

# 依附、憂鬱和積極因應對青少年學校生活困擾之影響性研究\*

王櫻芬

國立台灣師範大學  
教育心理與輔導系

本研究旨在探討青少年父母依附和同儕依附的關聯，以及依附、憂鬱和積極因應對於青少年學校生活困擾的預測力。研究者採用追蹤調查研究設計，以 229 名青少年為對象，以其九年級時的母親依附、父親依附和憂鬱情緒，以及十年級時的好友依附和積極因應策略使用等自變項，預測他們十年級時的學校生活困擾程度。Pearson 積差相關分析和多元逐步迴歸分析結果顯示：(1) 九年級時的母親依附焦慮和父親依附焦慮，與十年級時的好友依附焦慮和好友依附逃避，存有顯著正相關；(2) 九年級時的母親依附逃避和父親依附逃避，與十年級時的好友依附焦慮、好友依附逃避皆無顯著關聯；(3) 九年級時的母親和父親依附逃避和依附焦慮愈高，其憂鬱情緒愈高；(4) 九年級時的憂鬱情緒、十年級時的好友依附焦慮和積極因應策略使用，可以顯著預測十年級時的學校生活困擾。三個變項的累積可解釋變異量為 29%。然而，九年級時的母親和父親依附逃避和依附焦慮，未能成功預測十年級的學校生活困擾。由於九年級進入十年級是一個重要學習轉換階段，學生剛進入新的校園環境，格外需要教育輔導人員的協助，以適應學校生活；根據研究發現，研究者建議高中職五專的學校輔導人員，提供十年級青少年積極因應策略介入方案和同儕關係促進輔導方案。此外，國中輔導人員應針對九年級的青少年，設計適當的憂鬱防治情緒管理方案。透過學校輔導人員的攜手努力，促進青少年學校階段轉換時的適應。

**關鍵詞：**父母依附、同儕關係、因應策略、憂鬱、學校適應

---

\*1. 本文通訊作者：王櫻芬，通訊方式：yfwang22@ntnu.edu.tw。  
2. 本研究獲科技部（前身為國科會）補助（計畫編號：NSC 98-2410-H-142-016-MY2），謹此致謝。本篇論文部分內容曾於 2012 美國心理學會年會發表。作者欲感謝所有參與研究的受試者和協助資料蒐集的研究助理；同時感謝審查委員提供修改建議，使本文更加完善。

人的一生中會面臨各項的挑戰。成功因應挑戰可強化個體問題解決能力、促進挫折耐受力，同時，累積面對下一個挑戰的資源和自信心。在臺灣現行的學校制度之下，青少年從六年級升至七年級以及從九年級升至十年級時，分別會經驗一次的學習階段轉換。這兩個時期的校園環境改變、人際網絡（含同儕和師長）轉移以及課業／生涯壓力的變化，在在需要青少年動員所有的內在和外資源，以成功適應新的學習場域。針對這些學習階段的轉換，學校輔導人員也會特別規劃各式的定向輔導和學習輔導活動。

即使如此，研究發現學校適應相關議題，仍造成許多青少年的壓力（王玉珍，2007；陳鴻永，2006）。董氏基金會（2018）以 3478 名就讀國中和高中職的青少年為對象進行調查，結果發現被最多青少年指出的壓力源為課業考試。王玉珍（2007）的發現相似結果：將近五分之一的青少年認為進入高中後的課程與國中有相當大的差異，使其感受到較高的壓力。此外，歐慧敏（2012）、劉淑媛（2004）的研究，也發現學校生活困擾為青少年前三大行為困擾之一。

能夠成功地適應高中職或是五專的學校環境，有助青少年順利進入成年初顯期（*emerging adulthood*）。反之，學校適應不良者，有較高的風險中輟學業、產生心理困擾、或是出現偏差犯罪行為（金蓮玉，2003；Henry et al., 2009; Maynard et al., 2015）。美國學者 Bond 等人（2007）發現與學校連結不佳的青少年，完成學業的比例較低。此外，Maynard 等人（2015）以全美 18-25 歲的 19312 個樣本進行研究，亦發現中輟的青少年，在成年初顯期會出現較高的自殺企圖以及偷竊、販賣毒品等犯罪行為。這些國外的研究顯示未能成功適應學校生活、以致無法順利完成學業，有礙青少年的未來發展。針對青少年學校適應相關因素，進行深入的探究，以發展適當的教育和輔導方案，協助青少年更能適應學校環境，實是刻不容緩。

有鑒於過去研究發現青少年與父母和同儕的關係、他們本身的壓力因應能力以及過去心理健康程度，對其適應具重要性（王櫻芬，2012；歐慧敏，2012；Merlo & Lakey, 2007; Wilkinson, 2010; Umemura et al., 2018），本研究旨在探討這些因素對於青少年十年級時（亦即剛進入高中、高職或是五專的學習環境時）學校生活困擾的預測力，以供教育和輔導人員參考。以下研究者摘要相關文獻論述和研究發現，說明本研究欲探討變項間的關係。

## 一、青少年人際依附內涵與相關研究發現

### （一）依附理論與青少年人際依附之內涵

依附理論的概念首先由 Bowlby 於 1969 年提出。他認為嬰兒成長過程中會對主要照顧者發展出情感性的連結（*affectional bond*）。嬰兒透過身體距離的接近得到主要照顧者的照顧，並在危險來臨時，得到保護與安撫。此情感連結和食慾、性慾一樣，具有演化生存上的功能，並將影響個體後續的人際關係與心理健康（Bowlby, 1969/1982）。

在探討依附的個體間差異時，學者們早先多以類別方式分為安全依附（*secure attachment*）、焦慮－逃避依附（*anxious-avoidant attachment*）和焦慮－抗拒依附（*anxious-resistant attachment*）三種類型（Ainsworth et al., 1978; Bowlby, 1969/1982）。針對青少年依附關係的測量，近年來有愈來愈多研究人員採用 Fraley 等人（2011）編製的「親近關係經驗－關係結構問卷」（*Experiences in Close Relationships-Revised: Relationships Structures Questionnaire; ECR-RS*）（如，王櫻芬，2012；辛佳臻，2019；Donbaek & Elklit, 2014）。此量表採用兩向度依附模式，分為依附相關的逃避（*attachment-related avoidance*，以下簡稱為「依附逃避」）和依附相關的焦慮（*attachment-related anxiety*，簡稱為「依附焦慮」）兩個分量表。其中，依附逃避指的是在親近依附對象時，感到不自在並傾向於自我依賴的程度；依附焦慮則是指擔心、害怕被依附對象拋棄或是拒絕的程度（Brennan et al, 1998）。此量表已被翻譯成多種語言，探討青少年與不同依附對象的兩向度依附傾向對其人際訊息理解能力和適應的影響（Donbaek & Elklit, 2014）。本研究採用此量表分別測量青少年對於母親、父親和好友的兩向度依附傾向。

針對個體與不同依附對象的依附傾向之間的關聯性，Bowlby（1969/1982）指出，與主要照顧者的互動關係，使個體形成內在運作模式（*internal working model*）導引後續的人際關係。目前研

究證據支持這樣的觀點，大多發現存有低度到中度的正相關(王櫻芬, 2012; Lee & Park, 2017; Szalai et al., 2017)。例如，針對父母依附之間的關聯性，Szalai 等人 (2017) 以 5214 名就讀 5~11 年級的匈牙利青少年為對象，研究發現青少年對母親和對父親的依附逃避之間，以及對母親和對父親的依附焦慮之間，存有顯著的中度正相關。而針對雙親依附和同儕依附之間的關聯性，Donbaek 與 Elklit (2014) 以丹麥青少年為對象，發現雙親依附和好友依附之間存有低度到中度正相關。王櫻芬 (2012) 在台灣的研​​究亦發現相似結果：青少年對雙親的兩向度依附之間存有顯著中度正相關，而雙親依附和同儕依附之間，則只有低度正相關。

## (二) 青少年與不同對象的依附關係對於適應的影響

許多研究發現青少年的人際依附與其適應狀況有顯著關聯。首先，在雙親依附關係上，研究發現安全的雙親依附(即較低程度的依附逃避和依附焦慮)與青少年的憂鬱、焦慮、外向性行為問題之間，存有負相關(辛佳臻, 2019; 楊佩榮、王增勇, 2016; Chang et al., 2015; Dhillon & Kanwar, 2015; Shochet et al., 2008; Szalai et al., 2017; Wu et al., 2019); 與良好的心理社會適應、學校適應和學校表現，則存有正相關(許婷婷、林惠雅, 2011; Al-Yagon et al., 2016; Chen, 2017; Lim & Lee, 2017)。例如，Szalai 等人 (2017) 研究發現對雙親的依附逃避和依附焦慮愈高，憂鬱程度愈高。Wu 等人 (2019) 以 373 名台灣高中生進行研究，發現對父母安全依附愈高，青少年的被笑恐懼(Gelotophobia)愈低。同時，楊佩榮與王增勇(2016)發現對雙親的依附關係，可顯著預測青少年的內向性和外向性適應困難。其次，針對青少年的同儕安全依附對其適應的影響，Millings 等人 (2012) 發現同儕依附逃避和依附焦慮愈高，則青少年的憂鬱情緒愈高。Lim 與 Lee (2017) 亦發現同儕安全依附與學校適應存有顯著正相關。

這些研究發現顯示安全的父母依附以及同儕依附，對於青少年的心理健康和學校適應與表現，皆有正向關聯。然而，不同年齡階段、針對不同依附對象形成的安全依附，對於不同的心理健康和適應變項，是否會有不同的影響力？此問題仍須更多的研究進行探究。目前的研究發現初步顯示母親依附對於青少年的學校隸屬感之影響力甚於父親依附(Al-Yagon et al., 2016)，而同儕依附比起雙親依附，可能又更能影響青少年的適應(Laible et al., 2000)。由於社會文化環境的差異，這些研究發現是否可以複製到台灣青少年族群上，仍有待觀察。研究者認為後續研究若能探討不同年齡階段的青少年對於母親、父親和好友等不同對象之間的依附關係之關聯性，並且研究不同依附關係在憂鬱情緒和學校適應等不同的心理適應變項上所發揮的功能，應可深化對於此現象的理解。同時，教育和輔導實務工作者能根據研究結果，針對不同年齡階段、不同依附狀況的青少年，發展出適合的介入方案，有助促進青少年的學校適應。受限於研究者的精力和青少年受試者能夠接受的量表填答題數限制，本研究聚焦於探究九年級青少年的父母依附，與其十年級時的好友依附之關聯性，並探討這兩個時間段的依附關係，對於青少年十年級學校生活困擾的預測力。目前已有的研究大多為橫斷性研究(cross-sectional study)，較少探討父母依附和後續青少年同儕依附間的關聯性。本研究採用縱貫性研究(longitudinal study)中的追蹤調查法(panel study)進行研究，企圖提供一些實徵證據，進一步釐清和理解依附對於青少年學校適應的影響。

## 二、因應的內涵與相關研究發現

因應(coping)指的是個體遭遇壓力事件或是問題情境時，在認知和行為上隨之產生的回應，是一個複雜的壓力評估反應歷程。Folkman 與 Lazarus (1980) 將其定義為「在認知和行為上努力，以求掌握、忍受或是降低外界和內在的要求，以及兩者之間的衝突」(頁 223)。Folkman 與 Lazarus (1985) 將因應策略分為三大類。第一大類為問題焦點因應，指的是針對所遭遇的問題進行分析，採取適當的計畫解決問題。第二大類為情緒焦點因應，亦即，針對被問題引發的情緒，採取降低壓力(如運動或是吃喝、抽煙等，讓自己感覺好過一些)、靜觀其變(即，觀察事件發展態勢再採取行動)或是找出事情正向一面等因應策略。最後一類為混合問題焦點和情緒焦點的因應，亦即，尋求社會支持。他們對於因應的定義和研究發現為後續的研究奠定堅實的基礎。近幾年來，Greenglass 等人 (1999) 提出「前瞻性因應(Proactive Coping)」這個概念，有別於過去將因應視

為壓力評估下的自我調節模式，前瞻性因應關注個體在問題情境尚未發生前，即主動採取行動，排除可能障礙的目標導向自我調節模式（self-regulatory goal attainment），視因應為個體累積資本，以促進自己和所處環境成長的歷程。此新興概念亦被許多研究人員運用在其研究中（Wu et al., 2008）。

在台灣，研究人員參考國外因應領域學者的看法，也發展了多樣化的量表，測量個體因應風格或是因應策略使用。例如，李坤崇與歐慧敏（1996）將因應定義為「個體面對超過其擁有資源和能力的內外情境或問題時，為免產生壓力、焦慮、害怕、或其他身心疾病，而努力去處理情境或問題的動態歷程」（頁 242）。他們將青少年採用的因應策略分為正向策略和負向策略兩大向度，其中正向策略向度包括解決問題策略、暫時擱置策略（含轉移注意、接納責任和順其自然）、改變策略（含增強自我、改變認知和重新評估）和尋求支持策略。第二個向度為避免逃避策略（含減少壓抑逃避、減少負向情緒、減少攻擊他人）。紀怡如（2002）則是參考相關學者的看法，將青少年因應策略分為積極因應、消極因應、轉移注意和尋求支援四個向度。其中積極因應類似其他學者提出的問題焦點或是問題解決因應；消極因應則是指採用情緒宣洩性、逃避方式因應；轉移注意指的是進行可舒緩情緒的活動，降低壓力；最後，尋求支援則是指尋求社會支持。最近，Wu 等人（2008）則是翻譯 Greenglass 等人所發展的前瞻性因應量表，探究其在華人文化的適用性。不管學者們採用傳統的壓力評估因應模式，或是新興的目標管理因應模式，這些對於人類因應行為的研究和量表發展，都給予後續研究人員更多的典範，並能依照各自的研究目的和考量，採用適合的觀點和量表進一步研究與因應相關的心理現象（如，王櫻芬等人，2016；陸惠文，2014；溫琇雅，2014）。

針對個體因應策略的使用與其適應狀況的關聯之研究相當普遍，大多發現主動、積極的問題解決策略有利心理健康和適應（Folkman et al., 1986; Greenglass & Fiksenbaum, 2009），而否認、逃避疏離等情緒性因應策略不利個體的適應（Dawson et al., 2014; Merlo & Lakey, 2007）。例如，Merlo 與 Lakey（2007）以 150 名 9~12 年級的青少年為對象，發現尋求支持和問題解決因應愈高，則憂鬱症狀愈少；相反的，逃避因應愈高，憂鬱症狀會愈多。但是也有一些研究發現因應和心理健康間無顯著關聯，例如，Shiota（2006）發現問題焦點因應與正向情緒無顯著關聯。以台灣青少年為樣本的研究，則發現愈能運用各項因應資源、採用正向積極的因應策略，則憂鬱情緒愈低（陳坤虎、周芸安，2015；Yang et al., 2017），並有較佳的適應（陸惠文，2014；歐慧敏，2012）。整體而言，這些研究結果揭示：問題解決導向的積極因應在青少年情緒和適應議題上，扮演著不容忽視的角色。本研究因此特別關注青少年進入十年級，面對學校生活中的各項挑戰時，採用積極因應策略的程度和他們感受到學校生活困擾程度之間的關聯性。

### 三、青少年憂鬱情緒和學校生活困擾之相關研究發現

本研究欲了解青少年在學校的適應狀況，並以學校生活困擾作為學校適應狀況的指標。由於學校適應，泛指適應學校生活中的各個面向，含學業適應、社會適應、個人—情緒適應和行為規範適應等，範疇相當廣泛（劉俊榮，2016；Perry & Weinstein, 1998; Ratelle et al., 2017）。探討青少年學校適應時，學者們會依其研究目的，選用符合其目的之適應指標。例如，學業成績高低、中輟、翹課等違規行為出現的頻率，或是學校連結感、師生關係和諧程度等（劉俊榮，2016；Henry et al., 2009; Magnuson et al., 2016）。

另一方面，早期台灣學者研究在校學生的適應問題時，常以行為困擾程度作為適應良窳的指標。「行為困擾」一詞源自胡秉正（1967）翻譯 Mooney 的問題檢核表（problem checklist）時，為了避免直譯「問題」造成受試者誤解，而採用行為困擾稱之。沿襲此傳統，近代針對兒童青少年的困擾，李坤崇與歐慧敏（1993）、林家屏（2002）皆對國中小學生，以及國高中學生編製行為困擾量表，並將行為困擾分為自我關懷困擾、身心發展困擾、學校生活困擾、人際關係困擾和家庭生活困擾五大類。在本研究中，研究者欲著重探索青少年進入十年級時，面對高中職或是五專校園環境中，與國中階段不同的課業要求、學習方式和教師管教方式之調適情形，因此採用林家屏

的觀點，從學校生活困擾的角度評估青少年學校適應狀況，將學校生活困擾定義為：對課業與學校規定、學習態度與習慣，以及教師管教情形感到困擾的程度。

針對青少年學校適應現狀與其影響因素，目前研究大多發現學業相關困擾為其前三大困擾(林家屏, 2002; 鄭玉貴, 2007)。而和青少年學校生活困擾有顯著關聯的心理因素，包括自我統合危機、情緒效能和前述的依附關係、因應策略使用等(陸惠文, 2014; 鄭玉貴, 2007; 歐慧敏, 2012; Wilkinson, 2010)。除此之外，已有一些長期性追蹤研究，發現青少年早期的心理困擾，會影響他們之後的學習狀況(Bond et al., 2007; Fletcher, 2010)，增加後續適應問題發生的機率(Bond et al., 2007; Duchesne & Ratelle, 2014)，並且通常會持續至成年期(Lynam et al., 2007)。例如，Bond等人(2007)以2678名澳洲中學生為樣本的研究，發現青少年八年級時的高焦慮/憂鬱症狀，會影響其大學入學考試取得好成績的機率。此外，以美國青少年為對象的追蹤調查結果發現：憂鬱情緒愈高，青少年接受教育的時間愈短(Fletcher, 2010)。然而，McLeod等人(2012)的研究卻發現注意力問題、犯罪行為、藥物使用與青少年的學業表現漸趨低落有關，憂鬱情緒卻與後續學業表現無顯著關聯。

綜上所述，過去研究發現成功適應學校生活，對於青少年未來的學業和心理發展具極大影響，而影響青少年學校生活困擾的因素中，先前的心理健康狀況、與父母和同儕的依附關係，以及自身的因應策略使用皆有其重要性，然而哪些影響因素最具預測力，尚待檢驗。尤其是，針對同一群青少年在兩個時間點進行追蹤調查，以探討不同時間序列中依附、憂鬱和因應策略使用等心理變項和青少年學校適應的關聯性，在台灣仍然不多見。

本研究採用的追蹤調查法，屬於縱貫性研究方法之一。此法有別於傳統的橫斷性研究，針對目標族群只於一個時間點進行施測。本研究中，研究者針對同一群青少年，進行兩次施測。Hill與李唯君(1997)指出此研究方法記載了事件發生的時序，有助分析因果關係，此外並能釐清時間、年齡與世代效果。研究者期望透過此研究方法的使用，能更加了解青少年九年級時的父母親依附和憂鬱情緒，以及十年級時的好友依附和積極因應策略使用對於青少年學校生活困擾之預測效果。研究者認為學校生活輔導是校園輔導工作中重要的一環。能夠釐清影響青少年學校適應的因素，有助輔導人員針對相關因素排定處理優先順序，以規劃有效促進青少年學校適應的教育輔導方案，且更合理地利用輔導人員有限的專業服務時間。本研究發現預期可對學校輔導實務工作有所貢獻。本研究之架構，圖示如下。

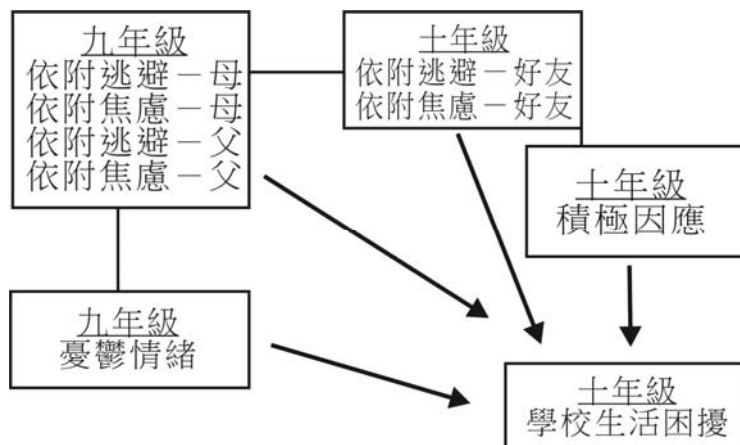


圖 1 十年級青少年的學校生活困擾預測模式

#### 四、本研究之目的

(一) 探究青少年的父母依附和好友依附之間的關係。(二) 了解青少年的父母依附和憂鬱情緒之關係。(三) 研究青少年的好友依附和積極因應策略之使用與其學校生活困擾之關聯。(四) 探討九年級時的父母依附和憂鬱情緒，以及十年級時的好友依附和積極因應策略使用，對於十年級青少年的學校生活困擾之預測力。

承上，研究假設條列如下。

假設 1-1：九年級時的母親依附逃避與父親依附逃避之間存有顯著關聯。

假設 1-2：九年級時的母親依附焦慮與父親依附焦慮之間存有顯著關聯。

假設 1-3：九年級時的母親依附逃避與十年級時的好友依附逃避之間存有顯著關聯。

假設 1-4：九年級時的父親依附逃避與十年級時的好友依附逃避之間存有顯著關聯。

假設 1-5：九年級時的母親依附焦慮與十年級時的好友依附焦慮之間存有顯著關聯。

假設 1-6：九年級時的父親依附焦慮與十年級時的好友依附焦慮之間存有顯著關聯。

假設 2-1：九年級時的母親依附逃避與憂鬱之間存有顯著關聯。

假設 2-2：九年級時的母親依附焦慮與憂鬱之間存有顯著關聯。

假設 2-3：九年級時的父親依附逃避與憂鬱之間存有顯著關聯。

假設 2-4：九年級時的父親依附焦慮與憂鬱之間存有顯著關聯。

假設 3-1：十年級時的好友依附逃避與學校生活困擾之間存有顯著關聯。

假設 3-2：十年級時的好友依附焦慮與學校生活困擾之間存有顯著關聯。

假設 3-3：十年級時的積極因應策略與學校生活困擾之間存有顯著關聯。

假設 4-1：九年級時的母親依附逃避、母親依附焦慮、父親依附逃避、父親依附焦慮和憂鬱情緒，以及十年級時的好友依附逃避、好友依附焦慮和積極因應策略的使用，可顯著預測十年級的學校生活困擾。

## 方法

### 一、研究對象

本研究招募 313 名受試者，分別於就讀九年級時和就讀十年級時填寫研究問卷，有效樣本 229 份。除了未註明年齡的 11 名受試者外，樣本平均年齡為 16.38 歲 ( $Range = 15.75-17.75$ ,  $SD = 0.33$ )，其中女生 161 人 (70.3%)，男生 68 人 (29.7%)。大部份受試者自陳與父母同住，由父母照顧 (94.3%)，少數住在宿舍或是與祖父母、其他親戚同住 (5.7%)。在父母的婚姻狀況上，大部份為結婚並同住 (76%)，部分是分居、離婚或是再婚 (14.4%)，與其他 (9.6%)。在就讀學校上，有 104 人就讀高中 (45.4%)、82 人就讀高職 (35.8%)，42 名就讀五專、綜合高中或是其他 (18.3%)。

### 二、研究工具

#### (一) 關係結構問卷—中文版

本研究以「關係結構問卷—中文版」(Relationships Structures Questionnaire-Chinese) 測量受試者在九年級時與母親和父親的依附關係；以及十年級時與好友的依附關係。此量表為 Wang 與 Neville (2006) 翻譯自前述的 ECR-RS (Fraley et al., 2011)，測量受試者對不同依附對象的依附逃避與依附焦慮程度。依附逃避分量表有六題，例題為「對媽媽開誠佈公，讓我感到很不自在」。依附焦慮分量表有三題，例題為「我常擔心媽媽並不是真的關心我」。測量受試者對父親的依附傾向

時，將題項中的「媽媽」改為「爸爸」；測量好友依附時，在指導語中要求受試者填寫與「最要好朋友」的關係，並將題項敘述改為「這個人」，其餘字句維持相同。此量表採用 Likert 五點量尺計分，1 代表「完全不同意」，5 代表「完全同意」。兩個分量表分別計分，分數愈高代表受試者對該依附對象，在此依附向度的傾向越高。

Wang 與 Neville (2006) 以 290 名高中生為對象進行因素分析研究，發現此量表之因素結構與英文版相同。之後，Wang 等人 (2009) 進行效標關聯效度研究，發現各分量表與孫育智翻譯的 IPPA 中概念相關之各對應分量表間的相關符合理論假設。最後，過去採用此量表的研究，發現各分量表之 Cronbach  $\alpha$  係數在 .71 以上 (王櫻芬, 2012)，顯示此量表具相當好的信效度。本研究所得各分量表 Cronbach  $\alpha$  值介於 .79 (母親依附焦慮分量表) 至 .86 (好友依附焦慮分量表) 之間，與過去研究發現相似。

### (二) 因應策略量表

本研究採紀怡如 (2002) 編製的「因應策略量表」測量十年級學生面對壓力時採用積極因應策略的情形。此量表為紀怡如參考 Folkman 與 Lazarus 發展的「因應方式檢核表」(way of coping checklist)，與國內其他研究人員編製的青少年因應策略量表編製而成。全量表共有 22 個題項，分為積極因應、消極因應、轉移注意和尋求支援四個分量表，採用 Likert 五點量尺方式計分，1 表示「從不如此」，5 表示「總是如此」，各分量表的得分越高，代表受試者越常使用該種因應策略。本研究只採用積極因應分量表，共五題，例題為「我會有計畫的把問題一件一件解決」。

紀怡如 (2002) 編製此量表時，將原有 32 題題項經項目分析和因素分析，刪除心理計量品質不佳的 10 題後，得正式量表，各分量表信度係數介於 .73 至 .77 之間，各題在所屬分量表的因素負荷量皆大於 .30，四個因素的累積總解釋變異量為 49.96%。之後紀怡如再以 528 名國中生進行研究，發現青少年的雙親依附、壓力知覺和因應策略使用，兩兩之間具有顯著關聯，符合理論假設。此外，過去採用此量表的研究，發現各分量表之 Cronbach  $\alpha$  係數介於 .62 至 .74 之間，除了轉移注意分量表和憂鬱情緒無顯著關聯之外，其他三個分量表皆與憂鬱情緒有顯著關聯 (王櫻芬等人, 2016)，顯示此量表具可接受的信度和效度品質。本研究所得積極因應分量表的 Cronbach  $\alpha$  係數為 .75，與過去研究發現相當。

### (三) 青少年憂鬱情緒自我檢視表

本研究以董氏基金會 (2004) 編製的「青少年憂鬱情緒自我檢視表」測量受試者在九年級時的憂鬱情緒。此量表根據黃君瑜與許文耀編製的「青少年憂鬱量表」之內容，並參考多位學者和精神疾病診斷準則所列出的兒童與青少年憂鬱症症狀編製而成。內容分為憂鬱情緒、認知、行為和生理四類別，共 20 題，例題為「我心變得很好不好」。若受試者在過去兩週內感受到符合題項描述的狀況，則勾選「是」(得一分)；若無此狀況，則勾選「否」(得零分)。分數加總後可得總分，範圍由 0 至 20 分。分數愈高表示憂鬱情緒愈高。

董氏基金會 (2004) 以 1242 名國中生和高中生為對象進行題項分析，並以臺灣北中南東區共 4944 名國高中生為對象，測試其心理計量品質。結果發現其信度係數為 .87，與貝克憂鬱量表之相關達 .73。其他採用此量表進行的研究亦發現其具有良好的信度和效標關聯效度，如，蘇曉憶與戴嘉南 (2008) 發現青少年的自尊愈高，憂鬱傾向愈低。本研究所得庫李信度為 .90，與過去的研究結果相近。

### (四) 青少年行為困擾量表

本量表為林家屏 (2002) 依據李坤崇與歐慧敏 (1993) 所編製的「行為困擾量表」修訂而成，用以測量青少年在不同面向的行為困擾程度。原量表包括自我關懷困擾、身心發展困擾、學校生活困擾、人際關係困擾和家庭生活困擾五個分量表，每個分量表各有十個題項。採 Likert 五點量表方式計分，各分量表題項得分相加後，得分越高表示受試者在該分量表之困擾程度越大。由於全量表題項相當多，為了節省施測時間，且考量本研究主要目的在探索十年級學生的學校生活適應狀況，因此只採用「學校生活困擾」分量表於本研究中。此分量表主要測量青少年對課業與學校規定、學習態度與習慣，以及教師管教情形感到困擾的程度，為探討青少年學校適應的重要內涵，其例題為「我覺得唸書是件很痛苦的事」。

林家屏 (2002) 以 236 名國中生和 189 名高中生為對象，研究發現各分量表之 Cronbach  $\alpha$  係數，介於 .70 至 .88 之間；另外，以 72 名的國高中生為對象，評估量表的穩定性，結果發現四週

的重測信度，介於 .50 之 .94 之間，表示此量表具有良好的信度。在效度部份，本量表之架構和題項敘述經專家審核，且透過項目分析選題，具備良好的內容效度；同時，以 1576 名國高中生為對象，研究發現本量表與青少年自我概念之間存在顯著負相關。此外，採用此量表研究青少年的困擾情形之研究發現，父母親愈是開明自主，則青少年的家庭生活困擾愈低（劉淑媛，2004）；而青少年為了達成目標愈能延宕滿足和抱持堅毅態度，其學校生活困擾愈低（鄭玉貴，2007）。這些研究發現符合理論假設，顯示本量表具適當的效標關聯效度。本研究中「學校生活困擾」分量表之 Cronbach  $\alpha$  係數為 .73，與林家屏的研究發現相近。

### 三、研究程序

研究者透過個人關係網絡，聯繫高雄地區 15 所國中，進行第一波問卷施測，並在一年之後，就第一波受試者中留下清楚聯繫資訊的青少年進行聯繫，並且郵寄紙本問卷、參與研究同意書和回郵信封給受試者，進行第二波施測。本研究採用便利取樣，雖然此抽樣方式被認為具較差的統計推論力（吳麗珍等人，2014），但不可諱言，此方式亦是社會科學量化研究中，最常被採用的抽樣方式（Onwuegbuzie & Collins, 2007），在探索變項參數的可能範圍時，有相當的貢獻（Kohler, 2019）。有鑒於本研究需要進行跨學習階段的受試者追蹤，以達成研究目的。在校方人員不熟悉研究者，缺乏信任感的情形下，欲進入校園進行研究，蒐集學生的個人地址、電話等資料，有其困難。為此，研究者採用此方法，透過個人關係網絡進行聯繫，以取得足夠研究樣本。

### 四、資料分析

研究者將受試者的填答結果逐一輸入電腦，以 SPSS For Windows 23.0 統計套裝軟體根據研究目的，進行統計分析。

#### （一）描述性統計與相關分析

初步資料處理與統計分析包括檢查資料輸入的正確性並進行描述性統計分析（例如，計算次數分配、變項平均數、標準差和常態分配考驗等）。接著，以皮爾森積差相關，考驗各研究變項之間的相關。

#### （二）多元迴歸分析

本研究以多元迴歸分析中的逐步迴歸，測試九年級時的雙親依附和憂鬱情緒，以及十年級時的好友依附和積極因應策略使用對青少年十年級時的學校生活困擾之預測力。各預測變項的納入標準為預設的小於或等於 .05，排除標準為大於或等於 .10，此外研究檢視納入迴歸方程式的各預測變項之變異數膨脹因子（variance inflation factor, VIF）皆需小於 2，以排除可能的共線性問題。

## 研究結果

### 一、描述性統計與相關分析結果

#### （一）描述性統計分析結果

本研究所採用的量表除了「青少年憂鬱情緒自我檢視表」採計各題項加總的分數，總分為 20 分之外，其餘量表皆為 Likert 五點量表。如表 1 所示，受試者在各變項之題平均數介於 1.67（依附焦慮－父親）與 3.50（積極因應策略）之間。對雙親和好友的依附焦慮與對好友的依附逃避偏低（接近或是低於 2 分）；對雙親的依附逃避和學校生活困擾接近中間數值 3 分；最後，積極因應策



略的使用，則略高於中間值接近 4 分。至於「青少年憂鬱情緒自我檢視表」平均得分為 5.40，與董氏基金會（2004）的常模平均數相當。

## （二）相關分析結果

**1. 九年級時父母依附與十年級好友依附之相關分析結果。**如表 1 所示，九年級時父母依附之間呈顯著低度到中度正相關，對母親與對父親的依附逃避之間呈現顯著的低度（接近中度）正相關（ $r = .39, p < .01$ ），對母親與對父親的依附焦慮間，呈現顯著的中度正相關（ $r = .62, p < .01$ ）。此外，九年級時母親依附焦慮和父親依附焦慮兩者，皆與十年級的好友依附焦慮，存有將近中度強度的顯著正相關，相關係數分別為  $.39 (p < .01)$  和  $.32 (p < .05)$ 。但是九年級時的母親依附逃避和父親依附逃避兩者，皆與十年級的好友依附逃避，無顯著關聯。研究假設 1-1、1-2、1-5 和 1-6 獲得支持，而假設 1-3、1-4 未獲支持。

**2. 九年級時父母依附與憂鬱情緒之相關分析結果。**如表 1 所示，兩向度的父母依附和青少年憂鬱情緒之間，呈現顯著的低度相關，相關係數從  $.17$ （父親依附逃避與憂鬱之相關， $p < .01$ ）至  $.35$ （母親依附焦慮與憂鬱之相關， $p < .01$ ）。研究假設 2-1、2-2、2-3 和 2-4 全都獲得支持。

**3. 十年級時好友依附、積極因應與學校生活困擾之相關分析結果。**如表 1 所示，十年級青少年的好友依附逃避與學校生活困擾之間，未能發現統計上的顯著關聯。但是，十年級時的好友依附焦慮與學校生活困擾之間，存有顯著低度正相關（ $r = .34, p < .01$ ）；且積極因應與學校生活困擾之間，具顯著中度負向關聯（ $r = -.41, p < .01$ ）。研究假設 3-2、3-3 獲得支持，而假設 3-1 未獲支持。

## 二、多元迴歸分析結果

為了解對於十年級青少年的學校生活困擾之顯著預測變項，研究者採用多元逐步迴歸分析進行統計考驗。以十年級學校生活困擾為依變項，以九年級的母親依附逃避、母親依附焦慮、父親依附逃避、父親依附焦慮和憂鬱情緒，以及十年級的好友依附逃避、好友依附焦慮和積極因應為預測變項，分析結果如表 2 所示。第一個進入迴歸模式的變項為十年級的積極因應，對青少年十年級時的學校生活困擾之可解釋變異量為 17%（ $p < .001$ ）， $\beta$  為  $-.41 (p < .001)$ 。第二個進入迴歸模式的變項為十年級的好友依附焦慮，兩個變項對學校生活困擾的累積可解釋變異量為 24%（ $p < .001$ ）， $\beta$  分別為  $-.37, .28 (p < .001)$ 。最後一個進入迴歸模式的變項為九年級的憂鬱情緒，三個變項對學校生活困擾的累積可解釋變異量為 29%（ $p < .001$ ）， $\beta$  分別為  $-.34, .22, .21 (p < .001)$ 。其餘五個變項則未進入迴歸模式中。本研究發現部分支持研究假設 4-1，顯示十年級的積極因應策略使用、好友依附焦慮和九年級的憂鬱情緒，可以顯著預測青少年的學校生活困擾。當青少年在十年級時，愈少使用積極因應策略、抱持愈高的好友依附焦慮，九年級時的憂鬱情緒愈高，則十年級的學校生活困擾會愈高。和預期不同的是，青少年九年級時的母親依附逃避、母親依附焦慮、父親依附逃避和父親依附焦慮；以及，十年級的好友依附逃避，皆未能顯著預測其十年級時的學校生活困擾。

表 1 各變項之積差相關分析結果

	<i>M</i>	<i>SD</i>	1	2	3	4	5	6	7	8
1. 依附逃避-母親 1	2.57	0.84	-							
2. 依附焦慮-母親 1	1.68	0.81	.34**	-						
3. 依附逃避-父親 1	3.10	0.86	.39**	.19**	-					
4. 依附焦慮-父親 1	1.67	0.74	.20**	.62**	.35**	-				
5. 憂鬱 1	5.40	5.03	.33**	.35**	.17**	.20**	-			
6. 依附逃避-好友 2	2.03	0.63	.05	.15*	.03	.14*	.27**	-		
7. 依附焦慮-好友 2	2.14	0.93	.13	.39**	.12	.32**	.30**	.28**	-	
8. 積極因應 2	3.50	0.64	-.26**	-.18**	-.29**	-.14*	-.17*	-.17*	-.15*	-
9. 學校生活困擾 2	2.75	0.56	.22**	.28**	.22**	.25**	.34**	.10	.34**	-.41**

註：從「依附逃避-母親 1」至「依附焦慮-父親 1」這四個變項分別為受試者於九年級時在「關係結構問卷-中文版」中母親-依附逃避分量表至父親-依附焦慮分量表之得分；憂鬱 1=九年級時「青少年憂鬱情緒自我檢視表」之總分；「依附逃避-好友 2」和「依附焦慮-好友 2」分別為受試者於十年級時在「關係結構問卷-中文版」中好友-依附逃避分量表和好友-依附焦慮分量表之得分；積極因應 2=十年級時「因應策略量表」中積極因應分量表之得分；學校生活困擾 2=十年級時「青少年行為困擾量表」中學校生活困擾分量表得分。*M*=全部樣本之平均數；*SD*=全部樣本之標準差。

\* $p < .05$ . \*\* $p < .01$ .

表 2 十年級青少年的學校生活困擾之多元逐步迴歸分析摘要表 ( $N = 229$ )

模式	預測變項	<i>B</i>	<i>SD</i>	$\beta$	$\Delta R^2$	$R^2$	<i>df</i>	<i>F</i>
1	積極因應 2	-0.36	0.05	-.41***	.17***	.17	1, 227	44.95***
2	積極因應 2	-0.32	0.05	-.37***	.08***	.24	2, 226	36.49***
	依附焦慮-好友 2	0.17	0.04	.28***				
3	積極因應 2	-0.30	0.05	-.34***	.04***	.29	3, 225	29.86***
	依附焦慮-好友 2	0.14	0.04	.22***				
	憂鬱 1	0.02	0.01	.21***				

註：「積極因應 2」為受試者在十年級時「因應策略量表」的積極因應分量表之得分；「依附焦慮-好友 2」為受試者在十年級時「關係結構問卷-中文版」好友依附焦慮分量表之得分；「憂鬱 1」為受試者在九年級時期「青少年憂鬱情緒自我檢視表」之得分。

\*\*\* $p < .01$ .

## 討論與建議

本研究主要目的在探討可以預測十年級青少年的學校生活困擾之因素。研究者調查 229 名九年級青少年的父母依附和憂鬱情緒，並追蹤他們在十年級時的好友依附、積極因應策略使用和學校生活困擾程度。本研究的主要發現、和過去相關的研究之結果比較，以及對於青少年輔導實務工作和未來研究之建議，分別說明如下。

### 一、討論

#### (一) 相關分析結果討論

針對不同依附關係間的關聯性，本研究有數個重要發現。首先，本研究發現青少年九年級時的母親依附和父親依附之間，呈顯著低度到中度正相關，與過去研究發現一致 (Szalai et al., 2017)。顯示和父母其中一方形成安全依附，似乎與另一方的情感連結亦佳。從依附理論的觀點解釋，大多數青少年與其雙親的依附關係，形成時間最為長久，不僅同為家庭內關係，雙親同樣肩負親職的角色，其關係階層較為相近，或許使青少年對於母親和對於父親的依附認知表徵 (attachment

representations) 較為相近。就如 Rosenthal 與 Kobak (2010) 的研究, 發現青少年對不同對象的依附關係有其階層性: 青少年將母親或是父親, 視為主要依附對象的比例, 遠高於同儕和伴侶, 顯示對於雙親的依附內涵有其相近性。此假設仍待後續從依附認知基模的角度, 深入探索。一個值得思考的現象是: 即使家庭分工中, 母親常承擔更多的育兒角色 (利翠珊、陳富美, 2004; 林津如, 2007), 個體和母親通常有較多互動的機會和時間, 本研究發現青少年對於父母雙方形成的依附關係之間, 仍有相當顯著的正向關聯。父親和母親各自透過何樣的親職角色和活動, 同時或是分別經營出與青少年的情感連結, 值得後續研究探究。

此外, 本研究發現九年級時的雙親依附焦慮, 在間隔一年之後仍能 and 青少年的同儕依附焦慮存有中度正相關, 並與其同儕依附逃避存有顯著低度正相關。也就是, 當青少年較不擔心雙親的拒絕或拋棄 (低父母依附焦慮), 時隔一年之後, 他們對於自己和好友的關係, 也有較低程度的擔心 (低好友依附焦慮); 同時, 與好友的關係中, 青少年能自在地親近、信賴對方的程度愈高 (低好友依附逃避)。此研究發現和 Donbaek 與 Elklit (2014)、王櫻芬 (2012) 的研究發現相近。本研究發現支持 Bowlby (1969/1982) 提出的觀點: 早期對主要照顧者形成的依附關係, 使個體發展出內在運作模式, 而影響後續重要人際關係中的依附品質。然而, 有別於過去研究發現雙親依附逃避與好友依附逃避間, 存有顯著正相關 (王櫻芬, 2012; Donbaek & Elklit, 2014), 本研究未發現雙親依附逃避和對於好友的兩向度依附間的顯著關聯。研究者推測可能原因之一為: 過去研究以橫斷性研究設計, 探究父母依附和同儕依附在同一時間脈絡之下的關聯; 而本研究則採用追蹤調查研究設計, 探究同一群青少年在九年級和十年級時的依附關係之關聯性。隨著時間的推移, 雙親依附逃避與兩向度好友依附之間的關聯性變得不顯著。在分析事件的時間效果上, 本研究所採取的研究方法, 提供了新的研究證據, 說明雙親依附焦慮的持續性效果, 或許優於雙親依附逃避。

本研究發現呼應現代依附研究領域中, 對於依附焦慮和依附逃避具有不同功能和影響之論述 (Fraley et al., 2000), 提供證據支持父母依附焦慮 (而非依附逃避) 與個體後續依附關係的顯著關聯。由於高依附焦慮常與較差的自我價值感 (Griffin & Bartholomew, 1994)、較高的尋求他人肯定傾向 (Shaver et al., 2005) 有關, 這樣的特質或許不利個體後續其他人際關係的建立, 影響青少年的好友依附品質。而依附逃避雖然和人際親和性、社交性有負向關聯 (Fraley et al., 2011; Griffin & Bartholomew, 1994), 卻可能受不同人際情境之特性影響而有所變動, 使父母依附逃避與青少年後續好友依附品質的關聯性未達顯著。例如, 在台灣的社會脈絡下, 九年級青少年面對升學考試壓力, 生活以課業學習為重心, 使親子關係滿意度下降 (林惠雅、蕭英玲, 2017)。研究者推測此狀況使青少年對其父母感受到較低的親近、依賴感, 而這個時期測得的父母依附逃避程度, 也就和後續好友依附關係較無關聯。未來研究或許可以控制九年級青少年的考試壓力感受、親子互動時間長度等因素後, 再探究父母依附 (尤其是依附逃避) 對於後續青少年人際依附關係的效果。

在依附與憂鬱情緒的關聯性上, 本研究發現九年級青少年的兩向度父母依附與九年級的憂鬱情緒之間, 存有顯著低度正相關。也就是, 當青少年愈擔心父親和母親的拒絕或拋棄 (高依附焦慮)、和父母親近時愈不自在、不想依靠父母 (高依附逃避), 則其情緒狀態愈趨憂鬱。此研究發現與過去楊佩榮與王增勇 (2016)、Chang 等人 (2015)、Duchesne 與 Ratelle (2014)、Shochet 等人 (2008) 的研究結果一致, 支持雙親依附在青少年心理健康上的重要角色。過去研究發現安全依附的個體, 可能有較好的情緒調節能力 (王櫻芬, 2012; Mikulincer et al., 2003)、較佳的問題解決技巧 (Colman & Thompson, 2002) 和較滿意的人際關係 (Egeci & Gencoz, 2011), 研究者猜測高父母依附焦慮、依附逃避的青少年, 缺乏上述特質使他們遭遇問題情境時, 有較少的內外資源可用於解決問題, 因此較易陷入憂鬱情緒中。此研究發現可作為教育輔導人員安排親職教育, 協助家長經營與九年級青少年的親子依附關係之支持證據。最後, 在好友依附和積極因應策略使用兩者與學校生活困擾之間的關聯性上, 由於其積差相關分析結果與多元逐步迴歸分析結果相似。研究者於下一節中一併進行討論。

## (二) 多元迴歸分析結果討論

本研究發現青少年九年級時的憂鬱情緒、十年級時的好友依附焦慮和積極因應策略的使用, 對於他們進入十年級時的學校生活困擾具有顯著預測力, 三個變項的累積可解釋變異量約達三成, 其中, 積極因應策略的使用為最具預測力的變項。亦即, 青少年九年級時的憂鬱情緒愈高、十年級時的好友依附焦慮愈高 (即, 愈擔心好友的拒絕或拋棄), 以及遭遇壓力事件時, 愈少採取

解決問題的積極因應策略，對於十年級時在高中職或是五專的學習方式、學校規定和師生關係愈會感到困擾。此發現在青少年適應研究領域中有幾項意涵。首先，此結果和過去研究發現憂鬱情緒和個體後續適應情況之間存有顯著關聯相似，如，Bond 等人（2007）以及 Lynam 等人（2007）之研究，皆支持早年心理健康狀態可預測後來適應情形。也就是，當個體在九年級時感到愈高的憂鬱情緒，此憂鬱情緒可能在學習階段轉換歷程中，使青少年對於新就讀的學校之各項規定、自己的課業表現和師生關係等，愈發感到不滿意。過去研究發現，憂鬱症狀會使個體的認知執行功能和注意力較差（Rock et al., 2014），並且產生社交退縮的現象（Gullone et al., 2006）。研究者猜測這些認知和人際上的困難，可能使青少年在學習階段轉換，面對更多的環境要求和挑戰時，缺乏充足的因應資源，而不利其學校生活適應。尤其是，大部分高中／職學校的班級數和師生比皆高於國中；而研究發現在一個較為大型、缺乏個人化關係和更為官僚化的環境中，青少年面臨的適應壓力會更為鉅大（Shaffer & Kipp, 2007）。處於這樣的情境中，若個體又受到憂鬱情緒的影響，抱持著負向的自我認知、他人認知和對未來的負向想法，可能使他們對於自己的課業表現感到不滿意、對於自己因應新的課業要求之能力感到不足，甚至對於學校的師長和相關規定抱持負面看法，而有較高的學校適應不良現象。此研究發現值得國中階段的教育和輔導人員，以及九年級學生家長的重視。為了促進青少年在十年級時的學校適應，相關人員須更加留意九年級青少年的情緒狀態，協助青少年預防、調節和減輕憂鬱情緒。由於過去研究發現自尊、親子關係滿意度、師生和好友關係，會影響青少年憂鬱症狀的發展（黃鈺婷，2011）。從這些向度出發設計輔導方案，或許有其潛在價值。

另一方面，本研究發現與 McLeod 等人（2012）發現憂鬱和青少年後續學業表現之間無顯著關聯的結果，有所不同。研究者推測此差異可能是因為 McLeod 等人以學業表現作為適應指標，本研究和其他研究則是以青少年在學習方式和學校規定的適應情形作為指標。由於學業表現可能受到學術潛能、學習策略的使用以及學習堅持度等因素的影響，而不只是受到情緒狀態影響，因此 McLeod 等人的研究未能發現顯著關聯；而本研究從青少年的主觀感受探究學校適應情形，方纔發現憂鬱情緒的顯著預測效果。除了選用不同的適應指標，可能導致不同研究結果之外，繼續探索是否有其他社會文化環境因子（例如，師生關係、學業競爭等），中介或是調節青少年憂鬱情緒與其一年後的學校生活困擾之關係，使得本研究發現有別於 McLeod 等人的發現，有待後續進一步研究的探究。

其次，本研究發現十年級青少年的好友依附焦慮，可顯著預測其學校生活困擾程度，但是好友依附逃避並非學校生活困擾的顯著預測變項。此結果和 Lim 與 Lee（2017）的研究結果相近。由於過去研究較多探索父母依附和同儕依附對於青少年負向情緒的影響（Merlo & Lakey, 2007），較少研究探討同儕依附和青少年學校適應的關聯；又或者，在探討同儕影響時，多從同儕歡迎度和同儕支持等角度探索其對於青少年適應的影響（Schwartz et al., 2006），本研究是少數探討同儕情感依附（尤其是同儕中的好友）對於青少年學校適應的影響，並對於同儕依附焦慮、依附逃避兩者，與青少年學校適應的不同關聯性，提供初步研究證據，在依附研究領域和青少年同儕關係研究領域上，具有相當的貢獻。

關於好友依附逃避未能顯著預測青少年學校生活困擾的結果，與 Wilkinson（2010）的研究發現有所不同，研究者猜測可能原因包括本研究以及 Lim 與 Lee（2017）的研究皆以亞洲青少年為對象，而 Wilkinson 則是以美國青少年為對象，此外，Lim 與 Lee 的研究以及本研究的受試者年齡大約在 16 歲左右，Wilkinson 的受試者則是 13 歲至 19 歲的族群，年齡和文化差異可能使得與同儕之間的親近、信賴程度（此為依附逃避測量的內涵）和青少年學校適應的關聯性有所不同。例如，在亞洲社會中對於人際關係的親疏遠近有一定的規範。友誼關係雖然有李美枝（2001）所稱的義氣，願意為了朋友間的情誼而付出，甚至犧牲部分自己的利益；但是，一般來說，青少年遇到問題仍較可能仰賴親族（如，父母、手足）提供協助。同儕之間可能存有 Tam 與 Bond（2002）所稱的克制，會維持一定的分際，以免破壞人際間的平衡。這些文化特性可能使好友依附逃避與學校生活困擾間只有些微的關聯性，和西方國家的發現有所差異。此外，在不同年齡階段，朋友扮演的角色或許會有所不同（Markiewicz et al., 2006）因而對青少年適應產生不同影響。此猜測有待後續研究予以探查。

最後，本研究中積極因應是青少年學校生活困擾最為顯著的預測變項，呼應過去因應策略領域的研究結果，例如，王櫻芬等人（2016）、陸惠文（2014）、歐慧敏（2012）以及 Merlo 與 Lakey（2007）。此研究發現顯示相較於其他變項，當青少年進入新的校園時，能夠主動積極採取問題導向策略因應生活中的挑戰，有助於其適應狀況。雖然此研究發現與 Shiota（2006）的研究發現不一致，但是此差異可能是因為 Shiota 探究問題導向因應與正向情緒的關聯，而本研究探究的是對學校生活困擾的影響。由於個體在遭遇生活中的挑戰並決定採取問題導向因應策略時，可能因為自己正訂定計畫採取行動解決問題，而使壓力事件帶來的困擾感受漸漸降低，但是此歷程中需要投注較多的心力，因此不一定會為個體帶來愉悅的感受，因此使得本研究發現問題導向因應在降低學校生活困擾上的正向效果，而 Shiota 則未發現其在正向情緒上的正面影響。如同 Folkman 與 Lazarus（1985）、Greenglass 等人（1999）的看法，人們在生活中為了降低壓力或是為了達到自己的生活目標，會採取多樣化的因應策略，此一複雜歷程仍需更多研究釐清其中的奧秘。

另一方面，與研究者預期不同的是，九年級時的父母依附不是十年級學校生活適應的顯著預測因子。此研究結果可能因為同儕依附確實較父母依附更有助於青少年十年級時的學校生活適應，如 Laible 等人（2000）的研究發現所示。此外，過去一些研究發現隨著年齡增長，不同依附對象所發揮的依附功能有所不同，例如，Markiewicz 等人（2006）發現雖然國中、二專和大學三個年齡層的青少年，皆將好友視為可以傾訴心事的安全天堂，但是隨著年齡增長，尋求親近的依附功能會逐漸由親密伴侶滿足。因此，隨著青少年年齡漸長，進入新的學校系統後，父母在適應上扮演的角色逐漸淡出，與好友的關係漸趨重要，亦為可能的發展趨勢。當然，另一個可能性是本研究所採用的雙親依附為九年級時測量所得，且其與憂鬱情緒、好友依附焦慮和積極因應之間存有顯著關聯。雖然雙親依附和積極因應之關聯並非本研究關注的研究問題，但是檢視四個雙親依附的分數與積極因應之相關係數，介於 $-0.14$  ( $p < .05$ ) 至 $-0.29$  ( $p < .01$ )，而如前述，雙親依附焦慮與憂鬱情緒、好友依附焦慮的相關係數亦達顯著。由於相較於其他三個變項，四個雙親依附變項與學校生活困擾的關聯性相對較低，在本研究採取的多元逐步迴歸分析中，雙親依附變項未能增加對於學校生活困擾更多的解釋變異量，因此被排除於迴歸模式中，而無法顯現出其可能的影響力。以上提出的這些猜想，有待後續研究採取不同的統計分析方式或是不同研究方法加以考驗。

### （三）研究限制

本研究採追蹤調查法，在青少年九年級和十年級時，分別進行問卷施測，存有若干研究上的限制。首先，研究者只採用自陳式量表，且只探究學校適應中的一個層面，使得本研究未能對青少年的學校適應有全面性的了解，也未能了解父母或是教師對於青少年適應情形的評估。其次，預測變項主要為個人心理變項，未納入學習或是環境相關變項（例如，受試者的學科能力、所就讀學校是否符合受試者的能力和興趣、班級或是校園氣氛等），使本研究未能充分比較重要的影響變項之預測力，亦是較為受限之處。再者，本研究採便利抽樣，研究樣本主要來自高雄地區的學校，且受試者在十年級時將近一半就讀高中，另有就讀高職、五專或是綜合高中者，其就讀學校屬性不同，可能使得影響其學校適應的因素有所不同，這些因素都使得進行研究結果推論時，需要較為謹慎。最後，本研究只進行兩個時間點的施測，受限於研究經費取得不易，未能持續追蹤研究樣本的後續身心變化和適應情形，使得本研究在探究各個研究變項對青少年學校適應的長期預測性上，仍未臻完善。

## 二、建議

### （一）教育輔導實務上的建議

1. 針對九年級的青少年，規劃有效的憂鬱防治情緒管理方案。本研究發現九年級青少年的憂鬱情緒是他們十年級學校生活困擾程度的顯著預測因子。學校教育人員若能針對所有九年級學生，規劃有效的情緒覺察、辨識和管理課程或是方案，同時提醒學生家長、導師多關注九年級青少年的情緒議題，當可舒緩青少年因為課業壓力造成的情緒困擾。另一方面，針對憂鬱情緒較高

的青少年及早提供介入性或處遇性輔導，以緩減憂鬱情緒對他們十年級學校適應造成的負向影響，亦是專任輔導教師和專任專業輔導人員責無旁貸的任務。

**2. 促進十年級青少年的好友安全依附。**本研究發現青少年的好友依附焦慮愈低，可預測較低的學校生活困擾，研究者認為高中職和五專的教育和輔導人員可考慮於一般課程或是校園活動中，安排可促進青少年與其好友深入情感連結的機會，例如，國文課時撰寫一封給好友的信、園遊會時邀請就讀他校的好友，拜訪自己現在就讀的學校等。此外，在輔導相關課程或是小團體輔導活動中，設計可促進好友安全依附的活動，並教導相關的人際互動技巧。將促進好友關係的活動，納入校園心理健康提昇方案中，應有助於青少年的學校適應。

**3. 提升十年級青少年的積極因應策略使用。**本研究發現積極因應策略的使用在學校適應上的重要地位，因此建議高中職五專的教育和輔導人員在青少年剛進入校園時，設計適當的教育輔導方案，提升其問題解決因應能力，例如，教導青少年辨識自己遭遇的問題情境、分析情境中可以控制和無法控制的層面、針對自己可以控制的層面，尋思有助問題解決的內在和外資源；之後，訂定並執行問題解決行動步驟，再評估執行成效。透過循序漸進教導問題解決步驟，再以模擬和實際案例，協助青少年於生活中應用此技巧。甚至，在預見問題情境將發生時，採前瞻性因應策略主動規劃適當因應作為。最後，若能由導師配合輔導人員，協助青少年恰當地運用習得的策略，處理日常生活中遭遇的問題情境，可望減輕學校轉換階段中青少年遭遇的壓力。

**4. 針對九年級青少年的家長，舉行適合的親職教育方案，間接催化青少年對雙親的安全依附。**本研究發現青少年九年級時的雙親安全依附，雖然未能直接預測青少年十年級的學校適應，但是卻與其憂鬱情緒和同儕依附有顯著關聯；而憂鬱情緒和同儕依附，又可顯著預測學校適應。若國中端能夠安排親職教育講座，協助九年級家長了解青少年在此階段的發展需求，而能更敏感地予以回應，尊重孩子的意見，表達對孩子的正向情感，訂定清楚的規則和期待；並且在雙方意見不同時能夠開放地溝通協調。透過這樣具備依附敏感度的正向積極親子互動方式，使九年級青少年形成更為安全的雙親依附關係，應能間接促進十年級青少年的學校適應。

## (二) 未來研究的建議

**1. 擴大探索青少年的友誼對其不同適應層面的影響。**本研究探討同儕依附對於青少年學校適應的影響，發現同儕依附焦慮為學校生活困擾的重要預測因子，未來研究或許可以深入探討同儕依附焦慮對於其他適應層面的影響，例如，同儕依附焦慮較高，是否會影響青少年探索新環境和事物的信心，而不利青少年的生涯發展成熟、生涯企圖心，或是成功適應的自信心？又或者，此同儕人際上的焦慮，會使青少年進入新環境時出現較高的人際退縮或是較低的人際自我效能，而影響其人際適應？此外，本研究主要聚焦於青少年同儕關係中朋黨（clique）或是配對（dyad）關係中情感依附層面，和學校生活困擾之關聯性進行探討。針對友誼關係中的其他層面，如工具性支持或是玩樂陪伴功能等層面，和青少年的發展與適應之間的可能關聯性，值得後續研究深入探討。

**2. 探究不同因應策略的使用在不同適應層面上的影響。**本研究主要探索積極因應策略和青少年學校適應的關聯性。由於壓力事件的性質不同，有助於減輕壓力的因應策略也會有所不同，未來研究繼續探究不同因應策略和不同的青少年適應層面之關聯性，及其發揮作用機制之異同，對於因應和青少年適應理論的發展應有其重要性。尤其是，學者們新近提出的前瞻性因應對適應的影響，目前在青少年適應領域的研究發現仍不多見，針對此變項進行深入探索，在輔導實務和研究領域應會有潛在貢獻。

**3. 探討不同年齡階段學校轉換適應的影響因子。**本研究探討國中至高中職五專階段的學校適應相關因素，由於個體在不同年齡階段的身心發展情形有所差異，不同層級學校的環境和要求也有所不同，父母依附、同儕依附以及因應策略的使用，在國小至國中轉換階段以及高中至大學轉換階段，各會扮演何種角色？此外，除了個人心理因素之外，是否有任何環境因素（如校園氣氛、學業競爭、師生關係等）影響個體進入新的學習環境之適應狀況？種種議題，或許值得未來研究人員持續探索。

**4. 選取更具代表性的樣本，增加追蹤次數並擴大研究變項的範圍。**本研究主要探索國中至高中職五專階段的轉換，受限於研究者的精力和資源，受試者全來自於高雄地區，且只進行一次追蹤。未來研究若能抽取更具代表性的樣本，並且增加追蹤的次數，當更能了解青少年依附關係和

適應情形之發展軌跡，所得結果之類推性也會更好。此外，進行追蹤研究時，除了本研究採用的學校生活困擾，或許可以納入其他學校適應指標，如課業表現、違規行為等。最後，若能持續追蹤受試者到成年，更可考慮採用是於成人的適應指標，如幸福感、生活滿意度、心流和正向人際關係等變項。

### 參考文獻

- 王玉珍 (2007)：國中直升高中學生的生活適應探究：阻礙與因應。 *教育心理學報*，**39**，195–216。  
<http://doi.org/10.6251/BEP.20070426>[Wang, Y.-J. (2007). Life adjustment of students who enter high school directly from the junior level of the same high school: Barriers and coping. *Bulletin of Educational Psychology*, *39*, 195–216. <http://doi.org/10.6251/BEP.20070426>]
- 王櫻芬 (2012)：情緒調節在青少年人際依附與心理困擾之中介角色分析研究。 *教育心理學報*，**44**，273–294。  
<http://doi.org/10.6251/BEP.20111129>[Wang, Y.-F. (2012). Attachment, emotion regulation, and psychological distress: Examining mediating effects among Taiwanese adolescents. *Bulletin of Educational Psychology*, *44*, 273–294. <http://doi.org/10.6251/BEP.20111129>]
- 王櫻芬、李欣潔、王玉珍、吳若慈 (2016)：依附、因應策略和青少年生活適應困擾之中介模式分析研究。 *教育心理學報*，**48**，15–35。  
<http://doi.org/10.6251/BEP.20150508> [Wang, Y.-F., Li, H.-C., Wang, Y.-C., & Wu, J.-T. (2016). Attachment, coping, and adolescent adjustment problems: Examining three competing mediation models. *Bulletin of Educational Psychology*, *48*, 15–35. <http://doi.org/10.6251/BEP.20150508>]
- 利翠珊、陳富美 (2004)：配偶親職角色的支持與分工對夫妻恩情的影響。 *本土心理學研究*，**21**，49–83。  
<http://doi.org/10.6254/2004.21.49>[Li, T.-S., & Chen, F.-M. (2004). Effects of coparenting support and division-of-labor on marital enqing in Chinese couples. *Indigenous Psychological Research in Chinese Societies*, *21*, 49–83. <http://doi.org/10.6254/2004.21.49>]
- 李坤崇、歐慧敏 (1993)：國中國小學生行為困擾相關因素之調查研究。 *台南師院學報*，**26**，109–137。  
[Li, K.-C., & Ou, H.-M. (1993). A study on adjustment problems and related factors in elementary and junior high school students. *Journal of National Tainan Teachers College*, *26*, 109–137.]
- 李坤崇、歐慧敏 (1996)：青少年因應策略量表編製報告。 *測驗年刊*，**43**，241–262。 [Li, K.-C., & Ou, H.-M. (1996). A report of the construction of adolescent coping strategies inventory. *Psychological Testing*, *43*, 241–262.]
- 李美枝 (2001)：手足與朋友關係的內涵與功能：從猩猩與人種的表現看演化的藍圖與文化的加工。 *本土心理學研究*，**16**，135–182。  
<http://doi.org/10.6254/2001.16.135>[Li, M.-C. (2001). Contents and functions of sibling and friend relationships in a chimpanzee tribe and a Chinese society.

- Indigenous Psychological Research in Chinese Societies*, 16, 135–182. <http://doi.org/10.6254/2001.16.135>]
- 吳麗珍、黃惠滿、李浩銑 (2014)：方便取樣和立意取樣之比較。《護理雜誌》，61 (3)，105–111。  
<http://doi.org/10.6224/JN.61.3.105>[Wu, L.-J., Huang, H.-M., & Lee, H.-H. (2014). A comparison of convenience sampling and purposive sampling. *The Journal of Nursing*, 61(3), 105–111. <http://doi.org/10.6224/JN.61.3.105>]
- 辛佳臻 (2019)：青少年依附關係、社交技巧與攻擊行為之相關研究 (未發表)。國立臺南大學諮商與輔導學系碩士在職專班碩士論文。[Hsin, C.-C. (2019). *A study of relationship among attachment, social skills and aggressive behaviors of junior high school students* (Unpublished master's thesis). National University of Tainan, Tainan, Taiwan.]
- 林津如 (2007)：父系家庭與女性差異認同：中產階級職業婦女家務分工經驗的跨世代比較。《台灣社會研究季刊》，68，1–73。  
<http://doi.org/10.29816/TARQSS.200712.0001>[Lin, C.-J. (2007). Identity differences among women in patrilineal families: A cross-generational comparison of the division of domestic labor of the middle-class working women. *Taiwan: A Radical Quarterly in Social Studies*, 68, 1–73. <http://doi.org/10.29816/TARQSS.200712.0001>]
- 林家屏 (2002)：青少年自我概念與行為困擾之相關研究 (未發表)。成功大學教育研究所碩士論文。[Lin, J.-P. (2002). *A Relationship on the self-concept and behavior-problem of the adolescents* (Unpublished master's thesis). Institute of Education, National Cheng Kung University, Pinying, Taiwan.]
- 林惠雅、蕭英玲 (2017)：青少年時期親子關係滿意度的變化：生態脈絡的影響。《教育心理學報》，49，95–111。  
<http://doi.org/10.6251/BEP.20161007>[Lin, J.-Y., & Hsiao, Y.-L. (2017). Changes in parent-child relationship satisfaction during adolescence: The effects of ecological contexts. *Bulletin of Educational Psychology*, 49, 95–111. <http://doi.org/10.6251/BEP.20161007>]
- 金蓮玉 (2003)：學校適應與自我概念對青少年偏差行為的影響 (未發表)。靜宜大學青少年兒童福利研究所碩士論文。[Chin, L.-Y. (2003). *The influences of school adjustment and self-concept on juvenile deviant behavior* (Unpublished master's thesis). Providence University, Taichung City, Taiwan.]
- 紀怡如 (2002)：國中生依附關係、壓力知覺與其因應策略之相關研究 (未發表)。國立屏東師範學院教育心理與輔導研究所碩士論文。[Chi, Y.-J. (2002). *The relationships among attachment, perceived stress and coping strategies of the junior high school students* (Unpublished master's thesis). Department of educational psychology and counseling, National Pingtung University, Taiwan.]



- 胡秉正 (1967)：孟氏行為困擾調查表之修訂及對大學學生行為困擾調查研究。**國立政治大學學報**，**15**，55–165。[Hu, P.-C. (1967). The revision of the Mooney problem check-list and its application on the study of college student problems. *The National Chengchi University Journal*, 15, 55–165.]
- 許婷婷、林惠雅 (2011)：青少年知覺母親教養行為、母親依附與主觀幸福感之相關研究。**應用心理研究**，**52**，149–179。[Hsu, T.-T., & Lin, H.-Y. (2011). The relationships among adolescents' perceptions of maternal parenting practices, maternal attachment, and subjective well-being. *Research in Applied Psychology*, 52, 149–179.]
- 陳坤虎、周芸安 (2015)：青少年正負向思考與心理健康之關係—積極因應與拖延習慣調節效果之探討。**中華心理學刊**，**57** (4)，373–388。http://doi.org/10.6129/CJP.20150623 [Chen, K.-H., & Chou, Y.-A. (2015). Adolescent positive/negative thinking and mental health: The moderating roles of proactive coping and procrastination habit. *Chinese Journal of Psychology*, 57(4), 373–388. http://doi.org/10.6129/CJP.20150623]
- 陳鴻永 (2006)：高職生活適應困擾學生問題與輔導之行動研究 (未發表)。國立臺東大學教育學系碩士論文。[Chen, H.-Y. (2006). *A study on life adjustment disturbance problem and counseling for vocational high school students* (Unpublished master's thesis). National Taitung University, Taitung, Taiwan.]
- 黃鈺婷 (2011)：個人、家庭與學校脈絡中的影響變因與青少年身心健康發展軌跡之討論。**中華輔導與諮商學報**，**29**，161–181。http://doi.org/10.7082/CJGC.201104.0161 [Huang, Y.-T. (2011). The impact of self-esteem, factors in family and school contexts on trajectories of adolescent depressive symptom. *Chinese Journal of Guidance and Counseling*, 29, 161–181. http://doi.org/10.7082/CJGC.201104.0161]
- 陸惠文 (2014)：青少年學業積極因應與學業適應之相關研究 (未發表)。天主教輔仁大學臨床心理研究所碩士論文。[Lu, H.-W. (2014). *The relationship between academic proactive coping and academic adjustment in adolescence* (Unpublished master's thesis). Department of Clinical Psychology, Fu Jen Catholic University, New Taipei City, Taiwan.]
- 楊佩榮、王增勇 (2016)：自我控制、親子依附、師生依附、父母監督與青少年適應間關聯性的探究。**東吳社會工作學報**，**31**，37–76。[Yang, P.-J., & Wang, T.-Y. (2016). Examination of parent-child attachment, teacher-student attachment, parental monitoring and self-control on adolescent adjustment. *Soochow Journal of Social Work*, 31, 37–76.]
- 溫琇雅 (2014)：原民與漢民國中生資源擁有、樂觀和悲觀、因應策略和因應彈性與心理健康之相關研究 (未發表)。國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系碩士論文。[Wen, H.-Y. (2014). *A study on aboriginal and Han junior high school students about their resources obtained, optimism and pessimism, coping strategy, coping flexibility and psychological status* (Unpublished master's

- thesis). Department of Educational Psychology and Counseling, National Taiwan Normal University, Taipei, Taiwan.]
- 董氏基金會 (2004)：青少年情緒自我檢視表。作者。[John Tung Foundation. (2004). *Adolescent depressive mood checklist*. Author.]
- 董氏基金會 (2018)：台灣六都國、高中職學生對校園心理健康資源的應用及憂鬱情緒現況調查。取自董氏基金會網站：[http://www.etmh.org/DownloadFile.aspx?strFilePath=Message/201809/20180903042248\\_20180903%E7%8F%BE%E6%B3%81%E8%AA%BF%E6%9F%A5%E7%B5%90%E6%9E%9C%E5%A0%B1%E5%91%8A.pdf](http://www.etmh.org/DownloadFile.aspx?strFilePath=Message/201809/20180903042248_20180903%E7%8F%BE%E6%B3%81%E8%AA%BF%E6%9F%A5%E7%B5%90%E6%9E%9C%E5%A0%B1%E5%91%8A.pdf)。2020年1月30日。[John Tung Foundation. (2018). *A survey on usage of campus mental health resources and depressive mood among adolescents living in five major cities in Taiwan*. Retrieved January 30, 2020, from [http://www.etmh.org/DownloadFile.aspx?strFilePath=Message/201809/20180903042248\\_20180903%E7%8F%BE%E6%B3%81%E8%AA%BF%E6%9F%A5%E7%B5%90%E6%9E%9C%E5%A0%B1%E5%91%8A.pdf](http://www.etmh.org/DownloadFile.aspx?strFilePath=Message/201809/20180903042248_20180903%E7%8F%BE%E6%B3%81%E8%AA%BF%E6%9F%A5%E7%B5%90%E6%9E%9C%E5%A0%B1%E5%91%8A.pdf)]
- 劉俊榮 (2016)：高中職學生學校適應問卷的編製與發展：聽覺障礙學生及其聽常同儕的測量恆等性分析。*障礙者理解半年刊*，15(1)，67-94。[http://doi.org/10.6513/TJUID.2016.15\(1\).4](http://doi.org/10.6513/TJUID.2016.15(1).4) [Liu, C.-J. (2016). Development and validation of a school adjustment questionnaire for the senior high school students: Verifying the measurement invariance between students with hard-of-hearing and their peers in the inclusive setting. *Biannual Journal of Understanding Individuals with Disabilities*, 15(1), 67-94. [http://doi.org/10.6513/TJUID.2016.15\(1\).4](http://doi.org/10.6513/TJUID.2016.15(1).4)]
- 劉淑媛 (2004)：父母教養方式與青少年行為困擾之調查與訪談研究 (未發表)。成功大學教育研究所碩士論文。[Liu, S.-Y. (2004). *A study on the survey and interview of parenting style and adolescents' behavior disturbance* (Unpublished master's thesis). Institute of Education, National Cheng Kung University, Tainan, Taiwan.]
- 鄭玉貴 (2007)：青少年自我統合危機、自我調整與行為困擾之相關研究 (未發表)。成功大學教育研究所碩士論文。[Yu, K.-C. (2007). *The relationships among ego identity crisis, self-regulation, and behavior disturbance of the adolescent* (Unpublished master's thesis). Institute of Education, National Cheng Kung University, Tainan, Taiwan.]
- 歐慧敏 (2012)：國中學生情緒智力、因應策略與行為困擾間之關聯研究。*中華輔導與諮商學報*，33，25-51。<http://doi.org/10.7082/CJGC.201208.0025>[Ou, H.-M. (2012). Exploration of emotional intelligence, coping strategies and adjustment problems among junior high school students. *Chinese Journal of Guidance and Counseling*, 33, 25-51. <http://doi.org/10.7082/CJGC.201208.0025>]

- 蘇曉憶、戴嘉南 (2008)：青少年完美主義、自尊與其憂鬱傾向之相關研究。《諮商輔導學報》，18，123–154。http://doi.org/10.6308/JCG.18.05[Su, H.-Y., & Tai, C.-N. (2008). A research on the relationship among perfectionism, self-esteem and depressive tendency of adolescents. *Journal of Counseling & Guidance*, 18, 123–154. http://doi.org/10.6308/JCG.18.05]
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Lawrence Erlbaum Associates.
- Al-Yagon, M., Kopelman-Rubin, D., Klomek, A. B., & Mikulincer, M. (2016). Four-model approach to adolescent-parent attachment relationships and adolescents' loneliness, school belonging, and teacher appraisal. *Personal Relationships*, 23(1), 141–158. https://doi.org/10.1111/per.12116
- Bond, L., Butler, H., Thomas, L., Carlin, J., Glover, S., Bowes, G., & Patton, G. (2007). Social and school connectedness in early secondary school as predictors of late teenage substance use, mental health, and academic outcomes. *The Journal of adolescent health*, 40(4), 357.e9–357.e18. https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2006.10.013
- Bowlby, J. (1969/1982). *Attachment and loss. Vol. I: Attachment* (2nd ed.). Basic Books.
- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult romantic attachment: An integrative overview. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 46–76). Guilford.
- Chang, F.-C., Chiu, C.-H., Miao, N.-F., Chen, P.-H., Lee, C.-M., Chiang, J.-T., & Pan, Y.-C. (2015). The relationship between parental mediation and Internet addiction among adolescents, and the association with cyberbullying and depression. *Comprehensive Psychiatry*, 57, 21–28. https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2014.11.013
- Chen, B. (2017). Parent-adolescent attachment and academic adjustment: The mediating role of self-worth. *Journal of Child & Family Studies*, 26(8), 2070–2076. http://doi.org/10.1007/S10826-017-0728-2
- Colman, R., & Thompson, R. (2002). Attachment security and the problem-solving behaviors of mothers and children. *Merrill-Palmer Quarterly*, 48(4), 337–359.
- Dawson, A. E., Allen, J. P., Marston, E. G., Hafen, C.A., & Schadt, M. M. (2014). Adolescent insecure attachment as a predictor of maladaptive coping and externalizing behaviors in emerging adulthood. *Attachment & Human Development*, 16, 1–17. https://doi.org/10.1080/14616734.2014.934848
- Dhillon, R., & Kanwar, P. (2015). Relationship of perceived parental attachment with internalizing problems among adolescents. *Indian Journal of Health & Wellbeing*, 6(2), 171–173.

- Donbaek, D. F., & Elklit, A. (2014). A validation of the Experiences in Close Relationships-Relationship Structures scale (ECR-RS) in adolescents. *Attachment & Human Development, 16*(1), 58–76. <https://doi.org/10.1080/14616734.2013.850103>
- Duchesne, S., & Ratelle, C. F. (2014). Attachment security to mothers and fathers and the developmental trajectories of depressive symptoms in adolescence: Which parent for which trajectory? *Journal of Youth and Adolescence, 43*, 641–654. <https://doi.org/10.1007/s10964-013-0029-z>
- Egeci, İ., & Gencoz, T. (2011). The effects of attachment styles, problem-solving skills, and communication skills on relationship satisfaction. *Procedia - Social and Behavioral Sciences, 30*, 2324–2329. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.10.453>
- Fletcher, J. M. (2010). Adolescent depression and educational attainment: Results using sibling fixed effects. *Health Economics, 19*(7), 855–871. <https://doi.org/10.1002/hec.1526>
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1980). An analysis of coping in a middle-aged community sample. *Journal of Health and Social Behavior, 21*(3), 219–239. <https://doi.org/10.2307/2136617>
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1985). If it changes it must be a process: Study of emotion and coping during three stages of a college examination. *Journal of Personality and Social Psychology, 48*(1), 150–170.
- Folkman, S., Lazarus, R. S., Dunkel-Schetter, C., DeLongis, A., & Gruen, R. J. (1986). Dynamics of a stressful encounter: Cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology, 50*(5), 992–1003.
- Fraley, R. C., Garner, J., & Shaver, P. (2000). Adult attachment and the defensive regulation of attention and memory: Examining the role of preemptive and postemptive defensive processes. *Journal of personality and social psychology, 79*, 816–826. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.79.5.816>
- Fraley, R. C., Heffernan, M. E., Vicary, A. M., & Brumbaugh, C. C. (2011). The experiences in close relationships-relationship structures questionnaire: A method for assessing attachment orientations across relationships. *Psychological Assessment, 23*(3), 615–625. <https://doi.org/10.1037/a0022898>
- Greenglass, E., & Fiksenbaum, L. (2009). Proactive coping, positive affect, and well-being: Testing for mediation using path analysis. *European Psychologist, 14*(1), 29–39. <https://doi.org/10.1027/1016-9040.14.1.29>
- Greenglass, E., Schwarzer, R., Jakubiec, D., Fiksenbaum, L., & Taubert, S. (1999, July 12–14). *The proactive coping inventory (PCI): A multidimensional research instrument*. Paper presented at the 20th International Conference of the Stress and Anxiety Research Society, Cracow, Poland.

- Griffin, D., & Bartholomew, K. (1994). Models of the self and other: Fundamental dimensions underlying measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology, 67*, 430–445. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.67.3.430>
- Gullone, E., Ollendick, T. H. & King, N. J. (2006). The role of attachment representation in the relationship between depressive symptomatology and social withdrawal in middle childhood. *Journal of Child and Family Studies, 15*, 263–277. <https://doi.org/10.1007/s10826-006-9034-0>
- Henry, K. L., Stanley, L. R., Edwards, R. W., HarKabus, L. C., & Chapin, L. A. (2009). Individual and contextual effects of school adjustment on adolescent alcohol use. *Prevention Science, 10*, 236–247. <https://doi.org/10.1007/s11121-009-0124-2>
- Hill, M. S., & 李唯君 (1997)：追蹤調查研究的設計議題。調查研究，3，183–204。 <https://doi.org/10.7014/TCYC.199704.0183> [Hill, M. S., & Li, W.-C. (1997). Issues in designing a panel study. *Survey Research, 3*, 183–204. <https://doi.org/10.7014/TCYC.199704.0183>]
- Kohler, U. (2019). Possible uses of nonprobability sampling for the social sciences. *Survey Methods: Insights from the Field*. Retrieved March 4, 2020, from <https://doi.org/10.13094/SMIF-2019-00014>
- Laible, D. J., Carlo, G., & Raffaelli, M. (2000). The differential relations of parent and peer attachment to adolescent adjustment. *Journal of Youth and Adolescence, 29*(1), 45–59.
- Lee, J., & Park, S. (2017). Interplay between attachment to peers and parents in Korean adolescents' behavior problems. *Journal of Child & Family Studies, 26*(1), 57–66. <https://doi.org/10.1007/s10826-016-0552-0>
- Lim, Y., & Lee, O. (2017). Relationships between parental maltreatment and adolescents' school adjustment: Mediating roles of self-esteem and peer attachment. *Journal of Child & Family Studies, 26*(2), 393–404. <https://doi.org/10.1007/s10826-016-0573-8>
- Lynam, D. R., Caspi, A., Moffitt, T. E., Loeber, R., & Stouthamer-Loeber, M. (2007). Longitudinal evidence that psychopathy scores in early adolescence predict adult psychopathy. *Journal of Abnormal Psychology, 116*(1), 155–165. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.116.1.155>
- Magnuson, K., Duncan, G. J., Lee, K. T. H., & Metzger, M. W. (2016). Early school adjustment and educational attainment. *American Educational Research Journal, 53* (4), 1198–1228. <https://doi.org/10.3102/0002831216634658>
- Markiewicz, D., Lawford, H., Doyle, A. B., & Haggart, N. (2006). Developmental differences in adolescents' and young adults' use of mothers, fathers, best friends, and romantic partners to fulfill attachment needs. *Journal of Youth and Adolescence, 35*(1), 127–140. <https://doi.org/10.1007/s10964-005-9014-5>

- Maynard, B., Salas-Wright, C. P., & Vaughn, M. G. (2015). High school dropouts in emerging adulthood: Substance use, mental health problems, and crime. *Community Mental Health, 51*, 289–299. <https://doi.org/10.1007/s10597-014-9760-5>
- McLeod, J. D., Uemura, R., & Rohrman, S. (2012). Adolescent mental health, behavior problems, and academic achievement. *Journal of Health and Social Behavior, 53*(4), 482–497. <https://doi.org/10.1177/0022146512462888>
- Merlo, L. J., & Lakey, B. (2007). Trait and social influences in the links among adolescent attachment, depressive symptoms, and coping. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology, 36*(2), 195–206. <https://doi.org/10.1080/15374410701277846>
- Mikulincer, M., Shaver, P. R., & Pereg, D. (2003). Attachment theory and affect regulation: The dynamics, development, and cognitive consequences of attachment-related strategies. *Motivation and Emotion, 27*(2), 77–102. <https://doi.org/10.1023/A:1024515519160>
- Millings, A., Buck, R., Montgomery, A., Spears, M., & Stallard, P. (2012). School connectedness, peer attachment, and self-esteem as predictors of adolescent depression. *Journal of Adolescence, 35*, 1061–1067. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2012.02.015>
- Onwuegbuzie, A., & Collins, K. M. T. (2007). A typology of mixed methods sampling designs in social science research. *Qualitative Report, 12*, 281–316.
- Perry, K. E., & Weinstein, R. S. (1998). The social context of early schooling and children's school adjustment. *Educational Psychologist, 33*(4), 177–194. [https://doi.org/10.1207/s15326985ep3304\\_3](https://doi.org/10.1207/s15326985ep3304_3)
- Ratelle, C. F., Duchesne, S., & Guay, F. (2017). Predicting school adjustment from multiple perspectives on parental behaviors. *Journal of Adolescence, 54*, 60–72. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2016.11.008>
- Rock, P. L., Roiser, J. P., Riedel, W. J., & Blackwell, A. D. (2014). Cognitive impairment in depression: A systematic review and meta-analysis. *Psychological Medicine, 44*, 2029–2040. <https://doi.org/10.1017/S0033291713002535>
- Rosenthal, N. L., & Kobak, R. (2010). Assessing adolescents' attachment hierarchies: Differences across developmental periods and associations with individual adaptation. *Journal of Research on Adolescence (Wiley-Blackwell), 20*(3), 678–706. <https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2010.00655.x>
- Schwartz, D., Gorman, A. H., Nakamoto, J., & McKay, T. (2006). Popularity, social acceptance, and aggression in adolescent peer groups: Links with academic performance and school attendance. *Developmental Psychology, 42*(6), 1116–1127. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.42.6.1116>
- Shaffer, D. R., & Kipp, K. (2007). *Developmental psychology: Childhood & adolescence* (7th ed.). Thomson Higher Education.

- Shaver, P. R., Schachner, D. A., & Mikulincer, M. (2005). Attachment style, excessive reassurance seeking, relationship processes, and depression. *Personality and Social Psychology Bulletin, 31*, 343–59. <https://doi.org/10.1177/0146167204271709>
- Shiota, M. N. (2006). Silver linings and candles in the dark: Differences among positive coping strategies in predicting well-being. *Emotion, 6*, 335–339. <https://doi.org/10.1037/1528-3542.6.2.335>
- Shochet, I. M., Homel, R., Cockshaw, W. D., & Montgomery, D. T. (2008). How do school connectedness and attachment to parents interrelate in predicting adolescent depressive symptoms? *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology, 37*(3), 676–681. <https://doi.org/10.1080/15374410802148053>
- Szalai, T. D., Czeglédi, E., Vargha, A., & Grezsa, F. (2017). Parental attachment and body satisfaction in adolescents. *Journal of Child & Family Studies, 26*(4), 1007–1017. <https://doi.org/10.1007/s10826-016-0626-z>
- Tam, B. K. Y., & Bond, M. H. (2002). Interpersonal behaviors and friendship in a Chinese culture. *Asian Journal of Social Psychology, 5*(1), 63–74. <https://doi.org/10.1111/1467-839X.00094>
- Umemura, T., Lacinová, L., Kraus, J. Horská, E., & Pivodová, L. (2018). Adolescents' multiple versus single primary attachment figures, reorganization of attachment hierarchy, and adjustments: the important people interview approach. *Attachment & Human Development, 20*(5), 532–552. <https://doi.org/10.1080/14616734.2018.1464040>
- Wang, Y. F., & Neville, H. A. (2006, August 11). *Testing the reliability of the relationship structures questionnaire among Taiwanese adolescents*. Poster session presented at the annual meeting of the American Psychological Association, New Orleans, LA, United States.
- Wang, Y.-F., Lin, W.-J., & Sio, L.-T. (2009, August 8). *Further validation of "Relationships structures questionnaire-Chinese" among Taiwanese adolescents*. Poster session presented at the annual meeting of the American Psychological Association, Toronto, Canada.
- Wilkinson, R. B. (2010). Best friend attachment versus peer attachment in the prediction of adolescent psychological adjustment. *Journal of Adolescence, 33*(5), 709–717. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2009.10.013>
- Wu, C.-H., Chen, K.-H., & Yao, G. (2008). Validation of the proactive coping scale in a sample of Chinese population. *Journal of Psychology in Chinese Societies, 9*(1), 103–120.
- Wu, C.-L., Huang, Y.-T., Wang, P.-Y., & Chen, H.-C. (2019). Parent–child attachment as a mediator of the relationship between parenting style and gelotophobia among adolescents. *International Journal of Psychology, 54*(4), 548–556. <https://doi.org/10.1002/ijop.12493>

Yang, F.-Y., Lai, C.-Y., Yen, C.-F., Hsu, Y.-Y., & Zauszniewski, J. (2017). The depressive symptoms, resourcefulness, and self-harm behaviors of adolescents. *The Journal of Nursing Research*, 25(1), 41–50. <https://doi.org/10.1097/jnr.000000000000127>

收稿日期：2020年02月10日

一稿修訂日期：2020年04月14日

二稿修訂日期：2020年05月14日

接受刊登日期：2020年05月14日



Bulletin of Educational Psychology, 2020, 52(1), 191–217  
National Taiwan Normal University, Taipei, Taiwan, R.O.C.

## Impacts of Attachment, Depression, and Active Coping on Adolescent School Life Disturbance

Ying-Fen Wang

Department of Educational Psychology and Counseling  
National Taiwan Normal University

The transition from the 9th grade to the 10th grade in Taiwan could be one of the most stressful times for many Taiwanese adolescents. This involves leaving the junior high school that they were familiar with and entering a new school environment (i.e., a senior high school, a vocational school, or a junior college). Adolescents face various academic and social challenges in the new environment (e.g., learning new curriculums, getting to know new teachers, and establishing new friendship network). Findings of previous studies have revealed that school-related concerns have troubled many Taiwanese adolescents (Chen, 2006; Liu, 2004; Ou, 2012; Tung, 2018; Wang, 2007). The ability to adjust in the new school environment increases the chance of successfully entering the emerging adulthood. Furthermore, school maladjustment increases the risk of dropout, mental health problems, and/or misbehaviors (King, 2003; Henry et al., 2009; Maynard et al., 2015). Studies have revealed that parental and peer attachment (Al-Yagon et al., 2016; Laible et al., 2000; Lim & Lee, 2017), active coping (Lu, 2014; Merlo & Lakey, 2007), and the level of mental health in the past (Bond et al., 2007; Duchesne & Ratelle, 2014) significantly contribute to adolescent school adjustment. However, most previous studies have adopted a cross-sectional design and have overlooked variables when considering the effect of time on adjustment. This study adopted a longitudinal panel design approach. The author intended to examine the predicting effects of parental attachment and depression at 9<sup>th</sup> grade as well as the effects of peer attachment and active coping strategies at 10<sup>th</sup> grade on adolescents' school adjustment. Specifically, this study aimed to (1) examine the relationship between parental attachment and peer attachment and (2) explore predicting factors for adolescent school adjustment during their transition from a junior high school to a senior high school, a vocational school, or a junior college. Of the sample of 229 adolescents, 161 (70.3%) were girls and 68 (29.7%) were boys. Except 11 participants who did not report their age, the mean age of the rest of the participants was 16.38 years (range = 15.75–17.75 years,  $SD = 0.33$ ). Furthermore, 104 (45.4%) participants attended a senior high school, 82 (35.8%) were from a vocational school, and 42 (18.3%) were from a junior college, a comprehensive high school, or other types of schools. The Relationship Structure Questionnaire-Chinese (RSQ-C; Wang & Neville, 2006), Coping Strategies Scale-Chinese (CSS-C; Ji, 2002), Adolescents' Behavioral Disturbance Scale-Chinese (ABDS-C; Lin, 2002), Adolescent Depression Scale (ADS; John Tung Foundation, n.d.), and a demographic questionnaire were administered. The Cronbach's alpha coefficients of these scales were above .73. Participants completed the surveys twice. Participants' levels of attachment anxiety and attachment avoidance toward their mother and toward their father as well as levels of depression were assessed when they were in the 9th grade. Thereafter, participants' levels of attachment anxiety and attachment avoidance toward their best friend and levels

of using active coping strategies were assessed one year later when they entered the 10th grade. These eight variables served as predictors, and participants' levels of school life disturbance in the 10th grade served as the criterion variable. Furthermore, the Pearson product-moment correlation and the stepwise multiple regression analysis were performed to test the research hypotheses. The study findings indicated that adolescents' levels of attachment anxiety toward mother and father (Time 1) significantly related to attachment anxiety toward the best friends (Time 2) ( $r = .39, .32, p < .01$ ) and attachment avoidance toward the best friends (Time 2) ( $r = .15, .14, p < .05$ ). Moreover, higher levels of attachment avoidance and attachment anxiety toward parents were associated with higher levels of depression (Time 1) ( $r = .33, .17, .35, .20, p < .01$ ). In addition, depression (Time 1), attachment anxiety toward the best friend (Time 2), and use of active coping strategies (Time 2) significantly predicted adolescents' school life disturbance (Time 2) ( $\beta = .21, .22, -.34, p < .001$ ) ( $F = 29.86, p < .001$ ). The cumulative explained variance of these three variables on adolescents' school life disturbance was 29%. Surprisingly, two dimensions of attachment toward mother and father (Time 1) were not significant predictors of school life disturbance (Time 2). Furthermore, attachment avoidance toward both parents (Time 1) was not related to two dimensions of attachment toward the best friends (Time 2). Consistent with the literature, this study supports that prior mental health status significantly predicts adolescent school adjustment. It is hypothesized that adolescents with high levels of depressive mood in 9th grade may show deficits in executive function and attention. They may also become socially withdrawing. These cognitive and interpersonal difficulties hinder their abilities of handling academic challenges and seeking social support in the new school environment, thereby leading to school life disturbance. Additionally, the findings support the differential effects of two dimensions of peer attachment on adolescent school adjustment. Although attachment anxiety toward the best friend significantly predicts school life disturbance, attachment avoidance toward the best friend does not. Earlier studies have mostly examined the effects of peer attachment on adolescents' negative emotion. Studies exploring the influences of peer attachment on adolescents' school adjustment have been inadequate. Accordingly, this study added evidence to the current literature concerning impacts of peer attachment on adolescent school adjustment. This study did not find attachment avoidance toward the best friend to significantly predict school adjustment. This may be because Taiwanese adolescents' interpersonal interactions with others are guided by cultural rules and based on types of interpersonal relationship. Therefore, although adolescents may request assistance from friends, when encountering real difficulties, they still seek help from parents and siblings instead of friends as kinship is stronger than friendship. The author assumed that restraining from requesting support from friends reduces the influence of attachment avoidance toward the best friend on adolescents' school life disturbance. Finally, the most significant predictor is active coping strategy. This result echoes the findings of previous studies regarding the influence of coping on individual adjustment. When adolescents actively adopt a problem-focused coping strategy to address issues arising during the process of adjusting to the new school environment, their levels of school life disturbance are expected to be low. Unexpectedly, two dimensions of parental attachment in the 9th grade did not significantly predict adolescents' school maladjustment in the 10th grade. As adolescents get older, peer attachment plays a more important role in individuals' adjustment than parental attachment. Furthermore, peer attachment exerts higher levels of influences than parental attachment. The reason may be that parental attachment was measured in the 9th grade and was significantly related to depressive mood, attachment anxiety toward the best friends, and active coping. These three variables significantly predicted adolescent school life disturbance. In stepwise multiple regression, the variable was excluded from the final prediction model for not adding more explained variance to the criterion variable. Further studies are required to provide evidences on these postulations. The study findings highlight the influence of prior depressive mood, attachment anxiety toward the best friend, and active coping on adolescent school adjustment. Based on these findings, the researcher recommends intervention programs for teaching active coping strategy and for facilitating peer relationships for 10th graders.

In addition, an emotion management program is essential to prevent depression among 9th graders. These measures may alleviate adolescents' distress caused by the transition to a new school environment.

*Keywords:* parental attachment, peer relationship, coping, depression, school adjustment

