

第三章 研究方法

本研究採調查研究法，探討資優生與普通生生活壓力與因應策略的情形。本章將分別說明研究架構、對象、工具、實施程序及步驟、資料處理與分析。

第一節 研究架構

根據研究目的、問題與假設，本研究以組別、年級、性別為背景變項，探討不同背景變項學生、不同安置方式資優生生活壓力與因應策略的差異，及不同生活壓力感受程度學生因應策略的差異，研究架構如圖 3-1-1 所示：

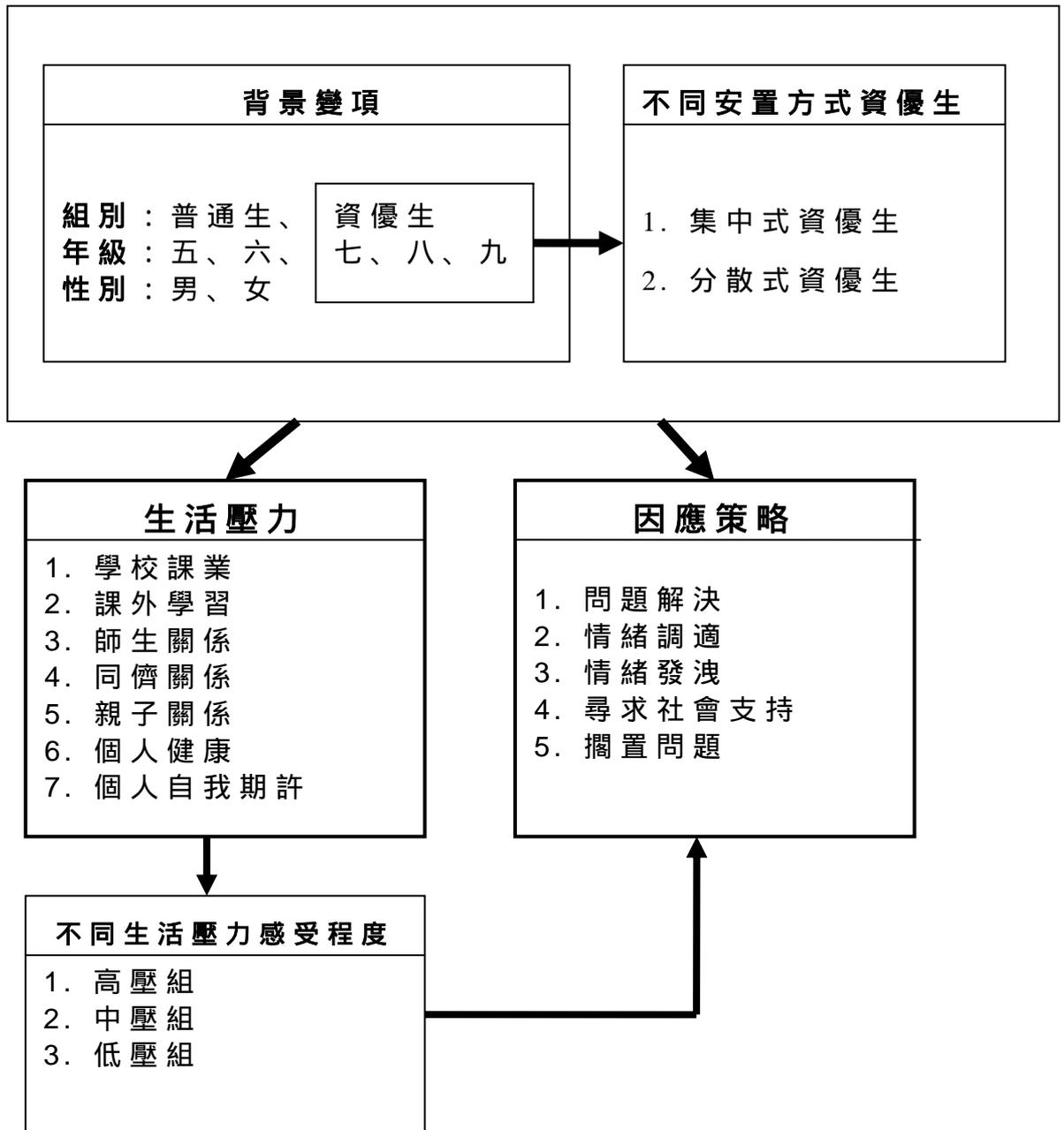


圖 3-1-1 研究架構

第二節 研究對象

研究對象為九十四學年度就讀台北縣市國中數理資優班七、八、九年級與國小一般智能優異資優資源班五、六年級學生，及同一地區學校同年級普通生。台北縣市國中小資優班分佈狀況見表 3-2-1，根據教育部特殊教育通報網與台北縣市教育局的統計資料，台北縣市國小高年級一般資賦優異學生為 1081 人，國中一般資賦優異與數理資優生為 648 人。

本研究採行政分區取樣的方式，隨機抽取台北縣市同一個行政區設有資優班之學校，並與選取學校聯絡，徵求學校同意協助問卷調查，同時抽取同一學校之資優班學生與普通班學生。在資優班樣本方面，由於台北縣、市國小資優班的班級編製不同，台北市兩校國小資優班學生的人數，相當於台北縣一校國小資優班的學生人數，因此台北市抽取學校校數為台北縣的兩倍。此外，台北市國小資優班與國中數理資優班安置方式為分散式，台北縣國小資優班為分散式，而國中數理資優班採集中式安置。

普通班學生樣本方面，由於普通班學生異質性高，每年級超過十五班以上之大型學校，抽取兩班普通班學生為預試樣本，從設有資優班的學校中，各年級隨機抽取一班進行問卷施測，國中、國小普通班每班隨機抽取約一半學生，男、女生比例各半；若學校為分散式資優班，則建議

學校抽取沒有安置資優班學生的普通班，若無法避開，則請施測老師協助標示班上資優生座號，以避免重複取樣。

表 3-2-1 台北縣市國小一般資賦優異與國中數理資優班學校分佈

類型	台北縣資優班學校	台北市資優班學校
國小一般 智能優異 資優班	板橋區：埔墘 永和區：秀朗 中和區：中和	中正區：螢橋、國語、師院 士林區：士東、百齡、士林 大同區：大同、日新、太平、永樂 松山區：敦化、民生、民權 信義區：三星、博愛、信義 大安區：大安、龍安、銘傳、幸安、 仁愛 中山區：中山、長安、吉林 萬華區：華江、萬大、西門 文山區：志清、興隆、木柵 內湖區：碧湖、西湖 南港區：胡適 北投區：北投、關渡、逸仙、石牌
	共 3 校 12 班 260 人	共 37 校 71 班 1840 人
國中數理 資優班	板橋區：江翠 永和區：永和 中和區：積穗	北投區：北投 士林區：蘭雅 中正區：螢橋 萬華區：龍山 松山區：敦化、民生 大同區：民權、忠孝
	共 3 校 9 班 236 人	共 8 校 24 班 412 人

註：本表以公立學校資優班為主，私立學校與成班未超過三年之公立學校不採計。

資料來源：

1. 教育部特殊教育通報網（2005年11月12日資料）
2. 北縣特教資訊網（2005年11月12日資料）
3. 台北市教育入口網（2005年12月31日資料）

壹、預試樣本

本研究預試樣本包括台北縣市資優生 246 人，普通生 256 人。台北縣市資優生學生數見表 3-2-1，資優生樣本人數為台北縣市資優班學生數的 10%。預試樣本總數為 518 人，學者 Gorsuch(1983)認為進行因素分析時，建議樣本數最少為變項數的五倍（指題數），且大於 100 人，以確保因素分析結果的可靠性，本研究抽樣學生人數符合要求。台北縣抽取「永和區」，台北市抽取「大同區」，共計抽取五校三十班，其中大同區國小於預試期間（3 月 10 日 3 月 24 日）進行資優班學生個測鑑定工作，改以吉林國小、民權國小替代。預試樣本學校與人數分配情形如表 3-2-2 所示。

表 3-2-2 預試樣本學校與人數分配情形

預試 樣本 518	台北縣永和區		台北市大同區		總計	
	資優班	普通班	資優班	普通班	資優班	普通班
國中	永和(3) 84	永和(6) 96	忠孝(3) 50	忠孝(3) 48	134 【2】 (6)	144 【2】 (9)
國小	秀朗(2) 50	秀朗(4) 64	民權(2) 36 吉林(2) 26	民權(2) 36 吉林(2) 28	112 【3】 (6)	128 【3】 (6)
小計	134	172	112	112	246	272

註：() 表班級數，【】表學校數。

貳、正式樣本

本研究正式樣本包括台北縣市資優生 518 人，普通生 526 人。台北縣市資優生學生數見表 3-2-1，資優生樣本為台北縣市資優班學生數的 20%。正式樣本總數為 1044 人。台北市抽取「士林區」、「中正區」，台北縣抽取為「板橋區」和「中和區」，共計抽取十一校六十班，其中國小資優班學生人數不足，因此額外再抽取仁愛國小資優班學生。總計發出問卷 1073 份，回收問卷 1062 份，問卷回收率為 98%，剔除填答不完整、填答方式錯誤與答案明顯呈現規則形式等無效問卷後，共得有效樣本 1044 人，問卷可用率為 96%。正式樣本學校分布與人數分配情見表 3-2-3，正式樣本基本資料分析見表 3-2-4。

表 3-2-3 正式樣本學校與人數分配情形

正式 樣本 1044	台北縣板橋市		台北市士林區、中正區				總計	
	資優班	普通班	資優班	普通班	資優班	普通班	資優班	普通班
國中	江翠 (3) 88	江翠 (6) 104	蘭雅 (3) 68	蘭雅 (6) 88	螢橋 (3) 46	螢橋 (3) 40	285 【4】 (12)	286 【4】 (18)
	積穗 (3) 83	積穗 (3) 54			螢橋 (2) 23	螢橋 (2) 26		
	埔墘 (2) 51	埔墘 (4) 64	士東 (2) 24	士東 (2) 28	國語 (2) 28	國語 (2) 32	233 【7】 (14)	240 【7】 (16)
國小	中和 (2) 38	中和 (4) 64	百齡 (2) 24	百齡 (2) 26	仁愛 (2) 45			
	小計	260	286	117	142	142	98	518

註：() 表班級數，【】表學校數。

表 3-2-4 正式樣本學生的基本資料分析

類別	資優生			普通生			
	男	女	合	男	女	合	
年 級	五年級	54	67	121	60	60	120
	六年級	74	38	112	60	60	120
	七年級	70	27	97	47	47	94
	八年級	68	28	96	49	49	98
	九年級	62	30	92	47	47	94
合計	328	190	518	263	263	526	

第三節 研究工具

本研究採取調查研究法，並以研究者編製之「學生生活壓力與因應策略量表」為研究工具，量表主要分為「基本資料」、「學生生活壓力量表」、「學生因應策略量表」三部分，作答時間約為二十五分鐘，以下介紹量表的編製過程與內容：

壹、量表編製過程

一、編製依據

(一) 學生生活壓力量表

本量表根據兒童與青少年生活壓力、資優生壓力相關文獻的探討，採取 Lazarus 與 Folkman(1988)互動取向的壓力定義，除透過開放式問卷收集國小五年級至國中三年級學生的生活壓力經驗，及資優班學生生活壓力的調查結果，作為編製量表的依據外，並參考現有之生活壓力量表，包括：郭靜姿(民 75)編製的中學生生活經驗量表、孫瑜成(民 93)國中學生壓力調適量表的壓力感受部分、陳柏齡(民 89)生活壓力事件量表、李欣瑩(民 90)主觀生活壓力量表、彭偉峰(民 93)生活壓力量表、曾肇文兒童學校生活情況問卷等。

(二) 學生因應策略量表

本量表根據兒童與青少年因應策略相關文獻的探討，以 Folkman 與 Lazarus(1984)與 Moos(1992)之因應理論為基礎，並透過開放式問卷收集國中、小學生之壓力因應

策略，作為量表編擬的主要依據，並參考現有之因應策略量表，包括：孫瑜成（民 93）國中學生壓力調適量表之壓力因應部分、鄭照順（民 86）青少年生活壓力因應量表、紀怡如（民 91）因應策略量表、林續琴（民 93）因應策略量表、李欣瑩（民 90）因應行為量表、魏俊華（民 87）壓力因應量表、曾肇文（民 85）因應方式量表等。

二、量表題項之擬定

為收集目前國中、國小學生生活壓力事件與壓力因應策略的訊息，研究者於九十四年十二月下旬透過二個開放式問題，請受試者填寫自己的生活壓力與因應策略經驗。蒐集資料之對象為台北縣埔墘國小五、六年級與江翠國中七、八、九年級各一班普通學生，共 142 名，學生的反應資料請見附錄一。此外，為了解資優學生生活壓力情形，研究者在江翠國中數理資優班，進行非正式調查（見附錄二），並參考國內、外資優學生壓力文獻，編擬成適用於資優生生活壓力之初步量表題目。

題目編擬完成後，徵詢埔墘國小資優班老師與學生的意見，修訂詞句。並參考論文口試委員之建議，建立初步量表的架構，其中學生生活壓力量表為七層面九十二題，學生因應策略量表為六策略四十五題，完成初步量表，共得題目 137 題（見附錄三），初步量表內涵細目表如表 3-3-1、表 3-3-2 所示。

表 3-3-1 學生生活壓力初步量表內涵細目表

分量表說明	內涵	題號	資料來源
一、學校生活與課業： 指學生在學校生活與課業學習方面可能遭遇的生活壓力事件。	學校課程、考試、作業、活動安排	1、2、3、4	1：開放式問卷 2：開放式問卷 3：資優班調查 4：資優班調查
	生活與上課常規	5、6、7	5：曾肇文 「兒童學校生活情況問卷」 6：修改郭靜姿 「中學生生活經驗量表」 7：開放式問卷
	學科學習	8、9、10	開放式問卷
	考試成績	11、12、13	11：開放式問卷 12：自編 13：開放式問卷
	補習情形	14、15、16	開放式問卷
	補習班課程、考試、作業、活動安排	17、18、19、20	開放式問卷
	補習班老師管教	21、22	開放式問卷
二、課外學習： 指學生於課外時間，參與各種升學與才藝學習活動時可能遭遇的生活壓力事件，包含競賽活動、資格檢定、補習班、安親班、才藝班、家教等。	體力負擔	23、24	開放式問卷
	時間	25、26	25：資優班調查 26：自編
	教師教學型態	27、28、29	27：開放式問卷 28：開放式問卷 29：資優班調查
	教師期望	30、31、32、33、34	30、31、32：自編 33、34：修改孫瑜成 「國中學生壓力調適量表」
三、師生關係： 指學生在學校情境中，教師與學生彼此之間互動時可能遭遇的生活壓力事件。	教師管教方式	35、36、37	35、36：開放式問卷 37：自編
	師生互動	38、39	自編

表 3-3-1 學生生活壓力初步量表內涵細目表 (續)

分量表說明	內涵	題號	資料來源
四、同儕關係： 指學生與同地位 的他人互動交 往時可能遭遇 的生活壓力事 件。	同儕競爭	40、41、 42	40：修改孫瑜成 「國中學生壓力調適量表」 41：資優班調查 42：開放式問卷
	同儕期望	43	自編
	語言糾紛	44、45	開放式問卷
	衝突	46、47	開放式問卷
	孤立	48、49	修改孫瑜成 「國中學生壓力調適量表」
	同儕互動	50、51	自編
	異性朋友互動	52、53	開放式問卷
五、親子關係： 指學生在家庭 生活中，父母 與子女互動時 可能遭遇的生 活壓力事件。	父母期望	54、55、 56、57	開放式問卷
	父母管教方式	58、59、 60、61、 62	開放式問卷
	親子互動	63、64	開放式問卷
	家庭人際關係	65、66、 67	開放式問卷
六、個人健康： 指學生評估本 身整體健康狀 態時可能遭遇 的生活壓力事 件。	身材外貌 (生理自我)	68、69	開放式問卷
	生長發育	70、71	70：修改孫瑜成 「國中學生壓力調適量表」 71：修改鄒浮安 「高中學生生活經驗問卷」
	睡眠	72	開放式問卷
	心理健康狀態	73、74、 75、76	73、74：開放式問卷 76、75：修改李欣瑩 「一般身心健康量表」
	生理健康狀態	77、78、 79、80	77：開放式問卷
			78：修改李欣瑩 「一般身心健康量表」
			79：修改郭靜姿 「中學生生活經驗量表」
80：引自李欣瑩 「一般身心健康量表」			

表 3-3-1 學生生活壓力初步量表內涵細目表 (續)

分量表說明	內涵	題號	資料來源
七、個人自我期許： 指學生評估自己心理的整體知覺與評價時可能遭遇的生活壓力事件，以個人對自我的看法、態度、意見和價值判斷為主。	自我期許	81、82、83	81：資優班調查 82：開放式問卷 83：修改孫瑜成 「國中學生壓力調適量表」
	完美	84、85	修改孫瑜成 「國中學生壓力調適量表」
	自信	86、87	自編
	未來發展	88、89、90	88：開放式問卷 89：引自孫瑜成 90：修改孫瑜成 「國中學生壓力調適量表」
	人生觀	91、92	引自孫瑜成 「國中學生壓力調適量表」

表 3-3-2 學生因應策略初步量表內涵細目表

分量表說明	內涵	題號	資料來源
一、分析問題： 指自己針對壓力問題，進行認知評估思考。	了解問題	1、2	開放式問卷
	利用過去經驗	3	參考文獻
	邏輯思考	4、5	4：修改孫瑜成 「國中學生壓力調適量表」 5：開放式問卷
	排定順序	6、7	參考文獻
二、解決問題行動： 指自己針對壓力情境，直接採取解決問題行動。	按照步驟行動	8	修改林續琴 「國中生因應方式量表」
	自行處理	9、10	自編
	嘗試改變環境	11、12	11：參考文獻 12：開放式問卷
	努力解決	13、14	開放式問卷
	學習新方法	15	參考文獻
三、情緒調適： 指調整自己的情緒與想法，而不是直接處理問題。	正面思考	16、17	16：開放式問卷 17：自編
	接受事實	18、19	開放式問卷
	自我鼓勵	20、21	20：自編 21：修改孫瑜成 「國中學生壓力調適量表」

表 3-3-2 學生因應策略初步量表內涵細目表

分量表說明	內涵	題號	資料來源
三、情緒調適	穩定情緒	22、23	開放式問卷
	錯不在己	24、25	自編
四、情緒發洩： 指自己採取一些 言語與行動來控 制、發洩情緒， 而不是直接處理 問題。	轉移行動	26、27、 28	開放式問卷
	發洩行為	29、30、 31	開放式問卷
	衝動行為	32	開放式問卷
五、尋求社會支 持： 尋求他人之意見 與協助。	保持關係	33	修改鄭照順 「青少年生活壓力因應量表」
	討論詢問	34、35	開放式問卷
	他人協助	36、37、 38	開放式問卷
	精神支持	39	引自李欣瑩 「因應行為量表」
六、擱置問題： 指個人在認知或 行為上將問題擱 在一旁，暫時不 處理。	不理不睬	40、41	開放式問卷
	拖延	42	引自孫瑜成 「國中學生壓力調適量表」
	遠離	43	開放式問卷
	自我封閉	44、45	44：開放式問卷 45：修改鄭照順 「青少年生活壓力因應量表」

三、專家審查

初步量表完成後，經指導教授初步審核，於 95 年 2 月函請五位學者專家及五位實務教師進行量表內容審查（名單見附錄四），請專家依據各量表編製的架構，檢核每一題目所陳述之內容及分量表歸類的適當性，與並針對題目的文句提出修改意見，最後彙整專家審查意見，在與指導教授討論後，刪除學生生活壓力量表重複的題目，包括

第 8、15、28、32、55 題，並刪除構念不合或不同面向的題目，包括第 23、26、53、66、67、73、76、90、91 題，共計刪除 14 題，個人健康分量表新增 4 題，合計共 82 題；刪除學生因應策略量表重複的題目，包括第 4、11、13、25 題，共計刪除 4 題，尋求社會支持分量表新增 1 題，合計共 42 題。最後刪除或修改不適當的題目與用詞（審查結果詳見附錄五），決定預試量表試題。

四、初步預試

在確定量表題目後，於 95 年 3 月初先進行小規模預試，請五位埔墘國小四年級學生（三男二女，其中三名為資優生）試做量表，了解是否有語意不清、或難以作答的題目，並估計施測時間約為三十分鐘，依據初步預試所得之修正意見，修飾簡答題之題目說明，完成預試量表（見附錄六），預試量表題目分配見表 3-3-3。

表 3-3-3 學生生活壓力與因應策略量表預試版題目分配

學生生活壓力量表				
層面	初步量表		預試量表	
	題號	題數	題號	題數
1. 學校生活與課業	1-13	13	1-12	12
2. 課外學習	2-26	13	13-22	10
3. 師生關係	27-39	13	23-33	11
4. 同儕關係	40-53	14	34-45	12
5. 親子關係	54-67	14	46-56	11
6. 個人健康	68-80	13	57-69	13
7. 個人自我期許	81-92	12	70-82	13
總量表	92	92	82	82

表 3-3-3 學生生活壓力與因應策略量表預試版題目分配 (續)

學生因應策略量表				
策略	初步量表		預試量表	
	題號	題數	題號	題數
1. 分析問題	1-7	7	1-6	6
2. 解決問題行動	8-15	8	7-12	6
3. 情緒調適	16-25	10	13-21	9
4. 情緒發洩	26-32	7	22-28	7
5. 尋求社會支持	33-39	7	29-36	8
6. 擱置問題	40-45	6	37-42	6
總量表	45	45	42	42

五、正式預試

正式預試採行政分區取樣，於 95 年 3 月在台北縣市抽取五所學校，共 518 人為預試樣本，施測本問卷。預試量表回收統計後，研究者依以下標準選題：

(一) 淘汰與總分內部一致性差者

1. 內部一致性相關係數考驗，求取每個題目得分與分量表總分、全量表總分之相關，凡未達 .04 顯著水準者予以刪除。
2. 檢定各題刪題後的 α 值，若刪除該題之後可提高全量表之 α 值，則考慮予以刪除。

根據以上列標準對所有試題進行綜合評斷，並與指導教授討論後，決定刪除一項或多項指標未能符合標準的試題，包括學生生活壓力量表第 5、7、15、18、42、50、52 題，學生因應策略量表第 21、29 題，暫時保留資優生與普

通生有差異的試題，其餘題目待因素分析結果後再決定(預試量表項目分析結果詳見附錄七)。

(二) 淘汰因素負荷量低者

項目分析後，以探索性因素分析法(exploratory factor analysis,EFA) 進行量表初步的因素架構分析，先以主成分分析法 (principal componets analysis) 抽取共同因素，又考慮分量表間可能具有相關性，故採斜交轉軸法來進行因素分析，並依照量表編製的架構來抽取因素，限定抽取生活壓力量表七因素，因應策略量表六因素。但因應策略之六因素在進行初步因素分析後，發現「分析問題」與「解決問題行動」之題目落在同一因素上，因此因應策略量表改為抽取五因素 (預試量表因素分析結果詳見附錄九)。將因應策略量表的「分析問題」與「解決問題行動」合併，命名為「問題解決」；而生活壓力量表的生活與上課常規因素落在「師生關係」，並將「學校生活課業」更名為「學校課業」。量表以主成分分析法斜交轉軸後，保留特徵值大於 1.0 以上的因素，再淘汰因素負荷量低於 .30 的題目，包括學生生活壓力量表第 3、57、58、67、70 題，學生因應策略量表第 23、24、36 題。

(三) 淘汰與其他題目相關高者

研究者在進行預試時，多位施測老師建議預試量表題目過多，考慮讓分量表題目相當，壓力量表題目大約介於九到十題，因應策略量表題目約為七至八題，與指導教授

討論後，決定刪除分量表內試題相關高的題目，包括學生生活壓力量表第 27、33、35、38、76 題，學生因應策略量表第 2、5、10、20 題，並搬移因素落在其他分量表題目至適合的分量表中，包括學生生活壓力量表第 4、6、24、34、61、66、81、82 題，學生因應策略量表第 12、16、22 題。

六、確定正式量表

依據上述標準刪題後，將所保留的題目重新編號，編製成「學生生活壓力與因應策略量表」正式版（附錄八）。

貳、正式量表內容介紹

一、基本資料

問卷之基本資料包含班級類型、年級、性別三種背景變項，請受試者依據自己的資料選出正確的選項。

二、學生生活壓力量表

全量表題目共六十五題，分為七個層面：「學校課業」、「課外學習」、「師生關係」、「同儕關係」、「親子關係」、「個人健康」、「個人自我期許」，正式量表題目分配見表 3-3-4。

量表除了圈選題外，在每個層面的圈選題後，增加一題開放性問題，詢問學生「你在某某層面（如學校課業）感受最強的壓力事件是什麼呢？」，並列出每個層面的所有題號，請學生從每層面中圈選出一個自己感覺最困擾的題目，但是考慮列出題目可能無法涵蓋學生生活中所有的壓力，增列了「無壓力」與「其他」的選項，讓學生可以在

括號處用文字補充說明，讓學生能夠盡量選填適合的答案，可補充圈選題之不足。「最強壓力事件」是指學生對於日常生活事件的主觀困擾程度，強調學生在各生活層面的壓力感受情形，此與有些醫學或衛教領域研究中所稱之「生活事件壓力」(life event stress) 的意義並不同，通常生活事件壓力是指重要生活事件發生的頻率，代表個人承受壓力的大小，或是在特定時間內遭遇成活事件之平均量表值的總和，意義有所不同。

量表計分方式依據生活壓力事件是否發生情形分為兩類，「沒有發生過」計 0 分，其中「有發生過」再依照感受壓力情形分為四程度，「沒有壓力」計一分、「壓力輕微」計二分、「壓力中等」計三分、「壓力很重」計四分，各題皆為正向計分，分數越高，代表學生生活壓力感受程度越高，反之則越低。

三、學生因應策略量表

全量表題目共三十三題，預試量表原先分為「分析問題」、「解決問題行動」、「情緒調適」、「情緒發洩」、「尋求社會支持」、「擱置問題」六種因應策略，後來在因素分析時，發現「分析問題」與「解決問題行動」都屬於同一策略，符合 Folkman 與 Lazarus(1984)「問題焦點取向」理論的分類，因此把這兩策略合併為同一個分量表，並命名為「問題解決」。正式量表題目分配見表 3-3-5。

量表計分方式採四點量表，依據使用頻率回答，「從

未使用」計一分，「偶爾使用」計二分，「經常使用」計三分和「總是使用」計四分，每題皆為正向計分，分數越高則代表受試者越常採取該種壓力因應策略，反之則越少。

參、量表信效度

一、信度考驗

本量表信度採用 Cronbach 係數考驗其內部一致性，信度分析結果見表 3-3-4、表 3-3-5，表中顯示：學生生活壓力分量表的 值由 .86 至 .91，全量表的 值為 .97；學生因應策略量表的 值由 .69 至 .83，全量表的 值為 .86，表示量表信度十分良好，其中因應策略量表的信度低於生活壓力量表，推測是由於壓力量表預試題目太多，而且還有問答題，學生較無耐心填答後半段題目所致。

二、效度考驗

(一) 專家審查

由五位學者專家及五位實務教師進行量表內容評鑑，彙整專家審查意見，確定預試量表的題目，最後再修改題目語句，使量表的題意更完整、具體。本量表通過專家審查並確定量表的整體架構，分量表的內涵與題目內容一致，確定量表內容的有效性，建立內容效度。

(二) 因素分析

1. 學生生活壓力量表

學生生活壓力量表因素分析結果見表 3-3-4，一共抽取七個因素，第一個因素各題項之因素負荷量介於 .426

至 .785 之間，命名為「個人健康」；第二個因素各題項之因素負荷量介於 .424 至 .864 之間，命名為「課外學習」；第三個因素各題項之因素負荷量介於 .416 至 .755 之間，命名為「師生關係」；第四個因素各題項之因素負荷量介於 -.552 至 -.813 之間，命名為「親子關係」；第五個因素各題項之因素負荷量介於 -.411 至 -.817 之間，命名為「同儕關係」；第六個因素各題項之因素負荷量介於 .442 至 .829 之間，命名為「學校課業」；第七個因素各題項之因素負荷量介於 .527 至 .816 之間，命名為「個人自我期許」。

各分量表的試題與預試量表的架構大致符合，只有在「學校課業」與「師生關係」之題目有局部調整，使分量表的題目更完整，並將「學校生活與課業」更名為「學校課業」，累計此七因素共可解釋總變異量的 56.77%，表示量表的結構相當良好，建立建構效度。

表 3-3-4 學生生活壓力量表因素分析與信度考驗結果

因素名稱 (N=518)	題號	題數	特徵值	解釋% 變異量	累積% 變異量	分量表 信度	全量表 信度
學校課業	1-9	9	21.27	32.73	32.73	.86	
課外學習	10-18	9	3.70	5.69	38.41	.90	
師生關係	19-28	10	3.22	4.95	43.37	.87	
同儕關係	29-37	9	2.56	3.93	47.30	.87	.97
親子關係	38-46	9	2.28	3.51	50.81	.90	
個人健康	47-56	10	2.06	3.17	53.98	.89	
個人自我期許	57-65	9	1.81	2.79	56.77	.91	

2. 學生因應策略量表

學生因應策略量表因素分析結果見表 3-3-5，一共抽取五因素，第一個因素各題項之因素負荷量介於 .600 至 .749 之間，命名為「問題解決」；第二個因素各題項之因素負荷量介於 .421 至 .686 之間，命名為「擱置問題」；第三個因素各題項之因素負荷量介於 -.462 至 -.816 之間，命名為「尋求社會支持」；第四個因素各題項之因素負荷量介於 .441 至 .777 之間，命名為「情緒調適」；第五個因素各題項之因素負荷量介於 -.574 至 -.834 之間，命名為「情緒發洩」。

量表原先設定抽取六因素，後來發現「分析問題」和「解決問題行動」分量表落在同一因素上，因此將兩個分量表合併，命名為「問題解決」，並改抽取五因素之後，各分量表的試題與預試量表的架構大致符合，累計此五因素共可解釋總變異量之 48.83%，表示量表的結構良好，建立建構效度。（因素分析結果詳見附錄九）

表 3-3-5 學生因應策略量表因素分析與信度考驗結果

因素名稱 (N=518)	題號	題數	特徵值	解釋% 變異量	累積% 變異量	分量表 信度	全量表 信度
問題解決	1-8	8	7.12	21.59	21.59	.83	
情緒調適	9-15	7	3.73	11.31	32.90	.81	
情緒發洩	16-19	4	2.08	6.30	39.20	.75	.86
尋求 社會支持	20-26	7	1.77	5.37	44.57	.81	
擱置問題	27-33	7	1.40	4.26	48.83	.69	

(三) 內部相關

1. 學生生活壓力量表

學生生活壓力量表內部相關分析結果見表 3-3-6，表中顯示：學校課業分量表的內部相關係數介於.396-.585之間，課外學習分量表的內部相關係數介於.341-.460之間，師生關係分量表的內部相關係數介於.460-.557之間，同儕關係分量表的內部相關係數介於.341-.537之間，親子關係分量表的內部相關係數介於.452-.557之間，個人健康分量表的內部相關係數介於.444-.585之間，個人自我期許分量表的內部相關係數介於.380-.582之間，且均達.01顯著水準。表示生活壓力各層面間為中度相關，雖然層面兼有相關，但是各層面之間還是有所區隔，尚稱合理。

表 3-3-6 學生生活壓力量表內部相關分析結果

分量表向度	學校 課業	課外 學習	師生 關係	同儕 關係	親子 關係	個人 健康	個人 期許
學校課業	1.000						
課外學習	.555**	1.000					
師生關係	.444**	.460**	1.000				
同儕關係	.510**	.341**	.505**	1.000			
親子關係	.585**	.452**	.557**	.452**	1.000		
個人健康	.533**	.444**	.550**	.537**	.502**	1.000	
個人 自我期許	.396**	.380**	.488**	.460**	.484**	.582**	1.000

**p<.01

2. 學生因應策略量表

學生生活壓力量表內部相關分析結果見表 3-3-7，表中顯示：問題解決分量表的內部相關係數介於-.125-.677之間，情緒發洩分量表的內部相關係數介於.000-.397之間，情緒調適分量表的內部相關係數介於.677-.690之間，擱置問題分量表的內部相關係數介於.397-.690之間，尋求社會支持分量表的內部相關係數介於.000-.449之間，且多數達.01顯著水準。問題解決、情緒調適與社會支持策略，此三種策略皆為正向的因應策略，兩兩都為正相關，除了問題解決與情緒調適為高度相關外，都為中度相關；情緒發洩與擱置問題皆為較為負向的因應策略，兩者之間為正相關，為中度相關，且此兩策略與其他策略多為負相關，表示本量表各策略之間還是有所區隔，尚稱合理。

表 3-3-7 學生因應策略量表內部相關分析結果

分量表向度	問題解決	情緒發洩	情緒調適	擱置問題	尋求社會支持
問題解決	1.000				
情緒發洩	-.182**	1.000			
情緒調適	.677**	-.198**	1.000		
擱置問題	-.125**	.397**	-.069*	1.000	
尋求社會支持	.449**	.000	.448**	-.135**	1.000

*p< .05 **p< .01

第四節 實施程序及步驟

本研究之進行可區分為五階段：依序為（一）準備階段；（二）預試階段；（三）實施階段；（四）資料分析階段；（五）完成階段。茲將本研究步驟、工作項目及時間、主要內容敘述如表 3-4-1 所示。

表 3-4-1 研究實施程序與步驟

步驟	工作項目及時間	主要內容
一、 準備 階段	1. 蒐集文獻 94 年 8-11 月	蒐集國內、外生活壓力與因應策略相關文獻，加以整理與閱讀分析，以獲得整體研究的基本概念與理論基礎。
	2. 撰寫論文研究計畫 94 年 12 月至 95 年 1 月	確定研究主題後，在指導教授的指導與建議下，完成論文計畫的撰寫，於九十五年一月底進行論文計畫口試。
	3. 編製量表 94 年 12 月至 95 年 2 月	進行開放式問卷與資優班學生調查，編擬初步量表。
二、 預 試 階 段	1. 專家審查 95 年 2 月	函請五位學者專家及五位實務教師審核初步量表，修改成為預試量表。
	2. 尋找研究對象、行政協調 95 年 3 月	調查台北縣市國中、國小資優班分佈情形，與各校學校之資優班教師或輔導室特教組長聯繫，徵求學校同意進行問卷施測。
	3. 預試 95 年 3 月	聯繫預試學校，確定取樣班級與人數，親自將問卷送至學校輔導室，委請級任老師或輔導老師協助預試問卷施測，並約定回收問卷時間，親自取回問卷。
	4. 項目分析、信效度分析 95 年 4 月	檢查問卷，剔除無效問卷，將問卷原始資料登錄於電腦，並進行資料分析，刪除不適合題目，修改成為正式量表。

表 3-4-1 研究實施程序與步驟（續）

三、 實施 階段	1. 聯絡學校 95 年 4 月	說明施測時間與對象，並與各校約定問卷施測日期與地點。
	2. 正式施測 95 年 4-5 月	國小資優班由研究者到場親自施測，國小普通班委由級任導師協助施測，國中資優班與普通班委託各校輔導老師或級任老師協助施測，撰寫施測注意事項與指導語，請施測老師依照步驟進行問卷施測，並約定回收問卷時間，親自取回問卷。
四、 資料 分析	1. 登錄問卷 95 年 4-5 月	檢查問卷，剔除無效問卷，廢卷標準如下：作答不完整，漏題超過三題與回答明顯心向反應者，如全部都偏向某一選項等。
	2. 資料分析 95 年 5 月	將問卷原始資料登錄於電腦，檢查電腦資料與原始資料，並進行資料分析，輸出統計結果並製成報表。
五、 完成 階段	1. 結果與討論 95 年 5-6 月	整理研究結果，進行研究結果解釋與討論。
	2. 結論與建議 95 年 6 月	將研究結果歸納為研究發現與結論，並提出建議。
	3. 論文定稿 95 年 6 月	完成論文初稿，於九十五年六月底完成論文口試，提出研究報告，經修改後付梓。

第五節 資料處理與分析

本研究以 SPSS for WINDOW 10.0 版之套裝軟體程式，進行統計分析以檢驗研究之相關假設，所採用之統計學顯著水準為 .05，茲將本研究所採用的統計方法說明如下：

- 一、信度與效度分析：針對「學生生活壓力與因應策略量表」，在信度分析方面採用 Cronbach 進行內部一致性考驗；在效度分析部分，則進行因素分析。

- 二、 描述統計：以平均數、標準差分析學生生活壓力與因應策略現況。
- 三、 以三因子獨立樣本變異數分析，探討不同背景變項(組別、年級、性別)學生生活壓力與因應策略之差異情形，回答研究假設一與假設二。若三因子間有交互作用則進行單純交互作用效果檢定，若只有二因子間有交互作用，則考驗單純主要效果；若單純主要效果亦達顯著水準，三組以上則進行 Scheffe' 檢定，二組則進行邊緣平均數之比較。
- 四、 以單因子獨立樣本變異數分析，探討不同生活壓力感受程度學生因應策略的差異，回答研究假設三。
- 五、 以獨立樣本 t 考驗，探討集中式與分散式資優生生活壓力與因應策略的差異，回答研究假設四。

綜合上述結果，進而歸納提出研究發現，最後提出本研究的結論。