

國立台東大學教育學系（所）

諮商心理在職專班

碩士論文

國小高年級學童內外控信念、情緒智力
與憂鬱傾向之研究

研 究 生：張家羚 撰

指導教授：溫雅惠 先生

中華民國九十八年八月

國立台東大學
學位論文考試委員審定書

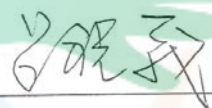
系所別：教育學系(所) 諮商心理碩士在職專班(暑)

本班 張家羚 君

所提之論文 國小高年級學童內外控信念、情緒智力與憂鬱傾向
之研究

業經本委員會通過合於 ☒ 碩士學位論文 條件
☐ 博士學位論文

論文學位考試委員會：



(學位考試委員會主席)



溫雅惠

(指導教授)

論文學位考試日期： 98 年 08 月 24 日

國立台東大學

附註：1.一式二份經學位考試委員會簽後，送交系所辦公室及註冊組或進修部存查。

2.本表為日夜學制通用，請依個人學制分送教務處或進修部辦理。

博碩士論文授權書

本授權書所授權之論文為本人在 國立臺東大學 教育 系(所)

諮商心理碩士組 九十八 學年度 第 暑 期取得 碩士 學位之論文。

論文名稱：國小高年級學童內外控信念、情緒智力與憂鬱傾向之研究

本人具有著作財產權之論文全文資料，授權予下列單位：

同意	不同意	單 位
☐	☒	國家圖書館
☒	☐	本人畢業學校圖書館
☐	☒	與本人畢業學校圖書館簽訂合作協議之資料庫業者

得不限地域、時間與次數以微縮、光碟或其他各種數位化方式重製後散布發行或上載網站，藉由網路傳輸，提供讀者基於個人非營利性質之線上檢索、閱覽、下載或列印。

☐ 同意 ☒ 不同意 本人畢業學校圖書館基於學術傳播之目的，在上述範圍內得再授權第三人進行資料重製。

本論文為本人向經濟部智慧財產局申請專利(未申請者本條款請不予理會)的附件之一，申請

文號為：_____，請將全文資料延後半年再公開。

公開時程

立即公開	一年後公開	二年後公開	三年後公開
			☒

上述授權內容均無須訂立讓與及授權契約書。依本授權之發行權為非專屬性發行權利。依本授權所為之收錄、重製、發行及學術研發利用均為無償。上述同意與不同意之欄位若未勾選，本人同意視同授權。

指導教授姓名：溫雅惠 (親筆簽名)

研究生簽名：張家羚 (親筆正楷)

學 號：4496004 (務必填寫)

日 期：中華民國 98 年 9 月 16 日

1. 本授權書 (得自 <http://www.lib.nttu.edu.tw/theses/> 下載) 請以黑筆撰寫並影印裝訂於書名頁之次頁。

2. 依據 91 學年度第一學期一次教務會議決議: 研究生畢業論文「至少需授權學校圖書館數位化，並至遲於三年後上載網路供各界使用及校內瀏覽。」

授權書版本: 2008/05/29

謝辭

論文終於誕生了！放鬆的心情中，帶有無比的感激與感動！感謝這一路走來，有師長、同學、好友、家人及學生家長的關心與鼓勵。

論文的完成，由衷感謝指導教授溫雅惠老師的教導與包容，在繁忙的行政工作與教學中，願撥出時間，甚至犧牲假期盡心的指導及鼓勵我，讓我感動萬分，其認真負責的態度更是我學習的最佳典範。同時也要感謝呂祝義老師及梁忠銘老師在論文口試時的細心指正，讓我的論文更臻完整。也感謝鄭承昌老師、陳志賢老師對於我統計方法上的指導；連廷嘉老師、莊佩芬老師、洪雅鳳老師給我的關心，撫平我焦躁不安的心；吳文清諮商師認真的督導使我在諮商領域的專業上有所成長。

在研究所的求學生涯中，感謝室友惠婷、珮珊、素瑩和雅純的陪伴，這三個暑假的點點滴滴，將成為日後最美的回憶。研究所同學季青、佩紋、舜雯、莒光、玉蓓、鈺欣、珮媛、姿伶、詩婷、月秀……，同組的討論、觀摩的學習與彼此的勉勵，這些情誼是再次當學生的我，感到最幸福的地方。而我的好友們容惠、昇勳、麗君、學斌及淑玲，讓我這異鄉人受到頗多的照顧；還有雅青、美玉、玉燕、憶萍、梅芳、友鈴、玉嫻、育柔、佳雯、玉玲、佳楠、婷方、玉子、秀雲、長生……，一句句的關心與問候，滋潤了我的心，使我寫論文時，不覺孤單。當然還有我的同事們，賽珠姐、富微、雅萍、河開、雅喜、秀娟、蓉君、宏忠、能賢、彩蓮、玉霞、益成……，無論工作上的行政、級務或課業上問卷的收發，因為有你們的體諒與協助，使我的進修之路更加順遂，我永記在心。此外還要感謝支持我的家長，尤其是維真媽媽引薦督導，使我的諮商見習得以順利完成。更感謝協助問卷填答的老師及施測的小朋友們，沒有你們，就沒有研究結果的出現。

最後，我要感謝我的父母給我的支持，妹妹彩珊及妹夫基祥，弟弟志強及弟媳筱珊的關心，還有活潑可愛的子渝、逸宏、逸嫻、靖成，童言童語的加油聲，不斷的給我打氣，讓我安心學習，無後顧之憂。最後謹以這本論文獻給我的家人和所有關心我的師長及朋友們。

家羚 于東大 98.8.24

國小高年級學童內外控信念、情緒智力與憂鬱傾向之研究

摘要

本研究旨在了解國小高年級學童內外控信念、情緒智力與憂鬱傾向的關係與預測。本研究法採問卷調查法，以分層方式抽樣，抽出高雄市和澎湖縣國小高年級學生有效樣本 556 人。研究工具包括兒童基本資料表、兒童控制信念量表（呂秋桂、包玉仙，2005）、兒童情緒智力量表（戴美雲，2004）及兒童及青少年憂鬱篩選量表（張高賓，2005）。資料所得經描述性統計、相依樣本單因子變異數分析、t 考驗、單因子變異數分析、積差相關與逐步多元迴歸等統計方法分析資料。主要的研究發現如下：

- 一、國小高年級學童內外控信念、情緒智力與憂鬱傾向各層面間有顯著差異。
- 二、國小高年級學童內外控信念在居住地的比較上有顯著差異，高雄市學童較澎湖縣學童更傾向於內控。
- 三、國小高年級學童情緒智力在性別與居住地的比較上有顯著差異，女童高於男童，高雄市高於澎湖縣。
- 四、國小高年級學童憂鬱傾向在性別、出生序及居住地的比較上，均未達顯著差異。
- 五、國小高年級學童內外控信念、情緒智力與憂鬱傾向有負相關存在。
- 六、國小高年級學童內外控信念、情緒智力對憂鬱傾向具有預測力，其中以「控制能力」、「妥善管理自我情緒的能力」、「情緒調整與反省的能力」及「認識自身情緒的能力」四個變項最具預測力。

本研究依據上述研究結果提出建議，以供未來研究或教育輔導之參考。

關鍵詞：內外控、情緒智力、憂鬱傾向

The study of relationship among Locus of Control, Emotional Intelligence, and Depression of elementary school students

Abstract

The purpose of this study was to explore the relationships among locus of control, emotional intelligence, and depression tendencies of the high-grade primary school students. The research method was questionnaire survey. Having the grade five and six of primary school students in Kaohsiung and Penghu as the population, 556 valid questionnaires were chosen by stratified sampling. The research instruments were included Children's Locus of Control Scale (Lu & Bau, 2005), Children's Emotional Intelligence Scale (Tai, 2004), Children and Adolescents Depression Screening Scale (Chang, 2005). The statistic data were analyzed by the descriptive statistics, repeated measures One-way ANOVA, T-tests, One-way ANOVA, Pearson product-moment correlation and stepwise multiple regression analysis. The results were shown as below:

1. The locus of control, emotional intelligence, and depression tendencies of the high-grade primary school students had significant differences in each domain.
2. The locus of control of the high-grade primary school students had significant difference on residential places. The students in Kaohsiung City tend to have more internal locus of control than students in Penghu.
3. The emotional intelligence of the high-grade primary school students had significant differences in terms of gender and residence places. Female had higher emotional intelligence than male; the students in Kaohsiung City had higher emotional intelligence than students in Penghu County.
4. The depression tendencies of the high-grade primary school students had no significant difference in terms of gender, birth order and residential places.
5. There was negative correlation on the locus of control, emotional intelligence, and depression tendencies of the high-grade primary school students.
6. The locus of control and emotional intelligence of the high-grade primary school students were predictable to depression tendencies. Among them were four variables that can significantly predict depression tendencies: the ability of self-control, the ability of managing self-emotion, the ability of emotional adjustment and reflection, and the ability of recognizing self-emotion.

Based on the results of this study, recommendations were made for the parents, counselors or researchers.

Key words: locus of control, emotional intelligence, depression tendencies

目 次

謝辭.....	I
中文摘要.....	II
英文摘要.....	III
目次.....	IV
圖次.....	VI
表次.....	VII
第一章 緒論.....	1
第一節 研究動機與背景.....	1
第二節 研究目的.....	4
第三節 研究問題.....	4
第四節 名詞釋義.....	4
第五節 研究範圍和限制.....	6
第二章 文獻探討.....	9
第一節 內外控信念的內涵與相關研究.....	9
第二節 情緒智力的內涵與相關研究.....	15
第三節 憂鬱傾向內涵與相關研究.....	27
第四節 內外控、情緒智力與憂鬱傾向的相關研究.....	37
第三章 研究方法.....	41
第一節 研究架構.....	41
第二節 研究假設.....	42
第三節 研究對象.....	44
第四節 研究工具.....	45
第五節 研究程序.....	48
第六節 資料處理與分析.....	49

第四章 研究結果與討論.....	51
第一節 國小兒童內外控信念之現況.....	51
第二節 國小兒童情緒智力之現況.....	56
第三節 國小兒童憂鬱傾向之現況.....	63
第四節 國小高年級學童其內外控信念、情緒智力與憂鬱傾向的相關情形....	68
第五節 國小高年級學童其內外控信念、情緒智力對憂鬱傾向的 預測力.....	73
第五章 結論與建議.....	85
第一節 研究發現.....	85
第二節 結論.....	89
第三節 建議.....	91
參考書目.....	95
附錄.....	100
附錄一 「兒童控制信念量表」使用同意書.....	103
附錄二 「兒童情緒智力量表」使用同意書.....	105
附錄三 「兒童及青少年憂鬱篩選量表」使用同意書.....	106
附錄四 兒童基本資料表.....	107
附錄四 問卷施測指導說明.....	108

圖次

圖2-2-1	Mayer 和 Salovey (1990) 情緒智力架構圖.....	18
圖2-2-2	Mayer 和 Salovey (1997) 情緒智力架構圖.....	19
圖2-2-3	Goleman (1995) 情緒智力架構圖.....	21
圖2-3-1	憂鬱問題解決模式.....	33
圖3-1-1	研究架構圖.....	41



表次

表3-3-1 有效樣本人數分配一覽表.....	44
表3-4-1 兒童的控制信念量表內容分配表.....	45
表 3-4-2 兒童情緒智力量表內容分配表.....	46
表 3-4-3 兒童及青少年憂鬱篩選量表內容分配表.....	47
表4-1-1 內外控量表上得分之平均數、題平均數及題標準差之摘要表.....	51
表4-1-2 內外控信念各層面差異比較摘要表.....	52
表4-1-3 內外控信念各層面差異事後比較摘要表.....	52
表4-1-4 不同性別學童的內外控之平均數、標準差及t檢定之摘要表.....	53
表4-1-5 不同出生序學童的內外控之平均數、標準差及變異數分析之摘要表...54	
表4-1-6 不同居住地學童的內外控之平均數、標準差及t檢定之摘要表.....	54
表4-2-1 情緒智力量表上得分之平均數、題平均數及題標準差之摘要表.....	57
表4-2-2 情緒智力各層面差異比較摘要表.....	57
表4-2-3 情緒智力各層面差異事後比較摘要表.....	58
表4-2-4 不同性別學童的情緒智力之平均數、標準差及t檢定之摘要表.....	59
表4-2-5 不同出生序學童的情緒智力之平均數、標準差及變異數分析之 摘要表.....	60
表4-2-6 不同居住地學童的情緒智力之平均數、標準差及t檢定之摘要表.....	61
表4-3-1 憂鬱傾向量表上得分之平均數、題平均數及題標準差之摘要表.....	63
表 4-3-2 憂鬱傾向各層面差異比較摘要表.....	64
表4-3-3 憂鬱傾向各層面差異事後比較摘要表.....	64
表4-3-4 不同性別學童的憂鬱傾向之平均數、標準差及t檢定之摘要表.....	65
表4-3-5 不同出生序學童的憂鬱傾向之平均數、標準差及變異數分析之 摘要表.....	66
表4-3-6 不同居住地學童的憂鬱傾向之平均數、標準差及t檢定之摘要表.....	67
表4-4-1 內外控總分和各層面與情緒智力總分和各層面的相關分析摘要表.....	69
表4-4-2 內外控信念總分和各層面與憂鬱傾向總分及各層面的相關分析 摘要表.....	70

表4-4-3	情緒智力總分和各層面與憂鬱傾向總分及各層面的相關分析摘要表...	71
表4-5-1	內外控四層面與情緒智力六個層面預測憂鬱煩躁情緒之逐步多元迴歸 分析摘要表.....	73
表4-5-2	內外控四層面與情緒智力六個層面預測無望之逐步多元迴歸分析 摘要表.....	75
表4-5-3	內外控四層面與情緒智力六個層面預測自尊及認知功能低之逐步 多元迴歸分析摘要表.....	76
表4-5-4	內外控四層面與情緒智力六個層面預測身體抱怨及反應遲鈍之逐步 多元迴歸分析摘要表.....	77
表4-5-5	內外控四層面與情緒智力六個層面預測品行問題之逐步多元 迴歸分析摘要表.....	79
表 4-5-6	內外控四層面與情緒智力六個層面預測整體憂鬱傾向之逐步多元 迴歸分析摘要表.....	80
表4-5-7	國小學童內外控及情緒智力各層面預測其「憂鬱傾向」整體及各層面 之迴歸顯著結果一覽表.....	82

第一章 緒論

本研究旨在探究國小高年級學生內外控信念、情緒智力與憂鬱傾向的關係，本章共分四節，第一節為研究動機與背景，第二節為研究目的，第三節為研究問題，第四節為名詞釋義，第五節為研究範圍與限制。

第一節 研究動機與背景

2007 年，澎湖縣某國小發生六年級女童上吊自殺的事件，震驚了菊島，也衝擊了研究者的想法；一個住在二級離島的女孩，自己去文具店買不到想要的東西，請求媽媽陪她再去文具店買，卻遭拒絕，女孩的「求助行為」失敗，因此選擇「上吊」的方式結束生命。

在我們眼中，女孩只為了買不到東西，看似「小」事而自殺，但探究其背後，女孩的想法是如何的「遭拒」、「自卑」，還是「畏縮」呢？她將這樣的事件歸因在自己，還是在他人呢？我們認為不可能致死的事件居然發生了，這個女孩的自殺事件，讓身為教育第一線的研究者有很大的省思！

艾里克森（Erikson）在心理社會發展論中提到所謂的「發展危機」，指出個體出生後，開始與社會環境接觸互動，期盼能滿足社會的要求與期待，但也會因社會的要求與限制產生心理的困難。艾里克森認為在國小階段的發展危機為「勤奮進取對自貶自卑」，為國小學童在求學過程中，常感受到的成功經驗多於失敗經驗，將會養成勤奮進取的性格，反之，則會養成自貶自卑的性格（張春興，1996）。

Rotter（1966）認為人類行為不是受客觀事件的影響，而是受個體本身對事件的看法或預期所左右，所以控制信念（locus of control）是一種類化的預期，是個體對事件及行為後果責任歸屬的信念，也因此對於事件會有與先前經驗相同的期望與態度。由以上所述，可知控制信念會主導個體的行為，在人的心理層面、學習過程與行為的決定，均扮演重要的角色。有些人相信自己有能力掌握，凡事操之在己，傾向內控信念；有些人會認為事情非自己能控制，是受周遭環境所支配，

傾向外控信念。所以，內外控就是一種認知的期待，會明顯影響個體的行為表現。對學齡兒童而言，他會如何的解釋與承受自己的成功與失敗，各有不同。

研究者站在教育的第一陣線，面對小學的包班制度，每天都要處理孩子的情緒、認知與行為，而國小學童正值身心與人格發展的重要階段，會因內外控信念的不同，使其對事物的態度及看法亦有別，導致行為會產生很大的差異（謝健全，1984）；其中，國小高年級學童正處於角色認定、轉變與發展的關鍵時期，對其心理發展、社會認同與自我價值均有極大的衝突，須加以調適，他們必須從經驗中建立適切的內外控信念來因應（林怡岑，2006），否則將會有更大的心理衝突，產生負向的情緒發展。因此了解國小高年級學生的內外控信念傾向為何，為研究者研究動機之一。

人的情緒起起伏伏，隨著人、事、時、地及物作適當的表達，是一件不容易的事，如何認識、覺察、表達、調整、反省和激勵人己的情緒，是一門很大的學問。1990 年 Mayer 與 Salovey 首先提出了「情緒智力」（Emotional Intelligence）的概念，認為情緒智力是個體了解自己與他人的感覺和想法，使用語文或非語文的方式來判斷、表達，以及調整自己和他人的情緒，且能使用情緒的訊息來解決問題。之後，Goleman（1995）歸納 Mayer 和 Salovey（1990）的情緒智力與 Gardner（1993）多元智力的見解，提出「EQ（Emotional quotient）可能比 IQ（Intelligence quotient）還重要的概念」，從此有關情緒智力—EQ 成為社會上人己互動的重要名詞之一。Goleman（1995）指出情緒智力高的人在人際互動、工作適應等各領域均佔有優勢，成功機率高。

近年來，隨著多元智慧的發展，教育政策也強調多元化，不在侷限於書上的死知識，逐漸重視全人教育，「情緒智力」也受到了重視，國小階段學童在發展的危機中，如何調適自己，培養良好的人際關係，是不可或缺的一個能力。但也因為少子化的影響，研究者在服務的過程中，發現孩子的挫折容忍力愈來愈低，他們在人際互動上，會解讀情緒者越來越少，更甬說要來檢視、反省自己為何會有這樣的反應。因此，對於現在孩子情緒智力的表現是如何，此為研究者的研究動機之二。

在情緒的調整中，有人樂觀，有人悲觀，有人一轉念，海闊天空，有人鑽牛角尖，變得抑鬱寡歡。「憂鬱」是一種常見的情緒經驗，正常的悲傷與憂慮，並

不會造成太大的問題，因為只要有一點耐性與時間，這些情緒通常會慢慢消失。反之，情緒若過於強烈且持久，則可能流於極端，形成長期的焦慮與抑鬱，一旦積重難返，就易形成心理異常，須接受藥物或心理的治療（張美惠譯，2006）。

根據衛生署（2008）發布2007年國人死因的統計中，指出台灣15~24歲青少年自殺死亡人數238人，自殺死亡率比2006年上升了2.8%。國民健康局也表示，自殺行為與精神疾病（尤其是重鬱症與酒癮、藥癮）關係密切。楊明仁（2002）指出，87%自殺死亡之個案生前受憂鬱症之困擾，15%之憂鬱症患者死於自殺。由於每個自殺身亡者對其家庭成員、好友同儕的情緒上皆有深刻的影響，因此不得不重視心理違常所造成的傷害。

「憂鬱症」是二十一世紀的文明病，依世界衛生組織在西元2000年的調查研究指出，在研究前66個月中，28個先進國家的11歲兒童，女生有38%，男生有32%，每週都會有情緒低落的感覺；而15歲的青少年中，女生有49%，男生有34%，有如此的情況（引自陳艷玲，2007，頁1），可見兒童也有憂鬱的傾向，只是過去認為兒童的憂鬱是一種偽裝的症狀（張高賓，2005）。

在美國，兒童期的憂鬱症約有2%，青春期的憂鬱症則增加至5-8%，顯現兒童青少年的憂鬱情形逐漸蔓延（American Academy Family Physician, 2000）。在國內，張高賓、陳明哲與連廷嘉（2007）對全台四區域（北、中、南、東）21所國小三年級至六年級學童，以分層隨機叢集的方式進行抽樣，得到2,227名有效樣本，研究結果發現4.2%的兒童疑似有重度憂鬱。因此我們不得不重視校園的藍色風暴。

近幾年國小孩童的課業越來越重，家長望子成龍、望女成鳳的想法，讓孩子除了學校的課業外，還要學一堆的才藝及外語等，深怕自己的孩子會輸給別人，在台灣本島的孩子資源豐富，競爭激烈，但身處離島地區的孩子，就沒這樣的壓力嗎？與台灣本島地區孩子相比較，離島地區孩子的憂鬱傾向的情況會有所差別嗎？此為研究者的研究動機之三。

由文獻研究，可知內外控信念、情緒智力對個體發展與行為的解釋與應對皆有很大的影響，期盼經由本研究來了解內外控信念、情緒智力對憂鬱傾向的影響，歸納研究結果，提供父母、教師及從事輔導工作者在學童憂鬱以及自殺的防治上之參考。

第二節 研究目的

綜合上述研究動機，研究者提出本研究之具體目的為：

- 一、了解國小高年級學童其內外控信念、情緒智力與憂鬱傾向之現況。
- 二、了解不同性別、出生序及居住地的國小高年級學童其內外控信念、情緒智力與憂鬱傾向的差異。
- 三、探討國小高年級學童內外控信念、情緒智力與憂鬱傾向的關係。
- 四、了解國小高年級學童控制信念、情緒智力對憂鬱傾向的預測力。
- 五、將研究結果與建議提供父母、教師與輔導工作者輔導與研究之參考。

第三節 研究問題

根據上述之目的，研究者提出本研究之研究問題為：

- 一、目前國小高年級學童其內外控信念、情緒智力與憂鬱傾向之現況如何？
- 二、不同性別、出生序及居住地國小高年級學童其內外控信念是否有所差異？
- 三、不同性別、出生序及居住地國小高年級學童其情緒智力是否有所差異？
- 四、不同性別、出生序及居住地國小高年級學童其憂鬱傾向是否有所差異？
- 五、國小高年級學童內外控信念與憂鬱傾向的相關情形如何？
- 六、國小高年級學童內外控信念與情緒智力的相關情形如何？
- 七、國小高年級學童情緒智力與憂鬱傾向的相關情形如何？。
- 八、國小高年級學童控制信念、情緒智力對憂鬱傾向的預測力如何？

第四節 名詞釋義

一、 國小高年級學童

依據國民教育法之規定，六歲至十二歲的兒童為國小學生。一般而言，國小

高年級學童係指國小階段五六年級學童，但本研究所稱之國小高年級學生，係指九十七學年度就讀於高雄市與澎湖縣的國小五、六年級抽樣的學童。

二、內外控信念

Rotter (1996) 認為人類的行為的發生是受個體本身對事件的預期、增強值及心理情境所決定而提出了控制信念。張春興(2000)則指出控制信念即個人日常生活中對自己與周圍世界關係的看法，區分為內控和外控。分述如下：

(一) 內控 (internal control)：個人的命運由自己掌握，相信凡事操之在己，將成功歸因於自己的努力，失敗歸因於自己的疏忽。

(二) 外控 (external control)：個人的命運受外在因素所控制，相信凡事操之在人，將成功歸因於幸運，把失敗歸因於別人之影響。

本研究中的內外控信念之操作性定義係以呂秋桂 (2005) 所編之「兒童控制信念量表」上的得分，做為兒童制控信念的指標。其內容包含非靠運氣、努力、控制能力及掌握感等四種。全量表指標題目加總的得分愈高者，表示愈傾向內控信念；反之則愈傾向外控信念。

三、情緒智力

Goleman (1995) 認為情緒智力是一種保持自我控制、熱誠和堅持且能自我激勵的能力，包含了認識自身的情緒、妥善管理情緒、自我激勵、認知他人情緒以及處理人際關係等五個能力。王春展 (1999) 認為情緒智力是個體對於自身與他人情緒的察覺、瞭解、推理、判斷、表達、調節、激勵與反省的能力。

本研究欲探討國小高年級學童的情緒智力在於認識、覺察自身與他人的情緒，合宜的調整情緒進而反省、激勵自己，以維持和諧的人際關係，使其更能適應其生活的環境的能力；其操作性定義係以戴美雲 (2004) 所編之「兒童情緒智力量表」上的得分，作為情緒智力的指標，包含經營人際關係的能力、自我激勵的能力、認識自身情緒的能力、察覺他人情緒的能力、妥善管理自我情緒的能力、情緒調整與反省的能力等六種。全量表指標題目加總的得分愈高者，表示其情緒智力越佳；反之愈低。

四、憂鬱傾向

張春興（2000）指出憂鬱屬於憂愁、悲傷、頹喪、消沉等多種不愉快情緒綜合而成的心理狀態。我們可以在情緒、動機、身體、行為和認知方面來辨認出憂鬱症狀。憂鬱症除了前述的憂愁、悲傷…等情緒外，還包括了興趣喪失、體重改變、睡眠障礙、心理動作激進或遲緩、無精打采、負面思想、無法專注等症狀。依據精神疾病診斷與統計手冊第四版（Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 4th ed., 簡稱DSM-IV），憂鬱症的判定需至少要有五種以上主要的症狀，而一段憂鬱期必須至少持續兩週。為避免因憂鬱症而產生之標籤化及刻板印象，故本研究以「憂鬱傾向」稱之。

本研究中的「憂鬱傾向」，其操作性定義乃指受試者在張高賓（2005）編製的「兒童及青少年憂鬱篩選量表」上的得分作為依據。本量表可分「憂鬱煩躁情緒」、「無望」、「自尊及認知功能低」、「身體抱怨及反應遲滯」和「品性人際問題」五個因素。各因素分數加總後，超過31分可評估為疑似憂鬱。

第五節 研究範圍和限制

本研究採用調查研究法，探討國小高年級學童內外控信念、情緒智力與憂鬱傾向的關係，茲將本研究之研究範圍與限制說明如下：

一、研究範圍

本研究以高雄市和澎湖縣國小五、六年級兒童為研究對象，探討國小高年級學童內外控信念、情緒智力與憂鬱傾向的關係。因澎湖縣離島的家庭結構較複雜，一些漁民因冬季東北季風強，漁獲有限，有些漁民會至台灣本島求職，孩童可能對於與誰同住的有關變項，如單親家庭、隔代教養等，認定可能較易混淆，因此本研究僅就性別、出生序及居住地為背景變項，探討與控制信念、情緒智力及憂鬱傾向之差異情形。

二、研究限制

（一）研究地區

研究者因時間、人力及其他客觀因素，僅以高雄市與澎湖縣國小學童為抽樣對象。

（二）研究對象

因高雄市和澎湖縣人口數差異懸殊，因此無法以人口比例來對這兩個縣市的國小學童進行取樣。僅以兩縣各取6校12個班級來進行抽樣。

（三）研究方法

本研究以問卷調查法，採團體施測的方式，由於交通因素，無法親自到場施測，因此委託他人完成施測。研究者已力求施測環境與指導語上一致，其作者影響之程度可能有，但不易正確估算與解釋之。





第二章 文獻探討

本章共分為四節：第一節為控制信念的內涵與相關研究；第二節為情緒智力的內涵與相關研究；第三節為憂鬱傾向的內涵與相關研究；第四節為內外控、情緒智力與憂鬱傾向的相關研究。

第一節 內外控信念的內涵與相關研究

Phares於1957年進行期望對技能和機會情境效果上的差異研究，結果發現以個人技能為主的情境在期望改變下其成功或失敗的可能性高於依靠以運氣為主的行為情境（引自鄭麗鳳，2003，頁14），可見個人的看法與預期會影響事件的結果，而這想法會因個人的人格特質有所差異，有些人相信自己有能力掌握，凡事操之在己，但也有些人會認為事情非自己能控制，是需受周遭環境所支配，因此「控制信念」也成為成敗的原因之一，因此，以下就分別依據內外控信念的理論背景、內外控信念的特質、內外控信念的相關研究加以探討。

一、內外控信念的理論背景

內外控信念的理論背景乃根源於Rotter（1954）提出之社會學習理論的概念，此理論認為人們學習的因素，除了增強的強度與次數外，更重要的因素是在於對此增強作用的認知與想法。而內外控信念就是一種認知的期待，個體之所以表現出積極進取或消極被動等行為，就是因為對增強作用的「預期」認知所影響。

Rotter（1954）結合增強與認知的理論，提出人類行為不是受客觀事件的影響，而是受個體本身對事件的看法或預期所左右。之後，又進一步提出「內外控」的概念，來解釋人類的行為。茲敘述如下：

（一）行為發生的可能性（behavior potential）

指在某個特定的情況中，某種行為容易發生的可能性，此可能性是隨著行為

結果的增強決定。

（二）預期（expectancy）

指個體面臨新情境時，自己對行為之後的增強會產生的主觀評估與信念的預測。又分為：

- 1.特殊預期：指個體主觀評估在表現某特定的行為後，會得到某結果的可能性。
- 2.類化預期：是指新情境若和舊情境的刺激或增強愈類似，則個體愈有可能會出現同樣的反應，將會對行為的後果有類似的預期。

（三）增強值（reinforcement value）

指在生活環境中許多的事件皆對個體的行為的改變產生作用，而這些事件均有其不同的價值。個體的增強價值來自於過去增強和當前增強的聯繫，才會產生對未知增強的預期，包含：

- 1.內在增強：是指對個體有正向或負向價值的事件。
- 2.外在增強：是指對個體所屬的社會、文化等具有正向或負向價值的事件。

（四）心理情境（psychological situation）

指個體與其所屬的環境交互作用後所產生的獨特感受。Rotter認為人總會因外部環境刺激所產生的知覺來對情境做出反應，因此個體的行為會因主觀的心理知覺做出變化。

由以上所述，可見「預期」與「增強」是內外控信念的主要概念。個體行為的發生是受到預期的高低、增強值的正負大小以及心理情境所決定（鄭麗鳳，2003）。行為因預期獲得正增強，逐漸產生內控型信念；反之，則會產生外控型信念。

二、內外控信念的特質

Rotter（1966）指出內控是指一個人相信無論是正向或負向的增強作用或事件，都是由於個人的能力、努力或個人特質有關，是自己能預測、控制與掌握的。反之，外控是指一個人相信在行為表現之後，所得到的增強作用及事件被非個人所能控制，而是運氣、機會、命運以及權威者等個人周遭環境強大且複雜的力量所支配，對個體而言是既不能預測也無能為力。

由於一個人的信念有內外控之分，因此表現出來的行為特質也會有所不同，茲歸納學者所探討的內外控人格特質後，再分別說明如下：

（一） 在自我認知上

傾向內控信念者自我要求高，明顯的自我肯定，表現獨立且自信，相信自己有能力去控制環境，甚至積極改變環境。具內控信念的學齡兒童，對於智力活動的表現，是勤勉向上且預期自己成功，因此較能獲得師長及同儕的喜愛（洪有義，1974；吳武典，1977；朱甯興，1998；陳璨玲，2007）。

傾向外控信念者較容易出現低自尊，缺乏自信，較消極被動，自省能力較差，且不輕易嘗試改變，甚至認為改變是沒有用。具內控信念的學齡兒童，因失敗經驗多，容易自貶自抑，甚至自我拒絕，因此較難受到老師與同儕的接納。

（二） 在情緒表現上

傾向內控信念者，認為酬賞是由自己的行動所控制，只要積極向上，努力將有收穫，就算失敗也會承擔責任，正向的情緒接受與悅納的程度高，因此處理事情較不會有孤立無助的感覺，情緒表現較穩定（吳武典，1977；許靜怡，1996；朱甯興，1998；陳璨玲，2007）。

傾向外控信念者，認為酬賞是自己以外的因素所控制，個體會歸因於外在，表現會較被動，處理事情較聽天由命，感覺較無助，所以情緒表現上較為焦慮、退縮與抑鬱（吳武典，1977；許靜怡，1996；朱甯興，1998；陳璨玲，2007）。

（三） 在社會適應上

傾向內控信念者，對生活環境有較強的控制力，對週遭的事物會自動的關心，接納每個人的特點，重視與同儕的互動，依賴人際關係，社會適應較佳（吳武典，1977；朱甯興，1998；陳璨玲，2007；熊英君，2007）。

傾向外控信念者，相信權威，需要別人主動關心，對於週遭事物的表達較壓抑，依賴他人的指導，所以在社會適應上較畏縮、服從。此外，具外控傾向者，會將因素歸因於外在的影響，因此，對於人際互動會較具敵意與攻擊力（吳武典，1977；朱甯興，1998；陳璨玲，2007；熊英君，2007）。

綜合以上所述，研究者歸納內外控的人格特質如下：

（一） 在責任的歸因上

內控者願承擔一切責任；外控者則會怪罪於本身以外的因素。

（二）在自我的評價上

內控者自我接納程度較高，期許也較高，具有自信；外控者較缺乏自信，顯得較被動與依賴。

（三）在情緒的表現上

內控者面對挫敗會自省，情緒較穩定；外控者較容易受外在影響，挫折容忍力較差，易引起焦慮、退縮等心理的疾病。

（四）在社會的適應上

內控者較外控者更具洞察力，更能審慎處理周遭的人事物，也因此更增強其控制力，人際的互動較外控者為佳。

三、內外控信念的相關研究

內外控信念的形成是因個體察覺自身行為與結果之間的內在歷程（Rotter，1966）。預期獲得增強，則相信結果是操之在己；反之，則會聽天由命。國內外探討內外控信念形成的因素甚多，研究者大致分以下四種：

（一）偶發事件：MacDonald提出重大的偶發性事件，如親人死亡、天災人禍或其他重大的創傷事件，將會影響各體內外控信念的發展（引自楊瑞珠、楊國樞，1976，頁106）。

（二）家庭因素：家庭是個體社會化的第一站，父母的行為、管教方式、態度與期望，甚至是社經地位，會塑造孩子的內外控人格發展（Rotter，1966；鄭麗鳳，2003；黃家榮，2004；熊英君，2007）。

（三）社會因素

MacDonald提出文化、種族與社會階層等差異的程度是內外控發展累積性的先決因素（引自楊瑞珠、楊國樞，1976，頁106）。Lefcourt也提出社經水準、種族等社會因素為內外控信念發展的來源之一（引自洪有義，1978，頁114）。

（四）個人因素

此個人因素包含性別、年齡、智力等自然的因素外，MacDonald還特別指出一些長期喪失的能力，如失明、失聰等殘廢現象（引自楊瑞珠、楊國樞，1976，頁

106)。

由以上可知，影響兒童內外控的因素很多，以下就本研究所要探討的背景變項（性別、出生序與城鄉）與兒童內外控信念的相關研究加以分析如下：

（一）性別與內外控信念

性別的不同常是研究中探討的一個變項，至於內外控在性別上的研究，研究的結果不一，歸納國內外學者對於性別與內外控的研究敘述如下：

吳武典（1975）以國小四到六年級學童為對象，施以「智能成就責任問卷」，發現女生的總成績及兩個分測驗成績均高於男生，顯示女生較男生傾向於內控。

蔡玉瑟（1994）以台灣中區七所資優實驗的國小三到五年級的資優生為對象，施以「內外控傾向量表」，其結果顯示男女生也有顯著差異，女生較有內控傾向。

近年來，有林怡岑（2006）、蕭淑穗（2006）和王佳禾（2006）對於台灣南部的高雄縣、台南市國小高年級學童施以自行編修的「國小學童控制信念量表」，其結果也顯示不同的性別在整體的控制信念上有顯著差異，女生較男生傾向於內控。

吳瑛（2006）以彰化縣、雲林縣及嘉義縣市的國小六年級學童為研究對象，施以陳宗逸所編修的「制握信念量表」，其結果顯示不同性別在在整體的控制信念上有顯著差異，女生較男生傾向內控。

由以上可知國小學童內外控信念有性別差異，且女童較男童更傾向內控性人格。

但是，徐慎怡（2007）以桃園縣三所國小學童為研究對象，施以蕭淑穗所編製的「國小學童控制信念量表」，發現五年級男生在內外控的反應平均數顯著高於女生，但六年級則未發現性別的差異。

黃堅厚（1979）翻譯並修訂 Nowicki 和 Strickland 於 1973 年所編的「諾一史氏內外制握量表」對國小一年級至國中三年級學生施測，僅國中三年級男生內控分數高於女生，但其他八個年級在性別上並無明顯的差異，尤其是國小階段，男女生在內外控信念上沒有性別的差異。

之後，國內學者林靜芬（1995）對屏東市國小學童做團體輔導的研究中探討性別對於內外控信念的並無明顯的差異；同時，賴佳菁（1995）也以台中地區共 842 位國小四年級和六年級學生為研究對象，也發現兒童的內外控信念和性別並無

顯著差異。

近幾年，國內研究者黃家榮（2003）、林瑞雯（2003）、呂秋桂（2005）、包玉仙（2005）和林俊傑（2007），分別針對台灣各地區的國小高年級學童進行內外控研究，發現並無明顯的性別差異。

綜上所述，可知男女性別的差異對內外控的影響，可能因研究的對象與測量工具的不同而有所差異，故本研究再將「性別」納入背景變項加以探討，欲進一步了解不同性別的國小學童內外控信念是否有明顯的差異。

（二）出生序與內外控信念

個人與家庭的關係是密不可分，家庭能塑造一個人的價值、態度與行為，父母對孩子的管教態度會因出生序而有不同，Adler 提出家庭中的社會關係對於人格發展的重要性，一般而言，父母對於長子女的要求會比較高；老么常被過於保護與特別受寵；中間子女則較少被放在注意中心的位置（引自黃堅厚，1999，頁 99）。可見出生序是影響人格發展的因素之一。

Crardall 與 MacDonald 均發現出生序較前的男女兒童較傾向於內控（引自洪有義，1975，頁 101）。

楊文良（2005）以彰化縣國小四和六年級學童為研究對象，探討內外控信念與出生序之關係，發現其內外控傾向不因出生序之不同而有所差異。

吳瑛（2006）以彰化縣、雲林縣及嘉義縣市的國小六年級學童為研究對象，探討內外控信念與出生序之關係，發現其內外控傾向不因出生序之不同而有所差異。

研究者發現探討出生序與內外控信念之研究並不多，根據以上所述研究的結果也有所不同，楊文良（2005）和吳瑛（2006）發現內外控信念不因出生序而不同，而 Crardall 與 MacDonald 發現出生序較前的男女兒童傾向內控。因此本研究將「出生序」納入背景變項，欲進一步了解出生序對於國小學童內外控信念是否有明顯的差異。

（三）居住地與內外控信念

陳英豪（1977）指出不同居住地的青少年，因不同社會環境的影響，在道德判斷上有顯著差異，城市優於鄉村。居住地可能因都市化程度、文化刺激等環境

因素，個體對週遭人事物的看法與解釋，造就出內控或外控信念的人格特質。

有關國小高年級學童內外控信念的研究，很少以居住地為背景變項，然而不同縣市國小學童的內外控是否會有所差異，是值得探究的。因此本研究以高雄市及澎湖縣的學童做樣本，欲進一步了解城鄉因素對於國小學童內外控信念是否有明顯的差異。

第二節 情緒智力的內涵與相關研究

人的情緒，隨著人、事、時、地、物作適當的表達，是一件不容易的事。近年來，因為多元智慧的發展，「情緒智力」受到了重視，甚至許多人開始認為，決定一個人的成功並非由「IQ」所決定，「EQ」才是致勝的關鍵。因此，以下就分別依據情緒智力的意義、理論、相關研究加以探討。

一、情緒智力的定義

情緒智力一詞在心理學史上，最早出現於 Payne 對於情緒研究的學術論文中。他認為智力不僅限制在所謂廣泛的了解與推理和解決問題的知性智力，應該也存在於身體的（physical）、情緒的（emotional）以及視覺的領域（visual realm）。Payne 認為情緒智力中的事實、意義、真理與關係是存在於情緒領域中：人想解決問題，就是要解決情緒的問題，也就是我們所感覺的問題（引自王春展，1999，頁 17）。

Mayer 與 Salovey（1990）將「情緒智力」界定為「社會智力」的一支；而「情緒智力」是指個體了解自己與他人的感覺和想法，使用語文或非語文的方式來判斷、表達以及調整自己和他人的情緒，且能使用情緒的訊息來解決問題。

Goleman（1995）歸納 Mayer 和 Salovey（1990）的情緒智力與 Gardner（1993）多元智力的見解，認為情緒智力是一種保持自我控制、熱誠和堅持且能自我激勵的能力，其內容包含：認識自身的情緒、妥善管理情緒、自我激勵、認知他人情緒以及處理人際關係等五個層面。

De Beauport 與 Diaz (1996) 根據人類腦結構的三位一體理論 (triune brain theory)，認為人的心靈與智力包括心智智力、情緒智力和行為智力等三種成分。其中情緒智力是一種讓人有適當的感覺和慾望的智力，包括以下三種次成分：1. 情感智力 (affectional intelligence) 是指個體因對人事物的想法所影響，而發展出親密感的能力；2. 心情智力 (mood intelligence) 指個體在經驗愉快或痛苦時能產生、維持與轉換心情的能力；3. 激勵智力 (motivational intelligence) 則指個體在面臨所喜惡事務上能激勵自己、引領自己的生活能力。

Mayer 與 Salovey (1997) 認為情緒智力應包含對於感覺的思考，因此修正情緒智力應包含知覺、評估及表達情緒的能力；激發、產生及促進情緒的能力；了解、分析及運用情緒知識的能力；反省、調整與提升情緒的能力等四個面向（引自林怡岑，2006，頁 13）。

毛連塢 (1997) 認為情緒智力包括認知、情意和技能三個面向：1. 認知方面，個體需要思考對己、待人與處事上，產生的正、負向情緒的原因及條件；2. 情意方面，則要注重後設情緒的省思；3. 技能方面，則是指個體處理情緒時所使用的策略、原則及方法。

吳毓瑩 (1997) 認為情緒智力是一種個體了解自己的情緒或心境，加以處理及使用，讓自己達到平衡的狀態，或是能發揮情緒於彈性計畫、創意思考、引導注意與激發動機等方面的能力。

王春展 (1999) 認為情緒智力涉及的情緒不僅發生於個體的本身，同時也發生於人際間的各種情緒互動。因此提出情緒智力至少包含了自我情緒智力 (intrapersonal emotional intelligence) 與人際情緒智力 (interpersonal emotional intelligence)，也就是個體對於自身與他人情緒的察覺、瞭解、推理、判斷、表達、調節、激勵與反省的能力，融合了情緒與智力的精要，強調兩者之間的交互作用，有助於個體營造積極且擁有智慧的情緒生活與人際關係。

其他國內學者參考王春展 (1999) 所定義的情緒智力，認為情緒智力是指個體在處理個人與他人情緒的認知與管理的能力，強調個人的覺察、表達、自我激勵、調整與運用情緒訊息，來處理與適應個人與他人的人際關係（江文慈，1998；莫麗珍，2003；羅品欣，2004；李佩珊，2004）。

由以上所述，可知 Mayer 與 Salovey (1990, 1997) 對於情緒智力的定義都注

重於個體本身對於情緒的認知能力，包含對情緒認識、察覺、理解、調整、管理激勵與反省等能力。但是，人的情緒是因來自外界人、事、物的影響而產生，因此Goleman（1995）和王春展（1999）對於情緒智力的定義，則將和諧的人際互動應持有的情緒表現，也納入為情緒智力需發展的重要能力。

此外，情緒智力的發展是有階段性的，從基本的認識與察覺，漸進發展是理解與調整，到最後而產生自我反省與激勵，改變個體對於環境的解釋，使自己的情緒能合宜的表現在週遭的人、事、物上，維持和諧的人際關係，使其更能適應其生活的環境的能力。

二、情緒智力的理論

「情緒智力」是近年來一直受學者所關心的主題，但隨著對情緒的表達、應用的不同，各個學者所提出的理論也不同，從重視個人的情緒發展到人際關係的管理。因此以下就 Salovey & Mayer、Goleman 和 De Beauport & Diaz 提出的觀點一一闡述。

（一）Mayer和Salovey 於1990年提出的情緒智力架構

Mayer 和 Salovey（1990）有鑑於情緒智力的相關概念過於分割且零散，欠缺理論概念架構，因此提出一套情緒智力的概念架構，如圖 2-2-1，並分述如下。

1.情緒的評估與表達

(1)自我情緒的認知：個體自我情緒的評估與表達的重要媒介包含語文和非語文。個人內省的能力與社會的學習相互影響下，透過語言與文字可清楚表達自己當下的情緒。

(2)他人情緒的認知：個體可透過非語文的與同理心來評估他人的情緒反應。意即個體對於他人情緒訊息的詮釋，除了肢體動作、臉部表情之外，亦可用一種設身處地著想的方式來瞭解他人的感受與需要。

2.情緒的調整

(1)調整自己的情緒：人的心情調整，有些是自動產生的，有些是透過心情的後設經驗（meta-experience of mood）覺察、評價而改變的。

(2)處理他人的情緒：個體有透過溝通表達來影響他人，使其調整和改變他

人情感性反應的能力。

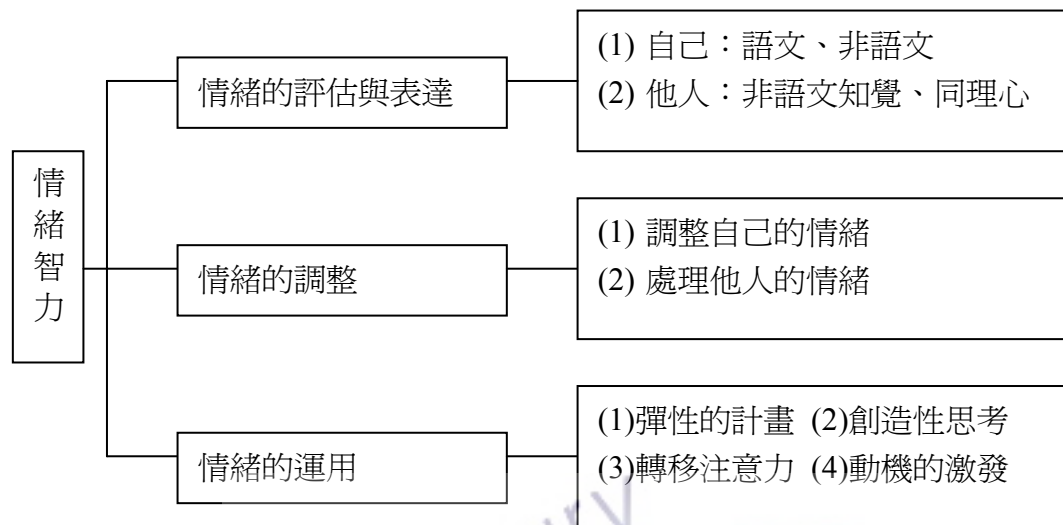


圖 2-2-1 Mayer 和 Salovey (1990) 的情緒智力架構圖

資料來源：”Emotional intelligence”, by J. D. Mayer & P. Salovey, 1990, *Imagination, Cognition, and Personality*, 9, 190

3.情緒的運用

(1)彈性的計畫：個體對於事件的看法各有不同，適時的改變固著的想法，才能看到更寬的選擇與更多的可能。

(2)創造性思考：調整心情，使情緒成為改變的動力，透過重新的組織來發揮演繹、歸納與創造的能力，來解決事件與衝突。

(3)轉移注意力：情緒會使個體將焦點集中在有壓力的需求上。當壓力出現時，個體可藉由情緒協助衡量事情的輕重緩急，將注意力轉換到重要的問題上。

(4)動機的激發：個體會藉由環境所產生的情緒來激發自己、挑戰自己，正向的情緒可提升自信，以正向的態度面對挫折和嫌惡的經驗，激發出個體建設性的行為。

(二) Mayer 與 Salovey 於1997年修正情緒智力的架構

Mayer 和 Salovey (1997) 檢視他們之前提出的有關情緒智力的定義都集中在情緒察覺與調整的部分，忽略了感覺的思考，因此對情緒智力提出了新的修正，包含覺察、評估與表達的能力；情緒對於思考的促進能力；瞭解、分析及運用情

緒知識的能力；反省的調整情緒，提升情緒智力成長的能力，如圖 2-2-2，每個層面都有四個代表性的能力，分述如下（引自林怡岑，2006，頁 15）：

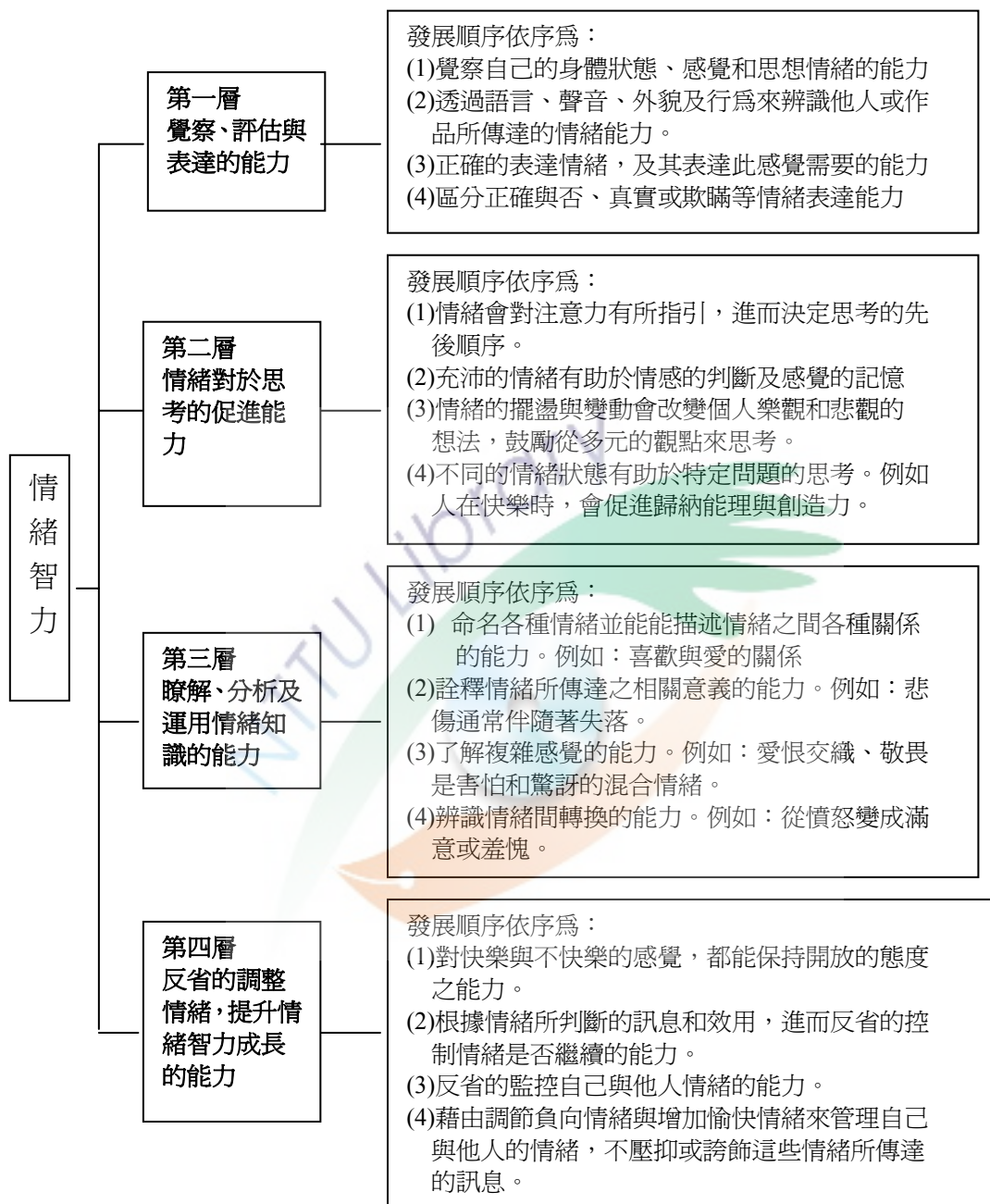


圖2-2-2 Mayer 和 Salovey (1997)的情緒智力架構圖

資料來源：Emotional development and emotional intelligence : Implications for educators(p.11), by J. D. Mayer & P. Salovey, 1997, New York : Basic Books （引自林怡岑，2006，頁 16）

1.第一層 覺察、評估與表達的能力

為情緒智力發展的最底層，即較基本的心理歷程，是關於個體能夠辨認各種情緒和情緒內的相容性（引自王春展，1999）。個體對於情緒的辨識始於臉部的表情，逐漸發展成覺察自己的身體狀態、感覺和思想情緒的能力。

2.第二層 情緒對於思考的促進能力

個體隨著發展的成熟，藉由情緒學會分辨輕重緩急，進而決定思考的先後順序；而充沛的情緒有助於情感的判斷及感覺的記憶。情緒的變動使個體考慮更多的可能性，對一切不確定性會思考其有利的因應方式，因此情緒的擺盪與變動有助於個體產生更多元的思考；此外，個體藉由了解各種不同的情緒，產生新的認知運作與思考。

3.第三層 瞭解、分析及運用情緒知識的能力

當個體學會辨識情緒後，將開始對各情緒命名，並知覺情緒之間的關係；再者，能詮釋情緒所傳達之相關意義的能力，進而了解在某些環境中存在著複雜的情緒，時而矛盾，時而結合；最後能有辨識及轉換情緒的能力，這樣的情感順序的推理能力是個體在其人際關係中的重要能力。

4.第四層 反省的調整情緒，提升情緒智力成長的能力

為情緒智力發展的最高層，個體藉由自我的留意與關心，反省後來調整情緒，以提升情緒智力成長的能力。當個體成熟時，會產生情緒的持續性反省或後設經驗（meta-experience），監控自己與他人情緒的能力；評估自己付多少注意力在此情緒反應上，並將負向情緒轉為積極正向的能力。

（三）Goleman 於1995年提出的情緒智力理論

Goleman（1995）歸納 Salovey 和 Mayer 以及 Gardner 等人的見解，認為情緒智力是指一種能保持自我控制、熱誠與堅持且能自我激勵的能力。Goleman 對情緒智力的見解仍包括了自己與對他人情緒的認知與處理，關於自我的情緒智力部分，即所謂的個人能力，包含認識自己的情緒、妥善管理情緒和自我激勵三個層面；關於對他人的情緒智力部分，即所謂的社會能力，包含認知他人的情緒及人際關係的管理兩個層面（王春展，1999；林怡岑，2006），如圖 2-2-3，分述如下：

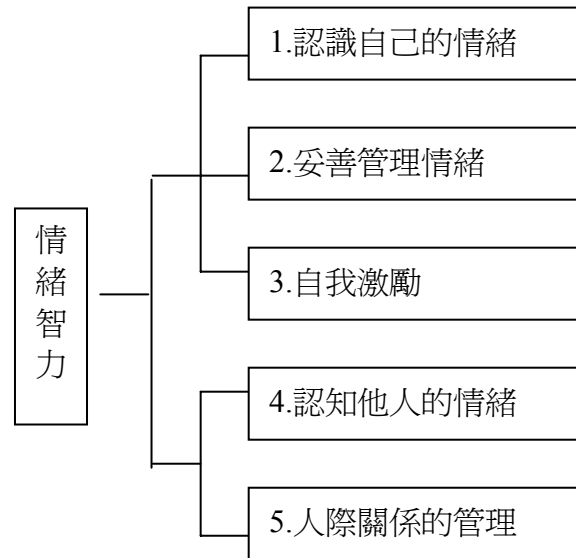


圖2-2-3 Goleman (1995)情緒智力架構圖

資料來源：*Emotional Intelligence: Why it matter more than IQ*(p.101), by D. Goleman, 1995, New York: Bantam Books.

1. 認識自己的情緒

認識自己的情緒就是一種覺察的能力，隨時監視自己的感覺能力，對於個體的了解是非常重要的；了解自我的真實感受，面對人生大事較能知所抉擇，也較能主宰生活。

2. 妥善管理情緒

管理自我的情緒可說是一種情緒的調整能力，需建立在自我認知的基礎上，情緒管理能力較匱乏者，會常與低落的情緒交戰，而掌控自如者，較快能從挫折與不安中重新振作。

3. 自我激勵

情感的自制力—克制衝動，延宕滿足以保持高度的熱忱，是成就任何事情的動力，因此整頓情緒訂下目標，是有其絕對必要的，集中注意力、自我激勵和支配與創造力，對於個體所從事的活動都較有成效和效率。

4. 認知他人的情緒

主要的能力是指同理心，同樣建立在情緒的覺察上，透過微妙的社會訊息中，設身處地的了解他人的需要與感受，是人際互動上的重要技巧。

5.人際關係的管理

主要能力是指社交的技巧，強調圓融的人際關係，因此須理解且因應他人的情緒，與一個人的人緣、領導能力和人際的和諧度有極大的關聯性，擁有這項能力者，具有影響力，常是群體中的佼佼者。

（四）De Beauport與Diaz於1996年提出的情緒智力理論

De Beauport & Diaz（1996）根據人類腦結構的三位一體理論，提出情緒智力是一種可使我們有適當的感覺和慾望的智力，包括情感智力、心情智力和激勵智力等三種成分，分述如下：

1.情感智力

情感智力是一種個體因對人事物的想法所影響，而發展出親密感的能力，是一種從吸引到熱情的喜好歷程。人們可藉由控制感覺的歷程，選擇自己對什麼感動和感動的程度，能意識到整個感覺歷程的開始與轉換，讓自己的情感上變得更智慧。

2.心情智力

心情智力是一種個體在經驗愉快或痛苦時能產生、維持與轉換心情的能力。心情智力使我們知覺外在環境的事實，當人們願意適當的對待所有的負向情緒，了解這些情緒的意涵，用心體會情緒的訊息，對負向情緒形成新的觀念，其結果可能是正向的、令人為之振奮的且有必要的，也將有助於個人的身心健康。

3.激勵智力

激勵智力是一種個體在面臨所喜惡事物上能激勵自己、引領自己的生活能力。人們的需要、欲望與熱情，可激勵人們的行動力。個體經由了解需要的歷程來導引自己的生活，甚至更改早期所產生的制約反應，形成有助於目前生活的新行為方式。

由以上的情緒智力理論來看，研究者認為情緒智力包括個人與他人情緒的認知、管理、調整與反省，透過本身的思考與他人回饋的情緒經驗中，激勵自己對於情緒的察覺，選擇最適合的情緒表達方式，以建立正向的自我概念與人際互動，就是達到提升情緒智力的最大目標。

三、兒童情緒智力的發展

情緒是與生俱來的自然反應，而情緒智力卻是一種會隨著個體的成熟、認知能力的增強以及社會化的學習等因素而使情緒反應改變的一種能力。Payne認為情緒智力與理智智力和身體智力相較之下，在人生發展中明顯較晚，但是只要給予機會和適當的方法，處於壓抑或忽略情緒的人，在短時間透過理解、察覺等能力，會快速提升其情緒智力，轉變成有情緒智慧的人（引自王春展，1999，頁91）。

兒童情緒智力就是指兒童在情緒方面的智慧能力，目前對於兒童情緒智力尚未有學者提出系統的理论模式（王春展，1999），但是對兒童情緒能力的發展已有不少的研究，也提出了一些觀點，基本上認為，兒童的情緒能力和認知能力是相輔相成的，兒童可透過察覺、了解、推理、判斷、表達、調節、激勵和反省本身以及他人的情緒，表現出適當的情緒反應，進而解決自己與人際間的情緒問題與互動。以下就歸納學者對於學齡兒童情緒智力發展加以闡述。

多數進入學齡階段兒童已能察覺一些基本的情緒，如生氣、難過、高興、討厭、喜愛、害怕與嫉妒等情緒，這時期的孩童也會逐漸使用語言符號進行思考與表徵，並開始學習推理的能力，因此除了察覺自己的情緒外，也會更了解此情緒產生的意義及相關知識；此外，在判斷自己的情緒同時，也了解複雜情緒會同時存在（王春展，1999；李佩珊，2005）。

隨著認知能力的增加，兒童經由嘗試錯誤、認知學習與社會化的影響，逐漸學習如何表達正確的情緒，懂得用各種語文訊息、肢體動作和臉部表情來表示自己的感覺；同時，加上經驗的累積，兒童也逐漸學習如何調適和管理自己的情緒和心情，也會想些方法來激勵自己的心情，使自己在情緒的處理上更有智慧。

除了情緒調適的能力增加外，兒童對於處理自己情緒的習慣也逐漸有所認知與檢討，這種反省的能力因為理性思考與認知發展能力的限制，加上經驗的不足，顯得較為被動（王春展，1999）。

由以上所述，情緒經驗受學習的影響，從幼兒到學齡兒童以至於慢慢長大，情緒智力可以靠父母師長的提醒與教導，因此若能提供豐富、彈性、安全且支持性的情緒教育環境，將有助於兒童情緒智力的成長。

四、情緒智力的相關研究

影響兒童情緒智力的因素很多，以下就本研究所要探討的背景變項（性別、出生序與居住地）與情緒智力的相關研究加以分析如下：

（一）性別與情緒智力

蘇建文（1979、1981）研究發現男女兒童在基本情緒如快樂、憤怒、懼怕、悲傷及煩惱等的發展上，在感性的反應上，女童的情緒表現較男童明顯，但男女童對於理性的反應較少，可見男女學童在情緒的表現方式上有所差異，因此對於情緒智力的發展也會有所影響。

多數的研究中顯示，女生的情緒智力、情緒管理或情緒調整的表現上，優於男生的情緒表現（陳淑怡，2006）。

胡慧宜（1999）採用梁靜珊編製的「國小生活經驗量表」探究國小情緒適應行為與情緒感受經驗之相關，發現除了「察覺自身情緒」之外，其他分量表及總分，女童顯著優於男童；林淑華（2001）也採用此量表探究國小四、五、六年級學童的情緒智力與人際關係之差異情形，其研究結果顯示，除「自我激勵能力」外，其他分量表及總分，女童顯著優於男童。

羅芝芸（1999）為探討高雄市四、六年級學生認知風格、情緒智力與問題解決能力的關係，設計了「兒童情緒智力量表」。之後劉清芬（2000）使用其量表探討性別與情緒智力，發現女童情緒智力顯著優於男童。

王春展（1999）以台北縣市、台中縣市及台南縣國小二、四、六年級的學童為研究對象，施以其自編的「兒童情緒思維自陳量表」與「兒童情緒思維情境測驗」，發現女童在「整體情緒智力」、「自我情緒智力」以及「人際情緒智力」三方面的得分，都顯著高於男童；李佩珊（2005）以同一量表探究台南縣市及高雄縣市四、六年級學童性別與情緒智力之差異，也有三方面的得分是女童優於男童的發現。

陳騏龍（2001）以高屏地區國小六年級學生為研究對象，施以其自編的「兒童情緒智力量表」探究性別與情緒智力之關係，其發現除「妥善管理情緒」外，其他分量表及整體的情緒智力，女童顯著優於男童。之後有黃悅菁（2002）、戴美雲（2004）、何名娟（2004）、林怡君（2006）、張孟育（2007）等使用或修編此

量表對分別對台灣中南部縣市國小四、五、六年級學童施測，整體結果一致，為女童的情緒智力顯著優於男童，但各分量表之間的表現差異並不太相同。

賴怡君（2002）以基隆市、台北縣市及桃園縣國小四、五、六年級學生為研究對象，施以自編的「國小學童情緒智力量表」後，發現女童在「認識自己情緒」、「表達自己情緒」、「認識他人情緒」、「回應他人情緒」、「人際關係的處理」以及整體的表現上，能力明顯優於男童；之後有湯韻蓉（2004）、羅品欣（2003）、張馨文（2006）等使用或修編其量表對分別對台灣北部縣市國小四、五、六年級學童施測，在情緒智力的整體層面上，結果一致，為女童的情緒智力顯著優於男童，但各分量表之間的表現差異並不太相同。

蕭瑞玲（2002）在探討情緒調整與生活適應的關係時，編製了「情緒調整量表」，發現不同性別之國小學童在情緒調整上達顯著差異；之後李玟儀（2002）以台南縣五年級學生為研究對象，發現女童在「情緒覺察」、「情緒表達」與「情緒反省」的能力優於男童。

由上述研究結果發現，不同性別之國小學童情緒智力研究整體而言，大致為女童優於男童（王春展，1999；胡慧宜，1999；陳騏龍，2001；賴怡君，2002；蕭瑞玲，2002），但究其情緒的各項能力，並非女童皆優於男童（湯韻蓉，2004；羅品欣，2003），可見性別為一重要因素，所以本研究仍將性別納入背景變項做探討。

（二）出生序與情緒智力

兒童情緒智力的發展深受生長環境的影響，兒童的出生序多少也會影響到情緒智力的發展，因為父母對於子女的排行有著不同的角色期待，使得不同出生序的孩子會產生不同的心理感受，而發展出對自己與他人不同的態度與行為方式。目前探討出生序與情緒智力關係的文獻不多，其中，徐振堃（2001）以台北市國中生為研究對象的結果顯示，排行長子女及中間子女者情緒智力高於么子女及獨生子女。

何名娟（2004）以雲林縣公立國民小學五、六年級的學童為調查研究對象，其結果發現老大、中間子女比獨生子女具有較程度的情緒智力。

蔡壹亘（2005）以台北市公立國小的高年級學童為研究對象，探討出生序與

情緒智力各層面的相關，發現出生序與「情緒表達」、「情緒思考」的層面上有顯著相關。

劉瑞美（2006）以高雄市四、六年級的學童為研究對象，發現不同出生序的學童其情緒智力部分有顯著差異，在「認識自己」層面上，排行老么的學童高於排行為中間子女與獨生子女的學童。

曾玉芷（2006）以高雄縣內國小五、六年級之學童為研究對象，發現出生序的不同會影響其情緒智力的發展，老大比中間子女和老么具有較高度的情緒智力。

林怡君（2006）以中部四縣市四、六年級學童為研究對象，發現排行老大之學童其整體情緒智力、認識自己情緒、認識他人情緒的能力表現比排行為中間子女、老么之學童為佳。

但也有些研究的結果與上述所不同，發現出生序跟情緒智力無顯著相關，張珮甄（2002）以高雄市國小五年級學童為對象，發現出生序並不影響其情緒智力；胡秋萍（2004）以高雄市國小三、六年級學生為研究對象，結果發現兒童的情緒智力不因出生序的不同而有異；陳坤益（2004）以中部四縣市設有資優班的國小四、六年級學童為研究對象，發現其出生序與情緒智力無顯著差異。

由以上所述，研究者發現徐振堃（2001）、何名娟（2004）、曾玉芷（2006）和林怡君（2006）的研究結果顯示長子女的整體情緒智力高於其他出生序的學童；而張珮甄（2002）、胡秋萍（2004）與陳坤益（2004）的研究結果則顯示出生序與情緒智力無顯著差異。可見出生序與情緒智力的關係未有一致的結果，本研究將出生序納入背景變項予以探討。

（三）居住地與情緒智力

都市化程度不同的兒童，因為文化刺激、人際互動模式而有不同的生存環境，對於情緒的認知與覺察，表達與宣洩也會有所不同。目前探討居住地與情緒智力的文獻甚少，且結論不一，分述如下。

林淑華（2001）依地理位置、交通網路、工商發展以及都市化的程度將高雄縣、市公立國小分成城市與鄉鎮型學校來探討國小學童情緒管理能力與居住地的關係，其結果表示城市地區的學童情緒管理能力優於鄉鎮地區的學童。

薛靜如（2006）以高雄縣、市公立國小分城郊地區來探討國小學童情緒管理能力，其結果顯示城鄉學童的情緒管理能力有顯著不同，城市優於鄉村。

蘇蕙芳（2006）以台南市及台南縣國小四、六年級學童為研究對象，其研究結果顯示，不同城鄉的國小學童，在情緒的管理上有顯著差異，城市優於鄉村。

鍾永吉（1997）的研究則發現不同居住地區的國小兒童其情緒感受經驗並無顯著差異。

由上所述，研究者發現林淑華（2001）、薛靜如（2006）和蘇蕙芳（2006）等人的研究結果顯示學童的情緒智力有顯著不同，城市優於鄉村；而鍾永吉（1997）的研究則顯示居住地與情緒智力無顯著差異，可知情緒智力對於城鄉比較結果的不盡相同。由於上述研究對象都以鄰近縣市來做比較，是否會影響研究結果，是研究者想探究之處。因此本研究將以工商發展、交通位置與都市化的程度就有明顯不同的高雄市與澎湖縣兩地來進一步探究城鄉的不同，其國小學童的情緒智力是否有所差異。

第三節 憂鬱傾向的內涵與相關研究

憂鬱症是二十一世紀的文明病，根據世界衛生組織的統計，全世界約有百分之三的人口患有各類型的憂鬱症，而這樣的症狀，不只發生於成人，在美國，兒童期的憂鬱症約有2%，青春期的憂鬱症則增加至5-8%，顯現兒童青少年的憂鬱情形逐漸蔓延（American Academy Family Physician, 2000）。在國內，張高賓、陳明哲與連廷嘉（2007）以分層隨機叢集的方式對全台四區域（北、中、南、東）21所國小三年級至六年級學童進行抽樣，獲得2,227名為有效樣本，結果發現4.2%的兒童疑似有重度憂鬱，因此關於「憂鬱」此種情緒，我們不得不重視。

本節將對憂鬱傾向的意義、憂鬱傾向的理論、兒童憂鬱的測量以及憂鬱傾向的相關研究加以探討。

一、憂鬱傾向的意義與症狀

（一）憂鬱的定義與症狀

關於「憂鬱」一詞，在一般口語、臨床診斷以及學術上的使用均表示是一種代表著不愉快的負向情緒，但因為國內外學者因研究的取向與評估方式的不同，而未有一個較明確且一致性的定義，因此以下將各個學者對於憂鬱傾向的定義與解釋加以說明。

Powell（1983）則指出憂鬱是一種包括無助的、低自尊且內心常覺得有不幸的事將要發生等複雜的感覺。Allen-Meares（1987）則將憂鬱視為面對失落與壓力下的一種反應，常出現一些症狀如飲食失調、憂傷的情感、課業表現不佳、體重急速改變甚至會有想死的念頭。

Cantwell 與 Baker（1991）提出憂鬱是一種長期的情緒困擾，並將其症狀程度的複雜性分為四個層次：第一層次的憂鬱，是一種帶有負向情緒的症狀，如傷心、煩悶等；第二層次的憂鬱，是指包含生理、心理等多面向的症狀，包含飲食、體重及睡眠的改變。但是一般人處於有壓力的環境中，可能也會短暫出現這些症狀；第三層次的憂鬱，可能具有初期的精神異常，如情緒、認知與性功能方面的違常；第四層的憂鬱是一種心理疾病，除了具有精神異常的特性，會在某一特定期間內出現憂鬱的症狀外，還會造成當事人某些領域的失能。

張春興（2000）認為憂鬱是屬於憂愁、悲傷、頹喪、消沉等多種不愉快情緒綜合而成的心理狀態，依症狀的差異又輕重程度之分，輕度憂鬱者多數有悲觀、沉悶、生活缺少興趣、做事無精打采等情緒低潮，就算正常人也會遇到如此的情形，因此，短暫的憂鬱並非病態；而重度的憂鬱者，行為異於常人，不僅在心理上陷入悲傷、絕望、自責與思想錯亂外，生理上也會出現食慾不振、頭痛、心悸、兩眼無神、嘴角下陷等症狀。

Peterson於1996年對應美國精神醫學會所制定的精神疾病診斷與統計手冊第四版（DSM-IV）診斷系統，指出憂鬱期的症狀可從以下五個方面來辨認（引自杜仲傑等人譯，2002，頁406-407）：

1.情緒方面：有憂鬱的心情，包括難過、鬱卒、無精打采或空虛等；也有可能出現激躁或生氣的心情。

2.動機方面：指興趣的喪失，對於過去可吸引注意的活動，不再有同樣的魅力或對於活動的參與感到疲憊。

3.身體方面：體重會改變，非處於節食狀態而體重明顯的下降，或為了讓自己感覺好一些而食用甜食，以至體重急遽增加。另外，也可能會有睡眠障礙的問題，他可能睡眠過度或入睡困難。

4.行為方面：指心理動作的急躁或遲滯，憂鬱的人在思想和動作上可能會坐立不安且神經質，或是遲緩且沒有反應。

5.認知方面：會有負面的想法，如沒有價值感，否定自己的能力；會經常自責，伴隨過度且不恰當的罪惡感；無法專注或做決定，優柔寡斷，再三揣測與顧慮每個行動後負面結果的傾向；最後有深沉的無望感，甚至反覆想到死亡，特別是自殺。

依據DSM-IV，憂鬱症至少要有五種症狀，包括憂鬱的心情或興趣的喪失，而這樣的症狀必須持續兩週以上。

綜觀以上所述及國內研究（邱一峰，1996；陸汝斌，1990；陳錫銘，1991；蔡嘉慧，1998），研究者認為憂鬱是一種情緒的字眼，可說是一種生理與心理的偏差狀態，如長期的抑鬱伴隨睡眠或食慾等生理現象的改變，在認知上除了負面的思考外，專注力及記憶力也改變，行為上隨著動機與興趣減少而缺乏活力，造成人際互動退縮的問題；嚴重者漸漸失去生存的基本能力，或覺得失去生活的目標，導致有自殺的想法出現。

（二）兒童憂鬱傾向的定義與症狀

一般兒童青少年的憂鬱症狀都是整理家長的自陳報告中的行為描述得知，國外學者嘗試以成長的觀點對兒童的憂鬱作論述，茲敘述如下：

Carlson和Kashan於1998年的研究結果顯示6至13歲的兒童的憂鬱症狀，會隨著年齡陸續出現，起初是焦躁不安的情緒，伴隨無助、孤單和失落的情感反應；進而有無望感與低自尊的問題，最後到罪惡感的產生（引自張高賓，2005，頁3）。

國內學者張高賓（2005）指出兒童青少年的憂鬱症狀的評估診斷是沿用成人早期的症狀為準則，但目前在兒童青少年身上也被臨床實務工作者發現一些不同於成人的憂鬱症狀，如在行為問題上有過動、攻擊、發脾氣；在生理上有頭痛、

胃痛、尿床等問題；在學校學習方面，有低成就、逃學、懼學或拒學等，這些情緒或症狀雖然被認為是「偽裝的憂鬱」，但也表示兒童的憂鬱會已有別於成人的症狀表現出來。此外，張高賓（2005）也提出在1970年代的學者針對兒童憂鬱的研究發現其症狀包括學校學習困難或行為問題，其他皆類似於成人的憂鬱症狀。

根據Muse和Stark於1990年所提出的資料，指出兒童與青少年的憂鬱症狀的資料來源與判斷應包括個案本身、家長、老師、同儕與專業人員（引自周桂如，2002，頁17），其重要的徵候整理如下：

1.情感的表現上：憂鬱、悲傷、孤單、愛哭，多數的時間看起來不快樂、容易焦慮且情緒不穩定等。

2.行為的表現上：興趣缺乏、社交退縮、有疲倦感、常抱怨、思考或專注力減退、上課打瞌睡、動作變慢產生一些退化的行為，例如只說單字及反應遲鈍等。

3.身體的狀況上：食慾改變、睡眠障礙、體重明顯改變、尿床及身體疼痛等。

4.認知的表現上：低自尊、對未來採消極的看法、會對自己做負面的批判及有死亡的念頭等。

綜合以上所述，研究者認為兒童的憂鬱症狀除了跟成人一樣有易怒、悲傷、憂鬱的心情以及睡眠、食慾、尿床等生理現象的改變外；在認知上會否定自己、朝向負面思考、隨著認知能力的改變而難下決定，行為上則因興趣缺缺還沒有動力，同儕互動減少，最重要的是影響了在學校理學業與團體生活的學習。

憂鬱症的診斷需經過多項且長時間的評估，為避免而產生的標籤化及刻板印象，因此本研究以「憂鬱傾向」稱之。

二、憂鬱傾向的理論

憂鬱理論的範疇從心理分析到社會心理脈絡因素都有相關學者論述，以下針對兒童青少年憂鬱發生的解釋，選擇相關理論分述之。

（一）心理動力與人際關係理論

1.自我心理學

一般而言，心理動力論是用來詮釋成人的憂鬱，後來發現成人的憂鬱是因童年早期事件所影響，因此也用來間接解釋兒童的憂鬱（張高賓，2005）。在心理

動力學派的自我心理學中，依Bibring的理論，憂鬱是一種自我的衝突，源自於個人預期目標達成卻又深知無法完成所造成的精神緊張，對於這樣的衝突起初產生焦慮和生氣，繼之發展為無力與無助感，同時也往往造成自尊的崩潰而導致憂鬱的產生（李素芬，2004；陳艷玲，2007）。

2.客體關係理論

客體關係理論是當代精神分析理論的主要脈絡之一，認為憂鬱的形成是一種失落的反應，此種失落並非客體本身的失落，而是對於客體所提供的愛、接納與贊同的失落。個體因當因當時的情境而喚起對童年時期的失落（得不到愛與贊同）而產生了恐懼，個體失去了這個客體，而是這樣絕望憤怒的感覺內射，形成了憂鬱；換言之，憂鬱者將失落的客體轉為自我的一部分，同時也將對這客體的所有負面的感覺法轉向自己（李仁宏，2004；李素芬，2004）。

3.依附理論

Bowlby於1973年提出「依附」（attachment）的概念，描述主要照顧者與幼兒的情感連結與關係的發展，會影響其人格發展（引自張高賓，2005，頁32）。以Bowlby的依附理論探討與憂鬱症關聯的學者認為，不安全的依附與成人時期的憂鬱症有關（李素芬，2004）。而不安全的依附是源自於孩童時期與主要照顧者分離的失落經驗或是其需求未獲得適當的滿足與回應，因此會否定自己的價值或產生無助而引發憂鬱（李素芬，2004）。

4.關係性自我理論

關係性自我理論是從社會的認知角度出發，認為個體與重要他人的互動經驗形成獨特的自我表徵，此自我表徵會使個體在新的人際情境中解釋與預測他人的行為。

Andersen和Chen（2002）說明此理論的重要他人並非指早期的照顧者，而是指在生命經驗中，對個體具有影響力，有較多情緒涉入的他人。每一個重要他人在個體的認知架構中都形成一個獨特的記憶表徵，包括重要他人的習性、態度與人格，以及與個體互動的一切包括評價、動機與情緒反應等（引自葉在庭、花茂琴，2006，頁179）。

Andersen和Baum於1994年表示新的人際關係與過去的重要他人是相互獨立的個體，但個體的自我會自動忽略人際情境的新線索，提取過去與重要他人互動產

生的自我表徵在新的人際情境中與他人互動。從社會的認知角度來看，此「轉移」現象是一般正常人會發生的，甚至是基本人際關係的心理歷程（引自葉在庭、花茂琴，2006，頁180）。

由以上所述，可知由心理動力與人際關係論的觀點來看兒童憂鬱的發生，主要是在於與重要他人關係上的處理未獲得滿足，長期失落的感受導致所有負向的感覺轉向自己，而引發憂鬱。因此從此理論觀點來看，身為兒童重要他人的父母、老師等，不可漠視孩子的需求，讓孩子能學習正常的互動，建立較正向的動機、態度與情緒狀態。

（二）認知與行為理論

1. Beck的認知模式

Beck的認知模式指出，人存在著基模，會對於發生的事件與經驗做解釋，而此基模會受到個體先前發展的過程、生活的經驗與其承受的壓力事件所影響（引自張高賓，2005，頁34）。Beck在1976年根據臨床的觀察，提出個體之所以有憂鬱的傾向，主要是因為在有壓力的情境下，個體將原先被扭曲的基模激發出來，呈現負面的「認知三角」（cognitive triad），1.憂鬱症的病人常採負面的看法看自己；2.憂鬱症的病人總是用負面的觀點來解釋他目前的經驗；3.憂鬱症的病人對於未來充滿負面與悲觀的想法，過分預期未來是絕望的、無法解決問題的（引自陳艷玲，2007，頁68）

2.行為模式

Lewinsohn的社交技巧與活動層級觀點來說，憂鬱的發生是個體在重要他人中，個人的正向增強沒獲得滿足，此因來自不適當的社交技巧對他人做回應所致，意即憂鬱症者較少被別人增強，逐漸降低相互增強的頻率，同時減少了活動的機率，以致對於活動興致缺缺（引自張高賓，2005，頁33）。

3.習得無助感模式

Seligman的習得無助感起源於實驗室中動物實驗及憂鬱病人的實徵研究所得，個體感到對所處的情境不可控制時，會變得無助和憂鬱，簡言之就是放棄自我（引自張高賓，2005，頁34）。

根據此模式，王黛玉（2005）認為憂鬱的產生是因個體於生活事件中經驗到

一般性和持續性的無助感，習慣的歸因於內控、不穩定或特定的因素，此種負向而不適應的歸因型態，是憂鬱與無助的重要指標。

4.自我控制模式與自我效能理論

Rehm認為個體達成目標的能力乃是透過自我監控、自我評價以及自我增強等三個過程。而憂鬱症狀的產生是因缺乏其中一個或數個自我控制的行為，如在自我監控方面，憂鬱疾患容易去選擇負面的事件；在自我評價方面，憂鬱疾患採嚴苛的標準來評斷自己，將失敗的責任都歸因於自己；在自我增強方面，憂鬱疾患缺乏正向的增強，而有過份的自我懲罰（引自張高賓，2005，頁35）。

5. Bandura的憂鬱自我效能理論

Bandura指出自我效能是個人對自己能力及行為表現的知覺與自信。個體自我效能與預期反應行為及情感反應有密切的關係。憂鬱主要是受認知歷程的影響，高自我效能者較有自信，會表現較適當的行為，低自我效能者，會產生逃避、防衛的行為與焦慮、憂鬱的情緒（引自王黛玉，2005，頁62）。

6.問題解決模式

Nezu的憂鬱問題解決模式，強調個體與情境和時間是一個互動的過程，也是一種社會認知的過程，包含主要的負向生活事件、目前面臨的問題、問題解決因應與憂鬱症狀四個互動的因素。主要的負向生活事件會導致問題的發生而成為生活壓力的來源，因此需加以因應以解除壓力，若不做有效的因應，則易產生負向結果，導致憂鬱（引自陳錫銘，1991，頁9）。其互動的關係如圖2-3-1

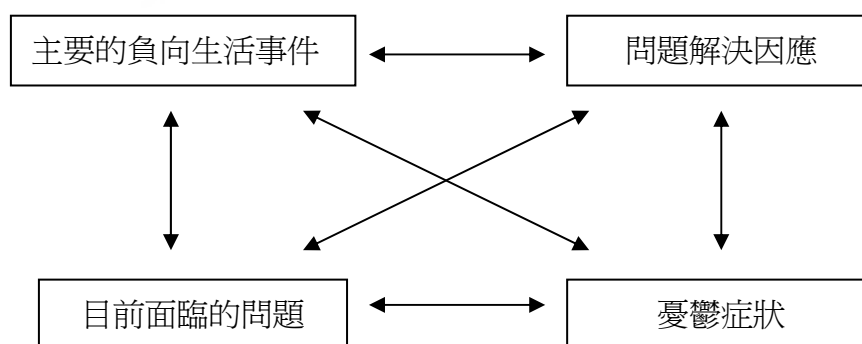


圖2-3-1 憂鬱問題解決模式

資料來源：陳錫銘（1991）。認知行為取向團體諮商對國小憂鬱兒童輔導效果之研究。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文（未出版）。頁9

由以上所述，可知由認知與行為理論的觀點來看兒童憂鬱的發生，主要是在於個人認知上的扭曲，給予自己不當的評價與要求，過度類推事件的因果，導致解決問題的因應上無法獲得正向的感受，因而引發憂鬱症狀。因此，對於孩童的認知，需給予正確的教導與回饋，減少謬誤的想法，以預防憂鬱的發生。

（三）發展心理模式

發展心理病理的觀點主要集中在正常與病態的發展，以生理、認知、情感以及人際關係發展，來檢視或了解兒童憂鬱症狀的表現。

Cicchetti與Toth以組織取向來看，它藉由個體行為的、心理的和生理系統之間或之內的整合，來了解生理、認知、情感和社會系統的發展程序。兒童若能成功的適應或完成每個階段的發展任務，則兒童的情緒、認知、社交、自我認同及生理上將發展得更健全；否則會產生負向的情緒如焦慮、憂鬱等（引自張高賓，2005，頁38）。

此外，Cicchetti與Toth也藉由生態的觀點來看兒童的憂鬱，其危險因子分述如下（引自張高賓，2005，頁38）：

1.個體本身：主要在生理上的內在平衡、情感的辨別、注意力的調整、依附關係和自我系統四方面。

2.微觀系統：以家庭組織與環境、社經地位和親子互動關係為主。此外，若父母為憂鬱患者，也會影響兒童的憂鬱。

3.外觀系統：除家庭外，學校及社區環境對於兒童學業及心理調適是有關聯的，尤其是國中小階段，同儕互動和學業的表現與憂鬱是有關聯性的。

4.巨觀系統：牽涉到一個社會的文化或價值觀，如事件的處理須顧及社會的觀感與支持；種族因素也是造成憂鬱的危險因子。

由以上所述，可知發展心理模式注重個體本身各方面的整合，兒童憂鬱的發生不只是個體的認知與人際的互動，還包括了環境的影響，政治、經濟、社會對引發孩子憂鬱的產生，是不容小覷的。

三、憂鬱傾向的相關研究

導致兒童憂鬱的因素很多，以下就本研究所要探討的背景變項（性別、出生序）

與憂鬱傾向的相關研究加以分析如下：

（一）性別與憂鬱傾向

憂鬱之性別差異在世界上大部分的國家都可以發現，Weissman 及 Klerman 於 1977 年整理有關性別與憂鬱症狀的文獻發現除了少數幾個國家（印度、伊拉克、新幾內亞及羅德西亞）的治療人口男性比女性多外，其他區域均顯示女性比男性高，以美國為例，女男比約 2：1（引自胡幼慧，1990，頁 4）。由於隨著物質需求的滿足，兒童進入青春期的年齡降低，因此孩子身體的成熟年齡也提早至小學階段，根據研究顯示，患有憂鬱症兒童，過了青春期，比率急遽增加，因此以下就整理國內外文獻後對於兒童及青少年男女性別在憂鬱傾向的差異情形作說明。

1. 女生憂鬱傾向高於男生

Larsson 和 Melin（1990）對瑞典青少年憂鬱症候的研究中指出，女性的憂鬱傾向較強，尤其在重度的憂鬱方面。

對於國小學童憂鬱傾向研究，吳聰秀（2006）、高啓賢（2004）以國小高年級學童為研究對象，發現女童的憂鬱傾向高於男童，且達顯著差異。

2. 男生憂鬱傾向高於女生

張高賓（2005）以國小三年級至六年級，國中一年級至三年級的學生為對象的研究中發現，性別在憂鬱的篩選量表的差異達顯著水準，且男生憂鬱分數高於女生。

張高賓、陳明哲與連廷嘉（2007）以台灣地區國小三年級至六年級為研究對象，男生在部分分量表的憂鬱分數比女生的分數略高，不同性別兒童在兒童及青少年憂鬱篩選量表的差異達顯著水準。

黃曉雯（2007）台南及高雄地區國小三到六年級的學童為研究對象，在整體憂鬱傾向上，男生高於女生，顯示男生較女生憂鬱。

3. 性別與憂鬱傾向沒差異

陳艷玲（2006）以台南市高年級學童為研究對象，發現不同性別在憂鬱傾向上無顯著差異。

謝秀雯（2007）以桃竹苗地區的高年級學童為對象，其研究結果顯示兒童的憂鬱傾向不因性別而有所差異。

除了上述的研究結果之外，王志寰（2003）以國小五年級、國中二年級和高中二年級的學生為研究對象，發現兒童期男女在憂鬱程度尚無明顯的差異，但進入國中之後，差異性逐漸顯現，且女生明顯高於男生。

由上述研究結果發現，就整體憂鬱傾向而言，Larsson 和 Melin（1990）、吳聰秀（2006）和高啓賢（2004）的研究結果顯示，女童的憂鬱傾向高於男童；而張高賓（2005）和黃曉雯（2007）的研究結果顯示，男童的憂鬱傾向高於女童；此外，陳艷玲（2006）和謝秀雯（2007）的研究結果則顯示兒童的憂鬱傾向不因性別而有所差異。可見不同性別之國小學童憂鬱傾向研究結果不一，因此本研究將性別作為背景變項，探討男女學童的憂鬱傾向是否有差異。

（二）出生序與憂鬱傾向

家庭組織問題上，除了家庭型態外，手足序也與憂鬱有關聯性，根據董氏基金會於 2002 年的調查顯示，在家中為獨生子女或排行為老么者，具憂鬱傾向的比例偏高，分別為 25.6% 和 24.3%（王淑鄉，2007）。此外，在一些研究中發現三個小孩的家庭，次子女的憂鬱程度達顯著水準（張高賓，2005），因此針對出生序與兒童青少年憂鬱傾向的研究整理如下所述。

張高賓（2005）以國小三年級至六年級，國中一年級至三年級的學生為對象的研究中發現，各年級中之臨床個案的預測變項——出生序，對臨床個案的憂鬱有顯著影響，出生序的排序越小，對憂鬱的影響程度越多。

張高賓、陳明哲與連廷嘉（2007）以台灣地區國小三年級至六年級為研究對象，發現獨生子（女）在各分量表的憂鬱分數比其他出生序的分數高；中間子女比長子女有較高的憂鬱傾向。

謝秀雯（2007）以桃竹苗地區的高年級學童為對象，其研究發現兒童的憂鬱傾向不因出生序而有所差異。

綜合以上所述，研究者發現張高賓、陳明哲與連廷嘉（2007）的研究結果與董氏基金會的調查均顯示獨生子（女）的憂鬱傾向高於其他出生序；而張高賓（2005）的研究也指出，出生序的排序越小，對憂鬱的影響程度越多。可知出生序是否會導致兒童憂鬱傾向的發展，有待進一步的研究，因此本研究將出生序納入研究背景變項予以探討。

（三）居住地與憂鬱傾向

江宜珍（2005）在研究國小四年級學童曾發生自殺意念的相關因素研究中指出，「憂鬱程度」佔第一個重要因素，居住在台北市的學童曾有自殺意念之可能性顯著高於新竹縣的學童，其原因可能是居住在城市地區的學童，自覺接受到家人或朋友的支持度較低，或者需要更多的關懷，因此自殺意念較高。

目前城鄉差距與憂鬱傾向的研究甚少，因此本研究以高雄市與澎湖縣的學童為研究對象，欲進一步了解不同居住地之國小學童其憂鬱傾向是否有所差異。

第四節 內外控、情緒智力與憂鬱傾向的相關研究

以下針對內外控與情緒智力、內外控對憂鬱傾向以及情緒智力與憂鬱傾向的相關研究逐項分述。

一、內外控與情緒智力

近年來，內外控與情緒智力的相關研究如下：

Crick 和 Ladd（1993）以國小三年級和五年級學童為研究對象，發現外控信念與焦慮及無力感有顯著正相關，人際關係較差的兒童多為外在歸因（引自李佩珊，2005，頁 25）。

林慧蘭（2001）探討國小資優班與普通班學生的內外控與情緒智力，以中部七所實施資優教育學校的四年級和六年級學童為研究對象，發現內外控與情緒智力有顯著相關，其相關主要表現在資優班的男女學童內控信念與情緒智力總量表上。

蕭瑞玲（2002）以高屏地區五六年級學童為研究對象，探討情緒調整的相關因素時，發現具內控傾向的學童，比較能以積極面對的方式解決情緒上的問題，情緒調整能力顯著高於外控傾向者。

李佩珊（2005）以台南縣市及高雄縣市四、六年級學童為研究對象，發現國小學童的內外控與情緒智力有相關，當個體愈傾向內控，其情緒智力的分數愈高。

張好婷（2005）以中部七所一般資優的五年級學生為研究對象，探討情緒智力的相關因素，發現資優生的內外控與情緒智力有顯著相關。

綜上所述，蕭瑞玲（2002）與李佩珊（2005）的研究結果顯示，具內控傾向者的情緒智力高於外控者；林慧蘭（2001）和張好婷（2005）則發現內外控與情緒智力有顯著相關。至於了解高澎地區學童的內外控與情緒智力的相關是否與上述結果一致，是本研究的目的之一。

二、內外控對憂鬱傾向

研究者整理國內外相關文獻，發現探討內外控信念與憂鬱傾向相關之文獻很少，僅 Mcclun 與 Merrel 於 1998 年整理有關內外控信念的相關文獻，發現具外控信念者往往與憂鬱有關聯（引自黃家桑，2003，頁 108）。

而國內文獻僅黃家桑（2003）以台北市五六年級學童為研究對象，探討內外控信念與焦慮之相關情形，研究發現顯著關聯，此研究為國內對於高年級學童內外控信念與焦慮情形之最初發現，其結果與國外探討結果不太一致。

綜上所述，本研究試圖探討內外控對憂鬱傾向之相關情形。

三、情緒與憂鬱傾向

近年來，情緒智力與憂鬱傾向的相關研究如下：

黃曉雯（2006）以高雄地區三到六年級學童為研究對象，探討情緒能力與憂鬱傾向之關係，發現國小學童情緒能力各層面與憂鬱傾向各層面極整體均達顯著負相關，顯示國小學童情緒能力和憂鬱傾向有密切的關係。

陳艷玲（2007）以台南市高年級學童為研究對象，探討情緒能力與憂鬱傾向之關係，發現情緒能力的整體及其各層面（包含情緒表達、情緒轉換、情緒管理、情緒調節與情緒自主能力）分別與整體的憂鬱傾向及各層面（包含悲觀的想法、負向自我觀念、負向情緒感受以及無助與無力感）之關係，皆呈現顯著相關。

謝秀雯（2007）以桃竹苗五六年級學生為研究對象，探討情緒調整與憂鬱傾向之關係，發現情緒調整得越好，憂鬱傾向程度越低，且由情緒調整可預測學童的憂鬱傾向。

情緒智力包含情緒認知、調整、適應、表達與管理等能力，綜合以上之探討可知，黃曉雯（2006）、陳艷玲（2007）以及謝秀雯（2007）的研究均顯示，情緒智力與憂鬱傾向具有顯著相關，本研究以高澎地區國小學童為研究之對象，在情緒智力與憂鬱傾向上之相關是否能與上述研究之結果一致，待進一步證明之。

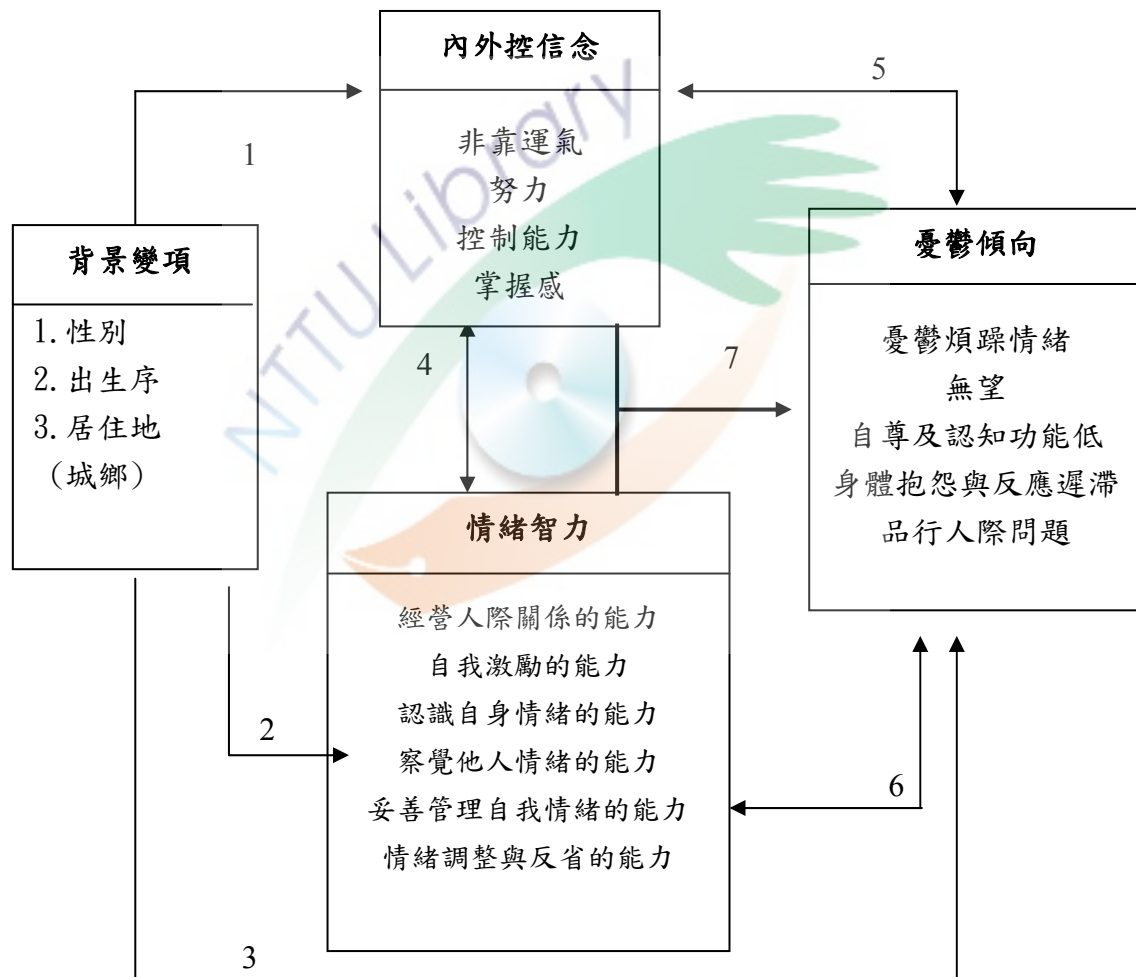




第三章 研究方法

第一節 研究架構

本研究主要在探討澎湖縣國小高年級學童控制信念、情緒智力與憂鬱傾向之間的現況與相關情形，依據研究動機與目的，及綜合文獻探討與分析，提出如圖 3-1-1 的研究架構，以瞭解各變項的內涵與相互關係：



3-1-1 研究架構圖

說明：

1. 探討不同背景變項的國小高年級學童在內外控信念之差異。
2. 探討不同背景變項的國小高年級學童生在情緒智力之差異。
3. 探討不同背景變項的國小高年級學童在憂鬱傾向之差異。
4. 探討國小高年級學童內外控信念與情緒智力之相關情形。
5. 探討國小高年級學童內外控信念與憂鬱傾向之相關情形。
6. 探討國小高年級學童情緒智力與憂鬱傾向之相關情形。
7. 探討國小高年級學童內外控信念、情緒智力對憂鬱傾向之預測力。

第二節 研究假設

根據文獻探討及上述研究目的架構，本研究待驗證的假設如下：

假設一：不同背景變項的國小高年級學童，其內外控信念有顯著差異。

- 1-1 不同性別的國小高年級學童在內外控信念得分上有顯著差異。
- 1-2 不同出生序的國小高年級學童在內外控信念得分上有顯著差異。
- 1-3 不同居住地的國小高年級學童在內外控信念得分上有顯著差異。

假設二、不同背景變項的國小高年級國小學童的情緒智力有顯著差異。

- 2-1 不同性別的國小高年級學童在情緒智力得分上有顯著差異。
- 2-2 不同出生序的國小高年級學童在情緒智力得分上有顯著差異。
- 2-3 不同居住地的國小高年級學童在情緒智力得分上有顯著差異。

假設三、不同背景變項的高年級國小學童的憂鬱傾向有顯著差異。

- 3-1 不同性別的國小高年級學童在憂鬱傾向得分上有顯著差異。
- 3-2 不同出生序的國小高年級學童在憂鬱傾向得分上有顯著差異。
- 3-3 不同居住地的國小高年級學童在憂鬱傾向得分上有顯著差異。

假設四、國小高年級學童的內外控信念與情緒智力有顯著的相關。

- 4-1 國小高年級學童的內外控信念與經營人際關係的能力有顯著相關。
- 4-2 國小高年級學童的內外控信念與自我激勵的能力有顯著相關。
- 4-3 國小高年級學童的內外控信念與認識自身情緒的能力有顯著相關。
- 4-4 國小高年級學童的內外控信念與察覺他人情緒的能力有顯著相關。
- 4-5 國小高年級學童的內外控信念與妥善管理自我情緒的能力有顯著相關。
- 4-6 國小高年級學童的內外控信念與情緒調整與反省的能力有顯著相關。

假設五、國小高年級學童的內外控信念與憂鬱傾向間有顯著的相關。

- 5-1 國小高年級學童的內外控信念與憂鬱煩躁情緒有顯著相關。
- 5-2 國小高年級學童的控制信念與無望有顯著相關。
- 5-3 國小高年級學童的內外控信念與自尊及認知功能低有顯著相關。
- 5-4 國小高年級學童的內外控信念與抱怨與反應遲滯有顯著相關。
- 5-5 國小高年級學童的內外控信念與品行人際問題有顯著相關。

假設六、國小高年級學童的情緒智力與憂鬱傾向間有顯著的相關。

- 6-1 國小高年級學童的情緒智力與憂鬱煩躁情緒有顯著相關。
- 6-2 國小高年級學童的情緒智力與無望有顯著相關。
- 6-3 國小高年級學童的情緒智力與自尊及認知功能低有顯著相關。
- 6-4 國小高年級學童的情緒智力與抱怨與反應遲滯有顯著相關。
- 6-5 國小高年級學童的情緒智力與品行人際問題有顯著相關。

假設七、國小高年級學童的內外控信念與情緒智力能有效預測國小學童的憂鬱傾向情形。

第三節 研究對象

本研究以高雄市與澎湖縣國小五、六年級學童為母群體，採分層隨機抽樣方式進行樣本收集。根據教育部所提供的資料高雄市與澎湖縣97學年度高年級學生人數約有40000人，先將高雄市高年級學生為一個次群體定義為「都市」地區的學校，澎湖縣高年級學生為另一個次群體定義為「鄉村」地區的學校，再各取六校，每校兩班，共計24個班級(如表3-3-1)，樣本數共639人，問卷回收後，刪掉作答不完全與反應心向明顯者，總計有效問卷為556份，回收率87%。

表3-3-1 有效樣本人數分配一覽表(97學年度高年級學童)

縣市	學校	班級數	有效樣本數
高雄市	中正國小	2	63
	文府國小	2	58
	太平國小	2	50
	明德國小	2	41
	樂群國小	2	66
	十全國小	2	57
澎湖縣	馬公國小	2	35
	東衛國小	2	56
	隘門國小	2	42
	外垵國小	2	38
	望安國小	2	14
	七美國小	2	36
合計	12所國小	24班	556人

第四節 研究工具

本研究旨在探討國小高年級學生控制信念、情緒智力和憂鬱傾向之相關情形，因此採問卷調查法蒐集資料。針對研究目的及所欲探討之變項，選用四種研究工具，進行量化資料的蒐集。研究者四種研究工具分別是「兒童基本資料表」、「兒童控制信念量表」、「兒童情緒智力量表」以及「兒童及青少年憂鬱篩選量表」。

一、兒童基本資料表

包含縣市學校、年級及性別及出生序（分為長子女、中間子女、老么和獨生子女）。

二、兒童控制信念量表

（一）量表內容

本量表使用呂秋桂與包玉仙（2005）編製的「兒童的控制信念量表」，適用於高年級學童，本量表在瞭解高年級學生的內外控信念。此量表共計25題，其各層面分配如表3-4-1：

表3-4-1 兒童的控制信念量表內容分配表

量表層面	題數	正向題題號	反向題題號
非靠運氣	11		1,2,3,4,7,11,12,13,14,16,18
努力	6	5,6,15,19,20,25	
控制能力	5	8,9,10,21,22	
掌握感	3		17,23,24

（二）量表填答與計分方式

量表填答方式採用 Likert 四點量尺，含四個因素，每個題目均有四個選項，分別為「非常同意」、「同意」、「不同意」、「非常不同意」，計分方式依次給予 4、3、2、1 分，其中第 1、2、3、4、7、11、12、13、14、16、17、18、23、24 等為反

向題，採反向計分。將分數加總計算後，所得分數愈高者，表示其控制信念愈傾向內控；反之，表示其控制信念愈傾向外控。

（三）量表之信、效度

呂秋桂（2005）以 112 個樣本考驗所得全量表之 Cronbach α 為 .914，各因素之內部一致性信度係數在 .930 到 .536 之間。隔了兩週後，進行重測信度的考驗，結果顯示：總量表的重測信度為 .674，達 .01 的顯著水準，各分量表的重測信度為 .363~.646，均達 .01 的顯著水準。

本量表以林靜芬（1995）之「兒童內外控信念量表」進行效標關聯效度之檢驗，其總分與效標量表之總分的相關為 .853，達 .01 的顯著水準，顯示本量表有很好的效標關聯效度。

三、兒童情緒智力量表

（一）量表內容

本量表使用戴美雲（2004）修編的「兒童情緒智力量表」。該量表含以下六個層面：經營人際關係的能力、自我激勵的能力、認識自身情緒的能力、察覺他人情緒的能力、妥善管理自我情緒的能力、情緒調整與反省的能力。問卷內容共 31 題，其各層面分配如表 3-4-2：

表 3-4-2 兒童情緒智力量表內容分配表

量表層面	題數	正向題題號	反向題題號
經營人際關係的能力	7	1,7,13,19,23,27,30	
自我激勵的能力	6	2,8,14,20,24,28	
認識自身情緒的能力	7	3,9,15,21,25,29,31	
察覺他人情緒的能力	5	4,10,16,22,26	
妥善管理自我情緒的能力	3	5,11,17	
情緒調整與反省的能力	3	6,18	12

（二）量表填答與計分方式

量表填答方式採用 Likert 四點量尺，含四個因素，每個題目均有四個選項，分別為「非常不符合」、「不符合」、「符合」、「非常符合」，計分方式依次給予 1、2、3、4 分，其中第 12 為反向題，採反向計分外，其餘皆為正向題。將分數加總計算後，即為兒童情緒智力量表之得分。所得分數愈高者，表示該兒童在情緒智力上的思維與表現能力愈好。

（三）量表之信、效度

在戴美雲（2004）以 195 個樣本考驗所得全量表之 Cronbach α 為 .9061，各因素之內部一致性信度係數在 .4887 到 .8382 之間。

本量表以陳騏龍（2001）所編製的「兒童情緒智力量表」，進行效標關聯效度之檢驗，其總分與效標量表之總分的相關為 .853，達 .01 的顯著水準，顯示本量表有很好的效標關聯效度；總量表的解釋變異量為 54.638%，顯示本量表具建構效度。

四、兒童及青少年憂鬱篩選量表

（一）量表內容

本量表為張高賓（2005）所編製的。量表共 34 題，適用於國小三年級至國中三年級之兒童青少年。此量表共有五個因素，各層面分配如表 3-4-2

表 3-4-3 兒童及青少年憂鬱篩選量表內容分配表

量表層面	題數	題號
憂鬱煩躁情緒	13	5,12,21,22,23,24,25, 26,27,28,29,30,31
無望	5	3,4,11,13,17
自尊及認知功能低	8	1,2,6,7,8,9,10,18
身體抱怨及反應遲滯	4	20,32,33,34
品性人際問題	4	14,15,16,19

（二）量表填答與計分方式

本量表採Likert 四點計分，施測者根據自己最近二週的情況作答，如果題目敘述符合的程度，回答在「沒有或極少」（每週1天以下）時，得0分；回答在「有時候」（每週1-2天）時，得1分；回答在「時常」（每週3-4 天）時，得2分；回答「常常或總是」（每週5-7天）時，得3分。切截分數為31分，各項加總得分高過切截分數者，可評估為疑似憂鬱。

（三）量表之信、效度

本量表為張高賓（2005）以全國四區共33所國中小3665個樣本（包含99名受虐兒童及98臨床樣本）進行分析後編製而成，全量表之Cronbach α 為 .944，各因素之內部一致性信度係數介於 .613 至 .904 之間，重測信度介於 .683 至 .980 之間。

本量表以魏麗敏（1994）之「兒童憂鬱量表」和董氏基金會（2003）之「青少年憂鬱情緒自我檢核表」進行效標關聯效度之檢驗，均呈現正相關，相關係數分別是 .388 及 .680，總變異量為43.36%。

第五節 研究程序

本研究的實施程式可分為準備工作、問卷施測、撰寫研究報告等三大階段。茲分述如下：

一、準備工作

本階段工作可細分為四部份：文獻資料蒐集、研究計畫編寫、確認研究工具、研究計畫發表。

首先蒐集相關資料及閱讀與控制信念、情緒智力與憂鬱傾向有關之文獻；本研究選用的研究工具共四種，分別是「兒童基本資料表」、「兒童控制信念量表」、「兒童情緒智力量表」以及「兒童及青少年憂鬱篩選量表」，聯絡量表編製者，取得量表同意使用書（附錄一至附錄三）。

爲使量表之名稱不影響學童的作答情緒，故將問卷以「我的生活態度問卷」命名，再依題數少至多，改變量表名稱依序排列如下：1.兒童基本資料表(附錄四)；2.我對事件的看法(兒童控制信念量表)；3.我對情緒的看法(兒童情緒智力量表)；4.我最近的感覺(兒童及青少年憂鬱篩選量表)，共四部份。

二、問卷施測

本階段工作細分爲四部份：選取受試者、行政協調、問卷施測、問卷回收。在第一階段工作完成後，便依據計畫中所取樣的學校，著手進行聯絡與協調以利施測，因無法親自前往施測，爲求施測環境之一致，特和施測老師協調按照所附的「問卷施測指導說明」(附錄五)的程序對學生施測。問卷的實施約15~20分鐘。

三、撰寫研究

本階段工作細分爲四部份：資料處理、資料分析、論文撰寫、報告提出。

問卷回收後，即著手做資料的處理，將作答不完全及固定式回答者視爲無效的問卷來處理，然後將有效問卷予以一一編碼，並以電腦統計軟體SPSS12.0進行各項統計分析與考驗。

根據資料統計之結果進行討論，歸納結論，並提出研究發現，給予具體建議，以供參考。

第六節 資料處理與統計方法

本研究於研究回收後，剔除無效問卷後，將以 SPSS 套裝軟體進行統計分析，分述如下：

一、資料處理

首先先檢視所有回收的問卷的填答情形，將資料填寫不全以及固定式回答者

予以刪除。對於有效的問卷依據學校予以編碼，同時鍵入電腦存檔，之後再列印其資料，以人工方式加以核對，修正可能的錯誤。

二、統計分析

研究者使用的統計方法如下：

（一）以描述性統計分析及相依樣本單因子變異數分析，考驗國小高年級學童內外控信念、情緒智力與憂鬱傾向之各層面差異。

（二）以t考驗分析不同性別、居住地之國小高年級學童在內外控信念、情緒智力與憂鬱傾向得分之差異情形。

（三）以單因子變異數分析（One-way ANOVA）分析不同出生序之國小高年級學童在內外控信念、情緒智力與憂鬱傾向得分的差異情形。

（四）以積差相關考驗內外控信念、情緒智力與憂鬱傾向之相關情形。

（五）逐步多元迴歸分析瞭解內外控信念、情緒智力是否能有效預測其憂鬱傾向。

第四章 研究結果與討論

本文旨在探討國小高年級學童內外控信念、情緒智力與憂鬱傾向的關係，並驗證研究假設。全章共分五節加以探討，第一節為了解國小學童內外控信念之現況；第二節為了解國小學童情緒智力之現況；第三節為了解國小學童憂鬱傾向之現況；第四節探討國小學童內外控信念、情緒智力與憂鬱傾向的相關情形；第五節在討論國小學童內外控信念、情緒智力對憂鬱傾向的預測力。

第一節 國小兒童內外控信念之概況

本節旨在了解國小高年級學童其內外控信念之現況，首先以描述統計瞭解國小學童內外控信念之現況，亦以相依樣本單因子變異數分析對各層面間的差異加以考驗；再以獨立樣本t考驗和單因子變異數分析來探討不同背景變項（性別、居住地以及出生序）的國小學童內外控信念之差異情形。

一、國小學童內外控信念之現況

國小高年級學童在「內外控信念」的各層面及整體的平均數、標準差，如表4-1-1所示。

表4-1-1 內外控量表上得分之平均數、題平均數及題標準差之摘要表

內外控量表層面	平均數	題平均數	題標準差	個數
非靠運氣	33.19	3.02	.527	556
努力	19.42	3.24	.503	556
控制能力	15.35	3.07	.508	556
掌握感	8.60	2.87	.626	556
內外控信念總分	76.55	3.06	.383	556

由表 4-1-1 得知，在內外控量表得分上，受試者的「整體內外控」每題平均得分為 3.06，高於平均值中點 2.5。量表各層面的每題平均得分由高至低，依序為「努力」(M=3.24)、「控制能力」(M=3.07)、「非靠運氣」(M=3.02)、「掌握感」(M=2.87)。

為進一步了解各層面之間情形，因此再以相依樣本單因子變異數分析做差異考驗，結果如表 4-1-2 和表 4-1-3。

表 4-1-2 內外控信念各層面差異比較摘要表

變異來源	離均差平方和	自由度	均方	F
組間	38.773	2.363	16.412	64.902***
組內(誤差)				
受試者間	323.618	555	.583	
殘差	331.564	1311.208	.253	

*** $p < .001$

表 4-1-3 內外控信念各層面差異事後比較摘要表

	非靠運氣	努力	控制能力	掌握感
非靠運氣	---	-.219***	-.052	.151***
努力		---	.166***	.370***
控制能力			---	.203***
掌握感				---

*** $p < .001$

由表 4-1-2 中發現，國小高年學童在內外控信念各層面的得分有顯著差異 ($F = 64.902$, $p < .001$)，表示就整體而言，受試者在內外控信念的各層面的表現情形並不相同，為了解差異的主要來源，故進行兩兩間的差異考驗，結果如表 4-1-3 所示，各組的差異除了「非靠運氣」和「控制能力」未達顯著外，其餘皆達 .001 顯著水準。由此可見國小高年級學童在內外控各層面的平均數有差異存在，而其中又以「努力」信念得分最高，居中的是「非靠運氣」和「控制能力」二個信念，而最低的則是「掌握感」。

二、國小學童背景變項與內外控信念的差異情形

以下分別以性別、出生序及居住地為自變項，以內外控信念為依變項，分別進行t檢定與單因子變異數分析來了解內外控信念與分層面之差異現況。

（一）國小學童性別與內外控信念的差異分析

為瞭解不同性別對國小高年級學童內外控信念之差異，先依調查結果加以統計，得平均數、標準差並做t考驗，結果如表4-1-4。

表4-1-4 不同性別學童的內外控之平均數、標準差及t檢定之摘要表

項目	男(N=264)		女(N=292)		t
	M	SD	M	SD	
非靠運氣	32.57	6.357	33.75	5.199	-2.377*
努力	19.56	3.215	19.28	2.822	1.079
控制能力	15.40	2.759	15.30	2.325	.460
掌握感	8.44	1.943	8.74	1.809	-1.863
內外控信念總分	75.98	11.016	77.08	8.064	-1.329

* $p < .05$

從表4-1-4不同性別國小高年級學童內外控信念分析摘要表中，有下列二點發現：

1.就內外控整體而言，內外控信念上的平均數，女生比男生高（77.08 > 75.98），經t考驗，男女學童並未達到顯著水準，顯示男、女生在內外控信念上無顯著差異，本研究之假設1-1未獲得支持。

2.在內外控信念的各層面中發現僅有「非靠運氣」男女學童有顯著差異（ $p < .05$ ），女生高於男生。

（二）國小學童出生序與內外控信念的差異分析

國小高年級學童出生序為獨生子女、長子女、么子女和中間子女在內外控信念的差異，結果如表4-1-5所示。

表4-1-5 不同出生序學童的內外控之平均數、標準差及變異數分析之摘要表

出生序 項目	獨生子女 (n=46)		老大 (n=191)		老么 (n=234)		中間子女 (n=85)		F
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	
非靠運氣	32.89	5.229	32.63	6.100	33.70	5.629	33.21	5.856	1.493
努力	19.74	2.695	19.51	3.194	19.38	2.922	19.12	3.045	1.544
控制能力	15.37	2.653	15.64	2.722	15.19	2.415	15.12	2.357	.063
掌握感	8.43	1.893	8.45	1.959	8.69	1.827	8.78	1.822	.403
總分	76.43	8.801	76.23	10.264	76.97	8.973	76.22	10.161	1.291

從表4-1-5不同出生序國小高年級學童內外控信念分析摘要表中，有下列二點發現：

1. 以內外控信念整體而言，內外控信念的平均數，老么之平均數依序大於獨生子女、長子女與中間子女之平均數（ $76.97 > 76.43 > 76.23 > 76.22$ ），經F考驗發現，不同出生序的學童均未達顯著差異，亦即內外控信念不因出生序而有所差異。本研究之假設1-2未獲支持。

2. 內外控信念的各層面亦不因出生序不同而有差異。

（三）國小學童居住地與內外控信念的差異分析

為瞭解不同居住地對國小高年級學童內外控信念之差異，先依調查結果加以統計，得下列平均數、標準差並做t考驗，結果如表4-1-6。

表4-1-6 不同居住地學童的內外控之平均數、標準差及t檢定之摘要表

項目	性別	高雄市(N=335)		澎湖縣(N=221)		t
		M	SD	M	SD	
非靠運氣		33.60	5.902	32.57	5.604	2.054*
努力		19.58	3.138	19.17	2.808	1.614
控制能力		15.47	2.662	15.16	2.331	1.439
掌握感		8.67	1.919	8.49	1.813	1.124
內外控信念總分		77.33	9.822	75.38	9.116	2.346*

* $p < .05$

從表4-1-6不同居住地國小高年級學童內外控信念分析摘要表中，有下列二點發現：

1.就內外控整體而言，內外控信念上的平均數，高雄市學童整體平均數比澎湖縣（77.33>75.38）高，經t考驗發現，高雄市與澎湖縣學童的差異達顯著水準（ $p<.05$ ），高雄市學童高於澎湖縣學童，本研究之假設1-3獲得支持。。

2. 就內外控信念的各層面中發現，僅在「非靠運氣」上，高雄市與澎湖縣學童有顯著差異（ $p<.05$ ）。

三、國小學童背景變項與內外控信念的綜合討論

從以上的分析發現，國小學童的內外控信念的整體平均數為76.55高於中間值62.5，明顯傾向於內控型人格；每題平均數之得分，最高為「努力」，居中的是「非靠運氣」和「控制能力」，而最低的則是「掌握感」，研究結果與呂秋桂（2005）的研究結果一致。此結果顯示目前國小學童多半認為事在人為，具有較積極負責的行為態度，這可能是來自於師長、父母教導一分耕耘一分收穫的觀念已形成，所以較傾向於內控的信念。

對於不同背景變項的國小學童在內外控信念的差異情形分述如下：

（一）性別

此研究結果顯示，男女學童的內外控信念並未達到顯著水準，男、女生在內外控信念上無顯著差異，此結果與黃堅厚（1979）、林靜芬（1995）、賴佳菁（1995）、黃家桑（2003）、林瑞雯（2003）、呂秋桂（2005）、包玉仙（2005）和林俊傑（2007）等人的研究結果相同。Rotter 的社會學習理論指出個體的信念行為可經由外在的察覺、學習與增強與內在的認知交互作用，產生一種認知上的期待，因此研究者認為目前以學童知識與生活經驗的累積，加上目前教育對於處事態度的教導上無性別上的差異，孩子們逐漸了解事情的成敗，非命運所能決定，須靠本身的努力，因此對於內外控信念的發展在性別上無顯著差異。

（二）出生序

此研究結果顯示，獨生子女、長子女、么子女及中間子女的國小學童的內外控信念並未達到顯著水準，得知出生序在內外控信念上無顯著差異，與楊文良

(2005)和吳瑛(2006)的研究結果相同。根據Alder所提出家庭星座的觀念，強調兄弟姐妹的互動與人格發展有關，出生序是一個重要的因素，但是本研究結果發現出生序並未影響其內外控信念的人格特質，可能原因為：根據內政部的統計資料顯示台灣家庭中的孩子數平均1.1，正處於少子化的社會，加上父母教育程度與管教態度的改變，孩子對於事件的認知歷程也不同於以往，因此出生序在內外控信念上無顯著差異。

(三) 居住地

在居住地方面，高雄市與澎湖縣國小學童的內外控信念達到顯著水準，顯示居住地在內外控信念上有顯著差異，高雄市較澎湖縣學童更傾向於「內控型」人格，這可能是因為在文化刺激與社經水準上，高雄市的父母對於孩子會給予較高的期待，並教導孩子想成功不能只靠運氣，自身需多做努力，孩子也自覺父母給予的期望，因此社會適應較高，也較積極的改變環境，欲求得成功的經驗。

第二節 國小兒童情緒智力之概況

本節旨在了解國小高年級學童情緒智力之現況，首先以描述統計了解國小學童情緒智力之概況，亦以相依樣本單因子變異數分析對各層面間的差異加以考驗；再以獨立樣本t考驗和單因子變異數分析來探討不同背景變項（性別、居住地以及出生序）的國小學童情緒智力之差異情形。

一、國小學童情緒智力之現況

國小高年級學童在「情緒智力」的各層面及整體的平均數、標準差，如表 4-2-1 所示。

表4-2-1 情緒智力量表得分之平均數標準差之摘要表

情緒智力量表層面	平均數	題平均數	題標準差	個數
經營人際關係能力	20.98	3.00	.527	556
自我激勵能力	19.14	3.19	.536	556
認識自身情緒的能力	23.37	3.34	.473	556
察覺他人情緒的能力	14.78	2.96	.563	556
妥善管理自我情緒的能力	8.77	2.92	.590	556
情緒調整與反省的能力	9.54	3.18	.489	556
情緒智力總分	96.57	3.12	.403	556

由表 4-2-1 得知，在情緒智力量表得分上，受試者的「整體情緒智力」每題平均得分為 3.12，高於平均值中點 2.5，達中等以上程度，顯示國小高年級的情緒智力表現良好。各分層面的每題平均得分由高至低，依序為「認識自身情緒的能力」(M=3.34)、「自我激勵能力」(M=3.19)、「情緒調整與反省的能力」(M=3.18)、「經營人際關係能力」(M=3.00)、「察覺他人情緒的能力」(M=2.96)、「妥善管理自我情緒的能力」(M=2.92)。

再以相依樣本單因子變異數分析做進一步的差異考驗，結果如表 4-2-2 和表 4-2-3。

表 4-2-2 情緒智力各層面差異比較摘要表

變異來源	離均差平方和	自由度	均方	F
組間	74.570	4.689	15.905	103.028***
組內(誤差)				
受試者間	537.163	555	.968	
殘差	401.701	2602.173	.154	

*** $p < .001$

表 4-2-3 情緒智力各層面差異事後比較摘要表

	經營人 際關係 能力	自我激 勵的能 力	認識自身 情緒的能 力	察覺他人 情緒的能 力	妥善管理 自我情緒 能力	情緒調整 與反省的 能力
經營人際關 係能力	---	-.193 ^{***}	-.341 ^{***}	.042 [*]	.074 ^{**}	-.182 ^{***}
自我激勵的 能力		---	-.149 ^{***}	.235 ^{***}	.267 ^{***}	.011
認識自身情 緒的能力			---	.384 ^{***}	.415 ^{***}	.159 ^{***}
察覺他人情 緒的能力				---	.032	-.224 ^{***}
妥善管理自 我情緒能力					---	-.256 ^{***}
情緒調整與 反省的能力						---

^{***} $p < .001$

由表 4-2-2 中發現，國小高年學童在情緒智力各層面的得分有顯著差異（ $F = 103.028$ ， $p < .001$ ），表示就整體而言，受試者在情緒智力的各層面的表現情形並不相同，為了解差異的主要來源，故進行兩兩間的差異考驗，結果如表 4-2-3 所示，各組差異除了「自我激勵能力」和「情緒調整與反省的能力」，「察覺他人情緒的能力」和「妥善管理自我情緒的能力」兩組比較，未達顯著水準外，其餘皆達.05 顯著水準。由此可見國小高年級學童在情緒智力各層面的平均數有差異存在，而其中以「認識自身情緒的能力」得分最高，居中者為「經營人際關係能力」、「自我激勵能力」、「察覺他人情緒的能力」三項能力，最低則為「情緒調整與反省的能力」和「妥善管理自我情緒的能力」。

二、國小學童背景變項與情緒智力的差異情形

以下分別以性別、出生序及居住地為自變項，以情緒智力為依變項，分別進行t檢定與單因子變異數分析來了解情緒智力與分層面之差異現況。

（一）國小學童性別與情緒智力的差異分析

為瞭解不同性別對國小高年級學童情緒智力之差異，先依調查結果加以統計，得平均數、標準差並做t考驗，結果如表4-2-4。

表4-2-4 不同性別學童的情緒智力之平均數、標準差及t檢定之摘要表

項目	性別		男(N=264)		女(N=292)		t
			M	SD	M	SD	
經營人際關係能力			20.72	3.965	21.22	3.413	-1.585
自我激勵能力			18.75	3.299	19.50	3.097	-2.766**
認識自身情緒的能力			23.01	3.528	23.70	3.064	-2.471*
察覺他人情緒的能力			14.42	3.015	15.10	2.579	-2.854**
妥善管理自我情緒能力			8.70	1.929	8.83	1.613	-.819
情緒調整與反省的能力			9.47	1.593	9.60	1.342	-1.089
情緒智力總分			95.06	13.523	97.94	11.346	-2.730**

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

從表4-2-4不同性別國小高年級學童情緒智力分析摘要表中，有下列二點發現：

1. 就情緒智力整體而言，情緒智力的平均數，女生比男生高（ $97.94 > 95.06$ ），顯示女生情緒智力比男生高，經t考驗發現，男女學童之間的差異達顯著水準（ $p < .01$ ），本研究之假設2-1獲得支持。
2. 就情緒智力各層面中發現「自我激勵能力」、「察覺他人情緒的能力」（ $p < .01$ ）與「認識自身情緒的能力」（ $P < .05$ ），男女學童達顯著差異，且女生高於男生。

（二）國小學童出生序與情緒智力的差異分析

國小高年級學童出生序為獨生子女、長子女、么子女和中間子女在情緒智力的差異，如表4-2-5所示。

表4-2-5 不同出生序學童的情緒智力之平均數、標準差及變異數分析之摘要表

出生序 項目	獨生子女 (n=46)		老大 (n=191)		老么 (n=234)		中間子女 (n=85)		F
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	
經營人際 關係能力	20.74	3.947	21.05	3.867	20.96	3.540	21.01	3.607	.090
自我激勵 能力	19.22	2.936	19.34	3.273	19.06	3.096	18.86	3.549	.515
認識自身 情緒能力	23.28	3.291	23.62	3.260	23.48	3.301	22.55	3.372	2.211
察覺他人 情緒能力	14.67	2.837	15.09	2.813	14.66	2.890	14.45	2.552	1.336
妥善管理 自我情緒 能力	8.52	1.975	8.91	1.779	8.79	1.639	8.52	1.962	1.299
情緒調整 與反省能 力	9.30	1.489	9.63	1.505	9.63	1.394	9.20	1.526	2.478
情緒智力 總分	95.74	12.143	97.64	12.471	96.59	12.114	94.59	13.691	1.252

從表4-2-5不同出生序國小高年級學童情緒智力分析摘要表中，有下列三點發現：

1.就情緒智力整體而言，情緒智力的平均數，長子女之平均數依序大於老么、獨生子女與中間子女之平均數（ $97.64 > 96.59 > 95.74 > 94.59$ ），經F考驗發現，不同出生序的學童在情緒智力上均未達顯著差異，亦即情緒智力不因出生序而有所差異，本研究之假設2-2未獲支持。。

2.就情緒智力的各層面而言，亦不因出生序不同而有差異。

（三）國小學童居住地與情緒智力的差異分析

為瞭解不同居住地對國小高年級學童情緒智力之差異，先依調查結果加以統計，得平均數、標準差並做t考驗，結果如表4-2-6。

表4-2-6 不同居住地學童的情緒智力之平均數、標準差及t考驗之摘要表

項目	性別	高雄市(N=335)		澎湖縣(N=221)		t
		M	SD	M	SD	
經營人際關係能力		21.28	3.811	20.52	3.458	2.397*
自我激勵能力		19.49	3.186	18.61	3.189	3.209 ***
認識自身情緒能力		23.96	3.053	22.47	3.478	5.338 ***
察覺他人情緒能力		15.09	2.730	14.29	2.873	3.305 **
妥善管理自我情緒的能力		8.95	1.793	8.50	1.702	2.964 **
情緒調整與反省能力		9.60	1.421	9.45	1.532	1.173
情緒智力總分		98.38	12.144	93.84	12.560	4.257 ***

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

從表4-2-6不同居住地國小高年級學童情緒智力分析摘要表中，有下列三點發現：

1. 就情緒智力整體而言，情緒智力的平均數，高雄市學童整體平均數比澎湖縣高(98.38 > 93.84)，經t考驗，高雄市與澎湖縣學童的差異達顯著水準($P < .001$)，高雄市學童情緒智力高於澎湖縣學童，本研究之假設2-3獲得支持。

2. 在情緒智力的各層面中發現「自我激勵能力」和「認識自身情緒的能力」達高度顯著差異($p < .001$)；「察覺他人情緒的能力」與「妥善管理自我情緒的能力」達中度顯著差異($p < .01$)；「經營人際關係能力」達顯著差異($p < .05$)，且高雄市學童高於澎湖縣學童。

三、國小學童背景變項與情緒智力的綜合討論

從以上的分析發現，國小學童的情緒智力以「認識自身情緒的能力」得分最高，居中者為「經營人際關係能力」、「自我激勵能力」、「察覺他人情緒的能力」三項能力，最低則為「情緒調整與反省的能力」和「妥善管理自我情緒的能力」。

兒童情緒智力的發展是隨著兒童認知能力的提升而發展出來的，雖然並沒有呈現嚴格的發展順序，但是認知性的情緒智力（如認識、察覺）常是技能性的情緒智力（表達、調整）與情意性的情緒智力（激勵、反省）的重要基礎，且同時

與人際互動有密切的關係（王春展，1999）。

就本研究而言，研究者認為學齡兒童在情緒智力的發展上的確看出有層次上的差別，「認識情緒」的能力高於「反省與調整」的能力。因此對於高年級的學童，應多著重在「情緒的管理」上，來提升其情緒智力的發展。

對於不同背景變項的國小學童在情緒智力的差異情形分述如下：

（一）性別

此研究結果顯示，男女學童的整體情緒智力和「自我激勵能力」、「認識自身情緒的能力」、「察覺他人情緒的能力」三項分層能力達到顯著水準，顯示男、女生在情緒智力上有顯著差異，女童優於男童，此結果與陳騏龍（2001）、黃悅菁（2002）、戴美雲（2004）、何名娟（2004）、林怡君（2006）和張孟育（2007）等人的研究結果相同。探討其原因可能跟女生對於非語言訊息的判讀能力較男生高（張美惠譯，2006）；再者，國小高年級階段，女生的心理成熟較男生早，因此男女學童在「自我激勵能力」、「認識自身情緒的能力」、「察覺他人情緒的能力」三項分層能力有顯著不同。此外，在傳統中國家庭中，母親常是家中孩子的主要照顧者，自然成為孩子學習的楷模，加上性別的認同，女生開始被教導隱忍、順從、善解人意、察言觀色等，學習扮演和諧者（王春展，1999），所以研究出來的結果是女童情緒智力優於男童。

（二）出生序

在出生序方面，獨生子女、長子女、么子女及中間子女的國小學童的情緒智力並未達到顯著水準，顯示出生序在情緒智力上無顯著差異，此結果與張珮甄（2002）、胡秋萍（2004）和陳坤益（2004）的結果相同。根據學者的研究獨生子女擁有較多的關心，容易成為自我中心較強、固執及喜歡引人注意的人；長子女被父母長輩期許較多，較易養成權威、守紀及領導性人格；么子女與兄姐相比則得到較多的關心與寬容，較易成為依賴、任性、愛自由或自卑的人；中間子女通常受到父母的關注較少，須和兄弟姐妹分享權力與義務，易養成協調與容忍的習慣，所以較具同理心與友善（王春展，1999）。由以上所述，出生序的不同在情緒智力應會有顯著差異，但研究結果並非如此，研究者認為現今社會父母逐漸重視親職教育，加上孩子數少，對於每個孩子的管教方式也比過去趨於一致，因此本

研究的結果顯現出生序在情緒智力上無顯著差異

（三）居住地

在居住地方面，高雄市與澎湖縣國小學童的情緒智力達到顯著水準，顯示居住在情緒智力上有顯著差異，高雄市優於澎湖縣學童，此結果與林淑華（2001）、薛靜如（2006）和蘇蕙芳（2006）的研究結果相同。這可能是居住在城市的兒童，人際互動頻繁，相互激勵，以及有機會接觸不同性情的人群，在應對上情緒經驗較鄉村的學童豐富，於是表現出較佳的情緒智力。

第三節 國小兒童憂鬱傾向之概況

本節旨在了解國小高年級學童憂鬱傾向之現況，首先以描述統計了解國小學童憂鬱傾向之概況，亦以相依樣本單因子變異數分析對各層面間的差異加以考驗；再以t考驗和單因子變異數分析來探討不同背景變項（性別、居住地以及出生序）的國小學童憂鬱傾向之差異情形。

一、國小學童憂鬱傾向之現況

國小高年級學童在「憂鬱傾向」的各層面及整體的平均數、標準差，如表 4-3-1 所示。

表4-3-1 憂鬱傾向量表得分之平均數、標準差之摘要表

憂鬱傾向量表層面	平均數	題平均數	題標準差	個數
憂鬱煩躁情緒	8.97	.69	.690	556
無望	2.25	.45	.606	556
自尊與認知功能低	6.80	.85	.666	556
身體抱怨與反應遲滯	2.58	.64	.677	556
品性人際問題	2.76	.69	.719	556
憂鬱傾向總分	23.36	.69	.608	556

由表 4-3-1 得知，在憂鬱傾向量表得分上，受試者的「整體憂鬱傾向」每題平均得分為 0.69，低於平均值中點 1.5。量表各層面的每題平均得分由高至低依序為

「自尊與認知功能低」(M=0.85)、「憂鬱煩躁情緒」(M=0.69)和「品性人際問題」(M=0.69)、「身體抱怨與反應遲滯」(M=0.64)、「無望」(M=0.45)。

再以相依樣本單因子變異數分析做進一步的差異考驗，結果如表 4-3-2 和表 4-3-3。

表 4-3-2 憂鬱傾向各層面差異比較差異表

變異來源	離均差平方和	自由度	均方	F
組間	45.439	3.664	12.401	89.394***
組內(誤差)				
受試者間	973.285	555	1.754	
殘差	282.108	2033.684	.139	

*** $p < .001$

表 4-3-3 憂鬱傾向各層面差異事後比較摘要表

	憂鬱煩躁 情緒	無望	自尊及認知 功能低	身體抱怨及 反應遲滯	品行人際 問題
憂鬱煩躁情緒	---	.240***	-.160***	.046*	.001
無望		---	-.399***	-.193**	-.238***
自尊及認知 功能低			---	.206***	.161***
身體抱怨及 反應遲滯				---	-.045
品行人際問題					---

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

由表 4-3-2 中發現，國小高年學童在憂鬱傾向各層面的得分有顯著差異 ($F = 89.394, p < .001$)。就整體而言，受試者在憂鬱傾向的各層面的表現情形並不相同，為了解差異的主要來源，故進行兩兩間的差異考驗，結果如表 4-3-3 所示，各組的差異除了「憂鬱煩躁情緒」和「品性人際問題」，「品性人際問題」和「身體抱怨與反應遲滯」兩組，未達顯著水準外，其餘皆達.05 顯著水準。由此可見國小高年級學童在憂鬱傾向在各層面的平均數上有差異存在。其中以「自尊與認知功能低」得分最高，居中的是「憂鬱煩躁情緒」、「品性人際問題」、「身體抱怨與反應遲滯」，而最低的則是「無望」。

二、國小學童背景變項與憂鬱傾向的差異情形

茲以性別、出生序及居住地為自變項，憂鬱傾向為依變項，分別進行t檢定與單因子變異數分析來了解憂鬱傾向與各層面差異之狀況。

（一）國小學童性別與憂鬱傾向的差異分析

為瞭解不同性別對國小高年級學童憂鬱傾向之差異，先依調查結果加以統計，得下列平均數、標準差並做t考驗，結果如表4-3-4。

表4-3-4 不同性別學童的憂鬱傾向之平均數、標準差及t檢定之摘要表

項目	性別	男(N=264)		女(N=292)		t
		M	SD	M	SD	
憂鬱煩躁情緒		8.52	8.446	9.38	9.408	-1.126
無望		1.96	2.752	2.52	3.240	-2.183 *
自尊與認知功能低		6.72	5.475	6.87	5.207	-.331
身體抱怨與反應遲滯		2.56	2.761	2.59	2.667	-.155
品性人際問題		2.56	2.761	2.59	2.667	1.140
憂鬱傾向總分		22.66	20.163	23.98	21.149	-.751

* $p < .05$

從表4-3-4不同性別國小高年級學童憂鬱傾向分析摘要表中，有下列二點發現：

1. 就憂鬱傾向整體而言，憂鬱傾向的平均數，女生比男生高（ $23.98 > 22.66$ ），經t考驗，男女學童之間的差異並未達顯著水準，本研究之假設3-1未獲支持。
2. 就憂鬱傾向的各層面而言，發現「無望」男女達顯著差異（ $p < .05$ ），女生高於男生。

（二）國小學童出生序與憂鬱傾向的差異分析

國小高年級學童獨生子女、長子女、么子女和中間子女在憂鬱傾向的差異，如表4-3-5所示。

表4-3-5 不同出生序學童的憂鬱傾向之平均數、標準差及變異數分析之摘要表

出生序	獨生子女 (n=46)		老大 (n=191)		老么 (n=234)		中間子女 (n=85)		F
項目	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	
憂鬱煩躁情緒	11.02	9.567	8.75	9.209	8.62	8.659	9.35	8.912	1.015
無望	2.91	2.950	2.12	2.990	2.20	3.057	2.35	3.081	.908
自尊與認知功能低	8.04	5.653	6.48	5.632	6.73	5.119	7.02	5.012	1.125
身體抱怨與反應遲滯	3.35	3.178	2.49	2.665	2.48	2.636	2.62	2.721	1.425
品性人際問題	3.41	3.194	2.54	2.815	2.77	2.873	2.85	2.818	1.195
憂鬱傾向總分	28.74	22.115	22.38	21.128	22.79	20.111	24.20	20.296	1.289

從表4-3-5不同出生序國小高年級學童憂鬱傾向分析摘要表中，有下列二點發現：

1.就憂鬱傾向整體而言，憂鬱傾向的平均數，獨生子女之平均數依序大於中間子女、老么與長子女之平均數（ $28.74 > 24.20 > 22.79 > 22.38$ ）。經F檢定，不同出生序的學童均未達顯著差異，亦即憂鬱傾向不因出生序而有所差異，本研究之假設3-2未獲支持。

2.憂鬱傾向的各層面不因出生序的不同而有差異。

（三）國小學童居住地與憂鬱傾向的差異分析

為瞭解不同居住地對國小高年級學童憂鬱傾向之差異，先依調查結果加以統計，得下列平均數、標準差並做t考驗，結果如表4-3-6。

表4-3-6 不同居住地學童的憂鬱傾向之平均數、標準差及t檢定之摘要表

項目	性別	高雄市(N=335)		澎湖縣(N=221)		t
		M	SD	M	SD	
憂鬱煩躁情緒		9.01	9.183	8.91	8.648	.136
無望		2.16	3.030	2.40	3.026	-.914
自尊與認知功能低		6.81	5.416	6.77	5.213	.089
身體抱怨與反應遲滯		2.52	2.747	2.67	2.657	-.633
品性人際問題		2.87	3.005	2.59	2.661	1.114
憂鬱傾向總分		23.37	21.194	23.33	19.918	.020

從表 4-3-6 不同居住地國小高年級學童憂鬱傾向分析摘要表中，有下列二點發現：

1. 就憂鬱傾向整體而言，在憂鬱傾向的平均數，高雄市學童整體平均數與澎湖縣學童相近（ $23.37 > 23.33$ ），高雄市與澎湖縣學童的差異並未達顯著水準，顯示高雄市與澎湖縣學童在憂鬱傾向的表現未有顯著差異，本研究之假設3-3未獲得支持。
2. 憂鬱傾向的各層面不因居住地的不同而有差異。

三、國小學童背景變項與憂鬱傾向的綜合討論

從以上的分析發現，國小學童的憂鬱傾向情形未達「兒童及青少年憂鬱篩選量表」切截分數 31 分。就情緒智力各層面而言，本研究中以「自尊與認知功能低」得分最高，居中的是「憂鬱煩躁情緒」、「品性人際問題」、「身體抱怨與反應遲滯」，而最低的則是「無望」。

本研究發現，國小高年級學童的得憂鬱症狀，以「自尊與認知功能低」得分最高，可能與艾瑞克森的心理社會發展論中提到，在 6 至 12 歲的階段，個體的心理社會危機發展是「勤勉對自卑」；12 歲至 18 歲的階段的危機是「自我統合與角色混淆」。研究者認為，正值兒童期轉換青少年期階段的國小高年級學童，心理發展伴隨著青春期的身體的變化、社交的發展以及對於自己的評價而有所改變，當內在的認知與外在的期待不一致時，而產生憂鬱的情緒困擾，因此在憂鬱傾向症狀中，「自尊與認知功能低」的得分最高。

對於不同背景變項的國小學童在憂鬱傾向的差異情形：在性別方面，男女學童的憂鬱傾向並未達到顯著水準，顯示男、女生在憂鬱傾向上無顯著差異，此結果與陳艷玲（2006）和謝秀雯（2007）的研究結果相同。過去的研究對於性別與憂鬱傾向的研究並無一致的結果，本研究發現性別並無呈現顯著差異，可能是因為近幾年學校教育逐漸重視性別教育與生命教育，讓學生學習接受自我、人際溝通與兩性的尊重，較從前更積極的實施憂鬱症「初級預防」的工作，防止藍色風暴在校園蔓延，所以男女性別在憂鬱傾向上無顯著差異。

在出生序方面，本研究發現獨生子女、長子女、么子女及中間子女的國小學童的憂鬱傾向並未達到顯著水準，顯示出生序在憂鬱傾向上無顯著差異，此結果與謝秀雯（2007）的結果相同。柯慧貞（2002）探討親子聯繫與憂鬱症關係時，發現「低關愛、高控制」的親子聯繫與非內因性憂鬱症有關，而父母對於每個孩子的期望可能因出生序的不同而有不同，但本研究結果卻無顯著差異，可能是因為近幾年少子化以及家長教育程度提高，逐漸重視孩子的心理感受，所以出生序並無顯著差異。

在居住地方面，高雄市與澎湖縣國小學童的憂鬱傾向未達到顯著水準，顯示居住地在憂鬱傾向上無顯著差異。楊明仁（2002）表示，一個整合性差的社區居民會因社區資源不足感受到壓力的存在，最後會影響心理而出現各種精神疾患。本研究的對象是國小學生，可能感受不到父母的經濟壓力，再者，近幾年媒體不斷的報導憂鬱症的相關新聞，使父母重視孩子教育的同時也注意孩子內心的想法與感受，因此城鄉不同之國小學童其憂鬱傾向無顯著差異。

第四節 國小高年級學童其內外控信念、情緒智力與憂鬱傾向的相關情形

本節旨在了解國小高年級學童其內外控信念、情緒智力與憂鬱傾向之相關，以Pearson積差相關法加以分析，茲分別就內外控信念、情緒智力與憂鬱傾向一一敘述。

一、國小學童內外控信念與情緒智力的相關分析

國小高年級學童內外控信念總分和各層面與情緒智力總分及各層面的相關分析結果如表4-4-1。

表4-4-1 內外控總分和各層面與情緒智力總分和各層面的相關分析摘要表

	經營人 際關係 能力	自我 激勵 能力	認識自 身情緒 能力	察覺他 人情緒 能力	妥善管 理自我 情緒的 能力	情緒調 整與反 省能力	情緒智 力總分
非靠 運氣	.252**	.201**	.235**	.152**	.179**	.300**	.283**
努力	.452**	.459**	.328**	.342**	.316**	.288**	.494**
控制 能力	.522**	.501**	.351**	.451**	.384**	.326**	.570**
掌握感	.276**	.175**	.076	.077	.164**	.243**	.216**
內外控 總分	.487**	.433**	.353**	.334**	.341**	.406**	.520**

** $p < .01$

由表4-4-1可知：

（一）「內外控信念總分」與「情緒智力總分」的相關係數 r 為.520（ $p < .01$ ），兩者具有顯著的中度正相關。

（二）內外控總分與情緒智力各層面皆有顯著相關，由高到低依序為「經營人際關係能力」、「自我激勵能力」、「情緒調整與反省的能力」、「認識自身情緒的能力」、「妥善管理自我情緒的能力」及「察覺他人情緒的能力」。

（三）內外控信念整體分數與情緒智力各層面均顯現正相關，表示國小學童內外控信念與情緒智力有密切的關係，故研究假設4-1、4-2、4-3、4-4、4-5和4-6獲得支持。

二、國小學童內外控信念與憂鬱傾向的相關分析

國小高年級學童內外控信念總分和各層面與憂鬱傾向總分及各層面的相關分析結果如表4-4-2。

表4-4-2 內外控信念總分和各層面與憂鬱傾向總分及各層面的相關分析摘要表

	憂鬱煩躁情緒	無望	自尊與認知功能低	身體抱怨與反應遲滯	品性人際問題	憂鬱傾向總分
非靠運氣	-.186**	-.193**	-.183**	-.228**	-.151**	-.207**
努力	-.172**	-.203**	-.171**	-.152**	-.110**	-.184**
控制能力	-.246**	-.247**	-.266**	-.242**	-.235**	-.276**
掌握感	-.264**	-.278**	-.284**	-.232**	-.299**	-.300**
內外控總分	-.284**	-.301**	-.290**	-.296**	-.247**	-.315**

** $p < .01$

由表4-4-2可知：

（一）「內外控信念總分」與「憂鬱傾向總分」的相關係數 r 為-.315 ($p < .01$)，兩者具有顯著的低度負相關。

（二）內外控總分與憂鬱傾向各層面皆有顯著負相關，由高到低依序為「無望」、「身體抱怨與反應遲滯」、「自尊與認知功能低」、「憂鬱煩躁情緒」及「品性人際問題」。

（三）內外控信念整體分數與憂鬱傾向各層面皆有.01 的顯著負相關，顯示國小學童內外控信念與憂鬱傾向有密切的關係，故研究假設5-1、5-2、5-3、5-4和5-5獲得支持。

三、國小學童情緒智力與憂鬱傾向的相關分析

國小高年級學童情緒智力與憂鬱傾向分層面及整體面之相關分析結果如表4-4-3。

表4-4-3 情緒智力總分和各層面與憂鬱傾向總分及各層面的相關分析摘要表

	憂鬱煩躁情緒	無望	自尊與認知功能低	身體抱怨與反應遲滯	品性人際問題	憂鬱傾向總分
經營人際關係的能力	-.217**	-.254**	-.259**	-.181**	-.204**	-.250**
自我激勵的能力	-.184**	-.181**	-.216**	-.213**	-.211**	-.219**
認識自身情緒的能力	.008	.019	-.010	.006	-.025	.020
察覺他人情緒的能力	-.107*	-.102*	-.170**	-.119**	-.106*	-.136**
妥善管理自我情緒能力	-.288**	-.251**	-.278**	-.228**	-.248**	-.298**
情緒調整與反省能力	-.236**	-.217**	-.211**	-.204**	-.269**	-.253**
情緒智力整體總分	-.199**	-.208**	-.233**	-.198**	-.200**	-.231**

** $p < .01$

由表4-4-3得知：

(一)「情緒智力整體總分」與「憂鬱傾向總分」的相關係數 r 為-.231 ($p < .01$)，兩者有顯著的低度負相關。

(二)情緒智力總分與憂鬱傾向各層面皆有顯著負相關，由高到低依序為「自尊與認知功能低」、「無望」、「品性人際問題」、「憂鬱煩躁情緒」及「身體抱怨與反應遲滯」。

(三)情緒智力整體分數與憂鬱傾向各層面皆有.01 的顯著負相關，顯示國小學童情緒智力與憂鬱傾向有密切的關係，故研究假設6-1、6-2、6-3、6-4、6-5獲得支持。

四、國小學童內外控信念、情緒智力與憂鬱傾向相關分析之綜合討論

由以上分析發現，國小學童的內外控信念、情緒智力與憂鬱傾向相關結果如下：

1.內外控信念整體分數與情緒智力各層面皆有.01 的顯著正相關，顯示國小學

童內外控信念得分愈高者，其情緒智力也愈高，意即越傾向內控者，情緒智力的表現越好。此結果與林慧蘭（2001）、蕭瑞玲（2002）、李佩珊（2005）和張好婷（2005）等人的研究結果吻合。

2.內外控信念整體分數與憂鬱傾向各層面皆有.01 的顯著負相關，顯示國小學童內外控信念得分愈高者，其憂鬱傾向得分愈低，意即越傾向內控者，容易患有憂鬱傾向的機會越低。此研究結果與國外學者 Mcclun 與 Merrel 於 1998 年外對於內外控與焦慮的研究結果吻合，持外控信念傾向者往往與憂鬱有關聯（引自黃家桑，2004，頁 108）。

3.情緒智力整體分數與憂鬱傾向各層面皆有.01 的顯著負相關，顯示國小學童情緒智力得分愈高者，其憂鬱傾向得分愈低，意即高情緒智力者，容易患有憂鬱傾向的機會越低。此結果與黃曉雯（2006）、陳艷玲（2007）和謝秀雯（2007）等人的研究結果吻合。

由以上結果得知，內外控信念、情緒智力對於憂鬱傾向達顯著負相關。吳武典（1977）指出典型內控者的特質，對於智力的活動較為奮勉且預期成功，較能積極致力於改變環境，有較多成功的經驗，所以會較少出現心理病態，如焦慮、退縮等。毛連塹（1997）認為情緒智力在認知方面，個體需要思考對己、待人與處事上，產生的正、負向情緒的原因及條件；在情意方面，則要注重後設情緒的省思；在技能方面，則是指個體處理情緒時所使用的策略、原則及方法。而謝碧玲（2002）指出引發憂鬱的四大原因為哀傷反應、人際衝突、角色轉換及人際缺陷，可見人際關係是一個重要的因素。所以研究者認為愈傾向內控者愈具有正向的思考，肯定自己，在情緒的認知、覺察與反省上，較外控者更能注意到外在環境的氛圍，也較能控制自我的情緒，因此在人際關係上，可能會有較好的互動，減少憂鬱傾向的發生。

第五節 國小高年級學童其內外控信念、情緒智力對憂鬱傾向的預測力

本節旨在探討國小學童內外控信念、情緒智力對憂鬱傾向的預測作用。因此，乃以內外控信念（非靠運氣、努力、控制能力、掌握感）、情緒智力（經營人際關係的能力、自我激勵的能力、認識自身情緒的能力、察覺他人情緒的能力、妥善管理自我情緒的能力、情緒調整與反省的能力）為預測變項，而分別將憂鬱傾向中之憂鬱煩躁情緒、無望、自尊及認知功能低、身體抱怨與反應遲滯及品性人際問題當作校標變項，進行逐步多元迴歸分析，茲將結果分別敘述如後。

一、國小學童內外控信念、情緒智力對憂鬱煩躁情緒之預測分析

國小高年級學童內外控信念（非靠運氣、努力、控制能力、掌握感）、情緒智力（經營人際關係的能力、自我激勵的能力、認識自身情緒的能力、察覺他人情緒的能力、妥善管理自我情緒的能力、情緒調整與反省的能力）對「憂鬱煩躁情緒」之預測情形，經統計分析結果如表4-5-1。

表 4-5-1 內外控四層面與情緒智力六個層面預測憂鬱煩躁情緒之逐步多元迴歸分析摘要表

進入變項 順序	多元相關 係數 R	決定係 數 R ²	增加量 ΔR^2	F	ΔF	B	β
妥善管理自 我情緒能力	.288	.083	.083	50.103***	50.103	-1.200	-.237
掌握感	.362	.131	.048	41.745***	30.700	-.795	-.166
認識自身情 緒的能力	.395	.156	.025	34.055***	16.357	.726	.268
控制能力	.420	.177	.020	29.546***	13.675	-.543	-.154
情緒調整與 反省能力	.440	.194	.017	26.429**	11.672	-1.004	-.164

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

由表4-5-1 可知：

(一) 對於國小學童「憂鬱煩躁情緒」傾向具有預測力的變項有五，依序為「妥善管理自我情緒的能力」、「掌握感」、「認識自身情緒的能力」、「控制能力」及「情緒調整與反省能力」，共可解釋國小學童「憂鬱煩躁情緒」傾向19.4%的變異量。

(二) 就個別變項的預測力而言，在本研究中投入的所有相關變項的條件之下，以「妥善管理自我情緒的能力」最高，可以解釋8.3%的變異量，表示當只有「妥善管理自我情緒的能力」一個變項時，能夠有效預測國小學童的「憂鬱煩躁情緒」的百分比(R^2)為8.3%。當「掌握感」、「認識自身情緒的能力」、「控制能力」及「情緒調整與反省能力」依次進入程式後，能有效預測國小學童「憂鬱煩躁情緒」的百分比(R^2)也依次增加了4.8%、2.5%、2.0%、和1.7%，表示可預測國小學童「憂鬱煩躁情緒」的解釋力也依次增加了4.8%、2.5%、2.0%、和1.7%。

(三) 變項中的「妥善管理自我情緒的能力」、「掌握感」、「控制能力」及「情緒調整與反省能力」 β 值為負，顯示高「妥善管理自我情緒的能力」、「掌握感」、「控制能力」及「情緒調整與反省能力」者，其「憂鬱煩躁情緒」傾向越低；而「認識自身情緒的能力」 β 值為正，顯示高「認識自身情緒的能力」者，其「憂鬱煩躁情緒」傾向越高。

二、國小學童內外控信念、情緒智力對無望之預測分析

國小高年級學童內外控信念（非靠運氣、努力、控制能力、掌握感）、情緒智力（經營人際關係的能力、自我激勵的能力、認識自身情緒的能力、察覺他人情緒的能力、妥善管理自我情緒的能力、情緒調整與反省的能力）對無望之預測情形，經統計分析結果如表4-5-2。

表4-5-2 內外控四層面與情緒智力六個層面預測無望之逐步多元迴歸分析摘要表

進入變項 順序	多元相 關係數R	決定係 數R ²	增加量 ΔR^2	F	ΔF	B	β
掌握感	.278	.077	.077	46.285***	46.285	-.308	-.191
妥善管理自 我情緒能力	.347	.121	.043	37.892***	27.302	-.311	-.182
控制能力	.366	.134	.013	28.452**	8.537	-.187	-.157
認識自身情 緒的能力	.391	.153	.019	24.915***	12.523	.186	.203
情緒調整與 反省能力	.405	.164	.011	21.629***	7.341	-.274	-.133

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

由表4-5-2 可知：

(一) 對於國小學童「無望」傾向具有預測力的變項有五，依序為「掌握感」、「妥善管理自我情緒的能力」、「控制能力」、「認識自身情緒的能力」及「情緒調整與反省能力」，共可解釋國小學童「無望」傾向16.4%的變異量。

(二) 就個別變項的預測力而言，在本研究中投入的所有相關變項的條件之下，以「掌握感」最高，可以解釋7.7%的變異量，表示當只有「掌握感」一個變項時，能夠有效預測國小學童的「無望」傾向的百分比(R^2)為7.7%。當「妥善管理自我情緒的能力」、「控制能力」、「認識自身情緒的能力」及「情緒調整與反省能力」依次進入程式後，能有效預測國小學童「無望」傾向的百分比(R^2)也依次增加了4.3%、1.3%、1.9%、和1.1%，表示可預測國小學童「無望」傾向的解釋力也依次增加了4.3%、1.3%、1.9%、和1.1%。

(三) 變項中的「掌握感」、「妥善管理自我情緒的能力」、「控制能力」及「情緒調整與反省能力」 β 值為負，顯示高「掌握感」、「妥善管理自我情緒的能力」「控制能力」及「情緒調整與反省能力」者，其「無望」傾向越低；而「認識自身情緒的能力」 β 值為正，顯示高「認識自身情緒的能力」者，其「無望」傾向越高。

三、國小學童內外控信念、情緒智力對自尊及認知功能低之預測分析

國小高年級學童內外控信念（非靠運氣、努力、控制能力、掌握感）、情緒智力（經營人際關係的能力、自我激勵的能力、認識自身情緒的能力、察覺他人情緒的能力、妥善管理自我情緒的能力、情緒調整與反省的能力）對自尊及認知功能低之預測情形，經統計分析結果如表4-5-3。

表 4-5-3 內外控四層面與情緒智力六個層面預測自尊及認知功能低之逐步多元迴歸分析摘要表

進入變項順序	多元相關 係數R	決定係數 R ²	增加量 ΔR^2	F	ΔF	B	β
掌握感,	.284	.081	.081	48.577***	48.577	-.547	-.193
妥善管理自我 情緒的能力	.368	.136	.055	43.344***	35.119	-.671	-.223
認識自身情緒 的能力	.393	.155	.019	33.708***	12.616	.378	.235
控制能力	.425	.181	.026	30.348***	17.284	-.370	-.176
情緒調整與反 省能力	.435	.189	.009	25.643*	5.773	-.421	-.116

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

由表4-5-3 可知：

（一）對於國小學童「自尊及認知功能低」傾向具有預測力的變項有五，依序為「掌握感」、「妥善管理自我情緒的能力」、「認識自身情緒的能力」、「控制能力」及「情緒調整與反省能力」，共可解釋國小學童「自尊及認知功能低」傾向18.9%的變異量。

（二）就個別變項的預測力而言，在本研究中投入的所有相關變項的條件之下，以「掌握感」最高，可以解釋8.1%的變異量，表示當只有「掌握感」一個變項時，能夠有效預測國小學童的「自尊及認知功能低」的百分比（R²）為8.1%。當「妥善管理自我情緒的能力」、「認識自身情緒的能力」、「控制能力」及「情緒調整與反省能力」依次進入程式後，能有效預測國小學童「自尊及認知功能低」的百分比（R²）也依次增加了5.5%、1.9%、2.6%、和0.9%，表示可預測國小學童「自

尊及認知功能低」的解釋力也依次增加了5.5%、1.9%、2.6%、和0.9%。

(三)變項中的「掌握感」、「妥善管理自我情緒的能力」、「控制能力」及「情緒調整與反省能力」 β 值為負，顯示高「掌握感」、「妥善管理自我情緒的能力」「控制能力」及「情緒調整與反省能力」者，其「自尊及認知功能低」傾向越低；而「認識自身情緒的能力」 β 值為正，顯示高「認識自身情緒的能力」者，其「自尊及認知功能低」傾向越高。

四、 國小學童內外控信念、情緒智力對之身體抱怨與反應遲滯預測分析

國小高年級學童內外控信念（非靠運氣、努力、控制能力、掌握感）、情緒智力（經營人際關係的能力、自我激勵的能力、認識自身情緒的能力、察覺他人情緒的能力、妥善管理自我情緒的能力、情緒調整與反省的能力）對身體抱怨與反應遲滯之預測情形，經統計分析結果如表4-5-4。

表4-5-4 內外控四層面與情緒智力六個層面預測身體抱怨及反應遲鈍之逐步多元迴歸分析摘要表

進入變項 順序	多元相關 係數R	決定係數 R^2	增加量 ΔR^2	F	ΔF	B	β
控制能力	.242	.059	.059	34.599***	34.599	-.151	-.142
非靠運氣	.300	.090	.032	27.443***	19.153	-.080	-.172
妥善管理自 我情緒能力	.327	.107	.017	22.005**	10.216	-.219	-.143
認識自身情 緒的能力	.358	.128	.021	20.202***	13.320	.185	.226
情緒調整與 反省能力	.370	.137	.009	17.469*	5.827	-.190	-.103
自我激勵 的能力	.379	.144	.006	15.336*	4.166	-.088	-.104

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

由表 4-5-4 可知：

(一)對於國小學童「身體抱怨與反應遲滯」具有預測力的變項有六，依序為「控制能力」、「非靠運氣」、「妥善管理自我情緒的能力」、「認識自身情緒的能力」、「情緒調整與反省能力」及「自我激勵的能力」，共可解釋國小學童

「身體抱怨與反應遲滯」傾向14.4%的變異量。

(二)就個別變項的預測力而言，在本研究中投入的所有相關變項的條件之下，以「控制能力」最高，可以解釋5.9%的變異量，表示當只有「控制能力」一個變項時，能夠有效預測國小學童的「身體抱怨與反應遲滯」的百分比(R^2)為5.9%。當「非靠運氣」、「妥善管理自我情緒的能力」、「認識自身情緒的能力」、「情緒調整與反省能力」及「自我激勵的能力」，依次進入程式後，能有效預測國小學童「身體抱怨與反應遲滯」的百分比(R^2)也依次增加了3.2%、1.7%、2.1%、0.9%、和0.6%，表示可預測國小學童「身體抱怨與反應遲滯」的解釋力也依次增加了3.2%、1.7%、2.1%、0.9%、和0.6%。

(三)變項中的「控制能力」、「非靠運氣」、「妥善管理自我情緒的能力」、「情緒調整與反省能力」及「自我激勵的能力」 β 值為負，顯示高「掌握感」、「妥善管理自我情緒的能力」「控制能力」及「情緒調整與反省能力」者，其「身體抱怨與反應遲滯」越低；而「認識自身情緒的能力」 β 值為正，顯示高「認識自身情緒的能力」者，其「身體抱怨與反應遲滯」傾向越高。

五、國小學童內外控信念、情緒智力對之品行人際問題預測分析

國小高年級學童內外控信念（非靠運氣、努力、控制能力、掌握感）、情緒智力（經營人際關係的能力、自我激勵的能力、認識自身情緒的能力、察覺他人情緒的能力、妥善管理自我情緒的能力、情緒調整與反省的能力）對品行人際問題之預測情形，經統計分析結果如表4-5-5。

表 4-5-5 內外控四層面與情緒智力六個層面預測品行人際問題之逐步多元迴歸分析摘要表

進入變項 順序	多元相 關係數 R	決定係 數 R ²	增加量 ΔR^2	F	ΔF	B	β
掌握感	.299	.089	.089	54.364***	54.364	-.308	-.201
妥善管理自 我情緒能力	.361	.130	.041	41.413***	26.007	-.271	-.167
認識自身情 緒的能力	.388	.150	.020	32.551***	13.025	.234	.269
情緒調整與 反省能力	.431	.186	.036	31.464***	24.115	-.445	-.227
控制能力	.448	.201	.015	27.695**	10.461	-.159	-.140

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

由表4-5-4 可知：

(一) 對於國小學童「品行人際問題」具有預測力的變項有五，依序為「掌握感」、「妥善管理自我情緒的能力」、「認識自身情緒的能力」、「情緒調整與反省能力」及「控制能力」，共可解釋國小學童「品行人際問題」傾向20.1%的變異量。

(二) 就個別變項的預測力而言，在本研究中投入的所有相關變項的條件之下，以「掌握感」最高，可以解釋8.9%的變異量，表示當只有「掌握感」一個變項時，能夠有效預測國小學童的「品行人際問題」的百分比（R²）為8.9%。當「妥善管理自我情緒的能力」、「認識自身情緒的能力」、「情緒調整與反省能力」及「控制能力」依次進入程式後，能有效預測國小學童「品行人際問題」的百分比（R²）也依次增加了4.1%、2.0%、3.6%、和1.5%，表示可預測國小學童「品行人際問題」的解釋力也依次增加了4.1%、2.0%、3.6%、和1.5%。

(三) 變項中的「掌握感」、「妥善管理自我情緒的能力」、「控制能力」及「情緒調整與反省能力」 β 值為負，顯示高「掌握感」、「妥善管理自我情緒的能力」「控制能力」及「情緒調整與反省能力」者，其「品行人際問題」越低；而「認識自身情緒的能力」 β 值為正，顯示高「認識自身情緒的能力」者，其「品行人際問題」傾向越高。

六、國小學童內外控信念、情緒智力對整體憂鬱傾向之預測分析

國小高年級學童內外控信念（非靠運氣、努力、控制能力、掌握感）、情緒智力（經營人際關係的能力、自我激勵的能力、認識自身情緒的能力、察覺他人情緒的能力、妥善管理自我情緒的能力、情緒調整與反省的能力）對整體憂鬱傾向之預測情形，經統計分析結果如表4-5-6。

表 4-5-6 內外控四層面與情緒智力六個層面預測整體憂鬱傾向之逐步多元迴歸分析摘要表

進入變項 順序	多元相關 係數R	決定係 數R ²	增加量 ΔR^2	F	ΔF	B	β
掌握感	.300	.090	.090	54.857***	54.857	-2.170	-.197
妥善管理自 我情緒能力	.392	.154	.063	50.156***	41.451	-2.686	-.230
認識自身情 緒的能力	.420	.176	.023	39.361***	15.196	1.665	.266
控制能力	.450	.203	.027	35.042***	18.369	-1.435	-.176
情緒調整與 反省能力	.470	.221	.018	31.174***	12.722	-2.377	-.169

*** $p < .001$

由表4-5-6 可知：

（一）對於國小學童「整體憂鬱傾向」具有預測力的變項有五，依序為「掌握感」、「妥善管理自我情緒的能力」、「認識自身情緒的能力」、「控制能力」及「情緒調整與反省能力」，共可解釋國小學童「整體憂鬱傾向」22.1%的變異量。

（二）就個別變項的預測力而言，在本研究中投入的所有相關變項的條件之下，以「掌握感」最高，可以解釋9.0%的變異量，表示當只有「掌握感」一個變項時，能夠有效預測國小學童的「整體憂鬱傾向」的百分比（R²）為9.0%。當「妥善管理自我情緒的能力」、「認識自身情緒的能力」、「控制能力」及「情緒調整與反省能力」依次進入程式後，能有效預測國小學童「整體憂鬱傾向」的百分比（R²）也依次增加了6.3%、2.3%、2.7%、和1.8%，表示可預測國小學童「整體憂鬱傾向」的解釋力也依次增加了6.3%、2.3%、2.7%、和1.8%。

(三)變項中的「掌握感」、「妥善管理自我情緒的能力」、「控制能力」及「情緒調整與反省能力」 β 值為負，顯示高「掌握感」、「妥善管理自我情緒的能力」「控制能力」及「情緒調整與反省能力」者，其「整體憂鬱傾向」傾向越低；而「認識自身情緒的能力」 β 值為正，顯示高「認識自身情緒的能力」者，其「整體憂鬱傾向」傾向越高。

七、國小學童內外控信念、情緒智力與憂鬱傾向預測分析之綜合討論

國小學童內外控信念各層面與情緒智力各層面能力對「憂鬱傾向」整體及量表各層面行為之預測結果已如上述，茲將結果列於如表4-5-7。

由表 4-5-7 可知，學童內外控信念各層面與情緒智力各層面能力對憂鬱傾向整體層面及憂鬱煩躁情緒、無望、自尊及認知功能低、身體抱怨與反應遲滯及品性人際問題五分層面的預測分析中，發現「控制能力」、「妥善管理自我情緒的能力」、「情緒調整與反省的能力」和「認識自身情緒能力」在憂鬱傾向的整體及各層面上都有顯著預測力。其中前三者的 β 值為負，表示控制能力、妥善管理自我情緒的能力、情緒調整與反省的能力高的國小學童，憂鬱傾向的表現越低。研究假設六：「國小學童的自我概念、情緒能力與依附關係能有效預測國小學童的憂鬱傾向」獲得支持。以下就具有顯著預測功能的變項逐一探討。

(一) 控制能力

此能力能預測憂鬱傾向，可能是因為內外控信念是一種認知的期待，而個體行為的發生是受到預期的高低、增強值的正負或大小以及心理情境所決定（鄭麗鳳，2003）。一個人若能控制所面臨的人事物，並能覺察自身行為與行為結果之間的內在認知歷程，則更能增強其信念，因此，對於控制能力較佳的國小學童，可能做事較有計畫，較有自信，成功的機會較多，所以憂鬱傾向較低。

表4-5-7 國小學童內外控及情緒智力各層面預測其「憂鬱傾向」整體及各層面之迴歸顯著結果一覽表

效標變項 預測變項	憂鬱煩躁 情緒	無望	自尊與認知 功能低	身體抱怨與 反應遲滯	品性人際 問題	憂鬱傾向 總分
非靠運氣				***		
努力						
控制能力	***	**	***	***	**	***
掌握感	***	***	***		***	***
經營人際關係 能力						
自我激勵能力				*		
認識自身情緒 的能力	***	***	***	***	***	***
察覺他人情緒 的能力						
妥善管理自我 情緒能力	***	***	***	**	***	***
情緒調整與反 省的能力	**	***	*	*	***	***
預測變項聯合 解釋變異量佔 總變異量的 百分比(%)	19.4%	16.4%	18.9%	14.4%	20.1%	22.1%
* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$						

(二) 妥善管理自我情緒的能力

Goleman (1995) 的情緒智力理論提到，管理自我的情緒可說是一種情緒的調整能力，需建立在自我認知的基礎上，情緒管理能力較匱乏者，會常與低落的情緒交戰，而掌控自如者，較快能從挫折與不安中重新振作。因此國小學生越能妥善管理自我情緒，情感反應會越正向，更會自我激勵，不會自怨自艾，所以憂鬱傾向較低。

（三）情緒調整與反省的能力

Mayer 和 Salovey於1997修正的情緒智力架構中，指出人的情緒產生除了是當下的自動反應外，有些是透過後設經驗而改變（引自林怡岑，2006，頁15）。個體以開放的心態，藉由自我的留意與關心，反省後來調整情緒，累積許多經驗，隨著個體的成熟，逐漸產生監控自己與他人情緒的能力，因此情緒的後設經驗對於正向的心情維持與負向心情的修補，也可降低憂鬱傾向情形的發生。

（四）認識自身情緒的能力

Goleman（1995）指出認識自己的情緒就是一種覺察的能力，是情緒智力的基石，了解自我的真實感受，面對人生大事較能知所抉擇。但情緒包括正向與負向的情緒，對於負向的情緒解讀，積極樂觀的人，會從中激勵自己，但是消極悲觀者，越容易產生情緒的困擾。在憂鬱傾向的理論中，Rehm的自我控制模式提到個體達成目標的能力乃是透過自我監控、自我評價以及自我增強等三個過程。有憂鬱傾向者，容易選擇負面事件，嚴苛的對待自己，做過分的自我歸因與懲罰（引自張高賓，2005，頁35），因此對於國小學童的情緒認知上，除了教導認識情緒外，還得教導如何看待自己的負向情緒，才能減低憂鬱傾向的產生。



第五章 結論與建議

本研究為探討國小學童內外控信念、情緒智力與憂鬱傾向的關係，因此先探討三個變項的現況，分析背景因素對內外控信念、情緒智力與憂鬱傾向的影響，以及內外控信念、情緒智力與憂鬱傾向之間的相關，再進一步分析內外控信念與情緒智力對於憂鬱傾向的預測力。

本研究採用「兒童基本資料表」、「兒童控制信念量表」、「兒童情緒智力量表」與「兒童及青少年憂鬱篩選量表」為工具，以分層隨機取樣的方式調查高雄市及澎湖縣九十七學年度國小五、六年級的學童，共得556名有效樣本，將所得資料進行分析驗證研究假設，並做成結論與建議，茲將內容分別敘述如下。

第一節 研究發現

本節旨在整理第四章研究分析所得之發現，做為結論和建議的依據，茲分述如下：

一、現況分析

本研究為求對國小學童內外控信念、情緒智力及憂鬱傾向之現況有所瞭解，選擇以描述統計進行分析，獲得以下結果：

（一）國小高年級學童內外控信念的各層面間有顯著差異。

- 1.國小高年級學童在「整體內外控」的題平均得分高於平均值中點，達中等以上程度。
- 2.不同層面的內外控信念，有顯著差異存在。四個層面中，以「努力」信念得最高，「掌握感」最低。

（二）國小高年級學童情緒智力的各層面間有顯著差異。

- 1.國小高年級學童在「整體情緒智力」的題平均得分高於平均值中點，達中等以上程度。

2.不同層面的情緒智力，有顯著差異存在。「認識自身情緒的能力」得分最高，居中者為「經營人際關係能力」、「自我激勵能力」、「察覺他人情緒的能力」三項能力，「情緒調整與反省的能力」和「妥善管理自我情緒的能力」最低。

(三) 國小高年級學童憂鬱傾向的各層面間有顯著差異。

1.國小高年級學童在「整體憂鬱傾向」的題平均得分低於平均值中點。

2.不同層面的憂鬱傾向情形，有顯著差異存在。「自尊與認知功能低」情形最高，「無望」情形最低。

二、不同背景變項之國小高年級學童內外控信念之差異

本研究為了解不同背景變項之國小高年級學童在內外控信念之差異，以獨立樣本t考驗和單因子變異數分析進行考驗，其結果簡述如下。

(一) 不同性別的國小高年級學童內外控信念上無顯著差異。

(二) 不同出生序的國小高年級學童內外控信念上無顯著差異。

(三) 不同居住地的國小高年級學童內外控信念上有顯著差異。

1.高雄市學童內外控整體平均數比澎湖縣學童高，達顯著水準。

2.高雄市與澎湖縣學童內外控信念在「非靠運氣」層面，有顯著差異。

三、不同背景變項之國小高年級學童在情緒智力之差異

本研究為了解不同背景變項之國小高年級學童在情緒智力之差異，以獨立樣本t考驗和單因子變異數分析進行考驗，其結果簡述如下。

(一) 不同性別的國小高年級學童在情緒智力上有顯著差異。

1.國小高年級女生的情緒智力整體平均數比男生高，達顯著水準。

2.國小高年級男女生情緒智力的「自我激勵能力」、「認識自身情緒的能力」、「察覺他人情緒的能力」三層面產生顯著差異，且女生高於男生。

(二) 不同出生序的國小高年級學童在情緒智力上無顯著差異。

(三) 不同居住地的國小高年級學童在情緒智力上有顯著差異。

1.高雄市學童情緒智力整體平均數比澎湖縣學童高，達顯著水準。

2.高雄市與澎湖縣學童情緒智力的「經營人際關係能力」、「自我激勵能力」、「認識自身情緒的能力」、「察覺他人情緒的能力」與「妥善管理自我情緒的能力」五層面產生顯著差異，且高雄市學童高於澎湖縣學童。

四、不同背景變項之國小高年級學童在憂鬱傾向之差異

本研究爲了解不同背景變項之國小高年級學童在憂鬱傾向之差異，以獨立樣本t考驗和單因子變異數分析進行考驗，其結果簡述如下。

- (一) 不同性別的國小高年級學童在憂鬱傾向上無顯著差異。
- (二) 不同出生序的國小高年級學童在憂鬱傾向上無顯著差異。
- (三) 不同居住地的國小高年級學童在憂鬱傾向上無顯著差異。

五、國小高年級學童內外控信念、情緒智力與憂鬱傾向之相關情形

本研究爲了解內外控信念、情緒智力與憂鬱傾向的關係，以Pearson積差相關分析進行考驗，其結果簡述如下。

(一) 內外控信念與情緒智力有顯著正相關

- 1.內外控信念總分與情緒智力總分有顯著正相關。
- 2.內外控總分與情緒智力各層面皆有顯著相關，由高到低依序爲「經營人際關係能力」、「自我激勵能力」、「情緒調整與反省的能力」、「認識自身情緒的能力」、「妥善管理自我情緒的能力」及「察覺他人情緒的能力」。

(二) 內外控信念與憂鬱傾向有顯著負相關

- 1.內外控信念總分與憂鬱傾向總分具有顯著的負相關。
- 2.內外控總分與憂鬱傾向各層面皆有顯著負相關，由高到低依序爲「無望」、「身體抱怨與反應遲滯」、「自尊與認知功能低」、「憂鬱煩躁情緒」及「品性人際問題」。

(三) 情緒智力與憂鬱傾向有顯著負相關

- 1.情緒智力整體總分與憂鬱傾向總分有顯著的負相關。
- 2.情緒智力總分與憂鬱傾向各層面皆有顯著負相關，由高到低依序爲「自尊與

認知功能低」、「無望」、「品性人際問題」、「憂鬱煩躁情緒」及「身體抱怨與反應遲滯」。

六、國小高年級學童內外控信念、情緒智力對憂鬱傾向之預測情形

本研究爲了解內外控信念、情緒智力對憂鬱傾向是否具有預測力，以逐步多元迴歸分析進行考驗，其結果簡述如下。

（一）對於國小學童「憂鬱煩躁情緒」傾向具有預測力的變項有五，依序爲「妥善管理自我情緒的能力」、「掌握感」、「認識自身情緒的能力」、「控制能力」及「情緒調整與反省能力」，共可解釋國小學童「憂鬱煩躁情緒」19.4%的變異量。

（二）對於國小學童「無望」傾向具有預測力的變項有五，依序爲「掌握感」、「妥善管理自我情緒的能力」、「控制能力」、「認識自身情緒的能力」及「情緒調整與反省能力」，共可解釋國小學童「無望」16.4%的變異量。

（三）對於國小學童「自尊及認知功能低」傾向具有預測力的變項有五，依序爲「掌握感」、「妥善管理自我情緒的能力」、「認識自身情緒的能力」、「控制能力」及「情緒調整與反省能力」，共可解釋國小學童「自尊及認知功能低」18.9%的變異量。

（四）對於國小學童「身體抱怨與反應遲滯」具有預測力的變項有六，依序爲「控制能力」、「非靠運氣」、「妥善管理自我情緒的能力」、「認識自身情緒的能力」、「情緒調整與反省能力」及「自我激勵的能力」，共可解釋國小學童「身體抱怨與反應遲滯」14.4%的變異量。

（五）對於國小學童「品行人際問題」具有預測力的變項有五，依序爲「掌握感」、「妥善管理自我情緒的能力」、「認識自身情緒的能力」、「情緒調整與反省能力」及「控制能力」，共可解釋國小學童「品行人際問題」20.1%的變異量。

（六）對於國小學童「整體憂鬱傾向」具有預測力的變項有五，依序爲「掌握感」、「妥善管理自我情緒的能力」、「認識自身情緒的能力」、「控制能力」及「情緒調整與反省能力」，共可解釋國小學童「整體憂鬱傾向」22.1%的變異量。

第二節 結論

針對第一節的研究主要發現，研究者綜合歸納出幾點結論，分別敘述如下。

一、目前國小高年級學童的內外控信念及情緒智力情況尚佳，憂鬱傾向較低。

在內外控信念、情緒智力與憂鬱傾向的調查中，發現國小年級學童偏向內控型人格、情緒智力題平均數也在平均值 2.5 之上，憂鬱傾向情形低於題平均數 1.5 以下，因此國小高年級學童在這三方面的表現情況尚佳。

二、居住地會影響國小高年級學童內外控信念的發展

有關國小學童內外控信念之研究，甚少居住地為背景變項，而本研究的研究結果發現，高雄市與澎湖縣學童的內外控信念有顯著差異，居住在城市的學童其內外控信念優於鄉村的學童。

居住在城市的學童因文化刺激高，人際互動密切，同儕競爭與學習的機會增加，此外，父母的社經地位高，對孩子的期待也高，因此住在城市學童對於自我要求以及想符合他人的期望的心態會比鄉村的孩子的高，因此居住地會影響孩子內外控信念的發展。

三、國小高年級女童情緒智力會因性別與居住地而有所不同

在傳統中國家庭中，女生總被教導溫柔、體貼與順從，學習關懷與照顧別人，此外，國小高年級的女童心理與生理的發展皆早於同年級的男童，所以對於週遭環境的非語言訊息敏感度高於男生，因此在自身情緒與他人情緒的察覺能力上，比同年齡的男生好，所以在情緒智力上有較佳的表現。因此，有關性別與情緒智力之研究，本研究結果與其他研究者（王春展，1999；胡慧宜，1999；陳騏龍，2001；賴怡君，2002；蕭瑞玲，2002）之結果一致，女童的情緒智力優於男童。

兒童的情緒經驗除了家庭外，也來自社會化的學習，住在城市的孩子，班級人數較多，同儕之間互動的模式也較複雜，所學得的情緒經驗與處理也較鄉村的孩子多。因此，本研究結果與林淑華（2001）、薛靜如（2006）和蘇蕙芳（2006）等人的研究結果一致，城市孩子的情緒智力表現優於鄉村的孩子。

四、國小高年級學童的憂鬱傾向不因性別、出生序及居住地的不同而有所不同

本研究發現，國小高年級學童在憂鬱傾向上，女生平均得分高於男生；獨生子女高於其他出生序；高雄市學生略高於澎湖縣學生，但都未達顯著差異，因此，本研究實證指出國小高年級學童在憂鬱傾向上不會因性別、出生序及居住地而有所差別。

五、國小高年級學童內外控信念、情緒智力與憂鬱傾向三者之間具有相關性

整體而言，內外控信念與情緒智力對於憂鬱傾向是呈現負相關，也就是表示愈傾向內控者具有正向的思考，肯定自己，期待成功，在情緒的認知、覺察、調整與反省上，較外控者更能注意到外在環境的氛圍，也較能控制自我的情緒，因此在人際關係認知上，會有正向的互動與思維，而減少憂鬱傾向的發生。

六、國小高年級學童內外控信念、情緒智力能對預測憂鬱傾向的發生

從研究結果得知，內外控信念四層面與情緒智力六層面對憂鬱傾向整體及其分層面具有預測力的變項包含「控制能力」、「妥善管理自我情緒的能力」、「情緒調整與反省的能力」和「認識自身情緒能力」，可見這四種能力愈強，且能正向的思考，則國小高年級學童的憂鬱傾向狀況將會越低。

第三節 建議

本研究旨在探討國小高年級學童內外控信念、情緒智力與憂鬱傾向的關係，根據本研究之發現與結論，提出以下建議，以作為教師、家長、輔導人員及後續研究者之參考。

一、家庭教育方面

本研究結論指出，國小高年級學童的內外控信念、情緒智力與憂鬱傾向三者之間具有相關性且具有預測力，因此對於兒童內外控信念、情緒智力的培養，首重家庭給予的教育，因此以下針對家庭教育方面，提供以下建議，提供為人父母之參考。

（一）重視親子關係的經營，給予適切的期望，培養良好的互動模式，並隨時關心子女的情緒反應

家庭，是孩子成長中最緊密的環境。在家庭中，父母的教養方式會影響孩子的性格與行為模式，孩子的情緒智力發展也隨之不同。國小高年級的兒童，正處於兒童期與青春期的過渡階段，對於個人的身體、認知、情緒與社會的發展也起了變化，若對於自己的評估是相信自己的能力能符合父母期望，則會不斷的要求自己；反之，則會怨天尤人，甚至做出一些反社會或非社會行為來尋求注意，因此為人父母者，不宜事事以嚴苛的標準來要求孩子，更不可以讓孩子之間互相比較，使孩子在外遭受挫折後，回到家又無法獲得家人的關懷，當然就會產生易怒、憂鬱、失落、煩躁等負向的情緒。父母應提供愛與關懷的環境，營造和諧的氣氛，讓孩子在安全穩定的環境下成長，適性的給予孩子適切的期望，善用同理心與傾聽技巧，接納與尊重孩子的想法，經營正向的互動與關心，以建立良好的親子關係，對孩子情緒智力提升，將會更有助益。

（二）正視性別刻板印象帶來的影響，協助男童情緒表達的能力

本研究結論指出，在情緒智力上，國小高年級女童顯著優於男童。中國傳統社會的觀念是期待男生需自主獨立，必須保護家人，「哭」是軟弱的表現，因此，在家庭的教養上，女孩需善體人意，男孩總是被教導成剛強的性格，他們情緒的

壓抑、察覺與因應的技巧，就被侷限住，所以父母在教養態度上，需注意刻板印象帶來的影響，教導他們有關情緒宣洩的正向觀念與態度，提醒男孩適時的表達及紓解內心的感受，更重要的是，在人際互動上，也如同女孩一樣，也要求有同理心去體貼與關懷別人，以助於其情緒智力提升。

（三）重視身教，提供孩子良好的學習楷模

大人平時的身教，是孩子「最有力的」情緒管理教材（王淑俐，2006）。孩子對週遭人事物的看法，往往深受重要他人的影響。孩子在人格的形成，首重家庭的教養，事情的成敗歸因於誰？態度是積極還是消極？看法是樂觀還是悲觀？這些在生活中無形的讓孩子產生一種對事件解釋的信念。因此大人們須重視平時的身教，以身作則教導包容與同理旁人，理性冷靜處理事情，適時的尋求協助，讓孩子藉由觀察學習，學習各種情緒的經驗，提升情緒智力，培養正確而積極的人生觀。

二、學校行政與教育方面

本研究結論指出，國小高年級學童的「控制能力」、「妥善管理自我情緒的能力」、「情緒調整與反省的能力」和「認識自身情緒能力」能預測憂鬱傾向的發生，因此除了家庭教育之外，可透過學校的正式教育培養孩子這些能力。以下，提供以下建議，提供學校行政與教育輔導者之參考。

（一）提供多元的教學與資源，平衡城鄉的發展

本研究結論指出，居住於高雄市(城市)的學童其內外控信念與情緒智力的表現皆優於澎湖縣(鄉村)的兒童。根據研究，外控傾向者是可以透過技術、情境的學習，使其內控化（吳武典，1977）。因此在班級中，教師可藉由利用有效的教學，蒐集資訊，利用小組討論、角色扮演、價值澄清或行為改變技術等教學方法，讓孩子對於事件的看法能從多面向去思考，漸漸學習到，很多事情的成敗是可以自己掌控的，鼓勵孩子正向積極的態度。學校行政也可以多方爭取經費的補助，與城市的孩子多做「城鄉交流」，讓鄉村的孩子能有機會與大班級的孩子互動，增加人際互動的經驗，來解決鄉村因資源短缺、人際互動較少等不利因素，縮短城鄉之間的差距，使鄉村的學童亦能發展出較佳的內控傾向人格與情緒智力。

（二）建立輔導諮詢網絡，加強情緒教育的落實與推廣

學校是親師生獲取訊息最直接的管道，所以可針對家長辦理一些親職講座、工作坊，增進父母教養孩子的知識；也可針對孩子辦理情緒智力的成長團體，藉由團體中人群的互動，來提升孩子的自我了解與情緒智力，有效預防學童憂鬱症的發生。除了以上所述之外，學校輔導室也可提供親職教育、情緒智力及憂鬱認知等相關的出版品，並建立網路平台，供家長、師生隨時諮詢，落實情緒教育。

（三）重視兒童憂鬱問題，充實教師輔導專業能力，善用測驗工具，適時檢視學生憂鬱狀況

由於兒童的憂鬱有不同於成人的症狀，如攻擊、過動、發脾氣、拒學或懼學，因此，在學校裡，教師應學習有關「憂鬱」的相關知識，藉由平日的觀察，發現有異常行為時，可提供協助，適時引導與關懷，或是轉介給輔導室，由輔導人員透過適當的測驗工具來檢視，以做好初級預防的工作。

三、社會教育方面

本研究結論指出，居住地會影響學童內外控信念與情緒智力的表現。兒童的情緒經驗除了家庭、學校外，也來自社會化的學習，除了居住的社區外，媒體的傳播也有極大的影響，以下提出兩點建議供大家參考。

（一）傳媒工具應發揮社教功用，導向正確的情緒觀念

最近新聞常播出青少年犯罪與自殺事件，這些學童在鏡頭下毫無悔意，甚至怪罪別人先挑釁，這樣的事件若能透過一些心理輔導專家做行為的分析與討論，除了可教導兒童控制情緒的重要，也可喚醒父母對於子女教養上的責任，注重品性與人際問題，減低衝動、攻擊等憂鬱煩躁情緒，則可預防悲劇再度發生。

（二）教導民眾有效利用心理諮詢機構

有關憂鬱症預防工作上，應對於各縣市心理衛生中心，生命線、張老師所辦的親職教育、情緒管理與自殺防治的團體與活動廣為宣傳，讓大家正視負向情緒所帶來的影響，了解情緒的宣洩的管道與紓解的方法，讓大家都能趕走憂鬱，迎向快樂人生。

四、未來研究方面

（一）研究樣本

因施測時間和實施的困難，研究樣本僅以高雄市和澎湖縣五六年級學童，來做城鄉比較，故研究結果推論有其限制性，未來的研究可擴大取樣範圍及年齡層，使樣本更具代表性，以提高研究之深度。

（二）研究變項

本研究之變項包含性別、出生序、居住地、內外控、情緒智力與憂鬱傾向，從文獻探討得知家庭結構、父母教養方式、依附關係等家庭因素以及學業成就、人際關係等學校因素，均為憂鬱傾向的影響變項，未來研究可再選擇其重要的變項，如家長教育程度，對憂鬱傾向作更深入的探討。

（三）研究工具

本研究所使用之量表包括「兒童基本資料表」、「兒童的控制信念量表」、「兒童情緒智力量表」及「兒童及青少年憂鬱篩選量表」均為之前學者編製之問卷，在選用問卷時，只考量問卷之信、效度與施測對象，未考慮題數若太多會影響學童作答的情緒與耐性，未來進一步研究者可多考慮題數的多寡也須列在審查量表因素內，以提高施測結果之信、效度。

（四）研究方法

在研究兒童憂鬱傾向的主題時，問卷調查因施測方便易得到大量樣本，可得知其發展上的現況，與其他不同變項的關係。但若要進一步了解造成學童憂鬱傾向的原因，可採「質性研究」，對憂鬱傾向量表分數較高者本人、父母及教師進行訪談，深入了解其原因，也能幫助研究者對於學童憂鬱傾向有更完整的認識，提升研究的內涵及功能。

參考文獻

一、 中文部分

- 王志寰（2003）。兒時情緒無效性、情緒抑制與兒童及青少年憂鬱症和偏差行為之關係。國立政治大學心理研究所碩士論文，未出版，台北。
- 王佳禾（2006）。國小學童情緒智力、控制信念、幸福感與成就動機之相關研究。國立臺南大學教育學系輔導教學碩士班碩士論文，未出版，台南。
- 王春展（1999）。兒童情緒智力發展之研究。國立政治大學教育研究所博士論文，未出版，台北。
- 王春展（2004）。台灣地區大學生情緒智慧、憂鬱傾向與情緒調整策略之研究。嘉南學報，30，443-460。
- 王雪貞、林翠湄、連廷嘉、黃俊豪譯（2006）。蘇建文總校閱。發展心理學（Developmental psychology）。台北：學富。（Shaffer, D. R,1999）
- 王淑鄉（2006）。青少年憂鬱、依附型態與負向情緒調節能力之相關研究。國立花蓮教育大學諮商與輔導研究所碩士論文，未出版，花蓮。
- 王黛玉（2004）。高雄市國中生父母教養方式、同儕關係與憂鬱傾向之相關研究。國立高雄師範大學教育學系碩士班碩士論文，未出版，台北。
- 毛連塹（1996）。資優教育-課程與教學。台北：五南。
- 包玉仙（2005）。國小高年級學童控制信念、依附關係與生活適應之相關研究。國立臺南大學教育學系輔導教學碩士班碩士論文，未出版，台南。
- 江文慈（1999）。情緒調整的發展軌跡與模式建構之研究。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所博士論文，未出版，台北：。
- 江宜珍（2005）。臺灣北部國小四年級學童曾經發生自殺意念之相關因素研究。台灣衛誌，24（6），471-482。
- 朱甯興（1998）。學習團體理論與技術。台北：桂冠。
- 呂秋桂（2005）。國小高年級學童控制信念、依附關係與生活適應之相關研究。國立臺南大學教育學系輔導教學碩士班碩士論文，未出版，台南。
- 何名娟（2004）。國小高年級學童氣質、情緒智力與幸福感之研究。國立嘉義

- 教育大學家庭教育研究所碩士論文，未出版，嘉義。
- 吳武典（1977）。制握信念與學業成就、自我概念、社會互動之關係及其改變技術。師範大學教育研究所集刊，**19**，163-176。
- 吳毓瑩（1996）。情緒智力的構念—想法與方向。教育資料與研究，**19**，11-17。
- 吳聰秀（2005）。國小高年級學生自我歸因型態與憂鬱傾向之相關研究。國立台東大學教育研究所碩士論文，未出版，台東。
- 吳瑛（2006）。國小學童親子關係、制握信念與利社會行為之相關研究。國立嘉義大學家庭教育研究所論文，未出版，嘉義。
- 李仁宏（2004）。雙親教養態度、家庭功能與青少年憂鬱傾向之追蹤研究。高雄醫學大學行為科學研究所碩士班碩士論文，未出版，高雄。
- 李玟儀（2002）。國小高年級學童氣質、親子關係與其情緒調整之研究。國立嘉義大學家庭教育研究所論文，未出版，嘉義。
- 李佩珊（2004）。國小學童內外控、幸福感與情緒智力及生活適應之相關研究。國立臺南大學教育經營與管理研究所碩士論文，未出版，台南。
- 李素芬（2004）。憂鬱的相關理論探究。諮商與輔導，**223**，2-6。
- 杜仲傑、沈永正、楊大和、饒怡君、吳幸宜（譯）（2002）。變態心理學。台北：桂冠。（Peterson, C., 1996）。
- 周桂如（2002）。兒童與青少年憂鬱症。護理雜誌，**49**（3），16-23。
- 林怡君（2006）。國小中高年級學童情緒智力、依附關係與幸福感之相關研究—以中部地區為例。國立臺中教育大學諮商與應用心理研究所碩士論文，未出版，台中。
- 林怡岑（2006）。國小學童情緒能力、自我概念、控制信念與生活適應之相關研究。國立臺南大學教育學系輔導教學碩士論文，未出版，台南。
- 林俊傑（2007）。國小學童內外控信念、人格特質、運動價值觀與運動參與行為之研究—以台中市高年級學童為例。國立台灣體育大學體育研究所碩士論文，未出版，台中。
- 林淑華（2002）。國小學童情緒管理與人際關係之研究。屏東師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版，屏東。
- 林靜芬（1995）。國小兒童內外控信念與其相關因素暨團體輔導效果之研究。屏東

- 師院初等教育研究所碩士論文，未出版，屏東。
- 林瑞雯（2003）。國小學童家庭氣氛、內外控信念與同儕衝突因應策略之相關研究。國立嘉義大學國民教育研究所碩士論文，未出版，嘉義。
- 林慧蘭（2001）。國小資優班與普通班內外控信念與情緒智力之相關研究。國立台中師範學院國民教育研教所碩士論文，未出版，台中。
- 柯慧貞（2002）。憂鬱症的心理因素。**學生輔導**，80，39-51。
- 邱一峰（1996）。國中生憂鬱傾向及其相關因素之研究—性別、年級、家庭狀況、鬱卒、憂鬱與尋求幫助、自殺傾向之關係。國立政治大學教育研究所碩士論文，未出版，台北。
- 胡幼慧（1990）。性別、社會角色與憂鬱症狀。**婦女與兩性學刊**，（2），1-18。
- 胡秋萍（2003）。國小資優生家庭環境及情緒智力相關之研究。國立嘉義大學特殊教育學系碩士班碩士論文，未出版，嘉義。
- 胡慧宜（1999）。國小兒童情緒適應行為與情緒感受經驗之相關研究。台北市立師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版，台北。
- 洪有義（1975）。內外制握與洛式制握量表簡介。**測驗年刊**，22，99-104。
- 洪有義（1975）。大學生之內外制握與其適應問題的關係。**教育心理學報**，8，81-94。
- 洪有義（1974）。社會文化環境與內外制握的關係。**中華心理學刊**，16，187-198。
- 洪有義（1978）。肢體殘障學生的內外制握信念之研究。**教育心理學報**，11，113-122。
- 高啓賢（2004）。國小六年級學童之憂鬱情緒與家庭互動類型之關係。國立陽明大學衛生福利研究所碩士論文，未出版，台北。
- 徐振堃（2001）。台北市國中生情緒智力與自我概念、家庭氣氛之相關研究。中國文化大學兒童福利研究所碩士論文，未出版，台北。
- 徐慎怡（2007）。國小高年級學童挫折容忍力與其內外控信念和A型行為之相關研究。國立新竹教育大學教育心理與諮商學系碩士論文，未出版，新竹。
- 莫麗珍（2003）。國中學生情緒智力與生活適應關係之研究：以臺灣中部地區為例。國立彰化師範大學教育研究所碩士論文，未出版，彰化。

- 許靜怡（1996）。**自尊、內外控、控制歷程與生氣表達之關係**。國立政治大學心理研究所碩士論文，未出版，台北。
- 張好婷（2006）。**影響國小資優生情緒智力之因素研究**。國立臺中教育大學特殊教育與輔助科技研究所碩士論文，未出版，台中。
- 張孟育（2007）。**國小學童情緒智力與幸福感之相關研究**。私立南華大學生死學研究所碩士論文，未出版，嘉義。
- 張春興（1996）。**教育心理學：三化取向的理論與實踐**。台北：東華。
- 張春興（2000）。**張氏心理學辭典（修正版五刷）**。台北：東華。
- 張高賓（2005）。**兒童及青少年憂鬱篩選量表編製及應用之研究**。國立高雄師範大學教育學系碩士班博士論文，未出版，高雄。
- 張高賓、陳明哲與連廷嘉（2007）。台灣地區兒童憂鬱流行率之調查研究。**台東大學教育學報**，18（1），29-72。
- 張美惠譯（2006）。EQ。台北：時報。（Golman, 1996）
- 張珮甄（2002）。**國小五年級學童性別、出生序、家庭結構、情緒、創意個人特質與其科技創造力之關係**。國立中山大學教育研究所碩士論文，未出版，高雄。
- 張馨文（2006）。**台北市國小學童情緒智力與同儕衝突因應策略之相關研究**。國立花蓮教育大學輔導研究所碩士論文，未出版，花蓮。
- 陳坤益（2004）。**國小資優學生情緒智力與生活適應之相關研究**。國立彰化師範大學特殊教育研究所碩士論文，未出版，彰化。
- 陳英豪（1977）。我國青少年道德判斷之發展及其影響因素。**高雄師院學報**，6，93-158。
- 陳淑怡（2005）。**國小高年級學童家庭結構、情緒智力與同儕關係之研究**。國立嘉義大學國民教育研究所碩士論文，未出版，嘉義。
- 陳錫銘（1991）。**認知行為取向團體諮商對國小憂鬱兒童輔導效果之研究**。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文，未出版，台北。
- 陳璨玲（2007）。**台南縣國中實驗班與普通班學生學習風格、內外控信念與學業成就之相關研究**。國立嘉義大學國民教育研究所碩士論文，未出版，嘉義。

- 陳麒龍（2001）。國小學童情緒智力與幸福感、人際關係及人格特質之相關研究。國立屏東師範學院教育心理與輔導研究所碩士論文，未出版，屏東。
- 陳艷玲（2007）。國小學童父母教養方式、情緒能力、幸福感與憂鬱傾向之相關研究。國立台南大學教育學系輔導教學碩士班碩士論文，未出版，台南。
- 陸汝斌（1990）。憂鬱症總論。發表於宇宙光傳播中心主辦「現代人的憂鬱學術研討會」。
- 湯韻蓉（2004）。國小五年級學童的認知風格、情緒智力與學習動機的相關研究。國立臺灣師範大學輔導研究所碩士論文，未出版，台北。
- 黃悅菁（2003）。臺中市國小中高年級學童情緒智力與學校生活適應關係之研究。國立台中師範學院諮商與教育心理研究所碩士論文，未出版，台中。
- 黃家桑（2004）。國小高年級學童內外控信念、父母及教師管教方式與焦慮之相關研究。台北市立師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版，台北。
- 黃堅厚（1979）。國小及國中生內外控信念之研究。教育心理學報，12，1-14。
- 黃堅厚（1999）。人格心理學。台北：心理。
- 黃曉雯（2007）。國小學童自我概念、情緒能力、依附關係與憂鬱傾向之相關研究。國立台南大學諮商與輔導研究所碩士論文，未出版，台南。
- 曾玉芷（2006）。國小高年級學童情緒智力與問題解決能力關係之研究。國立高雄師範大學教育研究所碩士論文，未出版，高雄。
- 楊文良（2005）。彰化縣國小學童A型行為組型、內外控信念與生活適應之相關研究。國立彰化師範大學教育學系碩士論文，未出版，彰化。
- 楊明仁（2002）。台灣的社會與憂鬱。學生輔導，80，52-59。
- 楊銀興（1987）。國小學生場地獨立性、內外控信念與道德判斷的關係。國立台灣師範大學教育研究所碩士論文，未出版，台北。
- 楊國樞、楊瑞珠（1976）。兒童內外控信念的先決與後果變項。中華心理學刊，18，105-120。
- 詹婷芳（2005）。國中生價值觀、內外控信念與道德判斷之相關研究。國立高雄師範大學教育研究所碩士論文，未出版，高雄。
- 葉在庭、花茂琴（2006）。從關係性自我理論看青少年慢性憂鬱情緒患者的自我表徵。中華心理衛生學刊，19（2），177-207。

- 熊英君（2007）。**國中生之內外控、社會支持、情緒智力與學業成就之相關研究——以板橋市國中為例**。銘傳大學教育研究所在職專班碩士論文，未出版，台北。
- 劉清芬（2000）。**國小學童批判思考、情緒智力與學業成就關係之研究**。國立高雄師範大學教育研究所碩士論文，未出版，高雄。
- 劉瑞美（2006）。**父母教養方式與國小學童情緒智力關係之研究**。國立高雄師範大學教育研究所碩士論文，未出版，高雄。
- 蔡玉瑟（1994）。**資優生的人格特質與其學習行為、生活適應之相關研究**。國立臺中師範學院初等教育研究所碩士論文，未出版，台中。
- 蔡壹亘（2005）。**國小學童不同同儕關係與情緒智力之研究**。臺北市立教育大學國民教育研究所碩士論文，未出版，台北。
- 蔡嘉慧（1998）。**國中生的社會支持、生活壓力與憂鬱傾向之相關研究**。國立高雄師範大學教育學系碩士論文，未出版，高雄。
- 鄭麗鳳（2003）。**國中學生內外控信念與利社會行為之相關研究**。國立台灣師範大學公民教育與活動領導學系在職進修碩士班，未出版，台北。
- 衛生署（2008）。**中華民國96年死因統計（電子書）**。台北：行政院衛生署。檢索日期2009.1.10。取自http://www.doh.gov.tw/CHT2006/DM/DM2_2.aspx?now_fod_list_no=9521&class_no=440&level_no=2
- 賴怡君（2001）。**國小學童情緒智力發展、依附關係與生活適應之關係研究**。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文，未出版，台北。
- 賴佳菁（1996）。**被同儕拒絕、攻擊行為與兒童內外控信念、自尊之研究——以台中地區國小四、六年級為例**。中國文化大學兒童福利學系碩士論文，未出版，台北。
- 戴美雲（2004）。**情緒智力與利社會行為關係之研究——以屏東縣國小學童為例**。國立嘉義大學家庭教育研究所碩士論文，未出版，嘉義。
- 蕭淑穗（2007）。**國小高年級學童控制信念、自我概念、偶像崇拜行為與幸福感之相關研究**。國立台南大學教育學系輔導教學碩士班碩士論文，未出版，台南。
- 蕭瑞玲（2002）。**國小學童情緒調整及相關因素之研究**。國立屏東師範學院教育心理輔導研究所碩士論文，未出版，屏東。

- 謝秀雯（2007）。國小高年級學童其情緒調整、父母管教方式與憂鬱傾向關係之研究。國立新竹教育大學人資處輔導教學碩士班碩士論文，未出版，新竹。
- 謝健全（1984）。不同制控信念的國中生其自我概念與球府態度之研究。國立高雄師範大學碩士論文。
- 謝碧玲（2002）。憂鬱症的人際關係心理治療理論與技巧。*學生輔導*，80，76-83。
- 薛靜如（2006）。兒童情緒管理與人際問題解決態度、學校生活適應之相關研究。國立台南大學教育學系輔導教學碩士班碩士論文，未出版，台南。
- 鍾永吉（1997）。國小單親兒童的認知信念與情緒經驗之研究。國立高雄師範大學教育學系碩士論文，未出版，高雄。
- 魏麗敏（1994）。憂鬱量表的編製及其在輔導上的應用。*諮商與輔導*，108，15-19。
- 羅芝芸（1999）。兒童認知風格、情緒智力與問題解決能力之相關研究。國立高雄師範大學教育研究所碩士論文，未出版，高雄。
- 羅品欣（2003）。國小學童的家庭結構、親子互動關係、情緒智力與同儕互動關係之研究。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文，未出版，台北。
- 蘇建文（1979）。兒童及青少年基本情緒之發展。*台灣師大教育心理學報*，12，99-114。
- 蘇建文（1981）。兒童及青少年基本情緒之縱貫研究。*台灣師大教育心理學報*，14，79-102。
- 蘇蕙芳（2006）。國小學童依附關係與情緒管理、利社會行為關係之研究。國立台南大學教育學系輔導碩士班碩士論文，未出版，臺南。

二、英文部分

- Allen-Meares, P. (1987). Depression in childhood and adolescence. *Social Work*, 32(6), 512-516.
- American Academy of Family Physician. (2000). Depression in children and adolescents. *American Family Physician*, Retrieved December 11, 2008, from the World Wide Web: <http://www.aafp.org/afp/20001115/2297.html>
- Cantwell, D. P., & Baker, L. (1991) Manifestations of depression affect in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 20, 121-133.

- De Beauport, E., & Diaz, A. S. (1996). *The three faces of mind: Developing your mental, emotional, and behavioral intelligence*. Wheaton Illinois: Quest Books.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. New York: Bantam Books.
- Gardner, H.(1993). *Multiple Intelligences: The theory in practice*. New York: Basic Books.
- Larsson, B., & Melin, L. (1990). Depressive symptoms in Swedish adolescents. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 18 (1) , 91-103.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 9, 185-211
- Powell, D. H. (1983). *Understanding human adjustment : Normal adaptation in the life cycles*. Boston : Little-Brown.
- Rotter, J. B. (1954). *Social learning and clinical psychology*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Rotter, J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs: General and Applied*, 80 (1) , 1-28.

附錄一 兒童控制信念量表同意書

量表使用同意書

本人同意國立台東大學諮商心理碩士專班研究生
張家羚君，在其碩士論文「國小高年級學生內外控信
念、情緒智力與憂鬱傾向之相關研究」中，引用本人
與包玉仙(2005 年)所編「兒童控制信念量表」，以進
行其碩士論文之研究工具。

同意人：呂秋桂 簽章

中華民國 98 年 3 月 19 日

量表使用同意書

本人同意國立台東大學諮商心理碩士專班研究生
張家羚君，在其碩士論文「國小高年級學生內外控信
念、情緒智力與憂鬱傾向之相關研究」中，引用本人
與呂秋桂(2005 年)所編「兒童控制信念量表」，以進
行其碩士論文之研究工具。

同意人：

包不仙

簽章

中華民國

98

年

3

月

20

日

附錄二 兒童情緒智力量表同意書

量表使用同意書

本人同意國立台東大學諮商心理碩士專班研究生
張家羚君，在其碩士論文「國小高年級學生內外控信
念、情緒智力與憂鬱傾向之相關研究」中，引用本人
(2004 年)所編「兒童情緒智力量表」，以進行其碩士
論文之研究工具。

同意人：戴美雲 簽章
中華民國 98 年 4 月 1 日

附錄三 兒童及青少年憂鬱篩選量表同意書

量表使用同意書

本人同意國立台東大學諮商心理碩士專班研究生
張家羚君，在其碩士論文「國小高年級學生內外控信
念、情緒智力與憂鬱傾向之相關研究」中，引用本人
(2005 年)所編「兒童及青少年憂鬱篩選量表」，以進
行其碩士論文之研究工具。



同意人：張高賓 簽章
中華民國 98 年 3 月 24 日

附錄四 兒童基本資料表

我的生活態度問卷

親愛的同學，你好：

這是一份想了解小朋友在日常生活中，對於事件發生時你的想法、態度與情緒的問卷，此問卷是作為研究用，不是考試，和你的成績無關，所以請你依自己的實際情況作答，而且內容會完全保密，不會讓別人知道，請安心作答。

問卷內容有 2 張共 4 頁，每一題都要作答，不要漏掉任何一題哦！非常感謝你的配合！

祝 天天快樂 學業進步

國立台東大學教育系(所)諮商心理碩士班

指導教授：溫雅惠博士

研究生： 張家羚 敬上

中華民國九十八年四月

第一部分：基本資料

1. 我的學校是_____縣(市)_____國小
2. 我的性別是 ☐ 男生 ☐ 女生
3. 我的出生序 ☐獨生子(女) ☐老大 ☐ 老么
☐不是老大也不是老么

第二部分：量表填答

- 1.我對事件的看法（兒童控制信念量表，25 題，量表內容省略）
- 2.我對情緒的看法（兒童情緒智力量表，31 題，量表內容省略）
- 3.我最近的感覺（兒童及青少年憂鬱篩選量表，34 題，量表內容省略）

附錄五 國小學生生活態度問卷填答指導說明

貴班導師您好：

我目前於台東大學在職進修，進行有關「高年級學童內外控、情緒智力與憂鬱傾向之相關研究」。因交通與時間之因素，無法親自施測，懇請老師依照下面指導語的說明，協助貴班學童填寫問卷，有任何問題，或對內容想進一步了解，我的聯絡方式 12xxxxxx@yahoo.com.tw 白天聯絡電話：06-927xxxx分機xxx。在此獻上萬分敬意與謝意，感恩！

敬祝

教安

張家羚 敬上

填答指導語說明：

1. 問卷共有四頁，請小朋友先檢查，是否有缺頁。
2. 此次問卷作為研究之用，問卷上不用寫姓名，資料會完全保密，請小朋友根據實際情形作答(用鉛筆或原子筆作答均可)。
3. 請小朋友看問卷，共分兩部分：
第一部分是個人資料包含校名、性別與出生序，若家中只有你自己一個小孩，只要在獨生子女的☐打勾好；家裡有兩個以上的小孩，再依自己的出生序打勾（出生序的填寫有困難或語意不懂之處，煩請老師予以協助）。
第二部份共分三個量表，前兩個分別為「我對事件的看法」，「我對情緒的看法」，此兩種量表，請依照直接的感覺填寫，不用思考太久；而最後的量表「我最近的感覺」，其「最近」的定義為「最近兩週（包括施測當天）」（請指導老師務必說明一下，謝謝）。
4. 請各位小朋友寫完之後，再檢查一下是否每一題都有填寫，謝謝你們！

_____ 國小 _____ 年級

男生()人，女生()人，共()人