

技職大學生自卑感受之分析研究

鄭芬蘭

國立屏東科技大學幼兒保育系

本研究採調查研究，以叢集抽樣選取台灣地區技職幼保系大學生 837 位進行迴歸分析，並針對不同自卑傾向組 257 位受試進行差異考驗，以確認技職幼保系大學生自卑感受的有效預測因素與確認正確分類的程度。藉以探究上述受試在自卑感受、因應策略與生活適應的關係，並進一步瞭解與預測技職大學生自卑感受心理輔導的實務應用問題。研究結果發現，高自卑傾向組在因應策略與生活適應的各個向度，均比低自卑傾向組顯著的差，並有較高的逃避導向。以逐步迴歸確認自卑感受的有效預測變項包括，情緒穩定、專業自尊、尋求支持、情緒與問題逃避、認知調適與問題解決等，而其中情緒穩定是最關鍵因素。再者，本研究之羅吉式迴歸預測模式與觀察資料可以適配。歸納上述迴歸分析顯示，尋求支持、情緒穩定與專業自尊的預測效果最佳。爾後，本研究結果可以提供技職教育輔導實務之參考，未來亦可運用不同研究取向作深入探究。

關鍵詞：自卑感受、因應策略、生活適應、迴歸模式

緒論

技職教育長期以來所培育的人力，已經成為社會經濟發展的重要基礎(陳麗幸，民 88)，而隨著最近幾年高職、專科、技術學院到科技大學所形成的教育體制建構完成，終身學習管道非但已經漸趨健全與暢通(李隆盛，民 88；黃政傑，民 89；張鈿富，民 89；羅清水，民 88)，也具有滿足個人對潛能發展的期望，並同時發揮勞動市場對人力素質的需求(戴文雄等，民 88)。事實上，近年來技職院校師生共同努力所建立起來的專業形象，也已經逐漸獲得認同，並達到改變社會大眾對技職教育刻板印象的功能(陳文媛，民 90；張天津，民 90)。為因應高教市場的變遷與調整，技職教育業已逐漸朝精緻化與多元化發展(鍾瑞國等，民 89)，並採取更為彈性的經營策略，以維持競爭利基(洪良德等，民 89；張仁家，民 90)，因而在升學管道、科系設備、師資課程等方面，均有顯著的

提昇與改善(林俊彥，民 88；江文雄，民 88；黃政傑，民 89；鍾瑞國等，民 89)。

然而，隨者技職教育的蓬勃快速發展，以往就已經存在的問題仍然未能獲得解決。這些問題包括國中畢業生並非以技職學校為優先選擇，畢業後的社會地位、收入以及發展前景也與一般大學畢業生有明顯差距，以及職業證照並未真正落實，使得技職畢業生並未真正受到肯定等，均造成技職教育為次等選擇的感覺(王永慶，民 86；黃政傑，民 88)。因而，許多技職學生大都有負向的情緒感受，並普遍有自信心不足的現象(鄭芬蘭，民 88，民 89)。

進一步檢視技職學生的負向情緒，也就是對自我持消極態度，不滿意自己既有的條件，覺得自己沒有價值，無法自我肯定並缺乏自信，進而形成對環境缺乏安全感(張春興，民

78)。根據鄭芬蘭(民 89)的研究發現，技職大學生產生負向自卑感受的主要因素包括對能力、家庭、外表、年齡、身份與個性的負向認知，其中又以「對能力的負向認知」最為普遍，並且顯示在未能考上好學校、能力不如人、學歷不如人、能力不受重視等項目，其它則較為分歧有較大的個別差異。

為探究自卑感受對生活適應的影響，王慶福(民 82)研究醫學院學生自我概念發現，情緒穩定與自卑感呈現出負相關的現象。林杏足(民 86)也指出，自卑感屬於負向情緒範疇，並與低自尊、低自我價值感有密切關係(Roberts, et al., 1996)與自尊的重要指標(賴保禎，民 84；潘秀貞，民 86)。

若以個體自卑感受心路歷程觀察，包括有誘發因素、情緒感受、因應策略以及對後續情緒穩定、社會興趣、專業自尊等方面的影響，亦值得留意(林杏足，民 86；張京隸等，民 85；潘秀貞，民 86；鄭芬蘭，民 89；Lundin, 1989)，如因應得當，則有助於心理健康與生活適應能力的提昇。

再者，近年來教育當局努力解決，國內技職教育環境所存在的相關問題(吳清基，民 85；林俊彥，民 88)。所以除暢通升學進路之外，對技職大學生在生活適應的輔導品質也有待提昇(林瑞花，民 89；葉眉君，民 89；鍾志超，民 89)。唯有如此，技職教育才可以培育出更能符合業界需求的專業技術人員(陳建州，民 87；巫銘昌，民 89)。

因此，關於技職學生自卑感受的心路歷程，不管是理論著眼或是強調實務應用，都是很重要的研究主題。所以，本研究擬以技職學生為研究對象，探究不同自卑傾向的學生在技職教育環境裡，當面對自卑情境時，其因應策略與生活適應是否有差異？並進一步釐清自卑感受的有效預測變項為何？進而期望研究結果能針對技職教育的輔導實務，提供建設性建議，以提昇其工作績效，並為自卑感受之因果關係研究，提供實證觀察資料以供遵循。

一、歸納上述的研究動機，本研究的目的為：

- (一)比較不同自卑傾向的技職幼保系大學生在自卑感受相關變項之差異。
- (二)確認技職幼保系大學生自卑感受的有效預測因素及正確分類的程度。

二、基於上述研究目的，提出下列主要研究問題：

- (一)不同自卑傾向的技職幼保系大學生在自卑感受相關變項的差異為何？
- (二)確認技職幼保系大學生自卑感受的有效預測因素及正確分類的程度為何？

三、研究假設

- (一)低自卑傾向組在問題解決導向因應策略分量表之得分高於高自卑傾向組。
- (二)低自卑傾向組在情感導向之情感調適、尋求支持等因應策略分量表之得分高於高自卑傾向組。
- (三)低自卑傾向組在逃避導向之情緒與問題逃避分量表之得分高於低自卑傾向組。
- (四)低自卑傾向組在生活適應之情緒穩定、社會興趣、專業自尊等分量表之得分高於高自卑傾向組。
- (五)技職幼保系大學生自卑感受的九個變項有相關存在。
- (六)藉逐步迴歸分析，上述變項能有效的預測技職幼保系大學生之自卑感受。
- (七)藉邏吉式迴歸分析，上述變項能針對技職幼保系大學生之自卑感受做正確分類。

文獻探討

本文旨在探究技職大學生自卑感受等相關議題，以下就(1)自卑感受的研究背景，(2)自卑感受對生活適應的影響，(3)補償措施與因應策略，(4)技職教育的現況與超越自卑等層面加以論述，以作為本研究的理論基礎。

一、自卑感受的研究背景

有關自卑議題的研究，Adler(1907)從自卑、補償作用、社會興趣等為核心概念探討個體心理，並針對自卑產生之主、客觀因素，如身體器官的缺陷、孩童階段的依賴與無助，為思考主軸，然後逐漸擴及長大後來自社會環境的挫折、無奈與發展限制等現象(Sweeney, 1998)。以往研究多數認為自卑感受是普遍且正常的現象，但近年來許多學者則有進一步的看法，提出個體主觀認定與實際現況間落差的問題(Manaster & Corsini, 1982)，並從自卑感主要源自於沒有能力處理外在環境，探討因此而導致之無助、缺乏能力自信以及不能掌控相關因素(Lundin, 1989)。事實上，在 Adler 的研究中，就已經注意到個體在產生自卑感受時，會採取補償措施並進而追求卓越(striving for superiority)或是追求權勢(will for power)，以突破與超越自卑心理困境，藉以彌補因失敗而喪失的自尊與自信(張春興, 民 78; Lundin, 1989)的作法。因有此調整機制，許多個體人格狀態才能轉變為具獨立成熟、生產力、且能適應社會環境的能力(Manaster & Corsini, 1982)。從積極面來看，適當的個體補償行為，可將自卑感轉化為激發追求卓越的成長動力(growth force)，有助於對人格的正向發展。

近年來，以 Adler 論點為基礎，有許多學者從不同層面探討並驗證社會興趣(social interest)對生活適應的重要性。Manaster 等(1982)以個體為超越自卑並積極追求生活目標為議題，研究思考自身行為與他人相處的高社會興趣人格傾向，也就是 Adler 所謂的快樂人格類型(sanguine or cheerful personality)。

Lundin (1989)和 Miranda & Umboefer(1998)進一步闡述此種類型個體較能欣賞並重視快樂生活層面，自卑感受與憂鬱情緒也相對較低。基本上，兒童時期的社會興趣，會隨著年齡成長轉為追求職業生涯的滿意度與成就感(Behrens, 1995)。因此，社會興趣是與生俱來的心理傾向，並在社會環境(social context)互動下，發揮自己才能的一種表現。若能克服自卑，非但對自身有益，也會有助於良好人際關係的建立，Lundin(1989)因而認為社會興趣是良好適應的先行指標。

二、自卑感受對生活適應的影響

事實上，學者也注意到自卑感受的負面影響，因為個體處在自卑困境時，情緒會因此不穩定並且是低自尊的來源(林杏足, 民 86; 賴保禎, 民 84; Roberts, et al., 1996)。潘秀貞(民 86)的研究進一步指出，大學生面對自卑事件時，情緒會有傷痛、擔憂、自我指責、羞愧等負向感受；陳若璋等(民 76)的研究則發現，內射型憂鬱症的大學生有強烈自卑感，常覺得自己一無是處。另外，憂鬱情緒則常與青少年的偏差行為有相當密切關聯(陳杏容, 民 90)。王琇慧等(民 83)更指出，自卑感在婚姻與家庭解體過程中，經常是扮演著關鍵性因素。最近的國外研究也顯示，自卑感受會誘發青少年的攻擊行為(Smith et al 1999)。

針對文化背景不同、離鄉背井、生活習慣、經濟壓力等因素，張京隸等(民 85)多年前研究發現，會因此而誘發原住民學生在人際與課業上的自卑感。謝琇玲(民 88)在隨後以大學生自我概念、情緒穩定與學習適應的研究，也獲得類似結論。兩項研究均認為，提供學生在課業、生活與心理更多的支持與輔導，有助於情緒的舒緩與問題解決。

針對負向情緒問題，國外 Lazarus(1991)認為妥善處理對自卑感受有降低作用。另外，林杏足(民 86)、賴保禎(民 84)、王琇慧等(民 83)、Leith &

Baumeister(1996)、Monteiro et al(1985)從長期負向情緒與社會功能正常運作間的關係，探討自我概念、工作表現、問題解決能力、人際關係與家庭生活等問題，獲得妥善因應自卑感受有助於個體生活適應的結論。

三、補償措施與因應策略

近年來，學者不再侷限於自卑感受與補償措施，Adler 諮商派典嘗試朝以問題解決為導向(solution-focused)發展(LaFountain & Garner, 1998)，並擴及因應策略如何有效突破特定的心理困境問題(沈明茹，民 87；蔡玉青，民 87；薛雪萍，民 89；許文甄，民 90；簡靜怡，民 91；Feenstra et al., 2001；Plunkett et al., 2000；Seiffge-Krenke, 2000)。所謂因應策略，係指個體整合各種資源，以之作為處理內、外在問題的各种方法(Lazarus, 1991)。對此，Folkman 和 Lazarus(1988)認為因應策略包括問題解決與情緒宣洩導向，Endler & Parker(1990)則分為任務導向、情緒導向與逃避導向等。其中逃避導向屬於較負面的因應方式，問題解決導向相對積極，情緒導向則經常誘發更多問題。雷若莉等(民 89)研究也指出，當今護理學生面對壓力的因應行為分為：(1)問題導向，例如自己解決問題、尋求社會支援、企圖協調改變與建立原則等。(2)情緒導向，包括逃避事實、壓抑控制、語言發洩與調整情緒等。

Stanton et al(1994)探討情緒導向因應策略是否會導致心理不適應的結果指出，情緒因應策略涉及情緒感受與情緒表達，在特定情況下，適當情緒表達與調適對個體會有幫助。張高賓(民 89)認為，引導兒童作適當的情緒宣洩，有情緒穩定、社會適應與心理功能發展的效果。在 Feenstra et al (2001)和 Printz et al(1999)以青少年、大學生為對象的研究，也獲得類似結果，與 Endler & Parker(1990)看法有差異。此外 Nonis et al(1998)的研究發現：因應策略能有效的降低大學生的壓力並提高專業自尊、問題解決能力以及自我控制感。因此，無論正向或是負向情緒，個體透過

內在的認知評估，瞭解現有資源，再採取適當因應策略才是克服自卑等心理困境的關鍵所在。

綜合來說，因應策略可概分為三個導向：

- 1.問題解決導向：強調認知思考的重整，並配合具體行動解決問題，有認知調適與問題解決策略。
- 2.情緒導向：注意到情緒紓解與調適，如情緒調適與尋求支持策略。
- 3.逃避導向：逃避自卑情境所引發的問題與情緒，包括情緒與問題逃避兩類。

四、技職教育現況與超越自卑

國內技職教育長期以來因存在著許多主客觀問題(吳清基，民 85；林俊彥，民 88)，使得技職學生普遍有信心不足等負向情緒(鄭芬蘭，民 89)，與當今業界需要更敬業、更健康、更富敬業精神的專業人才的要求尚有差距(陳建州，民 87；巫銘昌，民 89)。此研究結果顯示出，近年來在暢通升學管道的努力過程中，對技職大學生在生活適應輔導有關注不足的情形(林瑞花，民 89；葉眉君，民 89；鍾志超，民 89)。因此，技職大學生自卑心理的克服，要從個體採取積極的因應策略歷程中，培養其提升自尊與自信。具體內涵則應包括積極的認知調整、自我激勵、情緒調適與宣洩、解決問題、他人或同儕的支持與鼓勵、社團活動參與增進人際支援網路等(鄭芬蘭，民 89)。因此學者強調，如何提昇個體對問題的因應能力，將是突破困境超越自卑建立自尊、自信的關鍵輔導措施(王琇慧等，民 83；沈明茹，民 87，蔡玉青，民 87；薛雪萍，民 89；許文甄，民 90；簡靜怡，民 91；Feenstra et al., 2001；Leith & Baumeister, 1996；Monteiro et al., 1985；Plunkett et al., 2000；Seiffge-Krenke, 2000)。

為驗證自卑對個體的負向影響，以及補償措施或因應策略、社會環境等因素，對超越自卑等助益程度。鄭芬蘭(民 88，民 89)以技職大學生為對象，進一步比較克服自卑前、後的研究發現，當個體產生自卑時，顯示出下列負面情緒感受(1)對自己不滿意、

失望、丟臉、生氣、挫折、無力感、鬱悶、痛苦等；(2)對外則呈現出感覺被瞧不起、羨慕他人、不確定感、壓力、緊張與逃避等。若能有效克服，則會有下列改變：

- 1.增進自信心，個體對自己有信心、可以控制、我不是不錯的。
- 2.正向情緒感受，個體覺得心情愉快、情緒穩定、被重視的正向壓力等。
- 3.人格特質的改變，個體覺得自己的個性變得更開朗與更有彈性。
- 4.人際關係的改善，重要他人對自己有信心、改善與重要他人的關係等，能積極面對問題、開闊視野與勇於嘗試。

因此，在克服自卑心理歷程中，不僅需要個體有內發的自我調整能力，社會或外在支援也是重要的因素。例如就重要他人而言，母親支持就有助於其社會能力發展(Booth et al., 1999)，並能促進青少年角色認同與降低偏差行爲(Ford, 1996)。教師的回饋與支持，並營造追求卓越的教學環境，則是建立大學生學業成就、學習興趣的重要因素，同時對因應課業壓力有正向助益(林素卿，民 89；傅木龍，民 89；鄭芬蘭，民 89；Murray-Harvey et al., 2000, Schwarzer, 2000; Welch & Hodges, 1991; Yeung & McInerney, 1999)。另外，DuBois et al(1998)、Heatherton & Polivy(1991)、

Hamilton & Oswalt(1998)、Leondari et al(1998)等研究也指出，他人的善意回饋，能促進個體的自尊、情緒穩定程度、積極的人際互動等，同時高自尊學生的學業成就、堅持程度與學習適應都比較好。

就社團活動而言，亦提供參與協調、挑戰突破的成就感等正向的學習經驗(林炎旦，民 88；McNutt, 1994)。因此，承上述，適當的情感支持、激發追求卓越動機、採取適當的因應策略等，都是協助個體克服自卑的重要輔導措施。而克服自卑感受後，則有利於發展更具創造性的人格類型，並增進個體的身心健康(黃進南，民 89；侯素棉，民 83；鄭芬蘭，民 89；Booth et al., 1998; Lundin, 1989; Nonis et al., 1998)。

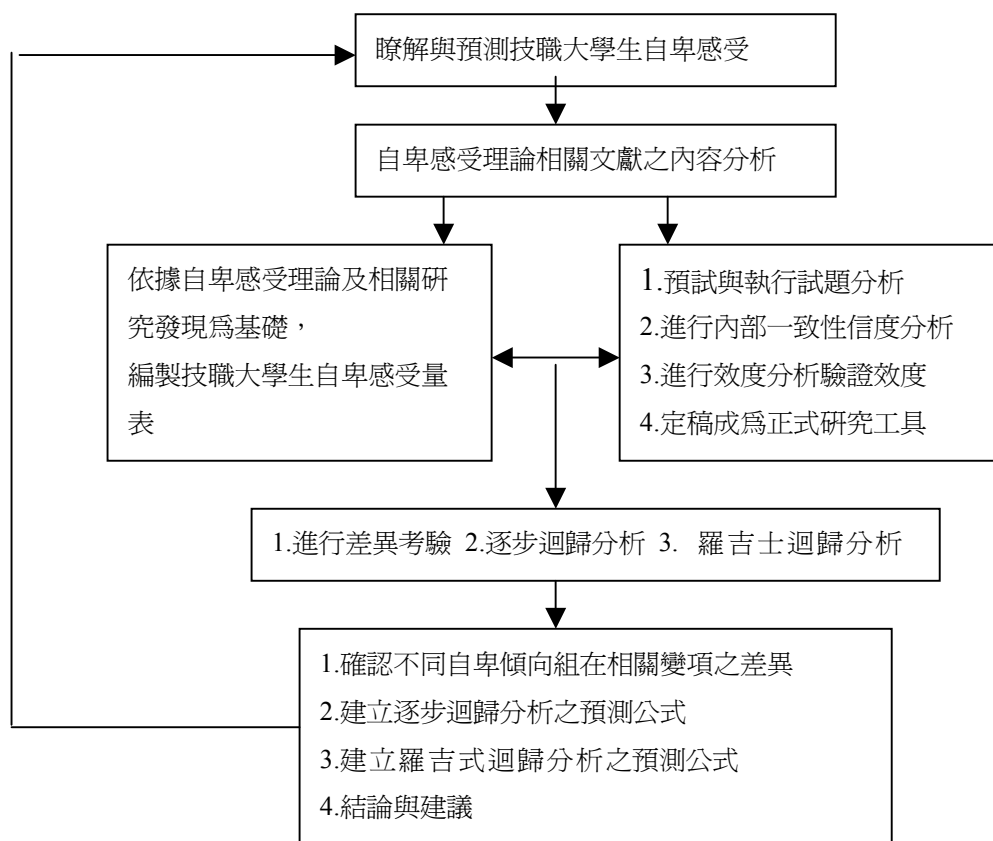
綜合上述，自卑感受雖是負向情緒，如果因應得當，則自卑感亦具有激發個體向上的積極功能，即使危機也可轉為成長契機。因此，基於技職學生對心理輔導的殷切需求，故本研究以自卑感受相關理論為基礎，並以因應策略、情緒穩定、社會興趣與專業自尊等作為觀察指標，進一步探究不同自卑傾向者在技職教育環境生活適應的差異向度，以及釐清自卑感受的有效預測變項。期望研究結果能針對技職輔導措施，提供更具體的遵循方向，以協助個體在技職大專環境有更好的生活適應。

研究方法

本研究以技職大學生自卑感受量表為評量工具，並以全國幼保系為研究對象，旨在瞭解與預測技職幼保系大學生的自卑感受，以作為未來技職大學生學習、生活與心理輔導之參考。研究設計、研究對象等說明如下文。

本研究採調查研究法，以探討不同自卑傾向的技職大學生在自卑感受相關變項之差異，並以逐步迴歸與羅吉式迴歸分析，建構自卑感受之迴歸預測公式。有關整體的研究流程參閱圖一。

一、研究設計

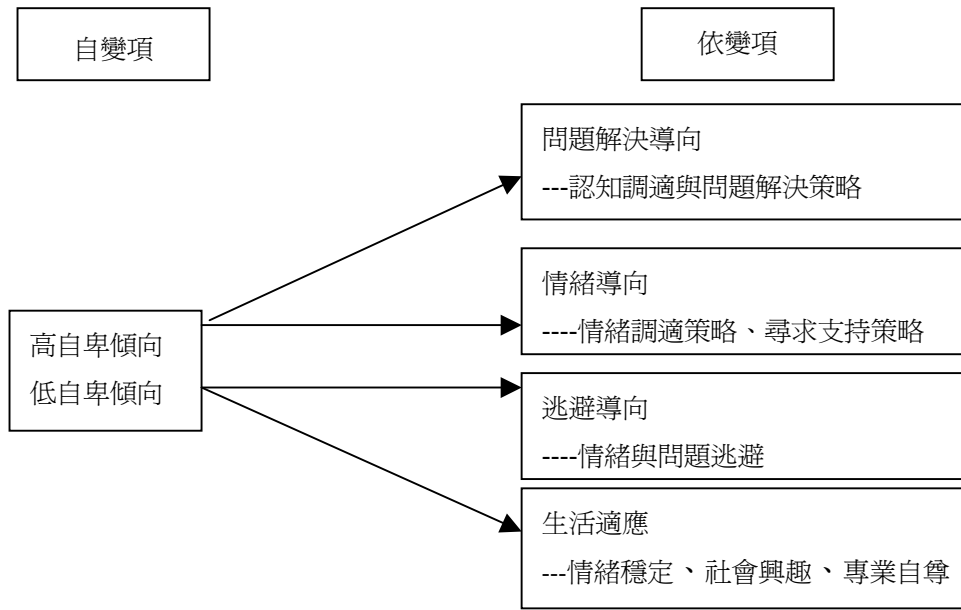


圖一 技職大學生自卑感受之研究流程

(一)不同自卑傾向組的差異考驗(參閱圖二)

自卑感受原是很正常的現象，但心路歷程有其普遍性與個別差異性。所以研究設計要釐清「差異的向

度為何」。藉由實證觀察資料，檢視不同自卑傾向的技職大學生的差異向度，進而作為輔導實務工作之具體參考。



圖二 不同自卑傾向組在相關變項之差異考驗

1. 自變項，以全部受試 837 在技職大學生自卑感受分量表的得分為依據(包括自卑知覺與自卑情緒)，其平均數為 76.88，標準差為 13.20，凡低於平均數一個標準差即是高自卑傾向組，受試者有較高的自卑感受傾向。高於平均數一個標準差即是低自卑傾向組，個體知覺到較少的自卑情緒。
2. 依變項，包括問題解決導向(認知調適與問題解決策略)、情緒導向(情緒調適策略、尋求支持策略)、逃避導向(情緒與問題逃避)、生活適應(情緒穩定、社會興趣、專業自尊)等變項。

(二)建立自卑感受之預測公式

鄭芬蘭(民 89)採質化研究分析自卑感受的心路歷程，並歸納自卑感受的重要向度。因此，本研究進一步以量化研究，擬建立自卑感受的預測公式。其中，以自卑感受為效標變項，並以問題解決導向(認知調適與問題解決策略)、情緒導向(情緒調適策略、

尋求支持策略)、逃避導向(情緒與問題逃避)、生活適應(情緒穩定、社會興趣、專業自尊)等為預測變項，藉以確認有效預測自卑感受的變項，並作為後續驗證性分析的依據。亦即，研究設計重點在探究，自卑感受的有效預測變項是什麼？

二、研究對象

本研究以叢集抽樣選取研究對象(參閱表一)。

1. 首先，以屏東科技大學、輔英技術學院、美和技術學院等院校的幼保系學生進行預試、信度與效度分析，得有效樣本 263 名。
2. 其次，在建立預測公式部分，則選自北、中、南、東等技職幼保系大學生 837 位受試為樣本，進行逐步迴歸分析，以確認自卑感受的有效預測變項。
3. 另外，針對不同自卑傾向組共 257 位受試，考驗其自卑相關變項的差異情形。再以上述之 257 位受試，進行羅吉式迴歸分析，測試自卑感受的正確分類的程度。

表一 研究受試配當表

預試分析	屏東科技大學	90 ^{註1}			
	輔英技術學院	88			
	美和技術學院	85			合計 263
差異比較研究	高自卑傾向組	134	低自卑傾向組	123	合計 257
	羅吉式迴歸分析	高自卑傾向組	134	低自卑傾向組	123
迴歸預測研究	慈濟技術學院	86	朝陽科技大學	108	
	台北護理學院	84	嘉南藥理科大	108	
	明新技術學院	95	樹德科技大學	102	
	弘光技術學院	90	屏東科技大學	76 ^{註2}	
	正修技術學院	88			合計 837

註：1. 受試是指屏東科技大學：89 學年度幼三、幼四的學生

2. 受試是指屏東科技大學：89 學年度幼一、進二的學生

三、研究工具

研究者依據心理計量程序，編制「技職大學生自卑感受量表」，作為本研究之評量工具，茲說明如下。

(一)編製量表

1. 自卑感受：研究者統整鄭芬蘭(民 89)、潘秀貞(民 86)、Manaster & Corsini(1982)、Lundin(1989)等，有關 Adler 個體心理學自卑感受的研究為基礎，編擬自卑感受分量表。包括自卑知覺與自卑情緒等因素，藉此測量受試者的自卑感受。
2. 因應策略：研究者參考文獻，將因應策略分為問題解決、情感導向與逃避導向等向度，進而編擬因應策略預試量表(鄧柑謀，民 79；謝琇玲，民 79；林思妙，民 82；蔣桂嫻，民 82；李坤崇，民 84；郭丁熒，民 88；鄭芬蘭，民 89；Endler & Parker, 1990; Folkman & Lazarus, 1988; Stanton et al., 1994)。
3. 生活適應：研究者認為大學生的生活適應的觀察指標包括：情緒穩定、社會興趣與專業自尊。編製量表部分：(1)情緒穩定，採用賴氏

性格量表之情緒穩定分量表(賴保禎，民 84)。(2)社會興趣分量表，統整阿德勒之社會興趣理論(Lundin, 1989；嚴裕峰，民 82)。(3)專業自尊分量表，依據林杏足(民 86)與Heatherton & Polivy(1991)之研究結果編擬。上述旨在測量受試者的情緒穩定、社會興趣與專業自尊，分數愈高代表情緒穩定、社會興趣與專業自尊均愈高。

(二)預試與計分

請測驗專家針對初稿進行審閱與修辭，使量表內容更流暢易懂。隨後進行預試，並根據試題分析結果篩選試題，淘汰臨界比(critical ratio, CR) 3.00 以下，以及點二系列相關在 0.3 以下的試題。本量表採李克特式五點量表，選項依序是，非常不符合、大部分不符合、中等符合、大部分符合、非常符合。計分方式為，正向題選 1 得一分、2 得二分、3 得三分、4 得四分、5 得五分，反向題計分則相反之。

(三)信度分析與效度分析

預試試題計有 123 題，經試題分析結果保留 83 題，包括自卑感受、問題解決導向、情感導向、

逃避導向與生活適應等五個向度九個分量表。由表二結果顯示：各分量表之內部一致性 Cronbach α 自 .6259 至 .9345，除了自卑知覺分量表(.6259)稍弱之外，其餘的八個分量表內部一致性均相當良好，故本研究工具有不錯的信度水準。

在效度分析上：採因素分析法進行斜交轉軸以考驗量表的建構效度。刪除因素負荷量小於 .30，以及因素混淆不清的題目。經因素分析的檢視與調整，試題內容與量表命名均符合相關文獻，故本研究工具的效度尚稱良好。量表內容包括：

- 1.自卑感受：包括自卑知覺與自卑情緒兩個分量表，旨在測量自卑感受的知覺程度，分數愈高代表受試者的自卑知覺與情緒反應就愈低。
- 2.問題解決導向：認知調適與問題解決策略合併成一個分量表，分數愈高代表受試者面對自卑情境時，愈懂得認知調適並會設法解決問題。
- 3.情緒導向：包括情緒調適與尋求支持策略等分量表，旨在測量受試者面對自卑情境時，其情緒調適與尋求社會支持策略的使用情況。
- 4.逃避導向：包括情緒與問題逃避，旨在測量受試者面對自卑情境的逃避傾向，分數愈高代表受試的逃避傾向就愈低。
- 5.生活適應：檢測受試在技職教育環境生活適應情形，包括情緒穩定、社會興趣與專業自尊等，分數愈高代表受試者的生活習適應愈良好。

表二 技職大學生自卑感受量表之信度與效度分析摘要表

量表名稱	修訂後問卷題數	Cronbach α	特徵值	解釋變異量%
一、 自卑感受				43.147
自卑知覺分量表	7	.6259	1.807	7.529
自卑情緒分量表	15	.9368	8.548	35.618
二、 問題解決導向因應策略				※57.930
認知調適與問題解決策略分量表	13	.9332	6.835	52.850
三、 情感導向導向因應策略				46.205
情感導向因應策略分量表	7	.8637	4.417	33.977
尋求支持因應策略分量表	6	.7854	1.590	12.228
四、 逃避導向導向因應				※37.638
問題與情緒逃避分量表	9	.8071	3.168	28.803
五、 生活適應				#54.607
情緒穩定分量表	10	.9345	5.994	66.5
社會興趣分量表	10	.9160	7.880	43.776
專業自尊分量表	6	.8746	1.960	10.831
全量表	83			

註明 (1) ※代表兩個因素合併成一個分量表，故累積變異量大於單一因素。

(2) #生活適應的變異量是社會興趣與專業自尊的總合，不含情緒穩定分量表的變異量。

(3) 情緒穩定採自賴保禎(民84)之量表，在取得同意函之後，重新以技職院校的受試進行試題、信度與效分析，才成為正式的研究工具。

四、研究程序

首先收集相關文獻並進行內容歸納分析。其次，參考相關文獻編擬量表，經過試題分析、信度分析、效度分析才成為研究工具。而抽樣施測包括台灣北、中、南、東等地區設有幼保系的技職大專院校。另外，

研究者撰寫施測指導語，讓施測教師有共同的程序可供遵循。隨後進行正式施測事宜，包括行政協調、分區抽樣、執行施測等，最後進行資料之統計分析。

五、資料處理

(一)以獨立樣本 t 檢定，考驗不同自卑傾向組在「技職幼保系大學生自卑感受量表」的得

分，是否有差異存在。

(二)以逐步迴歸分析與羅吉式迴歸分析，分別建立「技職幼保系大學生自卑感受」的預測公式，以及檢視正確分類的程度。

(三)本研究統計考驗水準為 $\alpha = .05$ 。

結果與分析

本研究以技職幼保系大學生為測試對象，並根據調查資料進行獨立樣本 t 檢定、逐步迴歸與羅吉式迴歸分析等，以下針對結果做進一步的分析討論。

一、不同自卑傾向組差異考驗之結果與分析

(一)問題解決導向因應策略

由表三顯示：低自卑傾向組在「認知調適與問題解決因應策略」之得分，顯著高於「高自卑傾向組」

($t = -11.76, P < .01$)，故假設一獲得支持。可見，高自卑傾向組受試在面對自卑情境時，對於認知調適與問題解決策略的使用情形較差。而先前的研究指出：高自卑傾向者有較多的負向情緒，以及採取比較消極的因應策略，而低自卑傾向者則經常採用較積極的策略，因此研究結果支持學者的相關論點(潘秀貞，民 86；鄭芬蘭，民 89；Endler & Parker, 1990；Folkman & Lazarus, 1988；Lazarus, 1991；LaFountain & Garner, 1998)。

表三 受試者在認知調適與問題解決因應策略 t 考驗摘要表

不同自卑傾向	人數	平均數	標準差	t 值
高自卑傾向組	134	39.69	8.13	-11.76**
低自卑傾向組	123	52.63	9.49	

** $P < .01$

(二)情感導向因應策略

由表四、五得知：受試者於情感導向之「情感調適因應策略」與「尋求支持因應策略」，低自卑傾向組的得分顯著高於高自卑傾向組($t = -6.04, t = -12.08, P < .01$)，因此假設二獲得支持。此結果顯示，在面對自卑情境時，高自卑傾向組在情感調適與尋求支持策略的情形，其表現比低自卑傾向組遜色。探究其可能原因是：高自卑傾向者對於情感調適

的彈性較差，甚至受非理性信念影響而有所偏頗，以至於未能做適當而即時的情緒紓解(潘秀貞，民 86；鄭芬蘭，民 88，民 89)。因此，本研究結果的支持，低自卑傾向的個體在情感調適與尋求支持策略的使用情形較佳的結論(許文甄，民 90；張高賓，民 89；蔡玉青，民 87；薛雪萍，民 89；Feenstra et al., 2001；Monteiro et al., 1985；Plunkett et al., 2000)。

表四 受試者在情感調適因應策略 t 考驗摘要表

不同自卑傾向	人數	平均數	標準差	t 值
高自卑傾向組	134	24.32	5.20	-6.04**
低自卑傾向組	123	28.15	4.96	

** $P < .01$

表五 受試者在尋求支持因應策略 t 考驗摘要表

不同自卑傾向	人數	平均數	標準差	t 值
高自卑傾向組	134	17.51	4.46	-12.08**
低自卑傾向組	123	24.14	4.32	

** $P < .01$

(三) 逃避導向因應策略

由表六顯示：低自卑傾向組在「情緒與問題逃避」的得分，顯著高於高自卑傾向組($t = -12.83$, $P < .01$)，所以假設三獲得支持。可見高自卑傾向組表現較多的情緒與問題逃避。進一步分析得知：高自卑傾向者採逃避的因應策略，因此，個體的問題就無法獲得妥當處理，在情緒處理方面亦然，而且也較少對外尋求支援。而學者認為逃避導向屬於比較不妥當

的因應策略，因為其因應行為往往扭曲事實，以維護公眾形象或是個人自尊，並且有較高自我打擊的行為傾向(雷若莉等，民 89; Endler & Parker, 1990; Lazarus, 1991; Leith & Baumeister, 1996)。就輔導的觀點而言，如何輔導高自卑傾向的個體採取較正向的因應策略，應是有效降低自卑感受的重要措施(許維素，民 81; 侯素棉，民 83; 潘秀貞，民 86; 鄭芬蘭，民 89; LaFountain & Garner, 1998)。

表六 受試者在情緒與問題逃避 t 考驗摘要表

不同自卑傾向	人數	平均數	標準差	t 值
高自卑傾向組	134	24.54	5.34	-12.83**
低自卑傾向組	123	33.32	5.61	

** $P < .01$

(四) 生活適應

由表七得知：低自卑傾向組在生活適應「情緒穩定」之得分，顯著高於高自卑傾向組($t = -23.35$, $P < .01$)，顯示高自卑傾向組的情緒穩定度較差。探究高自卑傾向的受試，可能採取逃避的因應方式，較少採取問題解決的因應策略，而其情感調適比較差、也較少對外尋求支持。故實證結果顯示，高自卑傾向組的情緒較不穩定，並與先前的研究發現一致(潘秀貞，民 86; 鄭芬蘭，民 89; Endler & Parker, 1990; Lazarus, 1991)。

在表八社會興趣方面，低自卑傾向組之得分顯著高於高自卑傾向組($t = -5.95$, $P < .01$)。就阿德勒的社會興趣而言，高社會興趣的個體表現較多的負責行為，並較少的自卑感受(鄭芬蘭，民 89; DuBois et al, 1998; Miranda & Umboefer, 1998; Lazarus, 1991; Leondari et al, 1998; Sweeney, 1998; Yeung & McInerney, 1999)。另外，兒童時期的社會興趣，將逐漸轉為追求職業生涯的成就動機(Behrens, 1995)。如此，不僅自己可以從中獲益，同時亦有利於建立友善的人際關係，所

以社會興趣是良好生活適應的重要指標 (Lundin, 1989; Manaster & Corsini, 1982; Schwarzer, 2000)。準此而論，高自卑傾向組表現較低的社會興趣，對其生活適應可能有負面的影響。

在表九專業自尊方面，低自卑傾向組之得分顯著高於高自卑傾向組($t = -9.56, P < .01$)。故結果顯示：高自卑傾向組比低自卑傾向組專業自尊較低，因此對自己比較沒有信心(潘秀貞，民 86；鄭芬蘭，民 89；

Hamilton & Oswalt, 1998; Heatherton & Polivy, 1991; Welch & Hodges, 1991)。

歸納上述，就整體的生活適應而言，假設五獲得本觀察資料的支持。亦即，高自卑傾向組的情緒穩定較差、社會興趣較弱、同時在專業自尊也較低。相對的，低自卑傾向組的情緒較為穩定、社會興趣高、並表現較高的專業自尊。而這些研究成果，與先前學者的相符合，亦即，有關自卑感受及其在相關變項的表現，在技職大學生的研究受試，也得到雷同的結論。

表七 受試者在情緒穩定 t 考驗摘要表

不同自卑傾向	人數	平均數	標準差	t 值
高自卑傾向組	134	21.66	6.85	-23.35**
低自卑傾向組	123	40.72	6.18	

** $P < .01$

表八 受試者在社會興趣 t 考驗摘要表

不同自卑傾向	人數	平均數	標準差	t 值
高自卑傾向組	134	38.13	6.23	-5.95**
低自卑傾向組	123	43.15	7.26	

** $P < .01$

表九 受試者在專業自尊 t 考驗摘要表

不同自卑傾向	人數	平均數	標準差	t 值
高自卑傾向組	134	19.28	4.48	-9.56**
低自卑傾向組	123	24.54	4.32	

** $P < .01$

二、技職幼保系大學生自卑感受之迴歸分析

(一)自卑感受相關變項的相關分析

由表十顯示：除情緒調適、情緒與問題逃避外，效標變項與預測變項之間的相關係數，均達到顯著水準($P < .01$)，所以假設五獲得支持。而此項結果顯示，本觀察資料可以繼續執行後續的迴歸分析。

表十 自卑感受相關變項之積差相關矩陣摘要表

變項名稱	自卑感受	認知與問題解決	情緒調適	尋求支持	情緒與問題逃避	情緒穩定	社會興趣	專業自尊
自卑感受	1.00							
認知與問題解決	.46**	1.00						
情緒調適	.24**	.53**	1.00					
尋求支持	.45**	.49**	.48**	1.00				
情緒與問題逃避	.50**	.30**	.05	.31**	1.00			
情緒穩定	.71**	.34**	.14**	.31**	.54**	1.00		
社會興趣	.25**	.44**	.41**	.42**	.09**	.12**	1.00	
專業自尊	.38**	.62**	.36**	.42**	.20**	.20**	.55**	1.00

** $P < .01$

(二)自卑感受之逐步迴歸分析

自卑感受的預測變項包括：問題導向之認知調適與問題解決策略、情緒導向之情緒調適及尋求支持策略、逃避導向之情緒與問題逃避、生活適應之情緒穩定、社會興趣及專業自尊等，詳細分析如下文。

(1)由表十一顯示：當任兩個預測變項在同一特徵值變異比例都非常接近 1，表示變項之間有共線性的問題。專業自尊在第六個特徵值上之變異數比例為 .70，認知調適與問題解決是 .63，而這兩個變項的相關係數是 .62，所以兩者之間可能有共線性的關係存在，不過第六個特徵值只有 .014 相當的小。檢視其他變項之間則無此現象，此一結果表示，整體模式的共線性問題尚可接受，並不會影響迴歸預測的正確性。

(2)由表十二顯示：由於標準化殘差值大於 1.96，亦即表示有偏離值存在。圖三的垂直軸代表某一組距中，標準化殘差坐落於這個組距範圍內的實際樣本數，所構成的鍾型曲

線。檢視圖三標準化殘差大於 1.96 的次數相對的少，故顯示本預測變項的偏離值並不多。而圖四迴歸標準化殘差常態機率分配，剛好成一條右上到左下的四十五度線，因此表示本研究的樣本觀察值符合常態分配之假設。

(3)由表十三顯示：自卑感受的有效預測變項有：情緒穩定、專業自尊、尋求支持策略、情緒與問題逃避、認知調適與問題解決策略等五個，所以假設六獲得確認。

(4)其中，情緒穩定可解釋變異量達 51%，專業自尊增加 6%，尋求支持策略亦增加 2%。另外，情緒與問題逃避、認知調適與問題解決策略等可增加 1%，故五個變項，合計可以決定技職幼保系大學生自卑感受 60% 的變異量。因此，進一步建立逐步迴歸預測公式如下：

(5)原始分數之預測公式

$$Y_{(\text{自卑感受})} = .87X7_{\text{情緒穩定}} + .40X9_{\text{專業自尊}} + .42X5_{\text{尋求支持}} + .26X6_{\text{情緒與問題逃避}} + .11X3_{\text{認知調適與問題解決}} + 19.28_{\text{常數}}$$

(6)標準化之預測公式

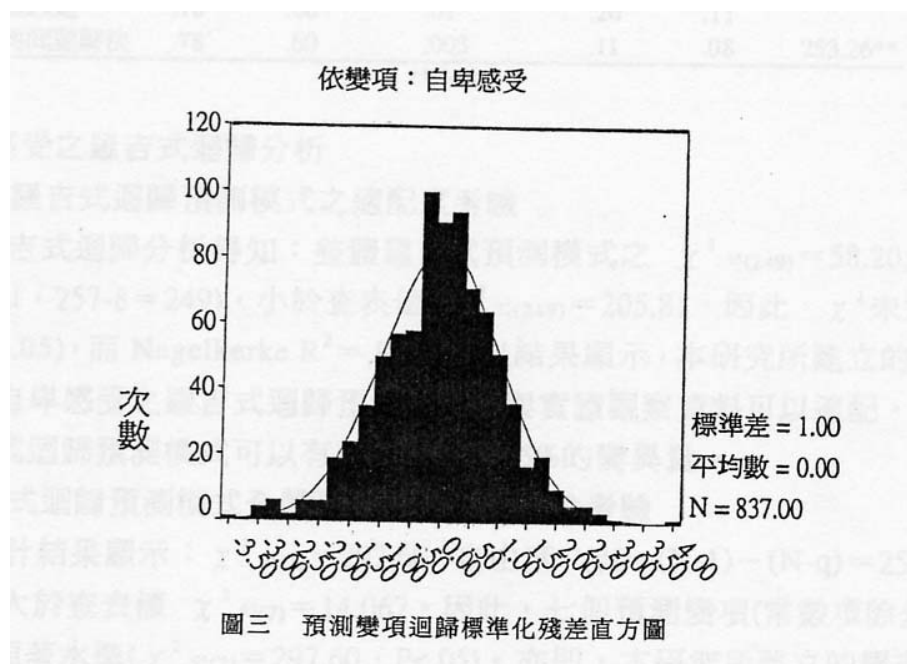
$$Y_{(\text{自卑感受})} = .56X7_{\text{情緒穩定}} + .13X9_{\text{專業自尊}} + .15X5_{\text{尋求支持}} + .11X6_{\text{情緒與問題逃避}} \\ + .08X3_{\text{認知調適與問題解決}}$$

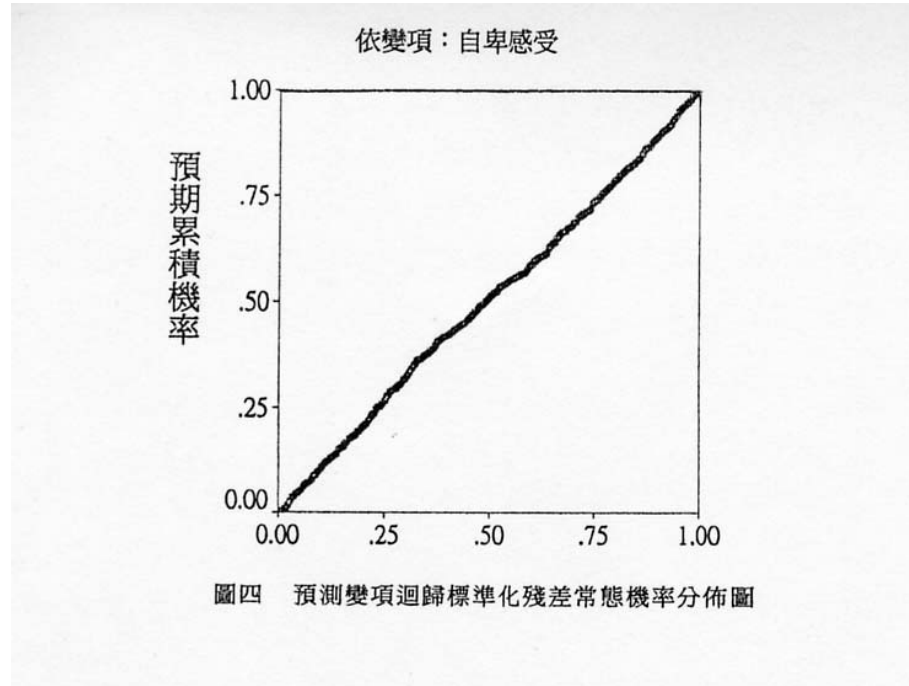
表十一 自卑感受預測變項共線性診斷摘要表

模式	維度	特徵值	條件指標	常數	情緒 穩定	專業 自尊	尋求 支持	逃避	認知調適 問題解決
5	1	5.875	1.00	.00	.00	.00	.00	.00	.00
	2	.052	10.59	.00	.46	.09	.04	.05	.03
	3	.028	14.39	.09	.03	.08	.86	.05	.01
	4	.025	15.20	.15	.07	.13	.07	.27	.10
	5	.015	19.95	.62	.14	.01	.00	.55	.23
	6	.014	20.55	.14	.00	.70	.02	.08	.63

表十二 自卑感受預測變項殘差統計量摘要表

	最小值	最大值	平均數	標準差	個數
預測值	44.07	105.67	76.88	10.25	837
殘差	-29.13	32.77	.00	8.30	837
標準化預測值	-3.20	2.81	.00	1.00	837
標準化殘差	-3.50	3.93	.00	1.00	837





圖四 預測變項迴歸標準化殘差常態機率分佈圖

表十三 自卑感受之逐步迴歸分析摘要表

預測變項	R	R 平方	R 平方增加量	B 值	β 值	F 值
情緒穩定	.71	.51		.87	.56	
專業自尊	.75	.57	.06	.40	.13	
尋求支持	.77	.59	.02	.42	.15	
情緒與問題逃避	.78	.60	.01	.26	.11	
認知調適與問題解決	.78	.60	.003	.11	.08	253.26**

** $P < .01$

(三)自卑感受之羅吉式迴歸分析

1. 整體羅吉式迴歸預測模式之適配度考驗

由羅吉式迴歸分析得知：整體羅吉式預測模式之 $\chi^2_{.95(249)} = 58.20$ ，自由度 249(df, $257 - 8 = 249$)，小於查表值 $\chi^2_{.95(249)} = 205.81$ 。因此， χ^2 未達顯著水準 ($P > .05$)。所以結果顯示，本研究所建立的「技職大學生自卑感受之羅吉式迴歸預測模式」與實證觀察資料可以適配。同時，而 Nagelkerke $R^2 = .915$ ，因此羅吉式迴歸預測模式可以有效的解釋 91.5% 的變異量。

2. 羅吉式迴歸預測模式全體預測變項之顯著性考驗

由統計結果顯示： $\chi^2_{.95(7)} = 297.60$ ，自由度 7(df=

$(N-1) - (N-q) = 256 - 249 = 7$)，大於查表值 $\chi^2_{.95(7)} = 14.067$ 。因此，七個預測變項(常數項除外)之係數達顯著水準 ($\chi^2_{.95(7)} = 297.60$, $P < .05$)。亦即，本研究所建立的羅吉式迴歸預測模式的全體預測變項(常數項以外)能有效的預測效標變項。

3. 羅吉式迴歸預測模式個別係數的顯著性考驗

針對本模式預測變項的迴歸係數，進行個別的瓦德統計考驗(Wald test)結果顯示(參閱表十四)：尋求支持($\beta_3 = .24$, $W_3 = 5.99$)、情緒穩定($\beta_5 = .49$, $W_5 = 19.79$)、專業自尊($\beta_7 = .49$, $W_7 = 7.79$)，三者均大於查表值 $\chi^2_{.95(1)} = 3.84$ 。因此，上述三個變項之羅吉式迴歸係數達 .05 的顯著水準。而認知調適與問題解決($\beta_1 = .03$, $W_1 = .24$)、情緒調適($\beta_2 = -.10$, $W_2 = 1.30$)、情緒與問題逃避($\beta_4 = .09$, $W_4 = 1.17$)、社會興趣(β_6

= -.06, $W_6 = .77$)等變項, 則未達顯著水準。歸納上述, 技職幼保系大學生自卑感受之羅吉式迴歸預測公

$$g \text{ 自卑感受} = .24X5 \text{ 尋求支持} + .49X7 \text{ 情緒穩定} + .49X9 \text{ 專業自尊} + .03 X3 \text{ 認知調適與問題解決} \\ - .10 X4 \text{ 情緒調適} + .09X6 \text{ 情緒與問題逃避} - .06X8 \text{ 社會興趣} - 29.78 \text{ 常數}$$

表十四 自卑感受羅吉式迴歸預測模式個別系數之顯著性考驗摘要表

預測變項	B	S.E.	Wald χ^2	df	Sig	Eep(B)
認知與問題解決	.03	.05	.24	1	.62	1.03
情緒調適	-.10	.09	1.30	1	.26	.90
尋求支持	.24	.10	5.99	1	.01*	1.27
情緒與問題逃避	.09	.08	1.17	1	.28	1.09
情緒穩定	.49	.11	19.79	1	.00*	1.64
社會興趣	-.06	.07	.77	1	.38	.95
專業自尊	.49	.17	7.79	1	.00*	1.63
常數	-29.78	6.16	23.37	1	.00*	

* $P < .05$

4. 羅吉式迴歸預測模式之分類正確百分比

由表十五得知：預測「是」高自卑感受, 而實際上也是的有 129 位。預測「是」低自卑感受, 而實際上也是的有 119 位。這 248 位受試者被正確預測達 96.5%。此結果與上述羅吉式迴歸預測模式的適合度

考驗的結論一致, 而假設七也獲得本觀察資料的確認。雖然如此, 仍有 3.5% 預測不正確, 不過錯誤率在 5% 的可接受範圍之內。故整體而言, 本研究所提羅吉式迴歸預測模式不僅能有效的預測自卑感受, 而且正確率達 96.5%。

表十五 羅吉式迴歸預測模式之分類正確百分比

預測值	1	2	正確%
觀察值 1	129	5	96.3
觀察值 2	4	119	96.7
			96.5

三、綜合分析與討論

綜合上述的研究結果, 研究者針對下列重點做進一步討論。

(一) 高自卑傾向者需要密切的追蹤輔導

由差異考驗顯示：高自卑傾向者在問題解決導向之認知調適與問題解決策略、情緒導向之情緒調適與

尋求支持策略等表現較差, 而且有明顯的情緒與問題逃避導向。可見, 在面對自卑情境時, 高自卑傾向者採取逃避因應策略。另外, 在生活適應之情緒穩定、社會興趣、專業自尊等方面也相對弱勢, 可見其生活適應情形比較不好, 此項研究結果與先前的研究發現相符合(雷若莉等, 民 89; Endler & Parker, 1990; Lazarus, 1991; Leith & Baumeister, 1996)。因此, 就輔導而言, 高自卑傾向者則是需要密切追蹤輔導的對象

(許維素，民 81；侯素棉，民 83；鄭芬蘭，民 89；LaFountain & Garner, 1998)。

另外，各變項之間大都有相關存在，至於其因果關係如何，則需要進一步的研究確認。

(二)情緒穩定是自卑感受的關鍵因素

技職幼保系大學生的情緒穩定與自卑感受的相關達 0.71，是所有變項中相關最高者，前者可以解釋大學生的自卑感受達 51%，佔有一半的影響力，此實證結果驗證先前學者的論點是合理的。例如，Lazarus(1991)強調情緒會透過直接與間接的管道，影響個體的身心健康，因為不穩定的情緒往往容易誘發個體採取打擊自我的行為。再者，自卑的負向情緒若沒有妥善的處理，將影響個體的情緒穩定、學習表現與人際關係，而且是低自尊的徵兆(林杏足，民 86；賴保禎，民 84)。另外，鄭芬蘭(民 89)的研究指出，個體面對自卑情境的情緒感受共有十四個主要類別，而且幾乎都是負向的情緒反應，這個現象對個體的影響實在不容忽視。因此，就輔導實務而言，設法協助學生降低自卑感受將有助於情緒穩定，同時也將促使個體採取正向的認知思維去解決問題，因此個體就不會有太多負面的自卑認知與情緒反應，所以情緒穩定是自卑感受的關鍵因素(潘秀貞，民 86；鄭芬蘭，民 89；Ender & Parker, 1990; Lazarus, 1991; Sweeney, 1998)。

(三)降低大學生自卑感受的輔導邏輯不可忽略

由於觀察變項之間的共線性問題不大，而且樣本觀察值得偏離多不多，並符合常態分配，因此迴歸分析的結果是客觀而可信的。進一步由迴歸分析結果得知，除情緒穩定之外，另四個有效的預測變項是：生活適應之專業自尊、情緒導向之尋求支持策略、情緒與問題逃避、問題解決導向之認知調適與問題解決策略等。從這些現象顯示出：五個預測變項與效標變項

之間的多元迴歸相關係數高達 0.78，並決定自卑感受情緒達 60%。研究者依據逐步迴歸分析的發現，針對技職大學生降低其自卑感受的輔導邏輯的建議是，首先輔導情緒穩定問題，其次，提昇專業自尊，再者才是妥善應用各式的因應策略，並避免逃避問題。因此，輔導技職大學生降低其自卑感受，那麼先穩定情緒、增進專業自尊、再導正其因應策略的輔導邏輯是值得注意的，而且此項建議也與相關學者的論點先後呼應(潘秀貞，民 86；薛雪萍，民 89；鄭芬蘭，民 89; Feenstra et al., 2001; Hamilton & Oswalt, 1998; Seiffge-Krenke, 2000)。

(四)羅吉式迴歸預測模式與觀察資料可以適配

本研究以 257 名觀察資料，所建立的「技職幼保系大學生自卑感受之羅吉式迴歸預測模式」與實證觀察資料可以適配。同時，本預測模式可以有效的解釋自卑傾向 91.5%的變異量。而且，全體預測變項(常數項以外)也能有效的預測效標變項。在正確分類方面，預測變項對高、低自卑傾向者的正確區別率達 96.5% 的高水準。另外，就個別係數的顯著性考驗得知：尋求支持、情緒穩定、專業自尊等變項，對受試者的自卑傾向有顯著的預測效果。

(五)尋求支持、情緒穩定與專業自尊的預測力最佳

歸納逐步迴歸與羅吉式迴歸的分析結果發現，情緒穩定、專業自尊與尋求支持等變項的預測效果較佳。但是，情緒與問題逃避、認知調適與問題解決、情緒調適、社會興趣等，其預測力則未達顯著水準。因此，三種不同因應導向(問題解決導向，情緒導向、逃避導向)包含四個策略，唯有情緒導向之尋求支持較具預測力。而生活適應層面，則有情緒穩定與專業自尊。故整體而言，生活適應的預測效果明顯高於因應策略。因此大學生在技職教育環境的生活適應，其重要性與影響程度不容忽視。

結論與建議

本研究以技職幼保系大學生為研究對象，探究不同自卑傾向者的差異向度，以及確認自卑感受的有效預測變項。根據研究結果，假設一至七均獲得觀察資料的支持與確認，進而歸納本研究所獲得結論如下文所述。

- (一)就差異考驗而言，高自卑傾向者在問題解決導向之認知調適與問題解決策略、情緒導向之情緒調適與尋求支持策略、生活適應之情緒穩定、社會興趣、專業自尊等方面，均比低自卑傾向組的表現顯著的差，而且高自卑傾向者呈現較高的逃避導向。因此，高自卑傾向者是需要密切追蹤輔導的對象。
- (二)在逐步迴歸方面，自卑感受的有效預測變項是：情緒穩定、專業自尊、尋求支持、情緒與問題逃避、認知調適與問題解決策略等。在逐步迴歸預測公式當中，以情緒穩定的相關最高，同時可以決定自卑感受達一半的變異量，可見情緒穩定是自卑感受的最關鍵因素。因此，本研究結果對技職大學生自卑感受輔導邏輯的建議為，首先是情緒穩定問題，其次，提昇專業自尊，再者是妥善應用各式的因應策略，並輔導學生要積極的面對問題。
- (三)本研究所建立的「技職幼保系大學生自卑感受之羅吉式迴歸預測模式」與實證觀察資料可以適配。同時，全體預測變項能顯著的預測自卑傾向。而預測變項對自卑傾向的正確區別率很高。此外，尋求支持、情緒穩定、專業自尊等個別變項，對受試者的自卑傾向有顯著的預測效果。
- (四)尋求支持、情緒穩定與專業自尊的預測力最佳

歸納兩種迴歸分析結果顯示：情緒穩定、專業自尊與尋求支持策略等的預測效果較佳。但是，情感與問題逃避、認知調適與問題解決、情緒調適、社會興趣等，其預測力很小，甚至未達顯著水準。因此，生活適應對技職幼保系大學生自卑感受的與預測效果明顯高於因應策略。

二、建議

研究者根據研究結果，提供若干建議以供參考。

- (一)在輔導實務工作方面，本研究所發展的「技職大學生自卑感受量表」，可提供具體的評量結果以茲參考。例如，將個案的施測結果，帶入本研究所建立的逐步迴歸預測公式，以及羅吉式迴歸預測模式，即可預測個案自卑感受的程度為何，進而擬定相關的輔導策略。
 - (二)就技職教育環境而言，大學生生活適應之情緒穩定與專業自尊對自卑感受有相當的預測效果，情緒導向之尋求支持次之，而認知調適與問題解決、情緒調適、社會興趣、情緒與問題逃避則很小或沒有效果。因此，就技職輔導工作而論，心理輔導為最前提，學業輔導次之，其他則為配套措施，亦不可忽視。
 - (三)就後續研究而言，自卑感受與相關變項之間的因果關係，有待日後進一步的研究。此外，可針對技職大學生的特質，發展降低自卑感受的團體輔導方案，進而測試其實驗成效如何。再者，未來研究者可擴大範圍，使研究結果更具代表性，或者運用不同的研究取向，對於大學生的生活適應進一步深入探究。
- 註：本研究承國科會補助研究經費，計劃編號 NSC89-2413-H-020-012

參考文獻

- 王永慶(民 86)：技職教育問題的根源與改革。技職雙月刊，37 期，32-34 頁。
- 王慶福(民 82)：醫學院學生主觀我、理想我、投射我之評量研究：Q 分類之應用。中華輔導學報，1 期，72-89 頁。
- 王琇慧、侯東成(民 83)：社會變遷下的家庭問題。研考雙月刊，18 卷，6 期，18-25 頁。
- 江文雄(民 88)：為學生生涯點燈。技職雙月刊，50 期，9-12 頁。
- 巫銘昌(民 89)：我國當前高等技職教育的發展與挑戰。教育研究，79 期，12-28 頁。
- 沈明茹(民 87)：情緒與因應方式之動態模式—以高科技研發人員為例。國立中正大學企業管理研究所碩士論文。
- 吳清基(民 85)：技職教育的轉型與發展。台北市：師大書院。
- 李坤崇(民 84)：青少年因應策略量表編制報告。中國測驗學會測驗年刊，43 期，241-262 頁。
- 李隆盛(民 88)：技職一貫課程的理想與規劃。技術及職業教育雙月刊，4 期，14-19 頁。
- 林思妙(民 88)：從認知評估、因應方式看國中教師工作壓力歷程。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文。
- 林杏足(民 86)：諮商中當事人自尊改變歷程之分析研究。國立彰化師範大學輔導學系博士論文。
- 林俊彥(民 88)：高學歷高失業率與高等教育的擴充。技職雙月刊，51 期，15-22 頁。
- 林素卿(民 89)：班及經營問題及突破。技術及職業教育雙月刊，59 期，33-36 頁。
- 林瑞花(民 89)：加強技職校院學生的輔導與服務。技術與技職教育雙月刊，56 期，7-9 頁。
- 洪良德、劉柄麟(民 89)：技職教育課程與教學配合之探討。建國學報，19 卷，1 期，407-422 頁。
- 侯素棉(民 83)：阿德勒學派團體輔導方法影響國中生自卑偏差行為之實驗研究。國立彰化師範大學輔導學系博士論文。
- 許文甄(民 90)：受震災區國中學生因應策略、社會支持與生活適應關係之研究。國立高雄師範大學輔導研究所碩士論文。
- 黃政傑(民 88)：提升技職教育品質。技職雙月刊，49 期，6-13 頁。
- 黃政傑(民 89)：體制與體質的變革--技職教育改革的未來。技職雙月刊，57 期，10-14 頁。
- 陳若璋、柯永河(民 76)：大學生憂鬱證類別與過去重要生活經驗之關係。國科會研究補助專案編號 7516314。
- 陳麗幸(民 88)：當前技職教育之探討。技職雙月刊，47 期，22-25 頁。
- 蔡玉青(民 87)：情緒勞務之負荷、因應策略、社會支持與情緒耗竭之相關研究—以休閒、旅館業為例。雲林科技大學企業管理技術研究所博士論文。
- 陳建州(民 87)：從全面品質管理看技職教育。技職雙月刊，48 期，47-52 頁。
- 陳文媛(民 90)：從技職教育發展歷史來看技職教師定位的轉變。景文術學院學報，11(下)期，213-221 頁。
- 陳杏容(民 90)：青少年因應壓力行為之探討—憂鬱情緒與偏差行為。東吳大學社會工作學系碩士論文。
- 郭丁熒(民 88)：因應量表編制的回顧與分析。台南師院學報，32 期，61-89 頁。
- 張仁家(民 90)：因應知識經濟時代的技職教育發展策略與方針。台灣教育，601 期，51-56 頁。
- 張天津(民 90)：我國技職教育的發展與挑戰。台灣教育，601 期，6-9 頁。
- 張春興(民 78)：張氏心理學辭典。台北市：東華書局。
- 張京隸、劉若蘭、張明輝(民 85)：護專原住民民課業與生活輔導方案之規劃。教育部研究補助專案報告。
- 張高賓(民 89)：家庭心理環境與兒童情緒穩定之關係。教育實習輔導，6 卷，3 期，8-15 頁。

- 張鈿富(民 89)：面對終身學習的技職教育與革新。技術及職業教育雙月刊，**58** 期，2-5 頁。
- 黃進南(89)：情緒管理課程教學與成長團體對學生情緒穩定性之輔導效果研究。彰化師大教育學報，**1** 卷，119-162 頁。
- 傅木龍(民 89)：教訓輔三合一師生關係促進。技術與技職教育雙月刊，**56** 期，10-16 頁。
- 薛雪萍(民 89)：青少年家庭功能、親子衝突、因應策略與生活適應之相關研究。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文。
- 葉眉君(民 89)：高級職業學校學生生活輔導之探討。技術及職業教育雙月刊，**56** 期，46-49 頁。
- 雷若莉、陳曉玫、林京芬、劉雪娥、許淑蓮等(民 89)：Y 世代護生實習壓力源、學習幫助與因應行為。長庚護理，**11** 卷，4 期，11-23 頁。
- 蔣桂嫻(民 82)：高中學生生活壓力、因應方式與身心健康關係之研究。國立高雄師範大學教育研究所碩士論文。
- 賴保禎(民 84)：賴氏人格測驗手冊。台北市：心理出版社。
- 簡靜怡(民 91)：台北市身心障礙福利機構就業服務員工作壓力之研究。輔仁大學社會工作學系碩士論文。
- 鄭芬蘭(民 88)：技職大學生自卑心理歷程之個案研究。生活應用科技學刊，**1** 卷，1 期，47-60 頁。
- 鄭芬蘭(民 89)：技職幼保系大學生自卑心理特徵的分析暨健康因應策略之研究。國立屏東科技大學學報，**9** 卷，2 期，161-171 頁。
- 潘秀貞(民 86)：大學生對自卑感受的因應方式之研究。國立彰化師範大學輔導學系博士論文。
- 謝琇玲(民 79)：國民中學學校組之氣氛、教師工作壓力及其因應方式之調查研究。國立高雄師範大學教育研究所碩士論文。
- 鄧柑謀(民 79)：國民中學訊輔仁員工輟壓力、因應策略與職業倦怠關係之研究。國立高雄師範大學教育研究所碩士論文。
- 戴文雄、張錫輝(民 88)：技職教育體系課程之革新。技術及職業教育雙月刊，**54** 期，9-13 頁。
- 鍾志超(民 89)：加強技職學生人文教育之初探。商業職業教育，**77** 期，37-42 頁。
- 謝琇玲(民 88)：大學生自我概念、情緒穩定與學習之相關問題研究。生活科學學報，**5** 卷，3 期，1-22 頁。
- 鍾瑞國、吳德清(民 89)：技職教育追求精緻化與卓越發展的理念與做法。技術及職業教育雙月刊，**57** 期，15-18 頁。
- 羅清水(民 88)：終身學習典範下回流教育的實踐。技術及職業教育雙月刊，**53** 期，3-5 頁。
- 嚴裕峰(民 82)：國中生的社會興趣與同儕人際關係之相關研究。國立彰化師範大學輔導研究所碩士論文。
- Adler, A. (1907). *The physician as educator*. In *Healing and education: medical-educational papers of the society for individual psychology*. Chicago: International Publications.
- Behrens, T. T. (1995). *Facilitating the development of social interest as an intervention with at-risk career counseling clients*. ED387726
- Booth, C. L., Rubin, K. H., & Rose-Krasnor, L. (1998). Perceptions of emotional support from mother and friend in middle childhood. *Child Development, 69*(2), 427-442.
- DuBois, D. L. B., Sherman, C. A., & Roberts, M. D. (1998). Self-Esteem and Adjustment in Early Adolescence: A Social-Contextual Perspective. *Journal of Youth & Adolescence, 27*(5), 83-557.
- Endler, N. S. & Parker, J. D. A. (1990). Multidimensional assessment of coping: A critical evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology, 58*(5), 844-854.
- Feenstra, J. S., Anyard, V. L., Rines, E. N., & Hopkins, K. R. (2001). First-year students' adaptation to college: the role of family variables and individual coping. *Journal of College Student Development, 42*(2), 106-113.
- Folkman, S. & Lazarus, R. S. (1988). Coping as a mediator of emotion. *Journal of Personality and Social*

- Psychology*, 54(3), 466-475.
- Ford, C. A. (1996). Factors that contribute to academic resilience among urban at risk African American male college students. *A Journal of Research on African American Men*, 7(3), 17-29.
- Hamilton, D. & Oswalt, S. (1998). Distract me from my dreaded self strategies to enhance self esteem. *Journal of School Health*. 68(7), 301-303.
- Heatherton, T. F. & Polivy, J. (1991). Development and validation of a scale for measuring state self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(6), 895-910.
- LaFountain, R.M. & Garner, N.E.(1998). *A school with solutions: implementing a solution-focused/Adlerian-based comprehensive school counseling program*. ED457462.
- Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaptation*. New York: Oxford University Press.
- Leith, K. P. & Baumeister, R. F. (1996). Why do bad moods increase self-defeating behavior? Emotion, risk taking, and self regulation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71(6), 1250-1267.
- Leondari, A., Syngollitou, E., & Kiosseoglou, G. (1998). Academic achievement, motivation and possible selves. *Journal of Adolescence*, 21(2), 219-222.
- Lundin, R. W. (1989). *Alfred Adler's Basic Concepts and Implication*. New York: Accelerated Development Inc.
- Manaster, G. J. & Corsini, R. J. (1982). *Individual Psychology: theory and practice*. New York: Adler School of Professional Psychology printing.
- McNutt, B. (1994). *Adventure as therapy: using adventure as part of therapeutic programmes with young people in trouble and at risk*. ED378016.
- Miranda, A. O. & Umboefer, D. L. (1998). Depression and social interest differences between relations in dissimilar acculturation stages. *Journal of Mental Health Counseling*, 20(2), 159-171.
- Monteiro, K. P., Kenneth, P., & Haviland, J. M.(1985). *Emotional mood state and recall of childhood memories*. Paper present at the Annual Convention of the American Psychological Association.
- Murray-Harvey, R. S., Lawson, P. T., Silins, M. J., Banfield, H. G., & Russell, A. (2000). *Under Stress: the concerns and coping strategies of teacher education students*. Microfiche, ERIC document No.ED432541.
- Nonis, S. A. H., Ford, G. L. B., & Charles, W. (1998). Influence of perceived control over Time on college students' stress and stress-related outcomes. *Research in Higher Education*, 39(5), 587-605.
- Plunkett, S.W., Radmacher, K.A., & Moll-Phanara, D. (2000). Adolescent life events, stress, and coping: a comparison of communities and genders. *Professional School Counseling*, 3(5), 356-366.
- Printz, B. L., Shermis, M. D., & Webb, P. M. (1999). Stress-buffering factors related to adolescent coping: a path analysis. *Adolescence*, 34(136), 715-734.
- Roberts, J. E., Gotlib, I. H., & Kassel, J. D. (1996). Adult attachment security and symptoms of depression: the mediating roles of dysfunctional attitudes and low self esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(2), 310-320.
- Schwarzer, C. B.P. (2000). *Dyadic coping and interpersonal trust in student-teacher interactions*. Microfiche, ERIC document No.ED448385.
- Seiffge-Krenke, I. (2000). Causal links between stressful events, coping style, and adolescent symptoms. *Journal of Adolescence*, 23(6), 675-691.
- Smith, S. M., Kern, F. & Brack, R. M. G. (1999). An Adlerian Model for the Etiology of Aggression in Adjudicated Adolescents. *Family Journal: Counseling & Therapy for Couples & Families*, 7(2), 135-147.
- Stanton, A. L., Danoff-Burg, S., Cameron, C. L., & Ellis, A. P. (1994). Coping through emotional approach: problems of conceptualization and confounding.

- Journal of Personality and Social Psychology*, 66(2), 350-362.
- Sweeney, T.J. (1998). *Adlerian counseling: a practitioner's approach* (4thED). Hamilton Printing Company.
- Welch, O. M. & Hodges, C. R. (1991). *Standing outside on the inside. black adolescents and the construction of academic identity*.ED408412.
- Yeung, A. S. & McInerney, D. M. (1999). *Students' perceived support from teachers: Impacts on academic achievement, interest in school work, attendance, and self esteem*.ED429097.

A Study on Inferiority Feeling for Vocational College Students

Finland Cheng

Department of Child Care National Pingtung University of Science and Technology

Abstracts

This article discusses the relationships among inferiority feelings, coping strategies, and living adaptation strategies. The method of research was a questionnaire-based survey; T-test, stepwise, and logistic regression techniques were employed. The purposes of this study were to discover the causes of inferiority feelings in vocational college students, analyze the interaction between different kinds of inferiority feelings, and provide alternatives to be used in counseling students. The results of this survey indicate that most significant among the students' inferiority feelings were those related to coping and living adaptation strategies. By using a stepwise regression method, this research further developed predictive models for testing such key factors as emotional stability, academic esteem, supportability, emotion avoidance, cognitive regulation, and problem solving skill. The test results demonstrate that the factors of supportability, emotional stability, and academic esteem could be effective predictive variables to the empirical data.

Keywords: Inferiority feelings, coping strategies, living adaptation, regression model

