

高中生的心理困擾與求輔意願、態度調查研究

林 瑞 欽

取自嘉義市與台中市六所公立高中 577 位高二與高三學生（男生有 292 位，女生有 285 位）為研究樣本，以探究性別、年級、都市大小對於高中生心理困擾、求輔意願與態度的影響及困擾、求輔態度、意願之間的關係。主要研究結果如下所述：高中生的困擾盛行率為 2.9% 至 34.2%，「生涯發展」、「課業」、「時間利用」、「憂鬱、沮喪與緊張」、「課程與教學適應」、「對自己的智能缺乏信心」為最普遍的六項困擾；「不良嗜好如賭博與吸食藥物等」、「性」、「人生觀與信仰」、「與師長關係」等則為高中生較少有的困擾。求輔意願隨困擾的不同而有別，「願意求輔」的百分比約為 44.3% 至 77.2%。男女生有不同的困擾與求輔態度的組型，但在困擾總分、求輔態度總分、求輔意願總分並未有性別、年級、都市的差異。受試在「對自己的智能缺乏信心」、「利用時間」、「課業」、「課程與教學適應」、「生涯發展」等困擾愈嚴重，其求輔意願也愈強，其餘十二項困擾與對映的求輔意願並未有顯著相關；但困擾愈高，其求輔態度卻愈為消極。整體而言，受試者愈為信賴輔導、愈能自我表露、愈有豐富的求輔資訊、愈少求輔的顧慮，其求輔意願將愈高。

關鍵字：心理困擾、求輔態度、求輔意願

Key words: Everyday Problems, Attitudes to Counseling, Willingness Towards Seeking Counseling

壹、緒 論

雖然各級學校都有輔導教師協助學生解決所遭遇到的困擾，但學生

卻常將輔導老師視為解決困擾最終的求助對象（吳英璋、吳武典，1980；朱娟瑩，1986；李俊良，1996）。一般青少年遇到困擾願意尋求老師協助者約為 5.55%（內政部，1993）。綜合國內有關的研究結果，大致上顯示青少年主動尋求諮商的意願並不強、態度不積極（紀文祥，1979；張學善，1989；黃進南，1994；李俊良，1996；李柏英，1985；朱娟瑩，1986；林幸台，1985；林惠雅、朱瑞玲、黃惠慧、馬志衍，1986；郭國禎，1986；洪冬桂，1986；紀文祥，1979；程玲玲，1987；1988；董華欣，1993；簡茂發、郭碧哈、葛道明、鮑洪生、魏麗敏，1994）。此種青少年求輔態度消極的現象，即使以諮商服務發軔地的美國而言，其學校輔導工作的建立迄今已近一個世紀，依然發現青少年尋求諮商較成年人為勉強，同時在建立關係時也常花費較長的時間(Sommers-Flanagan and Sommers-Flanagan, 1997)。

由於主動求助是個人因應困擾與挫折的有效策略之一，因此如何激勵青少年在遭遇到自己無法克服的挫折時，有主動尋求諮商服務的意願與態度，此深為學校輔導工作者與學者所關切(Tinsley, Aubin, & Brown, 1982；Tryon, 1980)。

國內對於學生尋求諮商的態度與行為之探究，首見於 Fischer 與 Turner(1970)之專業心理求助態度量表 (Attitude Toward Seeking Professional Psychological Help Scale) 之修訂與以大學生為主的研究（紀文祥，1979；林幸台，1979）。然迄今見諸於文獻，有關高中生的研究僅有兩篇(紀文祥，1979；賀孝銘，1989)。就此兩篇研究的時效而言，實無法反映今日高中生心理困擾與求輔態度之現況，因此為求發展適切的輔導策略，就當前高中生的心理困擾組型、求輔意願與態度加以探究，確有其必要。

在實際輔導工作中，求助個案明顯的呈現女多於男的現象(郭國禎，1986；洪冬桂，1986；王怡人，1988；Kirk, 1973；Neal, 1983；Sharp & Kirk, 1974)。此現象或許為女生有較高的自我表露意願所致（簡茂發、蔡敏光，1986；Gallagher & Scheuring, 1978；Hammers & Devolder, 1979；

Jourard, 1971)；也可能是男性有較強的恥感與否認心理傾向而有較低的求輔意願所致(程玲玲, 1987)。研究者(林瑞欽, 1994)歸納相關研究結果認為此可能是女性有較高的自我表露、求援需求、較消極的自我概念、傾於外控、較多的心理困擾等所致。雖然個人求輔態度是求輔行為重要的決定性因素之一,但並未呈現一致的性別差異現象,其中有顯示女性較積極者(朱娟瑩, 1986; 張耐, 1981; 賀孝銘, 1989; Fisher & Turner, 1970; Kligfeld & Hoffman, 1979; Gross & McMullen, 1983; Puig, 1979); 卻也有男性較積極者(林幸台, 1979; 林瑞欽, 1997); 也有研究顯示男女之間並無顯著差異(紀文祥, 1979; Farber & Geller, 1977; Lorion, 1974; Snyder, et al., 1972)。鑑於男女生對輔導的需求有其不同,顯然對於心理困擾、求輔態度與意願的性別差異仍亟需實徵探究。

不同年級學生的困擾與求輔態度、意願的差異是學校輔導工作應注意的重點。以往研究顯示:高一比高二、高三的學生有較積極的求輔態度(賀孝銘, 1989)。就目前高中生三個年級而言,一年級剛經由聯考自國中升上來,其為調適新環境將有較強的求助需求。高二與高三的學生較為穩定,若能瞭解其困擾組型、對映困擾之求輔意願、求輔態度的差異,則在發展因應的輔導策略將甚具意義。若兩個年級在上述變項沒有顯著差異存在,則顯示高中輔導工作僅需考慮兩個年段的重點。

不同都會區高中生有可能因都市生活型態的不同而有不同的心理困擾類型。此外,也將因輔導資源的豐富將導致學生之求輔態度與意願的明顯差異。嘉義市與台中市同屬都會區,然因前者人口僅二十餘萬人與後者為九十餘萬人相差極為懸殊。都市型態亦有其不同,前者是典型的小型農工商混合都市,後者則是典型的工商大都市,其生活步調有明顯的不同,如此也將影響個人的心理適應,就讀於台中市高中的學生將因較高的競爭性而有較多的心理困擾。就心理輔導資源而言,後者遠多於前者,因此有可能後者的高中生擁有較積極的求輔意願與態度。探明上述假定將有利於發展適合增進大小都會區高中生的心理健康的諮商策略。

涉及個人尋求諮商服務的因素頗為複雜，除上述提及的社會人口變項以外，如個人對自己遭遇心理困擾的知覺、對諮商資源的認知、對於輔導員的知覺、對自我解決困擾能力的評估、人格因素如個人的自我表露的程度、內外向、求援需求等也皆是重要的因素。然上述心理變項卻以對自己遭遇到困擾的主觀知覺對其求輔態度與意願最具影響，如 Mechanic (1978) 的研究即指出對心理困擾的知覺是對個人尋求心理專業求助中最具預測效力的變項。但值得注意的，Calhoun、Dawes 與 Lewis (1972)、Calhoun 與 Selby (1974) 等研究卻指出個人對自己的困擾若屬於相當嚴重時，則其求助意願與態度反趨於消極。

近年來對於高中生心理困擾的探究當以賀孝銘 (1989) 與內政部 (1993) 等兩項調查，較具時效。賀孝銘 (1989) 曾就中部地區十所公立高中與五所私立高中有效樣本 1799 人加以調查其心理困擾與求助態度，結果顯示最主要的困擾依序為自我、學習、前途發展、與情緒等方面的困擾；以性、經濟或錢財、休閒娛樂、與身體健康等方面的困擾最不感到困擾。男生在異性交友、經濟、性、前途發展、課程與教學、與休閒娛樂等方面困擾比女生嚴重；但在情緒、學習、處世態度、與自我等方面的困擾有較多的女生感到困擾，但卻以男生感到較為嚴重。因此該研究認為男生比女生有較強的心理困擾。高三比高一、二有較高的情緒困擾外，其他困擾並無顯著的年級差異。若合併賀孝銘研究中部公立高中受試的心理困擾感到「嚴重與非常嚴重」的反應，顯示最主要的困擾依序是：自我困擾(33.5%)、前途發展(32.9%)、學習(29.7%)、情緒(24.1%)、課程與教學(18.1%)等五項困擾。

內政部 (1993) 調查十八歲以下青少年的生活困擾與求助對象的調查，則顯示少年以同學或朋友為最主要的求助對象，但不同的困擾將有其主要的求助對象。以教師為主要求助對象的困擾，男生以學校選擇(8.11%)、女性則以學校課業(7.1%)的困擾最多。然上述調查對於目前高中生所遭遇到心理困擾組型、困擾盛行率、困擾與求輔態度、求輔意願的關

係等問題的探究仍有其不足之處，因此為深入瞭解高中生尋求輔導的心理機制，此等問題應加以澄清。

綜合上述，本研究目的首在探究高中生的心理困擾知覺、對映各項困擾的求輔意願、與求輔態度之整體狀況；其次，探究高中生之性別、年級、大小都市對心理困擾知覺、對映各項困擾的求輔意願、與求輔態度等分別所造成的影響；其三，探討個人心理困擾與求輔態度與意願的關係；其四，則在探討上述研究結果對高中生輔導策略的涵義。鑑於上述研究目的，本研究將探討下列研究問題：

- 一、高中生的心理困擾、對映困擾的求輔意願、求輔態度的整體現象如何？
- 二、性別、年級、大小都會區等分別對於心理困擾的影響如何？
- 三、性別、年級、大小都會區等分別對於求輔態度的影響如何？
- 四、性別、年級、大小都會區等分別對於對映困擾的求輔意願的影響如何？
- 五、心理困擾、求輔態度、求輔意願等之間的關係如何？
- 六、有關高中生求輔態度的研究結果對高中生輔導的涵義如何？

貳、研究方法

以下將就研究樣本、研究工具、研究過程與資料處理等，逐一加以說明。

一、研究樣本

本研究以就讀嘉義高中、嘉義女中、台中一中、台中二中、台中女中、與文華高中等六所省立高中的高二與高三的學生為母群，依隨機取樣原則，以班級為單位，各抽取一班學生為樣本。經汰除無效問卷之後，得到有效樣本為男生 292 位、女生 285 位，合計 577 位。上述樣本就讀嘉義市的高中者通常來自於嘉義縣、台南縣、雲林縣與嘉義市等縣市；而就讀台

中市的高中者，則來自於台中市、台中縣、南投縣、彰化縣、與苗栗縣等縣市。

二、研究工具

本研究將運用個人基本資料問卷、求輔態度量表、求輔意願量表、心理困擾量表等工具，以調查受試者的社會人口變項，以及求輔態度、求輔意願等變項。

(一)個人基本資料問卷

本問卷在調查受試者的性別、年齡、年級、學校位處都會別等項基本資料。

(二)求輔態度量表

本量表旨在測量個人尋求輔導服務的態度，內含 26 題有關求輔的敘述句。本量表為研究者(1997)參酌國內以往求助態度研究(林幸台，1979；朱娟瑩，1986；李柏英，1989)，以 Likert 方式編製成「非常同意」、「同意」、「不同意」、「非常不同意」等之四點量表。內含四因素：「主動求輔」，此因素得分愈高則表示受試者對輔導的信心與主動求輔的態度；「自我表露」，此因素得分愈高表示受試者愈願意將心理的困擾表露並且不怕受到傷害；「求輔能力」，本因素得分愈高表示受試者尋求輔導的資訊與能力愈佳；「求輔顧慮」，此因素得分愈高表示受試者愈不會有面子的顧慮而向他人求輔；反之，得分愈低，則受試者將愈傾向視求助是增加他人的麻煩，而不願求助。本量表四個分量表的 Cronbach 內部一致性係數分別為 .83、.76、.75、.67，全量表為 .82。間隔四週之穩定係數介於 .23-.70。顯然本量表的信度與效度除自我表露的穩定性較低以外，其餘皆仍屬理想。

(三)心理困擾量表

研究者（林瑞欽，1997）參酌一般學生尋求諮商時的心理困擾分類與李伯英、孟氏行為困擾分類的大類等將高中生心理困擾區分為十七類，

然後以「沒有困擾」(0)、「有點困擾」(1)、「困擾」(2)、「非常困擾」(3)等李克特(Likert)四點評量，要求受試就十七項困擾逐一依其自己的困擾情形加以評量。基本上此等困擾是一般學生尋求輔導服務的困擾分類，因此其具有頗為適切的表面效度。本量表以 287 位受試進行 Cronbach 係數內部一致性考驗，得到 $\alpha = .8941$ 。

(四)求輔意願量表

研究者(林瑞欽, 1997)基於不同的心理困擾將會有不同程度的求助意願，因此就一般青少年常見的心理困擾類別歸納為十七種。然後以非常願意、願意、不願意、非常不願意等四點評量，由受試逐題評量自己的求輔意願。此一量表得分愈高，則顯示受試者的求輔意願愈高；反之則愈低。本量表以 308 位高中生進行 Cronbach 係數內部一致性考驗，得到 $\alpha = .9337$ 。

三、資料處理

本研究資料在剔除填答不全之問卷與量表之後，即將資料輸入 Pentium 200 個人電腦，依視窗版社會科學程式輯 (SPSSx) 進行有關的統計分析。對於研究問題一則以次數分配求得百分比；問題二至四則以 t-test 進行考驗。其次，就不同向度求輔態度與意願、心理困擾間的關係以皮爾遜積差相關加以分析。各項統計分析顯著水準設定為 $P < .05$ 。

參、研究結果與討論

一、高中生心理困擾、求輔意願、與求輔態度之整體分析

若將「困擾」與「非常困擾」兩項反應的百分比合計視為受試心理困擾的盛行率(四捨五入)，則顯示十七項困擾的困擾盛行率為 3% 至 4%。依表一所示，受試最主要的前六項困擾依序是：「未來前途與方向等生涯發展」(34%)、「學習方法與成績等課業方面」(33%)、「不知如

何利用時間」(28%)、「憂鬱、沮喪、緊張」(21%)、「課程與教學適應」(19%)、「經濟或錢財」(18%)、「對自己的智力，才能缺乏信心」(18%)等。相對的，「不良嗜好」(3%)、「性」(6%)、「人生觀與信仰」(8%)、「與師長關係」(9%)等項為最少感到困擾的項目。這與以往對青少年困擾的調查結果有一致之處(內政部，1993; 賀孝銘，1989; 簡茂發等，1994; 陳宇嘉，1993; Gibson & Mitchell, 1970; Mezzano, 1971)。然而本研究與賀孝銘(1989)的調查顯著不同之處，則在於首位困擾是與生涯發展有關而非與自我有關的困擾。

表 1：高中生(n=577)在各項心理困擾之反應分析

困擾類別	沒有困擾		有點困擾		困擾		非常困擾		困擾盛行率	未答人數
	人數	%	人數	%	人數	%	人數	%		
兩性交往	316	55.1	192	33.5	37	6.5	28	4.9	11.4	4
有關家庭氣氛、與家人關係	275	48.0	212	37.0	59	10.3	27	4.7	15.0	4
與同性朋友、社團之人際交往	280	49.0	209	36.5	65	11.4	18	3.1	14.5	5
與師長關係	383	67.0	139	24.3	36	6.3	14	2.4	8.7	5
對自己長相、體格、身體健康	255	44.6	226	39.5	67	11.7	24	4.2	15.9	5
有關「性」	411	71.7	129	22.5	23	4.0	10	1.7	5.7	4
對自己的才能、智力缺乏信心	215	37.6	256	44.8	70	12.2	31	5.4	17.6	5
對瞭解與接納自我困擾	301	52.2	205	35.8	49	8.0	17	3.0	11.0	5
經濟或錢財	305	53.2	167	29.1	64	11.2	37	6.5	17.7	4
情緒衝動、不穩定	246	43.0	234	40.9	61	10.7	31	5.4	16.1	5
憂鬱、沮喪、緊張	196	34.2	257	44.9	85	14.8	35	6.1	20.9	4
不知如何安排時間	174	30.4	238	41.6	114	19.9	46	8.0	27.9	5
課業方面如學習方法、成績	110	19.2	273	47.6	122	21.3	68	11.9	33.2	4
課程、教學等適應	210	36.7	254	44.4	72	12.6	36	6.3	18.9	5
未來前途與方向等生涯發展	146	25.5	231	40.3	127	22.2	69	12.0	34.2	4
人生觀與信仰	387	67.5	140	24.4	38	6.6	8	1.4	8.0	4
不良嗜好如賭博、吸食藥物等	531	92.8	24	4.2	7	1.2	10	1.7	2.9	5

高中生以升學為目標，顯然與升學有關的學習要求將帶給高中生龐大的壓力。因此，如何選擇合於自己興趣、家人期待、未來有發展、為自己能力所及的科系與大學就讀，自然是高中生最所關注的問題。與此問題密切相關的困擾則包括對學習方法、成績等課業的關心與困難、對於所修讀的課程與教師教學的適應、個人對時間利用等。上述這些困擾若持續存在，則個人所感受到負面情緒如憂鬱、沮喪與緊張、對自己智力與才能缺

乏信心等困擾皆將隨之而生。就上述高中生最普遍的困擾加以歸納，約為生涯發展與學習、情緒與自信心、金錢、與家庭等四大類困擾，此也正是當前高中輔導工作的重點。本研究結果顯示個人困擾強度與盛行率皆不高，此意謂一般高中生對於自己困擾的排除與解決仍屬適當，也因此昭示學校輔導工作應以預防、發展取向為主，而非僅著眼於矯治式的輔導。

表 2：高中生(N=576)在對映各項心理困擾之求輔意願分析

困擾類別	非常願意		願意		合計			不願意		非常不願意	
	人數	%	人數	%	人數	%	排序	人數	%	人數	%
兩性交往	41	7.1	239	41.5	280	48.6	14	264	45.8	32	5.6
有關家庭氣氛、與家人關係	62	10.8	292	50.7	354	61.5	11	196	34.0	26	4.5
與同性朋友、社團之人際交往	62	10.8	329	57.1	391	67.9	5	162	28.1	26	4.0
與師長關係	43	7.5	289	50.2	332	57.6	13	212	36.8	32	5.6
長相、體格、身體健康	41	7.1	237	41.1	278	48.3	15	251	43.6	47	8.2
有關「性」	39	6.8	216	37.5	255	44.3	16	260	45.1	61	10.6
對自己的才能、智力缺乏信心	62	10.8	323	56.1	385	66.8	6	166	28.8	25	4.3
對瞭解與接納自我	77	13.4	316	54.9	393	68.2	4	161	28.0	22	3.8
經濟或錢財	37	6.4	218	37.8	255	44.3	17	279	48.4	42	7.3
情緒衝動、不穩定	64	11.1	314	54.5	378	65.6	7	172	29.9	26	4.5
憂鬱、沮喪、緊張	70	12.2	307	53.3	377	65.5	8	171	29.7	28	4.9
不知如何安排時間	69	12.0	296	51.4	365	63.4	9	188	32.6	23	4.0
課業方面如學習方法、成績	107	18.6	303	52.6	410	71.2	2	146	25.3	20	3.5
課程、教學等適應	86	14.9	322	55.9	408	70.8	3	153	26.6	15	2.6
未來前途與方向等生涯發展	116	20.1	330	57.3	446	77.4	1	114	19.8	16	2.8
人生觀與信仰	59	10.2	275	47.7	334	58.0	12	207	35.9	35	6.1
不良嗜好如賭博、吸食藥物等	95	16.5	267	46.4	362	62.8	10	154	26.7	60	10.4

合計「願意」與「非常願意」的百分比以為「願意求輔」的百分比，則受試願意求輔的百分比約為 44% 到 77%。依表二所示，願意求輔百分比高於 60% 的困擾依序是：「未來前途與方向等生涯發展」(77%)、「學習方法與成績等課業適應」(71%)、「課程與教學適應」(71%)、「瞭解與接納自我等所引起」(68%)、「與同性朋友、社團活動等人際交往」(68%)、「對自己智力、才能缺乏信心」(67%)、「情緒衝動、不穩定」(66%)、「憂鬱、沮喪、緊張」(66%)、「不知如何利用時間」(63%)、「不良嗜好」(63%)、「家庭氣氛、與家人的關係」(62%)等十一項；相對的，「經濟或錢財」(44%)、「性」(44%)、「對自己長相、體格與身體

健康」(48%)、「兩性交往」(49%)、「與師長關係」(58%)、「人生觀與信仰」(58%)等六項為求輔意願較低的困擾。自上述之分析，顯示高中生尋求諮商的意願會因其所遭遇到困擾性質的不同而有別。但就其性質而言，顯示高中生較普遍感到困擾的問題其求輔意願也是較高的，這些困擾即是前述所提及與生涯發展、課業有關的困擾。相當值得高中輔導人員注意的是憂鬱與焦慮的困擾，此等困擾不但是高中生所最感困擾的問題之一，同時也是他們求輔意願較高的困擾。有鑑於此，輔導人員應強化對此方面的輔導知能。依蔡崇振(1977)的調查，顯示高中生最主要的輟學原因即是「情緒困擾」與「成績太差」。顯然高中生在包括情緒衝動與不穩定、憂鬱、沮喪、緊張等情緒困擾的因應，若無法得到適當的輔導，不但會增加他們輟學的機率，而且會升高自我傷害行為發生的可能性。

「經濟或錢財」、「性」、「對自己長相、體格與身體健康」、「兩性交往」、「人生觀與信仰」、「與師長關係」等困擾是高中生較不願求輔的困擾。此與內政部(1993)調查少年最不想跟任何人商談的困擾：男性依序是容貌及外表、個性、與家人關係、健康、與經濟問題；女性則是健康、經濟問題、前途等，有部份吻合之處。有關性與金錢的困擾之求輔意願較低，可能是此等困擾的私密性較高，同時此等困擾求助輔導人員也常被認為難有具體結果等原因所致。

依表三所示，約有四成的受試不知道有誰可以幫助紓解困擾、有三成八的受試遇上不知所措時會尋求輔導老師的協助、有三成四的受試對「輔導室沒有信心」、約有五成一的受試表示「不容易找到適當的人協助紓解困擾」。顯然輔導教師的效能仍有近達四成的受試無法認同，而願意尋求輔導協助者也四成不到，由此意謂著各高中除加強輔導機密的維護、輔導教師專業知能的提振，俾獲得高中生的信賴以外；同時，基於約有一半的受試不容易找到適當的輔導人士與近四成的受試不知道輔導服務的資源而言，更應以切合高中生心理需求的作法主動的、及時的向學生宣導學校所提供的各項輔導服務。

表 3：高中生(n=577)在求輔態度量表之反應分析

題項	非常同意		同意		不同意		非常不同意		贊同 %
	人數	%	人數	%	人數	%	人數	%	
同學中有困擾，我會勸他找輔導老師談	82	14.2	339	58.9	140	24.3	15	2.6	73.9
對學校輔導中心沒有信心	29	5.0	167	29.0	333	57.8	47	8.2	34.0
找人幫忙解決心中的困擾會被別人取笑	10	1.7	60	10.4	343	59.5	163	28.3	12.2
不知所措時會去找輔導老師幫忙	23	4.0	194	33.7	313	54.3	46	8.0	37.7
找別人討論內心困擾只是浪費時間而已	10	1.7	32	5.6	312	54.2	222	38.5	7.3
如有所幫助我會跟輔導老師坦陳個人困擾	72	12.5	312	54.2	164	28.5	28	4.9	66.7
有心理困擾跟輔導老師談會得到適當協助	71	12.3	404	70.1	90	15.6	11	1.9	82.5
心理遇上困擾時我會找輔導老師幫忙	28	4.9	182	31.6	332	57.6	34	5.9	36.5
者輔導老師談較易解決自己心理的困擾	34	5.9	280	42.7	236	41.0	25	4.3	54.6
如長期處於困擾我願意尋求心理輔導	112	19.4	350	60.8	98	17.0	16	2.8	80.2
跟輔導老師談也解決不了自己的困擾	18	3.1	155	26.9	358	62.2	45	7.8	30.0
內心有嚴重困擾時輔導老師能幫我解決	26	4.5	318	55.2	216	37.5	16	2.8	59.7
我不在意別人是否知道我找輔導老師談話	72	12.5	352	61.1	133	23.1	19	3.3	73.6
人應自己解決困擾找輔導老師是萬不得已的	63	10.9	241	41.8	222	38.5	50	8.7	52.8
除非無法忍受內心困擾否則不會找人討論	89	15.5	294	51.0	160	27.8	33	5.7	66.5
只有弱者才需要別人幫忙解決心中困擾	12	2.1	27	4.7	302	52.4	235	40.8	6.8
因心理上困擾而接受他人幫忙有傷自尊心	9	1.6	42	7.3	330	57.3	195	33.9	8.9
人不應為內心困擾隨便打擾別人請求幫忙	21	3.6	119	20.7	313	54.3	123	21.4	24.3
內心的困擾不適合找別人幫忙	11	1.9	74	12.8	362	62.8	129	22.4	14.8
心理上的困擾誰也幫不上忙	22	3.8	82	14.2	306	53.1	166	28.8	18.1
只要有有助於紓解我的困擾我定會找他幫忙	160	27.8	346	60.1	61	10.6	9	1.6	87.8
心中困擾時找人幫忙有助紓解困擾的情緒	148	25.7	382	66.3	39	6.8	7	1.2	92.0
我不知道如何向別人陳述心中的困擾	35	6.1	228	39.6	269	46.7	44	7.6	45.7
我很难容易跟師長討論心中困擾	103	17.9	296	51.4	150	26.0	27	4.7	69.3
我不知道有誰可以幫我紓解困擾	38	6.6	185	32.1	281	48.8	72	12.5	38.7
我不容易找到適當的人幫我紓解困擾	58	10.1	234	40.6	224	38.9	60	10.4	50.7

有四成六的受試表示「不知道如何向別人陳述心中的困擾」、有近七成的受試「不容易跟師長討論心中困擾」、有五成三的受試贊同「人應自己解決自己的困擾，求輔是萬不得已的」、有六成七的受試贊同「除非無法忍受心中困擾，否則不會找人討論」，此意謂著大部份的高中生仍以自行解決心中的困擾為多，視求輔為解決心理困擾的最後資源。因此，個人若不是其困擾已是相當嚴重、並且有關的求助資源皆已經嘗試過，應不會尋求專業輔導服務。

同時，上述結果也顯示大部份高中生遇到困擾時常以壓抑為之，而

有不能與不願向他人表露的困難。有鑑於此，如何促進學生表露自己困擾的能力與勇氣，將是輔導工作者應以重視的課題。

本研究以四點評量評估求輔意願與態度，求輔態度的平均得分為 2.80，而求輔意願的平均得分為 2.66，雖然求輔態度較求輔意願積極，然而兩者的平均值皆低於「3」（表示願意或同意的積極值），顯示本研究受試的求輔態度與意願並不強。

表 4：男女生在各項心理困擾之平均數、標準差與 t 值

困擾類別	男生 n=291		女生 n=281		t	df	P
	平均數	標準差	平均數	標準差			
兩性交往	.7354	.896	.4804	.697	3.81	545.66	.000
有關家庭氣氛、與家人關係	.7388	.818	.6904	.848	.70	570	.486
與同性朋友、社團之人際交往	.6082	.778	.7679	.807	-2.41	569	.016
與師長關係	.5120	.763	.3643	.664	2.47	563.35	.014
對自己長相、體格、身體健康	.7310	.830	.7794	.811	-0.70	569	.482
有關「性」	.4845	.721	.2278	.526	4.88	530.76	.000
對自己的才能、智力缺乏信心	.7069	.758	1.0071	.882	-4.37	569	.000
對瞭解與接納自我困擾	.5241	.692	.7189	.825	-3.05	545.87	.002
經濟或錢財	.7320	.900	.6833	.912	.64	570	.521
情緒衝動、不穩定	.7045	.771	.8714	.903	-2.38	569	.018
憂鬱、沮喪、緊張	.8247	.810	1.0391	.888	-3.02	570	.003
不知如何安排時間	1.0309	.903	1.0857	.912	-0.72	569	.471
課業方面如學習方法、成績	1.1690	.897	1.3594	.896	-2.54	569	.011
課程、教學等適應	.8552	.848	.9181	.864	-0.88	569	.380
未來前途與方向等生涯發展	1.1649	.958	1.2562	.955	-1.14	570	.254
人生觀與信仰	.4296	.703	.4093	.654	.36	570	.057
不良嗜好如賭博、吸食藥物等	.1649	.593	.0714	.331	2.34	458.15	.020
心理困擾總分	12.1031	7.894	12.7189	7.786	-.34	570	.348

依表 5 所示，男女生的對映心理困擾之求輔意願除不良嗜好的

二、心理困擾、求輔意願、求輔態度等之性別差異分析

依表四所示，困擾總分並未有顯著的性別差異，然而男生在「兩性交往」、「與師長關係」、「性」、「不良嗜好」等方面的困擾顯著的高於女生；女生在「與同性交往或社團活動之人際交往」、「對自己才能或智力缺乏信心」、「瞭解與接納自我」、「情緒衝動或不穩定」、「憂鬱

、沮喪或緊張」、「課業如學習方法或成績」等項困擾則顯著的高於男生。顯然，上述結果意謂著男女生有不同的心理困擾組型。女生有較多的情緒困擾與俞筱鈞與黃志成（1987）、賀孝銘（1989）等的研究一致。男生有較多的兩性交往、性、金錢的困擾，則與陳宇嘉（1992）、賀孝銘（1989）一致。大致上，情緒控制與自我概念是對女生輔導尤須加強的重點；而兩性交往與金錢管理則是對男生輔導的重點。

就本研究男女受試的心理困擾分析，顯示受試者的困擾介於「有點困擾」與「困擾」之間者，男女生一致者僅有：「課業如學習方法或成績」、「不知如何安排時間」、「未來前途、方向之有關生涯發展」等三項困擾；女生則尚多有「對自己才能或智力缺乏信心」、「憂鬱、沮喪或緊張」外，其餘皆在「沒有」與「有點困擾」之間，顯而易見，一般高中生在生活中並未有嚴重的困擾，這也似乎意謂著青少年的心理困擾嚴重到需要尋求專業輔導服務者並不多。

表 5：男女生在各項心理困擾之求輔意願平均數、標準差與 t 值

困擾類別	男生 n=291		女生 n=281		t	df	P
	平均數	標準差	平均數	標準差			
兩性交往	2.5479	.733	2.4542	.684	1.59	574	.113
有關家庭氣氛、與家人關係	2.6986	.745	2.6549	.704	.72	574	.470
與同性朋友、社團之人際交往	2.7260	.732	2.7676	.658	-.72	570.49	.474
與師長關係	2.6233	.761	2.5669	.650	.96	564.70	.339
對自己長相、體格、身體健康	2.4932	.730	2.4507	.762	.68	574	.495
有關「性」	2.4384	.791	2.3697	.743	1.07	574	.284
對自己的才能、智力缺乏信心	2.6918	.719	2.7746	.692	-1.41	573.95	.159
對瞭解與接納自我困擾	2.7911	.723	2.7641	.716	.45	574	.653
經濟或錢財	2.4521	.751	2.4155	.691	.61	574	.544
情緒衝動、不穩定	2.7295	.745	2.7148	.688	.25	574	.806
憂鬱、沮喪、緊張	2.7192	.757	2.7359	.711	-.27	574	.785
不知如何安排時間	2.7158	.749	2.7113	.699	.07	574	.941
課業方面如學習方法、成績	2.8219	.779	2.9049	.714	-1.33	572.01	.183
課程、教學等適應	2.8185	.735	2.8451	.665	-.46	571.0	.649
未來前途與方向等生涯發展	2.9623	.734	2.9331	.693	.49	574	.623
人生觀與信仰	2.6610	.776	2.5810	.721	1.28	574	.201
不良嗜好如賭博、吸食藥物等	2.7911	.862	2.5845	.863	2.87	574	.004
求輔意願總分	45.6815	8.575	45.1950	8.128	.70	574	.486

依表五所示，男女生的對映心理困擾之求輔意願除不良嗜好的困擾以外並未有顯著的不同。求輔意願總分的性別差異也未達.05 顯著水準。男生在不良嗜好如賭博、吸食藥物等困擾比女生有較高的求輔意願。

依表六所示，男生較為信賴輔導人員，而有較為主動的求輔態度。此與林幸台（1978）、Farber 與 Geller（1977）、Lorion（1974）等的結果一致；但女生則較為不顧慮求輔對自我的威脅如有損自尊心等，卻與朱娟瑩（1986）、黃進南（1994）一致。上述意謂著對求輔態度的研究可能要考慮到求輔態度內涵中不同的向度，而非僅著眼於全盤性的態度。綜上所述，求輔態度會因樣本的不同而有不同的性別差異。

表 6：男女生在求輔態度量表各項得分之平均數與標準差、t 值

變項	男生		女生		t	df	P
	平均數	標準差	平均數	標準差			
主動求輔	30.1375	5.111	29.0915	4.488	2.61	566.73	.009
自我表露	25.3058	3.681	25.5669	3.363	-.89	573	.375
求輔能力	10.0447	2.314	9.7746	2.369	1.38	573	.167
求輔顧慮	7.4708	1.733	7.7746	2.369	-2.09	573	.037
求輔態度總分	72.9588	10.019	72.2077	9.101	.94	573	.348

三、心理困擾、求輔意願、求輔態度之年級差異分析

依表七所示，高二學生比高三學生有較高的經濟困擾，但高三學生則卻比高二學生有較高的不良嗜好如賭博、吸食藥物的困擾，其餘的困擾沒有顯著的差異。上述差異可能是因高二學生比較有時間作休閒活動而需要較多的金錢，高三學生多半全心準備大學聯考，因此較少參與休閒活動而較不需要錢，因此而較少經濟的困擾。雖然本研究受試有不良嗜好困擾者極為少數，但高三學生有較多的困擾似乎也凸顯高三學生是否藉藥物與賭博以消除升學焦慮呢？此相當值得未來進一步探究。

依表八所示，高二與高三學生的求輔意願並無顯著差異。如此意謂著兩個年級的求輔需求相當一致。若以 2.5 為區分點，則求輔意願較低的困擾，依序為「性」、「經濟或錢財」、「長相、體格與身體健康」等項

表 7：高二與高三生在各項心理困擾平均數、標準差與 t 值

困擾類別	高二 n=335		高三 n=236		t	df	P
	平均數	標準差	平均數	標準差			
兩性交往	.6269	.834	.5805	.781	.67	568	.502
有關家庭氣氛、與家人關係	.7433	.844	.6737	.814	.09	569	.326
與同性朋友、社團之人際交往	.7254	.809	.6298	.776	1.41	569	.159
與師長關係	.4209	.708	.4681	.735	-.77	569	.441
對自己長相、體格、身體健康	.7642	.841	.7447	.792	.28	568	.441
有關「性」	.3313	.595	.3983	.710	-1.18	447.75	.237
對自己的才能、智力缺乏信心	.8507	.849	.8596	.817	-.12	569	.901
對瞭解與接納自我困擾	.5970	.743	.6511	.799	-.83	568	.408
經濟或錢財	.7672	.932	.6144	.850	2.00	569	.046
情緒衝動、不穩定	.7701	.850	.8043	.829	-.48	569	.634
憂鬱、沮喪、緊張	.8925	.844	.9788	.868	-1.19	569	.235
不知如何安排時間	1.0389	.924	1.0847	.886	-.59	569	.553
課業方面如學習方法、成績	1.2687	.928	1.2511	.863	.23	569	.819
課程、教學等適應	.8952	.862	.8686	.848	.36	569	.715
未來前途與方向等生涯發展	1.2299	.953	1.1822	.966	.59	569	.559
人生觀與信仰	.3821	.645	.4703	.723	-1.50	468.95	.134
不良嗜好如賭博、吸食藥物等	.0749	.392	.1695	.558	-2.24	393.48	.025
困擾總分	12.3731	7.709	12.4068	8.025	-.05	569	.960

表 8：高二與高三生在對映各項困擾求輔意願之平均數、標準差與 t 值

困擾類別	高二 n=336		高三 n=237		t	df	P
	平均數	標準差	平均數	標準差			
兩性交往	2.4911	.704	2.5105	.717	-.32	571	.746
有關家庭氣氛、與家人關係	2.6726	.700	2.6751	.759	-.04	571	.968
與同性朋友、社團之人際交往	2.7381	.702	2.7553	.694	-.29	571	.772
與師長關係	2.6101	.704	2.5738	.719	.60	571	.547
對自己長相、體格、身體健康	2.4851	.749	2.4515	.744	.53	571	.596
有關「性」	2.3988	.770	2.4093	.768	-.16	571	.873
對自己的才能、智力缺乏信心	2.7321	.699	2.7342	.720	-.03	571	.973
對瞭解與接納自我困擾	2.7619	.697	2.7975	.754	-.58	571	.561
經濟或錢財	2.4077	.715	2.4641	.728	-.92	571	.356
情緒衝動、不穩定	2.7351	.690	2.7004	.758	.56	477.3	.576
憂鬱、沮喪、緊張	2.7173	.708	2.7426	.774	-.41	571	.685
不知如何安排時間	2.6994	.742	2.7300	.703	-.50	571	.620
課業方面如學習方法、成績	2.8839	.762	2.8270	.730	.90	571	.371
課程、教學等適應	2.8214	.715	2.8439	.687	-.38	571	.707
未來前途與方向等生涯發展	2.9792	.743	2.9072	.670	1.19	571	.235
人生觀與信仰	2.5863	.764	2.6624	.728	-1.20	571	.231
不良嗜好如賭博、吸食藥物等	2.6488	.875	2.7384	.858	-1.22	571	.224
求輔意願總分	45.3690	8.291	45.5232	8.471	-.22	571	.828

，但高二生尚有「兩性交往的困擾」。意願較高的五項，則依序為生涯發展、教學與課程適應、課業方面、自我瞭解與接納、同性朋友與社團關係等人際交往等項。顯而易見的，求輔意願較低的困擾對個人較具隱私性，就高二與高三學生來說並無不同。依表九所示，高二與高三學生在求輔態度量表的四個分量表得分與總分，並沒有顯著的差異。此一結果與賀孝銘(1989)的研究相當一致。

表 9：受試在求輔態度量表各項得分與總分之平均數與標準差、t 值

變項	高二 n=337		高三 n=237		t	df	P
	平均數	標準差	平均數	標準差			
主動求輔	29.4718	5.014	29.8650	4.560	-.96	572	.338
自我表露	25.4599	3.464	25.4304	3.596	.10	572	.921
求輔能力	9.8279	2.364	10.0380	2.313	-1.06	572	.291
求輔顧慮	7.5519	1.762	7.7257	1.719	-1.18	572	.240
求輔態度總分	72.3116	9.576	73.0591	9.522	-.92	572	.356

四、心理困擾、求輔意願與態度之都市別差異分析

依表十所示，大小都會區高中生心理困擾的差異僅顯示在「不良嗜好」、「生涯發展」、「時間安排」等三項。台中市的學生在後二項困擾有較多的困擾，似乎顯示台中都會區的高中在輔導工作上亟需加強學生的時間管理與生涯輔導。相對的，參照性別差異的結果顯示對嘉義男高中生，要注意到不良嗜好戒除的輔導。然而就前六項較嚴重的困擾而言，嘉義市高中生依序是：「課業」、「生涯發展」、「憂鬱沮喪與緊張」、「課程與教學」、「時間利用」、「缺乏自信」等困擾；台中市高中生則為「課業適應」、「生涯發展」、「時間利用」、「憂鬱、沮喪與緊張」、「課程與教學」、「缺乏自信」等困擾。

依表十一所示，兩都會區的受試皆以「生涯發展」、「課業困擾」、「課程與教學」等三項困擾有最高的求輔意願；而以「性」、「金錢」等困擾的求輔意願最低。除在「憂鬱與緊張」、「時間安排」等困擾，台中市受試有顯著較高的求輔意願外，其餘困擾的求輔意願兩地區的受試並未有顯著的差異。顯然如何提高學生遭遇到情緒與時間管理困擾時的求輔

表 10：嘉義市與台中市高中生在各項心理困擾平均數、標準差與 t 值

困擾類別	嘉義市 n=196		台中市 n=377		t	df	P
	平均數	標準差	平均數	標準差			
兩性交往	.5765	.810	.6277	.816	-.71	570	.476
有關家庭氣氛、與家人關係	.7245	.869	.7101	.812	.20	570	.844
與同性朋友、社團之人際交往	.7143	.859	.6720	.761	.60	569	.547
與師長關係	.4745	.787	.4213	.681	.84	569	.402
對自己長相、體格、身體健康	.7653	.875	.7493	.792	.22	569	.825
有關「性」	.3878	.696	.3431	.617	.79	570	.432
對自己的才能、智力缺乏信心	.8265	.848	.8693	.828	-.58	569	.561
對瞭解與接納自我困擾	.5816	.750	.6400	.775	-.86	569	.388
經濟或錢財	.7908	.929	.6649	.891	1.58	570	.115
情緒衝動、不穩定	.8112	.877	.7733	.824	.51	569	.610
憂鬱、沮喪、緊張	.9337	.906	.9282	.828	.07	570	.942
不知如何安排時間	.8359	.858	1.1729	.912	-4.27	569	.000
課業方面如學習方法、成績	1.1846	.945	1.3032	.875	-1.49	569	.136
課程、教學等適應	.9031	.826	.8773	.872	.34	569	.733
未來前途與方向等生涯發展	1.0969	.926	1.2686	.969	-2.04	570	.042
人生觀與信仰	.3878	.610	.4362	.713	-.85	452.26	.396
不良嗜好如賭博、吸食藥物等	.1786	.635	.0880	.380	2.13	569	.034
心理困擾總分	12.1633	8.113	12.5319	7.702	-.53	570	.594

表 11：不同都市受試在對映各項困擾之求輔意願平均數、標準差與 t 值

困擾類別	嘉義市 n=197		台中市 n=377		t	df	P
	平均數	標準差	平均數	標準差			
兩性交往	2.5076	.675	2.4960	.726	.19	572	.840
有關家庭氣氛、與家人關係	2.6447	.711	2.6897	.731	-.71	572	.480
與同性朋友、社團之人際交往	2.7310	.731	2.7533	.680	-.36	572	.716
與師長關係	2.5685	.757	2.6101	.684	-.67	572	.506
對自己長相、體格、身體健康	2.5228	.793	2.4456	.720	1.18	572	.239
有關「性」	2.3452	.822	2.4350	.738	-1.33	572	.186
對自己的才能、智力缺乏信心	2.6751	.711	2.7639	.703	-1.43	572	.153
對瞭解與接納自我困擾	2.7868	.725	2.7719	.719	.24	572	.814
經濟或錢財	2.3909	.766	2.4536	.695	-.99	572	.322
情緒衝動、不穩定	2.6853	.764	2.7401	.693	-.84	365.39	.401
憂鬱、沮喪、緊張	2.6396	.806	2.7745	.692	-2.00	348.81	.047
不知如何安排時間	2.6193	.757	2.7613	.704	-2.18	373.39	.030
課業方面如學習方法、成績	2.8528	.772	2.8647	.737	-.18	572	.856
課程、教學等適應	2.8223	.703	2.8355	.703	-.21	572	.831
未來前途與方向等生涯發展	2.9391	.733	2.9549	.704	-.25	572	.801
人生觀與信仰	2.6142	.765	2.5207	.742	-.10	572	.922
不良嗜好如賭博、吸食藥物等	2.6701	1.029	2.6950	.772	-.30	313.99	.765
求輔意願總分	45.0152	8.217	45.6658	8.428	-.89	572	.376

意願是嘉義市高中輔導工作亟需注意的。

依表十二所示，受試的求輔態度並不因學校位處於大小都會區而有所顯著的差異。

表 12：受試在求輔態度量表各項得分之平均數、標準差、t 值

變項	嘉義市 n=198		台中市 n=377		t	df	P
	平均數	標準差	平均數	標準差			
主動求輔	30.0051	5.109	29.4191	4.683	1.38	573	.168
自我表露	25.3737	3.691	25.4668	3.442	-.30	573	.764
求輔能力	9.9242	2.541	9.9045	2.236	.10	573	.924
求輔顧慮	7.5606	1.918	7.6525	1.648	-.60	563	.549
求輔態度總分	72.8636	10.418	72.4430	9.114	.50	573	.617

五、心理困擾、求輔態度、求輔意願的關係

(一)求輔態度各層面得分與總分之關係

依表十三所示，求輔態度量表四個分量表得分之間有顯著的中度正相關，即顯示受試愈為信賴輔導人員、則其自我表露也愈高，求輔的資訊也愈為豐富，求輔的顧慮就愈少。

表 13：求輔態度量表各項得分總分等變項的相關

	主動求輔	自我表露	求輔能力	求輔顧慮	求輔態度
主動求輔	-				
自我表露	.4844***	-			
求輔能力	.3555***	.4133***	-		
求輔顧慮	.3819***	.5311***	.3574***	-	
求輔態度	.8402***	.8109***	.6316***	.6582***	-

● n=575; *P<.05; ** P<.01; *** P<.001

(二)心理困擾與求輔態度的關係

依表十四所示，心理困擾總分除與自我表露得分沒有顯著相關外，與主動求輔、求輔能力、求輔顧慮等分量表與全量表總分有顯著的負相關。此意謂著受試愈能信賴輔導、求輔資訊與能力愈強、求輔顧慮愈少者，則其心理困擾愈少。整體而言，求輔態度愈積極者，其心理困擾愈少。

依表十四所示，除「兩性交往」、「性」、與「不良嗜好」等三項

困擾與「主動求輔」得分的相關未達顯著以外，其餘十五項困擾與「主動求輔」得分有顯著的低度負相關。此意謂著這些困擾愈少，則愈信賴輔導人員與機構而主動求輔。但是「自我表露」的得分除與「自我瞭解與接納」、「人生觀與信仰」、「不良嗜好」等三項困擾有顯著的負相關外，與其餘十四項困擾的負相關未達.05 顯著水準。此意謂著受試者愈能表露自己，則其對自我瞭解與接納、人生觀與信仰、不良嗜好等的困擾將愈少。

表 14：十七項心理困擾與求輔態度量表各分量表得分與總分的相關

困擾項目	主動求輔	自我表露	求輔能力	求輔顧慮	求輔態度	困擾總分
兩性交往	-.064	.030	-.058	.014	-.033	.507***
家庭	-.143**	-.039	-.190***	-.090*	-.150***	.511***
人際交往	-.161***	-.058	-.198***	-.103*	-.171***	.560***
師長關係	-.083*	.008	-.177***	.044	-.074	.460***
長相、身體健康	-.174***	-.031	-.194***	-.035	-.154***	.579***
性	-.033	-.052	-.105*	-.034	-.068	.447***
自信心	-.110**	-.031	-.268	-.093*	-.150***	.639***
自我接納	-.201***	-.131**	-.236***	-.113**	-.229***	.688***
金錢	-.157***	-.043	-.064	-.058	-.122**	.511***
情緒衝動	-.232***	-.045	-.205***	-.062	-.196***	.675***
憂鬱	-.216***	-.044	-.196***	-.096*	-.191***	.692***
時間利用	-.107*	.004	-.174***	-.058	-.106*	.660***
課業	-.095*	.041	-.148	-.055	-.079	.672***
課程教學	-.082*	.000	-.141**	-.078	-.090*	.603***
生涯發展	-.101*	.042	-.129**	-.043	-.075	.644***
人生觀	-.137**	-.128**	-.161***	-.075	-.170***	.461***
不良嗜好	.006	-.118**	-.072	-.047	-.067	.283***
心理困擾	-.2220***	-.0526	-.2808***	-.1026*	-.2195***	

df=569; * P<.05; ** P<.01; *** P<.0

依表十四所示，除經濟或錢財、不良嗜好等兩項困擾與求輔能力未達顯著以外，其餘十五項困擾與「求輔能力」有顯著負相關。換句話說，受試者有愈多的求輔資訊與資源，即求輔能力愈強，則其困擾將愈少。「求輔顧慮」與「家庭」、「與同性朋友、社團之人際交往」、「對自己智能缺乏信心」、「自我瞭解與接納」、「憂鬱沮喪、緊張」等困擾有顯著低度負相關，但與其餘十二項困擾的負相關則未達.05 的顯著水準。此意謂著受試者在上述五項困擾愈為嚴重，則求輔時有較多的顧慮。

依表十四所示，除「兩性交往」、「性」、「師長關係」、「課業」、「生涯發展」、「與不良嗜好」等六項困擾與「求輔態度總分」的相

關未達顯著以外，其餘十一項困擾與「求輔態度總分」有顯著的負相關。此意謂著這些困擾愈少，則求輔態度愈積極。

表 15：不同困擾與相對映之求輔意願的相關(n=570)

困擾類別	求輔意願類別	
	r	P
兩性交往	.080	.055
有關家庭氣氛、與家人關係	.026	.539
與同性朋友、社團活動之人際交往	.059	.157
與師長關係	-.078	.061
對自己的長相、體格、身體健康	-.019	.647
有關「性」	.006	.890
對自己的才能、智力缺乏信心	.141	.001
對瞭解與接納自我所引起的困擾	.029	.493
經濟或錢財	.001	.982
情緒衝動、不穩定	.040	.344
憂鬱、沮喪、緊張	.036	.388
不知如何安排時間	.196	.000
課業方面如學習方法、成績	.193	.000
課程、教學等適應	.158	.001
未來前途與方向等生涯發展	.171	.000
人生觀與信仰	.058	.164
不良嗜好如賭博、吸食藥物等	.001	.972

歸納上述，受試的困擾愈為嚴重，其求輔的態度愈為消極。此結果與 Calhoun、Dawes 與 Lewis(1972)、Calhoun 與 Selby (1974)的研究結果一致，即個人對自己的困擾若屬於相當嚴重時，則個人求助的意願與態度反趨於消極。

(三)心理困擾與求輔意願的關係

心理困擾總分與求輔意願總分的相關卻未達顯著水準($r = .0065$, $df = 569$)。依表十五所示，十七項困擾與相對映的求輔意願之相關，僅有下列五項困擾達到顯著的低度正相關，它們是：「對自己智能缺乏信心」、「時間利用」、「學習方法與成績」、「課程與教學適應」、「未來前途與方向等生涯發展」等。換句話說，上述五項困擾愈高，則其求輔意願也愈高。此外，「與師長關係」、「對自己的長相、體格、身體健康」、「不良嗜好」等三項困擾雖然與相對映的求輔意願沒有顯著相關，但值得注意的是其相關是負的，此似乎意謂著這些困擾受試者有困擾愈高，求輔意願

愈低的傾向。就上述困擾與相對映的求輔意願之相關，正說明個人的求輔意願將因其困擾而有不同的組型。就其性質而言，困擾愈高而求輔意願也愈強的困擾皆屬大部份高中生所遭遇到的困擾；而兩者之間沒有關係或困擾愈高但求輔意願卻似乎有愈低傾向的困擾，則都屬私密性較高的個人內在困擾。

(四)求輔態度與求輔意願的關係

依表十六所示，求輔態度量表四個分量表得分：主動求輔($r=.3935$)、自我表露($r=.2369$)、求輔能力($r=.1501$)、求輔顧慮($r=.1737$)等與求輔意願的總分有極顯著($df=571, p=.000$)的正相關，求輔態度總分也與求輔意願總分有極顯著的中度正相關($r=.3556, df=571, p=.000$)。此意謂著受試愈能信賴輔導、則其自我表露也愈高，求輔的資訊也愈為豐富，求輔的顧慮就愈少，則其求輔意願也愈高。整體而言，受試的求輔態度愈為積極，則其求輔意願將愈高。

依表十六所示，主動求輔得分、求輔態度總分與十七項困擾之求輔意願有極顯著的正相關。除經濟或錢財困擾的求輔意願與自我表露得分沒有顯著相關以外，其餘十六項困擾之求輔意願與自我表露得分有極顯著的正相關。除課業方面困擾、生涯發展、課程與教學適應、時間利用等項困擾之求輔意願與求輔能力的相關未達顯著水準以外，其餘十三項困擾之求輔意願皆與之有顯著的低度正相關。除對自己智能缺乏信心的困擾以外，其餘十六項困擾的求輔意願皆與求輔顧慮有顯著的正相關。

歸納上述，受試者的求輔態度愈為積極，即愈為主動求輔、自我愈為表露、愈能信賴輔導人員與機構、求輔資訊愈為充足、資源愈豐富、求輔顧慮愈少，則其遭遇到心理困擾時的求輔意願也將愈強。顯然求輔意願與其態度是有其關連的，因此增強學生的求輔態度將有助於渠等遭遇到困擾時的求輔意願。

表 16：十七項求輔意願與求輔態度等相關

求輔意願之困擾別	主動求輔	自我表露	求輔能力	求輔顧慮	求輔態度
兩性交往	.236***	.142**	.092*	.115**	.215***
家庭	.273***	.170**	.061	.083*	.231***
人際交往	.314***	.203***	.060	.104*	.267***
師長關係	.286***	.100*	.125**	.131**	.235***
長相、身體健康	.248***	.115**	.140**	.121**	.224***
有關「性」	.248***	.153***	.172***	.164***	.254***
自信心	.281***	.137**	.083*	.049	.222***
自我接納	.323***	.208***	.067	.113**	.277***
金錢	.193***	.071	.046	.162***	.164***
情緒衝動	.325***	.166***	.125**	.149***	.283***
憂鬱	.304***	.166***	.102*	.104*	.258***
時間利用	.238***	.147***	.025	.142**	.207***
課業	.223***	.150***	.017	.106*	.191***
課程教學	.259***	.124**	.035	.122**	.207***
生涯發展	.285***	.237***	.064	.102*	.265***
人生觀	.319***	.164***	.111**	.115**	.269***
不良嗜好	.278***	.198***	.155***	.104*	.270***
求輔意願總分	.4067***	.2329***	.1315**	.1743***	.3556***

df=572; * P<.05; ** P<.01; *** P<.001

肆、結論與建議

一、結 論

以取自嘉義市與台中市六所省立高中 575 位高二與高三學生為樣本進行心理困擾、與求輔態度、意願等變項的調查，獲得下列主要發現：

(一)大體上，本研究受試有嚴重困擾者並不多。合計「困擾與非常困擾」的百分比為困擾盛行率，發現盛行率最高的五項困擾，依序是生涯發展(34%)、學習適應(33%)、時間利用(28%)、憂鬱與緊張(21%)、課程與教學適應(19%)等；相對的，則以不良嗜好(3%)、性(6%)、人生觀與信仰(8%)、與師長關係(9%)等四項困擾較少。

(二)受試的求輔意願會隨困擾的性質而有所高低。合併「願意與非常願意」求輔的百分比，顯示十七項困擾願意求輔的百分比為 44%到 77%，同時那些較多人感到困擾的困擾也是較多人表示願意求輔的困擾；較少人感到困擾的困擾，其願意求輔的百分比也較少。大多數人對性(44%)、

金錢(44%)、長相、體格與身體健康(48%)、兩性交往(49%)等的困擾表示不願意求輔。大致上，三分之二以上的學生對於大部份的困擾有求輔的意願。

(三)近四成的受試表示在遭遇到困擾時願意求輔，顯示大多數高中生的求輔態度並非很積極。有三分之一強的受試對輔導室沒有信心、有五成以上的受試認為找輔導老師求助是萬不得已的事、有近七成的受試無法找師長討論心中的困擾。

(四)高中生的困擾總分、求輔態度總分、求輔意願總分並未因其性別、年級、都市別而有所差異，然而男生有較高的「兩性交往」、「與師長關係」、「性」、「不良嗜好」等困擾；女生則有較強的「與同性交往或社團活動之人際交往」、「對自己才能或智力缺乏信心」、「瞭解與接納自我」、「情緒衝動或不穩定」、「憂鬱、沮喪或緊張」、「課業如學習方法或成績」等項困擾。男生較為信賴輔導人員而願主動求輔，但女生卻較不會有所顧慮而求輔。顯然，男女生有不同的心理困擾與求輔態度組型。

(五)受試者的困擾愈低，則愈信賴輔導人員、求輔資訊較充足、求輔能力較高、求輔顧慮較少而較願主動求輔。簡單的說，即困擾愈多的受試有較為消極的求輔態度。求輔態度愈積極，其對映於心理困擾的求輔意願也愈強。心理困擾與其對映的求輔意願僅時間利用、對自己智能缺乏信心、課業如學習方法與成績、課程與教學適應、生涯發展等困擾，顯示困擾愈高，求輔意願會愈強，其餘困擾則與相對映的求輔意願沒有顯著的相關。上述困擾也是大多數人願意求輔的困擾，顯然個人覺知的困擾若愈為普遍而非特殊的，則其求輔意願會愈高。

綜合上述，高中生較為普遍的困擾如學習與生涯發展困擾有較高的求輔意願，而私密性較高的困擾則與求輔意願沒有關係。求輔態度愈為積極者，困擾愈少而求輔意願也愈高，正顯示此等學生心理較為健康。高中輔導工作應考慮到學生困擾與求輔態度、意願之內涵組型的不同，而採取

不同的輔導策略。基於受試的困擾盛行率與強度並不高，因此著重生涯輔導、學習輔導、與情緒控制的發展性與預防性輔導應是目前高中輔導工作最重要的面向。加強宣導輔導服務、提昇輔導工作績效以增進學生對輔導信心，則更是提高求輔意願與積極的求輔態度的重點。

二、建議

基於研究結果，研究者提出下列數點建議以供高中輔導人員參考，以提振高中生的求輔態度意願，進而增進渠等的心理健康與潛能的發揮。

(一)因應高中生的心理需求，大力推展輔導服務。

鑑於半數以上的受試無法找到適當的人紓解心中困擾，高中輔導人員對於輔導服務的推展，不應僅侷限於新生輔導時的宣導而已，更應主動的以各種單張、招貼等廣告行銷的手法不斷的激勵學生主動接收相關的輔導資訊，必要時即可發揮作用。其次，建立輔導支持網絡也相當有助於輔導資訊的流通。

(二)嚴格遵守輔導專業倫理，提振輔導工作績效，以增進學生對輔導工作的信心

就 34%的受試對輔導室缺乏信心的反應分析，約有兩種意涵，一是對於學校輔導人員能否保守機密的懷疑；一是對於輔導人員輔導能力的缺乏信賴。因此在提振學生對輔導工作的信心之首要在於強化輔導人員對專業倫理的信守。其次，基於高中生對於生涯、學習、情緒等輔導的需求，高中輔導人員在此三方面的輔導知能之提昇，將有助於高中生對於輔導人員的諮商績效的信服。

就學習輔導而言，素來即為學校輔導人員所忽略，輔導人員除應強化學習理論與學習策略以外，宜結合各學科教師發展各學科有效學習指南，提供學生閱讀、做筆記、準備考試、參與討論、時間管理、訂定學習目標、學習計畫的擬定等等學習方法與策略的輔導。

就生涯輔導而言，高中輔導人員首應蒐集及時的國內外各大學院校

等升學有關的資訊，尤其應加強上網際網路搜尋生涯資訊的能力。其次，如何協助學生做生涯決定的技巧與有關的生涯諮商技巧，將是高中輔導人員無法忽略的輔導知能。其三，則應加強適用的智力、性向、興趣、人格測驗的施測與結果解釋能力，此部份是當前高中輔導人員急需補強的知能。

就情緒輔導而言，以認知—行為諮商為主的輔導策略與技巧是高中輔導人員所應研討的輔導知能，俾能有效協助高中生克服考試焦慮、沮喪等情緒適應的問題。基於有二成的受試深為沮喪(depression)所困擾，因此輔導人員應敏於協助學生避免學業挫敗的各種策略之運用如建立適切的抱負水準；同時又鑑於個人的自重感(self-esteem)是影響個人抗拒沮喪的主要心理機制，因此輔導人員也應熟悉增強學生自重感的策略與技巧。

(三)強化同儕輔導，以發揮輔導預防效能

鑑於有七成的受試不容易跟師長討論困擾，因此發展同儕輔導機制，以發揮同儕心理支持網絡的功能，是推展積極高中輔導工作相當理想的作法。因為由同儕所建立的心理支持網絡，不但可及時協助青年化解心中的苦惱，並且可增進學生跟輔導教師的連結，而得以有效消除部份學生對輔導工作的抗拒與疑慮；其三，同儕輔導發揮效能，將能顯著的減少學校輔導人員的負擔。

(四)以發展性輔導作法推展學習、生涯、與情緒輔導

依「心理教育方案(psychological educational program)」或「團體輔導」(group guidance)、「自助輔導」(self-helping material)等發展與預防性質的作法開發有關學習、情緒、生涯輔導等的主題，分別以團體討論、讀書會、辯論、角色扮演、專題講座、書報討論、小團體研討、錄影音欣賞、電腦網站對談、或登載相關資訊的單張、卡片等給學生研讀與觀看等以推廣情意教育，俾與個別諮商相輔相成，以增進學生處理該等困擾的能力，並能增強學生對輔導人員的正面認知，從而消除學生求輔的威脅感。

(五)把握學生的輔導需求，以提振學生求輔意願

輔導人員對於學生的心理困擾、求輔意願應逐年更新有關的動態，如此方能發展適當的輔導策略與調整輔導重點而及時因應學生的輔導需求。同時，輔導人員更應將此種學生輔導需求的調查視為輔導評鑑的一環，從而提高輔導工作的績效。

(六) 增強師生溝通技巧，以改善師生關係

Rogers(1963)認為良善的諮商關係有助於案主的自我表露，Jourard(1971)更認為自我表露是心理健康的特徵。研究中顯示有四成六的受試不知道如何向他人表達心中的困擾；有近七成的受試不易向師長訴說自己的困擾。因此，加強教師與學生雙方的溝通技巧，以建立真誠又良善的師生關係，將可增強學生自我表露的能力與勇氣，進而提振學生的求輔意願。

參考書目

- 王怡人(1988)。諮商期望、對諮商員的知覺與諮商效果之相關研究。國立台灣教育學院輔導研究所碩士論文。
- 內政部統計處(1993)。中華民國台灣地區少年狀況調查報告。內政部統計處。
- 朱娟瑩(1986)。我國大學生求助態度與求助行為之研究。國立政治大學教育研究所碩士論文。
- 李俊良(1996)。國立中正大學學生常見問題及求助對象之調查研究。國科會大專學生參與專題研究 NSC85-2815-CD18-01-01411。
- 李柏英(1985)。大學生求助態度與求助行為及其相關變項。國立台灣大學心理研究所碩士論文。
- 林幸台(1979)。大學生求助態度之研究。輔導學報，第二期，頁 166-171。
- 林惠雅、朱瑞玲、黃惠慧、馬志衍(1986)。輔仁大學學生輔導中心評估之研究。輔仁大學文學院輔仁學誌，15，頁 139-191。
- 林瑞欽(1997)。影響青少年求輔態度與意願之相關因素研究。高雄：復文圖書出版社。
- 吳英璋與吳武典(1980)。誰幫助我？—青少年求助與助人行為的初步探討，張老師月刊，6(6)，頁 39-53。
- 洪冬桂(1986)。我國大學生適應問題、因應行為、求助偏好及其相關因素之研究。國立台灣師範大學教育研究所博士論文。
- 紀文祥(1979)。國中以上學生對輔導人員的人格期望及求助態度與輔導方式偏好之研究。政治大學教育與心理研究，3，頁 141-204
- 俞筱鈞、黃志成(1987)。大一學生焦慮及憂鬱症狀全之研究。中華心理衛生學刊，3(1)，頁 139-148。
- 陳宇嘉(1992)。台灣地區少年福利需求與福利服務提供之研究。台灣省政府社會處與東海大學社工系所。
- 程玲玲(1978)。台灣大學生的心理求助歷程之探討。中華心理衛生學刊，3(1)，頁 125-138。

高中生的心理困擾與求輔意願、態度調查研究

- 程玲玲 (1988)。台灣大學生使用心理衛生各項資源的研究。中興法商學報, 第 22 期, 頁 215-250。
- 郭國禎 (1986)。我國大專學生求助需欲與求助態度之調查研究。輔導學報, 第 9 期, 頁 165-203。
- 張耐 (1981)。你的求助態度如何? 私立靜宜大學宜園第二十期。
- 張學善 (1989)。專科學生對心理疾病的概念與求助態度之研究。國立彰化師範大學輔導研究所碩士論文。
- 黃進南 (1994)。專科學生對諮商服務的認識程度與求助態度之調查研究。國立彰化師範大學輔導研究所碩士論文。
- 賀孝銘 (1989)。中部地區高中生的困擾問題與求助態度。彰化: 國立台灣教育學院輔導研究所碩士論文。
- 董華欣 (1993)。影響大學生尋求專業心理輔導意願之因素探討。國立政治大學教育研究所碩士論文。
- 蔡崇振 (1977)。我國高級中學中途離校學生現況之調查分析。行政院青年輔導委員會青年研究報告之一。
- 簡茂發、蔡敏光 (1986)。高中生行為適應問題之研究。中國測驗學會測驗年刊, 第三十三輯, 頁 81-93。
- 簡茂發、郭碧哈、葛道明、鮑洪生、魏麗敏 (1994)。國、市立師院學生適應問題、求助需欲與求助態度之研究。台中師院學報, 第 8 期, 頁 1-46。
- Calhoun, L. G., Dawes, A. S., & Lewis, P. M. (1972). Correlates of attitudes toward help-seeking in outpatients. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 38*, 153.
- Calhoun, L. G., & Selby, J. W. (1974). Help-seeking attitudes and severity of psychological distress. *Journal of Clinical Psychology, 30*, 247-248.
- Depaulo, B. M., Nadler, A., & Fisher, J. D. (Eds.), (1983). *New Directions in Helping (Vol.2): Help seeking*. New York: Academic Press.
- Farber, B. A., & Geller, J. D. (1977). Student attitudes toward psychotherapy. *Journal of the American Association for College Health, 28*, 301-307.
- Fisher, E. H., & Turner, J. L. (1970). Orientations to seeking professional help: Development and research utility of an attitude scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 35*, 79-90
- Fisher, E. H., & Cohen, S. L. (1972). Demographic correlates of attitudes toward seeking professional psychological help. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 39*, 70-74.
- Gallagher, R. P., & Scheuring, S. (1978). *Survey of student needs at the University of Pittsburgh, PA: University Counseling and Placement Services*, University of Pittsburgh.
- Gibson R. L., & Mitchell, M. H. (1970). Theirs and Ours: Educational-Vocational Problems in Britain and the United States. *Vocational Guidance Quarterly, 19*, 108-112.
- Hummers, S. W., & Devolder, J. P. (1979). The visibility and reputations of university and community help sources: Perceptions of student and professions. *Journal of College Student Personnel, 23*(1), 7-10.
- Jourard, S. M. (1971). *Self-disclosure: An experimental analysis of the transparent self*. New York: Wiley.

- Kirk, B. A. (1973). Characteristics of users of counseling centers and psychiatric services on a college campus. *Journal of Counseling Psychology, 20*(5), 463-470.
- Kligfeld, M. & Hoffman, K. I. (1979). Medical student attitude toward seeking professional psychological help. *Journal of Medical Education, 54*, 617-627.
- Lorion, R. P. (1974). Social class, treatment attitudes, and expectations. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 42*, 920.
- Mechanic, D. (1978). Effects of psychological distress on perceptions of physical health and use of medical psychiatric facilities. *Journal of Human Stress, 4*, 26-32.
- Mezzano, J. (1971). Concerns of students and preference for male and female counselors. *Vocational Guidance Quarterly, 20*, 42-47.
- Neal, G. W. (1983). Personal problems solving: Awareness and utilization of campus helping resources. *Dissertation Abstracts International, 44*(12), 3939-3940-A.
- Puig, A. (1979). Counseling concerns, attitudes toward seeking Professional help, and locus of control in black and white college students of lower socio-economic status. *Dissertation Abstracts International, 40*, 2339-2340R.
- Rogers, C. (1961). *On Becoming A Person*. Boston: Houghton Mifflin.
- Sharp, W. H., & Kirk, B. A. (1974). A longitudinal study of who seeks counseling when. *Journal of Counseling Psychology, 21*(1), 43-50.
- Snyder, J. F., Hill, C. E., & Derksen, T. P. (1972). Why some students do not use university counseling facilities. *Journal of Counseling Psychology, 19*, 263-268.
- Sommers-Flanaga, J. and Sommers-Flanaga, R. (1997). *Tough kids, cool counseling: User-friendly approaches with challenging youth*. Annapolis Junction, MD: ACA.
- Tinsley, H. E. A., Aubin, T. M. S., & Brown, M. T. (1982). College students' help-seeking preferences. *Journal of Counseling Psychology, 29* (5), 523-533.
- Tryon, G. S. (1980). A review of the literature concerning perceptions of and preferences for counseling center services. *Journal of College Students Personnel, 21*, 304-311.
- Wills, T. A. (1983). Social comparison in coping and help-seeking. In DePaulo, B.M., Nadler, A., & Fisher, J. D. (Eds.), *New Directions in Helping, Vol. 2: Help-seeking*. New York: Academic Press. 109-141.

林瑞欽，現任國立中正大學犯罪防治研究所副教授