

走過死亡幽谷邊界之復原力展現～ 一個生命的奇蹟

莊瑞君 (國立屏東教育大學心輔系研究生)
陳慶福 (國立屏東教育大學心輔系教授)

壹、序言

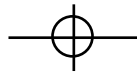
每個人都會面臨困境，沒有人可以豁免，困境可以是指家庭之外，例如戰爭、天災、車禍、謀殺；亦可以指家庭之內，例如離婚或分居、生病、性虐待等 (Grotberg, 1995)，這樣的危機從前常被認定會導致負面結果 (Rak & Patterson, 1996)。回顧過往，大多數專家在面對心理問題時，都是聚焦在如何解決，很少會瞭解心理復原層面 (Holaday & McPhearson, 1997)。1955年 Werner 進行縱貫性研究，即指出夏威夷 Kauai 島嶼上七百多名兒童中，有三分之一的兒童雖然生長在四到五個危險因子的環境中，卻仍然有接近百分之十的兒童可以從中恢復，長大後成為負責任、成就導向的人 (引自 Bushweller, 1995)。是什麼成就了這一切？「復原力」功不可沒！

貳、文獻探討

復原力 (resilience) 是什麼？“The Random House”字典說到：「在被彎曲、壓縮或損傷後，回歸原來形式或位置的力量與能力，也意指在病痛、憂鬱或逆境中立即恢復的能力」 (引自 Rak & Patterson, 1996, p. 368)。而 Klimes-Dougan 和

Kendziora (2005) 則認為復原力是發生在以下兩種情境中：(1) 個人在現在或過去必須暴露或面對逆境情境以及 (2) 個人在暴露或面對逆境時處置得宜。然而到目前為止，對於復原力所涵蓋的內涵有很多說法，並不統一 (Jew, Green, & Kroger, 1999)，多數的研究認為復原力不應該是單一定義，而是一個構念網絡，且可歸納為一些共同的因素 (Jew, Green, & Kroger, 1999)。Grotberg (1995) 指出，克服逆境的孩子們身上有三類復原力的內涵，分別是擁有的資源 (I have)、個人特質 (I am)、處事的態度與能力 (I can)，I have 包括正向的家庭環境與結合、重要他人無條件的關注與信任、結構與規律的環境；I am 包括中等以上的智力、樂觀與希望的正向思維、責任感、與尋求新奇經驗的好奇心；I can 則是幽默感、自我效能感、找出問題解決技巧、適應的疏離感、尋求並接受他人的幫助、具有同理心、自治能力與前瞻性的洞察力 (Bushweller, 1995; Holaday & McPhearson, 1997; Jew, Green, & Kroger, 1999; Kaplan, Turner, Norman, & Stillson, 1996; Konrad & Bronson, 1997; Rak & Patterson, 1996)。Grotberg 認為一個具有復原力的人並不需要同時擁有全部的因子，不過如果只有一個因子可能是不夠的。





多數學者均同意復原力在發展階段中涉及兩個組成因子，一個是危險因子，會增加個人易受傷性；另一個則是保護因子，用來幫助反擊與抵抗個人易受傷性與環境危害的效應，在任何時刻均潛在性綜合組成了復原力(Kaplan, Turner, Norman, & Stillson, 1996)。保護因子可以發揮多大效用呢？曾文志(2006)收集1970至2004年來相關復原力保護因子的實徵研究，運用統合分析技術，發現呈現中上且精確的效果量之保護因子中，個人特質部分包括正向情緒、智能、人際技巧，家庭聯結部分包括父母心理健康、家人支持，外在系統則包括家庭與外在聯結，其中又以「家庭與外在聯結」為最顯著的保護因子。再者，危險因子與保護因子對於危機中的個人，其經驗之改變與調整是可以概念化成一種歷程的。以往，學者分離單項的危險因子，企圖瞭解它對壓力事件後結果的直接效應，然而卻因發展歷程與經驗的交互作用而被遮蔽，原因在於復原事件是多因子的複雜歷程(Murray, 2003)，這些因子彼此互相且間接的影響著，形成一種動態的過程。而因子間運作的模式有三種，分別是：補償模式、緩衝模式與免疫模式，補償模式意指個人處於平常或危機的狀況中，同時擁有的個人和環境因子，可以抵銷危機的傷害，產生一種補償效果；緩衝模式則是藉由一些有保護性質的中介因子(mediator)，來緩衝危機的傷害，中介因子不同於資產之處在於其主要出現在危機情境中，而非平時就存在；免疫模式則是透過有保護作用的涉連因子(moderator)減輕危機的傷害，涉連因子與中介因子的不同處在

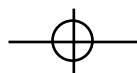
於前者是試圖阻止危機，後者則是減輕的效果，這三種模式常會同時發生，構成非常複雜的動力過程(曾文志，2004)。

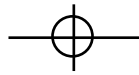
參、研究動機與目的

作者閱讀有關復原力的文獻後，發現其涵蓋的因子相當廣泛，為能瞭解復原力在創傷事件的過程中，扮演的角色與重要性，乃透過具體的生命過程事件來深入探討復原力如何展現。本研究以訪談一名曾遭遇嚴重車禍事件的個案，以其經驗車禍意外的心路歷程來進行說明。

肆、研究對象與研究程序

當作者從朋友的耳語中，得知有一名遭遇車禍截肢的學生恢復歷程相當驚人。於是透過他人的介紹，與之聯繫取得其同意後，開始進行訪談錄音研究，並參考Rak與Patterson(1996)發展問卷設計訪談大綱，以半結構方式進行面對面的深度訪談。訪談次數共兩次，第一次一百分鐘，第二次則是補充遺漏或不清楚之處，時間為五十五分鐘。再將訪談內容轉錄逐字稿，針對逐字稿內容進行開放式編碼，其中以「A」代表第一次訪談、「B」代表第二次訪談；「001」代表訪談內容序號，例如「A001-2」為第一次訪談中，受訪者所說第一句話的第二個重要句詞；「B002-3」則為第二次訪談中，受訪者所說第二句話的第三個重要句詞。為使讀者在閱讀時有連續的感受，將內容依據時間的順序，以故事的方式陳述。





伍、個案剖析

翻開沉重的雙眼，白色的醫院牆壁在眼前，腦子裡浮現著「我還活著」。三年前的她(以下匿名為小莉)發生了一場機車意外，搭乘同一部機車的同學未能存活，留在人世的她經歷住院、截肢、休學及進出醫院接受多次復建後，從四肢健全的人轉變成肢障人士，小莉在一年後決定復學重返校園，但在重返校園後卻經歷了不少的學習及生活挑戰，逐漸從逆境中調適過來，恢復生活秩序。到底是什麼樣的復原心路歷程讓她再度回到自己的生活？作者以：創傷前、大夢初醒、痛苦的復健、重返校園、恢復生活秩序五個生命階段，來呈現與說明小莉經歷機車意外後的變化及其復原力之展現。

一、創傷前階段

(一)正向家庭環境與結合、自治能力

小莉生長在一個經商的家庭，家裡有四個妹妹，與大妹相距三歲，小時候父親長年在外經商，母親必須負責家裡的店。主要照顧者為奶奶，身為長女的她，奶奶投注特別多的關注。之後當小莉逐漸成長，父親慢慢地留在家中的時間變多了。提起過往，小莉感覺父親不因距離而拉遠，始終很親近。愛講道理的父親，常期望她要獨立、有自己的想法，加上完全的信任給了小莉很大的支柱力量。此外，雖然父母並未受過高等教育，不會在孩子的成績上有所要求，但這樣的管教方式反倒造就了小莉在求學階段，對自我成績的自治能力。

對我而言，在小的時候，爸爸是個很新奇的訊息來源，就會覺得跟爸爸在一起就是覺得很有趣，他都遠端遙控我們(A075-3)。

我覺得我爸影響我很深就是，他說過一句話：「只要你認為是對的，你就去做，老爸在背後支持你！」(A016-1)。

我會自我要求，是因為好強，就是你越是不在意，我越是要做到不去讓你注意到都不行(A012-1)。

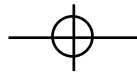
(二)責任感、理解分析資訊與情感疏離能力

小時候，看著父母辛苦賺錢，為能分擔他們的辛苦，小莉肩負起老大的責任，盯著妹妹們的功課，管理她們的生活瑣事。對於自己的情緒，一旦覺察自己因為一件事而難過時，自我保護意識的出現，產生一種情緒的疏離感，讓她能將思考、行動與造成困擾的來源區別開來，作進一步的處理。此外，善於分析的她，自述此能力源於小時候父親常帶她跟生意上的客戶接觸，解析各種話裡的意義，讓她知道往往一句話不見得只有一種意義，其背後可能有更多的涵義，因此分析對她而言變成了一種習慣。一直到整個創傷事件發生後，這樣的能力都不曾改變過。

我覺得我去照顧他們的心態，不是因為我是老大，我比他們年長，要管他們，而是為了分擔爸爸媽媽的責任，我會覺得爸媽很辛苦，所以幫你們忙OK(A074-2)。

當一件事讓我這麼難過時，我就會想，這件事情憑什麼讓我這麼難過。一旦我釐清它傷害我的點是什麼的時候，那我可能就針對這個點去做處理，情緒





就會冷靜下來，去做處理，去避免它再傷害我(A098-3)！

二、大夢初醒階段

(一)賦予逆境正向意義的信念

那年她大一，正值期中考後，事情發生的那晚，一個重要的男性朋友心情不好，找不到人陪他，所以邀她出遊，在擔心他的狀況下，晚上十一點多，兩人共騎機車長征南台灣。此後的回憶已是三天後醫院的白色牆壁與媽媽的哭聲，雖然曾經努力回想整個車禍的發生經過，但腦中始終一片空白。在加護病房裡，面對自己的右腿若不截肢可能引發敗血症而死亡，她選擇寧願活下來，就算切掉一隻腿也無所謂，最起碼她活著，祇要裝上義肢仍舊可以跟平常一樣。之後，當麻醉藥用到每日六支最高劑量的嗎啡，隨著傷口逐漸癒合，必須慢慢開始戒斷時，那一點一點減少藥量的調整過程裡，她彷彿是一個吸毒者，承受著突來的巨大疼痛，會有想罵人或打人的衝動，極少出現自責。

我覺得我可以走過來，最大的部份是心靈上的支持和自己的信念，就是你自己看待這件事情的態度、想法，你覺得它好，它就會好，你覺得它是不好，就變不好(A077-2)。

世界本來就是不完善的，並不是完整就表示完美，那我就覺得我身體有缺陷，那又怎樣，我還是我，我會覺得我的價值不是建立在這個上面，我覺得我的價值建立在我的信念上面，我怎麼看待我自己，那才是重要的(A072-1)。

(二)重要他人無條件的關注與信任、幽默的態度

回想起整個復原歷程，意外發生一開始，當其他人陷在難過悲傷的情境時，父親始終冷靜地在身邊告訴她，現在發生了什麼事；而之後的復健歷程中，父親更是全程接送，無微不至的看顧著她。後來為了面臨肢障的未來，覺察到會被人看扁而越想越生氣的她，以玩笑方式提醒的父親，讓她慢慢開始正視眼前的問題，而不再替未來擔憂。此外，父親常有許多天馬行空的話語，起初會讓她嚇一跳，不過，慢慢地習慣父親的幽默後，在不忘諱談殘缺的心理調適過程中，她接受了這個事實。

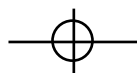
我真的覺得你身邊的人對你的影響很大，因為爸媽的搞笑讓我覺得我恢復很快(A047-2)。

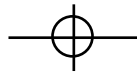
我爸很愛開玩笑，像有一次在看電視，我爸就說，你的腳為什麼踢我，我就說我那有踢你阿！他就說你的無影腳踢我(A040-2)。

三、痛苦的復健階段

(一)同儕支持與鼓勵

住院時適逢SARS期間，所以探病的人受到限制，有次同學們利用電梯管控人員換班時間，一群人偷溜進來探望她，讓她感動了很久。在出院後，仍不時因發炎或復健的關係往返於醫院數次，每次約住院兩個星期，這樣規律的醫院生活是一段很奇特的經驗，往後回到學校，因為每天發生的事情太多，反而沒有心思為了一件小事而有著單純的快樂。





在醫院的生活很規律，每天的生活就是在修身養性，不斷的休息再休息，每天只要有一點點開心的事情，就可以讓你開心一整天，甚至開心個兩、三天(A050-1)！

(二)自我效能感

後來，為了加速復原，接受高壓氧治療，在密閉形似太空艙的環境裡，有著大到快讓人爆開的巨大壓力以及難以入鼻卻可幫助細胞再生的純氧，因療程相當痛苦，醫生建議一個禮拜做三次，接送的父親看著小莉的辛苦，問她要不要休息幾天，但基於想要快點好起來的動機，小莉仍持續每天去接受長達一小時的治療，結果令醫生嘖嘖稱奇地在一個月就完成了所有療程。而在這段治療裡，她看到很多病患不同的病變，有的是口腔癌，臉部很恐怖，整個腫起來呈腐爛狀，有的則是剛剛發生車禍，血肉模糊的傷口暴露在外，透過與這些病人的交談中，她才發現其實自己真的很幸運。

在那段時間看到很多人生百態，也去了解到自己擁有多少東西(A045-1)。

因為它(高壓氧治療)很痛苦，所以我要趕快結束這個痛苦，我不想要把那個時間拉長，趕快速度過這段時間，過了我就不用再來了(A042-2)。

(三)同理並安慰他人

在家中休養初期，肢障讓小莉一開始有想要躲起來的衝動，然而父親堅決不許她一直待在樓上，希望她與人互動。在這樣與人接觸的過程裡，小莉常會引起別人的同情，甚至是相關經驗的分享。曾經有一次，一位女士提到親人也是因為車禍被截肢，從此之後整個家

庭陷入一片黑暗之中，聽完後的小莉不斷給予鼓勵與安慰，經由分享，她深深的體會到父親的用心良苦。

那時候回家，我爸很堅決我一定要在店裡，不允許我躲在樓上，他認為我要下來看人、給人看啊(A033-1)！

我爸認為當你在安慰人家時，你同時也在安慰你自己(A048-3)。

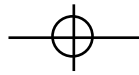
四、重返校園階段

(一)找出問題解決技巧、尋求他人協助

一年後，回到學校，降一個年級讓小莉產生歸屬感的認定問題，她發現自己在班上找不到依歸，跟同學始終有距離感，所以起初她大多是與舊同學來往，上下課都是請他們將自己從宿舍推到教室門口，再撐柺杖坐到位置上，但隨著課程差異變大，交集點的減少讓她只好轉向現在的同學求助，竟發現同學們的熱心，原先的隔閡在接觸日益頻繁的狀況下慢慢不見。除此之外，就學期間曾有失眠問題，求助過學生輔導中心，服過藥物後，就慢慢消失了。另外，為能早日脫離對輪椅的依賴，她每天撐著柺杖在操場練習走路，一開始常因施力點的不當而跌倒，進步速度也不如自己預期，時快時慢，遇到瓶頸時，小莉會主動請教醫生，持續努力訓練自己的體能。再者，外表不同以往的她常在電梯中遇到他人異樣的眼光，從一開始的自卑到現在的坦然開放，小莉一步步在錯誤中學習調適。

我會去複診的時候就問醫生說為什麼我突破不了，他說正常人體力都有一個極限，就是平常一般人跑操場到2000的時候，就會覺得很痛苦很痛苦，可是





如果你撐過去，後面就覺得很順，你現在就是卡在那個地方(B014-2)！

一方面是自己還沒接受，另一方面也怕別人嚇到，而且通常我講說我截肢，別人都有一種驚嚇的表情，一開始我會覺得我自己是怪物，到後來就會覺得你沒看過世面，讓你開開眼界(B052-1)！

(二)有效管理情緒

曾經有次她哭了！那天獨自一人到餐廳吃飯，後面一桌正巧是逝去友人的同學，那時聽到他們講了一句很傷人的話：「為什麼她還要回來，為什麼死的人不是她，而是…」，當下感到生氣，後來才知道難過，當她把這件事再轉述時，發現自己情緒呈現崩潰的狀態，才了解到自己的怨念，這樣的委曲就在哭泣的情緒表達中宣洩了出來。

之後我回想起這件事情，我慢慢發現，我會那麼激動是因為我有怨在，我怨他們怎麼可以講出那種話來傷害我，怨他們不去反省他們自己，當時並沒有自責(A068-1)。

五、恢復生活秩序階段

(一)樂觀與希望的正向思維、獨立

復學兩年後，目前的小莉已經從坐輪椅、撐拐杖、到撐手杖以義肢行走短距離的路程，也可以騎機車遊走四方，目前正打算成為汽車族。在別人眼中，小莉就是那麼的樂觀開朗，彷彿死神從未曾與她交會。在最近參加東部某國小閱讀營時，有小朋友露出傷疤說自己很勇敢，她還大方地將傷口秀出來呢！問到目前的生活情況是否有任何改變時，她提到雖然復學後是自己一個人住，但因為以前室友常不在，加上自己還蠻享

受一個人的時光，所以沒有太大的影響。不過，生活細節上是有了改變，例如洗澡時須將義肢拿下再做照護，以往可以站著洗，現在需要有椅子坐著才能洗，時間上變的較慢，另外因為走路變得較慢，上課時必須提早出發，有時心裡難免會很不平衡，不過這樣的抱怨慢慢地在一些好處的發現後逐漸釋懷。

所以我就給他看其他傷口，我是幾乎下半身都是傷，只是這隻腳比較嚴重，很多地方也是縫阿！就隨便秀一個給他看，我就哈哈！我就贏了，他看到的反應是「阿…我輸了(B024-1)。」

有時候我自己會找很多很好笑的藉口，比如說有一陣子下雨天，我出門的時候沒下雨，同學出門的時候下雨，我就會很開心，天有眼…就會開始給自己很多這種美好的事情，讓自己覺得OK(A096-1)！

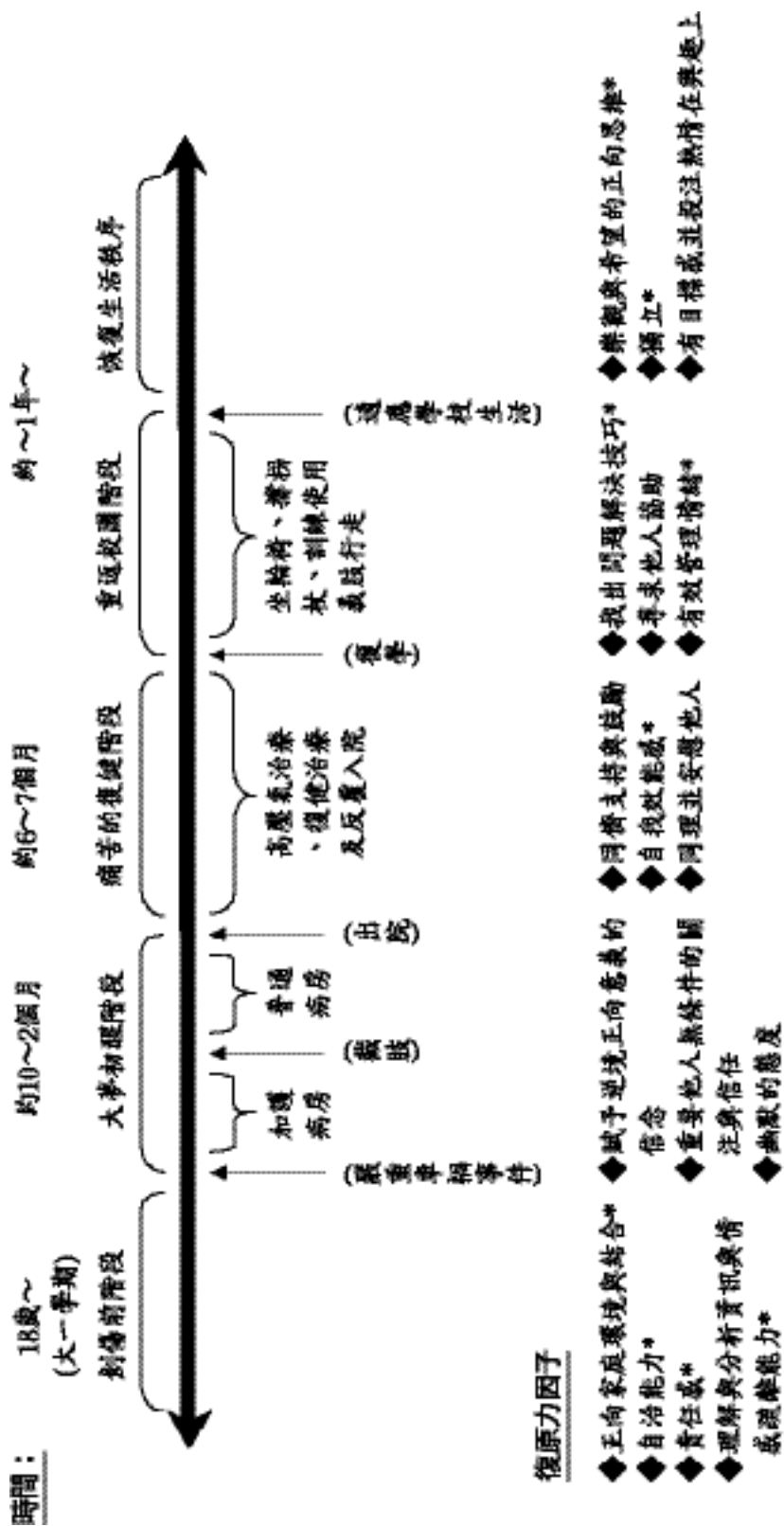
(二)有目標感並投注熱情在興趣上

經歷這個意外事件，她發現人生的無常，但對於自己的未來，卻始終有著明確的目標，就是成為商人，賺大錢養活自己，給父母豐渥的生活品質。這個想法讓她在商業領域上不斷攝取相關知識，並且主動去考取相關執照以作為專業的證明。

我會想要出去工作，暫時不考慮升學，唸書到現在已經有一點疲乏了，不知道我念這個對我未來會有什麼幫助，而且我覺得我一直在花錢，因為我的目標只有一個，我要賺錢養活我自己..(A093-1)。

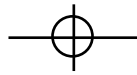
以下將小莉復原歷程與各階段的正向復原因子以圖一表示。





圖一：小菊復原歷程與各階段的正向復原因子

註：上述復原力因子若在其後有標註*者，代表此復原力因子非該階段獨有的，而是貫穿每個階段的。



陸、研究結果與討論

過去，復原力常被認為是一項成果指標，然而後來的研究發現復原力應該被定義為一種歷程的測量指標，因為復原力不是一個終點，它意味著在日常生活中持續不斷的努力，不需要隨著時間持續的存在，而是零星的點綴在挫折環境裡(Luthar, 1991)。在小莉的訪談中即印證上述的說法。以下作者綜合學者對保護因子的分類方式，依序說明各因子在小莉的復原歷程中，扮演的角色與影響力：

一、個人特質(I am)

I am所有因子均貫穿生命的五個階段，並非是創傷事件發生後才具備的，為重要的前置性因素之一，亦可說是補償模式的資產，並且是家庭環境塑造而成的，其中，智力能保護逆境中的人適應良好，效果可達中等以上(Murray, 2003)。小莉就讀國立大學，訪談過程中雖未評量智力，但透過其表達與接收資訊的能力，可知其智力應屬於中上程度，此因子可說是促成I can的形成，為個人特質的主要基礎。另外，小莉具備的責任感、樂觀與希望的正向思維、獨立三項個人特質，均讓她能將苦難事件視為人生的重要學習課程，學習原諒與忘卻，重新評估自己的生活，重新建構起生命中的優先順序，對於週遭世界的看法呈現出另一番不同的心靈地圖。

二、處事的態度與能力(I can)

(一)前置性因素

乍看之下，I can是事件發生時才顯現，但仔細探究，有些是早已存在的，

包括理解分析資訊與情感疏離能力、自治能力、自我效能感、找出問題解決技巧、有效管理情緒五項因子，貫穿於生命的五個階段中，為補償模式的資產。其中，分析能力讓她能獨立於車禍事件外，排除負面情緒，具備更多力量去面對逆境的考驗。Brooks與Goldstein(2003)提到要培養挫折復原力，必需有效管理情緒，若不花時間找出並反省自己情緒及想法，就很容易過於衝動，讓負面的情況重複發生(洪慧芳譯，2005)。再者，自治能力與自我效能感的重要性呼應許文耀(2003)的研究，能讓九二一地震災民免於困在災難的影響中，最具影響性的解決之道即在於找回自己原先具有的內在控制感。

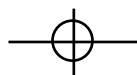
(二)非前置性因素

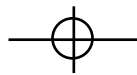
其他I can因子多數是因應逆境而發展出來的對策，包括幽默的態度、同理並安慰他人、尋求他人的協助、賦予逆境正向意義的信念、有目標感並投注熱情在興趣上五項因子。前二項均是父親在旁不時提醒所培養出來的能力，可說是家庭影響下產生的保護因子，其中，蕭文(1999)提到具有幽默感的人對事件能從不同角度來觀看，這樣的態度幫助小莉度過截肢的衝擊歲月。後三項因子則是源於個人特質(I am)中善於分析與多面向思考的慣性。因此，I can中的非前置因素就像是免疫模式中的涉連因子般，雖不是必要的，但仍可以減輕危機造成的效應。

三、擁有的資源(I have)

(一)前置性因素

主要是家庭層面，包括正向家庭環





境與結合與重要他人無條件的關注與信任兩項因子，眾多研究均提到前者為復原力的主要內涵，包括子女數少於四個、子女之間的年齡差距大於二歲、家中第一個孩子(Bushweller, 1995; Kaplan, Turner, Norman, & Stillson, 1996; Rak, & Patterson, 1996)。在這樣的環境中，多數都能在一歲前得到豐富足夠的營養，並能與照顧者有較少的分離時刻，進一步得到持續、溫暖的正向關係(Kaplan, Turner, Norman, & Stillson, 1996; Rak & Patterson, 1996)。小莉的家庭背景即符合以上的特點，這項資產也形成小莉許多的個人特質，就像是建造房子的地基一般重要，可說是貫穿生命歷程復原力展現裡最主要的持續助力。

(二)非前置性因素

包括家庭與學校兩層面，有重要他人無條件的關注與信任、同儕支持與鼓勵兩個因子，前者的重要性不斷在訪談過程中一再重現，父親可說是扮演整個事件中重要他人的角色，提供無條件的關注與信任。正如文獻所言，重要他人是提供復原力強而有利的促進因子(Bushweller, 1995; Kaplan, Turner, Norman, & Stillson, 1996; Rak & Patterson, 1996)。另一方面，學校中親近的好朋友，可以作為延伸的支持網狀系統，協助個人走過逆境(蕭文, 1999)。但小莉的生活中，較少固定與同儕維持一段長期的關係，朋友之於小莉，猶如生命的過客，其重要性在創傷事件中並不明顯。

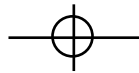
以上討論與分析的結果如下表一所示。

表一 小莉車禍截肢事件中復原歷程的危險因子與保護因子

各學者的分類		危險因子	保護因子	五個生命階段				
Grotberg	Murray			1	2	3	4	5
I am	個人	1.車禍事件 2.情緒問題	中等以上的智力*	粗線				
			責任感*	粗線				
I can	個人	無	樂觀與希望的正向思維*					粗線
			獨立*					粗線
			理解分析資訊與情感疏離能力*	粗線				
			自治能力*	粗線				
			賦予逆境正向意義的信念		粗線			
			幽默的態度		粗線			
			自我效能感*			粗線		
			同理並安慰他人				粗線	
			尋求他人的協助					粗線
			找出問題解決技巧*					粗線
I have	家庭	無	有效管理情緒*					粗線
			有目標感並投注熱情在興趣上					粗線
	學校	1.他人指責 2.歸屬感	正向家庭環境與結合*	粗線				
			重要他人無條件的關注與信任		粗線			
社區		訪談中未進一步瞭解此部份						

註1：甘特圖在說明保護因子之各細項於訪談個案五個生命階段(1.創傷前階段；2.大夢初醒階段；3.痛苦的復健階段；4.重返校園階段；5.恢復生活秩序)的分佈，線條意指保護因子在此階段發生效果，而粗線則是在階段中有關於此因子的獨特事件發生，可明顯看出保護因子的作用效果。
 註2：次類別參考研究所得(曾文志, 2006)，其後所做的標記*代表此因子是貫穿五個生命階段，持續存在的。





柒、研究結論與建議

一、結論

透過小莉的生命故事，作者整理出十六個復原力因子，其運作方式有三種。首先，補償模式的資產即為前置性因素，包括：家庭(I have)、個人特質與能力(I am與I can)，存在平時與危機中。特別是家庭的資產形塑I am與I can，就像是金字塔的根基一般，為很重要的磐石。再者，緩衝模式的中介因子為重要他人(父親)無條件的關注與信任，阻止危機對個人的傷害。最後，免疫模式的涉連因子則為I can與I have(學校)，減輕危機造成的影響，其中，有些I can是延伸自資產或中介因子而來，可知涉連因子會受其影響而有所調整。故整體而言，家庭橫跨資產與中介因子兩部分，存在有其必要性，為生命故事的靈魂核心。

二、建議

本研究進行方式雖為回溯性的訪談，但考慮到各種過渡時期對於壓力與挑戰的反應、對支持與保護的回應會因成熟度不同而改變(Murray, 2003)。故透過蒐集小莉孩提、兒童及青少年的資料，以期能較單一時間點的資料帶來更豐富的視野。建議未來的研究可多從不同層面或角度切入，若能以增加訪談次數，減少每次的訪談時間，變換訪談的情境，或許能得到更完整的面貌。在諮商輔導實務上，小莉提到在學校時，面對很多關愛的眼神，卻倍感莫名壓力，原本已在父親支持中走向生活的她，為了

讓對方安心，要假裝更開放、坦然，非由衷的表現，像演戲般，應付的很辛苦。

捌、結語

在小莉的創傷事件復原歷程中，資產這個前置性因素是不可缺少的，就像編織一條圍巾般，它扮演著毛線的角色，逆境與中介因子(家人支持)就像是棒針，小莉勾動著棒針，帶領毛線前進，編織出一條美麗的圍巾，展現如同一個生命的奇蹟。涉連因子則是外加的裝飾品，讓成品更具美感。因此，要形成一條獨一無二的圍巾，缺一不可。由此可知，讓小莉走過死亡幽谷邊界，不管是主要的或次要的每一項保護因子都扮演了它們的角色，發揮它們的功能。而對於其他遭逢相似經驗的人，小莉想告訴他們：「事情沒有你想像的那麼糟糕，多往好處看，你可以做的事情還有很多，這不是安慰！」期望透過小莉的現身說法啟發更多身處困境的人，探索自己的內心深處，努力開發與運用屬於自己的復原力。

參考文獻

- 洪慧芳(譯)(2005)。《挫折復原力》。台北市：天下。(Brooks R., & Goldstein, S., 2003)
- 許文耀(2003)。資源流失、因應、社會支持與九二一地震災民的心理症狀之關係。《中華心理學刊》，45，263-277。
- 曾文志(2006)。復原力保護因子效果概化之統合分析。《諮商輔導學報—高師輔導所刊》，14，1-35。



- 曾文志(2004)。如何和孩子談復原力。師友, 448, 60-65。
- 蕭文(1999)。災變事件前的前置因素對心理復健的影響—復原力的探討與建構。測驗與輔導, 156, 3249-3253
- Bushweller, K. (1995). What makes resilience? The American School Board Journal, 182, 18-23.
- Grotberg, E. H. (1995). A guide to promoting resilience in children : Strengthening the human spirit. (ERIC Document Reproduction Service No. ED 386271)
- Holaday, M., & McPheerson R. W. (1997). Resilience and severe burns. Journal of Counseling and Development. 75, 346-356.
- Jew, C. L., Green K. E., & Kroger J. (1999). Development and validation of a measure of resiliency. Measurement & Evaluation in Counseling & Development, 32(3), 75-89.
- Kaplan, C. P., Turner, S. Norman, E., & Stillson, K. (1996). Promoting resilience strategies: A modified consultation model. Social Work in Education, 18(3), 158-168.
- Klimes-Dougan, B., & Kendziora, K. T. (2005). Resilience in children. In Bailey, C. E. (Ed.), Children in therapy: Using the family as a resource. New York: Norton & Company.
- Konrad, K., & Bronson, J. (1997). Handling difficult times and learning resiliency. Paper presented at the Annual AEE International Conference Proceeding. (ERIC Document Reproduction Service No. ED414139)
- Luthar, S. S. (1991). Vulnerability and resilience: A study of high-risk adolescents. Child Development, 62, 600-616.
- Murray, C. (2003). Risk factors, protective factors, vulnerability, and resilience. Remedial and Special Education, 24(1), 16-26.
- Rak, C. F., & Patterson, L. E. (1996). Promoting resilience in at-risk children. Journal of Counseling & Development, 74, 368-373.