

# 行政院國家科學委員會專題研究計畫成果報告

## 從資源變化歷程及影響因子觀點探討災難對人們心理狀況的變與不變

Explore the change of psychological state of people in disaster event—  
Based on conservation of resources theory and influenced factors

計畫編號：NSC 90-2625-Z-004-001-

執行期間：90年8月1日至91年7月31日

主持人：許文耀 國立政治大學心理系

### 一、中文摘要

本研究以資源保留理論為基礎，探討九二一地震之後，災民的資源流失、因應及社會支持評估對其心理症狀的影響。本研究若依資源保留理論的觀點，假設資源流失會比因應更能預測災民的心理症狀。另外，本研究亦想了解不同類型的資源流失對因應、社會支持與心理症狀的影響。本研究共收集354位災民的反應，其中住震前家中的有114位，住組合屋等其他住所者有240位。本研究的結果支持資源保留理論的看法，亦即資源流失對災民的心理症狀影響最大，並超過因應及社會支持對心理症狀的影響。於災民的資源流失中，又以個人特質與能力的流失較能預測心理症狀的發生。經由逐步迴歸分析的結果發現，逃避的因應型態與期待外在機構的支持亦具影響性地預測心理症狀的變化。於社會支持方面，期待的社會支持對心理症狀的影響超過實質的社會支持。  
關鍵字：資源流失，因應，社會支持，心理症狀，資源保留理論

### Abstract

Based on conservation of resources theory, this study examines the relations of resources loss, coping, evaluation of social support and psychological symptoms of people in the 921 earthquake after two years later. This study hypothesizes resources loss will influence people's psychological symptoms more than coping. Otherwise, this

study also examines how the different kinds of resources loss affect coping, social support and psychological symptoms. The 354 objects are reviewed in this study, including 240 stayed in shelter, and 114 living in the same home before earthquake. The results of this study support the hypothesis of conservation of resources theory, i.e. resources loss affects the subject's psychological symptoms more than coping and social support. From the results of stepwise regression analysis, the loss of personal resources is the strongest variable to influence subject's psychological symptoms. "Avoidance coping" and "Expected support from external agency" also significantly influence subjects' psychological symptoms. Expected social support influences psychological symptoms, more than received social support.

Key words: resources loss, coping, social support, psychological symptoms, conservation of resources theory

### 二、研究動機及目的

災難 (disaster) 是否會帶給災民長期性的心理問題？此項課題的研究結果一直是具有爭議性的 (Norris & Uhl, 1993)。大部分的研究結果認為，災難較少帶來長期性與嚴重度大的心理疾病，不過卻會帶來較多輕微性 (mild) 或短暫性 (transient) 的心理問題 (Norris & Uhl, 1993)。Tedeschi 與 Calhoun (1995) 認為人們經歷重大創傷後，大約兩年之內即可恢復先前的心理功能狀態，但也有人終其一生難以走出創傷的陰影。

上述課題之所以受到爭議及未盡明

確，Norris 與 Uhl (1993) 提出的解釋是：自然災害若為一重大生活事件，是一急性事件，那它是透過何種機制導致慢性的壓力事件，進而影響災民的心理功能呢？

Holmes 與 Rahe (1967) 認為任何生活事件的轉變都會帶給個體壓力。但是 Hobfoll, Dunahoo 與 Monnier (1995) 認為以生活事件的多寡來當為災民壓力的指標並不恰當，因為一方面自然災難是同時發生在很多人身上，並不是某一個人「單獨」遇到的特定事件，另一方面自然災難事件本身就包含相當多未被解開 (unpacked) 的元素，包括財源 (經濟) 的損失，照顧小孩的負擔加重，家毀了，或是失去了親友等。為修正傳統壓力事件的觀點，Hobfoll 等人 (1995) 提出資源保留理論 (conservation of resources theory, 簡稱 COR)。COR 理論以資源存留的觀點，認為當個人面對災難事件時，他會進行一連串的獲取、保存及保護自己資源的反應。「資源」的定義是被個人評為有價值的事物 (thing)，或是能讓個體獲得有價值之事物的一種手段。資源可分成四類，分別是物體的資源 (object resources)，例如車子、房子、衣服等；條件資源 (condition resources)，例如好的婚姻關係，終身職等；個人資源 (personal resources)，例如自尊、職能等，以及能量資源 (energy resources)，例如錢、信用卡、保險等。COR 理論認為壓力可視為資源的流失。極度的壓力 (extreme stress) 為 COR 理論之檢驗提供了一個重要的自然實驗室，因為在極度壓力之後的流失循環既快速且顯著 (Hobfoll, 1998)。Freedy 和他的同事 (Freedy et al., 1992; Freedy et al., 1994) 將 COR 理論應用在 1990 年南卡羅萊的颶風，以及 1991 年洛杉磯的 Sierra Madre 地震所帶來的衝擊之研究上。他們發現，災難之後如果災民的資源流失愈多，他們愈會採取更多樣的因應，並且感受到更多的心理痛苦；其中資源流失對災民心理症狀的解釋變異量最高，遠超過個人特質與因應行為的影響。

然而 Benight 等人 (Benight, Ironson, Klebe, Carver, Wynings, Burnett, Greenwood, Baum, & Schneiderman, 1999) 的研究結果卻

指出，同樣以遭受颶風災難的居民為對象，這些災民的資源流失僅影響其在災難後四個月內的心理症狀，但對八個月後的心理症狀則未具顯著性的預測力，且資源流失唯有透過積極的因應行為 (active coping) 以及因應的自我效能 (coping self-efficacy) 路徑，才會影響災民長期的心理症狀。

由上述文獻來看，九二一災民的資源流失或因應方式，究竟何者才是影響災民心理症狀的直接因素？或是不同的因應型態會直接影響災民的心理症狀？這是本研究欲探討的第一個研究目的。

另外，採取何種因應型態才能有效降低個人的心理症狀及苦痛呢？過去的研究者認為採取逃避式的因應 (avoidant coping)，例如：否認、逃脫 (disengagement)，會增加災難後的心理症狀及苦痛 (許文耀，2000; Collins, Baum, & Singer, 1983; Freedy et al., 1992)；採取積極的因應 (例如：計劃、正向解釋、主動處理等) 則會降低心理痛苦 (Benight et al., 1999)，但是有些研究卻指出積極因應與心理症狀間存有顯著的正相關 (Freedy et al., 1992; 許文耀，2000)。因此本研究亦想釐清九二一地震後災民之不同因應型態和心理症狀間究竟呈現何種關聯。

人們在有壓力的時候會動員社會支持，以降低資源流失的威脅性和實際流失的有害性 (Hobfoll, 1988)，不幸的是，自然災害在時序的演進中，不斷地衍生出慢性的壓力事件，例如失業、遷居等，而減少或消耗了社會支援的有效性。

Norris 與 Kaniasty (1996) 提出社會支持衰退模式 (social support deterioration model)，他們認為巨大的自然災害發生之後，社會支持結構跟隨著改變，同時災民尋求社會支持的要求及動員也相對增加，但是災難的壓力卻造成了社會支持的衰退，而限制了災民可動員的支持。Norris 與 Kaniasty (1996) 將支持分為兩個向度：接受到的社會支持是指個人實際接受到的支持，而知覺到的社會支持則指個人會依過去經驗，判斷當需要接受支持時，得到支持的可能性與滿足感受。Norris 與 Kaniasty 的看法是實質接

受到的社會支持並不會直接影響心理症狀的變化，唯有透過知覺到的社會支持才會使心理症狀產生變化。因此，社會支持衰退模式指稱的是於災難後，當實質的社會支持漸漸減少時，災民知覺到的社會支持也跟隨著衰退，進而影響心理症狀的變化。Hobfoll (1998)認為此種社會支持衰退與資源流失有很大的關聯，認為資源流失愈多，災民所需求的支持就愈大，因而社會支持的有效性就愈顯得不足。

因此，本研究第二個研究目的是欲了解資源流失愈多的災民，是否其接受到的社會支持與知覺到的社會支持評估就愈少，進而使心理症狀增加？

依 Hobfoll (1998) 的想法，雖然 COR 理論認為事物資源、條件資源、個人資源及能量資源均是人類生存的基本資源，但這些資源的重要性會因文化中所重視的程度不同而有所差異，但他尚未進行實徵研究加以證實；因此本研究的第三個目的是想探討在我們的文化中，哪一種類型的資源流失對於災難後的心理功能變化具有較大的影響力。

### 三、研究方法

#### 受試者

本研究於地震後的一年十個月左右進行，有 354 位受試者接受本研究調查，其中住自己家中的有 114 人，佔所有樣本之 32.2%，搬遷至其他住所者有 240 人（含住組合屋者 195 人，租屋、住親戚家及其他處所者 45 人），佔 67.8%，。這些樣本在其他人口學變項的分配比例可如表一所示。

#### 研究工具

本研究共採用四份測量工具：一為心理症狀反應問卷，二為資源流失調查表，三為因應量表，四為社會支持評估量表。

##### (1) 心理症狀反應問卷

此份問卷採用陳淑惠、林耀盛、洪福建與曾旭民(2000)根據精神疾病診斷手冊第四版(DSM- )有關創傷後壓力症候疾病的症狀，以及於地震後親臨災區現場協助社區心理復健工作的田野觀察與訪視筆記所編製而成的問卷。此問卷旨在測量災民出現

表一、本研究樣本在人口學變項的分配比例

人口學變項	分配	樣本數	有效百分比
性別	男	136	38.6 %
	女	216	61.4 %
	未填答者	2	
年齡	24 歲以下	101	28.7 %
	25-34 歲	69	19.8 %
	35-44 歲	92	26.5 %
	45-54 歲	62	17.8 %
	55 歲以上	25	7.4 %
	未填答者	5	
工作有無	有	196	59.0 %
	無	136	41.0 %
	未填答者	22	
教育程度	國小肄、畢	55	15.9 %
	國中肄、畢	57	16.5 %
	高中肄、畢	172	49.7 %
	大專肄、畢	53	15.3 %
	研究所以上	9	2.6 %
	未填答者	8	
婚姻狀況	未婚	117	33.6 %
	同居	5	1.4 %
	已婚	192	55.2 %
	分居	2	0.6 %
	離婚	23	6.6 %
	鰥寡	9	2.6 %
未填答者	6		
族群	閩南	217	63.3 %
	客家	29	8.5 %
	外省	20	5.8 %
	原住民	74	21.6 %
	其他	3	0.9 %
	未填答者	11	

與災難相關的生理與心理反應，這些反應包括了重複經歷災難反應，逃避或心理麻木反應，過度警覺反應及身心症狀。此問卷共有 52 題，計分方式採 Likert 四點式的評估，「0」表示「從來沒有」，「1」表示「偶爾有」，「2」表示「有時如此」，「3」表示「經常如此」，分數愈高，表示受測者的心理症狀愈多。

本研究以因素分析方法抽取出四個因素，總解釋變異量為 51.49%。本研究將這四個因素分別命名為「身心症候群」，「惡兆的預測/影像的反覆」，「刻意逃避/心理麻木」及「功能不良的因應」，其內部一致性係數值分別為 .93， .93， .92 及 .83。這四個因素的題目內容與陳淑惠等人(2000)的研究中之四個因素內容大致上符合，可

見其具有良好的信度。

#### (2) 資源流失調查表

本研究採用 Freedy 等人 (1992) 依據 COR 理論，且適用於因災難造成的資源流失的評估而編製的調查表。經由因素分析法抽取出四個因素，分別命名為「個人特質與能力資源」、「能量資源」、「家庭條件資源」和「時間資源」，其內部一致性係數值各為 .95，.94，.89 和 .67，總解釋變異量為 56.42%。

#### (3) 因應量表

此份量表採用 Carver、Scheier 與 Weintraub (1989) 所編製的 COPE 問卷，共有 53 題。COPE 量表可用來評估一般人較常慣用的因應方式 (dispositional coping style)，亦可用來評量面對某一特定壓力源時，個體會傾向使用何種因應型態。本研究對此量表進行因素分析，經由陡坡檢定法抽取出四個因素，分別命名為「問題解決、重釋與接受」、「逃避」、「情緒分享、調節與發洩」及「信教」，其內部一致性係數值各為 .94，.83，.79，.88，總解釋變異量為 42.63%。

#### (4) 社會支持評估量表

此份量表乃依 Kaniasty 等人 (1990) 編製的支持期待量表 (support expectation measures) 而來，該支持期待量表分成兩類的支持系統，一為親屬與非親屬的支持系統，它屬於來自「人」的協助，另一為體制的支持系統，它屬於來自「機構」的協助，例如民間慈善機構、政府機關、農會及宗教團體等。Kaniasty 等人 (1990) 在研究中僅比較親屬與非親屬的支持對災民的影響，因此其測量方式乃利用四點式的 Likert 型態的評估，了解災民對這些支持系統是否能有效地幫助他們，以「1」表示「完全無法協助」，「4」表示「完全可以協助」。

本研究經由因素分析的結果發現，不論是哪種社會支持評估，均可得出兩個因素，分別為「機構的支持」與「親友的支持」。於實際獲得的評估中，這兩個因素的總解釋變異量為 65.16%，內部一致性係數值分別為 .80 及 .74；在希望獲得的評估中，這兩個因素的總解釋變異量為 68.71%，內部一

致性係數值分別為 .81 及 .80。

### 四、研究結果與討論

災民至今究竟出現哪些「經常如此」發生的心理症狀？本研究將受測者在「心理症狀反應問卷」填答為「3」，亦即「經常如此」的前 20 項心理症狀內容及其比例，呈現於表二。由表二看來，目前比較困擾災民的症狀聚集在「身心症候群」及「惡兆的預測/影像的重複」，其「經常如此」的比例在一成以上。由此可見九二一地震的創傷反映在民眾的壓力反應及負面的情緒與思考的反應。

那災民的資源流失狀況又如何呢？本研究將受測在「資源流失問卷」填答「完全流失」的題項，列出其百分比的排序，表三列出前十種較嚴重的資源流失內容。

表二、災民之心理症狀排名前二十之內容及百分比

題目	有效樣本	%
7.睡不穩	351	18.5
6.睡不著	354	17.2
9.感到地震可能又再發生	353	15.9
34.容易疲憊	353	15.9
42.腰酸背痛	354	14.7
23.過度警覺或敏感	352	14.5
5.容易生氣	353	13.9
41.肩膀酸痛	353	13.9
21.記憶減退	351	13.4
25.容易受到驚嚇	353	12.7
24.社交退縮、懶得參加活動	350	11.7
8.感到不好的事情可能發生	354	11.3
18.感到無助	348	10.6
10.不愉快的念頭、想法重覆出現腦海	353	10.5
22.念念不忘傷痛的事	353	10.2
44.胸悶	351	9.1
43.心悸	350	8.6
12.瞬間其他不愉快記憶再現腦海	353	8.5
45.常感冒 (或感冒不容易痊癒)	349	8.3
39.頭暈	354	8.2

由表三可知，地震帶來的衝擊，除了個體的傷亡及房舍的毀損之外，最直接的部分

是個人經濟資源或財物的流失。兩成左右的災民認為他們沒有足夠的收入、多餘的金錢運用，以及個人財產的流失，因此使得財務穩定度變差。

表三、災民之資源流失情形排名前十項的內容及其百分比

題目	有效樣本	%
5.多餘的金錢	351	23.9
4.足夠的收入	352	21.6
9.穩定的工作	351	20.8
7.經濟資產（股票、財產等）	343	19.8
2.儲蓄或急用金	352	19.3
1.財務穩定度	351	18.2
8.需要時有金錢上的援助	346	17.9
6.參與自我提升的費用	346	13.9
37.退休金	340	12.9
17.足夠的睡眠時間	349	11.5
10.足夠的財力信用	351	10.8

由表二、表三的結果來看，是否意謂著災民的能量資源流失是影響災民心理症狀的主要來源？回答此問題之前，本研究首先想瞭解各測量工具之因素間的關聯，其結果可如表四所示。

由表四的結果可知，四種資源流失均與心理症狀反應間呈現顯著的正相關，之中以個人特質及能力的流失、能量資源流失，及家庭條件資源流失與心理症狀的相關較高。此種結果符合COR理論的看法。

從社會支持與心理症狀之間的相關來看，期待得到的社會支持對心理症狀的影響比實質接受到的社會支持對心理症狀的影響要來得大，從外在機構接受到實質協助與心理症狀之間相關係數接近0；而實質上接受到親友的支持則與心理症狀間呈現負相關。

表四、本研究各測量工具的因素間之相關（N=354）

		症狀				資源流失				社會支持				壓力因應型態			
		身心症候群	惡兆預測/影像反覆	刻意逃避/心理麻木	功能不良之因應	個人特質、能力之流失	能量資源流失	和諧家庭資源流失	時間資源流失	期望：機構支持	期望：親友支持	實質：機構支持	實質：親友支持	問題解決、重釋與接受	逃避	情緒分享、調節與發洩	信教
症狀	身心症候群																
	惡兆預測/影像反覆	.71***															
	刻意逃避/心理麻木	.71***	.77***														
	功能不良之因應	.76***	.67***	.72***													
資源流失	個人特質、能力之流失	.46***	.43***	.47***	.42***												
	能量資源流失	.46***	.41***	.41***	.41***	.68***											
	和諧家庭資源流失	.40***	.32***	.34***	.38***	.73***	.66***										
	時間資源流失	.37***	.26***	.30***	.24***	.57***	.45***	.58***									
社會支持	期望：機構支持	.28***	.37***	.24***	.26***	.17**	.34***	.24***	-.03								
	期望：親友支持	.17**	.24***	.17**	.12*	.10	.15**	.11	.03	.60***							
	實質：機構支持	.01	-.04	-.01	.05	-.01	-.05	.04	-.09	.28***	.09						
	實質：親友支持	-.15**	-.15**	-.16**	-.15**	-.25**	-.24***	-.20***	-.06	.01	.14**	.44***					
壓力因應型態	問題解決、重釋與接受	.05	.08	.04	-.01	-.17**	.08	-.03	.04	.16**	.16**	.03	.08				
	逃避	.32***	.37***	.34***	.38***	.25***	.28***	.27***	.17**	.24***	.11*	.06	-.09	.16**			
	情緒分享、調節與發洩	.09	.21***	.11	.05	-.09	.06	.01	.06	.27***	.23***	.11	.18***	.70***	.30***		
	信教	.19***	.26***	.15**	.11	-.01	.08	.04	-.01	.36***	.21***	.16**	-.10	.28***	.25***	.33***	

註：“\*\*\*”表 $p < .001$ ，“\*\*”表 $p < .01$ ，“\*”表 $p < .05$

在因應型態與心理症狀的相關裡，除了問題解決、重釋與接受與心理症狀的相關不達顯著外，其餘的三種因應型態至少與一種心理症狀達到顯著性的正相關。另外，信教除了與「功能不良之因應」因素的相關未達顯著外，與其他三個心理症狀因素的關係均達顯著之正相關。

資源流失與社會支持及因應之間的關係又為何呢？由表四的結果來看，除了時間資源流失與四種社會支持評估因素的相關未達顯著性之外，實質接受到親友的支持與個人特質、能力，能量資源及和諧家庭資源間的相關均達顯著性，且成負向關聯，而期待機構支持則與這三項資源流失間呈現出正向的顯著關聯性。此結果表示資源流失愈少的災民，愈覺得他們獲得較多的實質親友支持，也愈不期待機構給予其支持。

從資源流失與因應的相關來看，逃避與四種資源流失的相關達顯著性，這表示資源流失愈多的人，愈傾向使用否認或逃脫等的逃避式因應。值得注意的是，個人特質及能力流失與問題解決、重釋與接受間呈現顯著的負相關，此結果意謂著當個人採用積極式的因應時，相對地其個人特質及能力資源的流失較少，反之亦然；因此在未來的研究中，可進一步探討積極式的因應及逃避與個人特質及能力資源流失的共變關係。

綜合上述的結果來看，資源流失、期待的社會支持及逃避式的因應均是影響心理症狀較強的變項，其中究竟是哪些變項更能預測心理症狀的發生呢？本研究分別以各種心理症狀當為依變項，並且採用與依變項的相關具有顯著性的其他變項為獨變項，先進行同時迴歸分析，選擇出標準化  $\beta$  值的  $t$  考驗概率小於 .05 的變項，再進行逐步迴歸分析。由表五的結果顯示，「個人特質與能力流失」是影響各種心理症狀的最強變項，其解釋變異量在 19.8% 至 23.9% 之間。此結果符合 COR 理論及 Freedy 等人 (1992; 1994) 的研究結果，亦即災難後，資源流失對心理症狀的影響比因應的影響要來得大。但是在各類型資源的流失之中，又以個人特質與能力流失的影響為最大，其影響性甚至超過「能量資源流失」；雖然在表二中

顯示災民目前流失最多的主要是能量資源，但是對心理症狀的影響，能量資源流失僅對「身心症候群」具有影響性，其解釋變異量僅為 1.3%。由此看來，個人於災難後一旦失去生活目標、意義及有利成長與生活的特性時，其對心理症狀發生的解釋變異量比經濟或財物的流失超出 15 倍以上。另外，「逃避」因應型態對四種心理症狀的影響性亦具決定性，其解釋變異量為 2.1% 至 6.7% 之間，此變項對心理症狀的影響除了在「惡兆預測/影像反覆」之外，均比「期望機構支持」的影響力來得大。由上述的結果來看，本研究認為影響災民心理症狀的發生，主要來自於其個人成長、有利生活的特質與能力的喪失及採取無效、防衛的因應型態，亦即於災難後個人內在心理特性對心理症狀的影響比外在經濟惡化及財務困難帶來的影響要來得大。

表五、逐步迴歸分析結果 (N=354)

進入順序	預測變項	總解釋變異量	增加之 $R^2$	增加之 $R^2$ 之 $F$ 值
依變項：身心症候群				
1	個人特質、能力之流失	21.9%	21.9%	69.73***
2	逃避	27.5%	5.6%	19.22***
3	期望：機構支持	29.8%	2.3%	8.12**
4	能量資源流失	31.1%	1.3%	4.54*
依變項：惡兆預測/影像反覆				
1	個人特質、能力之流失	20.6%	20.6%	62.99***
2	期望：機構支持	28.3%	7.7%	26.15***
3	逃避	30.4%	2.1%	7.27**
4	期望：親友支持	31.6%	1.2%	4.28*
依變項：刻意逃避/心理麻木				
1	個人特質、能力之流失	23.9%	23.9%	76.88***
2	逃避	27.8%	3.9%	13.30***
3	期望：機構支持	29.8%	2.0%	6.86**
依變項：功能不良之因應				
1	個人特質、能力之流失	19.8%	19.8%	61.30***
2	逃避	26.4%	6.7%	22.57***
3	期望：機構支持	27.9%	1.4%	4.85*

註：\*\*\* 表  $p < .001$ ，\*\* 表  $p < .01$ ，\* 表  $p < .05$

由表五中亦可發現，期望機構支持對四種心理症狀的發生亦具影響性，解釋變異量

在 1.4% 及 7.7% 之間，由此可見影響災民是否具有心理症狀，除了受前述的變項影響之外，尚包括其對外界機構多給予協助的期待之強弱。

## 五、討論

整體來說，本研究的結果支持 COR 理論之觀點，亦即資源流失對心理症狀的影響較大，影響力超過因應型態及社會支持等變項。本研究更發現，災民的資源流失中又以個人特質與能力的流失最能預測心理症狀的發生。另外，經由逐步迴歸分析的結果發現，逃避因應型態與期待機構的支持對預測心理症狀的變化亦具有影響力。於社會支持方面，期待的社會支持對心理症狀的影響程度超過實質的社會支持之影響程度。

Aldwin、Sutton 與 Lachman (1996) 提出的偏差擴大模式 (deviation amplification model) 認為，災難事件是否帶來不適應的結果端賴於個人的資源，當個人擁有較多的個人資源 (如自我掌握性) 時，他愈會採用積極的因應，使其減緩受災難的影響，並且再增強自己的個人資源。本研究於迴歸分析的結果中發現，個人特質與能力流失及逃避的因應方式均能顯著地預測災民的身心症狀，此種結果也呼應 Aldwin 等人的看法。由此看來，個人如何讓自己免於困在災難的影響之中，其中一條具有影響性的解決之道可能在於找回自己原先具有的內在控制感或自我認同。

那麼採用何種方法可減緩個人資源的流失呢？從本研究相關結果來看，「問題解決、重釋與接受」及「實質的親友支持」均與個人資源的流失呈現顯著的負相關，這是否意謂著這兩種方法可減少個人資源的流失？Freedy 和他的研究小組 (1992; 1994) 發現個體會根據他的特長來選擇及使用他已有的因應方式，如果他所保有的資源允許他主動尋求問題解決，並且解決是可行的，那他就很可能選擇這條路徑。如果問題解決的路徑被封阻，或是他缺乏足夠的資源，或是他過去使用資源的紀錄是不成功的，他仍然會試圖去因應，但當有效策略不可得時，就會進入防衛性的姿態。由本研究結果來

看，當涉及個人心理特性的資源流失不大時，會促使個人採用直接面對問題、接受問題並給予正向意義的詮釋，或找具有相同狀況的人分享自己的感受，以增加共感性 (universality) 來度過困境，如此回過頭來又減緩自己內在特性與能力評估的流失，但是當此項資源流失愈大時，個人愈易於採用放棄、否認及逃脫的因應型態。依 COR 的理論，是由資源流失的多寡決定了因應型態的選擇，但是此種論點需進一步以長期追蹤的方法來澄清。

如果未來長期追蹤研究的結果能說明積極式的因應可以直接緩和資源流失的現象，那就可以指導災民如何培養直接面對與解決問題的能力，以及找出新的生活目標與意義。同樣地，若能在長期追蹤的研究中發現社會支持 (尤其是來自人的協助) 對於減少資源流失有所影響，或許可提供災民一條遏阻資源流失發生的途徑。

國外的研究結果指出宗教可協助災民度過苦厄 (Tedeschi & Calhoun, 1995)，但是本研究的結果卻指出信教與心理症狀間呈現顯著的正相關，為何如此？本研究認為宗教信仰的重要性是對個人生命意義有個正向的註腳。因此，如果個人僅是將自己的問題丟給外在的力量來承擔，那他可能會逃避任何會勾起傷痛回憶與想法的線索，並且避免去碰觸那些會一再提醒災難可能再次發生的刺激。

黃君瑜與許文耀 (2002) 的研究指出，一旦學生在災後不久產生刻意逃避災難的種種議題或活動的行為時，則他們會採用信教來解決其困境。由此看來，信教成為一種逃避心理困境的方法，所以信教與心理症狀呈現顯著的正相關；但同時也發現，信教具有一項功能，那就是可以在宗教團體裡得到情緒的抒發與支持。如此看來，以信教來當為災難後困境的因應型態，其歷程是相當複雜的，它是否能對適應發揮作用，端賴於個體在信教中能否找出災難的正向意義 (Tedeschi & Calhoun, 1995)。

## 六、研究限制

雖然本研究的結果指出個人特質與能

力流失是最能影響心理症狀發生的重要變項，但是從表二的前十項流失內容來看，災民流失最多的內容大多與財源流失有關，為何如此？或許在表面上，災民所遭遇到的是經濟資源流失的困頓，但真正喪失的是個人克服困境的能耐，以及個人生活目標的喪失。可是從另一個角度來看，本研究的結果也可能是來自於能量資源與個人特質與能力資源的相關過高 ( $r = .68$ )，以致進行逐步迴歸分析時產生了排擠效應；同樣的，家庭條件資源與個人特質與能力資源有高相關 ( $r = .73$ )，因而進行迴歸分析時，家庭條件資源變項亦被排除。

## 七、參考文獻

- 許文耀 (2000)。921 地震災區學生的因應型態與心理症狀的關係。「*中華心理衛生學刊*」, 13, 35-59。
- 陳淑惠、林耀盛、洪福建、曾旭民 (2000)。九二一震災受創者社會心理反應分析-兼論「變」與「不變」之間的心理社會意涵。發表於「當前台灣社會與文化變遷--九二一震災後的台灣社會與文化變遷」學術研討會。台灣:中央大學。
- 黃君瑜、許文耀 (2002)。九二一地震災區學生的因應型態、樂觀與心理症狀的關係--一年後的追蹤研究。「*教育與心理研究*」(印刷中)。
- Aldwin, C. M., Sutton, K. J., & Lachman, M. (1996). The development of coping resources in adulthood. *Journal of Personality, 64*, 837-871.
- Benight, C. C., Ironson, G., Klebe, K., Carver, C. S., Wynings, C., Burnett, K., Greenwood, D., Baum, A., & Schneiderman, N. (1999). Conservation of resources and coping self-efficacy predicting distress following a natural disaster: A causal model analysis where the environment meets the mind. *Anxiety, Stress, and Coping, 12*, 107-126.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretical based approach. *Journal of Personality and Social Psychology, 56*, 267-283.
- Collins, D. L., Baum, A., & Singer, J. E. (1983). Coping with chronic stress at Three Mile Island: Psychological and biochemical evidence. *Health Psychology, 2*, 149-166.
- Freedy, J. R., Saladin, M. E., Kilpatrick, D. G., Resnick, H. S., & Saunders, B. E. (1994). Understanding acute psychological distress following natural disaster. *Journal of Traumatic Stress, 7*, 257-273.
- Freedy, J. R., Shaw, D. L., Jarrell, M. P., & Masters, C. R. (1992). Towards and understanding the psychological impact of natural disasters: An application of the conservation of resources stress model. *Journal of Traumatic Stress, 5*, 441-454.
- Hobfoll, S. E. (1998). *Stress, Culture, and Community: The Psychology and Philosophy of Stress*. New York: Plenum Press.
- Hobfoll, S. E. (1988). *The Ecology of Stress*. Washington, DC: Hemisphere Publishing.
- Hobfoll, S. E., Dunahoo, C. A., & Monnier, J. (1995). Conservation of resources and traumatic stress. In J. R. Freedy & S. E. Hobfoll (Eds.), *Traumatic Stress: From Theory to Practice*. New York: Plenum Press.
- Holmes, T. H., & Rahe, R. H. (1967). The social readjustment rating scale. *Journal of Psychosomatic Research, 11*, 213-218.
- Kaniasty, K. Z., Norris, F. H., & Murrell, S. A. (1990). Received and perceived social support following natural disaster. *Journal of Applied Social Psychology, 1990, 20*, 85-114.
- Norris, F. H., & Kaniasty, K. (1996). Received and perceived social support in times of stress: A test of the social support deterioration deterrence model. *Journal of Personality and Social Psychology, 71*, 498-511.
- Norris, F. H., & Uhl, G. A. (1993). Chronic stress as a mediator of acute stress: The case of Hurricane Hugo. *Journal of Applied Psychology, 23*, 1263-1284.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1995). *Trauma and Transformation*. California: SAGE Publication, Inc.