

國立政治大學學生心理健康篩檢量表之編制

中文摘要

本研究之目的為編製一份適合本校學生的身心健康測驗，並可運用在篩檢高危機學生的量表。本研究並著重於兩大重點：一為藉由測驗篩檢出「心理危機學生」，提供早期預防的心理介入與輔導，二為瞭解本校 98 學年度全校大一新生入學後的身心適應狀態。本研究主要以本校 98 學年度大一新生 2137 人為研究對象，資料分析以描述統計、內部一致性 α 、RASCH Model、LISREL 分析等統計方法進行分析。

本研究的主要發現如下：

一、本研究發展出的量表，包含兩部分，一是『生活適應量表』，主要是測量大學生在一般生活中的適應情形；一是『身心危機量表』，兩部分均有高的信度及效度，因此本研究將此量表命名為『大學生生活適應與健康量表』。

二、受試樣本的測驗結果顯示出，本校大一學生在生活適應部分是在中度適應程度，其中在時間管理的適應最不佳，其次是生涯、學習、情緒、及自我價值部分，對於家庭及感情的適應則較無不適應情形。

三、受試樣本的測驗結果顯示出，本校大一學生在『身心危機量表』上的得分偏低，表示本校大一學生較少出現自我傷害、精神疾病症狀及憂鬱等狀況。

四、透過切截分數的選定，發現本量表可用以篩檢出高危機組的學生，其在生活適應各向度上均較不適應、在身心不健康方面也都較不健康，有較高的危機可能性。

最後，根據本研究之主要發現提出若干意見，以供相關機構與未來研究之參考。

Abstract

The purpose of this study was to compile the scale about physical and psychological condition to fit students in NCCU and to inspect the high-risk students. This study focuses on two major points : First, to inspect high-risky students by the scale and to provide early intervention and prevention of psychological counseling. Second, to understand the physical and psychological condition with freshmen in NCCU. The participants were 2137 freshmen in NCCU. The applied analysis methods were Descriptive Statistic 、Cronbach's α 、RASCH Model 、LISREL Analysis.

The main finding of this study were as follows :

1. The scale was to contain two parts: First, "Life adaptation scale" to measure students' adaptation in daily life. Second, "Physiology and psychology crisis scale" to measure students' unhealthy physiological and psychological condition. Two parts have a high reliability and validity. This study named the scale "College students' adaptation and health scale".
2. The participants were in medium degree with adaptation in daily life and were not best in time management, next were the career, the study, the mood, the self-value. However the participants have adapted to the family and the love.
3. The participants got lower scores in "Physiology and psychology crisis scale. The result indicated that the freshmen little had the self-injury, the psychological illness and melancholy.
4. By selecting the cut-point, this research discovered that the high-risk students adapted badly in every side of life and got lower physiological and psychological health. The high-risk students had the high crisis possibility.

Finally, after discussion, some suggestions were proposed for other organization and further studies.

關鍵詞:

生活適應、心理健康、篩檢量表

目 錄

中文摘要	1
英文摘要	2
第一章 緒論.....	7
第二章 文獻探討.....	9
第一節 高危機學生之理論	9
第二節 各種篩檢量表	14
第三節 本校心理危機學生之分析	23
第三章 研究方法	27
第一節 研究方法及歷程	27
第二節 研究對象.....	28
第三節 測驗編制過程	28
第四節 分析方法.....	37
第四章 研究結果	38
第一節 測驗信度考驗結果	38
第二節 全體受試者在本量表之分析結果.....	44
第三節 測驗效度考驗結果.....	45
第四節 危機學生的篩檢	51

第五章 結論、討論與建議.....	72
第一節 結論	72
第二節 討論與建議	73
參考文獻.....	78
附錄一 危機指標.....	81
附錄二 預試量表.....	84
附錄三 正式完成之量表.....	88

表 目 次

表 2-1-1	以壓力指標探討高危機學生指標之相關文獻	10
表 2-1-2	以『素質-壓力模式』探討高危機學生指標之文獻	12
表 2-2-1	國內大學篩檢高關懷學生常用的人格測驗量表	15
表 2-2-2	國內各大學篩檢高關懷學生的常用診斷性心理量表	17
表 2-2-3	篩檢高關懷學生常用的「素質-壓力模式」類的篩檢量表	20
表 2-3-1	政大 95~97 學年度危機學生主訴問題分析	23
表 2-3-2	政大學生 95~97 學年度危機學生行為	25
表 2-3-3	95~97 學年度危機學生接受身心生活適應量表施測之統計	26
表 3-3-1	預試生活適應指標之『內部一致性 α 』分析	33
表 3-3-2	預試危機指標之『內部一致性 α 』分析	33
表 3-3-3	正式施測人數分佈統計表	36
表 3-3-4	所有受試者年級分佈表	37
表 4-1-1	RASCH Model	38
表 4-1-2	政治大學學生心理健康量表生活適應指標各題目之模式適配情形	39
表 4-1-3	正式定案量表之 Cronbach's α 係數	43
表 4-2-2	本校受試者在危機指標之題平均數	44
表 4-2-1	本校受試者在生活適應指標之題平均數	44
表 4-2-3	本校受試者在簡式健康量表之題平均數	45
表 4-3-1	簡式健康量表與自我傷害、憂鬱及精神疾病症狀分量表之相關表	46
表 4-3-2	各類適配指標值	48
表 4-3-3	LISREL 總指標 (共變)	50
表 4-4-1	本研究自編量表的危機指標總分原始分數、能力參數值與訊息量對照表	52

表 4-4-2	切截分數為 93 分的獨立樣本 t 檢定.....	55
表 4-4-3	全體受試者危機指標總分之次數分配表.....	58
表 4-4-4	切截分數為危機總分 77 分的獨立樣本 t 檢定.....	61
表 4-4-5	切截分數為危機總分 70 分的獨立樣本 t 檢定.....	65
表 4-4-6	以自我傷害或簡式健康分數主觀選擇之獨立樣本 t 檢定.....	69

圖 目 次

圖 2-1-1	「完美主義」在素質壓力模式中之影響性	11
圖 2-1-2	影響自殺意念之因素	13
圖 2-3-1	政大 95~97 學年度危機學生主訴問題統計圖... ..	24
圖 2-3-2	政大學生 95~97 學年度危機學生行為	25
圖 3-1-1	研究歷程圖	27
圖 4-3-1	LISREL 理論架構	46
圖 4-3-2	將部分指標設定為共變後之 LISREL 理論架構圖	49

國立政治大學學生心理健康篩檢量表之編制

第一章 緒論

本校學務處心理諮商中心實施大一新生全面普測「身心健康量表」已達 11 年之久，此項業務的主要目的有二，目的一是想藉由測驗篩檢出「心理危機學生」，以期達到對可能憂鬱與自傷的危機學生，提供早期預防早期處遇的心理介入與輔導，目的二則藉由測驗了解本校新生的身心健康程度，提供各院系所作為輔導學生的參考。此項工作業務，不僅為教育部 2006 年發函明文列為重點推動業務，評鑑學務工作的指標向度外，更在台灣每年大學生自殺率逐漸攀高的同時，可作為本校憂鬱自殺防治最有效之介入。

而影響上述篩檢預防工作是否達成成效，最重要也最核心的關鍵，在於篩檢量表工具之選擇。量表的選擇除了決定篩檢心理危機學生的標準，影響是否能篩檢出真正有危機的學生進行追蹤處遇外，也決定各系所可以透過此工具了解每年大一新生的身心健康資料指標。因此篩檢量表的選擇，也常為各校諮商輔導中心實務上最棘手與爭議討論的項目。例如本中心曾於 95 年、97 年分別應邀在陽明大學與靜宜大學「高關懷學生篩檢知能」研討會上分享本校此項工作之現況與困難。

由於篩檢工具非常多，本研究認為「心理危機學生篩檢」的量表工具之選擇，可略從如何篩檢出心理危機學生的不同看法，而歸類出三類不同的量表工具，一是使用「人格測量量表」，如「新訂賴氏人格測驗」（賴保禎、賴美玲，2003），藉由特殊特質如抑鬱性、攻擊性，來推論可能的心理危機學生。二是使用「診斷性心理測驗」，如「貝克憂鬱量表」（陳心怡譯，2000），藉由已經出現的憂鬱、焦慮等臨床症狀，來篩檢可能的心理

危機學生。三則是使用「素質-壓力模式」(diathesis-stress model)所編制的量表工具，此理論的看法是，每個人皆會遇到壓力源，但是否會生病，則是受個人潛在的心理困擾傾向與個人的心理及社會資源，來推論是否出現適應不良，甚至嚴重心理疾病的產生，如本中心過去 11 年使用的「身心生活適應量表」(吳英璋、許文耀，年代不詳)即屬此類工具。有關上述各項工具的說明會在文獻探討中詳細說明。

但究竟哪一類的量表工具，最能達到篩檢心理危機學生之有效性？尤其本校每年花費十餘萬元執行本計劃，是否真的有達到預期之成效呢？

為回答此問題，本中心以兩種方式嘗試回答之。一是以實務為基礎 (practice-based) 之方式，在本中心根據上述工具篩檢出高危險群學生後，進行個別追蹤訪談時常發現，被追蹤學生常回應自己的身心狀況還好，與篩檢出來的分數有意義上的落差。另一方式為以證據為基礎 (evidence-based) 之方式，本中心在 95 學年及 97 學年即針對原使用之量表進行量表之初步信效度考驗。結果發現原使用量表「身心生活適應量表」所篩檢出的心理危機學生中，被「台灣人憂鬱量表」重複篩檢的百分比為 58.70%；另外，97 學年第一學期所發生的心理危機學生（如：精神疾病症狀發作、自殺企圖等），僅 12.12% 曾被原使用量表「身心生活適應量表」成功篩檢出。基於在實務上及數字證據上之結果，均顯示本中心所採用的篩選性量表，是需要考量是否修改或更換其他量表之必要。但本中心亦評估過，若要改採其他學校所使用之向出版社購買已發展完成之量表，除了本校每年在此業務上需付出之經費外，還需額外花費 2-4 萬元的測驗購買費，且相關量表是否真能有效篩選出心理危機學生，在各研討會上仍常被提出討論，仍是一大問題。因此，本計劃基於以上緣由，希望能透過評估各種不同類型量表工具在篩檢心理危機學生上的有效性後，自編或修改發展出一份符合本校新生的心理健康篩檢量表工具。因此本研究之目的即是編制一份適合本校學生，且是具信、效度，可運用在篩檢高危機學生的量表。

第二章 文獻探討

第一節 高危機學生之理論

過去在探討篩選高危機學生指標的文獻中，大致上從『壓力指標』、『素質壓力模式』、『憂鬱/自殺指標』三方面探討之。本節將一一針對以下指標說明：

一、『壓力指標』

許多研究定義『壓力』是指大學生在學習階段的過程中，可能面臨的各種壓力來源或問題（黃政昌、王蔚竣，2008）。並以此指標做為檢測高危機學生之依據。

王蔚竣（2007）針對大學生心理壓力的研究中指出，壓力可來自個人自身壓力（身體健康、生活挫折、環境適應、較低的自我認識、戀愛失敗和家庭因素）及社會環境壓力（學校環境、人際關係、求職擇業、學業失敗、情緒波動）。

李虹、梅錦榮（2002）透過大學生壓力量表的編制則發現，在校園中有 15 種主要壓力源，其順序為：學習、就業、人際關係、生活、戀愛關係、經濟、社會、考試、家庭、生活及學習環境、未來、能力、個人（成長、外表、自信）、健康、競爭。

此外，徐長江、鍾晨音（2002）針對浙江省大學生心理壓力的調查研究也發現，壓力來源主要有學習壓力（包括學習的動力、內容、適應性、環境及考試壓力等）、社交壓力（包括學校、家庭及社會的人際關係等）、生活壓力（包括經濟壓力、日常生活習慣、健康狀況等）、自我發展與擇業壓力（包括自我發展的空間、機會，將來擇業、就業等）。

經本研究閱讀已有文獻後，將以壓力指標探討高危機學生指標之文獻整理如表 2-1-1（王蔚竣，2007；李虹、梅錦榮，2002；徐長江、鍾晨音，2002）。

表 2-1-1 以壓力指標探討高危機學生指標之相關文獻

作者	高危機學生之指標內涵
王蔚竣 (2007)	個人自身壓力、社會環境壓力。
李虹、梅錦榮 (2002)	學習、就業、人際關係、生活、戀愛關係、經濟、社會、考試、家庭、生活及學習環境、未來、能力、個人、健康、競爭。
徐長江、鍾晨音 (2002)	學習壓力、社交壓力、生活壓力、自我發展與擇業壓力。

綜合以上研究，我們可以發現高危機學生的壓力主要來自於個人自身壓力、及社會環境，而社會環境包含從課業、家庭、社交、就業、及更大的社會、經濟等。

二、『素質-壓力模式』

所謂『素質-壓力模式』(diathesis-stress model)，是假設個體若有傾向得某種心理疾病的素質，則特別容易受壓力的情境影響而產生相對應的偏差行為 (Kring, Davison, Neale & Johnson, 2006；黃政昌、王蔚竣，2008)。本研究基於此模式，探討相關的文獻如下：

在黃政昌、王蔚竣 (2008) 的『大學生心理健康量表』中可知，從個人的素質傾向發掘出高危險群的五個傾向：憂鬱 (無望、漠不關心、體重與食慾改變、悲傷、無助)、焦慮 (莫名緊張、過度擔心、思考混亂、害怕互動、注意力不集中、容易失控)、自傷 (自傷念頭、自我批評、退縮、容易生病、逃避、孤獨)、衝動行為 (向外攻擊、易怒、好動、厭煩、放棄)、精神困擾 (被迫害、幻覺、孤芳自賞、錯綜感覺、懷疑伴侶不忠實、控制他人)、效度指標 (常態性出錯、快樂、衝突、羨慕)，由以上五個向度，各自搭配認知、情緒、行為、生理四個題目，組合成該量表。

在連廷嘉 (2003) 針對高危險群青少年之研究中，從家庭因素 (管教

態度、親子關係)、個人因素(自我概念、認知扭曲、自我控制、因應策略)、學校因素(學業表現、學校人際)等方面探討。結果可知下列四種組型：1、中輟傾向：與親子關係、學業表現有高度相關。2、犯罪傾向：與自我控制、認知扭曲有高度相關。3、藥物濫用：與親子關係、認知扭曲、學業表現有高度相關。4、憂鬱自我傷害：與親子關係、自我概念、因應策略有高度相關。

Chang (2000) 提出「完美主義」在素質壓力模式中之影響性，其發現生活滿意度是受到(完美主義與壓力)函數的影響，完美主義會直接影響焦慮及負向情感。

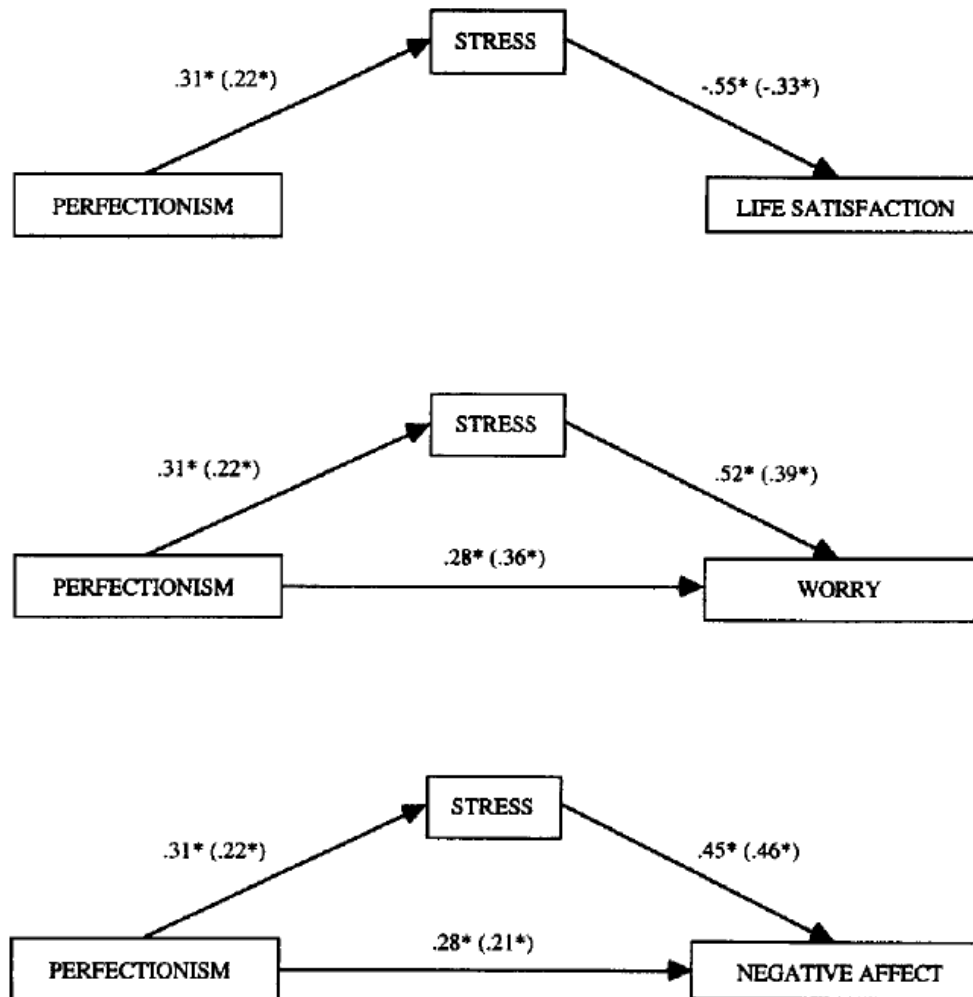


圖 2-1-1 「完美主義」在素質壓力模式中之影響性

依據前述文獻，以『素質-壓力模式』探討高危機學生指標之文獻整理如表 2-1-2（黃政昌、王蔚竣，2008；連廷嘉，2003；Edward C. Chang，2000）。

表 2-1-2 以『素質-壓力模式』探討高危機學生指標之文獻

作者	高危機學生之指標內涵
黃政昌、王蔚竣 (2008)	憂鬱、焦慮、自傷、衝動行為、效度指標。
連廷嘉 (2003)	家庭因素、個人因素、學校因素。
Edward C. Chang (2000)	完美主義會直接影響焦慮及負向情感。

綜合以上研究，從『素質-壓力模式』可知，高危機學生壓力大時，若學生本身具有完美主義、憂鬱、焦慮等素質時，容易提高危機發生的機率。

三、『憂鬱/自殺指標』

在 Gau, Chen, Tsai, Lee, Chiu, Soong 等人 (2008) 針對本國的大學生自殺風險因素的研究中可知，自殺與神經質、追求刺激有正相關；自殺傾向與藥物濫用發生有關；高危險群較中危險群與低危險群在與父母互動上會有較多的父母過度保護、獨裁主義、控制並且有較少的情感表達；高危險群與中危險群具有較差的家庭適應能力。

Lisa C. & Peter M. (2005) 的研究結果發現影響自殺意念有以下三個因素，其中 hopelessness 及 depression symptom 是直接影響因素，負向生活事件 (NLE) 則是間接影響因素。但是若控制 DEPRESSION，則 hopelessness 失去預測力，如圖 3 所示。

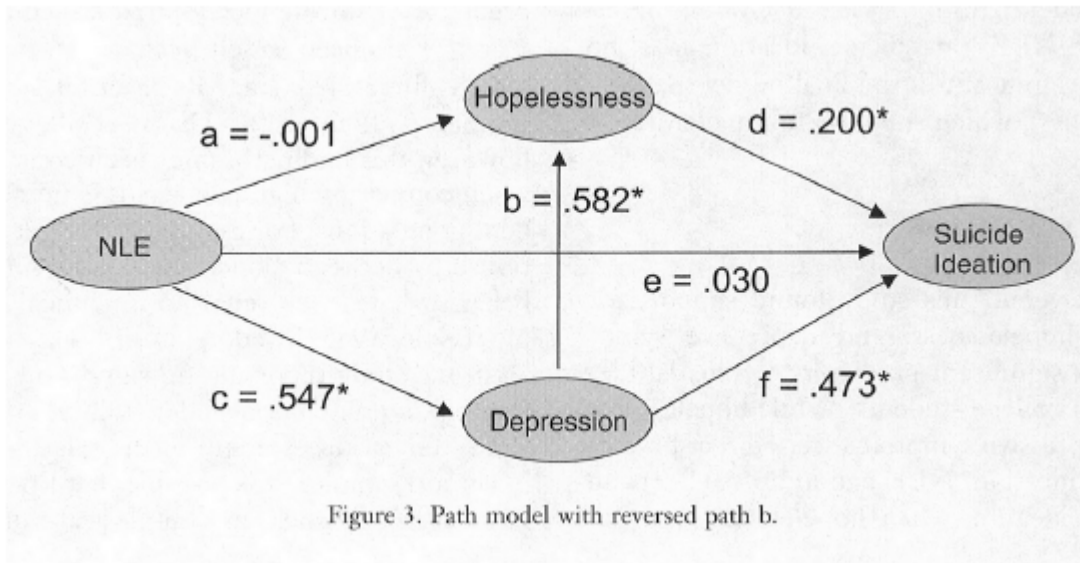


圖 2-1-2 影響自殺意念之因素

在 Paladino & Minton (2008) 的研究可知，從 BASIC ID 來分析自殺者，其行為上會有出現過去沒有的行為，例如酗酒、出現危險行為、送他人東西、不去上課、遠離人群等行為。情緒上會出現緊張、難過、挫折、罪惡感、冷淡、憂鬱的情緒。知覺方面會有錐心之痛、心絞痛、頭痛的感覺。心像部分，則缺乏正向形象，例如：無希望、之前的錯誤、死亡或是喪禮的心像。認知方面則有無法度過這一學期、沒有人關心他、過份擔心、低自我接納等想法。藥物方面，則可能有煙癮或酒癮。

陳若璋 (1988) 認為大學生知識水準較高，因此大學生憂鬱之表現形式，主要以心理及情緒上的偏差來表達情緒困擾，少以身體的症狀呈現。而大學生憂鬱症狀主要表現在認知及情緒上的偏差為主，包括負向的自我概念、不滿、空虛、罪惡感、悲觀與無助感，以及情緒低落鬱悶等 (黃惠貞，2003；陳清泉，1989)。綜合以上研究，本研究認為，當高危機學生處在壓力情境下時，容易出現憂鬱、自傷、情緒低落等各種症狀，因此，本研究認為在探討高危機學生的特質或篩選機制時，宜從這幾個面向探討、分析之。

第二節 各種篩檢量表

由於篩檢量表工具之選擇，為影響本校是否能及早發現、篩幾出高危險、或需要高關懷學生，以達成該工作成效之核心關鍵。因此，在本量表發展之初，便參考國內外許多相關的篩檢量表，期望能以理論及已有工具為基礎，從相關量表中，找出核心的篩檢指標。本研究依據台灣各大學目前較常使用的各種篩檢高關懷學生的量表工具，並依據前述文獻的 3 類理論，將所使用的工具分為以下三類別。

(一) 人格測驗量表

主要是藉由人格特質中較「脆弱性」的特殊特質，如抑鬱性、攻擊性，來推論可能的高關懷學生，如新訂賴氏人格測驗(賴保禎、賴美玲，2003)、柯氏性格量表(KMHQ)(柯永河，1998)、基本人格量表(BPI)(吳武典、林幸台、王振德、郭靜姿，1999)等。目前台灣各大學校院常用來篩檢高關懷學生的人格測驗，整理如表 2-2-1。依據實務瞭解，其中賴氏人格測驗是較常被大專校院使用之測驗工具。

表 2-2-1 國內大學篩檢高關懷學生常用的人格測驗量表

測驗名稱	測驗內容介紹	篩選量尺	高關懷學生 篩檢標準
新訂賴氏人格測驗（賴保禎、賴美玲，2003）	瞭解個人在內外 向性格、社會適 應性、情緒穩定 性及心理健康等 的人格特徵為 主。	1. 內外向性格因素：G 活動性、A 領導性、 S 社交性、T 思考 性、R 安逸性。 2. 社會適應性因素：O 客觀性、Co 合作 性、Ag 攻擊性。 3. 情緒穩定因素：C 變異性、I 自卑感、 N 神經質。 4. 心理健康因素：ST 緊張性、AN 焦慮 性、D 憂鬱性。 5. 受試者是否坦承：L 虛偽性。	1. 測驗結果 會分類成 A （平均型）、B （暴躁型）、C （冷靜型）、D （領導型）、E （孤僻型）、F （未能歸 類）。 2. 篩檢高關 懷學生大多 以 B、E 類型 學生為主。
柯氏性格量表 （KMHQ）（柯永 河，1998	了解個人的性 格、心理健康與 偏差程度。	疑心、慮病、離群、 信心、自卑、焦慮、 強迫性格、性壓抑、 攻擊性、自我強度、 獨立性、男性化、女 性化、外向、神經質、 消極攻擊、離群、分 裂型、精神病型量	可經由測驗 推估妄想症 狀、精神分裂 症、精神官能 症、躁症、或 誇大妄想、情 感型精神分 裂症。

		尺、歇斯底里型、邊緣型、自戀型、整潔守規因素。	
基本人格量表 (BPI) (吳武典、林幸台、王振德、郭靜姿, 1999)	透過此量表描述一般人及異常者的行為症候，評量人格與精神病理學上多面向特質，藉以鑑別適應不良或心理疾病。	慮病 VS. 健康、抑鬱 VS. 開朗、人際問題 VS. 人際和諧、迫害感 VS. 信任感、焦慮 VS. 自在、虛幻感 VS. 現實感、衝動 VS. 穩健、內向 VS. 外向、自貶 VS. 自尊、異常 VS. 正常等十個分量表。	十個分量表又可分為個人適應、社會適應與情緒困擾三個組型，分數愈高，負向特質愈高。
健康、性格、習慣量表 (HPH) (柯永河)	藉由量表瞭解個案精神狀態、焦慮狀態、人際互動等面向，以測量三大類心理疾病、整體心理功能、及心理健康程度。	(一)三大類型心理疾病罹患程度：精神病傾向、焦慮障礙(或精神官能症)傾向、性格傾向 (二)整體心理功能受損等級 D (三)自評心理健康程度及可靠程度	

(二) 診斷性心理量表

本類工具主要是藉由已經出現的憂鬱、焦慮等臨床症狀，來推論可能的高關懷學生，如「貝克憂鬱量表」(陳心怡譯, 2000)等。台灣大學校

院常用來篩檢高關懷學生的診斷性心理量表，整理如表 2-2-2，其中貝克憂鬱量表、台灣人憂鬱症量表、柯氏憂鬱量表等均是各校常用之量表。

表 2-2-2 國內各大學篩檢高關懷學生的常用診斷性心理量表

測驗名稱	測驗內容介紹	篩選量尺	高關懷學生篩檢標準
柯氏憂鬱量表 (柯慧貞, 1989)	1. 包含認知、情緒、行為、生理等四個憂鬱層面。 2. 檢視自身的憂鬱情緒及自傷行為傾向。	心情沮喪、悶悶不樂、感到悲傷、絕望、感到厭煩、易怒、胃口變差、體重減輕、睡眠品質、睡眠量、說話及活動量減少、性需求減低、易累、無自信、注意力集中程度、自殺念頭等。	1. 高分 (21 分以上)。 2. 在第 26 題自殺意念題目中，填答 2 或 3 或 4 者，表示其有自殺意念或企圖，必須立即進行自殺之預防處置；若憂鬱分數高於 21 分，則更需注意。 3. 在第 22 題填答 3 或 4 者，請注意可能有精神病傾向，請及早協助就醫。
貝克憂鬱量表 (BDI-II) (中國行為科學社)	評估個案是否具有和 DSM-IV 準則一致的憂鬱症狀及其嚴重程度。	憂鬱症狀 (含體重減輕、身體心向改變、精力喪失、睡眠與食慾改變等)。	1. 分數標準： 17~20 分： 憂鬱症邊緣。 21~30 分： 中度憂鬱症。 31~40 分： 嚴重憂鬱症。 ≥40 分： 極端憂鬱症。

			2. 若個人長期維持在 17 分以上，則需要專業人員的協助治療。
貝克絕望感量表 (BHS) (中國行為科學社)	測量受試者對未來的負向態度 (對未來感到悲觀)	測驗分數反映絕望感三個主層面：對未來的感受、喪失動機與喪失期望。	1. 分數標準： 0~3 分：極輕度。 4~8 分：輕度。 9-14 分：中度。 ≥14 分：重度。 2. BHS 與自殺顯著相關。
貝克自殺意念量表 (BSS)	1. 評估受試者的自殺想法。 2. 含 5 個篩選項目與 21 組測驗項目，篩選項目有助於減縮無自殺意圖病人的自殺評估過程。	前 19 組測量自殺意願、態度和計畫的嚴重程度。	1. 每一組題目，從 0 到 2 分，逐次反映嚴重程度的提升。 2. 適用對象：17 歲以上。
董氏憂鬱量表 (大專版，林家興、陳玉芳、葉雅馨、徐佳玲、孫正大，2008)	1、『人際』是大學生特別重要的指標，大學生憂鬱症狀較多顯現在人際層面。 2、探討認知、行為、情緒面向及	認知量表、行為量表、情緒量表外，另有人際量表。	

	人際關係之瞭解。		
台灣人憂鬱症量表 (董氏基金會)	以區分憂鬱症為目標，測量最近一星期以來關於憂鬱的情緒與生理狀態。		得分超過 28 分，代表已經感到明顯的沮喪與難過，需要立刻開始尋找專業醫生的診療及家人朋友的協助。
青少年憂鬱量表 (黃君瑜、許文耀，2003)	1、台灣地區青少年之憂鬱包含七因素：冷漠、失去興趣、無望、心理動作遲滯、在乎他人、失去精力、躁動與沮喪。其中以『冷漠』有最大解釋力。 2、台灣地區青少年憂鬱的特有因素為『在乎他人』。		
青少年憂鬱情緒自我檢視表 (董氏基金會、黃國彥、張本聖、吳佑佑、葉雅馨、	提供青少年自我檢視憂鬱情況。	憂鬱情緒、憂鬱生理、憂鬱認知、憂鬱行為。	

詹佳真，2004)			
曾氏心理健康量表 (俞筱均、黃志成，1984)	瞭解心理健康的傾向。	憂鬱量尺、焦慮量尺。	

(三) 依據「素質-壓力模式」(diathesis-stress model) 所編制的量表工具

本理論模式的看法是，每個人皆會遇到壓力源，但是否會生病，則是受個人潛在的心理困擾傾向與個人的心理及社會資源，來推論是否出現適應不良，甚至嚴重心理疾病的產生，如本校過去 11 年使用的「身心生活適應量表」(吳英璋、許文耀，年代不詳) 即屬此類工具。台灣各大學校院常用來篩檢高關懷學生的「素質-壓力模式」類的心理量表，整理如表 2-2-3。

表 2-2-3 篩檢高關懷學生常用的「素質-壓力模式」類的篩檢量表

測驗名稱	測驗內容介紹	篩選量尺	高關懷學生篩檢標準
大學生身心適應調查表 (朱錦鳳，2008)	協助教師與輔導人員發現困擾學生的問題，進而幫助學生成長與適應。	生活困擾、時間管理困擾、生涯困擾、學習困擾、家庭困擾、人際困擾、感情困擾、情緒困擾、精神困擾、生理困擾。	可在精神困擾量尺中篩選出有自殺念頭及較需關懷的學生。
大學生心理健康量表 (黃政昌、王蔚竣，2008)	篩選出心理困擾特質高的學生。	憂鬱傾向、焦慮傾向、自傷傾向、衝動行為、精神困擾。	

身心生活適應量表 (吳英璋、許文耀, 年代不詳)	綜合生理、心理、社會方面的「壓力模式」所設計, 適應不良為個人心理、生理及社會資源的影響。	身心症狀類別數、正向支持、負向情緒因應。	高關懷學生須滿足以下三個條件： 1. 身心症狀類別數、負向情緒因應皆高於平均分數 1 個標準差。 2. 正向支持低於平均分數 1 個標準差。 3. 負向情緒第 25 題嚴重憂鬱或 26 題自殺念頭, 須填寫經常 4 或總是如此 5。
大學生心理適應量表 (陳李綢, 2000)	瞭解大學生的適應問題與困難所在及評估與診斷大學生心理適應問題。	六個適應力指標：問題解決及決策力、家庭及人際關係、個人自信及勝任力、學習適應力、情緒適應力、價值判斷力。	
我的人生量表	1、全面性篩選具	1、人生寫實：有	

<p>(程國選、吳武典，2004)</p>	<p>有自我傷害傾向的學生，減少自殺的產生。</p> <p>2、可突破學生的防禦心，偵測隱瞞自殺意念的學生。</p> <p>3、提供探討學生正負向人生價值，作為有關生命教學成效檢核之用。</p>	<p>愉悅性、效率性、積極性、主控性等「正向人生」與困擾性、慮病性、失落感、疏離感等「負向人生」，共 8 個分量表。</p> <p>2、心橋園地：以同儕觀察篩選出優先施行生命教育課程的對象。</p>	
-----------------------	---	---	--

第三節 本校心理危機學生之分析

為了能編制一份適合本校學生的篩檢量表，本節將說明本校近年來高危機學生的狀態。

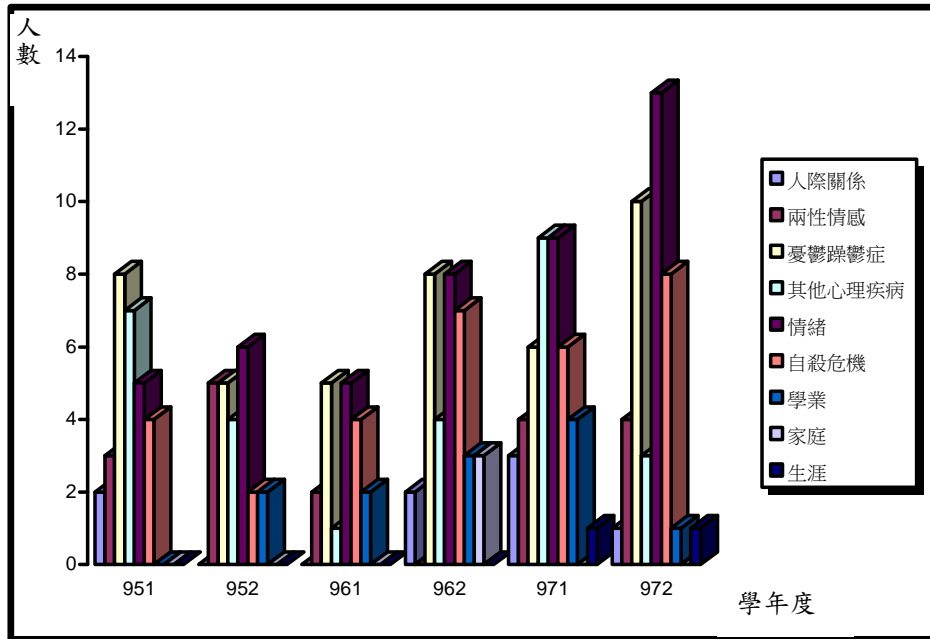
(一) 危機學生主訴問題

依據 95~97 學年度本校心理諮商中心協助的危機學生資料分析，發現本校危機學生主訴問題中，最高者為情緒問題，接著依序為憂鬱躁鬱症、自殺危機。可見情緒、憂鬱躁鬱、及自殺等問題可能需要列為本校主要之篩檢危機參考指標。下表 2-3-1 及圖 2-3-1 為依據 95~97 學年度本校心理諮商中心協助危機學生主訴問題統計結果：

表 2-3-1 政大 95~97 學年度危機學生主訴問題分析

主訴問題 \ 年度	951	952	961	962	971	972	累計
人際關係	2	0	0	2	3	1	8
兩性情感	3	5	2	0	4	4	18
憂鬱躁鬱症	8	5	5	8	6	10	42
其他心理疾病	7	4	1	4	9	3	28
情緒	5	6	5	8	9	13	47
自殺危機	4	2	4	7	6	8	31
學業	0	2	2	3	4	1	12
家庭	0	0	0	3	0	0	3
生涯	0	0	0	0	1	1	2
總計人數	29	24	19	35	42	41	190
總使用人次	224	94	79	276	239	205	1117

圖 2-3-1 政大 95~97 學年度危機學生主訴問題統計圖



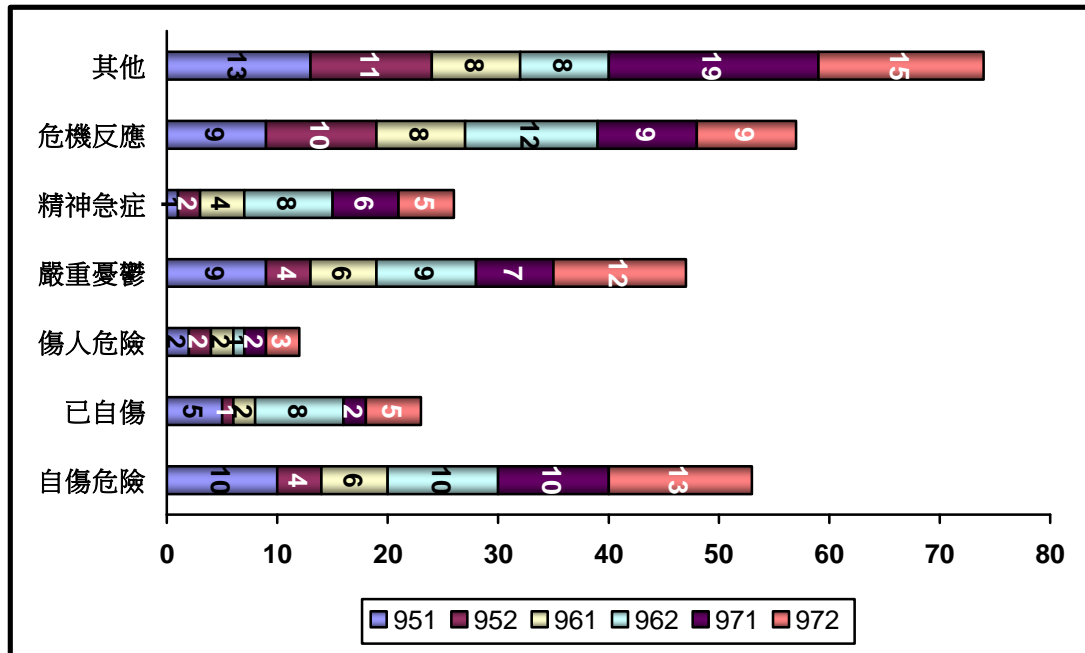
(二) 危機學生行為評估

依據 95~97 學年度本校心理諮商中心協助的危機學生資料分析，發現本校危機學生中，其呈現出的危機行為最高者為危機或創傷壓力反應，接著依序為自傷危險、重度憂鬱。可見危機或創傷壓力反應、自傷危險及重度憂鬱等，為本校在篩檢高危機學生可參考之指標。下表 2-3-2 及圖 2-3-2 為依據 95~97 學年度至本校心理諮商中心求助的學生，所得危機學生出現的行為評估統計結果：

表 2-3-2 政大學生 95~97 學年度危機學生行為

行為 評估 \ 年度	951	952	961	962	971	972	總計
自傷危險	10	4	6	10	10	13	53
已有自傷行為	5	1	2	8	2	5	23
傷人危險	2	2	2	1	2	3	12
嚴重憂鬱	9	4	6	9	7	12	47
精神疾病症狀急性 發作	1	2	4	8	6	5	26
危機或創傷壓力反 應	9	10	8	12	9	9	57
其他	13	11	8	8	19	15	74

圖 2-3-2 政大學生 95~97 學年度危機學生行為



(三) 身心生活適應量表篩選危機學生之有效性評估

依據 95~97 學年度本校心理諮商中心協助的高危機學生資料分析，發現本校危機學生中，曾做過身心量表的比率平均為 49%，表示在 190 位危機個案中，未做過身心量表的比率平均為 51%，但每年本校全體大一新生的施測率高達 85%~93%之間，可見未施測到的學生，其危機發生率的比例相當高；而依本校 95~97 學年度所發生的心理危機學生，僅 16%曾被原使用量表『身心生活適應量表』成功篩檢出，顯示此篩檢量表的適用性的確有需要探討。下表 2-3-3 為依據 95~97 學年度本校心理諮商中協助的高危機學生，其使用身心生活適應量表之分析結果：

表 2-3-3 95~97 學年度危機學生接受身心生活適應量表施測之統計

人數 \ 年度	951	952	961	962	971	972	總計	平均
危機個案 (人)	29	24	19	35	42	41	190	31.7
曾做過身心量表 (人)	10	13	6	19	23	23	94	15.7
身心量表使用率 (%) (曾做過身心量表/危機個案)	35%	54%	32%	54%	55%	56%		49%
經量表列為高危機 (人)	3	2	1	4	2	3	15	2.5
量表篩選率 (%) (列為高危機/曾做過身心量表)	30%	15%	5%	21%	9%	13%		16%

綜合上述文獻說明及本校實務狀況，本研究目的希望能編制一份能較高效率的篩檢出高危機學生，且能符合本校學生狀態的一份篩檢工具。

第三章 研究方法

第一節 研究方法及歷程

為達成上述研究目的，本研究首先以文獻及歷史資料分析，再加上訪談法為主要研究方法。其中文獻及訪談所得資料以內容分析方式進行分析，以發展成本研究之問卷指標。

然後依據得到的指標向度開始編題，之後展開量表編制與量化分析的研究歷程。本研究歷程如下：

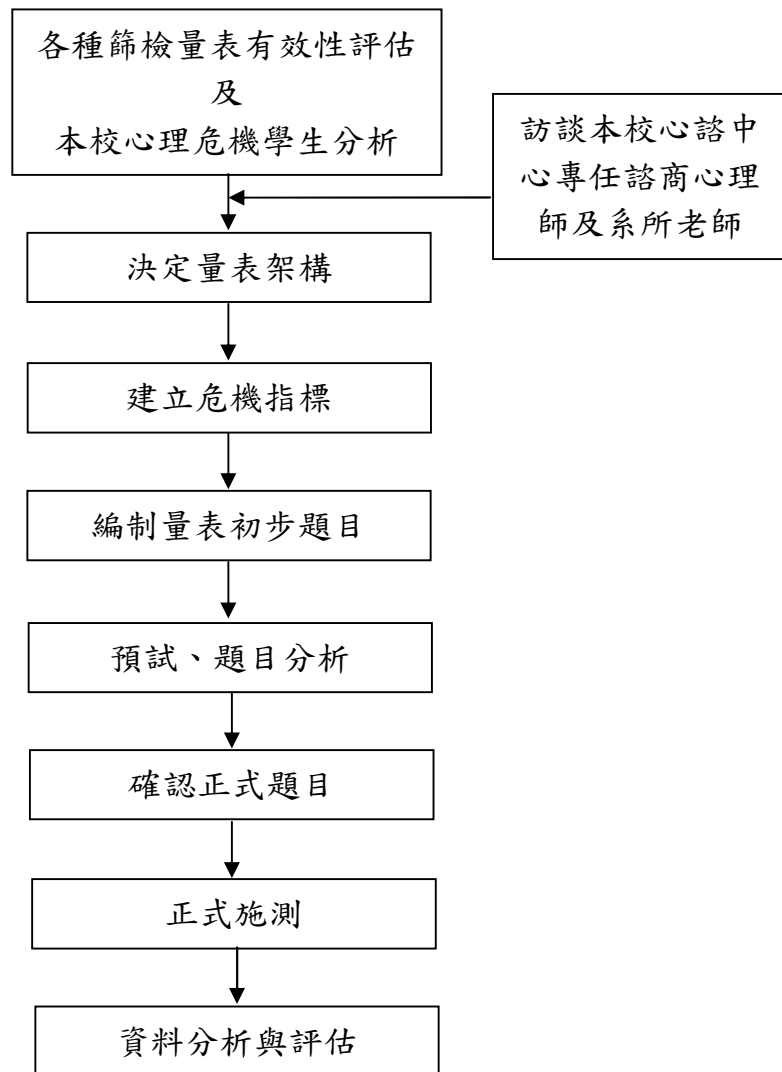


圖 3-1-1 研究歷程圖

第二節 研究對象

本研究在進行問卷編制過程，主要的研究訪談對象包含 3 位本校教師及 3 位諮商中心專任諮商心理師，在量表編制完成的預試及正式施測過程的研究對象則是以本校大一學生為主。

第三節 測驗編制過程

本研究為能瞭解不同人員對學生之理解與需求，因此從以下各個方面發展本量表：

(一) 文獻蒐集危機指標

蒐集相關文獻，包含量表及測驗等，列出可能的高危機指標。如第二章所言。

(二) 訪問心諮中心專任諮商心理師

基於編制量表的需求，希望藉由本中心專任老師豐富的經驗與看法，蒐集更完整、多元的相關資料，以期對於問卷之編製有所助益。本研究共訪問 3 位本校心諮中心專任諮商心理師，分別都有多次處理危機個案之經驗，透過半結構式訪談，請受訪之專任心理師依據其經驗，針對量表內容及注意事項提出建議。訪問本中心專任老師的訪談題目如下：

- u 對您來說，哪些個案類型屬於危機、需要優先處理的？哪些個案類型則可以先列為等待名單？而在您的經驗中，印象最深刻、最棘手的個案是什麼？
- u 在您的經驗中，有無哪一行為類型或是問題類型的學生，是您期待可以透過相關量表及早篩選出來的？
- u 對於目前身心量表的實施，有無其他的建議？（例如：施測

的時間與方式、追蹤的方式等)。

- u 根據您的瞭解，在政大有沒有哪些老師或是行政人員，可以針對學生的危機狀況以及量表的實施提供相關的意見？

透過訪談的結果得知，本中心專任老師對於『哪些個案類型屬於危機、需要優先處理的？』的題目，皆表示個案出現『自我傷害』或是『傷害他人』時，可歸類於高度危機之學生，需要立即性的諮商與陪伴。另外，讓是學生引發之事件可能引起媒體關注者，亦需要緊急的安置與處理。而在對於『哪些個案類型則可以先列為等待名單？』的題目方面，則是以有較強社會支持、醫療資源的個案或無立即危險者，有特定的理由阻止其自傷或傷人行為發生，像是顧慮家人感受等。或是不同的精神疾病症狀類型等個案，可先列為等待名單。

至於『印象最深刻、最棘手的個案』方面，則是以拒絕接受協助的個案、遭受性侵或是精神疾病症狀急性發作者，最令本中心專任老師印象深刻。因此，可以歸納發現若個案本身無支持之資源與發生緊急危機狀況者，最有可能成為本中心棘手之個案，需要本中心更多資源的介入以及更多的努力與陪伴。

而對於量表能篩選出來的個案類型方面，本中心專任老師期待藉由量表能篩選出的學生，包含處於憂鬱症、精神疾病症狀（例如強迫症、焦慮症等）、嚴重身心症潛伏期（前期）的學生、較弱的社會支持（人際與家庭有較多的壓力源）、負向的思考模式與高度自我要求、具自殺危險、傷害他人危險、精神病急性發作、嚴重外在事件等個案。

最後，對於本量表的其他建議方面，本中心專任老師希望能夠強化處理高關懷學生的流程，並與全校性系統、活動有所連結，像是在新生座談時進行施測、結合導師系統與選課系統等，以其發揮量表的最高效益，並給予需要的學生最即時的關懷。

(三) 訪問學校系所教授

本研究亦希望能從與學生互動較多的老師的角度來蒐集資料，希望能藉由系所教授的相關經驗，以不同的角度切入本研究欲瞭解之領域。針對此部分訪談對象的邀請，乃透過本中心專任老師的推薦與聯繫，選擇較關心學生事務、與學生距離貼近的系所教授。本研究共訪問 3 位本校系所老師，採用半結構式的訪談方式，訪談題目如下：

- u 根據您的經驗，有哪些類型的學生是需要被及早篩檢出來，並且提供關懷的？
- u 藉由心諮中心每年對大一新生所實施的身心狀態測驗，您會想從中知道哪些有關學生的訊息？或是想要從哪個層面來瞭解需要高關懷的學生？
- u 根據您的經驗，處理相關的高關懷學生問題，可能碰到的困難有哪些？
- u 若發現需要高關懷的學生時，您認為整個學校系統能如何提供協助、共同合作，給予學生最大的支持與照顧？
- u 給予心諮中心的其他寶貴建議。

經由訪談的結果得知，系所教授期待透過量表能找到需要幫助的學生，並提供學生的相關資料至各系所，如學生的家庭狀況、成長歷程的自述、有經濟壓力或特殊障礙等。增加雙方之合作。另外，也期待本中心在人力許可的情況下，增加諮商服務提供的方式與管道，以關懷更多不同族群的學生，也藉此拉近學生對於諮商的距離，降低學生心中對於諮商的疑慮與不安，以發揮本中心最大的功能。

在對於量表的期待方面，系所教授表示若能進行為分階段、分年級之測驗，能更加符合不同階段學生的需求。另外，亦建議增加量表施測次數，以利追蹤或進一步建立政大學生的長期觀察資料庫：例如

每學期或每學年施測一次施測等。

在對於學校系統的建議方面，系所教授希望學校能建立一套完整的通報機制，結合導師制、教學系統（學生課堂表現，例如：學生的文章、創作與出席狀況等）與心諮中心的服務，發覺有潛在危機的學生，及早介入。並期待學校提供多元的訓練管道，以提升了學生導師與一般授課教授的職能訓練，以增加師生間的互動與交流，並期待學校能以學生的立場出發，發揮整個系統的彈性與變通性，以提供學生更多的協助。

（四）確認危機指標

經訪問本校心諮中心專任諮商心理師及系所老師後，發現本校教師、實務工作人員在學生輔導上的確有不同需要，但本研究認為諮商中心進行此份工具的全面施測，不應該只是站在諮商中心角度來進行，也希望獲得的資料能協助導師或該系進行學生輔導工作。因此本研究針對上述的實務經驗再加上相關量表等文獻整理後，本研究擬出本量表之面向包含『生活適應指標』及『危機指標』兩部分。

『生活適應指標』分為時間管理、生涯規劃、學習、家庭、人際關係、感情、情緒、自我價值等分量表。

『危機指標』則包含：

危機指標	內涵
憂鬱傾向	1、個人經歷兩週以上的憂鬱情緒 2、無望、無助 3、飲酒和用藥次數增加 4、莫名的哭泣
焦慮傾向	1、睡眠障礙 2、生理反應：發汗、發抖、寒顫、麻木、暈眩、

	心悸、反胃、口乾、呼吸困難、有窒息感、胃痛
精神困擾	1、個體呈現思考、情感、知覺等嚴重障礙 2、有明顯妄想（幻聽、幻覺、被迫害、自大等）
衝動行為	容易與人發生吵架、打架或暴力行為
自傷傾向	1、反覆出現厭世絕望、死亡或自殺的念頭 2、無望感、沮喪、消極 3、發狂、失去控制、傷害自己或他人 4、對自殺意念的正向態度 5、自殺方法的可行性與機會性 6、對自殺行為已詳細準備的程度

另外為瞭解學生在生活中是否面臨重大壓力事件，因此亦在本量表中列出學生是否遭遇到相關重大壓力事件，以做為參考用。其中包含以下壓力事件：

- 1、遭受性侵害。
- 2、天災人禍導致家人有傷亡或分離。
- 3、目睹家人或朋友遭遇重大傷害或死亡。
- 4、面對各種失敗（如重要考試、比賽失敗、親密關係分手等）。

（五）發展預試問卷

本研究根據上述指標，並參考相關量表之題目，編制出預試問卷，共有 2 部分，在『生活適應』部分有 8 個分量表，在『危機指標』部分包含『自我傷害』、『精神疾病症狀或其他』2 分量表，其中精神疾病症狀部分包含有憂鬱、躁症、畏懼、強迫、恐慌、焦慮、身體化、妄想精神、衝動、敵意、無望、壓力、酗酒或服用藥品等面向。預試

是以大一學生為樣本，共抽取本校大一學生 172 人。預試量表回收後，將資料登錄以統計套裝軟體 SPSS 進行統計分析，根據本研究之研究目的，主要藉由內部一致性信度之 Cronbach's α ，評量本量表之穩定性，其結果如表 3-3-1 所示。

『生活適應指標』總分的 Cronbach's $\alpha = .939$ ，其餘各分量表之內部一致性分析如下：

表 3-3-1 預試生活適應指標之『內部一致性 α 』分析

分量表	題數	內部一致性 α
時間管理	5	.763
生涯規劃	5	.757
學習	5	.78
家庭	5	.698
人際關係	5	.802
感情	4	.534
情緒	5	.818
自我價值	5	.88

而危機指標分為『自我傷害』、『精神疾病症狀或其他』等二個分量表。其中，『精神疾病症狀或其他』包含憂鬱、躁症、畏懼、強迫、恐慌、焦慮、身體化、妄想精神、衝動、敵意、無望、壓力、酗酒或服用藥品等面向。詳見表 3-3-2。

表 3-3-2 預試危機指標之『內部一致性 α 』分析

分量表	題數	內部一致性 α
自我傷害	5	.847

精神疾病症狀或其他	32	.941
憂鬱	7	.835
躁症	2	.298
畏懼	2	.484
強迫	2	.243
恐慌	2	.78
焦慮	2	.674
身體化	2	.649
妄想精神	4	.685
衝動	3	.749
敵意	2	.712
無望	2	.398
壓力	2	.642
酗酒或服用藥品	2	.849

由上述預試分析可瞭解，其中生活適應量表之內部一致性頗高，但危機指標部分分量表之內部一致性偏低，因此修改『躁症』、『畏懼』、『強迫』等三個分量表之題目，並刪除『無望』分量表，且因為憂鬱分量表在訪談及文獻中均被認為有其重要性，且在上述內部一致性分析中，顯現其有高的內部一致性，因此將其獨立於『精神疾病症狀』之外，因此正式量表之『危機指標』共包含有『自我傷害』、『憂鬱』及『精神疾病症狀』三部分，據此編製為正式量表。

(六) 編製正式問卷

本研究根據預試資料修正問卷後，編製正式問卷進行正式施測。正式量表包含：(1) 生活適應指標：包含時間管理、生涯規劃、學習、

家庭、人際關係、感情、情緒、自我價值等 8 個分量表，共有 39 題；

(2) 危機指標：包含『自我傷害』、『精神疾病症狀或其他』、『憂鬱』等 3 個分量表，共有 36 題。

(七) 施測對象

本計畫之施測對象為政治大學各系學生，共收回有效問卷 2137 人，但因有試者在填答少數題目時有漏答現象，因此在之後的分析，會有不同人數現象。各系人數統計分析如表 3-3-3。

表 3-3-3 正式施測人數分佈統計表

系所	施測人數
全校	2137
文學院	187
中文系	87
歷史系	50
哲學系	50
社科院	493
公行系	48
民族系	53
地政系	118
社會系	53
財政系	87
政治系	45
經濟系	89
外語學院	381
土語系	47
日語系	41
阿語系	48
斯文系	58
英語系	76
韓語系	40

歐語學程	71
國務院	66
外交系	66
商學院	478
企管系	70
金融系	49
風管系	49
財管系	43
國貿系	68
統計系	41
會計系	82
資管系	76
傳播學院	187
新聞系	84
廣告系	43
廣電系	40
傳播學程	20
法學院	185
法律系	185
教育學院	54
教育系	54
理學院	106
心理系	36
應數系	40
資科系	30

所有受試者的年級分佈如表 3-3-4 所示，由於施測方式是以選擇大一必修課之班級進行施測，因班級中會有其他年級的學生一起上課，所以本樣本也包含非常少數的其他年級學生，但主要仍是以大一學生為最多數。

表 3-3-4 所有受試者年級分佈表

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 1年級	2066	96.7	96.7	96.7
2年級	48	2.2	2.2	98.9
3年級	10	.5	.5	99.4
4年級	13	.6	.6	100.0
總和	2137	100.0	100.0	

第四節 分析方法

正式量表回收後，將資料登錄以統計套裝軟體 SPSS 進行統計分析，根據本研究之研究目的，藉由內部一致性信度之 Cronbach's α 、探索性因素分析、驗證性因素分析、RASCH Model 分析、t-考驗等，以評量本量表之信效度。其中並加入『簡式健康量表』(BSRS-5)做為本量表之效標。

第四章 研究結果

第一節 測驗信度考驗結果

本研究採用 Cronbach's α 及 RASCH Model 檢驗本量表之信度。

壹、RASCH Model

為分析本量表之信度，乃進行 RASCH Model 分析。Winsteps 軟體提供兩類適配指標可供參考使用，分別是 INFIT 及 OUTFIT 指標，每類指標皆計算 MNSQ 及 ZSTD 兩種數值，根據 Linacre 及 Wright (1994) 的看法，對於評定量尺而言，MNSQ 在 0.7~1.3 之間是合理的，代表受試者在題項上的反應符合模式預期的範圍。經過 RASCH model 的檢驗結果得知整份測驗的信度為 .94，表示整份測驗適合用來測量大學生之身心狀況(表 4-1-1)。此外，以 RASCH model 的 INFIT 及 OUTFIT 作為選題之依據，當 MNSQ 值可以被接受時，ZSTD 值是可以被忽略的，如表 4-1-2 所示，本研究根據上述數值再加上專業的判斷與充分的討論，做為確認正式量表題目。

表 4-1-1 RASCH Model

INPUT: 1944 Persons, 74 Items				MEASURED: 1944 Persons, 74 Items, 5 CATS				3.57.1	
SUMMARY OF 1943 MEASURED (NON-EXTREME) Persons									
	RAW SCORE	COUNT	MEASURE	MODEL ERROR	INFIT		OUTFIT		
					MNSQ	ZSTD	MNSQ	ZSTD	
MEAN	143.0	74.0	32.22	1.66	1.01	-.2	1.03	.0	
S.D.	29.7	.0	7.86	.36	.48	2.4	.68	1.8	
MAX.	315.0	74.0	70.12	7.10	4.59	9.9	9.90	9.9	
MIN.	76.0	73.0	-7.75	1.37	-25	-6.1	.23	-4.3	
REAL RMSE	1.86	ADJ.SD	7.64	SEPARATION	4.12	Person RELIABILITY	.94		
MODEL RMSE	1.70	ADJ.SD	7.68	SEPARATION	4.52	Person RELIABILITY	.95		
S.E. OF Person MEAN = .18									
MINIMUM EXTREME SCORE:				1 Persons					
VALID RESPONSES: 99.9%									

表 4-1-2 政治大學學生心理健康量表生活適應指標各題目之模式適配情形

題號	題目	INFIT		OUTFIT		選題
		MNSQ	ZSTD	MNSQ	ZSTD	
01	我的生活作息不正常。	1.18	5.6	1.23	7.2	0
02	我不知道自己的生涯性向與興趣。	1.10	3.2	1.11	3.5	0
03	我不知道如何達到作業、報告的要求。	1.76	-8.8	.78	-7.9	0
04	父母對我很高的期望。	1.58	9.9	1.64	9.9	X
05	我不知道如何交到朋友。	.93	-2.4	.95	-1.5	0
06	我感到不快樂。	.54	-9.9	.55	-9.9	X
07	我覺得自己比不上別人。	.83	-5.9	.83	-5.8	0
08	我沒辦法善用時間。	.82	-6.6	.83	-6.2	0
09	我對目前所就讀的科系沒有興趣。	1.28	8.2	1.33	9.1	0
10	我不想到學校上課。	1.14	4.4	1.21	5.7	0
11	家人給我很大的壓力。	1.34	9.1	1.30	7.2	0
12	我沒有辦法與他人建立深入的友誼。	1.03	1.0	1.03	1.1	0
13	我不知道如何拒絕他人的追求。	1.29	8.4	1.33	9.1	0
14	我會有一段時間心情不好，容易生氣、緊張。	.70	-9.9	.70	-9.9	0
15	我缺乏成就感。	.68	-9.9	.67	-9.9	X
16	我沒有規劃自己的生活。	.97	-1.1	.98	-.8	0
17	我不知道如何規劃大學生涯。	.86	-4.9	.86	-5.0	0
18	我沒有辦法有效率地唸書。	.84	-5.6	.84	-5.5	0
19	家人沒辦法給我情感上的支持。	1.34	9.0	1.29	7.0	0
20	與他人相處時，我感覺不自在。	.72	-9.9	.71	-9.8	0
21	我因為感情的問題耽誤了工作、學業。	1.16	4.1	1.10	2.3	0
22	我的情緒容易受到外界的影響。	.85	-5.2	.85	-5.4	0
23	我缺乏對自己的信心。	.87	-4.4	.86	-4.7	0
24	我花很多時間在電腦網路上。	1.49	9.9	1.55	9.9	0
25	我設定了目標卻沒辦法達成。	.70	-9.9	.70	-9.9	0
26	我沒辦法達成自己設定的學業標準。	.68	-9.9	.68	-9.9	X
27	家人無法協助我解決困難。	1.14	4.3	1.13	3.8	0
28	我很在意、擔心別人對我的看法。	1.12	3.8	1.13	4.1	0
29	我跟男（女）朋友吵架或衝突。	1.48	9.6	1.59	9.1	X
30	我的情緒起伏很大，喜怒無常。	.89	-3.5	.86	-4.2	0
31	我不滿意自己的工作表現。	.69	-9.9	.69	-9.9	X
32	我無法完成既定的事情。	.63	-9.9	.63	-9.9	X

33	我不清楚就讀科系的未來出路。	1.38	9.9	1.37	9.9	X
34	我不知道準備考試的方法。	.90	-3.3	.91	-3.1	0
36	我感覺到自己是孤單的、寂寞的。	.85	-5.2	.84	-5.4	0
37	我選擇的交往對象令我感到困擾。	1.45	9.9	1.40	7.8	0
38	我壓抑自己真正的情緒與感受。	.94	-2.0	.94	-1.9	0
39	我覺得自己什麼事情都做不好。	.74	-9.3	.72	-9.7	0

* 0 表示適合選入之題目；X 表示不適合選入之題目

表 4-1-2 (續) 政治大學學生心理健康量表危機指標各題目之模式適配情形

題號	題目	INFIT		OUTFIT		選題
		MNSQ	ZSTD	MNSQ	ZSTD	
01	我覺得這世界上的人,大多數不可信任。	.95	-1.5	.99	-.3	0
02	我覺得自己很偉大,沒有人能超越我。	1.53	9.9	1.91	9.9	X
03	我想離開這個世界。	1.19	4.8	1.06	1.3	0
04	我在事情開始前就不停擔心事情能否順利進行,而且無法控制自己不擔心。	1.01	.3	1.00	.0	0
05	我控制不住自己的行為,而傷害到別人。	.97	-.6	.86	-2.6	0
06	我不洗澡、不換洗衣服,所以同學或朋友都不喜歡接近我。	1.34	2.8	1.65	3.6	X
07	我感到自己的精力下降、活動減慢。	.94	-1.9	.94	-1.7	0
08	我覺得自殺可以解決一切問題。	1.31	4.4	.97	-.4	0
09	我會為小事而覺得生氣。	.83	-5.6	.87	-4.2	0
10	我已經有一段期間每天只需要睡 3 小時(甚至更少)就足夠,而且每天都神采奕奕。	1.52	9.6	1.84	9.9	0
11	我會因焦慮或緊張而發抖、暈眩、心悸、呼吸困難、有窒息感或胃痛。	1.16	4.6	1.10	2.5	0
12	我週遭的人覺得我行為怪異。	1.15	3.7	1.16	3.3	0
13	我覺得對什麼事都失去興趣。	.95	-1.4	.87	-3.3	0
14	我莫名的心情緊張,一直冒汗。	1.03	.8	.90	-2.3	0
15	我從小就對特定情境感到極度害怕,如:高處、人群、封閉的地方、打針、看見血等,以致身處其中時,	1.39	9.9	1.39	9.6	0

	總有忍不住逃離的感覺或想法。					
16	我研究過自殺的方法及其可行性、成功的機率。	1.42	7.3	1.44	6.0	X
17	我不喜歡和別人生活在一起，對交友沒有興趣。	1.09	2.3	1.01	.3	0
18	我習慣在作某件事情時，會無法控制的想到另一些使我非常焦慮不安的事情。	.97	-.8	.94	-1.7	0
19	我很容易與人吵架或打架。	.93	-1.4	.85	-2.4	0
20	我不時會有一些揮不去的思想或影像佔據腦海中（如：一直以為手是髒的、一直以為可能會傷害他人等），讓我感到不安與痛苦。	1.43	9.9	1.22	4.5	0
21	有好幾次，我的身體某些部分變得麻木，沒有感覺。	1.15	2.9	1.07	1.0	0
22	我睡不好（淺眠、失眠等）。	1.40	9.9	1.38	8.9	X
23	我覺得壓力很大。	.88	-4.1	.91	-2.9	0
24	我的身體不舒服，去看醫生，卻檢查不出特別的毛病。	1.33	6.1	1.19	2.9	0
25	我已經選定自殺的方法，也找好地點。	1.31	2.0	.75	-1.3	0
26	我變得不太愛和別人互動或說話。	1.03	.7	.95	-1.2	0
27	我遭受重大的挫敗經驗（例如參加重要考試失利、比賽失敗或親密關係分手等）。	1.25	6.9	1.22	5.6	0
28	我會一直重複不必要的動作（例如洗手、關門或祈禱等），而感到不安與痛苦。	1.38	7.0	1.14	2.2	0
29	29. 我一直看到有人如影隨形跟著我，伺機害我。	1.16	1.7	.89	-.9	0
30	我會莫名地哭泣。	1.02	.5	.96	-.9	0
31	我的情緒已經持續兩週以上處在憂鬱的情形下。	1.08	1.8	.87	-2.8	0
32	我有服用管制性藥品（如：安非他命、搖頭丸）的習慣。	1.14	.7	.58	-1.6	0
33	沒有人可以幫助我，我覺得未來沒有希望。	.89	-2.4	.66	-6.5	0
34	我會因喝酒而產生困擾（如：人際、	1.29	2.6	.93	-.5	0

	生活等)。					
35	我覺得活在世界上沒有意義。	1.28	5.3	.97	-.4	0
36	我覺得有人一直在和我說話，想要影響我的人生、控制我的意志。	1.34	4.1	1.05	.6	0

* 0 表示適合選入之題目；X 表示不適合選入之題目

本研究透過 RASCH Model 的分析，並以 INFIT 及 OUTFIT 指標的 MNSQ 及 ZSTD 作為選題的參考標準，最後透過專家與相關人員的討論與判定，決議刪除『生活適應指標』的 04 題（父母對我有很高的期望）、06 題（我感到不快樂）、15 題（我缺乏成就感）、26 題（我沒有辦法達成自己設定的學業標準）、29 題（我跟男/女朋友吵架或衝突）、31 題（我不滿意自己的工作表現）、32 題（我無法完成既定的事情）、33 題（我不清楚就讀科系的未來出路）以及 35 題（我必須花很多心力在家庭/人身上），共 9 題。在量表『危機指標』方面，則是刪除 02 題（我覺得自己很偉大，沒有人能超越我）、06 題（我不洗澡、不換穿衣服，所以同學或朋友都不喜歡接近我）、16 題（我研究過自殺方法及其可行性、成功的機率）以及 22 題（我睡不好，淺眠、失眠等）等 4 題。經過上述 RASCH Model 的檢驗與專家之建議，本量表題目刪減後，生活適應共有 30 題，危機指標之題目共有 32 題，確認為本量表之正式版本。

貳、內部一致性分析

經上述篩題分析後，以內部一致性分析考驗本問卷各向度及總量表的信度。結果如表 4-1-3。本量表結合『生活適應指標』及『危機指標』總分後，整份量表的 α 係數為 .947，表示本量表是一具有高信度之量表。該量表「生活適應指標」總分之 α 係數為 .916，其中各分量表 α 係數分別為：「生活適應-時間管理」 α 係數為 .679，「生活適應-生涯規劃」 α 係數為 .676，「生活適應-學習」 α 係數為 .699，「生活適應-家庭」 α 係數

為.741，「生活適應-人際關係」 α 係數為.793，「生活適應-感情」 α 係數為.599，「生活適應-情緒」 α 係數為.760，「生活適應-自我價值」 α 係數為.823，顯示各分量表亦具有高內部一致性，信度佳，足以支持研究結果。該量表「危機指標」總分之 α 係數為.915，其中各分量表之係數分別為：「危機-自我傷害」 α 係數為.739，「危機-精神疾病症狀症狀症狀」 α 係數為.873，「危機-憂鬱」 α 係數為.874，顯示內部一致性佳，足以支持研究結果。

表 4-1-3 正式定案量表之 Cronbach's α 係數

部分	因素	信度 (α 係數)
總量表		.947
生活適應指標	生活適應總分	.916
	時間管理	.679
	生涯規劃	.676
	學習	.699
	家庭	.741
	人際關係	.793
	感情	.599
	情緒	.760
	自我價值	.823
危機指標	危機指標總分	.915
	自我傷害	.793
	精神疾病症狀	.873
	憂鬱	.874

經由上述之說明與表 4-1-3 的呈現，得知本量表經過刪題後，雖然感情分量表之內部一致性係數低於.6，仍有修改之空間，但總量表及其他各分量表均具有高的內部一致性，因此本研究認為本量表對於測驗大學生身心適應方面與危機狀態上具有良好的信度，可作為測量相關議題之依據。

第二節 全體受試者在本量表之分析結果

上述試題分析確認後，本研究所有受試者在本量表之得分如表 4-2-1 所示。在生活適應部分，各題目的分數在 1 至 5 分間，分數越高表示適應愈不佳，由總分之平均數得知，本受試者的生活適應平均數在 3 分（填達選項是『有時如此』）以下，但標準差在 0.5 至 0.7 之間，因此本研究認為本校大一學生在生活適應部分是在中度適應程度，其中在時間管理的適應最不佳，其次是生涯、學習、情緒、及自我價值部分。

從表 4-2-1 可瞭解本研究全體受試者在危機指標部分的平均數偏低，表示普遍言，本校大一學生很少出現自我傷害、神疾病症狀及憂鬱等狀況。在簡式健康量表上亦呈現相同情形。

表 4-2-1 本校受試者生活適應指標之題平均數

對項	人數	向度		
			題平均數	標準差
全校	2137	時間管理	2.8857	.74068
		生涯規劃	2.5209	.69922
		學習	2.4891	.69956
		家庭	1.8105	.76008
		人際關係	2.3745	.72640
		感情	1.6690	.63303
		情緒	2.4859	.75218
		自我價值	2.3743	.85971
		生活適應總量表	2.3263	.52035

表 4-2-2 本校受試者在危機指標之題平均數

對項	人數	向度		
			題平均數	標準差
全校	2137	自我傷害	1.2269	.40958
		憂鬱	1.5850	.54887

		精神疾病	1.5605	.39095
		危機總分	1.4575	.38795

表 4-2-3 本校受試者在簡式健康量表之題平均數

項目	人數	題目	簡式健康量表	
			平均數	標準差
全校	2137	1.睡眠困難，譬如難以入睡、易醒或早醒。	.67	.903
		2.感覺緊張不安。	1.10	.891
		3.覺得容易苦惱或動怒。	1.03	.906
		4.感覺憂鬱、心情低落。	1.13	.923
		5.覺得比不上別人。	1.26	1.026
		1-5 題總計	5.1843	3.456
		6.有自殺的想法。	.10	.392

第三節 測驗效度考驗結果

本量表之效度從以下三個面向探討之。

壹、本量表和校標『簡式健康量表』之相關

本研究以皮爾遜積差相關分析正式量表和本研究所選定之效度量表『簡式健康量表』之關係，做為本量表之效度指標。結果如表 4-3-1 顯示「自我傷害」與「簡式健康量表」相關為.425，達.01 的顯著水準；「憂鬱」與「簡式健康量表」相關為.644，已達.01 的顯著水準；「精神疾病症狀」與「簡式健康量表」相關為.616，已達.01 的顯著水準。由於『簡式健康量表』是一目前廣被使用在初步篩檢出高危機個案之量表，藉由以上分析結果，確認本量表之危機指標與此量表有高度相關，表示本量表在顯示出有危機狀況、需要立即高度關懷之學生上應具有效度。

表4-3-1 簡式健康量表與自我傷害、憂鬱及精神疾病症狀分量表之相關

(N=2117)		自我傷害	憂鬱	精神疾病
簡式健康	Pearson 相關	.425**	.644**	.616**
	顯著性 (雙尾)	.000	.000	.000

貳、本量表模式之 LISREL 的適配性考驗

為進一步分析本量表之效度，本研究以驗證性因素分析方式進行本量表與編制量表時所提出之架構的整體適配度考驗。本量表的理論架構模式如圖 4-3-1。

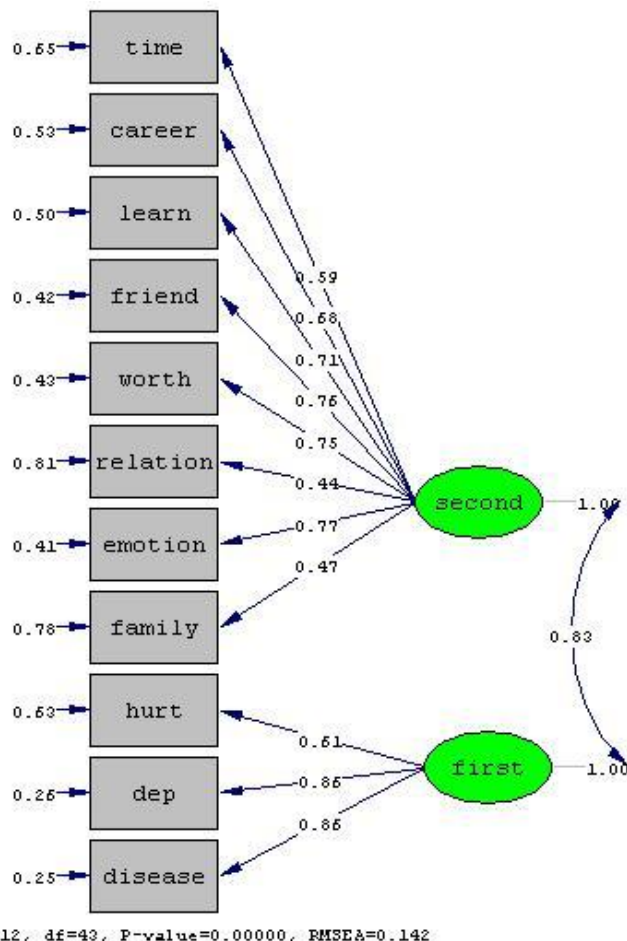


圖 4-3-1 LISREL 理論架構

本研究依據 Hair 等人 1998 提出的整體適配的三類評鑑指標：絕對適配量測 (absolute fit measures)、增值適配量測 (incremental fit measures) 或相對適配指標 (relative fit index) 以及簡效適配量測 (parsimonious fit measures) 來評估整體適配度 (黃芳銘, 2005)。

茲分別說明於後：

第一類 絕對適配指標，包含 1.卡方考驗 (χ^2 test)、2.GFI (goodness-of-fit index)、3.SRMR (standardized root mean square residual)、4.RMSEA (root mean square error of approximation) 5.AGFI (adjusted goodness of fit index)。

第二類 相對適配指標

1.NFI (normed fit index)、2.NNFI (non-normed fit index)、3.CFI (comparative fit index)、4.IFI (incremental fit index)、5.RFI (relative fit index)。

第三類 簡效適配指標

1.PNFI (parsimonious normed fit index)、2.PGFI (parsimonious goodness-of-fit index)、3.AIC (Akaike information criterion)、4.CN (Hoelter's critical N)、5.Normed chi-square 為卡方除以自由度。

一、絕對適配度指標檢定結果

卡方值 $p=.00$ (即 $p<.05$)，達到統計顯著水準，表示模式不適合。但卡方值極易受樣本數太大或非常態分配影響，所以仍須考量其他適配指標。

本模式的適配度指標(GFI) 為 .84 與調整後適配度指標(AGFI) 為 .76，由於數值在 .90 以上是良好適配度的表現，而本模式GFI、AGFI

未達良好適配度的指標。本模式的標準化殘差均方根(SRMR)指數的數值為 .068，達到低於 .10的理想數值。另外，RMSEA為 0.15，未達小於.08之適配度標準。

二、相對適配度指標檢定結果

本模式相對適配度指標檢定項目，主要為規範適配度指標(NFI)、非規範適配度指標(NNFI)、比較適配度指標(CFI)、增值適配度指標(IFI)、相對適配指標(RFI)等，理想數值應大於 0.9 以上，表示有良好適配度。本模式的相對適配指標檢定結果，NFI = .93、NNFI = .91、CFI = .93、IFI = .93、RFI = .91，均大於.90，表示本模式相對適配度皆達良好之標準。

三、簡效適配度指標檢定結果

簡效規範適配度指標(PNFI)為 .73 與簡效適配度指標(PGFI)為 .55，其指標值大於或等於.50，顯示本研究模式均達到此標準。

表4-3-2 各類適配指標值

	標準	實際數值	是否達成
絕對適配	卡方未達顯著	(P = 0.0)	X
	GFI > .90	(GFI) = 0.86	X
	SRMR < .08_ .10	0.14	X
	RMSEA < .08	(RMSEA) = 0.066	0
	AGFI > .90_ .08	(AGFI) = 0.79	X
相對適配	NFI > .90	(NFI) = 0.93	0
	NNFI > .90	(NNFI) = 0.92	0
	CFI > .90	(CFI) = 0.94	0
	IFI > .90	(IFI) = 0.94	0
	RFI > .90	(RFI) = 0.91	0
簡效適配指標	PNFI > .50	(PNFI) = 0.73	0

	PGFI > .50	(PGFI) = 0.56	0
--	------------	---------------	---

由以上結果可瞭解上述模式未獲得完全支持，適配度仍有待改進，因此本研究依據 LISREL 所提供的修正指標(Modification Index, MI)進行修正，將時間管理、生涯規劃的殘差設有共變關係，生涯規劃與學業學習的殘差設有共變關係，再進行以下分析。

參、共變後 Lisrel 的適配性考驗

圖 4-3-2 為將部分指標設定為共變後之分析架構圖，其結果如表 4-3-3 所示。

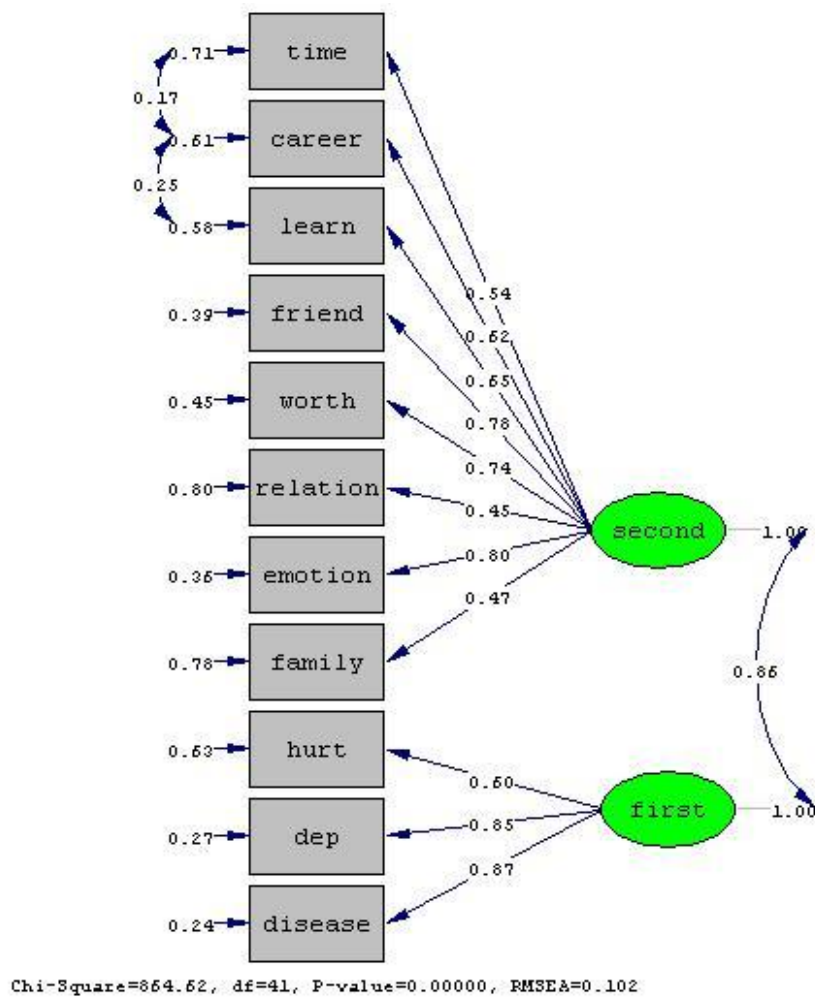


圖 4-3-2 將部分指標設定為共變後之 LISREL 理論架構圖

表 4-3-3 LISREL 總指標 (共變)

	標準	實際數值	是否達成
絕對適配	卡方未達顯著	(P = 0.0)	X
	GFI > .90	(GFI) = 0.93	0
	SRMR < .08_ .10	0.053	0
	RMSEA < .08	(RMSEA) = 0.1	X
	AGFI > .90_ .08	(AGFI) = 0.88	X 0
相對適配	NFI > .90	(NFI) = 0.93	0
	NNFI > .90	(NNFI) = 0.96	0
	CFI > .90	(CFI) = 0.96	0
	IFI > .90	(IFI) = 0.96	0
	RFI > .90	(RFI) = 0.95	0
簡效適配指標	PNFI > .50	(PNFI) = 0.72	0
	PGFI > .50	(PGFI) = 0.57	0

一、絕對適配度指標檢定結果

卡方值 $p = .00$ (即 $p < .05$)，達到統計顯著水準，表示模式不適合。但卡方值極易受樣本數太大或非常態分配影響，所以，仍須考量其他適配指標。

本模式的適配度指標(GFI) 為 .92，在 .90 以上是良好適配度的表現。調整後適配度指標(AGFI) 為 .86，介於 .8~.9 的良好適配度之間，表示本模式GFI、AGFI皆達良好適配度的指標。本模式的標準化殘差均方根(SRMR)指數的數值為.056，已達到低於 .10的理想數值。另外，RMSEA 為 0.11，未達小於.08之適配度標準。

二、相對適配度指標檢定結果

本模式相對適配度指標檢定項目，主要為規範適配度指標(NFI)、非規範適配度指標(NNFI)、比較適配度指標(CFI)、增值適配度指標(IFI)、相對適配指標(RFI)等，理想數值應大於 0.9 以上，表示有良好適配度。本模式的相對適配指標檢定結果， $NFI = .93$ 、 $NNFI = .96$ 、 $CFI = .96$ 、 $IFI = .96$ 、 $RFI = .95$ ，均大於.90，表示本模式相對適配度皆達良好之標準。

三、簡效適配度指標檢定結果

簡效規範適配度指標(PNFI)為 .72 與簡效適配度指標(PGFI)為 .57，其指標值大於或等於.50 模式，顯示本研究模式均達到此標準。

由以上結果可發現在連結時間管理、生涯規劃的殘差，及生涯規劃與學業學習的殘差具有共變關係後，本量表之各項度與理論架構是適配的，且上述因素間有共變關係在理論上亦是符合的，且不影響本量表之架構。從此分析表示本量表分成 2 部分，且各部分包含的指標此模式有高的建構效度。

第四節 危機學生的篩檢

為瞭解本量表在應用上如何能適切、正確篩檢出高危機學生，因此本研究需探討如何設立適當的切截分數。在本研究中危機學生之篩檢從三方面進行，一是透過 RASCH Model 進行危機指標分數的統計分析，進行危機學生篩檢，另一則是從研究者依據危機指標量表分數主觀的選擇，第三方面則是以常模分數做為篩檢標準之考慮。希望透過不同的選取方式之分析，能找出較適當的篩檢分數。以下將從三方面探討本量表以不同的切截分數進行篩檢危機學生之準確度考驗。

(一) 以 RASCH Model 進行統計分析結果

本研究使用試題反應理論 (item response theory, IRT) 中的評定量尺模式 (rating scale model, RSM)，透過最大訊息量法 (maximum

information method) 作為選取危機分量表切截分數的依據。

表 4-4-1 為本量表的危機指標總分（含精神疾病症狀、憂鬱、自我傷害）經過評定量尺模式處理後的原始分數、能力參數值、標準誤、訊息量與次數。從表中可知，在原始分數 93~97 分之間，訊息處理量達到最大為 23.2，其估計標準誤最小為 2.1，因此若採以危機指標總分 93 分做為切截分數時，危機學生人數有 11 人，應是最可將所有受測大一學生區分為 2 類學生的切截分數。

表 4-4-1 本研究自編量表的危機指標總分原始分數、能力參數值與訊息量對照表

原始分數	能力參數值	標準誤	訊息量	次數	累積次數百分比
32	-19	18.3	0.3	33	1.7
33	-6.8	10.1	1	40	3.8
34	0.3	7.2	1.9	49	6.3
35	4.6	6	2.8	80	10.4
36	7.7	5.2	3.7	71	14
37	10.1	4.7	4.5	74	17.8
38	12.2	4.3	5.3	64	21.1
39	13.9	4.1	6	84	25.5
40	15.5	3.8	6.8	72	29.2
41	16.9	3.7	7.5	80	33.3
42	18.2	3.5	8.1	69	36.8
43	19.3	3.4	8.8	75	40.7
44	20.4	3.3	9.4	78	44.7
45	21.5	3.2	10	80	48.8
46	22.4	3.1	10.6	64	52.1
47	23.4	3	11.2	52	54.8
48	24.2	2.9	11.7	67	58.2
49	25.1	2.9	12.3	48	60.7
50	25.9	2.8	12.8	60	63.8
51	26.6	2.7	13.3	51	66.4
52	27.4	2.7	13.8	48	68.9
53	28.1	2.7	14.2	47	71.3
54	28.8	2.6	14.7	38	73.3

55	29.5	2.6	15.1	42	75.4
56	30.1	2.5	15.6	40	77.5
57	30.7	2.5	16	31	79.1
58	31.4	2.5	16.4	40	81.1
59	32	2.4	16.8	31	82.7
原始分數	能力參數值	標準誤	訊息量	次數	累積次數百分比
60	32.6	2.4	17.1	34	84.5
61	33.1	2.4	17.5	37	86.4
62	33.7	2.4	17.9	29	87.9
63	34.3	2.3	18.2	21	88.9
64	34.8	2.3	18.5	24	90.2
65	35.3	2.3	18.8	23	91.4
66	35.9	2.3	19.1	20	92.4
67	36.4	2.3	19.4	14	93.1
68	36.9	2.3	19.7	16	93.9
69	37.4	2.2	20	12	94.5
70	37.9	2.2	20.2	10	95.1
71	38.4	2.2	20.5	7	95.4
72	38.9	2.2	20.7	12	96
73	39.3	2.2	20.9	9	96.5
74	39.8	2.2	21.1	5	96.8
75	40.3	2.2	21.3	4	97
76	40.8	2.2	21.5	7	97.3
77	41.2	2.1	21.7	5	97.6
78	41.7	2.1	21.8	3	97.7
79	42.1	2.1	22	4	97.9
80	42.6	2.1	22.1	6	98.3
81	43	2.1	22.3	4	98.5
82	43.5	2.1	22.4	5	98.7
83	43.9	2.1	22.5	0	98.7
84	44.4	2.1	22.6	3	98.9
85	44.8	2.1	22.7	1	98.9
86	45.3	2.1	22.8	2	99
87	45.7	2.1	22.9	3	99.2
88	46.1	2.1	23	2	99.3
89	46.6	2.1	23	1	99.3
90	47	2.1	23.1	0	99.3
91	47.4	2.1	23.1	1	99.4

92	47.9	2.1	23.1	1	99.4
93	48.3	2.1	23.2	1	99.5
94	48.7	2.1	23.2	2	99.6
95	49.2	2.1	23.2	0	99.6
96	49.6	2.1	23.2	1	99.6
原始分數	能力參數值	標準誤	訊息量	次數	累積次數百分比
97	50	2.1	23.2	0	99.6
98	50.5	2.1	23.1	1	99.7
99	50.9	2.1	23.1	0	99.7
100	51.3	2.1	23.1	1	99.7
101	51.8	2.1	23	2	99.8
102	52.2	2.1	23	0	99.8
103	52.6	2.1	22.9	1	99.9
104	53.1	2.1	22.8	0	99.9
105	53.5	2.1	22.7	0	99.9
106	53.9	2.1	22.6	0	99.9
107	54.4	2.1	22.5	0	99.9
108	54.8	2.1	22.4	0	99.9
109	55.3	2.1	22.3	0	99.9
110	55.7	2.1	22.2	0	99.9
111	56.2	2.1	22	0	99.9
112	56.6	2.1	21.9	1	99.9
113	57.1	2.1	21.7	0	99.9
114	57.6	2.2	21.5	0	99.9
115	58	2.2	21.3	0	99.9
116	58.5	2.2	21.1	0	99.9
117	59	2.2	20.9	0	99.9
118	59.5	2.2	20.7	0	99.9
119	59.9	2.2	20.4	0	99.9
120	60.4	2.2	20.2	0	99.9
121	60.9	2.2	19.9	0	99.9
122	61.4	2.3	19.6	0	99.9
123	62	2.3	19.3	0	99.9
124	62.5	2.3	19	0	99.9
125	63	2.3	18.7	0	99.9
126	63.5	2.3	18.4	0	99.9
127	64.1	2.4	18	0	99.9
128	64.7	2.4	17.7	0	99.9

129	65.2	2.4	17.3	0	99.9
130	65.8	2.4	16.9	1	100

為瞭解 93 分此切截分數所區分出的 2 群學生是否在各指標中都具有顯著差異，因此將所區分的學生在本量表所有向度上的得分進行獨立樣本 t 考驗，確認是否能區分出危機與非危機學生。表 4-4-2 為以危機指標總分 93 分作為切截分數，93 分以上為危機學生，93 分以下為非危機學生所做的獨立樣本 t 檢定，與兩者的平均數、標準差。

表 4-4-2 切截分數為 93 分的獨立樣本 t 檢定

	分組	個數	題平均數	總分平均數	總分標準差	t 值	顯著性 (雙尾)
時間管理	危機學生	11	3.386375	13.5455	2.76997	2.347	.019
	非危機學生	1933	2.868075	11.4723	2.92184		
生涯規劃	危機學生	11	3.4091	13.6364	2.83805	4.300	.000
	非危機學生	1933	2.506725	10.0269	2.77565		
學習	危機學生	11	3.45455	13.8182	3.45885	4.679	.000
	非危機學生	1933	2.47595	9.9038	2.76252		
人際關係	危機學生	11	3.72728	18.6364	4.31909	6.336	.000
	非危機學生	1933	2.36286	11.8143	3.55687		
自我價值	危機學生	11	4.0303	12.0909	2.11918	6.574	.000
	非危機學生	1933	2.356267	7.0688	2.52850		
感情	危機學生	11	2.8788	8.6364	3.38446	3.622	.005
	非危機學生	1933	1.6458	4.9374	1.82566		
情緒	危機學生	11	4.0909	16.3636	3.26413	7.312	.000
	非危機學生	1933	2.462875	9.8515	2.94378		
家庭	危機學生	11	2.484833	7.4545	2.65946	3.103	.002
	非危機學生	1933	1.785467	5.3564	2.23392		
自我傷害	危機學生	11	2.70455	10.8182	2.48267	12.639	.000
	非危機學生	1933	1.21535	4.8614	1.55254		
憂鬱	危機學生	11	3.409083	20.4545	4.10764	11.645	.000

	非危機學生	1933	1.565267	9.3916	3.13619		
精神疾病	危機學生	11	3.214877	70.7273	6.27839	15.391	.000
	非危機學生	1933	1.542114	33.9265	7.91530		
生活適應總分	危機學生	11	3.472727	104.1818	15.84814	7.277	.000
	非危機學生	1933	2.347717	70.4315	15.33525		
危機總分	危機學生	11	3.1875	102.0000	10.73313	15.783	.000
	非危機學生	1933	1.505609	48.1795	11.28023		
簡式健康量表	危機學生	11	2.4394	14.6364	4.90454	8.946	.000
	非危機學生	1918	0.864183	5.1851	3.48522		

由表 4-4-2 可知以下結果：

1. 『時間管理』方面

t 值為 2.347，顯著性為 .019，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與非危機學生在時間管理的平均數達顯著差異，惟此結果有 5% 犯型 I 錯誤的機率。

2. 『生涯規劃』方面

t 值為 4.3，顯著性為 .000，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與非危機學生在生涯規劃的平均數達顯著差異，惟此結果有 5% 犯型 I 錯誤的機率。

3. 『學業』方面

t 值為 4.679，顯著性為 .000，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與非危機學生在學業的平均數達顯著差異，惟此結果有 5% 犯型 I 錯誤的機率。

4. 『人際關係』方面

t 值為 6.6336，顯著性為 .000，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與非危機學生在人際關係的平均數達顯著差異，惟此結果有 5% 犯型 I 錯誤的機率。

5. 『自我價值』方面

t 值為 6.574，顯著性為.000，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與非危機學生在自我價值的平均數達顯著差異，惟此結果有 5%犯型 I 錯誤的機率。

6. 『感情』方面

t 值為 3.622，顯著性為.005，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與非危機學生在感情的平均數達顯著差異，惟此結果有 5%犯型 I 錯誤的機率。

7. 『情緒』方面

t 值為 7.312，顯著性為.000，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與非危機學生在情緒的平均數達顯著差異，惟此結果有 5%犯型 I 錯誤的機率。

8. 『家庭』方面

t 值為 3.103，顯著性為.002，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與非危機學生在家庭的平均數達顯著差異，惟此結果有 5%犯型 I 錯誤的機率。

9. 『生活適應指標』總分方面

t 值為 7.277，顯著性為.000，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與非危機學生在二級指標的平均數達顯著差異，惟此結果有 5%犯型 I 錯誤的機率。

10. 『自我傷害』方面

t 值為 12.639，顯著性為.000，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與非危機學生在自我傷害的平均數達顯著差異，惟此結果有 5%犯型 I 錯誤的機率。

11. 『憂鬱』方面

t 值為 11.645，顯著性為.000，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與非危機學生在憂鬱的平均數達顯著

差異，惟此結果有 5%犯型 I 錯誤的機率。

12. 『精神症狀』方面

t 值為 15.391，顯著性為.000，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與非危機學生在精神症狀的平均數達顯著差異，惟此結果有 5%犯型 I 錯誤的機率。

13. 『危機指標』總分方面

值為 15.783，顯著性為.000，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與非危機學生在一級指標的平均數達顯著差異，惟此結果有 5%犯型 I 錯誤的機率。

14. 『簡式健康量表』總分方面

t 值為 8.946，顯著性為.000，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與非危機學生在簡式的平均數達顯著差異，惟此結果有 5%犯型 I 錯誤的機率。

從上述整理可以發現，以93分作為截斷分數時，危機學生與非危機學生在本量表中的每個因素皆達顯著差異，在簡式健康量表中的分數也達顯著差異，可見該切截分數的確在統計上具有意義，高危機學生的確在生活不適應及危機指標上都明顯高於低危機學生，表示此切截分數可明顯區別出2群學生。但本研究認為該切截分數只篩選出11位危機學生，就實務經驗與顧及如何可以及早篩檢出可能的學生，以及早預防上，似乎有不足之處，因此認為有增加篩檢之學生比例的必要。

本研究根據全體受試者在危機指標總分之次數分配表得知（如表 4-4-3），若以危機量表總分常態分配的97.5%以上或95%以上的學生為篩檢指標，本研究發現各可篩檢出52人及106人，即若以受測學生在危機量表分數最高的2.5%，或最高的5%的學生做為高關懷優先對象，可找出較多可能需要優先關懷的學生，但這群學生在生活適應、及危機狀況上是否

的確有其特殊性，是本研究需要瞭解部分，以做為這樣的篩選原則是否適當之參考，以下即針對此部分進行分析說明。

表4-4-3 全體受試者危機指標總分之次數分配表

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 32.00	35	1.6	1.7	1.7
33.00	42	2.0	2.1	3.8
34.00	51	2.4	2.5	6.3
35.00	83	3.9	4.1	10.3
36.00	75	3.5	3.7	14.0
37.00	80	3.7	3.9	17.9
38.00	67	3.1	3.3	21.2
39.00	89	4.2	4.4	25.6
40.00	74	3.5	3.6	29.2
41.00	82	3.8	4.0	33.2
42.00	77	3.6	3.8	37.0
43.00	77	3.6	3.8	40.8
44.00	81	3.8	4.0	44.8
45.00	82	3.8	4.0	48.8
46.00	68	3.2	3.3	52.1
47.00	55	2.6	2.7	54.8
48.00	67	3.1	3.3	58.1
49.00	51	2.4	2.5	60.6
50.00	61	2.9	3.0	63.6
51.00	53	2.5	2.6	66.2
52.00	50	2.3	2.5	68.6
53.00	48	2.2	2.4	71.0
54.00	40	1.9	2.0	72.9
55.00	48	2.2	2.4	75.3
56.00	42	2.0	2.1	77.4

57.00	31	1.5	1.5	78.9
58.00	41	1.9	2.0	80.9
59.00	32	1.5	1.6	82.5
60.00	35	1.6	1.7	84.2
61.00	38	1.8	1.9	86.0
62.00	30	1.4	1.5	87.5
63.00	22	1.0	1.1	88.6
64.00	24	1.1	1.2	89.8
65.00	27	1.3	1.3	91.1
66.00	22	1.0	1.1	92.2
67.00	14	.7	.7	92.8
68.00	16	.7	.8	93.6
69.00	13	.6	.6	94.3
70.00	10	.5	.5	94.8
71.00	7	.3	.3	95.1
72.00	12	.6	.6	95.7
73.00	10	.5	.5	96.2
74.00	6	.3	.3	96.5
75.00	5	.2	.2	96.7
76.00	8	.4	.4	97.1
77.00	6	.3	.3	97.4
78.00	3	.1	.1	97.5
79.00	4	.2	.2	97.7
80.00	6	.3	.3	98.0
81.00	4	.2	.2	98.2
82.00	7	.3	.3	98.6
84.00	4	.2	.2	98.8
85.00	1	.0	.0	98.8
86.00	2	.1	.1	98.9
87.00	4	.2	.2	99.1
88.00	2	.1	.1	99.2

89.00	1	.0	.0	99.3
91.00	1	.0	.0	99.3
92.00	1	.0	.0	99.4
93.00	1	.0	.0	99.4
94.00	2	.1	.1	99.5
95.00	1	.0	.0	99.6
96.00	2	.1	.1	99.7
98.00	1	.0	.0	99.7
100.00	1	.0	.0	99.8
101.00	2	.1	.1	99.9
103.00	1	.0	.0	99.9
112.00	1	.0	.0	100.0
130.00	1	.0	.0	100.0
總和	2040	95.5	100.0	
遺漏值 系統界定的遺漏	97	4.5		
總和	2137	100.0		

(二) 以危機量表常模分佈選擇前 2.5%的學生為切截分數之分析

若以危機量表分數之常模分佈為篩選原則，且以篩選出總有效受試人數 1944 人的前 2.5%的學生為標準，結果發現根據此原則之危機指標的原始總分為 77 分，可篩選出高危機學生 52 人，低危機學生有 1892 人。為了解這 2 群學生是否有差異，2 群學生在本量表『危機指標』總分，及憂鬱、自我傷害、精神疾病症狀分數；與在『生活適應指標』總分及各分量表上，及『簡式健康量表』上的平均數及差異性考驗如表 4-4-4。

表 4-4-4 切截分數為危機總分 77 分的獨立樣本 t 檢定

	分組	個數	題平均數	總分平均數	總分標準差	t 值	顯著性 (雙尾)
時間管理	危機學生	52	3.389425	13.5577	2.49245	5.218	.000
	非危機學生	1892	2.856775	11.4271	2.91524		

生涯規劃	危機學生	52	4.3141	12.9423	2.46078	7.702	.000
	非危機學生	1892	2.49195	9.9678	2.75484		
學習	危機學生	52	3.2548	13.0192	2.57812	8.269	.000
	非危機學生	1892	3.2803	9.8409	2.73848		
人際關係	危機學生	52	3.63076	18.1538	3.42072	13.37	.000
	非危機學生	1892	2.33594	11.6797	3.44327	8	
自我價值	危機學生	52	3.6346	10.9038	2.41125	11.24	.000
	非危機學生	1892	2.330867	6.9926	2.47696	1	
感情	危機學生	52	2.519233	7.5577	2.75406	6.954	.000
	非危機學生	1892	1.628967	4.8869	1.77470		
情緒	危機學生	52	3.875	15.5000	2.65315	14.45	.000
	非危機學生	1892	2.433525	9.7341	2.84179	8	
家庭	危機學生	52	2.589733	7.7692	2.77676	6.352	.000
	非危機學生	1892	1.767433	5.3023	2.18875		
自我傷害	危機學生	52	2.302875	9.2115	2.19926	14.45	.000
	非危機學生	1892	1.1941	4.7764	1.42954	9	
憂鬱	危機學生	52	2.96475	17.7885	3.65865	20.71	.000
	非危機學生	1892	1.537533	9.2252	2.91934	3	
精神疾病	危機學生	52	2.696677	59.3269	7.30490	25.36	.000
	非危機學生	1892	1.520109	33.4424	7.25820	6	
生活適應總分	危機學生	52	3.31346	99.4038	11.59658	17.98	.000
	非危機學生	1892	2.327713	69.8314	14.87123	7	
危機總分	危機學生	52	2.697716	86.3269	10.14159	27.11	.000
	非危機學生	1892	1.482625	47.4440	10.20439	2	
簡式健康量表	危機學生	52	2.048083	12.2885	4.01144	15.30	.000
	非危機學生	1877	0.840617	5.0437	3.34785	5	

由表 4-4-4 可知以下結果：

1. 『時間管理』方面

t 值為 5.218，顯著性為 .000，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，

亦即有證據支持危機學生與非危機學生在時間管理的平均數達

顯著差異，惟此結果有 5%犯型 I 錯誤的機率。

2. 『生涯規劃』方面

t 值為 7.702，顯著性為.000，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與非危機學生在生涯規劃的平均數達顯著差異，惟此結果有 5%犯型 I 錯誤的機率。

3. 『學業』方面

t 值為 8.269，顯著性為.000，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與非危機學生在學業的平均數達顯著差異，惟此結果有 5%犯型 I 錯誤的機率。

4. 『人際關係』方面

t 值為 13.378，顯著性為.000，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與非危機學生在人際關係的平均數達顯著差異，惟此結果有 5%犯型 I 錯誤的機率。

5. 『自我價值』方面

t 值為 11.241，顯著性為.000，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與非危機學生在自我價值的平均數達顯著差異，惟此結果有 5%犯型 I 錯誤的機率。

6. 『感情』方面

t 值為 6.954，顯著性為.000，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與非危機學生在感情的平均數達顯著差異，惟此結果有 5%犯型 I 錯誤的機率。

7. 『情緒』方面

t 值為 14.458，顯著性為.000，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與非危機學生在情緒的平均數達顯著差異，惟此結果有 5%犯型 I 錯誤的機率。

8. 『家庭』方面

t 值為 6.352，顯著性為.000，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與非危機學生在家庭的平均數達顯著差異，惟此結果有 5%犯型 I 錯誤的機率。

9. 『生活適應指標』總分方面

t 值為 17.987，顯著性為.000，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與非危機學生在本指標的平均數達顯著差異，惟此結果有 5%犯型 I 錯誤的機率。

10. 『自我傷害』方面

t 值為 14.459，顯著性為.000，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與非危機學生在自我傷害的平均數達顯著差異，惟此結果有 5%犯型 I 錯誤的機率。

11. 『憂鬱』方面

t 值為 20.713，顯著性為.000，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與非危機學生在憂鬱的平均數達顯著差異，惟此結果有 5%犯型 I 錯誤的機率。

12. 『精神症狀』方面

t 值為 25.366，顯著性為.000，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與非危機學生在精神症狀的平均數達顯著差異，惟此結果有 5%犯型 I 錯誤的機率。

13. 『危機指標』總分方面

t 值為 27.112，顯著性為.000，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與非危機學生在本指標的平均數達顯著差異，惟此結果有 5%犯型 I 錯誤的機率。

14. 『簡式健康量表』總分方面

t 值為 15.305，顯著性為.000，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與非危機學生在簡式的平均數達顯著

差異，惟此結果有 5% 犯型 I 錯誤的機率。

從上述整理可以發現，以 77 分作為截斷分數時，危機學生與非危機學生在本量表各向度的每個因素皆達顯著差異，在簡式健康量表中的分數也達顯著差異，可見該切截分數的確在統計上具有意義，高危機學生的確在生活不適應及危機指標上都明顯高於低危機學生，表示此切截分數可明顯區別出 2 群學生。

(三) 以危機量表常模分佈選擇前 5% 的學生為切截分數之分析

若以危機量表分數之常模分佈為篩檢原則且以篩檢出總有效受試人數 1944 人的前 5% 的學生為標準，結果發現根據此原則之危機指標的原始總分為 70 分，可篩檢出高危機學生共有 106 人，低危機學生有 1838 人。為了解這 2 群學生是否有差異，2 群學生在本量表『危機指標』總分，及憂鬱、自我傷害、精神疾病症狀分數；與在『生活適應指標』總分及各分量表上，及『簡式健康量表』上的平均數及差異性考驗如表 4-4-5。

表 4-4-5 切截分數為危機總分 70 分的獨立樣本 t 檢定

	分組	個數	題平均數	總分平均數	總分標準差	t 值	顯著性 (雙尾)
時間管理	危機學生	106	3.51415	14.0566	2.41752	11.14	.000
	非危機學生	1838	2.833925	11.3357	2.88237	0	
生涯規劃	危機學生	106	4.3019	12.9057	2.47089	11.19	.000
	非危機學生	1838	2.470625	9.8825	2.71597	6	
學習	危機學生	106	3.240575	12.9623	2.54455	11.97	.000
	非危機學生	1838	3.250267	9.7508	2.69254	5	
人際關係	危機學生	106	3.4283	17.1415	3.26727	16.63	.000
	非危機學生	1838	2.30958	11.5479	3.37151	7	
自我價值	危機學生	106	3.5849	10.7547	2.32097	16.14	.000
	非危機學生	1838	2.295433	6.8863	2.40296	6	
感情	危機學生	106	2.286167	6.8585	2.43169	8.384	.000

	非危機學生	1838	1.616233	4.8487	1.75809		
情緒	危機學生	106	3.59905	14.3962	2.67503	17.15	.000
	非危機學生	1838	2.4071	9.6284	2.78842	4	
家庭	危機學生	106	2.537733	7.6132	2.65678	9.033	.000
	非危機學生	1838	1.746267	5.2388	2.14526		
自我傷害	危機學生	106	2.047175	8.1887	2.53025	14.06	.000
	非危機學生	1838	1.176275	4.7051	1.32358	4	
憂鬱	危機學生	106	2.79245	16.7547	3.20657	28.25	.000
	非危機學生	1838	1.505533	9.0332	2.70637	6	
精神疾病	危機學生	106	2.472127	54.3868	7.56253	31.45	.000
	非危機學生	1838	1.498491	32.9668	6.77273	2	
生活適應總分	危機學生	106	3.222957	96.6887	10.63629	25.37	.000
	非危機學生	1838	2.303973	69.1192	14.40651	8	
危機指標總分	危機學生	106	2.479069	79.3302	9.97494	34.70	.000
	非危機學生	1838	1.459534	46.7051	9.37770	5	
簡式健康量表	危機學生	106	1.82705	10.9623	3.80207	18.43	.000
	非危機學生	1823	0.8177	4.9062	3.25558	7	

由表 4-4-5 可知以下結果：

1. 『時間管理』方面

t 值為 11.140，顯著性為.000，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與非危機學生在時間管理的平均數達顯著差異，惟此結果有 5% 犯型 I 錯誤的機率。

2. 『生涯規劃』方面

t 值為 11.196，顯著性為.000，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與非危機學生在生涯規劃的平均數達顯著差異，惟此結果有 5% 犯型 I 錯誤的機率。

3. 『學業』方面

t 值為 11.975，顯著性為.000，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，

亦即有證據支持危機學生與非危機學生在學業的平均數達顯著差異，惟此結果有 5%犯型 I 錯誤的機率。

4. 『人際關係』方面

t 值為 16.637，顯著性為.000，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與非危機學生在人際關係的平均數達顯著差異，惟此結果有 5%犯型 I 錯誤的機率。

5. 『自我價值』方面

t 值為 16.146，顯著性為.000，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與非危機學生在自我價值的平均數達顯著差異，惟此結果有 5%犯型 I 錯誤的機率。

6. 『感情』方面

t 值為 8.384，顯著性為.000，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與非危機學生在感情的平均數達顯著差異，惟此結果有 5%犯型 I 錯誤的機率。

7. 『情緒』方面

t 值為 17.154，顯著性為.000，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與非危機學生在情緒的平均數達顯著差異，惟此結果有 5%犯型 I 錯誤的機率。

8. 『家庭』方面

t 值為 9.033，顯著性為.000，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與非危機學生在家庭的平均數達顯著差異，惟此結果有 5%犯型 I 錯誤的機率。

9. 『生活適應指標』總分方面

t 值為 25.378，顯著性為.000，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與非危機學生在本指標的平均數達顯著差異，惟此結果有 5%犯型 I 錯誤的機率。

10. 『自我傷害』方面

t 值為 14.064，顯著性為.000，小於 $\alpha=.05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與非危機學生在自我傷害的平均數達顯著差異，惟此結果有 5%犯型 I 錯誤的機率。

11. 『憂鬱』方面

t 值為 28.256，顯著性為.000，小於 $\alpha=.05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與非危機學生在憂鬱的平均數達顯著差異，惟此結果有 5%犯型 I 錯誤的機率。

12. 『精神症狀』方面

t 值為 31.452，顯著性為.000，小於 $\alpha=.05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與非危機學生在精神症狀的平均數達顯著差異，惟此結果有 5%犯型 I 錯誤的機率。

13. 『危機指標』總分方面

t 值為 34.705，顯著性為.000，小於 $\alpha=.05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與非危機學生在本指標的平均數達顯著差異，惟此結果有 5%犯型 I 錯誤的機率。

14. 『簡式健康量表』總分方面

t 值為 18.437，顯著性為.000，小於 $\alpha=.05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與非危機學生在簡式的平均數達顯著差異，惟此結果有 5%犯型 I 錯誤的機率。

從上述整理可以發現，以70分作為截斷分數時，危機學生與非危機學生在本量表各向度的每個因素皆達顯著差異，在簡式健康量表中的分數也達顯著差異，可見該切截分數的確在統計上具有意義，高危機學生的確在生活不適應及危機指標上都明顯高於低危機學生，表示此切截分數可明顯區別出2群學生。

(四) 研究者主觀選擇切截分數之分析結果

透過上述訪問實務工作者之實務意見中得知，自我傷害的確是實務人員認為最優先列入高危機的學生，因此若學生只要在『自我傷害』部分填答表示出有高自我傷害的可能，也是實務工作者應該積極去追蹤的對象；且『簡式健康量表』已訂有高關懷之切截指標，因此本研究嘗試以只要該名學生符合以下任一個標準，即視為危機個案：

1. 本研究量表危機指標中，自我傷害任一題達四分以上。
2. 簡式健康量表的總分達 15 分以上，且第六題填達三分以上。

依據上述指標共篩檢出 72 位高危機學生，低危機學生有 2033 人。

為了解由本研究主觀選擇的指標所篩檢出之高危機學生與低危機學生是否有差異這 2 群學生在簡式健康量表總分、時間管理、生涯、學業、家庭、人際關係、感情、情緒、自我價值、生活適應指標總分、憂鬱、精神症狀、自我傷害及危機指標總分等面向上之平均數標準差及 t 檢定，如表 4-4-6。

表 4-4-6 以自我傷害或簡式健康分數主觀選擇之獨立樣本 t 檢定

		個數	題平均數	總分平均數	總分平均數 標準差		
						t 值	顯著性 (雙尾)
簡式1~5題	1.00	2033	1.0071	5.0300	3.31953		
	2.00	72	1.9083	9.5417	4.31485	-8.781	.000
時間管理	1.00	2060	2.8699	11.4729	2.94171		
	2.00	72	3.3368	13.3857	2.94044	-5.291	.000
生涯	1.00	2060	2.5000	9.9961	2.74695		
	2.00	72	3.1181	12.4722	3.15770	-7.467	.000
學業	1.00	2060	2.4677	9.8659	2.74049		
	2.00	72	3.1019	12.5070	3.12077	-6.617	.000
家庭	1.00	2060	1.7900	5.3738	2.23647		
	2.00	72	2.3981	7.1944	2.82164	-5.428	.000

人際關係	1.00	2060	2.3480	11.7397	3.53683		
	2.00	72	3.1333	15.6667	4.11456	-9.193	.000
感情	1.00	2059	1.6574	4.9732	1.86051		
	2.00	72	2.0000	6.0000	2.61092	-3.311	.001
情緒	1.00	2060	2.4592	9.8373	2.92609		
	2.00	72	3.2477	12.9296	3.64231	-7.244	.000
自我價值	1.00	2060	2.3479	7.0443	2.51554		
	2.00	72	3.1296	9.3889	3.31686	-5.940	.000
生活適應指 標	1.00	2060	2.3051	70.2172	15.32703		
	2.00	72	2.9332	89.7794	15.95969	-10.313	.000
憂鬱	1.00	2061	1.5530	9.3058	3.03973		
	2.00	72	2.5000	15.0423	4.85044	-9.914	.000
精神症狀	1.00	2061	1.5419	33.8041	8.04559		
	2.00	72	2.0944	46.3235	11.96817	-8.550	.000
自我傷害	1.00	2061	1.1809	4.7199	1.25336		
	2.00	72	2.5463	10.1972	2.33373	-19.879	.000
危機指標	1.00	2061	1.4253	47.7804	11.14769		
	2.00	72	2.3802	71.6176	16.27747	-16.245	.000

*1 代表非危機組，2 代表高危機組

1、在『簡式健康量表總分』部分：

顯著性為.000，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持以上述篩檢標準篩檢出之危機學生與其他受試者在簡式總分上達顯著差異。

2、『學業』方面

顯著性為.000，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與其他受試者在學業分數上達顯著差異。

3、『家庭』方面

顯著性為.000，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支

持危機學生與其他受試者在家庭分數上達顯著差異。

4、『感情』方面

顯著性為.001，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與其他受試者在感情分數上達顯著差異。

5、『情緒』方面

顯著性為.000，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與其他受試者在情緒分數上達顯著差異。

6、『自我價值』方面

顯著性為.000，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與其他受試者在自我價值分數上達顯著差異。

7、『憂鬱』方面

顯著性為.000，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與其他受試者在憂鬱分數上達顯著差異。

8、『精神症狀』方面

顯著性為.000，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與其他受試者在精神症狀分數上達顯著差異。

9、『自我傷害』方面

顯著性為.000，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與其他受試者在自我傷害分數上達顯著差異。

10、『危機指標』總分方面

顯著性為.000，小於 $\alpha = .05$ ，落入拒絕區，亦即有證據支持危機學生與其他受試者在危機指標分數上達顯著差異。

綜合上述分析，以主觀標準決定的篩檢標準，的確可發現高危機學生群與低危機學生全在生活適應及危機程度上都有明顯差異，表示以上述指標做為篩檢是有意義的。

第五章 結論、討論與建議

本章將分別說明本研究之結論及進行相關討論與建議。

第一節 結論

經由本研究之分析，發現以下研究結果：

1 本研究發展出的量表，包含 2 部分，一是『生活適應量表』，一是『身心危機量表』。生活適應量表主要是測量大學生在一般生活中的適應情形，包含時間管理、生涯規劃、學習、家庭、人際關係、感情、情緒、自我價值等 8 個分量表，分數愈高表示受試者在該部分的適應愈不佳。『身心危機量表』主要是測量大學生的身心不健康狀態，共包含有『自我傷害』、『憂鬱』、及『精神疾病症狀』三部分，分數愈高表示愈有上述 3 類現象，表示身心愈不健康，也就是呈現出有較高身心處於危機狀態的可能性。上述 2 分量表及內部各因素均有高的內部一致性信度、及效標關連效度、建構效度。因此本研究將此量表命名為『大學生生活適應與健康量表』。

2.本校大一學生在本量表上的測驗結果顯示出，本校大一學生在生活適應部分是在中度適應程度，其中在時間管理的適應最不佳，其次是生涯、學習、情緒、及自我價值部分，對於家庭及感情的適應則較無不適應情形。

3.本校大一學生在本量表上的測驗結果顯示出，本校大一學生在『身心危機量表』上的得分偏低，表示普遍言，本校大一學生較少出現自我傷害、神疾病症狀及憂鬱等狀況。此現象在簡式健康量表上的得分亦呈現相同情形，表示本量表所得結果在效標上亦可獲得支持。

4.以『身心危機量表』做為高危機學生篩檢標準時，不論是以該部分總分 93 分、或 77 分、或 70 分做為切截分數，分成高危機學生及低危機學生時，分別可篩檢出 11 位、52 位及 106 位可能是具有高危機傾向、需

要高關懷的學生。且分別分析各切截分數分出的高危機與低危機 2 群學生在『生活適應』各分量表及『身心危機量表』各分量表得分差異，發現均有差異，表示用這 3 個切截分數均可顯現出所分出的這 2 類學生在生活適應與身心危機有不同的狀態，且清楚一致的看出高危機組的學生，其生活適應各向度上均較不適應、在身心不健康方面也都較不健康，有較高的危機可能性。

5.若以研究者主觀的以本研究的『身心危機量表』中，『自我傷害』任一題達四分以上、或簡式健康量表的總分達 15 分以上，且第六題填達三分以上做為篩檢標準，可以找出 72 位高危機學生，結果亦發現本組高危機學生在『生活適應量表』各分量表及『身心危機量表』各分量表得分均高於低危機組學生，表示用此篩檢標準可顯現出所分出的這 2 類學生在生活適應與身心危機有不同的狀態，且清楚一致的看出高危機組的學生，其生活適應各向度上均較不適應、在身心不健康方面也都較不健康，有較高的危機可能性。

第二節 討論與建議

1. 本量表之特色

透過本量表之篩檢，可發現不論是用『身心危機量表』總分93分或77分或70分來篩檢學生，所篩檢出來的學生，不論在『身心危機量表』上的確都高於低危機學生，且在『一般生活適應量表』各因素的得分也都高於低危機學生，可以發現本量表之編制的確可以一方面滿足校園內心理健康人員關心的向度，從身心危機、不健康的向度，如自我傷害、憂鬱傾向、及精神疾病症狀等，可以及早發現有上述傾向的學生；但同時也可以發現，這些學生在一般生活適應上，如時間管理、生涯、學習、人際、等等也都有較高的不適應情形。這樣的量表分數不僅可以協助心理健康人員，也可以讓校園內的導師或相關人員瞭解，在校園內發生所

謂學生的危機個案，其不單單只是有自我傷害行為、或憂鬱症狀是需要心理專業人員協助的，個案的一般生活中也有較高的困擾或不適應，這些面向也需要各相關人員一起協助學生來面對、與解決。這部分正是本量表與目前許多正在使用的量表差異之處，例如人格量表及診斷性量表可能就無法有本量表之功能；而傾向是素質壓力模式之量表也沒有此項功能。

若與『簡式健康量表』相比，從本研究所篩檢出來的高關懷學生，其在『簡式健康量表』的得分，在93分組，其得分總分平均數為14.6分，接近15分，依據簡式健康量表之建議，得分>15分者，可能是重度情緒困擾，建議轉介精神科治療或接受專業諮詢，表示以此標準篩檢出來的這群學生的確是高危機個案，但同樣的，本量表除了可以知曉這些學生在『身心危機』的狀況外，還可以獲得其在生活適應的狀況，這同樣呈現出本量表之優勢；若以77分為篩檢標準所區分的高關懷個案，其在『簡式健康量表』的總分平均數是12.2分，也是偏高的分數，若以簡式康量表建議，總分在10~14分者，屬於中度情緒困擾，建議轉介精神科治療或接受專業諮詢。因此可顯現出，若以本分數為篩檢標準，的確可以篩檢出中度情緒困擾的學生。若以70分為篩檢標準所區分的高關懷個案，其在『簡式健康量表』的總分平均數是10.9分，也是屬於上述中度情緒困擾。因此本研究認為本量表分成『一般生活適應量表』、『身心危機量表』兩部分是適合大學生所使用的一份不但可用來篩檢校園內高危機傾向的學生，且可較完整瞭解學生的危機狀況與一般生活適應情形的量表。

2. 本量表在篩檢高危機學生切截分數的決定

從本研究可發現不論是用『身心危機量表』總分 93 分或 77 分或 70 分來篩檢學生，所篩檢出來的學生，不論在『身心危機量表』上的

確都高於低危機學生，且在『一般生活適應量表』各因素的得分也都高於低危機學生，但從其得分狀況可瞭解，所篩檢出來需要高關懷的學生有其不同特性，例如以 93 分所篩檢出來的高關懷學生，從其在一般生活適應的題平均數得分可發現，其最不適應的是情緒問題，其次是較低的自我價值及人際關係不適應；在身心危機部分，憂鬱是最需要高關懷的部分，其次是經神疾病症狀。以『身心危機量表』總分 77 分所篩檢出來需要高關懷的學生，從其在一般生活適應的題平均數得分可發現，其最不適應的是生涯規劃問題，其次是情緒問題，在其次才是較低的自我價值及人際關係不適應；在身心危機部分，憂鬱仍是最需要高關懷的部分，其次是經神疾病症狀。以『身心危機量表』總分 70 分所篩檢出來需要高關懷的學生，從其在一般生活適應的題平均數得分可發現，其最不適應的是生涯規劃問題，其次也是情緒問題，較低的自我價值，但接下來是時間管理問題的困擾；在身心危機部分，憂鬱仍是最需要高關懷的部分，其次是經神疾病症狀。因此本研究認為，在使用本分量表做為高危機篩檢的切截分數的決定時，可以依據使用者的目的及現況來決定要使用哪一各切截點：一是要最優先篩檢的學生特性，一是有多少輔導人力進行後續追蹤輔導。由於從前述討論可知，若以危機量表 93 分為切截分數時，篩檢出來的學生可清楚看到是『有高情緒困擾、或嚴重情緒困擾』的學生，此類學生當然是應優先關懷的學生，且在全體受測學生中可能只佔不到 1% 的學生，既使進行後續追蹤的人力不是非常充分，也應該至少要提供這些學生的追蹤輔導與關懷，且需要由較專業人心理健康人員進行追蹤。因此本研究建議在追蹤人力非常不足的情形下，可以以危機量表 93 分為切截分數。或是各校可以優先追蹤此群最可能具有嚴重困擾的學生。

其次若以身心危機總分 77 分為切截分數，可能篩檢出中或重度情緒困擾，但其可能伴隨有較明顯的生涯規劃或人際困擾及自我價值低落

問題，這類學生可能佔所有受測學生的 2.5%；其次若以身心危機總分 70 分切截分數，可能篩檢出中度情緒困擾，但仍伴隨有較明顯的生涯規劃或人際困擾及自我價值低落問題，但其困擾程度比前一組稍低些，但在全體受測學生中，仍屬於前 5% 高困擾、需要高關懷的學生。本研究認為，若校園內心理健康輔導專業人力若較充分，站在 2 級預防觀點，建議是以『身心危機』分量表總分 70 分為切截分數，及早發現有中度或可能是重度困擾、有高危機的學生，及早介入協助其面對其生涯規劃、人際適應及自我價值低落等層面問題，也同時瞭解其憂鬱、及精神疾病症狀、及自我傷害等問題，以及早判斷是否需要醫療方面的協助。

本研究也認為，以 77 分及 70 分所篩檢出的學生困擾特徵類似，但在程度上有差異，若人力有限，可以依據該校受測學生人數，先行估計篩檢出 2.5% 或 5% 高危機的可能人數，評估以現有專業輔導人力能追蹤的學生人數，若人力非常有限，也可以設定 77 分為篩檢標準，篩檢出來的學生由專業人力進行追蹤，另外，70 分至 76 分中度困擾的學生則交由導師先行追蹤，若發現其中有需要轉介給專業人員的學生再進行轉介，也是可行的方式。

3. 本量表具有信效度的支持

本研究所發展出之量表與目前已有量表最大不同處，除了前述特徵外，即是在施測過程中及施測後，皆針對結果進行信效度分析與檢驗，且以不同統計方式進行多元分析方式，如以 RASCH Model 進行統計分析，期達到較佳的信、效度證明。

4. 本量表對於高危機之認定，不只是針對憂鬱傾向、也不只是評估其自殺可能性，且自我傷害的篩選題目不只一題（許多篩檢量表僅用一題），而是以憂鬱、精神疾病症狀、及自我傷害 3 方面傾向的總和來進行評估，但從以總分來篩檢時也的確反映出這些高危機個案在上述 3 向度上

的確也是高的，不會有其中特定一因素高分，但另一因素低分的現象，相信更能及早發現具危機之學生。

5. 本量表雖然在信度、效度上均已達不錯的狀態，但仍有在改進的空間，例如（1）感情分量表之內部一致性係數低於.6，仍有修改之空間；（2）受試者只限於本校大一學生，上述結果是否非常適用時他校學生仍待考驗，未來可繼續收集他校學生之資料，以驗證本研究之發現。

參考文獻

中文文獻

- 潘正德 (1996)。大一新生人格特質、生活適應與學業成績的關係暨相關因素之研究。《中原學報》，24 (2)，35-51。
- 賴保禎、賴美玲 (2003)。新訂賴氏人格測驗指導手冊。台北市：千華。
- 李虹、梅錦榮 (2002)。大學生壓力量表的編制。《應用心理學》，8 (1)，27-32。
- 柯永河 (2003)。健康性格習慣量表。台北市：PAC 測驗出版社。
- 柯永河 (1998)。柯氏性格量表 (KMHQ, 1998)。台北市：中國行為科學社。
- 黃政昌、王蔚竣 (2008)。大學生心理健康量表—篩選性評估。台北市：心理出版社。
- 錢靜怡 (2005)。自殺企圖者人格特質與希望感之研究。國立高雄師範大學輔導與諮商研究所碩士論文，未出版，高雄市。
- 修慧蘭、林筱婷 (2009)。台灣大專院校推動憂鬱與自殺防治計劃-高關懷學生篩檢工作 篩檢量表的介紹與應用-以台灣政治大學為例。國立政治大學，未出版。
- 徐長江、鍾晨音 (2002)。浙江省大學生心理壓力總體狀況與來源的調查研究。《浙江師範大學學報》，6 (27)，100-104。
- 朱錦鳳 (2002)。大學生身心適應調查表—指導手冊。台北市：心理出版社。
- 朱錦鳳、段亞新 (2002)。大學生身心適應調查表之編制及學生困擾分析，測驗統計年刊，10，1-38。
- 陳心怡 (譯) (2000)。A. T. Beck, R. A. Steer, & G. K. Brown 著。貝克憂鬱量表第二版中文版指導手冊。台北市：中國行為科學社。

- 陳美君（譯）（2000）。貝克絕望感量表（BSS）中文版。台北市：中國行為科學社。
- 陳佩鈺、林杏足（2004）。高危險群青少年復原力之探討。輔導季刊，40（3），32-41。
- 施健彬（2004）。大學新生心理健康及其相關因素探討。大葉學報，13（2），109-117。
- 曾文志（2007）大一學生歷經創傷事件與復原力模式之研究。教育心理學報，39（2），317-334。
- 吳英璋、許文耀（年代不詳）。身心生活適應量表。國立政治大學心理諮商中心，未出版，台北市。
- 吳淑偵、黃子庭、王婉璇、魏真真（1998）。大學生負向思考之社會心理影響因素--以某大學新生為例，實證護理，4（1），42-50。
- 王蔚竣（2007）。大學生心理健康篩選量表之編製研究。中國文化大學心理輔導研究所碩士論文，未出版，台北市。

英文文獻

- Chang, E. C. (2000). Perfectionism as a predictor of positive and negative psychological outcomes: Examining a mediation model in younger and older adults. *Journal of Counseling Psychology*, 47(1), 18-26.
- Paladino, D., & Minton, C.. (2008). Comprehensive College Student Suicide Assessment: Application of the BASIC ID. *Journal of American College Health*, 56(6), 643-50.
- Gau, S. S.-F., Chen, Y.-Y., Tsai, F.-J., Lee, M.-B., Chiu, Y.-N., Soong, W.-T., et al. (2008). Risk Factors for Suicide in Taiwanese College Students. [Article]. *Journal of American*

College Health, 57(2), 135-142.

Kring, Ann M., Johnson, Sheri L., Davison, Gerald C. & Neale, John M. (2006) Abnormal Psychology. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.

Lisa C Konick, & Peter M Gutierrez. (2005). Testing a Model of Suicide Ideation in College Students. Suicide & Life-Threatening Behavior, 35(2), 181-92.

(附錄一) 危機指標

危機指標

第一部份：

1. 請依據您的實務經驗，在以下的各項危機指標中，勾選您認為重要的評估危機指標（不限題數，不限類別，請勾選於○）。
2. 請在已勾選於○的眾多危機指標中，再依重要、危機嚴重程度填寫於□中：
 - (1) 選出最重要的、危機程度非常高、一定要立即介入或立即找資源處理的 5 個評估危機指標（請填數字 1 於□。可少於 5 題）
 - (2) 選出第二重要的、危機程度高、需要盡快介入或找資源處理的 5 個評估危機指標（請填數字 2 於□。可少於 5 題）
 - (3) 選出第三重要的、危機程度次高的 5 個評估危機指標（請填數字 3 於□。可少於 5 題）

憂鬱 傾向	<input type="radio"/> <input type="checkbox"/> 個人經歷兩週以上的憂鬱情緒	<input type="radio"/> <input type="checkbox"/> 注意力無法集中
	<input type="radio"/> <input type="checkbox"/> 活力降低	<input type="radio"/> <input type="checkbox"/> 容易遺忘
	<input type="radio"/> <input type="checkbox"/> 興趣減少、對先前活動失去樂趣或興趣	<input type="radio"/> <input type="checkbox"/> 無法做決定或採取行動
	<input type="radio"/> <input type="checkbox"/> 體重明顯變化	<input type="radio"/> <input type="checkbox"/> 莫名的哭泣
	<input type="radio"/> <input type="checkbox"/> 失眠或嗜睡	<input type="radio"/> <input type="checkbox"/> 對他人漠不關心
	<input type="radio"/> <input type="checkbox"/> 無價值感	<input type="radio"/> <input type="checkbox"/> 臉上缺乏表情
	<input type="radio"/> <input type="checkbox"/> 認知能力下降	<input type="radio"/> <input type="checkbox"/> 性慾降低
	<input type="radio"/> <input type="checkbox"/> 無望、無助	<input type="radio"/> <input type="checkbox"/> 思考缺乏組織
	<input type="radio"/> <input type="checkbox"/> 對平時可完成的工作感到困難	<input type="radio"/> <input type="checkbox"/> 動作變慢或話變少
	<input type="radio"/> <input type="checkbox"/> 飲酒和用藥次數增加	
焦慮 傾向	<input type="radio"/> <input type="checkbox"/> 容易疲累	<input type="radio"/> <input type="checkbox"/> 睡眠障礙
	<input type="radio"/> <input type="checkbox"/> 感覺浮躁或不耐煩、坐立不安	<input type="radio"/> <input type="checkbox"/> 對恐懼過度解釋
	<input type="radio"/> <input type="checkbox"/> 個人針對許多事件或活動過度擔憂、難	<input type="radio"/> <input type="checkbox"/> 生理反應：發汗、發抖、寒顫、麻木、

	控制此憂慮、害怕失控	暈眩、心悸、反胃、口乾、呼吸困難、有窒息感、胃痛
	<input type="checkbox"/> 難以專心	<input type="checkbox"/> 語句不連貫
	<input type="checkbox"/> 易怒	<input type="checkbox"/> 肌肉緊張
精神 困擾	<input type="checkbox"/> 個體呈現思考、情感、知覺等嚴重障礙	<input type="checkbox"/> 懶散、身體、外表骯髒
	<input type="checkbox"/> 有明顯妄想（幻聽、幻覺、被迫害、自大等）	
衝動 行為	<input type="checkbox"/> 做事容易衝動後悔	<input type="checkbox"/> 對身邊的人充滿敵意
	<input type="checkbox"/> 個體容易做出魯莽攻擊、追求刺激、過度求樂	<input type="checkbox"/> 不信任身邊的人
	<input type="checkbox"/> 容易與人發生吵架、打架或暴力行為	
自傷 傾向	<input type="checkbox"/> 自我批評	<input type="checkbox"/> 突然的、明顯的行為改變
	<input type="checkbox"/> 反覆出現厭世絕望、死亡或自殺的念頭	<input type="checkbox"/> 失眠、疲憊
	<input type="checkbox"/> 自暴自棄	<input type="checkbox"/> 對自殺意念的正向態度
	<input type="checkbox"/> 無望感、沮喪、消極	<input type="checkbox"/> 自殺方法的可行性與機會性
	<input type="checkbox"/> 不滿	<input type="checkbox"/> 對自殺行為已詳細準備的程度
	<input type="checkbox"/> 發狂、失去控制、傷害自己或他人	
重大 壓力 事件	<input type="checkbox"/> 遭受性騷擾	<input type="checkbox"/> 經濟壓力（失業等）
	<input type="checkbox"/> 遭受性侵害	<input type="checkbox"/> 長期照顧重症家人
	<input type="checkbox"/> 家庭狀況（吵架、外遇、離婚、家暴等）	<input type="checkbox"/> 久病不癒
	<input type="checkbox"/> 天災人禍導致家人有傷亡或分離	<input type="checkbox"/> 工作壓力
	<input type="checkbox"/> 目睹家人或朋友遭遇重大傷害或死亡	<input type="checkbox"/> 面臨考試（期中考、期末考、國考）
	<input type="checkbox"/> 自己面臨浩劫餘生	<input type="checkbox"/> 面對各種失敗（如重要考試、比賽失敗、親密關係分手等）

第二部份：

1. 填完前述題目，請問您認為所謂第 2 重要、或第三重要的理由為何？

2. 填完前述題目，請問您認為所謂第 2 重要、或第三重要的介入時間可以延至多久？

第 2 重要指標_____

第 3 重要指標_____

3. 請問這份給新生的問卷，除了危機篩檢外，您認為尚可包含哪些功能？

謝謝您的合作與協助！

政大學生生活適應量表

此份量表的目的是為了解大學生的身心適應狀況，以提供更適切的健康服務。以下敘述是一般人可能會有的現象，請依照您的實際狀況回答，勿漏答任何一項。

本中心負有資料保密的責任，若未經您的同意，不會洩漏個人資料與填答結果，請放心作答。填寫完畢後，我們會回收此問卷，待計分完成後，以 E-MAIL 的方式，告訴您的測驗結果與解釋。

1. 若此量表顯示出您處於“自我傷害或傷害他人”、“身心狀況不佳或憂鬱”情形時，我們會試圖以電話和您聯繫，以關心您的狀況。

2. 若是發生上述情形，請問您希望我們可以聯繫哪些人以更幫助您（可複選）：

- 班導師 家長 教官 系主任 宿舍導師
 其他(請註明姓名：_____ 電話：_____)

我們期待得到您的合作與同意，但也會尊重您的權利。若您不願意填寫此問卷，也不會影響您的就學權利及任何成績，您可以不需填寫此問卷，請放心做決定，謝謝您的合作！

政治大學學務處 心理諮商中心 關心您

基本資料

姓名： _____ 系所/組別： _____ 年級： _____ 學號： _____

E-mail： _____ 聯絡電話/手機： _____

第一部份

下面所列舉的問題是為協助您瞭解您的身心適應狀況，請您仔細回想在最近一星期中(包括今天)，這些問題使您感到困擾或苦惱的程度，然後圈選一個您認為最能代表您感覺的答案。

	完全沒有	輕微	中等程度	嚴重	非常嚴重
1. 睡眠困難，譬如難以入睡、易醒或早醒。	0	1	2	3	4
2. 感覺緊張不安。	0	1	2	3	4
3. 覺得容易苦惱或動怒。	0	1	2	3	4
4. 感覺憂鬱、心情低落。	0	1	2	3	4
5. 覺得比不上別人。	0	1	2	3	4
6. 有自殺的想法。	0	1	2	3	4

總分（第 1-5 題的數字加總）： _____

第二部份

請詳讀下列每項敘述，由 1-5 選擇最符合您 <u>這一個月內狀況</u> 的選項，直接勾選或打勾。 <u>1</u> 代表 <u>從未如此</u> ； <u>2</u> 代表 <u>很少如此</u> ； <u>3</u> 代表 <u>有時如此</u> ； <u>4</u> 代表 <u>經常如此</u> ； <u>5</u> 代表 <u>總是如此</u>	從未 如此	很少 如此	有時 如此	經常 如此	總是 如此
01. 我的生活作息不正常。	1	2	3	4	5
02. 我不知道自己的生涯性向與興趣。	1	2	3	4	5
03. 我不知道如何達到作業、報告的要求。	1	2	3	4	5
04. 父母對我有很高的期望。	1	2	3	4	5
05. 我不知道如何交到朋友。	1	2	3	4	5
06. 我感到不快樂。	1	2	3	4	5
07. 我覺得自己比不上別人。	1	2	3	4	5
08. 我沒辦法善用時間。	1	2	3	4	5
09. 我對目前所就讀的科系沒有興趣。	1	2	3	4	5
10. 我不想到學校上課。	1	2	3	4	5
11. 家人給我很大的壓力。	1	2	3	4	5
12. 我沒有辦法與他人建立深入的友誼。	1	2	3	4	5
13. 我不知道如何拒絕他人的追求。	1	2	3	4	5
14. 我會有一段時間心情不好，容易生氣、緊張。	1	2	3	4	5
15. 我缺乏成就感。	1	2	3	4	5
16. 我沒有規劃自己的生活。	1	2	3	4	5
17. 我不知道如何規劃大學生涯。	1	2	3	4	5
18. 我沒有辦法有效率地唸書。	1	2	3	4	5
19. 家人沒辦法給我情感上的支持。	1	2	3	4	5
20. 與他人相處時，我感覺不自在。	1	2	3	4	5
21. 我因為感情的問題耽誤了工作、學業。	1	2	3	4	5
22. 我的情緒容易受到外界的影響。	1	2	3	4	5
23. 我缺乏對自己的信心。	1	2	3	4	5
24. 我花很多時間在電腦網路上。	1	2	3	4	5
25. 我設定了目標卻沒辦法達成。	1	2	3	4	5
26. 我沒辦法達成自己設定的學業標準。	1	2	3	4	5
27. 家人無法協助我解決困難。	1	2	3	4	5
28. 我很在意、擔心別人對我的看法。	1	2	3	4	5
29. 我跟男（女）朋友吵架或衝突。	1	2	3	4	5
30. 我的情緒起伏很大，喜怒無常。	1	2	3	4	5
31. 我不滿意自己的工作表現。	1	2	3	4	5
32. 我無法完成既定的事情。	1	2	3	4	5
33. 我不清楚就讀科系的未來出路。	1	2	3	4	5
34. 我不知道準備考試的方法。	1	2	3	4	5
35. 我必須花很多心力在家庭（人）上。	1	2	3	4	5
36. 我感覺到自己是孤單的、寂寞的。	1	2	3	4	5
37. 我選擇的交往對象令我感到困擾。	1	2	3	4	5
38. 我壓抑自己真正的情緒與感受。	1	2	3	4	5
39. 我覺得自己什麼事情都做不好。	1	2	3	4	5

第三部份

請詳讀下列每項敘述，並選擇一個最能代表您 <u>這一個月內狀況</u> 的選項直接勾選或打勾。 <u>1</u> 代表從未如此； <u>2</u> 代表很少如此； <u>3</u> 代表有時如此； <u>4</u> 代表經常如此； <u>5</u> 代表總是如此	從未如此	很少如此	有時如此	經常如此	總是如此
01. 我覺得這世界上的人，大多數不可信任。	1	2	3	4	5
02. 我覺得自己很偉大，沒有人能超越我。	1	2	3	4	5
03. 我想離開這個世界。	1	2	3	4	5
04. 我在事情開始前就不停擔心事情能否順利進行，而且無法控制自己不擔心。	1	2	3	4	5
05. 我控制不住自己的行為，而傷害到別人。	1	2	3	4	5
06. 我不洗澡、不換洗衣服，所以同學或朋友都不喜歡接近我。	1	2	3	4	5
07. 我感到自己的精力下降、活動減慢。	1	2	3	4	5
08. 我覺得自殺可以解決一切問題。	1	2	3	4	5
09. 我會為小事而覺得生氣。	1	2	3	4	5
10. 我已經有一段期間每天只需要睡 3 小時（甚至更少）就足夠，而且每天都神采奕奕。	1	2	3	4	5
11. 我會因焦慮或緊張而發抖、暈眩、心悸、呼吸困難、有窒息感或胃痛。	1	2	3	4	5
12. 我週遭的人覺得我行為怪異。	1	2	3	4	5
13. 我覺得對什麼事都失去興趣。	1	2	3	4	5
14. 我莫名的心情緊張，一直冒汗。	1	2	3	4	5
15. 我從小就對特定情境感到極度害怕，如：高處、人群、封閉的地方、打針、看見血等，以致身處其中時，總有忍不住逃離的感覺或想法。	1	2	3	4	5
16. 我研究過自殺的方法及其可行性、成功的機率。	1	2	3	4	5
17. 我不喜歡和別人生活在一起，對交友沒有興趣。	1	2	3	4	5
18. 我習慣在作某件事情時，會無法控制的想到另一些使我非常焦慮不安的事情。	1	2	3	4	5
19. 我很容易與人吵架或打架。	1	2	3	4	5
20. 我不時會有一些揮不去的思想或影像佔據腦海中（如：一直以為手是髒的、一直以為可能會傷害他人等），讓我感到不安與痛苦。	1	2	3	4	5
21. 有好幾次，我的身體某些部分變得麻木，沒有感覺。	1	2	3	4	5
22. 我睡不好（淺眠、失眠等）。	1	2	3	4	5
23. 我覺得壓力很大。	1	2	3	4	5
24. 我的身體不舒服，去看醫生，卻檢查不出特別的毛病。	1	2	3	4	5
25. 我已經選定自殺的方法，也找好地點。	1	2	3	4	5
26. 我變得不太愛和別人互動或說話。	1	2	3	4	5
27. 我遭受重大的挫敗經驗（例如參加重要考試失利、比賽失敗或親密關係分手等）。	1	2	3	4	5
28. 我會一直重複不必要的動作（例如洗手、關門或祈禱等），而感到不安與痛苦。	1	2	3	4	5
29. 我一直看到有人如影隨形跟著我，伺機害我。	1	2	3	4	5

	從未 如此	很少 如此	有時 如此	經常 如此	總是 如此
30. 我會莫名地哭泣。	1	2	3	4	5
31. 我的情緒已經持續兩週以上處在憂鬱的情形下。	1	2	3	4	5
32. 我有服用管制性藥品（如：安非他命、搖頭丸）的習慣。	1	2	3	4	5
33. 沒有人可以幫助我，我覺得未來沒有希望。	1	2	3	4	5
34. 我會因喝酒而產生困擾（如：人際、生活等）。	1	2	3	4	5
35. 我覺得活在世界上沒有意義。	1	2	3	4	5
36. 我覺得有人一直在和我說話，想要影響我的人生、控制我的意志。	1	2	3	4	5
37. 我的父母已經離婚或分居。 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是，事件發生的時間是： <input type="checkbox"/> 小學及之前 <input type="checkbox"/> 國中 <input type="checkbox"/> 高中 <input type="checkbox"/> 高中畢業至今					
38. 我遭受家人或他人的暴力。 (1) <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是，事件發生的時間是： <input type="checkbox"/> 小學及之前 <input type="checkbox"/> 國中 <input type="checkbox"/> 高中 <input type="checkbox"/> 高中畢業至今 (2) 施暴者是： <input type="checkbox"/> 家人 <input type="checkbox"/> 朋友（伴侶）					
39. 我必須打工，負責自己所有或大部分的開銷（生活費、房租…等）。 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是					
40. 我曾經歷天災人禍，導致家人有重大傷亡或分離。 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是，事件發生的時間是： <input type="checkbox"/> 小學及之前 <input type="checkbox"/> 國中 <input type="checkbox"/> 高中 <input type="checkbox"/> 高中畢業至今					
41. 我曾經遭受性侵害。 (1) <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是，事件發生的時間是： <input type="checkbox"/> 小學及之前 <input type="checkbox"/> 國中 <input type="checkbox"/> 高中 <input type="checkbox"/> 高中畢業至今 (2) 施暴者是： <input type="checkbox"/> 陌生人 <input type="checkbox"/> 熟人					
42. 我曾經看過精神科醫生 (1) <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是，上次看精神科醫生的時間是： <input type="checkbox"/> 小學及之前 <input type="checkbox"/> 國中 <input type="checkbox"/> 高中 <input type="checkbox"/> 高中畢業至今 (2) 診斷名稱或原因是_____					
43. 我曾有過自我傷害或自殺的經驗 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是，事件發生的時間是： <input type="checkbox"/> 小學及之前 <input type="checkbox"/> 國中 <input type="checkbox"/> 高中 <input type="checkbox"/> 高中畢業至今					

作答結束，請檢查前面題目是否有漏答，謝謝!!

政大學生生活適應與健康量表

此份量表的目的是為了解大學生的身心適應狀況，以提供更適切的健康服務。以下敘述是一般人可能會有的現象，請依照您的實際狀況回答，勿漏答任何一項。

本中心負有資料保密的責任，若未經您的同意，**不會洩漏個人資料與填答結果，請放心作答**。填寫完畢後，我們會回收此問卷，待計分完成後，以 E-MAIL 的方式，告訴您的測驗結果與解釋。

3. 若此量表顯示出您處於“自我傷害或傷害他人”、“身心狀況不佳或憂鬱”情形時，我們會試圖以電話和您聯繫，以關心您的狀況。

4. 若是發生上述情形，請問您希望我們可以聯繫哪些人以更幫助您（可複選）：

班導師 家長 教官 系主任 宿舍導師

其他(請註明姓名：_____電話：_____)

我們期待得到您的合作與同意，但也會尊重您的權利。若您不願意填寫此問卷，也不會影響您的就學權利及任何成績，您可以不需填寫此問卷，請放心做決定，謝謝您的合作！

政治大學學務處 心理諮商中心 關心您

基本資料			
姓名：	系所/組別：	年級：	學號：
E-mail：	聯絡電話/手機：		

第一部份

請詳讀下列每項敘述，由 1-5 選擇最符合您這一個月內狀況的選項，直接勾選或打勾。 <u>1</u> 代表從未如此； <u>2</u> 代表很少如此； <u>3</u> 代表有時如此； <u>4</u> 代表經常如此； <u>5</u> 代表總是如此	從未 如此	很少 如此	有時 如此	經常 如此	總是 如此
01. 我的生活作息不正常。	1	2	3	4	5
02. 我不知道自己的生涯性向與興趣。	1	2	3	4	5
03. 我不知道如何達到作業、報告的要求。	1	2	3	4	5
04. 我不知道如何交到朋友。	1	2	3	4	5
05. 我覺得自己比不上別人。	1	2	3	4	5
06. 我沒辦法善用時間。	1	2	3	4	5
07. 我對目前所就讀的科系沒有興趣。	1	2	3	4	5
08. 我不想到學校上課。	1	2	3	4	5
09. 家人給我很大的壓力。	1	2	3	4	5
10. 我沒有辦法與他人建立深入的友誼。	1	2	3	4	5
11. 我不知道如何拒絕他人的追求。	1	2	3	4	5
12. 我會有一段時間心情不好，容易生氣、緊張。	1	2	3	4	5
13. 我沒有規劃自己的生活。	1	2	3	4	5
14. 我不知道如何規劃大學生涯。	1	2	3	4	5
15. 我沒有辦法有效率地唸書。	1	2	3	4	5
16. 家人沒辦法給我情感上的支持。	1	2	3	4	5
17. 與他人相處時，我感覺不自在。	1	2	3	4	5
18. 我因為感情的問題耽誤了工作、學業。	1	2	3	4	5
19. 我的情緒容易受到外界的影響。	1	2	3	4	5
20. 我缺乏對自己的信心。	1	2	3	4	5
21. 我花很多時間在電腦網路上。	1	2	3	4	5
22. 我設定了目標卻沒辦法達成。	1	2	3	4	5
23. 家人無法協助我解決困難。	1	2	3	4	5
24. 我很在意、擔心別人對我的看法。	1	2	3	4	5
25. 我的情緒起伏很大，喜怒無常。	1	2	3	4	5
26. 我不知道準備考試的方法。	1	2	3	4	5
27. 我感覺到自己是孤單的、寂寞的。	1	2	3	4	5
28. 我選擇的交往對象令我感到困擾。	1	2	3	4	5
29. 我壓抑自己真正的情緒與感受。	1	2	3	4	5
30. 我覺得自己什麼事情都做不好。	1	2	3	4	5

第二部份

請詳讀下列每項敘述，並選擇一個最能代表您 <u>這一個月內狀況</u> 的選項直接勾選或打勾。 <u>1</u> 代表 <u>從未如此</u> ； <u>2</u> 代表 <u>很少如此</u> ； <u>3</u> 代表 <u>有時如此</u> ； <u>4</u> 代表 <u>經常如此</u> ； <u>5</u> 代表 <u>總是如此</u>	從未 如此	很少 如此	有時 如此	經常 如此	總是 如此
01. 我覺得這世界上的人，大多數不可信任。	1	2	3	4	5
02. 我想離開這個世界。	1	2	3	4	5
03. 我在事情開始前就不停擔心事情能否順利進行，而且無法控制自己不擔心。	1	2	3	4	5
04. 我控制不住自己的行為，而傷害到別人。	1	2	3	4	5
05. 我感到自己的精力下降、活動減慢。	1	2	3	4	5
06. 我覺得自殺可以解決一切問題。	1	2	3	4	5
07. 我會為小事而覺得生氣。	1	2	3	4	5
08. 我已經有一段期間每天只需要睡 3 小時（甚至更少）就足夠，而且每天都神采奕奕。	1	2	3	4	5
09. 我會因焦慮或緊張而發抖、暈眩、心悸、呼吸困難、有窒息感或胃痛。	1	2	3	4	5
10. 我週遭的人覺得我行為怪異。	1	2	3	4	5
11. 我覺得對什麼事都失去興趣。	1	2	3	4	5
12. 我莫名的心情緊張，一直冒汗。	1	2	3	4	5
13. 我從小就對特定情境感到極度害怕，如：高處、人群、封閉的地方、打針、看見血等，以致身處其中時，總有忍不住逃離的感覺或想法。	1	2	3	4	5
14. 我不喜歡和別人生活在一起，對交友沒有興趣。	1	2	3	4	5
15. 我習慣在作某件事情時，會無法控制的想到另一些使我非常焦慮不安的事情。	1	2	3	4	5
16. 我很容易與人吵架或打架。	1	2	3	4	5
17. 我不時會有一些揮不去的思想或影像佔據腦海中（如：一直以為手是髒的、一直以為可能會傷害他人等），讓我感到不安與痛苦。	1	2	3	4	5
18. 有好幾次，我的身體某些部分變得麻木，沒有感覺。	1	2	3	4	5
19. 我覺得壓力很大。	1	2	3	4	5
20. 我的身體不舒服，去看醫生，卻檢查不出特別的毛病。	1	2	3	4	5
21. 我已經選定自殺的方法，也找好地點。	1	2	3	4	5
22. 我變得不太愛和別人互動或說話。	1	2	3	4	5
23. 我遭受重大的挫敗經驗（例如參加重要考試失利、比賽失敗或親密關係分手等）。	1	2	3	4	5
24. 我會一直重複不必要的動作（例如洗手、關門或祈禱等），而感到不安與痛苦。	1	2	3	4	5
25. 我一直看到有人如影隨形跟著我，伺機害我。	1	2	3	4	5
26. 我會莫名地哭泣。	1	2	3	4	5
27. 我的情緒已經持續兩週以上處在憂鬱的情形下。	1	2	3	4	5

	從未 如此	很少 如此	有時 如此	經常 如此	總是 如此
28. 我有服用管制性藥品（如：安非他命、搖頭丸）的習慣。	1	2	3	4	5
29. 沒有人可以幫助我，我覺得未來沒有希望。	1	2	3	4	5
30. 我會因喝酒而產生困擾（如：人際、生活等）。	1	2	3	4	5
31. 我覺得活在世界上沒有意義。	1	2	3	4	5
32. 我覺得有人一直在和我說話，想要影響我的人生、控制我的意志。	1	2	3	4	5
33. 我的父母已經離婚或分居。 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是，事件發生的時間是： <input type="checkbox"/> 小學及之前 <input type="checkbox"/> 國中 <input type="checkbox"/> 高中 <input type="checkbox"/> 高中畢業至今					
34. 我遭受家人或他人的暴力。 (1) <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是，事件發生的時間是： <input type="checkbox"/> 小學及之前 <input type="checkbox"/> 國中 <input type="checkbox"/> 高中 <input type="checkbox"/> 高中畢業至今 (2) 施暴者是： <input type="checkbox"/> 家人 <input type="checkbox"/> 朋友（伴侶）					
35. 我必須打工，負責自己所有或大部分的開銷（生活費、房租…等）。 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是					
36. 我曾經歷天災人禍，導致家人有重大傷亡或分離。 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是，事件發生的時間是： <input type="checkbox"/> 小學及之前 <input type="checkbox"/> 國中 <input type="checkbox"/> 高中 <input type="checkbox"/> 高中畢業至今					
37. 我曾經遭受性侵害。 (1) <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是，事件發生的時間是： <input type="checkbox"/> 小學及之前 <input type="checkbox"/> 國中 <input type="checkbox"/> 高中 <input type="checkbox"/> 高中畢業至今 (2) 施暴者是： <input type="checkbox"/> 陌生人 <input type="checkbox"/> 熟人					
38. 我曾經看過精神科醫生 (1) <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是，上次看精神科醫生的時間是： <input type="checkbox"/> 小學及之前 <input type="checkbox"/> 國中 <input type="checkbox"/> 高中 <input type="checkbox"/> 高中畢業至今 (2) 診斷名稱或原因是_____					
39. 我曾有過自我傷害或自殺的經驗 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是，事件發生的時間是： <input type="checkbox"/> 小學及之前 <input type="checkbox"/> 國中 <input type="checkbox"/> 高中 <input type="checkbox"/> 高中畢業至今					

作答結束，請檢查前面題目是否有漏答，謝謝!!