選擇研究題目

SELECTING A RESEARCH TOPIC

徐南麗

本文針對如何選擇研究題目就一般選擇題目應注意事項、標題的撰寫方式及內容方面提出建議，此外並對護理研究內容及範圍加以註明，目的在使護理同仁能了解護理研究的內容範圍，在有限的人力、時間、物力及成本下選擇適合自己且有研究價值的題目，為人生立言留下不朽的軌跡。

關鍵詞：研究，題目。

十七世紀英國著名的名作家兼哲學家 Francis Bacon 有句傳世名言"Reading maketh a full man; conference, a ready man; and writing, an exact man."(閱讀可使人學識淵博，討論可使人反應敏捷，寫作則可使人思考精確。)(惠靈，民 78)。中國哲學家也提到立德、立功、立言三不朽。在我們選擇研究問題時如何立言，寫出以前不知道的事物，別人沒有經歷過的經驗，以邏輯、客觀、精確的方式表達出來，與別人分享，就是立言，而立言是要以研究做基礎，藉寫作方式表達出來。因此，在選擇題目時，除了考量到自己的興趣、時間、能力、財力、物力等各方面條件外，題目本身的意義及代表性更為重要。因為即使有錢，有興趣，選的主題言不及義或食古不化也沒有價值。因此，在選擇題目時，筆者根據文獻及個人多年來從事研究工作的經驗提出以下建議：

一、一般選擇題目應注意事項

（一）有興趣

如果沒有興趣，就沒有動機，無法樂於工作，如果無法樂於研究工作，在成果上往往僅收事倍功半之效。

（二）有學習效果

有些研究方法或過程很簡單，可以學到新的知識、方法或技巧並不多。在有限的人力、時間及物力等條件下如何選擇適合自己的學習方式及可能的效果要詳加評估及評值。例如有些研究採複製方法，創意較少，但過程可以學到很多自己沒有經歷而將來可能會普遍使用的研究法，也是值得依古人方法研究的，例如：工時測驗、動作研究等。

（三）有創意

題目如果沒有創意或看起來沒有提供新的知識、技能或實用價值等，往往不會受編者之青睞。因為科技的發展，人類的知識每幾年都是成倍在成長，如題目沒有創意或無新的發現，往往不會被列入優先選擇。因此，是否能提供新的、有創意的發明或發現，是很重要的觀點。

（四）可行、可研究的問題

有些題目訂得太大，不是短期內可以研究的。惠靈(民 78)在「醫學寫作的藝術與理

論」一書中，曾提到加拿大醫學會提出，在寫作上應恪遵的四條金科玉律的第四條為「一件訊息，一次發表」(One message, one publication)。也就是要把題目限在可行、可研究的範圍，而不是亂無章法的大雜燴。有些研究是不做研究即有答案的，有些只是詢問個人意見，如討論美醜的問題，安樂死的倫理問題，有些只是即時性答案，或主觀成份極重的，並不是很好的研究題目，因為研究的結果還是沒有答案。論文評鑑「研究題目」標準有幾項，例如研究問題的範圍及題目敘述是否簡明清楚?是否能產生新知識?問題與爭論點能得到明確答案?有挑戰性、可分析性的?具備上述條件是比較可行、可研究的題目。

（五）有價值

有價值是指研究的重要性，例如有些研究會花很多時間、很多人力，但如有其重要性，可以建立基本資料增加知識、發展技能、預測未來、或建立理論，在研究方法上可以學到好的研究過程，其結果及應用能推廣，可節省未來人力、財力、時間及成本，是具體可行，可實用的研究，自然有其價值。例如護理人力生產力之研究，目的在建立人力生產力指標，方法要做護理活動各項工時測驗，建立每項活動在準備期、操作期、記錄期及整理期各項平均時間及發生頻率，雖然是很費人、費時的研究，尤其在建立各項工作標準及計時上，相當費時，但對建立基本資料及往後護理時數之計算、建立病人分類系統、人力資源的分配與應用、護理費用或護理生產力之計算均有極大的參考價值，是極有價值的研究。

（六）研究內容層級的選擇

有些研究是從來沒人做過的，要由了解一個問題，一個現象開始是屬於第一級的研究。如變性病人、自殺病人的特色、原住民對健康的認知及需求，那就需要以田野研究法或個案研究法、採敘述性或探索性研究深入觀察、記錄或面談取得第一手資料。有些研究在第一級研究已有文獻報導，已研究過，則可做第二級的研究，了解變項與變項之間的關係，如疼痛與超覺靜坐之相關，可採用比較及相關性研究。有些研究已有第一、二級研究資料為基礎，要詳知過程與結果之因果關係，了解變項與變項(如自變項與依變項)之關係，可用第三級研究，了解因果關係，方法可採用實驗或準實驗設計。如 Spinal Cord Injury 病人喝 cranberry juice 比不喝此汁之病人減少泌尿道感染率研究，可用準實驗設計。

二、在標題的撰寫方法

標題的撰寫如果語意不清，字數冗長，陳腔濫調，無法引起興趣，往往無法博得編輯及讀者青睞，引起動機往下探索。因此，在標題的撰寫方式應注意以下幾點：

（一）文字要簡潔，避免贅字，一般文章主題以不超過 2 行，約在 12-15 字之間為宜，最長最好不要超過 20 個字。

（二）文字要清楚，該說的要說清楚。不能省的字，不能省略。

（三）描述要精確，要辭能達意，且便於檢索（含關鍵字）。如「病人分類系統的建立及人力資源應用」，其關鍵字為「病人分類系統」、「人力資源」、「人力資源

應用」。

（四）避免不必要之副標題，如「我是這樣過一生癌症病人的身體心像」。

（五）避免在標題透露結果，如「有效的治療性觸摸」。

（六）動物試驗種類應標明。

（七）要有創新性，能引起興趣。

（八）不用縮寫字，避免用問號（?）。如不要用 AIDS、CVA、HIVD 為題目，也不要用「您知道老人需要嗎?」為研究題目，也不要中英文夾雜。

（九）英文 Title 第一個字母要大寫，前置詞小寫，但超過 6 個要大寫，如 Through。前置詞在最後一字要大寫，如 Follow—up。

三、關於內容方面

那些內容值得發表，是最新的發明、新的方法、新的診斷、新的治療還是新的護理方式，筆者參考護理研究論文摘要第一、二輯、及榮總護理研究論文摘要第一輯及國外有關文獻茲略述如下:

（一）新的研究發現或發明

例如經過研究，發現幫助病人解除痛苦的方法有藥物療法、神經阻斷療法、心理療法、物理療法(如按摩、熱敷、超音波、沐浴及水療法等)及護理療法等。如何發現新的療法，或在某一項目中，如藥物療法中，發現除了鎮痛劑、解熱劑、精神安定劑、抗鬱劑有止痛效果外，另發現某種新藥，或甲藥加乙藥可以止痛，也是一種新的發展，值得發表。又如協助病人手術後排尿，除了傳統的各種誘導方式外，如發現的一些非侵入性療法，如物理療法(熱敷、冷敷、冰敷、加壓冷熱敷、超音波療法、或甲藥加乙藥等)，可減少病人尿脹時間，儘速導尿，而不必插侵入性的導尿管導尿，也是一大貢獻。

（二）一個熱門的主趙，綜述最近研究與進展現況

熱門的主題是隨各年代不同而有改變的，如民國 41 年，十大死亡原因前十名分別為胃腸炎、肺炎、結核病、心臟疾病、中樞神經系之血管病變、周產期的死因、腎炎及腎水腫、惡性贅瘤、支氣管炎、瘧疾;民國 81 年十大死亡原因依序為惡性腫瘤、腦血管疾病、意外事故及不良影響、心臟疾病、糖尿病、慢性肝病及肝硬化、腎炎腎徵候羣及腎變性病、肺炎、高血壓性疾病、支氣管炎肺氣腫及氣喘。上述資料明顯看出 40 年前消化系統疾病、急性傳染病佔了十大死亡的主因，而 40 年後慢性病、腫瘤、意外事件卻成了十大死因(行政院衛生署，民 82)。

另開心手術、肺臟、肝臟、腎臟、骨髓移植、愛滋病防治也是近年來新的醫學科技發展。將這些研究現況及進展，以科學方法記錄下來，改進過程、方法以治療病人，也是醫學上值得發表的主題。國科會在獎勵制度中也將實用前瞻性研究，如以某一特定之實用目標或目的為主要導向之研究，其研究成果具實用性，列入主要獎勵標準之一。

（三）分析一羣病人經某種傳統或新的方法診療後的結果

在醫學上常比較不同藥物，不同手術方式，不同治療方法來觀察病人在處理前與處理後的效果。通常分成實驗組與對照組來研究。護理上也有不少護理措施，如傳統上用

口頭衛教與現代放錄影帶，探討病人在對心導管檢查過程認知程度及對其焦慮程度是否有差別;又如冠狀動脈繞道手術病人有實施心臟復健運動計畫與沒有實施此計畫比較,在病人身心效益上有何不同。

（四）報告一個、少數幾個罕見的病例，或在診療上有新突破的病例

如真性陰陽症病患案例較少，且大多數病人呈現羞怯退縮心理，有些家人也恥於求教，任其孤立無助。因此無論是真假陰陽性病患的護理經驗或變性手術的個案分析，就是屬於特別的罕見案例。其他如愛滋病，心臟、肺臟移植手術、試管嬰兒或神經外科用加馬機立體定位放射手術前後病人的護理，也可提供新知，使其他沒有機會護理這類病人的護理人員得到新的知識，是值得研究並提出報告的題目。

（五）時下普受重視的問題

時下普受重視的問題可能與流行病調查有關，可能與時代趨勢有關。如國家衛生研究院在成立之初，曾請各專家學者提出研究應走的方向，及那些題目值得研究，而將調查結果加以分析。大體上，國家衛生研究院研究的方向有三：

1. 國人重要疾病與健康問題之研究，研究重點為：(1)癌症(2)腦血管疾病(3)心臟疾病(4)糖尿病(5)高血壓疾病(6)感染症(7)神經疾病(8) 視力保健(9)精神疾病與心理衛生(10)優生保健與生殖醫學(11)口腔衛生(12)菸害防治(13)國民營養(14)食品衛生(15)藥物濫用(16)事故傷害(17)環境與職業病(18)老人健康問題(19)健康體能促進(20)其他
2. 醫療保健政策、制度與管理，研究重點分類為：(1)健康保險(2)醫療品質保證(3)醫療保健服務(4)醫院管理(5)長期照護服務體系(6)衛生人力規劃(7)藥效管理(8)衛生經濟與成本效益分析(9)人口與家庭計畫(10)衛生資訊系統(11)衛生醫療行為(12)其他
3. 醫療科技發展。研究重點分類為：(1)生物醫學工程(2)疫苗研究與開發(3)新藥研究與開發(4)傳統醫藥(5)新診斯、治療技術開發(6)其他

   又如衛生署在討論「提昇護理人員在醫療保健系統之角色與功能計畫」中曾提出未來五年臨床護理重點為：(1)研擬並修定各科護理人力配置標準。(2)檢討護理人員留任措施的執行成果。(3)推展護理人員專業能力進階制度。(4)研擬護理專科化制度。(5)配合全民健保探討各項護理活動之成本及收費標準。(6)制訂各科護理技術手冊。(7)制訂各科臨床護理標準。(8)推展病人護理需要分類系統。(9)成立護理業務糾紛審議委員會。(10)建議修定技術人員任用條例以符合護理人員之任用及昇遷。

這些工作重點可找出可研究的題目及方向。此外美國護理學會，也提出針對 21 世紀護理研究在臨床、教學、及行政方向，且每年都會提出修正，如發展評值工具，過去重視過程，現在重視結果等，都是值得重視的主題。

（六）教學研究及各種評值方法

有關各類科學及技術學科(含實驗、實習)之課程與教材、學生學習、教學方法與教學環境、評量與評鑑、及師資培育等之研究，均為可行性、實用性之研究。如學生壓力源探討，比較二種教學法對成績之影響等研究，對學生之學習、老師之教學及成果之評值均有完整及系統之研究，值得撰寫。

（七）新的科學觀點、假設或理論

一個好的題目常由標題可看出關鍵字及可能論及的理論架構、變項與變項之間的關係，或可猜測其要驗證的假設與理論，例如「比較全責護理與成組護理之護理品質」，由題目中可猜測全責與成組二種不同護理模式在護理品質上是否有差異，是否全責護理提供的護理品質高於成組護理品質。又如各種理論之建立，如紐曼(Neuman)系統模式、奧倫(Orem)自我照顧理論、羅伊 (Roy)護理適應模式均為理論建立之研究。好的研究題目結果應可建立新的科學觀點、假設或理論。

國科會在獎勵研究成果時，曾將有關理論研究分成 A、B 類，A 類是指尖端理論研究:對現有理論作重大突破，屬開創新研究領域之世界先端之原創性研究;B 類是指一般理論研究(含追試性研究):有關既有理論之引進、改良或延伸等性質之研究，均列入獎勵內容範圍內。

四、護理研究內容

至於護理研究的內容、特色為何?

護理是科學，也是藝術，護理人員是科學家，也是藝術家，護理研究的範圍很廣，舉凡與人(Person)、健康(Health)、環境(Environment)及與護理(Nursing)有關的內容均在護理人員研究的範圍內。護理服務目的是在提供高品質的服務，維護及促進大眾的健康，協助病患恢復健康及減少其不適與痛苦至最低程度。1980 年美國護理學會也提出護理的新定義為「護理為診斷及處理人對已經存在的或潛在的健康問題所產生的反應」這個定義包含護理的四大特性：

(1) 現象(Phenomenon);

(2) 理論應用(Theory Application);

(3) 護理活動(Nursing Action);

(4) 評值(Evaluation)。

綜合以上資料可以看出舉凡協助個人、家庭、團體及社會，充分發揮健康的潛力，使他們能得到最好的照護，節省其人力、時間、財力、物力等之消費，均是好的護理研究主題。

五、結論

一個好的題目除了能引起讀者興趣，本身有創意，有好的研究方法可提供後人重覆驗證外，在內容方面能有新主題的發現，符合現代醫學研究潮流趨勢，能綜述社會共同關心之熱門主題研究進展情形，或分析不同護理治療結果，分析罕見個案，重視流行病學問題及時下研究重點趨勢，有層級性依序深入報導，以發展新的知識、技能，提供後人研習的方法、治療，提出好的想法，均是值得研究的題目。當然在研究時，能同時考慮到以最少的人力、物力、時間、成本能達到最高效率與最佳效果，更是研究科學與藝術的結合。希望護理同仁均能在立德、立功與立言上努力奮鬥留下三不朽。

參考資料
中華民國護理研究委員會編．(民國 76)．護理研究論文摘要集第一輯。
中華民國護理學會護理研究委員會編．(民國 81)．護理研究論文摘要集第二輯。
台北榮民總醫院護理部編印．(民國 82)榮總護理研究論文摘要集第一輯。
行政院衛生署等編．(民國 82)．中華民國公共衛生概況。
惠靈．(民國 78) ．醫學寫作的藝術與倫理．橘井文化事業股份有限公司。

ABSTRACT

Selecting a Research Topic

This article "Selecting a research topic" provides a general description of research principles, content selection, and writing, with a special focus on the heading. The content focused on choosing interesting, new, creative, valuable, researchable, and resource feasible topics in nursing fields. It explained the nature of nursing research and role of research in nursing. The article hopes nurses will use the limited time, manpower, materials and money avail-able to them and choose the right topic to produce appropriate, significant re-search.

KEY WORDS：research, topic

By Nanly Hsu