

我的壓力誰能知？花蓮縣國中小一般智能資優生剛加入資優班壓力之研究

國中社會人文組

我的壓力誰能知？花蓮縣國中小一般智能資優生剛加入資優班壓力之研究

作者:詹份雲。宜昌國中。七年二班

指導老師:葉怡君老師

## 壹、前言

### 一、研究動機

我要做這個主題的原因是因為我在加入國小資優班時，心裡就好像有一個大石頭壓在心上，因為就覺得大家都很厲害不知道大家的水準在哪，老師和家長開始一直盯著我，雖然我知道他們是關心我，但還是會使我覺得很煩很累，覺得老師和親戚為什麼一直盯我。也有研究指出壓力大部分來自在學業，人際關係，家庭關係。

在學業部分，現在資優生碰到十二年國教，所以家長們並因此邀求小孩子，不論補習或才藝班等，一定要給他補到半夜三更。學生應此出現精神不佳和成績退步以及情緒不穩等症狀，尤其資優生又有額外的資優班的作業，壓力一定會加倍升級，尤其現在人又一直提倡現在壓力很大，所以資優學生的壓力誰又知道？

在人際關係部分，現在霸凌事件多大數不清，就一整窩的螞蟻多上萬隻，尤其是否又有沒有浮上水面上的案件，羅曼羅蘭說過有了朋友，生命才顯出它全部的價值。再加上資優生性格有一點像天蠍的性格，因此被孤立時，心裡是否已經破脆到像玻璃渣一樣，尤其要恢復到破脆之前那樣那是多麼困難的事情，所以我們人類又是群居動物，會想要融入群體，孤立的感覺並不好受，所以資優學生的壓力誰又知道？

在家庭關係部分，有很多案例因為家庭壓力而跳樓自殺的案件，而且絕大部分是資優生，是否我們可以透過這個研究來知道資優生內心真正的想法，不再讓悲劇發生，好拯救無數條生命，所以資優學生的壓力誰又知道？那我們是否可以透過這個研究知道剛加入資優班的資優生的想法和他們的調適方法。再一依照研究結果給相關政府意見。

## 貳、正文

### 一、目的：

- (一)了解資優生的壓力原
- (二)了解資優生在遇到壓力時會如何調整自己的心情。
- (三)將來將研究結果，送給相關單位。

## 二、文獻資料:

### (一)花蓮縣資優生概況

依據 103.01.14 府教特字第 1030009684 號[花蓮縣國民教育階段資優資源班實施要點]所公佈的內容可以知道,目的為提供國民教育階段資賦優異資源班,因應資優學生需求建構適性教育之環境，實施特殊教育與相關服務之共同參考，以促進資優資源班順利運作，才發布這個公文。對象是資優資源班服務之對象，實施方法第一個是鑑定評量，有初審和複審，中間還有一個初選，第二個是教學補導要依據資優學生特質與需求，研訂個別補導計畫，其中課堂不可超過總課堂之 3/1，獨立研究和情意補導是必修課堂，而中年紀學生每週會有 1~2 堂國語以及數學課，高年級即可以自由選修包含獨立研究和情意補導的十堂課，第三個是支援服務，簡單來說就是要讓家長以及老師了解資優生，評分方式大多是資優班老師以及普通班老師一起評分，然後花蓮縣目前有兩所分別在花蓮市中正國小以及吉安鄉宜昌國小設立一般智能資優班，國中分別在自強國中設立數理資優班，國風國中設立語文資優班，然後每年宜昌國小以及中正國小一同招生，而國風國中和自強國中因為科目不同所以並無一起招生，但每年 11 月多會由四所學校聯合舉辦成果發表會，由其中一所主辦。

### (二)資優生的壓力來原

在一個研究之中有提到資優生大部分壓力來自於學業，人際關係以及家庭關係，以下是我自己覺得原因。

在學業部分，現在資優生碰到十二年國教，所以家長們並因此要求小孩子，不論補習或才藝班等，一定要給他補到半夜三更。學生應此出現精神不佳和成績退步以及情緒不穩等症狀，尤其資優生又有額外的資優班的作業，壓力一定會加倍升級，尤其現在人又一直提倡現在生活壓力很大，所以資優學生的壓力誰又知道？

在人際關係部分，現在霸凌事件多大數不清，就一整窩的螞蟻多上萬隻，尤

我的壓力誰能知？花蓮縣國中小一般智能資優生剛加入資優班壓力之研究是否又有沒有浮上水面上的案件，尤其資優生因為有些人忌妒他們才智，所以就開始霸凌資優生。羅曼羅蘭說過有了朋友，生命才顯出它全部的價值。再加上資優生性格有一點像天蠍的性格，因此被孤立時，心裡是否已經破脆到像玻璃渣一樣，尤其要恢復到破脆之前那樣那是多麼困難的事情，所以我們人類又是群居動物，會想要融入群體，孤立的感覺並不好受，所以資優學生的壓力誰又知道？

在家庭關係部分，有很多案例因為家庭壓力而跳樓自殺的案件，而且絕大部分是資優生，是否我們可以透過這個研究來知道資優生內心真正的想法，不再讓悲劇發生，好拯救無數條生命，所以資優學生的壓力誰又知道？

### (三)在醫學上的壓力解釋

壓力有分成兩種，第一種在大氣中的壓力，但我們要討論第二種壓力，在醫學中壓力是指一種感覺，並且在黃以謙醫生的著作『泰然駕馭都市壓力』中有提到壓力有分為好壞兩種，好的壓力可以讓我們有動力去做事情，例如當期中考這一個對我們學生而言是一種巨大的壓力，但它會使我們有動力去複習課業，但另外一種壞壓力，究有一些不好的副作用，如頭痛、失眠、緊張、腰酸背痛、發脾氣、不能集中精神、無胃口、情緒低落等徵狀，這些事情我們都要避免。

## 三、研究流程和方法

第一步驟：先決定研究主題

第二步驟：查詢有關於資優生和在醫學上的壓力

第三步驟：編輯問卷

第四步驟：回收問卷，統整資料。

第五步驟：撰寫研究論文。

## 四、研究對象

花蓮縣有待過資優班的資優生，用網路問卷去研究。

## 五、研究方法

問卷研究法：問卷調查法也稱問卷法，是調查者運用統一設計的問題向被選取的調查對象瞭解情況或徵詢意見的調查方法。問卷調查是以書面提出問題的方

我的壓力誰能知？花蓮縣國中小一般智能資優生剛加入資優班壓力之研究式搜集資料的一種研究方法。研究者將所要研究的問題編製成問題表格，以郵寄方式、當面作答或者追蹤訪問方式填答，從而瞭解被試對某一現象或問題的看法和意見，所以又稱問題表格法。問卷法的運用，關鍵在於編製問卷，選擇被試和結果分析。

研究器材：

研究器材是在我研究中所使用的器材，文具讓我記錄結果;電腦讓我查文獻和打報告;照相機讓我記錄過程。

名稱	文具	筆電	照相機
照片			
用途	研究記錄工具	查文獻打報告	記錄研究過程

問卷內容：

### 花蓮縣國中小資優生剛加入資優班壓力之探究

本問卷只用於研究，絕對不會洩漏個人資料

---

加入資優班時有沒有感覺到老師們盯著你一舉一動的眼光？ \*

有

沒有

加入資優班後親戚們是否會一直問你考幾分？ \*

是

否

加入資優班後是否覺得同學們對你的目光不同了？ \*

是

否

給你一次機會你還會加入資優班嗎？ \*

是

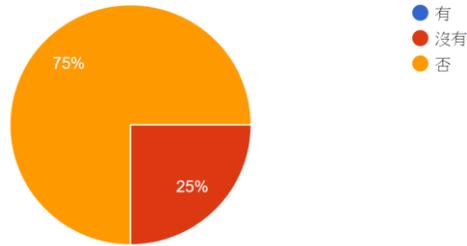
否

如果你感到有壓力時如何調解？如果沒有請打無 \*

詳答文字

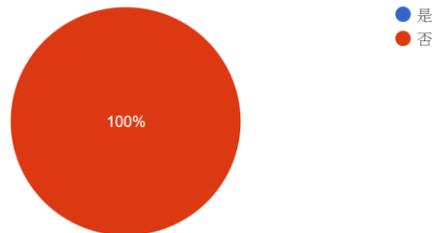
## 參、結論

加入資優班時有沒有感覺到老師們盯著你一舉一動的眼光？



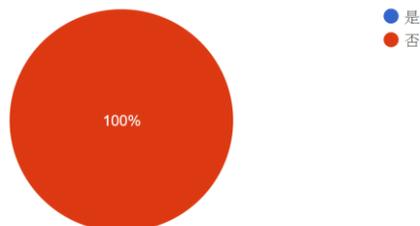
100%的資優生覺得加入資優班時沒有感覺到老師們特別關注自己。

加入資優班後是否覺得同學們對你的目光不同了？



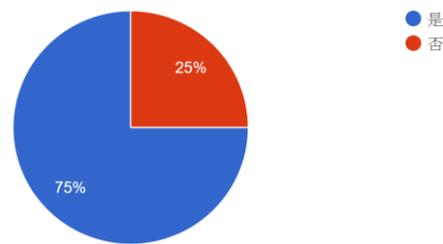
百分之百的資優生覺得加入資優班後同學們對他們的目光並沒有不同。

加入資優班後親戚們是否會一直問你考幾分？



百分之百的資優生覺得加入資優班後親戚們並不會一直問他們考幾分。

給你一次機會你還會加入資優班嗎？



百分之七十五覺得有再一次機會加入資優班，一定會加入資優班，百分之二十五覺得有再一次機會加入資優班，不會加入資優班。

所以我們可以知道真的有一些人後有壓力，但大部分人都覺得沒有壓力，哪為什麼網路有那麼多有關資優生的壓力負面壓力，我們可以推斷是一些像我一樣覺得有壓力的資優生，他們的個案被放大，並且以一個資優生的個案斷數百個資優生的狀況，所以如果你身邊有資優生同學，你不凡去問問看他們的感受。

## 肆、引註資料

維基百科，瀏覽日期：2018 年 9 月 29 日，

<https://zh.wikipedia.org/wiki/%E8%B3%87%E5%84%AA>

維基百科，瀏覽日期：2018 年 9 月 29 日，

[https://zh.wikipedia.org/wiki/%E5%A3%93%E5%8A%9B\\_\(%E9%86%AB%E5%AD%B8\)](https://zh.wikipedia.org/wiki/%E5%A3%93%E5%8A%9B_(%E9%86%AB%E5%AD%B8))

資優教育定義，瀏覽日期：2018 年 9 月 30 日，

<http://class.dgps.kh.edu.tw/wlj0920/%E8%B3%87%E5%84%AA%E6%95%99%E8%82%B2%E7%9A%84%E5%AE%9A%E7%BE%A9%E8%88%87%E6%A6%82%E5%BF%B5.htm>

壓力 - 什麼是壓力呢，瀏覽日期：2018 年 9 月 30 日，

[http://www.doctorwong.net/page.php?alias=what\\_1\\_1](http://www.doctorwong.net/page.php?alias=what_1_1)

娃娃魚谷部落格，瀏覽日期：2018 年 10 月 1 日，

<https://blog.xuite.net/pf121/101/60048694%E4%B8%80%E4%BD%8D%E8%B3%87%E5%84%AA%E7%94%9F%E7%88%B6%E8%A6%AA%E7%9A%84%E7%9C%81%E6%80%9D%E6%9C%AD%E8%A8%98>

商周，瀏覽日期：2018 年 10 月 1 日，

<https://www.businessweekly.com.tw/article.aspx?id=18653&type=Blog>