

新冠疫情之弱冠芳華青年世代社會心理資本資產要素探究： 疫居的處變應戰與發展

張祐霖、許育光

國立清華大學竹師教育學院學士班、國立清華大學教育心理與諮商學系

緒論

適逢社會變局中的疫情突起，作用於此世代大學畢業生的影響可謂非常深遠和複雜，對於原已預備謀職、深造、創業、出國等生涯願景，因社會運作停頓和人際嚴加阻隔而彷彿按下暫停鍵。在世界與社會靜止運作的狀態下，新型態的人際互動、求職路徑、家庭關係、人際互動和自我嘗試保持動態的持續前進，是一個非常值得探索的現象。

本研究著眼於大專青年發展議題之重要性、學用銜接與職涯發揮現象需要關注，且對於跨全球性的生態災難所帶來的衝擊急需進一步的理解，擬針對受疫情影響的青年世代進行調查與訪談；另一方面，不僅是關注於因應和策略等行動面的探討，研究期望能從資源面與復原力的角度或觀點，著重於對心理資本和社會心理資產來進行探討，以能發現其優勢和蘊蓄之力量，具整體性的來建構和理解新冠世代面臨危機和力求轉機脈絡下的應對面貌。

關鍵字：大專學務、心理資本、生涯發展、社會心理資產、新冠疫情

研究目的：本研究主要透過開放問卷調查與訪談，兩階段探討在新冠肺炎威脅期間，青年世代面對學習、生涯、職場、家庭人際等變化所產生的經驗與心理感受，以及其針對以上變化所做出的調適與開創，從而探究疫情脈絡下年輕世代潛在的社會心理資本資產及其重要的組成要素。

研究方法

研究一：

開放調查問卷研究將運用線上調查問卷，進行第一階段之資料收集，共採用53名(31位男性、22位女性)。問卷包含：1. 基本資料部分、2. 開放問卷部分，包含：防疫隔離期間與近兩年之關鍵事件與深刻經驗、壓力來源與挑戰、因應調適與開創、反思個人最匱乏與最具力量的要項，以及社會與環境層面之支持，最匱乏與最具力量的要項。

研究二：

研究以研究一的問卷結果延伸出訪談大綱，進行第二階段十位受訪者的半結構訪談。網以該青年世代之重要人生任務和生活重要層面為焦點，延伸補充詢問學業暫結、邁入社會與組織與職場、家庭關係與生活層面、個人生涯與專業等向度之探討，並著重於對自我社會心理資本資產之回顧和反思之陳述和探討。

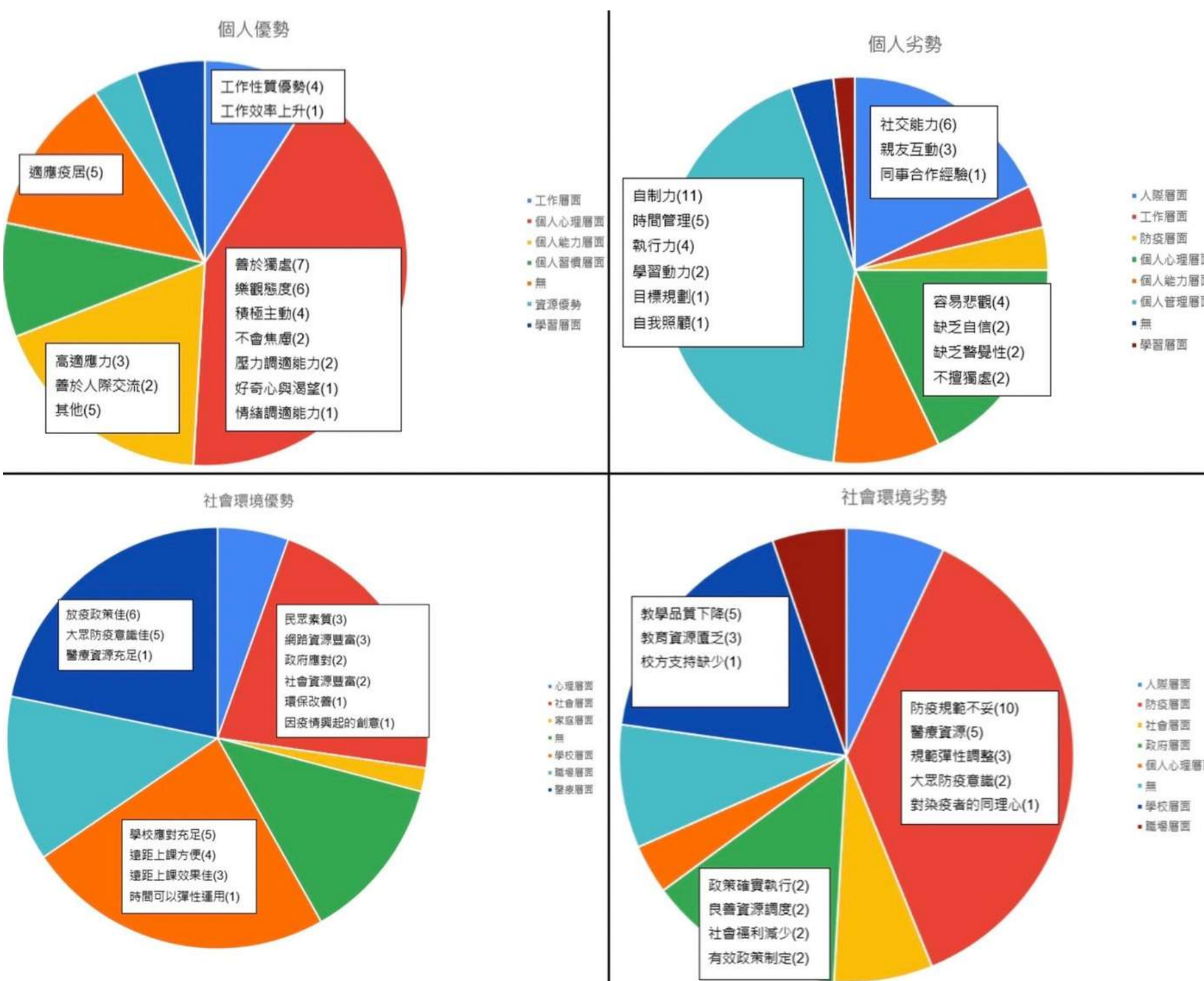
研究一：多元領域網路開放問卷調查

在關鍵事件與深刻經驗方面，最多的回應是關於學涯方面，包含學習模式改變(14)、活動終止(9)、出國學習終止(5)。

在壓力來源與挑戰方面，承接關鍵事件，大部分回應也是關於學涯方面，包含學習壓力(17)、活動受阻(2)、出國學習受阻(2)，顯示疫情帶給學生的大學生涯有很大的衝擊，無論是學習上或是回憶上。

在因應、調適與開創中，最多的回應是關於個人層面，提到了個人面對變化的心態調整(9)、新增興趣或紓壓習慣(9)、加強時間規劃(3)以及增加自我對話(2)，這個現象可能代表疫情變化使得青年世代更重視自己本身的生活、需求以及目標規劃。

關於個人優勢與劣勢以及社會環境優勢與劣勢的回應，將呈現在以下圖表中，並列出數量前三的層次的進行更詳細的說明。



研究二：歷程經驗訪談與分析

關於關鍵事件、壓力來源、因應調適這三個層面，大多數為問卷之延伸，因此在這邊並不贅述。其中最值得一提的，是青年世代對於線上學習，有些人認為線上學習導致知識吸收不良，但也有人認為線上學習可以根據自我步調調整學習速度，對於線上學習有所衝突的看法，是值得注意的地方。

以下則是綜合10位受訪者的半結構訪談結果，關於個人、社會環境之優劣勢的結果：

個人心理資本			
優勢		劣勢	
生活方面	善於獨處(4)	1. 調適疫居生活 2. 對自己的生活步調有更多掌控	學習方面
	適應力(1)		沒有足夠決心(1)
	樂觀(2)		怠惰(2)
	抗壓性(1)		缺乏即時應對與調整(1)
生涯方面	積極主動(4)		生活方面
	堅持卻不失彈性(1)		缺乏放鬆的心(1)
	有承擔與面對的勇氣(1)		自制力不足(2)
學習方面	好奇心(2)		生涯方面
	積極主動(1)		限縮未來生涯方向(1)
家庭方面	關心與警戒心(1)		猶豫不決(1)
人際方面	外向且善於社交(1)		不會思考備用方案(1)
			缺乏果斷決策力(1)
			人際方面
			缺乏與人互動合作的經驗(1)
			不擅於主動與人交際(1)
			家庭方面
			缺乏對關心程度的拿捏(1)
			職場方面
			吸引力或是應變能力有所欠缺(1)

社會與環境層面之支持

社會與環境層面之支持			
最具優勢		最缺乏	
學校方面	線上教學資源豐富(2)	學校方面	防疫措施有瑕疵或執行不確實(1)
	評分標準放寬(1)		校方資源缺少(1)
	相較學校環境下較突出的能力(1)		校方缺乏職涯輔導(2)
	防疫規範確實執行(1)		課程規劃可以更佳(1)
	給予心理支持與學習資源(1)		可以更幫助學生知識吸收(1)
	大學生時間規畫彈性(1)	社會方面	社會上給予確診者的關心與支持不夠(2)
社會方面	防疫政策與大眾防疫意識(3)		在疫情下社會忽略人民權利(1)
	工作補助政策(1)		防疫措施的調整可以更快(1)
	部分產業對於疫情帶來的轉變有抓住機會(1)		口罩制度的規畫可以更好(1)
	視訊軟體、網路資源很豐富(1)		政策不斷改動(1)
家庭方面	家庭給予的無條件支持(1)		防疫政策應該要更人性化與彈性(5)
			網路收訊不佳(1)
			政府沒有制定幫助受到負面影響的產業的政策(1)
		家庭方面	家人對疫情的態度不夠嚴謹(1)

統整與反思

受訪者代碼	自己	人際	家庭	社會環境
A	樂觀、適應力強	互相的心理支持與分擔壓力	無條件的物質與心理支持	在疫情初期的嚴謹防疫政策與大眾的良好防疫意識
B	樂觀、積極主動	人際關係給予的心理支持		
C	積極主動、擅於觀察、同理心	互相分享壓力或快樂的心靈支柱	經濟與精神支持	台灣大眾的防疫意識高
D	適應力強、抗壓性高		家人彼此之間的尊重與關愛	因應時勢的科技與網路資源。大眾的防疫意識與團結意識。
E	好學、自律、自我了解(更能發現自我需求)	彼此會更互相關心與友愛		感受到政府有在盡心盡力的應對疫情
F	樂觀、善於交流、善於表達	彼此之間生活與職場的經驗交流	開明的態度與無條件的支持	大眾的團結意識與法規遵守
G	樂觀、適應力強	親友之間的互相分享與心理支持		網路資源的豐富
H	善於獨處、自律能力		彼此凝聚力上升、關心變多	台灣對於疫情的初步控制良好
I	自律、勇於承擔、努力、獨立思考能力	人際互動的心理支持	家庭關係給予的精神與物質支持	
J	自律自制、抗壓性、自我對話能力、樂觀	朋友間互動的心理支持	家人給予的無條件支持	

結論與未來展望

結論：

- 樂觀、善於獨處、積極主動是青年世代認為在疫情時代下個人身上最重要的心理資本優勢。
- 青年世代十分關注政府的所作所為並用高標準來審視政府。
- 家庭與人際關係是疫情時代下對於青年世代非常重要的支柱。
- 線上學習究竟是利是弊，青年世代有不同的看法。

未來展望：

- 本研究涵蓋的面向多元，在輔導諮商、工商企業等領域皆有可能得以應用，未來研究應根據不同目的，進一步的做深入討論與研究。
- 可以更多元的招收不同科系、年齡、性別與生涯狀態的學生進行問卷與訪談，以豐富本研究的樣本，並針對青年世代進行更準確的研究。