

國中資優生完美主義類型、生活壓力 與幸福感之相關研究

陳奐妤

林杏足

臺中市居仁國中

國立彰化師範大學輔導與諮商學系

摘要

本研究調查國中資優生完美主義類型、生活壓力感受及幸福感現況，探討背景變項、生活壓力、完美主義類型對幸福感的預測能力，並分析完美主義類型在生活壓力與幸福感之間扮演的角色。本研究採問卷調查法，分層隨機抽取臺中市國中資優生 351 人，以集群分析、區別分析、描述統計、卡方考驗、單因子變異數分析、階層迴歸分析與逐步迴歸分析等統計方式進行統計分析，並根據結論提出教育與研究建議。研究結果如下：(1)國中資優生完美主義類型可分為「非適應型非完美主義」、「非適應型完美主義」、「適應型完美主義」、與「適應型非完美主義」四種，生活壓力感知介於「沒有困擾」到「很少困擾」之間，整體幸福感受傾向幸福；(2)不同完美主義類型的國中資優生生活壓力感受有部分差異。「家庭生活壓力」上「非適應型非完美主義者」顯著較高，其餘壓力層面與整體壓力皆以「非適應型完美主義者」最高，其幸福感受亦有部分差異，大致適應型學生高於非適應型學生；(3)性別、年級、完美主義類型與生活壓力對國中資優生幸福感受皆有部分預測力，最有預測力者為「身心發展壓力」；(4)完美主義類型在國中資優生生活壓力與幸福感之間具有顯著調節作用。

關鍵字：國中資優生、完美主義類型、生活壓力、幸福感



壹、緒論

資優生成長過程中，心理社會適應情形是影響其能力發展的重要因素。Silverman 於 1993 年即主張雖然資優生就學習上屬有利的一群，但因身心特質不同於他人，易造成其內在的痛苦（引自 Woodinl, 1997, p. 44）。Mofield (2010)歸納文獻，也指出資優生可能更容易感覺受傷，特別是在青少年時期。資優生的適應問題包含不均衡的身心發展、過度激動特質、人際差異知覺、自我認定以及成人過度望壓力、過度完美主義、自我設限、社會疏離、角色衝突、過度敏感等（郭靜姿，2000；Rodell, 1984）。除此之外，許多資優生身心特質，例如身心發展不一致、學習上充滿高度內在動機卻與現實環境期待矛盾、較高度認知與道德發展等，皆可能造成適應問題，也都需要更多探討與了解（王淑棻，2009；郭靜姿，2000）。

完美主義(perfectionism)是資優生身心適應的重要議題。因為天賦優異，資優者師長從小就對其有高度期待，除促使資優者對己設定高標準之外，也相對容易讓資優者感受到父母期待與接收父母批評，造成生活適應的困難。資優生完美主義比率較普通生高(Schuler, 2000)，克服完美主義的困擾及處理他人不實際的高度期許是資優生最關心的問題之一(Denholm, 1991; Kerr, 1991)，如再考慮資優生常見的情緒過度激動特質，資優生可能更容易為失敗經驗所苦(Patel, 2009; Perrone-McGovern, Simon-Dack, Beduna, Williams, & Esche, 2015)。

完美主義可能協助個體設定高標準、堅持目標與追求卓越，卻也可能因為設置不合實際的高標準，嚴格批評自己而使自身壓力變大，造成自我傷害、自我批評，降低自我效能，侷限個人發展，阻礙人際關係，選擇自願低成就或造成其憂鬱症狀（王淑棻，2009；Burns, 1980; Hewitt, Flett, & Ediger, 1996; Pyryt, 2007）。Chang、Watkins 與 Banks (2004)也指出適應不良型(maladaptive)完美主義與壓力有相關。完美主義類型亦與幸福感受有關（楊美華，2005；Chan, 2007, 2012; Gnilka, Ashby, & Noble, 2013）。Perrone-McGovern 等人(2015)研究發現，適應型完美主義者(strivers)有較強的情緒調節能力，同時也有較高的主觀幸福感。

壓力、完美主義與幸福感三者之間亦有關係。回顧文獻，壓力在完美主義與幸福感之間具有中介作用（沈婉鈴，2010；楊宏飛、姜美義，2008；Chang, 2000, 2006; Chang et al., 2004）。不同完美主義性格對主觀壓力困擾與身心適應具有不同預測及相關性（楊美華，2005；Achtziger & Bayer, 2013）。另外，在完美主義類型的歸納上，目前多傾向三類或四類（陳鈞屏，2008；蔡敏瑛，2010；顏秀鳳，2009；Chan, 2010, 2012; Dixon, Lapsley, & Hanchon, 2004; Parker, 2000; Schuler, 2000; Wang, Slaney, & Rice, 2007），但究竟臺灣國中資優生完美主義類型現況為何，則尚未有定論。

因此，本研究以國中資優學生為研究對象，調查以了解其完美主義類型、生活壓力感受情形及其幸福感現況，各因素對幸福感的預測能力，以及完美主義類型在生活壓力與幸福感之間扮演的角色。



貳、文獻探討

一、完美主義的意涵與資優生完美主義類型

完美主義是一種穩定追求高標準的人格特質。不論對自己或他人，完美主義者永遠在追求超越高期待，會永無止境的害怕不夠好，甚至因為害怕失敗而可能遲滯不前或成為工作狂(Callard-Szulgit, 2003)。早期學界對完美主義的認定多偏向負向特質，不過綜觀各心理學派對完美主義意涵的詮釋，基本上認同完美主義的產生為個人身心發展的過程中所必須，強調起因並非不佳，其不良後果乃因連結社會而產生。

Horney 在 1950 年將過分井然有序和一絲不苟的行為視為完美主義（引自董月華，2006，頁 73）；Hollender (1965)定義完美主義為「以高於情況所需的標準要求自己或他人」。Burns (1980)認為，完美主義是一種認知網絡，完美主義者設置並嚴格堅持不合實際的高標準，並以是否達到這些標準來判斷自身的價值。Pacht (1984)認為完美主義者會設立一種他們達不到、不切實際的高標準，並在想達到的需求與達不到標準的失敗中持續感到挫折。Frost、Marten、Lahart 與 Rosenblate (1990)則視完美主義為一種力求高標準完成任務並伴隨批判性自我評估傾向的人格特質。林寶貴與李旭原(2008)定義完美主義為「對事務要求盡善盡美，無可挑剔的態度」。另有學者指出完美主義與追求卓越不同，認為所謂健康型完美主義乃健康的追求卓越，並不應該稱之為完美主義（洪福源、胡秀媛，2005；Callard-Szulgit, 2003; Greenspan, 2000）。

總和來說，完美主義具有下列特徵：

(1)會對自身或他人設定高標準、(2)心思著重注意於未達成的部分、(3)對於未達成部分會感到罪惡與羞恥、(4)可能造成身心適應不良症狀。後來學者開始區分完美主義中的正向與負向特質，認為正向特質是有價值且有幫助的，而負向特質才是影響個體生活適應的主因。例如董力華(2003)歸納文獻將完美主義分為六個層面：(1)高標準、(2)高秩序性、(3)自我欣賞、(4)過度在意、(5)拖延、(6)不易滿意，此頗能對應完美主義的正負向特質。楊美華(2005)、沈婉鈴(2010)也都曾將完美主義區分為正負向二種，並研究其與身心適應的關係。

Hamachek 是最早針對完美主義進行分類的人，他在 1978 年把完美主義分成正常完美主義(normal perfectionism)與神經質完美主義(neurotic perfectionism)兩種(引自 Chan, 2009, p. 175)。Hewitt 與 Flett (1991)則區分之為自我導向完美主義(self-oriented)、社會規範完美主義(socially-prescribed)與他人導向完美主義(other-oriented)。Enns 與 Cox 於 2002 年分完美主義為適應性完美主義(adaptive perfectionism)與不適應性完美主義(maladaptive perfectionism)兩種子類(引自 Pyryt, 2007, p. 274)。

比起普通生，資優生更容易傾向完美主義，不過其構念與普通生沒有太大差異(Parker, 2000; Pyryt, 2007; Sliverman, 2007; Speirs Neumeister, 2007)。Parker (2000)、Schuler (2000) 與 Chan (2010, 2012)研究國外資優生，與蔡敏瑛(2010)以國內資優生為對象進行調查分類，都將資優生分為三類。不過 Dixon 等人(2004)將完美主義分為



四類，近年國內學者調查普通國中生與大學生，也皆得到分為四類的結果（陳鈞屏，2008；顏秀鳳，2009；Wang et al., 2007）。探究原因，也許與文化環境、年紀或資優與否都有關係，需要更進一步的研究，並且完美主義類型的分類上，尚無定論(Chan, 2009)。

回顧目前研究，調查華人完美主義特質的工具多採用「幾近完美主義量表修訂版(APS-R)」中文版，唯蔡敏瑛(2010)修訂「多向度完美主義量表(MPS-F)」用以調查國中資優生完美主義傾向。由於蔡所編制之量表恰恰適於國中資優生且目前使用MPS-F的實徵研究較少，因此研究者選用此量表進行調查，並希望藉由不同量表蒐集資料，提供國內學者在了解臺灣國中資優生完美主義現況時，有更多元的參考。

二、國中資優生的生活壓力

藍采風(2003)從適應的角度解釋壓力，認為當外界的需求多於我們所能負擔的範圍時，個體產生的生理、心理或肢體反應稱為壓力反應。張春興(1991)定義壓力為「個人在面對具威脅性刺激情境中，一時無法消除威脅脫離困境時的一種被壓迫的感受」。

由文獻資料（李宏鎰，2003；柯武宏，2009；許嘉容，2006；馮麗君，2008；鄭秀足，2004；盧浩權，2005）我們可以歸納得知：(1)壓力源可能來自於個體本身或外在變化，也可能是長期的環境狀態；(2)壓力的狀態可以被調適，但也有無法調適導致個體身心耗盡的情形；(3)若考慮個體於壓力源與壓力狀態中的主動性，則「個體的覺知」在個體對事件是否為壓力的判定

上，具有舉足輕重的角色，並且連帶影響個體接下來的應對反應。

本研究採取 Lazarus 與 Folkman 於 1983 年提出的的互動取向精神（引自李宏鎰，2003，頁 12—7），強調壓力是個體面對環境刺激時的主觀認知歷程，定義壓力為「個體於生活中，因覺知人、事、物的不變或變化，導致身心失去平衡或超過負荷的狀態」。又因壓力源主要來自生活環境，壓力感受也經常是因為生活事件而持續存在（張春興，1991），故本研究中以「生活壓力」一詞稱之。

Shaunessy 與 Suldo (2010)提到，資優生感受到壓力不比普通生少。而資優生的生活壓力可分由個人與環境因素來探討（孫瑜成，2004；郭靜姿，2000；陳佳雯，2009；曾建章，1996；黃富廷，1999；蔡靜宜，2006）。個人因素中，包含：(1)身心發展不一致：資優生認知發展較心理發展迅速，容易自覺與眾不同，可能導致個人內在衝突與壓力或自我懷疑；(2)過度激動特質(overexcitabilities)：感官與情緒的過度激動特質讓資優生在情緒感受上較為強烈，因此也較為敏感；(3)高自我期許：因父母與師長多予高要求，資優生容易對自己設立高標準，甚至是產生不合理的期望而造成壓力。如希望成為最聰明、最完美的人，希望具有高度創造性及獨特性，不然就不合格，或希望因為表現受歡迎或被他人崇拜(Rimm, 2003)。環境因素中，則包含：(1)學校壓力：資優生求知慾強、不易服從權威、易反抗等特質，可能讓教師感覺被挑戰，也容易造成師生關係的緊張，國內資優教育採分散式資源班的運作方式，資優生要同時滿足資優班與普通班



要求，也是壓力來源，又資優生可能會覺得課程無聊而產生壓力；(2)師長過度期望：資優生由於從小容易有優秀表現，師長可能不斷設立更高標準而忽略適度讚美與鼓勵，讓其經驗過多失敗與挫折；(3)同儕關係不良：資優生的過度激動特質可能引起同儕的爭吵或排擠。Reynolds 與 Bradley (1982)指出資優生容易感到社會孤離、從同儕中獨立出來(single out)，以及更容易有情緒問題。另外資優生在資優班中學習，學業競爭壓力也會較為激烈，或者普通班同學會認為資優班同學成績好是理所當然，因而對資優生產生壓力。曾建章(1996)就發現資優學生覺知之同儕期望高於普通生。Campbell 發現美國校園中數學資優生小學時常遭恐嚇，而臺灣也有此反智慧現象(黃富廷，1999)。

雖獨特身心特質導致資優生有不同於普通生的壓力成因，但綜合相關文獻(柯武宏，2009；孫瑜成，2004；馮麗君，2008；鄭秀足，2004；盧浩權，2005；Patel，2009)，可以發現資優生壓力來源與青少年壓力來源，皆可以個體身心發展、家庭、學校、人際等四方面涵括之，唯壓力感知高低與普通生可能有面向上的不同。因此欲測量國中資優生生活壓力，普通生壓力量表亦為可參考之選擇。國內測量國中生生活壓力的量表中，鄭秀足(2004)編製之「國中生生活壓力量表」對生活壓力的調查包含生活壓力事件是否發生及個體對壓力事件的感受，呼應本研生活壓力之互動取向定義，並具有不錯的信效度，因此本研究以之蒐集國中資優生的生活壓力資料。

三、國中資優生的幸福感

幸福感是一種結合生活滿意度、身心健康覺知與整體情緒感受，對自己的整體評估，乃為一生活適應的指標。與「幸福感」類似的說法有很多：快樂(happiness)、主觀幸福感(subject well-being)、心理幸福感(psychological well-being)及生活滿意度(life satisfaction)等皆屬之，不過各名詞內涵大同小異，不脫對情緒和生活滿意的評估、身心健康及自尊心(林文聰，2004)。Compton (2001)指出，幸福感包括主觀幸福感及自我成長兩個層面；前者包括快樂、生活滿意，後者包括自我實現與自我價值感。黃春太(2010)歸納文獻，也指出幸福感不但是個體的心理感受與滿意狀態，同時也是健康的終極表現。綜上所述，幸福感定義大致包含：(1)情緒的評估，包含正向與負向；(2)生活滿意度的評估；(3)身心健康的評估與(4)自我相關概念的評估等，是個體主觀的總體生活質量，具有綜合性與整體性特質。

回顧文獻(林文聰，2004；施建彬，1995；陳鈞屏，2008；陸洛，2005；賴韻竹，2010；Diener，1984)，幸福感可由以下四個面向理解：(1)情緒層面：認為幸福感是個人對其生活的喜歡程度，即幸福感是一種正向的情緒反應；(2)認知層面：認為幸福感是一種個人認知對生活評估後的結果，故生活滿意度即可反應出個人幸福感的程度；(3)兼含認知與情緒層面：認為幸福感應是在情緒與認知兩層面總評後所得之結果；(4)著重身心健康層面：認為幸福感是一種近似於身心健康的狀態，並以心理健康的測量來代表個人的幸福感。



在此，研究者定義幸福感為「個體對生活的滿意程度與整體情緒感受，加上身心健康的評估結果總和」，擬從認知、情緒與健康三層面出發，了解國中資優生幸福感受。

從國內青少年幸福感相關研究可以發現，國中生幸福感受隨著年級而下降的研究結果頗為常見(王家強, 2007; 林文聰, 2004; 梁忠軒, 2002; 陳鈞屏, 2008; 馮麗君, 2008; 黃春太, 2010; 賴韻竹, 2010; 顏秀鳳, 2009)。梁忠軒(2002)針對國內國中生進行量化與質性研究，發現青少年幸福感內涵與成人雖有不同，但構念的認知上則無相違之處。

至於國中資優生與普通生的幸福感差異情形，則似乎沒有明確定論。Reynolds 與 Bradley (1982)研究發現資優生緊張情緒較普通生低，表示資優生擁有較佳心理健康。王家強(2007)比較國內資優生與普通生生活滿意度，也發現國中資優生其生活滿意度高於國中普通生。但郭靜姿(2000)也曾指出，資優生有其獨特身心適應問題，同時，越資優的孩子(IQ145 以上)越容易導致發展的不均衡也越容易產生適應問題。Patel (2009)提出資優特質如完美主義、敏感與易激動(intensity)特質等有時會導致資優生壓力的產生，如果兼有完美主義與情緒過度激動特質(overexercitability)，面對失敗時可能感到更加痛苦(Perrone-McGovern et al., 2015)。

另外，各國幸福感受定義雖相差不多，但幸福感內涵建構卻顯現文化差異(施建彬、陸洛, 1997; 陳鈞屏, 2008; 陸洛, 2005)，因此欲量測國內青少年的幸福感受，宜優先考量本土建構之幸福感量表。

國內近年研究幸福感受，多採林文聰(2004)編制之「幸福感量表」，賴韻竹(2010)進一步編修之，從生活滿意度、身心健康與整體情緒三方面探討幸福感。該量表新近編製，並具有良好信效度，因此本研究擇其為本研究幸福感測量工具，用以了解國中資優生幸福感受現狀。

四、完美主義類型、生活壓力與幸福感之關係

完美主義與壓力有關。Chang 等人(2004)研究女大學生完美主義，發現不適應型的完美主義與壓力有關。沈婉鈴(2010)以高中職學生為對象，發現其正負向完美主義傾向與其主觀成就壓力、因應策略、正負向情感等有關，也指出青少年的主觀成就壓力在正負向完美主義與正負向情感間具有中介或調節作用。Hewitt 等人(1996)指出，自我導向完美主義類型與成就動機交互作用後，對憂鬱症狀有預測效果；社會規範完美主義類型對憂鬱症狀也有預測力。

不同完美主義構念可能分別對壓力、自尊、正向情緒與幸福感受有正向或負向相關與影響(林俊德, 2000; 董月華, 2006; 董月華、宋尚桂, 2005; Achtziger & Bayer, 2013)。由此可見，完美主義確與幸福感受有關連，不過完美主義並非完全病態或與幸福感受只有負面相關，對自己設定不合現實的高標準，或對未能達到自己標準隨之而來的自我批評，又或者太過在乎外界環境伴隨而來的壓力或批評，才是影響幸福感受高低的原因。Gnilka 等人(2013)指出不同完美主義類型各與依附關係、憂鬱傾向、絕望感跟生命滿意度有中界的效果。楊美華(2005)研究顯示負向完美主義與生



活壓力感受有明顯正相關，與生活適應有負相關，正向完美主義則與正向情感、生活滿意度有正相關。Chan (2007)也指出正向完美主義非但不屬病態，反而是健康的並且能帶來幸福感的正向感受。並且在健康型完美主義、不健康型完美主義和非完美主義資優者中，健康型完美主義者擁有最高的主觀幸福感(Chan, 2012)。

生活壓力與幸福感也有相關性。國中學生的客觀生活品質和主觀生活壓力成正相關，兩者又與幸福感呈負相關，不同層面的生活壓力分別會降低國中生不同層面的幸福感（于濼，2007；呂敏昌，1993；馮麗君，2008）。梁忠軒(2002)發現雖然國三生考試多、課業壓力大，但因為考試壓力隨著考試增多而逐漸淡化，所以主觀壓力感受未必較高，幸福感也未必較低，較為特別。另外，針對不同族群的研究結果皆指出，不管是適應型或不適應型完美主義，壓力皆對幸福感具有中介作用（楊宏飛、姜美義，2008；Chang, 2000, 2006; Chang et al., 2004）。

以上著眼於完美主義、壓力與幸福感三者之間關係的研究，或不一定著眼完美主義類型，或以大學生為研究對象，或僅單就正負向完美主義出發，對於國中資優生的完美主義類型在壓力與幸福感之間的關係，則尚未有明確研究結果。

參、研究方法

一、研究對象

本研究之研究對象為 351 位就讀於原臺中市國中之一般智能資優學生與數理、語文資優學生。研究者採分層隨機抽樣方

式抽取研究樣本。先以年級分層，各年級資優生人數分別為 224、279 與 468 人，年級之下再以成班與否進行分層隨機抽樣，成班與未成班學生抽樣人數各達總人數四成即行停止。問卷回收後剔除固定反應心向、未用心填答與答題缺漏 4 題以上者，各年級問卷回收率分別為 90.29%、82.91%、85.19%，總回收率約 85.82%，有效問卷分布列於表 1。

本次抽樣過程步驟嚴謹，總人數達一定數量，抽樣結果之性別比例雖未控制，但男生女生比例分別為 52.42%、47.58%，亦符合均等原則，可見本研究中，應可根據樣本心理測驗數據推估母群體心理特質。

二、研究工具

本研究使用多向度完美主義量表、國中生活壓力量表與幸福感量表獲取研究資料，以下依序介紹。

（一）多向度完美主義量表

乃蔡敏瑛(2010)改編自 Frost 等人(1990)的多向度完美主義量表。包含「講求精確與組織」、「在意錯誤」、「父母期待與批評」、「個人標準」四個分量表共 28 題，請受試者作答時依題意按照實際情形勾選，其情形由「完全符合」到「完全不符合」分別可得 5~1 分。此量表內部一致性 Cronbach's α 值介於 .77~.86 之間，全量表的 α 值為 .90，四個因素累積的解釋變異量則為 51.19%，信效度皆具一定水準。

（二）國中生生活壓力量表

本研究以鄭秀足(2004)所編之「國中生生活壓力量表」檢核過去半年內受試者所面臨的生活壓力。本量表包含「家庭生活事件」、「學校生活事件」、「同儕人際事



件」、「身心發展事件」四個量表共 47 題，各分有「客觀生活壓力」與「主觀生活壓力」兩個面向，請受試者依過去半年內的實際生活經驗填答，量表各題目所陳述事件如未發生過，則主觀生活壓力為 0 分；若該事件有發生過，則依困擾程度由高到

低分別給予 4~1 分，累計總分即為受試者的「生活壓力」，亦即本研究中所指稱之生活壓力。該量表具專家效度，各分層面之重測信度係數介於 .80~.89 之間，顯示該量表信度與效度尚可。

表 1

有效問卷分布一覽表

校名	總人數	一年級	二年級	三年級
向上國中	21	7		14
居仁國中	83	20	18	45
光明國中	33	16	4	13
三光國中	7	2		5
漢口國中	14		6	8
福科國中	6	6		
大業國中	10	6	1	3
黎明國中	12	12		
惠文高中	9	5		4
豐東國中	29	9	20	
大雅國中	24	5	9	10
清水國中	16		5	11
大甲國中	10			10
光德國中	11	1	10	
成功國中	24		24	
光榮國中	31			31
東山高中	11	4		7
總人數	351	93	97	161

(三) 幸福感量表

係指賴韻竹(2010)所編之「幸福感量表」探究國中生知覺目前是否感到幸福。此量表編修自其他學者幸福感量表，分有「生活滿意度」、「身心健康」與「整體情緒」三個向度共 17 題。以李克特氏六點量尺的形式，請受試者根據自己真實的狀況作答，由「非常不同意」到「非常同意」分別給予 1~6 分；反向題則相反計分。各分量表內部一致性 Cronbach α 值介

於 .78~.91，重測信度介於 .53~.69，因素分析發現 3 個共同因素累積解釋變異量為 55.31% 的變異量。

三、資料處理

調查問卷回收後，使用雙側考驗進行統計分析。方式包含集群分析、變異數分析、區別分析、描述統計、單因子變異數分析、逐步迴歸分析與階層迴歸分析等，本研究設定第一類型錯誤機率為 .05 (即 $\alpha = .05$)。



肆、結果與討論

一、國中資優學生完美主義類型、生活壓力與幸福感之現況

(一) 國中資優學生的完美主義類型

本研究使用集群分析(cluster analysis)方式對國中資優學生完美主義表現特徵進行分類。Hair、Anderson、Tatham 與 Black 建議可先用階層法決定集群數目，再用非

階層法進行分群，即兩階段的集群分析(two-stage cluster analysis) (引自陳正昌、程炳林、陳新豐、劉子鍵，2005，頁 431)。本研究即採兩階段方式，先以階層分析法——華德法(ward's method)，參考文獻探討結果決定集群數目，再以非階層分析法之 k 平均分析法(k-mean method)進行分類。由表 2 可以得知，集群數目分為三組或四組皆可考慮。

表 2

群數凝聚過程節錄表

階段	組合集群		係數	先出現的階段集群		下一階段
	集群 1	集群 2		集群 1	集群 2	
347	1	7	751.59	343	341	350
348	3	9	907.58	345	344	349
349	2	3	1,109.88	346	348	350
350	1	2	1,400.00	347	349	0

研究者再分別以 k 平均分析法進行集群分析，並分別進行四個分量表的單因子多變量分析(one-way MANOVA)，以了解各集群間的差異關係，最後配合文獻探討結果綜合考量，決定集群數目為四。351 位國中資優生被分為 95 位、76 位、114 位與 66 位四群。各集群分析結果描述統計資料臚列如表 3。

表 4 則列出不同完美主義類型在完美主義四個分量表之多變量變異數(multivariate analysis)分析結果，由表 4 可以得知，各集群的學生在四個分量表的得分中，至少有一個分量表的平均數達顯著差異。觀察各分量表單變量 F 值皆達 p

$< .001$ 水準，各集群學生在四個完美主義分量表上得分皆有顯著不同，其解釋變異量分別為 49%、65%、41% 和 32%。

研究者再以單變量變異數(ANOVA)進行分析。考驗各組別之母群變異數同質性時，可以發現在「講求精確與組織」分量表中，Levene $F = 5.76$ ($p = .001$)，違反組別母群體同質性假設。因此在進行事後比較時，宜採 Tamhene's T2 法(吳明隆、涂金堂，2006)。而觀察其他分量表的 Levene F 值則皆符合組別母群體同質性假設，因此可以 Scheffé 法進行事後比較，結果如表 5 所示。



表 3

集群分析結果之描述統計一覽表

完美主義 類型分群	個數 (百分比)	完美主義分量表	平均數	標準差	分量表得分平均 數群間排序
1	95 (27%)	講求精確與組織	23.79	4.50	3
		在意錯誤	24.09	3.47	2
		父母期待與批評	27.64	3.39	1
		個人標準	13.30	2.43	3
2	76 (22%)	講求精確與組織	29.08	4.06	2
		在意錯誤	31.98	3.97	1
		父母期待與批評	24.07	4.80	2
		個人標準	17.00	2.60	1
3	114 (32%)	講求精確與組織	29.24	2.95	1
		在意錯誤	18.75	4.17	3
		父母期待與批評	19.66	4.18	3
		個人標準	15.09	2.77	2
4	66 (19%)	講求精確與組織	19.85	3.85	4
		在意錯誤	17.52	4.25	4
		父母期待與批評	19.41	4.44	4
		個人標準	11.52	3.15	4
總和	351 (100%)	講求精確與組織	25.96	5.34	
		在意錯誤	22.83	6.70	
		父母期待與批評	22.73	5.42	
		個人標準	14.35	3.30	

註：分量表得分平均數群間排序係指四群學生在同一分量表得分平均數之比較排序。

表 4

不同完美主義類型在完美主義四個分量表之多變量變異數分析摘要表

變異 來源	自 由 度	SSCP				多變量 Wilks Λ	單變量 F 值				
		講求精確 與組織	在意錯誤	父母期待 與批評	個人標準		講求精確 與組織	在意錯誤	父母期待 與批評	個人標準	
組間	3	4,877.12	2,525.07	(506.50)	2,264.08	.11***	110.93***				
		2,525.07	10,267.33	4,109.03	2,366.57				217.62***		
		(506.50)	4,109.03	4,233.58	141.79					80.76***	
		2,264.08	2,366.57	141.79	1,230.92						55.27***
組內	347	5,085.40	(479.70)	774.45	1,206.09						
		(479.70)	5,457.09	(32.49)	383.38						
		774.45	(32.49)	6,063.11	58.72						
		1,206.09	383.38	58.72	2,575.97						
R^2							.49	.65	.41	.32	
$adjR^2$.49	.65	.41	.32	

*** $p < .001$.



表 5

不同完美主義類型在完美主義分量表之變異數分析集事後比較摘要表

變異來源	分量表名稱	平方和 (SS)	自由度 (df)	平均平方和 (MS)	F 檢定	事後比較 (Tamhene's T2 法 / Scheffé 法)
組間	講求精確與組織	4,877.12	3	1,625.71	110.93***	2>1>4 ; 3>1>4
	在意錯誤	10,267.33	3	3,422.44	217.62***	2>1>3 ; 2>1>4
	父母期待與批評	4,233.58	3	1,411.19	80.76***	1>2>3 ; 1>2>4
	個人標準	1,230.92	3	410.31	55.27***	2>3>1>4
組內	講求精確與組織	5,085.40	347	14.66		
	在意錯誤	5,457.09	347	15.73		
	父母期待與批評	6,063.11	347	17.47		
	個人標準	2,575.97	347	7.42		

註：1：集群一；2：集群二；3：集群三；4：集群四。

*** $p < .001$.

接著為各集群命名。首先，集群二、三在分量表「在意精確與組織」與「個人標準」得分顯著高於集群一與集群四，因此可先將集群二、三歸類為對自己有高要求的「完美主義者」，集群一、四歸類為對自己要求較低的「非完美主義者」。

比較「完美主義者」得分狀況：集群二「在意錯誤」、「父母期待與批評」、「個人標準」分量表平均得分皆顯著高於集群三。因此「完美主義者」集群中，研究者推測集群三之國中資優生會對自己設立高標準，但能接受犯錯，並且其高標準非來自父母期望，故將之命名為「適應型完美主義者」；集群二之國中資優生則是除了為自己設立高標準外，感受到較強的父母期望，並容易將之轉化為在意錯誤的壓力的「非適應型完美主義者」。比較「非完美主義者」各分量表得分情形，可以發現集群一在「在意錯誤」、「父母期待與批評」與「個人標準」三個分量表中得分顯著高於集群四，其中「在意錯誤」、「父母期待與批評」兩個分量表得分亦高於整體平均

數，甚至高於部分完美主義者（集群三）；集群四則在所有分量表得分皆為最低，且全部低於平均值。觀察各集群特性配合文獻探討結果，研究者將感受到父母壓力、在意犯錯卻又缺乏對己身要求的集群一學生命名為「非應適應型非完美主義者」；而未有父母壓力、不在意犯錯，對自身也無要求的集群四學生，則命名為「適應型非完美主義者」。

另外，研究者以二階段交叉驗證方式進行區別分析以驗證集群分析結果（陳正昌等人，2005）。雖然各組內共變異數矩陣相等性的假設考驗中，Box's $M = 49.42$ ，轉換成 F 值為 1.57，顯著性 p 值為 .02，違反區別分析基本假設，但區別分析是相當具有強韌性(robust)的統計方法，即便違反同質性假定仍可進行統計分析（陳正昌等人，2005）。吳明隆與涂金堂(2006)建議，可調整考驗值 α 為 .01，如此則可符合區別分析基本假設，唯結果推論宜審慎為之。

從表 6 可以得知，對於完美主義類型分類結果，區別分析法可以找出三個區別



函數。由標準化典型係數與結構係數觀察之，可以發現第一個區別函數與「講求精確與組織」變項頗有相關；第二個區別函數與「在意錯誤」、「父母期待與批評」變項頗有相關；第三個區別函數則與「個人標準」關係密切，因此可命名第一個區別函數為「講求精確」，第二個區別函數命名為「內外壓力」，第三個區別函數命名為「自我要求」，這三個區別函數對四種完美主義

類型具有預測力。接著利用分析第一組樣本所得之區別函數，投入第二組樣本測驗資料進行集群判別，再將判別結果與原分類結果做比較，計算結果相同率以驗證集群分析結果穩定性。表 7 為其結果摘要，觀察可以得知總體正確分類率達 90.43%，顯現此分類區別力頗佳，亦高於隨機分組比例。

表 6

完美主義各分量表對不同完美主義類型之區別分析摘要表

分量表名稱	標準化典型係數			結構係數			未標準化區別係數		
	第一函數	第二函數	第三函數	第一函數	第二函數	第三函數	第一函數	第二函數	第三函數
講求精確與組織	.13	.86	.28	.90(*)	-.09	-.40	.04	.23	.08
在意錯誤	.88	-.08	-.44	.24	.84(*)	.44	.23	-.02	-.12
父母期待與批評	.33	-.50	.82	.28	.47(*)	.09	.08	-.12	.20
個人標準	.16	.24	-.02	.40	-.32	.86(*)	.06	.09	-.01

第一個區別係數： $\lambda = 2.42$ ， $Wilks' \lambda = .11$ ， $\chi^2 = 379.87$ ， $p < .001$
 第二個區別係數： $\lambda = 1.17$ ， $Wilks' \lambda = .37$ ， $\chi^2 = 169.73$ ， $p < .001$
 第三個區別係數： $\lambda = .24$ ， $Wilks' \lambda = .81$ ， $\chi^2 = 37.02$ ， $p < .001$

註：*表示區別變項與標準化典型區別函數的相關值較大者，亦表示此辨識和區別函數相關性越高，對區別函數影響力較大。

表 7

第二組樣本不同完美主義類型分類正確率摘要表

分類名稱	實際分類數	區別預測結果分類個數（百分比）			
		非適應型 非完美主義	非適應型 完美主義	適應型 完美主義	適應型 非完美主義
非適應型 非完美主義	49	49(100%)	0	0	0
非適應型 完美主義	38	1(2.63%)	37(97.37%)	0	0
適應型 完美主義	56	3(5.36%)	0	50(89.29%)	3(5.36%)
適應型 非完美主義	32	0	0	1(3.13%)	31(96.88%)

總預測正確率：90.43%



由以上分析可知：以臺中市為例，國中資優生的完美主義類型可分為四類：「非適應型非完美主義」、「非適應型完美主義」、「適應型完美主義」與「適應型非完美主義」。「非適應型非完美主義」係指該生對自己並無完美主義之要求，但感受到「父母期待與批評」壓力而必須「在意錯誤」，自我要求與外在要求不一致者；「非適應型完美主義」係指該生「講求精確與組織」並且有高「個人標準」，同時感受到「父母期待與批評」壓力而最「在意錯誤」，自我要求與外在要求感受皆高的完美主義類型；「適應型完美主義」係指該生為「講求精確與組織」並且有高「個人標準」之完美主義者，但對於「父母期待與批評」壓力感受較少故合理「在意錯誤」，自我要求高但外在壓力小；「適應型非完美主義」則是四個分量表得分皆低，自我要求與外在要求也一致皆低的類型。

分出四類完美主義類型的研究結果，同於 Dixon 等人(2004)針對資優青少年的調查，也同於 Wang 等人(2007)對臺灣大學生、陳鈞屏(2008)與顏秀鳳(2009)對國中普通生的研究結果，不過不同於蔡敏瑛(2010)對高雄市資優生的調查，以及國外對資優生的完美主義分類(Chan, 2010, 2012; Parker, 2000; Schuler, 2000)。思考原因，分類結果可能受到抽樣對象、抽樣地區、測量工具等因素的影響。如從抽樣對象分析之，針對資優青少年者以區分出三類為多；如從抽樣地區分析之，國內研究則多分出四類的結果。如果考量工具因素，國內完美主義類型的研​​究多使用「幾近完美主義量表修訂版(APS-R)」中文版，唯蔡敏瑛(2010)改編多向度完美主義量表

(MPS-R)使用，但研究者採蔡改編之量表進行調查與分類，卻也分出四類，所以完美主義類型分類數的不同可能並非測量工具差異所致。不過，由於集群數目的決定經常是見仁見智，較屬於試探性方法(吳明隆, 2008; 陳正昌等人, 2005)，因此分類上有不同的結果是可能的，也因此對資優生完美主義類型的分類上，尚需更多實徵資料。

四類完美主義類型中，以「適應型完美主義」比例最高(32%)，「非適應型非完美主義」次之(27%)，「非適應型完美主義」又次之(22%)，「適應型非完美主義」最低(19%)。與國外 Dixon 等人(2004)針對資優生完美主義類型的研​​究結果相對照，四類完美主義其特質大致各有對應之類型，不過相較於國外，我國「非適應型非完美主義者」與「非適應型完美主義者」比例較高，「適應型非完美主義者」比例較低，推測與華人文化中，父母對孩子有較高期待與要求有關，尤其面對資優學生，國內父母更容易有「望子成龍，望女成鳳」的想法與心態，因此讓資優生不論完美主義與否，皆容易成為擔負外在壓力的「非適應型」。

若與國內研究者陳鈞屏(2008)、顏秀鳳(2009)的研​​究結果相互對照，則會發現資優生在完美主義類型分布比例上與前者的調查結果較為接近，與後者調查結果有較大差異，推究與抽樣地區存在城鄉差距有關。

(二) 國中資優學生的生活壓力

係指國中資優生在生活壓力問卷上「主觀生活壓力」部分的填答結果，由於單題得分介於 0 分到 4 分之間，2 分為各



題項得分中間值。由表 8 可以發現，臺中市國中資優學生生活壓力平均值為 1.22，各壓力層面單題平均得分在 .84 到 1.64 之間，因此臺中市國中資優學生平均生活壓力介於「沒有困擾」到「很少困擾」之間，其中「學校生活壓力」與「身心發展壓力」較高，「家庭生活壓力」與「同儕人際壓力」較低。國內教育制度中，國中階段學生面臨升學考試，必須同時承受家長期待與個

人期許帶來的壓力，推測因此感覺「學校生活壓力」最為沉重。過去學者研究國小與國中資優生，皆發現資優生自我期許壓力頗高（朱珮綺，2007；許金水，2010；孫瑜成，2004；蔡靜宜，2006），本研究將「自我期許壓力」歸類於「身心發展壓力」面向，所以資優生「身心發展壓力」感受高，可能是因為自我期許壓力高所導致。

表 8

國中資優學生各面向與整體生活壓力之描述統計摘要表(N = 351)

壓力面向	平均數	標準差	題數	單題平均得分
家庭生活壓力	12.60	7.71	13	.97
學校生活壓力	21.31	9.13	13	1.64
同儕人際壓力	8.40	6.64	10	.84
身心發展壓力	14.81	9.22	11	1.35
整體生活壓力	57.12	25.43	47	1.22

（三）國中資優學生的幸福感

表 9 為國中資優學生在幸福感量表得分狀況之描述統計表。由於幸福感量表各單題計分介於 1~6 分之間，中間值為 3.50 分，所以由表 9 可知，臺中市國中資優學生其幸福感受傾向幸福。其中「生活滿意度」得分最高，「整體情緒」次之，「身心健康」幸福感最低，不過皆高於選項中間值。

二、不同完美主義類型的國中資優生生活壓力與幸福感之差異情形

（一）不同完美主義類型的國中資優生生活壓力之差異情形

研究者以單因子變異數分析分別了解不同完美主義類型學生在各生活壓力層面感受是否有差異，表 10 為摘要結果。

表 10 中，由於生活壓力各分量表與整體生活壓力其 Levene F 值皆未達 $\alpha = .05$

的顯著水準，因此採用 Scheffé 法進行事後比較。以臺中市為例，不同完美主義類型的國中資優生其生活壓力感受有部分差異。

「非適應型非完美主義者」在「家庭生活壓力」則明顯高於其他類型的學生，「非適應型完美主義」資優生則在「整體生活壓力」與「家庭生活壓力」、「學校生活壓力」與「身心發展壓力」感受都較高，此結果呼應文獻探討結果中各完美主義類型特質，唯「同儕人際壓力」上，不同完美主義類型之國中資優生壓力感受無太大差異。

（二）不同完美主義類型的國中資優生其幸福感之差異情形

研究者以單因子變異數分析方式考驗不同完美主義類型的國中資優生其幸福感受之差異情形，表 11 為分析摘要結果。



表 9

國中資優學生整體與各層面幸福感之描述統計摘要表(N=351)

幸福感面向	平均數	標準差	題數	單題平均得分
生活滿意度	18.70	3.92	4	4.68
身心健康	15.30	4.36	4	3.83
整體情緒	38.38	7.90	9	4.26
整體幸福感	72.38	13.63	17	4.26

表 10

不同完美主義類型在生活壓力整體與各分量表之變異數分析摘要表

生活壓力	變異來源	平方和 (SS)	自由度 (df)	平均平方和 (MS)	F 檢定	事後比較 (Scheffé 法)
家庭生活	組間	1,996.49	3	665.50	12.27***	A>B ; A>D ; B>C ; B>D
	組內	18,821.28	347	54.24		
	總和	20,817.77	350			
學校生活	組間	1,111.63	3	370.54	4.58**	B>C
	組內	28,059.38	347	80.86		
	總和	29,171.01	350			
同儕人際	組間	230.35	3	76.78	1.76	
	組內	15,182.92	347	43.76		
	總和	15,413.27	350			
身心發展	組間	1,846.83	3	615.61	7.66***	B>C ; B>D
	組內	27,886.14	347	80.36		
	總和	29,732.97	350			
整體壓力	組間	15,664.43	3	5,221.48	8.60***	B>C ; B>D
	組內	210,652.63	347	607.07		
	總和	226,317.05	350			

註：A：非適應型非完美主義；B：非適應型完美主義；C：適應型完美主義；D：適應型非完美主義。

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

由於組別母群體皆違反變異數同質性的假設，因此皆採用 Tamhene's T2 法進行事後比較。由表 11 可知，不同完美主義類型的臺中市國中資優生的幸福感受有部分差異。由整體幸福感觀之，不論完美主義與否，「適應型」學生皆高於「非適應型」學生，而「整體情緒」層面大抵亦然；在「生活滿意度」層面，「適應型完美主義」者也高於「非適應型」；「身心健康」層面上，「適應型完美主義」者感受也比「非適應型非完美主義」者為佳。

值得注意的是：「適應型完美主義」與「適應型非完美主義」學生整體幸福感皆高於「非適應型」。由此可見，完美主義者雖對自身有高標準，但不見得影響幸福感受。推究其原因，可能幸福感受也與外在成就以及如何看待自己的標準有關係，也許高外在期待壓力可能造成完美主義資優生對自己要求更高、非完美主義資優生感受到內外不一致的標準，因此反而更容易降低幸福感受，造成不適應的結果。



表 11

不同完美主義類型在幸福感整體與各分量表之變異數分析摘要表

幸福感面向	變異來源	平方和 (SS)	自由度 (df)	平均平方和 (MS)	F 檢定	事後比較 (Tamhane's T2 法)
生活滿意度	組間	450.13	3	150.05	10.56***	C>A ; C>B
	組內	4,928.78	347	14.20		
	總和	5,378.92	350			
身心健康	組間	263.51	3	87.84	4.78***	C>A
	組內	6,374.84	347	18.37		
	總和	6,638.35	350			
整體情緒	組間	2121.69	3	707.23	12.46**	C>A ; C>B ; D>B
	組內	19,695.20	347	56.76		
	總和	21,816.89	350			
整體幸福感	組間	6,716.33	3	2,238.78	13.32***	C>A ; C>B ; D>A ; D>B
	組內	58,307.03	347	168.03		
	總和	65,023.36	350			

註：A：非適應型非完美主義；B：非適應型完美主義；C：適應型完美主義；D：適應型非完美主義。

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

此結果不同於陳鈞屏(2008)調查臺南縣國中普通生與顏秀鳳(2009)調查彰化縣國中普通生的研究結果，推究其原因，可能與抽樣樣本特質差異有關聯。可能與調查樣本特質差異有關。Compton (2001)曾指出，幸福感與自我實現感、自我價值感有關，資優生學習事物速度快，學習潛力佳，因此即便本身屬非完美主義者，適應外在環境的速度與成就水準應仍不致表現太差，外在壓力感受相對較小，因此在整體幸福感受評估上，不會有太低分的表現。但相同條件下，普通生則可能無法達到一般成就水準，影響其對自身的認知，進而影響幸福感受。當然此推論尚須有更多相關研究加以驗證，例如比較國中資優生與普通生學業成就或與自尊、自我效能的關聯性，或許能對此推論提供進一步的資料驗證。

另外，「適應型完美主義者」雖具完美主義，但「學校生活壓力」最小，「整體生活壓力」也偏低，「整體幸福感」得分最高；「非適應型完美主義者」也具完美主義，但「整體生活壓力」最高，「整體幸福感」感受最低；「適應型非完美主義者」與「非適應型非完美主義者」雖都不具完美主義，但「家庭生活壓力」感受上明顯不同，「整體幸福感」也有明顯差異。由此可知具完美主義的國中資優生幸福感受兩極，不具完美主義國中資優生，亦因外在壓力不同影響其幸福感受。在資優學生完美主義類型的分類與命名上，研究者依據文獻探討結果以「完美主義與否」與「生活適應與否」做為區分學生的軸度，由生活壓力感受與幸福感受的比較結果可以得知，此完美主義類型命名方式的確可以反應各類資優學生心理適應情形。



三、國中資優生的完美主義類型、生活壓力對幸福感的預測作用

研究者在此採逐步迴歸分析法探究背景變項、完美主義類型與各層面生活壓力對幸福感的預測作用。迴歸分析的基本假設包含：(1)變項間為線性關係、(2)殘差等分散性(homoscedasticity)、(3)殘差獨立性(independence)、(4)殘差為常態分配(normality) (吳明隆、涂金堂, 2005; 陳正昌等人, 2005; Hair, Black, Babin, & Anderson, 2010)。其中第一點為基本假設; 第二點可由觀察標準化殘差值與預測值交叉散布圖(圖 1), 得知樣本觀察值大致符合等分散性的假設; 殘差獨立性檢核上, 雖 Durbin-Watson 檢定值為 1.80 與 2 稍有差距, 不過由於本樣本觀察值非時間數列資料, 所以可以忽略不加以考慮(陳正昌等人, 2005); 由觀察標準化之殘差常態機率分布圖(圖 2), 我們也可以發現樣本觀察值大致符合常態分配。

研究者再分別以「女生」、「三年級」、「適應型非完美主義」做為參照組, 將性別、年級與完美主義類型等間斷資料轉化成虛擬變項後, 與生活壓力各層面、幸福感進行相關比較, 以了解其相關性。預計投入逐步迴歸分析之預測變項共有十個(組)。為避免共線性影響迴歸模式穩定性, 預測變項間最好不要有太高相關(陳正昌等人, 2005)。共線性診斷指標有下列幾點: (1)預測變項間相關高於.80; (2)VIF 值大於 5; (3)條件指標(condition index)值大於 30; (4)同時有兩個變項在同一特徵值的變異數比例高於.70 以上(Baron & Kenny, 1986)。由表 12, 我們可以觀察各預測變項間相關絕對值最高為.57, 未達.80。

表 13 列出各預測變項之共線性判斷參數, 由表可知各預測變項 VIF 最高為

1.39 < 5; 條件指標為 7.15 < 30; 且檢視相關矩陣, 未同時有兩個變項在同一特徵值的變異數比例高於.70 以上。表示迴歸分析中各預測變項應無共線問題, 各變項間的關係可以線性分析模式分析之。

由表 14, 我們可以得知: 「身心發展壓力」、「男——女」對照組、「適應完美——適應非完美主義」對照組、「二——三年級」對照組與「家庭生活壓力」對幸福感皆有顯著預測力。其中最具有預測力的為「身心發展壓力」, 預測力為 20%, 接下來依序投入「男——女」、「適應型完美主義——適應型非完美主義對照組」、「二——三年級對照組」與「家庭生活壓力」預測變項加以聯合預測, 預測力可逐步提升至 26%、28%、30% 及 31%; 十個預測變項對幸福感總預測力則為 32%。另外, 由 β 值我們可以得知, 除「適應型完美主義——適應型非完美主義」對照組的預測變項與幸福感受有正相關之外, 其餘皆為負相關。

由以上分析結果, 我們可以得知: 性別、年級、完美主義類型與各層面生活壓力對國中資優生幸福感受皆有部分預測力。相較於其他層面生活壓力, 「身心發展壓力」與「家庭生活壓力」對幸福感預測力較佳。此結果可呼應資優生「身心發展壓力」較大, 以及「非適應型非完美主義」資優生雖不具完美主義, 幸福感受依然偏低的分析結果。不過十個預測變項對幸福感總預測力為 32%, 因此影響幸福感受的因素可能還有其他。對照文獻探討, 亦可得知幸福感的內涵包括對個體生活情形的評估與身心健康覺知等, 並非純粹主觀生活壓力可以直接連結, 因此日後進行相關研究時, 可再加進上述變項進行分析, 或可提高總預測力。



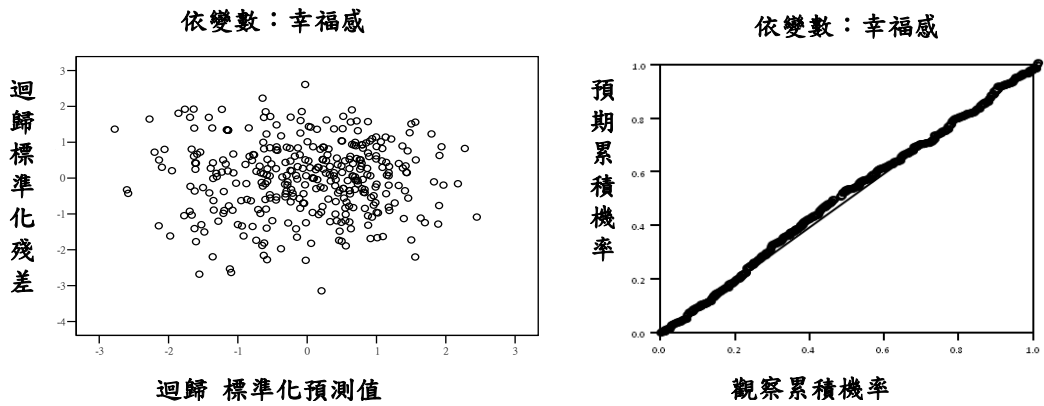


圖1 標準化殘差值與預測值交叉散布圖。

圖2 標準化之殘差常態機率分布圖。

表 12

各預測變項與幸福感之 Pearson 相關表

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K
A	1.00										
B	-.08	1.00									
C	.13**	-.06	1.00								
D	-.08	.04	-.37***	1.00							
E	-.13**	.09*	-.06	.18***	1.00						
F	-.23***	.03	.03	-.09*	-.32***	1.00					
G	.26***	-.18***	.07	-.10*	-.42***	-.37***	1.00				
H	-.33***	-.05	-.12*	.06	.23***	.12*	-.19***	1.00			
I	-.25***	-.22***	-.10**	-.04	.02	.18***	-.13**	.51***	1.00		
J	-.30***	-.05	-.09	-.13**	-.02	.11*	-.02	.42***	.40	1.00	
K	-.45***	-.30***	-.11*	-.14**	.04	.22***	-.11*	.41***	.57***	.48***	1.00

註：A 因子：幸福感；B 因子：男——女；C 因子：一——三年級；D 因子：二——三年級；
 E 因子：非適應型非完美主義——適應型非完美主義；F 因子：非適應型完美主義——
 適應型非完美主義；G 因子：適應型完美主義——適應型非完美主義；H 因子：家庭生
 活壓力；I 因子：學校生活壓力；J 因子：同儕人際壓力；K 因子：身心發展壓力；
 * $p < .05$. ** $p < .01$. *** $p < .001$.

表 13

具預測力預測變項共線性參數一覽表

順序	進入變項	VIF	條件指標
1	身心發展壓力	1.388	2.189
2	男——女	1.161	2.435
3	適應完美——適應非完美	1.102	2.688
4	二——三年級	1.048	5.014
5	家庭生活壓力	1.254	7.148



表 14

背景變項、完美主義類型與生活壓力之逐步迴歸分析結果摘要表

順序	進入變項	多元相關 係數(R)	決定係 數(R^2)	R^2 改變量	F 值 改變量	F 值	β
1	身心發展壓力	.45(a)	.20	.20	89.47***	89.47***	-.46
2	男——女	.51(b)	.26	.05	23.74***	59.52***	-.20
3	適應完美——適應非完美	.53(c)	.28	.03	12.28**	45.06***	.13
4	二——三年級	.54(d)	.30	.02	7.74**	36.38***	-.12
5	家庭生活壓力	.55(e)	.31	.01	5.46*	30.57***	-.12

註：十個預測變項與依變項多元相關 $R = .57$ ， $R^2 = .32$

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

四、國中資優生的完美主義類型在生活壓力與幸福感之間的調節作用

欲了解完美主義類型在生活壓力與幸福感受之間扮演的角色為何，驗證調節作用會較中介作用合適，並且完美主義類型宜以「調節變項」的概念理解，採階層迴歸分析法考驗其調節作用（胡龍騰、黃瑋瑩、潘中道，2000；羅勝強、姜燕，2008；Baron & Kenny, 1986）。統計分析前先檢驗樣本觀察值是否適用迴歸分析。觀察圖 3 與圖 4，以及由於本樣本觀察值非時間數列資料，可以忽略 Durbin-Watson 檢定值為 1.77 與 2 稍有差距的情形，故樣本觀察值符合迴歸分析之假設前提。又預測變項與上節稍有不同，所以在此再就預測變項間是否有共線性問題做一檢核。

由表 15，我們可以觀察各預測變項間相關最高為.42，未達.80；表 16 列出各具預測力變項之共線性判斷參數，由彼可知各預測變項 VIF 最高為 $1.89 < 5$ ；條件指

標為 $9.12 < 30$ ；檢視相關矩陣，未同時有兩個變項在同一特徵值的變異數比例高於.70 以上。表示各預測變項應無共線問題。

因此，各變項間的關係可以線性分析模式分析之。接著以階層分析法檢驗完美主義類型是否具調節作用。為避免多元共線性(multi-collinearity)，故在將完美主義轉為虛擬變項後，與生活壓力皆化為標準分數；因需觀察完美主義類型與生活壓力之交互作用是否對幸福感有解釋力，所以再將標準化後的完美主義類型與生活壓力相乘，以進入階層迴歸模式中（羅勝強、姜燕，2008）。分析結果列於表 17，由第四階層迴歸分析結果中，我們可以觀察到從第三到四階層的解釋改變量有顯著差異，顯示完美主義類型與生活壓力的交互作用對幸福感具解釋效力。因此我們可以推論：完美主義類型在生活壓力與幸福感的關係之間，具有調節作用。



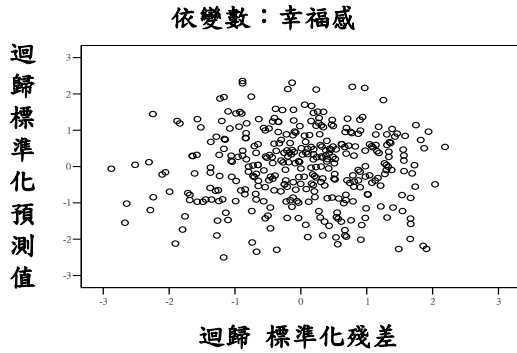


圖3 標準化殘差值與預測值交叉散佈圖。

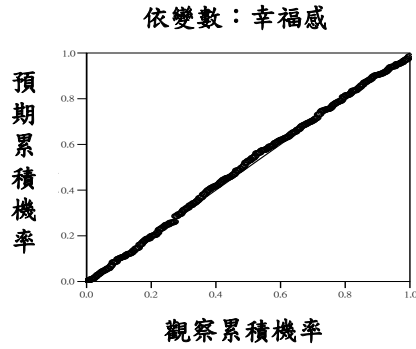


圖4 標準化之殘差常態機率分布圖。

表 15

幸福感與各相關變項 Pearson 相關表

	幸福感	生活壓力	男——女	一——三年級	二——三年級	非適應非完美	非適應完美	適應非完美	適應完美
幸福感	1.00								
生活壓力	-.43**	1.00							
男——女	-.08	-.22**	1.00						
一——三年級	.13*	-.13*	-.06	1.00					
二——三年級	-.08	-.08	.04	-.37**	1.00				
非適應非完美——適應非完美	-.13*	.09	.09	-.06	.18**	1.00			
非適應完美——適應非完美	-.23**	.21**	.03	.03	-.09	-.32**	1.00		
適應完美——適應非完美	.26**	-.15**	-.18**	.07	-.10	-.42**	-.37**	1.00	

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

表 16

各預測變項共線性參數一覽表

進入變項	VIF	條件指標
男——女	1.11	1.82
一——三年級	1.21	1.96
二——三年級	1.23	2.15
生活壓力	1.20	2.87
非適應非完美——適應非完美	1.85	3.07
非適應完美——適應非完美	1.78	5.16
適應完美——適應非完美	1.89	9.12



因此，各變項間的關係可以線性分析模式分析之。接著以階層分析法檢驗完美主義類型是否具調節作用。為避免多元共線性，故在將完美主義轉為虛擬變項後，與生活壓力皆化為標準分數；因需觀察完美主義類型與生活壓力之交互作用是否對幸福感有解釋力，所以再將標準化後的完美主義類型與生活壓力相乘，以進入階層

迴歸模式中（羅勝強、姜燕，2008）。分析結果列於表 17，由第四階層迴歸分析結果中，我們可以觀察到從第三到四階層的解釋改變量有顯著差異，顯示完美主義類型與生活壓力的交互作用對幸福感具解釋效力。因此我們可以推論：完美主義類型在生活壓力與幸福感的關係之間，具有調節作用。

表 17

完美主義類型對生活壓力與幸福感之調節效果的階層迴歸分析表

研究變項	幸福感(β)			
	M1	M2	M3	M4
控制變項				
性別(男——女)	-.07	-.18***	-.14**	-.14**
一——三年級	.11	.01	.03	.02
二——三年級	-.04	-.11*	-.09	-.10
預測變項				
生活壓力		-.48***	-.42***	-.41***
調節變項				
非適應非完美——適應非完美			-.09	-.10
非適應完美——適應非完美			-.15*	-.12
適應完美——適應非完美			.07	.06
交互作用				
生活壓力×非適應非完美——適應非完美				.06
生活壓力×非適應完美——適應非完美				-.11
生活壓力×適應完美——適應非完美				-.01
R^2	.02	.23	.26	.28
ΔR^2	.02	.21	.03	.02
ΔF	2.71*	93.41***	5.27**	3.03*
	($p = .05$)	($p = .00$)	($p = .00$)	($p = .03$)

註：M1、M2、M3、M4 代表各階層。

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

為進一步了解類別變項在解釋依變數時具有怎樣的調節能力，因此針對生活壓力對幸福感的預測，分別就「非適應型非完美主義——適應型非完美主義」、「非適應型完美主義——適應型非完美主義」、「適應型完美主義——適應型非完美

主義」三組對照組進行迴歸分析，分析資料如表 18 所示。事後考驗摘要資料顯示，若以「適應型非完美主義者」為參照組，各種完美主義類型其生活壓力與幸福感受的線性函數 B 值（或 β 值）皆為負數，表示相對於「適應型非完美主義者」，其他完



美主義類型的國中資優生越容易受生活壓力影響幸福感受。

又 B 值 (或 β 值) 互有不同, 表示各完美主義類型的學生其幸福感受受生活壓力影響程度不同, 其中「非適應型完美主義——適應型非完美主義」、「適應型完美主義——適應型非完美主義」兩組斜率絕對值較大, 或許代表完美主義者被生活壓力感受影響幸福感受的程度較高。此結果可能與資優生過度激動特質有關 (Patel, 2009; Perrone-McGovern et al., 2015)。由此可知: 對不同完美主義類型的國中資優

生來說, 生活壓力對其幸福感受影響不同。部分呼應楊宏飛與姜美義 (2008)、楊美華 (2005) 的研究結果。影響性不同或許與各類型學生完美主義特質不同, 導致壓力感受不同有關 (Chang et al., 2004; Hewitt et al., 1996)。又完美主義中不同特質能正負向影響情緒或生活滿意度 (沈婉鈴, 2010; 林俊德, 2000; 董月華, 2006; Chan, 2007; Hewitt et al., 1996), 因此不同完美主義類型國中資優生可能有不同壓力感受性, 也造成幸福感受的差異。

表 18

完美主義類型對生活壓力與幸福感之調節作用的事後考驗摘要表

完美主義類型	常數	未經標準化係數		標準化係數	模型摘要		顯著性 (p)
		B	標準誤	β	R^2	F	
非適應非完美 ——適應非完美	76.40	-.12	.05	-.25	.06	5.93	.02
非適應完美 ——適應非完美	87.98	-.32	.06	-.54	.29	29.89	.00
適應完美 ——適應非完美	87.72	-.20	.04	-.40	.16	21.66	.00

綜合上述, 我們可以了解, 完美主義類型在生活壓力與幸福感之間具有顯著調節作用, 亦即以臺中市為例, 不同完美主義類型的國中資優生, 其生活壓力與幸福感之間的關聯性會有所差異。不過由於生活壓力與完美主義類型交互作用對幸福感的解釋量並不多 ($\Delta R^2 = .19$), 因此可在未來新增其他調節變項加以分析, 新增變項可考慮壓力因應策略 (呂敏昌, 1993; 沈婉鈴, 2010; 許嘉容, 2006; 楊美華, 2005)、自我效能 (Chan, 2007), 或情緒調節策略 (Perrone-McGovern et al., 2015)。

伍、結論與建議

一、研究結論

(一) 國中資優學生完美主義類型可分為四種。且以「適應型完美主義」為最多以臺中市為例, 國中資優生的完美主義類型約可分為四類: 「非適應型非完美主義」(27%)、「非適應型完美主義」(22%)、「適應型完美主義」(32%)、「適應型非完美主義」(19%)。「非適應型非完美主義」係指該生對自己並無完美主義之要求, 但



感受到「父母期待與批評」壓力而必須「在意錯誤」，自我要求與外在要求不一致者；「非適應型完美主義」係指該生「講求精確與組織」並且有高「個人標準」，同時感受到「父母期待與批評」壓力而最「在意錯誤」，自我要求與外在要求感受皆高的完美主義類型；「適應型完美主義」係指該生為「講求精確與組織」並且有高「個人標準」之完美主義者，但對於「父母期待與批評」壓力感受較少故合理「在意錯誤」，自我要求高但外在壓力小；「適應型非完美主義」則是四個分量表得分皆低，並且自我要求與外在要求一致皆低的類型。比例分布上，「適應型完美主義」最多。

(二) 國中資優學生的生活壓力感知以「學校生活壓力」最高，其次為「身心發展壓力」；整體幸福感受傾向幸福

臺中市國中資優學生生活壓力介於「沒有困擾」到「很少困擾」之間，其中「學校生活壓力」與「身心發展壓力」較高，「家庭生活壓力」與「同儕人際壓力」較低。國內教育制度中，國中階段學生必須同時承受升學考試與家長期待的壓力，推測因此感覺「學校生活壓力」最為沉重。又「身心發展壓力」感受也頗高，可能因為資優生容易感受到自我期許壓力有關。

臺中市國中資優學生幸福感受傾向幸福，其中「生活滿意度」得分最高，「整體情緒」次之，「身心健康」幸福感最低，不過得分皆高於選項中間值。

(三) 不同完美主義類型的國中資優生其生活壓力感受有部分差異

「非適應型完美主義者」確實承受較高的生活壓力，「非適應型非完美主義者」則明顯在「家庭生活壓力」層面上感受較

高。完美主義資優生的「學校生活壓力」感受兩極，而「非適應型完美主義」國中資優生「身心發展壓力」感受顯著偏高。另外，不論是否具完美主義傾向，「家庭生活壓力」都可能造成國中資優生非適應的結果。

(四) 不同完美主義類型的國中資優生幸福感受有部分差異

不論由整體或各分面向幸福感觀之，大致上適應型學生高於非適應型學生。由此可以推論，完美主義者雖對自身有高標準，但不見得影響幸福感受。可能因為幸福感受也與外在成就、自我實現感、自我價值感有關係，因此幸福與否不完全以完美主義與否為判斷標準。對照各完美主義類型生活壓力感受情形，可以發現反而高外在期待壓力可能造成完美主義資優生對自己要求更高、非完美主義資優生感受到內外不一致的標準，更容易降低幸福感受，造成不適應的結果。

(五) 性別、年級、完美主義類型與生活壓力對國中資優生幸福感受皆有部分預測力

本研究發現針對國中資優生的幸福感受，最有預測力者為「身心發展壓力」，預測力為 20%，接下來依序投入「男——女」、「適應型完美主義——適應型非完美主義型對照組」、「二——三年級對照組」與「家庭生活壓力」預測變項加以聯合預測，預測力可逐步提升至 26%、28%、30% 及 31%；十個預測變項對幸福感總預測力為 32%。



(六) 完美主義類型在國中資優生生活壓力與幸福感之間具有調節作用

以臺中市為例，國中資優生之完美主義類型在生活壓力與幸福感之間，具有調節作用，亦即不同完美主義類型的國中資優生生活壓力與幸福感之間的關聯性會有所差異。壓力感受是主觀的，不同完美主義類型的國中資優生完美主義特質不同，被壓力感影響幸福感的程度也因而相異。

二、研究建議

(一) 資優教育相關建議

1. 社會文化應正向看待完美主義特質與重視資優生獨特之處

資優生較易傾向完美主義，本研究顯示具完美主義的資優國中生不一定伴隨高生活壓力，也不一定伴隨低幸福感受。但資優生有其特別的學習或身心需求，教育現場裡，教師易因一味要求學業成就或資優生「夠聰明」、「應學習如何適應普通環境」而忽略其獨特性，使資優生對己懷疑，產生自我認同的危機，增加身心發展壓力。

另外，只要是「適應型完美主義者」，即使具有完美主義也可以有高幸福感受，所以資優教育者應留意正向輔導學生的完美主義特質，使其發展成「適應型完美主義」。教育相關單位也應正視資優生此類少數族群，為資優教師保留教學彈性空間，促發教師重視資優生的獨特需求，發展適性教育。

2. 學校應加強親職教育以輔導資優生家長學習與資優孩子相處之道

本研究顯示對國中資優生而言，不管是否為完美主義者，「父母期待與批評」與「家庭生活壓力」都容易造成其身心不適應的結果。資優生的家長容易對孩子設立

過高期待，經常誤判正常表現的資優生為「未盡全力」或「低成就」，又資優生比起普通生更容易受到師長態度影響，因此學校宜多舉辦親師交流會與家長座談，協助資優家長正確認識「資優」頭銜，學習因應「家有資優兒」帶來的特別挑戰。

3. 資優教師應強化自身專業並注意班級經營以為資優生設計個別化課程

部分資優生課堂行為問題其實源自於課程內容太過簡單或重複太多，此亦可能影響資優生對己成就表現的目標設定習慣。資優教師除應具有自身學科專業之外，更應具備資優教育專業知能，才能視學生個別學習情形給予適性學習材料，配合資優生身心獨特需求，教導其「如何思考」，而非只是填鴨知識的傳授。如此必能提升資優生學習興趣，降低「學校生活壓力」。除此之外，資優教師也應注意班級風氣的經營，引導普通生對資優生合理期待與要求，留意性別刻板印象對資優女生可能的影響，皆有助於資優生降低「學校生活壓力」與「身心發展壓力」。

(二) 資優輔導相關建議

1. 增加資優生自我探索課程以協助資優生了解自我

資優者很小就會感受到己身與他人的不同，然在成長過程中可能會被週遭環境的「大眾文化」所影響，產生對自己的懷疑與無價值感。有些資優者因敏察外界期待或因「資優」頭銜不斷要求自己、在意錯誤，而造成無法適應的結果。因此學校輔導人員應設計資優生自我探索課程，協助資優生澄清「資優」頭銜對自己的意義，了解自己的優缺點並欣賞自己的特質，學



習對自己設立合理目標，清楚自己設立目標的動機而不是迎合外界期待。

2. 針對資優生舉辦小團體以協助資優同儕經驗交流

比起普通生，資優生更傾向於保護自己，資優青少年更是如此。平常時候，國中資優生難有機會在安全、開放的氣氛中，真誠袒露自身具特殊性的經驗與困擾，因此針對國中資優生舉辦小團體，或針對特定主題討論或單純情緒支持，都能提供資優生與資優同儕情緒感受交流分享的機會。例如以「如何克服完美主義的困擾」為主題，邀請「適應型完美主義者」與「非適應型完美主義者」擔任成員，經由團體帶領技巧讓適應型成員分享因應經驗與心路歷程，非適應型成員透過普同感的建立得到支持，進而學習完美主義因應技巧。

3. 評估非適應型國中資優生以進行個別諮商以協助生活適應

「非適應型完美主義」與「非適應型非完美主義」國中資優生其生活適應雖然皆較差，但原因可能有所不同，宜針對個別差異進行協助：針對「非適應型完美主義者」諮商重點應著重於如何為己設立合理標準、破除不合理信念、知道「何時停止」與「正向看待外界期待」；與「非適應型非完美主義」學生進行諮商工作時，則宜著重如何調節內心衝突與矛盾，降低不一致感受，才能提升其幸福感。輔導人員可事先評估國中資優生完美主義傾向，以此篩選容易適應困難的學生，或在學生適應發生困難時，幫助諮商歷程更順利開展。

4. 留意完美主義特質偏向並同步增進其他生活適應心理特質

本研究顯示「非適應型完美主義者」與「適應型完美主義者」幸福感受兩極，又完美主義類型在生活壓力與幸福感受間具有調節作用，不同完美主義類型學生面對同等生活壓力有不同幸福感受，可能與各類型學生面對挑戰與挫折時，自我批評程度不同有關。因此面對完美主義資優生時，輔導人員除協助調整負向完美主義特質之外，亦可同步加強其自尊、自我效能感，或壓力因應策略，協助具完美主義傾向的資優生提升幸福感受。

5. 加強生涯諮商與輔導以減低資優生生涯發展壓力

除「學校生活壓力」之外，國中資優生感受到較高之「身心發展壓力」，推測與自我期許、自我認同、對升學選擇感到迷惘有關，資優生身心發展不同步的特質及多元潛能，有時也會帶來不知如何選擇的困擾，如又具完美主義傾向，更會為自己帶來如何選「最好」的壓力。輔導諮商人員應協助資優生了解自我，破除社會刻板印象，了解升學資訊，增加其對自己選擇的肯定感，也可提醒資優生，生涯徑路的選擇可以具有彈性，並非無法兼顧或轉換跑道。

(三) 未來研究相關建議

1. 擴展研究母群

本研究僅抽樣臺中市國中資優生，未來可將研究母群擴展至全國不同地區，年齡層亦可向下推展至國小，往上延伸至高中職甚至大學，或可有不同發現。另外亦可關注與普通生的差異，如此更能了解資優生之特殊性，給予適性教育輔導建議。



2. 增加研究變項

本研究僅探究國中資優生的完美主義類型、生活壓力與幸福感之關係，未來可以加入其他研究變項加以探討，如父母教養方式、自尊、自我效能、學業成就、壓力因應方式等，進一步進行變項間之相關研究，國中資優生完美主義類型與其他因素之關聯將能被更清楚描繪。

3. 變換研究方法

本研究採自陳問卷方式蒐集國中資優生心理資料，並皆以非自編量表作為測驗工具，難免自陳量表之測量誤差與不易了解質性變化的缺點。因此日後相關研究可增加開放式問答題或抽樣訪談各完美主義類型之國中資優生，又或可針對資優生進行縱貫研究，探究完美主義類型是否及如何產生變化。

4. 其他延伸研究

未來研究可再延伸如：探究完美主義構念中，「在意錯誤」得分與「父母期待與批評」、「個人標準」構念的關聯性；質性訪談了解國中資優生其完美主義如何形成，並探究「非適應型完美主義」與「非適應型非完美主義」成因與心理適應；或持續發展適合資優生的量測工具，並運用其再次驗證研究結果。另外，本研究指出國中資優生的完美主義類型在生活壓力與幸福感受之間具調節作用，但作用不大，因此後續研究者亦可深入理解完美主義類型在不同壓力層面的調節力，增進對完美主義類型在生活壓力與幸福感之間扮演角色的理解。

參考文獻

- 于漱(2007)。《*國中生社會支持與其健康相關生活品質之關係研究*》(未出版博士論文)。國立臺灣大學，臺北市。
- 王家強(2007)。《*國中資優生自我概念、生活滿意度與憂鬱傾向之研究*》(未出版碩士論文)。國立高雄師範大學，高雄市。
- 王淑棻(2009)。資優生情義特質的一體兩面。《*國小特殊教育*》，48，100—110。
- 朱珮綺(2007)。《*國小資優生完美主義傾向、生活壓力及其因應策略之相關研究*》(未出版碩士論文)。國立高雄師範大學，高雄市。
- 吳明隆(2008)。《*SPSS 操作與應用——多變量分析實務*》。臺北市：五南。
- 吳明隆、涂金堂(2006)。《*SPSS 統計應用分析(修訂版)*》。臺北市：五南。
- 呂敏昌(1993)。《*國中學生的生活壓力、因應方式與心理社會幸福感之關係*》(未出版碩士論文)。文化大學，臺北市。
- 李宏鎰(2003)。《*心理學*》。臺北市：鼎茂。
- 沈婉鈴(2010)。《*青少年雙向度完美主義、憂鬱情緒類型與正向情感之關係研究：以主觀成就壓力、因應策略為中介或*



- 調節變項(未出版碩士論文)。國立交通大學，新竹市。
- 林文聰(2004)。國中學生之家庭功能、學校適應與幸福感之相關研究(未出版碩士論文)。國立彰化師範大學，彰化市。
- 林俊德(2000)。完美主義及其因應之道。輔導通訊，63，43—47。
- 林寶貴、李旭原(2008)。特殊教育學名詞辭典(第三版)。臺北市：五南。
- 施建彬(1995)。幸福感來源與相關因素之探討(未出版碩士論文)。高雄醫學大學，高雄市。
- 施建彬、陸洛(譯)(1997)。幸福心理學(原作者：M. Argyle)。臺北市：巨流。(原著出版年：1987)
- 柯武宏(2009)。臺北縣國中美術資優班學生壓力來源與因應方式之研究(未出版碩士論文)。國立臺灣師範大學，臺北市。
- 洪福源、胡秀媛(2005)。完美主義的意義、測量與教育輔導上的應用。輔導季刊，41(4)，50—62。
- 胡龍騰、黃瑋瑩、潘中道(譯)(2000)。研究方法：步驟化學習指南(原作者：R. Kumar)。臺北市：學富文化。(原著出版年：1999)
- 孫瑜成(2004)。國中資優學生人格特質、壓力調適及其相關因素之研究(未出版博士論文)。國立彰化師範大學，彰化市。
- 張春興(1991)。現代心理學。臺北市：東華。
- 梁忠軒(2002)。國中生之幸福感研究(未出版碩士論文)。國立臺灣師範大學，臺北市。
- 許金水(2010)。國小藝術才能資優生生活壓力和因應策略之研究(未出版碩士論文)。國立花蓮教育大學，花蓮市。
- 許嘉容(2006)。高雄市國小資優生與普通生學校壓力、因應策略與學校適應之比較研究(未出版碩士論文)。國立高雄師範大學，高雄市。
- 郭靜姿(2000)。談資優學生的特殊適應問題輔導。資優教育季刊，75，1—6。
- 陳正昌、程炳林、陳新豐、劉子鍵(2005)。多變量分析方法：統計軟體應用。臺北市：五南。
- 陳佳雯(2009)。國中資優學生人格特質與輔導需求知相關研究(未出版碩士論文)。國立彰化師範大學，彰化市。
- 陳鈞屏(2008)。臺南縣國中生完美主義類型、學業表現與幸福感之相關研究(未出版碩士論文)。國立臺南師範大學，臺南市。



- 出版碩士論文)。高雄師範大學，高雄市。
- 陸洛(2005)。In pursuit of happiness: The cultural psychological study of SWB。中華心理學刊，47(2)，99—112。
- 曾建章(1996)。國中資優學生與普通學生之他人期望與壓力感受及成就動機之比較研究(未出版碩士論文)。國立彰化師範大學，彰化市。
- 馮麗君(2008)。國中生生活壓力、正向壓力因應策略與幸福感之關聯性研究(未出版碩士論文)。國立成功大學，臺南市。
- 黃春太(2010)。臺灣南部地區國中生的社經地位、社會資本、生活型態與幸福感之研究(未出版碩士論文)。國立臺灣師範大學，臺北市。
- 黃富廷(譯)(1999)。臺灣教師對資優教育的看法。資優教育季刊，71，30—36。
- 楊宏飛、姜美義(2008)。壓力對完美主義與生活滿意度的中介作用研究。中國臨床心理學雜誌，16(4)，372—375。
- 楊美華(2005)。完美主義性格與主觀壓力困擾、因應傾向及身心適應的關係(未出版碩士論文)。天主教輔仁大學，新北市。
- 董力華(2003)。大學生完美主義傾向及其相關因素研究(未出版博士論文)。國立高雄師範大學，高雄市。
- 董月華(2006)。完美主義研究述評。濟南大學學報，16(1)，73—75。
- 董月華、宋尙桂(2005)。大學生完美主義與自尊、主觀幸福感的關係。中國學校衛生，26(11)，916—917。
- 蔡敏瑛(2010)。不同完美主義類型國中資優生其父母教養方式與自我效能之差異研究。資優教育研究，10(1)，33—61。
- 蔡靜宜(2006)。臺北縣市資優生與普通生生活壓力與因應策略之研究(未出版碩士論文)。國立師範大學，臺北市。
- 鄭秀足(2004)。國中生生活壓力、自尊與偏差行為之相關研究(未出版碩士論文)。國立彰化師範大學，彰化市。
- 盧浩權(2005)。青少年網路沉迷現象與生活壓力、負面情緒之相關研究——以臺中市為例(未出版碩士論文)。靜宜大學，臺中市。
- 賴韻竹(2010)。自我評價歷程五向度模式初探及其對國中生幸福感的效果(未出版碩士論文)。玄奘大學，新竹市。
- 藍采風(2003)。全方位壓力管理。臺北市：幼獅。



- 顏秀鳳(2009)。國中學生完美主義、成就動機及幸福感之研究(未出版碩士論文)。大葉大學,彰化縣。
- 羅勝強、姜燕(2008)。調節變項與中介變項。載於陳曉萍、徐淑英、樊景立、鄭伯堉(主編), *組織與管理研究的實證方法*(頁 357—379)。臺北市:華泰。
- Achtziger, A. & Bayer U. C. (2013). Self-control mediates the link between perfectionism and stress. *Motivation and Emotion*, 37(3), 413-423.
- Baron, R. M. & Kenny, D. A. (1986). The moderator–mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173-1182.
- Burns, D. D. (1980). The perfectionist's script for self-defeat. *Psychology Today*, 13(11), 70-76.
- Callard-Szulgit, R. (2003). *Perfectionism and Gifted Children*. Lanham, MD: Scarecrow Education.
- Chan, D. W. (2007). Positive and negative perfectionism among Chinese gifted students in Hong Kong: Their relationships to general self-efficacy and subjective well-being. *Journal for the Education of the Gifted*, 31(1), 77-117.
- Chan, D. W. (2009). Dimensionality and typology of perfectionism: The use of the Frost Multidimensional Perfectionism Scale with Chinese gifted students in Hong Kong. *Gifted Child Quarterly*, 53(3), 174-187.
- Chan, D. W. (2010). Healthy and unhealthy perfectionists among academically gifted Chinese students in Hong Kong: Do different classification schemes make a difference? *Roeper Review*, 32, 88-97.
- Chan, D. W. (2012). Life satisfaction, happiness, and the growth mindset of healthy and unhealthy perfectionists among Hong-Kong Chinese gifted students. *Roeper Review*, 34, 224-233.
- 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.
- Chang, E. C. (2006). Perfectionism and dimensions of psychological well-being in a college student sample: A test of a stress-mediation model. *Journal of So*



- cial and Clinical Psychology*, 25(9), 1001-1022.
- Chang, E. C., Watkins, A., & Banks, K. H. (2004). How adaptive and maladaptive perfectionism relate to positive and negative psychological functioning: Testing a stress-mediation model in black and white female college students. *Journal of Counseling Psychology*, 51(1), 93-102.
- Compton, W. C. (2001). Toward a tripartite factor structure of mental health: Subjective well-being, personal growth, and religiosity. *Journal of Psychology*, 135(5), 486-501.
- Denholm, C. J. (1991). Gifted and talented Australian students: The need for understanding and support. *Youth Studies*, 10(4), 22-24
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575.
- Dixon, F. A., Lapsley, D. K., & Hanchon, T. A. (2004). An empirical typology of perfectionism in gifted adolescents. *The Gifted Child Quarterly*, 48(2), 95-106.
- Frost, R. O., Marten P. A., Lahart C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 449-468.
- Gnilka P. B., Ashby J. S., & Noble C. M. (2013). Adaptive and maladaptive perfectionism as mediators of adult attachment styles and depression, hopelessness, and life satisfaction. *Journal of counseling and development*, 91, 78-86.
- Greenspan, T. S. (2000). "Healthy Perfectionism" is an Oxymoron! *Journal of Secondary Gifted Education*, 11(4), 197-208.
- Hair, J. F. Jr., Black W. C., Babin B. J., & Anderson R. E. (2010). *Multivariate data analysis*. New York, NY: Pearson.
- Hewitt, P. L. & Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 456-470.
- Hewitt, P. L., Flett, G. L., & Ediger, E. (1996). Perfectionism and depression: Longitudinal assessment of a specific vulnerability hypothesis. *Journal of Abnormal Psychology*, 105(2), 276-280.
- Hollender, M. M. (1965). Perfectionism. *Comprehensive Psychiatry*, 6, 94-103.



- Kerr, B. A. (1991). *A handbook for counseling the gifted and talented*. Alexandria, VA: American Counseling Association.
- Mofield, E. L. (2010). Addressing multidimensional perfectionism in gifted adolescents with affective curriculum. *Journal for Education of the Gifted*, 33(4), 479-513.
- Pacht, A. R. (1984). Reflections on perfection. *American Psychology*, 39, 386-390.
- Parker, W. D. (2000). Healthy perfectionism in the gifted. *Journal of Secondary Gifted Education*, 11(4), 173-183.
- Patel, V. A. (2009). Stress management and gifted children. *Understanding Our Gifted*, 21(4), 11-13.
- Perrone-McGovern K. M., Simon-Dack S. L., Beduna K. N., Williams C. C., & Esche A. M. (2015). Emotions, cognitions, and well-being: The role of perfectionism, emotional overexercitability, and emotion regulation. *Journal for Education of the Gifted*, 38(4), 343-357.
- Pyryt, M. C. (2007). The giftedness perfectionism connection: Recent research and implications. *Gifted Education International*, 23, 273-279.
- Reynolds, C. R. & Bradley, M. (1982). *Emotional stability of gifted children as estimated by chronic anxiety levels*. Retrieved from ERIC reproduction services. (ED217616)
- Rimm, S. B. (2003) Underachievement: A national epidemic. In N. Colangelo & G. A. Davis (Eds.), *Handbook of Gifted Education*. (3rd ed., pp. 424-443). Boston, MA : Allyn & Bacon.
- Rodell, W. C. (1984). Vulnerabilities of highly gifted children. *Report Review*, 6, 127-130.
- Schuler, P. A. (2000). Perfectionism and gifted adolescents. *The Journal of Secondary Gifted Education*, 11(4), 183-198.
- Shaunessy, E. & Suldo, S. M. (2010). Strategies used by intellectually gifted students to cope with stress during their participation in a high school international baccalaureate program. *Gifted Child Quarterly*, 54(2), 127-137.
- Sliverman, L. K. (2007). Perfectionism: The crucible of giftedness. *Gifted Education International*, 23, 233-245.
- Speirs Neumeister, K. L. (2007). Perfectionism in gifted students: An overview of



current research. *Gifted Education International*, 23, 254-263.

Wang, K. T., Slaney, R. B., & Rice, K. G. (2007). Perfectionism in Chinese university students from Taiwan: A study of

psychological well-being and achievement motivation. *Personality and Individual Differences*, 42(7), 1279-1290.

Woodin, M. F. (1997). Moving beyond the score. *Gifted Child Today*, 20(1), 44-47.



A Related Research on Types of Perfectionism, Life Stress, and Well-being of Junior High School Gifted Students

Huan-Yu Chen

Chu-Jen Junior High School,
Taichung City

Shin-Drew Lin

Department of Guidance and Counseling,
National Chunghua University of Education

Abstract

This study investigated types of perfectionism, life stress, and sense of well-being among junior high school students, explored the predictive power of background variables, life stress and types of perfectionism on the sense of well-being, and examined the function of types of perfectionism between life stress and sense of well-being. The sample, 351 gifted students, for conducting the questionnaire survey was randomly selected from junior high schools in Taichung City. Cluster analysis, discriminant analysis, descriptive statistics, chi-square analysis, two-factor ANOVA, single factor analysis of variance, hierarchical regression analysis and stepwise regression analysis were adopted in data analysis. Recommendations for educators and researchers are proposed. The conclusions are: (a)The types of perfectionism among junior high school gifted students can be categorized into non-adaptive non-perfectionism, non-adaptive perfectionism, adaptive perfectionism or adaptive non-perfectionism. The awareness of life stress lies between no problem and little problem. The sense of well-being tends to be happy. (b)The non-adaptive non-perfectionism students feel family life stress the most. The students of non-adaptive perfectionism scores higher in other dimensions of stress, and overall life stress than students of any other types. The adaptive perfectionism students score higher in overall sense of well-being than the non-adaptive ones. (c)The stress of physical and mental development shows the strongest predictive power, while .gender, grades, types of perfectionism, and life stress can partially predict the sense of well-being. (d)Types of perfectionism serve as a significant moderator between life stress and sense of well-being.

Key words: the junior high school gifted students, types of perfectionism, life stress, well-being

Corresponding Author: Huan-Yu Chen Email: sfishchy@gmail.com

