

第四章 研究結果

本章根據資料分析的結果，分四節加以討論，第一節生活壓力分析，探討學生生活壓力現況與比較；第二節因應策略分析，探討學生壓力因應策略現況與比較；第三節探討不同生活壓力感受程度學生因應策略的比較；第四節探討集中式與分散式資優生生活壓力與因應策略的比較。

第一節 生活壓力分析

本節探討學生生活壓力現況與比較不同背景變項（年級、性別、組別）學生在生活壓力量表的差異，最後再分析生活壓力各層面的最強壓力事件。

壹、學生生活壓力現況

學生生活壓力現況分為兩部分：第一部份為生活壓力事件之出現率，也就是客觀生活壓力現況；第二部分為生活壓力感受的情形，也就是主觀生活壓力現況。

一、生活壓力事件出現率（客觀生活壓力）

生活壓力事件出現率是根據受試者在學生生活壓力量表的填答結果加以分析，受試者根據過去三至六個月內的經驗，回答是否發生量表所陳列的六十五項生活壓力事件，有發生過計 1 分，沒有發生過計 0 分。依據刺激本位的壓力模式，學生發生某一生活事件，即代表學生已有該

項壓力，本研究稱為客觀生活壓力，全體學生發生生活壓力事件的人數與百分比如表 4-1-1 所示。

表 4-1-1 學生生活壓力事件發生之人數、百分比

題號 (N = 1044)	沒發生		有發生		全量表 排序
	人數	%	人數	%	
(一) 學校課業					
2. 我覺得學校考試很多。	55	5.3	989	94.7	2
1. 我覺得學校功課(作業)很多。	68	6.5	976	93.5	4
3. 我不喜歡某些學科。	75	7.2	969	92.8	6
7. 我很擔心考試考不好。	81	7.8	963	92.2	7
5. 我在班上考試成績不佳。	149	14.3	895	85.7	14
4. 我在某些學科的學習有困難。	165	15.8	879	84.2	17
6. 我的成績未能名列前茅。	175	16.8	869	83.2	20
9. 我會注意力不集中,無法專心學習。	226	21.6	818	78.4	31
8. 我害怕在學校課堂上發表與發問。	350	33.5	694	66.5	51
(二) 課外學習					
17. 我有時間不夠用的感覺。	169	16.2	875	83.8	19
18. 我覺得事情太多,沒有辦法放鬆	182	17.4	862	82.6	22
10. 我參加課業或才藝補習(包括 家教)占掉很多時間。	270	25.9	774	74.1	41
11. 父母要我去補習或學才藝。	270	25.9	774	74.1	42
12. 我覺得補習班或才藝班功課 (作業)很多。	334	32.0	710	68.0	49
13. 我覺得補習班或才藝班考試很多。	373	35.7	671	64.9	54
14. 我害怕考試成績達不到補習班 或才藝班老師要求的標準。	392	37.5	652	62.5	55
15. 我覺得補習班或才藝班老師管 教方式很嚴格。	436	41.8	608	58.2	60
16. 我被補習班或才藝班老師處罰 或責備。	488	46.7	556	53.3	64

表 4-1-1 學生生活壓力事件發生之人數、百分比 (續)

題號 (N = 1044)	沒發生		有發生		全量表 排序
	人數	%	人數	%	
(三) 師生關係					
21.我不喜歡某些學校老師的上課方式。	144	13.8	900	86.2	13
22.我害怕考試成績達不到學校老師要求的標準。	196	18.8	848	81.2	25
23.有些學校老師對我的學業成就期望很高。	200	19.2	844	80.8	26
25.有些學校老師管教方式很嚴格。	232	22.2	812	77.8	33
26.我被學校老師處罰或責備。	234	22.4	810	77.6	34
20.我覺得班級課堂中約束過多。	242	23.2	802	76.8	35
28.學校老師不了解我的想法。	259	24.8	785	75.2	38
19.我覺得學校課程很單調、無聊。	262	25.1	782	74.9	39
27.學校老師處理事情不公平，偏袒某些同學。	318	30.5	726	69.5	47
24.有些學校老師會拿我的成績與其他同學比較。	322	30.8	722	69.2	48
(四) 同儕關係					
32.我和同學或朋友發生爭執或吵架	219	21.0	825	79.0	30
30.同學認為我的學業成績應該要很好。	291	27.9	753	72.1	43
34.同學或朋友不瞭解我的想法。	291	27.9	753	72.1	44
31.我被同學或朋友嘲弄或取笑。	352	33.7	692	66.3	52
29.班上同學相處氣氛不和諧。	359	34.4	685	65.6	53
36.我不曉得如何和異性朋友相處。	394	37.7	650	62.3	56
35.我很難找到合得來、可談心的同學或朋友。	460	44.1	584	55.9	62
37.我覺得自己是孤獨寂寞的。	478	45.8	566	54.2	63
33.我被同學或朋友欺負或排斥。	507	48.6	537	51.4	65
(五) 親子關係					
38.父母對我的學業成就期望很高。	73	7.0	971	93.0	5
39.我害怕考試成績達不到父母要求的標準。	115	11.0	929	89.0	9
43.我被父母處罰或責備。	157	15.0	887	85.0	16
40.父母會拿我的成績與別人比較。	201	19.3	843	80.7	27

表 4-1-1 學生生活壓力事件發生之人數、百分比 (續)

題號 (N = 1044)	沒發生		有發生		全量表 排序
	人數	%	人數	%	
45.有很多事情很難和父母溝通。	207	19.8	837	80.2	28
44.父母不瞭解我的想法。	210	20.1	834	79.9	29
42.父母不讓我想做的事情。	244	23.4	800	76.6	36
41.父母管教方式很嚴格。	264	25.3	780	74.7	40
46.父母處理兄弟姊妹事情不公平，偏袒某人。	441	42.2	603	57.8	61
(六) 個人健康					
48.我會熬夜 (超過十一點睡覺)。	154	14.8	890	85.2	15
49.我覺得疲累不堪，精神不佳。	180	17.2	864	82.8	21
47.我常常睡眠不足或睡不好。	188	18.0	856	82.0	23
50.我覺得心情不好，悶悶不樂。	230	22.0	814	78.0	32
51.我容易緊張、焦慮不安。	295	28.3	749	71.7	45
55.我不滿意自己的身材或外貌。	296	28.4	748	71.6	46
52.我會頭痛或頭部不舒服。	339	32.5	705	67.5	50
56.我對人生的意義感到茫然。	396	37.9	648	62.1	57
54.我的身體健康狀況不佳，常常生病	419	40.1	625	59.9	58
53.我有飲食或腸胃方面的問題。	431	41.3	613	58.7	59
(七) 個人自我期許					
59.我期望能達成自己所設定的目標。	47	4.5	997	95.5	1
58.我期望考試成績更合乎理想。	57	5.5	987	94.5	3
57.我對自己成就期望很高。	106	10.2	983	89.8	8
60.我做很多事情會要求完美。	117	11.2	927	88.8	10
62.我擔心自己的表現不如別人。	123	11.8	921	88.2	11
61.班上同學課業競爭激烈。	138	13.2	906	86.8	12
64.我會擔心考不上或申請不到理想的學校。	163	15.6	881	84.0	18
65.我會為自己的前途擔憂。	190	18.2	854	81.8	24
63.我對自己缺乏信心。	251	24.0	793	76.0	37

研究者按照客觀生活壓力事件發生的比率，由高到低依序排列，各層面發生率最高的前三項分別如下：

(一) 學校課業層面

所調查的九項事件中，其發生的出現率在 66.5% 至 94.7% 之間。學校課業壓力事件發生率最高的前三項為：
1. 我覺得學校考試很多 (94.7%)，2. 我覺得學校功課 (作業) 很多 (93.5%)，3. 我不喜歡某些學科 (92.8%)。

(二) 課外學習層面

所調查的九項事件中，其發生的出現率在 53.5% 至 83.8% 之間。課外學習壓力事件發生率最高的前三項為：
1. 我有時間不夠用的感覺 (83.8%)，2. 我覺得事情太多，沒有辦法放鬆 (82.6%)，3. 我參加課業或才藝補習 (包括家教) 占掉很多時間 (74.1%)。

(三) 師生關係層面

所調查的十項事件中，其發生的出現率在 69.2% 至 86.2% 之間。師生關係壓力事件發生率最高的前三項為：
1. 我不喜歡某些學校老師的上課方式 (86.2%)，2. 我害怕考試成績達不到學校老師要求的標準 (81.2%)，3. 有些學校老師對我的學業成就期望很高。(80.8%)。

(四) 同儕關係層面

所調查的九項事件中，其發生的出現率在 51.4% 至 79.0% 之間。同儕關係壓力事件發生率最高的前三項為：
1. 我和同學或朋友發生爭執或吵架 (79.0%)，2. 同學認為我的學業成績應該要很好 (72.1%)，3. 同學或朋友不瞭解我的想法 (72.1%)。

(五) 親子關係層面

所調查的九項事件中，其發生的出現率在 57.8% 至 93.0% 之間。親子關係壓力事件發生率最高的前三項為：1. 父母對我的學業成就期望很高 (93.0%)，2. 我害怕考試成績達不到父母要求的標準 (89.0%)，3. 我被父母處罰或責備 (85.0%)。

(六) 個人健康層面

所調查的十項事件中，其發生的出現率在 58.7% 至 85.2% 之間。個人健康壓力事件發生率最高的前三項為：1. 我會熬夜 (超過十一點睡覺) (85.2%)，2. 我覺得疲累不堪，精神不佳 (82.8%)，3. 我常常睡眠不足或睡不好 (82%)。

(七) 個人自我期許層面

所調查的九項事件中，其發生的出現率在 76.0% 至 95.5% 之間。個人自我期許壓力事件發生率最高的前三項為：1. 我期望能達成自己所設定的目標 (95.5%)，2. 我期望考試成績更合乎理想 (94.5%)，3. 我對自己成就期望很高。(89.8%)。

(八) 生活壓力全量表

所調查的六十五項事件中，壓力事件出現率最高的前十項壓力事件前十項依序為 (詳見表 4-1-1)：1. 我期望能達成自己所設定的目標 (95.5%)，2. 我覺得學校考試很多 (94.7%)，3. 我期望考試成績更合乎理想 (94.5%)，

4. 我覺得學校功課(作業)很多(93.5%), 5. 父母對我的學業成就期望很高(93.0%), 6. 我不喜歡某些學科(92.8%), 7. 我很擔心考試考不好(92.2%), 8. 我對自己成就期望很高(89.8%), 9. 我害怕考試成績達不到父母要求的標準(89.0%), 10. 我做很多事情會要求完美(88.8%)。

二、生活壓力感受現況(主觀生活壓力)

主觀生活壓力是指學生在生活壓力量表中的壓力感受情形，事情沒發生過計0分，有發生過的事情依據個人主觀感受情形分為四程度：「沒有壓力」計1分，「壓力輕微」計2分，「壓力中等」計3分，「壓力很重」計4分，因此以2分為各題項得分之中間值。資優生與普通生生活壓力感受現況，如表4-1-2所示。

為比較資優生與普通生在不同生活壓力層面感受的差異，由於分量表各層面所涵括的題數不一，不能直接以層面平均數比較受試者在各層面得分的高低，因此要先求出各層面的每題平均得分，再進行比較，才有意義。先將各分量表的平均數除以各層面題數(分量表平均數÷題數)，求得各層面的每題平均數。

表 4-1-2 資優生與普通生生活壓力感受之平均數、標準差

層面	資優生 (N = 518)			普通生 (N = 526)		
	層面 平均數	標準差	每題 平均數	層面 平均數	標準差	每題 平均數
學校課業	16.07	6.59	1.79	19.44	6.71	2.16
課外學習	12.94	8.07	1.44	14.45	9.61	1.61
師生關係	16.10	8.50	1.61	16.18	8.06	1.62
同儕關係	10.90	7.75	1.21	11.69	7.36	1.30
親子關係	16.28	8.51	1.81	18.05	8.17	2.01
個人健康	14.84	8.74	1.48	16.37	8.73	1.64
個人自我期許	20.05	9.00	2.23	21.19	8.41	2.35
生活壓力全量表	107.20	43.83	1.65	117.40	41.57	1.81

從表 4-1-2 顯示，資優生與普通生的整體生活壓力每題平均數為 1.65 與 1.81，顯示資優生與普通生的整體生活感受介於沒有壓力與壓力輕微之間。而資優生在生活壓力七層面的每題平均數為 1.21 至 2.23，生活壓力感受由高到低排列為：個人自我期許、親子關係、學校課業、師生關係、個人健康、課外學習與同儕關係，以個人自我期許壓力感受最高，壓力感受介於壓力輕微與壓力中等之間，其餘層面壓力較低，感受介於沒有壓力與壓力輕微之間；普通生在生活壓力七層面的每題平均數為 1.30 至 2.35，生活壓力感受由高到低排列為：個人自我期許、學校課業、親子關係、個人健康、師生關係、課外學習與同儕關係，以個人自我期許、課業壓力及親子關係壓力較高，壓力感受介於壓力輕微與壓力中等之間，其餘層面壓力較低，感受介於沒有壓力與壓力輕微之間。可見資優生與普通生壓力感受程度最高者為個人自我期許，最低者為同儕關係。

貳、學生生活壓力之比較

為比較不同年級、性別資優生與普通生生活壓力的差異，乃以年級、組別及性別為三個自變項，以學生生活壓力量表之學校課業、課外學習、師生關係、同儕關係、親子關係、個人健康及個人自我期許七個層面為依變項，進行三因子獨立樣本變異數分析，以考驗假設 1-1 至 1-3。其中年級變項包括五至九年級五組，年級變項為資優與普通兩組，性別變項為男生與女生兩組，共分為二十個組別，由於各組細格人數不相等，在進行變異數分析前會先以 Levene 法進行變異數同質性檢驗，若發現變異數同質性達顯著水準時，會以適合變異數異質之 Dunnett T3 法進行事後比較。

若任何兩自變項間的交互作用達顯著（如年級與組別），則進行單純主要效果的考驗，本研究採取 .05 顯著水準，由於單純主要效果皆屬於多次配對比較，多次考驗會導致第一類型錯誤膨脹，因此在檢定單純主要效果時將採族系錯誤率，將 .05 除以比較次數（七次），單純主要效果將採用 .005 顯著水準，使整體第一類型錯誤率控制在 .05 水準以下。茲就變異數分析的結果，說明各組學生在學生生活力量表各層面之差異情形。

一、不同年級、組別、性別學生學校課業壓力之比較

(一) 學校課業之平均數與標準差

不同年級與性別資優生與普通生學校課業壓力的平均數與標準差見表 4-1-3，學校課業壓力每題平均數在 1.55 至 2.59 之間，學校課業感受介於壓力輕微與壓力中等之間。

表 4-1-3 各組受試「學校課業壓力」之平均數與標準差

年級	性別	資優生			普通生			全體學生		
		平均數	標準差	每題平均	平均數	標準差	每題平均	平均數	標準差	每題平均
五	男	15.85	5.85	1.76	16.82	6.57	1.87	16.36	6.23	1.82
	女	13.91	6.57	1.55	17.35	7.00	1.93	15.54	6.97	1.73
	合	14.78	6.31	1.64	17.08	6.76	1.90	15.93	6.63	1.77
六	男	14.34	6.29	1.59	16.55	5.95	1.84	15.33	6.22	1.70
	女	15.55	5.69	1.73	16.87	4.89	1.87	16.36	5.22	1.82
	合	14.75	6.09	1.64	16.71	5.43	1.86	15.76	5.83	1.75
七	男	16.09	6.02	1.79	19.79	6.10	2.20	17.57	6.30	1.95
	女	16.93	7.80	1.88	22.19	6.39	2.47	20.27	7.34	2.25
	合	16.32	6.53	1.81	20.99	6.33	2.33	18.62	6.83	2.07
八	男	17.10	6.62	1.90	21.55	7.14	2.39	18.97	7.16	2.11
	女	17.64	6.84	1.96	22.61	5.72	2.51	20.81	6.56	2.31
	合	17.26	6.65	1.92	22.08	6.46	2.45	19.70	6.97	2.19
九	男	17.00	6.57	1.89	19.98	6.77	2.22	18.28	6.79	2.03
	女	19.73	7.52	2.19	23.30	5.89	2.59	21.91	6.76	2.43
	合	17.89	6.97	1.99	21.64	6.53	2.40	19.78	6.99	2.20
合計	男	16.04	6.33	1.78	18.73	6.75	2.08	17.24	6.65	1.92
	女	16.14	7.03	1.79	20.15	6.60	2.24	18.47	7.06	2.05
	合	16.07	6.59	1.79	19.44	6.71	2.16	17.77	6.86	1.97

(二) 學校課業之三因子變異數分析

三因子變異數分析結果見表 4-1-4，表中顯示：年級、組別、性別之間並無三因子的交互作用 ($F = .55, P > .05$)，且組別與年級 ($F = 2.11, P > .05$)、組別與性別 ($F = 2.30, P > .05$)、年級與性別 ($F = 1.07, P > .05$) 的交互作用未達顯著水準；因此進一步對主要效果進行考驗，則發現年級 ($F = 20.28, P < .001$)、組別 ($F = 63.80, P < .001$)、性別 ($F = 7.18, P < .01$) 間的差異皆達顯著水準，組別與性別間的差異再經由邊緣平均數比較，結果在組別方面，普通生的學校課業壓力得分顯著高於資優生；在性別方面，女生的學校課業壓力得分顯著高於男生；年級間的差異經由 Schffe' 事後比較，發現七、八、九年級學生的學校課業壓力得分顯著高於五、六年級學生，可見不同年級與性別資優生與普通生的學校課業壓力有顯著差異。

表 4-1-4 各組受試「學校課業壓力」之變異數分析

變異來源	SS	df	MS	F 值	事後比較
年級 (A)	3290.87	4	822.72	20.28***	7.8.9 > 5.6
組別 (B)	2588.72	1	2588.7	63.80***	普通 > 資優
性別 (C)	291.25	1	291.25	7.18**	女生 > 男生
AxB	341.89	4	85.47	2.11	
BxC	373.32	4	93.33	2.30	
AxC	43.26	1	43.26	1.07	
AxBxC	88.63	4	22.16	.55	
誤差	41548.30	1024	40.57		

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

二、不同年級、組別、性別學生課外學習壓力之比較

(一) 課外學習之平均數與標準差

不同年級與性別資優生與普通生課外學習壓力的平均數與標準差見表 4-1-5, 課外學習壓力每題平均數在 1.09 至 1.86 之間, 課外學習感受介於沒有壓力與壓力輕微之間。

表 4-1-5 各組受試「課外學習壓力」之平均數與標準差

年級	性別	資優生			普通生			全體學生		
		平均數	標準差	每題平均	平均數	標準差	每題平均	平均數	標準差	每題平均
五	男	13.83	8.91	1.54	14.07	11.37	1.56	13.96	10.23	1.55
	女	13.79	8.24	1.53	13.63	9.73	1.51	13.72	8.94	1.52
	合	13.81	8.51	1.53	13.85	10.54	1.54	13.83	9.55	1.54
六	男	15.20	7.98	1.69	13.93	9.48	1.55	14.63	8.67	1.63
	女	14.42	7.27	1.60	15.38	8.50	1.71	15.01	8.02	1.67
	合	14.94	7.72	1.66	14.66	8.99	1.63	14.79	8.39	1.64
七	男	12.70	8.10	1.41	13.45	9.90	1.49	13.00	8.83	1.44
	女	13.22	7.79	1.47	16.70	9.36	1.86	15.43	8.93	1.71
	合	12.85	7.98	1.43	15.07	9.72	1.67	13.94	8.93	1.55
八	男	9.78	8.12	1.09	13.27	9.70	1.47	11.24	8.94	1.25
	女	12.21	7.33	1.36	15.00	9.43	1.67	13.99	8.78	1.55
	合	10.49	7.94	1.17	14.13	9.56	1.57	12.33	8.96	1.37
九	男	11.73	7.61	1.30	14.13	8.66	1.57	12.76	8.13	1.42
	女	12.70	7.21	1.41	15.21	9.75	1.69	14.23	8.88	1.58
	合	12.04	7.45	1.34	14.67	9.19	1.63	13.37	8.46	1.49
合計	男	12.66	8.29	1.41	13.79	9.85	1.53	13.16	9.03	1.46
	女	13.43	7.65	1.49	15.12	9.33	1.68	14.41	8.69	1.60
	合	12.94	8.07	1.44	14.45	9.61	1.61	13.70	8.90	1.52

(二) 課外學習之三因子變異數分析

三因子變異數分析結果見表 4-1-6，表中顯示：年級、組別、性別之間並無三因子的交互作用 ($F = .38, P > .05$)，且組別與年級 ($F = 1.42, P > .05$)、組別與性別 ($F = .63, P > .05$)、年級與性別 ($F = .49, P > .05$) 的交互作用未達顯著水準；因此進一步對主要效果進行考驗，則發現組別 ($F = 7.05, P < .01$) 間的差異達顯著水準，組別間的差異再經由邊緣平均數比較，普通生的課外學習壓力得分顯著高於資優生，至於在年級 ($F = 1.56, P > .05$) 與性別 ($F = 3.18, P > .05$) 間則無顯著差異，可見資優生與普通生的課外學習壓力有顯著差異，而不同年級與性別學生的課外學習壓力則無顯著差異。

表 4-1-6 各組受試「課外學習壓力」之變異數分析

變異來源	SS	df	MS	F 值	事後比較
年級 (A)	488.56	4	122.14	1.56	
組別 (B)	552.61	1	552.61	7.05**	普通 > 資優
性別 (C)	249.41	1	249.41	3.18	
AxB	444.67	4	111.17	1.42	
BxC	198.98	4	49.75	.63	
AxC	38.07	1	38.07	.49	
AxBxC	118.85	4	29.71	.38	
誤差	80221.90	1024	78.34		

** $p < .01$

三、不同年級、組別、性別學生師生關係壓力之比較

(一) 師生關係之平均數與標準差

不同年級與性別的資優生與普通生師生關係壓力的平均數與標準差見表 4-1-7, 師生關係壓力每題平均數在 1.31 至 2.00 之間, 師生關係感受介於沒有壓力與壓力輕微之間。

表 4-1-7 各組受試「師生關係壓力」之平均數與標準差

年級	性別	資優生			普通生			全體學生		
		平均數	標準差	每題平均	平均數	標準差	每題平均	平均數	標準差	每題平均
五	男	17.76	9.49	1.78	14.45	9.49	1.45	16.02	9.60	1.60
	女	14.94	9.07	1.49	14.40	9.22	1.44	14.69	9.11	1.47
	合	16.20	9.33	1.62	14.43	9.32	1.44	15.32	9.35	1.53
六	男	17.45	8.99	1.75	13.05	7.03	1.31	15.48	8.43	1.55
	女	18.05	9.06	1.81	13.48	6.35	1.35	15.26	7.80	1.53
	合	17.65	8.98	1.77	13.27	6.67	1.33	15.38	8.15	1.54
七	男	13.73	7.23	1.37	16.89	7.55	1.69	15.00	7.49	1.50
	女	16.63	8.48	1.66	18.02	8.35	1.80	17.51	8.37	1.75
	合	14.54	7.67	1.45	17.46	7.93	1.75	15.97	7.92	1.60
八	男	15.35	8.50	1.54	19.78	8.08	1.98	17.21	8.57	1.72
	女	15.64	7.75	1.56	19.96	6.98	2.00	18.39	7.52	1.84
	合	15.44	8.25	1.54	19.87	7.51	1.99	17.68	8.17	1.77
九	男	15.90	8.17	1.59	16.98	6.68	1.70	16.37	7.55	1.64
	女	17.53	6.25	1.75	17.09	6.83	1.71	17.26	6.57	1.73
	合	16.43	7.60	1.64	17.03	6.72	1.70	16.74	7.16	1.67
合計	男	15.98	8.55	1.60	16.01	8.17	1.60	15.99	8.38	1.60
	女	16.32	8.42	1.63	16.35	7.96	1.64	16.34	8.15	1.63
	合	16.10	8.50	1.61	16.18	8.06	1.62	16.14	8.27	1.61

(二) 師生關係之三因子變異數分析

三因子變異數分析結果見表 4-1-8, 表中顯示: 年級、組別、性別之間並無三因子的交互作用 ($F = .66, P > .05$); 組別與性別 ($F = 1.22, P > .05$) 年級與性別 ($F = .02, P > .05$)

的交互作用未達顯著水準，但年級與組別間有交互作用存在（ $F= 9.00$ ， $P< .001$ ），因此不分析年級的主要效果，而進行單純主要效果分析（如表 4-1-9），則發現不同年級的普通生有顯著差異（ $F= 12.30$ ， $P< .001$ ），由於變異數不同質達到顯著水準（ $F= 6.00$ ， $p< .001$ ），改用 Dunnett's T3 考驗法，經事後比較發現七、八、九年級普通生的師生關係壓力得分顯著高於六年級學生，八年級普通生的師生關係壓力得分顯著高於五年級學生（如圖 4-1-1）。

此外，不同組別六年級（ $F= 17.98$ ， $P< .001$ ）、八年級（ $F= 15.31$ ， $P< .001$ ）的學生也有顯著差異，可見六年級資優生的師生關係壓力得分顯著高於普通學生，相反地，八年級普通生的師生關係壓力得分顯著高於資優生（如圖 4-1-2），至於在性別間（ $F= .71$ ， $P> .05$ ）則無顯著差異，可見不同年級資優生與普通生的師生關係壓力有顯著差異，而不同性別學生的師生關係則無顯著差異。

表 4-1-8 各組受試「師生關係壓力」之變異數分析

變異來源	SS	df	MS	F 值
年級 (A)	727.36	4	181.84	2.76*
組別 (B)	2.94	1	2.94	.04
性別 (C)	46.63	1	46.63	.71
AxB	2369.20	4	592.30	9.00***
BxC	322.26	4	80.56	1.22
AxC	1.56	1	1.56	.02
AxBxC	173.98	4	43.50	.66
誤差	67406.40	1024	65.83	

* $p< .05$ *** $p< .001$

表 4-1-9 年級與組別「師生關係壓力」單純主要效果分析

變異來源	SS	df	MS	F 值	事後比較
年級					
資優生	560.56	4	140.14	1.96	
普通生	2942.18	4	735.54	12.30***	7.8.9 > 6 8 > 5
組別					
五年級	189.47	1	189.47	2.18	
六年級	1113.97	1	1113.97	17.98***	資優 > 普通
七年級	407.42	1	407.42	6.70	
八年級	951.64	1	951.64	15.31***	普通 > 資優
九年級	16.58	1	16.58	.32	
誤差	67406.40	1024	65.83		

***p < .001

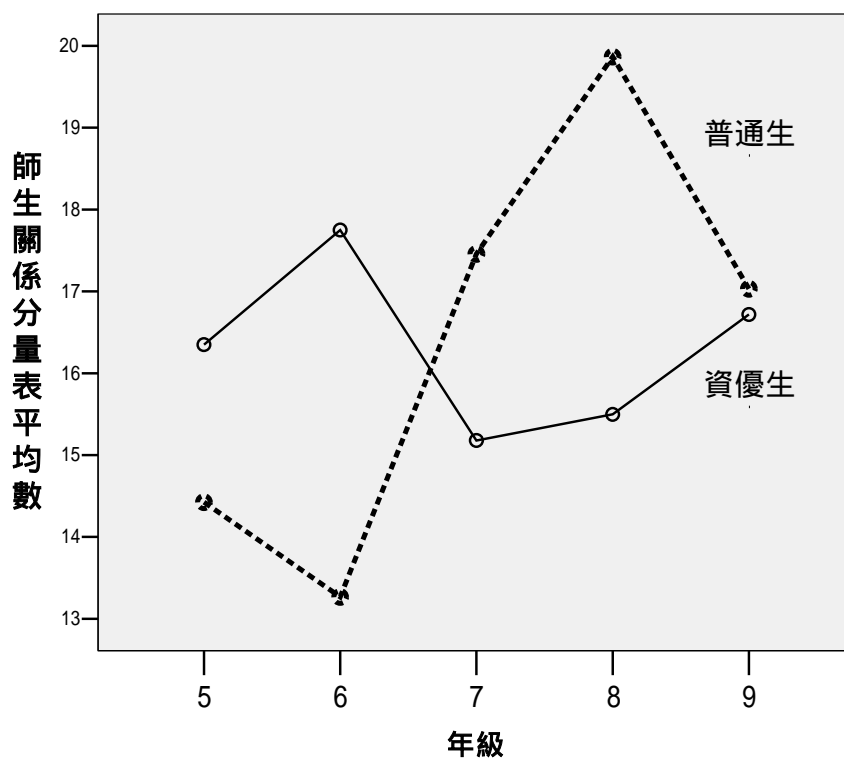


圖 4-1-1 年級與組別「師生關係壓力」的交互作用

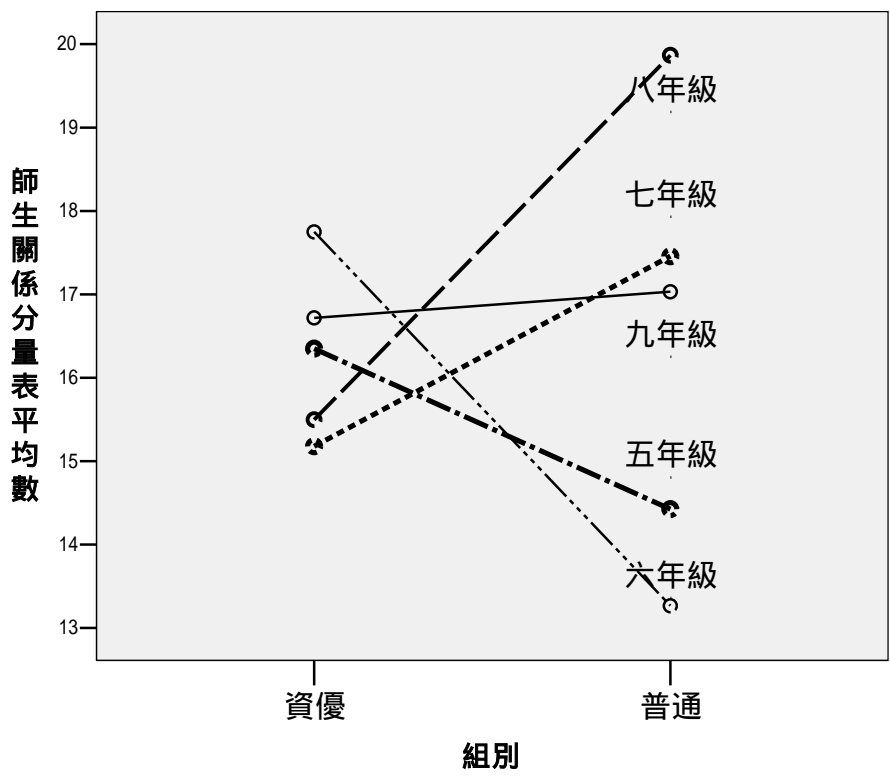


圖 4-1-2 組別與年級「師生關係壓力」的交互作用

四、不同年級、組別、性別學生同儕關係壓力之比較

(一) 同儕關係之平均數與標準差

不同年級與性別資優生與普通生同儕關係壓力的平均數與標準差見表 4-1-10，同儕關係壓力每題平均數在 1.06 至 1.48 之間，同儕關係感受介於沒有壓力與壓力輕微之間。

表 4-1-10 各組受試「同儕關係壓力」之平均數與標準差

年級	性別	資優生			普通生			全體學生		
		平均數	標準差	每題平均	平均數	標準差	每題平均	平均數	標準差	每題平均
五	男	12.70	8.89	1.41	11.97	8.52	1.33	12.32	8.66	1.37
	女	10.01	8.38	1.11	12.05	8.19	1.34	10.98	8.32	1.22
	合	11.21	8.68	1.25	12.01	8.32	1.33	11.61	8.50	1.29
六	男	11.47	8.65	1.27	10.73	6.60	1.19	11.14	7.78	1.24
	女	11.92	7.30	1.32	11.27	7.14	1.25	11.52	7.17	1.28
	合	11.63	8.19	1.29	11.00	6.85	1.22	11.30	7.52	1.26
七	男	9.51	7.06	1.06	11.00	7.09	1.22	10.11	7.08	1.12
	女	12.70	7.89	1.41	10.19	6.91	1.13	11.11	7.33	1.23
	合	10.40	7.40	1.16	10.60	6.97	1.18	10.50	7.17	1.17
八	男	10.04	6.95	1.12	11.92	6.80	1.32	10.83	6.92	1.20
	女	11.14	6.50	1.24	13.35	7.59	1.48	12.55	7.25	1.39
	合	10.36	6.81	1.15	12.63	7.21	1.40	11.51	7.09	1.28
九	男	9.92	7.64	1.10	12.19	6.95	1.35	10.90	7.41	1.21
	女	12.27	6.23	1.36	12.40	7.44	1.38	12.35	6.95	1.37
	合	10.68	7.26	1.19	12.30	7.16	1.37	11.50	7.24	1.28
合計	男	10.67	7.88	1.19	11.54	7.23	1.28	11.06	7.61	1.23
	女	11.30	7.53	1.26	11.84	7.50	1.32	11.62	7.51	1.29
	合	10.90	7.75	1.21	11.69	7.36	1.30	11.30	7.56	1.26

(二) 同儕關係之三因子變異數分析

三因子變異數分析結果見表 4-1-11，表中顯示：年級、組別、性別之間並無三因子的交互作用($F= 1.44, P> .05$)，且組別與年級($F= 1.09, P> .05$)、組別與性別($F= 1.17, P> .05$)、年級與性別($F= .36, P> .05$)的交互作用未達顯著水準；因此進一步對主要效果進行考驗，則發現年級($F= .40, P> .05$)、組別($F= 1.21, P> .05$)、性別($F= 1.43, P> .05$)間的差異皆未達顯著水準，表示不同年級、組別、性別學生的同儕關係壓力得分皆無差異，即不同年級與性別資優生與普通生的同儕關係壓力無顯著差異。

表 4-1-11 各組受試「同儕關係壓力」之變異數分析

變異來源	SS	df	MS	F 值
年級 (A)	91.35	4	22.84	.40
組別 (B)	69.03	1	69.03	1.21
性別 (C)	81.89	1	81.89	1.43
AxB	248.86	4	62.22	1.09
BxC	266.44	4	66.61	1.17
AxC	20.80	1	20.80	.36
AxBxC	329.93	4	82.48	1.44
誤差	58464.20	1024	57.09	

五、不同年級、組別、性別學生親子關係壓力之比較

(一) 親子關係之平均數與標準差

不同年級與性別資優生與普通生親子關係壓力的平均數與標準差見表 4-1-12，親子關係壓力每題平均數在 1.63 至 2.22 之間，親子關係感受介於輕微壓力與壓力中等之間。

表 4-1-12 各組受試「親子關係壓力」之平均數與標準差

年級	性別	資優生			普通生			全體學生		
		平均數	標準差	每題平均	平均數	標準差	每題平均	平均數	標準差	每題平均
五	男	18.11	9.01	2.01	16.85	9.41	1.87	17.45	9.20	1.94
	女	15.79	8.71	1.75	17.88	7.86	1.99	16.78	8.35	1.86
	合	16.83	8.88	1.87	17.37	8.65	1.93	17.10	8.75	1.90
六	男	16.39	8.47	1.82	16.25	8.35	1.81	16.33	8.39	1.81
	女	18.26	7.85	2.03	18.15	6.78	2.02	18.19	7.17	2.02
	合	17.03	8.27	1.89	17.20	7.63	1.91	17.12	7.93	1.90
七	男	16.70	8.88	1.86	19.11	9.48	2.12	17.67	9.16	1.96
	女	14.63	8.81	1.63	19.94	8.42	2.22	18.00	8.88	2.00
	合	16.12	8.87	1.79	19.52	8.93	2.17	17.80	9.03	1.98
八	男	15.28	7.78	1.70	18.69	6.63	2.08	16.71	7.49	1.86
	女	16.82	9.23	1.87	19.71	8.17	2.19	18.66	8.62	2.07
	合	15.73	8.21	1.75	19.20	7.42	2.13	17.48	7.99	1.94
九	男	15.00	8.06	1.67	17.11	8.19	1.90	15.91	8.14	1.77
	女	16.27	8.74	1.81	17.53	7.86	1.95	17.04	8.18	1.89
	合	15.41	8.26	1.71	17.32	7.98	1.92	16.38	8.15	1.82
合計	男	16.25	8.45	1.81	17.51	8.51	1.81	16.81	8.50	1.87
	女	16.35	8.62	1.82	18.59	7.79	1.82	17.65	8.22	1.96
	合	16.28	8.51	1.81	18.05	8.17	1.81	17.17	8.38	1.91

(二) 親子關係之三因子變異數分析

三因子變異數分析結果見表 4-1-13，表中顯示：年級、組別、性別之間並無三因子的交互作用 ($F = .71, P > .05$)，且組別與年級 ($F = 2.05, P > .05$)、組別與性別 ($F = .97, P > .05$)、年級與性別 ($F = .84, P > .05$) 的交互作用未達顯著水準；因此進一步對主要效果進行考驗，則發現組別 ($F = 11.14, P < .001$) 間的差異達顯著水準，組別間的差異再經由邊緣平均數比較，普通生的親子關係壓力得分顯著高於資優生，至於在年級 ($F = .54, P < .05$) 與性別 ($F = 1.04,$

P < .05) 間方面則無顯著差異，可見資優生與普通生的親子關係有顯著差異，而不同年級與性別學生的親子關係則無顯著差異。

表 4-1-13 各組受試「親子關係壓力」之變異數分析

變異來源	SS	df	MS	F 值	事後比較
年級 (A)	150.31	4	37.58	.54	
組別 (B)	774.09	1	774.09	11.14***	普通 > 資優
性別 (C)	72.49	1	72.49	1.04	
AxB	570.26	4	142.57	2.05	
BxC	268.40	4	67.10	.97	
AxC	58.03	1	58.03	.84	
AxBxC	196.01	4	49.00	.71	
誤差	71140.70	1024	69.47		

***p < .001

六、不同年級、組別、性別學生個人健康壓力之比較

(一) 個人健康之平均數與標準差

不同年級與性別資優生與普通生個人健康壓力的平均數與標準差見表 4-1-14，個人健康壓力每題平均數在 1.27 至 2.17 之間，個人健康感受多介於沒有壓力與壓力輕微之間。

表 4-1-14 各組受試「個人健康壓力」之平均數與標準差

年級	性別	資優生			普通生			全體學生		
		平均數	標準差	每題平均	平均數	標準差	每題平均	平均數	標準差	每題平均
五	男	15.35	9.90	1.54	13.18	7.58	1.32	14.21	8.78	1.42
	女	12.73	8.46	1.27	15.28	8.70	1.53	13.94	8.63	1.39
	合	13.90	9.18	1.39	14.23	8.19	1.42	14.07	8.69	1.41
六	男	13.74	8.88	1.37	11.88	7.42	1.19	12.91	8.28	1.29
	女	15.58	7.79	1.56	14.87	8.01	1.49	15.14	7.89	1.51
	合	14.37	8.54	1.44	13.38	7.83	1.34	13.85	8.18	1.39
七	男	13.76	8.16	1.38	14.77	8.01	1.48	14.16	8.08	1.42
	女	16.33	9.64	1.63	19.17	7.49	1.92	18.14	8.39	1.81
	合	14.47	8.63	1.45	16.97	8.02	1.70	15.70	8.41	1.57
八	男	15.18	8.91	1.52	17.90	9.81	1.79	16.32	9.35	1.63
	女	17.36	8.74	1.74	19.96	8.37	2.00	19.01	8.55	1.90
	合	15.81	8.87	1.58	18.93	9.13	1.89	17.39	9.12	1.74
九	男	14.47	7.99	1.45	17.51	7.66	1.75	15.78	7.96	1.58
	女	19.23	8.23	1.92	21.74	9.56	2.17	20.77	9.10	2.08
	合	16.02	8.34	1.60	19.63	8.87	1.96	17.84	8.78	1.78
合計	男	14.45	8.73	1.45	14.82	8.38	1.48	14.61	8.57	1.46
	女	15.52	8.75	1.55	17.91	8.81	1.79	16.91	8.85	1.69
	合	14.84	8.74	1.48	16.37	8.73	1.64	15.61	8.76	1.56

(二) 個人健康之三因子變異數分析

三因子變異數分析結果見表 4-1-15，表中顯示：年級、組別、性別之間並無三因子的交互作用 ($F = .80$, $P > .05$)，且組別與年級 ($F = 2.15$, $P > .05$)、組別與性別 ($F = 2.32$, $P > .05$)、年級與性別 ($F = 1.66$, $P > .05$) 的交互作用未達顯著水準；因此進一步對主要效果進行考驗，則發現年級 ($F = 10.33$, $P < .001$)、組別 ($F = 5.25$, $P < .05$)、性別 ($F = 20.09$, $P < .001$) 間的差異達顯著水準，組別與性別間的差異再經由邊緣平均數比較，普通生的個人健康

壓力得分顯著高於資優生，女生的個人健康壓力得分顯著高於男生；年級間的差異經由 Scheffe'事後比較，八、九年級學生的個人健康壓力得分顯著高於五年級學生，八、九年級學生的個人健康壓力得分顯著高於六年級學生，可見不同年級與性別資優生與普通生的個人健康壓力有顯著差異。

表 4-1-15 各組受試「個人健康壓力」之變異數分析

變異來源	SS	df	MS	F 值	事後比較
年級 (A)	2964.99	4	741.25	10.33***	8.9 > 5.6
組別 (B)	376.73	1	376.73	5.25*	普通 > 資優
性別 (C)	1441.62	1	1441.62	20.09***	女生 > 男生
AxB	618.46	4	154.61	2.15	
BxC	665.11	4	166.28	2.32	
AxC	119.01	1	119.01	1.66	
AxBxC	230.94	4	57.73	.80	
誤差	73483.30	1024	71.76		

*p < .05 ***p < .001

七、不同年級、組別、性別學生個人自我期許壓力之比較

(一) 個人自我期許之平均數與標準差

不同年級與性別資優生與普通生個人自我期許壓力的平均數與標準差見表 4-1-16，個人自我期許壓力每題平均數在 1.97 至 2.79 之間，個人自我期許感受介於壓力輕微與壓力中等之間。

表 4-1-16 各組受試「個人自我期許壓力」之平均數與標準差

年級	性別	資優生			普通生			全體學生		
		平均數	標準差	每題平均	平均數	標準差	每題平均	平均數	標準差	每題平均
五	男	19.13	9.25	2.13	17.87	9.74	1.99	18.46	9.49	2.05
	女	18.82	9.22	2.09	21.93	8.15	2.44	20.29	8.84	2.25
	合	18.96	9.20	2.11	19.90	9.17	2.21	19.43	9.18	2.16
六	男	18.18	8.67	2.02	17.20	7.73	1.91	17.74	8.24	1.97
	女	23.89	8.61	2.65	21.03	6.77	2.34	22.14	7.62	2.46
	合	20.12	9.03	2.24	19.12	7.49	2.12	19.60	8.26	2.18
七	男	19.34	8.14	2.15	20.60	9.05	2.29	19.85	8.50	2.21
	女	21.30	8.60	2.37	23.91	8.20	2.66	22.96	8.39	2.55
	合	19.89	8.27	2.21	22.26	8.75	2.47	21.05	8.57	2.34
八	男	18.81	8.42	2.09	20.20	9.68	2.24	19.39	8.96	2.15
	女	23.46	9.38	2.61	24.14	7.04	2.68	23.90	7.92	2.66
	合	20.17	8.92	2.24	22.17	8.65	2.46	21.18	8.82	2.35
九	男	19.85	9.64	2.21	21.64	6.95	2.40	20.62	8.59	2.29
	女	24.77	8.41	2.75	25.15	6.87	2.79	25.00	7.46	2.78
	合	21.46	9.50	2.38	23.39	7.10	2.60	22.44	8.40	2.49
合計	男	19.03	8.76	2.11	19.31	8.82	2.15	19.16	8.78	2.13
	女	21.81	9.15	2.42	23.07	7.54	2.56	22.54	8.27	2.50
	合	20.05	9.00	2.23	21.19	8.41	2.35	20.62	8.72	2.29

(二) 個人自我期許之三因子變異數分析

三因子變異數分析結果見表 4-1-17，表中顯示：年級、組別、性別之間並無三因子的交互作用 ($F= 1.27$ ， $P> .05$)，且組別與年級 ($F= 1.55$ ， $P> .05$)、組別與性別 ($F= 1.14$ ， $P> .05$)、年級與性別 ($F= .10$ ， $P> .05$) 的交互作用未達顯著水準；因此進一步對主要效果進行考驗，則發現年級 ($F= 5.04$ ， $P< .001$)、性別 ($F= 42.28$ ， $P< .001$) 間的差異達顯著水準，性別間的差異經由邊緣平均數比較，女生的個人自我期許壓力得分顯著高於男生；由於變

異數不同質達到顯著水準($F= 2.01, p < .01$), 改用 Dunnett's T3 考驗法, 經事後比較發現, 九年級學生個人自我期許壓力得分顯著高於五、六年級學生, 至於在組別間($F= 1.25, P > .05$) 則無顯著差異, 可見不同年級與性別學生的個人自我期許壓力有顯著差異, 而資優生與普通生的個人自我期許壓力則無顯著差異。

表 4-1-17 各組受試「個人自我期許壓力」之變異數分析

變異來源	SS	df	MS	F 值	事後比較
年級 (A)	1449.08	4	362.27	5.04***	9 > 5.6
組別 (B)	89.91	1	89.91	1.25	
性別 (C)	3038.67	1	3038.67	42.28***	女生 > 男生
AxB	445.80	4	111.45	1.55	
BxC	328.07	4	82.02	1.14	
AxC	7.24	1	7.24	.10	
AxBxC	366.19	4	91.55	1.27	
誤差	73590.10	1024	71.87		

*** $p < .001$

參、學生生活壓力各層面最強壓力事件之分析

為探討學生生活壓力最強的壓力事件，在學生生活壓力量表各層面中，最後增加一題問答圈選題，一共七題，問題為「你在某某層面（如學校課業）中感受到最強的壓力事件是什麼呢？」，請受試者圈選出正確答案。為了解資優生與普通生在學生生活壓力各層面的最強壓力事件情形，研究者將全體受試者所圈選的答案按照年級、組別、性別加以歸納整理（參照附錄十），為求謹慎，在生活壓力七層面中，最強壓力事件只取學生在各題圈選人數超過一百人（約佔各組總人數五分之一）的結果。學生生活壓力量表各題最強壓力事件圈選次數見表 4-1-18，分析如下：

1. 在學校課業壓力方面，資優生與普通生感受最強的事件皆為我很擔心考試考不好。
2. 在課外學習壓力方面，資優生與普通生感受最強與最常發生的事件皆為我有時間不夠用的感覺和我覺得事情太多，沒有辦法放鬆。
3. 在師生關係壓力方面，普通學生感受最強的事件為我害怕考試成績達不到學校老師要求的標準；資優生在各題圈選人數皆未超過一百人。
4. 在同儕關係壓力方面，資優生感受最強的事件為同學認為我的學業成績應該要很好；普通生在各題圈選人數皆未超過一百人。

- 5.在親子關係方面，資優生感受最強的事件為父母對我的學業成就期望很高，普通生感受最強的事件為我害怕考試成績達不到父母要求的標準。
6. 在個人健康方面，資優生與普通生在各題圈選人數皆未超過一百人。
7. 在個人自我期許方面，普通生感受最強的事件為我會擔心考不上或申請不到理想的學校與我會為自己的前途擔憂；資優生在各題圈選人數皆未超過一百人。

表 4-1-18 學生生活壓力量表各題最強壓力事件圈選次數

題號	資優生 (N = 518)			普通生 (N = 526)		
	女	男	合	女	男	合
(一) 課業壓力層面						
7. 我很擔心考試考不好。	69	67	136	92	68	160
(二) 課外學習層面						
17. 我有時間不夠用的感覺。	70	117	187	61	60	121
18. 我覺得事情太多，沒有辦法放鬆	40	62	102	58	43	101
(三) 師生關係層面						
22. 我害怕考試成績達不到學校老師要求的標準。	-	-	-	64	38	102
(四) 同儕壓力層面						
30. 同學認為我的學業成績應該要很好。	58	48	106	-	-	-
(五) 親子關係層面						
38. 父母對我的學業成就期望很高。	37	71	108			
39. 我害怕考試成績達不到父母要求的標準。	-	-	-	58	47	105
(七) 個人自我期許層面						
64. 我會擔心考不上或申請不到理想的學校。	-	-	-	81	65	146
65. 我會為自己的前途擔憂。	-	-	-	41	59	100

綜合本節統計分析結果，資料顯示：

一、資優生與普通生生活壓力的比較

資優生在學校課業、課外學習、親子關係及個人健康四層面的壓力感受低於普通生。在師生關係壓力方面，組別與年級有交互作用，師生關係壓力為六年級資優生高於六年級普通生，相反地，八年級普通生高於八年級資優生。而在同儕關係與個人自我期許壓力兩層面的壓力感受則無顯著差異。由上述結果可知，資優生與普通生的生活壓力有顯著差異，研究假設 1-1 獲得支持。

二、不同年級學生生活壓力的比較

國中學生在學校課業、個人健康及個人自我期許三層面的壓力感受高於國小學生，其中學校課業壓力為七、八、九年級學生高於五、六年級學生，個人健康壓力為八、九年級學生高於五、六年級學生，個人自我期許壓力為九年級學生高於五、六年級學生。在師生關係壓力方面，組別與年級有交互作用，師生關係為七、八、九年級普通生高於六年級普通生，八年級普通生高於五年級普通生。而在課外學習、同儕關係及親子關係三層面的壓力感受沒有顯著差異。由上述結果可知，不同年級學生的生活壓力有顯著差異，研究假設 1-2 獲得支持。

三、不同性別學生生活壓力的比較

女生在學校課業、個人健康及個人自我期許三層面的壓力感受高於男生，而在課外學習、師生關係、同儕關係與親子關係四層面的壓力感受沒有顯著差異。由上述結果可知，不同性別學生的生活壓力有顯著差異，研究假設 1-3 獲得支持。