。	3.53		
父母職業生涯期望	12.16	3.73	14. 父母會帶我去參觀各種藝文活動(例如音樂會、展覽、書展…)。	3.10	4	3.04
			15. 父母會和我討論將來我要做的工作。	2.77		
			16. 父母希望我以後不要做付出勞力又太辛苦的工作。	3.03		
			17. 父母會為我建立一個美好的未來工作理想。	3.25		
整體程度	55.89	9.88		3.29	17	3.29

貳、國小高年級學生對父母期望感受之差異分析

一、不同性別的國小高年級學生對父母期望之差異分析

不同性別的國小高年級學生對父母期望之差異情形，如表4-3所示，不同性別的國小高年級學生在父母期望層面與整體程度上無顯著差異。而在父母親子互動關係、父母行為品行關注、父母職業生涯期望層面上 t 值達顯著水準($p < .05$)，且男學生的平均數高於女學生。因此不同性別的國小高年級學生在父母親子互動關係、父母行為品行關注、父母職業生涯期望層面上之感受有顯著差異。

表4-3：不同性別的國小高年級學生對父母期望 t 考驗分析摘要表

層面	性別	人數	平均數	標準差	t值
父母提供課業學習	(1)男生	243	15.23	2.87	0.82
	(2)女生	217	15.01	2.92	
父母親子互動關係	(1)男生	243	14.60	3.96	2.80*
	(2)女生	217	13.62	3.52	
父母行為品行關注	(1)男生	243	14.75	3.14	2.17*
	(2)女生	217	14.13	2.92	
父母職業生涯期望	(1)男生	243	12.54	3.87	2.31*
	(2)女生	217	11.74	3.54	
整體程度	(1)男生	243	57.12	10.31	2.86
	(2)女生	217	54.50	9.21	

* $p < .05$

二、不同年級的國小高年級學生對父母期望之差異分析

不同年級的國小高年級學生對父母期望之差異情形，如表4-4所示，不同年級的國小高年級學生在父母提供課業學習、父母行為品行關注、父母職業生涯期望層面與整體程度上無顯著差異。而在父母親子互動關係層面上 t 值達顯著水準($p < .05$)，且男學生的平均數高於女學生。因此不同性別的國小高年級學生在父母親子互動關係層面上之感受有顯著差異。

表4-4：不同年級的國小高年級學生對父母期望 t 考驗分析摘要表

層面	年級	人數	平均數	標準差	t值
父母提供課業學習	(1)五年級	229	15.08	2.84	-0.32
	(2)六年級	231	15.17	2.95	
父母親子互動關係	(1)五年級	229	13.65	3.84	-2.81*
	(2)六年級	231	14.63	3.67	
父母行為品行關注	(1)五年級	229	14.73	3.13	1.90
	(2)六年級	231	14.19	2.95	
父母職業生涯期望	(1)五年級	229	12.13	3.77	-0.20
	(2)六年級	231	12.19	3.70	
整體程度	(1)五年級	229	55.59	9.91	-0.65
	(2)六年級	231	56.19	9.87	

* $p < .05$

三、不同學校規模的國小高年級學生對父母期望之差異分析

不同學校規模的國小高年級學生對父母期望之差異情形，如表4-5所示，不同學校規模的國小高年級學生對父母期望的感受上無顯著差異。

表4-5：不同學校規模的國小高年級學生對父母期望單因子變異數分析摘要表

層面	組別	人數	平均數	標準差	變異數分析				
					變異來源	離均差平方和	自由度	均方	F值
父母提供課業學習	(1)大型學校	268	14.90	2.98	組間	43.14	2	21.57	2.59
	(2)中型學校	150	15.33	2.71	組內	3799.55	457	8.31	
	(3)小型學校	42	15.86	2.88	總和	3842.69	459		
父母親子互動關係	(1)大型學校	268	14.04	3.92	組間	40.02	2	20.01	1.40
	(2)中型學校	150	14.06	3.60	組內	6541.79	457	14.31	
	(3)小型學校	42	15.07	3.56	總和	6581.82	459		
父母行為品行關注	(1)大型學校	268	14.24	3.09	組間	58.76	2	29.38	3.19
	(2)中型學校	150	14.97	3.00	組內	4215.45	457	9.22	
	(3)小型學校	42	14.05	2.85	總和	4274.22	459		
父母職業生涯期望	(1)大型學校	268	12.19	3.60	組間	1.11	2	0.56	0.04
	(2)中型學校	150	12.09	4.04	組內	6400.98	457	14.01	
	(3)小型學校	42	12.24	3.50	總和	6402.10	459		
整體程度	(1)大型學校	268	55.36	10.17	組間	195.99	2	97.99	1.00
	(2)中型學校	150	56.45	9.52	組內	44638.14	457	97.68	
	(3)小型學校	42	57.21	9.30	總和	44834.12	459		

四、是否有課後補習的國小高年級學生對父母期望之差異分析

是否有課後補習的國小高年級學生對父母期望之差異情形，如表4-6所示，不同年級的國小高年級學生在父母親子互動關係層面上無顯著差異。而在父母提供課業學習、父母行為品行關注、父母職業生涯期望層面與整體程度上 t 值達顯著水準($p < .05$)，且男學生的平均數高於女學生。因此是否有課後補習的國小高年級學生在父母提供課業學習、父母行為品行關注、父母職業生涯期望層面與整體程度上之感受有顯著差異。

表4-6：是否有課後補習的國小高年級學生對父母期望 t 考驗分析摘要表

層面	補習	人數	平均數	標準差	t值
父母提供課業學習	(1)有	378	15.50	2.85	6.87*
	(2)沒有	82	13.39	2.45	
父母親子互動關係	(1)有	378	14.26	3.71	1.47
	(2)沒有	82	13.59	4.08	
父母行為品行關注	(1)有	378	14.59	3.10	1.99*
	(2)沒有	82	13.85	2.76	
父母職業生涯期望	(1)有	378	12.43	3.76	3.40*
	(2)沒有	82	10.90	3.34	
整體程度	(1)有	378	56.79	9.82	4.28*
	(2)沒有	82	51.73	9.11	

* $p < .05$

五、不同父親教育程度的國小高年級學生對父母期望之差異分析

不同父親教育程度的國小高年級學生對父母期望之差異情形，如表4-7所示，不同父親教育程度的國小高年級學生在父母提供課業學習、父母親子互動關係、父母行為品行關注層面與整體程度上無顯著差異。而在父母職業生涯期望層面上 F 值達顯著水準 ($p < .05$)，以 Scheffé 法進行事後比較發現，在父母職業生涯期望層面上「碩博士」組的感受程度高於「高中職」組，因此不同父親教育程度的國小高年級學生在父母職業生涯期望層面之感受有顯著差異。

表4-7：不同父親教育程度的國小高年級學生對父母期望單因子變異數分析摘要表

層面	組別	人數	平均數	標準差	變異數分析				F值	事後比較
					變異來源	離均差平方和	自由度	均方		
父母提供課業學習	(1)國中以下	29	14.93	2.79	組間	16.70	3	5.57	0.66	
	(2)高中職	90	14.78	3.43	組內	3825.99	456	8.39		
	(3)大學或專科	244	15.26	2.66	總和	3842.69	459			
	(4)碩博士	97	15.16	2.96						
父母親子互動關係	(1)國中以下	29	13.28	3.83	組間	24.10	3	8.03	0.56	
	(2)高中職	90	14.11	3.97	組內	6557.72	456	14.38		
	(3)大學或專科	244	14.22	3.80	總和	6581.82	459			
	(4)碩博士	97	14.24	3.60						
父母行為品行關注	(1)國中以下	29	14.34	3.73	組間	23.58	3	7.86	0.84	
	(2)高中職	90	14.12	3.22	組內	4250.64	456	9.32		
	(3)大學或專科	244	14.45	2.88	總和	4274.22	459			
	(4)碩博士	97	14.82	3.09						
父母職業生涯期望	(1)國中以下	29	12.00	3.84	組間	134.61	3	44.87	3.26*	4 > 2
	(2)高中職	90	11.23	3.75	組內	6267.49	456	13.74		
	(3)大學或專科	244	12.22	3.67	總和	6402.10	459			
	(4)碩博士	97	12.92	3.72						
整體程度	(1)國中以下	29	54.55	10.65	組間	464.96	3	154.99	1.59	
	(2)高中職	90	54.24	10.09	組內	44369.16	456	97.30		
	(3)大學或專科	244	56.15	9.40	總和	44834.12	459			
	(4)碩博士	97	57.14	10.53						

* $p < .05$

六、不同母親教育程度的國小高年級學生對父母期望之差異分析

不同母親教育程度的國小高年級學生對父母期望之差異情形，如表4-8所示，不同母親教育程度的國小高年級學生在父母提供課業學習、父母親子互動關係、父母行為品行關注層面與整體程度上無顯著差異。而在父母職業生涯期望層面上 F 值達顯著水準($p < .05$)，以 Scheffé 法進行事後比較發現，在父母職業生涯期望層面上「碩博士」組的感受程度高於「國中以下」組。因此不同母親教育程度的國小高年級學生在父母職業生涯期望層面之感受有顯著差異。

表4-8：不同母親教育程度的國小高年級學生對父母期望單因子變異數分析摘要表

層面	組別	人數	平均數	標準差	變異數分析				F值	事後比較
					變異來源	離均差平方和	自由度	均方		
父母提供課業學習	(1)國中以下	21	14.62	3.25	組間	6.82	3	2.27	0.27	
	(2)高中職	109	15.16	3.07	組內	3835.87	456	8.41		
	(3)大學或專科	262	15.12	2.69	總和	3842.69	459			
	(4)碩博士	68	15.26	3.28						
父母親子互動關係	(1)國中以下	21	12.86	4.08	組間	54.65	3	18.22	1.27	
	(2)高中職	109	14.39	3.96	組內	6527.17	456	14.31		
	(3)大學或專科	262	14.04	3.73	總和	6581.82	459			
	(4)碩博士	68	14.53	3.61						
父母行為品行關注	(1)國中以下	21	13.67	3.72	組間	33.10	3	11.03	1.19	
	(2)高中職	109	14.59	3.19	組內	4241.11	456	9.30		
	(3)大學或專科	262	14.35	2.95	總和	4274.22	459			
	(4)碩博士	68	14.93	2.98						
父母職業生涯期望	(1)國中以下	21	10.29	3.73	組間	130.43	3	43.48	3.16*	4 > 1
	(2)高中職	109	11.79	3.82	組內	6271.66	456	13.75		
	(3)大學或專科	262	12.27	3.54	總和	6402.10	459			
	(4)碩博士	68	12.91	4.13						
整體程度	(1)國中以下	21	51.43	10.67	組間	628.04	3	209.35	2.16	
	(2)高中職	109	55.93	10.35	組內	44206.08	456	96.94		
	(3)大學或專科	262	55.77	9.17	總和	44834.12	459			
	(4)碩博士	68	57.63	11.20						

* $p < .05$

七、綜合討論

有關不同背景變項的國小高年級學生對父母期望感受之差異情形綜合摘要如表 4-9，綜合以上研究結果，不同背景變項的國小高年級學生對父母期望之感受在「學校規模」的差異均未獲得支持，未達顯著差異。在「是否有課後補習」的差異獲得支持，達顯著差異。在「性別」、「年級」、「父親教育程度」與「母親教育程度」的差異僅部分層面獲得支持，達顯著差異。研究結果分述如下：

表4- 9：不同背景變項的國小高年級學生對父母期望感受之差異分析綜合摘要表

項目	組別	父母提供 課業學習	父母親子 互動關係	父母行為 品行關注	父母職業 生涯期望	整體程度
1.性別	(1)男生	---	1>2	1>2	1>2	---
	(2)女生					
2.年級	(1)五年級	---	1>2	---	---	---
	(2)六年級					
3.學校規模	(1)大型學校	---	---	---	---	---
	(2)中型學校					
	(3)小型學校					
4.是否有課後補習	(1)有	1>2	---	1>2	1>2	1>2
	(2)沒有					
5.父親教育程度	(1)國中以下	---	---	---	4>2	---
	(2)高中職					
	(3)大學或專科					
	(4)碩博士					
6.母親教育程度	(1)國中以下	---	---	---	4>1	---
	(2)高中職					
	(3)大學或專科					
	(4)碩博士					

(一) 不同性別的國小高年級學生其父母期望整體程度沒有顯著差異，顯示不同性別的國小高年級學生其父母提供課業學習整體程度之感受相同，但在父母

親子互動關係、父母行為品行關注、父母職業生涯期望層面上有顯著差異。

- (二) 不同年級的國小高年級學生其父母期望整體程度沒有顯著差異，顯示不同年級的國小高年級學生其父母期望整體程度之感受相同，但在父母親子互動關係層面上有顯著差異。
- (三) 不同學校規模的國小高年級學生其父母期望整體程度沒有顯著差異，顯示不同學校規模的國小高年級學生其父母期望之感受趨於一致。
- (四) 是否有課後補習的國小高年級學生其父母期望整體程度有顯著差異，顯示是否有課後補習的國小高年級學生其父母期望整體程度之感受不同，且在父母提供課業學習、父母行為品行關注、父母職業生涯期望層面上也有顯著差異，但在父母親子互動關係層面上無顯著差異。
- (五) 不同父親教育程度的國小高年級學生其父母期望整體程度沒有顯著差異，顯示不同父親教育程度的國小高年級學生其父母期望整體程度之感受相同，但在父母職業生涯期望層面有顯著差異。
- (六) 不同母親教育程度的國小高年級學生其父母期望整體程度沒有顯著差異，顯示不同母親教育程度的國小高年級學生其父母期望整體程度之感受相同，但在父母職業生涯期望層面有顯著差異。

由此可見，是否有課後補習的國小高年級學生對父母期望之感受有著顯著差異，且研究顯示，有參與課後補習的學生對父母期望之感受愈強。

第二節 不同背景變項的國小高年級學生學習壓力之現況與差異分析

本節旨在瞭解目前國小高年級學生對學習壓力感受之現況，並探討不同性別、年級、學校規模、是否有課後補習、父母親教育程度之背景變項的國小高年級學生，在學習壓力感受之差異情形。本研究分別以六種背景變項為自變項，以國小高年級學生對學習壓力的感受為依變項，進行獨立樣本 t 考驗或單因子變異數分析，變異數分析時，F值若達顯著水準，則採用 Scheffé 法進行事後比較，以瞭解各組間之差異。

壹、國小高年級學生對學習壓力感受之現況分析

本研究國小高年級學生對學習壓力感受問卷，採用李克特式五點量表表計分，分為「總是這樣」、「常常這樣」、「偶爾這樣」、「很少這樣」、「從不這樣」，依序給予5、4、3、2、1分，共17題，總分範圍介於 17~85 分間，研究結果以平均數和標準差呈現，數值愈高，表示國小高年級學生對於學習壓力的感受愈強，研究結果如表4-10、4-11所示。

一、國小高年級學生對學習壓力感受之分項分析

由表4-10研究結果顯示：

- (一) 不同性別之國小高年級學生在學習壓力感受的得分皆低於平均數3.0分，顯示國小高年級學生對學習壓力的感受趨向不同意程度的情形相當一致。由標準差可知，男學生間對學習壓力之感受程度的差距較女學生間對學習壓力之感受程度小。

- (二) 不同年級之國小高年級學生在學習壓力感受的得分皆低於平均數3.0分，顯示國小高年級學生對學習壓力的感受趨向不同意程度的情形相當一致。由標準差可知，五年級學生間對學習壓力之感受程度的差距較六年級學生間對學習壓力之感受程度小。
- (三) 不同學校規模之國小高年級學生在學習壓力感受的得分皆低於平均數3.0分，顯示國小高年級學生對學習壓力的感受趨向不同意程度的情形相當一致。由標準差可知，小型學校的學生間對學習壓力之感受程度的差距最大，中型學校的學生間對學習壓力之感受程度的差距最小。
- (四) 是否有補習之國小高年級學生在學習壓力感受的得分皆低於平均數3.0分，顯示國小高年級學生對學習壓力的感受趨向不同意程度的情形相當一致。由標準差可知，有補習學生間對學習壓力之感受程度的差距較沒有補習學生間對學習壓力之感受程度大。

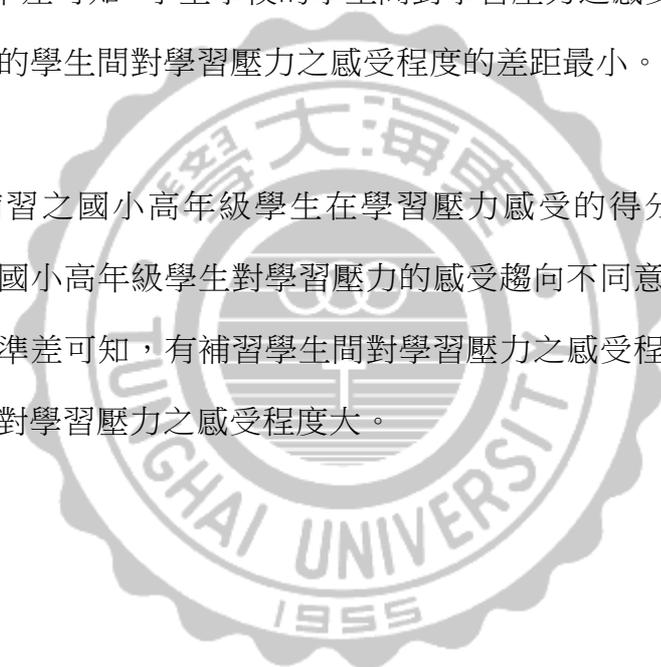


表4-10：國小高年級學生對學習壓力感受之分項摘要表

項目	組別	人數	題數	平均數	標準差	各題平均數
1.性別	(1)男生	243	17	35.98	10.25	2.12
	(2)女生	217		37.64	10.81	2.21
2.年級	(1)五年級	229	17	36.83	10.40	2.17
	(2)六年級	231		36.68	10.70	2.16
3.學校規模	(1)大型學校	268	17	36.52	10.56	2.15
	(2)中型學校	150		36.95	10.53	2.17
	(3)小型學校	42		37.62	10.59	2.21
4.是否有課後補習	(1)有	378	17	37.39	10.53	2.20
	(2)沒有	82		33.85	10.12	1.99
5.父親教育程度	(1)國中以下	29	17	36.21	9.95	2.13
	(2)高中職	90		37.93	11.16	2.23
	(3)大學或專科	244		37.56	10.80	2.21
	(4)碩博士	97		33.81	8.92	1.99
6.母親教育程度	(1)國中以下	21	17	37.86	8.28	2.23
	(2)高中職	109		38.51	11.15	2.27
	(3)大學或專科	262		36.44	10.60	2.14
	(4)碩博士	68		34.84	9.62	2.05

(五) 不同父親教育程度之國小高年級學生在學習壓力感受的得分皆低於平均數 3.0分，顯示國小高年級學生對學習壓力的感受趨向不同意程度的情形相當一致。由標準差可知，父親教育程度為高中職的學生間對學習壓力之感受程度的差距最大，父親教育程度為碩博士的學生間對學習壓力之感受程度的差距最小。

(六) 不同母親教育程度之國小高年級學生在學習壓力感受的得分皆低於平均數

3.0分，顯示國小高年級學生對學習壓力的感受趨向不同意程度的情形相當一致。由標準差可知，母親教育程度為高中職的學生間對學習壓力的之感受程度的差距最大，母親教育程度為國中以下的學生間對學習壓力之感受程度的差距最小。

綜觀以上分析結果，國小高年級學生在性別、年級、學校規模、是否有課後補習、父母親教育程度等背景變項上有所不同，但其對學習壓力的感受一致趨向於不同意程度。

二、國小高年級學生對學習壓力感受之整體分析

由表 4-11 研究結果得知國小高年級學生對學習壓力感受的程度，總平均得分為 2.16，低於平均數 3.0 分，介於「偶爾這樣」與「很少這樣」之間，顯示國小高年級學生對學習壓力感受同意度為中下程度。

在各層面上，國小高年級學生對「學生學業表現壓力」的感受度最強，其次依序為「學生補習壓力」、「學生同儕互動壓力」。在學習壓力總量表 17 題中，國小高年級學生對第 6 題「我常擔心考試成績分數表現不好。」感受度最強，該題為「學生學業表現壓力」層面。國小高年級學生對第 13 題「同學會因我的成績不好而不和我做朋友。」感受度最低，其次為第 14 題「同學會因我的外表特徵而取笑我。」，題目皆為「學生同儕互動壓力」層面。研究顯示國小高年級學生對「學生學業表現壓力」層面的感受度最強，對「學生同儕互動壓力」層面的感受度最弱。

表4-11：國小高年級學生對學習壓力感受之分析總表

層面	平均數	標準差	題目	各題平均數	題數	總平均數
學生學業表現壓力	19.33	5.68	1.上課時，老師講解的題目我幾乎都聽不懂、也不會回答。	2.01	8	2.42
			2. 學校的功課考試太多，我感到壓力很大。	2.23		
			3. 為了提高成績，老師會把其他課拿來上國語、數學課。	2.45		
			4. 考試的內容太難了，我很多都不會寫。	2.07		
			5. 我只要一想到要考試，我就非常害怕。	2.10		
			6. 我常擔心考試成績分數表現不好。	3.24		
			7. 我感到壓力很大，因為安親補習費用很貴。	2.18		
			8. 萬一沒有考好成績，我會覺得對不起父母和老師。	3.06		
學生補習壓力	9.12	3.94	9. 我覺得很痛苦，因為父母要我寫一堆評量、考卷。	2.20	4	2.28
			10.我很擔心考試未達父母所訂的標準而被處罰。	2.56		
			11.父母會強迫我去補習，以提高分數。	1.93		
			12.放學後趕補習，補習後趕著寫功課，每天都很累。	2.43		
學生同儕互動壓力	8.31	3.29	13.同學會因我的成績不好而不和我做朋友。	1.23	5	1.66
			14.同學會因我的外表特徵而取笑我。	1.42		
			15.同學會因我的行為而不喜歡我。	1.57		
			16.我擔心如果不補習，成績會趕不上別人。	2.27		
			17.我擔心活動分組時，同學不喜歡和我同一組。	1.82		
整體程度	36.76	10.54		2.16	17	2.16

綜合研究結果顯示，國小高年級學生對「學生學業表現壓力」、「學生補習壓力」感受度最強，但對「學生同儕互動壓力」感受度較弱。

貳、國小高年級學生對學習壓力感受之差異分析

一、不同性別的國小高年級學生對學習壓力之差異分析

不同性別的國小高年級學生對學習壓力之差異情形，如表4-12所示，不同性別的國小高年級學生在學生補習壓力、學生同儕互動壓力層面與整體程度上無顯著差異。而在學生學業表現壓力層面上 t 值達顯著水準($p < .05$)，且女學生的平均數高於男學生。因此不同性別的國小高年級學生在學生學業表現壓力層面上之感受有顯著差異。

表4-12：不同性別的國小高年級學生對學習壓力 t 考驗分析摘要表

層面	性別	人數	平均數	標準差	t值
學生學業表現壓力	(1)男生	243	18.77	5.62	-2.25*
	(2)女生	217	19.96	5.70	
學生補習壓力	(1)男生	243	9.18	4.05	0.35
	(2)女生	217	9.05	3.83	
學生同儕互動壓力	(1)男生	243	8.02	3.16	-1.96
	(2)女生	217	8.63	3.42	
整體程度	(1)男生	243	35.98	10.25	-1.69
	(2)女生	217	37.64	10.81	

* $p < .05$

二、不同年級的國小高年級學生對學習壓力之差異分析

不同年級的國小高年級學生對學習壓力之差異情形，如表4-13所示，不同年級的國小高年級學生在學生學業表現壓力、學生補習壓力、學生同儕互動壓力層面與整體程度上無顯著差異。

表4-13：不同年級的國小高年級學生對學習壓力 t 考驗分析摘要表

層面	年級	人數	平均數	標準差	t值
學生學業表現壓力	(1)五年級	229	19.55	5.48	0.81
	(2)六年級	231	19.12	5.88	
學生補習壓力	(1)五年級	229	9.00	3.93	-0.62
	(2)六年級	231	9.23	3.97	
學生同儕互動壓力	(1)五年級	229	8.28	3.27	-0.16
	(2)六年級	231	8.33	3.33	
整體程度	(1)五年級	229	36.83	10.40	0.15
	(2)六年級	231	36.68	10.70	

三、不同學校規模的國小高年級學生對學習壓力之差異分析

如表4-14所示，不同學校規模的國小高年級學生對學生學業表現壓力、學生補習壓力、學生同儕互動壓力層面與整體程度上無顯著差異。

表4-14：不同學校規模的國小高年級學生對學習壓力單因子變異數分析摘要表

層面	組別	人數	平均數	標準差	變異數分析				
					變異來源	離均差平方和	自由度	均方	F值
學生學業表現壓力	(1)大型學校	268	19.12	5.68	組間	46.59	2	23.30	0.72
	(2)中型學校	150	19.45	5.54	組內	14763.18	457	32.30	
	(3)小型學校	42	20.21	6.21	總和	14809.77	459		
學生補習壓力	(1)大型學校	268	9.13	4.00	組間	1.04	2	0.52	0.03
	(2)中型學校	150	9.07	3.88	組內	7135.38	457	15.61	
	(3)小型學校	42	9.24	3.87	總和	7136.42	459		
學生同儕互動壓力	(1)大型學校	268	8.26	3.27	組間	3.45	2	1.72	0.16
	(2)中型學校	150	8.43	3.44	組內	4974.72	457	10.89	
	(3)小型學校	42	8.17	2.94	總和	4978.17	459		
整體程度	(1)大型學校	268	36.52	10.56	組間	51.83	2	25.92	0.23
	(2)中型學校	150	36.95	10.53	組內	50908.38	457	111.40	
	(3)小型學校	42	37.62	10.59	總和	50960.22	459		

四、是否有課後補習的國小高年級學生對學習壓力之差異分析

是否有課後補習的國小高年級學生對學習壓力之差異情形，如表4-15所示，不同年級的國小高年級學生在學生學業表現壓力層面上無顯著差異。而在學生補習壓力、學生同儕互動壓力層面與整體程度上 t 值達顯著水準($p < .05$)，且有課後補習的平均數高於沒有課後補習。因此是否有課後補習的國小高年級學生在學生補習壓力、學生同儕互動壓力、與整體程度上之感受有顯著差異。

表4-15：是否有課後補習的國小高年級學生對學習壓力 t 考驗分析摘要表

層面	補習	人數	平均數	標準差	t值
學生學業表現壓力	(1)有	378	19.38	5.64	0.43
	(2)沒有	82	19.09	5.89	
學生補習壓力	(1)有	378	9.55	3.99	6.17*
	(2)沒有	82	7.13	3.02	
學生同儕互動壓力	(1)有	378	8.46	3.24	2.05*
	(2)沒有	82	7.63	3.47	
整體程度	(1)有	378	37.39	10.53	2.77*
	(2)沒有	82	33.85	10.12	

* $p < .05$

五、不同父親教育程度的國小高年級學生對學習壓力之差異分析

不同父親教育程度的國小高年級學生對學習壓力之差異情形，如表4-16所示，不同父親教育程度的國小高年級學生在學生補習壓力與學生同儕互動壓力層面上無顯著差異。而在學生學業表現壓力與整體程度層面上 F 值達顯著水準($p < .05$)，以 Scheffé 法進行事後比較發現，在學生學業表現壓力層面與整體程度上「大學或專科」組的感受程度高於「碩博士」組，因此不同父親教育程度的國小高年級學生在學生學業表現壓力層面與整體程度之感受有顯著差異。

表4-16：不同父親教育程度的國小高年級學生對學習壓力單因子變異數分析摘要表

層面	組別	人數	平均數	標準差	變異數分析					事後比較
					變異來源	離均差平方和	自由度	均方	F值	
學生 學業 表現 壓力	(1)國中以下	29	20.10	5.30	組間	346.47	3	115.49	3.64*	3 > 4
	(2)高中職	90	19.73	6.35	組內	14463.31	456	31.72		
	(3)大學或專科	244	19.75	5.77	總和	14809.77	459			
	(4)碩博士	97	17.66	4.56						
學生 補習 壓力	(1)國中以下	29	8.14	4.19	組間	126.98	3	42.33	2.75	
	(2)高中職	90	9.71	4.12	組內	7009.44	456	15.37		
	(3)大學或專科	244	9.32	3.94	總和	7136.42	459			
	(4)碩博士	97	8.35	3.59						
學生 同儕 互動 壓力	(1)國中以下	29	7.97	2.90	組間	38.50	3	12.83	1.18	
	(2)高中職	90	8.49	3.37	組內	4939.67	456	10.83		
	(3)大學或專科	244	8.48	3.51	總和	4978.17	459			
	(4)碩博士	97	7.80	2.71						
整體 程度	(1)國中以下	29	36.21	9.95	組間	1131.12	3	377.04	3.45*	3 > 4
	(2)高中職	90	37.93	11.16	組內	49829.10	456	109.27		
	(3)大學或專科	244	37.56	10.80	總和	50960.22	459			
	(4)碩博士	97	33.81	8.92						

* $p < .05$

六、不同母親教育程度的國小高年級學生對學習壓力之差異分析

不同母親教育程度的國小高年級學生對學習壓力之差異情形，如表4-17所示，不同母親教育程度的國小高年級學生在學生學業表現壓力、學生補習壓力、學生同儕互動壓力層面與整體程度上無顯著差異。

表4-17：不同母親教育程度的國小高年級學生對學習壓力單因子變異數分析摘要表

層面	組別	人數	平均數	標準差	變異數分析				
					變異來源	離均差平方和	自由度	均方	F值
學生學業表現壓力	(1)國中以下	21	20.29	5.96	組間	220.46	3	73.49	2.30
	(2)高中職	109	20.06	6.00	組內	14589.32	456	31.99	
	(3)大學或專科	262	19.32	5.62	總和	14809.77	459		
	(4)碩博士	68	17.88	5.11					
學生補習壓力	(1)國中以下	21	10.00	3.91	組間	52.46	3	17.49	1.13
	(2)高中職	109	9.56	4.36	組內	7083.96	456	15.53	
	(3)大學或專科	262	8.88	3.71	總和	7136.42	459		
	(4)碩博士	68	9.06	4.09					
學生同儕互動壓力	(1)國中以下	21	7.57	2.01	組間	61.27	3	20.42	1.89
	(2)高中職	109	8.89	3.29	組內	4916.90	456	10.78	
	(3)大學或專科	262	8.23	3.54	總和	4978.17	459		
	(4)碩博士	68	7.90	2.43					
整體程度	(1)國中以下	21	37.86	8.28	組間	638.67	3	212.89	1.93
	(2)高中職	109	38.51	11.15	組內	50321.54	456	110.35	
	(3)大學或專科	262	36.44	10.60	總和	50960.22	459		
	(4)碩博士	68	34.84	9.62					

七、綜合討論

有關不同背景變項的國小高年級學生對學習壓力感受之差異情形綜合摘要如表4-18，綜合以上研究結果，不同背景變項的國小高年級學生對學習壓力之感受在「年級」、「學校規模」與「母親教育程度」的差異均未獲得支持，未達顯著差異。在「是否有課後補習」與「父親教育程度」的差異獲得支持，達顯著差異。在「性別」的差異僅部分層面獲得支持，達顯著差異。研究結果分述如下：

- (一) 不同性別的國小高年級學生其學習壓力整體程度沒有顯著差異，顯示不同性別的國小高年級學生其學習壓力整體程度之感受相同，但在學生學業表現壓力層面上有顯著差異。

(二) 不同年級的國小高年級學生其學習壓力整體程度沒有顯著差異，顯示不同年級的國小高年級學生其學習壓力整體程度之感受相同。

(三) 不同學校規模的國小高年級學生其學習壓力整體程度沒有顯著差異，顯示不同學校規模的國小高年級學生其學習壓力之感受趨於一致。

(四) 是否有課後補習的國小高年級學生其學習壓力整體程度有顯著差異，顯示是否有課後補習的國小高年級學生其學習壓力整體程度之感受不同，且在學生補習壓力、學生同儕互動壓力層面上也有顯著差異，但在學生學業表現壓力層面上無顯著差異。

表4-18：不同背景變項的國小高年級學生對學習壓力感受之差異分析綜合摘要表

項目	組別	學生學業 表現壓力	學生補習 壓力	學生同儕 互動壓力	整體程度
1.性別	(1)男生	2 > 1	---	---	---
	(2)女生				
2.年級	(1)五年級	---	---	---	---
	(2)六年級				
3.學校規模	(1)大型學校	---	---	---	---
	(2)中型學校				
	(3)小型學校				
4.是否有課後補習	(1)有	---	1 > 2	1 > 2	1 > 2
	(2)沒有				
5.父親教育程度	(1)國中以下	3 > 4	---	---	3 > 4
	(2)高中職				
	(3)大學或專科				
	(4)碩博士				
6.母親教育程度	(1)國中以下	---	---	---	---
	(2)高中職				
	(3)大學或專科				
	(4)碩博士				

(五) 不同父親教育程度的國小高年級學生其學習壓力整體程度有顯著差異，顯示不同父親教育程度的國小高年級學生其學習壓力整體程度之感受不同，且在學生學業表現壓力層面有顯著差異，但在學生補習壓力、學生同儕互動壓力層面上無顯著差異。

(六) 不同母親教育程度的國小高年級學生其學習壓力整體程度沒有顯著差異，顯示不同母親教育程度的國小高年級學生其學習壓力整體程度之感受相同。

由此可見，是否有課後補習的國小高年級學生對學習壓力之感受有著顯著差異，且研究顯示，有參與課後補習的學生對學習壓力之感受愈強。

第三節 不同背景變項的國小高年級學生因應策略之現況與差異

分析

本節旨在瞭解目前國小高年級學生對因應策略感受之現況，並探討不同性別、年級、學校規模、是否有課後補習、父母親教育程度之背景變項的國小高年級學生，在因應策略使用感受之差異情形。本研究分別以六種背景變項為自變項，以國小高年級學生對因應策略的感受為依變項，進行獨立樣本 t 考驗或單因子變異數分析，變異數分析時， F 值若達顯著水準，則採用 Scheffé 法進行事後比較，以瞭解各組間之差異。

壹、國小高年級學生對因應策略使用感受之現況分析

本研究國小高年級學生對因應策略使用感受問卷，採用李克特式五點量表表計分，分為「總是這樣」、「常常這樣」、「偶爾這樣」、「很少這樣」、「從不這樣」，依序給予5、4、3、2、1分，共17題，總分範圍介於17~85分間，研究結果以平均數

和標準差呈現，數值愈高，表示國小高年級學生對於因應策略的使用感受愈強，研究結果如表4-19、4-20所示。

一、國小高年級學生對因應策略使用感受之分項分析 由表4-19研究結果顯示：

- (一) 不同性別之國小高年級學生在因應策略使用感受的得分皆低於平均數3.0分，顯示國小高年級學生對因應策略的使用感受趨向不同意程度的情形相當一致。由標準差可知，男學生間對因應策略之使用感受程度的差距較女學生間對因應策略之使用感受程度大。
- (二) 不同年級之國小高年級學生在因應策略使用感受的得分皆低於平均數3.0分，顯示國小高年級學生對因應策略的使用感受趨向不同意程度的情形相當一致。由標準差可知，五年級學生間對因應策略之使用感受程度的差距較六年級學生間對因應策略之使用感受程度大。
- (三) 不同學校規模之國小高年級學生在因應策略使用感受的得分皆低於平均數3.0分，顯示國小高年級學生對因應策略的使用感受趨向不同意程度的情形相當一致。由標準差可知，小型學校的學生間對因應策略之使用感受程度的差距最大，大型學校的學生間對因應策略之使用感受程度的差距最小。
- (四) 是否有補習之國小高年級學生在因應策略使用感受的得分皆低於平均數3.0分，顯示國小高年級學生對因應策略的使用感受趨向不同意程度的情形相當一致。由標準差可知，有補習學生間對因應策略之使用感受程度的差距較沒有補習學生間對因應策略之使用感受程度小。
- (五) 不同父親教育程度之國小高年級學生在因應策略使用感受的得分皆低於平均數3.0分，顯示國小高年級學生對因應策略的使用感受趨向不同意程度的情形相當一致。由標準差可知，父親教育程度為國中以下的學生間對因應策略之使用感受程度的差距最大，父親教育程度為碩博士的學生間對因應

策略之使用感受程度的差距最小。

表4-19：國小高年級學生對因應策略感受之分項摘要表

項目	組別	人數	題數	平均數	標準差	各題平均數
1.性別	(1)男生	243	17	41.90	7.30	2.46
	(2)女生	217		42.74	7.09	2.51
2.年級	(1)五年級	229	17	42.69	7.43	2.51
	(2)六年級	231		41.90	6.96	2.46
3.學校規模	(1)大型學校	268	17	42.25	7.15	2.49
	(2)中型學校	150		42.35	7.27	2.49
	(3)小型學校	42		42.38	7.47	2.49
4.是否有課後補習	(1)有	378	17	42.42	7.17	2.50
	(2)沒有	82		41.73	7.38	2.45
5.父親教育程度	(1)國中以下	29	17	42.55	7.84	2.50
	(2)高中職	90		41.27	7.50	2.43
	(3)大學或專科	244		42.81	7.40	2.52
	(4)碩博士	97		41.88	6.15	2.46
6.母親教育程度	(1)國中以下	21	17	40.00	7.03	2.35
	(2)高中職	109		42.54	7.07	2.50
	(3)大學或專科	262		42.51	7.28	2.50
	(4)碩博士	68		41.76	7.17	2.46

(六) 不同母親教育程度之國小高年級學生在因應策略使用感受的得分皆低於平均數3.0分，顯示國小高年級學生對使用因應策略的感受趨向不同意程度的情形相當一致。由標準差可知，母親教育程度為大學或專科的學生間對因

應策略之使用感受程度的差距最大，母親教育程度為國中以下的學生間對因應策略之使用感受程度的差距最小。

綜觀以上分析結果，國小高年級學生在性別、年級、學校規模、是否有課後補習、父母親教育程度等背景變項上有所不同，但其對因應策略的使用感受一致趨向於不同意程度。

二、國小高年級學生對因應策略使用感受之整體分析

由表 4-20 研究結果得知國小高年級學生對因應策略使用感受的程度，總平均得分為 2.49，低於平均數 3.0 分，介於「偶爾這樣」與「很少這樣」之間，顯示國小高年級學生對因應策略使用感受同意度為中下程度。

在各層面上，國小高年級學生對「積極處理問題」的使用感受度最強，其次依序為「自我調適」、「消極逃避處理」、「負面情緒發洩」。在因應策略總量表 17 題中，國小高年級學生對第 3 題「如果很多功課做不完，我會排定先後順序，一件一件去完成。」使用感受最強，該題為「積極處理問題」層面。國小高年級學生對第 17 題「學校生活很無聊時，我會選擇請假來逃避一切。」使用感受最低，其次為第 16 題「如果和同學吵架的時候，我會想動手打人。」，題目皆為「負面情緒發洩」層面，研究顯示國小高年級學生對「積極處理問題」層面的使用感受最強，對「負面情緒發洩」層面的使用感受最弱。

綜合研究結果顯示，國小高年級學生對「積極處理問題」、「自我調適」、「消極逃避處理」使用感受最強，但對「負面情緒發洩」使用感受較弱。

表4-20：國小高年級學生對因應策略感受之分析總表

層面	平均數	標準差	題目	各題平均數	題數	總平均數
積極處理問題	14.54	3.26	1. 遇到不會的問題，我都會主動去查資料、問同學或老師。	3.49	4	3.64
			2. 遇到自己比較不懂的科目，我會更認真聽講。	3.67		
			3. 如果很多功課做不完，我會排定先後順序，一件一件去完成。	3.95		
			4. 考試考不好時，我會想一想失敗的原因，以便下次再改進。	3.43		
自我調適	11.35	3.73	5. 課業壓力很重時，我先會做其他休閒活動，再來讀書或做作業。	2.72	4	2.84
			6. 雖然成績不好時，但我會想想自己在其他優點來鼓勵自己。	2.82		
			7. 段考成績不好時，我會說：「沒關係！下次一定可以更好！」	2.98		
			8. 有同學討厭我時，我會告訴自己：「沒關係，我還有其他的朋友可以一起玩。」	2.84		
消極逃避處理	10.12	3.35	9. 上課被老師責罵時，雖然我是無辜的，也不想解釋。	2.23	5	2.02
			10. 如果遇到討厭的科目，我就不會認真上這堂課。	1.87		
			11. 看到自己考差的考卷，我會把考卷藏起來，不想再看它。	1.79		
			12. 考試成績不理想時，我不會覺得那是自己不努力。	2.49		
			13. 當同學不喜歡我時，我會覺得自己很可憐，而且我也不想跟他們玩。	1.75		
負面情緒發洩	6.27	2.48	14. 心情不好時，我會摔東西或打玩偶來表達我的生氣。	1.84	4	1.57
			15. 遇到壓力時，我會對自己或身邊的人生氣。	1.76		
			16. 如果和同學吵架的時候，我會想動手打人。	1.57		
			17. 學校生活很無聊時，我會選擇請假來逃避一切。	1.10		
整體程度	42.29	7.20		2.49	17	2.49

貳、國小高年級學生對因應策略感受之差異分析

一、不同性別的國小高年級學生對因應策略之差異分析

不同性別的國小高年級學生對因應策略之差異情形，如表4-21所示，不同性別的國小高年級學生在積極處理問題、自我調適、消極逃避處理、負面情緒發洩層面與整體程度上無顯著差異。

表4-21：不同性別的國小高年級學生對因應策略 t 考驗分析摘要表

層面	性別	人數	平均數	標準差	t值
積極處理問題	(1)男生	243	14.42	3.58	-0.84
	(2)女生	217	14.68	2.85	
自我調適	(1)男生	243	11.22	3.96	-0.81
	(2)女生	217	11.50	3.46	
消極逃避處理	(1)男生	243	9.89	3.32	-1.59
	(2)女生	217	10.39	3.38	
負面情緒發洩	(1)男生	243	6.36	2.55	0.83
	(2)女生	217	6.17	2.41	
整體程度	(1)男生	217	41.90	7.30	-1.25
	(2)女生	243	42.74	7.09	

二、不同年級的國小高年級學生對因應策略之差異分析

不同年級的國小高年級學生對因應策略之差異情形，如表4-22所示，不同年級的國小高年級學生在自我調適、消極逃避處理、負面情緒發洩層面與整體程度上無顯著差異。而在積極處理問題層面上 t 值達顯著水準($p < .05$)，且五年級的平均數高於六年級。因此不同年級的國小高年級學生在積極處理問題層面上之感受有顯著差異。

三、不同學校規模的國小高年級學生對因應策略之差異分析

不同學校規模的國小高年級學生對因應策略之差異情形，如表4-23所示，不同學校規模的國小高年級學生對積極處理問題、自我調適、消極逃避處理、負面情緒發洩

層面與整體程度上無顯著差異。

表4-22：不同年級的國小高年級學生對因應策略 t 考驗分析摘要表

層面	年級	人數	平均數	標準差	t值
積極處理問題	(1)五年級	229	14.94	3.21	2.64*
	(2)六年級	231	14.15	3.27	
自我調適	(1)五年級	229	11.44	3.79	0.50
	(2)六年級	231	11.27	3.68	
消極逃避處理	(1)五年級	229	9.98	3.50	-0.93
	(2)六年級	231	10.27	3.21	
負面情緒發洩	(1)五年級	229	6.33	2.67	0.52
	(2)六年級	231	6.21	2.28	
整體程度	(1)五年級	229	42.69	7.43	1.19
	(2)六年級	231	41.90	6.96	

* $p < .05$

表4-23：不同學校規模的國小高年級學生對因應策略單因子變異數分析摘要表

層面	組別	人數	平均數	標準差	變異數分析				
					變異來源	離均差平方和	自由度	均方	F值
積極處理問題	(1)大型學校	268	14.55	3.22	組間	0.38	2	0.19	0.02
	(2)中型學校	150	14.51	3.32	組內	4867.75	457	10.65	
	(3)小型學校	42	14.62	3.35	總和	4868.13	459		
自我調適	(1)大型學校	268	11.21	3.61	組間	15.24	2	7.62	0.55
	(2)中型學校	150	11.61	3.84	組內	6378.00	457	13.96	
	(3)小型學校	42	11.38	4.17	總和	6393.24	459		
消極逃避處理	(1)大型學校	268	10.24	3.28	組間	10.69	2	5.35	0.47
	(2)中型學校	150	9.91	3.50	組內	5151.24	457	11.27	
	(3)小型學校	42	10.17	3.30	總和	5161.94	459		
負面情緒發洩	(1)大型學校	268	6.25	2.57	組間	0.57	2	0.29	0.05
	(2)中型學校	150	6.32	2.37	組內	2830.46	457	6.19	
	(3)小型學校	42	6.21	2.36	總和	2831.03	459		
整體程度	(1)大型學校	268	42.25	7.15	組間	1.25	2	0.63	0.01
	(2)中型學校	150	42.35	7.27	組內	23816.13	457	52.11	
	(3)小型學校	42	42.38	7.47	總和	23817.38	459		

四、是否有課後補習的國小高年級學生對因應策略之差異分析

是否有課後補習的國小高年級學生對因應策略之差異情形，如表4-24所示，不同年級的國小高年級學生在積極處理問題、自我調適、消極逃避處理與整體程度層面上無顯著差異。而在負面情緒發洩層面上 t 值達顯著水準($p < .05$)，且沒有課後補習的平均數高於有課後補習。因此是否有課後補習的國小高年級學生在負面情緒發洩層面上之感受有顯著差異。

表4-24：是否有課後補習的國小高年級學生對因應策略 t 考驗分析摘要表

層面	補習	人數	平均數	標準差	t值
積極處理問題	(1)有	378	14.61	3.26	0.99
	(2)沒有	82	14.22	3.26	
自我調適	(1)有	378	11.47	3.72	1.37
	(2)沒有	82	10.84	3.75	
消極逃避處理	(1)有	378	10.18	3.34	0.80
	(2)沒有	82	9.85	3.43	
負面情緒發洩	(1)有	378	6.15	2.45	-2.20*
	(2)沒有	82	6.82	2.56	
整體程度	(1)有	378	42.42	7.17	0.78
	(2)沒有	82	41.73	7.38	

* $p < .05$

五、不同父親教育程度的國小高年級學生對因應策略之差異分析

不同父親教育程度的國小高年級學生對因應策略之差異情形，如表4-25所示，不同父親教育程度的國小高年級學生在自我調適、消極逃避處理、負面情緒發洩層面與整體程度上無顯著差異。而在積極處理問題層面上 F 值達顯著水準($p < .05$)，以 Scheffé 法進行事後比較發現，在積極處理問題層面上「碩博士」組的感受程度高於「高中職」組，因此不同父親教育程度的國小高年級學生在積極處理問題層面之感受有顯著差異。

表4-25：不同父親教育程度的國小高年級學生對因應策略單因子變異數分析摘要表

層面	組別	人數	平均數	標準差	變異數分析					事後比較
					變異來源	離均差平方和	自由度	均方	F值	
積極處理問題	(1)國中以下	29	14.45	2.87	組間	122.32	3	40.77	3.92*	4 > 2
	(2)高中職	90	13.58	3.34	組內	4745.81	456	10.41		
	(3)大學或專科	244	14.68	3.26	總和	4868.13	459			
	(4)碩博士	97	15.13	3.12						
自我調適	(1)國中以下	29	11.62	3.68	組間	9.87	3	3.29	0.24	
	(2)高中職	90	11.14	3.86	組內	6383.37	456	14.00		
	(3)大學或專科	244	11.45	3.76	總和	6393.24	459			
	(4)碩博士	97	11.23	3.58						
消極逃避處理	(1)國中以下	29	10.14	3.46	組間	52.69	3	17.56	1.57	
	(2)高中職	90	10.31	3.56	組內	5109.25	456	11.20		
	(3)大學或專科	244	10.31	3.48	總和	5161.94	459			
	(4)碩博士	97	9.47	2.71		7.74	3	2.58		
負面情緒發洩	(1)國中以下	29	6.34	2.41	組間	2823.29	456	6.19	0.42	
	(2)高中職	90	6.23	2.54	組內	2831.03	459			
	(3)大學或專科	244	6.37	2.62	總和					
	(4)碩博士	97	6.04	2.09		178.15	3	59.38		
整體程度	(1)國中以下	29	42.55	7.84	組間	23639.23	456	51.84	1.15	
	(2)高中職	90	41.27	7.50	組內	23817.38	459			
	(3)大學或專科	244	42.81	7.40	總和					
	(4)碩博士	97	41.88	6.15		122.32	3	40.77		

* $p < .05$

六、不同母親教育程度的國小高年級學生對因應策略之差異分析

不同母親教育程度的國小高年級學生對因應策略之差異情形，如表4-26所示，不同母親教育程度的國小高年級學生在積極處理問題、自我調適、消極逃避處理、負面情緒發洩層面與整體程度上無顯著差異。

表4-26：不同母親教育程度的國小高年級學生對因應策略單因子變異數分析摘要表

層面	組別	人數	平均數	標準差	變異數分析				
					變異來源	離均差平方和	自由度	均方	F值
積極處理問題	(1)國中以下	21	13.62	3.04	組間	58.42	3	19.47	1.85
	(2)高中職	109	14.12	3.11	組內	4809.71	456	10.55	
	(3)大學或專科	262	14.66	3.35	總和	4868.13	459		
	(4)碩博士	68	15.04	3.10					
自我調適	(1)國中以下	21	10.38	3.81	組間	29.47	3	9.82	0.70
	(2)高中職	109	11.46	3.69	組內	6363.77	456	13.96	
	(3)大學或專科	262	11.46	3.77	總和	6393.24	459		
	(4)碩博士	68	11.07	3.65					
消極逃避處理	(1)國中以下	21	10.38	3.80	組間	37.97	3	12.66	1.13
	(2)高中職	109	10.51	3.33	組內	5123.97	456	11.24	
	(3)大學或專科	262	10.08	3.36	總和	5161.94	459		
	(4)碩博士	68	9.59	3.20					
負面情緒發洩	(1)國中以下	21	5.62	2.27	組間	15.77	3	5.26	0.85
	(2)高中職	109	6.45	2.46	組內	2815.26	456	6.17	
	(3)大學或專科	262	6.31	2.47	總和	2831.03	459		
	(4)碩博士	68	6.06	2.65					
整體程度	(1)國中以下	21	40.00	7.03	組間	148.62	3	49.54	0.95
	(2)高中職	109	42.54	7.07	組內	23668.77	456	51.91	
	(3)大學或專科	262	42.51	7.28	總和	23817.38	459		
	(4)碩博士	68	41.76	7.17					

* $p < .05$

七、綜合討論

有關不同背景變項的國小高年級學生對因應策略使用感受之差異情形綜合摘要如表4-27，綜合以上研究結果，不同背景變項的國小高年級學生對因應策略之使用感受在「性別」、「學校規模」與「母親教育程度」的差異均未獲得支持，未達顯著差異。在「年級」、「是否有課後補習」與「父親教育程度」的差異僅部分層面獲得支持，達顯著差異。研究結果分述如下：

表4-27：不同背景變項的國小高年級學生對因應策略感受之差異分析綜合摘要表

項目	組別	積極處理問題	自我調適	消極逃避處理	負面情緒發洩	整體程度
1.性別	(1)男生	---	---	---	---	---
	(2)女生					
2.年級	(1)五年級	1 > 2	---	---	---	---
	(2)六年級					
3.學校規模	(1)大型學校	---	---	---	---	---
	(2)中型學校					
	(3)小型學校					
4.是否有課後補習	(1)有	---	---	---	2 > 1	---
	(2)沒有					
5.父親教育程度	(1)國中以下	4 > 2	---	---	---	---
	(2)高中職					
	(3)大學或專科					
	(4)碩博士					
6.母親教育程度	(1)國中以下	---	---	---	---	---
	(2)高中職					
	(3)大學或專科					
	(4)碩博士					

- (一) 不同性別的國小高年級學生其因應策略整體程度沒有顯著差異，顯示不同性別的國小高年級學生其因應策略整體程度之感受相同。
- (二) 不同年級的國小高年級學生其因應策略整體程度沒有顯著差異，顯示不同年級的國小高年級學生其因應策略整體程度之感受相同，但在積極處理問題層面上有顯著差異。
- (三) 不同學校規模的國小高年級學生其因應策略整體程度沒有顯著差異，顯示不同學校規模的國小高年級學生其因應策略之感受趨於一致。
- (四) 是否有課後補習的國小高年級學生其因應策略整體程度沒有顯著差異，顯示是否有課後補習的國小高年級學生其因應策略整體程度之感受相同，但在負面情緒發洩層面上有顯著差異。

(五) 不同父親教育程度的國小高年級學生其因應策略整體程度沒有顯著差異，顯示不同父親教育程度的國小高年級學生其因應策略整體程度之感受相同，但在積極處理問題層面有顯著差異。

(六) 不同母親教育程度的國小高年級學生其因應策略整體程度沒有顯著差異，顯示不同母親教育程度的國小高年級學生其因應策略整體程度之感受相同。

由此可見，不同年級、是否有課後補習與不同父親教育程度的國小高年級學生對因應策略之使用感受有著顯著差異，且研究顯示，五年級的學生對因應策略之使用感受較強，沒有課後補習的高年級學生對因應策略之使用感受較強，父親教育程度為碩博士對因應策略之使用感受較強。

第四節 不同父母期望的國小高年級學生在學習壓力與因應策略之差異分析

由於父母期望之得分為連續變項，為方便進行分析，因此將其分為三組，以人數比例做區分，每組人數約占總人數33%，分別為第一組得分51分以下—低父母期望，第二組得分52~60分—中父母期望，第三組61分以上—高父母期望。分組後，進行單因子變異數分析，變異數分析時，F值若達顯著水準，則採用Scheffé法進行事後比較，以瞭解各組間之差異。

一、不同父母期望的國小高年級學生對學習壓力之差異分析

不同父母期望的國小高年級學生對學習壓力之差異情形，如表4-28所示，不同父母期望的國小高年級學生在學生學業表現壓力、學生補習壓力、學生同儕互動壓力與

整體程度層面上 F 值達顯著水準($p < .05$)，以Scheffé 法進行事後比較發現，在學生學業表現壓力、學生補習壓力與整體程度層面上「高父母期望」組的學習壓力高於「中父母期望」、「低父母期望」組，「中父母期望」組的學習壓力高於「低父母期望」組；在學生同儕互動壓力層面上「高父母期望」組的學習壓力高於「中父母期望」、「低父母期望」組，因此不同父母期望的國小高年級學生在學生學業表現壓力、學生補習壓力、學生同儕互動壓力與整體程度層面之感受有顯著差異。

表4-28：不同父母期望的國小高年級學生對學習壓力單因子變異數分析摘要表

層面	組別	人數	平均數	標準差	變異數分析					事後比較
					變異來源	離均差平方和	自由度	均方	F值	
學業表現壓力	(1)低父母期望	148	17.33	5.24	組間	922.20	2	461.10	15.17*	2 > 1
	(2)中父母期望	166	19.90	5.04	組內	13887.57	457	30.39		3 > 1
	(3)高父母期望	146	20.71	6.25	總和	14809.77	459			3 > 2
學生補習壓力	(1)低父母期望	148	7.80	3.45	組間	510.08	2	255.04	17.59*	2 > 1
	(2)中父母期望	166	9.13	3.52	組內	6626.35	457	14.50		3 > 1
	(3)高父母期望	146	10.44	4.41	總和	7136.42	459			3 > 2
同儕互動壓力	(1)低父母期望	148	7.66	3.00	組間	104.47	2	52.24	4.90*	3 > 1
	(2)中父母期望	166	8.44	3.23	組內	4873.69	457	10.66		3 > 2
	(3)高父母期望	146	8.82	3.55	總和	4978.17	459			
整體程度	(1)低父母期望	148	32.79	9.28	組間	3917.48	2	1958.74	19.03*	2 > 1
	(2)中父母期望	166	37.48	9.49	組內	47042.74	457	102.94		3 > 1
	(3)高父母期望	146	39.97	11.60	總和	50960.22	459			3 > 2

* $p < .05$

二、不同父母期望的國小高年級學生對因應策略之差異分析

不同父母期望的國小高年級學生對因應策略之差異情形，如表4-29所示，不同父母期望的國小高年級學生在消極逃避處理與負面情緒發洩層面上無顯著差異。在積極處理問題、自我調適與整體程度層面上 F 值達顯著水準($p < .05$)，以Scheffé 法進行事後比較發現，在積極處理問題層面上「高父母期望」組的因應策略優於「中父母期

望」、「低父母期望」組，「中父母期望」組的因應策略優於「低父母期望」組；在自我調適與整體程度層面上「高父母期望」組的因應策略優於「低父母期望」組，「中父母期望」組的因應策略優於「低父母期望」組；因此不同父母期望的國小高年級學生在積極處理問題、自我調適與整體程度層面之感受有顯著差異。

表4-29：不同父母期望的國小高年級學生對因應策略單因子變異數分析摘要表

層面	組別	人數	平均數	標準差	變異數分析					事後比較
					變異來源	離均差平方和	自由度	均方	F值	
積極處理問題	(1)低父母期望	148	13.44	3.27	組間	522.66	2	261.33	27.48*	2 > 1
	(2)中父母期望	166	14.22	2.81	組內	4345.47	457	9.51		3 > 1
	(3)高父母期望	146	16.03	3.19	總和	4868.13	459			3 > 2
自我調適	(1)低父母期望	148	10.26	3.24	組間	263.69	2	131.84	9.83*	2 > 1
	(2)中父母期望	166	11.77	3.41	組內	6129.55	457	13.41		3 > 1
	(3)高父母期望	146	11.99	4.28	總和	6393.24	459			
消極逃避處理	(1)低父母期望	148	9.80	3.50	組間	23.37	2	11.69	1.04	
	(2)中父母期望	166	10.30	3.32	組內	5138.56	457	11.24		
	(3)高父母期望	146	10.26	3.23	總和	5161.94	459			
負面情緒發洩	(1)低父母期望	148	6.17	2.65	組間	10.87	2	5.44	0.88	
	(2)中父母期望	166	6.48	2.39	組內	2820.16	457	6.17		
	(3)高父母期望	146	6.14	2.42	總和	2831.03	459			
整體程度	(1)低父母期望	148	39.67	7.00	組間	1721.91	2	860.96	17.81*	2 > 1
	(2)中父母期望	166	42.75	6.72	組內	22095.47	457	48.35		3 > 1
	(3)高父母期望	146	44.43	7.16	總和	23817.38	459			

* $p < .05$

第五節 不同學習壓力的國小高年級學生在父母期望與因應策略之差異分析

由於學習壓力之得分為連續變項，為方便進行分析，因此將其分為三組，以人數比例做區分，每組人數約占總人數33%，分別為第一組得分31分以下—低學習壓力，第二組得分32~40分—中學習壓力，第三組41分以上—高學習壓力。分組後，進行單因子變異數分析，變異數分析時，F值若達顯著水準，則採用Scheffé 法進行事後比較，以瞭解各組間之差異。

一、不同學習壓力的國小高年級學生對父母期望之差異分析

不同學習壓力的國小高年級學生對父母期望之差異情形，如表4-30所示，不同學習壓力的國小高年級學生在父母職業生涯期望層面上無顯著差異。在父母提供課業學習、父母親子互動關係、父母行為品行關注與整體程度層面上 F 值達顯著水準 ($p < .05$)，以Scheffé 法進行事後比較發現，在父母親子互動關係與整體程度層面上「高學習壓力」組的感受程度高於「中學習壓力」、「低學習壓力」組，「中學習壓力」組的父母期望高於「低學習壓力」組；在父母期望、與父母行為品行關注層面上「高學習壓力」組的父母期望高於「中學習壓力」、「低學習壓力」組，因此不同學習壓力的國小高年級學生在父母提供課業學習、父母親子互動關係、父母行為品行關注與整體程度層面之感受有顯著差異。

二、不同學習壓力的國小高年級學生對因應策略之差異分析

不同學習壓力的國小高年級學生對因應策略之差異情形，如表4-31所示，不同學習壓力的國小高年級學生在自我調適層面上無顯著差異。在積極處理問題、消極逃避處理、負面情緒發洩與整體程度層面上 F 值達顯著水準 ($p < .05$)，以Scheffé 法進行

事後比較發現，在積極處理問題層面上「低學習壓力」組的因應策略優於「中學習壓力」組；在消極逃避處理與負面情緒發洩層面上「高學習壓力」組的因應策略優於「中學習壓力」、「低學習壓力」組，「中學習壓力」組的因應策略優於「低學習壓力」組；在整體程度層面上「高學習壓力」組的因應策略優於「中學習壓力」、「低學習壓力」組；因此不同學習壓力的國小高年級學生在積極處理問題、消極逃避處理、負面情緒發洩與整體程度層面之感受有顯著差異。

表4-30：不同學習壓力的國小高年級學生對父母期望單因子變異數分析摘要表

層面	組別	人數	平均數	標準差	變異數分析					事後比較
					變異來源	離均差平方和	自由度	均方	F值	
父母提供課業學習	(1)低學習壓力	147	14.43	3.16	組間	161.80	2	80.90	10.04*	3 > 1
	(2)中學習壓力	160	15.04	2.61	組內	3680.89	457	8.05		3 > 2
	(3)高學習壓力	153	15.89	2.74	總和	3842.69	459			
父母親子互動關係	(1)低學習壓力	147	12.01	3.48	組間	1295.46	2	647.73	56.00*	2 > 1
	(2)中學習壓力	160	14.17	3.25	組內	5286.35	457	11.57		3 > 1
	(3)高學習壓力	153	16.16	3.48	總和	6581.82	459			3 > 2
父母行為品行關注	(1)低學習壓力	147	13.99	3.27	組間	92.52	2	46.26	5.06*	3 > 1
	(2)中學習壓力	160	14.31	3.03	組內	4181.69	457	9.15		3 > 2
	(3)高學習壓力	153	15.07	2.77	總和	4274.22	459			
父母職業生涯期望	(1)低學習壓力	147	11.83	4.07	組間	27.53	2	13.76	0.99	
	(2)中學習壓力	160	12.43	3.54	組內	6374.57	457	13.95		
	(3)高學習壓力	153	12.20	3.60	總和	6402.10	459			
整體程度	(1)低學習壓力	147	52.25	10.51	組間	3746.63	2	1873.32	20.84*	2 > 1
	(2)中學習壓力	160	55.94	9.19	組內	41087.49	457	89.91		3 > 1
	(3)高學習壓力	153	59.32	8.71	總和	44834.12	459			3 > 2

* $p < .05$

表4-31：不同學習壓力的國小高年級學生對因應策略單因子變異數分析摘要表

層面	組別	人數	平均數	標準差	變異數分析					事後比較
					變異來源	離均差平方和	自由度	均方	F值	
積極處理問題	(1)低學習壓力	147	15.18	3.59	組間	102.34	2	51.17	4.91*	1 > 2
	(2)中學習壓力	160	14.04	3.13	組內	4765.79	457	10.43		
	(3)高學習壓力	153	14.46	2.96	總和	4868.13	459			
自我調適	(1)低學習壓力	147	11.59	4.01	組間	15.95	2	7.97	0.57	
	(2)中學習壓力	160	11.35	3.40	組內	6377.30	457	13.95		
	(3)高學習壓力	153	11.13	3.80	總和	6393.24	459			
消極逃避處理	(1)低學習壓力	147	8.41	2.84	組間	764.60	2	382.30	39.73*	2 > 1
	(2)中學習壓力	160	10.29	2.91	組內	4397.34	457	9.62		3 > 1
	(3)高學習壓力	153	11.59	3.51	總和	5161.94	459			3 > 2
負面情緒發洩	(1)低學習壓力	147	5.39	1.75	組間	208.35	2	104.17	18.15*	2 > 1
	(2)中學習壓力	160	6.33	2.33	組內	2622.69	457	5.74		3 > 1
	(3)高學習壓力	153	7.06	2.94	總和	2831.03	459			3 > 2

* $p < .05$

第六節 國小高年級學生之父母期望、學習壓力與因應策略之相關分析

本節將以皮爾森積差相關(Pearson product-moment correlation)之統計方法分析國小高年級學生父母期望、學習壓力與因應策略各層面和總量表之相關程度。

壹、父母期望與學習壓力量表之相關性

由表 4-32 所呈現之國小學生父母期望與學習壓力量表之相關矩陣可得之各分量表之相關情形，說明如下。

一、「父母提供課業學習」與「父母親子互動關係」、「父母行為品行關注」、「父母職業生涯期望」、「父母期望總量表」均呈現顯著正相關，且「父母提供課業學習」與「父

母期望總量表」呈現較高之正相關。「父母提供課業學習」感受愈強，「父母親子互動關係」、「父母行為品行關注」、「父母職業生涯期望」、「父母期望總量表」感受愈強。

表4-32：國小高年級學生父母期望與學習壓力之相關分析摘要表

P 值	父母提供課業學習	父母親子互動關係	父母行為品行關注	父母職業生涯期望	父母期望總量表
父母親子互動關係	0.360*				
父母行為品行關注	0.498*	0.261*			
父母職業生涯期望	0.471*	0.270*	0.492*		
父母期望總量表	0.762*	0.671*	0.740*	0.771*	
學習壓力總量表	0.225*	0.484*	0.158*	0.026	0.310*

* $p < .05$

二、「父母親子互動關係」與「父母提供課業學習」、「父母行為品行關注」、「父母職業生涯期望」、「父母期望總量表」均呈現顯著正相關，且「父母親子互動關係」與「父母期望總量表」呈現較高之正相關。「父母親子互動關係」感受愈強，「父母提供課業學習」、「父母行為品行關注」、「父母職業生涯期望」、「父母期望總量表」感受愈強。

三、「父母行為品行關注」與「父母提供課業學習」、「父母親子互動關係」、「父母職業生涯期望」、「父母期望總量表」均呈顯著正相關，且「父母行為品行關注」與「父母期望總量表」呈現較高之正相關。「父母行為品行關注」感受愈強，「父母提供課業學習」、「父母親子互動關係」、「父母職業生涯期望」、「父母期望總量表」感受愈強。

四、「父母職業生涯期望」與「父母提供課業學習」、「父母親子互動關係」、「父母行為品行關注」、「父母期望總量表」均呈現顯著正相關，且「父母職業生涯期望」與「父母期望總量表」呈現較高之正相關。「父母職業生涯期望」感受愈強，「父母提供課業學習」、「父母親子互動關係」、「父母行為品行關注」、「父母期望總量表」感受愈強。

五、「父母期望總量表」與「父母提供課業學習」、「父母親子互動關係」、「父母行為品行關注」、「父母職業生涯期望」均呈現顯著正相關。「父母期望總量表」感受愈強，「父母提供課業學習」、「父母親子互動關係」、「父母行為品行關注」、「父母職業生涯期望」感受愈強。

六、「學習壓力總量表」與「父母提供課業學習」、「父母親子互動關係」、「父母行為品行關注」、「父母期望總量表」均呈現顯著正相關。「學習壓力」感受愈強，「父母提供課業學習」、「父母親子互動關係」、「父母行為品行關注」、「父母期望總量表」感受愈強。

貳、學習壓力與因應策略量表之相關性

由表 4-33 所呈現之國小學生學習壓力與因應策略量表之相關矩陣可得之各分量表之相關情形，說明如下。

一、「學生學業表現壓力」與「學生補習壓力」、「學生同儕互動壓力」、「學習壓力總量表」均呈現顯著正相關，且「學生學業表現壓力」與「學習壓力總量表」呈現較高之正相關。「學生學業表現壓力」感受愈強，「學生補習壓力」、「學生同儕互動壓力」、「學習壓力總量表」感受愈強。

二、「學生補習壓力」與「學生學業表現壓力」、「學生同儕互動壓力」、「學習壓力總量

表」均呈現顯著正相關，且「學生補習壓力」與「學習壓力總量表」呈現較高之正相關。「學生補習壓力」感受愈強，「學生學業表現壓力」、「學生同儕互動壓力」、「學習壓力總量表」感受愈強。

三、「學生同儕互動壓力」與「學生學業表現壓力」、「學生補習壓力」、「學習壓力總量表」均呈現顯著正相關，且「學生同儕互動壓力」與「學習壓力總量表」呈現較高之正相關。「學生同儕互動壓力」感受愈強，「學生學業表現壓力」、「學生補習壓力」、「學習壓力總量表」感受愈強。

四、「學習壓力總量表」與「學生學業表現壓力」、「學生補習壓力」、「學生同儕互動壓力」均呈現顯著正相關。「學習壓力總量表」感受愈強，「學生學業表現壓力」、「學生補習壓力」、「學生同儕互動壓力」感受愈強。

五、「因應策略總量表」與「學生學業表現壓力」、「學生補習壓力」、「學生同儕互動壓力」、「學習壓力總量表」均呈現顯著正相關。「因應策略」感受愈強，「學生學業表現壓力」、「學生補習壓力」、「學生同儕互動壓力」、「學習壓力總量表」感受愈強。

表4-33：國小高年級學生學習壓力與因應策略之相關分析摘要表

P 值	學生學業 表現壓力	學生補習壓力	學生同儕 互動壓力	學習壓力 總量表
學生補習壓力	0.524*			
學生同儕互動壓力	0.511*	0.376*		
學習壓力總量表	0.895*	0.774*	0.729*	
因應策略總量表	0.195*	0.153*	0.201*	0.225*

* $p < .05$

參、父母期望與因應策略量表之相關性

由表 4-34 所呈現之國小學生父母期望與因應策略量表之相關矩陣可得之各分量表之相關情形，說明如下。

一、「積極處理問題」與「自我調適」、「因應策略總量表」均呈現顯著正相關，且「積極處理問題」與「因應策略總量表」呈現較高之正相關。「積極處理問題」感受愈強，「自我調適」、「因應策略總量表」感受愈強。而「積極處理問題」與「消極逃避處理」、「負面情緒發洩」均呈現顯著負相關，且「積極處理問題」與「消極逃避處理」呈現較高之負相關。「積極處理問題」感受愈強，「消極逃避處理」、「負面情緒發洩」感受愈弱。

表4-34：國小高年級學生父母期望與因應策略之相關分析摘要表

P 值	積極處理問題	自我調適	消極逃避處理	負面情緒發洩	因應策略總量表
自我調適	0.340*				
消極逃避處理	-0.170*	-0.014			
負面情緒發洩	-0.110*	0.006	0.444*		
因應策略總量表	0.511*	0.667*	0.535*	0.505*	
父母期望總量表	0.366*	0.196*	0.054	0.009	0.295*

* $p < .05$

二、「自我調適」與「積極處理問題」、「因應策略總量表」呈現顯著正相關。且「自我調適」與「因應策略總量表」呈現較高之正相關。「自我調適」感受愈強，「積極處理問題」、「因應策略總量表」感受愈強。

三、「消極逃避處理」與「負面情緒發洩」、「因應策略總量表」均呈現顯著正相關，且「消極逃避處理」與「因應策略總量表」呈現較高之正相關。「消極逃避處理」感受愈強，「負面情緒發洩」、「因應策略總量表」感受愈強。但「消極逃避處理」與

「積極處理問題」呈現顯著負相關。「消極逃避處理」感受愈強，「積極處理問題」感受愈弱。

四、「負面情緒發洩」與「消極逃避處理」、「因應策略總量表」均呈現顯著正相關，且「負面情緒發洩」與「因應策略總量表」呈現較高之正相關。「負面情緒發洩」感受愈強，「消極逃避處理」、「因應策略總量表」感受愈強。而「負面情緒發洩」與「積極處理問題」呈現顯著負相關。「負面情緒發洩」感受愈強，「積極處理問題」感受愈弱。

五、「因應策略總量表」與「積極處理問題」、「自我調適」、「消極逃避處理」、「負面情緒發洩」均呈現顯著正相關。「因應策略總量表」感受愈強，「積極處理問題」、「自我調適」、「消極逃避處理」、「負面情緒發洩」感受愈強。

六、「父母期望總量表」與「積極處理問題」、「自我調適」、「因應策略總量表」均呈現顯著正相關。「父母期望」感受愈強，「積極處理問題」、「自我調適」、「因應策略總量表」感受愈強。

第五章 結論與建議

本研究旨在探討國小高年級學生知覺父母期望、學習壓力及其因應策略為何，經過文獻分析、整理後，採以問卷調查之量化分析為研究方法，其使本研究有更完整的探究。本章共分為三節，第一節為研究發現，依據問卷調查所得資料，經統計分析與綜合討論後，歸納研究結果。第二節為結論，依據所歸納的研究結果做成結論。第三節為建議，即以本研究所得結論提出相關建議，以供相關單位及爾後學術研究之參考。

第一節 研究發現

壹、不同背景變項的國小高年級學生父母期望之現況與差異分析

一、國小高年級學生對父母期望感受之現況分析

國小高年級學生對「父母提供課業學習」、「父母行為關注」、「父母職業生涯期望」感受度最強，但對「父母親子互動關係」感受度較弱。

二、國小高年級學生對父母期望感受之差異分析

不同背景變項的國小高年級學生對父母期望之感受在「學校規模」的差異均未獲得支持，未達顯著差異。在「是否有課後補習」的差異獲得支持，達顯著差異。在「性別」、「年級」、「父親教育程度」與「母親教育程度」的差異僅部分層面獲得支持，達顯著差異。

貳、不同背景變項的國小高年級學生學習壓力之現況與差異分析

一、國小高年級學生對學習壓力感受之現況分析

國小高年級學生對「學生學業表現壓力」、「學生補習壓力」感受度最強，但對「學生同儕互動壓力」感受度較弱。

二、國小高年級學生對學習壓力感受之差異分析

不同背景變項的國小高年級學生對學習壓力之感受在「年級」、「學校規模」與「母親教育程度」的差異均未獲得支持，未達顯著差異。在「是否有課後補習」與「父親教育程度」的差異獲得支持，達顯著差異。在「性別」的差異僅部分層面獲得支持，達顯著差異。

參、不同背景變項的國小高年級學生因應策略之現況與差異分析

一、國小高年級學生對因應策略使用感受之現況分析

國小高年級學生對「積極處理問題」、「自我調適」、「消極逃避處理」使用感受最強，但對「負面情緒發洩」使用感受較弱。

二、國小高年級學生對因應策略使用感受之差異分析

不同背景變項的國小高年級學生對因應策略之使用感受在「性別」、「學校規模」與「母親教育程度」的差異均未獲得支持，未達顯著差異。在「年級」、「是否有課後補習」與「父親教育程度」的差異僅部分層面獲得支持，達顯著差異。

肆、不同父母期望的國小高年級學生在學習壓力與因應策略之差異分析

一、不同父母期望的國小高年級學生對學習壓力之差異分析

不同父母期望的國小高年級學生在學生學業表現壓力、學生補習壓力、學生同儕互動壓力與整體程度層面之感受有顯著差異。

二、不同父母期望的國小高年級學生對因應策略之差異分析

不同父母期望的國小高年級學生在積極處理問題、自我調適與整體程度層面之感受有顯著差異。

伍、不同學習壓力的國小高年級學生在父母期望與因應策略之差異分析

一、不同學習壓力的國小高年級學生對父母期望之差異分析

因此不同學習壓力的國小高年級學生在父母期望、父母親子互動關係、父母行為品行關注與整體程度層面之感受有顯著差異。

二、不同學習壓力的國小高年級學生對因應策略之差異分析

不同學習壓力的國小高年級學生在積極處理問題、消極逃避處理、負面情緒發洩與整體程度層面之感受有顯著差異。

陸、國小高年級學生之父母期望、學習壓力與因應策略之相關分析

一、父母期望與學習壓力量表之相關性

「父母提供課業學習」與「父母親子互動關係」、「父母行為品行關注」、「父母職業生涯期望」、「父母期望總量表」均呈現顯著正相關。且「學習壓力」感受愈強，「父母提供課業學習」、「父母親子互動關係」、「父母行為品行關注」、「父母期望總量表」感受愈強。

二、學習壓力與因應策略量表之相關性

「學生學業表現壓力」與「學生補習壓力」、「學生同儕互動壓力」、「學習壓力總量表」均呈現顯著正相關。「因應策略」感受愈強，「學生學業表現壓力」、「學生補習壓力」、「學生同儕互動壓力」、「學習壓力總量表」感受愈強。

三、父母期望與因應策略量表之相關性

「積極處理問題」與「自我調適」、「因應策略總量表」均呈現顯著正相關，而「積極處理問題」與「消極逃避處理」、「負面情緒發洩」均呈現顯著負相關。且「父母期望」感受愈強，「積極處理問題」、「自我調適」、「因應策略總量表」感受愈強。

第二節 結論

一、由統計結果顯示不管是「父母期望」、「學習壓力」以及「因應策略」等變項都不會因不同的大型、中型、小型「學校規模」以及「性別」兩項背景變項而有顯著差異。

在「學校規模」上因為此次研究樣本都在區域性相同的學校，其家庭的組成以及背景環境都較為類似，如果拉大區域範圍，也許就會產生較顯著的差異。在「性別」上，在少子化的今日，男孩、女孩都是家長的寶貝，無一不是「望子成龍、望女成鳳」，所以家長的期望不會因為性別而有所不同，也或許是因為學生面對的父母期望是來自於父母，不會因為學校規模的大小對此期望產生改變，當然性別也不會達到顯著差異。

二、由統計結果顯示不管是「父母期望」、「學習壓力」以及「因應策略」等變項也都不会因不同「年級」此背景變項而有顯著差異，只有在學習壓力上，五年級學生間對學習壓力的感受程度較六年級學生間對學習壓力的感受程度較小！因為此次研究樣本是為高年級，在高年級中雖然有分五、六年級，但差距只有一年，其對父母的認知、態度以及學習所產生的壓力和所可能採用的因應策略都可能較為類似，如果拉大年段，例如：中、高年級也許就會產生較顯著的差異。

三、父母期望

國小高年級學生對父母提供課業學習、父母行為關注及父母職業生涯期望感受度最強，或許是因為父母在對高年級學生的平日教養上就非常著重於這三項，而學生也就對此比較有感受！但對「父母親子互動關係」感受度較弱，研判親子間較少有互動對談的時間，所以學生對於此項選項的答案自然感受度較低。

在不同背景變項中，是否有課後補習對父母期望上有顯著的差異；在是否有課後補

習方面，有補習的學生會覺得父母有在注意他們的課業，才會汲汲營營於讓他們從事課後從事補充自我能力的相關課程，當然對父母期望的感受程度與沒補習的學生有所差異；而父母親有越高的教育程度，當然希望自己的孩子能與自己有相同成就，或進而超越自身，因此孩子對父母的感受程度也會有所不同，但差別並不顯著，可知雖然擁有不同教育程度的父母，但他們對孩子的期望都是一致性的，希望孩子更有成就、更有發展。

四、學習壓力

國小高年級學生對學生學業表現壓力、學生補習壓力感受度最強。概括而言，每個學生都希望自己的學業表現能夠越來越好，到了愈高年級課業日益困難，壓力也日益產生；在學生課後補習方面，平日早上在學校上課已經很累，放學後又要去參與課後補習，當然也會產生較大的壓力。而在同儕互動方面感受較弱，或許是因為同儕間都是遊樂的夥伴，自然對於同儕互動的壓力就比較不明顯。

是否有課後補習的國小高年級學生對學習壓力之感受有著顯著差異，且研究顯示，有參與課後補習的學生對學習壓力之感受愈強。而從林銘宗（1999）的研究結果得知個人因素導致的課業壓力，包括自我期許、學科學習壓力等；外在因素導致的課業壓力，包括父母期望、教師教導、同儕壓力、補習、考試、升學等。所以是否有補習確實會對國小高年級學童造成心理壓力的變化。

父親是一家之主，通常也是權威的扮演者，孩子當然也會效法父親，自然會想跟父親一樣的教育程度，壓力因此跟著產生，故達到顯著差異。在年級方面，因為不同年級本來就不是自己的競爭對象，學習壓力自然就不會產生；學校規模方面，因為以後升學不是跟自己學校的學生競爭，而是跟其他同年齡的學生競爭，對於學校規模的大小自然不會產生較多的壓力。

五、因應策略

高年級學生在因應策略方面，對積極處理問題感受最強、其次依序是自我調適及消極逃避處理。從小就接受積極處理問題及樂觀面對問題教導，當問題出現時當然會積極去處理且能自我調適，而對於個性比較沉默或比較權威式的管教方式，便有可能不說出問題，而產生逃避的現象。在負面情緒發洩方面，或許學生怕受到處罰，而不敢表現。周巧芳（2005）的研究國小高年級學童最常使用「積極處理」之壓力因應策略，最少使用「情緒發洩」之壓力因應策略。因應策略會因為學生的教養歷程、成長經歷及個人專屬的個性而有不同的方式，不會受性別、年級、學校規模、是否有參加課後補習以及父母親的教育程度而有影響，皆未達顯著差異。

六、不同父母期望與學習壓力及因應策略

由研究結果得知，高父母期望會對學生產生較大的學習壓力，呈現正相關，但對於因應策略方面，高父母期望的學生採用的方式優於低父母期望的學生會選擇較積極的方式來面對問題。因此可知父母提高對子女的期望，對子女積極面對問題的態度是有幫助的，可能也會指導正向態度，不過也須適度調整期許與壓力，以免造成孩子的負擔。

七、不同學習壓力與父母期望及因應策略

由研究結果得知，高學習壓力的學生較容易感受到父母的期望及父母對於行為的關注，或許也是因為他們較容易感受而產生了較高的壓力；而高學習壓力的學生容易產生消極處理問題或逃避問題的現象，應避免給學生過大的壓力；低學習壓力的學生則在積極處理方面表現較強。

八、國小高年級在父母期望、學習壓力與因應策略上有達到顯著的相關性。'

第三節 建議

經本研究結果的分析與討論後，有以下幾點建議可供未來相關研究的參考：

一、對未來相關研究之建議

- (一) 建議未來研究者可針對不同年級或不同區域的學生進行研究，如此應可讓此研究結果更為精確、完備。例如拉大年齡差距或是拉大區域範圍，像是城鄉之間或是不同年段。因為此研究僅針對高年級學生所做的分析，若要推論於其他年級，恐產生與本研究不一樣的結果。而不同區域的學生，因生長環境及背景的不同，或許研究的結果亦會跟本研究有所差異；這兩點都值得後進加以研究，可讓此研究的涵蓋面更廣。
- (二) 由於目前教育政策變動頗巨，或許可針對教育政策與學習壓力進行研究，此項可為未來研究者進行研究時之參考。因當前教育政策一年多變，且常變得讓人摸不著頭緒，這或許也無形中帶給處於變動世代的學生壓力，因此建議後進可針對教育政策的相關面向來加以研究，進行分析探討。
- (三) 學童除了在家與父母相處的時間外，最長時間跟自己的導師，或許可以針對導師對孩子的期望進行研究分析，可了解是否導師的期望亦會讓學童產生壓力，若會產生壓力，可繼續探討出是哪些方面讓學童產生壓力，如導師的說話方式、教學方式、平時與學生的互動情形…等，這些都是值得後進加以研究的題材。

二、對學校教學單位之建議

- (一) 強化學校輔導的功能，輔導孩子適時的選擇正向的壓力因應方式，尤其對於個性較缺乏情緒管理的能力以及不知解決問題可以採取正向的壓力因應的學生們。可以利用輔導功能，協助孩子發現自我、探索自我、自我實現。當然也希望每個教師都能夠擁有相關的輔導知能！定期的參加輔導講座、研習，如何輔導孩子、察覺孩子的問題、協助孩子適當的緩和面對的壓力、使用最適當的方式處理壓力，這都將是身為教學者所應該擁有的能力。
- (二) 導師除了學業部分的加強外，也能自行設計符合國小高年級認知發展相關輔導課程！例如：情緒處理、認識自我、探索自我、紓解壓力、人際相處、親子溝通、表達與溝通等等相關議題的課程！營造班級擁有良好的學習環境與氣氛，讓班上不是只以分數掛帥為主，而是能夠透過全班的向心力，重新塑造班級的學習氣氛，使之全班能一同向上提升。。
- (三) 研究結果顯示補習確實會對國小高年級學童造成學習壓力，或許可針對不同補習班級及不同上課方式進行研究，以降低學童的學習壓力。本研究確實發現補習會帶給學生壓力，而過大的壓力卻會讓學生產生消極逃避的態度，或許可以針對不同的教學方式或是不同補習場所進行學生壓力點分析，或許可以找出一種降低學生壓力的教學模式。避免補習的帶給孩子的強大壓力，也可以透過在校的補救教學措施，透過補救教學措施可以發現孩子的問題，馬上給予適切的教學！在整理教材的準備上，身為學校老師也要著重於課程銜接的問題，自行設計最適切的教學課程，以幫助孩子可以去面對學業！當不懼怕學業，自然功課成績會進步，也許就可以不用一定要到補習班就學。

三、對父母教養之建議

(一) 可鼓勵家長參與親子成長溝通講座

孩子感受到父母給予的期望壓力是不容小覷，研究結果顯示父母期望會帶給孩子學習壓力，而過大的壓力會產生不良影響。或許可針對父母對孩子期望的方式進行探討，看是否能尋找出降低孩子壓力的期望方式。一般學校或是相關單位都會辦理親職講座，希望家長都能夠參加，不管是校外或是校內的課程講座！

希望現在的家長不要只是使用自己認定的方式，去處理與孩子相處溝通的問題，甚於解決與孩子的衝突！時代不段的在改變，教育現代父母如何去『當父母』，是重要課題！尤其在少子化的現在，除了養孩子外，更要了解如何教孩子！所以透過親子成長講座等相關課程，以提供父母教養孩子的正確觀念。

(二) 父母除了著重於孩子的課業成績外，也要重視孩子日常的情緒反應及處理壓力的方式是否為正向！家庭的功能除了教養外，也要提供孩子愛與關心！平常就多注意孩子的情緒、心事，抽空陪他聊聊，適切的給予引導回應與鼓勵，利用假日帶孩子出去走走，宣洩壓力！對孩子而言，這比提供他再多的外在物質還要珍貴，如此孩子體會到父母的愛心，情緒才有了出口，因此相信孩子的想法必定是積極且正向的。

書目

壹、中文部分

一、專書

- 王燕、張雷（2005）。**兒童學業自我概念在父母教養風格與學業成就間的中介效應**。應用心理學，11(2)，186-192。
- 朱敬先（2000）。**健康心理學：心理衛生**（初版六刷，1992 初版）。臺北市：五南。
- 周新富（2006）。**家庭教育學**。台北：五南。16-87。
- 張春興（2007）。**現代心理學**（45 次印刷，1991 初版）。臺北市：東華
- 張春興（1991）。**張氏心理學辭典**。台北：東華。
- 陳彰儀（1995）。**組織心理學**。臺北市：心理。
- 郭靜晃（2002）。**心理學概論**（初版）。臺北市：楊智。
- 楊瑩（1995）。**教育機會均等：教育社會學的探究**
- 葉重新（1999）。**心理學**。台北：心理。417-425
- 藍采風（2000）。**壓力與適應**。臺北市：幼獅文化。
- 羅清俊（2007）。**社會科學研究方法：如何做好量化研究**。台北：威士曼文化。

二、期刊論文

朱瑞玲（1989），親子關係：子女的知覺與解釋及其影響。臺灣社會現象的分析：家庭、人口、政策與階層，**中央研究院三民主義研究所叢刊**，**25**，伊慶春、朱瑞玲主編，181-246。

巫有鎰（1999）。影響國小學生學業成就的因果機制－以臺北市和臺東縣做比較。**教育研究集刊**，**43**，213-242。

吳明隆、陳昭彬（1995）。國小學生學習壓力之探索。**諮商與輔導**，**118**，23 - 25。

李錫津（1998）。學生學習挫折年齡漸降。**教育資料文摘**，**37(4)**，42 - 43。

李坤崇、歐慧敏（1996）。青少年因應策略量表之編製報告。**測驗年刊**，**43**，241-262。

周裕欽、廖品蘭（1997）。出身背景、教育程度及對子女教育期望之關聯性研究。**教育與心理研究**，**20**，313-330。

吳幼妃（1982）。父母與同儕對國中學生教育抱負影響之研究。**教育學刊**，**4**，89-124。

林清江（1980）。國中畢業生升學與就業意願之影響因素。**國立台灣師範大學教育研究所集刊**，**22**，129~188。

梁培勇（1993）。小學兒童壓力觀初步探討。**中華心理學刊**，**35**，(2)，87-114。

張怡真（1998）。國小男女學童知覺父母對其教育關注與期望調查。**教育研究集刊**，**41**，53-71。

郭生玉（1975）。父母期望水準不切實際時對子女成就動機之影響。**教育心理學報**，**8**，61-80。

馮觀富（1992）。談國小階段兒童的壓力。**師友月刊** **81(5)**，29-32。

曾建章（1996）。國中資優學生所知覺之教師及父母學業成就期望與成就動機間差異之研究。**資優教育**，**60**，31-37。

楊景堯（1993）。高雄地區不同公立高中父母教育程度、父母感情與教育期望差異之調查研究-下。**臺灣教育輔導月刊**，**43(5)**，2-10。

三、專書論文

吳燕和（1998）。華人父母的權威觀念與行為：海內外華人家庭教育之比較研究。載於喬健、潘乃右（主編），**中國人的觀念與行為**。高雄：麗文。

何金針（2005）。**認識壓力**。載於唐璽惠、王財印、何金針、徐仲欣著，**情緒與壓力管理**（71-107）。臺北：心理。

四、研討會論文

張善楠、黃毅志（1997）。**原漢族別、社區和學童學業成就關聯性之因果機制**。載於台東師院，少數族群與原住民教育研究國際學術研討會論文。

五、學位論文

呂虹霖（2004）。**國中學生知識信念、父母期望與學業成就之研究**。國立彰化師範大學教育研究所碩士論文，未出版，彰化縣。

呂敏昌（1993）。**國中學生的生活壓力、因應方式與心理社會幸福感之關係**。中國文化大學兒童福利學系研究所碩士論文，未出版，臺北市。

- 吳蔚銘（2009）。**國小學生數學領域學習壓力與因應策略之研究**(16)。國立屏東教育大學社會發展學系社會科教學碩士班碩士論文，未出版，屏東市。
- 吳智惠（2007）。**國小教師教學領導與學生學習壓力之關係研究**。國立屏東教育大學教育行政研究所碩士論文，未出版，屏東市。
- 吳孟諱（2004）。**國小高年級學童自我效能、知覺父母期望、教師期望與行為困擾、學業表現之相關研究**。未出版碩士論文。台北：國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所。
- 李文芳（2008）。**台北市國中生家長教育期望、教養方式與子女行為困擾之研究**。中國文化大學青少年兒童福利研究所碩士論文，未出版，台北市。
- 林孜洳（2011）。**國小高年級學童數學學習領域的學習壓力與因應策略-以台中市豐原區國民小學為例**。東海大學公共事務碩士專班碩士論文，未出版，台中市。
- 林銘宗（1999）。**國小六年級學童的課業壓力、因應方式及社會支持之研究**。國立嘉義師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版，嘉義市。
- 林淑娥（2003）。**台中縣國民小學學生家長教育期望與參與學校教育關係之研究**。國立台中師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版，台中縣。
- 林俊瑩（2001）。**國小學生家長的子女教育期望、民主參與態度與參與學校教行為關連性之研究**。未出版碩士論文。台東：國立台東師範學院教育研究所。
- 周巧芳（2006）。**嘉義市國小高年級學童學校壓力與因應策略之相關研究**。國立嘉義大學家庭教育研究所碩士論文，未出版，嘉義市。
- 周文菁（2004）。**台灣地區大學升學壓力及其相關因素研究**。國立暨南國際大學教育政策與行政學系碩士論文，未出版，南投縣。

- 周意茹（1995）。**國小學生行為困擾的相關因素及其因應方式之分析研究**。國立高雄師範大學教育學系碩士論文，未出版，高雄市。
- 高源令（1991）。**國小學生日常生活壓力之研究**。國立政治大學教育研究所博士論文。
- 柯銀德（2002）。**台南縣公私立國中學生父母期望、學生成就動機與焦慮之相關研究**。國立中正大學心理研究所碩士論文，未出版，嘉義縣。
- 施雅薇（2004）。**國中生生活壓力、負向情緒調適、社會支持與憂鬱情緒之關聯**。國立成功大學教育研究所碩士論文，未出版，臺南市。
- 張振成（1984）。**台中市青少年工作價值及職業成熟之研究**。私立東海大學社會學研究所碩士論文。
- 張敏芳（2005）。**與壓力共舞--國小音樂資優生學習壓力之研究**。屏東師範學院教育行政研究所碩士論文，未出版，屏東市。
- 郭惠雯（2005）。**國小資賦優異學生與一般學生之教師期望知覺、父母期望知覺與自我概念之相關研究**。屏東教育大學教育行政研究所碩士論文，未出版，屏東市。
- 侯世昌（2002）。**國民小學家長教育期望、參與學校教育與學校效能之研究**。國立台灣師範大學教育學系博士論文，未出版，台北市。
- 許玉芳（2008）。**國小學童的教師期望、父母期望與自我效能、學業成就之相關研究**。國立屏東教育大學心理輔導教育研究所碩士論文，未出版，屏東市。
- 張明麗（1991）。**國小女教師工作壓力、工作滿意度與退休態度之研究**。國立政治大學教育研究所碩士論文，未出版，臺北市。
- 張嘉茹（2009）。**台北縣國民小學教師工作壓力與因應策略之研究**。國立台北教育大學教育政策與管理研究所碩士論文，未出版，台北縣。

- 許嘉容（2006）。**高雄市國小資優生與普通生學校壓力、因應策略與學校適應之比較研究**。國立高雄師範大學特殊教育學系碩士論文，未出版，高雄市。
- 陳永和（2003）。**國小兒童學校生活情緒經驗之相關研究**。國立屏東師範學院心理輔導教育研究所碩士論文，未出版，屏東市。
- 黃菁瑩（1999）。**台灣地區父母對子女教育期望之差異-- 性別角色觀和學校功能觀的中介影響**。國立臺東師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版，台東縣。
- 黃仁性（2007）。**國中生課業壓力及課業表現之相關分析**。中華大學應用數學系碩士論文，未出版，新竹市。
- 黃琪媚（2005）。**國中生的父母管教方式、制握信念、學習壓力與學習成就之研究**。大葉大學教育專業發展研究所碩士論文，未出版，台北市。
- 黃瀨瑱（2007）。**國小學童父母教養方式、學習壓力與幸福感之關係研究**。國立高雄師範大學教育學系碩士論文，未出版，高雄市。
- 曾肇文（1996）。**國小學童學校壓力、因應方式、社會支持與學校適應之相關研究**。國立新竹師範學院初等教育研究所碩士論文，未出版，新竹市。
- 曾淑華（2002）。**國小學生行為困擾、求助對象與因應策略之研究**。國立屏東師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版，屏東市。
- 楊環華（1999）。**國中學生父母期望、學習壓力與因應策略之研究**，國立高雄師範大學教育研究所碩士論文，未出版，高雄市。
- 楊筱筠（2007）。**國小高年級學生知覺父母管教方式、父母期望與自我調整學習關係之研究**。國立台南大學教育學系課程與教學碩士班碩士論文，未出版，台南市。
- 楊玉女（1991）。**兒童的生活壓力、自我能力評估及其適應行為之相關研究**。國立彰化

師範大學輔導研究所碩士論文，未出版，彰化縣。

劉寶（2002）。**桃園縣國小高年級學童父母管教態度、成就動機與學習壓力相關之研究**。

國立新竹師範學院碩士論文，未出版，新竹縣。

歐慧敏（1996）。**國小學生因應策略與行為困擾之相關研究**。國立台南師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版，台南市。

蔡朝硯（2008）。**台北市國民小學教師工作壓力與因應策略之研究**。台北市立教育大學教育行政與評鑑研究所碩士論文，未出版，台北市。

蔡素美（2004）。**國小學童課業壓力與壓力因應策略之研究**。國立嘉義大學家國民教育研究所碩士論文，未出版，嘉義市。

蔡嘉慧（1998）。**國中生的社會支持、生活壓力與憂鬱傾向之相關研究**。國立高雄師範大學教育學系研究所碩士論文，未出版，高雄市。

蔡明若（1993）。**國小學童人際衝突因應策略之研究**。台北市立師範學院初等教育學系碩士論文，未出版，台北市。

簡伊淇（2002）。**國小資賦優異學生與普通學生對教師、父母期望知覺與成就動機之相關研究**。國立花蓮師範學院國民教育研究所，未出版，花蓮縣。

蘇秋碧（2000）。**國小六年級被同儕拒絕兒童其被同儕拒絕因素之研究**。國立台中師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版，台中市。

六、雜誌、學報

吳武典、林繼盛（1985）。加強家庭聯繫對兒童學習效果與家庭氣氛的影響。**教育心理學報**，18，97-115。

施佩芳（2002）。國小級任教師權力類型與學童學校壓力之相關研究。**台東師院學報**，**13**，183-210。

柴松林、蔡文哲（2008）。二〇〇八年(第八屆)小朋友幸福大調查。**講義雜誌**。**43**，45-54。

張春興（1981）。高中生的自我知覺與對父母期待知覺間的差距與其學業成績的關係。**教育心理學報**，**14**，31-40。

張世平（1983）。高中生的教師期望、父母期望、自我期望與學業成就的關係。**高雄師院學報**，**1**，116-155。

劉明松（1998）。家庭結構、父母教養方式與學業成就關係之研究。**教育資料文摘**，**248**，123-140。

蔣秀清、吳淑琬、黃財蔚（2007）。國小高年級學童調適困擾與因應策略之研究。**彰化師大教育學報**，**11**，1-24。

七、網路等電子化資料

孫曜樟（2005）。教改十年，補習班增逾五倍。**天下雜誌**。2009年3月31日，取自
<http://blog.yam.com/g11160720/article/819376>

貳、西文部分

(I) Book

Chang, L. (1994). *A comparative cross-culture study in Taiwan and the U.S.A. : The effects of maternal tutorial behavior on young children's mathematical performance (United states, China)* [CD ROM]. Abstract from: ProQuest Files: Dissertation Abstracts Item: 9425180.

Chen, J. (1992). *Academic achievement motivation of Chinese high school students* (CD ROM). Abstract from: ProQuest File: Dissertation Abstracts Item : 9136366.

Eysenck, H. J. (1983). *Stress disease, and personality*. In Cooper, C.L.(Eds.). Stress research issue for the eighties (pp.121146). New York:J.Wiley and Sons.

Greenberg, G., & Baron, R. (1997). *Behavior in rganization* (6th ed.). Englewood Cliffs,N.J.: Prentice Hall.

Holmes, T. H., & Rahe, R. H. (1967). The social readjustment rating scale.*Journal of Psychosomatic Research,11*, 213-218.

Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaptation*. New York: Oxford.

Morris, C. (1996). *Contemporary psychology and effective behavior* (7thed). Glenview,IL: Scott,Foresman.

Turner, R. J., & Roszell, P. (1994). *Psychosocil resources and the stress process*. New York: Plenum Press.

Scott-Jones, D. (1995). *Parent-child interactions and school achievement*. In B. A. ◦

Selye, H. (1956). *The stress of life*. New York: McGrawHill. Ivancevich, J. M. & Maatteson, M. T. (1980). *Stress and work: A managerialperspective*. Glenview, I.L: Scott, Foresman.

Richman, E. R. (1990). *Parental achievement expectations and parental warmth: Their relationship to development in young children* [CD ROM] . Abstract from: ProQuest File: Dissertation Abstracts Item: 9032032.

Robbins,S.T.(2003). *Organizational Behavior* (10th ed). New Jersey: Pearson Education.

(II) Periodicals

Blake, J. (1985). Number of Siblings and Education Mobility, *American Sociological Review*, 50, 84-94.

Blake, J. (1989). Number of siblings and education attainment. *Science*, 24, 32-37.

Chen, J. (1992). *Academic achievement motivation of Chinese high school students* (CD ROM). Abstract from: ProQuest File: Dissertation Abstracts Item : 9136366.

Cox, T. (1978). *Stress*. Baltimore: University of Park Press ◦ Kanner,A.D.(1981). Comparison of two modes of stress measurement:Daily hassles and uplifes versus major life events.*Journal of Behavioral Medicine*,4,139.

Finn, J. D. (1972). Expectations and the educational environment. Review of *Personality and Social Psychology*, 40, 1984, 839-852.

Folkman, “Personal Control and Stress and Coping Processes: A Theoretical Analysis, ” *Journal of Personality and Social Psychology*, 40, 1984, 395-852.

Frome, P., Eccles, J. (1998). Parents’ Influence on Children’s Achievement-Related

- Perceptions. *Journal of Personality and Social Psychology*, *74*, 435-452.
- Hobfoll, S. E. (1989). Conservation of resource:A new attempt at conceptualizing stress. *American Psychologist*,*44*(3), 513-524.
- Huan, V. S., See, Y. L., Ang, R. P., & Har, C. W. (2008). *The impact of adolescent concerns on their academic stress. Educational Review*, *60*(2), 169-178.
- Helms, B. J & Gable, P. K. (1990). *Assessing and dealing with school-related stress in grades 3-12 students*. (ERIC Document Reproduction Service No.ED318924)
- Martin, T. N., & Schermentharm, J. R. JR. (1983). Work and non work influence on health:A research agenda using inability to leave as a critical variable.*Academy of Management eview*, *8*(4), 650-659.
- Natriello, G., & McDill, E. L. (1986). Performance standards, student effort on homework, and academic achievement. *Sociology of Education*, *59*, 18-31.
- S. R. Lazarus, & S. Folkman, “ Coping as a Mediator of Emotion, ” *Journal of Personality and Social Psychology*, *54*, 1998 , 466-475.
- Thoits,P.A.(1986). Social support as coping assistance. *Journal Consulting and Clinical Psychology*, *54*(4), 416-423.
- Wild, E., & Wild, K.P. (1997). Familial socialization and students’ motivation to learn. *Zeitschrift for Padagogik*, *43*(1), 55-77.
- Xie, Q., Seefeldt, C. & Tam, H. P. (1996) . *Parenting Style and Only Children’s School Achievement in China*. (ERIC Document Reproduction Service, No. ED 396819).
- Zimmerman, B. J., Bandura, A., & Martinez-Pons, M. (1992). Self-motivation for academic

attainment: The role of self-efficacy beliefs and personal goal setting. *American Educational Research Journal*, 29(3), 663-676.

Zimmerman, B. J., Bandura, A., & Martinez-Pons, M. (1992). Self-motivation for academic attainment: The role of self-efficacy beliefs and personal goal setting. *American Educational Research Journal*, 29(3), 663-676.



附錄二：國小高年級學生知覺父母期望與學習壓力及其因應策略之研究調查問卷（初稿分析）

指導教授：柯義龍 教授 編制者：詹佳樺

☆ 填寫說明：

1. 本初稿請專家指導後，而後校正修成正式問卷。
2. 問卷共有63題，敬請不吝指導。以下問卷所編制的題目中，如你覺得適合的，請在適合的□內打「V」；認為應刪除的，請在刪除的□內打「V」；如有任何需要修正的地方，請在應修正的□內打「V」，並請惠予您的修正意見。

父母期望問卷

1. 本問卷分成四個相關因素，包括「提供課業學習」、「親子互動關係」、「行為品行關注」及「職業生涯期望」等四個層面來探討。
2. 請在閱讀完問題後，依您的看法勾選是否具有適切性。

適 合	應 刪 除	應 修 正
--------	-------------	-------------

提供課業學習

1. 父母會鼓勵我多閱讀課外讀物，以幫助提升學業成績。-----□ □ □

修正意見：_____

2. 當我得到好成績時，父母會感到很滿意。-----□ □ □

修正意見：_____

3. 父母會鼓勵我向班上成績很好的同學看齊。-----□ □ □

修正意見：_____

4. 當我的成績未達到父母所定的目標時，父母會叫我再努力。-----□ □ □

修正意見：_____

5. 只要有助於提高成績的事情（例如補習班），父母總是讓我參加----□ □ □

修正意見：_____

適
合

應
刪
除

應
修
正

親子互動關係

6. 父母規定我成績分數一定要達到一定的標準，令我痛苦。-----

修正意見：_____

7. 父母要求很高，我擔心沒達到他們的要求，會讓他們失望。-----

修正意見：_____

8. 父母要我上各種補習班，令我覺得很痛苦。-----

修正意見：_____

9. 父母常常拿別人的成績比來和我比較，讓我很生氣。-----

修正意見：_____

10. 父母期望我未來有很高的教育程度（例如研究所、大學）。-----

修正意見：_____

行為品行關注

11. 父母對我的行為要求很高（例如有禮貌、守規矩）。-----

修正意見：_____

12. 父母會鼓勵我結交行為良好的朋友。-----

修正意見：_____

13. 父母會和我的老師聯繫，以注意我在學校的行為表現。-----

修正意見：_____

14. 父母對於我良好的行為表現常給予獎勵。-----

修正意見：_____

適 應 應
合 刪 修
除 正

職業生涯期望

15. 父母會帶我去參觀藝文活動（例如音樂會、美術展覽等）。-----

修正意見：_____

16. 父母非常關心我將來的職業成就。-----

修正意見：_____

17. 父母會和我討論將來從事的職業。-----

修正意見：_____

18. 父母會為我樹立一個理想的職業標準。-----

修正意見：_____

19. 父母希望我以後不要做勞力的工作。-----

修正意見：_____

20. 父母規定我成績要達到一定的標準，令我痛苦萬分。-----

修正意見：_____

學習壓力問卷

1. 本問卷分成三個相關因素，包括「學業表現壓力」、「補習的壓力」、「同儕互動壓力」等三個層面。

2. 請在閱讀完問題後，依您的看法勾選是否具有適切性。

適 應 應
合 刪 修
除 正

學業表現壓力

1. 上課時，老師講解的數學題目我幾乎都聽不懂。-----

修正意見：_____

適 應 應
合 刪 修
除 正

2. 學校的功課太多，我感到壓力很大。-----

修正意見：_____

3. 為了提高成績，老師會把其他課拿來上國語、數學課。-----

修正意見：_____

4. 考試的內容太難了，我很多都不會寫。-----

修正意見：_____

5. 我只要一想到要考試，我就非常害怕。-----

修正意見：_____

6. 我常擔心學業成績分數表現不好。-----

修正意見：_____

7. 父母會拿別人小孩的成績與我比較，我感到壓力很大。-----

修正意見：_____

8. 我很擔心考試的分數會輸給別人。-----

修正意見：_____

補習壓力

9. 父母要我寫一堆評量、考卷，令我覺得痛苦。-----

修正意見：_____

10. 我擔心考試考不好，父母會很生氣。-----

修正意見：_____

適 應 應
合 刪 修
 除 正

11. 我很擔心考試未達父母、老師所訂的標準而被處罰。-----

修正意見：_____

12. 萬一沒有考上理想的高中職，我會覺得對不起父母和老師。-----

修正意見：_____

13. 父母會強迫我去補習。-----

修正意見：_____

14. 我擔心如果不補習，成績會趕不上別人。-----

修正意見：_____

15. 放學後趕補習，補習後趕著寫功課，每天都很累。-----

修正意見：_____

同儕互動壓力

16. 每次補習回來，我都覺得很累、很想睡覺。-----

修正意見：_____

17. 我擔心如果不補習，成績會趕不上別人。-----

修正意見：_____

18. 活動分組時，同學不喜歡和我同一組。-----

修正意見：_____

19. 同學會因我的外表特徵而嘲笑我。-----

修正意見：_____

20. 同學會因我的成績不好而瞧不起我。-----

修正意見：_____

因應策略問卷

1. 本問卷分成四個相關因素，包括「積極處理問題」、「自我調適」、「消極逃避處理」、「負面情緒發洩」等四個策略。
2. 請在閱讀完問題後，依您的看法勾選是否具有適切性。

適 應 應
合 刪 修
除 正

積極處理問題

1. 遇到不會的問題，我都會主動去查資料、問同學或請教老師。-----

修正意見：_____

2. 遇到自己比較不拿手的科目，我會更認真聽講。-----

修正意見：_____

3. 如果很多課業做不完，我會排定先後順序，一件一件去完成。-----

修正意見：_____

4. 考試考不好時，我會檢討失敗的原因，以便下次改進。-----

修正意見：_____

5. 當課業有問題時，我相信我的能力一定可以解決問題的。-----

修正意見：_____

6. 如果同學取笑我，我會更加努力，讓他們看得起我。-----

修正意見：_____

自我調適

7. 課業壓力很重時，我會做其他休閒活動，再來讀書或做作業。-----

修正意見：_____

8. 成績不好時，我會想想自己在其他科目上的優點來鼓勵自己。-----

修正意見：_____

適 應 應
合 刪 修
除 正

9. 段考成績不好時，我會說：「沒關係！下次一定可以更好！」-----

修正意見：_____

10. 有同學討厭我時，我會告訴自己：「沒關係，我還有其他的朋
友可以一起玩。」-----

修正意見：_____

11. 和同學相處得不開心時，我會從事其他活動來轉移注意力，
例如：打電動、看電視、唱歌、運動、打球等。-----

修正意見：_____

12. 如果遇到討厭的科目，我會很不想上這堂課。-----

修正意見：_____

13. 看到自己考差的考卷，我會把考卷藏起來，不想看它。-----

修正意見：_____

14. 考試成績不理想時，我會覺得那是自己很倒楣、考運太差。-----

修正意見：_____

消極逃避處理

15. 上課被老師罵時，即使我是無辜的，也不想解釋。-----

修正意見：_____

16. 當同學不喜歡我時，我會覺得自己可憐，而且我也不想跟他們玩----

修正意見：_____

17. 因為我在學校沒有朋友，所以我就到網路世界去交網友。-----

修正意見：_____

18. 心情不好時，我會摔東西或打玩偶來宣洩我的情緒。-----

修正意見：_____

適 應 應
合 刪 修
除 正

負面情緒發洩

19. 遇到人際的壓力時，我會對自己或身邊的人生氣，或是想

要找人吵架。-----

修正意見：_____

20. 如果上課時同學取笑我所發表的意見，我會罵他們。-----

修正意見：_____

21. 和同學吵架的時候，我會動手打人。-----

修正意見：_____

22. 學校生活很無趣時，我會選擇逃學來逃避一切。-----

修正意見：_____

23. 心情很煩時，我會去網咖打電動或使用網路。-----

修正意見：_____



附錄三：學者專家修正意見統計表

父母期望問卷

類別	題號	學者專家意見			研究者決定		
		適合	應刪除	應修正	保留	刪除	修正後保留
一、 提供課業學習	1	7	0	1	V		
	2	5	1	2	V		
	3	6	1	1	V		
	4	1	5	2		V	
	5	7	0	1	V		
二、 親子互動關係	6	2	2	4			V
	7	2	1	5			V
	8	2	0	6			V
	9	7	0	1	V		
	10	6	0	2	V		
三、 行為品行關注	11	5	1	2	V		
	12	2	1	5			V
	13	7	1	0	V		
	14	6	1	1	V		
四、 職業生涯期望	15	8	0	0	V		
	16	1	6	1		V	
	17	2	2	4			V
	18	2	1	5			V
	19	6	1	1	V		
	20	2	4	2		V	

學習壓力問卷

類別	題號	學者專家意見			研究者決定		
		適合	應刪除	應修正	保留	刪除	修正後保留
一、 學業表現壓力	1	2	2	4			V
	2	3	1	4			V
	3	8	0	0	V		
	4	7	1	0	V		
	5	8	0	0	V		
	6	1	2	5			V
	7	1	6	1		V	
	8	2	5	1		V	
二、 補習壓力	9	3	1	4			V
	10	4	0	4	V		
	11	1	0	7			V
	12	1	1	6			V
	13	0	2	6			V
	14	3	5	1		V	
	15	8	0	0	V		
三、 同儕互動壓力	16	0	7	1		V	
	17	2	6	0		V	
	18	3	0	5			V
	19	3	1	4			V
	20	1	2	5			V

因應策略問卷

類別	題號	學者專家意見			研究者決定		
		適合	應刪除	應修正	保留	刪除	修正後保留
一、 積極處理問題	1	8	0	0	V		
	2	8	0	0	V		
	3	7	0	1	V		
	4	6	2	0	V		
	5	3	5	0		V	
	6	1	1	0	V		
二、 自我調適	7	8	0	0	V		
	8	8	0	0	V		
	9	8	0	0	V		
	10	7	0	1	V		
	11	1	7	0		V	
	12	6	1	1	V		
	13	5	1	2	V		
	14	4	2	2	V		
三、 消極逃避處理	15	4	2	2	V		
	16	5	1	2	V		
	17	1	6	1		V	
	18	0	5	3		V	
四、 負面情緒發洩	19	0	2	6			V
	20	1	5	2		V	
	21	8	0	0	V		
	22	2	2	4			V
	23	1	6	1		V	

附錄四：國小高年級學生知覺父母期望與學習壓力及其因應策略之研究（預試）

親愛的同學，你好：

學校學習是否有壓力呢？你覺得爸媽關心你的課業嗎？遇到壓力問題，你會如何處理呢？這份問卷就是在瞭解您對於父母期望和學習壓力的感受及您的壓力因應情形。

請您根據自己的實際情況與感受來填答，不要參考別人的意見。**這份問卷不是考試題目，所以不用寫上班級、姓名、座號**，也不會影響你的成績，也不會影響家長、老師對你的看法，**請你放心！你只要憑著自己的感覺來作答就好了！**我們很希望得到你的協助，在寫問卷之前，請仔細閱讀下方的作答說明。非常謝謝你！祝 身體健康、學業進步

私立東海大學公共事務行政專班碩士班

指導教授：柯義龍 博士

研究生：詹佳樺 敬啟

中華民國101年12月

第一部分：【個人基本資料】

一、性別： 男 女

二、就讀年級： 五年級 六年級

三、我就讀的學校是屬於哪種類型的呢？

大型學校（惠文國小、大新國小、東興國小、永春國小）

中型學校（文山國小、黎明國小、南屯國小、鎮平國小）

小型學校（大墩國小、春安國小）

四、除了到學校上課以外，我還有到其他地方補習嗎？

有 沒有

五、父親的教育程度：

1. 國中以下 2. 高中職 3. 大學或專科

4. 碩博士

六、母親的教育程度：

1. 國中以下 2. 高中職 3. 大學或專科

4. 碩博士

* 辛苦了！下一頁還有題目，請繼續作答。

第二部分：父母期望問卷(以下的問題是要了解：主要是想瞭解您對父母期望的感受？

請仔細閱讀完問題後，在最適合的□中打「V」。

總 經 偶 很 從
是 常 爾 少 不
覺 覺 覺 覺 覺
得 得 得 得 得

1. 父母會鼓勵我多閱讀課外讀物，以幫助提升學業成績。-----□ □ □ □ □
2. 當我得到好成績時，父母會感到很滿意。-----□ □ □ □ □
3. 父母會鼓勵我向班上成績很好的同學看齊。-----□ □ □ □ □
4. 當我的成績未達到父母所定的目標時，父母會叫我再努力。---□ □ □ □ □
5. 只要有助於提高成績的事情(例如補習班)，父母總是讓我參加-□ □ □ □ □
6. 父母規定我成績分數一定要達到一定的標準，令我痛苦。-----□ □ □ □ □
7. 父母要求很高，我擔心沒達到他們的要求，會讓他們失望。---□ □ □ □ □
8. 父母要我上各種補習班，令我覺得很痛苦。-----□ □ □ □ □
9. 父母常常拿別人的成績比來和我比較，讓我很生氣。-----□ □ □ □ □
10. 父母期望我未來有很高的教育程度(例如研究所、大學)。--□ □ □ □ □
11. 父母對我的行為要求很高(例如有禮貌、守規矩)。-----□ □ □ □ □
12. 父母會鼓勵我結交行為良好的朋友。
13. 父母會和我的老師聯繫，以注意我在學校的行為表現。-----□ □ □ □ □
14. 父母對於我良好的行為表現常給予獎勵。-----□ □ □ □ □
15. 父母會帶我去參觀藝文活動(例如音樂會、美術展覽等)。--□ □ □ □ □
16. 父母非常關心我將來的成就。-----□ □ □ □ □
17. 父母會和我討論將來從事的職業。-----□ □ □ □ □
18. 父母會為我建立一個理想的職業標準。-----□ □ □ □ □
19. 父母希望我以後不要做勞力的工作。-----□ □ □ □ □

* 辛苦了！下一頁還有題目，請繼續作答。

第三部分：學習壓力問卷（以下的問題是要了解：當你有學習壓力時，你有什麼感受？

請仔細閱讀完問題後，在最適合的□中打「V」。）

- | | 總
是
覺
得 | 經
常
覺
得 | 偶
爾
覺
得 | 很
少
覺
得 | 從
不
覺
得 |
|-----------------------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|
| 1. 上課時，老師講解的數學題目我幾乎都聽不懂。----- | □ | □ | □ | □ | □ |
| 2. 學校的功課太多，我感到壓力很大。----- | □ | □ | □ | □ | □ |
| 3. 為了提高成績，老師會把其他課拿來上國語、數學課。----- | □ | □ | □ | □ | □ |
| 4. 考試的內容太難了，我很多都不會寫。----- | □ | □ | □ | □ | □ |
| 5. 我只要一想到要考試，我就非常害怕。----- | □ | □ | □ | □ | □ |
| 6. 我常擔心學業成績分數表現不好。----- | □ | □ | □ | □ | □ |
| 7. 父母會拿別人小孩的成績與我比較，我感到壓力很大。----- | □ | □ | □ | □ | □ |
| 8. 我很擔心考試的分數會輸給別人。----- | □ | □ | □ | □ | □ |
| 9. 父母要我寫一堆評量、考卷，令我覺得痛苦。----- | □ | □ | □ | □ | □ |
| 10. 我擔心考試考不好，父母會很生氣。----- | □ | □ | □ | □ | □ |
| 11. 我很擔心考試未達父母、老師所訂的標準而被處罰。----- | □ | □ | □ | □ | □ |
| 12. 萬一沒有考上理想的高中職，我會覺得對不起父母和老師。--- | □ | □ | □ | □ | □ |
| 13. 父母會強迫我去補習。----- | □ | □ | □ | □ | □ |
| 14. 我擔心如果不補習，成績會趕不上別人。----- | □ | □ | □ | □ | □ |
| 15. 放學後趕補習，補習後趕著寫功課，每天都很累。----- | □ | □ | □ | □ | □ |
| 16. 每次補習回來，我都覺得很累、很想睡覺。----- | □ | □ | □ | □ | □ |
| 17. 我擔心如果不補習，成績會趕不上別人。----- | □ | □ | □ | □ | □ |
| 18. 活動分組時，同學不喜歡和我同一組。----- | □ | □ | □ | □ | □ |
| 19. 同學會因我的外表特徵而嘲笑我。----- | □ | □ | □ | □ | □ |
| 20. 同學會因我的成績不好而瞧不起我。----- | □ | □ | □ | □ | □ |

第四部分：因應策略問卷（以下的問題是要了解：當你遇到壓力時，你會如何處理？

請仔細閱讀完問題後，在最適合的□中打「V」。）

總 經 偶 很 從
是 常 爾 少 不
覺 覺 覺 覺 覺
得 得 得 得 得

1. 遇到不會的問題，我都會主動去查資料、問同學或請教老師。---□ □ □ □ □
2. 遇到自己比較不拿手的科目，我會更認真聽講。-----□ □ □ □ □
3. 如果很多課業做不完，我會排定先後順序，一件一件去完成。--□ □ □ □ □
4. 考試考不好時，我會檢討失敗的原因，以便下次改進。-----□ □ □ □ □
5. 當課業有問題時，我相信我的能力一定可以解決問題的。-----□ □ □ □ □
6. 如果同學取笑我，我會更加努力，讓他們看得起我。-----□ □ □ □ □
7. 課業壓力很重時，我會做其他休閒活動，再來讀書或做作業。---□ □ □ □ □
8. 成績不好時，我會想想自己在其他科目上的優點來鼓勵自己。---□ □ □ □ □
9. 段考成績不好時，我會說：「沒關係！下次一定可以更好！」-□ □ □ □ □
10. 有同學討厭我時，我會告訴自己：「沒關係，我還有其他的朋
友可以一起玩。」-----□ □ □ □ □
11. 和同學相處得不開心時，我會從事其他活動來轉移注意力，
例如：打電動、看電視、唱歌、運動、打球等。-----□ □ □ □ □
12. 如果遇到討厭的科目，我會很不想上這堂課。-----□ □ □ □ □
13. 看到自己考差的考卷，我會把考卷藏起來，不想看它。-----□ □ □ □ □
14. 考試成績不理想時，我會覺得那是自己很倒楣、考運太差。---□ □ □ □ □
15. 上課被老師罵時，即使我是無辜的，也不想解釋。-----□ □ □ □ □
16. 當同學不喜歡我時，我會覺得自己很可憐，而且我也不想跟
他們玩。-----□ □ □ □ □

* 辛苦了！下一頁還有題目，請繼續作答。

總 經 偶 很 從
 是 常 爾 少 不
 覺 覺 覺 覺 覺
 得 得 得 得 得

17. 因為我在學校沒有朋友，所以我就到網路世界去交網友。-----
18. 心情不好時，我會摔東西或打玩偶來宣洩我的情緒。-----
19. 遇到人際的壓力時，我會對自己或身邊的人生氣，或是想
 要找人吵架。-----
20. 如果上課時同學取笑我所發表的意見，我會罵他們。-----
21. 和同學吵架的時候，我會動手打人。-----
22. 學校生活很無趣時，我會選擇逃學來逃避一切。-----
23. 心情很煩時，我會去網咖打電動或使用網路。-----



* 本問卷已全部結束，謝謝您的協助。

附錄五：國小高年級學生知覺父母期望與學習壓力及其因應策略之研究（定稿）

親愛的同學，你好：

學校學習是否有壓力呢？你覺得爸媽關心你的課業嗎？遇到壓力問題，你會如何處理呢？這份問卷就是在瞭解您對於父母期望和學習壓力的感受及您的壓力因應情形。

請您根據自己的實際情況與感受來填答，不要參考別人的意見。**這份問卷不是考試題目，所以不用寫上班級、姓名、座號**，也不會影響你的成績，也不會影響家長、老師對你的看法，**請你放心！你只要憑著自己的感覺來作答就好了！**我們很希望得到你的協助，在寫問卷之前，請仔細閱讀下方的作答說明。非常謝謝你！祝 身體健康、學業進步

私立東海大學公共事務行政專班碩士班

指導教授：柯義龍 博士

研究生：詹佳樺 敬啟

中華民國101年12月

第一部分：【個人基本資料】

一、性別： 男 女

二、就讀年級： 五年級 六年級

三、我就讀的學校是屬於哪種類型的呢？

大型學校（惠文國小、大新國小、東興國小、永春國小）

中型學校（文山國小、黎明國小、南屯國小、鎮平國小、中正國小）

小型學校（大墩國小、春安國小、協和國小）

四、除了到學校上課以外，我還有到其他地方補習嗎？

有 沒有

五、父親的教育程度：

1. 國中以下 2. 高中職 3. 大學或專科

4. 碩博士

六、母親的教育程度：

1. 國中以下 2. 高中職 3. 大學或專科

4. 碩博士

* 辛苦了！下一頁還有題目，請繼續作答。

第二部分：父母期望問卷

(以下的問題是要了解：主要是想瞭解您對父母期望的感受？請仔細閱讀完問題後，在最適合的□中打「V」。)

- | | 從 | 很 | 偶 | 常 | 總 |
|--------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| | 不 | 少 | 爾 | 常 | 是 |
| | 這 | 這 | 這 | 這 | 這 |
| | 樣 | 樣 | 樣 | 樣 | 樣 |
| 1. 父母會鼓勵我多閱讀課外讀物，以幫助提升學業成績。----- | <input type="checkbox"/> |
| 2. 父母會希望我能向班上成績好的同學多學習。----- | <input type="checkbox"/> |
| 3. 當我得到好成績時，父母會感到很滿意。----- | <input type="checkbox"/> |
| 4. 只要有助於提高成績的事情（例如補習班），父母總是會讓我
參加。----- | <input type="checkbox"/> |
| 5. 我覺得很生氣，因為父母常拿別人的成績和我比較。----- | <input type="checkbox"/> |
| 6. 父母規定我考試分數要達到一定的標準，讓我壓力很大。----- | <input type="checkbox"/> |
| 7. 我成績不好時，我會跟爸媽討論怎麼改進？----- | <input type="checkbox"/> |
| 8. 父母期望我未來有很高的教育程度（例如研究所、留學）。----- | <input type="checkbox"/> |
| 9. 我不喜歡父母要我上補習班。----- | <input type="checkbox"/> |
| 10. 父母對我的行為要求很高（例如有禮貌、守規矩）。----- | <input type="checkbox"/> |
| 11. 父母會鼓勵我結交行為良好的朋友。----- | <input type="checkbox"/> |
| 12. 父母會和我的老師聯絡以注意我在學校的行為表現。----- | <input type="checkbox"/> |
| 13. 父母對於我良好的行為表現會給予獎勵。----- | <input type="checkbox"/> |
| 14. 父母會帶我去參觀各種藝文活動（例如音樂會、展覽、書展...） | <input type="checkbox"/> |
| 15. 父母會和我討論將來我要做的工作。----- | <input type="checkbox"/> |
| 16. 父母希望我以後不要做付出勞力又太辛苦的工作。----- | <input type="checkbox"/> |
| 17. 父母會為我建立一個美好的未來工作理想。----- | <input type="checkbox"/> |

* 辛苦了！下一頁還有題目，請繼續作答。

第三部分：學習壓力問卷

(以下的問題是要了解：當你有學習壓力時，你有什麼感受？請仔細閱讀完問題後，在最適合的□中打「V」。)

從 很 偶 常 總
不 少 爾 常 是
這 這 這 這 這
樣 樣 樣 樣 樣

1. 上課時，老師講解的題目我幾乎都聽不懂、也不會回答-----□ □ □ □ □
2. 學校的功課考試太多，我感到壓力很大。-----□ □ □ □ □
3. 為了提高成績，老師會把其他課拿來上國語、數學課。-----□ □ □ □ □
4. 考試的內容太難了，我很多都不會寫。-----□ □ □ □ □
5. 我只要一想到要考試，我就非常害怕。-----□ □ □ □ □
6. 我常擔心考試成績分數表現不好。-----□ □ □ □ □
7. 我感到壓力很大，因為安親補習費用很貴。-----□ □ □ □ □
8. 萬一沒有考好成績，我會覺得對不起父母和老師-----□ □ □ □ □
9. 我覺得很痛苦，因為父母要我寫一堆評量、考卷，。-----□ □ □ □ □
10. 我很擔心考試未達父母所訂的標準而被處罰。-----□ □ □ □ □
11. 父母會強迫我去補習，以提高分數。-----□ □ □ □ □
12. 放學後趕補習，補習後趕著寫功課，每天都很累-----□ □ □ □ □
13. 同學會因我的成績不好而不和我做朋友。-----□ □ □ □ □
14. 同學會因我的外表特徵而取笑我。-----□ □ □ □ □
15. 同學會因我的行為而不喜歡我。-----□ □ □ □ □
16. 我擔心如果不補習，成績會趕不上別人。-----□ □ □ □ □
17. 我擔心活動分組時，同學不喜歡和我同一組。-----□ □ □ □ □

* 辛苦了！下一頁還有題目，請繼續作答。

第四部分：因應策略問卷

(以下的問題是要了解：當你遇到壓力時，你會如何處理？請仔細閱讀完問題後，在最適合的□中打「V」。)

- | | 從 | 很 | 偶 | 常 | 總 |
|-------------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| | 不 | 少 | 爾 | 常 | 是 |
| | 這 | 這 | 這 | 這 | 這 |
| | 樣 | 樣 | 樣 | 樣 | 樣 |
| 1. 遇到不會的問題，我都會主動去查資料、問同學或老師。----- | <input type="checkbox"/> |
| 2. 遇到自己比較不懂的科目，我會更認真聽講。----- | <input type="checkbox"/> |
| 3. 如果很多功課做不完，我會排定先後順序，一件一件去完成。----- | <input type="checkbox"/> |
| 4. 考試考不好時，我會想一想失敗的原因，以便下次再改進。----- | <input type="checkbox"/> |
| 5. 課業壓力很重時，我先會做其他休閒活動，再來讀書或做作業。----- | <input type="checkbox"/> |
| 6. 雖然成績不好時，但我會想想自己在其他優點來鼓勵自己。----- | <input type="checkbox"/> |
| 7. 段考成績不好時，我會說：「沒關係！下次一定可以更好！」----- | <input type="checkbox"/> |
| 8. 有同學討厭我時，我會告訴自己：「沒關係，我還有其他的朋
友可以一起玩。」----- | <input type="checkbox"/> |
| 9. 上課被老師責罵時，雖然我是無辜的，也不想解釋。----- | <input type="checkbox"/> |
| 10. 如果遇到討厭的科目，我就不會認真上這堂課。----- | <input type="checkbox"/> |
| 11. 看到自己考差的考卷，我會把考卷藏起來，不想再看它。----- | <input type="checkbox"/> |
| 12. 考試成績不理想時，我不會覺得那是自己不努力。----- | <input type="checkbox"/> |
| 13. 當同學不喜歡我時，我會覺得自己很可憐，而且我也不想跟
他們玩。----- | <input type="checkbox"/> |
| 14. 心情不好時，我會摔東西或打玩偶來表達我的生氣。----- | <input type="checkbox"/> |
| 15. 遇到壓力時，我會對自己或身邊的人生氣----- | <input type="checkbox"/> |
| 16. 如果和同學吵架的時候，我會想動手打人。----- | <input type="checkbox"/> |
| 17. 學校生活很無聊時，我會選擇請假來逃避一切。----- | <input type="checkbox"/> |

* 辛苦了！謝謝您配合填寫這份問卷！別忘了，可以再幫忙檢查一遍喔！