

國立臺灣大學心理研究所

碩士論文

Graduate Institute of Psychology

College of Science

National Taiwan University

Master Thesis

青少年憂鬱之風險因子、資源因子、與保護因子：

形象認同加權確定性的效果

**The Risk Factors, Resource Factors, and Protective
Factors of Image Identity in Predicting
Adolescent Depression: The Effect of
Identity Firmness Weighted by Identity Importance**

華紹昌

Shao-Chang Hua

指導教授：雷庚玲博士

Advisor: Keng-Ling Lay, Ph.D.

中華民國 100 年 1 月

January, 2011

致謝

終於到寫謝辭的時候了。

我最感謝的，是這三年多來辛苦指導我的雷庚玲老師，雖然我有心理學的背景，但總覺得自己沒有什麼「作研究」的背景，謝謝雷老師耐心的指導，在各方面都很包容我，讓我有時間能一步一步的學習和進步。更謝謝雷老師不論在學業、生活、工作上，都很樂意與我分享人生經驗，並給我支持，我會謹記在心的！

謝謝許功餘老師與陳坤虎老師，在口試時給了我許多寶貴意見，讓我能從不一樣的角度再審視自己的研究。尤其感謝陳坤虎老師，願意把分析形象認同資料的任務，交給我這個沒見過面也沒有作研究經驗的學弟，雖然我到現在還是很疑惑要稱呼你「學長」還是「老師」比較合適，但我真的非常謝謝你！也要感謝各個協助提供資料的學校，讓我有機會探討這個議題，期望這份研究成果，能給予學校在處理學生問題時些許的幫助。

Lab 的各位成員們，謝謝你們曾經給我的幫忙，抽空聽我的報告，還有給了在心理所很少出沒的我，一個在台大校園裡的歸屬感。特別是泰銓，感謝你幫我解決了很多課業上的問題，在你的帶領之下，我才能順利修完翁老師的計量課程。

也要感謝這三年多我工作的單位「忠義社福」，謝謝與我工作的同事們，對我這個邊念書邊上班的同事，都盡量配合我的時間，並一起分擔工作上的種種。每一個我曾經帶過的孩子們，也謝謝你們的乖巧聽話（大部份的時候啦！），讓我有體力和精神半夜和論文奮戰，在與你們的互動中，我學到了許多，體會了許多。

我的父母、堂哥，我要告訴你們我要畢業啦，謝謝你們一直保持著耐心和信心，相信我和支持我，讓我無後顧之憂的做我計劃的事。

我碩士班的好伙伴 IBM -X61 Notebook，你是我完成這篇論文的好幫手，對不起在口試前一天把你摔了一個洞，求學生涯的一點一滴都是你所記錄的。

最後，要謝謝我的妻子怡秀，在碩士班的路程中，我們一起走入了人生下個階段，謝謝你總是在我的身旁，體諒我和包容我的忙碌，在這個我要畢業的時刻，我們正全心準備迎接家裡新的成員「小華寶」的誕生，我們會一起努力面對人生每一個挑戰的。

特別感謝：我 I- Pad 裡的每張專輯和歌曲

Silent Sign 的練團與表演

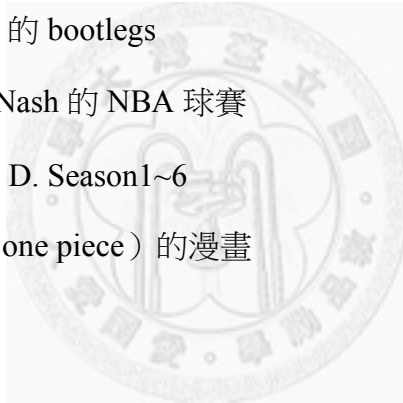
Eason 陳奕迅的演唱會

Pearl Jam 的 bootlegs

有 Steve Nash 的 NBA 球賽

House M. D. Season1~6

海賊王 (one piece) 的漫畫



摘要

「認同確定性」指稱的是個體對於特定認同面向的同一感與確定感，「認同重要」指的是各個特定的認同面向對定位自己瞭解自己的重要程度。過去研究發現青少年的「認同確定性」可預測其憂鬱程度。本研究欲探討與青少年的社會脈絡及生活課題息息相關的「形象認同」各面向之確定感與青少年憂鬱之間的關係，並強調認同確定性對於憂鬱的預測力應與青少年對特定面向的重視程度有關。因此本研究將八個與「形象認同」有關的面向之「認同重要性」分數乘以「認同確定性」分數，形成「加權確定性」之分數。共有 1969 位大台北區的高一學生填寫認同重要性量表、認同確定性量表、及憂鬱量表 (CES-D)。分析一透過逐步迴歸，發現「外型」、「學業」、「受歡迎」、「用功」、「經濟物質」之加權確定性為影響青少年憂鬱的風險因子；分析二則採用階層迴歸的方式，檢驗「體育」、「電腦」、「用功」與「音樂美術」等預測較可透過學校輔導體系改善其認同確定性的面向，可否做為以上風險因子在影響憂鬱時的「保護因子」或「資源因子」。研究顯示，「體育」、「美術音樂」、「電腦」與「用功」，分別都能在各個風險因子預測憂鬱時，發揮資源因子的作用。而在保護因子的部份，「體育」、「美術音樂」與「用功」可緩衝「受歡迎」，「體育」可緩衝「學業」，在青少年男生的加權確定性中，「電腦」可緩衝「外型」。這些訊息提供了學校輔導工作者，在處理特定面向對青少年憂鬱的影響時，較有利的切入點。

關鍵詞：加權確定性、形象認同、風險因子、保護因子、資源因子、

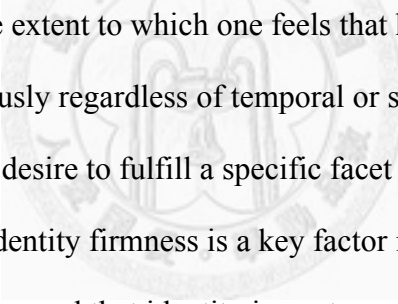
青少年憂鬱。



**The Risk Factors, Resource Factors, and
Protective Factors of Image Identity in
Predicting Adolescent Depression:
The Effect of Identity Firmness
Weighted by Identity Importance**

Shao-Chang Hua

Abstract



Identity firmness is the extent to which one feels that he/she will stay the same on a specific facet continuously regardless of temporal or spatial changes. Identity importance is the degree of desire to fulfill a specific facet of one's identity. Past research has revealed that identity firmness is a key factor in predicting adolescent depression. This study proposed that identity importance would also contribute to one's psychological health. That is, identity firmness weighted by identity importance may be a conceptually more thorough indicator for adolescent mental health. In addition, image identity is an aspect of the content of identity that is highly concerned by and related with the daily life of adolescents. Therefore, the present study attempted to use the score of identity firmness weighted by identity importance to investigate which of the facets from image identity play a role as the risk factor, the resource factor, or the protective factor in predicting adolescent depression. A total of 1969 students from four senior high schools in Taipei participated in this study. Participants were asked to complete the "Questionnaire

of Identity Importance, 3rd edition” (QII-III), the “Questionnaire of Identity Firmness, 3rd edition” (QIF-III), and the “Centre for Epidemiological Studies-Depression Scale” (CES-D). In Analysis 1, a stepwise regression analysis was conducted using the weighted identity firmness scores from eight facets of image identity (i.e., appearance, academic achievement, diligence, athleticism, computer studies, music & art, popularity, and materialism) as the predictors, and the depression score as the outcome variable. Results indicated the weighted identity firmness score of appearance, academic achievement, diligence, popularity, and materialism played a role as the risk factor in predicting adolescent depression. In Analysis 2, hierarchical regression analysis was applied to investigate whether the weighted firmness scores of athleticism, computer studies, music & art, and diligence could moderate the relation between the abovementioned risk factors and depression. Results indicated that the weighted firmness scores of athleticism, computer studies, music & art, and diligence all played a significant role as the resource factor above and beyond the impact of each of the risk factors to adolescent depression. In addition, the weighted identity firmness scores of athleticism, music & art, and diligence were found to serve as the protective factor that buffered against adolescent depression brought about by the low weighted firmness of popularity. Additionally, the weighted firmness of athleticism was able to buffer against the effect of low academic achievement, and males’ weighted firmness of computer studies was able to buffer against the impact of low appearance firmness on depression. The present study provided practical information for helping high-school-level adolescents in decreasing their depression.

Keywords : weighted firmness, image identity, risk factor, protective factor, resource factor, adolescent depression.

目次

緒論	1
前言	1
自我認同確定與重要性	2
青少年的形象認同	8
形象認同各面向與憂鬱的關係	10
風險因子	13
調節因子	16
總結	23
研究方法	27
分析一：形象認同的加權確定性之逐步迴歸分析	31
結果	31
討論	40
分析二：形象認同的加權確定性之風險因子與調節因子階層迴歸分析	43
結果	43
討論	59
綜合討論	65
參考文獻	71
附錄	79
附錄一：認同確定性、認同重要性問卷	79
附錄二：「自我認同重要性」與「自我認同確定性」問卷使用說明書	85
附錄三：自我認同問卷使用同意書表格	86
附錄四：「升學型」學校分析結果	87
附錄五：「社區型」學校分析結果	102



表目次

表 1-1	三種認同內容之面向	4
表 1-2	進行分析之形象認同面向	11
表 2-1	形象認同各面向的重要性與確定性之描述統計(包含受歡迎面向)	32
表 2-2	形象認同重要性與確定性各面向之簡單相關(包含受歡迎面向)	33
表 2-3	全部測量變項之描述統計	34
表 2-4	測量變項之間的簡單相關	35
表 2-5	形象認同加權確定性預測憂鬱之逐步迴歸分析結果	37
表 2-6	男生與女生在各加權確定性與 CES-D 分數之差異比較	38
表 2-7	男生女生個別在測量變項之間的簡單相關	39
表 3-1	風險因子(學業)與調節因子(體育、電腦、美術音樂與用功) 預測憂鬱之階層迴歸分析結果	45
表 3-2	風險因子(受歡迎)與調節因子(體育、電腦、美術音樂與用功) 預測憂鬱之階層迴歸分析結果	48
表 3-3	風險因子(外型)與調節因子(體育、電腦、美術音樂與用功) 預測憂鬱之階層迴歸分析結果	52
表 3-4	風險因子(經濟物質)與調節因子(體育、電腦、美術音樂與用功) 預測憂鬱之階層迴歸分析結果	55
表 3-5	風險因子(用功)與調節因子(體育、電腦與美術音樂) 預測憂鬱之階層迴歸分析結果	58
表 4-1	形象認同加權確定性預測憂鬱之逐步迴歸分析結果(升學型)	87
表 4-2	風險因子(學業)與調節因子(體育、電腦、美術音樂與用功) 預測憂鬱之階層迴歸分析結果(升學型)	88

表 4-3	風險因子（受歡迎）與調節因子（體育、電腦、美術音樂與用功） 預測憂鬱之階層迴歸分析結果（升學型）-----	91
表 4-4	風險因子（外型）與調節因子（體育、電腦、美術音樂與用功） 預測憂鬱之階層迴歸分析結果（升學型）-----	95
表 4-5	風險因子（經濟物質）與調節因子（體育、電腦、美術音樂與用功） 預測憂鬱之階層迴歸分析結果（升學型）-----	97
表 4-6	風險因子（用功）與調節因子（體育、電腦與美術音樂） 預測憂鬱之階層迴歸分析結果（升學型）-----	99
表 5-1	形象認同加權確定性預測憂鬱之逐步迴歸分析結果（社區型）-----	102
表 5-2	風險因子（學業）與調節因子（體育、電腦、美術音樂與用功） 預測憂鬱之階層迴歸分析結果（社區型）-----	103
表 5-3	風險因子（受歡迎）與調節因子（體育、電腦、美術音樂與用功） 預測憂鬱之階層迴歸分析結果（社區型）-----	105
表 5-4	風險因子（外型）與調節因子（體育、電腦、美術音樂與用功） 預測憂鬱之階層迴歸分析結果（社區型）-----	110
表 5-5	風險因子（經濟物質）與調節因子（體育、電腦、美術音樂與用功） 預測憂鬱之階層迴歸分析結果（社區型）-----	112
表 5-6	風險因子（用功）與調節因子（體育、電腦與美術音樂） 預測憂鬱之階層迴歸分析結果（社區型）-----	113

圖目次

圖 3-1	性別與用功加權確定性預測憂鬱之交互作用關係圖 -----	46
圖 3-2	學業加權確定性與體育加權確定性預測憂鬱 之交互作用關係圖 -----	46
圖 3-3	性別與電腦加權確定性預測憂鬱之交互作用關係圖之一 -----	49
圖 3-4	受歡迎加權確定性與體育加權確定性預測憂鬱 之交互作用關係圖 -----	49
圖 3-5	受歡迎加權確定性與美術音樂加權確定性預測憂鬱 之交互作用關係圖 -----	50
圖 3-6	受歡迎加權確定性與用功加權確定性預測憂鬱 之交互作用關係圖 -----	50
圖 3-7	男生之外型加權確定性與電腦加權確定性預測憂鬱 之交互作用關係圖 -----	53
圖 3-8	女生之外型加權確定性與電腦加權確定性預測憂鬱 之交互作用關係圖 -----	53
圖 3-9	性別與電腦加權確定性預測憂鬱之交互作用關係圖之二 -----	56
圖 4-1	男生之學業加權確定性與體育加權確定性預測憂鬱 之交互作用關係圖（升學型）-----	89
圖 4-2	女生之學業加權確定性與體育加權確定性預測憂鬱 之交互作用關係圖（升學型）-----	89
圖 4-3	性別與電腦加權確定性預測憂鬱之交互作用關係圖之一（升學型）--	90
圖 4-4	性別與電腦加權確定性預測憂鬱之交互作用關係圖之二（升學型）--	92
圖 4-5	受歡迎加權確定性與體育加權確定性預測憂鬱 之交互作用關係圖（升學型）-----	93

圖 4-6	受歡迎加權確定性與美術音樂加權確定性預測憂鬱 之交互作用關係圖(升學型)-----	93
圖 4-7	男生之受歡迎加權確定性與體育加權確定性預測憂鬱 之交互作用關係圖(升學型)-----	94
圖 4-8	女生之受歡迎加權確定性與體育加權確定性預測憂鬱 之交互作用關係圖(升學型)-----	94
圖 4-9	男生之外型加權確定性與體育加權確定性預測憂鬱 之交互作用關係圖(升學型)-----	96
圖 4-10	女生之外型加權確定性與體育加權確定性預測憂鬱 之交互作用關係圖(升學型)-----	96
圖 4-11	性別與電腦加權確定性預測憂鬱之交互作用關係圖之三(升學型)--	98
圖 4-12	性別與用功加權確定性預測憂鬱之交互作用關係圖之一(升學型)--	98
圖 4-13	男生之用功加權確定性與電腦加權確定性預測憂鬱 之交互作用關係圖(升學型)-----	100
圖 4-14	女生之用功加權確定性與電腦加權確定性預測憂鬱 之交互作用關係圖(升學型)-----	100
圖 4-15	性別與電腦加權確定性預測憂鬱之交互作用關係圖之四(升學型)--	101
圖 5-1	學業加權確定性與體育加權確定性預測憂鬱 之交互作用關係圖(社區型)-----	104
圖 5-2	受歡迎加權確定性與體育加權確定性預測憂鬱 之交互作用關係圖(社區型)-----	106
圖 5-3	受歡迎加權確定性與用功加權確定性預測憂鬱 之交互作用關係圖(社區型)-----	106
圖 5-4	男生之受歡迎加權確定性與體育加權確定性預測憂鬱 之交互作用關係圖(社區型)-----	107

圖 5-5	女生之受歡迎加權確定性與體育加權確定性預測憂鬱 之交互作用關係圖(社區型) -----	107
圖 5-6	男生之受歡迎加權確定性與電腦加權確定性預測憂鬱 之交互作用關係圖(社區型) -----	108
圖 5-7	女生之受歡迎加權確定性與電腦加權確定性預測憂鬱 之交互作用關係圖(社區型) -----	108
圖 5-8	男生之受歡迎加權確定性與用功加權確定性預測憂鬱 之交互作用關係圖(社區型) -----	109
圖 5-9	女生之受歡迎加權確定性與用功加權確定性預測憂鬱 之交互作用關係圖(社區型) -----	109
圖 5-10	男生之外型加權確定性與電腦加權確定性預測憂鬱 之交互作用關係圖(社區型) -----	111
圖 5-11	女生之外型加權確定性與電腦加權確定性預測憂鬱 之交互作用關係圖(社區型) -----	11

緒論

前言

「給你們看，這是最新出的手機！」

「哇！我覺得你看起來好像變瘦了耶！變好看了哦！」

「我昨天在 facebook 上，有收到你舉辦新活動的邀請哦！」

這些都是在青少年日常生活中常常出現的對話。隨著時代的變化，校園裡的青少年不在只在乎課業表現優劣，或是人緣好壞而已：漸漸抬頭的「多元發展」教育理念，使青少年重視自己在各種領域的表現；網際網路的使用，讓青少年的人際互動有了更先進的管道；在媒體的引導下，外表的美醜成了青少年所關心的話題；奧運奪金的光彩讓青少年發現體育好也能出頭天。而對於校園中從事輔導工作的實務工作者來說，欲改善學生的心理健康，減少負面憂鬱的情緒，就必須關注這些在青少年生活脈絡中的重要議題，並掌握這些面向彼此之間的關係以及它們對青少年心理健康的影響。陳坤虎、吳英璋及雷庚玲（2005）的研究中，所提出的形象認同是指由個體「表面」上所「具體」擁有的屬性所形塑的的認同，正是反應出青少年所需面對如上述之電腦使用、外表、體育等的「生活課題」以及所處的「社會脈絡」。他們並發現（Chen, 2003，引自陳坤虎、雷庚玲、宋維村、吳英璋，2010），青少年對於自己在認同各面向上之表現的接受程度（認同確定性）可預測青少年的心理健康。本研究則進一步指出，認同確定性對於心理健康的預測力，會根據個體認為每個面向上對於定位自我的重要程度，而對心理健康有不同的加權預測力。

本研究的目的是，是以形象認同各面向的「加權確定性」探討哪些面向之加權確定性是最能預測青少年憂鬱的風險因子，再探討可調節這些風險因子對情緒的

負向效果的因子。期望可將研究結果提供給中等學校裡從事輔導的實務工作者在處理青少年情緒問題時的參考。

自我認同確定性與重要性

Erik Erikson 的心理社會發展論以「自我認同」為青少年期最重要的發展任務，他認為在此階段之個體所面對的發展危機是在「自我認同」(self identity) 與「角色混淆」(role confusion) 之間達成平衡。Erikson 並認為「自我認同」的發展品質在青少年心理病理扮演十分重要的角色 (Erikson, 1968)。後續與認同有關的研究也發現，其與青少年心理健康之密切關係。例如：Meeus、Iedema、Helsen 及 Vollebergh (1999) 整理了有關「認同狀態」與「心理健康」的研究，發現具「認同達成」(identity achievement) 狀態的青少年，其憂鬱與焦慮的程度較低。

近期有關青少年心理健康的研究中，「憂鬱」(depression) 成為主要探討的重點之一。因為在青少年的階段本身就會面臨包括「青春期生理發展」、「學校轉換」、與「人際需求」等的挑戰，這些都是會導致憂鬱的重要因素 (Allgood-Merten, Lewinsohn, & Hops, 1990; Lord, Eccles, & McCarthy, 1994; Siegel, 2002)；再加上青少年期的憂鬱往往可衍生成更嚴重的適應問題，例如藥物濫用、自殺等

(Allgood-Merten, et al., 1990; Field, Diego, & Sanders, 2001)，因此，本研究選取「憂鬱程度」作為代表心理健康之指標，探討「自我認同」對於青少年之影響。

Erikson 強調，認同應具備「連續感」(continuousness) 與「同一感」(sameness) 之特性。在認同形成的過程中，個體為了因應社會要求及內在成長的心理需求，經由不斷的探索及發展危機的挑戰，使得對某價值體系形成一種忠誠及認同感，且在面對過去所擁有與未來所承諾時，有著一種內在的自我為「同一」和「連續」的感受，也就是個體在不同的時空下仍能感受到自己本質上始終是相同的一個人。

Waterman (1984) 則將認同界定為：一種清晰的自我定義，包含明確承諾的目標、價值、與信念。這些承諾會隨發展逐漸選定了個體的生活方向、目標、及意義。陳坤虎等人(2005)根據上述 Erikson 的「連續性」與「同一性」及 Waterman 的「清晰的自我定義」的想法，提出「認同確定性」的概念，將之界定為「個體是否清楚覺察或確知他所持守的目標 (goals)、價值 (values)、信仰 (beliefs)、和能力 (capability)，並以此去體驗及經歷日常生活所需面臨的社會需求；即使處於不同時空背景下，個體仍能感受自己的連續性及同一性，並給予個體生活方向、目標、及意義。」而這種連續感與同一感的存在，一方面有助於個體統合自我之認同概念，另一方面也可以幫助個體肯定其正向成長價值。後續有關「認同確定性」的研究發現(Chen, 2003, 引自陳坤虎、雷庚玲、宋維村、吳英璋, 2010)，具有高認同確定性的青少年擁有較高的自尊、正向自我效能及主觀幸福感，而他們的負向自我效能也較低。上述的研究皆意味著「認同確定性」可預測個體的心理健康，並促使青少年未來朝正向發展(Chen, 2003, 引自陳坤虎等人, 2010)。陳坤虎等人(2005)提出具體測量認同確定性的方法，他們是以「認同確定性量表，第一版」(“Questionnaire of Identity Firmness, 1st edition” QIF-I)，詢問受試者關於他們對目標、價值、信念、能力之確定感(例如：我確定我的「體育」表現)。此量表包括了三種不同的「認同內容」，分別為「個人認同」(personal identity)、「社會認同」(social identity) 及「形象認同」(image identity)。

認同內容的研究源自於 Sampson (1978) 探討自我認同的特徵，Sampson 以內在或外在的特徵來界定自我認同的兩極性，但並未有系統的劃分自我認同的內容。Cheek 與 Briggs (1982) 從 Sampson 的研究中挑選出 22 個認同特徵，並再加以延伸，將認同內容分為「個人認同」與「社會認同」兩部份加以研究；而到 1989 年，Cheek 並嘗試將「集體認同」納入自我認同的內容(Cheek, 1989; Cheek & Briggs, 1982)。所謂的「個人認同」是以「私我」(private self) 的自我屬性為基礎，是個體經由獨特、真實的自我經驗所型塑，反映個體私人或內在的心理傾向，其面向包含如個人價值體系、生涯目標、自我知識、及獨特的心理狀態等。

「社會認同」是以「公我」(public self)的自我屬性為基礎，是個體與環境互動後所型塑的認同，它與公眾的自我意識及個人的社會角色有關，其面向包含了個人的名譽、受歡迎度、印象整飭等。至於「集體認同」的焦點則納入個體之「重要他人或參考團體」(例如家庭、同儕、學校、社區、國家或宗教等)的期待與規範。

陳坤虎等人(2005)認為，Cheek 等人所標示出的自我認同內容及相隨之「認同需求」(identity needs)的測量雖說明了個人與社會兩種認同內容上的差異，但測量的題項多以抽象的認同概念為主，例如個人的未來目標、自我期許、道德標準等，無法反應青少年個體需實際面對的「生活課題」與這些課題當下所處之「社會脈絡」。因此陳坤虎等人(2005)擴大認同內容的範圍，新增「形象認同」，以落實 Erikson 對認同形成過程中個體會經歷「角色實驗」與面臨實際「生活課題」之挑戰的主張；而將「形象認同」的概念自其他認同內容中獨立出來，也透過因素分析獲得支持。表 1-1 呈現了三種認同內容之各個面向。

表 1-1
三種認同內容之面向。

認同內容	認同面向
個人認同	<ul style="list-style-type: none"> ● 我的情緒和感受 ● 我的想法和見解 ● 我的夢想與憧憬 ● 即使面對外在環境我有許多變化，我仍覺得內心裡是「同一個我」 ● 我個人的自我評價或對自己的看法 ● 我知道自己跟他人是不同的，也不會刻意去模仿他人 ● 我未來的方向 ● 我未來的理想與抱負 ● 我的價值觀與道德標準 ● 我的自我認識，我對自己是什麼樣的一個人的想法
社會認同	<ul style="list-style-type: none"> ● 有一些不錯的朋友 ● 我受到他人的歡迎 ● 他人能信任我

- 我的談吐及言行舉止
- 我對他人的吸引力
- 受到他人的肯定
- 我的儀態和舉止帶給別人的印象
- 與他人互動的方式
- 我的名譽或聲譽
- 我的社交行為或應對進退（如：當與他人見面時我的行為表現方式）

- 形象認同
- 我的經濟狀況（如：零用錢多寡、打工所得多寡）
 - 我擁有的物質條件（如：手機、衣物、電玩）
 - 我的「音樂」表現
 - 我的「體育」表現
 - 我的「電腦」表現（如：軟硬體、網路、電腦遊戲）
 - 我的「美術」、「工藝」表現（如：繪畫、勞作、手工藝、雕刻）
 - 我的「課業、學業」表現
 - 我的外型（如：身高、體重、身材）
 - 我的「用功、勤勞」表現
 - 我的「家事」（如：打掃、烹煮、縫紉）表現
-

Check (1989) 對於「個人」及「社會」兩種認同需求之測量方法，是請受試者評定每一個題項對其定位自己或瞭解自己的「重要程度」（比如：認為「我個人的價值觀」這個面向對於定位我自己或瞭解我是誰的重要程度，以不重要（一分）到極重要（五分）五點量表評量之）。Check 以「重要程度」做為測量向度，是反映個體本身欲完成或滿足的認同需求（identity needs）。例如：當個體認為「我受到他人的歡迎」對於「定位」或瞭解「我是誰」是重要時，即代表在個體的內在價值體系中，視「受歡迎」為重要的、有「受歡迎」的心理需求。因此，陳坤虎等人（2005）除了提出「認同確定性」的概念，也同時針對「個人認同」、「社會認同」及「形象認同」三種認同內容之「認同重要性」進行測量。而此「認同重要性」的概念與前述「認同確定性」的概念不但有所區分，也對描述不同階段的青少年的認同特性有其各自的貢獻。例如，陳坤虎等人（2005）發現早、中、晚期的青少年對於三種認同內容的重要性的評定有所不同，處於青少年早、中期的國中生和高中生，比大學生更重視形象認同和社會認同、大學生則較重視個人

認同。在「認同確定性」方面，大學生在個人認同、社會認同與形象認同之「確定性」皆顯著高於國中生或高中生，而國中生在形象認同確定性的分數高於高中生。這樣的研究結果有助於了解不同階段青少年認同發展的變化；而個人、社會、形象認同之「認同重要性」與「認同確定性」，在青少年前、中、後期各有消長，且隨著年齡兩者的相關值越來越低，顯示此二測量向度逐漸獨立於彼此的發展趨勢。本研究則認為「認同確定性」與「認同重要性」兩個概念，對於瞭解青少年的認同狀態具有相輔相成之效果。亦即除了對認同面向的「確定感」是個體對自我同一性、連續性的顯現之外，對於較能滿足個體的認同需求（亦即：認同重要性較高）的面向的確定感，更是反應個體自我認定之特性較重要的指標。在過去討論自我概念的文獻中，也常有類似的主張。

例如著名心理學者 Wiliam James 在其對「自我概念」的論述中曾提出，當個體在自己所認為重要的面向中，有正向的自我評價時，就會有較高的自尊；相反的，當個體在自己認為重要面向中是持負向的自我評價時，則會有較低的自尊。舉例來說，一個覺得自己運動能力很差的青少年，如果認為「體育」這個面向，是自己根本不在意也不覺得重要的，即便認為自己體育不好，也不會對其自尊造成負面影響。但對一個很關心自己的體育表現、覺得「體育」是很重要的項目的青少年，則自己在此面向的負向自我評價，就有可能使自尊低落。Rosenberg(1979)也提出了類似的概念，認為每個面向對自我的重要性，決定了在此面向上成功或失敗對於整體自我評價的影響程度。

但可惜的是，後續採用上述概念探討自尊或自我價值的研究，卻發現若將「重要性」當作自我概念各面向分數的加權項，納入對「自尊」或「自我價值」的迴歸分析，儘管嘗試了多種不同的計分方式和加權模式（全體重要性分數加權與個別重要性分數加權），但與只使用自我概念分數本身作為預測變項的統計結果相比，未必會對整體自尊有更好的預測力（Marsh, 1986; Pelham & Swann, 1989）。研究者認為，這可能是因為大部份的自我概念面向，對個體來說都仍是「重要的」，所以即使納入了「重要性」的考量，亦並未成功地將個體對於各面向的自我概念

的重視程度區隔出來；另外，沒有足夠廣的面向來對自我概念更完整的掌握，也可能是原因之一。

然而，Harter 與 Whitesell (2001) 卻認為不能只從「統計分析」的層面，評估「重要性分數」在理解青少年自我概念上的貢獻，並因統計結果未能凸顯其預測效果而將「重要性分數」的概念忽略。隨著青少年進入抽象思考與形式運思階段，以及接收到越來越多外在社會文化的訊息，還有頻繁的同儕活動，都會使青少年開始內省自己在特定面向上成功的需求 (importance of success) 與在此面向上自我知覺的勝任性 (perceived adequacy)。亦即青少年期的個體會開始分辨哪些面向對於自我是較重要的，因而使他們在這些重要面向上的自我概念，對於個體的認同以及對自我的評價有較大的影響力 (Harter & Whitesell, 2001)。他們因此建議，從應用與臨床的觀點來看，在對個體的各個自我概念面向進行分析時，將個體所感受的「勝任性」(adequacy) 與「重要性」(importance) 同時納入，會比只從「勝任性」單一概念評估個體，獲得更清楚的訊息。Harter 與 Whitesell (2001) 並因此建議可延續 James 的觀點，把每個人在各個自我面向的勝任性分數，與其重要性的分數相乘，做為捕捉個體自尊或自我價值狀況的方法。

上述對於自尊測量的說明，亦可類比至對於青少年認同概念的測量。亦即，想要探討各認同面向對於個體心理的影響，只考量個體對目標、價值、信念、能力之確定感似乎是不夠的。在認同內容的研究中，「認同重要性」為探討青少年對各面向自我認同的需求為何；「認同確定性」為探討個體自己有多確定與接受自己的這些特徵。因此本研究採用同時考量「自我認同確定性」與「自我認同重要性」兩概念的觀點，主張個體對於自身整體的認同確定性，除了與其在各認同面向的確定性之加總有關，也會依自己主觀判斷每個認同面向對其本身的重要性而決定此特定面向影響整體確定性的程度。所以在資料分析時，本研究將把各認同各面向之「認同確定性」的分數乘以其「認同重要性」分數，形成新的「加權確定性」分數，作為後續分析的變項。若個體對某特定認同面向有較高的自我認同需求，則其對於此面向的確定與否，應會對其整體認同確定性有較大的影響。

青少年的形象認同

在眾多可能影響或調節青少年憂鬱情緒的認同因素之中，本研究將焦點放在與青少年「形象認同」(image identity)有關的認同面向上。如前所述，「形象認同」為由個體對自己「表面」上所「具體」擁有的屬性的接受度，包含面向如「個人的條件」(如：外型)、「個人的能力」(如：使用電腦與上網的能力)、「個人的成就」(如：功課表現)、及「家庭社經地位」(如：家庭經濟狀況)等等(見表 1-1)。

雖然形象認同在成人眼中或許看似「膚淺」、「浮面」，但是這些外在、表面的特質標籤，正是兒童期個體自我描述(self-description)與自我分類(self-categorization)的內容。而到了青少年期，自我描述才逐漸由外在特質轉化為以自己的價值觀、信念與意識型態為主(Harter, 2006)。所以這些對自己外在特質的接受度往往也成為尚未累積足夠探索經驗的青少年，最直接、最容易建立自我認同的來源。過去二十多年有關青少年自尊的系列研究也顯示，外表吸引力(physical attractiveness)如此浮面而具像的自我概念面向，正是眾多變項中最能有效預測青少年自尊的重要指標(Harter, 1990)。

在形象認同的題項中，也包含了與學校課程中「副科」相關的面向，例如「體育」、「音樂」、「美術」與「電腦」。這些副科在一般學校裡因為受到升學主義的影響，所受到的重視是較少的，但這些看似可有可無的自我認同面向，在過去研究中仍發現對青少年的心理健康具有預測力。例如「電腦」已經普遍成為青少年的生活中不可或缺的一部份。而過去針對青少年的課外活動所做的研究，也顯示「團隊體育活動」(team sports)、「表演藝術」(performing art)等都對於青少年發展有正面影響(Eccles, Barber, Stone, & Hunt, 2003)。Hansen、Larson 及 Dworkin (2003)統整了青少年參與上述活動時，對個人發展、人際發展及心理健康的貢獻。在個人發展上，參與不同的活動是一種認同探索的過程，不但可累積個體努

力為特定目標邁進的經歷，尚可促進情緒、認知與生理上的發展。在人際發展上，參與活動能培養團隊合作與社交的能力，並擴展人際關係。在心理健康方面，青少年的活動參與程度，與憂鬱和焦慮程度呈現負相關(Mahoney, Larson, Eccles, & Lord, 2005)。雖然本研究並不是針對青少年參與活動的經驗進行研究，但體育、音樂、美術不但是學校課程的一部份，也是青少年在主科課餘所常常進行的重要活動，更是同儕交流的重要場域，因而也自然成為青少年個體定位自己的重要向度。Eccels (2009) 的研究中也提出，對個體來說較為重要的認同面向，其相關的活動也會被青少年賦予較高的價值，使個體會更有動機去從事這些行為，進而精進了個體在此活動中能力的發展。對於從事青少年輔導的實務工作者來說，這些有別於傳統所看重之「學業成績」的面向，由於是許多青少年勇於嘗試與精進的生活面向且本身就是學校課程的一部份，教師若能培養學生對這些科目有更多的興趣與瞭解，或能增進他們自己在這些面向上的自我確定感，應可對其心理健康有正向的貢獻。另外如前所述，這些膚淺的生活面向本即為青少年生活裡的重要課題，在青少年實際接觸和涉入這些領域時，本身就是經歷 Erikson 所強調之「角色實驗」的過程，在嘗試錯誤與自我探索的過程中也會有助於青少年逐漸找到自我認同。

除了陳坤虎等人(2005)之形象認同重要性與確定性測量工具中所包含的題項之外，青少年所在意的另一項生活課題為「是否被同儕接納」。Harter (1999) 便發現，在自我概念的諸多面向中，「外型」、「學業能力」與「社會接納」對於青少年自尊與自我價值的預測力最好，而這些面向也與憂鬱情緒有緊密的關係。此外，過去探討青少年心理健康的研究也發現，與「同儕互動」有關的各種因素，例如「受歡迎」、「同儕關係」、「社會部份的自我意識」等，都會對青少年產生影響(Beam, Gil-Rivas, Greenberger, & Chen, 2002; Field, et al., 2001; Lord, et al., 1994)。但在「形象認同」重要性與確定性的測量工具中，並沒有包含與「人際」相關的題項，而是在「社會認同」重要性與確定性的測量工具中，包含了關於受同儕歡迎與否的測量題項。因此本研究也將這一題納入後續的分析中，希望如此

更能掌握對青少年憂鬱的預測力。

總體來說，本研究將除了將過去研究中發現與青少年整體自尊與憂鬱有關的面向納為青少年形象認同的指標之外，也著眼在透過青少年的學校活動而介入青少年自我認同的發展。因此也以青少年在學校的副科內容做為關注青少年自我認同的焦點。依此原則，本研究因而將形象認同部份的面向做了整併。例如：由於過去針對青少年課外活動的研究中，通常會把「美術」與「音樂」通稱為「表現藝術」(Eccles & Barber, 1999; Eccles, et al., 2003; Hansen, et al., 2003)，因此將「美術、工藝」與「音樂」等與藝術類有關的面向合併為「美術音樂」一個面向。「體育」及「電腦」方面的形象認同，由於各有其特色，並且也都在過去研究中發現與青少年的生活息息相關，因此各自成為分析面向。對於「家事」(打掃、烹煮、縫紉)的自我認同面向，由於本研究是探討在學校脈絡之下的自我認同探索，而家事活動仍以在家中有較大的發揮空間，因此將「我對家事表現的接受度」面向排除。另外，「經濟狀況」與「物質條件」的認同面向，因其都與青少年之外在資源有關，因此在本研究中合併為「經濟物質」一個面向。本研究所有納入分析的形象認同面向，可見表 1-2。

形象認同各面向與憂鬱的關係

即使同為形象認同的面向，不同領域的確定性仍可能對於青少年心理健康的貢獻方式有所不同。這些的認同確定性，可能分別以「風險因子」、「資源因子」、「保護因子」的角度，影響青少年的認同過程。因此，本研究將依序以這三種不同的作用方式檢驗形象認同各面向對於青少年憂鬱的預測力。

表 1-2

進行分析之形象認同面向。

-
- 經濟物質加權確定性
 - 外型加權確定性
 - 受歡迎加權確定性
 - 學業加權確定性
 - 用功加權確定性
 - 體育加權確定性
 - 美術音樂加權確定性
 - 電腦加權確定性
-

本研究的第一個目標，是探討可獨立預測青少年憂鬱情緒的主要預測變項，稱之為「風險因子」。所謂的「風險因子」(Risk factors)，指的是可造成不良適應的各種負面情境 (Rose, Holmbeck, Coakley, & Franks, 2004)。所謂不良適應，包括了「外向性問題行為」與「內向性心理問題」；而所探討的「負面情境」則可能來自「個人層面」、「家庭層面」甚至「社區(家庭外)層面」等 (Dekovic, 1999; Masten & Reed, 2002)。回顧過去對風險因子的研究，雖然大多是以「外向性問題行為」為結果變項；但就實務層面來說，「風險因子」也可提供心理專業人員在預防內向性問題時頗為有利的切入點，因此已有越來越多探討「焦慮」、「憂鬱」與「退縮」等問題之風險因子的研究 (Dekovic, 1999)。

在分析策略的部份，MacPhee 與 Andrews (2006)，以及 Field 等人 (2001) 皆採用逐步迴歸的方式，亦即同時檢驗多個變項，找出最能預測青少年憂鬱之因素來認定有效的風險因子，本研究亦將循此作法，使用逐步迴歸以找出各形象認同變項中能預測青少年憂鬱之風險因子。

本研究的第二個目標，是欲探討在風險因子之外，是否有其他因子可調節 (moderating) 風險因子對結果變項的負向作用。過去許多有關適應強韌度 (resiliency) 的文獻中，往往將「階層迴歸分析中，在排除了風險因子的主要效果之後，其與風險因子的交互作用仍對結果變項有顯著預測力」的因子，視為有效的「調節因子」(moderator)。但 Rose 等人 (2004) 卻將在排除風險因子的效

果後，對結果變項仍有正向效益的因子分為資源因子及保護因子兩種，且認為這兩種因子對風險因子具有不同的緩衝作用。「資源因子」(resource factors)是指在階層迴歸分析中，於排除了風險因子的解釋力之後，仍對結果變項有正面之主要效果者；而「保護因子」(protective factors)則指的是能在階層迴歸分析中，於排除了此因子本身及風險因子對結果變項的解釋力之後，其與風險因子的交互作用仍對結果變項有顯著的助益者。當然，同一個因子，也可能同時為某個風險因子對結果變項的負向影響中的資源因子與保護因子，亦即其在階層迴歸中的主要效果與交互作用效果皆達顯著水準。綜言之，從 Rose 等人 (2004) 的定義來看，即使在階層迴歸分析中，風險因子與調節因子的交互作用不顯著，此因子仍可能對於風險因子具有緩衝的效果，只是其為以「資源因子」、而非「保護因子」的方式調節個體的負向指標。因此，本研究將分別探討具有調節風險因子之功效的「資源因子」與「保護因子」，並在行文中將這兩種因子統稱為風險因子的「調節因子」。對實務工作來說，在找到可預測負向適應指標的「風險因子」的同時，如能同時掌握其特定的「資源因子」與「保護因子」，在擬定介入計劃時，便能更有效的減少風險因子對於青少年負向情緒的影響。

特別需要說明的是，同一個變項可能本身除了是可以有效預測憂鬱的「風險因子」之外，也為其他風險因子有效的「資源因子」或「保護因子」。在進行逐步迴歸分析或階層迴分析時，某個預測變項是扮演以上三種因子中的何種角色，端視研究目的以及分析方式而定。例如所謂的風險與保護因子，兩者都是在階層迴歸中可以顯示主要效果的變項，所以將其命名為風險或保護因子，不過就是相同變項的正負兩極而已。但研究者可就其對此變項所重視的部份，到底是其所帶來的風險或其所具有的保護功能，而決定此變項的角色 (Kandel, et al., 1988; White, Moffitt, & Silva, 1989)。此外，某些風險因子，或許其反向狀況正好也具有調節別的風險因子的負向效果的調節作用，但因為這些風險因子對結果變項的作用原本就很強，站在實務工作者的立場，直接減少這些風險因子的作用力，比探討其做為其他風險因子之保護因子更具介入的效果，因此仍以探討其做為風險

因子的角度為主。

綜合上面的論述，本研究之目的，是採用了「風險因子」、「保護因子」與「資源因子」之分析觀點，探討青少年之形象認同之「加權確定性」與憂鬱的關係。而本研究的分析策略，將先以逐步迴歸認定對於青少年憂鬱有顯著解釋力的形象認同面向做為風險因子，再檢驗另一組形象認同面向做為這些風險因子的「保護因子」或「資源因子」的顯著性，亦即若這些面向與風險因子同時出現時，是否會有減緩憂鬱程度的效果。以下分就本研究所測量之形象認同的八個面向，說明本研究根據文獻回顧所假設之這八個面向在影響青少年憂鬱時所扮演的角色。由於不論在男女生對外型、電腦、體育、或美術音樂等面向上的確定性，其背後可能都代表了性別次文化的特殊意義，因此「性別差異」也會是討論的重點之一。



過往對於青少年適應的研究中，已認定青少年在同儕關係、外型、學業表現...等面向上之自我概念或客觀表現為可預測未來適應的重要的風險因子。本研究不以這些因素的客觀狀態為測量基礎，反而在乎的是青少年自己在這些面向上所感受的主觀重視程度與確定程度，以下一一回顧本研究認為其確定性應對青少年憂鬱具有獨立預測力的形象認同面向在過去研究中的發現。

課業、學業

「學業成就」，在強調升學的台灣教育體制中，一直以來都是學生、老師與家長十分重視的議題。面對激烈競爭的升學關卡，青少年出現身體與心理問題的狀況在媒體報導中時有所聞。

過去許多西方的研究亦已指出青少年的學業成就與憂鬱之間的關係。Dekovic (1999) 在排除了性別的效果之後，發現低學業成就仍可顯著預測憂鬱。

Lord (1994) 等人發現，在學業部份的「自我意識」(Self-consciousness)，也就是對自己學業表現的憂慮與擔心，對心理適應有不良影響，能顯著的預測自尊的下降。Harter (1999) 將自我概念分為多個面向，其中「學業能力」對於青少年自尊與自我價值的也有良好的預測力，並且 Harter 也認為自尊和自我價值與憂鬱之間有緊密的關係。本研究則認為，不只是學業成就本身或是青少年對學業的自尊與自信的高低，更是其對於自己學業成績的主觀重視程度與接受程度，會影響青少年的情緒，因此預測青少年對自我「課業、學業」的確定性，是對青少年憂鬱有顯著預測力的風險因子。

受歡迎

青少年期所重視的另一項重要生活課題為「是否被同儕接納」。過去探討青少年心理健康的研究發現，與「同儕互動」有關的各種因素，皆會對青少年的心理產生影響。例如：Field (2001) 比較憂鬱組與非憂鬱組的青少年，發現在「人際關係」、「受歡迎程度」等面向上，憂鬱組的分數都較負向。Reinherz 等人(1993) 發現不論是男生女生，不受歡迎的程度都與青少年的憂鬱有關。Lord (1994) 等人則指出，在社交面向上的「自我意識」(Self-consciousness)，也就是對人際表現的憂慮與擔心，對心理適應有不良影響，能顯著預測自尊的下降。Harter(1999) 將自我概念分為多個面向，其中「社會接納」對於青少年自尊與自我價值的有良好的預測力，而這些又與憂鬱情緒有緊密的關係。本研究則認為，除了青少年認為自己「受歡迎」與否之外，其對自己是否受人歡迎的主觀重視程度與確定性，也是對青少年憂鬱有顯著預測力的風險因子。

外型

隨著青春期的發展，青少年的生理開始出現急速的變化。在現代媒體強調個人外在條件、充斥著各種關於「美」之標準的訊息下，身體意象 (body image) 與外型 (appearance) 等，儼然成為影響青少年心理健康的主要因素。

Allgood-Merten 等人（1990）的研究發現，身體意象（body image）是青少年自尊的重要部份，與憂鬱有很高的相關，男女皆是如此。Marcotte（2002）等人也指出，身體意象與憂鬱顯著相關，持越負向的身體意象之青少年越憂鬱。Siegel（2002）則發現青少年對於自己青春期身體發育的滿意程度的變化，可以獨立於其它自我概念預測憂鬱狀況。Harter（1999）將自我概念分為多個面向後，發現「外型」是對於青少年自尊與自我價值的預測力最好的面向，並且 Harter 也認為自尊和自我價值與憂鬱之間有緊密的關係。雖然本研究所測量之確定性，其重點不在於對外型的客觀認知，反而是青少年自己對於自我外型的接受度與確定程度，但仍屬對於外型的正、負向思考，因此本研究仍基於過去的研究結果，預測「外型」確定性是對青少年憂鬱有顯著解釋力的風險因子。

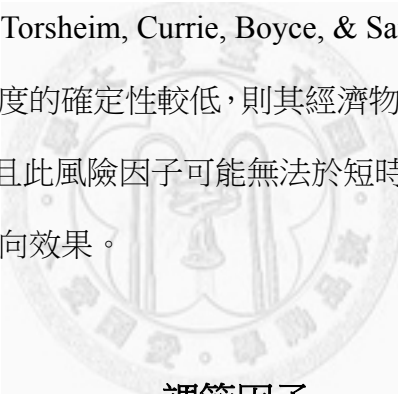
值得注意的是，雖然身體或外型的意象對於青少年憂鬱的影響，不論在男生或女生的群體中都可以看見，但從過去的研究中會發現，青春期所帶來身體與外表的轉變，對男、女生的意義並不相同，而且女生對自己外在的滿意度通常比男生低，因而增加了女生對憂鬱的脆弱度。例如：Nolen-Hoeksema 與 Girgus（1994）認為女生因為進入青春期之後在體重與脂肪上的增加，不容易維持纖瘦的身材，而因此會較不滿意自己的外在；但男生卻會因肌肉的增長，較接近男性強壯的形象，而較滿意因青春期產生的外在改變。Lord 等人（1994）也發現對於青少年女生來說，對外表的負向知覺會增加產生心理問題的危險性。綜上所述，本研究進一步預測青少年對自己外型的重視程度與確定程度可能對女生較男生有更大的風險引發憂鬱的情緒。

經濟物質

社會經濟狀態與青少年憂鬱之間的關係已經在不同的研究結果中不斷顯現（Allgood-Merten, et al., 1990; Power, Stansfeld, Matthews, Manor, & Hope, 2002）。但低社經地位本身往往不是造成青少年適應的直接原因，反而是與社經地位低落相關的社區環境的困境與劣勢、教養問題、家庭穩定性等因素間接引領出青少年

不良適應的議題 (Huurre, Eerola, Rahkonen, & Aro, 2007; Power, et al., 2002)。

Wilkinson (1997) 的研究則指出，物質環境的差異會透過社會比較而影響心理；較為匱乏的個體會因為感受不平等而有負面的情緒。因此從外在環境的劣勢與內在心理因素等角度，本研究假設青少年對自我「經濟物質」條件的確定感應為可預測憂鬱的風險因子。換言之，本研究不在於探討客觀社會經濟狀態與青少年憂鬱問題之間的關係，而是在排除客觀物質資源後（以父母教育程度做為家庭社經地位之指標），探討青少年自我對於其經濟物質面向的形象認同的重視程度與接受程度是否為其憂鬱狀態的風險因子，以便在之後繼續探討是否可透過其它形象認同面向以調節經濟物質確定性對憂鬱的預測力。因為對青少年來說，其本身不像成人有獨立的經濟收入或謀生能力，因此一旦其以家裡的經濟狀況來了解自己與他人的物質環境差異 (Torsheim, Currie, Boyce, & Samdal, 2006)，並認定對自身經濟物質狀態的接受程度的確定性較低，則其經濟物質確定性即可能成為青少年負向情緒的風險因子，且此風險因子可能無法於短時間之內有所調整，只能靠其調節因子的作用緩衝負向效果。



調節因子

學校生活，是青少年日常生活最主要的活動場所。從進入正規教育體系開始，在學校生活中所獲得成就感便成為個體心理社會發展的重要課題。Erikson 以「勤奮相對於自卑」敘述學齡期的發展要務。過去研究更是一再發現，學業成就與青少年自尊及憂鬱之間的重要關係 (Dekovic, 1999; Harter, 1999; Lord, et al., 1994)。

個體除了在學校中透過學業成就而肯定自己之外，其他的副科或生活表現也是其自我認同的重要來源。不論是對美術、音樂、體育等科目的精進，或是從盡力應付課業要求所付出的心力，都能讓兒童與青少年從成功經驗中培養成就動機，並從勤奮工作的經驗中培養良好的工作態度。此外，各種學校裡所從事的課外活動

或副科課程，往往是青少年喜歡上學的主要原因；而留在學校(staying in school)完成中學教育，又可預測青少年未來的生涯適應。由這樣的角度來看，學校裡的副科與課外活動，除了調劑身心之外，更可能積極地扮演了增進青少年的心理資源或緩衝風險因子所帶來的負向影響等功能。

因此本研究將從提供額外資源與緩衝負向衝擊兩個角度，探討青少年對其體育、音樂美術、電腦表現的確定性以及其對自己用功程度的確定性在以上風險因子對青少年負面情緒的影響中所扮演的調節功能。

體育

「體育活動」不但在學校的課程裡是主要的副科之一，也是青少年常從事的休閒娛樂。Fisher 與 Madeson (2007) 整理了青少年從事體育活動的兩個主要理由：第一，青少年可從運動中知覺到自己的能力，進而確定在此領域的自我價值；第二，青少年可透過體育活動參與，得到的社會接納和讚許，獲得同儕的支持與肯定。Wankel 與 Berger (1990) 也統整了可以從體育活動中得到的益處：首先，體育活動本身就帶著趣味，能讓個體的心情感到愉悅；再者，體育活動有助於個人的成長，不但在生理層面有益於身體發展與維持健康，且在心理層面能減少憂鬱與焦慮，作者推測體育活動能分散生活中的壓力，並得到社會互動的機會，也能從中感到成就感，增加自信心與自尊。而 Shaw、Kleiber 及 Caldwell (1995) 則強調青少年處於認同發展的重要階段，體育活動提供了青少年在團體中因能力表現而得到的自我認定感。Fedricks 與 Eccles (2006) 在控制了「種族」、「性別」等變項後，發現「體育活動參與程度」對於心理健康具有預測力，參與度越高的青少年越不憂鬱。除了對心理與社會層面的影響，投入團體體育活動也發現有助於學業成果。Eccles (2003) 發現，有參與體育活動的青少年之學業成績 (GPA 值) 會高於平均值。

由以上研究可得知，「體育活動」對於個體的同儕接納、自我概念與心理健康都有正面影響，而且也與學業表現有正向關係。雖然過去在探討影響青少年憂

鬱的因子中，體育並非主要可預測憂鬱程度的變項，但體育的參與或表現對同儕接納度或學業表現的影響可能間接對減少青少年的憂鬱有所貢獻，本研究因而將青少年對於「體育」的認同確定性置於「調節因子」的角色，先檢驗其做為資源因子的顯著性，再檢驗其做為保護因子於緩衝「低受歡迎確定性」、「低學業確定性」這兩種風險因子對於青少年憂鬱影響之效果。亦即本研究預測，在「體育加權確定性」與「受歡迎加權確定性」、以及「體育加權確定性」與「學業加權確定性」這兩種組合對憂鬱的迴歸分析中，在控制了風險因子的主要效果之後，「體育加權確定性」之主要效果達顯著，並且「體育加權確定性」與風險因子的交互作用也可顯著預測憂鬱。換言之，即使「受歡迎加權確定性」低的青少年其憂鬱程度較高，但若其同時具有較高之「體育加權確定性」則可緩衝其憂鬱的程度。本研究也預測同樣的模式，會在「學業加權確定性」低的青少年中顯現。

本研究另一個欲探討的重點為體育加權確定性的緩衝效果的性別差異。儘管大多數研究都顯示男生從事體育活動的時間和頻率遠高於女生（Bowker, 2006; Shaw, et al., 1995），但也有研究指出，傳統上認為較符合男生活動類型的「體育」，反而給了女生自我挑戰的機會，以及對於自我概念新的思維（Shaw, et al., 1995）。Eccles（2009）也認為，對個體來說較為重要的認同面向，其相關的活動也會被青少年賦予較高的價值，使個體會更有動機去從事這些行為，進而精進了個體在此活動中能力的發展。因此本研究預測，若女生在體育活動上有較高的確定性，代表這群女生認為體育是重要且較有價值的，也會較有動機從事體育活動，因而協助知覺到自己是強壯的、獨立的，進而對心理健康有所助益。亦即本研究預期體育加權確定性對於各項風險因子預測憂鬱的調節效果，在青少年男生和女生的群體中都會產生。

電腦

隨著網際網路的發達，以及各種虛擬遊戲的出現，電腦已是現代青少年生活中的必需品。不論是即時通訊軟體、部落格、線上遊戲、網購或僅是在不同的網

頁中搜尋，電腦與網際網路的使用，已使這一代青少年的生活方式，有了劃時代的改變。這些使用方式，不但開發了青少年新的休閒與交友方式，也讓他們有了新的管道呈現與表露自我，甚至達成不同的生活機能。

過去在探討心理保護因子的研究指出，在特定領域的正向能力感，能夠減緩壓力情境所帶來的負面影響（Harter, 1990; Lord, et al., 1994）。而在新世代日趨重要的電腦能力，是否也具有同樣的效果呢？下面將先回顧電腦對於「人際關係」、「自我概念」、「學業表現」及「認知功能」等層面影響之研究，探討電腦能力與對電腦的正向能力感能否緩衝青少年不同面向的壓力。

首先，就人際關係來說，擁有親近的同儕關係對青少年的自尊有正面的助益，而缺乏同儕關係或是被拒絕，最能預測其憂鬱程度與負面的自我看法。因為現在的青少年大多會使用電腦作為聯絡工具，不論是即時通，或是網誌和部落格等都提供了讓青少年能頻繁地與朋友互動的機會，因而可促進同儕間的親密感，進而增進正向的心理狀態（Gross, Juvonen, & Gable, 2002）。Gross 等人（2002）也發現，在學校感受到較多社會焦慮和寂寞的青少年，較有可能會在網路上與平日生活較無關係的人互動，以避免感到孤單。對具備電腦能力的青少年來說，網路的確是多了一個便利的管道可以與他人談天、分享彼此的想法與心情。Durkin 與 Barber（2002）的研究則指出，電腦目前已成為青少年主要的娛樂之一，能保有某種程度的電腦接觸，反而有助於心理調適；「低度使用電腦」之組別，會比「無使用電腦」之組別較不憂鬱。他們懷疑這是因為會使用電腦的青少年可多一種與人互動的話題。

當青少年使用電腦上「聊天室」或是參與「線上遊戲」時，也會造成自我概念的變化。透過線上遊戲的角色扮演，個體能逃避現實生活中的角色限制，得到自我發揮的空間和安全感，不必過於擔心他人的評價，使原來在真實生活裡可能較為貧乏的自我形象，能在網路中獲得滿足（Wan & Chiou, 2006）。尤其當個體對自己的外型感到害羞或不自在時，網路更提供了可以放心探索親密情感的環境（Gackenbach & von Stackelberg, 2007），得到與人互動交流的機會，拾起部份的

自信心。

關於電腦使用與「學業表現及認知功能」之間的關係，Subrahmanyam、Kraut、Greenfield 及 Gross（2000）認為，青少年能藉著電腦獲取更多的教育資源，在排除了父母的教育程度和收入的影響之後，電腦使用程度仍與學業表現有正相關；另外，電腦遊戲也能增進認知能力，如「空間關係」、「視覺搜尋」和「視覺注意力」等。再加上目前因科技產業的發達，以及許多職業都需具備基本的電腦能力，使得此面向不僅對增進青少年的學業與認知能力有直接的關係，也影響未來的職業出路，亦使其對定位自我的重要性正逐漸增加中。

從上述的研究中可得知，一個嫻熟於使用電腦的青少年，除了電腦能力的精進，可以增加本身的信心之外，也提供了不同的認知刺激，而電腦的便利性與多元性，製造了多種與他人互動的可能，能滿足青少年人際關係的需求，也讓青少年有機會以不同於日常的方式呈現自己。但過度使用電腦、長時間沉溺在網路世界，也的確帶來許多負面的影響，例如學業退步、社交退縮、自我混淆、甚至網路成癮等問題（Wan & Chiou, 2006）。但本研究所著重的焦點，並非在電腦使用時之「頻率」、「方式」、「內容」等的分析和建議，而是將操作電腦的能力視為青少年自我認同中的一部份，探究此面向之自我認同確定性的程度，對情緒所造成的影響，以及對其他風險因子的緩衝效果。

根據以上的文獻回顧，本研究因而將青少年對於「電腦」的認同確定性置於「調節因子」的角色，先檢驗其做為資源因子的顯著性，再檢驗其做為保護因子於緩衝「低受歡迎確定性」、「低學業確定性」與「低外型確定性」這三種風險因子對於青少年憂鬱影響之效果。亦即預測在這三種風險因子與調節因子的組合對憂鬱的迴歸分析中，會發現在控制風險因子的主要效果之後，電腦加權確定性與風險因子的交互作用皆可顯著預測憂鬱。換言之，即使「受歡迎加權確定性」低的青少年其憂鬱程度較高，但若其同時具有較高之「電腦加權確定性」則可緩衝其憂鬱的程度。本研究也預測同樣的模式，會在「學業加權確定性」低與「外型加權確定性」低的青少年中顯現。

本研究另一個欲探討的重點為青少年之電腦能力確定性做為調節青少年之負向情緒的因子之性別差異。儘管過去大多數研究都顯示男生使用電腦的時間和頻率高於女生（Durkin & Barber, 2002; Subrahmanyam, et al., 2000），電腦確定性之緩衝效果似應較可能在青少年男生中看見；但隨著軟體工業開始針對女生設計遊戲，還有越來越多以和他人互動為主要功能的應用程式，電腦使用比例之男女差異正逐漸縮小中（Gross, et al., 2002; Subrahmanyam, et al., 2000），因此本研究暫不對電腦確定性做為上述各風險因子對憂鬱的調節因子是否有性別差異進行預測。

美術音樂

在台灣的教育環境裡，「美術」與「音樂」一直被視為「副科」，和其它與升學相關的學科相比，大多數的學生所投入的時間和精力較少，而學校也往往不太重視。但不可否認的這兩個「藝術」相關領域，對於人類心靈有著不可忽視的正面影響。

過去的研究顯示（Tarrant, North, & Hargreaves, 2000），青少年選擇聆聽音樂可以滿足社會與情感兩方面的需求：在社會需求的部份，青少年能藉著音樂為話題，與同儕產生更多互動，並得到接納與被喜愛；而在聆聽音樂的過程中所釋放的壓力和情感表達，以及在從事音樂活動時，所感受到的內在愉悅感都可滿足青少年的情緒需求。

Hansen 等人（2003）的研究指出，嘗試「美術」、「音樂」、「體育」、「服務性」等各種不同類型的活動，不但正是自我探索的過程，也使青少年在精進自己的技能中，培養出「朝目標努力邁進」的能力，也促進了其在情緒、認知、及肢體能力上的發展。此外，這些類型的活動也拓展了青少年的人際網路，學習到與同儕互動的技巧。後續的相關研究則發現，參與美術、音樂、舞蹈、劇團等表演藝術類（performing art）的活動，能特別讓青少年感受到在肢體能力（physical ability）上的進步，以及透過嘗試而獲得更多的自我了解（self-knowledge），了

解自己在不同情境下能力的限制(Hansen, et al., 2003)。Eccles 與 Barber(1999)的研究也顯示，參與表演藝術類的活動，對於學業表現與從事危險行為，都能產生正向保護的作用。

和過去的研究相比，本研究所探討的重點，是著重在形象認同確定性中的各面向對憂鬱程度所造成的直接與間接影響。這樣的測量，雖非調查青少年實際參與表演藝術類活動的經驗，但在「音樂美術加權確定性」高的青少年，一方面其高確定性往往是透過實際參與的經驗才能夠感受自己「朝目標邁進」及因涉入活動而增進的情緒、認知、肢體等方面的能力，另一方面其對自己在音樂美術類表現的高重視程度也反映了其對涉入這些領域的興趣與動機與對音樂美術的正向看法。本研究因此根據前述有關藝術參與可以增進人際能力(Hansen, et al., 2003)及學業表現(Eccles & Barber, 1999)研究結果，本研究因而將青少年對於「美術音樂」的認同確定性置於「調節因子」的角色，先檢驗其做為資源因子的顯著性，再檢驗其做為保護因子於緩衝「低受歡迎確定性」、「低學業確定性」這兩種風險因子對於青少年憂鬱影響之效果。在這兩種組合對憂鬱的迴歸分析中，預測將發現在控制風險因子的主要效果之後，美術音樂加權確定性之主要效果及其與風險因子的交互作用皆可顯著預測憂鬱。即使「受歡迎加權確定性」低的青少年其憂鬱程度較高，但若其同時具有較高之「美術音樂加權確定性」則可緩衝其憂鬱的程度。本研究也預測同樣的模式，會在「學業加權確定性」低的青少年中顯現。

本研究另欲探討美術音樂加權確定性之調節效果的性別差異。過去研究顯示女生參與藝術相關活動的比例高於男生(Eccles & Barber, 1999)，但對於藝術領域來說，在很多的情境下，雖然個體並沒有專注在學習或精進藝術能力，但透過浸淫在藝術氣氛的環境下，也可能產生對心理的影響，例如聆聽音樂可產生愉悅感。再者，雖然在一般印象中青少年女生在藝術領域所投入的時間較男生多，但男生其實也有許多接觸音樂與美術(如動畫)領域的機會。因此本研究推論美術音樂加權確定性對於各項風險因子預測憂鬱的調節效果，在青少年男生和女生的群體中都會出現。

用功

華人的教育環境裡，不論是父母或家長，都特別重視「努力」的概念。和西方文化強調辯證與提問的學習觀相比，深受孔夫子思想影響的東方文化，較看重努力學習的價值（Tweed & Lehman, 2002）。而台灣的學生不但視努力為學習的基礎，更認為勤奮是必須遵守的義務（Cheng, 2006）。能遵守勤奮義務的學生，會被認為是好學生，而且被老師所喜愛，且被認為是自我負責的（Fu, 2004，引自 Cheng, 2006）。在這樣的氛圍下，一個既重視用功且在用功面向上確定性高的學生，或許能從中得到對自我的肯定，認為自己符合了文化中賦予學習之實用價值與道德標準，而進一步可緩衝由「學業低確定性」風險因子而產生的憂鬱情緒。

根據以上的文獻回顧，本研究因而將青少年對於「用功」的認同確定性置於「調節因子」的角色，先檢驗其做為資源因子的顯著性，再檢驗其做為保護因子於緩衝「低學業確定性」此風險因子對於青少年憂鬱影響之效果。亦即預測在風險因子與調節因子的組合對憂鬱的迴歸分析中，會發現在控制風險因子的主要效果之後，用功加權確定性與風險因子的交互作用皆可顯著預測憂鬱。換言之，即使「學業加權確定性」低的青少年其憂鬱程度較高，但若其同時具有較高之「用功加權確定性」則可緩衝其憂鬱的程度。

總結

總結來說，本研究根據文獻回顧，針對四個不同面向的調節因子，提出個別對於不同風險因子之調節效果的假設。「體育加權確定性」預測能分別調節「受歡迎加權確定性」與「學業加權確定性」對於青少年憂鬱之影響；「美術音樂加權確定性」預測能分別調節「受歡迎加權確定性」與「學業加權確定性」對於青少年憂鬱之影響；「電腦加權確定性」能分別調節「受歡迎加權確定性」、「學業加權確定性」與「外型加權確定性」對於青少年憂鬱之影響；「用功加權確定性」

能調節「學業加權確定性」對於青少年憂鬱之影響。

除此之外，本研究亦欲透過地毯式搜索，提供學校輔導老師在實務工作時，對於特定的風險因子有效的調節機制。因此將有系統地探索屬於學校課程中之副科的調節因子（如體育、電腦、美術或音樂的加權確定性）或與學校生活息息相關的用功加權確定性對於介入各風險因子並降低憂鬱情緒的效果。本研究設定以上四個變項為調節因子的原因，就是因為他們都較有可能透過學校內進行的輔導方案而增進青少年的加權確定性。因此，雖然在過去的文獻回顧中，並沒有指出例如「體育確定性」對於低「經濟物質」的確定性有調節作用，但本研究仍會探究「體育加權確定性」做為「經濟物質加權確定性」預測憂鬱之資源因子及保護因子的效果，並依此類推一一檢驗這四個調節因子與各風險因子的兩兩配對。

綜上所述，本研究欲探討青少年形象認同重要性與確定性如何做為其憂鬱程度的風險因子與調節因子，並期望在認定對青少年憂鬱最有預測力的風險因子之外，也同時找出可對這些風險因子產生緩衝作用的資源因子或保護因子。本研究並特別以較可透過校園輔導系統改善青少年認同確定性的認同變項做為資源與保護因子的候選者，並一一探討這些因子對特定風險因子的調節效果。

如前所述，本研究的分析策略將分成兩個部份，第一部份的分析以確認風險因子為主。亦即在逐步迴歸分析之中納入性別及八個本研究所探討的形象認同面向之「加權確定性」作為預測變項，而依變項則為憂鬱指標。本研究預測，除了性別之外，「外型」、「學業」、「受歡迎」與「經濟物質」也會在逐步迴歸的公式中顯示出對於憂鬱的顯著預測力，而被認為最可預測青少年憂鬱的風險因子。

透過第一部份的逐步迴歸分析而認定了最能預測憂鬱的風險因子之後，第二部份的分析策略則將依序檢驗本研究所設定之調節因子對於這些風險因子與憂鬱之間的關係的調節效果，並一一檢驗它們做為資源因子或保護因子的顯著性。每個階層迴歸分析皆以憂鬱指標做為結果變項。第一階層先納入父親教育程度、母親教育程度、性別、與某特定風險因子做為控制變項。第二階層則納入「風險因子」與「性別」之交互作用項，如此可探究此特定風險因子對於不同性別的青

少年的憂鬱狀況的預測力是否相同。第三階層則納入所欲探討的調節因子，以此步驟檢驗此調節因子可否在特定風險因子引發憂鬱的過程中扮演「資源因子」的角色。第四階層則納入此調節因子與性別之交互作用項，以檢驗此調節因子做為資源因子的效果是否會有性別差異。在檢驗完此調節因子做為資源因子的效果及性別差異之後，第五與第六步驟則檢驗此調節因子做為保護因子的效果。亦即，第五階層納入特定風險因子與此調節因子之交互作用項，以檢驗此調節因子做為保護因子的效果。而第六階層則納入性別、風險因子與調節因子的三階交互作用項；以檢驗此保護因子的效果是否有性別差異。

若以本研究共預測有四個風險因子（外型、學業、受歡迎、及經濟物質之加權確定性）與四個調節因子（體育、美術音樂、電腦、用功之加權確定性）來說，本研究預估將共進行十六個階層迴歸分析。舉例來說，在「外型加權確定性」（風險因子）與「體育加權確定性」（調節因子）對青少年憂鬱的階層迴歸分析中，第一階層將放入「父親教育程度」、「母親教育程度」、「性別」與「外型加權確定性」。第二階層則納入「性別」與「外型加權確定性」之交互作用項，以檢驗「外型加權確定性」對於憂鬱的效果是否會依性別而有所不同。過去的研究大多顯示「外型」對於青少年女生來說會有較多的影響（Allgood-Merten, et al., 1990; Lord, et al., 1994），透過本研究的分析則可以檢驗男生對外型的加權確定性對憂鬱的預測力是否的確不如女生。在第三階層納入「體育加權確定性」，則可檢驗在排除了「外型加權確定性」對於青少年憂鬱的解釋力之後，是否仍能扮演「資源因子」的角色而顯著減緩青少年的憂鬱程度。在第四階層則納入性別與體育加權確定性之交互作用項。過去研究顯示男生對於體育的重視程度高於女生（Eccles & Harold, 1991）；而此步驟可檢驗「體育加權確定性」對於減緩憂鬱的效果，是否也會依性別而有所不同。第五階層納入「外型加權確定性」與「體育加權確定性」之交互作用項，亦即本步驟可檢驗在不考慮性別差異的情況下，是否青少年的體育加權確性能緩衝外型確定性對於憂鬱的影響，產生「保護因子」的作用。第六階層則納入性別、外型加權確定性與體育加權確定性之三階交互作用項，如果

此交互作用項達顯著，可進一步的探討，是否這樣的風險因子與保護因子配對之間的作用型態，具性別差異。

本研究將以高中生為受試者探討形象認同加權確定性對憂鬱的預測力，主要原因有二：第一，青少年隨著形式運思及抽象推理能力的進展，可逐漸了解到自己對特定面向的需求程度與自己對不同面向之目標、價值、信念、能力之確定感，這些認知歷程在高中階段的青少年會更趨成熟。陳坤虎等人（2005）即發現，較年長的青少年對於認同重要性與認同確定性有較佳之概念區隔，意即「加權確定性」的概念更適用於描述認知能力發展較為完善的高中青少年；第二，在台灣的教育制度下，從國中進到高中，學校環境轉換所帶來的影響，是遠比國小進入國中明顯的。經由篩選而入學的制度，一方面讓高中階段的同學來自多樣的地理區域，另一方面卻讓同校同學在學業成就上有較高的同質性，如此反而使高中生需打破自己於小學與國中階段在自己的學校或學區中所習慣的同儕地位及在學業或副科表現上的習慣性信念，而需重新思考自己的能力、價值與目標。換言之，臺灣高中階段的青少年，大都需面臨重新檢視自己對各個認同面向的確定感，也需要重新考量各面向對自己的重要性，而這樣的發展任務，也更有機會影響青少年的情緒甚或心理健康。

研究方法

一、受試者

本研究針對大台北不同學區、不同學業成就之四所高中之一年級的學生共計 40 班 1969 人（男生 1063 人，女生 906 人）進行大樣本施測。其中包括高中 A 女校（位於台北市中正區）十班，高中 B 男校（位於台北市中正區）十四班，高中 C 男女合班合校（位於台北市萬華區）六班，及高中 D 男女合班合校（位於台北縣）二十班。原始資料收集為陳坤虎等人（2007）

二、測量工具

本研究之測量工具分為兩大類：第一類為評量青少年之自我認同，包括「認同重要性量表」（第三版）（Questionnaire of Identity Importance, QII-III）及「認同確定性量表」（第三版）（Questionnaire of Identity Firmness, QIF-III）。第二類為測量青少年之憂鬱指標：其評量工具為「流行病學研究中心憂鬱量表」（CES-D）。其他同時施測的測量工具因不在本研究之分析範圍內，因此在本論文中不另做介紹。

1. 「認同重要性量表」（第三版）（QII-III）：QII-III 為改編自「認同重要性量表」之第一版（QII-I）與第二版（QII-II）。其目的為測量受試者在不同認同面向上對於定位自我之重要性的評估，也可反映出受試者的認同需求。量表以 Likert's scale 五點量尺評量，比如：認為「我的音樂表現」對於定位我自己或瞭解我是誰的重要程度，以不重要（一分）到極度重要（五分）評量之。修訂後的 QII-III 共計 30 題，其中包括 10 題個人認同、10 題社會認同、10 題形象認同的題目。本研究所測得之本量表的內部一致性信度為 .81。

2. 「認同確定性量表」(第三版)(QIF-III): QIF-III 為改編自「認同確定性量表」第一版(QIF-I)及第二版(QIF-II)。QIF-III 將「認同確定性」每個題項都先請受試者就正負兩種描述的偏向進行選擇,接著再以四點量表詢問其同意程度。如正向描述為「我可以接受自己的課業、學業表現」,而負向描述為「我無法接受自己的課業、學業表現」,若受試者認為他的狀態既非偏正向認同,亦非偏負向認同,則受試者可填「兩者皆不確定」,希望能藉此更能掌握青少年自我認同之特性。QIF-III 共計 30 題。其中包括 10 題個人、10 題社會、10 題形象認同的題目,其計分方式為受試者在第一層題目中勾選「正向」、「負向」或「兩者皆不確定」。若勾選「兩者皆不確定」者,不需回答第二層題目,確定性分數計為 0 分。若勾選「正向」或「負向」者,需繼續回答第二層題目,亦即勾選對此「正向」或「負向」題目的確定程度。確定程度從低至高分別為 25%、50%、75%、100%,計分為 1 至 4 分。配合在第一層所勾選的「正向」或「負向」,勾選正向確定性者,計分根據確定程度,由低至高分別為 +1 至 +4 分;而勾選負向確定性者,計分根據確定程度,由低至高分別為 -1 至 -4 分。故 QIF-III 之分數範圍從 -4~+4。而 QIF-III 與 QII-III 的各個題項內容互相平行,只是問法不同。本研究所測得之本量表的內部一致性信度為 .66。
3. 「流行病學研究中心憂鬱量表」(CES-D): CES-D 是設計用來測量社區樣本中之憂鬱症狀的自陳式問卷,共包含 20 題。此量表適用於一般人及臨床個案,分為負面情感(九題)、身心疲乏(五題)、人際關係(二題)、正面情感(四題)等四方面,共有二十題。此量表之作答方式為請受試者根據其過去一星期內的感覺或行為來填答,採四點量尺計分法,分別為零分,代表沒有或很少(一週內有一天或以下);一分代表偶爾有(一週內有二至三天);二分代表時常有(一週內有四至五天);三分代表經常有(一週內有六至七天),量表中第四、八、十二、十六題為反向計分。總分範圍為零到六十分,總分越高表示憂鬱程度越高,得分高於十六分者(包括

十六分)表示有憂鬱傾向。邱一峰(1996)曾以 CES-D 探討台灣的國中生(N=740)憂鬱傾向之相關因素,得到 CES-D 內部一致性信度為 .84。本研究所測得之本量表的內部一致性信度為 .88。

4. 基本資料:基本資料的內容包含了學校、性別(男生記錄為 1,女生記錄為 2)、父親教育程度與母親教育程度,父母親教程度之計分方式,是以父母個別接受學校正式教育之最高程度為計分標準,國小(含以下)計為 1 分,國中計為 2 分,高中(職)計為 3 分,大學(專)計為 4 分,研究所(含以上)計為 5 分。
5. 認同加權確定性:將每位受試在「認同重要性量表」與「認同確定性量表」之各個題項兩兩相乘而得到「加權確定性」之分數,分數範圍從 -20~+20 分。經合併與挑選題項後,進入後面分析之認同加權確定性共有八題,研究所測得的內部一致性信度為 .65





分析一：形象認同的加權確定性之逐步迴歸分析

結果

本研究所納入之形象認同各面向之認同確定性與認同重要性分數的平均值、標準差、全距、偏態及峰度見表 2-1。這些面向大都原屬於認同確定性與認同重要性量表之「形象認同分量表」中之題項，但另加入在「社會認同分量表」中之受歡迎程度的題項。此外，表 2-1 亦提供在形象認同分量表中對經濟、物質、美術、音樂、等四個面向分別測量的結果。由於經濟與物質兩個向度的確定性與重要性分數之相關值以及美術與音樂兩個向度的確定性與重要性分數之相關值皆高，因此後續分析仍依照本研究的初始設計，將經濟與物質的分數加總平均成為一個變項、亦將美術與音樂的分數加總平均成為一個變項。各面向之確定性分數、重要性分數與 CES-D 分數之簡單相關，請見表 2-2。

經過變項的整併後，本研究分析時所使用的各測量變項之平均值、標準差、全距、偏態及峰度見表 2-3。形象認同的八個面向的加權確定性、性別、父親和母親的教育程度與 CES-D 分數之間的簡單相關見表 2-4。各個面向的加權確定性和性別，都與 CES-D 分數達顯著相關。女生的憂鬱程度顯著高於男生；加權確定性的分數越高，憂鬱的程度則越低。

表 2-1

形象認同各面向的重要性與確定性之描述統計（包含受歡迎面向）。

	平均值	標準差	最小值	最大值	偏態(SE)	峰度(SE)
學業表現重要	3.56	1.07	1	5	-0.47 (.06)	-0.39 (.11)
受歡迎重要	3.71	0.93	1	5	-0.41 (.06)	-0.15 (.11)
外型重要	3.27	1.12	1	5	-0.22 (.06)	-0.60 (.11)
經濟物質重要	2.62	0.99	1	5	0.22 (.06)	-0.39 (.11)
體育表現重要	2.82	1.13	1	5	0.17 (.06)	-0.72 (.11)
電腦表現重要	2.83	1.10	1	5	0.18 (.06)	-0.59 (.11)
美術音樂重要	2.62	0.96	1	5	0.20 (.06)	-0.40 (.11)
用功表現重要	3.49	1.05	1	5	-0.34 (.06)	-0.46 (.11)
經濟狀況重要	2.66	1.12	1	5	0.29 (.06)	-0.56 (.11)
物質條件重要	2.58	1.01	1	5	0.23 (.06)	-0.30 (.11)
美術表現重要	2.54	1.08	1	5	0.36 (.06)	-0.48 (.11)
音樂表現重要	2.71	1.16	1	5	0.31 (.06)	-0.67 (.11)
學業表現確定	0.68	2.34	-4	4	-0.56 (.06)	-0.88 (.11)
受歡迎確定	1.61	1.44	-4	4	-0.69 (.06)	0.43 (.11)
外型確定	0.44	2.43	-4	4	-0.32 (.06)	-1.12 (.11)
經濟物質確定	1.74	1.97	-4	4	-0.93 (.06)	-0.20 (.11)
體育表現確定	0.89	2.48	-4	4	-0.59 (.06)	-0.98 (.11)
電腦表現確定	1.21	2.30	-4	4	-0.75 (.06)	-0.58 (.11)
美術音樂確定	0.87	1.99	-4	4	-0.49 (.06)	-0.49 (.11)
用功表現確定	-1.30	2.43	-4	4	0.62 (.06)	-0.85 (.11)
經濟狀況確定	1.98	2.19	-4	4	-1.21 (.06)	0.56 (.11)
物質條件確定	1.51	2.32	-4	4	-0.83 (.06)	-0.44 (.11)
美術表現確定	0.57	2.53	-4	4	-0.40 (.06)	-1.16 (.11)
音樂表現確定	1.17	2.40	-4	4	-0.70 (.06)	-0.70 (.11)

N=1969

表 2-2

形象認同重要性與確定性各面向之簡單相關（包含受歡迎面向）。

	CES-D	學業表現	受歡迎	外型	經濟物質	體育表現	電腦表現	美術音樂	用功表現	經濟狀況	物質條件	美術表現	音樂表現
CES-D	—	-.350***	-.374***	-.315***	-.228***	-.208***	-.164***	-.171***	-.284***	-.201***	-.196***	-.136***	-.140***
學業表現	.048*	—	.239***	.330***	.223***	.158***	.170***	.158***	.421***	.211***	.179***	.100***	.156***
受歡迎	.012	.190***	—	.198***	.102***	.243***	.109***	.157***	.161***	.096***	.083***	.105***	.150***
外型	.131***	.412***	.351***	—	.259***	.299***	.181***	.207***	.224***	.219***	.233***	.155***	.180***
經濟物質	.051*	.331***	.241***	.476***	—	.129***	.071**	.136***	.210***	.864***	.880***	.096***	.125***
體育表現	-.040	.253***	.193***	.346***	.297***	—	.194***	.167***	.117***	.109***	.115***	.099***	.173***
電腦表現	-.018*	.352***	.100***	.283***	.353***	.394***	—	.156***	-.002	.036	.087***	.095***	.158***
美術音樂	.002	.286***	.196***	.239***	.174***	.408***	.363***	—	.178***	.120***	.118***	.819***	.796***
用功表現	.059**	.545***	.148***	.226***	.179***	.208***	.267***	.249***	—	.191***	.177***	.146***	.142***
經濟狀況	.031	.305***	.212***	.414***	.933***	.270***	.326***	.172***	.168***	—	.521***	.091***	.103***
物質條件	.065**	.308***	.236***	.469***	.917***	.279***	.329***	.148***	.163***	.712***	—	.078**	.114***
美術表現	-.005	.260***	.158***	.197***	.150***	.280***	.342***	.849***	.242***	.156***	.119***	—	.305***
音樂表現	.009	.233***	.179***	.213***	.149***	.416***	.285***	.872***	.189***	.141***	.135***	.481***	—

註：對角線上半部為「認同確定性」各面向之相關，下半部為「認同重要性」各面向之相關；N=1949

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

表 2-3
全部測量變項之描述統計。

	平均值	標準差	最小值	最大值	偏態(SE)	峰度(SE)
CES-D	0.90	0.47	0	2.65	0.71(.06)	0.28(.11)
父親教育程度	3.44	1.01	0	5.00	- 0.51(.06)	- 0.08(.11)
母親教育程度	3.20	0.97	0	5.00	- 0.64(.06)	0.27(.11)
外型	0.91	8.86	- 20	20.00	- 0.42(.06)	- 0.26(.11)
學業	2.21	9.19	- 20	20.00	- 0.55(.06)	- 0.26(.11)
用功	- 4.12	9.33	- 20	20.00	0.49(.06)	- 0.30(.11)
體育	3.44	7.74	- 20	20.00	- 0.13(.06)	- 0.22(.11)
電腦	4.05	7.43	- 20	20.00	- 0.17(.06)	0.07(.11)
美術音樂	3.49	5.81	- 20	20.00	0.12(.06)	0.37(.11)
經濟物質	3.00	5.00	- 20	20.00	0.01(.06)	1.87(.11)
受歡迎	6.25	5.95	- 20	20.00	- 0.30(.06)	0.60(.11)

註：變項中的粗體字表示為「加權確定性」；N=1969



表 2-4

測量變項之間的簡單相關。

	CES-D	父親 教育程度	母親 教育程度	性別	學業	受歡迎	外型	經濟物質	體育	電腦	美術音樂	用功
CES-D	—											
父親 教育程度	.015	—										
母親 教育程度	.040	.685***	—									
性別	.074**	-.023	-.019	—								
學業	-.345***	.087***	.052*	-.014	—							
受歡迎	-.340***	.047*	.038	.028	.232***	—						
外型	-.303***	.060**	.075**	-.062**	.310***	.189***	—					
經濟物質	-.221***	.108***	.066**	-.026	.197***	.129***	.252***	—				
體育	-.204***	-.001	.007	-.083***	.162***	.278***	.287***	.133***	—			
電腦	-.159***	.032	-.014	-.172***	.182***	.108***	.150***	.104***	.190***	—		
美術音樂	-.168***	.084***	.103***	.164***	.165***	.198***	.183***	.131***	.185***	.185***	—	
用功	-.288***	.040	.038	.053*	.466***	.161***	.232***	.192***	.128***	.050*	.160***	—

註：預測變項中的**粗體**字表示為「加權確定性」，其中性別為男生記錄為 1，女生記錄為 2；N=1949

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

逐步迴歸分析結果見表 2-5，最後的迴歸方程式包含了十一個預測變項裡的九個，總共解釋了 25.4% 的憂鬱指標的變異量。「學業加權確定性」在步驟一進入迴歸方程式 (step1: $R^2 = .119$, $p < .001$)；「受歡迎加權確定性」在步驟二進入迴歸方程式 (step2: $R^2 = .190$, $p < .001$)，使迴歸式在預測 CES-D 分數時，多增加解釋了 7.1% 的變異量；「外型加權確定性」在步驟三進入迴歸方程式 (step3: $R^2 = .219$, $p < .001$)，使迴歸式多增加解釋了 3.0% 的變異量；「用功加權確定性」在步驟四進入迴歸方程式 (step4: $R^2 = .231$, $p < .001$)，使迴歸式多增加解釋了 1.2% 的變異量；「經濟物質加權確定性」在步驟五進入迴歸方程式 (step5: $R^2 = .239$, $p < .001$)，使迴歸式多增加解釋了 0.8% 的變異量；「母親教育程度」在步驟六進入迴歸方程式 (step6: $R^2 = .245$, $p < .001$)，使迴歸式多增加解釋了 0.6% 的變異量；「性別」在步驟七進入迴歸方程式 (step7: $R^2 = .250$, $p < .001$)，使迴歸式多增加解釋了 0.5% 的變異量。「美術音樂加權確定性」在步驟八進入迴歸方程式 (step8: $R^2 = .253$, $p < .01$)，使迴歸式多增加解釋了 0.3% 的變異量。「電腦加權確定性」在步驟九進入迴歸方程式 (step9: $R^2 = .254$, $p < .05$)，使迴歸式在預測 CES-D 分數中時，多增加解釋了 0.2% 的變異量。

由於逐步迴歸分析中發現性別為一預測憂鬱的顯著因子，因此在表 2-6 中呈現男生女生在 CES-D 與八個加權確定性面向分數之差異，亦於表 2-7 中呈現男生女生各自在 CES-D 與八個加權確定性面向分數之間的相關。

表 2-5

形象認同加權確定性預測憂鬱之逐步迴歸分析結果。

預測變項	Step1	Step2	Step3	Step4	Step5	Step6	Step7	Step8	Step9
1、學業	-.342***	-.279***	-.228***	-.174***	-.167***	-.168***	-.166***	-.162***	-.156***
2、受歡迎		-.274***	-.252***	-.246***	-.240***	-.242***	-.245***	-.237***	-.235***
3、外型			-.183***	-.171***	-.152***	-.156***	-.151***	-.144***	-.142***
4、用功				-.126***	-.116***	-.117***	-.123***	-.120***	-.123***
5、經濟物質					-.098***	-.102***	-.100***	-.096***	-.094***
6、母親教育程度						.080***	.081***	.086***	.084***
7、性別							.075***	.085***	.076***
8、美術音樂								-.058**	-.050*
9、電腦									-.046*
ΔR^2	.119***	.071***	.030***	.012***	.008***	.006***	.005***	.003**	.002*
R^2	.119***	.190***	.220***	.232***	.241***	.247***	.253***	.256***	.257***
Adjusted R^2	.118***	.189***	.219***	.231***	.239***	.245***	.250***	.253***	.254***

註：預測變項中的**粗體**字表示為「加權確定性」；表格內之係數為 β 值； $N=1949$

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

表 2-6

男生與女生在各加權確定性與CES-D分數之差異比較。

	男生		女生		顯著水準 <i>t</i> value
	平均值	標準差	平均值	標準差	
CES-D	0.86	0.47	0.93	0.47	- 3.23**
外型	1.39	9.11	0.30	8.50	2.72**
學業	2.28	9.52	2.09	8.81	0.45
用功	- 4.61	9.55	- 3.57	9.05	- 2.46*
體育	4.03	8.28	2.73	6.99	3.72***
電腦	5.23	7.73	2.70	6.80	7.63***
美術音樂	2.60	5.80	4.53	5.66	- 7.43***
經濟物質	4.14	6.16	3.82	5.60	1.20
受歡迎	6.09	6.02	6.44	5.88	- 1.29

註：預測變項中的粗體字表示為「加權確定性」；男生（*N*=1060），女生（*N*=905）

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

表 2-7

男生女生個別在測量變項之間的簡單相關。

	CES-D	外型	學業	用功	體育	電腦	美術音樂	經濟物質	受歡迎
CES-D	—	-.279***	-.347***	-.253***	-.180***	-.093**	-.173***	-.238***	-.341***
外型	-.312***	—	.346***	.234***	.213***	.098**	.232***	.314***	.186***
學業	-.339***	.282***	—	.470***	.129***	.136***	.199***	.234***	.219***
用功	-.323***	.236***	.465***	—	.103**	-.027	.131***	.190***	.114**
體育	-.215***	.331***	.181***	.148***	—	.187***	.237***	.155***	.262***
電腦	-.190***	.172***	.210***	.119***	.175***	—	.277***	.076*	.103**
美術音樂	-.189***	.169***	.154***	.174***	.179***	.176***	—	.174***	.215***
經濟物質	-.207***	.205***	.169***	.196***	.118***	.116***	.110***	—	.091**
受歡迎	-.343***	.196***	.242***	.197***	.294***	.122***	.177***	.157***	—

註：預測變項中的粗體字表示為「加權確定性」，對角線下半部為男生 (N=1059)，對角線上半部為女生 (N=904)

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

討論

本研究主張，個體對於自身整體的認同確定性，除了會與其在各認同面向的確定性之加總有關，也會依自己主觀判斷每個認同面向對其本身的重要性而決定此特定面向影響個體整體確定性、甚至其心理健康的程度。此外，在臨床與輔導的應用上，以同時納入重要性與確定性分數的「加權確定性」做為指標，會比只從確定性單一概念評估個體，更有助於研究者理解青少年自我認同對個體本身的意義。本研究基於這樣的理論概念，以認同加權確定性做為預測青少年憂鬱的指標。雖然過去研究自尊與自我價值的學者，曾對以加權的概念是否可增加對自尊的預測力存疑，但從以上表 2-2 與表 2-4 可知，形象認同各面向之加權確定性與憂鬱的相關，並非全部都比各面向確定性與憂鬱之相關來的低。在「用功」與「電腦」的面向中，加權確定性與憂鬱的相關數值更高於單純以確定性分數和憂鬱分數所求得的相關值。而在其他面向上，雖然加權確定性與憂鬱的相關數值低於單純以確定性分數和憂鬱分數所求得的相關值，但經過相關係數之差異檢定

(Fisher's z) 後，在各個面向亦皆無發現兩者有顯著差異。因此就統計層面來看，使用加權確定性進行後續分析，對於預測青少年憂鬱的效果並不差。

本研究所假設的四個風險因子：「外型加權確定性」、「受歡迎加權確定性」、「學業加權確定性」與「經濟物質加權確定性」，在逐步迴歸分析中都能顯著的預測憂鬱，且在逐步迴歸的前三步及第五步中被納入迴歸公式中，代表這四個面向確實為預測青少年憂鬱的重要危險因子，符合本研究之假設。

但本研究原先假定的調節因子，「用功加權確定性」、「美術音樂加權確定性」與「電腦加權確定性」，卻也在逐步迴歸中顯示為預測憂鬱之有效因子。「用功加權確定性」更是第四位進入迴歸式的變項，可見在華人的教育環境中，對於「用功」概念的重視度及其加權確定感，也在預測青少年憂鬱的形象認同面向中扮演了較重要的角色。過去研究的確發現，用功、努力的概念對於青少年的心理健康

有相當的影響：例如，責備努力的話語比責備能力的話語較傷害孩子的自我喜愛感（曾慧芸，2002），持「努力本質觀」亦即認為自己能夠努力的程度是固定的、無法再更努力的青少年會較為憂鬱（吳季珊，2006）。雖然依據以上的分析結果和文獻回顧，可以將「用功加權確定性」放在「風險因子」的位置繼續討論，但以本研究之目標為探討學校輔導工作中可實際介入、改善學生憂鬱的因子來看，「學業」與「用功」兩面向儘管都與學習表現相關，但哪一個面向的重要性與確定性對學生來說，是較有可能透過輔導介入而改善的，可能也是老師在擬定輔導計劃時的考量依據。Weiner（1985）的歸因理論認為，「能力」與「努力」皆屬於內控的歸因，是個體導致成功或失敗之內在因素，但「能力」歸因將失敗歸咎為個體本質的因素，屬於不可控；「努力」歸因則認為可以透過投入更多的努力，來改善下次作業的表現，屬於可控。「用功」此面向正代表了「努力」的概念，因此學校老師似乎更有機會從提高學生在「用功」方面的確定性，再配合讓學生感受到自己的勤勉能符合文化中的標準，進而提昇其整體之自我認同並因此減緩其它風險因子對的青少年情緒造成的影響。所以本研究仍然將「用功」納入後續調節因子的分析中。而同時也因為「用功加權確定性」確實為對憂鬱的逐步迴歸分析中較早被納入預測模式的因子，因此本研究也會嘗試將「用功」視為第五個風險因子，探究其它三個屬於學校「副科」的形象認同面向，對調節「用功確定性」與憂鬱之關係的作用。

而「美術音樂確定性」與「電腦加權確定性」，雖然在逐步迴歸分析中也達顯著，但相較於其它能顯著預測憂鬱的變項來說，其預測力較低，因此本研究後續仍將這兩個面向視為調節因子加以分析。

在逐步迴歸結果中，在四個本研究所假設的風險因子及用功加權確定性之後，被納入為可顯著預測憂鬱的兩個變項，分別是「性別」與「母親教育程度」。過去針對青少年憂鬱的研究中，也普遍發現女生的憂鬱的程度高於男生

（Allgood-Merten, et al., 1990; Beam, et al., 2002），在本研究中也得到同樣的結果。但本研究卻也意外發現「母親教育程度」與青少年憂鬱呈現正相關，亦即母親教

育程度愈高的高中生，欲容易有憂鬱的情緒。過去將父母教育程度作為社經地位之指標之一，探討青少年憂鬱情緒的研究中皆發現，父母親有較高的教育程度其子女的憂鬱是較低的（Goodman, 1999; Power, et al., 2002），但本研究卻得到相反的結果，可能在台灣升學主義當道且重視學業表現的教育環境下，家長的教育程度越高，反而給了青少年子女更大的課業壓力，而母親又大多是家中對於子女的主要照顧者，因此才會出現母親的教育程度能顯著預測青少年憂鬱程度之結果。

綜合來說，從本研究之逐步迴歸的結果可知，青少年對於學業、同儕關係、外型、努力、經濟物質的重要性與確定性的覺知，是與其憂鬱狀態緊密相關的因子。也就是在探討青少年的心理健康時，這五個形象認同的面向，是不容忽視的風險因子，值得做為青少年輔導工作時主要關注的焦點。而在本研究的第二部份，也正是針對這五個風險因子，繼續探討是否其它形象認同面向，能對這些風險因子影響憂鬱的程度產生調節作用。



分析二：形象認同的加權確定性之風險因子與 調節因子階層迴歸分析

結果

在進行階層迴歸分析前，本研究採用 Aiken 與 West (1991) 的建議，將所有要檢驗交互作用的加權確定性變項都轉換成 Z 分數，代替集中化的轉換 (mean centered)，降低「預測變項與其交互作用項有高相關」的共線性問題。

下面將以五個「風險因子」之加權確定性 (學業、受歡迎、外型、經濟物質與用功) 為段落的單位，分別呈現本研究所設定的四個「調節因子」(體育、電腦、美術音樂、用功) 之加權確定性對風險因子預測憂鬱時產生的調節作用。而用功加權確定性，除了一方面將以調節因子的角度對其進行調節效果的分析之外；另一方面則根據上述逐步迴歸的結果，也將其視為風險因子，進行體育、電腦及美術音樂的加權確定性對於「用功加權確定性」預測憂鬱的調節作用之分析。

「學業加權確定性」與各調節因子預測憂鬱之階層迴歸分析

階層迴歸分析結果見表 3-1。在排除各控制變項後，第二步驟納入之學業加權確定性與性別之交互作用不顯著。第三步驟分別納入四個調節因子的主要效果，結果發現四個調節因子的主要效果都分別達顯著：「體育加權確定性」($\beta = -.148$, $p < .001$)、「美術音樂加權確定性」($\beta = -.136$, $p < .001$)、「電腦加權確定性」($\beta = -.090$, $p < .001$)、「用功加權確定性」($\beta = -.170$, $p < .001$)。這四個面向之加權確定性分數越高，越不憂鬱；亦即在「學業加權確定性」對於憂鬱的負面影響中，四個調節因子都扮演了「資源因子」的角色。第四步驟納入之調節因子與性別的交互作用，在四個資源因子的分析中，「性別」與「用功加權確定性」的交互作用($\beta = .132$, $p < .05$)，所增加的解釋變異量為 0.1% ($\Delta R^2 = .001$, $p = .068$)，達顯著邊緣。圖 3-1 顯示，在用功加權確定性較低時，男生女生的憂鬱程度很接近，但在用功確定性較高時，男生的負向情緒低於女生。

第五步驟納入風險因子與調節因子的交互作用項，在對四個調節因子的公式中，「學業加權確定性」與「體育加權確定性」之交互作用達顯著($\beta = .046$, $p < .05$)，所增加的解釋變異量為 0.2% ($\Delta R^2 = .002$, $p < .05$)，兩變項之間的關係見圖 3-2。

「學業加權確定性」越低的青少年，憂鬱程度會越高，但他們卻可藉著在體育活動領域中較高的確定性，減緩本身因學業確定性低而對情緒所造成的負面影響；亦即體育確定性扮演了學業確定性低引發較負面的情緒之保護因子的角色。而第六步驟納入學業加權確定性、性別與各調節因子之三階交互作用項時，發現對四個調節因子的分析公式無一顯著。亦即，在第五步驟中所顯示之體育確定性可減緩學業確定性引發憂鬱之效果，並未發現性別之特定性。

表 3-1

風險因子（學業）與調節因子（體育、美術音樂、電腦與用功）預測憂鬱之階層迴歸分析結果。

預測變項	憂鬱											
	體育			電腦			美術音樂			用功		
	ΔR^2	Adj. R^2	β	ΔR^2	Adj. R^2	B	ΔR^2	Adj. R^2	β	ΔR^2	Adj. R^2	β
Step1	.127***	.125***		.127***	.125***		.127***	.125***		.127***	.125***	
父親教育程度			.011			.011			.011			.011
母親教育程度			.052†			.052†			.052†			.052†
性別			.070**			.070**			.070**			.070**
風險因子			-.347***			-.347***			-.347***			-.347***
Step2	.000	.125***		.000	.125***		.000	.125***		.000	.125***	
風險因子 x 性別			-.050			-.050			-.050			-.050
Step3	.021***	.146***		.008***	.132***		.017***	.142***		.022***	.147***	
調節因子			-.148***			-.090***			-.136***			-.170***
Step4	.000	.145***		.001	.133***		.000	.142***		.001†	.148***	
調節因子 x 性別			-.008			.107			.034			.132†
Step5	.002*	.147***		.001	.133***		.001	.142***		.000	.148***	
風險因子 x 調節因子			.046*			.023			.023			.008
Step6	.001	.147***		.001	.133***		.000	.142***		.000	.148***	
性別 x 風險因子 x 調節因子			.070			-.079			.067			.050

註：預測變項中的**粗體**字表示為「加權確定性」，其中性別為男生記錄為 1，女生記錄為 2，每一個預測變項之 β 值為此變項第一次進入方程式時之數值，陰影部份為驗證本研究之假設的結果
 *** $p < .001$, ** $p < .01$, † $p < .10$

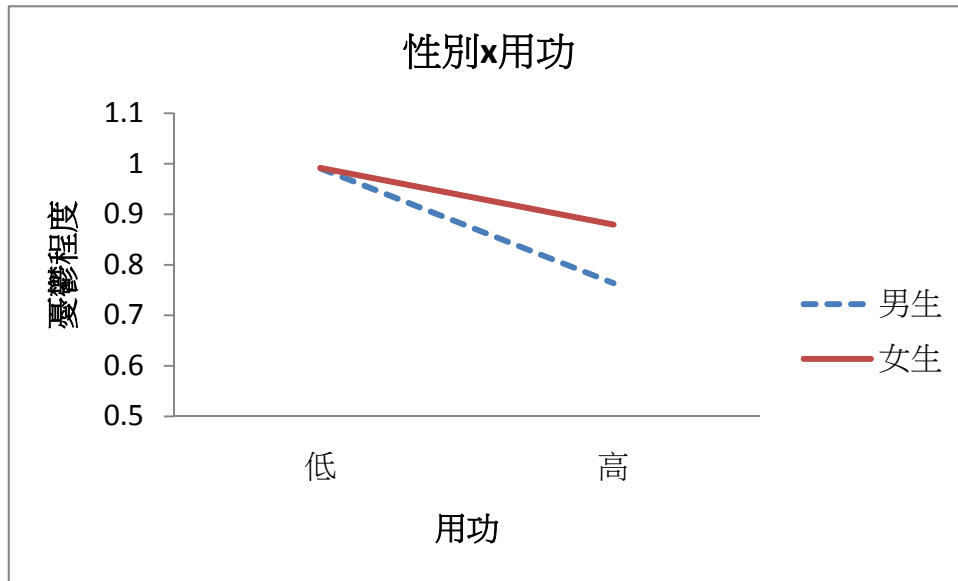


圖 3-1：性別與用功加權確定性預測憂鬱之交互作用關係圖。

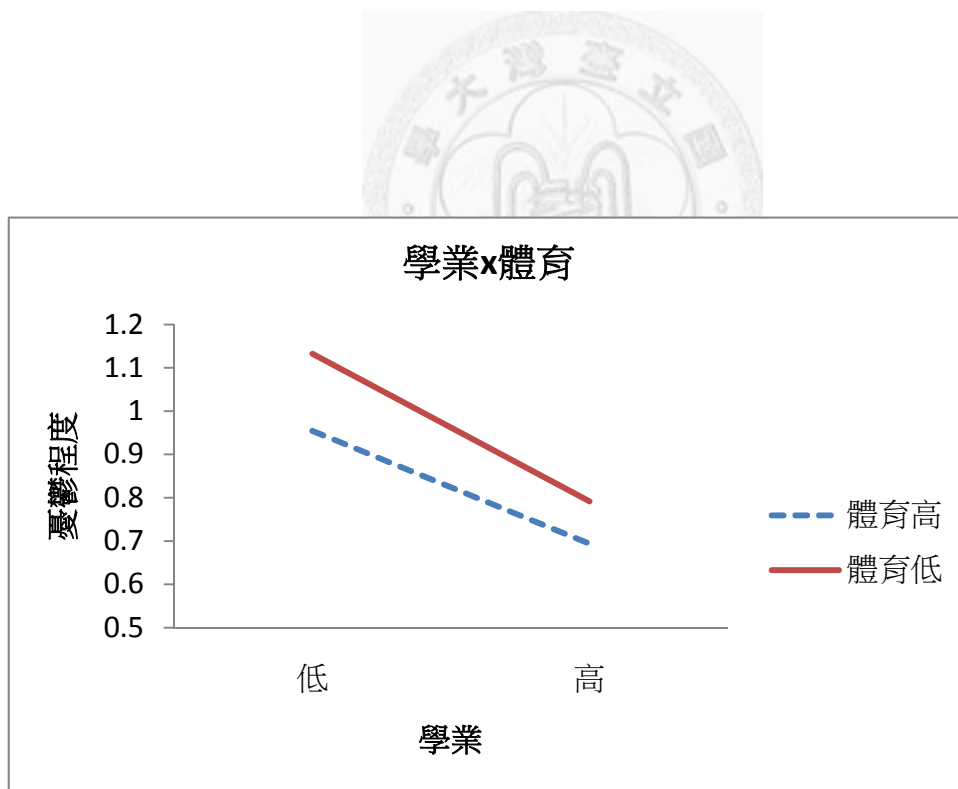


圖 3-2：學業加權確定性與體育加權確定性預測憂鬱之交互作用關係圖。

「受歡迎加權確定性」與各調節因子預測憂鬱之階層迴歸分析

階層迴歸分析結果見表 3-2，第二步驟納入之受歡迎加權確定性與性別之交互作用不顯著。第三步驟納入之各調節因子的主要效果，結果發現四個調節因子的主要效果都分別達顯著：「體育加權確定性」($\beta = -.112, p < .001$)、「美術音樂加權確定性」($\beta = -.128, p < .001$)、「電腦加權確定性」($\beta = -.111, p < .001$)、「用功加權確定性」($\beta = -.247, p < .001$)。青少年在這四個面向之加權確定性分數越高越不憂鬱；亦即在「受歡迎加權確定性」對於憂鬱的負面影響中，四個調節因子都扮演了「資源因子」的角色。第四步驟納入之調節因子與性別的交互作用中，「性別」與「電腦加權確定性」之間的交互作用達顯著 ($\beta = .129, p < .05$)，所增加的解釋變異量為 0.2% ($\Delta R^2 = .002, p < .05$)，兩變項之間的關係圖見 3-3，電腦加權確定性的程度高低對女生的憂鬱的解釋力較低；電腦確定性高低對預測男生的憂鬱程度則有較明顯的差異，男生在電腦確定性較高時，其憂鬱程度較低。第五步驟納入風險因子與調節因子的交互作用項，在對四個調節因子預測憂鬱的公式中，共有三組交互作用達顯著。首先是「受歡迎加權確定性」與「體育加權確定性」之交互作用達顯著，所增加的解釋變異量為 0.4% ($\beta = .064, \Delta R^2 = .004, p < .01$)，兩變項之間的關係見圖 3-4。；「美術音樂加權確定性」所增加的解釋變異量為 0.3% ($\beta = .053, \Delta R^2 = .003, p < .05$)，兩變項之間的關係圖見 3-5；「用功加權確定性」所增加的解釋變異量為 0.3% ($\beta = .053, \Delta R^2 = .003, p < .05$)，兩變項之間的關係圖見 3-6。三個交互作用的圖例都顯示相同的圖示，「受歡迎加權確定性」越低的青少年，憂鬱程度會越高，但卻可藉著在體育活動領域與美術音樂領域中較高的確定性，或對於自己用功程度的確定性，減緩本身因受歡迎確定性低而對情緒所造成的負面影響，亦即體育確定性、美術音樂確定性與用功確定性扮演了受歡迎確定性低引發較負面情緒之保護因子的角色。

而第六步驟納入受歡迎加權確定性、性別與各調節因子之三階交互作用項時，發現對四個調節因子的分析公式無一顯著。亦即在第五步驟中所顯示之體育確定性、美術音樂確定性與用功確定性可減緩受歡迎確定性引發憂鬱之效果，並未發現性別之特定性。

表 3-2

風險因子（受歡迎）與調節因子（體育、美術音樂、電腦與用功）預測憂鬱之階層迴歸分析結果。

預測變項	憂鬱											
	體育			電腦			美術音樂			用功		
	ΔR^2	Adj. R^2	β	ΔR^2	Adj. R^2	β	ΔR^2	Adj. R^2	β	ΔR^2	Adj. R^2	β
Step1	.125***	.124***		.125***	.124***		.125***	.124***		.125***	.124***	
父親教育程度			-.009			-.009						-.009
母親教育程度			.061*			.061*						.061*
性別			.084***			.084***						.084***
風險因子			-.344***			-.344***						-.344***
Step2	.000	.123***		.000	.123***		.000	.123***		.000	.123***	
風險因子 x 性別			-.003			-.003						-.003
Step3	.011***	.134***		.012***	.134***		.015***	.138***		.059***	.182***	
調節因子			-.112***			-.111***				-.128***		-.247***
Step4	.000	.134***		.002*	.136***		.000	.138***		.000	.182***	
調節因子 x 性別			.012			.129*				.033		.052
Step5	.004**	.137***		.001	.136***		.003*	.140***		.003*	.184***	
風險因子 x 調節因子			.064**			.025				.053*		.053*
Step6	.000	.137***		.001	.136***		.000	.140***		.001	.184***	
性別 x 風險因子 x 調節因子			.013			-.083				-.062		-.095

註：預測變項中的**粗體**字表示為「加權確定性」，其中性別為男生記錄為 1，女生記錄為 2，
 每一個預測變項之 β 值為此變項第一次進入方程式時之數值，陰影部份為驗證本研究之假設的結果
 *** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$, † $p < .10$

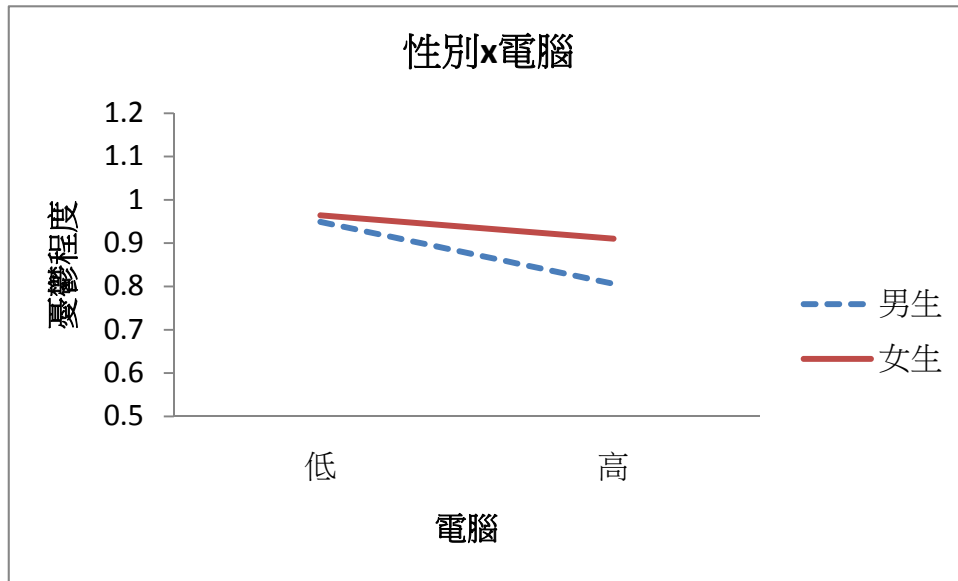


圖 3-3：性別與電腦加權確定性預測憂鬱之交互作用關係圖之一。

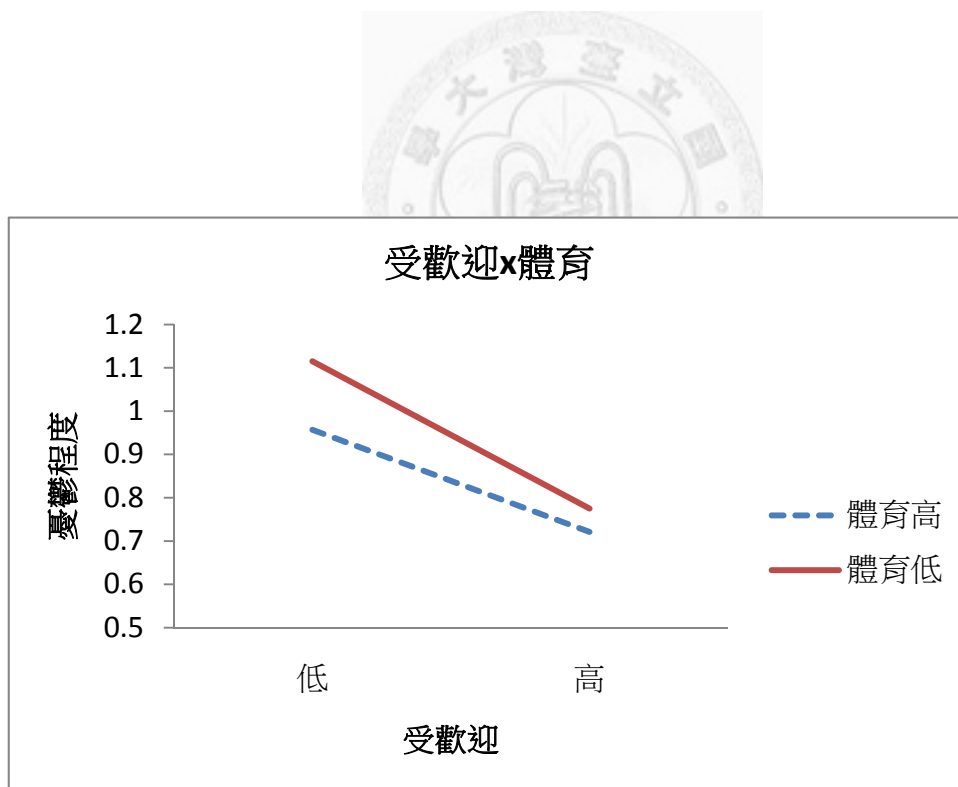


圖 3-4：受歡迎加權確定性與體育加權確定性預測憂鬱之交互作用關係圖。

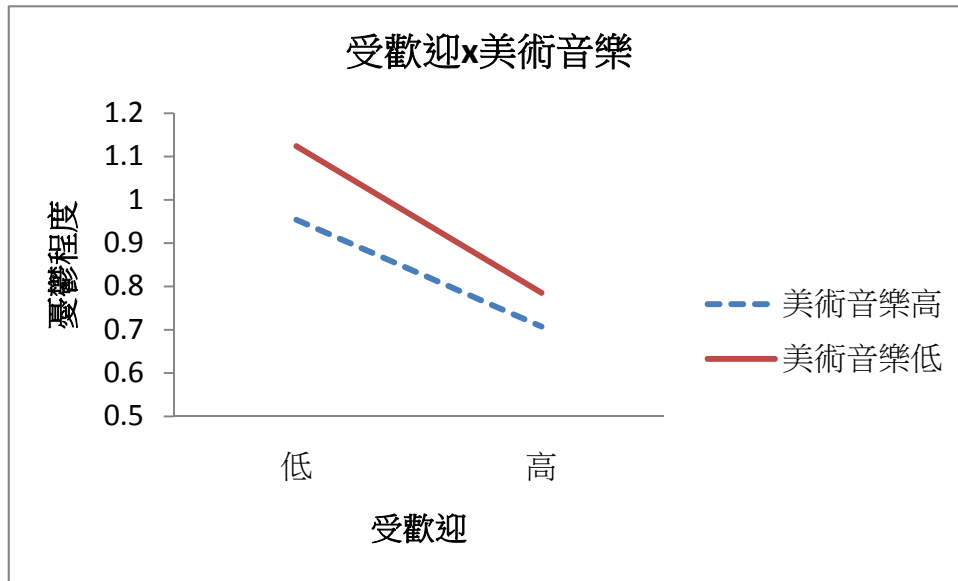


圖 3-5：受歡迎加權確定性與美術音樂加權確定性預測憂鬱之交互作用關係圖。

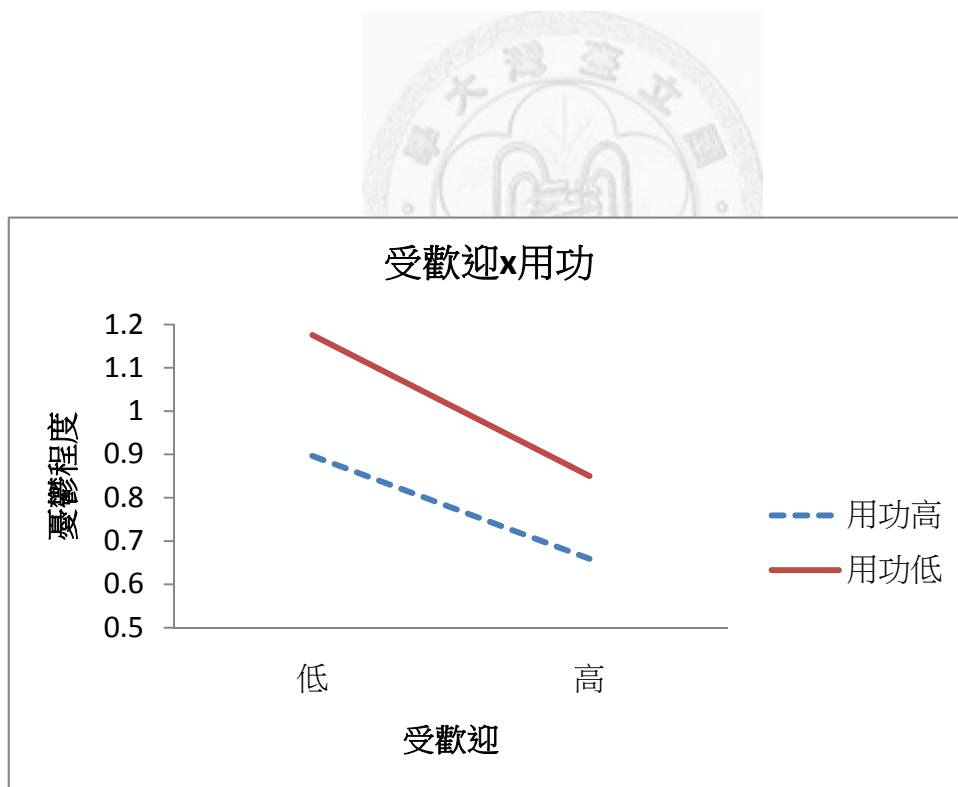


圖 3-6：受歡迎加權確定性與用功加權確定性預測憂鬱之交互作用關係圖。

「外型加權確定性」與各調節因子預測憂鬱之階層迴歸分析

階層迴歸分析結果見表 3-3。母親教育程度、性別、及外型加權確定性可顯著預測青少年之憂鬱，一如之前的逐部迴歸結果。在排除這些控制變項後，第二步驟納入之外型加權確定性與性別之交互作用不顯著。第三步驟分別納入各調節因子，結果其主要效果都達顯著：「體育加權確定性」($\beta = -.124, p < .001$)、「美術音樂加權確定性」($\beta = -.138, p < .001$)、「電腦加權確定性」($\beta = -.108, p < .001$)、「用功加權確定性」($\beta = -.237, p < .001$)。在這四個面向中皆為加權確定性的分數越高越不憂鬱，亦即在「外型加權確定性」對於憂鬱的負面影響中，四個調節因子都扮演了「資源因子」的角色。第四步驟納入之調節因子與性別的交互作用，在四個資源因子的分析中都不顯著。

第五步驟納入風險因子與調節因子的交互作用項，在對四個調節因子的公式中無一顯著。而第六步驟納入風險因子、調節因子、與性別之三階交互作用項，唯一接近顯著的是「性別」、「外型加權確定性」與「電腦加權確定性」的三階交互作用 ($\Delta R^2 = .001, \beta = -.110, p = .094$)。為瞭解此接近顯著的三階交互作用之方向性，因此進一步將各變項分組，除了將性別區分為「男生」、「女生」兩組，亦將外型加權確定性與電腦加權確定性分別以大於+1 個標準差、小於-1 個標準差的方式，分成高、低組。圖 3-7 顯現了在男生組中，高「電腦加權確定性」，有額外減緩低「外型加權確定性」對情緒之負向效果的趨勢。圖 3-8 則顯示電腦確定性對低外型確定性的女生沒有額外減緩憂鬱情緒的效果。

表 3-3

風險因子（外型）與調節因子（體育、美術音樂、電腦與用功）預測憂鬱之階層迴歸分析結果。

預測變項	憂鬱											
	體育			電腦			美術音樂			用功		
	ΔR^2	Adj. R^2	β	ΔR^2	Adj. R^2	β	ΔR^2	Adj. R^2	β	ΔR^2	Adj. R^2	β
Step1	.099	.097***		.099	.097***		.099	.097***		.099	.097***	
父親教育程度			-.019			-.019			-.019			-.019
母親教育程度			.076*			.076*			.076*			.076*
性別			.056*			.056*			.056*			.056*
風險因子			-.304***			-.304***			-.304***			-.304***
Step2	.000	.096***		.000	.096***		.000	.096***		.000	.096***	
風險因子 x 性別			.014			.014			.014			.014
Step3	.014***	.110***		.011***	.107***		.018***	.114***		.053***	.152***	
調節因子			-.124***			-.108***			-.138***			-.237***
Step4	.000	.110***		.001	.108***		.000	.113***		.001	.152***	
調節因子 x 性別			-.034			.102			.027			.080
Step5	.001	.110***		.001	.108***		.000	.113***		.000	.152***	
風險因子 x 調節因子			.023			.030			-.008			.009
Step6	.001	.110***		.001†	.109***		.000	.113***		.001	.153***	
性別 x 風險因子 x 調節因子			.078			-.110†			.051			.083

註：預測變項中的粗體字表示為「加權確定性」，其中性別為男生記錄為 1，女生記錄為 2，
 每一個預測變項之 β 值為此變項第一次進入方程式時之數值，陰影部份為驗證本研究之假設的結果
 *** $p < .001$, * $p < .05$, † $p < .10$

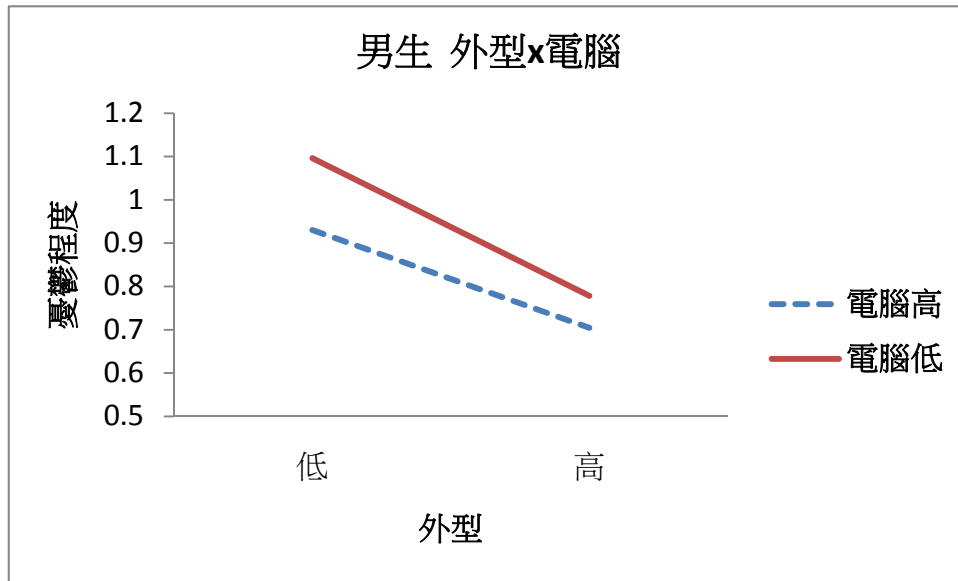


圖 3-7：男生之外型加權確定性與電腦加權確定性預測憂鬱之交互作用關係圖。

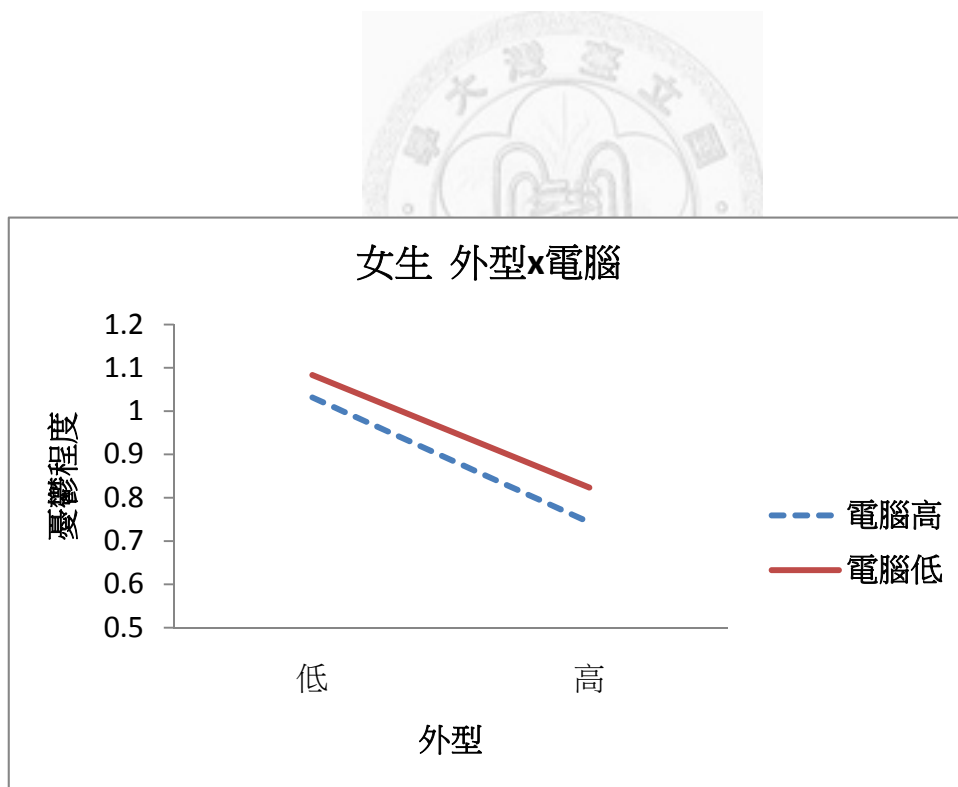


圖 3-8：女生之外型加權確定性與電腦加權確定性預測憂鬱之交互作用關係圖。

「經濟物質加權確定性」與各調節因子預測憂鬱之階層迴歸分析

階層迴歸分析結果見表 3-4，第二步驟納入之經濟物質加權確定性與性別之交互作用不顯著。第三步驟納入之各調節因子的主要效果，結果發現四個調節因子的主要效果都分別達顯著：「體育加權確定性」($\beta = -.173, p < .001$)、「美術音樂加權確定性」($\beta = -.164, p < .001$)、「電腦加權確定性」($\beta = -.129, p < .001$)、「用功加權確定性」($\beta = -.262, p < .001$)。青少年在這四個面向中之加權確定性的分數越高，越不憂鬱，亦即在「經濟物質加權確定性」對於憂鬱的負面影響中，四個調節因子都扮演了「資源因子」的角色。第四步驟納入之調節因子與性別的交互作用中，「性別」與「電腦加權確定性」之間的交互作用接近顯著，所增加的解釋變異量為 0.2% ($\beta = .128, \Delta R^2 = .002, p = .065$)，兩變項之間的關係圖見 3-9。電腦加權確定性的程度高低對女生的憂鬱的解釋力較低；電腦確定性高低對預測男生的憂鬱程度則有較明顯的差異，男生在電腦確定性較高時，其憂鬱程度較低。

第五步驟納入風險因子與調節因子的交互作用項，在對四個調節因子的公式中皆未達顯著，代表沒有任何一個調節因子在「經濟物質加權確定性」對於憂鬱的負面影響中，能產生保護因子的作用。第六步驟納入經濟物質加權確定性、性別與各調節因子之三階交互作用項時，發現四個調節因子的分析公式也無一顯著。

表 3-4

風險因子（經濟物質）與調節因子（體育、美術音樂、電腦與用功）預測憂鬱之階層迴歸分析結果。

預測變項	憂鬱											
	體育			電腦			美術音樂			用功		
	ΔR^2	Adj. R^2	β	ΔR^2	Adj. R^2	β	ΔR^2	Adj. R^2	β	ΔR^2	Adj. R^2	β
Step1	.056***	.054***		.056***	.054***		.056***	.054***		.056***	.054***	
父親教育程度			.003			.003			.003			.003
母親教育程度			.054†			.054†			.054†			.054†
性別			.069**			.069**			.069**			.069**
風險因子			-.223***			-.223***			-.223***			-.223***
Step2	.001	.055***		.001	.055***		.001	.055***		.001	.055***	
風險因子 x 性別			-.081			-.081			-.082			-.081
Step3	.029***	.084***		.016***	.070***		.025***	.080***		.066***	.120***	
調節因子			-.173***			-.129***			-.164***			-.262***
Step4	.000	.083***		.002	.072***		.000	.079***		.001	.121***	
調節因子 x 性別			.025			.128†			.036			.098
Step5	.000	.083***		.000	.071***		.001	.080***		.001	.121***	
風險因子 x 調節因子			.002			.018			.034			.026
Step6	.000	.082***		.001	.072***		.000	.080***		.000	.121***	
性別 x 風險因子 x 調節因子			.046			.078			.040			.053

註：預測變項中的粗體字表示為「加權確定性」，其中性別為男生記錄為 1，女生記錄為 2，

每一個預測變項之 β 值為此變項第一次進入方程式時之數值*** $p < .001$, ** $p < .01$, † $p < .10$

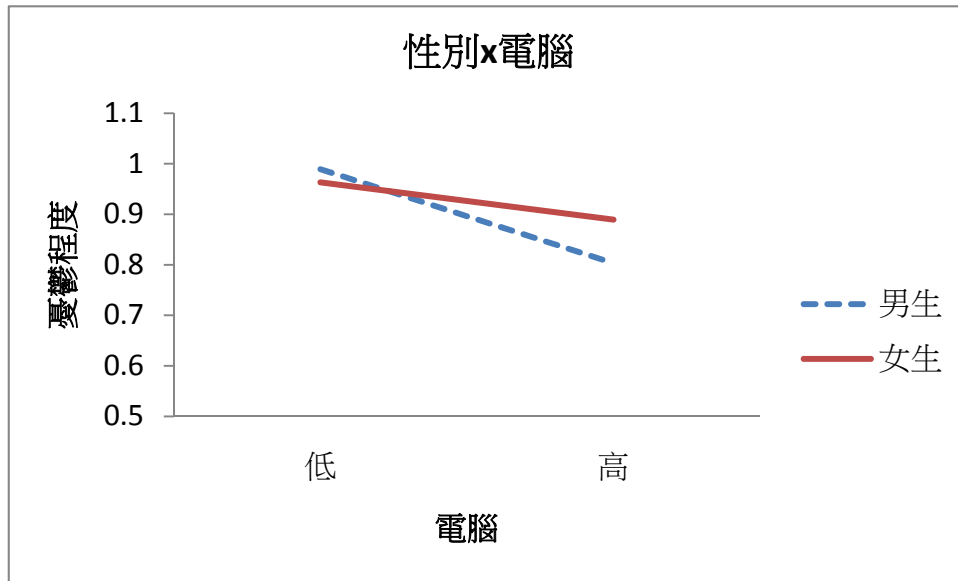


圖 3-9 性別與電腦加權確定性預測憂鬱之交互作用關係圖之二。



「用功加權確定性」與各調節因子預測憂鬱之階層迴歸分析

階層迴歸分析結果見表 3-5，第二步驟納入之用功加權確定性與性別之交互作用不顯著。第三步驟納入調節因子的主要效果，結果發現其他三個本研究設定之調節因子的主要效果都分別達顯著：「體育加權確定性」($\beta = -.163, p < .001$)、「美術音樂加權確定性」($\beta = -.149, p < .001$)、「電腦加權確定性」($\beta = -.130, p < .001$)。這三個面向之加權確定性的分數越高越不憂鬱，亦即在「用功加權確定性」對於憂鬱的負面影響中，三個調節因子都扮演了「資源因子」的角色。而對第四步驟調節因子與性別之交互作用的分析則都未達顯著。

第五步驟納入風險因子與調節因子的交互作用項，在對三個調節因子的公式中皆未顯著，代表沒有任何一個調節因子在「用功加權確定性」對於憂鬱的負面影響中，能產生保護因子的作用。第六步驟納入用功加權確定性、性別與各調節因子之三階交互作用項時，發現三個調節因子的分析公式也無一顯著。



表 3-5

風險因子（用功）與調節因子（體育、美術音樂與電腦）預測憂鬱之階層迴歸分析結果。

預測變項	憂鬱								
	體育			電腦			美術音樂		
	ΔR^2	Adj. R^2	β	ΔR^2	Adj. R^2	β	ΔR^2	Adj. R^2	β
Step1	.094***	.092***		.094***	.092***		.094***	.092***	
父親教育程度			-.015			-.015			-.015
母親教育程度			.063*			.063*			.063*
性別			.090***			.090***			.090***
風險因子			-.295***			-.295***			-.295***
Step2	.002	.092***		.001	.092***		.001	.092***	
風險因子 x 性別			.083			.083			.083
Step3	.026***	.118***		.016***	.108***		.021***	.113***	
調節因子			-.163***			-.130***			-.149***
Step4	.000	.117***		.000	.108***		.000	.112***	
調節因子 x 性別			-.017			.065			-.019
Step5	.000	.117***		.000	.108***		.000	.112***	
風險因子 x 調節因子			.013			-.003			.017
Step6	.000	.117***		.001	.108***		.000	.112***	
性別 x 風險因子 x 調節因子			-.034			-.104			-.007

註：預測變項中的**粗體**字表示為「加權確定性」，其中性別為男生記錄為 1，女生記錄為 2，每一個預測變項之 β 值為此變項第一次進入方程式時之數值

*** $p < .001$,

討論

在分析二中，本研究根據所設定之四個風險因子，並加入意外發現的風險因子（用功確定性），一一檢驗每一個調節因子對於各個風險因子在預測憂鬱時，可否作為資源因子或保護因子的角色。研究結果顯示，四個調節因子（體育加權確定性、美術音樂加權確定性、電腦加加權確定性與用功加權確定性），分別都能在各個風險因子預測憂鬱時，發揮資源因子的作用。而本研究所假設的特定調節因子對於特定風險因子之緩衝作用，亦即與風險因子的交互作用，有部份達顯著，能扮演保護因子的角色。

例如：「體育加權確定性」對於五個風險因子在預測青少年憂鬱時，都能扮演「資源因子」的角色。Eccles（2009）的研究中便指出，對個體來說較為重要及主要的認同面向，其相關的活動也會被青少年賦予較高的價值，使個體會更有動機去從事這些行為，進而影響個體在此活動中能力的發展。在推估體育加權確定性愈高（亦即較認為體育能力重要，也較認為可接受自己的體育能力的青少年），應愈有動機參與體育活動，且愈參與體育活動也愈有可能提昇自己的體育加權確定性的前提下，這個結果與過去研究發現體育活動對於青少年心理健康會有正向的助益（Fisher & Madson, 2007; Fredricks & Eccles, 2006; Shaw, et al., 1995）的結果一致。如同本研究所假設的，此正向的助益效果沒有性別差異。雖然在一般印象中會認為「體育」是屬於男生的活動，男生也確實從事體育活動的時間較長，且本研究也的確發現男生的體育加權確定性分數顯著高於女生，但 Shaw 等人（1995）卻闡明女生從體育活動中，反而更能得到挑戰自我的機會。這或許也是讓男生女生之體育加權確定性對憂鬱有類似的解釋力的原因。

本研究所假設之體育加權確定性能緩衝「學業加權確定性」與「受歡迎加權確定性」對於憂鬱的影響也獲得支持，顯示在青少年成長的過程中，體育除了具有強健身體的功能，青少年對體育的重視程度以及對自我體育能力的接受程度其

實對於心理層面的影響也不容忽視。在體育領域的自我確定感，對青少年來說是排除了學業確定性之外，仍可獲得的自我認定來源（資源因子）。從本研究逐步迴歸的結果來看，體育確定性雖無法取代學業確定性做為減少青少年負向情緒的預測因子，卻仍對學業確定性低的青少年有特殊的效果。體育與學業加權確定性的交互作用圖顯示，體育加權確定性可以彌補青少年在學業表現中失去的自我確定感。這個彌補的過程，或是藉由體育增加了同儕互動的機會，或是因好的體育表現而得到讚許，都能間接或直接減少青少年的負向情緒。

而「電腦加權確定性」對於五個風險因子在預測青少年憂鬱時，也都能扮演「資源因子」的角色。青少年越能接受自己在電腦面向上的表現，並認可這種能力的重要性，也許正代表了個體越能夠透過電腦，達到現代青少年在使用電腦時的幾項重要目的（Durkin & Barber, 2002; Gross, et al., 2002; Subrahmanyam, et al., 2000），如人際互動、維繫友誼、展現自我與查詢資訊等，進而減低了憂鬱程度。而本研究結果也同時顯示，此正向的助益效果在對不同風險因子的迴歸式中，有部份顯示出顯著或接近顯著之性別差異；亦即男生之電腦加權確定性比女生更可做為受歡迎加權確定性及經濟物質加權確定性在預測憂鬱時的資源因子。

這樣的結果，可能與「電腦」是男性青少年較嫻熟也較普遍的領域有關。男性青少年是線上遊戲的主要消費者（Willoughby, 2008），網路有關的話題自然成為青少年男生之間在閒聊時的主題，電腦確定性高的男生，可能較有意願在如此的場合中展現自己。男生對電腦的相關知識，不論在操作、軟體使用、甚至硬體上的熟稔度，也會使他們成為同儕間談論到電腦問題時諮詢的對象或修理電腦的專家，進而在團體中找到自己的定位。這些因素都可解釋為何「電腦加權確定性」作為「受歡迎加權確定性」之資源因子，對青少年男生的效果是較為明顯的。同樣地，在「經濟物質加權確定性」的部份，目前資訊產業的工作，在實際職場中的情況以及社會大眾的印象裡，皆以男性居多（Zarrett, 2005），男生若能在電腦相關領域的自我接受度高，可能比女生更容易以電腦行業做為其對未來職涯規劃的選項，而在青少年階段若有較高的職涯認同，對科技行業所帶來的經濟與

物質的保障的想像，或許便是男生比女生在以電腦加權確定性做為經濟物質確定性預測憂鬱的資源因子時有更正向的效果的原因。

本研究另假設電腦加權確定性能緩衝「學業加權確定性」、「外型加權確定性」與「受歡迎加權確定性」對於憂鬱的影響。但僅發現男生的電腦加權確定性對於「外型加權確定性」預測憂鬱有接近顯著的緩衝效果。網路的匿名性，對於那些對自己外型感到害羞或缺乏自信的男生，或許提供了可以放心展現自己甚至探索親密情感的環境，而不必過於擔心他人的評價（Gackebach & von Stackelberg, 2007; Wan & Chiou, 2006）。上述的緩衝效果似乎也可用以說明在台灣目前俗稱「宅男」的社會文化現象。一般社會大眾所認知的「宅男」，在外表上是較為髒亂且不擅於打扮的，且連休閒娛樂或是聊天互動都會選擇待在電腦前面進行，或許也正是因為他們對於自己外型的低確定性，因而才會選擇使用網路做為間接進行社會互動的媒介，來滿足自己在情感與社會互動方面的需求。儘管從研究結果來看，對電腦表現的確定性，的確能減緩男生在外型上低確定性對憂鬱造成的影響，但畢竟每個個體都需透過實際互動才能真正學習人際相處，若男生透過電腦確定性緩衝低外型確定性的機制確如上述，則此機制對於青少年的情緒是否有長久的正向助益或僅為暫時性的，是下一個值得繼續探討的議題。

相對而言，本研究發現「電腦加權確定性」不能像「體育加權確定性」一樣對於學業確定性所造成的憂鬱產生保護因子的作用。這可能與「電腦確定性」高的青少年，比起「體育確定性」高的青少年，較缺少在學校情境中展現並肯定自己的機會，例如「網頁競賽」或「軟體設計」是近幾年才在校園漸漸風行，而「線上遊戲」的比賽又較偏向娛樂性質，使得對大多數低學業確定性的青少年來說，較難因為很能接受自己的電腦表現，而得到因學業不夠理想而產生的負面情緒。本研究也沒有發現「電腦加權確定性」可緩衝受歡迎確定性對憂鬱的影響。電腦或許提供了青少年與他人線上互動的機會，但本研究的結果顯示，青少年對電腦的確定性仍無法完全取代青少年與他人實際接觸的需求、或大幅改變青少年對自身社會接納度的看法。

至於對「美術音樂加權確定性」在五個風險因子預測青少年憂鬱時，所扮演的角色之分析中，也發現其皆可擔任顯著的「資源因子」的角色。如同 Eccles (2009) 研究中所提出的論述，本研究認為美術音樂加權確定性愈高（亦即較認為美術或音樂能力重要，也較認為可接受自己的美術音樂能力的青少年），也可能會愈有動機參與美術音樂領域的活動；而愈參與美術音樂活動，也就愈有可能提昇自己的美術音樂加權確定性。亦即本研究所發現之美術音樂加權確定性可做為各項風險因子之有效的資源因子的結果，與過去研究發現美術音樂活動本身對於青少年心理健康會有正向的助益（Hansen, et al., 2003; Tarrant, et al., 2000）的結果也相符。此外，雖然女生參與藝術相關活動的比例高於男生（Eccles & Barber, 1999），本研究也發現男生之美術音樂加權確定性顯著低於女生，但如同本研究所假設的，美術音樂的加權確定性在直接減緩各個風險因子對於心理健康的負向影響的效果上都沒有性別差異。亦即，雖然男生的美術音樂確定性普遍較低，但其做為憂鬱之資源因子的效果卻沒有小於女生。美術音樂確定性在青少年男生的憂鬱情緒上所扮演的角色，可類比至體育確定性對青少年女生的憂鬱情緒之影響的相似機制。一方面可能青少年男生亦如女生一般可從美術音樂活動中，得到挑戰自我的機會，並因而舒緩負向情緒。另外一個可能的原因，是藝術相關活動有調劑身心和抒解壓力的功能，對於不論男生女生，都能發揮正面的影響力。即使男生從事這些藝術活動的時間比較少、或確定性較低，但只要能增進在此領域的加權確定性，似乎一樣具有減低負面情緒的功效。

除了做為本研究所界定之五個風險因子的資源因子，本研究所假設之美術音樂加權確定性能緩衝「學業加權確定性」與「受歡迎加權確定性」對於憂鬱的影響，發揮保護因子的作用，則只在對「受歡迎加權確定性」之緩衝功能的分析上得到支持。受歡迎加權確定性較低的青少年，若有較高的美術音樂確定性，可能較易認為，即使目前對自己受歡迎的確定性較低，卻可透過美術音樂的參與或表現而增進同儕互動或獲得同儕的肯定。也或許有些青少年在此階段以投入特定的美術音樂活動為主要的生活重心，對於同儕關係的關注較一般青少年不在意，因

而能從美術音樂之加權確定性進一步獲得負向情緒之緩解。

相對而言，本研究發現「美術音樂加權確定性」不能像「體育加權確定性」一樣對於學業確定性所造成的憂鬱產生保護因子的作用。這可能與在學校的情境脈絡中，「體育確定性」高的青少年比「美術音樂確定性」高的青少年可以獲得更多肯定自己的確定性的機會有關。亦即，青少年不論是參加「體育校隊」或是學校所舉辦的各類型「體育比賽」如「運動會」、「球賽比賽」，甚或是在班上的體育活動中，都有機會展現自己的體育能力，並從客觀的體育成績中（如：跳多遠、跑多快）不斷確認自己，進而補強在學業表現中失去的自信心。但相對的，學校裡的美術音樂領域雖然也提供了類似的機會，例如「合唱比賽」、「繪畫比賽徵件」等，但機會仍是比較少的，且較無客觀標準，青少年也較無法從頻繁的客觀回饋中認定自己的美術音樂確定性，因此才無法針對「學業加權確定性」對於憂鬱的影響也有保護因子的作用。

最後，「用功加權確定性」對於四個風險因子在預測青少年憂鬱時，也都能扮演「資源因子」的角色。若能符合華人社會中重視「勤奮、努力」的文化傳統，不論是在哪一個危險因子影響憂鬱的情境下，用功面向的確定性越高、憂鬱程度都會越低。而「用功加權確定性」與「性別」之交互作用，只有在以「學業加權確定性」預測憂鬱的迴歸式中達顯著：亦即在排除學業確定性的影響後，在「高用功加權確定性」的情況下，男生的憂鬱程度較女生低。一般而言在學習情境中，男生普遍是較不用功的，從比較男女生之用功加權確定性的分數也發現，女生的分數顯著高於男生，但儘管女生擁有較高的用功確定性，憂鬱程度卻不會隨著本身是屬於較能接受自己用功表現的群體，而有所下降，可見「用功」此面向對於青少年女生是有獨特影響力的。

在調節因子與風險因子交互作用的部份，本研究所假設用功加權確定性對於風險因子之緩衝作用（風險因子低確定性的情境下，高用功確定性使憂鬱下降），只有在用功加權確定性緩衝「受歡迎加權確定性」對於憂鬱的預測力之迴歸式中獲得支持，卻沒有在緩衝「學業加權確定性」對憂鬱的預測力之迴歸式中顯現。

亦即青少年因學業確定性低而引發的負向情緒，不能靠較高的用功確定性而撫平內心的挫折，考試分數與名次，這些客觀且具體的評判標準，對於青少年的心理仍是有很大的影響。此研究結果其實也給了教師重要的訊息，對於無法接受自己課業表現的學生來說，以鼓勵其用功表現的方式，對於減少憂鬱的效果可能是有限的。對青少年來說，用功是否仍需要在分數上實質的進步，才能加以認可自己的用功表現，值得後續的研究深入探討。而在探索「用功加權確定性」可否緩衝其它風險因子確定性的部份，本研究發現可以緩衝受歡迎確定性，或許是因為較可接受自我之用功程度可讓受歡迎確定性低的個體覺得受到同儕的尊重，因而減低其憂鬱情緒。



綜合討論

本研究欲探討兩個問題分別為：在形象認同各個面向中，什麼是最能影響青少年憂鬱的風險因子；以及，是否有其它形象認同面向，可調節風險因子對青少年憂鬱的負向作用。並希望研究結果能對於學校裡從事輔導的實務工作者，在處理青少年情緒問題時提供參考。

陳坤虎等人（2007）以認同重要性、認同確定性、認同落差等概念所設計的個別介入與團體治療方案裡，強調介入的目的，一是要幫忙青少年「瞭解」而非改變「認同重要性」，因為個體主觀的價值觀，在青少年階段已開始漸漸穩固，以致各認同面向對滿足個體需求的重要程度不容易於短時間內有明顯改變；二是藉由教導「合理的想法」與「問題解決的方法」，來提高青少年之認同確定性。換言之，認同確定性為在輔導方案中可透過實際操作而改善個體之自尊或情緒問題的重要著力點。然而，青少年對各認同面向的確定性仍賦予不同程度的意義，而其差異性往往又來自對於特定面向的需求(重要性)的人際間與個體內的差異。因此本研究特別提出「加權確定性」的概念，將「認同確定性」與「認同重要性」分數相乘，使每一面向的確定性，都依各自的重要性有不同的加權比重，如此便能夠更清楚掌握目前青少年的生活脈絡裡，各形象認同的面向高低在青少年心中的地位，並由此探討各面向之加權確定性與憂鬱之間的關係。

分析一的結果與過去的研究以及大多數實務工作者的輔導經驗相符合，「外型」、「學業」與「受歡迎」之加權確定性是最能預測青少年憂鬱之風險因子，而「經濟物質」與「用功」之加權確定性也為有效預測憂鬱的因子。這些風險因子若能在輔導青少年時被優先處理，則應可在調整青少年的負向情緒上獲致最有效的助益；亦即教師若觀察到學生當中，有出現特別無法確定與接受自己在這些風險因子面向上的表現或狀態時（例如無法接受自己的外型，或學業表現），則需要特別留意此學生的情緒反應。換言之，若能以直接且有效的方法，針對低加權

確定性的風險因子進行輔導，當然會是最有效率的介入模式。但在實際操作上，並不是每個風險因子都容易經由諮商、晤談或支持鼓勵便能改善或提升其確定性，也因此才需要從分析二中，探究是否有其它調節因子能產生正面的助益，增加在輔導時可著手的切入點。除此之外，因為這些風險因子已證實對青少年的心理健康有很大的影響，如果學生在某一面向上有很高的確定性（例如很接受自己的學業表現，或是在班上的人緣等），教師也可以藉由肯定學生在這些面向上的自我接受度，協助學生建立自信、找到自己的優點，或是拉近與學生之間的距離等。上述都是在輔導工作的場域中，可以將本研究之結果加以應用的方式。

綜合比較分析二的研究結果，在風險因子當中，有最多資源因子與保護因子的面向，是「受歡迎加權確定性」。除了四個調節因子都能以資源因子的角色提供「受歡迎加權確定性」預測憂鬱的正向助益，還有「體育」、「美術音樂」與「用功」等面向之加權確定性，能以緩衝因子的角色對「低受歡迎加權確定性」的個體的憂鬱情緒有所幫助。這樣的結果可顯示，在處理青少年人際互動的問題時，除了可以透過訓練溝通技巧或培養同理心等方法直接介入青少年的同儕互動品質之外，增加青少年在各活動類別裡對自己表現的接受程度，也能間接地使人際社會因素所造成的憂鬱降低。

相較之下，在分析一中最能預測青少年憂鬱的「學業加權確定性」，除了四個調節因子所提供之資源因子的正向助益，只有「體育加權確定性」能緩衝因「低學業加權確定性」對憂鬱產生的影響，在高度重視學業表現的台灣教育情境中，這可能代表了某種警訊；亦即在目前的教育氛圍下，能稍微動搖低學業確定性青少年的憂鬱症狀的形象認同面向，僅有同時具有高體育加權確定性此一種途徑而已。換言之，處於無法接受自己學業表現之心態、又覺得學業對自己有相當重要性的青少年，即使在美術音樂、電腦的加權確定性高，或甚至對自我的用功確定性高，這些調節因子對其負向情緒上的彌補都是有限的。

而對於「外型加權確定性」與「經濟物質加權確定性」來說，同樣的，四個調節因子都能個別提供資源因子的正向助益，但就保護因子的角度來看，只有「電

腦加權確定性」能緩衝「外型加權確定性」對憂鬱的影響，並且此趨勢只在男生中出現。比較這兩個風險因子與其它風險因子（受歡迎、學業與用功之加權確定性）之間的差異，經濟物質加權確定性難免與家中的經濟狀況有關，而外型加權確定性也往往無法與現今社會文化中之審美既定標準脫勾，且身材高挑、容貌俊美等潮流中既定的外型標準比學業（有不同學科）、體育（有不同運動項目）、音樂美術（有不同類型的藝術活動）等面向都更為僵化，而若想靠符合潮流來增加對外表的自信心，又需要充裕的經濟條件來購買衣物、服飾或化妝品。換言之，青少年長期身處的經濟與物質條件，或其既有的外型特性，似較難由青少年自身控制或輔導介入的角度來改變。而本研究發現這兩個風險因子又大都無法透過保護因子緩衝具有低加權確定性的個體。因此，雖然這兩個風險因子只在逐步迴歸結果中排名第四與第五，外型及經濟物質加權確定性較低的青少年仍是值得學校輔導單位監控與關心的對象。

綜合分析二全部的結果，在本研究根據過去文獻以及為了在輔導場域中實際應用而建立的保護因子之假設中，雖然只有稀少的顯著結果，但四個調節因子（體育加權確定性、美術音樂加權確定性、電腦加加權確定性與用功加權確定性），分別都能在各個風險因子（外型加權確定性、學業加權確定性、受歡迎加權確定性、經濟物質加權確定性與用功加權確定性）預測憂鬱時，發揮「資源因子」的作用，對青少年的心理健康有正向的預測。這四個資源因子之中，「體育」、「美術音樂」與「電腦」三個面向，是青少年日常生活中經常從事的活動類型，也是學校課程中的副科。顯示鼓勵青少年的「多元發展」，對於心理健康皆是有所助益的，這樣的研究結果與過去的文獻相符（Eccles, et al., 2003; Hansen, et al., 2003）。

在八個形象認同面向中，比較特別的是「用功加權確定性」。在分析一的結果裡，用功加權確定性可以顯著的預測憂鬱，並且是第四位進入迴歸式的變項，在考量華人文化重視「努力」概念的氛圍下，用功加權確定性對於憂鬱的影響是可想見的。從表 2-1 也能得知，在各認同面向之加權確定性的平均值中，用功加

權確定性的平均值是唯一的負數，代表一般青少年其實相當不能接受自己在用功上的表現。但如果就「用功」本身的涵義來看，每天分配在讀書上的時間、上課時專注的聽講，這些用來定義「用功」的行為，卻都是個體只要願意投入與嘗試，都能在「用功」面向上有所進步的準則，而不像「體育」、「學業」等面向，自我的接受程度往往與實際表現（考試分數、測驗成績等）無法完全脫勾。Kandel 等人（1988）的研究中，認為研究者可就其對某變項所重視的部份，到底是其所帶來的風險或其所具有的保護功能，而決定此變項的角色。在本研究中就是採取此觀點看待「用功」面向。依不同的研究問題，而將「用功」視為「風險因子」或是「調節因子」。

本研究雖盡量以大樣本施測，以獲取青少年認同加權確定性及憂鬱的全貌，但在樣本特性上仍有所限制。亦即本研究所施測的四所高中，雖然各有不同屬性，升學排名也有差異，但在類型上仍都是屬於升學取向的學校，並且位在課業壓力最大的台北市區，對於「學業」與「用功」自然會較為重視。因此本研究之結果或許在應用於以升學為主要訴求的高中會較為適合；至於是否可類化至不以學業為導向的職業學校，則仍需後續探討。因此期望在後續的研究中，可針對不同類型、區域的學校施測，以便能了解不同族群，不同地區的青少年，在其特有的生活脈絡中之各個形象認同面向彼此之間在影響心理健康層面時的作用方式。

此外，本研究所施測的四所學校仍然在升學排名上有顯著差異，有兩所學校為升學表現十分優異的前段學校，另兩所則或為仍以升學為主要目標之社區型高中、或為在升學考量之餘另具培養特殊人才功能的公立綜合高中。為了解在不同型態的學校中，是否青少年之形象認同與憂鬱之關係也會有所不同，甚而影響本研究結果的應用範圍，因此本研究亦將四所學校依升學排名再區分為「升學型」（ $N = 943$ ）及「社區型」（ $N = 1003$ ）兩種類型，各包含了兩所學校，並分別對這兩種類型的受試進行同樣的分析流程，此部份的研究結果見附錄四與附錄五。分析結果發現，在風險因子的部份，逐步迴歸的結果與全體之分析結果相同，不論是在哪一類型的學校，「學業」、「受歡迎」、「外型」、「經濟物質」與「用功」

都是在高中階段，最能影響青少年憂鬱的風險因子。但在調節因子的部份，各個調節因子能對於哪一個風險因子影響憂鬱時產生緩衝效果，則發現在不同類型的學校間出現了差異。舉例來說，對於「升學型」學校的女生來說，「體育加權確定性」可分別緩衝「學業加權確定性」、「受歡迎加權確定性」與「外型加權確定性」對憂鬱的影響。但在「社區型」學校的分析結果中，「體育加權確定性」只能緩衝「學業加權確定性」對憂鬱的影響。探究差異的原因，或許與學校文化有關，本研究所施測之升學型女校，雖然有很高的升學排名，但學校的整體傳統便是讓學生投入許多體育活動，配合紮實的體育課程、熱鬧的校園體育競賽，以及優異的體育代表隊表現，使「體育」在這所升學型學校的校園文化裡，有著很重要的地位，也因此在此情境下，「體育」能扮演較多風險因子之保護因子。亦即本研究發現，可預測升學型與社區型學校中的青少年之憂鬱的風險因子與調節因子差異不大，但各學校的文化與特色，反而可能是影響青少年健康的重要因子，並可能對青少年在自我認同與憂鬱之間的關係，產生不同的影響。這是值得在後續研究中繼續探討的。

除此之外，本研究雖然透過階層迴歸策略，顯示可調節風險因子對憂鬱的效果之資源因子與保護因子，但各因子之間的作用機制，卻無法以目前的研究方法窺知。後續的研究，建議可以選擇特定的緩衝作用，納入其它相關的影響因素，作更深入的探討。以「電腦」緩衝「外型」對於憂鬱的影響為例，是因為網路的隱匿性給了對外型較缺乏自信的青少年有了與他人互動的信心？是因為先對自己的外型沒信心，才增加了使用網路互動的動機？還是因為網路滿足了人際的需求，而漸漸的不需太注重自己的外在？若能確切的了解青少年在這些面向上的確定性與情緒之間的連動機制，在處理青少年問題上應會有更明確的方向。

最後，過去研究（陳坤虎等人，2005）發現，隨著生理與心理的發展越來越成熟，青少年似乎越不再需要從外在條件等形象因素來瞭解、肯定自己。在青少年中、晚期，「個人認同」與「社會認同」與心理健康的關係更為密切（陳坤虎等人，2007）。但因為形象認同各個面向比「個人認同」與「社會認同」中的面

向更符合青少年的生活脈絡，因此更可成為對青少年進行輔導的著力點。本研究以形象認同為主要探討重點，自有其應用價值。在後續針對青少年的中、晚期之認同與心理健康之關係的研究中，「個人認同」與「社會認同」，將會是不可忽視的重要認同內容。



參考文獻

- 邱一峰 (1996)。「國中生憂鬱傾向及相關因素之研究；性別、年級、家庭狀況、鬱卒、憂鬱與尋求幫助、自殺傾向之關係」(未發表之碩士論文)。國立政治大學教育研究所，台北市。
- 吳季珊 (2006)。「努力本質觀對華人青少年憂鬱情緒之預測力」(未發表之碩士論文)。國立台灣大學心理學研究所，台北市。
- 陳坤虎、雷庚玲、吳英璋 (2005)。不同階段青少年之自我認同內容及危機探索之發展差異。「中華心理學刊」，47，249-268。
- 陳坤虎、雷庚玲、吳英璋 (2007)。「認同重要性、認同確定性、及認同差概念之生態效度：青少年自我認同介入方案之療效分析」(未發表之博士論文)。國立台灣大學心理學研究所，台北市。
- 陳坤虎、雷庚玲、宋維村、吳英璋 (印製中) (2010)。認同重要性、認同確定性及認同落差概念之生態效度：青少年自我認同個別介入方案之療效評估。「中華心理學刊」。
- 曾慧芸 (2002)。「負向言語對國中心學生自我效能、自我喜愛及關係品質之影響」(未發表之碩士論文)。國立台灣大學心理學研究所，台北市。
- Aiken, L. s., & West, S. G. (1991). *Multiple regression: Testing and interpreting interactions*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications, Inc.
- Allgood-Merten, B., Lewinsohn, P. M., & Hops, H. (1990). Sex differences and adolescent depression. *Journal of Abnormal Psychology, 99*(1), 55-63.
- Beam, M. R., Gil-Rivas, V., Greenberger, E., & Chen, C. (2002). Adolescent problem behavior and depressed mood: Risk and protection within and across social contexts. *Journal of Youth and Adolescence, 31*(5), 343-357.

- Bowker, A. (2006). The relationship between sports participation and self-esteem during early adolescence. *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue Canadienne Des Sciences Du Comportement*, 38(3), 214-229.
- Cheek, J. M. (1989). Identity orientations and self-interpretation. In D. M. B. N. Canter (Ed.), *Personality psychology: Recent trends and emerging directions* (pp. 275-285). New York: Springer-Verlag.
- Cheek, J. M., & Briggs, S. R. (1982). Self-consciousness and aspects of identity. *Journal of Research in Personality*, 16(4), 401-408.
- Dekovic, M. (1999). Risk and protective factors in the development of problem behavior during adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 28(6), 667-685.
- Durkin, K., & Barber, B. (2002). Not so doomed: Computer game play and positive adolescent development. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 23(4), 373-392.
- Eccles, J. S. (Writer) (2009). Who Am I and What Am I Going to Do With My Life? Personal and Collective Identities as Motivators of Action [Article], *Educational Psychologist*: Taylor & Francis Ltd.
- Eccles, J. S., & Barber, B. L. (1999). Student council, volunteering, basketball, or marching band: What kind of extracurricular involvement matters? *Journal of Adolescent Research*, 14(1), 10-43.
- Eccles, J. S., Barber, B. L., Stone, M., & Hunt, J. (2003). Extracurricular Activities and Adolescent Development. *Journal of Social Issues*, 59(4), 865-889.
- Eccles, J. S., & Harold, R. D. (1991). Gender differences in sport involvement: Applying the Eccles' expectancy-value model. *Journal of Applied Sport Psychology*, 3(1), 7-35.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity : Youth and crisis*. New York: Norton.

- Field, T., Diego, M., & Sanders, C. (2001). Adolescent depression and risk factors. *Adolescence*, 36(143), 491-498.
- Fisher, L. A., & Madson, M. N. (2007). "Put me in, Coach" : the psychology of sport and physical activity for young adolescents. In V. A. A. Steven B. Mertens, Jr. & Micki M. Caskey (Ed.), *The young adolescent and the middle school*. Charlotte, N. C.: Information Age Pub.
- Fredricks, J. A., & Eccles, J. S. (2006). Is extracurricular participation associated with beneficial outcomes? Concurrent and longitudinal relations. *Developmental Psychology*, 42(4), 698-713.
- Gackebach, J., & von Stackelberg, H. (2007). *Self online: Personality and demographic implications*. San Diego, CA: Academic Press; US.
- Goodman, E. (1999). The role of socioeconomic status gradients in explaining differences in US adolescents' health. *American Journal of Public Health*, 89(10), 1522-1528.
- Gross, E. F., Juvonen, J., & Gable, S. L. (2002). Internet use and well-being in adolescence. *Journal of Social Issues*, 58(1), 75-90.
- Hansen, D. M., Larson, R. W., & Dworkin, J. B. (2003). What Adolescents Learn in Organized Youth Activities: A Survey of Self-Reported Developmental Experiences. *Journal of Research on Adolescence*, 13(1), 25-55.
- Harter, S. (1990). *Causes, correlates, and the functional role of global self-worth: A life-span perspective*. New Haven, CT: Yale University Press; US.
- Harter, S. (1999). *The construction of the self: A developmental perspective*. New York, NY: Guilford Press; US.
- Harter, S. (2006). *The self*. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons Inc; US.
- Harter, S., & Whitesell, N. R. (2001). *On the importance of importance ratings in understanding adolescents' self-esteem: Beyond statistical parsimony*.

Westport, CT: Ablex Publishing; US.

Huurre, T., Eerola, M., Rahkonen, O., & Aro, H. (2007). Does social support affect the relationship between socioeconomic status and depression? A longitudinal study from adolescence to adulthood. *Journal of Affective Disorders, 100*(1-3), 55-64.

Kandel, E., Mednick, S. A., Kirkegaard-Sorensen, L., Hutchings, B., Knop, J., Rosenberg, R., et al. (1988). IQ as a protective factor for subjects at high risk for antisocial behavior. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 56*(2), 224-226.

Lord, S. E., Eccles, J. S., & McCarthy, K. A. (1994). Surviving the junior high school transition: Family processes and self-perceptions as protective and risk factors. *The Journal of Early Adolescence, 14*(2), 162-199.

MacPhee, A. R., & Andrews, J. J. (2006). Risk factors for depression in early adolescence. *Adolescence, 41*(163), 435-466.

Mahoney, J. L., Larson, R. W., Eccles, J. S., & Lord, H. (2005). *Organized activities as development contexts for children and adolescents*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates Publishers; US.

Marcotte, D., Fortin, L., Potvin, P., & Papillon, M. (2002). Gender differences in depressive symptoms during adolescence: Role of gender-typed characteristics, self-esteem, body image, stressful life events, and pubertal status. *Journal of Emotional and Behavioral Disorders, 10*(1), 29-42.

Marsh, H. W. (1986). Global self-esteem: Its relation to specific facets of self-concept and their importance. *Journal of Personality and Social Psychology, 51*(6), 1224-1236.

Masten, A. S., & Reed, M.-G. J. (2002). *Resilience in development*. New York, NY: Oxford University Press; US.

- Meeus, W., Iedema, J., Helsen, M., & Vollebergh, W. (1999). Patterns of adolescent identity development: Review of literature and longitudinal analysis. *Developmental Review, 19*(4), 419-461.
- Nolen-Hoeksema, S., & Girgus, J. S. (1994). The emergence of gender differences in depression during adolescence. *Psychological Bulletin, 115*(3), 424-443.
- Pelham, B. W., & Swann, W. B. (1989). From self-conceptions to self-worth: On the sources and structure of global self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology, 57*(4), 672-680.
- Power, C., Stansfeld, S., Matthews, S., Manor, O., & Hope, S. (2002). Childhood and adulthood risk factors for socio-economic differentials in psychological distress: Evidence from the 1958 British birth cohort. *Social Science & Medicine, 55*(11), 1989-2004.
- Reinherz, H. Z., Giaconia, R. M., Pakiz, B., Silverman, A. B., & et al. (1993). Psychosocial risks for major depression in late adolescence: A longitudinal community study. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry, 32*(6), 1155-1163.
- Rose, B. M., Holmbeck, G. N., Coakley, R. M., & Franks, E. A. (2004). Mediator and Moderator Effects in Developmental and Behavioral Pediatric Research. *Journal of Developmental and Behavioral Pediatrics, 25*(1), 58-67.
- Rosenberg, M. (1979). *Cocceiving the self*. New York: Basic Books.
- Sampson, E. E. (1978). Personality and the location of identity. *Journal of Personality, 46*(3), 552-568.
- Shaw, S. M., Kleiber, D. A., & Caldwell, L. L. (1995). Leisure and identity formation in male and female adolescents: A preliminary examination. *Journal of Leisure Research, 27*(3), 245-263.

- Siegel, J. M. (2002). Body image change and adolescent depressive symptoms. *Journal of Adolescent Research, 17*(1), 27-41.
- Subrahmanyam, K., Kraut, R. E., Greenfield, P. M., & Gross, E. F. (2000). The impact of home computer use on children's activities and development. *The Future of Children, 10*(2), 123-144.
- Tarrant, M., North, A. C., & Hargreaves, D. J. (2000). English and American adolescents' reasons for listening to music. *Psychology of Music, 28*(2), 166-173.
- Torsheim, T., Currie, C., Boyce, W., & Samdal, O. (2006). Country material distribution and adolescents' perceived health: Multilevel study of adolescents in 27 countries. *Journal of Epidemiology and Community Health, 60*(2), 156-161.
- Wan, C.-S., & Chiou, W.-B. (2006). Why Are Adolescents Addicted to Online Gaming? An Interview Study in Taiwan. *CyberPsychology & Behavior, 9*(6), 762-766.
- Wankel, L. M., & Berger, B. G. (1990). The psychological and social benefits of sport and physical activity. *Journal of Leisure Research, 22*(2), 167-182.
- Waterman, A. S. (1984). *The Psychology of Individualism*. New York: Praeger.
- Weiner, B. (1985). An Attributional Theory of Achievement Motivation and Emotion. *Psychological Review, 92*(4), 548-573.
- White, J. L., Moffitt, T. E., & Silva, P. A. (1989). A prospective replication of the protective effects of IQ in subjects at high risk for juvenile delinquency. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 57*(6), 719-724.
- Wilkinson, R. G. (1997). Health inequalities: relative or absolute material standards? *British Medical Journal, 314*, 591-595.

Willoughby, T. (2008). A short-term longitudinal study of Internet and computer game use by adolescent boys and girls: Prevalence, frequency of use, and psychosocial predictors. *Developmental Psychology*, 44(1), 195-204.

Zarrett, N. R. M., O. (2005). Who's computing? Gender and race differences in young adults' decisions to pursue an information technology career. In E. J. S. D. Simpkins (Ed.), *Leaks in the pipeline to math, science, and technology careers* (pp. 65-84): San Francisco, CA: Jossey-Bass.





附錄

附錄一：認同確定性、認同重要性問卷

第一部分 對自己的看法（一）

此部分的目的是在了解你對自己的看法，以及對這些看法**確定**或**清楚**的程度。每題都有左右兩邊意思相反的句子。請你想想，是**左邊的句子比較像你**？還是**右邊的句子比較像你**？請依照你自己的情況，選擇一個最能描述你的答案，然後在那個句子旁邊的框框中打勾。接著，請你就你所選擇的那個敘述，回答你對於這個看法有多確定。

例題一：

*. 我是個討厭看電視的人 比較像我 都不像我 比較像我 我是個愛看電視的人

100%確定	75%確定	50%確定	25%確定
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

25%確定	50%確定	75%確定	100%確定
<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

比如，在上面的**例題一**中，你覺得你比較像一個愛看電視的人，你就在「我是個愛看電視的人」旁邊的框框中打勾。接著，請你回答你有多確定自己是個愛看電視的人，你可以在「25%確定」、「50%確定」、「75%確定」或「100%確定」中擇一勾選自己確定的程度，像在例題一中的回答，表示你有「50%確定」你是一個「愛看電視的人」。

例題二：

*. 我是個討厭看電視的人 比較像我 都不像我 比較像我 我是個愛看電視的人

100%確定	75%確定	50%確定	25%確定
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

25%確定	50%確定	75%確定	100%確定
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

若你覺得左右兩邊所描述的句子**都不像你**；換言之，你不確定是左邊還是右邊的句子比較可以描述你現在的樣子，則你可以完全不勾選兩個句子旁邊的框框，而請你直接勾選中間「都不像你」那欄做為你的答案，例如像上面**例題二**的例子。若你勾選中間「都不像你」的答案，則你就不必繼續回答你有多「確定」了。

1. 我無法掌握未來方向 比較像我 都不像我 比較像我 我能掌握未來方向

100%確定	75%確定	50%確定	25%確定
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

25%確定	50%確定	75%確定	100%確定
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. 我無法察覺並掌握自己的情緒和感受 比較像我□ 都不像我□ 比較像我□ 我能察覺並掌握自己的情緒和感受
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 100%確定 | 75%確定 | 50%確定 | 25%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 25%確定 | 50%確定 | 75%確定 | 100%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
3. 我沒有一套屬於自己的想法和見解 比較像我□ 都不像我□ 比較像我□ 我有一套屬於自己的想法和見解
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 100%確定 | 75%確定 | 50%確定 | 25%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 25%確定 | 50%確定 | 75%確定 | 100%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
4. 我沒有清楚的道德標準與價值觀 比較像我□ 都不像我□ 比較像我□ 我知道自己擁有哪些道德標準與價值觀
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 100%確定 | 75%確定 | 50%確定 | 25%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 25%確定 | 50%確定 | 75%確定 | 100%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
5. 我不知道自己有何獨特之處或是與別人不同的地方 比較像我□ 都不像我□ 比較像我□ 我知道自己的獨特之處或是與別人不同的地方
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 100%確定 | 75%確定 | 50%確定 | 25%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 25%確定 | 50%確定 | 75%確定 | 100%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
6. 我對未來還沒有特定的理想與抱負 比較像我□ 都不像我□ 比較像我□ 我對未來有自己的理想與抱負
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 100%確定 | 75%確定 | 50%確定 | 25%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 25%確定 | 50%確定 | 75%確定 | 100%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
7. 若面對人生轉折或外界環境改變，我會不知道自己還是不是「同一個我」 比較像我□ 都不像我□ 比較像我□ 即使面對人生轉折或外界環境改變，我還會是「同一個我」
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 100%確定 | 75%確定 | 50%確定 | 25%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 25%確定 | 50%確定 | 75%確定 | 100%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
8. 我對自己的評價是負向的 比較像我□ 都不像我□ 比較像我□ 我對自己的評價是正向的
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 100%確定 | 75%確定 | 50%確定 | 25%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 25%確定 | 50%確定 | 75%確定 | 100%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
9. 我不可能達成自己對未來的夢想與憧憬 比較像我□ 都不像我□ 比較像我□ 我可以達成自己對未來的夢想與憧憬
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 100%確定 | 75%確定 | 50%確定 | 25%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 25%確定 | 50%確定 | 75%確定 | 100%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

10. 我沒搞清楚自己是怎樣的一個人 比較像我 都不像我 比較像我 我瞭解自己是怎樣的一個人
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 100%確定 | 75%確定 | 50%確定 | 25%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 25%確定 | 50%確定 | 75%確定 | 100%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
-
11. 我沒有朋友 比較像我 都不像我 比較像我 我有一些不錯的朋友
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 100%確定 | 75%確定 | 50%確定 | 25%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 25%確定 | 50%確定 | 75%確定 | 100%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
-
12. 我不受他人歡迎 比較像我 都不像我 比較像我 我是受人歡迎的
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 100%確定 | 75%確定 | 50%確定 | 25%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 25%確定 | 50%確定 | 75%確定 | 100%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
-
13. 他人無法信任我 比較像我 都不像我 比較像我 我能受他人信任
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 100%確定 | 75%確定 | 50%確定 | 25%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 25%確定 | 50%確定 | 75%確定 | 100%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
-
14. 我的談吐言行給別人的印象是糟糕的 比較像我 都不像我 比較像我 我的談吐言行給別人的印象是良好的
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 100%確定 | 75%確定 | 50%確定 | 25%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 25%確定 | 50%確定 | 75%確定 | 100%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
-
15. 他人不會被我吸引 比較像我 都不像我 比較像我 我是吸引人的
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 100%確定 | 75%確定 | 50%確定 | 25%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 25%確定 | 50%確定 | 75%確定 | 100%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
-
16. 他人無法肯定我 比較像我 都不像我 比較像我 我是受他人肯定的
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 100%確定 | 75%確定 | 50%確定 | 25%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 25%確定 | 50%確定 | 75%確定 | 100%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
-
17. 我儀態和舉止會讓別人覺得我沒禮貌、沒規矩 比較像我 都不像我 比較像我 我的儀態和舉止會讓人覺得我懂得禮節
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 100%確定 | 75%確定 | 50%確定 | 25%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 25%確定 | 50%確定 | 75%確定 | 100%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
-
18. 我不擅於恰當地與他人互動 比較像我 都不像我 比較像我 我明瞭如何恰當地與他人互動
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 100%確定 | 75%確定 | 50%確定 | 25%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 25%確定 | 50%確定 | 75%確定 | 100%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

19. 我的聲譽不佳 比較像我 都不像我 比較像我 我有不錯的聲譽
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 100%確定 | 75%確定 | 50%確定 | 25%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 25%確定 | 50%確定 | 75%確定 | 100%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
-
20. 我對人的應對進退無法被他人接受 比較像我 都不像我 比較像我 我對人的應對進退可以被他人接受
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 100%確定 | 75%確定 | 50%確定 | 25%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 25%確定 | 50%確定 | 75%確定 | 100%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
-
21. 我無法接受自己的「音樂」表現 比較像我 都不像我 比較像我 我可以接受自己的「音樂」表現
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 100%確定 | 75%確定 | 50%確定 | 25%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 25%確定 | 50%確定 | 75%確定 | 100%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
-
22. 我無法接受自己的「體育」表現 比較像我 都不像我 比較像我 我可以接受自己的「體育」表現
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 100%確定 | 75%確定 | 50%確定 | 25%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 25%確定 | 50%確定 | 75%確定 | 100%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
-
23. 我無法接受自己的「電腦」(如：軟硬體、網路、電腦遊戲)表現 比較像我 都不像我 比較像我 我可以接受自己的「電腦」(如：軟硬體、網路、電腦遊戲)表現
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 100%確定 | 75%確定 | 50%確定 | 25%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 25%確定 | 50%確定 | 75%確定 | 100%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
-
24. 我無法接受自己的「美術」、「工藝」(如：繪畫、勞作、手工藝、雕刻)表現 比較像我 都不像我 比較像我 我可以接受自己的「美術」、「工藝」(如：繪畫、勞作、手工藝、雕刻)表現
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 100%確定 | 75%確定 | 50%確定 | 25%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 25%確定 | 50%確定 | 75%確定 | 100%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
-
25. 我無法接受自己的「工作」表現 比較像我 都不像我 比較像我 我可以接受自己的「工作」表現
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 100%確定 | 75%確定 | 50%確定 | 25%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 25%確定 | 50%確定 | 75%確定 | 100%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
-
26. 我無法接受自己的外型(如：身高、體重、身材) 比較像我 都不像我 比較像我 我可以接受自己的外型(如：身高、體重、身材)
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 100%確定 | 75%確定 | 50%確定 | 25%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 25%確定 | 50%確定 | 75%確定 | 100%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

27. 我無法接受我的經濟狀況（如：零用錢多寡、打工所得多寡） 比較像我 都不像我 比較像我 我可以接受自己的經濟狀況（如：零用錢多寡、打工所得多寡）
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 100%確定 | 75%確定 | 50%確定 | 25%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 25%確定 | 50%確定 | 75%確定 | 100%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
-
28. 我用功、勤勞的程度不足 比較像我 都不像我 比較像我 我是用功、勤勞的
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 100%確定 | 75%確定 | 50%確定 | 25%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 25%確定 | 50%確定 | 75%確定 | 100%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
-
29. 我無法接受自己的「家事」（如：打掃、烹煮、縫紉）表現 比較像我 都不像我 比較像我 我可以接受自己的「家事」（如：打掃、烹煮、縫紉）表現
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 100%確定 | 75%確定 | 50%確定 | 25%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 25%確定 | 50%確定 | 75%確定 | 100%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
-
30. 我不滿意我擁有的物質條件（如：手機、衣物、電玩） 比較像我 都不像我 比較像我 我滿意我擁有的物質條件（如：手機、衣物、電玩）
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 100%確定 | 75%確定 | 50%確定 | 25%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 25%確定 | 50%確定 | 75%確定 | 100%確定 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

第二部分 對自己的看法（二）

下面有一些句子，每個句子說明了一種關於自己（我）的特性，請你想想看，每個句子所說明的，對你而言在「定位自己」以及瞭解「我是誰」或瞭解「我是怎樣的一個人」其重要程度如何？所謂「定位自己」是指一個人在成長過程中會問自己到底是誰，到底是怎樣的一個人。請看下列的例題，像這樣圈選的方式，表示你認為「愛看電視」在定位我自己或瞭解「我是誰」的重要程度是「稍微重要」的。

例題	定位自己重要程度				
	不 重 要 0 %	稍 微 重 要 25 %	有 些 重 要 50 %	非 常 重 要 75 %	極 度 重 要 100%
像這樣圈選的方式，表示你認為在定位我自己的重要程度是「稍微重要」的					
→ 對於「定位我自己」或瞭解「我是誰」，					
* 愛看電視	1	②	3	4	5

定位自己重要程度

	不 重 要 0 %	稍 微 重 要 25 %	有 些 重 要 50 %	非 常 重 要 75 %	極 度 重 要 100 %
→ 對於「定位我自己」或瞭解「我是誰」，					
1. 有一些不錯的朋友.....	1	2	3	4	5
2. 我受到他人的歡迎.....	1	2	3	4	5
3. 我的情緒和感受.....	1	2	3	4	5
4. 我的想法和見解.....	1	2	3	4	5
5. 我的經濟狀況（如：零用錢多寡、打工所得多寡）.....	1	2	3	4	5
6. 我擁有的物質條件（如：手機、衣物、電玩）.....	1	2	3	4	5
7. 我的夢想與憧憬.....	1	2	3	4	5
8. 即使面對外在環境我有許多變化，我仍覺得內心裡是「同一個我」.....	1	2	3	4	5
9. 我個人的自我評價或對自己的看法.....	1	2	3	4	5
10. 我知道自己跟他人是不同的，也不會刻意去模仿他人.....	1	2	3	4	5
11. 他人能信任我.....	1	2	3	4	5
12. 我的談吐及言行舉止.....	1	2	3	4	5
13. 我對他人的吸引力.....	1	2	3	4	5
14. 我未來的方向.....	1	2	3	4	5
15. 我未來的理想與抱負.....	1	2	3	4	5
16. 我的「音樂」表現.....	1	2	3	4	5
17. 我的「體育」表現.....	1	2	3	4	5
18. 受到他人的肯定.....	1	2	3	4	5
19. 我的儀態和舉止帶給別人的印象.....	1	2	3	4	5
20. 與他人互動的方式.....	1	2	3	4	5
21. 我的名譽或聲譽.....	1	2	3	4	5
22. 我的社交行為或應對進退（如：當與他人見面時我的行為表現方式）.....	1	2	3	4	5
23. 我的「電腦」表現（如：軟硬體、網路、電腦遊戲）.....	1	2	3	4	5
24. 我的「美術」、「工藝」表現（如：繪畫、勞作、手工藝、雕刻）.....	1	2	3	4	5
25. 我的「工作」表現.....	1	2	3	4	5
26. 我的外型（如：身高、體重、身材）.....	1	2	3	4	5
27. 我的價值觀與道德標準.....	1	2	3	4	5
28. 我的自我認識，我對自己是什麼樣的一個人的想法.....	1	2	3	4	5
29. 我的「用功、勤勞」表現.....	1	2	3	4	5
30. 我的「家事」（如：打掃、烹煮、縫紉）表現.....	1	2	3	4	5

附錄二：「自我認同重要性」與「自我認同確定性」問卷使用說明書



國立臺灣大學
National Taiwan University
臺北市羅斯福路四段一號

「自我認同重要性」與「自我認同確定性」量表 同意使用說明書

歡迎您使用「自我認同重要性(第三版)」、「(QII-III)」與「自我認同確定性(第三版)」、「(QIF-III)」問卷。這兩份問卷的版權屬於台大心理系「青少年自我認同研究團隊」。然而，所有讀者皆可免費使用及拷貝此問卷。使用者必須注意：當使用此問卷時，不得對問卷之指示語、題目、量尺，以及題目的順序做任何的更改。

使用者欲以此問卷進行研究計劃、臨床輔導或樣本篩選時，請通知「台大、輔大青少年自我認同聯合研究團隊」聯絡人；也請儘量在收集資料後傳送給「台大、輔大青少年自我認同聯合研究團隊」聯絡人（請標示資料登錄之格式），以便彙整後建立本土、全球性資料庫，做為跨樣本、跨文化分析比較之用。「台大、輔大青少年自我認同聯合研究團隊」也將負責回答使用者所遇到的相關問題，並提供與本問卷相關之文獻。本研究團隊若欲使用您的資料進行任何分析、或引用您的研究結果，也都將先徵求您的同意。

QII-III 與 QIF-III 的施測方式敬請參閱問卷之施測手冊。若欲使用此兩份問卷做為諮商、輔導及臨床之衡鑑工具，並將於後續進行測驗解釋或輔導，則使用者必須經過「台大、輔大青少年自我認同聯合研究團隊」審核其資格或訓練後核發使用同意書，始得使用。

「台大、輔大青少年自我認同聯合研究團隊」聯絡人的聯絡方式如下：

聯絡人：雷庚玲	秘書：陳坤虎
kllay@ntu.edu.tw	d90227003@ntu.edu.tw
台大心理系副教授	輔大臨床心理系助理教授
(02) 33663094	(02) 29053960

有興趣使用此問卷的個人或團體，可填妥以下表格，並將此表格送回給「台大、輔大青少年自我認同聯合研究團隊」聯絡人。若有研究者需要本小組開立使用同意書之正式回函，請順便告知。

心理學研究所—社會情緒發展實驗室
雷庚玲副教授研究室：(02)3366-3094
青少年自我認同研究團隊：(02)3366-3231

附錄三：「自我認同重要性」與「自我認同確定性」問卷使用同意書表格



國立臺灣大學

National Taiwan University
臺北市羅斯福路四段一號

「自我認同重要性」與「自我認同確定性」問卷使用同意書
編號_____

To：雷庚玲

國立台灣大學心理系
台北市羅斯福路四段一號
電話 (02) 33663094
傳真 (02) 23631463
kllay@ntu.edu.tw

本人有興趣使用自我認同重要性（第三版）與自我認同確定性（第三版）問卷，本人同意在使用過程中不會對此兩份問卷之指示語、題目、量尺，以及題目的順序做任何更改。以下簡單說明本人將使用此問卷的研究：

研究題目：_____

研究性質： 臨床輔導 流行病學調查 研究計劃
(請圈選) 單一受試調查 臨床工具 其他形式研究：_____

受測對象及估計樣本數：

簡述研究內容：

開始日期：_____；預計完成日期：_____

簽名：_____；日期：_____

聯絡方式：

姓名：_____ 單位：_____ 職稱：_____

地址：_____

電話：_____ 傳真：_____ 電子郵件：_____

心理學研究所—社會情緒發展實驗室
雷庚玲副教授研究室：(02)3366-3094
青少年自我認同研究團隊：(02)3366-3231

附錄四：「升學型」學校分析結果

表 4-1

形象認同加權確定性預測憂鬱之逐步迴歸分析結果（升學型）。

預測變項	Step1	Step2	Step3	Step4	Step5	Step6
1、學業	-.371***	-.302***	-.242***	-.185***	-.179***	-.171***
2、受歡迎		-.270***	-.256***	-.253***	-.256***	-.256***
3、外型			-.199***	-.176***	-.168***	-.153***
4、用功				-.152***	-.163***	-.156***
5、性別					.122***	.122***
6、經濟物質						-.080**
ΔR^2	.137***	.068***	.035***	.018***	.015***	.007**
R^2	.137***	.206***	.241***	.259***	.274***	.281***
Adjusted R^2	.136***	.204***	.239***	.256***	.270***	.277***

註：預測變項中的粗體字表示為「加權確定性」；表格內之係數為 β 值； $N=943$

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

表 4-2

風險因子（學業）與調節因子（體育、美術音樂、電腦與用功）預測憂鬱之階層迴歸分析結果（升學型）。

預測變項	憂鬱											
	體育			電腦			美術音樂			用功		
	ΔR^2	Adj. R^2	B	ΔR^2	Adj. R^2	β	ΔR^2	Adj. R^2	β	ΔR^2	Adj. R^2	β
Step1	.152***	.148***		.152***	.148***		.152***	.148***		.152***	.148***	
父親教育程度			.039			.039			.039			.039
母親教育程度			.004			.004			.004			.004
性別			.112***			.112***			.112***			.112***
風險因子			-.372***			-.372***			-.372***			-.372***
Step2	.000	.148***		.000	.148***		.000	.148***		.000	.148***	
風險因子 x 性別			.032			.032			.032			.032
Step3	.028***	.175***		.006*	.153***		.014	.161***		.033***	.180***	
調節因子			-.169***			-.079*			-.120***			-.201***
Step4	.001	.175***		.011**	.163**		.001	.160***		.002	.181***	
調節因子 x 性別			.084			.327**			.122			.137
Step5	.000	.174***		.000	.162***		.000	.160***		.001	.181***	
風險因子 x 調節因子			.020			.000			-.007			.039
Step6	.004*	.177***		.000	.161***		.001	.160***		.001	.181***	
性別 x 風險因子 x 調節因子			.190*			-.059			.077			.108

註：預測變項中的粗體字表示為「加權確定性」，其中性別為男生記錄為 1，女生記錄為 2，每一個預測變項之 β 值為此變項第一次進入方程式時之數值，陰影部份為驗證本研究之假設的結果
 *** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$.

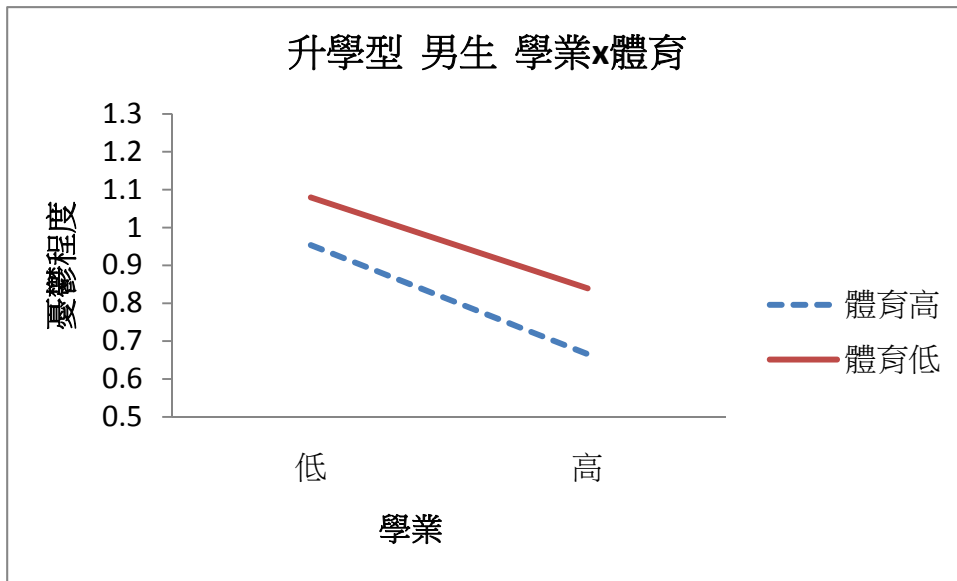


圖 4-1：男生之學業加權確定性與體育加權確定性預測憂鬱之交互作用關係圖（升學型）。

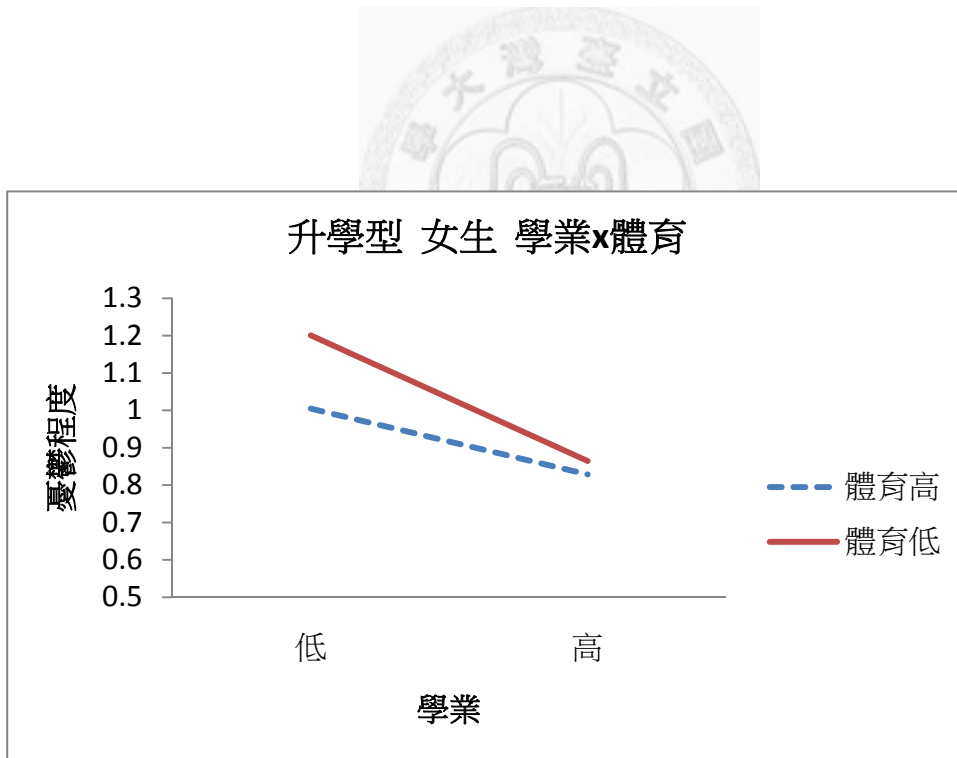


圖 4-2：女生之學業加權確定性與體育加權確定性預測憂鬱之交互作用關係圖（升學型）。

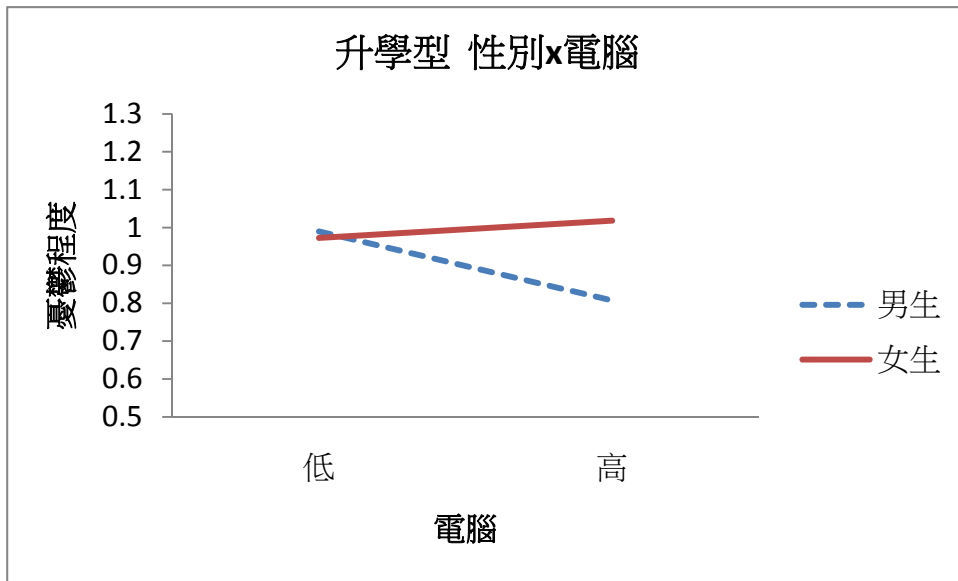


圖 4-3：性別與電腦加權確定性預測憂鬱之交互作用關係圖之一（升學型）。



表 4-3

風險因子（受歡迎）與調節因子（體育、美術音樂、電腦與用功）預測憂鬱之階層迴歸分析結果（升學型）。

預測變項	憂鬱											
	體育			電腦			美術音樂			用功		
	ΔR^2	Adj. R^2	B	ΔR^2	Adj. R^2	β	ΔR^2	Adj. R^2	β	ΔR^2	Adj. R^2	β
Step1	.137***	.133***		.137***	.133***		.137***	.133***		.137***	.133***	
父親教育程度			-.006			-.006			-.006			-.006
母親教育程度			.012			.012			.012			.012
性別			.128***			.128***			.128***			.128***
風險因子			-.349***			-.349***			-.349***			-.349***
Step2	.000	.132***		.000	.132***		.000	.132***		.000	.132***	
風險因子 x 性別			.022			.022			.022			.022
Step3	.015***	.146***		.013***	.144***		.016***	.148***		.077***	.209***	
調節因子			-.128***			-.115***			-.132***			-.281***
Step4	.001	.146***		.012***	.155***		.001	.148***		.001	.209***	
調節因子 x 性別			.100			.341***			.091			.105
Step5	.004*	.150***		.001	.155***		.004*	.151***		.001	.210***	
風險因子 x 調節因子			.065*			.026			.064*			.036
Step6	.005*	.154***		.000	.154***		.000	.150***		.000	.209***	
性別 x 風險因子 x 調節因子			.028*			.015			-.010			-.013

註：預測變項中的粗體字表示為「加權確定性」，其中性別為男生記錄為 1，女生記錄為 2，每一個預測變項之 β 值為此變項第一次進入方程式時之數值，陰影部份為驗證本研究之假設的結果
 *** $p < .001$, * $p < .05$.

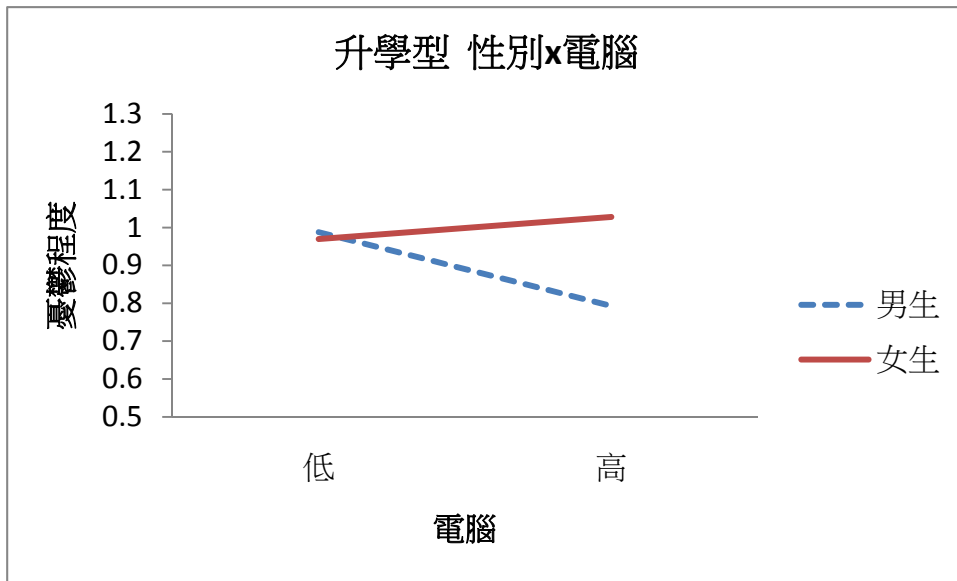


圖 4-4：性別與電腦加權確定性預測憂鬱之交互作用關係圖之二（升學型）。



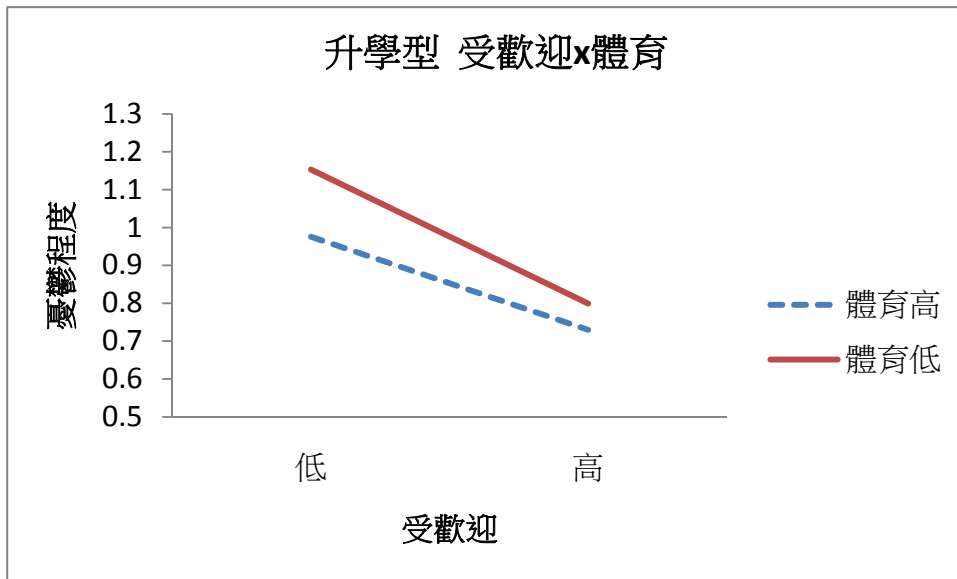


圖 4-5：受歡迎加權確定性與體育加權確定性預測憂鬱之交互作用關係圖（升學型）。

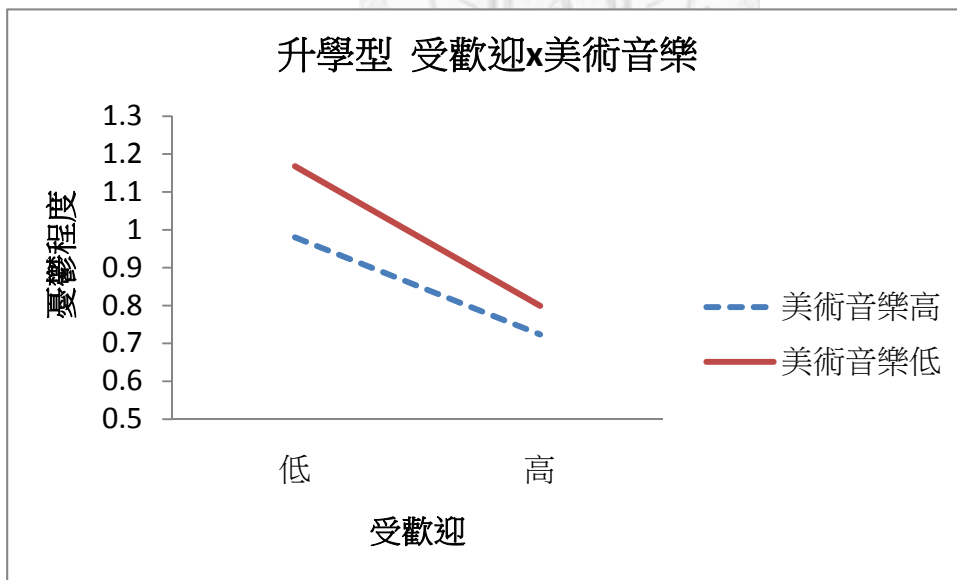


圖 4-6：受歡迎加權確定性與美術音樂加權確定性預測憂鬱之交互作用關係圖（升學型）。

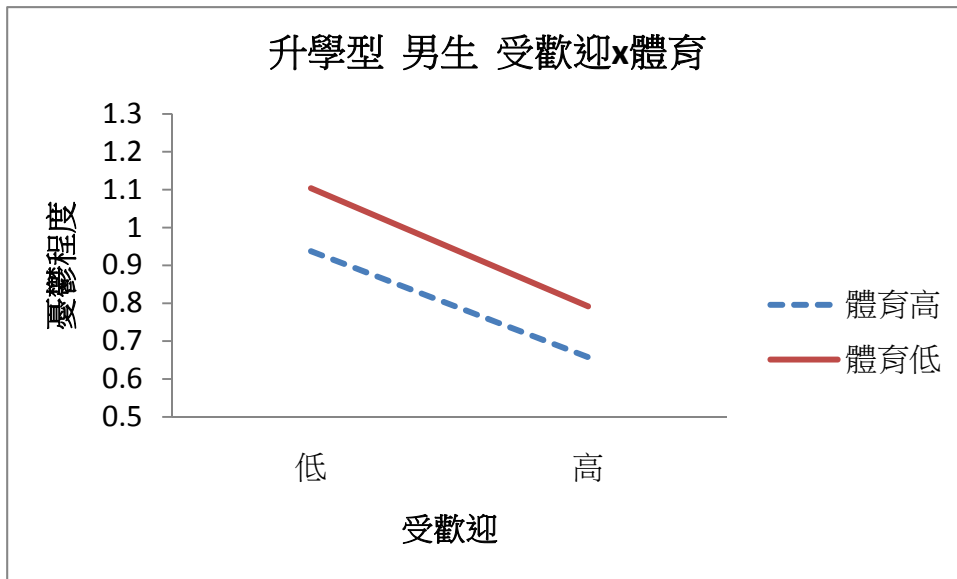


圖 4-7：男生之受歡迎加權確定性與體育加權確定性預測憂鬱之交互作用關係圖（升學型）。

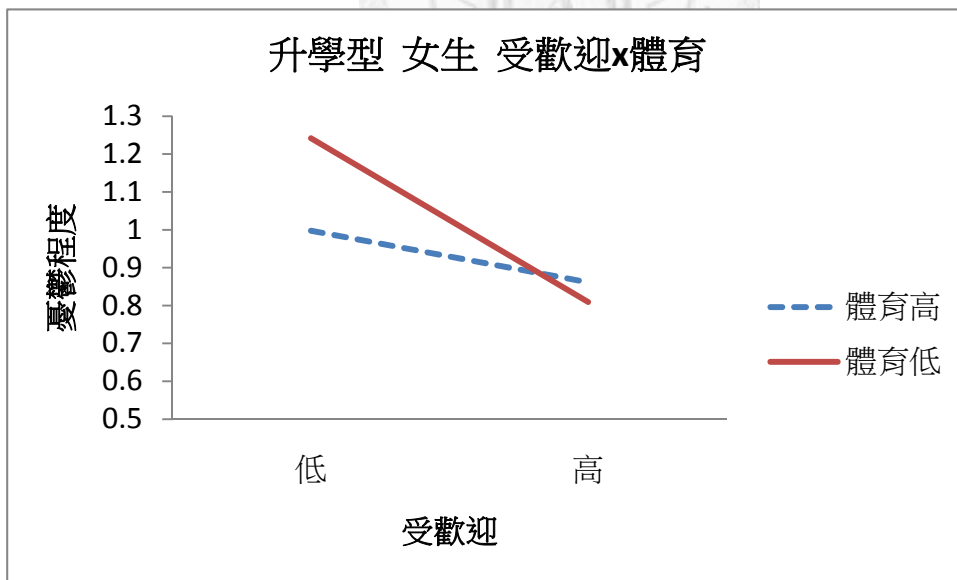


圖 4-8：女生之受歡迎加權確定性與體育加權確定性預測憂鬱之交互作用關係圖（升學型）。

表 4-4

風險因子（外型）與調節因子（體育、美術音樂、電腦與用功）預測憂鬱之階層迴歸分析結果（升學型）。

預測變項	憂鬱											
	體育			電腦			美術音樂			用功		
	ΔR^2	Adj. R^2	B	ΔR^2	Adj. R^2	β	ΔR^2	Adj. R^2	β	ΔR^2	Adj. R^2	β
Step1	.109***	.106***		.109***	.106***		.109***	.106***		.109***	.106***	
父親教育程度			-.001			-.001						-.001
母親教育程度			.009			.009						.009
性別			.106**			.106**						.106**
風險因子			-.308***			-.308***						-.308***
Step2	.000	.105***		.000	.105***		.000	.105***		.000	.105***	
風險因子 x 性別			.061			.061						.061
Step3	.019***	.123***		.015***	.119***		.017***	.122***		.061***	.165***	
調節因子			-.143***			-.125***				-.136***		-.258***
Step4	.000	.122***		.010**	.128***		.001	.122***		.002	.166***	
調節因子 x 性別			.029			.310**				.110		.133
Step5	.000	.121***		.000	.127***		.000	.122***		.001	.167***	
風險因子 x 調節因子			.008			.010				-.022		.039
Step6	.003	.123†		.000	.127***		.001	.122***		.000	.166***	
性別 x 風險因子 x 調節因子			.176†			-.022				.118		.064

註：預測變項中的**粗體**字表示為「加權確定性」，其中性別為男生記錄為 1，女生記錄為 2，
 每一個預測變項之 β 值為此變項第一次進入方程式時之數值，陰影部份為驗證本研究之假設的結果
 *** $p < .001$, † $p < .10$.

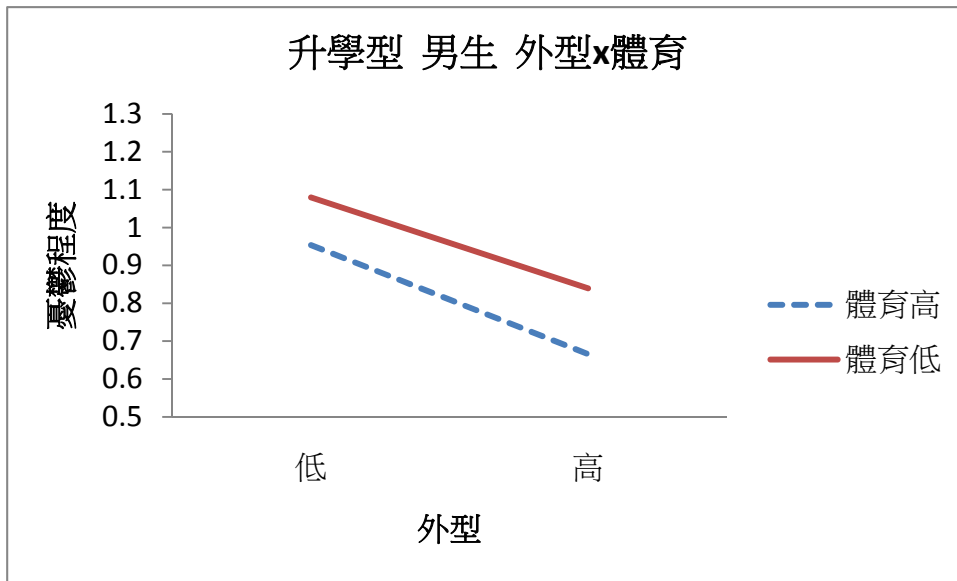


圖 4-9：男生之外型加權確定性與體育加權確定性預測憂鬱之交互作用關係圖（升學型）。

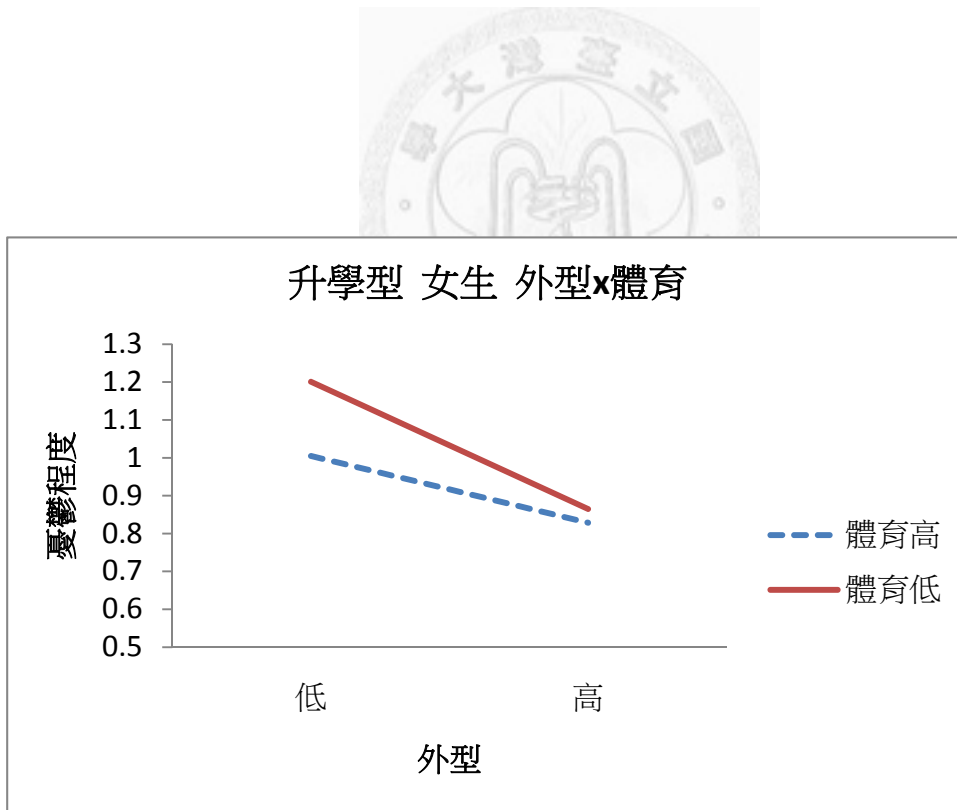


圖 4-10：女生之外型加權確定性與體育加權確定性預測憂鬱之交互作用關係圖（升學型）。

表 4-5

風險因子（經濟物質）與調節因子（體育、美術音樂、電腦與用功）預測憂鬱之階層迴歸分析結果（升學型）。

預測變項	憂鬱											
	體育			電腦			美術音樂			用功		
	ΔR^2	Adj. R^2	B	ΔR^2	Adj. R^2	β	ΔR^2	Adj. R^2	β	ΔR^2	Adj. R^2	β
Step1	.054***	.050***		.054***	.050***		.054***	.050***		.054***	.050***	
父親教育程度			.014			.014			.014			.014
母親教育程度			.015			.015			.015			.015
性別			.119***			.119***			.119***			.119***
風險因子			-.198***			-.198***			-.198***			-.198***
Step2	.000	.049***		.000	.049***		.000	.049***		.000	.049***	
風險因子 x 性別			.014			.014			.014			.014
Step3	.043***	.091***		.020***	.068***		.029***	.077***		.087***	.135***	
調節因子			-.207***			-.145***			-.174***			-.299***
Step4	.001	.091***		.014***	.081***		.002	.077***		.003†	.137***	
調節因子 x 性別			.104			.360***			.120			.156†
Step5	.000	.090***		.000	.080***		.003†	.080***		.000	.136***	
風險因子 x 調節因子			-.015			.000			.056†			-.003
Step6	.002	.091***		.001	.079***		.003	.081***		.000	.135***	
性別 x 風險因子 x 調節因子			.134			.068			.159			.012

註：預測變項中的粗體字表示為「加權確定性」，其中性別為男生記錄為 1，女生記錄為 2，每一個預測變項之 β 值為此變項第一次進入方程式時之數值，陰影部份為驗證本研究之假設的結果
 *** $p < .001$, † $p < .10$.

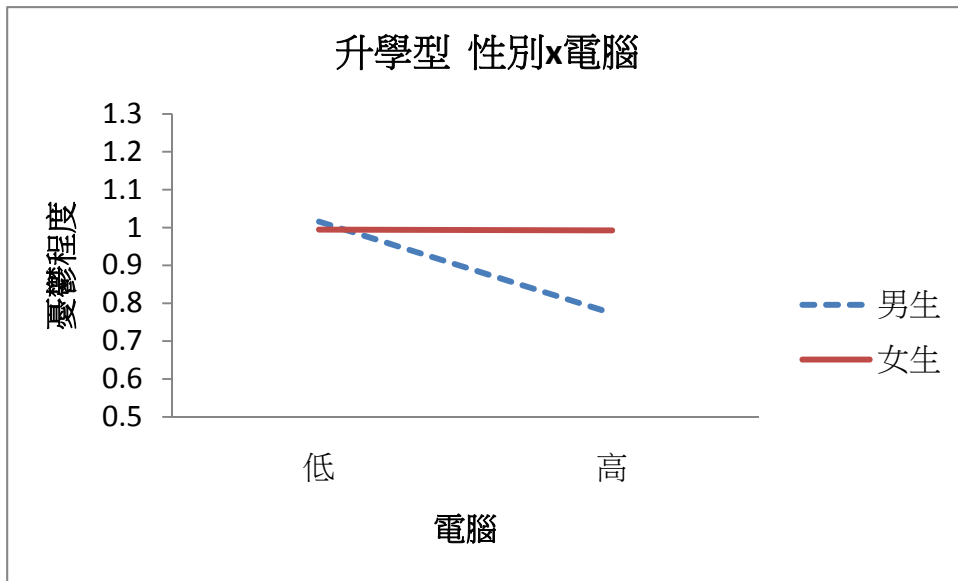


圖 4-11：性別與電腦加權確定性預測憂鬱之交互作用關係圖之三（升學型）。

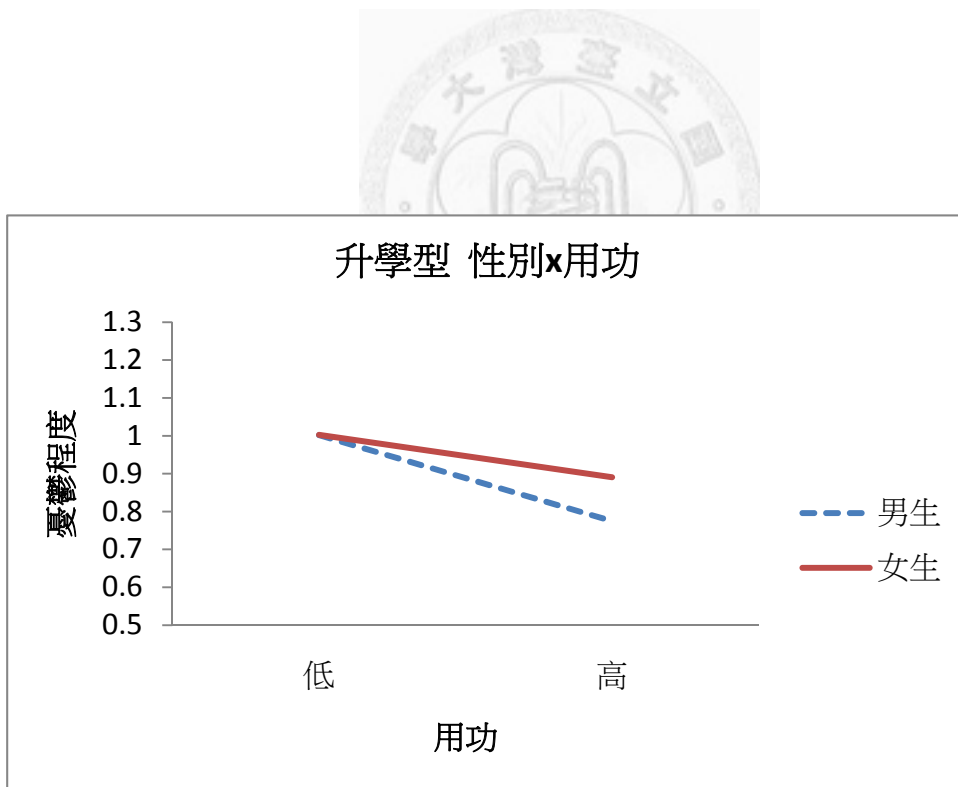


圖 4-12：性別與用功加權確定性預測憂鬱之交互作用關係圖之一（升學型）。

表 4-6

風險因子（用功）與調節因子（體育、美術音樂與電腦）預測憂鬱之階層迴歸分析結果（升學型）。

預測變項	憂鬱								
	體育			電腦			美術音樂		
	ΔR^2	Adj. R^2	B	ΔR^2	Adj. R^2	β	ΔR^2	Adj. R^2	β
Step1	.119***	.115***		.119***	.115***		.119***	.115***	
父親教育程度			.010			.010			.010
母親教育程度			.014			.014			.014
性別			.139***			.139***			.139***
風險因子			-.324***			-.324***			-.324***
Step2	.003†	.117***		.003†	.117***		.003†	.117***	
風險因子 x 性別			.161†			.161†			.161†
Step3	.030***	.147***		.014***	.131***		.018***	.135***	
調節因子			-.176***			-.123***			-.140***
Step4	.000	.146***		.006**	.136***		.000	.134***	
調節因子 x 性別			.044			.244**			.061
Step5	.000	.145***		.000	.135***		.000	.134***	
風險因子 x 調節因子			.007			-.009			.013
Step6	.001	.146***		.004*	.138***		.000	.133***	
性別 x 風險因子 x 調節因子			.082			-.205*			-.014

註：預測變項中的粗體字表示為「加權確定性」，其中性別為男生記錄為 1，女生記錄為 2，

每一個預測變項之 β 值為此變項第一次進入方程式時之數值

*** $p < .001$, † $p < .10$.

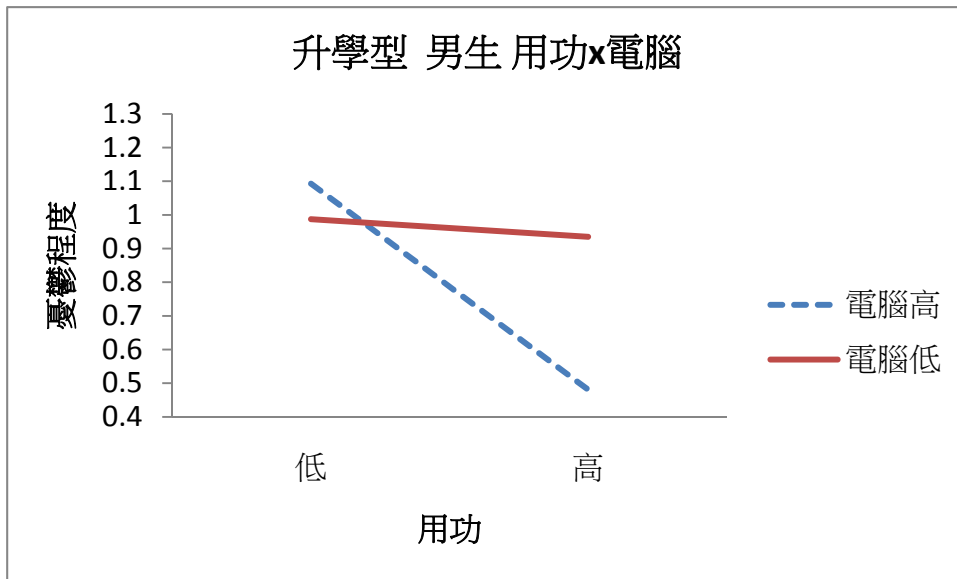


圖 4-13：男生之用功加權確定性與電腦加權確定性預測憂鬱之交互作用關係圖（升學型）。

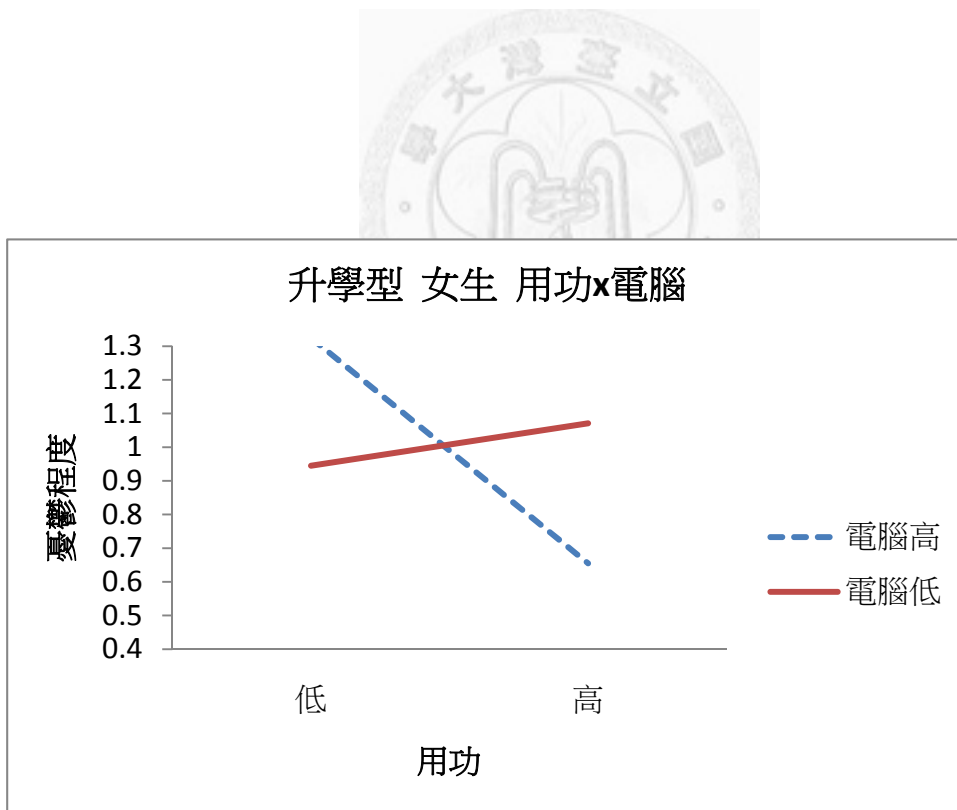


圖 4-14：女生之用功加權確定性與電腦加權確定性預測憂鬱之交互作用關係圖（升學型）。

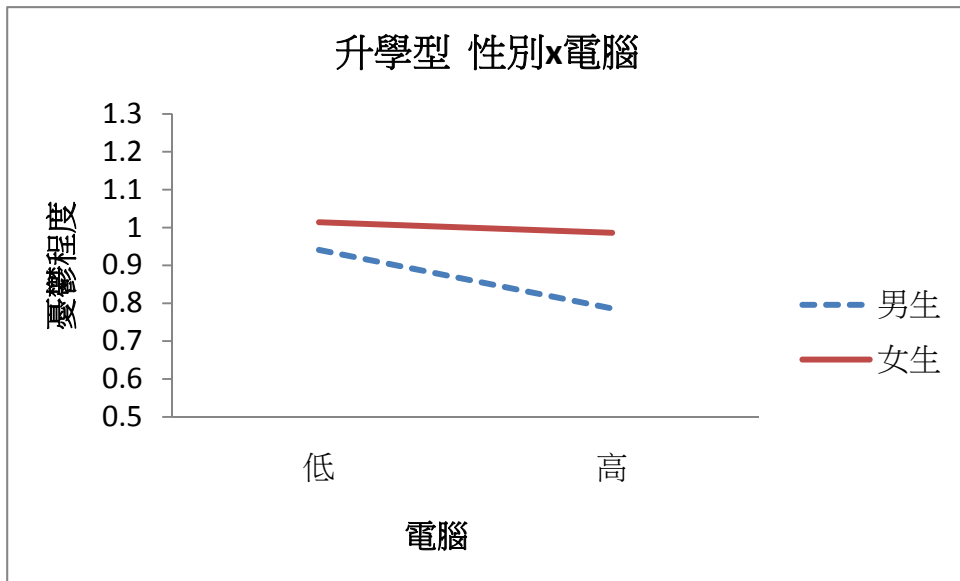


圖 4-15：性別與電腦加權確定性預測憂鬱之交互作用關係圖之四（升學型）。



附錄五：「社區型」學校分析結果

表 5-1

形象認同加權確定性預測憂鬱之逐步迴歸分析結果（社區型）。

預測變項	Step1	Step2	Step3	Step4	Step5	Step6
1、學業	-.336***	-.276***	-.229***	-.215***	-.175***	-.173***
2、受歡迎		-.275***	-.244***	-.232***	-.226***	-.230***
3、外型			-.178***	-.152***	-.151***	-.157***
4、經濟物質				-.119***	-.110***	-.111***
5、用功					-.088**	-.087**
6、母親教育程度						.064*
ΔR^2	.113***	.072***	.028***	.013***	.006**	.004*
R^2	.113***	.185***	.212***	.225***	.231***	.235***
Adjusted R^2	.112***	.183***	.210***	.222***	.227***	.230***

註：預測變項中的粗體字表示為「加權確定性」；表格內之係數為 β 值； $N=1003$

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

表 5-2

風險因子（學業）與調節因子（體育、美術音樂、電腦與用功）預測憂鬱之階層迴歸分析結果（社區型）。

預測變項	憂鬱											
	體育			電腦			美術音樂			用功		
	ΔR^2	Adj. R^2	B	ΔR^2	Adj. R^2	β	ΔR^2	Adj. R^2	β	ΔR^2	Adj. R^2	β
Step1	.116***	.112***		.116***	.112***		.116***	.112***		.116***	.112***	
父親教育程度			-.044			-.044			-.044			-.044
母親教育程度			.058			.058			.058			.058
性別			.031			.031			.031			.031
風險因子			-.334***			-.334***			-.334***			-.334***
Step2	.003†	.119***		.003†	.119***		.003†	.119***		.003†	.119***	
風險因子 x 性別			-.169†			-.169†			-.169†			-.169†
Step3	.014***	.128***		.007**	.120***		.016***	.130***		.014***	.128***	
調節因子			-.122***			-.085**			-.133***			-.139***
Step4	.001	.134***		.001	.120***		.000	.129***		.001	.128***	
調節因子 x 性別			-.096			-.103			-.016			.118
Step5	.003†	.130***		.002	.121***		.002	.130***		.000	.127***	
風險因子 x 調節因子			.057†			.040			.046			-.006
Step6	.000	.129***		.002	.122***		.000	.129***		.000	.126***	
性別 x 風險因子 x 調節因子			-.028			-.125			.050			.013

註：預測變項中的粗體字表示為「加權確定性」，其中性別為男生記錄為 1，女生記錄為 2，
 每一個預測變項之 β 值為此變項第一次進入方程式時之數值，陰影部份為驗證本研究之假設的結果
 *** $p < .001$, ** $p < .01$, † $p < .10$.

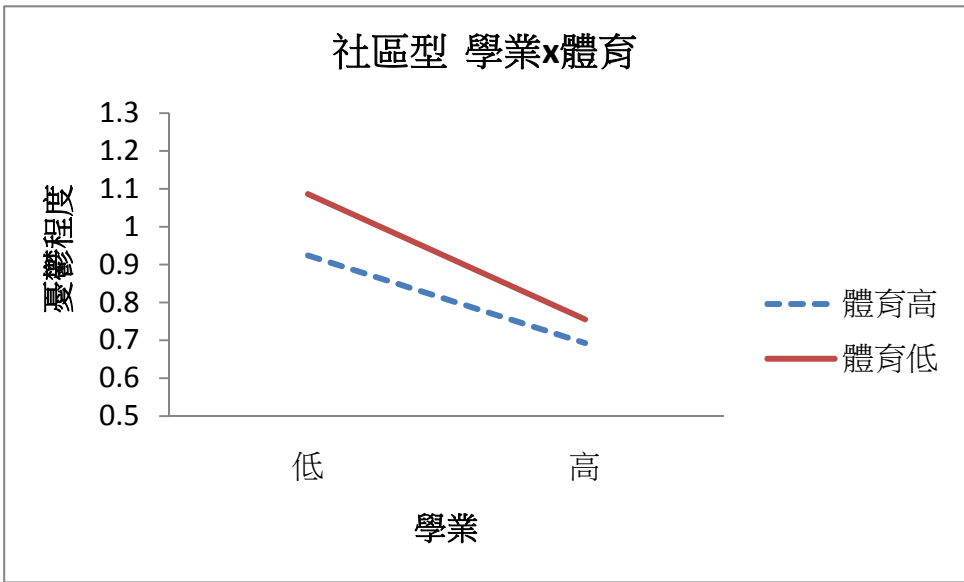


圖 5-1：學業加權確定性與體育加權確定性預測憂鬱之交互作用關係圖（社區型）。



表 5-3

風險因子（受歡迎）與調節因子（體育、美術音樂、電腦與用功）預測憂鬱之階層迴歸分析結果（社區型）。

預測變項	憂鬱											
	體育			電腦			美術音樂			用功		
	ΔR^2	Adj. R^2	β	ΔR^2	Adj. R^2	β	ΔR^2	Adj. R^2	β	ΔR^2	Adj. R^2	B
Step1	.117***	.114***		.117***	.114***		.117***	.114***		.117***	.114***	
父親教育程度			-.032			-.032			-.032			-.032
母親教育程度			.073†			.073†			.073†			.073†
性別			.045			.045			.045			.045
風險因子			-.338***			-.338***			-.338***			-.338***
Step2	.000	.113***		.000	.113***		.000	.113***		.000	.113***	
風險因子 x 性別			-.034			-.034			-.034			-.034
Step3	.008**	.120***		.010**	.122***		.012***	.124***		.045***	.158***	
調節因子			-.094**			-.101**			-.116***			-.217***
Step4	.001	.120***		.001	.121***		.000	.123***		.000	.157***	
調節因子 x 性別			-.077			-.075			-.011			-.022
Step5	.003†	.122***		.001	.122***		.002	.124***		.006	.162**	
風險因子 x 調節因子			.058†			.034			.045			.077**
Step6	.004*	.125***		.004*	.124***		.001	.124***		.002	.163†	
性別 x 風險因子 x 調節因子			-.191*			-.180*			-.095			-.152†

註：預測變項中的粗體字表示為「加權確定性」，其中性別為男生記錄為 1，女生記錄為 2，
 每一個預測變項之 β 值為此變項第一次進入方程式時之數值，陰影部份為驗證本研究之假設的結果
 *** $p < .001$, ** $p < .01$, † $p < .10$.

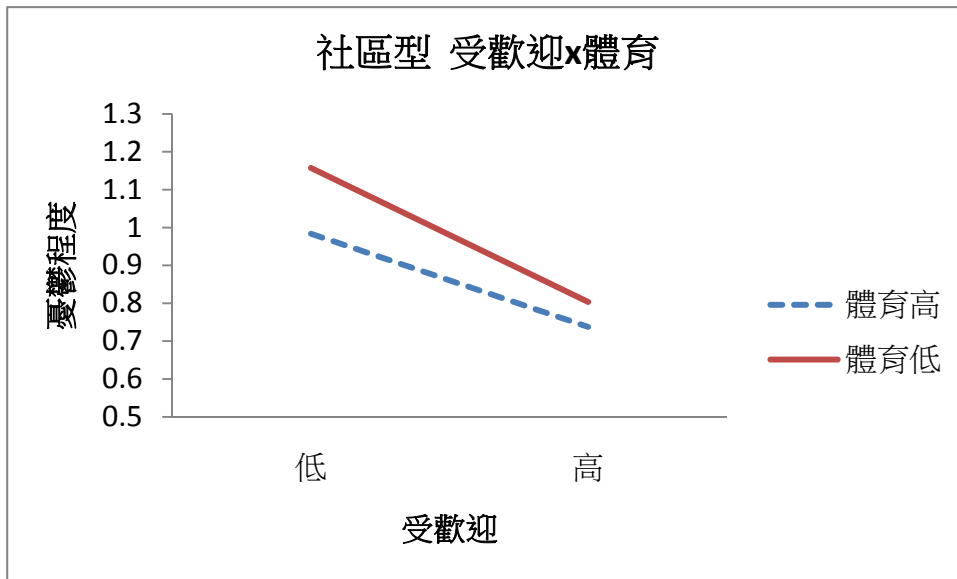


圖 5-2：受歡迎加權確定性與體育加權確定性預測憂鬱之交互作用關係圖（社區型）。

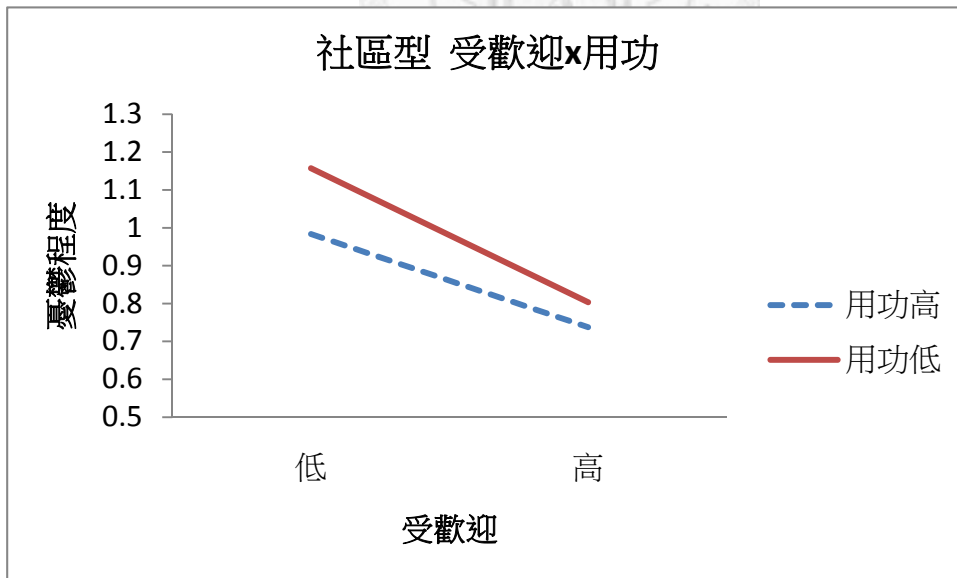


圖 5-3：受歡迎加權確定性與用功加權確定性預測憂鬱之交互作用關係圖（社區型）。

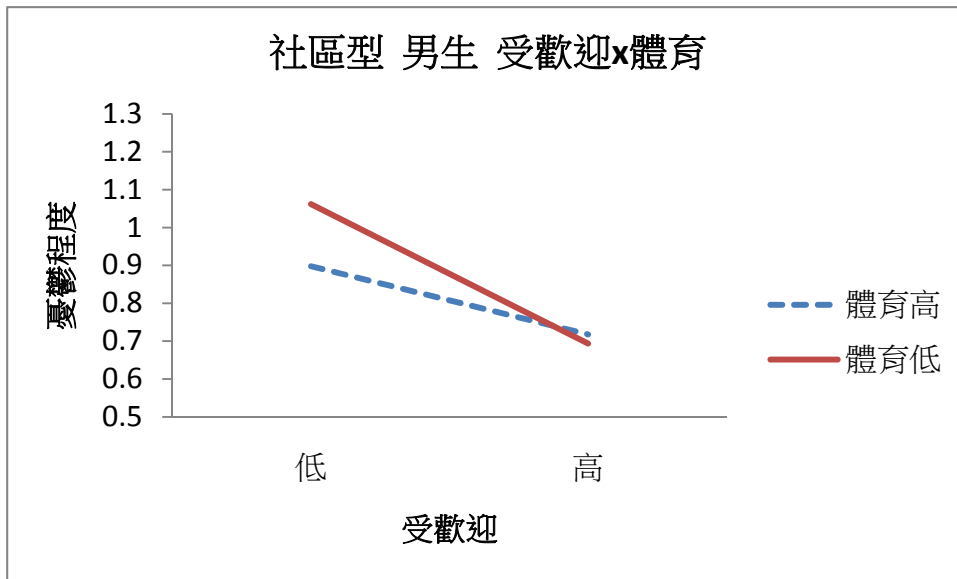


圖 5-4：男生之受歡迎加權確定性與體育加權確定性預測憂鬱之交互作用關係圖（社區型）。

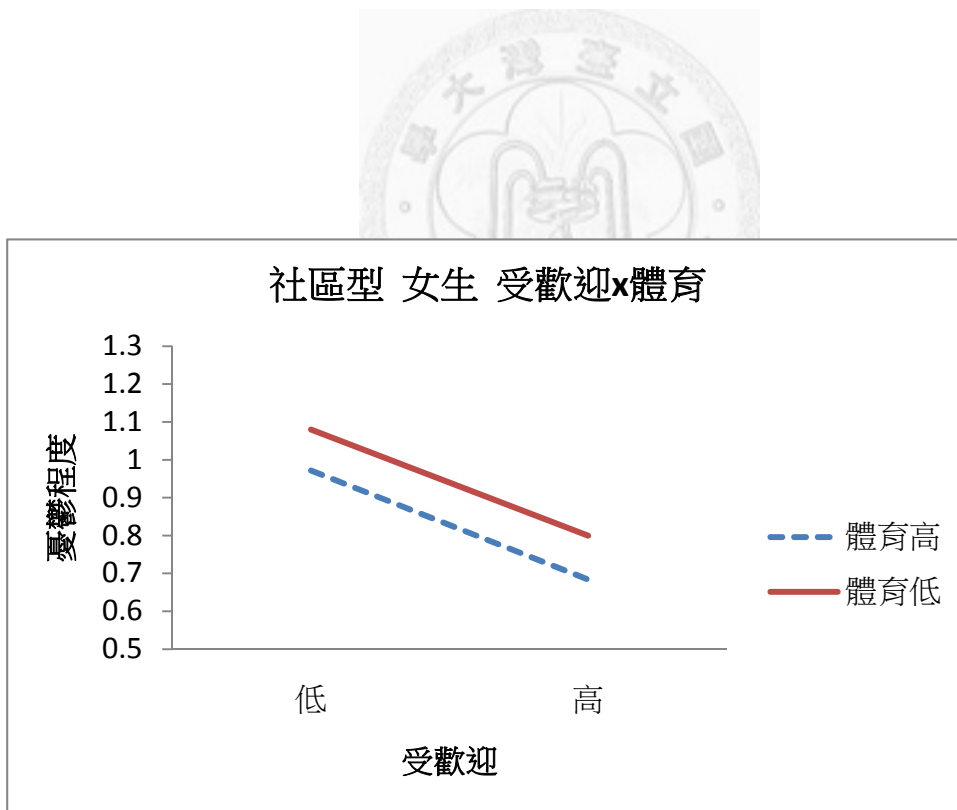


圖 5-5：女生之受歡迎加權確定性與體育加權確定性預測憂鬱之交互作用關係圖（社區型）。

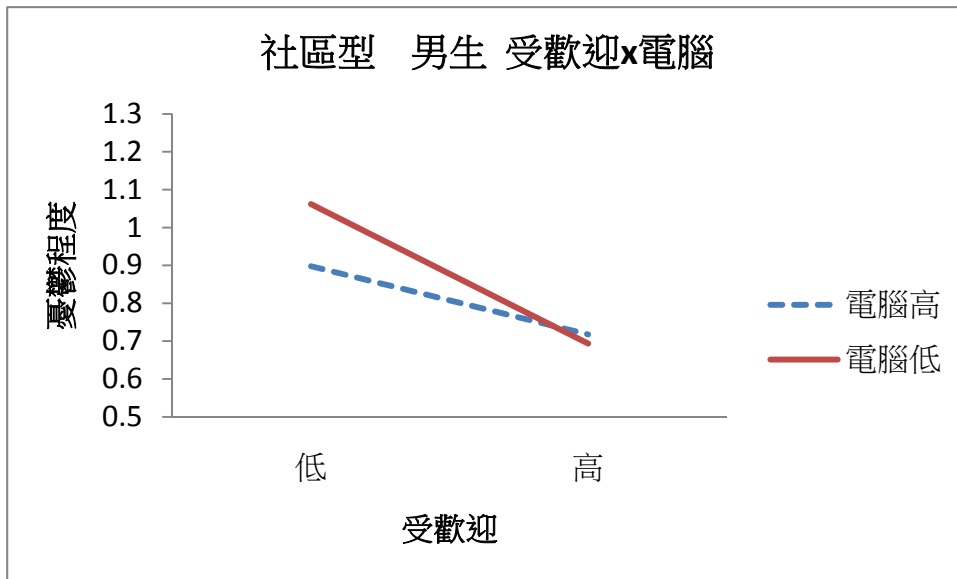


圖 5-6：男生之受歡迎加權確定性與電腦加權確定性預測憂鬱之交互作用關係圖（社區型）。

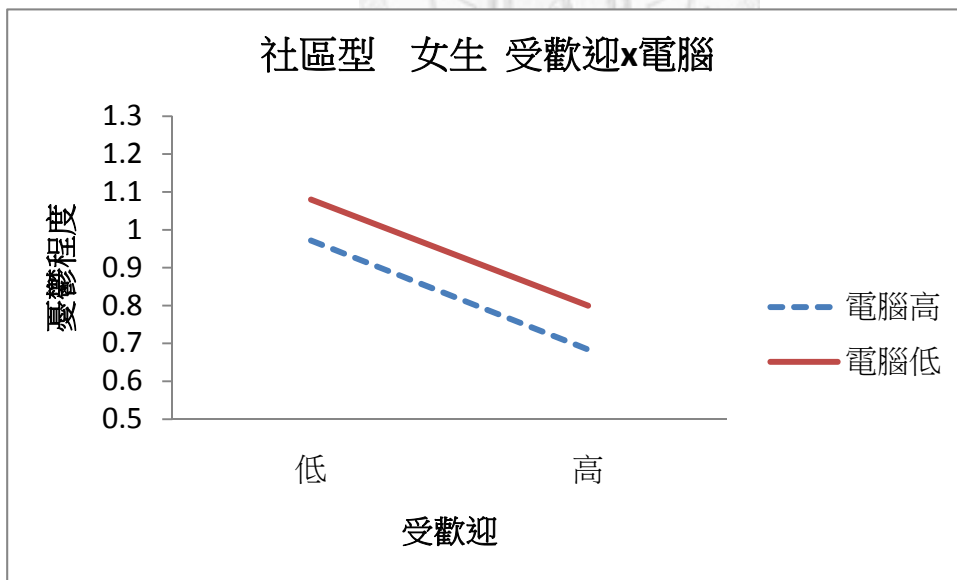


圖 5-7：女生之受歡迎加權確定性與電腦加權確定性預測憂鬱之交互作用關係圖（社區型）。

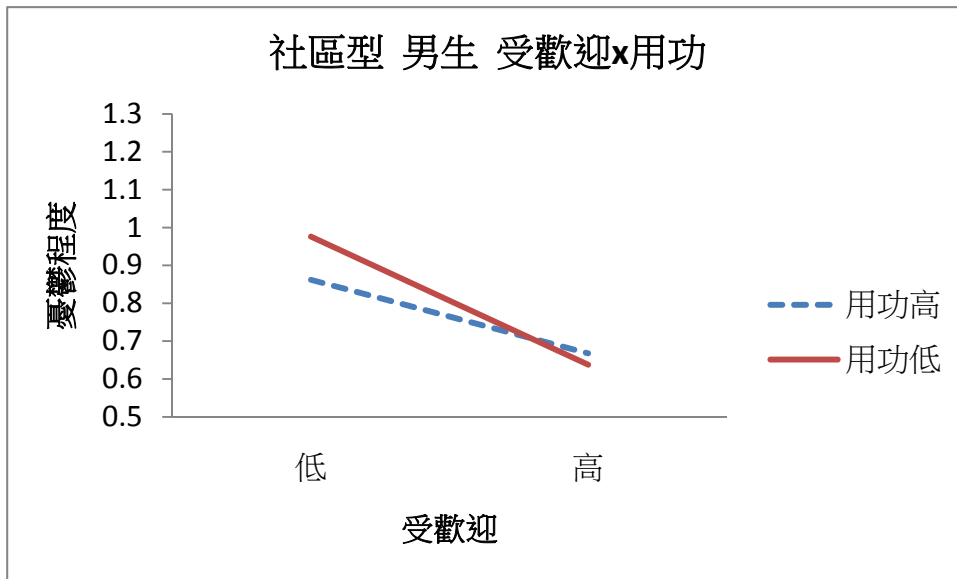


圖 5-8：男生之受歡迎加權確定性與用功加權確定性預測憂鬱之交互作用關係圖（社區型）。

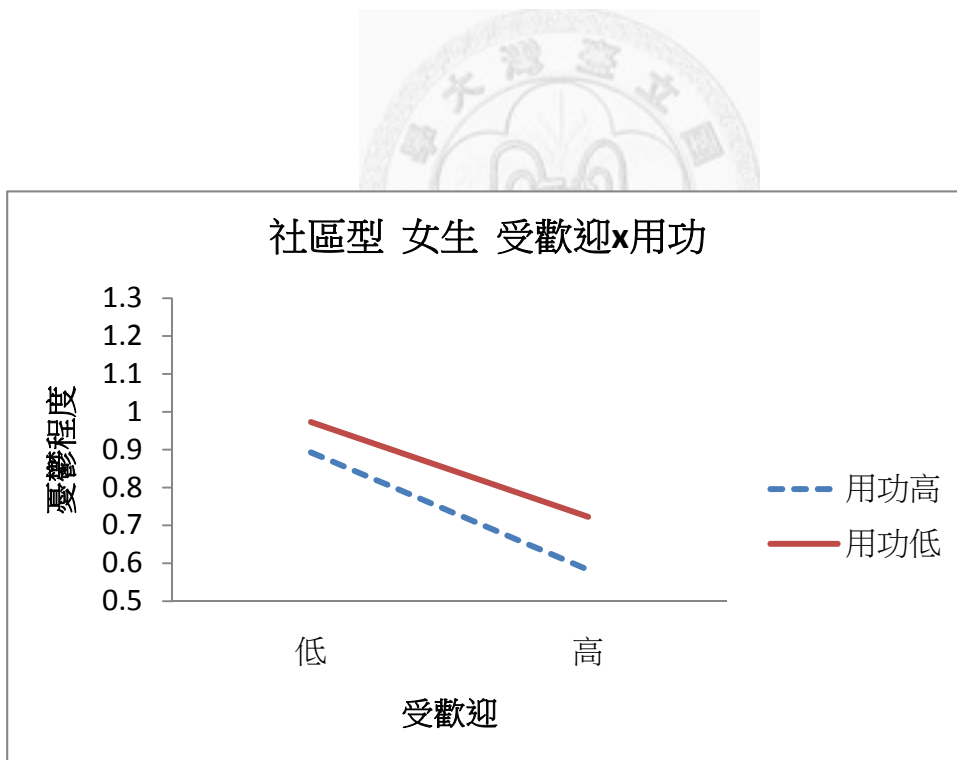


圖 5-9：女生之受歡迎加權確定性與用功加權確定性預測憂鬱之交互作用關係圖（社區型）。

表 5-4

風險因子（外型）與調節因子（體育、美術音樂、電腦與用功）預測憂鬱之階層迴歸分析結果（社區型）。

預測變項	憂鬱											
	體育			電腦			美術音樂			用功		
	ΔR^2	Adj. R^2	β	ΔR^2	Adj. R^2	β	ΔR^2	Adj. R^2	β	ΔR^2	Adj. R^2	β
Step1	.097***	.093***		.097***	.093***		.097***	.093***		.097***	.093***	
父親教育程度			-.058			-.058			-.058			-.058
母親教育程度			.097*			.097*			.097*			.097*
性別			.012			.012			.012			.012
風險因子			-.307***			-.307***			-.307***			-.307***
Step2	.000	.093***		.000	.093***		.000	.093***		.000	.093***	
風險因子 x 性別			-.049			-.049			-.049			-.049
Step3	.009**	.101***		.006**	.098***		.014***	.106***		.046***	.138***	
調節因子			-.099**			-.082**			-.124***			-.219***
Step4	.001	.101***		.001	.098***		.000	.105***		.000	.137***	
調節因子 x 性別			-.098			-.095			-.026			.010
Step5	.001	.101***		.002	.098		.000	.104***		.000	.137***	
風險因子 x 調節因子			.036			.048			.008			-.016
Step6	.000	.100***		.004*	.102***		.000	.103***		.001	.137***	
性別 x 風險因子 x 調節因子			-.009			-.183*			-.016			.084

註：預測變項中的**粗體**字表示為「加權確定性」，其中性別為男生記錄為 1，女生記錄為 2，每一個預測變項之 β 值為此變項第一次進入方程式時之數值，陰影部份為驗證本研究之假設的結果
 *** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$.

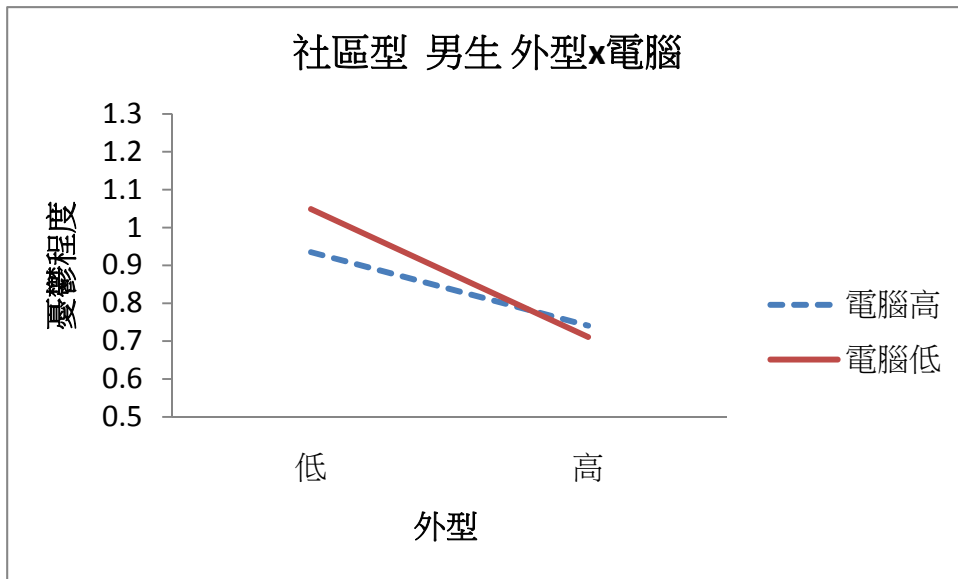


圖 5-10：男生之外型加權確定性與電腦加權確定性預測憂鬱之交互作用關係圖（社區型）。

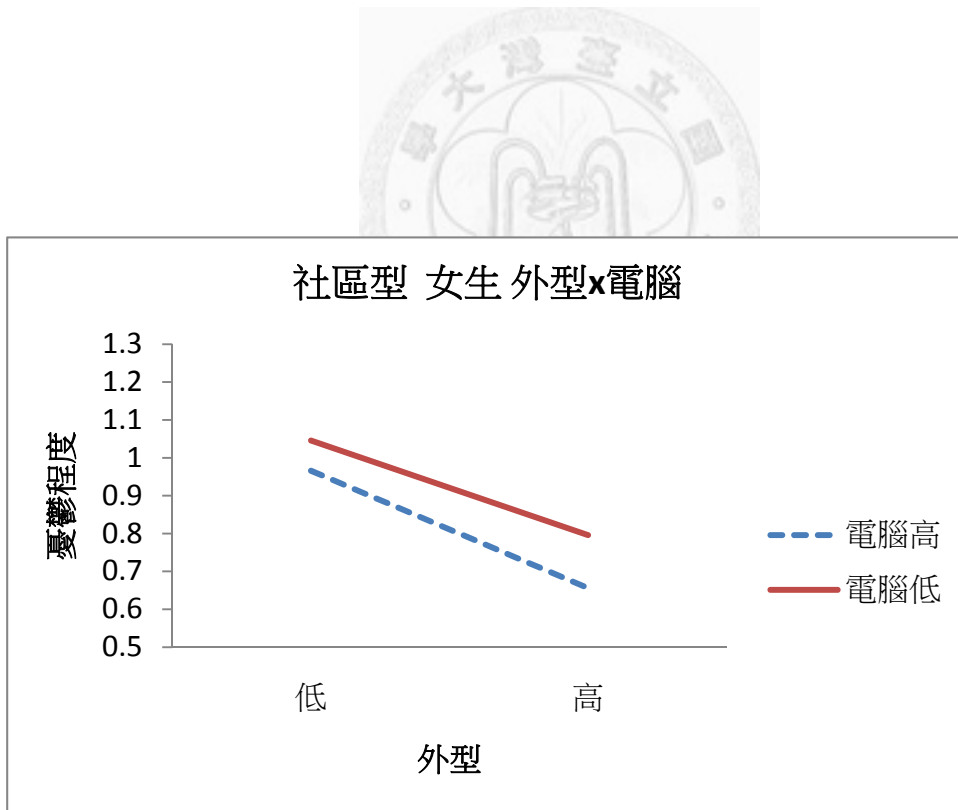


圖 5-11：女生之外型加權確定性與電腦加權確定性預測憂鬱之交互作用關係圖（社區型）。

表 5-5

風險因子（經濟物質）與調節因子（體育、美術音樂、電腦與用功）預測憂鬱之階層迴歸分析結果（社區型）。

預測變項	憂鬱											
	體育			電腦			美術音樂			用功		
	ΔR^2	Adj. R^2	β	ΔR^2	Adj. R^2	β	ΔR^2	Adj. R^2	β	ΔR^2	Adj. R^2	β
Step1	.064***	.060***		.064***	.060***		.064***	.060***		.064***	.060***	
父親教育程度			-.029			-.029						-.029
母親教育程度			.058			.058						.058
性別			.023			.023						.023
風險因子			-.246***			-.246***						-.246***
Step2	.003†	.062***		.003†	.062***		.003†	.062***		.003†	.062***	
風險因子 x 性別			-.174†			-.174†						-.174†
Step3	.018***	.079***		.011**	.072***		.019***	.080		.050***	.111***	
調節因子			-.137***			-.108**				-.143***		-.229***
Step4	.000	.079***		.001	.072***		.000	.079***		.000	.111***	
調節因子 x 性別			-.052			-.091				-.022		.021
Step5	.000	.078***		.001	.072***		.000	.078***		.002	.112***	
風險因子 x 調節因子			.010			.031				.008		.050
Step6	.000	.077***		.001	.072***		.000	.078***		.002	.113***	
性別 x 風險因子 x 調節因子			-.041			.080				-.049		.123

註：預測變項中的粗體字表示為「加權確定性」，其中性別為男生記錄為 1，女生記錄為 2，每一個預測變項之 β 值為此變項第一次進入方程式時之數值，陰影部份為驗證本研究之假設的結果
 *** $p < .001$, † $p < .10$.

表 5-6

風險因子（用功）與調節因子（體育、美術音樂與電腦）預測憂鬱之階層迴歸分析結果（社區型）。

預測變項	憂鬱								
	體育			電腦			美術音樂		
	ΔR^2	Adj. R^2	β	ΔR^2	Adj. R^2	β	ΔR^2	Adj. R^2	β
Step1	.077***	.074***		.077***	.074***		.077***	.074***	
父親教育程度			-0.064			-0.064			-0.064
母親教育程度			.070 †			.070 †			.070 †
性別			.047			.047			.047
風險因子			-0.271***			-0.271***			-0.271***
Step2	.000	.073***		.000	.073***		.000	.073***	
風險因子 x 性別			-0.018			-0.018			-0.018
Step3	.020***	.092***		.015***	.087***		.019***	.091***	
調節因子			-0.144***			-0.125***			-0.143***
Step4	.001	.092***		.001	.087***		.000	.090***	
調節因子 x 性別			-0.082			-0.114			-0.068
Step5	.000	.091***		.000	.087***		.001	.090***	
風險因子 x 調節因子			.011			-0.004			.027
Step6	.002	.092***		.000	.086***		.000	.089***	
性別 x 風險因子 x 調節因子			-0.132			.002			-0.003

註：預測變項中的**粗體**字表示為「加權確定性」，其中性別為男生記錄為 1，女生記錄為 2，每一個預測變項之 β 值為此變項第一次進入方程式時之數值

*** $p < .001$, † $p < .10$.