

# 師長面對資優生完美主義特質的因應之道

蔡敏瑛

國立高雄師範大學特殊教育學系碩士班研究生

## 摘要

完美主義確認是資優生常見的情緒特徵，且具有建設性與破壞性的影響層面。對資優生而言，完美主義的正面影響是能以適當的方式處理學校課業及人際關係；負面影響則因設定無法達成的目標，以致於在嘗試、挫折及失敗中循環，導致心情持續焦慮，甚至出現情緒混亂、低成就與自殺行為，且因害怕失敗，而不願接受有挑戰性的課程。因此，本篇提到師長應如何面對資優生的完美主義，並提供輔導策略以改善完美主義者的負面表現，讓學生從中瞭解及進一步欣賞完美主義的健康觀點，將阻力化為助力，朝向正面發展，促進自身的成長茁壯。

**關鍵詞：**資優生、完美主義、輔導策略

## Approaches of Coping with the Gifted Student's Perfectionism for Adults

Min-Ying Tsai

Master student, Dept. of Special Education,  
National Kaohsiung Normal University

### Abstract

Perfectionism has been recognized as one of common emotional traits of gifted students and it had positive and negative effects simultaneously. As to gifted students, the positive influence of perfectionism was that students could do the schoolwork and cope with interpersonal relationship by appropriate ways; the negative influence was that students might be anxious about frustration and failure due to not accomplishing unrealistic goals. They even appeared emotional disorder, underachievement and suicide intention. Being afraid of failure, they also would not accept the challenging curriculum. The purpose of this study was to discuss how teachers and parents of the gifted faced the influences of perfectionism, and applied counseling strategies to improve the negative manifestation of perfectionism. In conclusion, teachers and parents should help gifted students realize and appreciate perfectionism, and allow it to be a healthy and beneficial part of self development.

**Keywords:** gifted students, perfectionism, counseling strategies

## 壹、前言

自1920年代起，當Hollingworth (1926)發展性地實施資優生的研究，結果顯示確認「完美主義是資優生的情緒特徵」，學術界亦開始重視資優生是否具有完美主義傾向的議題。對資優生而言，完美主義是最容易被忽略且具有影響力的性格特徵(Whitmore, 1980; Siegle & Schuler, 2000)。有些教育學者及臨床醫師察覺完美主義具有破壞性，視完美主義為負面特質，認為資優生可能具有人格紊亂及各種精神病症狀的傾向（如焦慮和自尊混亂等）(Adderholdt & Goldberg, 1999; Burns, 1980; Greenspon, 2000; Pacht, 1984; Ramsey & Ramsey, 2002)。Adderholt-Elliott (1991)亦提出資優生具有高度易受傷的完美主義傾向，因此需要多著眼於這些資優生的輔導諮商，特別是在提出資優生情緒劇變與低成就時(Kerr, 1991; Pyryt, 1994; Silverman, 1993; Webb, Meckstroth, & Tolan, 1982; Whitmore, 1980)。

然Adler (1956)提出相反觀點，他認為追求完美是正常且天生的本能，是一種內在的心理動力，乃因每個人天生或多或少會有自卑感，而人們藉著追求卓越感、力爭上游，實現自我理想。Dabrowski (1972)亦察覺完美主義是促進個人高層次發展的一股力量（引自Schuler, Ferbezer, O'Leary, Popva, Delou, & Limont, 2003）。之後的研究皆肯定完美主義的本質是多向度的，具有正面的建設性及負面的破壞性兩種影響（朱珮綺，民96；夏淑蓉，民93；董力華，民91；Rice & Lapsley, 2001）。LoCicero和Ashby (2000)提到完美主義對資優生的正面影響是能以適當的方式處理學校課業及人際關係；而負面的影響則會導致沮喪、苦惱、超越目標和成就，甚至形成情緒困擾、自殺。資優生有時候亦會因害怕失敗，而不願接受任何有困難性的作業，因而表現出抗拒的態度。

可是，學校教職人員、學生家長及社會大眾皆較少注意到完美主義帶給資優生的影響，反而過度關注資優生的外在完美表現，而

忽略其心理情況。Hollender (1978)認為被忽略的原因可能是，完美主義者各方面都表現良好，很少單獨被列為精神診療的對象；就好像身體沒有病痛、床墊沒有損壞，一切的狀況都良好，又何需加以治療、處理呢？然從社會新聞中可知，成績優秀的學生自殺比率逐漸增加，可能的原因在於資優生本身對自己的高度標準及師長的過度期待，皆為他們帶來極大的心理壓力，因此，現今必須更加重視資優生的情意輔導。

## 貳、完美主義者的成因與其關注議題

Hamachek (1978)提到完美主義是行為與想法的結合，並將完美主義區分為兩種類型：正常與神經質完美主義者。前者堅持高標準、積極追求成就，面對個人與環境的限制時，能設定合理的目標，較能接受自己的行為及面對失敗，具有正向、積極的態度；後者則設立不合理的高標準、害怕失敗、過於重視成就、在意未達成的部分，無法享受完成計畫的樂趣（朱珮綺，民96；黃惠惠，民91；Chang, Watkins, & Banks, 2004；Frost, Marten, Lahart, & Rosenblate, 1990；Rice & Preusser, 2002）。以下則從這兩類完美主義者分別說明完美主義形成的因素及學生關注的議題(Schuler, 2000)：

### 一、正常完美主義者

Hamachek (1978)提到正常完美主義者相信完美主義是一項人格特質，且在年輕時就已察覺自己有完美主義的傾向，從兒童期開始，就會要求自身達到「最佳表現」，足見次序和組織對他們的影響。然正常完美主義者經外在因素影響，可能朝正向或負向發展：正向發展會使個人做事精確、更組織化或追求最佳表現，使其更加欣賞自己；而負向發展則發生在有人會在其生命中選擇做相反的事，亦無法堅持完成，並經常造成混淆，因而一事無成。因此，正常完美主義者所關注的議題是「次序及組織」（見圖1）。

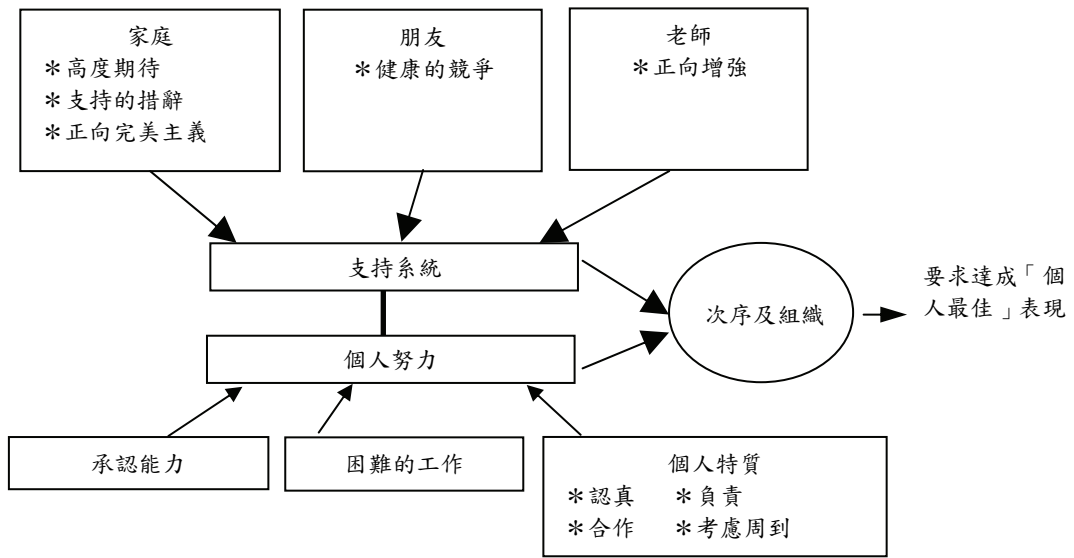


圖 1 正常完美主義者之關注議題及其成因與影響 (資料來源: Schuler, 2000, p. 187)

正常完美主義者皆曾提及父母及師長鼓勵他們在學業上追求「最佳表現」，容許他們有犯錯的機會，且對他們負責任、肯合作、有條理且認真努力的態度讚譽有加，進而形成這群學生對次序及組織的需求。而同儕間的良性競爭，則促使他們更加努力以達到完美的表現。當正常完美主義者相信成功的因素在於努力工作，且源於要求完美表現的動機；或在犯錯或經歷困難時，為了消除失敗的感受，亦會加倍努力。由此可知，正常完美主義者在生活中對次序及組織的需求乃受到2個因素的影響：他們的「支持系統」及他們皆相信「個人努力」是成功的基本要素(Schuler, 2000)。

## 二、神經質完美主義者

大部分的神經質完美主義者從早期表現完美主義的記憶中，相信自身擁有完美主義特質，其思考類型可能朝兩方面發展：第一，當未能確定狀況時，會懷疑自己的信念與行動；第二，當已確定狀況時，僅同意正面部分，以致於過分重視表現，而造成低估、輕視自我的情形(Schuler, 2000)。這群學生長期察覺師長

的高度期待，使其訂定不真實的標準來尋求認同，以致於在嘗試、挫折及失敗中不斷循環發生，造成情緒低落，致使他們更加關注錯誤(見圖2)。當他們的表現未達標準或犯錯時，會因害怕難堪或他人負面評價而焦慮不安。由於他們不認為犯錯是個學習的機會，因此會付出所有的代價避免失敗。總之，他人對其能力與身份的期待，及察覺他人的批評皆會影響他們強烈關注犯錯(Schuler, 2000)。

事實上，大部分的神經質完美主義者對他人的評價非常敏感，且對自己要求甚高，形成他們努力工作的壓力。由於他們相信父母及老師一致期待他們在所有事情上皆表現完美，造成他們更加關注錯誤，且認定旁人很少對他們的表現感到滿意。假如師長們亦常以同儕或手足間的成就表現來衡量其個人價值，一旦未能達成自己與他人的期待，則很容易察覺他人的取笑與批評，然後不斷懷疑自己的能力，持續生活在高度焦慮情況，以致於對自己的表現感到不滿意。所以，他們藉努力工作避免任何批評，只做有把握的事情，不願意接受任何挑戰。

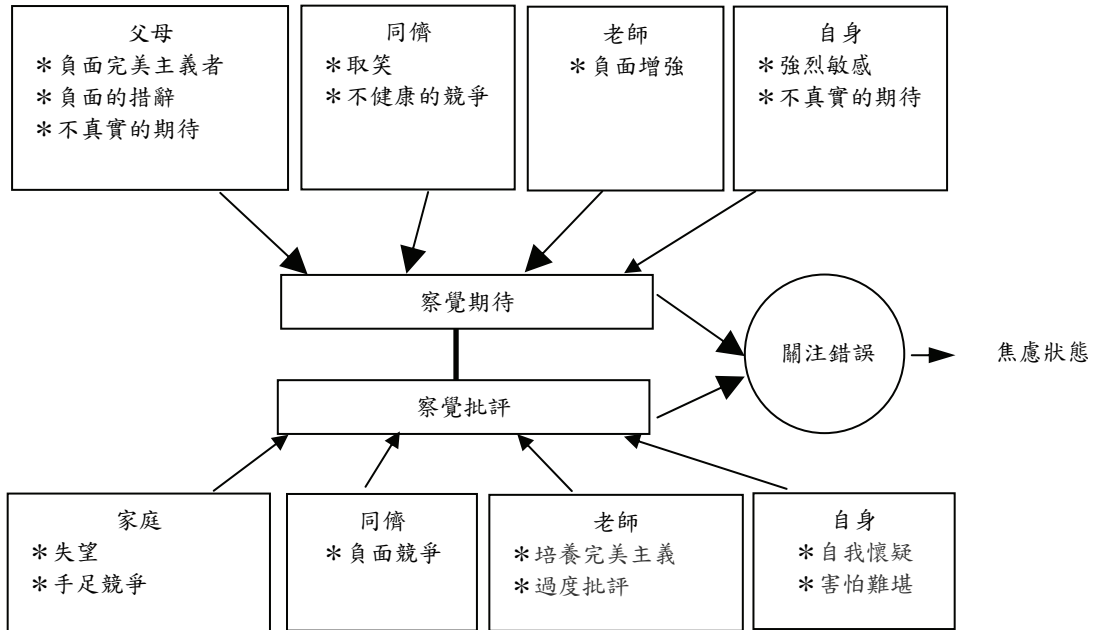


圖 2 神經質完美主義者之關注議題及其成因與影響 (資料來源：Schuler, 2000, p.189)

### 參、改善完美主義負面影響的方法

完美主義傾向對正常與神經質完美主義者這兩種類型皆可能產生負面影響，而其影響來源包含個人觀點、師長的高度期待或同儕與手足間的競爭，甚至是社會大眾媒體的影響。教師、資優生家長及社會大眾多將焦點放在資優生的優異表現，並將其潛能過度放大，除要求其學業表現外，亦希望在生活中各方面皆有優秀表現，無形中加重學生的心理壓力。因此，現今除強調學生輔導，亦需調整老師及家長的觀念，才不會在無形中增加資優生的心理負擔。以下就探討家長及老師如何改善完美主義者之負面影響：

#### 一、家長方面

在家長方面，首先乃修正家長對於資優生的觀念及態度，讓家長了解到每個小孩都是獨特的，不要與其他孩子做比較，並容許孩子有犯錯的機會。在家長的教養態度上，除適度且具體的賞罰，讓孩子有所依循外，也要給予充分的關愛，讓孩子感受到父母的愛，孩子才不

會落入持續無法達成完美境界的挫折漩渦中。家長亦可從幾個方面幫助完美主義的資優生，即強調設定個人最佳的標準、正確的評價資優生的努力、不要誇耀他們的成就、教導如何處理錯誤、欣賞完美主義、提醒孩子隨時調整自己的想法等技巧。讓資優生了解完美主義是種思考類型，並學習成為一位問題解決者。

學校則可透過提供相關的書面資料，如影印文章分享，或以「更正式的方式」讀書會、親職講座、家長成長團體，讓家長共同討論，從中了解有關資優生的心理需求，亦讓家長了解完美主義資優生的人格特質及其表現多由環境因素所形成，如學校及家庭情境，並請家長與老師合作，共同從學校及家庭這兩個環境著手，從而影響資優生對完美主義的觀點。

#### 二、教師方面

從教師方面，Brophy和Rohrkemper (1989) 提出在教室裡有效能的老師使用輔導策略以改善學生認知，進而提高資優生對情感的了解，有以下5個原則：

- (一) 創造一個支持、教養的學習環境。

(二) 容許學生在學習過程中犯錯。

(三) 促進一個學生為中心的氣氛，而非以權威式、評價為中心的教室。

(四) 聚焦在智力及個人成長、改善及學習過程，而非完美表現。

(五) 教導學生如何選擇、計畫、達到及評價真實目標。

雖然已有許多對資優生完美主義的教育介入研究，然較少從理論轉換至實際應用(Parker & Adkins, 1995)。下列企圖結合情感教學策略與完美主義文獻中，所提及的改善學生認知方法，教師可藉以輔導具有完美主義特質之資優生，並運用於班級教學中。筆者綜合諸位學者的研究觀點(黃惠惠，民91；Adderholt-Elliott & Eller, 1989；Adderholt-Elliott, 1991；Barrow & Moore, 1983；Brophy & Rohrkemper, 1989；Brophy, 1996；Cohen, 1996；Nugent, 2000；Piiro, 1994；Pyryt, 2007；Schuler, 2000；Silverman, 1993)，提出幾種可在教室裡運用的輔導策略：

(一) 營造寬容性教室氛圍

在教室裡會影響學生情感與認知調整的教室氣氛，最重要的要素即為容許學生有成功或失敗的經驗，學生能從中理解犯錯不是結束，而是學習歷程，從錯誤中記取教訓。在安全、不具威脅性的教室氛圍裡，學生可自我評價、反映出自身的完美主義傾向，進一步了解自我。

(二) 藉由自我分享，改善其認知觀念

大部分正常與神經質完美主義者皆認為完美主義是其人格特質，皆要求自我有完美的表現，以其表現做為個人評價的依據。老師需澄清這個觀念，讓學生了解完美主義不是個特質，而是種思考類型，教導學生不要從他人對自身及其作品所做的評價來確認自我價值，亦不要以分數來影響自我肯定。因此，需鼓勵資優生常與老師分享相似經驗，老師可跟學生分享自身為完美主義而努力的經驗，及使用於管理完美主義傾向的因應策略。當學生了解在個人戰爭裡並不孤單，他們常感到安心。

另外，此技巧對傳達設定真實目標的重要性也是很有助益。老師藉由示範達成目標的過程及教導面對害怕失敗的擔憂之適當步驟，與學生分享設定目標過程的個人經驗。同樣地，學生也能分享察覺彼此的完美主義經驗。在小組治療裡，小組成員可透過討論方式，改善自身完美主義的思考方式。在此小組情境裡，當其他人提到他們察覺正面的增強及來自小組其他成員的支持、確認對情境其他可能的回應，參與者能從中確認他們自己思考類型。

(三) 積極傾聽

積極傾聽是有效諮商的關鍵。老師可運用積極傾聽技巧(如肢體姿勢、臉部表達、眼神接觸、口語及非口語的回饋)來鼓勵學生說出他們的憂慮，並視學生的情況與需求，進一步提出合作的計畫步驟，過程中要讓學生感受到老師的關心。

(四) 教導學生自我評量和後設認知

老師需時時檢視自己，在言行中是否有表現出以分數評價學生的傾向，即認為分數代表學生的一切。另外，需讓學生了解考試及評分的目的在於檢視自己的學習成效，而非代表你的個人價值；另在學業成就上，重點不在於最後的結果，而是努力過程。因此，可讓學生參與評量過程，是將評分授權給學生，而這個評分的過程對學生而言，就不再是神秘的事情。

老師可讓學生學習自我評量。舉例來說，在紙上寫下草稿後，允許學生依據所規定的標準進行自我評量，以此方式可監測學生對此作業的個人意見。此自我評量的結果可作為學生及老師進一步討論學生個人作業的出發點。當學生對評價的標準有堅定的想法，將可減輕害怕失敗。同樣地，假如此過程透過一份修正的作業重複練習，學生可更了解學習發展的歷程。此歷程進一步藉要求學生以此獨特作業對其所學內容作評論而提升，教導他們將評量聚焦在成長及改善，而非最終結果。

(五) 實施讀書治療法

讀書治療法是透過讀書及故事之間的互動，教師用於幫助學生提升其情感需求的方法。

法。讀書治療法對於老師、諮商者、父母，甚至是資優生，皆是一種最有效的諮商策略，可多加運用於課堂中。老師可藉由鼓勵學生閱讀名人傳記，讓學生解釋名人生活的許多課程，如從中學習名人成功的因素、在追求成功時所遭遇的困難以及克服的方式等。愛因斯坦十歲時的學校課業表現不佳，可是他卻能以20年的時間發展出舉世聞名的相對論，可知名人並非從小就一直表現卓越。愛迪生提到「天才是需要一分的靈感，及99分的努力」，可見努力的重要性。

父母及老師可進一步幫助學生整理偉人傳記的重點，從中解釋名人成功需具備的因素、名人在面對困難（來自文化、生活、經濟、心理及社會的困難）時，他們如何克服這些困難，使用什麼方法與策略。讓學生了解未來在追求成功時，須具備哪些條件，面對困境時，應如何面對及加以克服。

#### （六）增添讀書治療法的幽默感

老師可選擇具有幽默感的讀本作為讀書治療法的主要書籍，因為當學生情緒低落時，需藉有趣的書籍來引發學生的閱讀興趣，藉以達到讀書治療的成效。如Arnold Lobel的寓言故事「鱷魚在房間」(The crocodile in the bedroom)，描述一隻鱷魚選擇待在室內與牠完美的花色壁紙為伍，而不願到戶外在不完美的花園裡工作，此故事以一個幽默、有趣的方式呈現完美主義的負面結果。鱷魚因缺乏身體活動及接觸陽光，以致於變成不健康的蒼白，但是仍然滿足於完美的理想壁紙花園。老師可藉由此故事，讓學生討論完美主義的正面與負面影響，並思考這隻鱷魚有何替代的選擇。

#### （七）運用藝術活動

藝術活動對於完美主義的學生在其情感諮商輔導及認知調整上有助益。當學生依據學科成功或失敗而進行自我評價時，往往難以紙筆的寫作表達活動來進行輔導。因此，可藉由繪畫及以一個非傳統且有創意的方式滿足學生對情感發洩的途徑，幫助學生將對自身的自我反對及自我批評，轉移至對此目的探索、表

達及創意的樂趣。

#### （八）辨別卓越與完美的含意

「追求卓越」是指合理、彈性的期待，對事物採取合理的觀點，能了解事物是否有犯錯的空間，若錯誤無傷大雅，不會造成嚴重後果，就不需罣礙；而「完美主義」則指凡事都想到盡善盡美，達到完好無缺的標準，且無法接受事物的不完美，一旦遭遇失敗，往往形成自我價值低落。

老師可與學生一起腦力激盪，思考卓越與完美的差別，及這兩者的具體表現。將討論的內容寫在黑板上或記錄在海報紙上，使用大張海報紙，將其分成兩部分（卓越與完美）紀錄，然後請學生從雜誌廣告中找出所察覺的完美主義內容，並記錄在一半的海報紙上。接著，請學生發現與優秀相關的內容或可達成的目標，並記錄在海報紙上的另一半。最後，將海報紙貼在教室裡，可隨時提醒學生需設定可達成的目標。

#### （九）教導設定合適的目標

學生可剪下報章雜誌或書籍中的圖案，以創造美術拼貼，內容可呈現他們現在或未來希望達成的目標。每位學生在教室裡呈現他或她的美術拼貼，並解釋在此作品裡所呈現的想像。然後，學生透過計畫來達成那些目標所需要的步驟。以此方式，學生可了解目標並不只是發生的結果；他們必須訂定計畫來達成目標。老師也可使用這個機會評估學生的計畫及真實目標的設定技巧。而當學生確立目標時，教導學生設定達成的步驟，並且每天朝這個目標進行，逐步縮減與此目標的差距，這樣學生就比較不會感到目標難以達成，而在心理造成壓力。

#### （十）發展課外興趣

由於完美主義者的生活常是在追求完美的表現，會帶來很大的壓力，因此需要培養良好的興趣，讓他們從中得以獲得快樂。無論像是慢跑、玩橋牌，學生主動進行這些活動可讓獲得心理及身體方面的酬賞。因此，老師及家長需要幫助學生確認及發展他們的課外興

趣，讓他們在未來的生命旅程中帶來正向的力量。

上述是教師可在教室中運用的方法，協助資優生改變對完美主義的認知，藉以降低完美主義傾向帶來的負面影響。然當學生的完美主義傾向已造成情緒不穩，甚至出現精神病症或自殺傾向時，即需藉助專業的心理諮商，運用現實治療法幫助資優生處理先前的錯誤，使其聚焦在未來的可能性；或藉理情治療法改善資優生的自我接受、了解感受及解釋有關完美主義的個人信念。

## 肆、結論

對多數的資優生而言，完美主義具有破壞力量且造成有害的結果，然大部分時間，它能引導學生朝正面成長。有些具完美主義傾向的學生期待每天在生活各方面皆表現完美，當此想法無法達成，常會增加這些學生的挫折感，以至於造成心情沮喪。如沮喪的心情已嚴重影響到其日常表現時，學生常會尋求心理諮商或藥物治療。不過，本篇提供另一個替代性選擇，即改變學生的認知觀點，讓學生了解到人生不如意事十之八九，不可能一直生活在完美的世界裡。預防勝於治療，當學生的完美主義傾向已表現出負面影響，即需介入輔導或在情意課程中實施認知調整的輔導策略，使完美主義轉為正向發展。

教育者、老師、父母及諮商者亦需幫助資優生欣賞、理解及處理他們的完美主義。讓資優生了解完美主義的正面觀點，即想要達成高層次、獲勝的動機及喜愛次序與條理等傾向。因此，可藉由教導學生正常完美主義者所具有的要素，如學習設計事情的優先權、不要太在意錯誤及學習讓心情放鬆等，讓學生的完美主義得以朝正向發展。當資優生了解完美主義的健康觀點，就不會對其人格特徵感到羞愧，且能進一步欣賞完美主義，並且將完美主義化阻力為助力，時時檢視自己的完美主義，使其朝向正面發展，促進自身的成長茁壯。

## 參考文獻

- 朱珮綺 (民96)：國小資優生完美主義傾向、生活壓力及其因應策略之相關研究。國立高雄師範大學特殊教育學系碩士論文，未出版，高雄。
- 夏淑蓉 (民93)：大專運動員完美主義、成就目標取向與自尊之研究。國立臺灣體育學院體育研究所碩士論文，未出版，臺北。
- 黃惠惠 (民91)。情緒與壓力管理。臺北：張老師文化。
- 董力華 (民92)：大學生完美主義傾向及其相關因素研究。國立高雄師範大學教育學系碩士論文，未出版，高雄。
- Adderholt, M. R., & Goldberg, J. (1999). *Perfectionism: What's bad about being too good*. Minneapolis, MN: Free Spirit.
- Adderholt-Elliott, M. (1991). Perfectionism and the gifted adolescent. In M. Bireley & J. Genshaft (Eds.), *Understanding the gifted adolescents: Educational, developmental, and multicultural issues* (pp. 65-75). New York: Teachers College Press.
- Adderholt-Elliott, M., & Eller, S. H. (1989). Counseling students who are gifted through bibliotherapy. *Teaching Exceptional Children*, 22(1), 26-31.
- Adler, A. (1956). The neurotic disposition. In H. L. Ansbacher & R. R. Ansbacher (Eds.), *The individual psychology of alfred adler* (pp.239-262). New York: Harper.
- Barrow, J. C., & Moore, C. A. (1983). Group interventions with perfectionistic thinking. *Personnel and Guidance Journal*, 61(10), 612-615.
- Brophy, J. (1996). *Working with perfectionist students*. ERIC Digest. (ERIC Document Reproduction Service No. ED400124) Retrieved May 31, 2008, from ERIC database.
- Brophy, J., & Rohrkemper, M. (1989). *Teachers' strategies for coping with perfectionist students*. Research Series No. 198. (ERIC Document Reproduction Service No. ED314401) Retrieved May 31, 2008, from ERIC database.
- Burns, D. D. (1980). The perfectionist's script for self-defeat. *Psychology Today*, 13(11), 70-76.
- Change, E. C., Watkins, A. F., & Banks, K. H. (2004). How adaptive and maladaptive perfectionism relate to positive and negative psychological functioning: Testing a stress-mediation model in black and white female college students. *Journal of Counseling Psychology*, 51(1), 93-102.

- Cohen, L. (1996). Dealing with perfectionism: Piaget's dynamic equilibrium. *Understanding Our Gifted*, 9(1), 12-17.
- Dabrowski, K. (1972). *Psychoneurosis is not an Illness*. London: Little, Brown & Co.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14(5), 449-468.
- Greenspon, T. S. (2000). "Healthy perfectionism" is an oxymoron!: Reflections on the psychology of perfectionism and the sociology of science. *Journal of Secondary Gifted Education*, 12, 197-208.
- Hamachek, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology*, 15, 27-33.
- Hollender, M. H. (1978). Perfectionism: A neglected personality trait. *Journal of Clinical Psychiatry*, 39, 384-384.
- Hollingworth, L. S. (1926). *Gifted children: Their nature and nurture*. New York: Macmillan.
- Kerr, B. A. (1991). *A handbook for counseling the gifted and talented*. Alexandria, VA: American Association for Counseling and Development.
- LoCicero, K. A., & Ashby, J. S. (2000). Multidimensional perfectionism in middle school age gifted students: A comparison to peers from the general cohort. *Roeper Review*, 22, 182-185.
- Nugent, S., A. (2000). Perfectionism: Its manifestations and classroom-based intervention. *Journal Gifted Education*, 11(4), 215-221.
- Pacht, A. R. (1984). Reflections on perfectionism. *American Psychologist*, 39, 386-390.
- Parker, W. D., & Adkins, K. K. (1995). Perfectionism and the gifted. *Roeper Review*, 17, 173-176.
- Piirto, J. (1994). *Talented children and adults: Their development and education*. New York: Macmillan College Publishing.
- Pyryt, M. C. (1994). *Perfectionism and giftedness: Examination the connection*. Paper presented at the 5<sup>th</sup> Annual Society for the Advancement of Gifted Education, Calgary, Canada.
- Pyryt, M. C. (2007). The giftedness/perfectionism connection: Recent, research and implications. *Gifted Education International*, 23(3), 273-279.
- Ramsey, D. C., & Ramsey, P. L. (2002). Reframing the perfectionist's Catch-22 dilemma: A systems thinking approach. *Journal of Education of the Gifted*, 26, 99-111.
- Rice, K. G., & Lapsley, D. K. (2001). Perfectionism, coping and emotional adjustment. *Journal of College Student Development*, 42, 1-12.
- Rice, K. G., & Preusser, K. J. (2002). The adaptive/maladaptive Perfectionism Scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*. 34, 210-222.
- Schuler, P. A. (2000). Perfectionism and gifted adolescents. *The Journal of Secondary Gifted Education*, 11(4), 183-196.
- Siegle, D., & Schuler, P. A. (2000). Perfectionism differences in gifted middle school students. *Roeper Review*, 23, 39-45.
- Silverman, L. K. (1993). The gifted individual. In L. K. Silverman (Ed.), *Counseling the gifted and talented* (pp. 3-28). Denver, CO: Love.
- Webb, T. J., Meckstroth, E. A., & Tolan, S. S. (1982). *Guiding the gifted child: A practical source for parents and teachers*. Columbus, OH: Psychology Press.
- Whitemore, J. (1980). *Giftedness conflict and underachievement*. Boston: Allyn & Bacon, inc.

來稿日期：97.07.07

接受日期：97.11.19