

從 Dabrowski 的理論看資優生的情緒發展

張馨仁（中山女高特教組長）

資優生除了在課業方面常感覺和同儕的表現不一樣外，在情緒的發展上也常自覺和同儕不同。他們不但想法和別人不同，就連感覺也和同儕相異，這種不同，往往讓他們感到痛苦（Silverman, 1993），總認為自己不是哪裡出了問題。情況比較嚴重的資優生甚至會不滿自己的表現、希望放棄自己的資優，或掙扎於那綿綿無絕期的焦慮青春期中（Buescher, 1985）。因此，許多資優生常陷於這種能力與感受兩難的困境中。

Piechowski (1986, 1991b) 曾指出資優生和具特殊才能的學生有一項重要的特質，即對事物的一種強烈感受，這種強烈的感受包括栩栩如生的經驗、強烈的吸收欲、想要參透的感覺、想要包含一切的欲望，例如，他們是精力旺盛的、對知識有一種像海綿般的吸收力、有豐富而生動的想像力、對道德有強烈的敏銳度以及情感易受傷等特質。

Roeper (1982) 也指出，若以情緒的向度來看資優，資優其實指的就是一種較一般人有更強的知覺、更強的敏感度、有更好的能力將知覺轉換到認知與情緒的經驗裡。但在另一方面，這種強烈的感受也可能是負面的，例如，有些資優生常感到自己有一股無法控制的、危險的、具毀滅性的憤怒。又如，有些資優生僅僅在看到別人對某人生氣，就會感到強烈的痛苦，好像自己也被別人辱罵一般（Fiedler, 1998）。

綜上可知，資優生的這種強烈感受可以分為正向的及負向的，正向的發展可以是對事物有強烈而有效的掌控力、吸收力及想像力；負向的發展則可能是強烈的內在衝突、憤怒與痛苦。

為了讓家長、老師及輔導人員了解資優生的情緒發展特質，我們需要一個理論架構來幫助與支持資優生。Dabrowski 所提出的理論，即發展潛能的概念（Developmental Potential, 簡稱 DP），包括過度激動論（Overexcitabilities, 簡稱 OEs）及正向非統整理論（Theory of Positive Disintegration, 簡稱 TPD）。

Dabrowski 的情緒發展論和別的學者所提出的發展論有一些不同之處：

他將發展的向度只鎖定在個人的情緒生活上；雖然是發展論，且亦有階段性，但不認為年齡是影響發展的主要變項；一般認為情緒的衝突對個人發展是不利的（如 Ericson 的理論），但 Dabrowski 不但不認為如此，還認為這種內心的衝突正是資優生情緒發展的原動力。

Dabrowski 情緒發展論的重要性，包括下面四點：

1. Dabrowski 的理論對理解資優生的情緒表現有幫助，這些情緒表現如：自我懷疑、討厭自己、汲汲於求知、覺得自己和別人不同、覺得自己很渺小、不平衡、不理性、太苛求自己、太敏感等等。
2. Dabrowski 的理論解釋了情緒資優及自我實現的關係。
3. Dabrowski 的理論幫助我們了解及引導資優生的多階層情緒發展。
4. Dabrowski 的理論引發了後人對「個人發展」、「自我實現」及「資優」等主題的研究。（Piechowski, 1991）

情緒的敏感及強烈感受往往是辨別資優生的一項重要特質，尤其是那些特別資優的學生（Whitmore, 1980; Webb, Meckstroth & Tolan, 1982; Barbe, 1983; Silverman, 1983; 引自 Piechowski, 1991）。這樣的特質說明了為什麼許多資優生在孩提時代情感容易受傷（Roedell, 1984）進而導致學校生活適應不良（Richert, Alvino, & McDonnell, 1982）。許多人對於這樣的情緒敏感認為是不好的，但 Dabrowski 卻獨排眾議，認為這種敏感而易緊張的特質，正是資優生能夠更進一步發展的正向潛能。這就是其發展潛能理論的核心概念。在這個核心概念下就衍生出兩個重要的子概念：過度激動論及正向非統整理論。

壹、從過度激動論看資優生

Dabrowski 於 1938 年在其發展潛能的概念中，特別強調了資優生五種生理的過度激動，這種過度激動的情形是從小就有的，且是天生的。他認為這五種表現是資優生情緒宣洩的管道，它可以是微開的、半開的或全開的，管道越暢通，心理運作的強度越強，其強度可用來預測資優生的發展潛能，即，過度激動的程程度越高（尤指情緒、智能、想像的過度激動），發展潛能越大。這五種過度激動分別是心理動作的過度激動、感官的過度

激動、智能的過度激動、想像的過度激動以及情緒的過度激動，茲分別說明如下。

【心理動作的過度激動】

1. 生理機制：包括精力旺盛，如說話速度快、特別容易興奮、喜歡激烈的動作（如需快動作的遊戲或運動等）、喜歡競爭以及容易緊張、神經質等等。
2. 在行為的表現上：包括強迫性的說話及喋喋不休地與人聊天、強迫性的動作、工作狂、咬指甲等等。

【感官的過度激動】

1. 此種生理機制源於極度喜歡感官歡愉的經驗或因為內心的緊張而尋求發洩的管道所致，包括喜歡看東西、聞東西、嚐東西、摸東西、聽東西及性的衝動。另外，也喜歡美的事物、好聽的音樂、美的顏色、平衡的感覺等等，但有些資優生小的時候就對某些布料、食物（如吃某些食物會過敏）、膚觸（如，當尿布一濕就大哭）敏感。
2. 在行為的表現上：包括飲食過量、縱慾、購物狂及喜歡成為眾星拱月的對象。

【智能的過度激動】

1. 是一種強烈的心智活動：包括好奇、專注、能持續地從事智力的思考活動、大量閱讀、敏銳的觀察、能記住細部的視覺圖像以及能精密的計劃等等。
2. 在問題解決方面：會不斷地尋求新的概念，直到問題解決為止。
3. 在思考方面：不斷地思考、喜歡理論與分析、充滿了邏輯思維、有道德感、喜歡獨立內省的思考。
4. 智能的過度激動不等於智力：例如有些高智力者對文化、文學、新事物並不感興趣。

【想像的過度激動】

資優生常會有分心、發呆、出神、做白日夢的情形，這時他們可能有下列表現：

1. 自由地操弄想像力：在腦中常有一種影像、幻影，且很容易有一種詳實的視覺畫面、生動的知覺與神奇的想法。
2. 處在一種幻想的世界中：喜歡精靈的故事、腦中會創造一種自己的私人空間、有一想像的友伴。
3. 因為情緒的緊張而產生的自發性想像；腦中編織出一種混合現實與想像的圖像、編織出精緻的夢及幻想。
4. 對無聊感的忍受度很低。

【情緒的過度激動】

在五種過度激動中，情緒的過度激動出現的種類最多（Tucker & Hafenstein, 1997）。

1. 具強烈的情緒與感受：包括正向的感受、負向的感受、複雜的情緒及感受、有同理心以及能感受到最強烈的感覺等等。
2. 強烈的生理現象：包括胃痛、臉紅、心跳加速、手心流汗等等。
3. 強烈的情緒表現：包括壓抑（膽小、害羞）、熱心、迷戀、強烈的情感記憶、羞愧感、不實感、害怕、焦慮、內疚、關心死亡、憂鬱以及有自殺的傾向等等。

綜上所述，可見資優生的情緒敏感包括心理動作的、感官的、智能的、想像的以及情緒的五個向度。在心理動作方面可能有精力旺盛及神經質的情形；在感官方面可能有特別偏好某種感官刺激的情形；在智能方面，可能有強烈的求知欲、好奇、持續的思考等；在想像方面，可能有幻想、做白日夢、和想像中的友伴玩等；在情緒方面，則可能有生理的過度敏感（如胃痛、心跳加速、流汗）及情緒的過度敏感，如易興奮、熱心、焦慮、內疚、害怕等情形。

貳、從正向非統整理論看資優生

另一個在 Dabrowski 的情緒發展論中扮演重要角色的是正向非統整理論。Dabrowski 認為影響情緒發展的因素除了生理與環境因素之外，還有第三個因素，亦即「自主」的因素，它是一種自我引導的能力、一種內在的驅力。他同時認為，人之所以有追求完美的傾向或朝自我實現的方向發展，

就是因為有這種內在的驅力所致 (Dabrowski, 1964)。但 Dabrowski 認為並非每一個人天生都具備這種本能，只有少數資優者才有這種特質。

在「正向非統整理論」中，Dabrowski 將情緒的發展分為五個階段，當低一層的人格解離 (breakdown) 後，個體的情緒發展將經過再次統整而進入高一級的階段並取代低一級的功能。然而，個體在經歷解離的過程時是痛苦的，這時，他們（指資優者）會感到內心的衝突、覺得自己離自己理想的目標還很遠、感到羞愧、內疚、焦慮等等。既然情緒發展是這樣的痛苦，為何又稱它為「正向」呢？Dabrowski 解釋，這種內在的衝突是因個體自覺自己和社會的標準不同，有一種想超越社會標準的傾向並朝更高一級的理想邁進（即上述的第三種因素），因此，雖然內心是痛苦、紊亂與不統整的情形，卻是一種正向的不統整，這也是其理論名稱的由來。然而，Dabrowski 強調，鮮少有人會經歷完整的五個階段，多半是經歷二至三個階段就很多了，且階段間的發展亦和一般的發展論不同，並不是年齡成熟了就會自然進入下一階段，而是個人（多是資優者）必須有上述的第三因素來引導自己，自覺不滿現狀，才会有往下階段發展的可能，因此，亦有可能某些人終其一生都只停留在某階段。以下將分別說明「正向非統整理論」的五個發展階段。

階段一：初級統整階段 (Primary Integration)

(一) 概念：

在此階段中，個體是以自我為中心的，缺乏同情與自我檢核的能力，也沒有太多的責任感，當事情不對勁時總是先苛責別人，也沒有什麼企圖心去完成自己的理想，因此，內心是沒有衝突的，也就是處在一種統整的狀態下。在社會情境中，他們通常以暴力的方式取得權力。

(二) 實例：

Dabrowski 認為政客或社會領導者往往屬於這階段的人。例如 General Secord，為了自己的私慾而挑起伊朗和尼加拉瓜的戰爭，絲毫不顧及人們的生命，其內心也沒有道德與慾望的衝突。

階段二：單一階層的非統整階段 (Unilevel Disintegration)

(一) 概念：

處在這階段的人們，其價值導向完全受社會主流的影響，他們內心有時雖想背離社會的道德而掀起一波小小的漣漪（內心的衝突是平面性的），但終究會顧及別人對自己的看法而放棄，因此，常被社會的道德觀所左右。此階段內心的衝突只是輕微的，最後在道德的考量下還是會放棄自己的想法。

（二）實例：

在托爾斯泰的小說「安娜（卡列尼娜）」中，女主角和其心儀的男士私奔，因而負著背叛丈夫的罪名且不得不放棄小孩，在愛人與小孩的衝突間，最後她選擇以撞火車來結束自己的生命。

階段三：自發性的多階層非統整階段（Spontaneous Multilevel Disintegration）

（一）概念：

在此階段的情緒發展中，個體感到內心的衝突是垂直性的、階層性的。亦即，個體內在的衝突是垂直性的，有一股衝動想達到更高一層的目標，和第二案階段只起了漣漪似的衝突是不同的。他們常問的是「該是什麼？」（what should be? 【往高一層價值思考-垂直的】）而不是「什麼是？」（what is? 【表面的思考 水平的】）。他們會質疑社會的價值是否正確，而非像第二階段時只一味地屈服於主流價值觀。此時，其內心較第二階段更充滿了焦慮、憂鬱、自卑，然而，因為有自主因素（前述的第三種因素）的督促，使個體在經歷憤怒、焦慮、不安等多層衝突的同時也出現了對人的同情、更高的道德意識、責任感與自我評鑑的能力。然而，此階段他們可以預見自己將來能達到什麼境界，但此時卻沒有能力做到。這正是 Dabrowski 認為的正向卻非統整的時期，雖然蛻變是痛苦的，但個體經一番價值的再統整後，就可發展至第四階段。以資優生而言，其情緒發展和普通生不同之處正是從此階段開始。

（二）實例：

托爾斯泰被認為是這階段的典型。在他的理想中，生活應是單純一致的，但這和他家人的想法卻相衝突，因此內心陷於掙扎與衝突。但經過一

番調適後，在他內心也發展出不同階層的價值觀，即更能同情別人、更有道德觀等。

階段四：組織化的多階層非統整階段 (Organized Multilevel Disintegration)

(一) 概念：

Dabrowski 認為此階段和 Maslow 所提的自我實現是同等級的。此階段中，個體已經走向自我實現的坦途上；他們已找到如何達成自己理想的方法、有高度的責任感、判斷力、能同情別人、對自己的思想與行為也有自主性、有自知的能力等，在社會上，他們往往是有影響力的個體。

(二) 實例：

Piechowski & Tyska (1982) 指出此階段的典範是 Eleanor Roosevelt。其人格特質表現出能對人、事物包容，一心跟隨上帝，為達到自己的理想而努力不懈。

階段五：第二階段統整期 (Secondary Integration)

(一) 概念：

在這階段中，前述四階段內心的理想終於征服了社會的一般價值觀，內心的衝突解除了，透過自我實現的過程而達到情緒發展中最理想的境界。而原來的非統整階段也再次達到統整。達到這階段的人們，他們的生命是為了服務人群而來的。

(二) 實例：

德雷莎修女一生為貧困的人們服務，是公認的第五階段的實行家。

綜上所述，Dabrowski 的正向非統整理論，除了第一和第五階段是統整的外，其餘三階段均是不統整的階段，且第五階段的統整其性質和第一階段是完全相反的。由於並非每個人都有能力發展到高層次，亦即並非每個人都有能力自覺要往上發展，Dabrowski 認為，資優者因為具自主的能力而能發展到較後面的階段，如第三、第四和第五階段，這是資優者和一般人在情緒發展上不同之處。

資優生的過度激動特質，可以說是其自我實現的種子，就如同蚌中的沙礫，不斷的刺激而有珍珠的產生 (Silverman, 1993)。亦即，資優生因

有過度激動的特質，所以容易對自己的理想與社會的標準做一比較，進而傾向往高層次的情緒發展邁進。另外，Dabrowski 認為，若情緒的過度激動、想像的過度激動及智能的過度激動，其強度大過感官與心理動作的過度激動者，該資優生有較高的潛能去達到高層次的情緒發展階段。

參、結語

在學校中，許多老師發現資優生有焦慮、多愁善感、心思細密、孤高、不易與普通同儕打成一片的情形，或是求知欲很強、有很高的道德感、覺得外面的世界和自己理想中的世界並不相同等等，這些現象或多或少都造成資優生懷疑自己是不是有什麼地方不對。根據 Dabrowski 的理論，我們發現，資優生的困擾，是可以迎刃而解的。這個理論支持了資優生的確有情緒發展中過度激動的現象，且其內在的驅動力越強，發展潛能越大，也越有能力達到自我實現的目標。在過去，許多老師和同儕發現資優生有上述的過度激動現象或過人的道德意識時，或多或少會排擠資優生，這是對資優學生情緒發展不了解所致，因此，有了 Dabrowski 的理論作為強而有力的支持後，做為資優生的老師或家長，若發現學生或小孩有過度激動的情形，應該做一個傾聽者、抱持著欣賞、支持的態度，讓他們知道自己不是不正常，並幫助他們找到自己宣洩強烈情緒的管道，而朝正向的情緒發展之路邁進。

輯錄自「資優教育季刊」，民 89 年 03 月，第 74 期，pp6-18