

# 青少年復原力概念與相關研究之探究\*

常欣怡

國立暨南大學社會政策與社會工作學系博士班研究生

宋麗玉

國立暨南大學社會政策與社會工作學系教授

## 摘要

本文主要目的是對國內青少年復原力之相關研究進行回顧與分析，並與國內、外青少年復原力研究的保護因子及影響成功適應的保護機制進行探討。研究顯示，雖然在不同的危機情境下，使用不同的復原力指標，青少年復原力展現的結果或許有些差異；不過，仍然可以發現一些共同復原因子的存在。例如，抒解個人情緒能力、對自我及生活具有目的性和未來導向特質、具正向自我價值、社交能力等個人特質；以及獲得同儕及家庭支持等外在因素。最後，從復原力觀點，提出社會工作研究和實務工作可能的方向，期待能結合社會工作領域研究和實務工作。

**關鍵詞：**青少年、復原力、保護因子

---

收稿日期：2006/03/30

接受刊登日期：2007/04/12



# 壹、前言

青少年正處於生理與心理發展轉變過程的重要時期，並且帶來不同程度的壓力，造成行為及情緒上的困擾，這些困擾往往被視為是青少年因應發展或環境壓力造成的不良適應（Wolin & Wolin, 1993）。而這些青少年如何在面對貧窮、虐待、疏忽，甚至父母親罹患疾病或天災的威脅之下，抵抗壓力克服逆境？過去三十年來，對於高風險的青少年能克服困境一直受到學者的關注，其後許多研究探討兒童與青少年暴露在危機環境中卻有良好適應的問題，引發了後續研究者對復原力的探究。

復原力（resilience）一詞乃起源於發展心理病理學（developmental psychopathology），而復原力概念的提出以及掀起相關研究的風潮也已經超過三十年（Anthony, 1974; Garmezy, 1971/1974; Werner & Smith, 1982）。許多早期的學者（eg., Rutter, 1979/1983）傾向於以「高危險族群」，如，家庭暴力、貧窮、藥癮、酗酒等問題的兒童或青少年為研究對象，進行縱貫性研究，並長期追蹤困境所帶來的影響與後果；Werner 與 Smith（1982/1992/2001）指出，這些研究結果發現，困境中的兒童與青少年似乎具有某種抗壓能力以克服逆境，並使他們維持良好發展。續接的研究逐漸將焦點放在這類孩子如何克服困境的因子或機制，並將研究導向樣本個體的個人特質及家庭或社會環境特性的分析，以瞭解復原力的保護因子及其對危機中兒童、青少年所產生的調適或緩衝過程。因此研究方向也逐漸由危險因子轉向保護因子及復原力概念的探討，並由靜態取向轉向動態，強調在個體與環境之間互動關係的探究（Parr et al., 1998）。

所謂「復原力」乃是一種情境中的動力過程（Fonagy et al., 1994）。Rutter（1993）指出，復原力並非是一種絕對的能力，擁有復原力也並不代表個人就能抵抗壓力；復原力也不能適用在所有壓力情境，而復原力的改變或增加，端視個人與環境互動的結果。

綜觀國內復原力相關的研究或論著，大致上可歸納為：

1. 以年齡為區分來論復原力者，包括兒童（余瑞宏，2004）、青少年（朱森楠，2001）、成人（林秋燕，2003）等；
2. 以壓力情境來探究復原力者，如家庭暴力（陳桂絨，2000）、離婚（蔡群瑞，2001）、九二一地震（蔡素妙，2001）、自殺（蔡宜玲，2002）、喪親（曹桂

榮，2004) 等；

3. 以復原力應用領域來看，則包括諮商輔導（李佳容，2001）、教育（王俐雯，2004）、護理（紀滋兒，2005）、社會工作（莫藜藜，1997）等。

其中又以重大創傷或特殊境遇兒童及青少年為主題的研究數量最多，這似乎顯示國內對於兒童及青少年復原力的研究興趣日正興起，而大家也開始注意到復原力能夠讓兒童及青少年走出困境，甚至能夠扭轉危機，進而發展良好的適應。

雖然國內社會工作領域對於復原力的研究仍相當少。不過，近年來國外在社會工作領域上學者開始重視復原力的概念，主要乃因社會工作領域長期關注在處於逆境者如何渡過及克服困難。因此，復原力的觀點也讓社會工作者更能瞭解案主所遭受的困境及問題（Fraser et al., 1999；Fraser & Galinsky, 2004）。

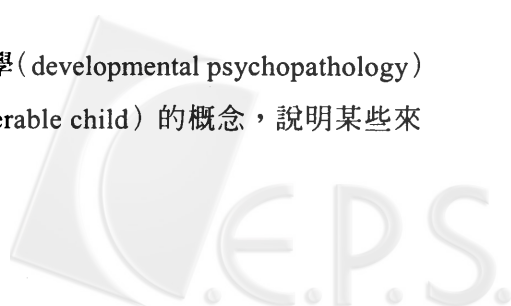
基於此，本文將針對國內、外青少年復原力有關研究進行探討，以文獻回顧及分析方式，藉以瞭解國內青少年復原力之研究概況，同時也與國外相關研究進行交互討論，主要聚焦在保護因子及影響成功適應的保護機制上。最後，筆者試圖探究國外在社會工作領域上有關復原力的研究與實務的啓示與方向。

## 貳、復原力的發展與定義

### 一、歷史脈絡

早期的復原力研究大多針對精神分裂病患，藉以瞭解病人適應不良，或調適模式（adaptive patterns）出現反常等問題。到了 1970 年代左右，研究發現，有一些較不嚴重的精神分裂患者，發病前的社會功能（工作、負責任、社會關係、婚姻）正常，顯然復原力沒有發揮功能，而這些發病前的社會功能，正是當代觀看復原過程的重要徵兆（Luthar et al., 2000）。另一方面，有關母親患有精神分裂症孩子的研究卻發現（Garmezy, 1974），縱然在這樣高風險的情況下，孩子仍然可以正常、茁壯發展，顯示復原力有發揮功能。

幾乎在同一時期，Anthony（1974）在發展心理病理學（developmental psychopathology）刊物介紹心理不易受傷害兒童（psychologically invulnerable child）的概念，說明某些來



自父母精神異常家庭的兒童，雖長期處在嚴重困境和心理壓力下，卻能發展出健康的情緒和高度的能力，並稱之為不易受傷害的兒童。之後，引起有一系列相關研究，包括探討面對身心障礙父母（Masten & Coatsworth, 1995）、受不當虐待（Cicchetti & Rogosch, 1997）兒童，以及成長在都市貧窮和社區暴力中（Luthar, 1999）或染有慢性疾病（Haase et al., 1999）青少年之復原力，並發展模式及青少年的保護因子（protective factor）。

近二十年來，實證研究的焦點，從界定保護因子到瞭解保護的過程，從只是研究和復原力有關的小孩本身、家庭和環境因素，到努力瞭解這些因子如何促進正向結果的過程；對於復原力概念的理解，亦逐漸從靜態轉移至種動態的過程。簡言之，即是復原力的展現取決於危險因子及保護因子之間的抗衡過程（Luthar et al., 2000）。

復原力的發展從最早僅在發展心理領域，乃至近年來復原力的概念逐漸擴展至其他領域，如社會工作領域。在社會工作領域受到關注，乃因復原力的研究歷史脈絡與主軸，皆在探詢個體在困境或逆境中的復原力展現，包括，保護因子及影響成功適應的保護機制（Fraser & Galinsky, 2004）。因此，社會工作領域甚至將復原力等相關概念運用於實務工作中，得以發展服務策略與方案。

## 二、復原力定義

根據韋伯字典（Webster's new world dictionary），復原力（resilience）有兩種註解：一是具彈性或恢復原來形狀、位置的能力；二則是恢復力量、精神、好心情的能力。雖然「resilience」與「resiliency」兩個字，皆為「resilient」的名詞，且中文翻譯亦皆稱為復原力。然而 Luthar 等人（2000）則指出，「resilience」一詞，應該解釋為「處於逆境過程所展現的適應能力」，是成功適應的一個歷程；而「resiliency」一詞，則是指一種「處於逆境過程所展現的特殊（適應）人格特質」，是成功適應的人格特質。因此，復原力概念使用「resilience」比「resiliency」更恰當。紀滋兒（2005）為區辨二者的不同，而稱「resilience」為復原歷程，「resiliency」為復原特質，但兩者都涵蓋於復原力的基本概念中。

實徵研究者也常試圖建構復原力的操作性定義，例如，Freiberg（1994）曾在其研究中針對「都市中最貧困地區之教育背景下的復原力」給予一個操作性定義，但他卻明白指出必須涉及諮商、教育、心理和社會工作等文獻的輔助才能合理定義之。這顯示復

原力一詞具有極強的「包容性」，它整合發展、心理、教育及社會工作等研究領域的成果，甚至涉及哲學、生物醫學、社會科學等理論。

綜合社工、教育、心理輔導及醫學相關研究，對於復原力所下之定義，筆者分別歸納整理如下：

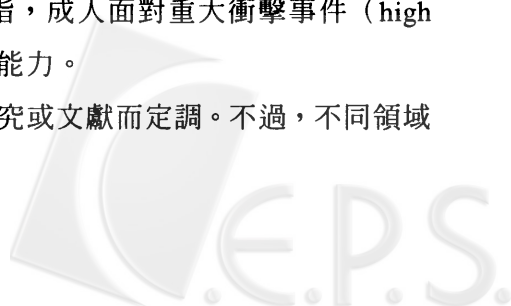
在社工領域，William 等人（2003）指出，復原力不是最後的結果，而是一個發展和適應的持續過程。Fraser 等人（1999）定義復原力為，在不利環境下能夠成功適應的動態建構過程，且必須是從生態的觀點來看。也就是說復原力是在危機情境下個體與環境交互影響，而形成的正向適應或表現。

在心理輔導領域，Rutter（1999）較強調復原力的「過程性」，認為復原力是個體經歷危險情境後，而仍然能維持健康的適應過程。個人因應不同危險情境所產生的復原力是不盡相同的，復原力的改變或增加與否，端視個人如何與環境互動。蕭文（1999）則認為，復原力乃是個體所具有，或學習得到的某種特質或行為，能使個體在困境中發展出保護個人的功能，包括不受挫折、壓力情境影響，獲得自我控制的能力，並發展出因應行為的動力過程。

在教育及心理領域，Luthar 等人（2000）提出復原力是指，在重大災難中正向適應（positive adaptation）的動力過程，其中包含兩個重要條件：一是暴露在重大威脅或嚴重災難中；二則是儘管在發展過程中有重大的衝擊，仍然能夠展現正向的調適。Richardson（2002）將「resilience」和「resiliency」視為，探索個人和人際之間可以從逆境中成長的天賦或優質特點。

在醫學方面，Olsson 等人（2003）指出，復原力一詞被廣泛用來形容一個人具有彈性的特質，擁有能成功適應環境改變的能力。近來，復原力被定義為，風險和保護過程、個體內在和外在的動力過程，作為緩衝不利生活事件帶來的影響。復原力比較是指能夠從負面事件中恢復的能力，而不是指面對壓力卻不受傷害的能力。Bonanno（2004）認為復原力是指，維持一個穩定平衡狀態的能力。在發展的文獻中，復原力經常以「保護因子」這個詞來討論之。保護因子是指，孩子暴露於不好的生活環境中，卻能發展出正向的結果和健康的個人特質。而大人的復原力則是指，成人面對重大衝擊事件（high disruptive），能夠維持相當沈穩，且身心功能健康的能力。

由上述可知，復原力的概念不能從單一範疇之研究或文獻而定調。不過，不同領域



的定義分析仍可以將復原力歸納出兩項指標，第一、個體暴露在高危險或重大危機的環境下；第二、在此環境的發展過程中，個體能克服困難並有良好的適應，也就是個體能成功適應或發展出正向的結果。這也顯示復原力概念不僅強調個體的發展過程，也重視其結果。

筆者認為復原力的概念是由個人和環境因素兩者之間的相互影響，而不僅僅只是個人特質（individual trait）。許多研究都明確指出復原力的定義是現象或過程，也是取決於個人與環境間的平衡（Luthar et al., 2000）。因此，在理解復原力概念時，將復原力視為一種動態過程，探究個人與環境因素之間的影響力，並且多減少危險因素出現，而增加保護因子得以確保個體能面對及克服逆境。透過探究復原力中的保護因子及保護機制更有利於瞭解復原力機制及實務工作者規劃介入及增進復原力的方案。

## 參、國內、外青少年復原力研究之分析

接著，筆者嘗試整理國內青少年復原力研究中，主要焦點放在分析青少年保護因子研究結果，並與國外相關文獻相互比較討論之。

經過三十多年來對復原力的理解和探索，近年來一些學者主張將復原力視為一種動態的過程（Luthar et al., 2000），即能否展現復原力取決於危險與保護因素之間抗衡，也就是說當青少年擁有越多保護因子與越少危險因子則復原機率越高（Rew & Horner, 2003）。因此，從復原力的觀點來看，危險因子是指任何能夠增加傷害的影響力，也會增加攻擊的可能性；而保護因子是指緩和危險因子的內、外資源，其結果會減低問題行為的發生率或增加成功適應的結果；復原力的概念就是個體在保護因子的影響下，使個體能克服困境（Luthar & Zigler, 1991；Werner & Smith, 1992）。

在探討危險與保護因子的研究中，有些研究強調保護因子與保護因子之間的交互作用（陳信英，2002；施靜芳，2003；羅文苑，2004；Werner & Smith, 1982/1992），有的則強調危機因子與危機因子之間交互作用（Masten et al., 1990），也有強調保護因子與危機因子交互作用（王昭琪，2005；鄭秀足，2004；郭芳君，2003；Kaplan et al., 1996；Rew & Horner, 2003）。然而，有些學者認為探討保護因子的影響比探討處於逆境和危險性因素的影響來得重要，主要乃因保護因子及其保護機制的過程使促使青少年正常發

展或良好適應（Everall et al., 2006；Hauser, 1999；Masten et al., 1999）。此外，在復原力研究中探究保護因子間的關係及保護機制亦有助於青少年實務工作上，所以筆者以下將在國內外青少年復原力研究中著重於保護因子的探討。

從國內有關青少年復原力的研究中，以探討保護因子間的及其保護機制為主。其中探討保護因子研究多將焦點放在處於危險環境中的青少年能否有保護因子的存在（嚴郁心，2001；蔡宜玲，2002；陳桂絨，2000）；另外，還有少數研究探討保護因子可能存在的於青少年人格之前置因素及其復原力的展現（吳秀莉，2001）。

筆者以個人及外在支持系統兩個層面，歸納國內青少年復原力研究保護因子的結果說明於下文中，簡述之。個人層面是個人環境中的特質與態度，以及個人表現於因應改變的能力；而外在支持系統是個人的外在資源，及其對個人如何看待外在環境的影響。根據 Luthar 和 Zigler（1991）的研究，外在支持系統有三種社會支持，分別為家庭系統（父母親、手足、親戚）、正式支持系統（學校、老師、諮商員）及非正式支持系統（同儕、年長的朋友）。這些重要的支持系統可協助青少年面對負面的環境與危機。

從表一的歸納中可發現，雖然國內學者在探討青少年處於不同生活逆境，或壓力情境下的復原力因子方面，呈現出相當一致的結果，但多傾向個人特質及能力層面的探討。筆者歸納出的共同保護因子，在個人層次方面，如下：

1. 有七位學者（朱森楠，2001；何仲蓉，2002；陳信英，2002；吳秀莉，2001；羅文苑，2004）一致發現的共同保護復原因子為，具正向自我價值。
2. 有六位學者（何仲蓉，2002；李佳容，2001；蔡宜玲，2002；嚴郁心，2001；吳秀莉，2001；施靜芳，2003）一致發現的共同保護因子為，抒解情緒的能力。
3. 有五位學者（朱楠森，2001；何仲蓉，2002；蔡宜玲，2002；嚴郁心，2001；吳秀莉，2001）一致發現的共同保護因子為，社交能力。
4. 有四位學者（莫藜藜，1997；何仲蓉，2002；李佳容，2001；施靜芳，2003）一致發現的共同保護因子為，獨立能力。
5. 有三位學者（嚴郁心，2001；羅文苑，2004；吳香質，2004）一致發現的共同保護因子為，具有問題解決能力及同理心等特質。

在外在支持層次方面的共同復原力因子如下：

1. 有五位學者（李佳容，2001；周奕伶，2002；嚴郁心，2001；羅文苑，2004；

吳香質，2004）一致發現的外在復原因子為，家庭的支持與期待。

2. 有四位學者（周奕伶，2002；蔡宜玲，2002；嚴郁心，2001；吳香質，2004）一致發現的復原因子為，同儕支持。

另外，老師的鼓勵、學校的協助及宗教的支持等保護因子，亦散見於國內研究中。

表一：國內學者研究結果之個人及外在支持層面的復原力因子

研究者及年代	研究對象	復原力內涵	
		個人層面	外在支持層面
羅文苑 (2004)	參與四年制技職校院聯招時，錄取第一志願之南部某國立科技大學的榜首	如同水般的適應能力 問題解決取向 高度的自我價值 內控性格 意志力 樂觀的人生態度 同理心	家庭的支持與期待 教師的鼓勵與指導 學校升學輔導措施的輔助
吳香質 (2004)	四位低自我概念高中生	學習問題解決 壓力挑戰力 珍惜生命 關懷同理別人	能與人合作 分工合作 社會支持
施靜芳 (2003)	五位喪親青少年	個人的性格（具有樂觀、獨立等特質） 對生活與生命意義的信念 對死亡看法 抒解情緒的能力 個人的學習能力	親戚、同儕的情感支持 社福單位的從旁協助 宗教因素
陳信英 (2002)	四位父母離異的青少年	願意與他人分享 自我察覺 接受控制 參與有意義的活動 設立及執行明確的規範	
嚴郁心 (2001)	六位中輟國中生	個人特質（具彈性、活潑開朗、忍耐、同理他人的協助） 認知思考的能力 社會因應技巧 自我概念 情緒調適的能力	社會支持網絡（友伴、家人、老師支持）
吳秀莉 (2001)	六位國中單親家庭的學生	學業、社交、情緒、自我激勵以及角色仿效	



(續表一)

周奕伶 (2002)	五位在「自我態度量表」得分較低及「行為困擾量表」得分較高的國中生	自我效能	和諧的家庭氣氛 成功的學校經驗 良好的同儕支持與隸屬
蔡宜玲 (2002)	二位過去曾有強烈自殺意念,但現階段已無自殺危險之青少年	個人特質(開朗好相處、樂於社交的性格、與他人維持穩定關係、主動尋求支持、願意接受協助) 情緒調節能力 正向的死亡概念 認知思考能力 對未來目的導向與自我正向期待	人際支持的建立
何仲蓉 (2002)	二位曾接受焦點解決諮商的五專一與二年級生	對自我與生活具有目的性及未來導向性 具問題解決能力 表現良好的社會適應技巧 對事件從不同角度觀之 有改善自我及生活的意願 表達與情緒管理的能力 看到生活中正面的一方 減少強調挫折感與無力感 能自我認同 表現出獨立及控制環境的能力 具有壓力/環境挑戰的能力	
朱森楠 (2001)	一位國中中輟生	自我價值、自信、自我動機、社交能力、生活技巧應用、積極未來觀	促進親密連結、參與有意義的活動、鼓勵支持關係、鼓勵受教價值、設立及執行明確規範
李佳容 (2001)	三位高職畢業或滿 18 歲,且其親人過世時間從三個月到三年之間	個人的天生氣質(樂觀、獨立、堅強) 正向解讀的思考習慣 抒解情緒的能力 具未來導向的特質	外在支持系統(家人支持力量) 宗教因素 過往的經驗
莫藜藜 (1997)	二個兒少保護個案	頓悟、獨立、建立關係、道德、幽默感	家人支持、社福資源的協助

相對地，國外相關的研究皆將保護因子分為個人特質、家庭系統及外在支援系統等（Werner & Smith, 1982；Luthar et al., 2000），並藉由對保護因子的探尋得以建構更精緻之復原力概念。從青少年保護因子的研究發現，個人特質與因應方式、家庭支持（尤其父母）與家庭關係、同儕影響、學校環境、外在支持資源、以及宗教信仰等因素，都可以在青少年陷入逆境或暴露在壓力情境之時，協助並保護他們免於受到危險環境的負面影響（Allen, 1998；Fergusson & Lynsky, 1996；Werner & Smith, 1992）。

Murray（2003）綜合整理有關復原力的相關文獻，歸納出身心障礙青少年的復原力具有四個情境脈絡，包括個人、家庭、學校及社區所具備的保護及危險因子。另外，有些研究復原力的學者則將焦點放在社區（如鄰居和社會支持）、家庭（如父母的溫暖或不當對待）和個人特質（如智力和社會技巧）上，並以此三元概念作為研究架構（如，Cowen et al., 1997；Fergusson et al., 1994；Fergusson & Lynsky, 1996）。

此外，國外學者 Konrad 和 Bronson（1997: 189）比較 Anthony, Garmezy, Rutter 和 Werner 四個人的主張，經整理出四個人都一致相同的保護因子，包括，能與父母維持良好的關係、有自我價值感、能與他人合作、有非正式的社會支持網路、能延宕需求、具有內控性人格、有問題解決的能力、思考的能力、幽默感等九種復原力因子。而擁有其中三個人一致相同的復原力因子則包括，能有效與他人溝通、能與他人建立親密的人際關係、具有彈性、相信自我控制環境的能力、具有中等以上的社交智力等。

由於國外青少年復原力文獻中，許多研究皆有探討到保護因子，所以筆者嘗試綜合歸納相關研究，並將保護因子區分為個人層次及外在支持系統層次，其結果一一分述如下：

在個人層次方面，有關的保護因子為面對變化能決定該如何因應、問題解決能力、對生命抱持樂觀、尋求新奇的經驗、獨立、對生命傾向於正面的看法、因他人有看對待而變得更好的能力（Dumont & Provost, 1999；Rutter, 1979；Werner & Smith, 1982）、自我經歷的能力、控制衝動、調節心情與負向情緒的能力、同理他人的能力、對於生活的意義不會猶豫、自信心、適應力、承擔個人責任、有遠見、具社交能力（Fergusson & Lynsky, 1996；Parr et al., 1998）、樂觀、未來導向、信任他人、獨立（Jew et al., 1999；Wolin & Wolin, 1993）。

另外，在外在支持系統層次方面的保護因子則有溫暖的親子關係、支持性的網絡

(Rutter, 1979; Werner, 1995)、家庭凝結力和堅毅力 (McCubbin & McCubbin, 1989)、關心和支持、高期望、鼓勵參與家庭 (Fregusson & Lynsky, 1996; Rak & Patterson, 1996)、除了家庭的支持系統外，還有學校中老師提供關心和支持的信任關係 (Doll & Lyon, 1998; Rak & Patterson, 1996; Walsh, 2002)、同儕支持、學業表現佳 (Hauser, 1999; Olsson et al., 2003; Werner, 1995)、安全的社區環境 (Olsson et al., 2003; Walsh, 2002) 等。

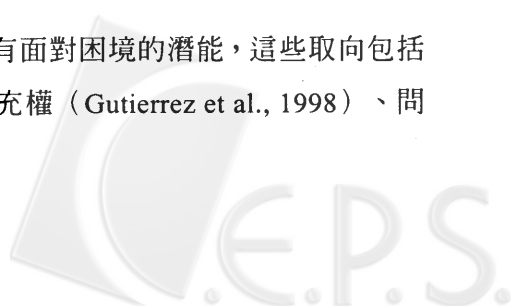
綜上而論，從不同危機情境與不同復原歷程中，仍然能看到一些青少年共同保護因子，如抒解個人能力、對自我及生活具有目的性和未來導向特質、具正向自我價值、社交能力等個人特質，並且也獲得同儕、家庭及社區等外在的支持，這些保護因子有助於個人面對危機威脅下所帶來的負面衝擊，也能較快從困境中恢復，甚至尋找出正向、積極的意義，使得青少年在生活適應上有較好的結果。

雖然國內在青少年共同保護因子的結果上與國外研究結果相當接近，也指出青少年能否把握好個人特質、家庭支持及外部環境支持系統等資源之間的匹配成爲提高復原力的重要關鍵。而建構青少年共同保護因子與瞭解保護機制的過程，有助於實務工作者能對處於危機情境中的青少年提供適當的協助。

另外，值得一提則是國內青少年復原力的研究中，對於外在支持層次，特別是社區支持方面的研究著墨顯得較少。雖然國外學者 Fraser 等人 (1999) 認爲在研究青少年與環境如何促進個體之正向適應時，必須將家庭、學校、鄰里、社區及其他因素納入研究中，才能更清楚瞭解相互之間的影响。筆者認爲國內與國外社區的發展背景並不相同，所以在國內關於社區方面因素是否也是青少年復原力發展中的重要因素之一，仍須透過更深入研究進行驗證。

## 肆、復原力概念對社會工作研究與實務領域的啓示與方向

在過去二十多年來，社會工作領域學者也強調人有面對困境的潛能，這些取向包括優勢觀點 (strengths perspective) (Saleebey, 1997)、充權 (Gutierrez et al., 1998)、問



題解決取向 (De Jong & Miller, 1995)，而這些觀點和取向也多重視人們如何學習克服及對抗逆境的影響。近年來國外社會工作領域的學者開始重視復原力的概念，不僅如此，復原力的概念也強調逆境對人的傷害，所以復原力觀點可讓社會工作者更能瞭解案主所遭受的困境及問題。

在回顧國外社會工作領域的期刊摘要中，發現有 137 篇有關復原力主題的文章，其中有 23 篇是在 2002 年及 2003 年之間，並且其中多數研究以探討復原力與相關變項之間的關係，僅少數研究是質性研究為主 (NASW, 2004)。另外，國外學者亦給予更多關注在界定復原力概念的向度及理論架構上，期能對復原力概念有更深入的理解，以利於實務工作之應用 (Olsson et al., 2003)。是故，筆者嘗試從復原力觀點，結合社會工作領域學術與實務工作，使得實務工作者面對青少年問題上可發展出更有效的方案或可運用的計畫。

從研究方法論來看，社會工作領域復原力研究如何結合實務工作，筆者從量性、質性及介入研究三方面進行探討。

在量性研究方面，過去復原力的研究仍以量性研究為主，且多強調以調查方式進行資料收集與分析的工作。因此，Fraser 等人 (1999) 則認為有關復原力的量性研究提供了許多有價值的訊息，特別是對青少年在發展脈絡上有關的正向及負向結果。此外，對於社會工作研究的應用上，則可以依據過去相關研究結果，可依據實證基礎 (evidence-based) 作為社會工作實務方案的決策依據 (Gambrill, 1999)。也就是透過有系統的研究結果，得以提供社會工作實務者面對個案問題時的重要知識基礎。因此，實証方面的研究可以透過以實証為基礎之實務方式，將研究與實務密切結合。

在質性研究方面，採用質的方式進行復原力研究中，數量相當少。如從青少年群體來看，每位青少年所經歷的事件及時間不同，所以保護因子亦有差異存在，但是透過質性的方式卻能更深入描述出一些特殊的現象，如描述父母親教導過程上的正向及負向行為與反應，或亦可在社區中觀察其他保護性因素對處於高危險群青少年的影響等。也就是說透過質性研究的方法能夠以微視及生態的觀點來描述個人復原力的形成及發展過程與影響的因素。

最後，在介入研究 (intervention research) 方面，則是運用介入研究方法，並以社會工作實務為主的資料作為支持，發展社會工作領域的知識基礎 (Gambrill, 1999; Gibbs

& Gambrill, 1999)。從青少年群體來看，透過從危險和保護因子探討青少年問題的研究應用於方案中，並提供於青少年服務（Harvey & Hill, 2004）。如此一來，讓研究者和實務者可成為夥伴關係，使得研究者探討青少年的問題能夠實際運用發展青少年復原力實務工作上。

綜上而論，無論採用何種研究方法進行青少年復原力研究的探討，都期待能有助於實務工作者運用。是故，筆者嘗試提出兩個方向，提供給國內實務工作者，在面對青少年問題時，發展復原力的可運用方向。

### （一）「在地」的結果可做為發展方案或計畫的參照架構

從復原力的觀點，實務工作者應致力於減少危險因素，所以介入工作成為減少危險因素的重要方法。而保護性因素應加強，保護機制能使青少年在高風險的環境中，仍能具有堅強的韌性，因此，危險和保護因子將成為建構預防工作的重要依據。也就是說，國內實務工作者如能結合「在地（local）」知識，將青少年危險和保護因子的概念作為社會問題、干預計畫、策略、實務指導及其他相關資源的架構（Howard & Jenson, 1999）。同時也透過以實證基礎（evidence-based）的概念則可將研究與實務工作緊密的結合，讓復原力的理論和實務的原則組織起來，提供給實務工作者發展服務模式。

### （二）建構並重視青少年共同的危險和保護因子

Fraser 和 Galinsky（2004）在探討有關青少年復原力社會工作實務中提到，危險因子、保護因子和復原力能運用概念性問題時，指出為了能更瞭解青少年的問題，則需要瞭解青少年共同的危險和保護機制，才能發展青少年個人、家庭及社區的行動計畫，或是規劃不同層次的服務方案以及建立評量服務成效的測驗模式。此外，在瞭解青少年問題和規劃青少年問題之處遇服務或方案之前，應建構青少年共同的保護因子，透過減少危險因子並且增加保護因子方式，得以提高青少年復原力，所以實務和研究工作者都應重視之。

## 伍、結語

復原力一詞已經普遍地被視為是一種動態過程，強調個體暴露在高危險或重大危機的環境中，成功適應或發展出正向的結果。同時，復原力的研究方向逐漸由危險因子轉

向保護因子及復原力概念的探究，近年來的研究則著重在個體與環境之間的互動關係。個體克服危險和保護因子範圍相當廣泛，不僅涵蓋個人的技巧、態度和特質，同時也涵蓋家庭、學校和社區。

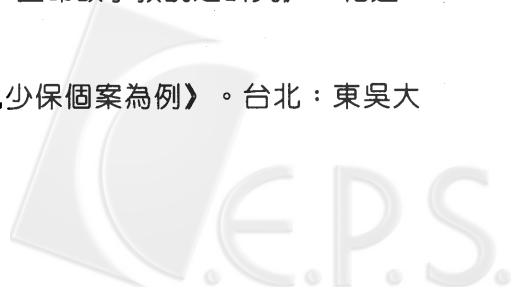
復原力研究的終極目的是探索個人生存和成長的力量源泉，使逆境對個體的消極影響最小化，而個體的適應和成長最大化。對青少年來說，在於如何協助青少年減少危險因子對個人本身、家庭、學校及社區的影響，相反地，儘量增加對青少年有益的保護因子，得以促進復原力的展現。

青少年復原力的展現雖有些不同，不過，仍然可以發現一些共同保護因子的存在，如抒解個人能力、對自我及生活具有目的性和未來導向特質、具正向自我價值、社交能力等個人特質，並且也獲得同儕及家庭等外在的支持。此外，復原力已成為社會工作領域漸受重視的議題，同時也對如何協助實務工作者運用方向亦相當關注。因此，筆者在最後嘗試以復原力的觀點提出社會工作研究和實務工作啓示與方向，期待能提供社會工作領域研究探究青少年復原力的可能方向。

## 參考文獻

### 一、中文部分

- 王昭琪（2005）。《生活壓力、憂鬱經驗與青少年復原力之相關研究》。南投：暨南大學輔導與諮商研究所碩士論文。
- 王俐雯（2004）。《慈濟單親媽媽超越逆境之述說研究》。屏東：屏東師院教育行政研究所碩士論文。
- 朱森楠（2001）。一位國中中輟復學生的復原力及相關因素之探討研究。《新竹縣教育研究集刊》，1，頁 171-202。
- 余瑞宏（2004）。《一位國小一年級喪親在遊戲治療中復原力與悲傷適應歷程之研究》。屏東：屏東師院教育心理與輔導學系碩士班論文。
- 李佳容（2001）。《個人面對親人死亡事件心理復原歷程之研究》。彰化：彰師大學輔導與諮商系碩士論文。
- 何仲蓉（2002）。《焦點解決短期諮商對個案復原力建構之影響》。彰化：彰師大學輔導與諮商系碩士論文。
- 吳秀莉（2001）。《復原力對國中單親家庭學生生活適應之影響》。彰化：彰師大學輔導與諮商系碩士論文。
- 吳香質（2004）。《服務學習對低自尊自我概念學生復原力建構之影響》。彰化：彰師大學輔導與諮商系碩士論文。
- 林秋燕（2003）。《失戀歷程及復原及復原力展現之分析研究》。高雄：高雄師範大學輔導研究所碩士論文。
- 莫藜藜（1997）。〈受虐兒復原能力的探討：兩個保護個案的比較分析〉。《中華心理衛生學刊》，10 (2)，頁 67-82。
- 陳信英（2002）。《青少年單親經驗中的悲傷與復原：生命故事敘說之研究》。花蓮：花蓮師範大學國民教育研究所碩士論文。
- 陳桂絨（2000）。《復原力的發現-以安置於機構之兒少保個案為例》。台北：東吳大



學社會工作研究所碩士論文。

周奕伶(2002)。《焦點解決短期諮商對低自尊個案復原力之建構》。彰化：彰師大學輔導與諮商系碩士論文。

紀滋兒(2005)。《以公共衛生觀點探討護理人員經驗 SARS 的復原歷程》。台北：台灣大學衛生政策與管理研究所碩士論文。

施靜芳(2003)。《走出生命的幽谷－九二一的喪親青少年的悲傷與復原》。南投：暨南大學社會政策與社會工作系研究所碩士論文。

曹桂榮(2004)。《喪偶婦女悲傷反應與復原之研究》。嘉義：南華大學生死學研究所碩士論文。

郭芳君(2003)。《父母教養方式、自我韌性與內在性自我控制、少年偏差行為之關係研究》。台南：成功大學教育研究所碩士論文。

鄭秀足(2004)。《國中生生活壓力、自尊與偏差行為之相關研究》。彰化：彰化師範大學輔導與諮商所碩士論文。

羅文苑(2004)。《一位綜合高中學生反敗為勝的求學歷程之研究-探討其間的復原力》。嘉義：中正大學教育研究所碩士論文。

嚴郁心(2001)。《中輟復學生復原力建構歷程之分析研究》。彰化：彰化師範大學輔導與諮商研究所碩士論文。

蔡宜玲(2002)。《自殺意念青少年復原力行為之探討：復原力之研究》。彰化：彰化師範大學輔導與諮商研究所碩士論文。

蔡群瑞(2001)。《復原力對離婚後個人適應之影響研究》。彰化：彰化師範大學輔導與諮商研究所碩士論文。

蔡素妙(2001)。《九二一受創家庭復原分析力之變化研究》。彰化：彰化師範大學輔導與諮商研究所碩士論文。

蕭文(1999)。〈災變事件前的前置因素對心理復健的影響－復原力探討與建構〉，《測驗與輔導》，156，頁 3249-3253。

## 二、英文部分

Allen, J.R. (1998). "Of Resilience, Vulnerability, and a Woman Who Never Lived", *Child*

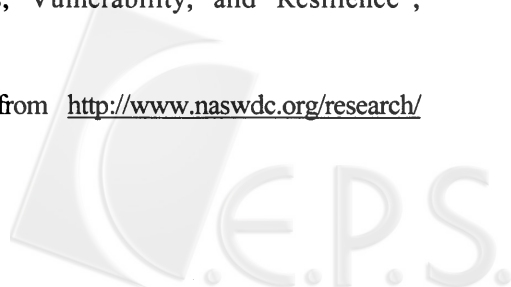


*and Adolescent Psychiatric Clinics of North America*, 7, p.53-71.

- Anthony, E.J. (1974). "Introduction: the Syndrome of the Psychologically Vulnerable Child", In E.J. Anthony & C. Koupernik (eds.), *The Child in his Family: Children at Psychiatric Risk*, 3, p.3-10. N.Y.: Wiley.
- Bonanno, G. A. (2004). "Loss, Trauma, and Human Resilience: Have We Underestimated the Human Capacity to Thrive after Extremely Aversive Events?", *American Psychologists*, 59(1), p.20-28.
- Cicchetti, D. & F. A. Rogosch (1997). "The Role of Self Organization in the Promotion of Resilience in Maltreated Children", *Development and Psychopathology*, 9, p.799-817
- Cowen, E.L. et al. (1997). "Follow-up Study of Young Stress-affected & Stress-resilient Urban Children", *Development and Psychopathology*, 9, p.564-577.
- Doll, B. & M. Lyon (1998). "Risk and Resilience: Implications for the Delivery of Educational and Mental Health Services in Schools", *School Psychology Review*, 27, p.348-363.
- Dumont, M. & M. A. Provost (1999). "Resilience in Adolescents: Protective Role of Social Activities on Experience of Stress and Depression", *Journal of Youth and Adolescence*, 28, p.343-363.
- De Jong, P. & S.D. Miller (1995). "How to Interview for Client Strengths", *Social Work*, 40 (6), p.729-736.
- Everall, R.D. et al. (2006). "Creating Future: A Study of Resilience in Suicidal Female Adolescent", *Journal of Counseling and Development*, 84, p.461-470.
- Fergusson et al. (1994). "The Childhoods of Multiple Problem Adolescents: A 15 Year Longitudinal Study", *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 37, p.281-292.
- Fergusson, D.M. & M.T. Lynskey (1996). "Adolescent Resiliency to Family Adversity", *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 37, p.281-292.
- Fonagy, p. et al. (1994). "The Emanuel Miller Memorial Lecture 1992: the Theory and Practice of Resilience", *Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, 35, p.231-257.

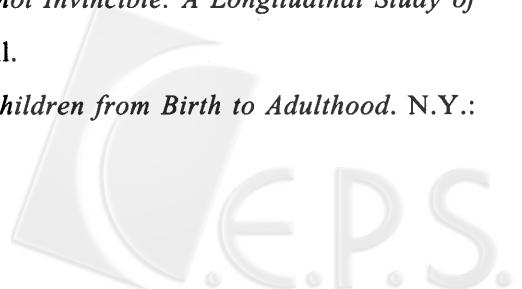
- Fraser, M. W. et al. (1999). "Risk, Protection, and Resilience: Toward a Conceptual Framework for Social Work Practice", *Social Work Research*, 23 (3), p.131-142.
- Fraser, M. W. & M.J. Galinsky (2004). "Risk and Resilience in Childhood: Toward an Evidence-based Model of Practice", In M.W. Fraser (ed.), *Risk and Resilience in Childhood: An Ecological Perspective*, p.385-402. Washington, DC.: NASW press.
- Freiberg, H.J. (1994). "Understanding Resilience: Implication for Inner-city Schools and Their Near and Far Communities", In M.C. Wang & E.W. Gordon (eds.). *Educational Resilience in Inner-city America: Challenges and Prospects*, p.151-165. NJ: Lawrence Erlbaum Publishers.
- Gibbs, L. & E. Gambrill. (1999). *Critical Thinking for Social Workers: Exercise for Helping Professions* (2<sup>nd</sup> ed.). Thousand Oaks, CA: Pine Forge press.
- Gambrill, E. (1999). "Evidence-based Clinical Behavior Analysis, Evidence-based Medicine and the Cochrane Collaboration", *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 30, p.1-14.
- Garnezy, N. (1971). "Vulnerability Research and the Issue of Primary Prevention", *American Journal of Orthopsychiatry*, 41, p.101-116.
- \_\_\_\_\_ (1974). "The Study of Competence in Children at Risk for Severe Psychopathology", In E.J. Anthony & C. Koupernik (eds.), *The Child in His Family: Children at Psychiatric Risk*, 3, p.547. N.Y.: Wiley.
- Gutierrez, L. et al. (1998). *Empowerment in Social Work Practice: a Sourcebook*. Belmont, CA: Wadsworth.
- Haase, J. E. et al. (1999). "Research Triangulation to Derive Meaning-based Quality of Life Theory: Adolescent Resilience Model and Instrument Development", *International Journal of Cancer Supplement*, 12, p.125-131.
- Harvey, A. R. & R. B. Hill (2004). "Africanic Youth and Family Rites of Passage Program: Promoting Resilience among At-risk African American Youths", *Social Work*, 49 (1), p.65-74.
- Hauser, S. T. (1999). "Understanding Resilient Outcome: Adolescent Lives across Time and

- Generations”, *Journal of Research on Adolescence*, 9, p.1-24.
- Howard, M. O. & J. M. Jenson (1999). “Clinical Practice Guideline: Should Social Work Develop Them?”, *Research on Social Work Practice*, 9 (3), p.283-301.
- Jew, C. C. et al. (1999). “Development and Validation of a Measure of Resiliency”, *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 32, p.75-89.
- Kaplan, C. P. et al. (1996). “Promoting Resilience Strategies: a Modified Consultation Model”, *Social Work in Education*, 18 (3), p.158-168.
- Konrad, K. & J. Bronson (1997). *Handling Difficult Times and Learning Resiliency*. Paper presented at Annual AEE International Conference Proceedings. (EDRS ED414139)
- Luthar, S. S. (1999). *Poverty and Children’s Adjustment*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Luthar, S. S. & E. Zigler (1991). “Vulnerability and Competence: a Review of Research on Resilience in Childhood”, *American Journal of Orthopsychiatry*, 61, p.6-22.
- Luthar, S.S. et al. (2000). “The Construct of Resilience: a Critical Evaluation and Guidelines for Future work”, *Child Development*, 71 (3), p.543-562.
- Masten, A. & J. D. Coatsworth (1995). “Competence, Resilience, and Psychopathology”, In D. Cicchetti & D. Cohen (eds). *Developmental Psychopathology Vol.2 Risk Disorder and Adaptation*, p.715-752. N.Y.: Wiley.
- Masten, A. et al. (1999). “Competence in the Context of Adversity: Pathways to Resilience and Maladaptation from Childhood to Late Adolescence”, *Development and Psychopathology*, 11, p.143-169.
- Masten, A. et al. (1990). “Resilience and Development: Contributions from the Study of Children Who Overcome Adversity”, *Development and Psychopathology*, 2, p.425-444.
- McCubbin, M. & H. McCubbin (1989). “Theoretical Orientations of Family Stress and Coping”, In C. R. Figley (ed.) *Treating Stress in Families*, p.3-43. New York: Brunner/Mazel.
- Murray, C. (2003). “Risk Factors, Protective Factors, Vulnerability, and Resilience”, *Remedial and Special Education*, 24 (1), 16-26.
- NASW (2004). “Resiliency”. Retrieved July 2, 2005, from <http://www.naswdc.org/research/>



[naswResearch/0804resilience/default.asp](http://naswResearch/0804resilience/default.asp).

- Olsson, C.A. et al. (2003). "Adolescent Resilience: A Concept Analysis", *Journal of Adolescence*, 26, p.1-11.
- Rak, C. F. & L. E. Patterson (1996). "Promoting Resilience in At-risk Children", *Journal of Counseling and Development*, 74, p.368-373.
- Parr, G. D. et al. (1998). "Flow Theory as a Model for Enhancing Student Resilience", *Professional School Counseling*, 1 (5), p.26-31.
- Richardson, G. E. (2002). "The Metatheory of Resilience and Resiliency", *Journal of Clinical Psychology*, 58 (3), p.307-321.
- Rew, L. & S. D. Horner (2003). "Youth Resilience Framework for Reducing Health-risk Behaviors in Adolescents", *Journal of Pediatric Nursing*, 18, p.379-388.
- Rutter, M. (1979). Protective Factors in Children's Responses to Stress and Disadvantage. In M. W. Kent & J.E. Rolf (eds.) *Primary Prevention in Psychopathology: Social Competence in Children*, 8, p.49-74. Hanover, NH: University Press of New England.
- \_\_\_\_\_ (1983). Statistical and Personal Interactions, Facets and Perspectives. In D. Magnusson & V. Allen (eds.) *Human Development: An Interactional Perspective*, p.295-319. N.Y.: Academic Press.
- \_\_\_\_\_ (1993). "Resilience: Some Conceptual Considerations", *Journal of Adolescent Health*, 14, p.626-631.
- \_\_\_\_\_ (1999). "Resilience Concepts and Finding: Implications for Family Therapy", *Journal of Family Therapy*, 21, p.119-144.
- Saleebey, D. (ed.) (1997). *The Strengths Perspective in Social Work Practice: Power in the People* (2<sup>nd</sup>ed.). White Plains, NY: Longman.
- Werner, E.E. (1995). "Resilience in Development", *Current Directions in Psychological Sciences*, 4, p.81-85.
- Werner, E.E. & R. S. Smith (1982). *Vulnerable but not Invincible: A Longitudinal Study of Resilient Children and Youth*. N.Y.: McGraw Hill.
- \_\_\_\_\_ (1992). *Overcoming the Odds: High Risk Children from Birth to Adulthood*. N.Y.:



Cornell University Press.

\_\_\_\_\_ (2001). *Journeys from Childhood to Midlife: Risk, Resilience, and Recovery*. Ithaca, N.Y.: Cornell University Press.

Walsh, F. (2002). "A Family Resilience Framework: Innovative Practice Applications", *Family Relations*, 51, p.130-137.

William, N.R. et al. (2003). "Rising from the Ashes: Stories of Recovery, Adaptation and Resiliency in Burn Survivors", *Social Work in Health Care*, 36 (4), p.53-77.

Wolin, S. J., & S. Wolin (1993). *The Resilient Self: How Survivors of Troubled Families Rise above Adversity*. N.Y.: Villard Books.

## **Adolescent Resilience: The Concept and Related Research Analysis**

Hsin-yi Chang

Doctoral Student, Department of Social Policy and Social Work, National Chi-Nan University

Li-yu Song

Professor, Department of Social Policy and Social Work, National Chi-Nan University

### **Abstract**

Literature published on resilience and relevant to adolescents was reviewed and analysis. This review covered the research literature on adolescent resilience in Taiwan, and a comparison with some overseas studies was also made focusing on the protective factors and mechanism that brought successful adaptation. The research reviewed showed some different results in terms of crisis situations subjects involved and resilience unfolds. However, some common protect factors were found in relation to personality characteristics, such as, emotional adjustment ability, positive self-value, self-positive expectation and future-goal orientation, social skills and so on. Some external protect factor were also found including peer acceptance and family relationship. Finally, according to the resilience perspective, some implication was proposed for social work research and practice. In the future, the filed will combine social work research with practice.

**Key words:** resilience, adolescent, protective factor