

緒論

生氣 (anger) 亦稱為憤怒，是人類的基本情緒之一，也是日常生活中普遍的現象 (Averill, 1983; Tavris, 1989)。許多實徵研究結果顯示，頻繁與高度的敵意、過度的生氣情緒，以及對他人的攻擊行為都會危及個體心理、社會和生理的健康狀況 (Potegal & Stemmler, 2010; Smith & Ruiz, 2002)，因此，生氣情緒管理一直是教育和心理領域中備受關注的議題。

Erikson (1963) 在心理社會發展理論中指出，青少年時期是個體界定自我的階段，他們越來越關注建立社會地位和支配地位，且經常使用攻擊行為來實現這些目標 (Cillessen & Mayeux, 2004)。青少年是具高度生氣情緒和攻擊行為的群體之一 (Kumar, 2017)，而生氣往往也是青少年避免感到悲傷、害怕或被傷害的唯一方式 (Schafer, 2015)。在此時期與生氣有關的問題是導致青少年死亡和許多負面發展結果的重要因素 (Mani, Sharma, Omkar, & Nagendra, 2018)。Inman、van Bakergem、LaRosa與Garr (2011) 指出青少年花許多時間在學校，學校對於青少年的行為有極大的影響。Nasir與Ghani (2014) 的研究也顯示，青少年主要的生氣情境發生在學校，其次為家中。臺灣青少年平均一天在學校活動8小時以上，因此對國中生而言，學校生活可說是影響其正、負向情緒的最主要因素。

Zhang、Musu-Gillette與Oudekerk (2016) 指出2013～2014年間，在美國有58%的公立中學記錄了一起或多起校園攻擊事件，顯示青少年暴力是美國的關鍵問題；而其他國家的研究亦顯示了青少年更高程度的生氣、攻擊和暴力行為 (Avcı, Kilic, Tari Selcuk, & Uzuncakmak, 2016; Itani et al., 2016; Nasir & Ghani, 2014; Sharma & Marimuthu, 2014)，因此，青少年的生氣情緒及所引發的攻擊行為和霸凌問題已成為各國心理衛生和教育界極為關注的議題 (甘孟龍、黃

秀霜、劉峯銘，2016；邱靖惠、蕭慧琳，2009；Burney, 2006; Burt, Patel, Butler, & Gonzalez. 2013; Feindler & Engel, 2011; Fives, Kong, Fuller, & Di Giuseppe, 2011; Kumar, 2017; Lovegrove, Henry, & Slater, 2012; Nasir & Ghani, 2014)。上述研究結果均顯示校園生活對國中生的生氣情緒有很大的影響，因此，本研究將聚焦於探討國中生在學校環境中的生氣情形。

許多學者以認知觀點來定義生氣，認為生氣是一種內在的衝突情緒，由個體對外在嫌惡刺激的評價與預期所引發，包含生理、心理及社會層面，並強調生氣的激起是被個體的認知和問題解決能力等因素所影響，故而重視個體對情境詮釋的內在心理歷程（Averill, 1983; Berkowitz, 1990; Feindler & Starr, 2005; Kassinove & Sukhodolsky, 1995; Novaco, 1979）。Novaco（1979）發展的生氣激起認知模式（cognitive model for anger arousal）認為在形成生氣情緒的過程中，生氣刺激、認知評估和反應行為是互相影響的。然而，此模式並未具體指陳引發個體生氣的主要認知或行為反應之內涵，且過去相關研究多聚焦於敵意認知、生氣情緒及攻擊反應之間的關係，其研究結果並不一致（Averill, 1983; Berkowitz, 1990; Buss & Perry, 1992; Ramirez & Andreu, 2006; Ramirez, Andreu, & Fujihara, 2001），而目前亦未見生氣歷程中認知、情緒和因應三個層面間因果關係之分析研究。

本研究關心青少年除攻擊行為之外，是否亦使用不同的生氣因應策略，並好奇國中生的敵意認知、生氣情緒及因應行為間的關係為何，故參考Novaco（1979）的生氣激起認知模式，由敵意認知、生氣情緒及因應行為三個層面建構國中生的敵意認知生氣模式並進行驗證，以期能提供國中生有效生氣管理之參考。