

六年級學生壓力事件、因應方式與挫折復原力研究—以台北縣某國小為例

賀豫昕* 黃雅文**

摘要

本研究目的旨在了解六年級小學生的壓力事件、因應方式與挫折復原力保護因子。採問卷調查法。研究對象為台北縣某國小六年級一百六十四位學生。問卷內部一致性信度為.91，構念效度達.83。研究結果前三大壓力事件為：1.考試不好；2.作業太多；3.失去親人。壓力因應方法依序為1.聽音樂；2.努力學習；3.出門走走或逛街；4.找好朋友聊聊；5.上網。挫折復原力保護因子總平均得分4.93分（最高7分）。同理心、有意義的價值觀、紮實解決問題可顯著預測抗壓能力。R平方為.431。不同性別、不同居家排行、有無宗教信仰之挫折復原力保護因子總平均得分並無顯著差異。建議加強同理心、有意義的價值觀、紮實解決問題等教育。

關鍵字：小學六年級學生、挫折復原力、因應方式、壓力事件

* 國立台北教育大學生命教育與健康促進研究所碩士

** 國立台北教育大學師資培育中心 生命教育與健康促進研究所教授

聯絡人：黃雅文

通訊地址：10671台北市和平東路二段134號

電話：(02) 27321104轉5131

傳真：(02) 27329827

E-mail：hsin5937@yahoo.com.tw

壹、前言

兒童是國家未來的主人翁。兒童身心是否健康，是否快樂極為重要。2004年世界兒童人權日前夕，兒福聯盟公佈了一份「台灣心貧兒現象觀察報告」，結果發現有四成六的孩子覺得不快樂（46.2%）、近半數的孩子覺得生活很無聊（48.4%）、甚至有三成的孩子否定自己存在的價值（30.6%）、約四成三的孩子遇到挫折容易放棄（42.5%）、有四成的孩子覺得自己不受歡迎（40.4%）（兒童福利聯盟文教基金會，2004）。國小學童應是人生中擁有較多快樂的生活階段，但由於社會的快速變遷，升學主義充斥，國小學童的快樂生活受到了考驗，六年級學童即將揮別學生生涯進入國中就學，對國小六年級兒童而言有什麼壓力？他們又如何因應這些壓力？遇到挫折時，其挫折復原力保護因子為何？值得深入探討。

國內小學生壓力因應挫折復原力相關研究甚少。歐慧敏（1997）曾於民國八十六年以台灣地區國小4~6年級學生進行因應策略與行為困擾之調查研究。其結果，國小學生採取避免逃避策略的頻率最高，而採取尋求支持策略的頻率最低；學校生活困擾最高，而人際關係困擾最低。胡素慈（2002）於民國九十一年一月間以高雄市小學四五六六年級學生為對象，探討小學生的壓力因應策略。其結果，小學生因應策略以避免逃避策略和解決問題策略得分較佳，以暫時擱置與尋求支持策略得分較差。即國小學生在面對壓力與生活變動時，會避免採用消極性的情緒取向因應以及採用積極性的問題取向因應。張雅惠（2005）國小高年級學童家庭氣氛、自我概念與壓力因應方式之研究，其研究結果：國小高年級學童最常採用「直接行動」因應方式，其次為「自我保護」因應方式，較少採用「直接控制」因應方式；國小高年級女童在「直接行動」因應方式之採用頻率，顯著高於男童。老么在「直接控制」因應方式上，採用頻率顯著高於中間子女。王文豐（2001）的研究，以台北市八所國小之六年級學童為研究對象，研究發現男生對壓力的感受程度顯著小於女生；壓力較大之男生，其身體活動量也較小，而心肺適能也較差，且壓力愈大其結果愈顯著；女生壓力較小者，其身體活動量則較大，而心肺適能也較好，且壓力愈小其結果愈顯著。

國外研究中發現，某些來自精神異常家庭的兒童，在其後的個人發展中卻能健康的發展，Anthony把這兒童稱之為「適應良好的兒童」（Anthony, 1974）。其後許多研究開始注意到為什麼有的兒童與青少年暴露在高危險的環境中，卻能有良好的適應能力（Rutter, 1987; Rutter, 1993）這些適應良好的青少年似乎具有某種抗壓能力（stress-resilient）或是擁有某些保護因子（protective factors），可以在壓力或是挫折的情況下免

除身心障礙的危機；換句話說，即是遭遇挫折情況也能快速自調整（Rak & Patterson, 1996；蕭文，1999）。有學者指稱此種復原的力量為挫折復原力，並定義為人在不幸的負面事件發生後，能回到原先正常未受影響時狀態的一種能力（Siebert, 2008；黃雅文，2008）。

國內學者陳桂絨（2001）的研究採質的個案研究法，對安置於台灣國際兒童村之兒少保個案中抽出四個極端樣本做深入挫折復原力的研究。挫折復原力展現從研究的資料顯示，兒童在受虐與機構安置的雙重逆境下，覺悟的挫折復原力是他們復原新生的第一步，也是其他挫折復原力的基石，有豐富的挫折復原力的孩子也一定可以看到他們覺悟的挫折復原力，而適應不良的孩子在有了覺悟的挫折復原力之後，其他的復原力才慢慢一樣一樣地顯露出來。

許素玉（2006）的研究旨在探討罹癌兒童家庭傷慟，悲傷調適與復原歷程中的復原因子，以深度訪談與參與觀察法進行研究。研究發現如下：在大觀發現罹癌及開始治療時，大觀的心理反應是充滿希望、懷疑、擔心。挫折復原過程中，大觀的復原因子是音樂、師長支持、宗教信仰、悲傷轉移、轉換求學環境、勇敢面對死亡、樂觀解讀的思考習慣。除了以上個人的復原因子外，周家共同復原因子是：周爸爸、周媽媽為了完成愛子遺願，成立周大觀文教基金會，展開一生一世做不完，造福人群的事業，這可說是大觀 體貼、聰穎、慈心及理念，幫助他們走出悲傷。周家夫妻合諧，在悲傷中，夫妻的同心協力、互相關懷、默契十足，是很重要的挫折復原因子。

人生難免遇到各種挫折、逆境、不圓滿、親友死亡等經驗，這樣的經驗有些人可能引發焦慮與壓力、不知所措、逃避、退化、或轉向去吸毒、自殺等行為傾向。有些人卻能在逆境中獲得重生的力量。經歷各項挫折，個人如何因為復原力而重新站立起來，迎向人生，繼而樂觀的邁向人生的未來？兒童階段的高年級學生，在社會層面即將進入國民中學邁入另一個學制的求學階段，在生理層面也很快的就要進入青春期的，面對自我身心的轉變與社會變化快速的壓力之下，有必要正視其壓力事件為何？挫折復原力保護因子如何？性別、家中排行、有無信仰與其挫折復原力相關性如何？

本研究目的旨在了解高年級小學生的壓力事件、因應方式與挫折復原力保護因子之現況，並探討抗壓能力與挫折復原力保護因子的關係。

貳、材料與方法

一、研究對象

台北縣某國小六年級一百六十四位學生進行普查。共計發出164份問卷，回收164份問卷。其中剔除填答不完整，以及全部填答皆一個答案之無效問卷36份，剩下有效問卷128份，有效回收率78%。

二、研究方法與工具

本研究採問卷調查法。

(一) 問卷設計：本研究工具之間卷設計

1. 「Resilience」的量表發展方面

本研究所採用的是Robert & Sam (2004) 修正符合國小六年級學童可使用的七項特質：1.知道如何加強自己的抗壓能力（以下簡稱抗壓能力）；2.有同理心；3.有效溝通及人際互動能力；4.具有扎實的解決問題及決策技巧；5.設立切合實際的目標及期望；6.由成敗中學習；7.根據有意義的價值觀過踏實的生活。

以上七項特質中的一項：「抗壓能力」部分因為在各年齡層的壓力現象皆不同，因此先設計下列之開放式問卷，調查國小學童的壓力事件來源，並將壓力來源由高到低排列，並調查其紓解壓力的方法。問卷發放三班，共計100份。根據以上壓力來源結果設計壓力部份的問卷題目。之後再由以上七項特質設計問卷的內容，每一特質設計七道題目，共計四十九題。為消除填答者在填答時的反應心向（Response set）（王文科，2002），因此設計反向題目共計五題。

問卷編排第一部分為前言（introduction）：說明問卷的性質、目的、告知受試者填答此問卷時注意事項，以及研究的機關人員等（Connor & Daridson, 2003）。第二部份為研究主題，題目內容與挫折復原力（resilience）有關，為自編式，採用七點量表方式設計，由「完全不符合」、「大部分不符合」、「一部份不符合」、「沒意見」、「一部分符合」、「大部分符合」、「完全符合」等七項圈選。

2. 學生壓力事件、因應方式

採開放式問卷，調查學生的壓力來源、壓力來源的排序以及壓力的因應方法。壓力來源部份請研究對象列舉三到五項；壓力高低由高壓力排序到低壓力；壓力的因應

方式也列舉三到五項方法。

（二）信效度考驗

量表經專家內容效度審閱修正後，以100名六年級學童進行預試後，進行內部一致性信度Cronbach's Alpha 考驗與構念效度分析。其結果總量表信度為 .911，構念效度達 .829。

（三）資料分析方法

量化資料分析以SPSS 12.0進行。

參、結果

一、學生基本資料

（一）性別：男生65人、女生63人；百分比分別為50.8%與49.2%。男生女生約各占一半。

（二）家中排行：排行第一有57人、排行第二有31人、排行第三有21人、排行第四有3人、獨生子女15人、其他1人；百分比分別為44.5%、24.2%、16.4%、2.3%、11.7%、0.8%。

（三）家庭現況：與祖父祖（或祖母）且父母親一起同住21人、與父母親一起同住85人、只與母親同住8人、只與父親同住5人、只與祖父同住2人、只與祖母同住2人、其他4人。百分比分別為16.5%、66.9%、6.3%、3.9%、1.9%、1.9%、3.1%。整體結果，約三分之一未與父母同住。

（四）信仰狀況：有信仰者54人、沒有信仰者73人，百分比分別為42.2%與57.0%。

二、壓力事件

表1是受試者壓力來源之調查結果。研究對象之壓力來源前八項依序為：考試不好、作業太多、失去親人、上補習班、拿成績與別人比較、失去朋友、父母離婚、父母管教太嚴等項。

表1 台北縣某國小學童高年級學童壓力來源統計

項 目	次 數	百分比
考試不好	35	35.0%
作業太多	34	34.0%
失去親人	33	33.0%
上補習班	21	21.0%
拿成績與別人比較	16	16.0%
失去朋友	16	16.0%
父母離婚	12	12.0%
父母管教太嚴	12	12.0%
功課變差	10	10.0%
家人吵架	8	8.0%
功課不會寫	7	7.0%
不能玩電腦	4	4.0%
父母生病	3	3.0%
失去一切	3	3.0%
父母期望太高	3	3.0%
寫日記	3	3.0%
父母親不要我	2	2.0%
三餐飲食有問題	2	2.0%
生重大疾病	1	1.0%
家庭暴力	1	1.0%
父母生氣	1	1.0%
被父親丟下	1	1.0%
總計次數	228	

註：百分比之分母人數為樣本人數

三、壓力因應方式

表2 是研究對象壓力因應方式之調查結果。前五大壓力因應方法依序為：1.聽音樂；2.努力學習；3.出門走走或逛街；4.找好朋友聊聊；5.上網。

表2 台北縣某國小六年級學童壓力因應方式統計表

項 目	次 數	百分比
聽音樂	21	21%
努力學習	20	20%
出門走走或逛街	18	18%
找好朋友聊聊	16	16%
上網	13	13%
找父母親聊天溝通	12	12%
打球	12	12%
看電視	10	10%
運動	7	7%
保持樂觀態度	7	7%
打枕頭或娃娃	6	6%
大哭一場	6	6%
多培養親子感情	4	4%
吃東西	4	4%
看電影	4	4%
不會的問老師	4	4%
寫日記	3	3%
唱歌	3	3%
注意父母健康	2	2%
登山	2	2%
總計次數	174	

註：百分比之分母人數為樣本人數

四、學童之挫折復原力保護因子

（一）挫折復原力保護因子的調查結果平均得分由高至低依序為：

有同理心5.23、根據有意義的價值觀過踏實的生活5.15、有效溝通及人際互動能力5.04、由成敗中學習5.03、具有扎實的解決問題及決策技巧4.85、設立切合實際的目標及期望4.85、抗壓能力4.39，得分最低者為「抗壓能力」（其結果如下表3）。

表3 挫折復原力保護因子的統計量

	同 理 心	有意義的 價 值 觀	有效溝通 人際互動	由 成 敗 中 學 習	扎實的解 決 問 題	切合實際 的 目 標	抗 壓 力
個數	有效的 遺漏值	128 0	128 0	127 0	128 0	128 0	128 0
平均數		5.2377	5.1507	5.0458	5.0371	4.8560	4.3915

(二) 學生基本資料與挫折復原力保護因子之關係

經統計分析結果，不同性別、有無宗教信仰、不同居家排行之挫折復原力保護因子得分並無顯著差異（如下表4,5,6）。

表4 性別統計量

性別	個數	平均數	標準差	平均數的標準誤
男生	65	4.8958	.84895	.10530
女生	63	4.9627	.90807	.11441

表5 宗教信仰統計量

信仰	個數	平均數	標準差	平均數的標準誤
有	54	4.7952	.97559	.13276
沒有	73	5.0084	.77791	.09105

表6 排行統計量

排行	個數	平均數	標準差	標準誤	最小值	最大值
其他	1	4.1633			4.16	4.16
第一	57	5.0054	.84916	.11247	3.31	6.39
第二	31	4.7735	.83523	.15001	2.92	6.37
第三	21	4.9271	.99265	.21662	2.82	6.55
第四	3	4.8707	.86231	.49786	3.88	5.43
獨生子女	15	5.0231	.96659	.24957	3.18	6.33
總和	128	4.9287	.87572	.07740	2.82	6.55

說明：第一5.00、第二4.77、第三4.92、第四4.87、獨生子女5.02、其他4.16。以上的得分看來，在排行的順序上，並不會影響挫折復原力的得分。再經由多重比較之後，排行與挫折復原力各因子之間並無顯著的相關，確切證實排行對於挫折復原力並無預測的效果。

(三) 抗壓能力與挫折復原力保護因子之間皆呈現有意義的正相關(如表7)。

表7 挫折復原力保護因子相關表

	挫折復原力 保護因子	抗壓能力	同理心	有效溝通 人際互動	扎實的解 決問題	切合實際 的目標	由敗中學 習	有意義的 價值觀
Pearson								
相關	抗壓能力	1.000						
	同理心	.588***	1.000					
	有效溝通	.533***	.684***	1.000				
	扎實解決問題	.599***	.781***	.688***	1.000			
	切合實際的目標	.491***	.566***	.603***	.623***	1.000		
	由成敗中學習	.537***	.639***	.719***	.768***	.652***	1.000	
	有意義的價值觀	.532***	.525***	.629***	.520***	.656***	.652***	1.000

***P<.001

(四) 多元逐步回歸分析結果

依據表8多元逐步回歸分析所示，台北縣某國小六年級學生的抗壓能力之表現有三個預測變項：扎實解決問題及決策技巧、有意義的價值觀、同理心被選入回歸方程式的顯著變項，這三個變項共可解釋抗壓能力變異量43.1%。由表8中未標準化回歸係數 β 與常數值可得知回歸方程式為：抗壓能力=2.753+.319扎實解決問題及決策技巧+.227有意義的價值觀過踏實的生活+.244同理心。經標準化後回歸方程式如下：抗壓能力=.284扎實解決問題及決策技巧+.266有意義的價值觀過踏實的生活+.227同理心。

表8 抗壓能力對挫折復原力保護因子多元逐步回歸分析摘要表

選出變項順序	決定係數 R 平方	調整後決 定係數 R平方	F 值	未標準化 係數 β 值	標準化 係數 Beta	t值
常數				2.753		.940
扎實解決問題	.359	.354	67.777	.319	.284	2.537***
有意義的價值觀	.426	.416	13.979	.227	.266	3.241***
同理心	.445	.431	4.110	.244	.227	2.027*

*P<.05 ***P<.001 N=128

肆、討論

台北縣某國小六年級學童壓力事件前三項為考試不好、作業太多、失去親人各約占15%。其中兩項與考試、作業有關。前八項中，在課業部分佔了4項（考試不好、作業太多、上補習班、拿成績與別人比較）。在親人朋友的關係的議題佔了4項（失去親人、失去朋友、父母離婚、父母管教太嚴）。Chander（1987）指出，一般學童的壓力主要可歸為三類：

- 一、正常的發展壓力（normal developmental stress）：像課業壓力；
- 二、社會壓力（social stress）：如離婚率所造成的結果；
- 三、生活壓力事件（stressful life events）：如搬家和學校學習問題等。

表1學童壓力來源項目，亦可用這三大歸類如下：

- 1.正常的發展壓力：考試不好、作業太多、上補習班等項；
- 2.社會壓力：失去親人、父母離婚；
- 3.生活事件壓力：拿成績與別人比較、失去朋友等。

受試者的因應方式調查結果趨於正向，如聽音樂、努力學習、找好朋友聊聊、找父母親聊天溝通、打球、運動、保持樂觀態度、多培養親子感情、不會的問老師、寫日記、唱歌、注意父母健康、登山。歐慧敏（1997）民國八十六年以台灣地區國小4~6年級學生進行因應策略與行為困擾之調查研究結果，國小學生採取避免逃避策略的頻率最高。胡素慈（2002）於民國九十一年一月間以高雄市小學四五六六年級學生為對象探討小學生的壓力因應策略，其結果國小學生在面對壓力與生活變動時，會避免採用消極性的情緒取向因應以及採用積極性的問題取向因應。國內學者邱富琇（2004）的研究結果：兒童最常採用「直接行動」壓力因應方式，其次為「自我保護」壓力因應方式，較少採用「直接控制」壓力因應方式。

由表2之研究結果可歸類為

- 1.直接行動：出門走走或逛街、找好朋友聊聊、找父母親聊天溝通、打球；2.自我保護：聽音樂；3.直接控制：努力學習、上網等項。

兒童壓力因應的方式大部分是正向方式進行。其中有趣的現象是，「寫日記」同時是壓力來源也可以是紓解壓力的因應方式；「不能玩電腦」是壓力來源，而「上網」卻也是紓解壓力的因應方式之一。大致上表2所呈現的多半為健康的因應方式。但本研究結果有部分的因應方式值得關切，如：上網、打枕頭或娃娃、吃東西。上網的網路安全問題，打枕頭或娃娃的適切性或暴力傾向問題疑慮，吃東西造成肥胖有害

健康的可能性等問題。此外，找好朋友聊聊、找父母親聊天溝通時，好朋友或父母的輔導能力是否足夠將影響溝通的效果，同儕輔導與父母親職輔導的增能值得重視。

學童之挫折復原力保護因子調查結果，受試者得分最低者為「抗壓能力」。在教育系統中如何讓教師與家長增能，以輔導學生知道如何加強自己的抗壓力是重要的課題。經多元逐步回歸分析結果，由表8中標準化回歸係數Beta值可知，抗壓能力之表現對挫折復原力保護因子之預測大小分別為「扎實解決問題及決策技巧」（Beta值=.284）、「有意義的價值觀過踏實的生活」（Beta值=.266）、「同理心」（Beta值=.227），而上述變項的Beta值為正數，均具有提升抗壓能力構面之作用。扎實解決問題及決策技巧、有意義的價值觀、同理心這三個變項共可解釋抗壓能力變異量43.1%。

此結果可支持以下論述之主張。李永明（2004）於減輕學童壓力的問題解決教學策略一文中，主張藉由教導學生問題解決及決策技巧，使學生找到適當紓解自己壓力的方法。

伍、結論與建議

一、結論

台北縣某國小六年級學童之壓力事件、壓力因應的方式、挫折復原力的保護因子經調查分析結論如下：

（一）前三大壓力事件為：

1.考試不好；2.作業太多；3.失去親人。

其壓力來源可歸類如下：

1.正常的發展壓力：考試不好、作業太多、上補習班等項；

2.社會壓力：失去親人、父母離婚；

3.生活事件壓力：拿成績與別人比較、失去朋友等。

（二）壓力因應方法依序為：

1.聽音樂；2.努力學習；3.出門走走或逛街；4.找好朋友聊聊；5.上網。

其壓力因應的方式可歸類如下：1.直接行動：出門走走或逛街、找好朋友聊聊、找父母親聊天溝通、打球；2.自我保護：聽音樂；3.直接控制：努力學習、上網、等項。兒童壓力因應的方式大部分是正向方式進行。但以「上網」、「打枕頭或娃

娃」、「吃東西」為壓力因應方式需要適切的教育。

(三) 挫折復原力保護因子平均得分由高至低依序為：

有同理心、根據有意義的價值觀過踏實的生活、有效溝通及人際互動能力、由成敗中學習、具有扎實的解決問題及決策技巧、設立切合實際的目標及期望、抗壓能力。

不同性別、不同居家排行、有無宗教信仰之挫折復原力保護因子得分並無顯著差異。抗壓能力與挫折復原力保護因子之間皆呈現有意義的正相關。扎實解決問題及決策技巧、有意義的價值觀過踏實的生活、同理心進入回歸方程式的顯著變項，這三個變項共可解釋抗壓能力變異量43.1%。

(四) 以上結論由於本研究以台灣某學校之六年級學生一百六十四人為研究對象，因此外在效度有其限制。

二、建議

(一) 國小六年級學生壓力事件與課業有關者甚多，如考試不好、作業太多、上補習班、拿成績與別人比較等等，本研究結果可提供國小教師教學與班級經營輔導上的參考。

(二) 國小六年級學生的壓力因應方式多半是健康的。但是仍有幾項因應方式值得關切，如上網、打枕頭或娃娃、吃東西等因應方式。上網的網路安全問題，打枕頭或娃娃的適切性或暴力傾向疑慮，吃東西造成肥胖有害健康的可能性等問題。此外，找好朋友聊聊、找父母親聊天溝通時，好朋友或父母的輔導能力是否足夠將影響溝通的效果，同儕輔導與父母親職輔導的增能都值得重視。

(三) 挫折復原力保護因子中「抗壓能力」得分最低。經進一步分析，三個預測變項：同理心、有意義的價值觀過踏實的生活、扎實的解決問題及決策技巧共可解釋抗壓能力變異量43.1%。建議可加強國小六年級學生的同理心、有意義的價值觀過踏實的生活、扎實的解決問題及決策技巧等適性教育。

(四) 進一步研究建議進行同理心、有意義的價值觀過踏實的生活、扎實的解決問題及決策技巧之教育介入對提升抗壓能力之評價研究。

參考文獻

一、中文文獻

- 王文科（2002）。**教育研究法**。台北：五南圖書出版公司。
- 王文豐（2001）。**台北市國小學童生活壓力與其身體活動量及健康體適能關係之研究**。國立台灣師範大學體育研究所碩士論文，未出版，台北市。
- 李永明（2004）。減輕學童壓力的問題解決教學策略。**師說：中華民國全國教育會月刊**，178期，20-23。
- 兒童福利聯盟文教基金會（2004年11月17日）。**台灣「心貧兒」現象觀察報告**。2008年5月10日取自http://www.children.org.tw/database_report.php?id=151&typeid=4&offset=25
- 邱富琇（2004）。**兒童之親子溝通、壓力因應方式與其幸福感之相關研究**。國立高雄師範大學教育研所碩士論文，未出版，高雄市。
- 洪慧芳（2004）。**挫折復原力**。台北：天下雜誌。
- 胡素慈（2002）。**國小學生因應日常生活問題策略及其影響因素之徑路分析研究**。國立高雄師範大學/教育學系碩士論文，未出版，高雄市。
- 張雅惠（2005）。**國小高年級學童家庭氣氛、自我概念與壓力因應方式之研究**。國立嘉義大學家庭與教育研究所碩士論文，未出版，嘉義市。
- 許素玉（2006）。**罹癌兒童家庭傷慟與復原之探討－以周大觀家庭為例**。南華大學生死學研究所碩士論文，未出版，嘉義縣。
- 陳苑茹（2005）。**挫折復原力、自我概念與社會支持對國軍士兵自傷行為傾向關係之探究**。政治作戰學校軍事社會行為科學研究所碩士論文，未出版，台北市。
- 陳桂絨（2001）。**復原力的發現－以安置於機構之兒少保個案為例**。東吳大學社會工作學系碩士論文，未出版，台北市。
- 黃雅文（2008）。**生活技能與挫折復原力**。國立台北教育大學。2008年出國報告書。
- 歐慧敏（1997）。國小學生因應策略與行為困擾之調查研究。**國民教育研究集刊（臺南師院）**，3，167-178。
- 蕭文（1999）。災變事件的前置因素對心理復健的影響－復原力的探討與建構。**測驗與輔導**，156，3249-3253。

二、英文文獻

- Anthony, E. J. (1974). The syndrome of the psychologically invulnerable child. In E. J. Anthony & C. Koupernik (Eds.), *The child in his family : Children at psychiatric risk* (pp.524-544). Chichester, England : John Wiley.
- Chander, L. A. (1987). *Childhood Stress : The Teacher's Role*. (ERIC Document Reproduction Service No. ED285369)
- Connor, K. & Davidson, J. (2003). Development of a new resilience scale : the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depress Anxiety*, 18, 76-82.
- Miller, G. E., Brehm, K., & Whitehouse, S. (1998). 'Reconceptualizing schoolbased prevention for antisocial behavior within a resiliency framework'. *School Psychology Review*, 27 (3), 346-361.
- Perry, B. D. (2002). How children become resilient. *Scholastic Parent & Child*, 10 (2), 33-35.
- Rak, C. F., & Patterson, L. E. (1996). Promoting resilience in at-risk children. *Journal of Counseling & Development*, 74, 368-373.
- Rayner, M. & Montague, M. (1999). *Resilient Children and Young People*, Deakin Human Services, Australia, Deakin University.
- Robert, B. & Sam, G. (2004). The Power of Resilience, Achieving Balance, Confidence, and Personal Strength in Your Life. *By Common Wealth Magazine Co., Ltd.*
- Rutter, M. (1993). Resilience : Some Conceptual Considerations. *Journal of Adolescence Health*, 14, 598-611.
- Rutter, M. (1987). Psychological resilience and protective mechanisms. *American Journal of Orthopsychiat*, 57 (3), 316-331.
- Siebert, A. (2008). The definition of Resilience. 2008/05/01 retrieved from <http://www.resiliencycenter.com/definitions.shtml>

6th -grade Students' stressful Life Events, Coping Methods and Resilience-- an Example of an Elementary School in Taipei County

Yu-Hsin Ho* Ya-Wen Huang**

Abstract

The purposes of this research were to understand the 6th-grade students' stress life events, coping methods and resilience of protection factors. This research was conducted by questionnaire. The survey was completed by 164 6th -grade students some one of elementary in Taipei County, Taiwan. The reliability and construct validity for the questionnaire are 0.91 and 0.83, respectively. The results were : 1) the three most stressful life events were as follows : 1.bad achievement scores in study, 2.too much home work, 3.losing family member. 2) The five most coping behavior were : 1. enjoy music 2. study harder 3. go for a walk or shopping 4.chating with friends 5.surfing internet. The total average score of Resilience of protection factors is 4.93 (the highest score is 7) . Empathy, meaningful value, solid problem solving were significant predictors of stress- resist ability. The R square value is 0.431. Gender and ranking of all siblings and religious belief had non-significant difference in resilience score. Enhancing the educational content of empathy, meaningful value, solid problem

* Master, Graduate school of Life Education and Health Promotion, National Taipei University of Education.

** Professor, Teacher Education Center, Graduate school of Life Education and Health Promotion, National Taipei University of Education.

Contact : Ya Wen Huang, phone : (02) 27321104轉5131 E-mail : hsin5937@yahoo.com.tw solving is suggested.

Key words : 6th-grade students,resilience , coping, stressful life events