

知其優而不知其憂?—資優生挫折感來源 及其自我調適取向之初探

研究者：藍天蔚

指導老師：林逸儂

第一章 緒論

第一節 研究動機

資優(gifted)是「資賦優異」的簡稱，指的是在某領域具有卓越潛能或傑出表現。而資優生因為冠上了「資優」這個稱謂常常造成社會大眾對資優生的迷思以及錯誤認知，認為資優生樣樣表現都很傑出，心理成熟度跟課業會成正比，就因為這樣的既有印象讓資優生們在無形中產生了希望符合他人期望的壓力。

我在五年級時，發現當班上同學成績不理想時他們就會感受到挫折，所以我發現同學們的挫折感大多來自於課業或考試，平常這些同學們會透過玩桌遊、鬼抓人或聊天來讓自己放鬆。但我在五年級的這一年通過了新北市的資優鑑定，在進入資優班後與這些資優班的同學相處時，我不禁在想，資優生的成績及課業穩定，在各方面表現也都有一定的水準，那他們是否也會感受到挫折？而這些挫

折感又是因為什麼原因而產生、又是哪些因素造成的呢？

因此我想了解國小資優生的挫折感來源以及他們平時是如何調適挫折感的，是否有其他的管道跟方式在資優生感到挫折時，能提供他們需要的協助。

第二節 研究目的

- 1、了解新北市國小一般智能資優資源班學生挫折感的來源。
- 2、了解新北市國小一般智能資優資源班學生對應挫折感的特質與調適取向。
- 3、了解新北市國小一般智能資優資源班對於學生面對挫折感所開設的相關課程及成效。
- 4、了解資優生父母在了解資優生挫折感來源後的想法。

第二章 文獻探討

第一節 資優生

一、資優生定義

資優(gifted)，指的是先天性的、異於平常的智能，基本上會認為資優是天賦，無法透過提早學習或補習獲得。美國教育心理學家 Renzulli(1978)提出「資優三環」的定義，他認為，資優應該包含中等以上的能力、具有創造力，以及工作熱忱。民國八十七年十月通過訂定之「身心障礙及資賦優異學生鑑定基準、鑑定原則」，可以再細分為以下 6 類

- 1、一般智能優異：指在記憶、理解、分析、綜合、推理、評鑑等方面較同年齡具有卓越潛能或傑出表現者。
- 2、學術性向優異：指在語文、數學、社會科學或自然科學等學術領域，較同年齡具有卓越潛能或傑出表現者。
- 3、藝術才能優異：指在視覺或表演藝術方面具有卓越潛能或傑出表現者。
- 4、創造能力優異：指運用心智能力產生創新及建設性之作品、發明、或問題解決者。
- 5、領導才能優異：指具有優異之計畫、組織、溝通、協調、預測、決策、評鑑等能力，而在處理團體事務上有傑出表現者。
- 6、其他特殊才能優異：指在肢體動作、工具運用、電腦、棋藝、牌藝等能力具有卓越潛能或傑出表現者。

二、資優生的情意特質

當我們在定義資優生時，大多從學生的智力、能力來拆解學生個別差異的成因，常忽略了人格特質和動機在學習或表現上的角色。然而，造成個體學業成就差異的原因除了智力因素，非智力因素也是很重要的，所謂的非智力因素是指人格特質與動機層面，以下我將介紹資優生的情意特質。

資優生共通特質中以敏感特質出現最早，也是最為核心的特質。Dabrowski (1964) 也曾指出資優者對內外環境所產生的刺激有過度反應的情形，且在強度、持續度和頻率上比一般的水準高出許多，稱之為過度激動 (overexcitability, OE)。資優生的過度敏感與過度激動，使其易於覺察他人的態度和感覺而容易在情感上受傷。許多研究者指出，過度敏感與反應強烈對資優生造成焦慮、沮喪、人際問題等負面影響。

Lovecky(1992)發現資賦優異者有自我實現的需求。強烈自我實現需求促使資優生為自己設定極高的目標，使其堅持不懈達到高成就，然而當環境不允許資優生展現自我實現需求時，資優生喪失學習能量的速度和程度，比一般學生來得更快 (Lepper, Green, & Nisbett, 1973)，或在挑戰不足時感到挫折，而喪失為實現的才能 (Clark, 2007)，進而造成情緒困擾 (Davis & Rimm, 1994)。

Winner (2000) 界定資優生三個主要特徵為；對某領域的強烈內在動機、早熟與獨立學習。內控信念是影響個體在面對壓力與逆境時，決定對未來是否有希望的關鍵因素 (Garmezy, 1991; Werner, 1994, 1995)。內控信念強的學生，能展現較高的好奇心、

接受挑戰、遇到困難時、保持工作專注性、對自己的努力感到滿意、較不在意他人的意見、對於學業的焦慮感也較低 (Gottfried & Gottfried, 1996)、更能自我接納且心理適應力更佳 (Clark, 2007)，然而若環境降低了資優生對結果的控制感，資優生可能不會期待自己的努力能得到正向結果，例如老師不管學生表現如何，他只給好成績給喜愛的學生，資優生會因此很快喪失學習動力。

而在 2017 年 Ivy 愛讀書曾在親子天下刊登了一篇文章，描述了資優的 6 大特質，分別是(1) 超強烈的求知欲；(2) 近乎完美的自我期許；(3) 高品質的專注力；(4) 超細膩的理解力；(5) 善於表達與愛發問；(6) 超敏感的情緒反應。

思達創旭也在 2023 年年初刊登了一則期刊，他們認為資優學生在認知的特質上：學習快、記憶強、觀察微、善理解、知識豐、思想奇、疑問多、策略靈；在情意的特質上：理想多、期望高、自信強、要完美、喜冒險、易堅持、樂獨立、少順從；在生理的特質上：精力旺、作息繁、感覺銳、風格異。他們具有豐厚的學習潛能，要求完美的傾向，與旺盛的精力。

根據以上文獻內容我歸納出資優生的情意特質有：過度激動特質、高敏感、完美主義等特質，因此本研究想透過問卷的方式了解資優生是否因為他們特有的情意特質，而對挫折感有異於常人的感受與壓力。

第二節 挫折感

一、挫折的定義

曾任國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系張春興教授(1991)指出挫折是指個體在挫折情境下所產生的煩惱、困惑、焦慮、憤怒等情緒交織產生的負面心理感受，此心理感受也可稱作挫折感。

馮江平教授(1991)則將挫折定義為當人們在有目的的活動中，遇到自己能力無法克服或自認為無法克服的障礙與干擾，造成本身需要或動機不能獲得滿足時所產生的消極的情緒反應。馮江平認為挫折一詞包含三種涵義，一是指挫折情境，例如考試失利，比賽成績不佳等等；一是挫折認知，也就是個體對挫折情境的知覺、認知和評價；第三種涵義是挫折反應，當自己的需要不能獲得滿足時，所產生的情緒和行為反應，比如憤怒、焦慮、緊張、躲避或攻擊等等。假若挫折情境、挫折認知和挫折反應三者一併存在時，此時便構成心理挫折。

王珮珩、周煌智、許秀月在2014所發表的研究中歸納出「挫折」的特徵有以下五項：(1)面臨壓力情境所出現的一種情緒狀態；(2)主觀的心理認知；(3)主觀的感受；(4)目標遇到障礙致使個人內在動機、需求無法被滿足；(5)出現負向情緒或消極行為。

Berkowitz(1988)認為挫折是造成個人不能達到預期滿足時的一種阻礙，意指個人預期能達到目標而獲得愉悅與滿足，但因某種阻礙干擾而未能達成目標，此種阻礙稱為挫折。

二、挫折感的成因

楊俐容及孫德齡在「給中學生的情緒管理術」一書中，提到挫折感主要來自下列幾點：

- 1、自信：覺得自己比不上別人，比方說覺得自己能力不夠、擔心自己性格不好。
- 2、成就：沒達到目標或過程中遭遇失敗，比方說沒有考上理想的學校、學習上遇到困難。
- 3、人際：與人相處有障礙，比方說人緣不好、被排擠，或是和同學朋友發生衝突。

Walker 和 Avant (2005) 對「挫折」進行概念分析，歸納出「挫折」的特徵有以下五項：(1) 面臨壓力情境所出現的一種情緒狀態；(2) 主觀的心理認知；(3) 主觀的感受；(4) 目標遇到障礙致使個人內在動機、需求無法被滿足；(5) 出現負向情緒或消極行為。

第三章 研究方法

第一節 研究架構

本研究分為三大部分，第一部分先藉由文獻探討，了解資優生特質及挫折感來源等相關文獻資料；再藉由這些資料進行問卷內容的編撰，並發放給資優班的學生進行填寫，獲得初步統計分析之後，據此初步之調查與彙整，再訪談資優班老師了解如何安排紓解資優生挫折感的課程以及訪問資優生家長了解在孩子遇到挫折時是否能給予適切之協助；最後，訪問資優生了解他們遇到挫折時之解決方法。

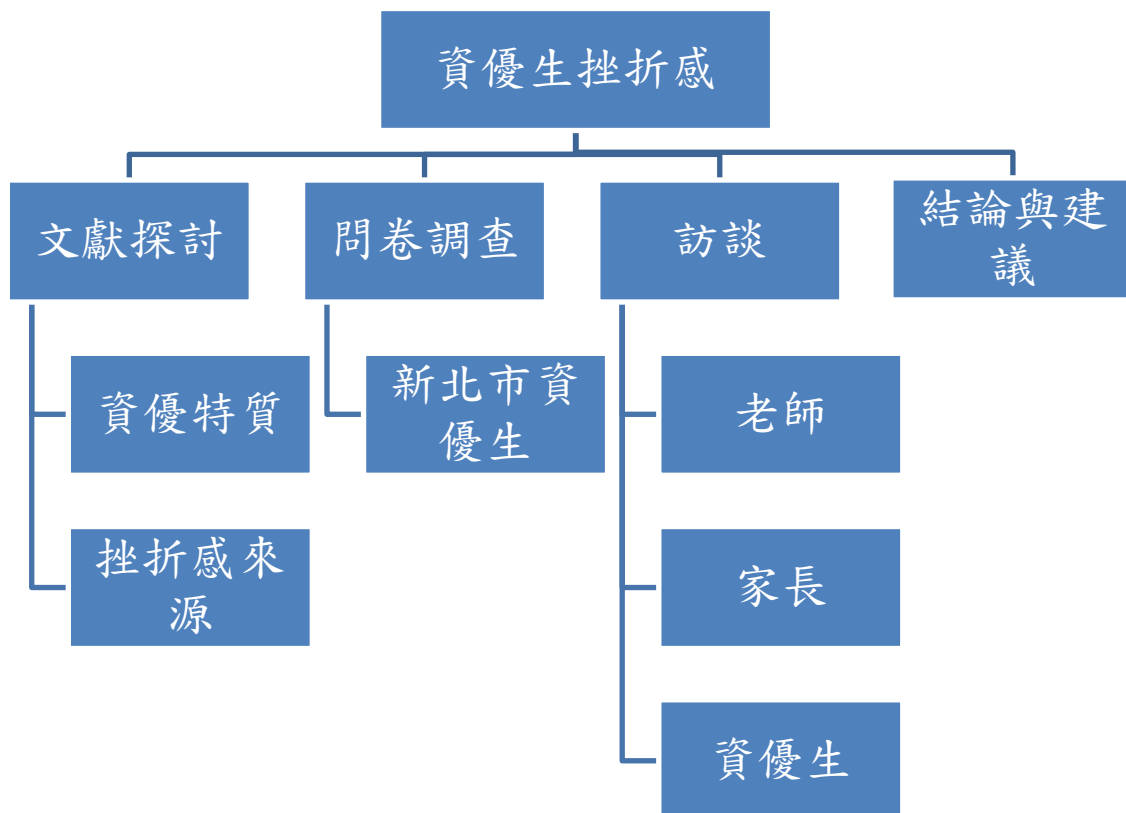


圖 3-1 研究架構圖

第二節 研究方法

一、問卷設計

我的研究主要是想了解挫折感對於中高年級學生的影響，所以我參考了一些關於挫折感的相關研究，歸納出比較符合我研究主題的題目來進行編撰，最後成為我自己的問卷題目。

第一份是給新北市資優班學生填答的問卷，這份問卷共有 32 題，分成了三個部分：基本資料、挫折感來源、如何解決挫折感。

二、研究對象

本研究的研究對象為新北市的 21 所有設立資優班的學校，實際填答的學校有 13 所。

三、問卷預試

● 第一次預試

1、地點：資優班教室

2、時間：2023 年 12 月 27 日

3、預試對象：汐止國小資優班吳老師

圖 3-1 預試問卷調整

修改前	修改後
3. 就讀學校 原本只有新北市各校，沒有加上其它的選項。	增加「其它」這個選項。
修改前	修改後
11. 我會因為下列哪些事情而感到挫折感原本沒有校外的考試或競賽的選項。	如果只有參加過考試或競賽的學生填答，這題就無法作答，所以加上校外的考試或競賽的選項。

修改前	修改後
12. 資優班的學習內容及作業量不會對我產生任何負擔及影響。 原本是用不會來詢問。	把否定句不會改成中性的是否會。 12. 資優班的學習內容及作業量是否會對我產生任何負擔及影響。
修改前	修改前
25. 現在是否正因一些事情感到挫折？可否分享您小故事、心情、隻字片語都可與我們分享，其來源為何？如何對應處理？心得如何？ 過於複雜的敘述。	25. 現在是否正因一些事情感到挫折？其來源為何？如何對應處理？心得如何？ 比較簡單的敘述。

四、正式施測

- 1、施測對象：新北市設有資優班學校的(中高年級)資優班學生。
- 2、施測日期：113.1.9 ~ 113.1.19。
- 3、施測方式：先詢問各校老師意願後，再打電話及發 Email 請新北市各地資優班學生填寫線上問卷。

五、研究步驟

- 1、文獻探討：從網路上和書上蒐集相關資料。
- 2、製作問卷：將書面問卷打完後，填寫到線上問卷系統中。
- 3、問卷預試：找汐止國小資優班的老師協助完成問卷預試。
- 4、問卷修正：問卷預試完後，依據結果修改問卷題目。
- 5、正式施測：傳線上問卷的網址給其他學校資優班的老師，再請老師們協助學生填寫。
- 6、回收 & 分析問卷：問卷回收後用 Excel 軟體統計資料與分析。

第四章 結果與分析

第一節 問卷調查統計

一、基本資料

(一)性別與年級

這份問卷總共有 242 人填寫，其中有 152 人是男生，90 人是女生，有 68 人是六年級，79 人是五年級，61 人是四年級，34 人是三年級，如表 4-1 所示。

表 4-1 性別與年級分布表

性別 \ 年級	三年級	四年級	五年級	六年級
男生	24	40	51	38
女生	10	21	28	30
總人數	34	61	79	68

(二)就讀學校

新北市共有 21 所設有資優班的學校，統計前完成填寫學校共 13 所，共計 242 位學生，各學校及學生人數如下表 4-2 所示。

表 4-2 學校與學生人數分布表

中和國小	林口國小	實踐國小	樹林國小	鶯歌國小	丹鳳國小
66	28	24	18	17	15
淡水國小	汐止國小	廣福國小	秀朗國小	新店國小	中正國小
13	13	11	11	11	15

二、問卷內容

★問題 1：我平常說話的速度很快、做事情也很迅速、並且我很勇
於冒險挑戰

根據統計結果顯示：回答是的人有 133 人，佔了全部人的 55%；
回答不是的人有 109 人，佔了全部人的 45%，如下圖 4-1 所示。

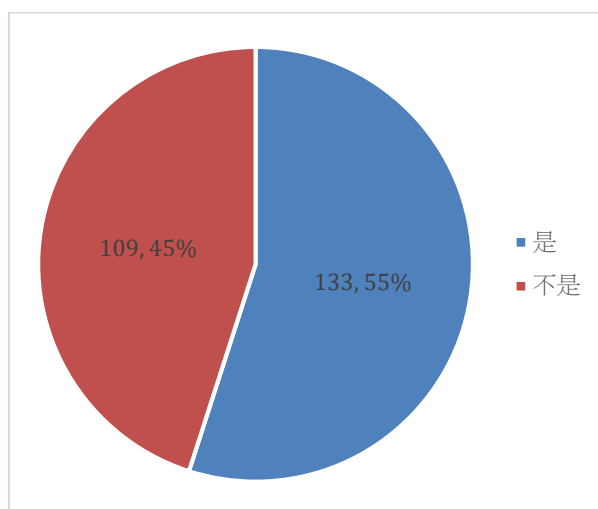


圖 4-1 問題 1 統計結果

根據問卷結果顯示，新北市資優班學生有五成五的人具有說話
的速度很快、做事情也很迅速、並且很勇於冒險挑戰的特質。

★問題 2：我對聲音、視覺圖案、顏色、味道等感官刺激很敏銳

根據統計結果顯示：回答是的人有 167 人，佔了全部人的 69%；
回答不是的人有 75 人，佔了全部人的 31%，如下圖 4-2 所示。

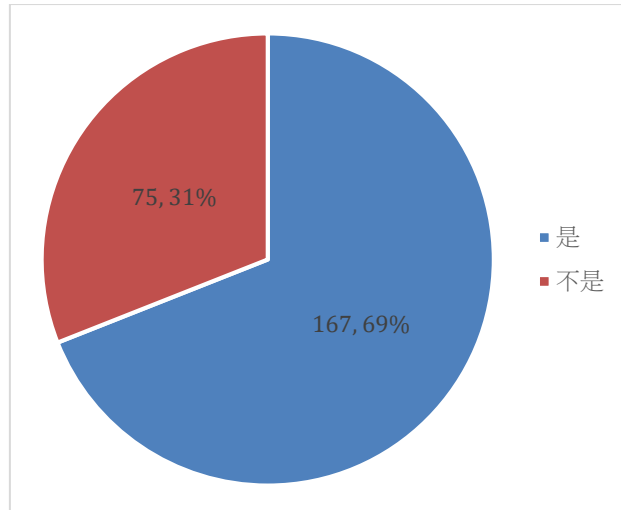


圖 4-2 問題 2 統計結果

根據問卷結果顯示，新北市資優班學生有七成的人具有對聲音、視覺圖案、顏色、味道等感官刺激很敏銳的特質。

★問題 3：我的求知慾很強，對於我想了解的事情，我會努力尋找答案。

根據統計結果顯示：回答是的人有 180 人，佔了全部人的 74%；回答不是的人有 62 人，佔了全部人的 26%，如下圖 4-3 所示。

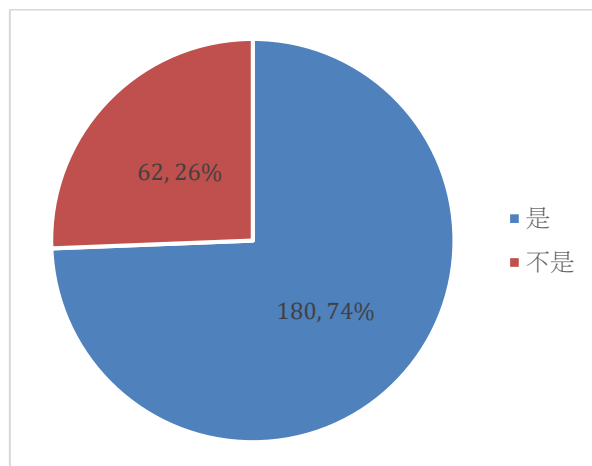


圖 4-3 問題 3 統計結果

根據問卷結果顯示，新北市資優班學生有七成的人具有求知慾很強，對於想了解的事情，會努力尋找答案的特質。

★問題 4：我是個想像力很豐富的人，我能夠用圖像具體表達出我的想法及感受

根據統計結果顯示：回答是的人有 154 人，佔了全部人的 64%；回答不是的人有 88 人，佔了全部人的 36%，如下圖 4-4 所示。

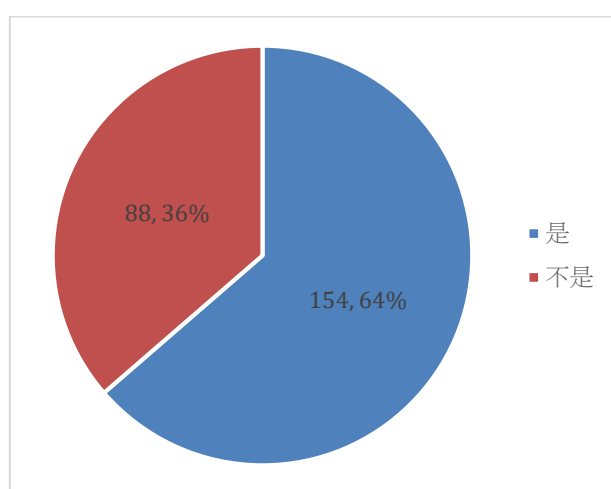


圖 4-4 問題 4 統計結果

根據問卷結果顯示，新北市資優班學生有六成的人具有想像力豐富，能夠用圖像具體表達出我的想法及感受的特質。

★問題 5：我很關心他人，是個對於家人、朋友、社會、甚至國際問題都非常關注的人

根據統計結果顯示：回答是的人有 152 人，佔了全部人的 63%；回答不是的人有 90 人，佔了全部人的 37%，如下圖 4-5 所示。

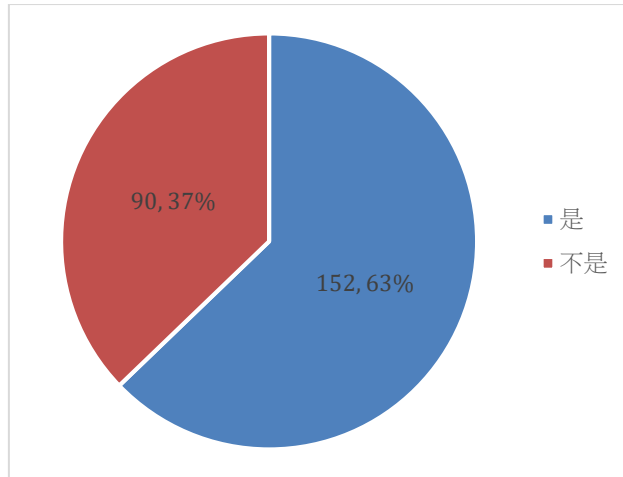


圖 4-5 問題 5 統計結果

根據問卷結果顯示，新北市資優班學生有六成的人具有關心他人，對於家人、朋友、社會、甚至國際問題都非常關注的特質。

★問題 6：我會為自己喜歡做或想要做的事設定高標準，沒有達到標準是否會讓我很沮喪。

根據統計結果顯示：回答是的人有 143 人，佔了全部人的 59%；回答不是的人有 99 人，佔了全部人的 41%，如下圖 4-6 所示。

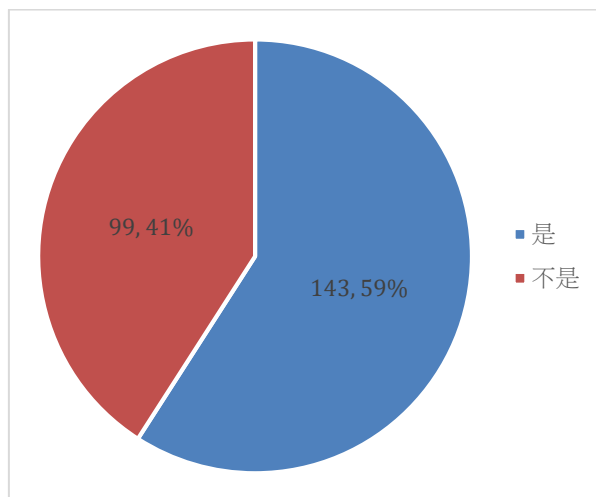


圖 4-6 問題 6 統計結果

根據問卷結果顯示，新北市資優班學生有六成的人具有會為自

己喜歡做或想要做的事設定高標準，但沒有達到標準會讓自己很沮喪的特質。

★問題 7：我會因為下列哪些事情而感到挫折感

根據統計結果顯示，最多學生因為校內課業壓力而感到挫折感，有 160 人；有 143 人因為無法做到家人對自己的期望而感到挫折感；有 136 人因為被家人拿來與其他人做比較而感到挫折感；有 124 人因為自我要求太高卻達不到自己設定的標準而感到挫折感；有 97 人因為校外的考試或競賽而感到挫折感；有 87 人因為與同學間的人際互動問題而感到挫折感；有 86 人因為無法做到學校師長對自己的期望而感到挫折感；有 77 人因為課外學習內容而感到挫折感；有 69 人因為對自己未來沒有方向而感到迷惘而感到挫折感，如下圖 4-7 所示。

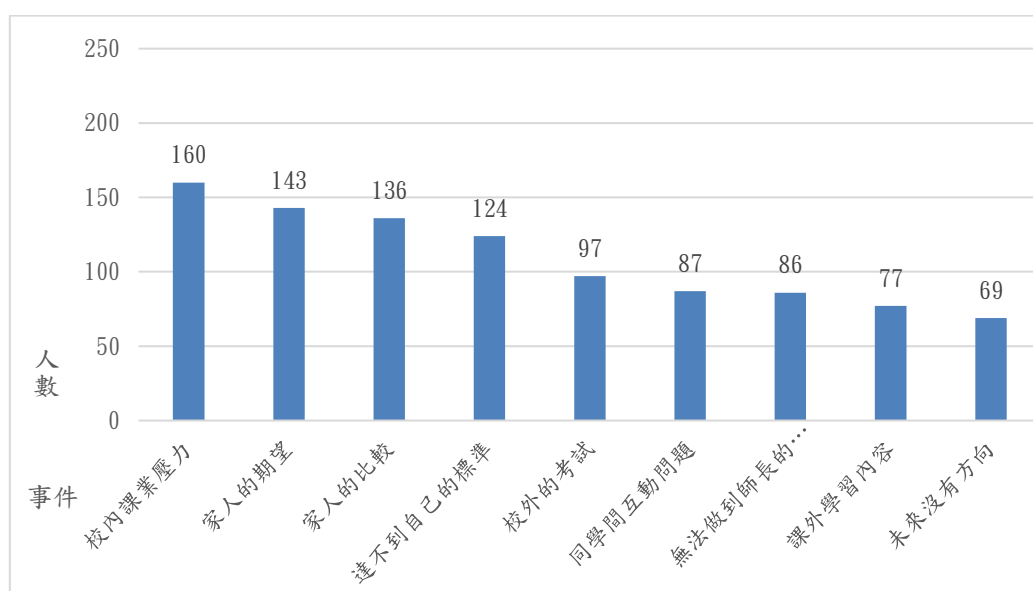


圖 4-7 學生挫折感來源統計

★問題 8：資優班的學習內容及作業量是否會對我產生任何負擔及影響。

根據統計結果顯示：回答是的人有 72 人，佔了全部人的 30%；回答不是的人有 170 人，佔了全部人的 70%，如下圖 4-8 所示。

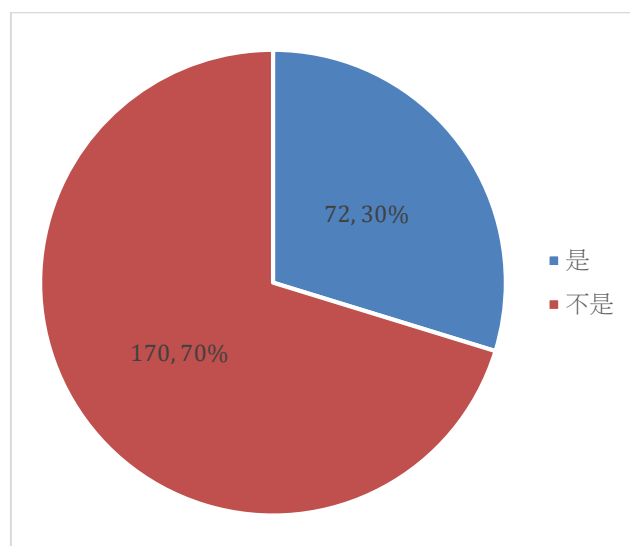


圖 4-8 問題 8 統計結果

根據問卷結果顯示，新北市資優班學生有三成的人覺得資優班的學習內容及作業量會對自己產生任何負擔及影響。

★問題 9：即便多了資優生的身分，家人對資優生的期望與猜測不會對我產生任何影響。

根據統計結果顯示：回答是的人有 121 人，佔了全部人的 50%；回答不是的人有 121 人，佔了全部人的 50%，如下圖 4-9 所示。

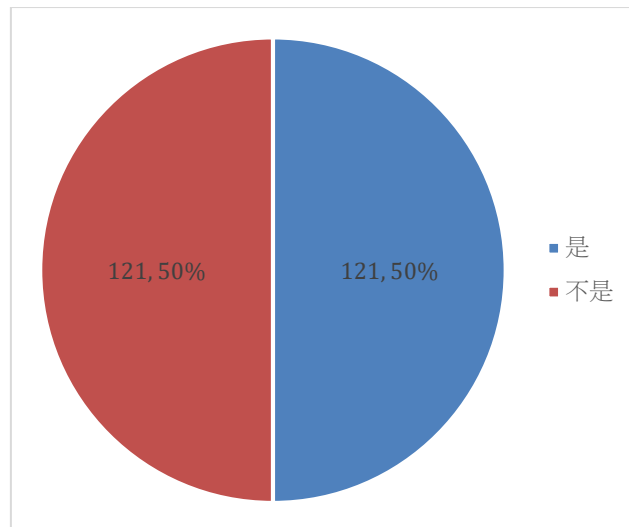


圖 4-9 問題 9 統計結果

根據問卷結果顯示，新北市資優班學生有五成的人覺得即便多了資優生的身分，家人對資優生的期望與猜測不會對自己產生任何影響。

★問題 10：即便多了資優生的身分，同學對資優生的期望與猜測不會對我產生任何影響。

根據統計結果顯示：回答是的人有 118 人，佔了全部人的 49%；回答不是的人有 124 人，佔了全部人的 51%，如下圖 4-10 所示。

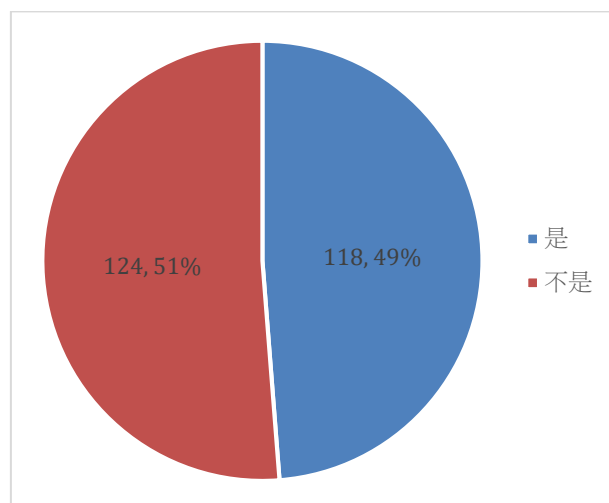


圖 4-10 問題 10 統計結果

根據問卷結果顯示，新北市資優班學生有五成的人覺得即便多了資優生的身分，同學對資優生的期望與猜測不會對我產生任何影響。

★問題 11：即便多了資優生的身分，長輩對資優生的期望與猜測不會對我產生任何影響。

根據統計結果顯示：回答是的人有 125 人，佔了全部人的 52%；回答不是的人有 117 人，佔了全部人的 48%，如下圖 4-11 所示。

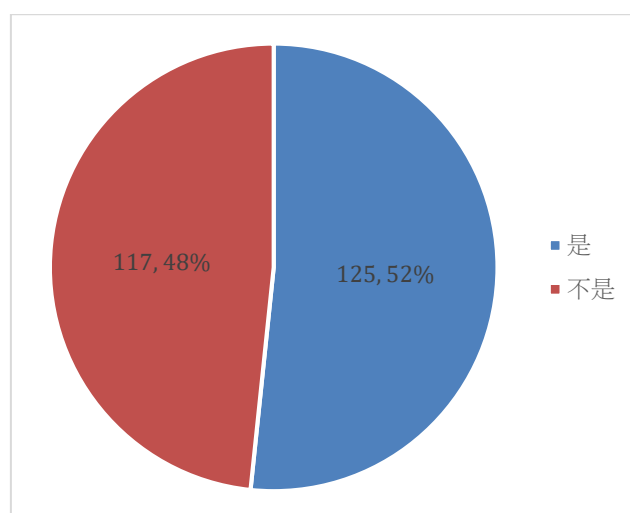


圖 4-11 問題 11 統計結果

根據問卷結果顯示，新北市資優班學生有五成的人覺得即便多了資優生的身分，長輩對資優生的期望與猜測不會對我產生任何影響。

★問題 12：到了新的環境，我會去試著結交朋友並且融入人群

根據統計結果顯示：回答是的人有 214 人，佔了全部人的 88%；回答不是的人有 28 人，佔了全部人的 12%，如下圖 4-12 所示。

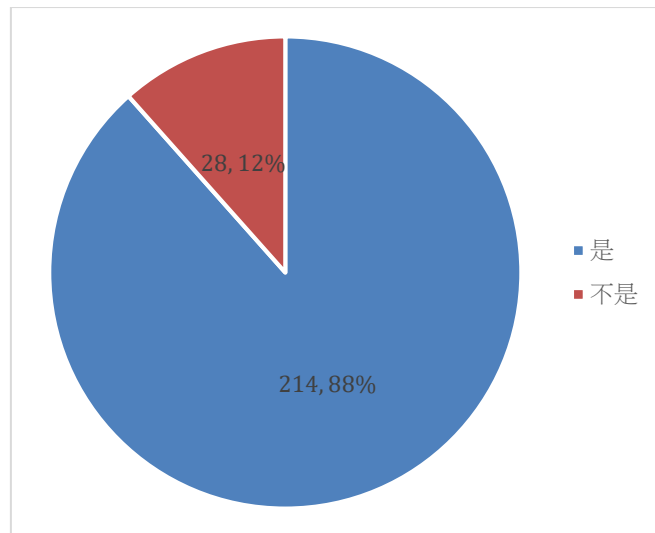


圖 4-12 問題 12 統計結果

根據問卷結果顯示，新北市資優班學生有九成的人到了新的環境，會去試著結交朋友並且融入人群。

★問題 13：當我感受到挫折時，我會勇敢面對挫折，並解試著解決

問題

根據統計結果顯示：回答是的人有 176 人，佔了全部人的 73%；回答不是的人有 66 人，佔了全部人的 27%，如下圖 4-13 所示。

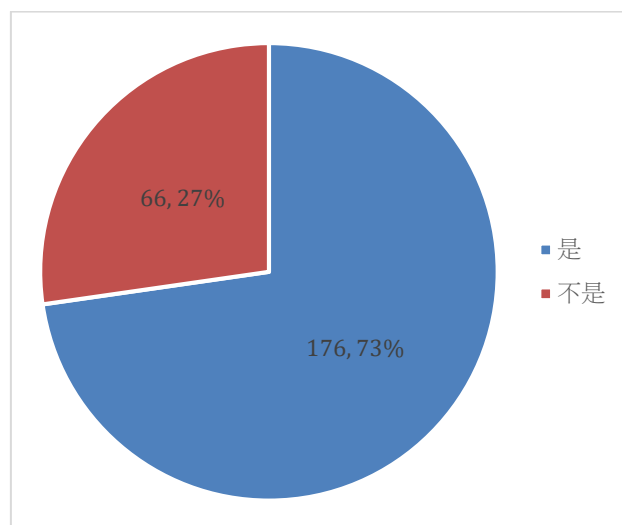


圖 4-13 問題 13 統計結果

根據問卷結果顯示，新北市資優班學生有七成的人當自己感受到挫折時，會勇敢面對挫折，並試著解決問題。

★問題 14：當我感受到挫折時，我會鼓勵自己，並快速調適好心情

根據統計結果顯示：回答是的人有 189 人，佔了全部人的 78%；回答不是的人有 53 人，佔了全部人的 22%，如下圖 4-14 所示。

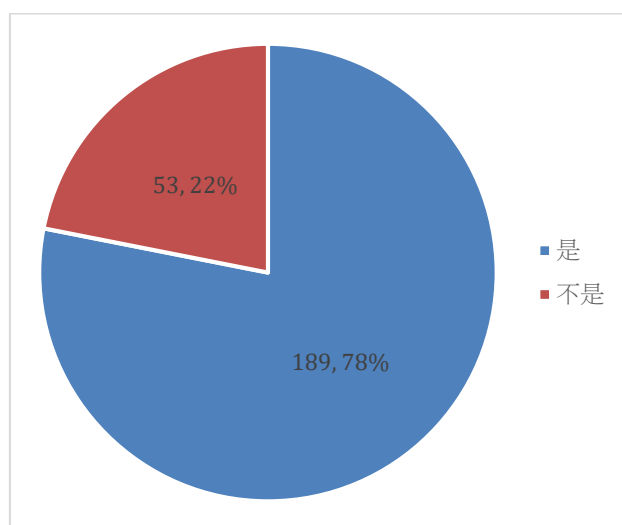


圖 4-14 問題 14 統計結果

根據問卷結果顯示，新北市資優班學生有八成的人當自己感受到挫折時，會鼓勵自己，並快速調適好心情。

★問題 15：當我感受到挫折時，我會尋找他人的幫助與建議

根據統計結果顯示：回答是的人有 151 人，佔了全部人的 62%；回答不是的人有 91 人，佔了全部人的 38%，如下圖 4-15 所示。

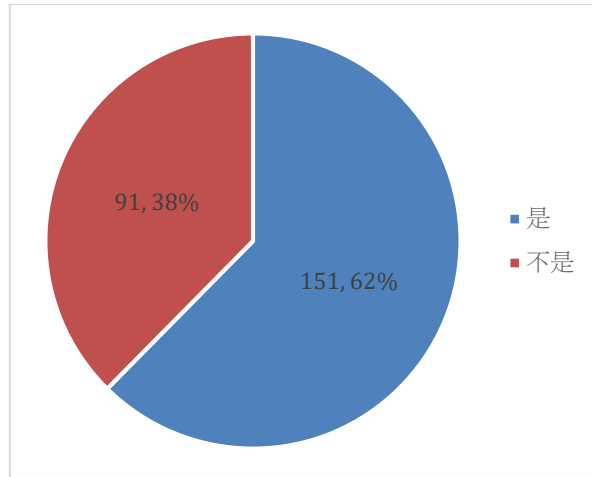


圖 4-15 問題 15 統計結果

根據問卷結果顯示，新北市資優班學生有六成的人當感受到挫折時，會尋找他人的幫助與建議。

★問題 16：當我感受到挫折時，我有自己的調適心情方式。(例如：運動、打電動等自己有興趣的事)

根據統計結果顯示：回答是的人有 217 人，佔了全部人的 90%；回答不是的人有 25 人，佔了全部人的 10%，如下圖 4-16 所示。

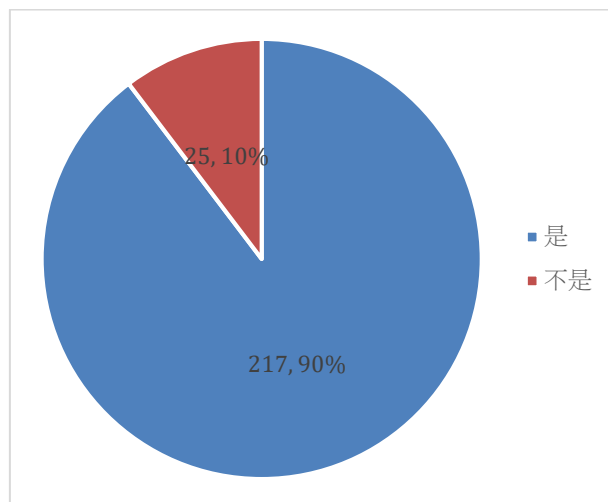


圖 4-16 問題 16 統計結果

根據問卷結果顯示，新北市資優班學生有九成的人當自己感受到挫折時，有自己的調適心情方式。

★問題 17：當我感受到挫折時，常常不知如何處理，只能先走一步
是 一步

根據統計結果顯示：回答是的人有 114 人，佔了全部人的 47%；
回答不是的人有 128 人，佔了全部人的 53%，如下圖 4-17 所示。

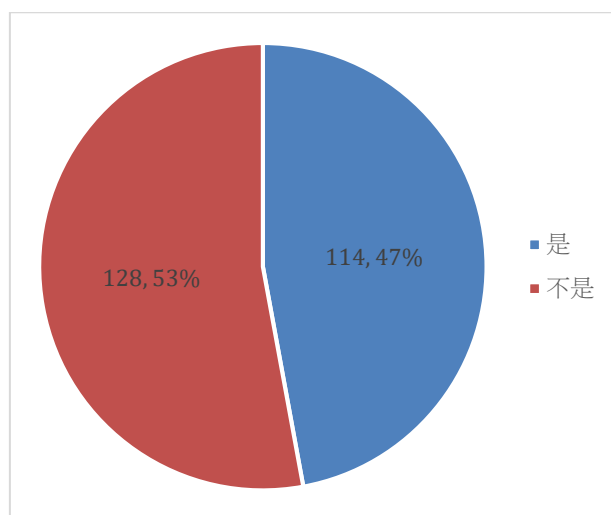


圖 4-17 問題 17 統計結果

根據問卷結果顯示，新北市資優班學生有五成的人當自己感受到挫折時，常常不知如何處理，只能先走一步是 一步。

★問題 18：雖然感受到挫折，但我會盡量不讓這些挫折影響到其它
的事情或生活作息

根據統計結果顯示：回答是的人有 190 人，佔了全部人的 79%；
回答不是的人有 52 人，佔了全部人的 21%，如下圖 4-18 所示。

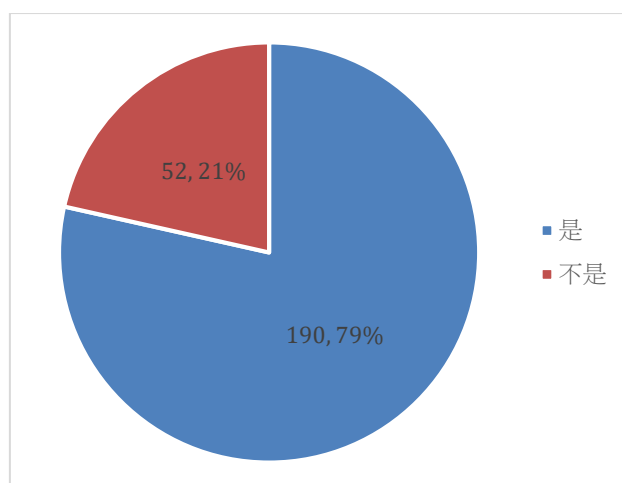


圖 4-18 問題 18 統計結果

根據問卷結果顯示，新北市資優班學生有八成的人覺得雖然感受到挫折，但會盡量不讓這些挫折影響到其它的事情或生活作息。

★問題 19：若我感受到挫折時，我會主動尋求誰的幫助

根據統計結果顯示，最多學生會主動尋求父母的幫助，有 174 人；有 153 人會主動尋求朋友的幫助；有 118 人會主動尋求同學的幫助；有 81 人會主動尋求兄弟姊妹的幫助；有 78 人會主動尋求師長的幫助；有 86 人寫以上皆非；有 4 人會主動尋求鄰居的幫助，如下圖 4-19 所示。

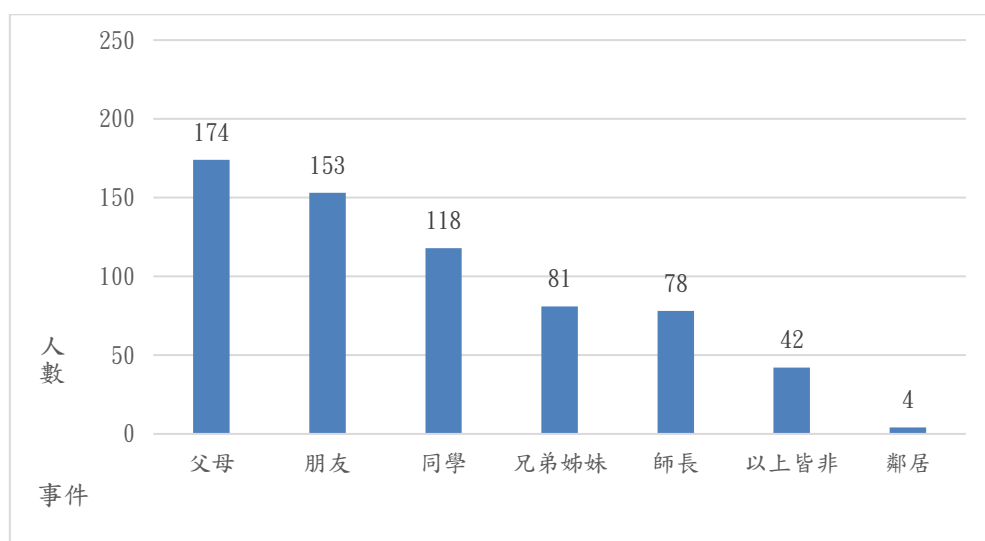


圖 4-19 會主動尋求誰的幫助

但是將四個年段拆開分析比較各年級的選擇差異，可以發現父母都是小孩的第一首選，其次是朋友，老師雖然位列末座，但其實人數也不在少數，如圖 4-20 所示。

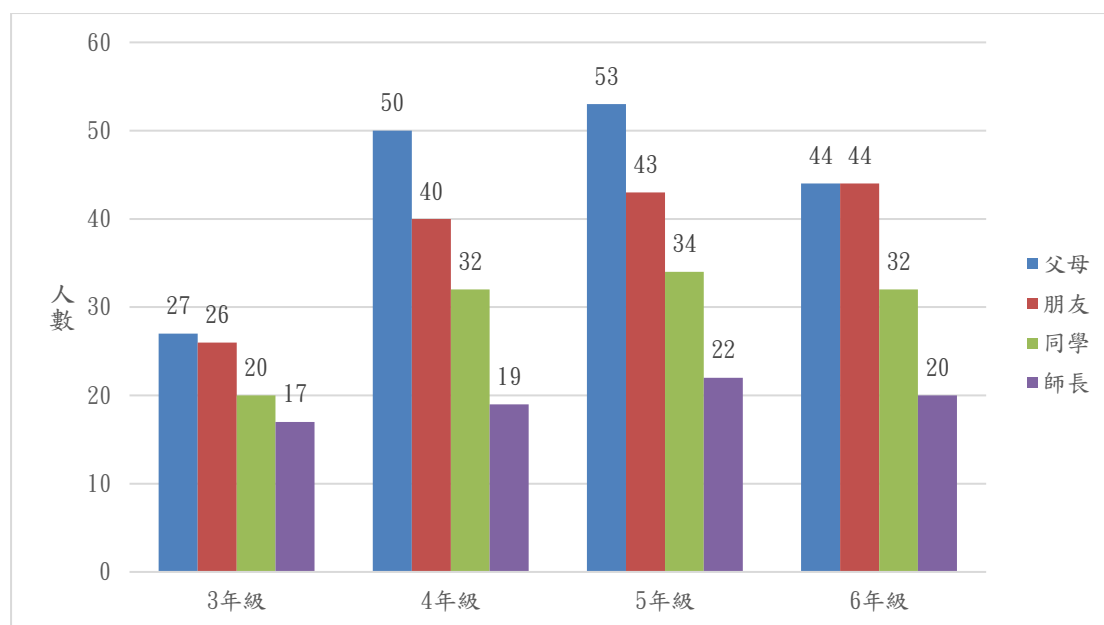


圖 4-20 問題 20 統計結果

★問題 20：若我感受到挫折時，我最常用什麼方式調適心情

根據統計結果顯示，最多學生會去打電動來調適心情，有 141 人；有 140 人會去看書來調適心情；有 140 人會自己一個人安靜待著來調適心情；有 118 人會去找人聊天來調適心情；有 114 人會去聽音樂來調適心情；有 110 人會去睡覺來調適心情；有 107 人會去運動來調適心情；有 102 人會去吃東西來調適心情；有 73 人會去玩桌遊來調適心情；有 62 人會去戶外走走來調適心情；有 8 人寫以上皆非，如下圖 4-21 所示。

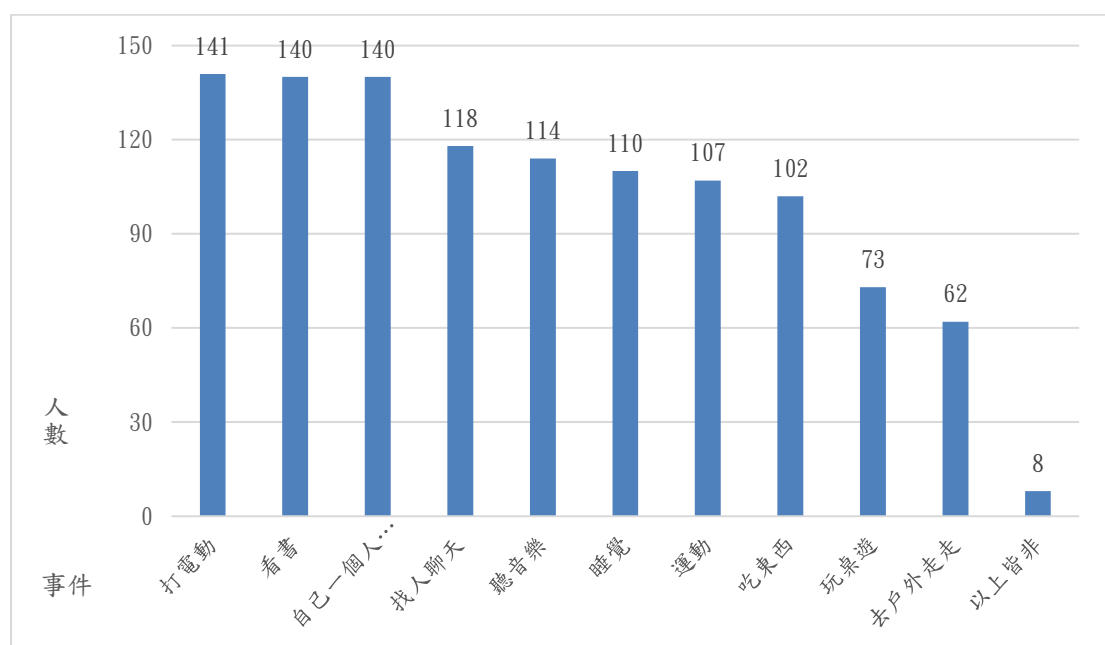


圖 4-21 問題 20 統計結果

第二節 訪談

根據問卷統計結果，我發現到資優生的人格特質對挫折感確實具有一些影響產生，然而大人是否有發現他們的學生或是小孩正因為某些事情而感到挫折？抑或是他們有沒有教導孩子面對挫折時的處理方式呢？所以我訪問了新北市資優班現職的老師：新北市中正國小資優班的李家兆老師以及新北市中和國小資優班的張凱茵老師，以及我們汐止國小資優班的家長，想了解大人們是如何處理資優生發生挫折後的處理。

一、資優班老師訪談內容

問題一：過度激動特質，高敏感以及完美主義是資優生常見的特質，請問老師有沒有發現自己的學生具有這些特質，比例高不高，有沒有什麼事情發生讓你發現它們具有這樣的特質存在

- ◆ **李老師：**過度激動特質和高敏感的比例非常高，像是他們在面對不同的挑戰就會展現知能的過度激動，還有關於高敏感，除了碰觸以外還有生理上的敏感，像是過敏、打噴嚏或是眼睛癢。
- ◆ **張老師：**最常見的是在課堂上有競爭或比賽，這時候最明顯，有怎能講話速度變快或情緒變得很高張，或是在寫作業的時候覺得自己寫的不夠好。

問題二：從我的問卷結果我發現到，資優班的學生常被家人或原班同學拿成績來做比較，如果你遇到學生在比成績或是拿成績嘲笑資優班同學時，您會有什麼作為嗎？

- ◆ **李老師：**第一個先處理被嘲笑的那個人，也就是資優生，第二

個要處理的是外面嘲笑他的那個人，那第一個，也就是被嘲笑的那個人，他也要面對為什麼大家要嘲笑他，也要擁有良好的心理素質。

- ◆ **張老師：**3~6 年級，年級越低比例越高，有可能是大家不了解資優生不等於績優生的這件事，而且不只是同學有可能是家人有可能是他們自己本身，如果大家都對資優有了了解了話，會了解到資優不等於成績很好

問題三：從我的問卷發現師長反而不是同學優先訴苦並尋求協助的對象，您覺得可能的原因是什麼？您有遇到學生向您尋求挫折感相關協助的事件嗎，可以跟我分享一下？

- ◆ **李老師：**大部分的學生遇到挫折還是優先找老師，但不是普通班老師，之前有人曾經因為分數的關係而情緒崩潰，但普通是過不去自己心裡的那一關，所以我普通會先安撫他們的情緒。
- ◆ **張老師：**大部分年級越低的會優先去找長輩，很多生活上的大小事都有可能來尋求協助，像是被同學排擠、考試考不好等等。

問題四：您在教學過程中是否會有感受到學生在學習上或是生活上的不適所產生的挫折感？您會怎麼處理你發現到學生有挫折感這件事情？

- ◆ **李老師：**很多資優生在意的是人際關係，有些人玩遊戲玩一玩就會有衝突，有可能是資優生對資優生，有可能是資優生對普通班的學生資優生不太會處理人際上的糾紛。
- ◆ **張老師：**最明顯的就是在做獨立研究的時候，從一開始在想題

目的時候就會很挫折，還有成績考不好，尤其是班上還有其他資優生的時候。

問題五：在您的資優班中是否有開設教導資優生如何調適挫折感的相關課程？如果有，可以跟我們分享一下是如何教導學生的嗎？

- ◆ **李老師：**並沒有開設情意課，但是會在其他課中融入情意的單元，應該要帶你小朋友在面對挫折時自己的情緒，可以怎麼去處理、可以怎麼去調適，比較不會去開一個課程。
- ◆ **張老師：**不會去特別教導學生，在平常的聊天時就會潛移默化的教導他一些觀念讓他們有一些正確的想法來開導自己，但不會去開設特別的課程。

三、 資優生家長訪談內容

因為想了解資優生父母的想法，所以我邀請資優班兩位同學的家長：孟溱爸爸、媽媽以及晞晴媽媽接受我的訪問，以下是他們的回答。

問題一：根據我的調查，資優生對很多刺激都有過度激動且高敏感的特質，有些還有完美主義，請問您的小孩會有這樣的特質嗎？可以分我分享一下

- ◆ **家長：**並沒有完美主義的特質，在情緒上有沒有相關的特質，但在美術方面比較敏銳，還有一位家長說自己的小孩也沒有

問題二：您的小孩考上資優班後，您對他的期望或是要求有沒有因此而有所改變？

- ◆ 家長：沒有，因為個人覺得這只是另外一個學習的管道，跟他們本身是什麼樣的人格養成沒有什麼關係，還有一位家長說有變高，但不大，希望藉助資優班來找到他喜歡的東西。

問題三：您覺得您的孩子在考上資優班前的生活及學習狀態跟考上資優班後有沒有什麼明顯的差別？

- ◆ 家長：最明顯的就是時間上的差異，由於資優班的課是用抽課，所以原班的時間會被資優班壓縮到，學習上也會因為原班的課被抽走而有所改變。

問題四：您的小孩有曾經找您討論過自己的成績或是人際關係之類的議題嗎？

- ◆ 家長：成績方面會比較主動提及，在人際關係方面不會特別提及，但可以從他們的生活分享中知道他們的人際關係如何。

問題五：當他們遇到挫折或是遇到困難時，你們都怎麼處理，你們會觀察到他們正面臨挫折而主動幫助他們嗎？

- ◆ 家長：如果只是遇到困難的話，就會先讓他們自己去處理，但是如果是比較嚴重的挫折的話，就會主動去開導他們，詢問是發生什麼事。

問題六：當孩子遇到挫折跟問題時，你覺得誰是他會第一優先尋求協助的對象？為什麼？

- ◆ 家長：如果放學後的話應該是家長，如果是放學前的話應該就是找他們比較要好的朋友，另外一位家長說是比較會找父親，因為平常都是爸爸來處理這種事。

問題七：如果孩子們遇到挫折尋求你們的幫助時，你們覺得自己有能力幫助到他們，讓他們減輕壓力或是挫折感嗎？通常都是用什麼方式引導他們？效果如何？

- ◆ 家長：我認為目前我們還有能力幫助到他們，通常會用我們的親身經歷或是一些道理來開導他們，大部分都效果還不錯。

三、資優生訪談內容

我訪問了我資優班的同學施孟濤以及林揚智他們有了資優生的身分後的一些心境上的改變，以下是他們的回答。

問題一：你覺得考上資優班前跟進了資優班後的生活和學習上有什麼不一樣的改變？

- ◆ 同學：進資優班前都在原班上課，基本上可以自己看著課本學，進資優班後因為沒有課本，所以比較自由，但因為要上資優班會被抽課，所以有些老師講的東西我就沒寫到，因此老師要改的時候都隨便寫一寫。

問題二：有因為自己是資優生而提高對自己的期望或訂定更高的目標嗎？

- ◆ **同學：**資優生不一定是成績比較好，只是達到一個標準而已，有些部分還是跟正常人一樣，還有人是看同學對自己的期望，如果有了話，會想要訂定更高的目標，沒有的話就還好。

問題三：有沒有覺得家人因為自己考上了資優班而提高對自己的要求或期望？

- ◆ **同學：**考上資優班後家人會覺得你是資優生所以要提高標準，還有人說沒有，因為家人不會因為成績而提高要求或期望，我認為或多或少都會有一點，只是會被各種因素影響。

問題四：在學校或生活中有沒有因為資優生的身分而遇到困難或挫折？

- ◆ **同學：**之前有因為自己是資優生然後考不好所以遭到同學的質疑，或是當老師在發考卷時同學的猜測，如果自己就是那個考特別好的那個人，就還好；他如果自己不是考特別好的那個人，就會很尷尬。

問題五：你遇到挫折時，會主動找人尋求協助嗎？對象是誰？為什麼會想找到幫忙或訴苦？找這些人協助後你覺得有幫助嗎？

- ◆ **同學：**會找一些資優班比較要好的同學，因為他們比較了解我現在的處境，向資優班比較要好的同學訴苦後，我覺得比較輕鬆；也有人說不會找人協助，沒有很嚴重的話就會把它悶在心裡，但如果嚴重一點的話我就會詢問我的家人該如何處理。

第五章 結論與建議

第一節 結論

- 1、根據文獻探討，資優生具有過度激動、高敏感及完美主義等特質，而透過問卷結果，我發現新北市的資優班學生有超過半數都具有這些特質，由此可知他們對周遭的人事物是具有高度敏感且這些事情都有可能影響到他們的心情與感受。
- 2、根據研究結果我發現，大約六成的資優生的挫折感是來自於課業、家人的比較與期望和未達到自己設定的標準，而當中的課業非資優班，而是原班課業。
- 3、同儕、師長及長輩對「資優生」的錯誤認知所表達出來的不適言語，有一半的新北市資優班學生認為確實會對他們的心情造成影響，另一半則表示沒有受到影響，剛好各佔五成。
- 4、資優生在遇到挫折時，一開始也會感覺到不知所措，但他們能很快的調適挫折並找到適合自己的紓解方式，如：鼓勵自己、有自己的調適心情方式、盡量不讓這些挫折影響到其他的事情或生活作息。
- 5、當資優生遇到挫折時會主動尋求他人的幫助與建議問題，同時也會試著自己解決挫折；而這些尋求協助的對象以家長為主要尋求對象，其次為朋友和同學，反而尋求師長及手足協助的人較少只有三成左右。
- 6、資優生當遇到挫折時，有能夠傾聽的同儕作為尋求幫助的對象，確實能舒緩情緒。但有時資優生更傾向以一個人獨處的方式來面對挫折的情緒，因此旁人是否有觀察到其異狀而提供適當的協助，也會改善資優生挫折感一個很重要的環節。

- 7、從訪談中得知，資優班老師不會去特別開設情意課，但是會在其他課中融入情意的單元，或是在平常的聊天時就會潛移默化的教導他一些觀念，但在現階段不會去開設特別的課程。

第二節 建議

- 1、做問卷調查研究，填答者是很重要的部分，而我的研究在統計問卷人數時發現，應填答人數與實際人數不一致，導致研究結果有誤差，所以應該要在回收問卷時應立即盤點人數是否正確。
- 2、我在上學期末快放寒假前，才邀請新北市資優班的老師幫忙我發放問卷給同學們填寫，導致期末因為課務及考試的關係，許多學校及同學就來不及幫我填到問卷，所以下次要更謹慎規劃期程才不會耽誤到蒐集重要數據的部分。
- 3、這次研究的問卷選項中因為沒有清楚說明選項是資優班老師還是原班導師，導致在統計上沒辦法釐清一些真相，所以之後做問卷的人應該要標明清楚對象，以免填答者誤解題意。

心得

在做這篇研究的一年中遇到了許多問題，從一開始在想題目、蒐集文獻資料，再到後來發放、回收問卷和訪談，很常做到一半想說「為什麼我偏偏在六年級才轉來資優班！能四五年級提早來就好了。」曾經一度很想放棄，不過後來轉念一想都做到這邊了，怎麼能這樣就放棄呢？最終還是把這篇研究做完了。

選擇資優生這個群體作為研究對象，不只是自己也是在這個群體中而能感同深受，更是希望能借此機會讓更多人能關注到這件事情，希望會有更多的研究、更多的關注給這些同學，優異但敏感的同學。

最後，要特別感謝幫我填問卷的新北市各資優班的學生，還有接受我採訪的老師、家長和同學，還有最重要的林逸儂老師和吳妮真老師，指導我如何撰寫這篇研究，並在我不會的地方幫助我，沒有這些人的協助，也不會有這篇研究。

參考資料

- 1、王珣棻(2009)。資優生情意特質的一體兩面。《國小特殊教育》。
- 2、王慧鶯、陳振明(2011)。淺談資優生的壓力與幸福感。《國小特殊教育》。
- 3、王珮珩、周煌智、許秀月(2014)。挫折之概念分析。《高雄護理雜誌》。
- 4、高儷萍、劉欣惠(2009)。面具後的真相——談資優生的自我發展與輔導。《國小特殊教育》。
- 5、郭靜姿(2000)。談資優學生的特殊適應問題與輔導。資優教育季刊。
- 6、陳書梅、李宜玲(2015)。繪本的情緒療癒效用探究——以北一女中之資優班學生為例。國立臺灣大學圖書資訊學系教授研討會論文。
- 7、蔡敏瑛(2013)。培養資優生的正向情緒與特質。資優教育季刊。