

個人、家庭、學校脈絡中的保護機制  
對早期青少年憂鬱症狀發展軌跡之影響

吳齊殷

中央研究院社會學研究所

黃鈺婷

中央研究院社會學研究所

本文發表於國立台灣大學社會學系主辦之  
「2007 台灣社會學會年會」，2007 年 11 月 24-25 日，台北。

研討會文章，未經作者同意，請勿轉載引用

## 一、前言

行政院衛生署以及財團法人董氏基金會年度的調查呈現：近年來青少年憂鬱症患者比例有節節上升的現象，愈來愈多的青少年對於生命的挫折不具備彈性也承受不了環境對生命的挑戰。許多年輕的生命因為不堪生活事件的積壓也承受不了負向情緒困擾而選擇結束生命。世界衛生組織(World Health Organization, WHO)專刊於 2001 年年度的世界健康報告(The world health report)中，以身心健康(mental health)為題，呼籲各國與國際組織制定相關計劃與政策，以因應憂鬱症對個人、家庭、社區、以及社會各階層與國家的影響。WHO 甚至預測，至西元 2020 年，憂鬱症將成二十一世紀造成人類失能(disability)的第二疾病，而隨之而生的健康受損、自殺、偏差行為併發等內外化症狀，將引發更多負向的發展結果與社會問題。

美國兒童及青少年精神醫學會(American Academy of Child and Adolescent Psychiatry, AACAP)根據 1999 年一項 Surgeon General report 調查指出，9-17 歲青少年身心健康情形發現，青少年重鬱症盛行率界於 5-8.3%，具部份憂鬱症狀的青少年比率更達 10-15%，18 歲之前的累積發生率甚至達 20%，且憂鬱症一年至少引發 500,000 個年輕人有輕生念頭。楊浩然（2001）整理 Bureau of the Census(1997)的統計資料顯示，單就女性青少年而言，每年將近一百萬個 15 至 19 歲的青少年飽受重鬱症之苦。而國內教育部訓育委員會 92 年至 93 年，以 10-18 歲學校學生憂鬱傾向推估的專案研究報告更進一步顯示，國內青少年重鬱症盛行率界於達 8.66%，女生有重鬱症的比率是男生的 2.5 倍，有自殺行為的比率更高達男學生的 17.6 倍（陳為堅，2005）。比較國內外青少年憂鬱疾患盛行率分佈的情形發現，國內外的數據於比例有一致的趨向，年輕世代的憂鬱疾患頻率，呈現上揚的趨勢。

過去的研究多致力瞭解個人、家庭、與學校中許多變項，對於憂鬱症狀的負向影響。研究結果揭示諸多直接或間接影響青少年憂鬱症狀的危險因子，諸如歸因(Masten & Garmezy, 1985)、負向情緒經驗、情緒因應失調(楊雅惠, 2003)；負向生活事件、家庭結構改變、失功能父母、不同來源之壓力(Catanzaro, Wasch, Kirch, & Mearns, 2000; Courbasson, Endler, & Kocovski, 2002; Wu, Huang, & Chang, 2006)、不安全依附(Cicchetti, Rogosch, & Toth, 1998; Lopez, Mitchell, & Gormley,

2002; Vivona, 2000)等，並透過關聯的檢驗，將個人的憂鬱症狀與成長環境之間的關係，做了統整的關聯。那些曾歷經身心健康失調的青少年，有沒有自此幽谷中走出來的可能？如果有此可能，則其出口與機會又會在哪裡(Amato, 2006)？藉由對青少年生命歷程發展長時間的入微觀察，並著重個人與生活環境間的互動機制，在考量歷史時間對於「內化狀況」演化的影響前提之下，我們才有機會推敲造成症狀的前因，並釐清影響症狀變化的因果關聯，也才能準確地掌握到可以改變生命路徑與發展結果的防護因子(Elder & Conger, 2000)。

人格心理學自八零年代起，即針對復原力(resilience)做討論。此研究主題與利他行為或堅韌(hardiness)、Seligman(2002)所提及的習得樂觀(learned optimism)、與真實快樂(authentic happiness)相關聯，皆在努力地累積與組織一個被稱為正向心理學(positive psychology)的理論，以關注能促發個體正向情緒經驗產生的重要保護因素(Fredrickson, 2001)。正向心理學除了強調個人正面功能的價值之外，持此論者更認為，個人與正向社會環境的互動，諸如親子互動關係、正確管教方式、安全依附感受、良好關係品質等有利的成長環境，將形成一個重要的保護運作機制，即使青少年仍可能因為易感染於環境脈絡中危險因子的易感性(vulnerability)，而不免陷入憂鬱的感受與症狀表現，但愈多的保護因子、與相對愈少的危機因子，將有助於個體復原的機率與具效能的改變(Pollard, Hawkins & Arthur, 1999)，在遭遇負向生命事件時，依然有較大的彈性，正面地善用個人與環境資源，回應與解決挫折困境所帶予生命的歷程考驗(Elder & Conger, 2000)。而 WHO(2001)的報告，亦指出憂鬱症狀確實具有復原的機會，正可作為支持正向心理學對於憂鬱症狀有改善空間與最大可能性論述的具體證據。

Gramezy(1987)、Grotberg(1997)、Rutter(1982)、Werner & Smith(1992)認為，擁有復原力，顯示個體具備不屈服於困境，即使遇逆境仍能復原至良好適應的長處(strength)與能力(competence)，諸如自尊、具生活控制感、進取心、問題解決技巧、社會能力與責任感等。而學者們認為，這些有助於個體即使在挫折中仍具堅毅、與應變潛力的內在特質，可透過教育與練習，而逐漸培養獲得(Grotberg, 1993)，並且能逐漸成為孩子所能擁有的重要內在資產(internal assets)(Gramezy, 1985)。個體在獲致這些資源之後，即能循環轉化而成為一種不斷強化自尊與自我效能感的能量，進而作為提昇個人在遭受挫折或負向生活經驗之後，願意改變，而且能有機會及早回復、獲致改善結果與發展的內在強韌基礎。也就是說，

復原力被視為一種，可以作為個人在生命歷程中遭遇負向挫折或生活事件時的內在緩衝力量(Brooks & Goldstein, 2004)。

另外，Benard(1995)、Grotberg(1993、1995)、Rutter(1987)等人則認為，復原力是一種個體與環境交互而獲得調適的歷程，在個體處於危機時，復原力能緩和危險因子對個體成功適應結果的損害。亦即，視成長環境，包括家庭、學校、社會所能提供的外在資產(external assets)，是保護個體免於長期困頓於危機當中、並能做為減緩孩子受到壓力直接衝突的重要運作機制。例如：正向的親子關係(Marchard & Hock, 2003)、師生關係滿意感受與來自教師提供的情緒支持(Brooks & Goldstein, 2003)及同儕支持(Luthar, 2004)等，皆能做為孩子在受挫後，仍能獲致正向適應與發展的關鍵社會支持與力量。

Gramezy(1991)、Luthar, Cicchetti, & Becker(2000)、Luthar(2003、2004)進一步認為，復原力所指涉的，是一種動態的歷程(dynamic process)；指的是生活在高度危機情境或困境(adversity)之中的個體，透過內外在資源的機制運作與保護，可以將危機對個體發展的負向影響減至最小。Elder & Conger(2000)更將復原力定義為個體在挫折環境中所展現的獨特發展軌跡。擁有復原力的人，常在危機中或歷經危機事件後，表現地比預期的結果還好(doing better than expected)。

本研究嘗試釐清負向生活事件對於青少年憂鬱症狀的影響程度與層面，並試圖以「關係」為主軸，自青少年主要的生活場域，即家庭與學校脈絡，找尋影響青少年憂鬱症狀發展軌跡的重要因素。

為求掌握可轉變憂鬱症狀方向或減緩其惡化情況的「改變」機制，本研究必須先將憂鬱症狀的前後變化情形描述清楚。本研究乃加入動態的歷史時間縱深，以檢視來自環境中的負向生活事件，對於青少年憂鬱症狀軌跡的起始與長期發展軌跡變化之影響。這種藉由比較個別青少年發展軌跡差異的研究設計，可以較清楚地回答：為什麼有些人在遭受挫敗之後，仍能突破生命歷程中的困境，比預期做得更好(doing better than expected)？以及為什麼有些人在面對危機時，不但比預期做得更不好(doing worse than expected)，甚而陷入更大的生命挫折(Elder & Conger, 2000)？

目前許多有關「復原力」的相關討論，多是質性研究的結果，在長期的觀察或以敘事研究方法所獲得的重要推論(Elder & Conger, 2000；林祐誠，2004)，大樣本的量化分析部分相對不足。本研究將採用長期性的貫時資料(panel study)，

加入時間的因素，來討論青少年憂鬱症狀隨著時間變動而改變的機制、與造成同樣不利環境下卻有發展軌跡差異（改善、惡化、維持穩定）的問題。

透過對青少年憂鬱症狀「變化軌跡」的建構，即估測個別青少年在憂鬱症狀起始狀態(initial level)與經過時間而惡化或改善的改變測量(即變化或斜率，slope)，本研究除了說明個別青少年在多個時間點之間長期內在的憂鬱變化情形之外，將特別關注家庭負向生活事件，包括家庭經濟不利、父母婚姻衝突、離婚等，作用於一般青少年的短期與長期影響(Amato & Cheadle, 2005; Phillips et al., 2005; Wu, Huang, & Chang, 2006)。

## 二、文獻探討

### (一)、青少年憂鬱症狀

憂鬱症的議題一直是國內學術研究的重點，累積的豐富文獻，早已指出幾個助長憂鬱症形成的危險因子。細究目前國內研究憂鬱主題發現，研究變項方面，國內針對憂鬱症的關注焦點，主要在瞭解造成個人有憂鬱傾向與疾患的危險因子，包括個人（性別、年齡、自尊、歸因組型、壓力知覺與因應策略、自我效能）、家庭變項（家庭結構、社經地位、負向生活事件、雙親教養方式與態度、依附情感）、學校或社會變項（學業挫折力、朋友支持滿意度）等層面對於個人身心健康直接、或間接的影響。而這些研究發現，多以壓力因應、認知行為、發展理論等觀點，來解釋個人對於壓力的評估與因應，多在「負向生活事件—對事件負向的知覺或扭曲—認知評估或歸因—對內外效能評估—憂鬱」的因果鏈上，各有著重地在解釋憂鬱症狀的形成機制及後續影響。

### (二)、復原力

Rutter(1987)、Werner(1989)的研究結果顯示，即使成長於高危險環境之下，孩子並非只發展出既定且不樂觀的負向結果，仍有部分的孩子在挫折情境下，能免於身心障礙的危機並有朝良好適應發展的機會。正向心理學的觀點對壓力的研究，已逐漸自因果關係的探討，轉向而至對壓力緩解是否具個別差異這個議題的關注。此學派一方面注意到「個人」與「環境」的交流互動，所能帶引起的效能改變，一方面在努力找尋那些能降低危機因子影響、而能提升個人良好適應的保護機制(protective mechanism)。Gramezy(1987)、Grotberg(1997)、Rutter(1982)、

Werner & Smith(1992)等人認為擁有復原力，即顯示個體具備不屈服於困境、在逆境中能復原至正向適應的特質與能力。這些研究認為，這些個體應擁有的長處(strength)，是可藉由教育或練習的方式拉引出來，而一旦累積生成，這些個人屬性與特性，將醞釀與轉化成為孩子所能擁有的重要的內在資產(internal assets)、或個人資源(Gramezy, 1985)。Benard(1995)、Rutter(1987)、Grotberg(1993、1995)則認為復原力是一種個體與環境交互而獲得調適的動態歷程，在個體處於危機時，能緩和危險因子對個體成功適應的損害，亦即，視成長環境，包括家庭、學校、社會所能提供的外在資產(external assets)，也是保護個體免於長期危機與不良適應的重要運作機制，諸如父母婚姻關係、親子關係、師生關係、與同儕支持等。Elder & Conger(2000)因此將復原力定義為，個體的發展軌跡，在危機中或危機之後，仍能表現地比預期結果還好(doing better than expected)。

### (三)、負向生活事件與青少年憂鬱症狀

楊浩然(2001)、邱鈺茹(1999)、Wu, Huang, & Chang (2006)的研究結果發現，青少年早期所經歷的負向事件，如低社經地位(socioeconomic status)、低經濟資源(financial resources)對憂鬱症狀的預測具顯著效果，對青少年的身心健康、學業、行為發展結果，亦將造成負向影響。而對成長於父母婚姻關係品質不佳的青少年來說，較有問題與衝突的家庭關係狀態、與父母婚姻關係的改變，如離婚，將形成與積累成壓力源，而使他們較易感於家庭關係與結構的不穩定(Buchanan, Maccoby & Dornbush, 1996)，而可以預測這些家庭系統中的負向生活事件，會致使青少年表現出較多的憂鬱症狀，及較差的負向發展結果(Davies & Dumenci, 1999; Goodman, 2000; Phillips, Hammen, Brennan, Najman & Bor, 2005)。至於單親母親在離婚之後，通常較常陷入經濟不利的狀態(economically disadvantaged)，對孩子來說，父母婚姻狀態的改變、與家庭經濟資源不足，無疑是一種累積的負向生活事件，青少年的身心健康(psychological well-being)與學業結果的發展，因此會受到家庭結構改變的直接衝擊，並且透過隨之而來的經濟壓力感受、教育機會與資源的不均等、生活環境轉變、親子關係品質變化、社會與情緒支持的缺乏等影響，成為一種代間傳遞的負向限制(Amato & Cheadle, 2005; Amato, 2000)，而在這種家庭系統中成長的青少年，研究發現常預測其在成人階段，表現出較多情緒失調或憂鬱症狀的問題(Amato & Sobolewski, 2001)。

相反的，也有幾篇針對家庭結構與青少年憂鬱症狀的研究結果 (Simons & Chao, 1996; 吳齊般, 2000) 顯示：不論出身何種家庭結構的孩子，他們大多數都能展現正常健康的發展模式與身心適應。那些成長於不利家庭結構中的青少年，雖然確實比那些成長於完整家庭中的青少年，面臨更多負向生活事件的累積，有相對較高歷經負向憂鬱症狀的危機與風險，但是，並非所有負向生活事件皆會造成青少年陷入永久的壓力而無法掙脫，例如父母在婚姻中的爭吵衝突，有時往往比父母離婚這個事件本身，帶予孩子更多的負向衝擊與長久影響(Wu, Huang, & Chang, 2006)。愈來愈多的研究支持(Luthar, 2003; Marchard & Hock, 2003)，透過保護機制的調節與運作，如家庭內親子關係滿意度、或正確教養方式、家庭外的師生關係、與同儕關係的支持等，他們依然能以所擁有的自身能力、與內外資源，去克服來自家庭生活中的危機與挫折，隨著時間的演進，而有回復正常發展軌跡的最大機會。來自家庭中的負向生活事件，並非是造成青少年憂鬱症狀發展產生差異存在的唯一關鍵，而家庭的負向生活事件對青少年憂鬱症狀起始狀態、與發展方向變化的影響層面與因果時序，亦有必要藉由長期的觀察資料，重做推敲。

#### (四)、復原力的保護機制與青少年憂鬱症狀

在青少年日常所主要成長的環境脈絡下，自個人、家庭、與學校場域中的互動關係觀察青少年的適應，最能找到關鍵影響青少年在憂鬱症狀上有不同成長軌跡與結果的保護機制。以台灣青少年而言，時值青春期的國中生，基本上，家庭仍是形塑他們價值觀與個人能力的重要生活場域；至於學校所逐漸擴展與建構的社會關係網絡、以及青春期對於家人以外之社會關係(主要是友誼關係)的重視，更直接、與間接地成為影響個人在發展結果有差異存在的重要機制。因此，在談論青少年的復原歷程與保護機制時，家庭與學校脈絡，則成為個人獲得內外資源的兩大主要生活場域。臨床心理學家 Brooks & Goldstein 的臨床經驗，或是 Conger & Coger(2002)、Elder & Conger(2000)等人，長期觀察 Iowa 農村一群被視為有復原力、並獲得成功適應青少年的縱貫研究，以及如 Amato(2000)、Cicchetti, Rogosch, & Toth(1998)、Garmezy(1985)、Grotberg(1993)、Luthar(2003)、國內張明宜(2000)、蔡宜玲(2001)等人所呈現的實証研究結果，質量分析發現皆強調早期教養經驗與家庭、學校的關係聯結(Tie)與氣氛、與社會網絡(social

network)等所能提供給危機中孩子的保護與積極影響，諸如有較好的彈性與堅毅力(hardiness)，而能有較佳的適應(Luthar, 2004)。

### 三、研究方法

#### (一) 分析策略

本研究採「潛在成長曲線模型」，以青少年在國中期間三個時間點(t1,t2,t3)重複測量的憂鬱症狀分數，做為兩個潛在變項(latent variable)，分別為起始狀態(截距)和成長速率(斜率)，的測量指標，來捕捉青少年在三年間憂鬱症狀的成長發展軌跡。LGC Model 針對每一個受試青少年的個人成長軌跡，試合出一條可以提供個人內在憂鬱症狀成長起始狀態、改變方向與速率變化的訊息，藉由此模型，可以觀察青少年憂鬱症狀的起始與長期的發展軌跡變化情形。本研究接續加入負向生活事件這個潛在變項，討論三年間重複測量的負向生活事件，對於青少年憂鬱症狀截距、與斜率的起始與長期影響與預測。負向生活事件的觀察變項為三個時間點有無經歷家裡沒有錢了、父母離婚或分居、父母越來越常吵架等負向生活事件。最後加入改變因子這個潛在變項，討論個人、與來自家庭、學校脈絡中的保護因子，對於青少年憂鬱症狀截距、與斜率的初始與長期影響與預測。包括自尊、親子關係滿意度、親子互動(青少年與父親、母親個別的正向、與負向嚴格管教)、學校依附感受、班級凝聚力、好朋友關係等改變因子在三年間重複的測量。

#### (二) 研究對象

本研究計畫之資料來源為「青少年藥物濫用之起因：一個社會學習模型」研究計畫之長期貫時資料(行政院國家衛生研究院經費補助，吳齊殷主持，1996-1999)。該計畫採一年一次貫時性的研究設計，以自1996年秋季入學的台北市86所公立國中之國一學生為研究對象。此資料庫連續追蹤固定樣本，以重複測量青少年身心狀況與多方面的三年間發展軌跡。

該計畫抽樣原則採分層比例隨機抽樣，第一階段先抽選學校，依照台北市12個行政區學校比例，各行政各抽出二至四所學校不等；第二階段再從各抽樣學校中依學生人數比例抽出一或二個班級；最後總計共抽出分屬三十三所國中的四十四個班級，共1434個國一學生為研究樣本。抽樣過程中，各抽樣階段之各

校班級被抽取的機率皆相等，樣本的基本變項分配亦相當接近台北市國一學生母體。

本研究計劃所使用的大樣本問卷調查資料，主要以受訪學生於國一至國三期間、三個時間點、三次追蹤調查的「自填」資料為主，資料搜集方法，亦與「面訪」方式並行實施。

而 1434 個學生，同一樣本連續參與第二年的問卷調查施測者共計 1354 位學生；最後完訪三年問卷樣本數、三年皆參與該項長期追蹤研究計劃的樣本學生共計 1304 人，三年皆參與之同一樣本的完訪率為 90.9%。

### **(三) 研究變項**

#### **1. 憂鬱症狀**

憂鬱症狀的測量採 The symptom Checklist-90-Revised (Derogatis, 1983)，在研究者所使用的長期資料庫中，該憂鬱症狀測量量表的題目保留了 9 個向度的五個向度，包括體化症、敵意、憂鬱、焦慮、其他等共 47 題。SCL-90 為五點量表，答項由 1 至 5，1 代表一點也不會，5 代表非常嚴重，請受試針對量表所列出的症狀填答在過去一個星期中是否為量表所列的症狀所困擾？最後將受訪者在每一個項目的得分加總起來，即為受訪者在憂鬱症狀變項上的分數，分數越高者代表憂鬱症狀之情形愈明顯。

#### **2. 負向生活事件**

請受試針對量表所列出的症狀填答在過去一年，是否有家裡沒錢、父母離婚或分居、或父母越來越常吵架等負向生活事情發生。

#### **3. 自尊**

有關青少年自尊的測量，受試青少年針對自尊量表所列出的六個問題，填答與選擇一個符合自己情況的描述，填答以五點量表作為測量，依很同意，同意，不確定，不同意，到很不同意。本研究所採用的計分方式，即先將第 3、4 小題重新編碼後，再將六題的分數相加，分數愈高，表示受試有愈高的自尊。

#### **4. 家庭脈絡中的保護因子**

##### **(1) 親子關係滿意度**

此量表測量的是青少年個人所知覺的親子關係滿意度。填答的方式是請受試，依四等量表的答項，從很滿意、滿意、不滿意、到很不滿意，評估自己對父親與母親的關係滿意程度，分數愈高，表示青少年對於家庭系統中的親子關係滿意度越高。

## (2)親子互動

親子互動所測量的，包括個人所知覺的父母正向支持，與個人所知覺的父母負向嚴格教養。其中的正向支持，分別請受試回答，當你和父親、和母親聊天或一起做事情時，他們對你的態度如何這個問題，以七等量表作為測量，從幾乎總是、總是、常常、有一半時間、不太常、幾乎沒有、到沒有，評估自己與父親、母親相處互動的情形。此分量表的計分方式，是分別將親子互動量表的一至七題，反向計分後加總，得分愈高，表示青少年知覺到父親、或母親愈多的正向親子互動，擁有較多來自父親或母親的關心與支持。

親子互動尚測量負向嚴格管教，分別請受試回答，當你和父親、和母親聊天或一起做事情時，他們對你的態度如何這個問題，以七等量表作為測量，從幾乎總是、總是、常常、有一半時間、不太常、幾乎沒有、到沒有，評估自己與父親、母親相處互動的情形，亦是分別將親子互動量表的八到十二題加總，得分愈高，表示青少年知覺到父親、或母親較不負向嚴格的管教。

## 5.學校脈絡中的保護因子

### (1)學校依附

請受試回答四題與學校有關的描述，依很同意、同意、不確定、不同意、很不同意作答，並將第一、第三、與第四等題先反向計分，再將四個題目的分數加總，在這個量表上的得分愈高，表示受試對學校有愈多的依附感受，喜歡學校也學學校教師關係良好。

### (2)班級凝聚力

班級凝聚力指的是受試對於班上同學相處的氣氛感受，是一種互信互賴而緊密聯結的關係。填答的方式是請受試依很同意、同意、不確定、不同意、到很不同意，回答五個有關班級氣氛的描述。計分的方式，則是將第一、第三、第四、第五題反向計分，再將五個題目的分數加總，分數愈高，顯示受試所感受到的愈有凝聚力的班級氣氛。

### (3)好朋友關係

好朋友關係的測量，則是請受試依很同意、同意、不確定、不同意、到很不同意，回答四題有關於對最要好朋友的描述。此量表的計分方式，是先將四題答項反向計分，受試在好朋友關係的量表上得分愈高，表示受試感受到愈親密良好的好朋友關係。

### (四)資料處理

本研究架構的分析欲納入「時間」因子，以瞭解青少年憂鬱症狀隨著時間的變化情形(change over time)。研究的分析策略在掌握青少年在三年觀察歷程中，於個人層次(within-person)的變化軌跡(changing trajectory)與成長差異情形，以真實地將所有受試青少年個別的憂鬱症狀發展軌跡，如實地反映出來。

研究者並加入第三個潛在變項，分別針對復原力理論所關注之幾個影響青少年憂鬱症狀發展軌跡的關鍵變項，進行因果關係的解析，以確認這些保護因子對青少年憂鬱症狀發展起始狀態、與變化軌跡的預測。

藉著「潛在成長曲線模型」(Latent growth curve modeling ,LGC Model) 的分析方法，我們可以處理長期貫時性資料中(panel data)，個人在某一變項上長期且隨時間變化的個別變異情形。經由估測個別青少年在憂鬱症狀起始狀態(initial level)，即截距(intercept)，與對變化率(rates of change)，即 slope (斜率)，增加或減少變化情形的建構，可以說明個別青少年在多個時間點間，藉由重複測量資料所反映出在憂鬱症狀起始平均分數的增減、與改變方向與速率演變的個人內在成長情形，如穩定、惡化、或改善。依此所略分出的惡化或改善類群，即做為本研究探討憂鬱症狀發展軌跡不同之兩組青少年，有哪些基本差異存在之基礎。

成長曲線分析運用平均數結構(mean structure)分析的策略，檢驗縱貫研究資料所呈現於平均數差異的動態(dynamic)變化趨勢。而成長曲線的共變分析，則在加入特定的「改變」變項，檢視這些具理論依據的特質因素，如何影響起始平均數、與軌跡變化的方向與速率(Singer & Willett, 2003; 吳齊殷、李文傑，2003；邱皓政，2003；余民寧，2006)，做為判定所加入的變項，是否能做為預測與影響青少年憂鬱症狀發展軌跡演變的重要機制。

## 四、研究結果

### (一)負向生活事件與青少年憂鬱症狀發展軌跡

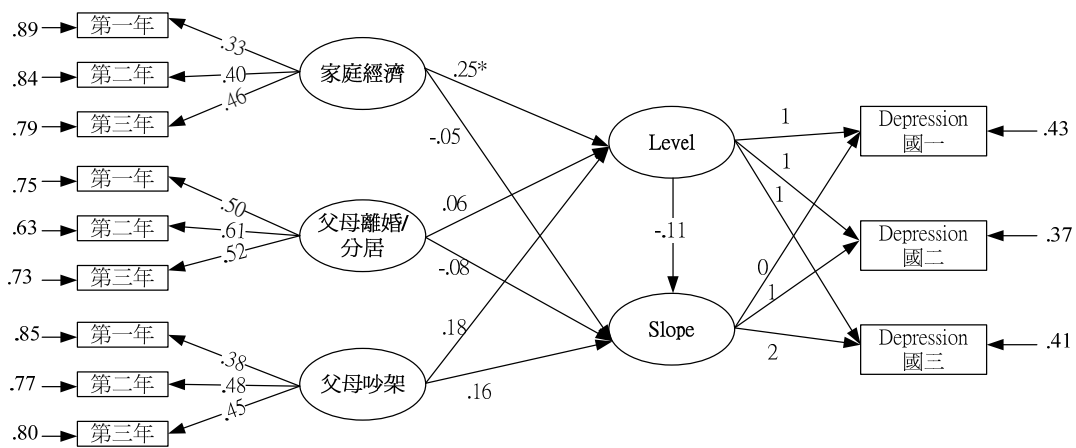
本研究選擇與父母相關聯的家庭負向生活事件，包括父母婚姻狀態、家庭經濟不利、與父母婚姻衝突，討論負向生活事件對青少年憂鬱症狀發展軌跡的影響。

表 1 顯示：當分別以曾經在三年之中經歷父母離婚或分居、家裡愈來愈沒錢、父母愈來愈常吵架的青少年為對象，檢視他們在憂鬱症狀平均數的變化。生命歷程中曾歷經父母離婚或分居的青少年，其憂鬱症狀平均數分別 66.28（國一）、65.10（國二）、69.22（國三）；身處在父母愈來愈常吵架家庭的這一組，其平均數分別為 66.53（國一）、71.13（國二）、75.41（國三）；認為家裡遭遇愈來愈沒錢這個事件的青少年，憂鬱症狀平均數為 65.84（國一）、67.68（國二）、73.14（國三）。相較於全體樣本的憂鬱症狀平均數（國一 60.60、國二 61.52、國三 65.81），在三年國中期間曾經歷家庭負向生活事件的青少年，他們的憂鬱症狀在平均數的表現上，皆呈現比全體樣本憂鬱症狀平均數來得高的分數，並且有逐年增加的傾向。此項分析結果顯示，青少年對於家庭負向生活事件的感受，反映在內化症狀的平均數變化之中。那些曾經歷家庭負向事件的青少年，在家庭脈絡的考量之下，有較高的憂鬱症狀表現。

表 1 負向生活事件與青少年憂鬱症狀

負向生活事件	憂鬱症狀(國一)			憂鬱症狀(國二)			憂鬱症狀(國三)		
	樣本數	平均數	標準差	樣本數	平均數	標準差	樣本數	平均數	標準差
父母離婚分居	108	66.28	22.66	129	65.10	19.04	123	69.22	26.10
父母愈常吵架	144	66.53	24.10	191	71.13	23.87	192	75.41	27.65
家庭經濟不利	176	65.84	20.84	218	67.68	21.88	230	73.14	24.60

本研究以LGC模型，從憂鬱分數的截距與斜率關聯係數，來討論三個負向生活事件對於憂鬱症狀發展軌跡的影響。圖1的分析結果顯示，只有家庭經濟愈來愈差了這個負向生活事件，對於憂鬱症狀的起始狀態有影響( $\beta=.25, P<.05$ )。父母親離婚或分居的婚姻狀態( $\beta=-.08, P>.05$ )、家裡愈來愈沒錢( $\beta=-.05, P>.05$ )、與父母愈來愈常吵架( $\beta=.16, P>.05$ )這三個家庭負向生活事件，對於憂鬱症狀的斜率變化皆無影響。



N=1045, Degree of Freedom=52, Chi-Square=328.91, GFI=.95, AGFI=.93

圖1 負向生活事件與青少年憂鬱症狀三年間的潛在成長曲線模型

負向生活事件與三個時間點憂鬱症狀起始狀態的關係顯示，家庭經濟不利對於青少年起始憂鬱的影響為正關聯的關係，表示家裡愈來愈沒錢這個負向生活事件，可以預測青少年憂鬱症狀在起始狀態的差異，經歷家庭經濟愈來愈差狀態的青少年，傾向展現出較高的憂鬱起始平均數。但憂鬱症狀的變化方向與成長速率，隨著時間的演進，並未受到家庭經濟不利這個負向生活事件的影響而有顯著的改變，對於那些在起始狀態表現出較低憂鬱症狀分數的青少年來說，一旦感受到家庭經濟的不利，憂鬱的發展速率並不因此變得陡峭快速。

此項結果暗示，青少年憂鬱症狀的起始狀態，並非由「發展的時間時序」所決定，部分則是受到成長歷程之中所遭及的個別生命事件所影響，而且，影響所及的層面、與層次並不一致。

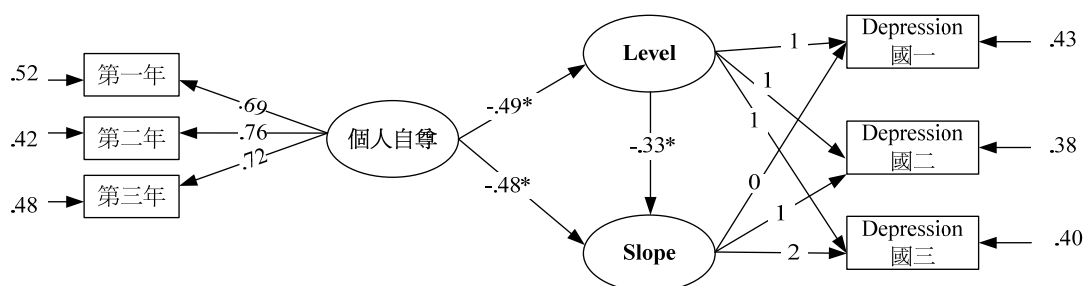
與家庭有關的負向生活事件，確實可能成為致使某些青少年在這個負向事件發生的「當下」易感、且是造成青少年較憂鬱的重要因素之一，但分析的結果卻亦顯示，如父母離婚或分居、或是父母爭吵負向事件，對於青少年憂鬱症狀的截距與斜率變化，皆沒有顯著的影響，其中所透露的一個重要的意義即在於，父母的婚姻狀態本身對青少年來說，確實造成程度上的影響效果，但是，在事件之後，也許就只是一個事過境遷的生活事件，父母的婚姻狀態實際上是離婚或分居、或者，家中父母愈來愈常吵架起衝突本身，並不是影響青少年在憂鬱症狀起始平均分數有所差異、或作為影響青少年憂鬱症狀變化方向與速率的關鍵原因。造成青少年表現出較高起始憂鬱症狀、以及致使青少年長久呈現改善或惡化的因素，可

能另有其他，如來自家庭之中、或家庭以外的重要事件，則待未來進一步探討。至於經濟不利事件，雖然影響青少年憂鬱症狀的起始狀態，但並不依隨時間的移轉，預測青少年憂鬱症狀變化軌跡的發展，顯示家裡愈來愈沒錢這個負向生活事件，對於青少年來說，並不具長時期的負向預測效果。

此項研究結果正向地顯示，負向生活事件並非是既定的限制，生活在家庭負向生活事件當中的青少年，並不一定朝向嚴重內化症狀的生命歷程軌跡發展。此結果亦反映出一個事實，即對於青少年來說，「學校」這個生活場域，反而可能變得愈來愈關鍵重要。來自學校脈絡中的生活事件，如升學、友誼關係、學業表現等，一方面可能是造成他們憂鬱症狀變化的因素；另一方面，學校與班級卻能成為青少年在家庭系統之外，能提供保護、並作為影響青少年憂鬱症狀發展軌跡變化的「雙重機會」、與「庇護所」。

## (二) 個人與學校脈絡中的保護機制與青少年憂鬱症狀發展軌跡

### 1. 個人自尊



N=1035, Degree of Freedom=10, Chi-Square=177.69, AGFI=0.9, NFI=0.93

圖2 自尊與青少年憂鬱症狀三年間的潛在成長曲線模型圖

圖2顯示：個人的自尊對於青少年憂鬱症狀的起始狀態有影響，呈現負關聯 ( $\beta=-.49, P<.05$ )的關係，亦即，自尊可以預測青少年憂鬱症狀的起始平均數。而個人自尊與斜率之間的關係為 $\beta=-.48(P<.05)$ ，也顯見自尊這個個人因子，對於青少年憂鬱症狀變化方向與改變速率的預測能量。

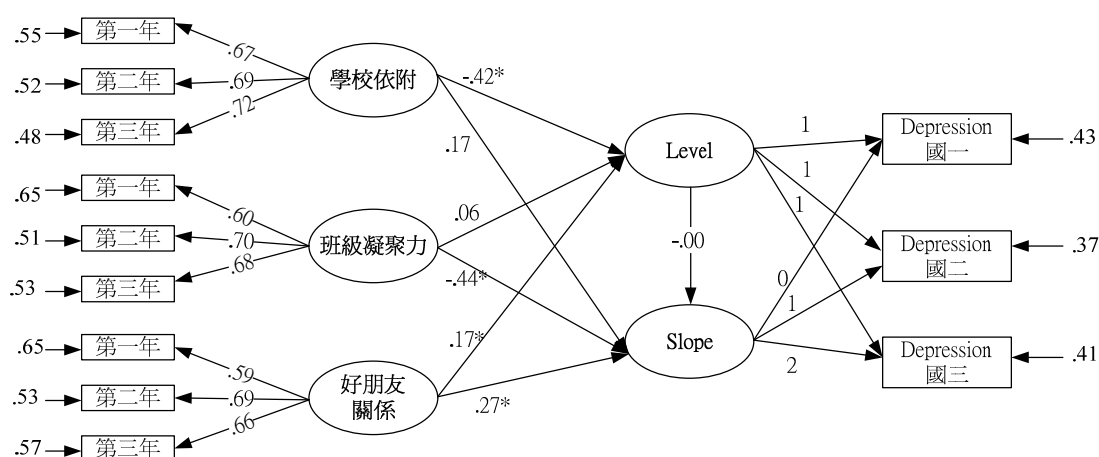
對於擁有有較高自尊的青少年來說，在初始時，即展現出較平均數(59.60)來得低的起始憂鬱症狀分數，顯示自尊高低對於青少年憂鬱起始狀態的差異具預測力。此外，自尊同時能成功預測青少年憂鬱的成長與變化速率。針對個人自尊與青少年憂鬱症狀發展軌跡的關聯反映，個人自尊能做為同時影響青少年憂鬱症

狀起始、與跨時間軌跡變化的一個重要因子。這樣的訊息一方面意味著，每個青少年皆擁有各自獨特的成長線，有不同的憂鬱症狀起始狀態，亦有發展各異、分殊的發展方向與改變速率。

## 2. 學校脈絡中的保護因子

當同時把學校依附、班級凝聚力、與好朋友關係三者，做為預測青少年憂鬱症狀截距、與斜率改變的潛在變項時，圖3的分析結果顯示：學校依附( $\beta=-.42, P<.05$ )、與好朋友關係( $\beta=.17, P<.05$ )，對於青少年的憂鬱症狀起始平均數有影響。至於班級凝聚力( $\beta=-.44, P<.05$ )、與好朋友關係( $\beta=.27, P<.05$ )，則影響青少年憂鬱症狀成長方向與速率的改變。

這樣的結果暗示：來自學校中的關係感受，可被視為影響青少年憂鬱症狀起始與長期變化的重要影響因子。在不同時間點，這些學校脈絡之中的改變因子，運作的機制則有些微的不同，換句話說，影響的時序有所差異。



N=830, Degree of Freedom=52, Chi-Square=404.67, GFI=.93, AGFI=.89

圖3 學校脈絡變項與青少年憂鬱症狀三年間的潛在成長曲線模型圖

研究的分析顯示，學校變項之間的重疊以及共變的部分，會使得變項間的關係受到干預(intervening)與控制。以青少年進入到學校場域的歷程來看此結果，除了對剛進去的學校與教師所產生的學校依附感，對青少年起始的憂鬱症狀有影響之外，在他們漸漸熟悉班級事務、與逐漸建立起自己的友誼關係之後，班級凝聚力對於青少年憂鬱症狀起始平均數的影響，則被好朋友關係所分享(shared)，好朋友關係則愈來愈能作為能真正影響與預測青少年憂鬱症狀起始狀態的關鍵

因子。純粹由好朋友的關係，可推測青少年的憂鬱症狀起始狀態，而因為好朋友關係與青少年憂鬱症狀截距之間為正關聯的關係，顯見好朋友關係愈親密時，當好朋友呈現較高憂鬱症狀時，研究者預測青少年的起始憂鬱症狀平均分數亦較高。至於對青少年憂鬱症狀改變的預測，亦遵循同樣的控制效果，也就是說，班級凝聚力、與好朋友關係、皆影響青少年憂鬱症狀軌跡變化的長期改變。

就長遠的學校生活來看，青少年對班級凝聚力的感受、與好朋友之間的親密關係互動，會比初期對於學校這個大環境脈絡、與教師的依附感受來得更關鍵重要，也因此，青少年對班級凝聚力的感受愈強，青少年憂鬱症狀的變化速率將有趨緩的傾向；而值得特別注意的是，本研究的結果顯示，好朋友間的良好關係，容易使得好朋友之間表現出相同方向的憂鬱症狀發展軌跡，研究者推測，當好朋友的關係愈緊密時，青少年憂鬱症狀的改變速率與方向將有一致的趨向。

## 五、結論與討論

Amato & Cheadle (2005)、Amato, & Sobolewski(2001)、Amato(2000)、吳齊殷(2000)等人的研究，結論出代間問題諸如父母的離婚、爭吵衝突、家庭經濟不利，所傳遞的負向限制。過去的文獻認為來自家庭的問題可預測未來較多的情緒失調或憂鬱症狀問題(Phillips, Hammen, Brennan, Najman & Bor, 2005)，但是愈來愈多的實證研究也顯示，不論出身何種家庭結構的孩子，他們大多數都能有展現適應良好的身心健康與行為(吳齊殷，2000；Wu, Huang, & Chang, 2006)，這些對於負向生活事件與青少年的憂鬱症狀關聯不再依持著一種絕對悲觀的因果關係。也就是說，即使青少年在成長歷程中不可避免地處於相對較多負向事件的狀況下，甚至這些負向生活事件是相生相成且有累積加乘的效果，但是，一個危險因子(X)並不見得只循著同一條的影響路線連結到同一個發展結果(Y)；反而，可能會有不同的個別發展路徑，這些研究發現對於研究假設的進一步思考是一個很珍貴的起點；當研究問題在問及自變項與依變項的關係時，應考慮到每個孩子皆是一個獨特的個體，都擁有屬於自己的生命歷程，或許會有一群人會順著眾人所期待預期的「平均數」結果發展，但是其他有不一樣故事發展途徑的人，更是研究者所應積極關心的對象。

這也就是為什麼本研究認為，採用長期且重複量測的青少年資料去檢視來自

家庭的負向生活事件與青少年憂鬱症狀軌跡變化之間的關聯，有其必要性的原因，透過成長曲線模型的驗證，才得以確認負向生活事件對青少年憂鬱症狀起始與長久變化的準確預測。本研究的結果發現：(1)歷經家庭系統負向事件，青少年憂鬱症狀的平均數呈現逐年增加，並且高於全體青少年的平均數；(2)從 LGC 模型的分析來說明負向生活事件與青少年跨時間在憂鬱分數截距、與斜率的變化關聯，只有家庭經濟不利這個負向生活事件對青少年憂鬱症狀的起始狀態有影響；父母離婚或分居、家庭經濟不利、與父母爭吵衝突負向生活事件，對於青少年憂鬱症狀斜率皆無影響；(3)憂鬱症狀發展軌跡呈現改善的青少年，多數經歷家裡愈來愈沒錢這個負向生活事件。

本研究的發現正好能與正向心理學的觀點相互聯結與印證；也就是說，負向生活事件本身，確實是一個致使青少年起始憂鬱平均數高於全體平均數的預測因子，顯見生命歷程中所遭遇的負向經驗，對青少年來說，確實是一個可能致使他們自此陷入脆弱易感狀況的危機。但是，本研究的結果發現，家庭經濟不利這個負向生活事件的經歷，對青少年的憂鬱症狀發展軌跡最多只有短暫的影響，這個結論亦進一步支持復原力理論的正面觀點轉向。青少年在歷經負向生活事件之後所展現的憂鬱症狀波動，只是短暫對家庭負向事件的當下反應，事件本身雖然可能仍會一直持續地重複發生，但是本研究結果暗示，青少年對於負向事件的感受會隨著時間的推移逐漸淡化，成為一個經年累月的穩定「常數」，而不會明顯地顯現在青少年憂鬱症狀的變化幅度上。因此，當討論負向生活事件對於青少年憂鬱症狀的影響時，除了找出哪些是影響青少年憂鬱症狀產生的關鍵事件之外，接續去討論如何在青少年的生活場域脈絡中，找出能關鍵改變青少年憂鬱症狀不致朝惡化軌跡發展的機制，以期積極有效改善青少年的身心健康發展，研究者認為，才是最能切合實際，並能回應復原力理論重要論述的研究焦點。

藉由負向事件與青少年憂鬱症狀發展軌跡的關係探討，本研究認為，兩者間的發展機制確實存在著起始的個別差異性。而負向生活事件本身可被視為一種每個人皆有可能感染、遭逢的「結構」或「脈絡」。既然，青少年皆被鑲嵌(embedded)於無法事先選擇的家庭環境之中，有些人確實容易受到較深的影響而深陷無法平順發展，但是本研究卻也清楚地看到，實際上，有部分個人的憂鬱成長線是一路下降，呈現改善或復原的結果。所謂的易感，並不意謂著永久的脆弱。因此，研究的問題應超越環境結構對於青少年內化症狀發展軌跡影響的既定限制發現，進

一步地以此為基礎發問：究竟為什麼在同樣的結構限制與生命歷程經驗下，仍然有一群人可以逐漸表現出比預期好的發展結果？為什麼有些青少年一旦陷入環境結構的限制，即一直落陷於某種程度的適應問題、與較多憂鬱症狀的結果，無法消解或改善？將是更有意義且直指核心的復原力研究議題。

本研究納入時間的面向，說明青少年憂鬱症狀的起始狀態與發展軌跡，並非是同步同軌的發展。研究的分析顯示青少年憂鬱症狀的起始狀態與方向改變、速率之間並無顯著的關連，亦即，青少年憂鬱症狀上的起始平均數，並不能做為預測青少年憂鬱症狀隨著時間變化而獲致改善、或惡化的因素。也因此，研究者續而將此發現連結到復原力理論一直以來所提示的內在(Gramezy, 1985)、與外在資源累積(Marchard & Hock, 2003; Brooks & Goldstein, 2003; Luthar, 2004)，以瞭解究竟有哪些個人屬性、與來自青少年生命歷程，特別是最主要之生活空間場域中的重要因素，是造成青少年憂鬱症狀個別差異的關鍵影響變因。

綜合LGC模型分析結果顯示：個人的自尊、家庭脈絡中的知覺親子關係滿意度、父親與母親採取負向嚴格管教；學校脈絡中對學校的依附感受、好朋友關係，影響青少年憂鬱症狀平均數的起始狀態。而個人的自尊、班級凝聚力與好朋友關係，則影響青少年憂鬱症狀的方向改變與速率。總的來說，個人的自尊與好朋友關係，同時作為預測青少年憂鬱症狀截距與斜率發展軌跡的關鍵因素。

就自尊這個因子而言，本研究指稱的是青少年個人對認為自己有能力、對自我效能具控制感、能積極看待自己，而復原力理論(Gramezy, 1987; Grotberg, 1997; Werner & Smith, 1992)對於復原力的一項重要定義指標，即在於認為復原力的發展來源與內涵，來自於孩子本身的長處與能力(Competence & Strength)。本項研究分析的結果顯示，個人的自尊除了影響青少年憂鬱症狀的起始平均數之外，尚會影響青少年憂鬱症狀改變的變化方向與速率。由於自尊在國一的測量階段即顯示對於青少年憂鬱症狀平均起始分數的影響，可見青少年個人對於自身能力及自我的看法，在青少年進入國中前期時即已逐漸被形塑。依據部分復原力理論學者的觀點(Elder & Conger, 2000; Brooks, 1991; Brooks & Goldstein, 2003; Werner & Smith, 1992)，自尊會在魅力成人所建構的成長環境、在緊密的家庭互動關係中，亦會在成敗經驗之中，不斷地被累積，而成為在面對生命挫折時的內在資源。這些學者們認為，在一個溫暖且充滿信任的依附關係之中，世代間對於生活價值或目標感的示範與確定，將有助於孩子發展自主與問題解決能力。而這樣的孩子在

面對未來可能的挑戰與挫折時，將更有彈性，而終能在學業上有所表現(academic competence)、能避開困境(avoidance of trouble)，此即顯示，早期家庭系統中的關係，是孩子在未來是否擁有能力處理、與面對生命歷程中許多關鍵事件的重要基礎之一。

自尊對於青少年憂鬱症狀發展斜率的影響，更明確地反映與提示一個重點，即青少年的自尊，隨著時間仍長時期地影響憂鬱症狀的後續發展。當青少年擁有對自己積極樂觀的看法、認為自己具備某些問題解決的能力時，高自尊的青少年即使面對生命中突如其來的挫折困境，也許在事件發生的起始不免有較多的情緒起伏，而使青少年可能自評自己在當下有較高的憂鬱症狀，但擁有較高自尊的青少年，隨著時間的推演，他們一直以來所擁有的能力，將致使他們在衝突逐漸淡化的情況之下，開始能運用己身的長處去思索問題的因應與解決方式，而漸漸能緩衝來自環境中的負向生活經驗，跨時間在時空的移轉下，仍有獲致成功與表現地比預期來得好的正向發展結果產生。也因此，綜合以上的實證研究發現與復原力理論對自尊的看法，研究者推論，復原力的理論站在正向的心理學角度，肯定個人自尊對於青少年面對挫折時具跨時間的關鍵影響效果，意指擁有較高自尊的青少年，在面對來自生命的挑戰時，仍能自信地顯現出不被黑暗泥沼長久羈絆，並能有化危機為轉機的自覺與調能力，以致相較於低自尊的青少年，能展現出不同的後果。也因此，個人自尊，在此能被視為能影響青少年免於朝向「比預期更壞」負向發展結果的重要保護因子。

自三個時間點對青少年自尊分數重複測量資料的檢視、及針對自尊與青少年憂鬱症狀相關文獻的評閱結果，研究者更推測，青少年的自尊累積於青少年的成長早期，不管自尊被視為一種後天培養的能力、或被認為是一種個人天生即有的性格特質，亦或被認定為一種內在資源或個人力量，個人的自尊皆是透過與生活環境脈絡的互動而成，並且會隨著不利環境或生命經歷的外在變動，而在自尊的分數上表現出起降升跌的變化。而青少年的憂鬱症狀受到個人自尊的影響，亦會有各自差異的改善或惡化方向，變化的速度當然也受到個人的自尊起始分數而有不同。

因此，在討論個人自尊對青少年憂鬱症狀的影響時，應特別注意到自尊本身會隨著時空的演進而持續變動的特性。此外，未來研究的方向，亦可考慮探討三個時間點個人自尊分數的起始狀態與斜率變化，對青少年憂鬱症狀跨時間發展軌

跡的影響，以更清楚地釐清個人自尊與青少年憂鬱症狀變化之間「內在自發」的相互因果關係機制。

復原力理論除了認為復原力的來源來自於個人的自尊之外，更致力於討論來自環境脈絡中的「關係」，對於青少年發展的重要性。此理論不斷強調，個人在與環境互動與聯結(tie)歷程之中所獲得的被支持感受 (Brooks, 1991; Elder & Conger, 2000; Conger & Conger, 2002)，能作為個人在面對生命歷程中的挫折或挑戰時，能否克服困境並及早展現復原結果的關鍵。持復原力觀點的研究者，莫不努力在尋找能保護個人免於負向情緒經驗不利影響的機制，或者，希望能找到能緩減個體在挫折之中或之後脆弱易感(vulnerability)的因子，以回答為什麼同樣經歷一個相同的負向生活事件，為何在適應上出現顯著個別差異的問題。

本研究因此主要著重於家庭脈絡與學校脈絡之中的「關係」，視個人與日常生活時空場域之中「重要他人」互動的個人感受，是否為支持青少年在負向發展的起始限制之下，尚有改變可能性的外在「資源」與「機會」。分析的結果顯示，家庭系統中，個人知覺親子關係滿意度、青少年感受到的父親負向嚴格管教、母親負向嚴格管教；學校環境之中青少年對學校的依附感受、與好朋友關係，影響青少年憂鬱症狀的平均數起始狀態。而惟有班級凝聚力與好朋友關係，影響青少年憂鬱症狀發展軌跡的變化。

Wu, Huang & Chang(2006)以青少年對家庭與學校的凝聚力、與關係滿意度討論離婚、父母吵架、與家庭經濟不利等負向生活事件對於憂鬱症狀的影響做討論。其結果發現，來自家庭與學校的良好關係互動及感受，尤其對於「重要成人」、與「同儕關係的滿意」，可減緩家庭結構、與父母婚姻狀態，對於青少年適應不良(maladjustment)的負向影響。過去類似的研究雖致力於找尋哪些來自家庭、與學校脈絡的變項，可做為中介、或調節危險因子對於青少年憂鬱症狀的保護(徐世杰，2003；楊雅惠，2003)，但囿限於橫斷式的資料、研究設計、或研究目的的不同考量，這些研究並未解釋清楚一個更深層的問題，即這些保護機制的影響效果是短暫亦或是長期的；而，這些保護機制又是如何影響青少年憂鬱症狀的起始差異與方向變化；倘若保護因子對於青少年憂鬱症狀的影響程度與層次如果一致，為何「同時」來自不利家庭結構的青少年，有些人能展現出復原的堅毅結果，但有些人卻持續出現不良的適應發展，甚至有持續惡化的發展傾向？

本研究以LGC分析，來捕捉這種用單次測量資料、或以觀察團體變化為主的

研究問題，所無法說明的個人「動態」復原與變化歷程，並且，企圖將保護因子對於青少年憂鬱症狀發展軌跡的影響，加入歷史時間的關照，在三個不同的時間點裡，掌握住真正造成憂鬱症狀原始狀態、與不同成長發展方向與速率的關鍵因素，而非在單一個時間點裡，將所有來自家庭內外的影響因素，混為一談。

生命中有許多負向經驗與隨之而起的負向影響，其實是無法事先避免的。但本研究分析結果支持復原力理論的觀點，認為個體可將對環境的感受，轉換為因應外在「變動」、相對穩定的外在「資源」，並以此做為自幽谷向上的「雙重機會」，這裡研究者指稱的即是來自家庭與學校脈絡中的保護因子。研究者試圖將「關係」的層次做二分的切割，那些對成人或學校的依附與正向互動感受，為一種由上而下「垂直」關係；至於那些對同儕或班級凝聚的正向感受與互動，則被視為一種平行的「水平」關係。從前述的模型結果綜合結論中可以發現，家庭與學校的關係中，包括對與父母親互動、與負向嚴格管教感受，以及對學校環境本身與教師的依附情感，只有對於青少年憂鬱症狀的起始狀態有顯著的影響，也就是說，重要他人、或者魅力成人對青少年憂鬱症狀的影響效果，多半只限於國中初期階段，並無法長時期地作為預測青少年憂鬱症狀變化方向與速率的因素。

但是，班級凝聚力與好朋友關係，跨時間地預測青少年憂鬱症狀的長期發展軌跡。這項結果實質上代表著重大的意義與啟示，而這是可以自青少年進入國中前後的生命歷程來動態想像的。對一個剛進入國中陌生環境的國一青少年來說，他的憂鬱症狀起始狀態可能高於全體國一青少年的平均數，當然也可能低於全體國一青少年剛進入國中階段的平均數，而個體之間憂鬱症狀起始平均數的差異，可能受到國一之前、或國一時期對於家庭親子關係滿意度、或父母管教的感受影響，也可能受到對剛進去之鉅觀學校系統、與最直接接觸之教師關係的影響。

隨著青少年漸漸對班級脈絡的熟悉，青少年主要的生活場域轉而以班級為主軸，並且開始建立起自己的友誼網絡與好朋友關係，國中青少年水平發展的友誼互動品質、與友誼建立與改變的結構，反而成為決定與影響青少年憂鬱症狀變化軌跡的關鍵因子。由於青少年一項重要的成長任務即是發展友誼，憂鬱症狀變化受到親近的同儕友伴所影響是可以確定的。此外，這個研究結果尚有一個重大的啟示，在於提示，青少年的憂鬱症狀可以受到個人所「可控制」且「可為」的部份所影響，而顯現在憂鬱症狀長久的變化方向與速率上。諸如是否滿意於成長的家庭環境、與父母之間的親子互動、與教師之間的關係，有時是外控、決定於他

人的，但是，對於班級事務的參與、與同學建立良好互動與信任、得到好朋友的幫助與忠告、得到同學的關懷與協助，這些皆是只要青少年個人有心、願意努力去追求，大多的友誼關係與網絡聯結，是可以由青少年自己所決定與掌握的。

每個青少年或許會在生命歷程之中遭遇到無法選擇、並隨時有跌入谷底的可能，但是本研究針對影響憂鬱症狀發展軌跡保護因子的幾個重要結果亦明白地顯示，只要青少年願意去擴展在家庭、或學校脈絡與資源限制之外的友誼關係，藉著選擇、透過相互影響的友伴力量，青少年個人是可以確切掌握自己在面臨谷底時的命運，是要繼續縱身躍下，亦或在友伴的支持下，自己一步步地努力往上爬，青少年並非只能接受一條命定的惡化軌跡，在班級這個脈絡之中，與同儕關係的感受，將成為朝向改善軌跡發展的契機，。

本研究結果於此的一個重要暗示，則在於透露，來自家庭與學校的「關係」，對於青少年憂鬱症狀的影響，是有重疊與時序層次的。研究分析所延伸出一個重要理論詮釋與突破，即在一條拉長的青少年生命歷程中，將家庭脈絡中的親子關係、親子互動對青少年憂鬱症狀的起始影響、以及學校中的水平同儕關係對青少年憂鬱症狀軌跡變化的影響做一前後時序的區辨。來自家庭中的關係，雖然會對青少年的憂鬱症狀產生影響，但是其影響效果多只顯現在青少年的初始階段，而學校中的關係，將逐漸成為影響青少年憂鬱症狀變化的關鍵因素。在討論青少年復原力的時候，「學校」脈絡，確實是青少年在「個人」與「家庭」脈絡之外，一條提供身心發展選擇、與出口機會的新路徑(new route)。

雖然本研究並未細究這些被視為保護因子的變項之間，如何交互影響青少年憂鬱症狀的起始與斜率改變，但是，研究結果強烈支持青少年復原力的存在，並且肯定個人透過與環境互動的歷程，能形成一種對於生命挫折的防護。不論最後青少年是依賴自己的力量、亦或是藉著來自環境的資源重新展現正向發展結果，研究者或關懷青少年憂鬱症狀發展的教育工作者，實皆毋需過度絕望以對。

本研究的結果與發現，更清楚地提醒一個事實，過去談論復原力理論，往往故事的結局就終止在一個看見永恆希望的描繪。從長期的觀點來看，復原力故事的終點並不該就此畫下完美的句點，復原力理論最大的挑戰，是在承認，雖然復原力的展現是確定的，但是，在樂觀的同時尚需注意到，既然這些在憂鬱症狀有改善改變的青少年，和那些憂鬱症狀變化率沒有特別起伏波動的青少年相比，仍是相對易感於環境變動的一群人。就像皮球的彈跳一樣，這群展現復原的一群青

少年，在一上一下的返復之間，表現出的並不是全有或全無的絕斷二分結果，所謂的復原或改善，或許只是暫時的速度緩減，並不代表永久的憂鬱症狀消失與「沒有問題」。當皮球再度被縱身丟下時，是否會再次遽烈地回彈，則是研究者需靜心思考的。倘若復原力理論欲擴增其理論的廣度，那實際關注青少年在之後更多的人生挑戰後，所展現憂鬱症狀的長期發展與變遷，才是一個更完整的研究歷程。

因此，確實掌握對歷史「時間」的縱深（謝雨生、吳齊殷、李文傑，2006），利用長期追蹤觀察資料，討論青少年(行動者)與生命歷程主要生活場域(結構)互動之間的交鎖關係，是研究復原力議題的一個重要起點。當研究者可精準地掌握所要觀察變項與發展結果的「起始狀態」時，探討「變化軌跡」才有可能性。而這樣的研究設計，亦才能回答復原力理論所長久關懷的「回復」、「改善」歷程。而結合LGC Model的研究方法，去注意到青少年在各自不同的時間與空間浸潤裡，所獨特構築的生命歷程改變，才能擷取到青少年所歷經的，如動畫式的精華歲月與動態發展結果演變。站在同樣的人生路口，為什麼有些青少年選擇走向右邊那條惡化的路徑，為什麼有些青少年選擇走向左邊那條雖然遍布荊棘，卻有機會峰迴路轉又著村？結合生命歷程理論(Elder et. al., 2002)，跟著青少年去走一遭他們在身心發展歷程所遇及的挑戰與困境，去檢視個人內在獨特的變化情形，並以適切的研究方法去回答研究問題，才有助於把個人差異的部分解釋清楚。

## 參考書目

- 吳齊殷(2000)。家庭結構、教養實施與青少年的行為問題。《台灣社會學研究》，4，51-95。
- 邱鈺茹(1999)。青少年之生活事件與憂鬱症狀。國立台灣大學流行病學研究所碩士論文，台北。
- 邱怡瑜(2001)。家庭暴力經驗對青少年性格影響之相關研究。國立中正大學犯罪防治研究所碩士論文，台北。
- 林祐誠(2004)。幽谷中的盼望—探索憂鬱青少年走向復原的生命歷程。國立台北大學社會工作學系碩士論文，台北。
- 陳為堅(2005)。學校憂鬱傾向學生推估及預防策略之研究。教育部訓育委員會專案研究。
- 張明宜(2000)。青少年堅毅力及其相關因素之探討。國立政治大學教育系研究所碩士論文，未出版，台北。
- 楊浩然(2001)。青少年憂鬱疾患及憂鬱症狀之追蹤研究。國立台灣大學流行病學研究所博士論文，台北。
- 楊雅惠(2003)。依附、負向情緒調適預期和壓力因應對情緒經驗的影響歷程之探討：以大四學生的生涯抉擇壓力為例。國立政治大學教育研究所博士論文，台北。
- 蔡宜玲(2001)。自殺意念青少年復原行為之探討：復原力之研究。國立彰化師範大學輔導與諮商系碩士論文，彰化。
- 謝雨生、吳齊殷、李文傑(2006)。青少年網絡特性、互動結構和友誼動態。《台灣社會學》，11，175-236。
- Amato, P. R. (2006). *Children and divorce: what we know and what we need to know*. Speech presented in International Conference on Children and Divorce.
- Amato, P. R. (2000). The consequence of divorce for adults and child. *Journal of Marriage and Family*, 62, 1269-1287.
- Amato, P. R., & Sobolewski, J. M. (2001). The effects of divorce and marital discord on adult children's psychological well-being. *American Sociological Review*, 66, 900-921.
- Amato, P. R., & Cheadle, J. (2005). The long reach of divorce: divorce and child well-being across three generations. *Journal of Marriage and Family*, 67(1), 191-206.
- Bureau of the Census (1997). *Statistical Abstract of the United States: The National Data Book*. Washington, DC: United States Department of Commerce.
- Buchanan, C. M., Maccoby, E.E., & Dornbush, S.M. (1996). *Adolescence after divorce*. Cambridge: Harvard University Press.
- Benard, B. (1995). *Fostering resilience in children*. (ERIC Document Reproduction Service No. ED386327)
- Brooks, R., & Goldstein (2003). *Resilience: Raising resilient Children: Fostering, Hope,*

- and Optimism in Youth Child*. McGraw-Hill Companies, Inc.
- Brooks, R., & Goldstein (2004). *The power of resilience: Achieving balance, confidence, and personal strength in your life*. McGraw-Hill Companies, Inc.
- Conger, R. D., & Conger, K. (2002). Families & family life, behaviors, social conditions & trends, economic conditions. *Journal of Marriage and Family*, 64(2), 361-374.
- Catanzaro, S. J., Wasch, H. H., Kirch, I., & Mearns, J. (2000). Coping-related expectancies and disposition as prospective predictors of coping responses and symptoms. *Journal of Personality*, 68(4), 757-788.
- Cicchetti, D., Rogosch, F. A., & Toth, S. L. (1998). Maternal depressive disorder and contextual risk: contributions to the development of attachment insecurity and behavior problems in toddlerhood. *Development & Psychopathology*, 10, 283-300.
- Courbasson, C. M. A., Endler, N. S., & Kocovski, N. L. (2002). Coping and Psychological distress for men with substance use disorders. *Current Psychology*, 21(1), 35-49.
- Davies, P. T., & Dumenci L. (1999). The interplay between maternal depressive symptoms and marital distress in the prediction of adolescent adjustment. *Journal of Marriage and the Family*, 61, 238-254.
- Elder, G. H., & Conger, R. D. (2000). *Children of the Land*. Chicago: University of Chicago Press.
- Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology. *American Psychologist*, 56, 218-226.
- Goodman, S. (2002). Depression and early adverse experiences. In Gotlib, I. & Hammen, C. (Eds.), *Handbook of depression* (pp.245-267). New York: Guilford Press.
- Gramezy, N. (1985). Stress resistant children: the search for protective factors, in: J. E. Stevenson (Ed.) *Recent Research in Developmental Psychology, Journal of Child Psychology and Psychiatry* (Book Supplement No. 4.).
- Gramezy, N. (1987). Stress, Competence, and Development: Continuities in the study of schizophrenic adults, children vulnerable to psychology, and the search for stress-resistant children. *American Journal of Orthopsychiatry*, 57(2), 159-174.
- Gramezy, N. (1991). Resiliency and vulnerability to adverse developmental outcomes associated with poverty. *American Behavioral Scientist*, 34, 416-430.
- Grotberg, E. H. (1993). *Promoting resilience in children: A new approach*. University of Alabama at Birmingham: Civitan International Research Center.
- Grotberg, E. H. (1995). *The international resilience project: research and application*. (ERIC Document Reproduction Service No. ED 423955).
- Grotberg, E. H. (1997). *The international resilience research project*. Paper presented at the Annual Convention of the International Council of Psychologists (55th, Graz, Austria, July 14-18, 1996.), (ERIC Document Reproduction Service No. ED 417861).
- Lopez, F.G., Mitchell, P., & Gormley, B. (2002). Adult attachment orientations and college students' distress: Test of a mediational model. *Journal of Counseling Psychology*, 49, 460-467.

- Luthar, S. S. (2004, in press). Resilience in development: A synthesis of research across five decades. In D. Cicchetti & D. J. Cohen (Eds.), *Developmental Psychopathology: Risk, disorder, and adaptation (2nd edition)*. New York: Wiley.
- Luthar, S. S. (2003). *Resilience and Vulnerability: Adaptation in the context of childhood adversities*. Cambridge University Press.
- Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for further work. *Child Development, 71*, 543-562.
- Masten, A., & Garmezy, N. (1985). Risk, vulnerability, and protective factors in developmental psychopathology. In Lahey, B. & Larsen, A. (Eds.), *Advances in clinical child psychology (vol.8, pp1-52)*. New York: Plenum Press.
- Marchard, J. F., & Hock, E. (2003). Mother's and fathers' depressive symptoms and conflict-resolution strategies in the marriage and children's externalizing and internalizing behaviors. *The Journal of Genetic Psychology, 164(2)*, 227-239.
- Phillips, N. K., Hammen, C. L., Brennan, P. A., Najman, J. M., & Bor, W. (2005). Early adversity and the prospective prediction of depressive and anxiety disorders in adolescents. *Journal of Abnormal Child Psychology, 33(1)*, 13-24.
- Pollard, J. A., Hawkins, J. D., & Arthur, M.W. (1999). Risk and protection: Are both necessary to understand diverse behavioral outcomes in adolescence? *Social Work Research, 23(3)*, 145-158.
- Rutter, M. (1987). Psychological resilience and protective mechanism. *American Journal of Orthopsychiat, 57(3)*, 316-331.
- Rutter, M. (1982). Developmental neuropsychiatry: Concepts, issues and problems. *Journal of Clinic Neuron psychology, 4*, 91-115.
- Simons, R. L., & Chao, W. (1996). Conduct problem. In Simons, R. L. & Associates, (Eds.), *Understanding Difference Between Divorced and Intact Families: Stress, Interaction, and child outcome*. Thousands oaks, CA: SAGE.
- Vivona, J. M. (2000). Parental attachment styles of late adolescences: Qualities of attachment relationships and consequences for adjustment. *Journal of Counseling Psychology, 47*, 316-329.
- Werner, E. E. (1989). High-risk children in young adulthood: A longitudinal study from birth to 32 years. *American Journal of Orthopsychiat, 59*, 72-81.
- Werner, E. E., & Smith, R. S. (1982). *Vulnerable but Invincible: A longitudinal study of resilient children and youth*. New York: McGraw-Hill.
- WHO (2001). *The world health report*. Retrieved from <http://www.who.int/whr/2001/chapter2/en/index.html>
- Wu, C. I., Huang, Y. T., & Chang, M. Y. (2006). *The impacts of family structure and family dysfunctions upon adolescent's depressive symptoms*. Paper presented at the Law and Family Conference. Taipei: Research Center for Humanities and Social Sciences (RCHSS).