

南華大學管理學院企業管理學系非營利事業管理碩士班

碩士論文

Master Program in Nonprofit Organization Management

Department of Business Administration

College of Management

Nanhua University

Master Thesis

宗教信仰、生命意義感與幸福感之相關研究

—以嘉義縣國小教師為例

A Study on the Relationship among Religious Beliefs, the Sense
of Meaningful Life, and the Well-Being of
Elementary School Teachers in Chia-Yi County

林曉君

Xiao-Jun Lin

指導教授：涂瑞德 博士

Advisor: Ruey-Der Twu, Ph.D.

中華民國 107 年 6 月

June 2018

南 華 大 學

企業管理學系非營利事業管理碩士班

碩士學位論文

宗教信仰、生命意義感與幸福感之相關研究-

以嘉義縣國小教師為例

A Study on the Relationship Among Religious Beliefs,
The Sense of Meaningful Life, and the Well-Being of Elementary School
Teachers in Chia-Yi County

研究生：林曉君

經考試合格特此證明

口試委員：鄭文輝
黃瑞文
涂瑞德

指導教授：涂瑞德

系主任(所長)：黃東昇

口試日期：中華民國 107 年 5 月 3 日

準碩士推薦函

本校企業管理學系非營利事業管理碩士班研究生林曉君君在本系修業二年，已經完成本系碩士班規定之修業課程及論文研究之訓練。

1、在修業課程方面：林曉君君已修滿36學分，其中必修科目：研究方法、非營利組織募款專題等科目，成績及格(請查閱碩士班歷年成績)。

2、在論文研究方面：林曉君君在學期間已完成下列論文：

(1)碩士論文：宗教信仰、生命意義感與幸福感之相關研究

-以嘉義縣國小教師為例

(2)學術期刊：

本人認為林曉君君已完成南華大學企業管理學系非營利事業管理碩士班之碩士養成教育，符合訓練水準，並具備本校碩士學位考試之申請資格，特向碩士資格審查小組推薦其初稿，名稱：宗教信仰、生命意義感與幸福感之相關研究-以嘉義縣國小教師為例，以參加碩士論文口試。

指導教授：涂瑞德簽章

中華民國107年3月24日

謝 誌

論文完成了，我的心裡充滿了欣喜與感動。恩師猶如生命中的光，照亮了我心中的黑暗。感謝指導教授涂瑞德老師的辛苦指導，協助我解決了很多困難，引領我往正確的路邁進，並給予我極大的包容與鼓勵。感謝袁淑芳老師、鄭文輝老師擔任口試委員，提供許多寶貴的意見，讓我知道需要改正的地方，使論文更加完善。感謝在研究所二年中，所有老師對我們的諄諄教誨與用心付出，您們的關懷與鼓勵督促著我們努力從挑戰中逐漸成長茁壯。

在這段日子裡，朋友與同事們對我的包容與支持，猶如林中清泉，帶給我清涼自在；與研究所同學相處的點點滴滴，如園中馨香，帶給我溫馨與喜悅；家人對我的體諒與關懷，猶如海上燈塔，帶給我澄靜與力量。

南華之美，縈繞我心！我會將在南華的這段美好回憶，放在我的內心深處，帶著這份溫暖，繼續邁向我生命中的另一段旅程。我要用一顆最真誠的心，祝福各位老師、同學、同事、朋友與家人永遠平安、健康、幸福、快樂。

林曉君謹誌

南華大學企業管理學系非營利事業管理碩士在職專班

中華民國 107 年 6 月

南華大學企業管理學系非營利事業管理碩士班

106 學年度第 2 學期碩士論文摘要

論文題目：宗教信仰、生命意義感與幸福感之相關研究

—以嘉義縣國小教師為例

研究生：林曉君

指導教授：涂瑞德 博士

論文摘要內容：

本研究探討嘉義縣國小教師宗教信仰、生命意義感與幸福感之關係，藉由問卷調查法發放問卷，共發放 300 份問卷，回收問卷 268 份，扣除無效問卷 23 份，有效問卷 245 份，問卷有效率為 82%。調查所得資料以描述性統計、信度分析、t 檢定、單因子變異數分析及皮爾森積差相關分析及迴歸分析等統計方法，獲致以下研究結論：

(1) 宗教信仰對於生命意義感有顯著正相關；(2) 生命意義感對於幸福感有顯著正相關；(3) 宗教信仰對於幸福感有顯著正相關；(4) 嘉義縣國小教師的宗教信仰因不同年齡層、年捐款金額、宗教歸屬而有所不同；(5) 嘉義縣國小教師的生命意義感因不同年捐款金額而有所不同；(6) 嘉義縣國小教師的幸福感因擔任職務、年捐款金額的不同而有所不同。

關鍵詞：宗教信仰、生命意義感、幸福感

Title of Thesis: A Study on the Relationship Among Religious Beliefs, the Sense of Meaningful Life, and the Well-Being of Elementary School Teachers in Chia-Yi County

Department: Master Program in Nonprofit Organization Management, Department of Business Administration, Nanhua University

Graduate Date: June 2018

Degree Conferred: M.B.A.

Name of Student: XIAO-JUN LIN

Advisor: RUEY-DER TWU, Ph.D.

Abstract

This research examined the relationship among religious beliefs, sense of meaningful life and the well-being of teachers in Chia-yi County. A total of 300 questionnaires were distributed, and 245 valid questionnaires out of 268 questionnaires were returned, resulting in the effective response rate of 82%. The data was analyzed by using descriptive statistics, reliability analysis, t-test, one-way analysis of variance, Pearson correlation and regression analysis.

The conclusions were as following:

(1) Religious beliefs were significantly positive related to the sense of meaningful life. (2) The sense of meaningful life was significantly positive related to the well-being. (3) Religious beliefs were significantly positive related to the well-being. (4) Religious beliefs of elementary school teachers in Chia-yi County significantly differed from the teachers' age, annual donation and religious ownership. (5) The sense of meaningful life significantly differed from the teachers' annual donation. (6) The well-being significantly differed from the teachers' position and annual donation.

Keywords: Religious Beliefs, The Sense of Meaningful Life, The Well-Being

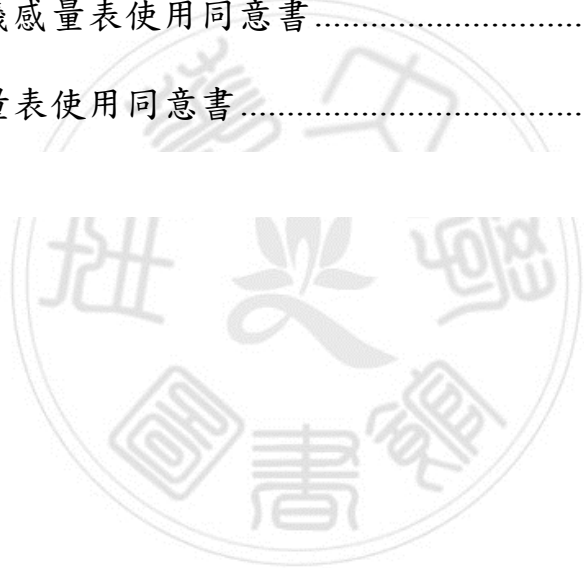
目錄

準碩士推薦函.....	I
謝誌.....	II
中文摘要.....	III
英文摘要.....	IV
目錄.....	V
圖目錄.....	IX
表目錄.....	X
第一章 緒論.....	1
1.1 研究背景.....	1
1.2 研究動機.....	2
1.3 研究目的.....	4
1.4 待答問題.....	4
1.5 研究流程.....	5
第二章 文獻探討.....	6
2.1 宗教信仰及其相關研究.....	6
2.1.1 宗教信仰的定義.....	6
2.1.2 宗教信仰的理論.....	8
2.1.3 教師宗教信仰相關研究.....	11
2.2 生命意義感及其相關研究.....	13

2.2.1 生命意義感的定義.....	13
2.2.2 生命意義感的理論.....	15
2.2.3 教師生命意義感相關研究.....	17
2.3 幸福感及其相關研究.....	18
2.3.1 幸福感的定義.....	18
2.3.2 幸福感的理論.....	19
2.3.3 教師幸福感相關研究.....	23
2.4 各構面之關聯性研究.....	25
2.4.1 教師宗教信仰、生命意義感相關研究	25
2.4.2 教師生命意義感、幸福感相關研究	26
2.4.3 教師宗教信仰、幸福感相關研究	27
2.4.4 教師宗教信仰、生命意義感、幸福感相關研究	28
第三章 研究設計.....	29
3.1 研究架構.....	29
3.2 研究假設.....	30
3.3 研究變數操作性定義及衡量.....	31
3.4 問卷設計與研究對象之抽樣方法.....	34
3.4.1 正式問卷設計.....	34
3.4.2 正式問卷的發放與回收.....	36
3.5 資料處理與分析.....	39
3.5.1 敘述性統計分析（Descriptive Statistics Analysis）	39
3.5.2 信度分析（Reliability Analysis）	39

3.5.3 獨立樣本 t 檢定 (Independent Samples T Test)	39
3.5.4 單因子變異數分析 (One-Way ANOVA)	40
3.5.5 雪費事後比較 (Scheffe's Posterior Comparisons)	40
3.5.6 Pearson 相關分析(Pearson Product-Moment Correlation Analysis)	40
3.5.7 迴歸分析 (Regression Analysis)	40
第四章 研究結果與討論	41
4.1 樣本描述性統計	41
4.2 不同背景因素之差異性分析	44
4.3 相關分析	54
4.4 迴歸分析	55
4.4.1 宗教信仰、生命意義感與幸福感之影響	55
4.4.2 宗教信仰因素與幸福感之影響	56
4.4.3 生命意義感因素與幸福感之影響	57
4.5 中介變項分析	59
4.6 綜合研究	60
4.6.1 宗教信仰構面與相關研究之結果分析	60
4.6.2 生命意義感構面與相關研究之結果分析	61
4.6.3 幸福感與相關研究之結果分析	62
第五章 結論與建議	63
5.1 研究結論	63
5.2 研究建議	66

5.2.1 對教育行政機關、學校及教師之建議	66
5.2.2 對未來研究者之建議.....	67
參考文獻.....	69
一、中文部分	69
二、英文部分.....	74
附錄一（正式問卷）	75
附錄二 宗教信仰量表使用同意書.....	80
附錄三 生命意義感量表使用同意書.....	81
附錄四 幸福感量表使用同意書.....	82



圖目錄

圖 1.1 研究流程圖.....	5
圖 3.1 研究架構圖.....	30
圖 4.1 變項相關係數圖.....	59
圖 4.2 中介變項架構圖.....	59



表目錄

表 2.1 宗教信仰的定義	7
表 2.2 生命意義感的定義	14
表 2.3 幸福感的定義	18
表 3.1 本研究之變數操作性定義與衡量工具來源	31
表 4.1 樣本描述性統計彙整表	42
表 4.2 不同性別之差異性分析彙整表	44
表 4.3 不同年齡層之差異性分析彙整表	45
表 4.4 不同婚姻狀況之獨立樣本 t 檢定彙整表	46
表 4.5 不同教育程度之獨立樣本 t 檢定彙整表	47
表 4.6 不同任教年資之差異性分析彙整表	48
表 4.7 不同擔任職務之差異性分析彙整表	49
表 4.8 不同年捐款金額之差異性分析彙整表	50
表 4.9 五年內是否有遭遇親人死亡之獨立樣本 t 檢定彙整表	51
表 4.10 不同宗教歸屬之差異性分析彙整表	52
表 4.11 三個構面之相關分析	54
表 4.12 三個構面之迴歸分析	56
表 4.13 宗教信仰四因素之迴歸分析	57
表 4.14 生命意義感三因素之迴歸分析	58
表 4.15 宗教信仰與相關研究者結果比較	60
表 4.16 生命意義感與相關研究者結果比較	61
表 4.17 幸福感與相關研究者結果比較	62
表 5.1 研究假說與實證分析結果	63

第一章 緒論

本研究旨在探討嘉義縣國小教師的宗教信仰、生命意義感與幸福感之現況及其相關情形，並且根據研究結果提出具體的討論與建議，作為教育主管機關、學校、教師及後續研究的參考。本章共有五節，第一節為研究背景，第二節為研究動機，第三節為研究目的，第四節為待答問題，第五節為研究流程，分別敘述如下：

1.1 研究背景

科技的進步日新月異，使得很多以前人類無法實現的夢想，都逐漸化為真實。然而，科技的進步，並不能解決人類在現實生活中所遭遇到的所有挫折與煩惱，例如天災、人禍所帶來的家庭破碎、天人永隔；工作不順所帶來的經濟負擔、意志消沉；人際問題所引起的煩惱雜念、生活怨懟等。在生命中遇到困頓，人類往往尋求宗教信仰的慰藉。國外有研究發現，如果人有宗教信仰的寄託，可以拓展社會網路和支持系統，對於個人自尊感有提升作用，還可以引導人去發現生命的意義何在，對於降低生活壓力和憂鬱程度是有幫助的（賴郁華，民 103）。

一個人存在人世間的理由就是生命意義感，人能體會到存在這個人世間的價值，是因為意識到自己存在的理由，感受到生命的活力（周鳳英，民 102）。研究者以國小教師的生命意義感作為研究議題是因為國小教師在兒童的生命教育議題中，對兒童有相當大的影響力，可以引導他們對發生在社會上的霸凌事件、自殺事件、吸毒事件……等負面新聞有一些判別能力與正確信念的建立，讓孩子們擁有正向的生活態度與面對問題、解決問題的能力。蔡坤良（民 93）認為生命的意義就是個人生命實踐的動態過程，意義的體驗與覺察可以發揮生命的潛能，並且給予個

人目標，讓他感受到存在的價值感和方向感。

幸福感是個體在生活經驗中的認知、情緒和身心健康狀態的感受情形，使個體可以主觀地意識到本身生命的意義和存在的價值(李育憲，民101)。國內新生兒數量有逐年減少的趨勢，少子化現象，造成國家結構的改變，產生許多超額教師及流浪教師。年金改革之後，退休年齡延後、退休福利大變革更是弄得人心惶惶，加深了教師心中的壓力與不安全感，對教師的幸福感難免有些影響。身為學生們的引領者，教師要有健康的心理，才能有效地執行教學活動，而教師有幸福的感受才能引導學生發現幸福。

根據內政部統計處(民105)的資料顯示，民國105年離婚者半數婚齡未滿8年。這些家庭的孩子遭遇家中經濟、教養、婚姻、醫療等問題，導致他們無法獲得適當的照顧。在這個充斥著不健全家庭的社會中，國小教師在兒童成長過程中扮演的角色相當重要，因為他們是兒童的傾聽者、關懷者、引導者，甚至是拯救者。綜觀我國研究者對於宗教信仰、生命意義感或幸福感的資料顯示，多為兩兩之間關係的研究，尚未有研究著墨於國小教師宗教信仰、生命意義感、幸福感三者之間關係之研究，因此，本研究的優點是期望藉此研究的深入探討，了解三者之間的關係，探討教師對於宗教信仰的追尋，提升心靈並轉念，進而能夠放下心中的壓力與執著，找到人生意義感，尋著生命中的自在與幸福；也期盼教師能引導學生，認清生命的美好價值，找到每個人心中的快樂與幸福。

1.2 研究動機

研究者本身是一位國小的特教教師。看到自己所接觸到的學生，必須承受身心障礙所帶來的不便與苦痛，心中充滿慈愛與悲憫；看到犧牲

奉獻，致力於教育的夥伴們，必須承受少子化及教育改革所帶來的教學無力感與工作壓力，心中充滿心疼與不捨。心中思索著，國小教師宗教信仰的情況是如何呢？教師們是否可以藉由宗教信仰的力量，尋找生命的意義，進而擁有快樂的心境與幸福感？此為選擇此一研究主題的第一個動機。

根據教育部(民 104)全國校安通報事件分析表中顯示，學生自殺(傷)事件發生 1040 件。105 年底商職學生跳樓自殺，106 年高中生、大學生自殺的事件亦層出不窮。學生自殺的原因有許多種，包括感情、家庭、人際關係、課業、霸凌……等，無論是哪一種原因，都造成一件件令人感傷的悲劇。而其實這些自殺的學生，他們有些都是在國小的時候就有一些負面的念頭產生，國小教師若能適時發現與引導，就可以避免這類事件的發生。因此對兒童的人格發展而言，生命教育確實很重要，國小教師扮演了一個影響深遠的角色，因此，了解國小教師的生命意義感就顯得相當重要。因為國小教師若能擁有較正向的生命意義感，才能引導學生用樂觀的心面對生活中的困境，此為研究者選擇此一研究主題的第二個動機。

侯辰宜(民 96)以國小教師為研究對象，發現教師幸福感與教學效能具有高度正相關。童驛煊(民 97)發現屏東縣市國小教師生命意義感與幸福感彼此之間有顯著相關，且生命意義感對幸福感有預測力，可見國小教師幸福感的研究也是相當重要。此為研究者選擇此一研究主題的第三個動機。

大部分研究多探討宗教信仰、生命意義感與幸福感兩兩之間的關係，本研究包含三構面，探討嘉義縣國小教師現況，同時具有在地參考價值。根據此研究結果提出具體建議，期盼教師能從宗教信仰追尋的過程中，

找到人生意義感及幸福感，進而引導學生認清生命的美好價值，擁有幸福的人生。對於國小教師宗教信仰、生命意義感與幸福感的研究與了解，培養教師正向的生命態度，進而引導學生找出面對生命困境的對策是當務之急，以上這些都是引發研究者探討本研究課題的關鍵動機。

1.3 研究目的

基於上述的研究背景與動機，為了瞭解嘉義縣國小教師宗教信仰、生命意義感的現況如何，分析與幸福感的關聯性何在，並依據研究的結果，希望提出具體結論與建議給教育行政機關、學校、國小教師和未來學術研究做為參考，茲就其研究目的列出如下：

- 1.了解嘉義縣國小教師宗教信仰、生命意義感與幸福感之現況。
- 2.探討不同背景變項的嘉義縣國小教師在宗教信仰、生命意義感與幸福感之差異情形。
- 3.探討嘉義縣國小教師宗教信仰、生命意義感與幸福感三者之間的相關程度。

1.4 待答問題

根據以上所述之研究動機與目的，本研究所欲探討的問題敘述如下：

- 1.瞭解嘉義縣國小教師宗教信仰、生命意義感與幸福感之現況為何？
- 2.驗證嘉義縣國小教師的宗教信仰、生命意義感、幸福感是否因其背景變項而有所差異？
- 3.探討嘉義縣國小教師的宗教信仰與生命意義感的相關情形為何？
- 4.探討嘉義縣國小教師的生命意義感與幸福感的相關情形為何？

5.探討嘉義縣國小教師的宗教信仰與幸福感的相關情形為何？

1.5 研究流程

本研究包含以下步驟流程：先確定研究的主題和對象，然後進行相關文獻收集分析，依照文獻建立相關理論架構，再參考相關文獻，採用先前研究者所設計，具有信度、效度的問卷內容，作為正式問卷發放、回收，再進行資料整理與統計分析，並根據統計分析的結果提出本研究的結論和建議。整個研究流程如圖1.1所示。

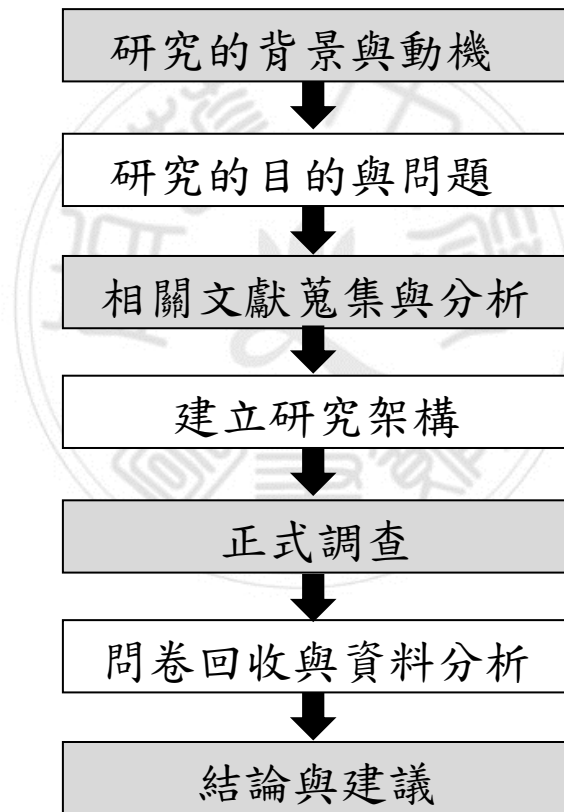


圖 1.1 研究流程圖

資料來源：本研究整理

第二章 文獻探討

本研究主旨是探討嘉義縣國小教師宗教信仰、生命意義感與幸福感三者之間的關聯性。本章共分為四小節，第一節為宗教信仰及其相關研，第二節為生命意義感及其相關研究，第三節為幸福感及其相關研，第四節為宗教信仰、生命意義感與幸福感之關係研究。

2.1 宗教信仰及其相關研究

本小節將依序說明宗教信仰的定義、宗教信仰的理論與教師宗教信仰相關研究。

2.1.1 宗教信仰的定義

自古以來，宗教在人類生活中扮演著重要的角色，深深地影響到人們日常生活的飲食、藝術、價值觀念、態度與行為。宗教的成因來自於人類對自然界的畏懼，也可能是對超自然現象的探索。

宗教是一套信念和儀式的系統，與上帝、神祇或超越凡俗的力量是關的。宗教信仰二個面向的表現包括信徒的生活方式及禮儀形式。

蔡岱蓉(民 102) 對於宗教信仰的解釋為個人對所信仰組織的教義、儀及儀式的尊崇和信服，並把它當作自己行為的準則，或是對於人生觀和生命價值的看法與詮釋。

據此，本研究匯整了國內學者對於宗教信仰的定義如表 2.1 所示。

表 2.1 宗教信仰的定義

學者（年份）	宗教信仰的定義
星雲（民95） 葉欣哲（民101）	無論是信仰佛陀、阿拉、上帝或是民間的信仰，都是信者自己心中所描繪出來的對象。人活著，除了物質所需之外，還需要精神食糧，如信仰、藝術、心靈等。有了信仰，心中才有主，人生才有目標。
李依晃（民97）	人類具有宗教信念，相信其教義，並奉行教規與教儀的行為。宗教信仰表現在人們對超自然力量的信仰上，相信在現實的世界之外，還存在著另一種神秘的力量和境界，這種信念，控制著整個社會和自然，以及人類的命運。人們對於這種神秘力量產生了崇拜和敬畏的情感，有了一系列相對應的禮儀活動，心靈也藉此得到安頓和提升。
江志豐（民99）	宗教信仰是指個人對某宗教，歷經一定的宗教儀式，參與該宗教的活動及對該宗教所抱持的態度。
李育憲（民101）	宗教信仰是指國小教師個人對某宗教，經歷某些宗教儀式，並且參與該宗教之活動及對該宗教所抱持之態度，其中包含宗教參與、宗教實踐、宗教功能及宗教信念。
洪銘洲（民105）	宗教信仰是指信奉某種特定宗教的人群對其所信仰的教義、教理，由崇拜、認同的過程中所產生的堅定信念以及全身心的皈依，然後在特定的宗教儀式和宗教活動中貫穿和表現，並用來規範和指導個人在社會中的行為。
周怡伶（民106）	宗教的根本在於人對神的信仰；被人視為一種超自然，而又能控制自然的神聖、神秘力量就是宗教信仰的對象，它可能被稱為「至高一神、精靈、眾神」，或是以「自然擁有者、至高無上者、超越時空者、永恆者」等抽象名詞出現。

資料來源：本研究整理

綜上所述，本研究對宗教信仰的定義為宗教信仰是指認同某一個特定宗教的價值觀，對這種超自然力量產生敬畏和崇拜，穩定參與並體驗該宗教的活動或儀式，並從中得到心靈的安頓與提升。

2.1.2 宗教信仰的理論

1. 台灣宗教信仰的概況

在江燦騰（民 94）所編的《台灣宗教信仰》一書中提到，台灣的宗教可分為二個部分，其中一部分是台灣成為日本新領土以前原有的宗教，如道教、儒教、屬原有佛教的禪宗系統、屬原有基督教的長老教會……等；另外一部分是台灣成為日本新領土以後由日本傳來的宗教，包括天理教、淨土宗、日蓮宗……等。

根據內政部民政司台灣地區宗教類別統計的資料顯示，到民國 106 年一月為止，台灣地區主要的宗教類別有 22 個，包括：基督教、天主教、佛教、道教、一貫道……等。

台灣地區的民眾以信仰道教、佛教、基督教的人最多，不可否認的，在台灣也有相當多的人相信的是民間信仰。蔡鎮戎(民 104)提到民間信仰又可稱為「民俗信仰」、「通俗信仰」或「民間宗教」，因為一般所謂的民間信仰並沒有宗教所應具備的四個條件(教祖、教義、教規及入教儀式)，而與宗教有所區隔，它是鄉土社會的精神信仰或民俗文化。以前在台灣，務農的人口多，信仰福德正神的情形非常普遍，土地公廟在台灣的農村小鎮到處可見，現今仍然可以看到不少土地公廟。台灣目前有很多廟宇都是奉拜媽祖的，因為一直以來，台灣人對於媽祖非常的崇拜，媽祖除了有「天后」的美稱，還有「天上聖母」這個尊稱，可見其在台灣人的心目中地位之重要。每年農曆三月二十三日前後，在台灣各地舉辦的媽

祖文化祭都可以看到很多虔誠的信徒來朝聖。

李世偉(民 91)提到，佛教的信仰是以佛、法、僧「三寶」為依歸，一切生命的存在是依照種種因緣而流轉，人可以經由努力，消除致苦的因緣，而得到內心的澄明與喜樂，甚至得道成佛。目前在台灣，佛教的信徒很多，比較有名的佛教團體包括慈濟、佛光山、中台山、法鼓山、靈鷲山、法相山……等，這些團體各有特色，都充滿對芸芸眾生的慈悲與關懷，深深地影響著台灣社會。

台灣的道教，在明鄭時代從福建傳入，奉祀玄天上帝、三清天尊、三官大帝、玉皇大帝……等的廟都是屬於道教的廟，在廟或道壇的很多道士都有從事替人消災解厄的工作，無論是神明開眼、收驚、補運……等都是(蔡相輝，民 87)。

基督宗教包括基督教和天主教。基督教信仰的神是耶穌基督，教義的基礎是聖經，教友參加團契，一起讀經、禱告，尋求人生的意義並參與社會服務工作。天主教也是信仰耶穌基督，只是運作的型態有些差別，教友會在每個星期天去望彌撒，有些修女和神父犧牲個人青春歲月，為偏鄉人民服務的精神實在令人感佩。

瞿海源(民 91)在《宗教與社會》一書中提到，因為個人因素、宗教團體本身、社會結構等造成在不同的時代，台灣有不同的新宗教現象產生，而所謂的新宗教現象，就是在台灣社會以前不曾存在的宗教現象。當人們對於現世不滿、社會出現危機、個人不安全感的提升……等驅使人們去尋求某種新興宗教，來紓緩心中的壓力，例如來自印度的靜坐冥想，本土新興宗教的禪坐氣功、正念療育……等。南華大學終身學習學院及台灣正念學學會曾舉辦一系列正念療育課程，此課程讓人們從正念身心覺察體驗、正念身心紓壓課程中學習覺察身心以及正念靜坐的方法，

以緩和身心的壓力，提升幸福感。

2. 宗教信仰與個人身心健康

Argyle(1987)指出，宗教和個人身心之間有很密切的關係，在討論宗教信仰和個人關係的問題時，需要考慮到三個假設：一、宗教信仰對個人身體、快樂和心靈的和平是很重要的；二、宗教信仰是精神病理學的表徵，篤信宗教是精神病理學的一種反應；三、情緒上有困擾的人會求助於宗教幫他們解決問題，以上的假設造成宗教信仰與個人的關係有不同的觀點產生(李育憲，民 101)。

洪銘洲(民 105)在宗教信仰對老人憂鬱傾向關聯性研究中發現，參與任何形式的宗教活動可以降低憂鬱傾向風險的發生，而具有宗教信仰者能夠降低憂鬱傾向之風險。

Krause and Hayward (2012)以 65 歲以上講英語的非失能的退休居民為研究對象，發現一、參加教會服務的老年人往往傾向與上帝建立更親密的關係；二、與上帝關係更密切的老年人更可能提供他人情感上的支持；三、對社交網絡成員給予情感支持的長者更有可能有較強的生命意識；四、對於生命意義有更深意識的老年人，較不容易經歷到身體功能隨著時間衰退。

Gupta and Gupta(2014)以年紀介於30-45歲之間的男性與女性各160名為研究對象，發現常參與宗教活動的男女性在宗教承諾、生活滿意度、樂觀和生活意義上明顯高出許多，壓力和焦慮則較少。婦女比起男性有更高層次的宗教承諾體驗，生活更滿足、更樂觀、生活中更有意義，並且有較少的壓力和焦慮。

Krok (2015)發現存在與心理幸福之間呈現正向關聯，心理幸福與個人意義方面呈現正相關。

李育憲(民 101)提到，宗教信仰帶來的好處有二個理論：一、宗教信仰會帶來人生意義、目標與整合；二、社會支持的一個來源是教會。個人從第一個理論找到對人生意義的整合和價值觀時，在教會中也可以獲得教友們的支持。一旦人覺得他的生命有方向、有意義，對人生方向的價值觀有堅定的信心時，會覺得自己比較幸福，所以宗教信仰和幸福感大致而言具有正相關。

但是亦有研究發現，宗教態度居中的人幸福感較高，宗教態度過低或過高的人幸福感偏低。國外學者對於宗教信仰和幸福感的關係，沒有一致性的研究結論，會有如此分歧的研究結果，可能和上面所提到的三種假設有關係(李育憲，民 101)。

綜上所述，宗教信仰不只是個人心靈的寄託，更是一種對宇宙人生真理的探索。藉由對它的逐漸內化與實踐，增進內心的開展與超越，讓個人能夠安頓身心。雖然學者對於宗教信仰、生命意義感和幸福感之間的關係，沒有一致性的研究結論，但是從近幾年多數的文獻中發現，宗教信仰較投入的人，較著重靈性上的提升，有較深的生命意義感，能夠減緩心中的焦慮，有助個人心理健康，增進生活滿意度與幸福感。

2.1.3 教師宗教信仰相關研究

關於本節議題的探究，研究者在台灣碩博士論文加值系統中以「教師」和「宗教信仰」二者為關鍵詞進行搜尋，至 2017 年 9 月為止，看到的文獻非常有限，可見目前尚缺教師與宗教信仰關係議題之研究，而本文正好可以針對這個議題做深入的探討。

以下從國內文獻中，整理出有關教師宗教信仰相關研究，分述如下：

古秀曲(民 98)的研究發現：宗教皈依會讓教師省思自己的行為，讓自己活得更更有價值、更快樂；對心理有正向的影響，是一種安定與心靈寄託；在教學、處世態度、人際關係各方面，都有正向良好的改變。

沈菁芬(民 98)的研究顯示：教師傾向信奉民間信仰，參與宗教活動的頻率偏低，宗教教化存在的價值是被肯定的；教師宗教信仰不會因為性別與最高學歷的不同而有所差異；會因年齡、婚姻狀況的不同而有所差異，而國小教師宗教信仰與其器官捐贈意願及認同之間有顯著相關。

李育憲(101)在國小教師宗教信仰與幸福感關係之研究中發現國小教師宗教信仰的現況屬中下程度；宗教信仰因個人背景變項不同而有差異；宗教信仰與幸福感有顯著的正相關；宗教信仰對幸福感有顯著的預測力。

林智威(民 104)的研究發現：對於宗教信仰越投入的體育教師，多會定期參與所屬宗教舉辦的活動，心理有穩定的力量，在日常生活中也勇於做判斷和決策；有宗教信仰的體育教師，會藉由信仰的內涵(如神愛世人、四攝法……等)來增進人際關係的圓融與和諧。

從以上教師宗教信仰相關的研究中發現，宗教信仰的信念、參與及實踐對於教師日常活動的各個層面，產生正向的影響和改變，這也正是宗教的功能所在。

綜合以上宗教信仰的意義、宗教信仰的理論與教師宗教信仰相關研究等闡述，讓研究者對於宗教信仰有了更深一層的了解。本研究發現，對宗教信仰的研究，有很多都是殊途同歸，宗教信念、宗教參與、宗教實踐、宗教功能都是受到重視的概念。

2.2 生命意義感及其相關研究

本小節將依序說明生命意義感的定義、生命意義感的理論、教師生命意義感相關研究。

2.2.1 生命意義感的定義

有意義的生命包括「目標」、「價值」、「信仰」、「行動」等層面，人必須透過滿足「目標」、「正當性」、「自我價值」、「效能」的需求時，才能感受到生命是有意義的(鄭麗慧，民96)。

蔡鎮戎(民104)主張生命意義感是指一個人對自我生命的界定及看法，是屬於高層次的感知和心理需求，透過思索個體生存的目的地或理由，追尋現在或未來生活的方向和努力的目標，而且能夠在整個生命的歷程中，面對各種挑戰，實現自我的目標。

來到這個世界上，每個人都必須經歷到生、老、病、死的過程，有的人渾渾噩噩過一生，有的人則會思索生命的意義何在，除了修養自己的心性，樂於協助身邊需要幫助的人，還以國家社會的興亡為己任，感受芸芸眾生的苦，進而付出自己的心力去度化他們，期盼能夠幫助他們離苦得樂。這樣的人具有慈悲的襟懷，明白自己生命的意義何在，就能認清自己生命的方向，活出精采的人生。

據此，本研究匯整了國內學者對於生命意義感的定義如表 2.2 所示。

表 2.2 生命意義感的定義

學者（年份）	生命意義感的定義
鄭麗慧（民96）	個人對自己生命感受之程度，具有獨特的主觀性，藉由自己的信念、自我探索與覺醒、生活經驗，來說明個人對生命意義之感受與評價。
何妙芬（民96）	生命意義是屬於高層次的心理需求，它是獨一無二，也是無法取代的，但是透過思考個人生存的目的或理由，找到現在或未來的目標與生活方向；而且個人的生命意義會隨著年齡、角色、身分與空間的不同而轉變。
劉錦玫（民98）	個人對自己生命意義和目的的覺知與感受深刻程度。
吳和堂（民100）	個體知覺到自己的生命意義之感受程度。
周鳳英（民102）	生命存在的普遍性目標和價值，當一個人感知到自己存在的理由和重要性，也就是意識到自己人生的意義和目標。
蘇文郁（民105）	每個人所賦與自己的獨特使命，建立在個體生命的價值與目標之上，從不斷的探索、建構中，體認到自身存在的意義、價值及重要性，作為個體生命導航的舵盤，有助於朝向個人的生活目標實踐、前進，為自己的生命負責，進而能超越自我、自我肯定。

資料來源：本研究整理

綜上所述，本研究對於生命意義感的定義為每個人都是獨一無二的個體，來到這個世界上，都有他特別的使命在，從不斷地探索與建構中，體認到自己生命的價值與方向，努力去實踐心中的目標。

2.2.2 生命意義感的理論

時代的動盪，物質需求的滿足無法填補人們心中的缺口，人們逐漸重視心靈層面的探討與提升。近年來有關生命意義感的論述不少，在社會各領域都有相當多的研究與探討，顯現生命意義感的探討已成為現今社會上很重要的課題，它將生命提升至靈性的精神層次，也是幸福感的重要依據。

劉錦玫（民 98）提到中國人對於生命的態度和西方人不太一樣，中國人受儒家、佛教、道家的影響深遠，儒家著重人的處世態度，以仁為依歸，對於個人的修身養性與倫常關係的應對相當重視。佛教特別重視入世、出世的法，倡導悲智雙運，期盼人們能從困頓中超越、解脫。道家提倡的生命態度是自然無為，以「道」為上，追求個人內在生命的自由。

西方有名的哲學家蘇格拉底，一生以闡揚道德、追求真理為己任。他非常重視智慧，認為勇敢依賴智慧而生，只有智慧，可以幫助人們超脫苦樂與畏懼。而死是不需要去畏懼的，因為人有生就有死，而且死後會復生（黃國城，民 92）。

本研究的理論基礎是 Frankl 的意義治療理論，此理論主張一個人存在這個世間的理由就是意義感，個人如果能夠明白自己存在這個人世間的理由，就會有活力，就能夠體會到自己存在的價值。Frankl 受存在主義的影響很深，他認為人的存在可以從三個層面來探討，包括精神、心理、身體，而人類最特別的地方就在精神層面，這也是意義治療法所強調的（周鳳英，民 102）。

意義治療的基本概念包括：一、意志的自由，是指人可以自由地尋找並發現意義；二、求意義的意志，這個意義對個人而言是獨特、明確

的；三、生命的意義，每個人的生命都是獨特的，都有責任去完成自己的使命。(何妙芬，民 96)

說明如下：

一、意志的自由：

人擁有意志的自由，可以選擇用什麼樣的態度，去面對生命中遭遇到事情。

二、求意義的意志：

思考我們生存在這個人世間的意義是什麼，並為自己的存在找出對自我價值與生命的認同感。

三、生命的意義：

每個人來到這個人世間，都有他特定的使命需要去完成，活著的每個時刻都是意義非凡的。

Frankl 認為對於生命，每個人都有特殊的使命與意義。為了幫助個人對生命意義的了解與獲得，他針對人們的經驗去分析，發現獲取生命意義有三種途徑：

- (一) 創造價值：是可以帶給別人快樂的活動，透過某些類型的創造活動，如對別人微笑、服務他人、音樂演奏……等能帶給別人快樂的活動。
- (二) 體驗價值：帶給人們觸動，從人們所接觸的世界中去尋求有價值的事物。
- (三) 態度價值：從人們不可改變的命運所採納的立場態度上來獲得有意義的事。當一個人面對生命中的苦難時，若能採取積極勇敢的態度去應對，就能實現生命中最高的價值與意義(何妙芬，民 96)。

2.2.3 教師生命意義感相關研究

關於本節議題的探究，研究者在台灣碩博士論文加值系統中以「教師」和「生命意義感」二者為關鍵詞進行搜尋，至 2017 年 9 月為止，所看到的相關文獻不多，而本文也針對這個議題做深入的探討。

以下從國內文獻中，整理出有關教師相關生命意義感研究，分述如下：

鄭麗慧(民96)的研究發現：高雄市國小教師的「生命意義感」現況良好；年齡、婚姻狀況、服務年資及職務的不同，在生命意義感的大部分層面上有顯著差異；年齡方面來看，「51歲以上」組教師的得分最高；就婚姻狀況而言，「已婚」組教師的得分高於「未婚」組教師；就服務年資而言，「21年以上」組教師得分高於「5年以下」組教師；就職務而言，「教師兼主任」組的得分高於「級任教師」組；「生命意義感」與「生活滿意度」間有顯著正相關；高雄市國小教師「生命意義感」對於「生活滿意度」具有預測作用。

呂淑惠(民101)的研究發現，高雄市國小特教教師正向心理、生命意義感、生活滿意度屬於中上程度；生命意義感因年齡不同而有所差異；正向心理程度越高，生命意義感越高，其生活滿意度越佳。

蘇文郁(民 105)的研究發現，國中輔導教師知覺到中上程度的生命意義感；不同性別、年齡的國中輔導教師在生命意義感上達顯著差異；國中輔導教師的生命意義感、督導需求與滿意情形能有效預測專業耗竭，其中以生命意義感之「生命的意義」的預測力最高。

從上述研究中發現，教師生命意義感普遍呈現中上程度，性別、年齡、婚姻狀況、服務年資等個人背景變項，在教師生命意義感研究上多達顯著差異。

2.3 幸福感及其相關研究

本小節將依序說明幸福感的定義、幸福感的理論、教師幸福感相關研究。

2.3.1 幸福感的定義

幸福感是一種對生活感到滿足、有樂趣的愉快心情，是人類生活中不可或缺的心靈泉源。因為有幸福感，才有勇氣面對生命中的磨難，看見挑戰背後所包裝的祝福；因為有幸福感，才能感受困頓背後所珍藏的幸福；因為有幸福感，才能肯定自己的生命意義與價值。陳騏龍(民 90)綜合國內外學者對幸福感相關的概念，歸納幸福感的共通要素包括認知、情緒和身心健康等三個層面，是一種個人主觀的經驗。幸福感的共通要素包括正向情感、生活滿意、身心健康、良好的發展和完整滿足感，可以讓個體發現自己，了解自己存在的意義和價值(蔡坤良，民 93)。

據此，本研究匯整了國內學者對於幸福感的定義如表 2.3 所示。

表 2.3 幸福感的定義

學者 (年份)	幸福感的定義
謝攻芸 (96) ; 李育憲 (民101)	幸福感是個體在生活經驗中的認知、情緒和身心健康狀態的感受情形，使個體可以主觀地意識到本身生命的意義和存在的價值。
周鳳英 (民102)	幸福感是內在的正向心理活動與對外在環境的滿意度，是一種穩定且持續一段時間的心理狀態，幸福的感受是主觀的，是因人而異的。
朱美錡 (民103)	幸福感是個體因為受到背景、環境和資源的不同，對於整體生活滿意度及正負情緒強度的結果對生活滿意所做的評價。

表 2.3 幸福感的定義（續）

鄭佳欣（民103）	個人幸福感的產生與滿意的生活品質、健康的生理與心理狀態、正向的情緒，工作成就與否，以及和諧的社交關係有絕大部分的關係。
簡伊利（民104）	幸福感是國人對自己的正負向情緒及生活滿意度的整體評論。
蘇筱婷（民105）	幸福感(well-being)是指人類對於生活中事物的滿足，而產生光明正向、美好平衡的綜合感受。

資料來源：本研究整理

綜上所述，研究者認為幸福感是一種主觀的心理感受，是一種內心的安適狀態，對於生活中的一切感到喜悅、正向與美好，不同經歷與需求的人對幸福感有不同的感受與詮釋。

2.3.2 幸福感的理論

1. 東方的幸福觀

易經思想對於生命是抱持一種禍福相倚的想法，提醒人們在發達時要居安思危，困頓時要以「否極泰來，福之將至。」自我勉勵。中國文化對於幸福感的討論，也融合在儒、釋、道三家思想中。儒家思想主張，獲得幸福感最重要的方法就是道德修養，人除了獨善其身之外，更應該要有兼善天下的胸襟(蔡坤良，民 93)。

道家思想方面，老子重視若水、無為、盡己、樸素、知足等處事態度，認為「上善若水，水善利萬物而不爭。」人要學習水的柔軟，追求內心的寧靜與和諧，依循著天地自然之理而安身立命，過著簡單、自然的生活，而莊子認為順應自然，與自然合而為一，才能尋著幸福的泉源(黃國城，民 92；謝玫芸，民 96)。

佛家的思想方面，六祖慧能曾說過「菩提本無樹，明鏡亦非台，本來無一物，何處惹塵埃。」佛家主張接受事物本來的樣貌，不執著萬象，如此才能有所開悟，心無罣礙，達到心境的清明狀態。心經表達出人要遠離慾望、並擁有不與人爭的態度與利他的行為，才能擁有心靈的寧靜與和諧。而證嚴法師知福、惜福、造福的提倡也顯示出幸福是可以創造的(謝玫芸，民 96)。

綜言之，中國人對於幸福感的學說大多為道德和哲學的論述；而以上四家對於幸福感的觀點較為一致的部分是和諧的概念。從許多實證研究中發現，人際和諧所衍生的社會支持力量是影響中國人幸福感指數的重要因素(蔡坤良，民 93)。

2. 西方的幸福觀

希臘的哲學家亞里斯多德曾說過，從行動中所可以得到最美好的事物是幸福，但是不同的人所說的幸福是不盡相同的，畢竟，每個人對於幸福的定義與感受是不同的，然而，人活著的終極目的就是幸福。在美國獨立宣言中有提到人生而平等，每一個人都享有上天所賜予不可剝奪的權利，而這些權利就是生命、自由與幸福的追求。

近年來，對於幸福感議題的關注與研究越來越多，研究幸福感的學者分別使用不同的名詞來表示幸福的概念，包括幸福感(well-being)、快樂(happiness)、主觀幸福感(subjective well-being)、生活滿意(life satisfaction)和心理幸福感(psychological well-being)……等。幸福這個詞的定義也因為研究者的研究目的而有些許的差異，大多是從認知、情感、生活滿意、身心健康等方面著手。

陸洛(民 87)將幸福感分為四個階段歷程：第一個階段所涵蓋的層面

是認知，幸福是一種外在的、道德的評量標準，只有當人達到這個標準，才會幸福；第二個階段所涵蓋的層面是情感，開始以主觀的感受來分析幸福感，生活中較多的正向情緒和較少的負向情緒的總和就是幸福感；第三個階段所涵蓋的層面是認知及生活滿意，人評估過去一段時間的整體感覺，使自己了解存在的價值和意義；第四個階段所涵蓋的層面是情感、認知、生活滿意，是第一～第三階段的整合，所感受的正負情緒強度和生活滿意的整體評估而產生幸福感(謝玫芸,民 96;鄭佳欣,民 103)。

張家婕(民 101)認為，除了主觀的正負向情緒感受、認知活動之外，應加入第五個階段身心健康層面，如此才能完整、貼切地詮釋幸福感。

在張定綺(民 82)所譯的《快樂，從心開始》一書中提到，奇克森特米海依主張心流的概念。心流就是一個人完全沉浸在某種活動當中，無視於其他事物存在的狀態，這種經驗帶來莫大的喜悅。心流出現時，人會感覺到意識和行動之間互相融合，意識的注意力整個集中在有限的視域，而行動的準確和立即的回饋有不斷互流的現象。要經驗心流，先要有一個清楚的奮鬥目標，還要全神貫注。

在洪蘭(民 101)所譯的《邁向圓滿》一書中提到，正向心理學專家賽利格曼認為正向心理學的主題是幸福，目標在於增進生命的圓滿。透過打造並穩固包括正向情緒(快樂和愉悅)、全心投入(忘我的福樂境界)、正向人際關係(他人的重要性)、正向成就(挑戰有價值的事)和追求意義(更大更高的目的)這五根支柱，並運用自己的強項，就可以讓人的生命邁向圓滿富足。

綜上所述，中西方幸福感的共同特性就是善，因為道德上的自律，讓人生活得更寧靜平和，藉著生活品質的滿意，內在感官情感的正向而影響身心的健康，就是幸福(鄭佳欣,民 103)。

3. 幸福感的相關理論

幸福感的相關理論有四個觀點，以下分述之：

一、正向心理學理論

塞利格曼所主張的正向心理學的目的在建立幸福感，正向情緒但帶給人快樂，擴展人心智的視野，也強化了人的容忍度和創造力。正向心理學可以劃分為三個區塊，包括(一)、愉悅的生活：來自過去的滿足感、滿意、主觀幸福感，現在的快樂與心流經驗以及未來的樂觀和希望等正向情緒；(二)、投入的生活：來自於善用美德和長處等個人特質；(三)、有意義的生活：強調個人對於環境或社群的投入和歸屬感（李俊達、彭錦鵬，民 103）。

二、需求滿足理論

此理論是屬於一種由下而上的思考模式，主張追求需求的滿足人行為動機的來源，只有需求滿足，幸福感才會產生；若需求獲得滿足，會有負向的情緒反應。

三、特質理論

此理論是一種由上而下的思考模式，主張個人特質的不同，對相同的事件會有不同程度的體會與感受。幸福感有大部分是受個人特質所影響，人格特質會左右個人對自身幸福感的評估（鄭佳欣，民 103）。

四、判斷理論

此理論主張幸福感來自現實情況與參照標準比較後的結果。當個體經由自己所建構的對照標準來評估時，如果實際狀況的評估結果優於參照標準時，幸福感就會產生；反之，會有不幸

福的感受(陳屏濼，民 106)。

五、動力平衡理論

此理論主張幸福感除了受穩定的人格因素影響之外，還受生活事件的影響，而表現出穩定平衡的狀態，但是當生活中發生不同以往經驗或特別的事件時，原來平衡的狀態就可能受影響而改變了個人的幸福感(李育憲，民 101)。

綜上所述，塞利格曼正向心理學所研究的主觀幸福感，探討個人的正向特質、正向情緒及正向環境，對於提升個人的生活品質是有幫助的，可以使我們從不同的角度去思考事情，幫助我們跳脫負面的情緒(李俊達、彭錦鵬，民 103)。需求滿足理論注重人生目標的訂立與合理性，但是無法解釋某些人具有的幸福人格傾向；特質理論能夠解釋某些人的幸福人格傾向，但無法解釋生活事件對幸福感的影響；判斷理論統整了生活事件及人格特質對幸福感的影響，但無法澄清比較標準何時運作；動力平衡理論改變了幸福感來自單一因素的想法，但是無法清楚地分辨出生活事件及人格特質之間的相對關係(陳屏濼，民 106；謝攻芸，民 96)。

2.3.3 教師幸福感相關研究

朱美錡(民 103)的研究發現，個人的特質、環境中的生活事件及學校方面的事，都是影響教師幸福感的因素。關於本節議題的探究，研究者在台灣碩博士論文加值系統中以「教師」和「幸福感」二者為關鍵詞進行搜尋，至 2017 年 9 月為止，看到不少教師幸福感相關的論文，在探討的層面也相當廣，然而針對教師宗教信仰、生命意義感與幸福感相關的研究卻很少，以下為教師幸福感相關研究探討。

侯辰宜(民 96)的研究結果如下:桃園縣國小教師幸福感屬中上水準,教師年齡較長、學歷較高、任教年資較長與已婚者其幸福感較高,教師幸福感與教學效能具有高度正相關;幸福感各層面中以「工作成就」對於整體教學效能最具預測效果,其次為「人際和諧」、「自尊滿足」與「健康狀態」。

謝玫芸(民 96)的研究發現,高雄市國小教師的幸福感屬中上程度,以「人際關係」方面所感受到的幸福感程度最高;高雄市國小教師的幸福感在年齡、婚姻狀況、不同任教年資、不同擔任職務上皆達顯著差異。

黃玉萍(民 102)的研究顯示:國小社會領域教師教學幸福感的覺知情況屬中等程度,其中以「工作成就」最高;「專業知能提升」、「學生學習成效提高」是社會領域教師所感受到最主要的教學幸福感來源;「30歲(含)以下」、「46歲以上」、「科任教師」、擔任「兼行政教師」的社會領域教師在教學幸福感的部分層面上有顯著差異;社會領域教師工作壓力越高,覺知教學幸福感受越低;社會領域教師的工作壓力能有效預測教學幸福感,其中以「專業知能」預測力最高。

鄭佳欣(民 103)的研究顯示:雲林縣國民小學特殊教育教師幸福感有正向表現;「年捐款金額」此個人背景變項,在整體幸福感上有顯著差異;雲林縣國民小學特殊教育教師的幸福感與退休生涯規劃間具相關性。

柯怡伶(民 106)的研究顯示:新北市國小教師之幸福感屬於中上程度,其中在「人際關係」層面之幸福感相對較高,而在「正向情緒」層面幸福感相對較低;新北市國小教師幸福感會因其教育程度而有顯著差異,但不因其他背景而有顯著差異。

從上述的研究中發現,教師幸福感普遍呈現中上程度,以年齡、婚

姻狀況、擔任職務等個人背景變項在教師幸福感研究上多達顯著差異。

2.4 各構面之關聯性研究

本小節主要在探討宗教信仰、生命意義感、幸福感之間的關係。本小節將依序說明宗教信仰和生命意義感之間的關係、生命意義感和幸福感之間的關係、宗教信仰和幸福感之間的關係。

2.4.1 教師宗教信仰、生命意義感相關研究

關於本節議題的探究，以嚴格的角度而言，研究者在台灣碩博士論文加值系統中以「教師」、「宗教信仰」和「生命意義感」這三個關鍵詞進行搜尋，至 2017 年 9 月為止，看到的相關文獻較少。以下從國內文獻中，整理出有關教師相關宗教信仰、生命意義感相關研究，分述如下：

林惠娟(民 97)的研究顯示：宗教信仰會影響教師的人生觀、人格特質、價值觀或是生命態度，但並不是唯一的因素；宗教信仰的確造成教師在生命教育教材的選擇、環境的營造、教學策略的運用上以及教學實踐上的差異。

李艾玲(民 100)的研究發現：國小教師宗教心理知覺、生命意義感與生活滿意度屬中上程度；國小教師宗教心理知覺，因年齡、學歷、婚姻狀況、服務年資、宗教信仰及參與廣論研討班現況等背景變項之不同而有顯著差異；國小教師生命意義感，因年齡、學歷、婚姻狀況、服務年資、宗教信仰及參與廣論研討班現況等背景變項之不同而有顯著差異；國小教師宗教心理知覺、生命意義感與生活滿意度有顯著正相關；國小教師宗教心理知覺與生命意義感對生活滿意度具有聯合預測力。

郭永學(民 103)的研究顯示：特殊境遇國小教師的宗教信仰經歷不同階段

觀點轉化學習歷程；宗教信仰與觀點轉化使特殊境遇教師採取正向因應方式，有助於特殊境遇教師的情緒調節；宗教信仰與觀點轉化正向影響特殊境遇教師之生活調適；教師之宗教信仰及觀點轉化與其特殊境遇因應方式、情緒調節、生活調適有相互關聯。

2.4.2 教師生命意義感、幸福感相關研究

關於本節議題的探究，研究者在台灣碩博士論文加值系統中以「教師」、「生命意義感」和「幸福感」這三個關鍵詞進行搜尋，至 2017 年 9 月為止，看到的相關文獻不多，而本文也針對這個議題做深入的探討。

以下從國內文獻中，整理出有關教師生命意義感、幸福感相關研究，分述如下：

童驛煊(民 97)的研究顯示：屏東縣市國小教師生命意義感、死亡態度與幸福感均正向積極；生命意義感因不同性別、年齡、服務年資、子女狀況、宗教信仰及自覺健康狀況而有所不同；幸福感因不同年齡、服務年資、子女狀況、宗教信仰及自覺健康狀況而有所不同；屏東縣市國小教師生命意義感、死亡態度與幸福感彼此之間均有顯著相關；生命意義感與死亡態度對幸福感有預測力。

周鳳英(民 102)在高雄市國小教師生命意義感與幸福感之相關研究中發現：高雄市國小教師生命意義感與幸福感得分均在中間數之上；不同性別、教育程度、宗教信仰的高雄市國小教師在生命意義感有顯著差異；不同教育程度、婚姻狀況、宗教信仰的高雄市國小教師在幸福感有顯著差異；高雄市國小教師生命意義感與幸福感有顯著正相關；高雄市國小教師生命意義感對幸福感具有預測力。

劉玲君(民 106)的研究發現：國小教師生命意義感、心理幸福感和學

校生活適應屬於中上程度，以「意義意志」、「個人成長」與「人際適應」感受度較高；男性教師其生命意義感、心理幸福感表現得分較高；又 30 歲以下教師其心理幸福感與學校生活適應表現得分較高；高生命意義感與高心理幸福感的教師，其學校生活適應得分表現亦高；生命意義感高的教師，其心理幸福感與學校生活適應亦高；國小教師心理幸福感與學校生活適應呈現正相關；國小教師生命意義感與心理幸福感對學校生活適應具有預測作用，其中以「苦難接納」以及「個人成長」較具預測力。

2.4.3 教師宗教信仰、幸福感相關研究

關於本節議題的探究，研究者在台灣碩博士論文加值系統中以「教師」、「宗教信仰」和「幸福感」這三個關鍵詞進行搜尋，至 2017 年 9 月為止，發現相關的文獻較少，而本文針對這個議題做深入的探討。

以下從國內文獻中，整理出有關教師宗教信仰、幸福感相關研究，分述如下：

古秀曲(民 98)在國小教師宗教信仰之研究—以苗栗縣頭份地區為例中發現：人是影響宗教皈依主要的因素；宗教皈依會讓教師省思自己的行為，讓自己活得更有價值、更快樂；對心理有正向的影響，是一種安定與心靈寄託；宗教皈依讓國小教師在處世態度、人際關係、教學方面都有正向良好的改變。

李育憲(民 101) 在國小教師宗教信仰與幸福感關係之研究—以南投縣為例中發現：國小教師宗教信仰的現況屬中下程度；幸福感的現況屬中上程度；宗教信仰因個人背景變項不同而有差異；幸福感因個人背景變項不同而有差異；國小教師的宗教信仰與幸福感有顯著正相關；國小教師的宗教信仰對幸福感有顯著的預測力。

林智威(民 104)在宗教信仰對體育教師在職場表現之比較中發現：雙親與朋友是影響體育教師宗教信仰的主要因素；宗教信仰投入度越高的體育教師，多會定期參與所屬宗教舉辦的活動，心理有穩定的力量，日常生活中更勇於做判斷與決策；有宗教信仰的體育教師，在對上、對同儕、對下的人際關係中，會藉由信仰的內涵來增進人際關係的圓融、和諧。

2.4.4 教師宗教信仰、生命意義感、幸福感相關研究

關於本節議題的探究，研究者在台灣碩博士論文加值系統中以「宗教信仰」、「生命意義感」和「幸福感」這三個關鍵詞進行搜尋，發現至 2017 年 9 月為止，相關的文獻較少，由此可見，此議題的研究是較具挑戰性的，也是值得去探究的，而本文正好可以針對這個議題做深入的探討。

第三章 研究設計

本章節根據文獻探討，提出本研究的架構與假設，主要說明研究過程的規劃與實施。本研究是採用問卷調查的方式蒐集資料，藉此探討嘉義縣國民小學教師宗教信仰、生命意義感與幸福感之現狀及其相關情形如何，將問卷發放之後回收整理，並加以分析，驗證研究假設是否成立。本章共分為五節：第一節為研究架構；第二節為研究假設；第三節為研究變數操作性定義及衡量；第四節為問卷設計與研究對象之抽樣方法；第五節為資料處理與分析。依照各節內容分述說明如下：

3.1 研究架構

本研究旨在探討嘉義縣國民小學教師宗教信仰、生命意義感與幸福感之相關情形。研究者根據研究動機與研究目的，並參考相關文獻擬出研究架構，如圖3.1所示，目的是了解三者之間的關係與內涵。本研究共有四個構面，分別為個人背景因素、宗教信仰、生命意義感與幸福感。個人背景變項包括：性別、年齡層、婚姻狀況、教育程度、任教年資、擔任職務、年捐款金額、五年內是否有親人死亡、宗教歸屬等共九項；宗教信仰：區分為「宗教參與」、「宗教實踐」、「宗教功能」、「宗教信念」四個向度；生命意義感：區分為「意志自由」、「求意義的意志」、「生命的意義」三個向度；幸福感：區分為「生活滿意」、「人際關係」、「自我肯定」、「身心健康」四個向度，研究架構如圖3.1所示。

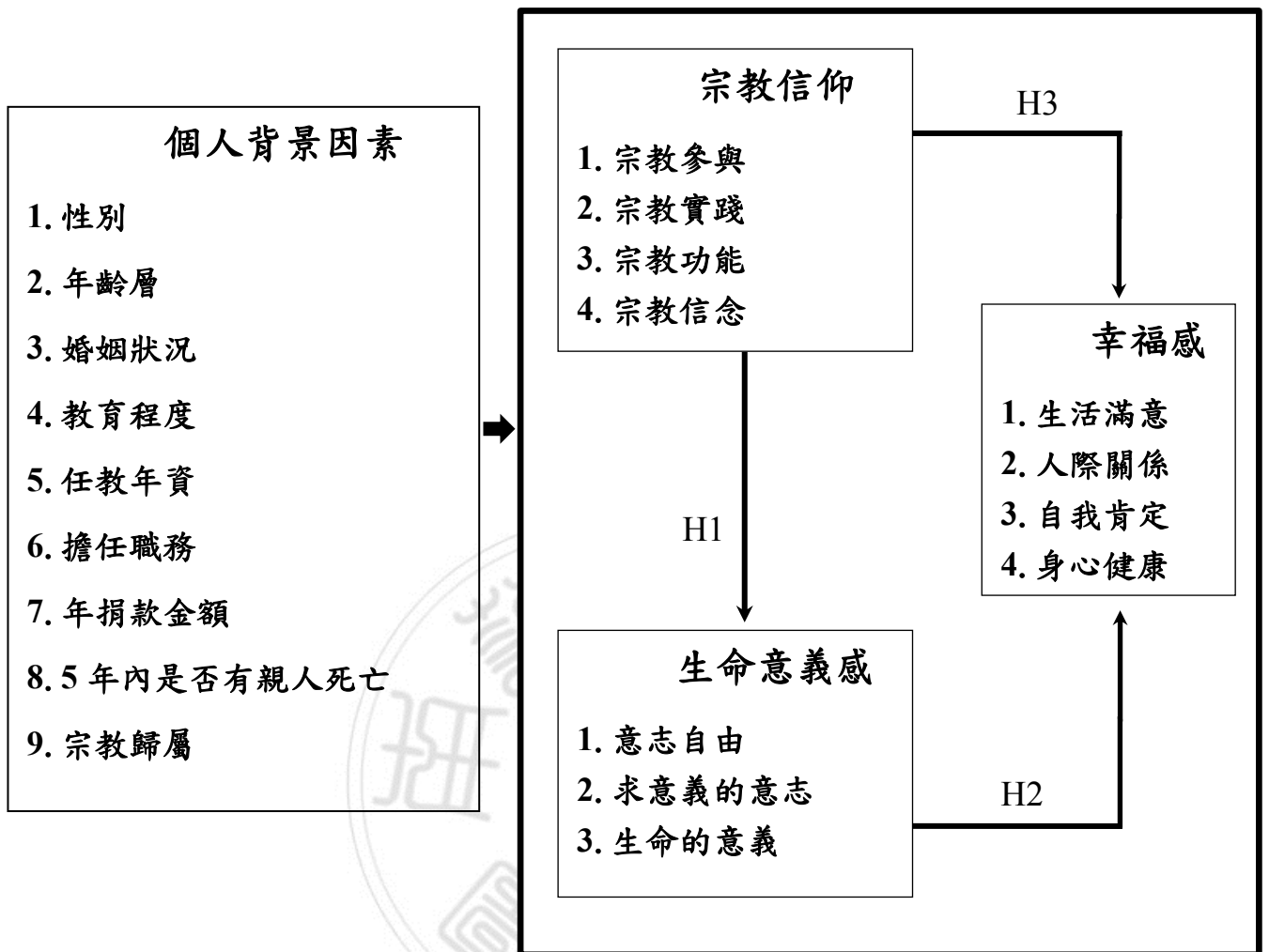


圖 3.1 研究架構圖

資料來源：本研究整理

3.2 研究假設

依據研究問題、研究目的以及研究架構，本研究提出以下研究假設。

H1：宗教信仰對於生命意義感有顯著正相關。

H2：生命意義感對於幸福感有顯著正相關。

H3：宗教信仰對於幸福感有顯著正相關。

3.3 研究變數操作性定義及衡量

本研究之衡量工具包括教師宗教信仰量表、教師生命意義感量表、教師幸福感量表等三部份。變數操作性定義與衡量工具來源，如表 3.1 所示。

表 3.1 本研究之變數操作性定義與衡量工具來源

構面	衡量工具	構面解釋	衡量工具來源
宗教 信仰	宗教參與	信徒信仰一個宗教後，參與宗教活動的狀況在此分量表得分越高的人，表示他本身所知覺到的宗教參與越高。	李育憲（民 101）、嚴景惠（民 96）。
	宗教實踐	信徒對於自己所信仰宗教的認同與實踐情形，在此分量表得分越高的人，表示他本身所知覺到的宗教實踐越高。	
	宗教功能	信徒從宗教信仰中所帶來的內心與外在行為的正向影響，在此分量表得分越高的人，表示他本身所知覺到的宗教功能越高。	
	宗教信念	信徒的內心對於所信仰宗教的相信程度，在此分量表得分越高的人，表示他本身所知覺到的宗教信念越高。	

資料來源：本研究整理

表 3.1 本研究之變數操作性定義與衡量工具來源 (續)

構面	衡量工具	構面解釋	衡量工具來源
生命意義感	意志自由	人有自由去選擇採取什麼態度來面對生命中的苦難、罪惡與死亡，此分量表得分越高的人，表示他本身所知覺到的意志自由感受越高。	吳和堂 (民 103)。
	求意義的意志	尋找生命的意義，並實現生命目的的動機或努力程度，此分量表得分越高的人，表示他本身所知覺到的求意義的意志感受越高。	
	生命的意義	認清個人的獨特與無可取代性，尋找並發現個人生命的目標，此分量表得分越高的人，表示他本身所知覺到的生命的意義感受越高。	

資料來源：本研究整理

表 3.1 本研究之變數操作性定義與衡量工具來源 (續)

構面	衡量工具	構面解釋	衡量工具來源
幸福	生活滿意	教師對於整體生活的層面感到喜歡或滿意的評價結果,在此分量表得分越高的人,代表他本身所知覺到的生活滿意度越高。	謝玫芸 (民 96)。
	人際關係	教師和他人互動時所產生的良好感受程度,所謂他人包括親人、朋友、同事和陌生人,在此分量表得分越高的人,表示他本身所知覺到的人際關係越好。	
	自我肯定	教師認同、肯定並接受自身價值的程度,在此分量表得分越高的人,表示他本身所知覺到的自我肯定越高。	
	身心健康	教師生理及心理健康的良好程度,在此分量表得分越高的人,表示他本身所知覺到的身心健康越佳。	

資料來源：本研究整理。

3.4 問卷設計與研究對象之抽樣方法

本節將依序介紹本研究正式問卷設計、正式問卷的發放與回收。

3.4.1 正式問卷設計

本研究問卷分成四大部分：第一部分為個人基本資料；第二部分為李育憲（民 101）參考嚴景惠（民 96）所編製而成的教師宗教信仰量表；第三部分為吳和堂（民 103）所編的教師生命意義感量表；第四部分為謝攻芸（民 96）所編的教師幸福感量表。本研究以發放問卷的方式為衡量工具，題項是按照本研究的研究目的，參考文獻，採用具信效度的量表編製而成。問卷的第一部分為樣本對象的基本資料，第二部分是採用五點尺度，分為 5 分為「非常同意」、4 分為「同意」、3 分為「沒意見」、2 分為「不同意」、1 分為「非常不同意」五個選項來評量各個構面。

1. 教師個人背景變項

包括性別、年齡層、婚姻狀況、教育程度、任教年資、擔任職務、年捐款金額、五年內是否有親人死亡、宗教歸屬等共九項。

（一）性別：分為「男」、「女」。

（二）年齡層：分為「30 歲以下」、「31-40 歲」、「41-50 歲」、「51 歲以上」。

（三）婚姻狀況：分為「未婚」、「已婚」、「其他（離婚、分居、喪偶）」。

（四）教育程度：分為「大學(含師院、師專)」、「研究所以上(含四十學分班)」。

（五）任教年資：分為「10 年以下」、「11-20 年」、「21-30 年」、

「31 年以上」。

(六) 擔任職務：分為「教師兼主任或組長」、「普通班導師」、「科任教師」、「特教教師」。

(七) 年捐款金額：分為「無」、「1-2000 元」、「2001-4000 元」、「4001-7000 元」、「7001-10000 元」、「10001 元以上」。

(八) 五年內是否遭遇親人死亡：分為「五年內有遭遇親人死亡」、「五年內沒有遭遇親人死亡」。

(九) 宗教歸屬：分為「基督宗教(基督教及天主教)」、「佛教」、「道教」、「一貫道」、「民間信仰」、「伊斯蘭教」、「其他宗教信仰」、「無宗教信仰」。

2. 教師宗教信仰量表

李育憲(民 101)提到，宗教信仰是指國小教師本身對於某一特定宗教，在宗教活動及儀式的參與及對宗教所抱持的態度。關於宗教信仰的衡量，學者探討宗教信仰這個課題時，較常引用的量表是內在宗教動機量表(IRM) (李育憲，民 101; 陳屏濤，民 106)。本研究以內在動機量表(IRM)為測量工具，採用李育憲參考嚴景惠所編修的教師宗教信仰量表來測量嘉義縣國小教師對於宗教信仰的大致理念，以探討嘉義縣國小教師宗教信仰、生命意義感與幸福感之間的關係。本量表包含宗教參與、宗教實踐、宗教功能、宗教信念等四個子構面，共有 24 題。

3. 教師生命意義感量表

本研究採用吳和堂的生命意義感量表，作為測量嘉義縣國小教師對於生命意義感的大致理念，以探討嘉義縣國小教師宗教信仰、生命意義

感與幸福感之間的關係。本量表包含意志自由、求意義的意志、生命的意義等三個子構面，共有 15 題。

4. 教師幸福感量表

本研究採用謝玫芸所編修的教師幸福感量表，測量嘉義縣國小教師對於幸福感的大致理念，以探討嘉義縣國小教師宗教信仰、生命意義感與幸福感之間的關係。本量表包含自我肯定、身心健康、人際關係、生活滿意等四個子構面，共有 21 題。

3.4.2 正式問卷的發放與回收

1. 研究對象與樣本人數

本研究範圍界定在 106 學年度嘉義縣的國小教師，採問卷調查時間為 106 年 10 月，係以 106 學年度在嘉義縣國民小學任教之正式教師為對象進行問卷調查。正式教師是指具有合格教師資格，包括主任、組長、普通班導師、科任教師、特教教師(資源班教師、特教班教師、巡迴輔導教師等)。根據研究目的與文獻探討，蒐集有關的問卷資料，採用信效度佳的問卷題項作為正式施測問卷，正式問卷詳見附錄一。106 學年度嘉義縣的國小教師約為 2233 人，發放問卷 300 份，樣本數與母群體的比率有符合統計上的原則。

2. 正式問卷之發放與回收

本研究問卷的發放，是依據 105 學年度嘉義縣國小教師屯區、海區、山區各區的比率去推估與發放。各區國小教師佔嘉義縣國小教師的比率約為屯區 42%，海區 38%，山區 20%，以此比率發出的問卷為屯區 126

份，海區 114 份，山區 60 份。屯區發放問卷的學校包括大崙、水上、大有、新港、復興、興中、福樂、秀林、大林、平林、溪口等國小；海區發放問卷的學校包括蒜頭、大同、祥和、太保、南新、布袋、新岑、義竹、和順、東石等國小；山區發放問卷的學校包括圓崇、竹崎、內埔、太平、黎明、隙頂、香林等國小。在發放問卷時，有依據學校的規模大小來發放合宜的問卷份數，大型學校 15-20 份，中型學校 9-14 份、小型學校 6-8 份。樣本數與母群體的比例與嘉義縣國小各地區真實狀況接近。正式問卷共發放 300 份，回收問卷 268 份，問卷回收率 89%，剔除填答不完全之無效問卷 23 份後，有效問卷 245 份，問卷有效率為 82%。

3. 正式問卷的信效度

宗教信仰量表採用李育憲參考嚴景惠(民 95)之「宗教信仰量表」所編的教師宗教信仰量表，信度方面，採 Cronbach α 值考驗宗教信仰中各量表的內部一致性，原始量表各分量表的 Cronbach α 值分別為「宗教參與」層面為 0.85，「宗教實踐」層面為 0.922，「宗教功能」層面為 0.889，「宗教信念」層面為 0.890；總量表 Cronbach α 係數為 0.944（嚴景惠，民 96；李育憲，民 101）。

而本實證研究中，「宗教參與」層面為 0.910，「宗教實踐」層面為 0.944，「宗教功能」層面為 0.927，「宗教信念」層面為 0.905；總量表 Cronbach α 係數為 0.965，顯示量表內部一致性高，信度良好。

效度方面，原始量表經由因素分析共取得四個因素：宗教參與、宗教實踐、宗教功能、宗教信念。解釋變異量分別為宗教參與 18.910%、宗教實踐 17.940%、宗教功能 16.077%、宗教信念 15.687%，而總變異量為 68.614%，表示此量表的建構效度良好（嚴景惠，民 96；李育憲；民 101）。

生命意義感量表採用吳和堂(民 103)之「生命意義感量表」，原始量表組合信度意志自由 0.80，求意義的意志 0.86，生命的意義 0.84，三個主要信念的組合信度都符合大於 0.80 的標準(吳和堂，民 103；蘇文郁，民 105)。

本實證研究組合信度意志自由 0.792、求意義的意志 0.882、生命的意義 0.871，總量表 Cronbach α 係數為 0.914，信度十分良好。

潛在變項的平均變異萃取量多符合大於 0.50 的標準，表示三個潛在變項在反映真分數時即獲得基本的穩定性(吳和堂，民 103；蘇文郁，民 105)。

教師幸福感量表信度方面，原始量表分量表 Cronbach α 係數中，「生活滿意」層面為 0.92，「人際關係」層面為 0.83，「自我肯定」層面為 0.84，「身心健康」層面為 0.75，各量表的 α 值介於 0.75-0.92 之間，總量表 Cronbach α 係數為 0.94，信度十分良好(謝玫芸，民 96)。

本實證研究中，分量表 Cronbach α 係數「生活滿意」層面為 0.882，「人際關係」層面為 0.856，「自我肯定」層面為 0.766，「身心健康」層面為 0.715，各量表的 α 值介於 0.71-0.89 之間，總量表 Cronbach α 係數為 0.937，信度十分良好。

效度方面，原始量表經由因素分析共取得四個因素：生活滿意、人際關係、自我肯定、身心健康。解釋變異量分別為生活滿意 22.94%、人際關係 17.30%、自我肯定 15.54%、身心健康 10.46%，而總變異量為 66.24% (謝玫芸，民 96)。

3.5 資料處理與分析

本研究以問卷調查法來蒐集資料，歷經回收問卷並檢視問卷的內容後，刪除填答不完全的問卷，並針對有效問卷進行編碼，最後將資料輸入電腦。本研究之資料處理，係採用SPSS for Window 12之統計套裝軟體程式進行統計分析工作，分析項目如下：

3.5.1 敘述性統計分析 (Descriptive Statistics Analysis)

本研究以「個人背景變項」、「教師宗教信仰量表」、「教師生命意義感量表」及「教師幸福感量表」的施測結果，進行敘述性統計分析，求得各變項的次數分配、平均數、百分比與標準差等統計量，以了解國小教師的個人背景變項、宗教信仰、生命意義感與幸福感之現況。

3.5.2 信度分析 (Reliability Analysis)

可測得問卷各構面題項的可信度與穩定性，也是一種指標，可以判定內部一致性。信度分析以Cronbach α 值作為判斷標準，若 α 值越大，表示量表內各題項關聯性越大。

3.5.3 獨立樣本 t 檢定 (Independent Samples T Test)

主要的目的是探討兩個母體平均數的比較，透過分析以了解兩者之間是否有差異性存在。以獨立樣本 t 檢定來分析不同個人背景變項（性別、婚姻狀況、教育程度、五年內是否有親人死亡）之國小教師，在宗教信仰、生命意義感與幸福感上是否有所差異。

3.5.4 單因子變異數分析 (One-Way ANOVA)

用於兩個以上的母體平均數比較，本研究採單因子變異數分析個人背景變項（年齡層、任教年資、擔任職務、年捐款金額、宗教歸屬）之國小教師，在宗教信仰、生命意義感與幸福感上是否有所差異。如果具有顯著的差異，再利用 Scheffe 法進行事後比較，透過差異性分析，以了解群組間是否具有顯著的差異。

3.5.5 雪費事後比較 (Scheffe's Posterior Comparisons)

採用兩兩配對的方式，比較二組樣本之間平均數的差異，若二組平均數之差，已經達到顯著水準，表示二組樣本的平均數有顯著的差異。

3.5.6 Pearson 相關分析(Pearson Product-Moment Correlatio Analysis)

探討各個構面之間的相關性，以了解是否具有顯著的相關，Pearson 積差係數是介於-1-1之間，若相關值正，則為正相關；若相關值負，則為負相關。本研究用Pearson相關分析來了解教師宗教信仰、生命意義感與幸福感變項間相關情形。

3.5.7 迴歸分析 (Regression Analysis)

用來判斷自變數及依變數之間，是否存在著線性或非線性關係的一種分析方法，它的作用是為了衡量自變數，能夠預測依變數的程度。本研究用迴歸分析，去檢測自變數對依變數的影響程度，以驗證本研究的研究假設。

第四章 研究結果與討論

本研究透過問卷調查法回收樣本資料後，利用 SPSS 12.0 1.進行描述統計分析以瞭解樣本結構特性及背景資料；2.進行差異性分析、Pearson 相關分析、迴歸分析，藉以了解國小教師對於宗教信仰、生命意義感、幸福感的看法與差異。以下分別針對樣本描述性統計、獨立樣本 t 檢定及單因子變異數分析、Pearson 相關分析、迴歸分析等分析結果進行說明。

4.1 樣本描述性統計

樣本資料回收後經整理發現，本研究受訪對象性別以女性居多（64.1%）；年齡層以 41-50 歲居多（51.8%）；婚姻狀況以已婚居多（79.6%）；教育程度以研究所以上（含四十學分班）居多（54.3%）；任教年資以 11-20 年居多（54.3%）；擔任職務以普通班導師居多（36.7%）；年捐款金額以 1-2000 元居多（35.5%）；五年內是否遭遇親人死亡以五年內沒有遭遇親人死亡居多（58.8%）；宗教歸屬以道教居多（26.9%），接著依序為民間信仰（22%）與佛教（21.6%）。樣本描述性統計彙整表如表 4.1 所示。

表 4.1 樣本描述性統計彙整表

	統計變項	人數	百分比%
性別	男	88	35.9
	女	157	64.1
年齡層	30 歲以下	15	6.1
	31-40 歲	75	30.6
	41-50 歲	127	51.8
	51 歲以上	28	11.4
婚姻狀況	未婚	50	20.4
	已婚	195	79.6
教育程度	大學(含師院、師專)	112	45.7
	研究所以上(含四十分班)	133	54.3
任教年資	10 年以下	41	16.7
	11-20 年	133	54.3
	21-30 年	66	26.9
	31 年以上	5	2.0
擔任職務	教師兼主任或組長	79	32.2
	普通班導師	90	36.7
	科任教師	45	18.4
	特教教師	31	12.7
年捐款金額	無	49	20.0
	1-2000 元	87	35.5
	2001-4000 元	37	15.1
	4001-7000 元	31	12.7
	7001-10000 元	13	5.3
	10001 元以上	28	11.4

資料來源：本研究整理

表 4.1 樣本描述性統計彙整表 (續)

統計變項		人數	百分比%
五年內是否有 親人死亡	五年內有遭遇親人 死亡	101	41.2
	五年內沒有遭遇親 人死亡	144	58.8
宗教歸屬	基督宗教(天主教及 基督教)	18	7.3
	佛教	53	21.6
	道教	66	26.9
	一貫道	11	4.5
	民間信仰	54	22.0
	無宗教信仰	42	17.1

資料來源：本研究整理

4.2 不同背景因素之差異性分析

本研究欲探究男性與女性在「宗教信仰」、「生命意義感」、「幸福感」等構面上是否有顯著差異，遂針對上述樣本統計變項特性，分別進行獨立樣本 t 檢定與單因子變異數分析等平均數檢定方法。

1. 男性與女性在「宗教信仰」、「生命意義感」、「幸福感」等構面上是否有顯著差異，運用獨立樣本 t 檢定之差異性分析彙整表如表 4.2 所示。由表 4.2 可知，三構面之 P 值皆大於 0.05，表示沒有達到顯著性。

表 4.2 不同性別之差異性分析彙整表

因素 構面	性別		t 值	P 值
	男性	女性		
宗教信仰	2.943	3.109	-1.549	0.123
生命意義感	4.014	4.084	-1.326	0.186
幸福感	3.750	3.788	-0.595	0.835

註：*表示 $P < 0.05$ ；**表示 $P < 0.01$ ；***表示 $P < 0.001$ ；NA 表示不比較

資料來源：本研究整理

2. 由於教師年齡層分為 30 歲以下、31-40 歲、41-50 歲、51 歲以上四個選項，因此，運用單因子變異數分析，分析不同年齡的教師在「宗教信仰」、「生命意義感」、「幸福感」等構面上是否有顯著差異。差異性分析彙整表如表 4.3 所示。由表 4.3 可知，在「宗教信仰」構面之 P 值為 0.034，小於 0.05，表示 51 歲以上的教師在「宗教信仰」上有較高的顯著性，51 歲以上的教師宗教信仰認同度顯著大於 31-40 歲之教師。

表 4.3 不同年齡層之差異性分析彙整表

因素構面	年齡層				F 值	P 值	事後比較
	30 歲以下 (a)	31-40 歲 (b)	41-50 歲 (c)	51 歲以上 (d)			
宗教信仰	2.858	2.924	3.064	3.421	2.943*	0.034	d>b
生命意義感	4.062	4.000	4.068	4.172	1.313	0.271	NA
幸福感	3.721	3.665	3.832	3.837	2.343	0.074	NA

註：*表示 $P < 0.05$ ；**表示 $P < 0.01$ ；***表示 $P < 0.001$ ；NA 表示不比較

資料來源：本研究整理

3. 原本婚姻狀況分為未婚、已婚、其他（離婚、分居、喪偶），但是「其他」的樣本數只有五位，人數過少，因此將它併入「已婚」，運用獨立樣本 t 檢定，分析不同婚姻狀況的教師在「宗教信仰」、「生命意義感」、「幸福感」等構面上是否有顯著差異。獨立樣本 t 檢定彙整表如表 4.4 所示。由表 4.4 可知，各構面的 P 值沒有顯著性差異。

表 4.4 不同婚姻狀況之獨立樣本 t 檢定彙整表

因素構面	婚姻狀況		t 值	P 值
	未婚 (a)	已婚 (b)		
宗教信仰	2.934	3.079	-1.379	0.171
生命意義感	4.009	4.072	-0.981	0.328
幸福感	3.714	3.790	-1.033	0.303

註：*表示 $P < 0.05$ ；**表示 $P < 0.01$ ；***表示 $P < 0.001$

資料來源：本研究整理

4. 由於教育程度分成大學（含師院、師專）、研究所以上（含四十學分班），因此，運用獨立樣本 t 檢定，分析不同教育程度的教師在「宗教信仰」、「生命意義感」、「幸福感」等構面上是否有顯著差異。獨立樣本 t 檢定分析彙整表如表 4.5 所示。由表 4.5 可知，在「宗教信仰」、「生命意義感」、「幸福感」構面之 P 值為 0.202、0.713、0.815，皆大於 0.05，表示大學（含師院、師專）、研究所以上（含四十學分班）之國小教師對於宗教信仰、生命意義感、幸福感的看法沒有顯著的差異。

表 4.5 不同教育程度之獨立樣本 t 檢定彙整表

因素構面	教育程度		t 值	P 值
	大學 (a)	研究所以上 (b)		
宗教信仰	3.121	2.989	1.278	0.202
生命意義感	4.069	4.050	0.369	0.713
幸福感	3.782	3.768	0.235	0.815

註：*表示 $P < 0.05$ ；**表示 $P < 0.01$ ；***表示 $P < 0.001$

資料來源：本研究整理

5. 由於任教年資分成 10 年以下、11-20 年、21-30 年、31 年以上，因此，運用單因子變異數分析，分析不同任教年資的教師在「宗教信仰」、「生命意義感」、「幸福感」等構面上是否有顯著差異。差異性分析彙整表如表 4.6 所示。由表 4.6 可知，在「宗教信仰」、「生命意義感」、「幸福感」構面之 P 值為 0.519、0.393、0.097，皆大於 0.05，表示不同任教年資之國小教師對於宗教信仰、生命意義感、幸福感的看法沒有達到顯著的差異。

表 4.6 不同任教年資之差異性分析彙整表

因素構面	任教年資				F 值	P 值	事後比較
	10 年以下 (a)	11-20 年 (b)	21-30 年 (c)	31 年以上 (d)			
宗教信仰	2.913	3.060	3.087	3.400	0.757	0.519	NA
生命意義感	4.002	4.044	4.113	4.213	1.000	0.393	NA
幸福感	3.628	3.777	3.858	3.800	2.128	0.097	NA

註：*表示 $P < 0.05$ ；**表示 $P < 0.01$ ；***表示 $P < 0.001$ ；NA 表示不比較

資料來源：本研究整理

6. 由於擔任職務分成教師兼主任或組長、普通班導師、科任教師、特教教師，因此運用單因子變異數分析，分析擔任不同職務的教師在「宗教信仰」、「生命意義感」、「幸福感」等構面上是否有顯著差異。差異性分析彙整表如表 4.7 所示。由表 4.7 可知，在「幸福感」構面之 P 值為 0.01，小於 0.05，表示在不同的職務上來看，普通班導師和科任教師，在幸福感上有達到顯著的差異性，普通班導師的幸福感比科任教師為高。

表 4.7 不同擔任職務之差異性分析彙整表

因素構面	擔任職務				F 值	P 值	事後比較
	教師兼主任或組長 (a)	普通班導師 (b)	科任教師 (c)	特教教師 (d)			
宗教信仰	2.926	3.137	2.994	3.191	1.363	0.255	NA
生命意義感	4.020	4.116	4.053	3.998	1.111	0.345	NA
幸福感	3.798	3.870	3.616	3.667	3.832*	0.010	b > c

註：*表示 $P < 0.05$ ；**表示 $P < 0.01$ ；***表示 $P < 0.001$ ；NA 表示不比較

資料來源：本研究整理

7. 由於年捐款金額分成無捐款、1-2000 元、2001-4000 元、4001-7000 元、7001-10000 元、10001 元以上，因此運用單因子變異數分析，分析國小教師的年捐款金額在「宗教信仰」、「生命意義感」、「幸福感」等構面上是否有顯著差異。差異性分析彙整表如表 4.8 所示。由表 4.8 可知，三構面之 P 值皆小於 0.05，表示彼此差異有達到顯著性。

表 4.8 不同年捐款金額之差異性分析彙整表

因素構面	年捐款金額						F 值	P 值	事後比較
	無捐款 (a)	1-2000 元 (b)	2001-4000 元 (c)	4001-7000 元 (d)	7001-10000 元 (e)	10001 元以上 (f)			
宗教信仰	2.44	2.89	3.23	3.26	3.86	3.75	18.89***	0.00	a<b a<c a<d a<e a<f b<e b<f
生命意義感	3.87	4.03	4.08	4.13	4.27	4.26	5.01***	0.00	a<f
幸福感	3.60	3.74	3.79	3.76	4.06	4.04	4.75***	0.00	a<f

註：*表示 $P < 0.05$ ；**表示 $P < 0.01$ ；***表示 $P < 0.001$ ；NA 表示不比較

資料來源：本研究整理

8. 由於五年內是否有親人死亡分為五年內有遭遇親人死亡及五年內沒有遭遇親人死亡，因此運用獨立樣本 t 檢定，分析五年內是否有親人死亡的國小教師在「宗教信仰」、「生命意義感」、「幸福感」等構面上是否有顯著差異。獨立樣本 t 檢定彙整表如表 4.9 所示。由表 4.9 可知，三構面之 P 值皆大於 0.05，表示沒有達到顯著性。

表 4.9 五年內是否有遭遇親人死亡之獨立樣本 t 檢定彙整表

因素構面	五年內是否有親人死亡		t 值	P 值
	五年內有親人死亡 (a)	五年內無親人死亡 (b)		
宗教信仰	3.078	3.029	0.448	0.654
生命意義感	4.024	4.083	-1.128	0.260
幸福感	3.782	3.769	0.209	0.835

註：*表示 $P < 0.05$ ；**表示 $P < 0.01$ ；***表示 $P < 0.001$

資料來源：本研究整理

9. 原本宗教歸屬分為 8 種，但是問卷收回後發現伊斯蘭教 0 人，其他宗教信仰 1 人，人數過少，不列入分析，道教與民間信仰容易混淆，故合併分析，因此運用單因子變異數分析，分析 5 種宗教歸屬的國小教師在「宗教信仰」、「生命意義感」、「幸福感」等構面上是否有顯著差異。差異性分析彙整表如表 4.10 所示。由表 4.10 可知，在宗教信仰這個構面上之 P 值小於 0.05，顯示不同宗教歸屬的國小教師在宗教信仰的認知和投入上有顯著的差異。

表 4.10 不同宗教歸屬之差異性分析彙整表

因素構面	宗教歸屬					F 值	P 值	事後比較
	基督宗教 (a)	佛教 (b)	道教、 民間 信仰 (c)	一貫 道 (d)	無宗教 信仰 (e)			
宗教 信仰	4.10	3.48	2.86	3.72	2.39	33.54***	<0.001	a>b a>c a>e b>c b>e c>e d>c d>e
生命意 義感	4.26	4.10	4.04	4.10	3.95	2.24	0.065	NA
幸福感	3.90	3.79	3.75	3.82	3.72	0.61	0.65	NA

註：*表示 $P < 0.05$ ；**表示 $P < 0.01$ ；***表示 $P < 0.001$ ；NA 表示不比較

資料來源：本研究整理

10. 差異性因素分析之結果：

- (1) 嘉義縣國小教師男性與女性在宗教信仰、生命意義感、幸福感等構面上未達顯著差異。
- (2) 年齡 51 歲以上的國小教師在宗教信仰構面上有較高的顯著性；51 歲以上的國小教師對於宗教信仰的認同度明顯大於 31-40 歲組之國小教師。
- (3) 不同的婚姻狀況（未婚、已婚）在宗教信仰、生命意義感、幸福感各構面的 P 值沒有顯著性差異。
- (4) 大學（含師院、師專）與研究所以上（含四十學分班）等不同教育程度之國小教師對於宗教信仰、生命意義感、幸福感的看法沒有顯著性的差異。
- (5) 10 年以下、11-20 年、21-30 年、31 年以上等不同任教年資的國小教師在宗教信仰、生命意義感、幸福感等各個構面的看法彼此之間沒有顯著的差異。
- (6) 在擔任不同的職務方面來看，普通班導師和科任教師在幸福感這個構面上，有達到顯著性的差異，普通班導師的幸福感比科任教師為高。
- (7) 在年捐款金額方面，在宗教信仰、生命意義感、幸福感各構面之 P 值皆小於 0.001，表示彼此之間有達到顯著性的差異，有捐款的國小教師宗教信仰的信念、功能、參與、實踐較無捐款的國小教師為高。
- (8) 五年內是否有親人死亡方面，在宗教信仰、生命意義感、幸福感三個構面上都沒有達到顯著性的差異。
- (9) 基督宗教（天主教及基督教）、佛教、道教和民間信仰、一貫道、無宗教信仰等不同宗教歸屬的國小教師，在宗教信仰這個構面上有

著性的差異，可見不同宗教歸屬的國小教師在宗教信仰的信念、功能、參與、實踐上有顯著的差異性存在。

綜而言之，有宗教歸屬的國小教師，在宗教信仰、生命意義感、幸福感各構面的表現較無宗教信仰者為佳。

4.3 相關分析

本研究利用皮爾森積差分析來檢測宗教信仰、生命意義感、幸福感等構面間的相關程度，分析結果發現宗教信仰對於生命意義感、宗教信仰對於幸福感呈現顯著正相關，生命意義感對於幸福感呈現顯著正相關。由表 4.11 分析結果得知，生命意義感對應幸福感的線性相關係數 0.631 為最高，表示教師的生命意義感對於幸福感有較強的關聯性。宗教信仰對於生命意義感的線性相關係數為 0.395，表示宗教信仰對於生命意義感的相關性也有達顯著。宗教信仰對應幸福感的線性相關係數為 0.303，表示宗教信仰對於幸福感的相關也有達顯著。相關係數如表 4.11 所示。

表 4.11 三個構面之相關分析

構面	宗教信仰	生命意義感	幸福感
宗教信仰	1	0.395***	0.303***
生命意義感	0.395***	1	0.631***
幸福感	0.303***	0.631***	1

註：*表示 $P < 0.05$ ；**表示 $P < 0.01$ ；***表示 $P < 0.001$

資料來源：本研究整理

4.4 迴歸分析

由上述的相關分析得知，宗教信仰、生命意義感與幸福感之相關性，因此本研究進一步使用迴歸分析來探討各構面間的解釋及驗證研究假設是否成立。將以第三章之研究架構圖作為基礎，針對本研究構面間的影響關係進行說明，以迴歸分析來分析各研究變數間的關係，並確立自變數與依變數間是否存在顯著影響關係。

4.4.1 宗教信仰、生命意義感與幸福感之影響

本研究分別驗證宗教信仰、生命意義感與幸福感等構面間的直接影響的效果，加以驗證 H1、H2、H3 是否成立，其分析結果如表 4.12 所示。

(1) 宗教信仰對生命意義感之影響

檢測宗教信仰是否會直接影響生命意義感，由表 4.12 可知，分析結果顯示宗教信仰對生命意義感的標準化 β 值為 0.395，有達顯著水準， R^2 為 0.156，F 值為 44.975，因此假設 H1 成立。由上述可以知道，宗教信仰對生命意義感具有顯著正相關，代表教師的宗教信仰很高的話，其生命意義感相對較高。

(2) 生命意義感對幸福感之影響

檢測生命意義感是否會直接影響幸福感，由表 4.12 可知，分析結果顯示生命意義感對幸福感的標準化 β 值為 0.631，有達顯著水準， R^2 為 0.398，F 值為 160.730，因此假設 H2 成立。由上述可以知道，生命意義感對幸福感具有顯著正相關，代表教師的生命意義感很高的話，其幸福感相對較高。

(3) 宗教信仰對幸福感之影響

檢測宗教信仰是否會直接影響幸福感，由表 4.12 可知，分析結果顯示宗教信仰對幸福感的標準化 β 值為 0.303，有達顯著水準， R^2 為 0.092，F 值為 24.530，因此假設 H3 成立。由上述可以知道，宗教信仰對幸福感具有顯著正相關，代表教師的宗教信仰很高的話，其幸福感相對較高。

表 4.12 三個構面之迴歸分析

構面	β 值	R^2 值	F 值
宗教信仰對生命意義感	0.395	0.156	44.975***
生命意義感對幸福感	0.631	0.398	160.730***
宗教信仰對幸福感	0.303	0.092	24.530***

註：*表示 $P < 0.05$ ；**表示 $P < 0.01$ ；***表示 $P < 0.001$

資料來源：本研究整理

4.4.2 宗教信仰因素與幸福感之影響

(1) 檢測四項宗教信仰因素是否會直接影響幸福感，由表 4.13 可知，分析結果顯示宗教信仰之宗教參與因素對幸福感的標準化 β 值為 0.244，有達顯著水準， R^2 為 0.060，F 值為 15.426。由上述可以知道，宗教參與對幸福感具有顯著相關。

(2) 由表 4.13 可知，分析結果顯示宗教信仰之宗教實踐因素對幸福感的標準化 β 值為 0.245，有達顯著水準， R^2 為 0.060，F 值為 15.574。由上述可以知道，宗教實踐對幸福感具有顯著相關。

(3) 由表 4.13 可知，分析結果顯示宗教信仰之宗教功能因素對幸福感的

標準化 β 值為 0.290，有達顯著水準， R^2 為 0.084，F 值為 22.337。由上述可以知道，宗教功能對幸福感具有顯著相關。

(4)由表 4.13 可知，分析結果顯示宗教信仰之宗教信念因素對幸福感的標準化 β 值為 0.287，有達顯著水準， R^2 為 0.082，F 值為 21.799。由上述可以知道，宗教信念對幸福感具有顯著相關。

(5)宗教參與對幸福感 P 值 <0.001 ，宗教實踐對幸福感 P 值 <0.001 ，宗教功能對幸福感之 P 值 <0.001 ，宗教信念對幸福感 P 值 <0.001 ，宗教信仰之宗教功能因素對幸福感具有最高的顯著性。

表 4.13 宗教信仰四因素之迴歸分析

構面	β 值	R^2 值	F 值
宗教參與對幸福感	0.244	0.060	15.426***
宗教實踐對幸福感	0.245	0.060	15.574***
宗教功能對幸福感	0.290	0.084	22.337***
宗教信念對幸福感	0.287	0.082	21.799***

註：*表示 $P < 0.05$ ；**表示 $P < 0.01$ ；***表示 $P < 0.001$

資料來源：本研究整理

4.4.3 生命意義感因素與幸福感之影響

(1) 檢測三項生命意義感因素是否會直接影響幸福感，由表 4.14 可知，分析結果顯示生命意義感之意志自由因素對幸福感的標準化 β 值為 0.556，有達顯著水準， R^2 為 0.309，F 值為 108.856。由上述可以知道，意志自由對幸福感具有顯著相關。

(2) 由表 4.14 可知，分析結果顯示生命意義感之求意義的意志因素對幸福感的標準化 β 值為 0.536，有達顯著水準， R^2 為 0.287，F 值為 97.974。

由上述可以知道，求意義的意志對幸福感具有顯著相關。

(3) 由表 4.14 可知，分析結果顯示生命意義感之生命的意義因素對幸福感的標準化 β 值為 0.598，有達顯著水準， R^2 為 0.358，F 值為 135.287。

由上述可以知道，生命的意義對幸福感具有顯著相關。

(4) 意志自由對幸福感 P 值 <0.001 ，求意義的意志對幸福感 P 值 <0.001 ，生命的意義對幸福感之 P 值 <0.001 。由表 4.14 可知生命意義感之生命的意義因素對幸福感具有最高的顯著性。

表 4.14 生命意義感三因素之迴歸分析

因素	β 值	R^2 值	F 值
意志自由對幸福感	0.556	0.309	108.656***
求意義的意志對幸福感	0.536	0.287	97.974***
生命的意義對幸福感	0.598	0.358	135.287***

註：*表示 $P < 0.05$ ；**表示 $P < 0.01$ ；***表示 $P < 0.001$

資料來源：本研究整理

4.5 中介變項分析

從圖 4.1 變項相關係數圖中可知，B(宗教信仰)、C(生命意義感)、D(幸福感)彼此之間均有顯著的相關，B 和 C 的相關係數是 0.395，C 和 D 的相關係數是 0.631，B 和 D 之間的相關係數是 0.303。

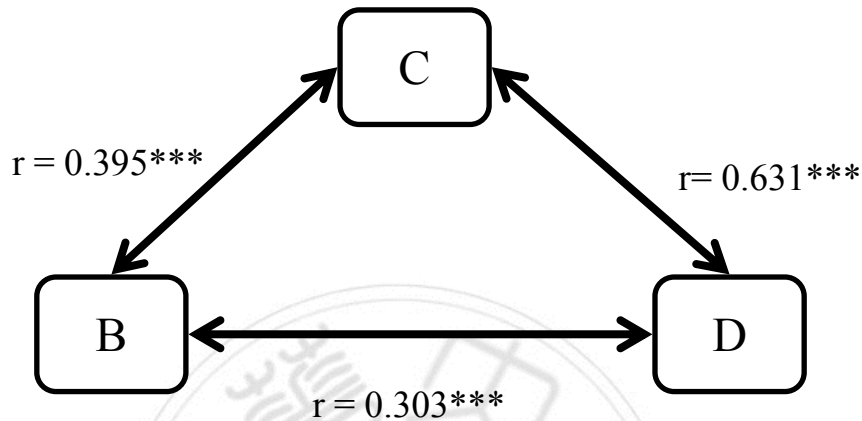


圖 4.1 變項相關係數圖

從圖 4.2 中介變項架構圖中得知，多元迴歸分析的結果顯示，C 和 D 之間的 β 值是 0.606，表示 C 對 D 有顯著的預測力；B 和 D 之間的 β 值是 0.063，表示 B 對 D 預測值沒那麼顯著，可見 B 是經由 C 才與 D 有顯著的關聯性，所以生命意義感的影響才是最重要的，生命意義感是宗教信仰和幸福感的中介變項。

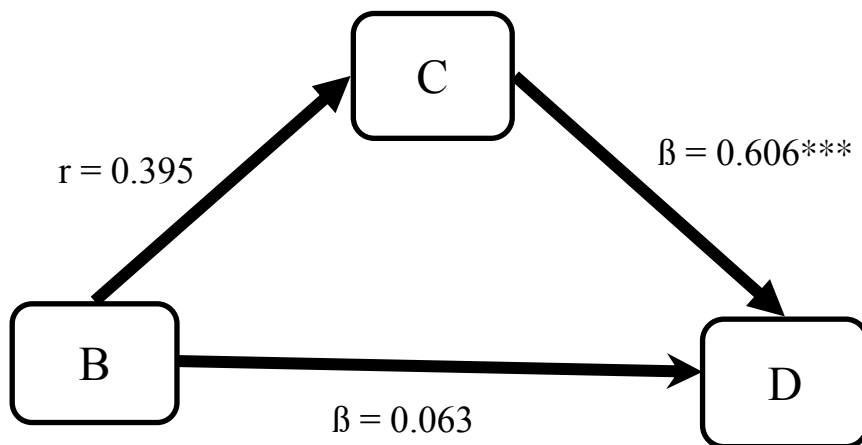


圖 4.2 中介變項架構圖

4.6 綜合研究

以下就宗教信仰、生命意義感與幸福感三構面與其他相關研究者結果作比較。

4.6.1 宗教信仰構面與相關研究之結果分析

在宗教信仰構面上，本研究和過去相關研究者所發現達顯著差異的相同背景變項有年齡、宗教歸屬；不同的地方在於年捐款金額，以及過去研究者亦有發現宗教信仰因學歷、婚姻狀況、服務年資、參與廣論研討班現況的不同而有顯著的差異。

表 4.15 宗教信仰與相關研究者結果比較

研究者	宗教信仰
林曉君 (民 107)	因年齡層、年捐款金額、宗教歸屬不同而有顯著差異。
李育憲 (民 101)	因年齡、宗教信仰類別不同而有顯著差異。
李艾玲 (民 100)	年齡、學歷、婚姻狀況、服務年資、宗教信仰及參與廣論研討班現況會影響國小教師的宗教心理知覺。
沈菁芬 (民 98)	因年齡、婚姻狀況的不同而有顯著差異。
林惠娟 (民 97)	宗教信仰影響教師的人生觀、人格特質、價值觀或是生命態度。

資料來源：本研究整理

4.6.2 生命意義感構面與相關研究之結果分析

在生命意義感構面上，本研究達顯著差異的背景變項是年捐款金額，和過去相關研究者所發現的研究結果較不同；過去研究者多發現生命意義感多因性別、年齡的不同而有顯著的差異，亦有研究者發現生命意義感因教育程度、宗教信仰、服務年資、子女狀況、擔任職務、自覺健康狀況不同而有顯著的差異。

表 4.16 生命意義感與相關研究者結果比較

研究者	生命意義感
林曉君 (民 107)	因年捐款金額不同而有顯著差異。
劉玲君 (民 106)	因性別不同而有顯著差異。
蘇文郁 (民 105)	因性別、年齡的不同而有顯著差異。
周鳳英 (民 102)	因性別、教育程度、宗教信仰的不同而有顯著差異。
呂淑惠 (民 101)	因年齡不同而有顯著差異。
童驛煊 (民 97)	因性別、年齡、服務年資、子女狀況、宗教信仰及自覺健康狀況不同而有顯著差異。
鄭麗慧 (民 96)	因年齡、婚姻狀況、服務年資及職務的不同，而在生命意義感的大部分層面上有顯著差異。

資料來源：本研究整理

4.6.3 幸福感與相關研究之結果分析

在幸福感構面上，本研究和過去研究者所發現達顯著差異，相同的背景變項有年捐款金額及擔任職務；不同的地方在於過去研究者多發現幸福感因性別、年齡、宗教信仰的不同而有顯著的差異；亦有研究發現幸福感因教育程度、婚姻狀況、子女狀況、學校規模、任教年資、自覺健康狀況的不同而有顯著的差異。

表 4.17 幸福感與相關研究者結果比較

研究者	幸福感
林曉君 (民 107)	因擔任職務、年捐款金額不同而有顯著差異。
劉玲君 (民 106)	因性別、年齡不同而有顯著差異。
柯怡伶 (民 106)	因教育程度不同而有顯著差異。
鄭佳欣 (民 103)	因年捐款金額不同而有顯著差異。
周鳳英 (民 102)	因教育程度、婚姻狀況、宗教信仰的不同而有顯著差異。
李育憲 (民 101)	因性別、年齡、服務年資、宗教信仰類別不同而有顯著差異。
童驛煊 (民 97)	因年齡、服務年資、子女狀況、宗教信仰及自覺健康狀況而有顯著差異。
謝攻芸 (民 96)	因性別、婚姻狀況、學校規模、任教年資、擔任職務不同而有顯著差異。

資料來源：本研究整理

第五章 結論與建議

本章將各項之研究結果作一整理提出研究結論，並提供相關單位對於瞭解教師的宗教信仰、生命意義感和幸福感之相關建議，以及未來研究者之方向，俾供各學術與實務界作參考。以下僅分為研究結論及研究建議二小節進行說明。

5.1 研究結論

彙整本研究假說驗證之資料分析數據，並加以提出研究結果與討論，及後續研究者的建議。表 5.1 為本研究假說之驗證結果。

表 5.1 研究假說與實證分析結果

假說	內容	實證分析
H1	宗教信仰對於生命意義感有顯著正相關。	成立
H2	生命意義感對於幸福感有顯著正相關。	成立
H3	宗教信仰對於幸福感有顯著正相關。	成立

資料來源：本研究整理

本研究主要目的在探討嘉義縣的國小教師對宗教信仰、生命意義感、幸福感之相關性及因果關係。經過前一章的資料分析，在本章歸納之結論如下：

1. (H1) 宗教信仰對於生命意義感有顯著正相關。研究結果指出宗教信仰越高的教師，生命意義感越高，即宗教信仰對於教師的生命意義感有顯著的正相關。

2. (H2) 生命意義感對於幸福感有顯著正相關。研究結果指出生命意義感越高的教師，幸福感越高，即生命意義感對於教師的幸福感有顯著的正相關。
3. (H3) 宗教信仰對於幸福感有顯著正相關。研究結果指出宗教信仰越高的教師，有較高的幸福感，即宗教信仰對於教師的幸福感有顯著的正相關。
4. 嘉義縣國小教師之宗教信仰會因年齡層、年捐款金額、宗教歸屬而有所差異。無論信仰什麼宗教，身為一個人，經驗人能夠體諒的驚奇與感激，人，不必因為信仰的不同而分隔，信仰凝聚了我們的心，讓我們在愛與奉獻中成長。
5. 嘉義縣國小教師之生命意義感因年捐款金額而有所差異。捐款10001元以上的國小教師較無捐款的國小教師，在生命意義感構面上有顯著的差異。可見生命意義感越高的教師，對生命較具一股熱情與使命，也較具有犧牲奉獻的精神，當他們越投入、越努力奉獻他們的愛時，幸福感也隨之提高。
6. 嘉義縣國小教師之幸福感會因年捐款金額的不同而有所差異，也會因擔任職務的不同而有所差異，普通班導師的幸福感比科任教師為高。本研究依據實際狀況推測原因可能是有部分的科任教師是因為不習慣導師繁雜的班級事務而擔任科任教師，擔任的授課班級數較多，比較無法掌控各個班級的秩序，跟學生的情感交流也不若導師那麼密切，直接從學生那邊得到的正向回饋也沒有擔任導師的人多。此外，缺乏同年級老師之間的密切互動，在情感上比較沒有歸屬感。研究者建議科任教師應與其他教師組成學習共同體或學習社群，共同分享教學上所遭遇到的問題，以及問題處理的策略，以增進情感上的交流及教學

上的效能。

7. 「51歲以上」的國小教師在「宗教信仰」上有較高的顯著性；「51歲以上」的國小教師對於宗教信仰的信念、功能、參與、實踐明顯大於「31-40歲」組之國小教師，可能是因年歲的增長、生活歷練較豐富的緣故，所以31-40歲或較年輕的教師在生活中若遇到任何困頓，可以向51歲以上的教師請益。
8. 年捐款金額方面，在宗教信仰、生命意義感、幸福感各構面之P值皆小於0.001，表示彼此之間有達到顯著性的差異，有捐款的國小教師宗教信仰的信念、功能、參與、實踐較無捐款的國小教師為高。捐款7001-10000元的國小教師較捐款1-2000元的國小教師，在宗教信仰構面上有顯著性的差異，前者對於宗教信仰的信念、功能、參與、實踐較佳；捐款10001元以上的國小教師較捐款1-2000元的國小教師，在宗教信仰構面上有顯著的差異，前者對於宗教信仰的信念、功能、參與、實踐較佳。捐款10001元以上的國小教師較無捐款的國小教師，在生命意義感構面上有顯著的差異。捐款10001元以上的國小教師較無捐款的國小教師，在幸福感構面上有顯著的差異。此種捐款金額的國小教師的幸福感，明顯高於無捐款的國小教師。
9. 基督宗教(天主教及基督教)、佛教、道教和民間信仰、一貫道、無宗教信仰等不同宗教歸屬的國小教師，在宗教信仰這個構面上有顯著性的差異，可見不同宗教歸屬的國小教師在宗教信仰的信念、功能、參與、實踐上有顯著的差異性存在。在宗教信仰構面上，平均數最高的前三者為基督宗教、一貫道、佛教，最低的為無宗教信仰者；在生命意義感構面上，平均數最高的前三者為基督宗教、佛教、一貫道，最低的為無宗教信仰者；在幸福感構面上，平均數最高的前三者為基督

宗教、一貫道、佛教，最低的為無宗教信仰者。綜而言之，有宗教歸屬的國小教師，在宗教信仰、生命意義感、幸福感各構面的表現較無宗教信仰者為佳。

5.2 研究建議

根據以上研究結論，本研究提出建議，以供教育行政機關、學校、教師及未來研究者參考。

5.2.1 對教育行政機關、學校及教師之建議

一、對教育行政機關的建議：

1. 重視教師身心靈方面的健康，增加休閒性質的研習活動，定期舉辦紓壓方面的研習如正念靜坐或健康諮詢等活動，協助教師找到健康的生命價值觀及生活態度，以提升教師幸福感。
2. 給予教師舞台展現其工作能力，並適時地獎勵，增進教師盡心投入教職的成就感與幸福感。

二、對學校的建議：

1. 希望學校能夠提供教師心理諮商，傾聽並關心教師的需求和困境，主動給予幫助或精神上的支持。
2. 營造友善的空間，鼓勵教師之間共同建立良好的溝通管道，有更多的互動與交流，增進彼此的互信互賴，以提升教學上的幸福感。
3. 規劃宗教文化和心靈成長方面的課程，以提升教師宗教信仰的知能，畢竟教師是學生學習的楷模，一言一行都會影響學生的學習。

三、對教師的建議：

- 1.有宗教信仰教師的生命意義感和幸福感高於無宗教信仰的教師，所以建議教師可以適度地參與身心靈提升相關社團，以提升生命意義感和幸福感。
- 2.拓展自己的生活領域，除了教學之外，探索自己有興趣的事物，如旅行、閱讀等，能夠給自己帶來幸福的感受。
- 3.教師屬於一種需要耗費心思的工作，為了避免壓力與疲憊所帶來的負面情緒，情緒管理和自我紓壓相當重要，建議可以藉由運動、身心靈成長團體、養生紓壓相關研習等管道，促進身心的健康，讓教師能夠愉快地投入教育工作中。
- 4.在教師教學方面建議培養學生更寬廣的心胸，引導他們用包容的態度接納不同的宗教，欣賞宗教融入生活中的美。此外，將生命教育融入教學中也相當重要，教導學生除了要珍惜生命之外，還要尊重生命，培養他們面對挫折的勇氣與正向的生命態度。

5.2.2 對未來研究者之建議

基於研究限制，本研究僅針對嘉義縣之教師，問卷對象皆為國小教師，以教師的性別、年齡層、婚姻狀況、教育程度、任教年資、擔任職務、年捐款金額、五年內是否有親人死亡、宗教歸屬等背景因素，探討教師對宗教信仰、生命意義感與幸福感之關係。

就研究對象而言，受限於研究的時間及預算，僅能以嘉義縣國小教師為研究母群體，因此研究結果和推論有其限制，未來可以將研究對象擴展至其他縣市，增加研究母群體來比較國小教師在宗教信仰、生命意義感與幸福感之差異，以獲得更具代表性和推論性的資料，以提升研

究的價值。

就研究方向而言，根據本研究結果，嘉義縣國小教師宗教信仰、生命意義感與幸福感有顯著的關係。建議未來研究時，可以從不同角度、背景變項納入研究，或許能有不同的發現，提高後續研究的價值性。

就問卷設計而言，對於受試者，未明確說明宗教歸屬中的道教、民間信仰的差別，受試者在填問卷時，對於這二種宗教可能會有些混淆，建議未來研究者在問卷設計上要特別注意說明清楚。

就研究方法而言，本研究採用問卷調查法進行資料的蒐集與分析，能在短時間內達成研究目的，但建議未來的研究若能採用質性的個案研究，深入訪談，或許能更深入了解國小教師宗教信仰、生命意義感與幸福感之間的關係。



參考文獻

一、 中文部分

1. 內政部戶政司民國105年第22週內政統計通報(105年離婚者半數婚齡未滿8年)，擷取日期：106年7月18日，網址：www.moi.gov.tw/stat/news_content.aspx?sn=12137
2. 內政部民政司台灣地區宗教類別統計說明，擷取日期：106年7月18日，網址：http://www.moi.gov.tw/dca/02faith_001.aspx
3. 古秀曲(民98)，國小教師宗教信仰之研究—以苗栗縣頭份地區為例，玄奘大學宗教學系碩士論文。
4. 江燦騰(民94)，台灣宗教信仰，東大圖書公司。
5. 朱美錡(民103)，嘉義縣幼兒教保服務人員幸福感、工作價值觀與工作滿意度之研究，南華大學幼兒教育學系碩士論文。
6. 江志豐(民99)，探討大學生之宗教信仰價值，中華大學應用統計學系碩士班碩士論文。
7. 李育憲(民101)，國小教師宗教信仰與幸福感關係之研究—以南投縣為例，南華大學宗教學研究所碩士論文。
8. 李依晃(民97)，教師宗教信仰影響道德教學觀念之探究—以基督教與佛教兩名國中教師為例，國立臺灣師範大學公民教育與活動領導學系碩士論文。
9. 沈菁芬(民98)，來生信念、宗教信仰與器官捐贈意願及認同關係之研究—以彰化縣國小教師為例，南華大學生死學研究所碩士論文。
10. 何妙芬(民96)，消防人員生命意義感與死亡態度之研究—以高雄縣市為例，南華大學生死學研究所碩士論文。
11. 吳和堂(民103)，教師生命意義感量表之發展，教育理論與實踐學刊，

第29期，91-122頁。

12. 呂淑惠(民101)，高雄市國小特教教師正向心理、生命意義感與生活滿意度之相關研究，國立高雄師範大學教育學系碩士論文。
13. 李艾玲(民100)，國小教師宗教心理知覺、生命意義感與生活滿意度關係之研究，國立高雄師範大學教育學系碩士論文。
14. 李世偉(民91)，台灣宗教閱覽，博揚文化事業有限公司。
15. 周鳳英(民102)，高雄市國小教師生命意義感與幸福感之相關研究，樹德科技大學兒童與家庭服務系碩士論文。
16. 周怡伶(民106)，宗教信仰與休閒活動之關聯性，南華大學文化創意事業管理學系休閒產業碩士論文。
17. 林智威(民104)，宗教信仰對體育教師在職場表現之比較研究—以苗栗縣體育教師為例，玄奘大學宗教學系碩士論文。
18. 林惠娟(民97)，國民小學教師宗教信仰與生命教育教學之個案研究，國立臺中教育大學教育學系碩士論文。
19. 施建彬、陸洛(譯)(民86)，幸福心理學，(Michael Argyle原著)，巨流圖書公司。
20. 侯辰宜(民96)，國小教師幸福感與教學效能之關係研究—以桃園縣為例，中原大學教育研究所碩士論文。
21. 星雲(民95)，佛教對社會問題的看法，普門學報，第35期，247-274頁。
22. 洪銘洲(民105)，宗教信仰對台灣老人憂鬱傾向關聯性研究，亞洲大學健康產業管理學系長期照護組碩士在職專班碩士論文。
23. 柯怡伶(民106)，新北市國民小學教師社會資本與幸福感關係之研究，國立台北教育大學教育經營與管理學系碩士論文。

24. 洪蘭（譯）（民92），真實的快樂（Martin E.P.Seligman,Ph.D.原著），遠流出版事業股份有限公司。
25. 洪蘭（譯）（民101），邁向圓滿（Martin E.P.Seligman,Ph.D.原著），遠流出版事業股份有限公司。
26. 陳騏龍（民90），國小學童情緒智力與幸福感、人際關係及人格特質之相關研究，國立屏東師範學院教育心理與輔導研究所碩士論文。
27. 陳屏澐（民106），宗教信仰與幸福感對捐款行為影響之研究，南華大學企業管理系非營利事業管理碩士班碩士論文。
28. 郭永學（民103），觀點轉化理論在不同宗教信仰國小教師、特殊境遇因應方式、情緒調節與生活調適之應用，國立中正大學教育學研究所碩士論文。
29. 教育部104年各級學校校園安全及災害事件分析報告，擷取日期：106年 7 月 18 日，網址：
content/FileManageFiles/20161230054333104%E5%B9%B4%E6%A0%A1
30. 張家婕（民101），幼兒園教師幸福感與教學效能之關係—以新竹市為例，東海大學教育研究所碩士論文。
31. 張定綺（譯）（民82），快樂，從心開始（Mihaly Csikszentmihalyi原著），天下遠見出版股份有限公司。
32. 童驛煊（民97），屏東縣國民小學教師生命意義感、死亡態度與幸福感之相關研究，國立高雄師範大學教育學系碩士論文。
33. 黃國城（民92），高雄市醫院志工幸福感、死亡態度與生命意義感之相關研究，國立高雄師範大學成人教育研究所碩士論文。
34. 黃玉萍（民102），屏東縣國小社會領域教師工作壓力與教學幸福感關

係之研究，國立屏東教育大學社會發展學系碩士班碩士論文。

35. 彭錦鵬、李俊達（民93）。〈影響主觀幸福感因素之研究〉，「2014 台灣政治學會年會暨『當前全球民主實踐的再思考：困境、挑戰與突破』國際學術研討會」論文(2014年12月6日-7日)。台北：國立台灣大學社會科學院。
36. 葉欣哲（民101），高中教師之宗教信仰與逆境商數相關研究：宗教創辦高中與一般高中之比較，南華大學企業管理系管理科學碩士班碩士論文。
37. 鄭麗慧（民96），高雄市國民小學教師生命意義感與生活滿意度關係之研究，國立高雄師範大學教育學系碩士論文。
38. 鄭佳欣（民103），雲林縣國民小學特殊教育教師幸福感與退休生涯規劃關係之研究，南華大學企業管理系非營利事業管理研究所碩士論文。
39. 蔡岱蓉（民102），宗教信仰對癌症病人健康影響之初探，國立台北護理健康大學中西醫結合護理研究所碩士論文。
40. 蔡坤良（民93），小琉球漁村老人生命意義感、死亡態度與幸福感之研究，南華大學生死學研究所碩士論文。
41. 蔡鎮戎（民104），生命意義感的追尋與超越—民間信仰迷思感悟歷程之個案研究，國立高雄師範大學教育學系博士論文。
42. 劉錦玫（民98），單身不婚女性生命意義感之探討，南華大學生死學研究所碩士論文。
43. 劉玲君(民106)，高雄市國民小學教師生命意義感、心理幸福感和學校生活適應關係之研究，國立高雄師範大學教育學系碩士論文。
44. 蔡相輝（民87），台灣的祠祀與宗教，臺原出版社。

45. 賴郁華 (民103), 高齡者宗教信仰與生活滿意度之關係探討, 國立屏東教育大學教育心理與輔導學系碩士論文。
46. 謝玫芸 (民96), 高雄市國小教師外向性人格、角色壓力與幸福感之關係研究, 國立高雄師範大學教育學系碩士論文。
47. 瞿海源 (民91), 宗教與社會。時報文化出版企業股份有限公司出版。
48. 簡伊利 (民104), 宗教行為與幸福感關係之研究, 南華大學文化創意事業管理學系休閒產業碩士論文。
49. 蘇文郁 (民105), 國中輔導教師專業耗竭、督導需求與生命意義感之相關研究, 國立台南大學諮商與輔導學系碩士論文。
50. 蘇筱婷 (民105), 大學生知覺教師正向領導、學生正念與其幸福感關係之研究, 國立台北教育大學教育經營與管理學系博士論文。
51. 嚴景惠 (民96), 大學生宗教信仰與來生信念關係之研究, 南華大學生死學研究所碩士論文。

二、英文部分

1. Argyle, M.(1987).The psychology of happiness. New York:Routedge.
2. Dariusz Krok (2015). The Role of Meaning in Life Within the Relations of Religious Coping and Psychological Well-Being. Journal of Religion and Health, 54(6), pp. 2292-2308.
3. Frankl,V.E. (1963). Man's search for meaning: an introduction to logotherapy. New York, NY:Washington Square Press.
4. Gupta, Uma; Gupta, B S.(2014). Religious Involvement, Well-being and Mental Health in Men and Women. Journal of Psychosocial Research; New Delhi Vol. 9(1), pp.179-202.
5. Krause, N., & Hayward, R. D. (2012). Religion, meaning in life, and change in physical functioning during late adulthood. Journal of Adult Development, 19(3), pp.158-169.
6. Seligman, Martin E.P. (2002). Authentic happiness : Using the new Positive Psychology to realize your potential for lasting fulfillment. New York: Simon and Schuster.

附錄一（正式問卷）

「宗教信仰、生命意義感與幸福感之相關研究-以嘉義縣國小教師為例」

問卷

敬愛的老師，您好：

首先，感謝您撥冗填答本問卷。本問卷之目的在於瞭解嘉義縣國小教師宗教信仰、生命意義感與幸福感之相關情形，以作為學術研究之參考。本問卷採匿名作答，所收集的資料僅進行整體性分析，您的意見非常寶貴，請您依照個人實際的想法與感受來填答，懇請老師**勿漏答任何題目**，必能對本研究提供最大助益。在此致上十二萬分的謝意。此致，

敬祝 教安

南華大學企業管理學系非營利事業管理碩士在職專班

指導教授：涂瑞德 博士

研究生：林曉君 敬上

中華民國 106 年 10 月

第一部分 個人基本資料（請在選項之前的打「v」。）

一、性別：

1. 男

2. 女

二、年齡層：

1. 30歲以下

2. 31~40歲

3. 41~50歲

4. 51歲以上

三、婚姻狀況：

1. 未婚

2. 已婚

3. 其他（離婚、分居、喪偶）

四、教育程度：

1. 大學(含師院、師專)

2. 研究所以上(含四十學分班)

五、任教年資：

1. 10年以下

2. 11~20年

3. 21~30年

4. 31年以上

六、擔任職務：

1. 教師兼主任或組長

2. 普通班導師

3. 科任教師

4. 特教教師

七、年捐款金額：

1. 無

2. 1-2000 元

3. 2001-4000 元

4. 4001-7000 元

5. 7001-10000 元

6. 10001 元以上

八、親人死亡：

1. 5年內有遭遇親人死亡 2. 5年內沒有遭遇親人死亡

九、宗教歸屬：

1. 基督宗教(天主教及基督教) 2. 佛教 3. 道教
 4. 一貫道 5. 民間信仰 6. 伊斯蘭教
 7. 其他宗教信仰_____ 8. 無宗教信仰

第二部分 宗教信仰（每題均為單選題，請都作答）

填寫說明：以下是與**宗教信仰**相關的問題，每一個答案分為五個等級；1：非常不同意、2：不同意、3：沒意見、4：同意、5：非常同意。請依據您實際的感受與看法，勾選出適合您的選項，請作答。

		非常不同意	不同意	沒意見	同意	非常同意
1	我目前時常去教會或寺廟(道場、神壇)	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
2	我時常到教會或寺廟(道場、神壇)擔任義工	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
3	我時常收聽(看) 宗教方面的廣播、報刊或電視節目。	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
4	除了到教會或寺廟(道場、神壇)外，我時常在家中自行祈禱、唸佛(經)或靈修(禪坐等)	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
5	我時常參加宗教團體舉辦之社會服務(助人、義賣、濟貧、賑災等)	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
6	我對自己所信仰的宗教很了解	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
7	我常與人分享我所信仰的宗教	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
8	平時我會思考有關宗教信仰上的事	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
9	我的宗教信仰很堅定	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
10	我贊同我所信仰的宗教教義	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
11	宗教信仰對我每天的生活影響很大	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
12	信仰宗教對我的生命很重要	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
13	我認為宗教信仰會規範一個人的行為	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5

14	宗教信仰使我的生命更有意義	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
15	我認為信仰宗教會使一個人比較願意寬恕別人	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
16	我認為信仰宗教會使人比較願意奉獻自己去關心別人	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
17	我認為信仰宗教會讓人比較不會做壞事	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
18	我認為信仰宗教會使人比較願意幫助別人	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
19	在日常生活中，我認為上帝(神、佛菩薩)總是與我同在	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
20	我認為信仰上帝(神、佛菩薩)的人愈多，社會就會愈平安	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
21	在作重要決定時，我會請示上帝(神、佛菩薩)的旨意	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
22	我相信宇宙中有高於人類的上帝(神、佛菩薩)	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
23	當我遇到挫折或困難時，我會祈求上帝(神、佛菩薩)的協助	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
24	我認為宗教信仰指引著我的人生方向	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5

第三部分 生命意義感（每題均為單選題，請都作答）

填寫說明：以下是與生命意義感相關的問題，每一個答案分為五個等級；

1：非常不同意、2：不同意、3：沒意見、4：同意、5：非常同意。
請依據您實際的感受與看法，勾選出適合您的選項，請作答。

		非常 不同意	不 同意	沒 意見	同 意	非常 同意
1	我認為心態改變，危機就是轉機	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
2	苦難是一種磨練，會讓人更堅強與成長	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
3	即使處於苦難中，我會選擇樂觀地生活	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
4	人必須完全對自己的人生選擇與後果負責	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
5	經歷苦難後，我會記取教訓，避免再次經歷同樣的苦難	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
6	我非常努力地實現自己的教育理想	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
7	我戮力於教師專業成長	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
8	我一直在尋找讓生命更有意義的事情	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
9	我積極地在教育工作中尋找生命的定位	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
10	我很努力地開展我的潛能	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
11	我將學生的課業(或品德)教好	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
12	我將各種角色扮演好	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
13	我與家人、同事、同學及朋友建立良好的人際關係	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
14	我個人在教育專業上已有所成長	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
15	我努力的營造溫暖的家	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5

請注意後面還有題目！

第四部分 幸福感（每題均為單選題，請都作答）

填寫說明：以下是與幸福感相關的問題，每一個答案分為五個等級；1：非常不同意、2：不同意、3：沒意見、4：同意、5：非常同意。請依據您實際的感受與看法，勾選出適合您的選項，請作答。

		非常不同意	不同意	沒意見	同意	非常同意
1	我可以控制我的生活	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
2	我的健康狀況良好	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
3	我的理想可以獲得實現	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
4	我認為世界上的事情是美好的	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
5	我有良好的飲食習慣	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
6	我的參與使事情變好	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
7	我認為這個世界是一個好地方	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
8	我常保持輕鬆自在的心情	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
9	我有興趣關心其他人的事	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
10	我可以帶給別人幸福	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
11	我喜歡我的生活	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
12	我的生活有目標、意義	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
13	我認為生活是有回饋的	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
14	我對別人有愛心	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
15	我對現在生活中的事感到滿意	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
16	我經常定時從事運動	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
17	我喜歡我自己	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
18	我認為我有吸引力	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
19	我覺得生活有保障及安全感	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
20	我喜歡幫助別人	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
21	我的睡眠充足	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5

本問卷到此全部結束，感謝您辛苦地提供寶貴的意見。

附錄二 宗教信仰量表使用同意書

國小教師宗教信仰量表使用同意書

李育憲老師您好：

我是南華大學企業管理學系非營利事業管理碩士班研究生林曉君，我的論文主題為「宗教信仰、生命意義感與幸福感之相關研究—以嘉義縣國小教師為例」，有關研究中「宗教信仰」的部分，希望能徵得您的同意，使用您於民國一〇〇年碩士論文「國小教師宗教信仰與幸福感關係之研究-以南投縣為例」中所編製的「國小教師宗教信仰量表」以利研究進行，不勝感激！


南華大學企業管理學系非營利事業管理碩士班研究生 林曉君敬上

中華民國一〇六年十月六日

.....

國小教師宗教信仰量表使用同意書

茲同意南華大學企業管理學系非營利事業管理碩士班研究生林曉君，使用本人於民國一〇〇年碩士論文「國小教師宗教信仰與幸福感關係之研究-以南投縣為例」中所編製的「國小教師宗教信仰量表」，作為學術研究之用。

同意人：李育憲 

附錄三 生命意義感量表使用同意書

教師生命意義感量表使用同意書

吳和堂教授您好：

我是南華大學企業管理學系非營利事業管理碩士班研究生林曉君，我的論文主題為「宗教信仰、生命意義感與幸福感之相關研究—以嘉義縣國小教師為例」，有關研究中「生命意義感」的部分，希望能徵得您的同意，使用您於民國一〇三年所編製的「教師生命意義感量表」以利研究進行，不勝感激！

南華大學企業管理學系非營利事業管理碩士班研究生 林曉君敬上

中華民國一〇六年十月六日

.....

教師生命意義感量表使用同意書

茲同意南華大學企業管理學系非營利事業管理碩士班研究生林曉君，使用本人於民國一〇三年所編製的「教師生命意義感量表」，作為學術研究之用。

同意人：



附錄四 幸福感量表使用同意書

國小教師幸福感問卷使用同意書

謝玫芸老師您好：

我是南華大學企業管理學系非營利事業管理碩士班研究生林曉君，我的論文主題為「宗教信仰、生命意義感與幸福感之相關研究—以嘉義縣國小教師為例」，有關研究中「幸福感」的部分，希望能徵得您的同意，使用您於民國九十六年碩士論文「高雄市國小教師外向性人格、角色壓力與幸福感之關係研究」中所編製的「國小教師幸福感問卷」以利研究進行，不勝感激！

南華大學企業管理學系非營利事業管理碩士班研究生 林曉君敬上

中華民國一〇六年十月六日

.....

國小教師幸福感問卷使用同意書

茲同意南華大學企業管理學系非營利事業管理碩士班研究生林曉君，使用本人於民國九十六年碩士論文「高雄市國小教師外向性人格、角色壓力與幸福感之關係研究」中所編製的「國小教師幸福感問卷」，作為學術研究之用。

同意人：

謝玫芸