

南華大學人文學院生死學系碩士班

碩士論文

Department of Life-and-Death Studies

College of Humanities

Nanhua University

Master Thesis

大學生生命意義與依附類型關係之相關研究

A Study of the Relationship of the
Life Meaning and the Attachment Style for
College Students

何家宜

Chia-Yi Ho

指導教授：廖俊裕 博士

Advisor: Chun-Yu Liao, Ph.D.

中華民國 109 年 6 月

June 2020

南 華 大 學

生 死 學 系 碩 士 班

碩 士 學 位 論 文

【論文題目】

大學生生命意義與依附類型關係之相關研究
A study of the relationship of the
Life meaning and the attachment style for
college students

研究生：何家宜

(請學生親筆簽名)

經考試合格特此證明

口試委員：廖明昌

王桂馨

廖俊銘

指導教授：廖俊銘

系主任(所長)：廖俊銘

口試日期：中華民國 106 年 6 月 30 日

謝誌

研究所幾年的時間，要感謝的人實在太多了。首先感謝我的指導教授廖俊裕老師，在擔任主任的忙碌期間仍接下我的論文指導；感謝何長珠教授在生命意義領域研究上不遺餘力的指導；感恩盈瑩學姊，適時的指點我統計上的疑惑；感謝建志學長各種瑣事的幫助；感謝兩位口試委員王枝燦老師和蔡明昌老師，在論文口試時使我信心，也的確順利通過考試了。感謝所上每一位老師給過的幫助和指導，還有最辛苦的幾位助理俐君和惟文，你們撐起了整個系所的運作，也給了我們這些研究生很多的幫忙。還有我最愛的104級的好同學好夥伴們，謝謝整個研究所的生涯有你們，我感到由衷的喜悅。還有許多的學長姊、學弟妹，南華的大家庭，我都很感恩。

生命曾經駐足於南華這麼多年，是我既美好又充實的一段日子，當中曾有的某些灰暗，也在最後的時間被不捨之情沖散殆盡，只留下那些美好的念想和回憶。

最後感謝我的母親、我的媽媽，無法分割的部份太多了，就感謝媽媽的部份吧！

摘要

研究者本身正經歷生涯追尋中獨立與依賴之掙扎，因此決定以類似年齡的大學生為研究對象，試圖了解目前台灣年輕人生命意義與依附類型間之可能關連。研究採調查法，使用兩份量表，第一份為何長珠研究團隊所編制、李盈瑩(2011)所修訂之全人生命意義量及王慶福、林幸台、張德榮(1997)所修訂之人際依附風格量表。採網路與紙本調查方式，就回收的有效問卷 346 份，以 SPSS for Windows 14.0 版進行獨立樣本 t 檢定、單因子變異數分析、卡方考驗等方法分析資料。研究結果如下：

1. 不同背景變項之生命意義：生命意義不因性別與年級而有不同；生命意義但會因健康狀況、經濟狀況、幼年親密關係、家庭溝通方式不同而有不同表現；在人際支持網絡、對現有家庭滿意度上越佳者，其生命意義越佳，反之亦然；最後，有宗教信仰者之生命意義高於無宗教信仰者。
2. 不同背景變項之依附關係：僅年級一項出現依附類型之差異：大四學生安全依附達顯著性。
3. 安全依附之大學生在生命意義、生命倫理上及生命熱忱上均顯著高於其他依附類型。

研究建議：建議未來相關研究者，可針對不安全依附之三種主要類型(焦慮、逃避與排除)，進行與生命意義相關的質性訪談研究，以補目前量性研究之不足。

關鍵詞：大學生、生命意義、依附類型

ABSTRACT

Motivated by the fact that the researcher is also experiencing the struggle of the independence vs. the dependence, therefore, the study of the relationship of life meaning and the attachment styles was conducted.

By applying an investigating approach through internet , two standardized inventories were adopted ; The Meaning of Life (ML; Ho, C.C.& Lee. Y. Y, 2011) and the Attachment Style Inventory (Wang, C. F., 1997) ; 346 valid samples were collected. SPSS for windows 18.0 was used to run the statistic analysis. The data were analyzed by Independent-Sample T Test, one-way ANOVA, Chi-square test. The major findings were as following:

(1) Life meaning has significant difference among the condition of health, economic status, childhood intimacy and family communication style; the more satisfactory towards the interpersonal support and the present family relations, the higher the life meaning scores stands; also, the religion belief has higher life meaning score.

(2) Only the senior high college students have the highest safe attachment scores.

(3) The secure attachment college students have positive relations on the life meaning, life ethics and Life enthusiasm.

Through the following findings, future research is suggested such as to include the qualitative study to further explore the three major insecure attachment styles, namely, the anxiety, the avoidance and the dismissing.

Keywords: College Students, Meaning of Life (ML) , Attachment Style

目錄

謝誌.....	I
摘要.....	II
ABSTRACT.....	III
目錄.....	IV
表目錄.....	V
圖目錄.....	VII
第一章 緒論.....	1
第一節 研究背景與動機.....	1
第二節 研究目的與問題.....	2
第三節 名詞界定.....	3
第二章 文獻探討.....	5
第一節 生命意義之相關文獻探討.....	5
第二節 依附關係之相關文獻探討.....	16
第三節 生命意義與依附關係之相關文獻探討.....	33
第三章 研究方法.....	36
第一節 研究架構與假設.....	36
第二節 研究對象.....	37
第三節 研究工具.....	41

第四節 資料處理與分析.....	44
第五節 研究程序.....	45
第四章 研究結果及討論.....	47
第一節 不同背景變項在生命意義上之差異分析.....	47
第二節 不同背景變項在依附類型上之差異分析.....	65
第三節 不同依附類型在生命意義上之差異分析.....	75
第五章 結論與建議.....	78
第一節 研究結論.....	78
第二節 未來研究建議與研究限制.....	79
參考文獻.....	82
附錄.....	95
附錄一、研究問卷.....	95
附錄二、全人生命意量表 之向度內涵、題號對照及題項內容表.....	101

表目錄

表 2-1 生命意義四維三層十二境表.....	8
表 2-2 以依附關係為基礎的認知-行為 (CB) 理論與哀傷調適.....	27
表 3-1 研究對象之樣本分析.....	38
表 3-2 依附類型之叢集分析結果.....	44
表 4-1 不同性別之大學生在生命意義及其各向度上之差異情形.....	48

表 4-2 不同年級之大學生在生命意義及其各向度上之差異情形	49
表 4-3 不同健康狀況之大學生在生命意義及其各向度上之差異情形.....	50
表 4-4 不同經濟狀況之大學生在生命意義及其各向度上之差異情形.....	52
表 4-5 有無生命重大挫折經驗之大學生在生命意義及其各向度上之差異情形.....	53
表 4-6 不同人際支持網絡之大學生在生命意義及其各向度上之差異情形	55
表 4-7 不同幼年親密關係滿意度之大學生在生命意義及其各向度上之差異情形.....	57
表 4-8 不同家庭溝通方式之大學生在生命意義及其各向度上之差異情形	59
表 4-9 不同對現有家庭滿意度之大學生在生命意義及其各向度上之差異情形.....	60
表 4-10 有無宗教信仰之大學生在生命意義及其各向度上之差異情形	62
表 4-11 不同個人背景因素（性別）在依附類型上之差異情形.....	66
表 4-12 不同個人背景因素（年級）在依附類型上之差異情形.....	66
表 4-13 不同個人背景因素（健康狀況）在依附類型上之差異情形	67
表 4-14 不同個人背景因素（經濟狀況）在依附類型上之差異情形.....	68
表 4-15 不同個人背景因素（生命重大挫折經驗之有無）在依附類型上之差異情形.....	68
表 4-16 不同人際支持之網絡在依附類型上之差異情形.....	69
表 4-17 不同幼年親密關係滿意度在依附類型上之差異情形	70
表 4-18 不同家庭關係背景因素〈家庭溝通方式〉在依附類型上之差異情形	71
表 4-19 不同家庭關係背景因素〈對現有家庭之滿意度〉在依附類型上之差異情形.....	72
表 4-21 不同宗教信仰因素在依附類型上之差異情形.....	73
表 4-22 不同依附類型之大學生在生命意義及其各向度上之差異情形	76

圖目錄

圖 2-1 生命意義四維十二境界圖	8
圖 2-2 成人依附類型之模式	20
圖 2-3 成人依附之內在運作模式	21
圖 3-1 研究架構圖	36



第一章 緒論

第一節 研究背景與動機

一直以來人們都對生命的意義充滿了好奇，特別是年輕的學生在求學階段因對自身的認識不夠充分更易產生種種困惑與茫然。生命的意義到底是人生追求的結果，還是追求背後的原因？在二十一世紀快速變遷的時代潮流下，階段性的目標似乎更容易被滿足，反而混淆了對終極目標的追尋。其實，不論年紀大小，當完成一個又一個階段性任務時，如果個體依舊感到失措與不踏實，可能就是缺乏生命意義的表徵。

研究者生活周遭，有許多年青人都寄望在求學階段找到自己學業、生涯、情感等重要議題的生命目標，或甚至主觀認為在此階段即可完成這些生命任務。其實，大多數台灣的學子在進入大學前，都普遍僅以課業為最重要之生活目標，缺少真實生活的經驗，以致當真正面臨抉擇或壓力的時候，無法做出最洽當的選擇。這時所依據的，大概就是來自多年家庭經驗影響所造成的習性趨向吧！另一方面，西方心理學上自 Bowlly (1949) 等提出關係依附理論以來，雖然歷史已走過 60 多年，但早年經驗所形成的「趨-避傾向」，仍然是自我概念、價值澄清與未盡事務等心理議題之研究者，趨之若鶩的研究主題；換句話說，生命意義與不同的自我概念（安全對不安全）及依附（安全/焦慮/逃避/排除）間的關係，雖然累積了很多篇幅的研究；但至今尚未達到一致性的結論。主要能確認的僅是生命意義最有自覺的時候往往與失落或挫折有關，在遇到挫折時人因為心理的退化，往往會回到早年形成的因應模式中而不自覺；這也就是為何早年形成的依附關係類型，會成為影響一個人一生的行事為人的來源。其研究同時也顯示，大學生的成人依附型態傾向於持續早年依附型態（余金玲，2005）。

因此本研究以大學生為研究對象，目的在探討目前台灣大學生之生命意義與其依附

類型間之關連。由於依附類型分為兩個向度，「自我意向/他人意向」、「安全依附與不安全依附」，進一步可再細分成四種類型，包括安全依附、焦慮依附、逃避依附、排除依附。本研究主要目的在探討安全依附及不安全依附的依附特質，對於大學生生命意義所造成的影響為何？

第二節 研究目的與問題

目前針對「依附關係」與「生命意義」兩變項之相關研究，僅有幾篇切合，國內例如老人依附傾向、依附對象、生命意義和憂鬱之關係研究（許雅楓，2013）；國小高年級學生依附關係、人際關係與生命意義感相關之研究（朱伊文，2007），其皆有其他變項作為中介變項，然直接針對依附關係與生命意義本身做相關探討的則無。而國外則有一篇探討依附類型是否影響生命意義及生命追尋的研究(Do Attachment Styles Affect the Presence and Search for Meaning of Life? E. Bodner • Y.S. Bergman • S. Cohen-Fridel, 2013)，但該研究係以不同年齡層做研究，因此仍與本研究有所區隔。

本研究欲針對成年早期之大學生進行研究，並透過不同背景變項之大學生來了解依附類型與生命意義間是否有關係以及關係為何，以期結論能提供相關專業工作人員之參考。

研究目的有如下列幾點：

- （一）了解不同背景變項（個人因素、關係因素、家庭因素、宗教信仰之有無）的大學生在生命意義上之差異。
- （二）了解不同背景變項（個人因素、關係因素、家庭因素、宗教信仰之有無）的大學生在依附類型上之差異。
- （三）了解大學生之生命意義與依附類型間之關係。

根據以上研究目的，研究者擬定本研究之研究問題如下：

(一) 不同背景變項（個人因素、關係因素、家庭因素、宗教信仰之有無）之大學生在生命意義上是否有差異存在？

(二) 不同背景變項（個人因素、關係因素、家庭因素、宗教信仰之有無）之大學生在依附類型上是否有差異存在？

(三) 大學生之生命意義和依附類型間是否有關係？

第三節 名詞界定

一、大學生

本研究所指大學生，意指 100 學年度起就讀台灣所有大專院校一年級至四年級之日間大學部學生。以便利抽樣的方式，進行正式研究樣本的抽樣。

二、生命意義

本研究之生命意義主要以何長珠教授所編定之生命意義量表為主（何長珠 2008）。量表係根據 Rogers、Erikson、Frankl、May、Yalom 共五位學者所提出與生命意義之相關理論基礎，將其統整「生命目標」、「生命價值」、「自我概念」、「生命品質」、「生命自由」、「宗教」、「死亡」七個向度，並參考宋秋蓉（1992）所編之青少年生命意義量表、何英奇（1990）所發展之生命態度剖面圖量表、吳秀碧、賀孝銘、羅崇誠（2002）所發表之大學生生命意義觀量表等資料，經何長珠教授所率之生命意義研究團隊所發展而成，專家修正後，量表共 39 題，分為「生命目標」、「負向態度」、「生命倫理」、「生命信念」、「靈性成長」、「生命價值」、「開放接納」和「生命熱忱」共八個層面。

三、依附關係

根據 Mikulincer 和 Shaver (2007)、Daly 和 Mallinckrodt (2009)、Brennan 等人 (1998) 及其他學者，成人依附研究測量是依著焦慮 (Anxiety) 與逃避 (Avoidance) 兩個軸線面向來區分成人依附風格。這兩向度的交會可以區分出四種成人依附風格，安全 (低焦慮、低逃避)、焦慮 (高焦慮、低逃避)、排除 (高逃避、低焦慮)、害怕 (高焦慮、高逃避) (Teyber, 2015)。而本研究之依附類型則以王慶福、林幸台、張德榮 (1997) 根據依附理論所編製出來的人際依附風格量表為主。將依附分為四種類型：

1. 安全依附：內在同時具有正與負的意義建構 (想法和評估)，故有利於調適，較能接納自己而有安全感，能自在的和別人相互親近同時也能保有個人自主性。
2. 焦慮依附：主要是失落導向，緊緊抓住與對方的聯結。會不斷的尋求他人的接納和肯定，很在乎別人對自己的看法。
3. 排除依附：主要是復元導向。逃避正在進行的關係連接，甚至不承認對方是重要他人。雖避免和別人親近，卻仍維持自我價值感。比較喜歡一個人自由自在，過自己的生活。
4. 逃避/畏懼依附：擾亂的擺盪，大多是負向的意義建構，但也有一些正向，不過很難整合。雖然內心需要別人的接納，卻會害怕和別人親近，逃避社會活動，以避免被拒絕或受傷害。

第二章 文獻探討

第一節 生命意義之相關文獻探討

一、 生命意義的內涵

一直以來人們都對生命的意義充滿了好奇與困惑。生命的意義是人生追求的結果，還是追求背後的原因？在二十一世紀快速變遷的時代潮流下，階段性的目標傾向更容易被滿足，反而混淆了對終極目標的追尋。當人們拼命追尋時，有更多的可能是因為對自己所處的位置感到困惑不安，甚至是失落與失重感，太多的物質媒介混淆了溝通的途徑，許多人沒有機會去找到自己真正想要的是什麼，或者是沒有辦法區辨外在趨力與內在驅力的不同。

孫效智（2009）指出所有人都有某些心理的障礙，大部分人則表現在靈性層面上，因此他使用「靈性障礙」來指稱多數人都具有的人生目標之茫然、意義感之模糊、是非黑白的顛倒以及愛與同理的缺乏之現象。法國的存在主義之父 Sartre（1965）亦認為，一個人並不是自願存在於世上的，然而一旦存在就是自由的，在此同時他要對自己做的一切負責。所謂「存在先於本質」，人們是先意識到存在以後才會去探尋意義，反之海德格所謂「本質先於存在」的思維，則是先構思出意義才會被創造出來。存在的本質就是一種尚未實現、有待實現的「可能性」，在這樣的可能性裡，人可以選擇完成他自己，也可以選擇失去他自己。但一旦失去他自己或者失去生命意義，卻可能造成嚴重的後果，Frankl（1981）指出研究發現精神官能症（neurosis）中有百分之二十是起因於生命意義的缺乏，若失去意義，甚至可能結束自己生命（詹棟梁，2004）。然而事實是，當人們選擇完成自己與實踐生命意義的時候，仍是會繼續遇到問題的。

孫效智（2009）所說的「人生三問」是三個各自獨立但卻環環相扣的生命哲學之根

本課題：人為何而活？應如何生活？又如何能活出應活出的生命？Wong（2008）則提出，「生命意義為何？」之人生大問。由於長期以來科學物質主義導致整個大環境的遺生忘死與忽略終極課題，使得浮沈其中的人們容易陷溺於靈性的無明盲目，而無法意識到這些問題的根本重要性。

Wong 認為應該要問的是：「我個人此生的生命意義是什麼？」。孫效智亦解答其「人生三問」：在為何而活中，西方探討「幸福」，東方探討「至善」；在應如何生活中，則以「道」為本，人生道路之於道德、道理；而如何活出應活出的生命？則是探討知行合一的重要性，他認為 --知情意行是否統整（integrity），是一個生命智慧是否能內化並落實為生活實踐的問題。如何獲致生命的覺醒、身心靈的統整，從而活出應該活出的生命，正是人生第三問的根本大義。

從上可知，生命意義似乎是一個個體對生命小我的反思。但若從完整的觀念而言，應該還要包含宇宙大我的概念。Yalom（1980），Fabry（1980）及 Weenolsen（1988）都認為生命意義有兩個層次：第一個層次是世俗生命的意義、此刻的意義或個人的意義，是待實現的使命與目標，在這樣目標實現的過程中，能夠體認到生命的價值與意義。第二個層次是宇宙生命的意義、終極意義，它是超脫世俗生活的一種自然運作之規律，是無法被客觀驗證的主觀心性狀態。所以孔子才對子路說：「未知生，焉知死。」，在人們探究死亡、探究超脫世俗的意義前，必須先了解生命的意義；或亦可解讀為，當知道了個人生命的意義後，自然也就開始了解死亡及超越理解的終極意義。Peker 和 Wong（1988）因此將意義的來源區分為四個層次：第一個層次是專注於自我愉悅與舒適的享樂主義者；第二層次是投入時間和精力的實現潛能者；第三層次是為致力於建立整體社會或政治結構-為他人服務者；第四層次是為最高等級的價值超越個人並涵蓋宇宙意義及終極價值（引自許雅楓，2014：50）。此四部分亦可被認為是 Maslow 需求層次

理論裡的自我實現中之不同層次。

Rollo May (1953) 認為生命意義是以個體為中心創造出來的自我最高價值，它使人能夠體認到自己的意向，以及感受到自己有自由意志去做抉擇與愛的力量。即使人無法選擇是否自願存在於世界上，人們仍有選擇決定如何存在的自由，但相應於自由隨之而來的則是責任。Frankl (1959, 1963, 1967) 提到，負責即指人有選擇之自由，他在活出意義來一書中提到：「人什麼都可以被奪去，唯獨人性最後的自由--在任何境遇中，人都可以決定自己的態度--不能被奪去。」，選擇之後就應對自己的行為負責，承認並接受創造自己生活環境的責任後，就有動機去推動自己內在的改變，這種責任也成為人去探尋生命意義的一種約束力。Frankl (1984) 認為生命意義建立在三種價值之上，分別是創造之價值：在創造這個過程中完成的或給能予世界的；經驗之價值：在相會與經驗中投入真、善、美而形成的意義；與態度之價值：一無所有時，僅存的坦然即足以彰顯苦難的意義，此即是態度意義的價值。何仁富 (2017) 更統整儒家觀點，提出生命意義呈現的四個維度與十二種境界：人生（役於物/役於己/自由人）、人文（以文勝質/以質勝文/文質彬彬）、人格（天地維度/化性為己/己立立人）、人性（薄情寡義/有情有義/至情至義）。這些觀點若整理為圖形（見圖 2-1）則可分為：長度（生-死）、寬度（天-地）與廣度（身-心-靈）。總結來說，何仁富 (2017) 認為生命教育實施的使命；在生死維度是要體會生死；在心理維度是要統合知情意--使自我真誠、避免分裂（閱讀經典傳統），人我感恩避免沈淪（實踐五倫友好），物我開放避免孤寂（關心天下事）；而生命教育的最高目標，便是身心靈全方位發展後所呈現的「真性情的一種大革命」。

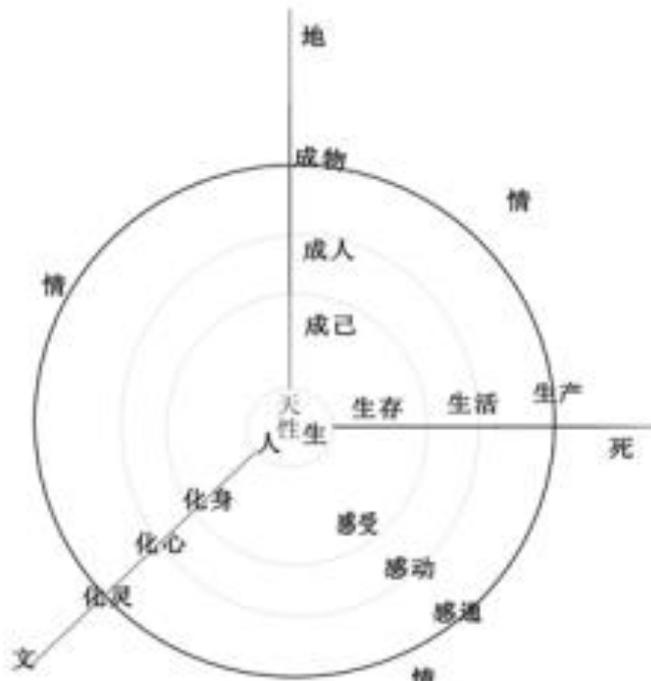


圖 2-1 生命意義四維十二境界圖
(何仁富，2017)

若以表格（見表2-1）呈現則成為—生命意義四維三層十二境：

表 2-1 生命意義四維三層十二境表（何仁富，2017）

	人生維度 (生命的长度)		人文維度 (生命的宽度)		人格維度 (生命的高度)		人性維度 (生命的亮度)	
	活动	意义境界	活动	意义境界	活动	意义境界	活动	意义境界
身	生存	役于物	化身	以文胜质	成己	化性为己	感受	薄情寡义
心	生活	役于己	化心	以质胜文	成人	己立立人	感动	有情有义
灵	生产	自由人	化灵	文质彬彬	成物	民胞物与	感通	至情至义

余德慧（1998）也提到生命的意義並不是一定是在事情發生當下的經驗，而是後來發生的事情開啟當年的意義。當我們回顧過去的時候，我們才產生現在的知識，這種知識就叫做是生命史學。在事件發生的當時，我們或許尚未能夠明白這件事情帶來的意

義，如同學生在學習與成長的過程中，不免經常疑惑選擇的正確與否，然當下是無法解答自己的焦慮與疑惑的，我們甚至可能懷疑自己的選擇是否能夠創造我們需要的經驗，經驗的過程中又能否得到想像中的意義？但無論如何，所有發生的經驗都是真實存在的，唯有透過這些經驗的深層探索，才有機會成就並彰顯生命的意義。

小結

統整上述資料可知：西方對生命意義之探索，比較強調的是邏輯思維（為什麼？/是什麼？/要怎麼？）下「意志自由」的選擇權與「權利與義務相當之概念」的責任；東方中國之傳統概念，則相對缺少對起始點之探求與懷疑、而直接出現「生命即道」之肯定追求，只不過儒家之道是「仁人之道」所謂君子之道，道家之道是「道法自然」為萬物之本，釋家之道則是「正行是道」所謂無常（本體論）與因果（現象論），而每一個華人便在這彷彿是既定的認識論之軌跡上、實踐自身的「心性與運命的和諧之道」。對比當今的華人社會，可以看出，西方個人自由主義與中國國家、家族主義的旌旗，是隱隱對立著的；從歷史觀點來說，似乎也反映出新世代的文化或與傳統文化間的差距。孫效智（2009）認為「形上的歸形上，形下的歸形下」，意思是說，凡屬於難以解消的形上信念就讓它歸屬於個人、家庭或宗教等私領域，彼此互不侵犯，同時也都不應涉入公領域。這種觀點，在現在年輕世代多半只受到西方科學與物質文明的薰習之下，還有多少人從意志自由的責任中，也能尋到生命之道的追求呢？

二、 生命意義相關因素探討

國內外與生命意義相關之研究眾多。而於「台灣碩博士論文網」輸入「生命意義」為關鍵字，可得到 317 筆結果；若經過篩選後，若經過篩選後再加上「依附」則得到 78 筆結果（僅為參考文獻非標題），再加入「大學生」搜尋則有有 72 筆結果。由於本

研究欲探討生命意義與依附之關係，因此在背景變項的因素部分，參考江穎盈（2008）、李盈瑩（2011）等針對大學生生命意義研究中的因素來做探討。

國內外之文獻顯示生命意義相關之因素眾多，本研究將根據大學生之（一）個人因素（性別、年級、健康狀況、生命重大的挫折經驗）與（二）關係因素（人際支持網絡）、（三）家庭因素（幼年親密關係滿意度、家庭溝通方式、經濟狀況、對現有家庭之滿意度）與（四）宗教信仰等四個主要層面來做探討。

（一）個人因素（性別、年級、健康狀況、生命重大的挫折經驗）

1.性別

不同性別之生命意義在針對不同對象的研究中，有不同的結果。何英奇（1990）在其針對大專生生命意義的研究中發現，大專男生較大專女生來說，有較清楚的「生命目的」。也有研究指出，青少年之生命意義感並不會因性別的不同而有差異性別（宋秋蓉，1992；吳淑華，2006；陳黃秀蓮，2005）。江穎盈（2009）的研究亦發現，大學生之生命意義並不會因為性別的不同而有明顯的差異。然，亦有不少人的研究指出，不同性別的青少年在生命意義感上的表現有顯著差異，顯示女生的生命意義感高於男生（邱哲宜，2005；李桂仙，2005；許美蓮，2006；陳姿臻，2009；陳慧玉，2010；連博聖，2014；黃惠鈴，2014）。

多數男性成人在選擇工作方向遵循的生命意義時，並不需要與家庭之間做出取捨，然女性成人卻經常需要在一定年紀時做出事業與家庭之選擇，也因此造就生命意義的重點不同。兩性之間有生理因素的考量，但社會的集體潛意識價值觀也是主因之一。雖然隨著時代變遷及女性意識的高漲，事業或者專業選擇的方向與家庭之間的抉擇衝突似乎慢慢走淡，本研究在探討大學生之生命意義時，對於性別是否會造成生命方向與生命意

義上之不同，仍是研究需探討之重點。

2.年級

王藝容(2011)在大學生的自我概念、生命意義感與人際關係之研究中發現大學生的自我概念、生命意義感與人際關係之得分為中上程度，且不同背景變項在自我概念、生命意義感與人際關係上有顯著差異。在生命意義感方面，不同年級學生的生命意義感有顯著差異；教育學院學生的生命意義感顯著高於理學院學生；有修過生命教育相關課程學生的生命意義感，也顯著高於無修過生命教育相關課程學生。

從其研究中可發現，年級之增長可能對生命意義造成影響，然單就此背景因素探討之研究仍略顯不足，因此本研究仍會就年級與生命意義感之關係做探討。

3.健康狀況

健康狀況根據不同研究顯示，從高齡者(許雅楓，2014；侯冬芬，2004；賴昆宏，2006；邱俐婷，2008；唐存敏，2004；葉美吟)到青年人包括高中生與大學生(邱哲宜，2005；莊易達，2008；童驛煊，2009)都顯示，自覺健康狀況的不同與生命意義會呈現顯著差異。劉仁貴(2005)的研究亦指出，身體不健康，患有疾病之個體生命意義較低。李盈瑩(2011)的研究更發現大學生的健康狀況良好者，其生命意義最佳。因此，個體的健康程度與否，應該與生命意義有相關。從上述研究中可以發現，健康者的生命意義感較高，而不健康者生命意義感較低。因此將健康程度納入本研究中進行探討。

4.生命重大挫折經驗

挫折為生活中必然發生的事情，也應與生命意義有所關連。在生命意義的定義中，Frankl 即談到態度價值之於生命意義的重要性：讓個體能忍受痛苦繼續走向自己無法預知的命運。換言之，即是讓個人面臨絕望困頓無計可施時，還能以坦然的態度面對當下的處境來彰顯其生命價值。可見人生的態度與價值，往往表現在與不治之症、受苦、責

究、死亡等無可避免之負向生命經驗中。而 Greenberg, Pyszczynski, & Solomon (1986) 認為，人們渴望活著是因為發現自己在死亡後什麼都不存在，這樣想法太可怕到令人難以接受，而且個人若發現生活沒有意義，會出現強烈的焦慮。何英奇 (1990) 指出，不同於心因性精神官能症，遭遇挫折存在的人，往往藉由酗酒、賭博、吸毒、犯罪、性氾濫等來彌補其心靈的空虛。在江穎盈 (2008) 的研究中亦發現大學生的日常困擾程度、重大負向生活事件發生件數等，對生命意義感均具顯著預測力。因此在本研究中納入作為大學生背景變項之探討。

(二) 關係因素 (人際支持網絡)

王藝容 (2011) 在大學生的自我概念、生命意義感與人際關係之研究中發現，大學生的自我概念、生命意義感、人際關係兩兩變項間皆有顯著正相關；在人際關係方面，三年級學生的人際關係顯著高於二、四年級學生，而修過生命教育相關課程學生的人際關係顯著高於無修過生命教育相關課程學生。江盈穎 (2008) 的研究中亦發現，大學生的社會支持情況可預測生命意義。江慧鈺與何蘊琪 (2004)、邱哲宜 (2005)、張金敦 (2008)、黃暉純 (2012) 的研究亦均顯示，青少年的人際互動狀況與其生命意義感的展現有顯著關係。李盈瑩 (2011) 針對大學生的研究亦發現，人際支持網路充分且滿意者之生命意義最佳。

由此可知人際關係是影響生命意義之重要變項。因此將之納入本研究進行探討。

(三) 家庭因素 (幼年親密關係滿意度、家庭溝通方式、經濟狀況、對現有家庭之滿意度)

社經地位及家庭關係對一個人生命意義的影響，在生活中隨處可見。通常價值觀是受到某人影響，兩者之間應有某種依存關係--依存關係存在的一天，個人價值判斷時的自主性也就受到影響 (何長珠, 1981)。李盈瑩 (2011) 的研究針對大學生生命意義與

傷慟因應智能之研究中發現，和樂少衝突的家庭溝通方式、對現有家庭非常滿意者之生命意義最佳及經濟狀況小康的大學生，生命意義最佳。良好家庭氣氛及不同家庭教養方式亦對生命意義有顯著差異（邱哲宜，2005；連博聖，2014）。在大學生傷慟因應研究中（何長珠、李盈瑩、王枝燦，2014）也提到良好家庭功能（支持型及衝突解決性）者，有較好的傷慟因應策略與功能適應。

其他年齡層針對此因素的研究則顯示：國中生父母之社經地位不同對生命意義有顯著差異（毛紀如，2003；劉仁貴，2005）；或者國中生家庭經濟狀況未顯示其與生命意義有相關（宋邱蓉，1992）。高齡者的經濟狀況對生命意義有影響（唐存敏，2004；賴昆宏，2006；葉美吟，2007）。

綜上述可知，較佳的經濟狀況、良好家庭功能及家庭中採民主溝通方式的學生，在研究中所測得的生命意義感較高。因此本研究決定要將之納入探討。

（四）宗教信仰因素

在研究中針對宗教信仰是否影響生命意義有不同的發現。宗教信仰與身心健康之間有一種正向關係（Pargament, 2002），而 Steger 與 Frazier（2005）進一步探討生命意義感在兩者間關係，發現生命意義為宗教信仰與生活滿意度、自尊與樂觀的中介變項，亦即宗教信仰能夠提昇個體的生命意義感，進而增加心理健康之程度。

盧威承（2008）之研究顯示，宗教信仰的強度會正向影響生命意義。有宗教信仰比無宗教信仰之學生具有較高生命意義感（尹美琪，1988；何郁玲，1999；毛紀如，2003；陳黃秀連，2005）。不過江慧鈺（2002）卻發現宗教信仰與國中生的生命意義並無相關。江穎盈（2008）的研究中顯示有宗教信仰的大學生其生命意義感較無宗教信仰者高，且信仰越虔誠則生命意義感越高。可見宗教信仰與大學生生命意義間之關係值得探討。

三、 生命意義的測量

關於生命意義之研究，多以量化方式進行測驗與評估，以了解生命意義的向度與構面。最早與生命意義相關的研究工具應為 Crumbaugh 與 Maholick (1964) 根據 Frankl 意義治療理論所編制「生命目的測驗」(Purpose in Life Test, 簡稱 PIL), 目的在於測量個體對生活所感受到生命意義與目的之程度。Crumbaugh 於 1977 又再次編制「心靈目標追尋測驗」(Seeking of Notice Goals Test, 簡稱 SONG), 目的在於使生命目的測驗更臻完整。而 Hablas 與 Hutzell (1980) 的「生命目的問卷」(Life Purpose Questionnaire, 簡稱 LPQ), 亦用於測量成人發現生命意義與目的之程度。

Reker 與 Peacock (1981) 則編制「生命態度剖面圖」(The Life attitude Profile, 簡稱 LAP), 採取 PIL、SONG 與 Shostrom 的個人取向量表及 Lowe 等人的死亡透視量表等四個量表編制而成, 可分為生命目的、存在空虛、生命控制、死亡接納、追求意義的意志、目標追尋與未來意義實現七個分量表。

近期 Steger 等人(2006)則依 Frankl 理論編制「生命意義量表」(The Meaning in Life Questionnaire, 簡稱 MLQ), 兩個分量表分別是意義追尋 (Search for Meaning, MLQ-S) 與存在意義 (Presence of Meaning, MLQ-P), 將生命意義定義為一種創造的感受, 感受到關愛的重要性, 以及個人生命與存在的本質 (引自吳姵瑩, 2012, 29 頁)。

而國內的生命意義量表亦主要參考上述英文研究發展而來, 吳和堂與 Shek (1988) 的「生命目的量表(中文版)」是用於測量中學生追求意義的意願。而後何英奇 (1990) 參考 Frankl 的意義治療理論之主要概念及國外量表編制「生命態度剖面圖」, 包括六個分量表分別為: 求意義的意志、存在盈實(無挫折)、生命目的、生命控制、苦難接納、死亡接納, 主要在蒐集大學生的生命態度。

宋秋蓉 (1992) 的「生命意義量表」根據 PIL 編制修訂, 分成五個分量表: 對生命

的熱忱、生活目標、自主感、逃避與對未來之期待。Wong (1998) 的「個人意義型態量表」(Personal Meaning Profile, 簡稱 PMP) 則依據 Frankl 的理論, 主要測量生命意義的強度與寬度, 分為七個層面: 成就、關係、親密感、宗教、自我超越、自我接受、公平對待。而吳秀碧等人 (2003) 採用團體焦點法進行結構式訪談, 收集大學生生命意義觀的資料, 歸納出「生命意義觀量表」並分為四個分量表: 生存層面、生活層面、存在層面與死亡層面。

本研究所使用之「全人生命意義量表」係由何長珠研究團隊 (吳文淑, 2010; 姜秀惠, 2010; 梁寅鈞, 2010; 楊事娥, 2010; 賴品妤, 2010; 戴玉婷, 2010; 簡月珠, 2010) 根據 Rogers、Ericson、Frankl、Rollo May 及 Yalom 五位學者的理論及東方思考的佛道信仰與其他文獻構面等理論基礎所編制, 並經過專家效度與統計效度之檢驗而確立。

戴玉婷 (2010) 針對國中生進行此量表建構及研究, 編制「國中學生全人生命意義量表」, 包含七個向度: 生命目標、生命價值、生命自由、自我概念、宗教支持、死亡接受、靈性提昇。量表採用 Likert 五點量表, 總分愈高, 其生命意義愈高。此量表之 Cronbach α 係數為 .801, 隔二週再測信度為 .966, 經由典型相關分析結果發現本量表和宋秋蓉 (1992) 所編製的「生命意義量表」(對生命的熱忱、生活目標、自主感、逃避、對未來期待) 間的相似度為 .69, 屬於中高度相關, 另在驗證適配度的考驗上, 屬達到中等以上的適配程度, 顯示此量表之信、效度皆佳。

而李盈瑩 (2011) 根據「國中生全人生命意義量表」為基礎進行編修, 編制大學生之「全人生命意義量表」, 共39題, 並分為八個分量表: 「生命目標」、「負向態度」、「生命倫理」、「生命信念」、「靈性成長」、「生命價值」、「開放接納」與「生命熱忱」。經項目分析後, 解釋變異量分別為26.416%、6.703%、4.928%、4.198%、3.879%、3.648%、3.311%、3.211%, 累積的解釋變異量達56.294%, 顯示本研究之問卷具

有良好的建構效度，而八個分量表之內部一致性係數皆在 .67 以上，全人生命意義量表之內部一致性係數為 .920，顯示此量表具有良好之信度。

因此本研究決定使用李盈瑩（2011）所編修之大學生「全人生命意義量表」進行測量，以探討大學生之生命意義。

第二節 依附關係之相關文獻探討

一、依附理論之發展與研究

（一）Bowlby 依附理論之起源

依附理論自 Bowlby（1969,1973,1980）年提出以來，學界對其的興趣與探討至今都未消退，將近半個世紀過去，依附理論的研究從親子依附關係延伸到成人的依附關係以及內在運作模式的發展（王慶福，2010）。Bowlby 將依附定義為「嬰兒與照顧者所形成的情感連結」，其主要假設為：具敏感度且適當一致的反應方式，能讓嬰兒獲得安全感與自信心，並成為嬰兒離開母親探索外在世界時之保障；母親與嬰兒不斷的互動經驗，形成嬰兒對母親及對自我內在之運作模式，並在潛意識中運作，成為嬰兒在新情境中衡量與指導一己行為之依據，也是人際交往時之指標（黃凱倫、蘇建文，1994）。

依附理論認為，基於演化過程，當人處於壓力情境下時，會主動靠近重要他人（主要照顧者）來尋求庇護以求安全度過。自幼時嬰兒在與重要照顧者分離會下意識尋找照顧者，到青春期末於成人仍會在面臨挑戰與衝突時，希望能有一個值得信賴的對象以供諮詢。Blehar, Waters, 與 Wall（1978）都認為依附關係反映出個體在早期與主要照顧者之間的關係連結，此種連結是個體心理發展上重要的安全堡壘，使個體能夠向外探索與獨立。

(二) Ainsworth 陌生情境實驗

Ainsworth (1978) 根據 Bowlby 理論而設計出的著名「陌生情境」實驗中，藉觀察分離重聚中的不同反應，研究一歲的幼童與父母間依附行為，並發展出三種依附的類型。

第一種—安全依附型 (Secure attachment)：一個安全依附型的小孩在陌生情境中，當媽媽在身邊的時候可以自由地探索環境，和陌生人互動；當媽媽離開時可能會難過哭泣；當媽媽回來時，小孩會很快地靠近媽媽尋求安撫。安全依附有助社會及情緒的發展，嬰兒才能適應與母親分離，致力於探索環境，而發展出自我概念。

第二種—焦慮矛盾型 (Anxious-ambivalent)：此類型的小孩即使當母親就在身旁時，面對探索和陌生人時依然會感到焦慮；當母親離開時，孩子會非常的沮喪；當母親回到身旁時，孩子又變得很矛盾，明明想跟母親保持親近卻充滿憤怒，當母親開始注意他時又會想要抵抗。根據一些心理學家的研究發現此類型的嬰兒的母親特性為：照顧能力差、不懂得如何滿足嬰兒的需求、不一致的行為。

第三種—逃避型 (Anxious-avoidant)：此類型的小孩會迴避和忽視母親的存在，在母親離開或回來不表現出情緒。母親在時不去注意；母親離去亦顯不出緊張痛苦；母親去而復返非但不表高興，反而生氣；陌生人出現時無特殊反應。孩子不會去探索環境不管誰在那裡。小孩面對對待陌生人和母親是一樣的。不管誰在這個環境，也沒有太多的憤怒。逃避型小孩的母親通常是沒耐心、對嬰兒不敏感或表現出負面的反應、並拒絕身體接觸等反應。逃避依附的嬰兒表現出退縮、孤立、對學習沒興趣、缺乏動機。也不易交朋友。

(三) Hazan & Shaver 成人依戀關係

而 Hazan & Shaver 在 1987 年亦用同樣的分類觀察成人在愛情關係中的依附系統。受試者先閱讀一段文字以後選出符合自己在親密關係中描述：(A) 逃避：與別人親密令我感到有些不舒服；我發現自己難以完全信任他們、難以依賴他們。當別人與我太親近時我會緊張，別人想與我更加親密時，會讓我感到不舒服。(B) 安全：我發現與別人親近並不難，並能安心地依賴別人也能讓別人依賴我。我不擔心被別人拋棄，也不擔心別人與我關係太親密。(C) 焦慮矛盾：我發現別人不像我希望的那樣與我親密，我經常擔心自己的伴侶並不是真的愛我或不想與我在一起。我想與親密對象非常親密，但這有時候會嚇到對方。而結果顯示三種分類的比例均相近於幼兒：安全模式佔百分之六十；焦慮矛盾與逃避模式各佔百分之二十 (Fraley, 2010)。此種方法快速簡單，但也只能簡易區分為三種類型、是其限制。

(四) Bartholomew 和 Horowitz 的成人依附關係之自我模式與他人模式

在 Hazan 與 Shaver 之後，分類的依據從較為明確的依附類型走向更加寬鬆的二維向度，並且加入了第四種類型。Bartholomew 和 Horowitz 在 1991 年提出了四種依附風格類型，奠基於 Bowlby (1973) 提出的自我模式與他人模式，將依附向度分為正/負向的自我/他人模式，因此而產生四種不同的依附形式，用以說明內在運作模式如何影響日後的人際關係：1. 當個人覺得自己是值得他人喜愛並且值得他人來支持時，對自己會有正向的意象；相反時，則對自己有負向的意象。2. 另一種是內在的他人模式—他人接觸時，若認為他人是值得信賴及對自己有善意反應時，則對他人有正向的意象；相反時，若他人是不能讓人信賴及對他人拒絕時，則對他人有負向的意象。此四個依附類型分別為：安全依附、焦慮依附、逃避依附以及排除依附。以下分別敘述四種依附類型：

1. 安全依附—你好、我好的人際溝通類型

對自己與對別人都有較正向的看法，認為自己是有價值的、可愛的、同時能預期他人是值得信任的、接納的、並能良好回應的。此類型的人在遇到逆境不易自我挫敗，能對他人建立支持性的關係，並能在與人維持親密的同時，又不失自我。

2. 逃避依附型－你不好，我不好的人際溝通類型

這類型的當事人一方面覺得自己是無價值感的，不為他人喜愛與接受，而對自己有不好的負向自我意象；另一方面也容易認為別人是不可信賴的、拒絕的及不能提供協助的。當事人可能會藉著逃避和別人親近，以保護自己免受預期中來自他人的拒絕。這種類型者對他人的自我揭露會覺得不舒服，逃避親密的社會接觸，並可能補償性地投入非社會性質的工作或職業選擇，傾向於用工作來逃避與社會的互動。

3. 焦慮依附型－你好、我不好的人際溝通類型

此類型的當事人對自己的看法是沒有價值的、不可愛的負向自我意象，而對別人則為正向評價。此類型的人在與人交往時，會有過度投入的情形產生，並藉由尋求他人的接納來肯定自己。例如在愛情或工作關係中，女性常傾向於反省和道歉等反應。在一般的人際關係中，其人際互動會自我約束並且行為比較拘謹，希望被別人所接納並且得到讚賞；另一方面在人際關係中可能過度涉入，比較強調自己的需求和情感而忽視別人的感受。

由上述總結，這四種類型是每個人都有的、只是分數高低之分配情況不同而已，因此會出現同一個人但不同反應的現象。例如，完美主義者平時是「我好，你不好」，若遇強勢者即便成「你好，我不好」。這表示其焦慮分數亦可能較高。另外，焦慮依附的當事人基本上比較容易處理，因為其潛意識是認同成長、學習與教導之價值的。

4. 排除依附類型－我好、你不好的人際溝通類型

對自己是有價值的、可愛的正向自我意象，但卻認為別人是不可信賴和拒絕的，雖

同樣會逃避和別人親近，目的卻是保護自己免於面對實相，因而傾向維持一個獨立自主與不易受傷害的狀況。在一般人際依附經驗方面會覺得自己一個人比較自由，不喜歡親近別人，並且常覺得自己就可以過的很好，並不想和別人有太多的互動。這種人談戀愛時不易受傷，因為會認為自己最重要，不太在意別人。其家庭的成長經驗常得到較多的被照顧與接納，通常是過分自我肯定的教養方式下產生的結果。現今有許多獨子獨女因為家中有父母親過度照顧之事實，就比較會有排除依附的情況發生。

綜合上述可知，依附可分為安全依附與不安全依附及正向、負向各兩個向度。

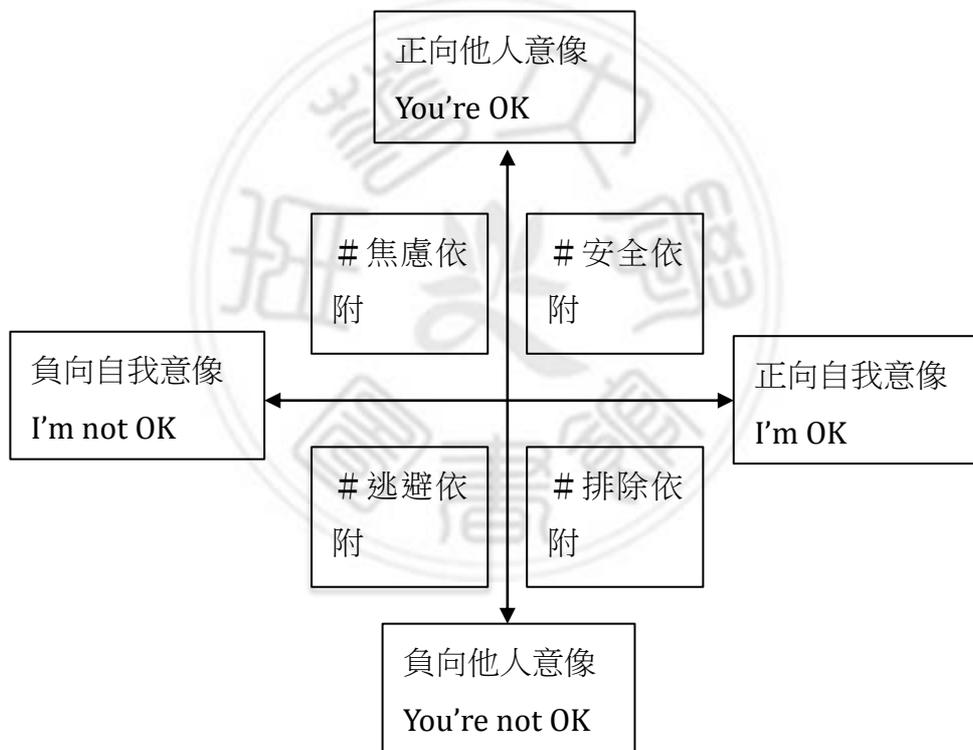


圖 2-2 成人依附類型之模式
(引自王慶福，1995；94)

(五) 成人依附的內在運作模式

Collins 與 Read (1994) 研究不同依附型態的成人在歸因、解釋歷程以及情緒、行為間的差異，並提供了一般性的架構 (圖2-3)。不同依附型態個體在認知、情緒及行

為模式上呈現顯著差異，亦即，當個體在人際關係與親密關係中，會從過去應驗中提取依附經驗，和當時的情緒反應產生交互作用，最後產生當下的反應，形成個體在關係中所感知到之內在運作模式（internal working model）。

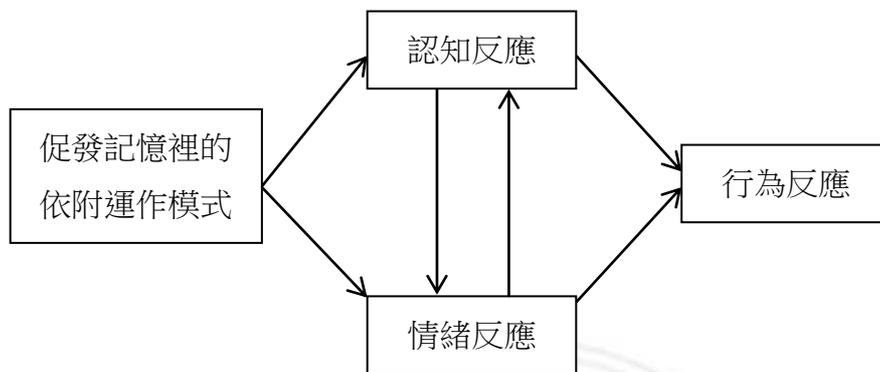


圖 2-3 成人依附之內在運作模式
(Collins, 1996 : 812)

Mikulincer & Shaver (2007) 欲整合依附系統理論，而提出控制系統模式。當個體在面臨威脅時，安全依附者會尋求趨近與支持的行為，並可與依附對象有正向互動關係。在有得到回應的互動歷程中，促使他們有信心去尋求趨近，並且在壓力的情況下能夠決定是否使用安全基礎的自我意象。而不安全依附者則反之，在受到威脅的情況下，會提取出負向的想法與記憶，像是分離、受傷、拒絕與失落等感覺；這些與其依附對象痛苦的互動經驗，使他們擔心且相信其尋求趨近的目標將失敗，而這種失敗的感覺將使其無法仰賴個人的能量產生自我信賴。(Mikulincer & Shaver, 2007；引自胡湘萍，2010；26 頁)

多數的依附研究都顯示，個體的安全感、人際關係、幸福感都和依附對象建立的關係品質有關。當個體無法與依附對象發展可靠和可信賴的安全關係時，會影響其社會情感的發展，導致情緒障礙、焦慮和憂鬱症狀產生，甚至可能出現反社會人格和其他人格

障礙問題 (Mikulincer & Shaver, 2007)。

Ein-Dor, Mikulincer, Doron, Shaver (2010) 對過去文獻進行的回顧亦顯示，不安全依附者的確過得不如安全依附者，他們較不受歡迎、對事情的看法也比較悲觀、更容易生病，在關係中也總是不盡如意。而安全依附者總能夠與他人良好的互動、溝通，有較佳的人際關係與戀愛經驗，身心狀況也明顯較為平穩，似乎佔有很多優勢 (程威銓, 2012)。

然而我們如何形成這個持續運作的機制？Bowlby (1977, 1982, 1984, 1989) 的「內在運作模式」主張童年時期的經驗會形成內在運作模式，當個體步入到成年期以後，運作模式經過內化，會隨著個人的成熟而發展出不同的人際關係。此種模式被視為是依附理論的核心概念 (尤瑾、郭永玉, 2008)。內在運作模式反映出嬰兒與照顧者互動中內心的安全與否，並隨著親子之間的互動與年齡的增長，逐漸形成對母親及對自己的內在運作模式 (洪櫻瑜, 1998)，並在六歲左右呈現穩定的狀況。如果孩子在嬰幼期所經歷到的情感依附模式是安全的，其後就比較願意去探索和其他人之間的關係 (Claudia & Huebner, 2008; Sharf, 2006)。即使是同樣一個事件，若有不同的內在的運作模式，個體就會用不同的方式去知覺，並以不同的方式去反應 (Shaver et al., 1996)。

Dykas & Cassidy (2011) 回顧依附研究，提出成人內在運作模式的理論說明：安全依附者與不安全依附者「以不同的方式」看待世界。安全依附者對事情採取較為廣泛、開放的觀點，能同時看到事情的一體兩面；也採取正向的基模來解釋與依附相關的社會事件。然而不安全依附者對事情的因應方式，則可能先對事情有負面的解讀假設，當事件是負面的、無法被面對的時候，他們傾向逃避、防衛或停止接收訊息；如果處理該事件不會造成心理上的傷害，則根據過去的負向基模，採取負面的方式來解釋該事件 (引自程威銓, 2012)。因此從這種不同的面對世界的方式，可以發現不安全依附者對事情

的歸因與理解，都受到扭曲的認知基模所影響。

Blehar, Waters 與 Wall (1978) 認為依附關係反映出個體在早期與主要照顧者之間的關係連結，此種連結是個體心理發展上重要的安全堡壘，使個體能夠向外探索與獨立。依附關係類型雖然不易改變，但依附行為則會隨著個體的經驗與發展階段而有所改變 (蔡秀玲，1997)。成人比起青少年及幼兒更有能力去尋求依附對象亦不需要表現實際上的趨近尋求行為，而孩童青少年則相對較受限於依附對象的心理表徵與尋求趨近的行為 (Mikulincer & Shaver, 2007)。依附對象的三個功能為：「親近功能」：以得到情感上的回應；「避風港功能」：在遭遇威脅時尋求提供支持和安慰的場所；「安全基地功能」：能夠讓個體理解自己向外探索時是可以安心、自信而無後顧之憂的。Cassidy 和 Shaver (2008) 認為，依據 Bowlby 的想法，個案主體的目標其實不是一個對象 (object) 而是一個狀態 (state) --即在當時的情境下和客體能維持一個心理所想要的距離。因此能夠被親近並且給予個體避風港的感覺與安全基地的功能者，便能夠給予個體充分而全面的安全感需求。

小結

本節介紹依附理論的概念，可由上述文獻中了解到，Bowlby (1969) 開始了對依附理論的研究後，將依附定義為嬰幼兒與主要照顧者之間的強烈的情感連結，而後又經過不同學者根據 Bowlby 的理論做延伸與討論，使其概念由嬰幼兒延伸運用至成年的親密關係與人際關係。Hazan 與 Shaver (1987) 是最早用依附概念去了解成人親密關係的學者，他們認為，成人依附是指個體自幼年所發展出來與主要照顧者之間維持關係的能力 (王慶福，2010)，但截至目前，對於成人依附的架構卻還沒很完整的定論，依附型態是會延續幼兒期的不易變更，亦或是會隨著不同的依附對象而發展不同的運作模式？

王慶福（2010）的文獻回顧中亦提到：台灣的依附理論多偏重於強調美國依附理論研究之成果的相似性，華人文化與西方文化之差異性在研究中卻未被深入探討及分析，但文化對於依附發展的重要性，不同的社會文化因素背景，應都對依附關係有所影響。

因此本研究探討的是大學生依附關係與生命意義之相關，納入相關的家庭背景因素，希望能夠更多了解，在家庭概念偏重的華人社會文化中，是否對青年個體的依附關係與生命意義會造成不同影響。

二、依附理論的相關因素研究

國內外文獻顯示，與依附相關之因素眾多。國內探究依附的文獻則有不同的標題，於「台灣碩博士論文網」輸入「人際依附」為關鍵字，可得到 23 筆結果；若以「親子依附」，則得到 40 筆結果；「成人依附」有 21 筆結果；而大學生依附則有 24 筆資料，其中與愛情相關的主題有 10 篇，7 篇探討人際關係，5 篇探討憂鬱，剩下則是其他主題。本研究欲探討大學生的生命意義與依附之關係，因此在背景變項的因素部分亦參考江穎盈（2008）、李盈瑩（2011）等針對大學生生命意義研究中的因素來做探討。

本研究依據研究目的，決定選擇大學生之（一）個人因素（性別、年級、健康狀況、生命重大的挫折經驗）與（二）關係因素（人際支持網絡）、（三）家庭因素（幼年親密關係滿意度、家庭溝通方式、經濟狀況、對現有家庭之滿意度）與（四）宗教信仰等四個層面來做探討。

（一）個人因素（性別、年級、健康狀況、生命重大的挫折經驗）

1.性別

依據 Bowlby 所提出的依附理論，依附關係在性別部分並無差異（楊芳彰，1997），但實證研究結果，則各有不同。

蔡秀玲和吳麗娟(1998)探討大學生的依附關係、個體化與適應之關係研究中發現，大學生與父母的依附關係並不會因為性別而有所差異，但男大學生較不需要父母的建議與幫助，不會過度需求父母的贊同與支持。蔡逸珊(2002)在大學生依附風格、情緒智力與人際關係的研究中，發現男女大學生在拒絕依附上有顯著差異，男生高於女生；而在安全依附、焦慮依附與害怕依附上，男女無顯著差異。王仲昆(2004)針對大學新生研究其依附關係與生活適應之相關中，發現在母親依附上，女大學生的安全依附比例較男學生高，但逃避依附的比例就明顯低許多。在父親依附上，女大學生的安全依附比例仍較高，而逃避依附與焦慮矛盾依附則是男大學生要高一些。

王薇甄(2006)研究大學生個人依附風格，不同性別的大學生僅在排除依附上有達到顯著差異，男大生多於女大生；而性別在安全依附、焦慮依附與逃避依附則未達顯著差異。邱珮思(2007)研究大學生依附風格、心理分離-個體化、共依附特質與情緒勒索行為，發現不同性別的大學生在人際依附風格上有顯著差異，女大學生在逃避依附上得分顯著高於男大學生；男大學生在安全依附分量表得分顯著高於女大學生；在排除與焦慮依附分量表則無顯著差異存在。總結來說，在相關研究中，性別因素對於依附關係之影響仍未有定論，不同研究主題與量表皆會影響其結果，因此本研究將繼續探討性別變項對於生命意義與依附關係之影響。

2.年級

依附關係是否會隨年級與年齡的增長或是因初入大學或臨近畢業而有所差異，亦成為研究焦點。研究指出年級與父母依附品質有關(邱珮思，2007；孫世維，1997)，亦有研究指出與父母的依附品質不因年級而有差異(曾怡雅，2010；高岫君，2008；翁韶徽，2008；王薇甄 2006；李碧蕙，2002)。

在與年級有關之部分，邱珮思（2007）研究發現，四年級的大學生在安全依附得分高於二年級；三年級的大學生在排除依附的得分顯著高於一、二年級的學生；不過不同年級的大學生在逃避依附與焦慮依附則無顯著差異，也許可以說明不安全依附者的特質在不同年級皆存在相當比例，不因成長而有所改變。而孫世維（1997）研究則發現大一新生的依附程度較其他年級高，可能是因為新入陌生環境，會頻於尋求依附對象以減輕課業與生活之壓力。

在依附品質與年級無關的部份，曾怡雅（2010）研究中顯示，不同年級的大學生在父母依附之親密、信任與溝通上沒有差異性，可能是因為大學生與父母的依附關係已經到達穩定狀態。而李碧蕙（2006）的年齡背景變項與父母、同儕依附關係皆未達顯著，其認為可能原因為，依附關係經過長久建立，不會再因年齡之成長而有所改變。

可見，依附關係類型雖然不易改變，但依附行為則會隨著個體的經驗與發展階段而有所改變（蔡秀玲,1997），因此本研究仍將探討大學求學階段之年級對依附關係是否會造成影響。

3.健康狀況

張秋蘭（2000）在青少年依附關係、自我尊重與身心健康研究中發現，青少年的父母依附關係會對身心健康中的憂鬱、焦慮、失眠、身體反應與功能失調造成影響。亦可理解青少年的依附關係對於健康之影響存在於情緒與感受方面，這些感受對於身體的影響之直接，會造成憂鬱、失眠等功能失調的狀況。然不健康的身體本身對於依附關係所造成的影響，目前並未找到相關之文獻探討與支持，雖從常理上會認為特殊疾病等身體狀況欠佳的個體對於父母親之依附關係應與一般健康之個體有所差別。因此本研究將健康狀況作為背景因素探討。

4.生命重大挫折經驗

根據 Bowlby 的觀點而言，依附系統是根據遺傳演化需求，用來保護人類免於被捕食、傷害和死亡的保護機制，因此依附類型的影響在悲傷和失落中最容易看到。Stroebe, Schut & Boerner (2010)曾提出其團隊對依附風格影響悲傷之研究發現，何長珠(2013)總結成為如下之表格，以說明依附類型與心理因應之關係(表2)：

表 2-2 以依附關係為基礎的認知-行為(CB)理論與哀傷調適(Stroebe, Schut & Boerner, 2010)

依附風格	哀傷反應	正/負評估 歷程	控制處置	歷程	適應程度
安全依附：正向自我/正向他人	正常哀傷	正 & 負擺盪	在初級（意識）和次級（潛意識）控制間力求保持平衡	-心理聯結轉向死者 -追求替代 -能脫離接觸	適應良好的認知行為(CB)：保有但重新定位
不安全：焦慮依附 負向自我/正向他人	慢性哀傷	大多數負	僵硬-保留卡住的目標	-鮮少轉變 -較少替代對象（但理想化、神聖化） -連接多於脫離（detached）	適應不良的CB：需要擰鬆聯結
不安全：排除依附	缺少抑制哀傷	表面正裡面負	很多次級（意識）控制之反應	-鮮少轉變 -貶低死者的價	CB終止，適應不良：否認聯

正向自我 / 負向他 人				值 -較多脫離	結, 需要學習面 對&繼續
不安全： 逃避依附 負向自我 / 負向他 人	複雜性哀 傷 與 PTSD 有關	大多數負- 受干擾的 擺盪	力求混淆控制 (不協調/不平 衡/不一致)	-混淆 -難以替代 -有困難處理連 接與脫離	CB 混淆，適應 不良：需要面 對, 繼續尋找一 致性然後重新 定位

Bowlby (1980) 曾提到傷慟過程中的情緒與行為反應，其實是為了要與失去的重要對象重新建立關係而產生的。以依附理論觀點來詮釋，依附行為是為了維持情感的連結，任何危及這種連結的情境都可能會引發某些特定反應，失落的危機越大，反應就會越強烈 (Worden, 2001/2004)。若以死亡相關事件作為生命最大之挫折的話，則 Yalom 認為驅動人類行為最大的驅力是死亡恐懼 (1980/2003)。Mikulincer 等人 (2002) 透過實驗亦發現，死亡突顯會激發依附系統，Mikulincer 以 22 毫秒速呈現死亡或中性字詞，結果發現，當受試者 (在下意識情境下) 接收死亡突顯時，對於和依附相關的字詞 (如愛、擁抱或親近) 更容易提取 (通過識字任務的反應時間)，對於和依附無關的正向或中性字彙則未有差異，也就是說，個體對死亡的感知會啟動依附系統之運作，當人們一想到死亡逼近，即使在潛意識下，安全依附的心理表徵即被自動激發 (引自許雅楓, 2014, 52-53 頁)。因此生命中重大的挫折經驗所造成的主觀經驗感受，也可能會是影響依附的相關因素，因此在本研究中納入背景因素來加以探討。

小結

綜合上述發現可知，依附類型可能因為研究樣本之特質與測量工具不同而有所差異（黃碧慧，2002；羅立人，1999），依附風格與性別、年級之間的依附風格並無一致結果；但與健康狀況及生命挫折經驗則有相關；那麼，針對大學生探討的情況又是如何？是為本研究想探討之主要動機。

（二）關係因素（人際支持網絡）

在人際支持網絡上，安全依附者在人際關係上的應對進退相較於不安全依附者要來得好，安全依附者會主動尋求支持，焦慮型會比較容易激動，而逃避型則會冷漠以對（Bowlby, 1980）。蘇逸珊（2002）針對大學生的研究顯示，安全依附較高者，其情緒智力較高，相對也有較好的人際關係；焦慮依附較高者，在同儕及親密關係友誼上能維持良好關係；排除依附較高者，有較高的認識自身情緒的能力；逃避依附較高者，較難獲得親密友誼。從上述研究可知，依附類型不同人際關係上亦有不同表現，因此本研究納入關係因素來探討。

（三）家庭因素（幼年親密關係滿意度、家庭溝通方式、經濟狀況、對現有家庭之滿意度）

一般而言，家庭作為社會的最小單位，是個體立足於社會的起點，家庭對於個體的支持不論東西方都一樣重要。然而東方文化，特別是華人強調孝道的概念，使得個體對於家庭的尊重以及跟家人長輩溝通方式，及其對依附經驗造成的影響，均應與西方文化有所不同，Wang & Mallinckrodt（2009）的研究顯示，東西方因文化差異，在依附理論的研究上有跨文化的限制。Schmitt, Alcalay, Allensworth, Allik, Ault, Austes 等人在（2004）年研究全球 62 個文化地區的成人依附（戀），探討是否存在泛文化模式的自我與他人建構（Models of Self and Other Pan-cultural Constructs），研究中東亞地區以台灣、

香港、南韓與日本為代表，結果發現：台灣與香港的情況非常相似，卻與日韓有所差距，顯示華人確實存有相似的文化背景脈絡（引自王慶福，2010；6）。對華人而言，活著的目的經常是為了家人，為了與個體形成共生關係最親密的他人而活（文榮光，2005）。

黃淑滿、周麗端、葉明芬（2008）的依附與其相關因素之後設分析研究，聚焦於親子依附的部份，並未納入成人依附與人際依附的部份，但對於親子的部份有詳細的說明：男性與母親間的不安全依附關係較女性顯著；家庭結構的完整性會影響對母親的安全依附；母親正向的教養行為對子女的安全依附關係有顯著；最後是母親與其原生家庭之依附關係會代間傳遞至自己的子女。而黃靜宜（2008）在青少年依附關係、父母教養方式與其異性交往態度之關係研究中則發現，家庭社經地位愈高，青少年與父母「信任」、「溝通」的程度及整體依附品質愈好。

幼年經驗對於個體價值觀與生命經驗影響之鉅，可從原生家庭之依附關係的代間傳遞中窺見。為數不少的青少年，由於不同的原因，從未認定個人真正的興趣，在學校中學到的只是服從於權威，職業選擇受到家庭的影響，常往來的同儕團體彼此也是所見有限。當他們步入社會後依舊選擇有限，多數可能承接父母輩相同的社經環境的職業場所。在青年成人獨立的過程中，往往要面臨與安全感切割的議題，需要做決定。但決定本身就是一件冒險的事情，加上成年早期生理特質的不穩定性，遂使安全感成為成年早期的一個燙手山芋，想要又未必拿得住（何長珠，1981）。因此本研究亦將家庭因素納入，希望了解家庭的因素對依附關係的影響到達何種程度。

（四）宗教信仰因素

Kirkpatrick（1992, 1994）將上帝視為超自然的依附對象，並能滿全人們不同的需要或渴望。Granqvist, Mikulincer & Shaver（2009）亦主張宗教信仰能夠填補不安全依

附者的內心缺口，信仰神之於有缺憾感之個體，就如同母親之於嬰兒一般，是安全的堡壘。當生命的挫折或困惑讓個體感受到威脅時，轉而求助於神，更可形成情感的連結。

國外文獻中發現宗教的確能夠填補不安全依附者的內心缺口，並且成人比孩童更有能力去尋找且獲得可替代的安全依附對象 (Mikulincer & Shaver, 2007)。徐孟弘 (2006) 則指出宗教能賦予自我一種安身立命的認知與價值，信仰共同宗教的信仰者，能從中獲得認同與歸屬感。而白嘉玲 (2010) 根據台灣高達 91% 的人都自認有宗教信仰 (李亦園, 1999) 的背景下，針對不同背景變項的單身成人依附風格、宗教認同態度和人際親密能力之關係的研究中發現，單身成人不同依附風格和宗教認同態度之間有顯著關聯，但在人際親密能力上沒有顯著差異。

本研究對象之大學生年齡介於青少年與成人之間，研究中顯示成人依附與宗教認同有所關連，但未能確定是否對台灣大學生之依附關係有所影響，因此將宗教信仰納入成為探討的因素之一。

三、依附關係的測量

依附關係的評量工具與方式種類繁多，常見的包括觀察法、訪談法與問卷法。觀察法以 Ainsworth 的陌生情境實驗法為濫觴，多用於觀察幼兒與父母間的行為。訪談法與問卷法則多用於青少年及成人。而自陳式問卷則是最常見的測量工具，有些以向度區分 (Armsden & Greenberg, 1987; Kenny, 1987)，有些則以類型區分 (Barthlowmew & Horowitz, 1991; Hazan & Shaver, 1987)。

(一) 常見青少年與成人依附測量

與個體和父母間關係包括 AAI、IPPA 等量表。其中，成人依附訪談-AAI (Adult attachment Interview; George, Kaplan, & Main, 1985) 針對當事人自述幼時對主要照顧者

(特別是原生核心家庭)的經驗，係由訪談者來評估了解受訪者目前的依附關係(王慶福，2007)，但也僅限於早期依附經驗。至於父母與同儕依附量表-IPPA (Inventory of Parent and Peer Attachment; Greenberg & Armsden, 1987)，則將依附分為三個依附因素--信任、溝通、疏離，主要測量青少年與父母間的關係，著重於情感與認知，並只討論安全依附而未探討其他向度。

而與愛情及人際關係有關的包括 RQ、RSQ、AAQ、ECR 等。親密關係體驗量表簡式 ECR (Experiences in Close Relationships; Bernman, Clark & Shaver, 1998) 根據常用的成人依附量表編制，經主軸分析後發現自我意象與他人意象，更適合以逃避以及焦慮兩變項來表示。成人依附測驗 AAQ (Adult Attachment Questionnaire (Simpson (1990); Mikulincer, Florian & Tolmacz (1990)，則將依附分為三種依附型態：安全、逃避、矛盾，與兩種向度：逃避、矛盾。關係問卷 RQ (Relationship Questionnaire; Bartholomew & Horowitz, 1991)，始將依附確定為四種型態：安全 (Secure)、焦慮 (preoccupied)、害怕 (fearful)、排除 (dismissing)。以上測驗主要在測量個體於愛情中所知覺的依附關係之安全感程度，但都著重在探討特定的依附風格。

而本研究所使用的人際依附風格量表(王慶福、林幸台、張德榮，1997)則是評量個人的依附風格，主要應用在人際關係中。係參考 Griffin 與 Bartholomew (1994) 的關係量表自陳式問卷 (Relationship Scales Questionnaire, RSQ) 四種人際依附風格之理論架構所發展出來，針對受試者本身狀況(自我概念、社會能力、人際關係等)以及與他人的關係(友誼、親密關係)而做的評量工具。

量表分為兩部分，第一部分為成人依附風格的測量共 24 題，經因素分析驗證包含排除依附、害怕依附、焦慮依附、安全依附四個分量表，各有六題，每一題項以六點量尺來評定 (1-6)，分別代表非常不符合、相當不符合、不太符合、還算符合、相當符合

以及非常符合等向度。以受試者得分最高的量表為該受試者主要之人際依附風格類型；第二部分為一題人際依附風格類型自評排序，當第一部份依附風格出現同分時，可以用來考慮協助風格分類。

在信度方面，王慶福、林幸台、張德榮（1997）以 734 名大學生進行信、效度考驗。其中安全依附、焦慮依附、逃避依附、排除依附分量表的折半係數為.74、.78、.84、.73；內部一致性係數分別為.71、.83、.81、.79，均在.70 以上，顯示本量表有不錯的信度。在效度方面為考驗人際依附風格量表的建構效度，並針對研究樣本在 24 個題項的反應資料進行因素分析。首先以最大概似法反覆抽取因素，並依據原有之因素架構抽取四個因素之後，再以斜交法加以轉軸，發現題項皆符合原有之四個因素向度，經轉軸後亦顯示其四種依附風格與 Bartholomew 與 Horowitz 所提出的理論架構相符合。

綜合上述資料可知，依附類型測驗依據研究目的的不同，分析方式亦有所不同，有類別及向度或兩者兼具的方式。本研究所使用之人際依附風格量表則可同時了解個案之類型及向度，是目前相對最適合使用之評量工具。

第三節 生命意義與依附關係之相關文獻探討

Martin Buber 認為生命真正的意義必須在與他人的關係中找到（Stewart，2011）。生命的起頭從自己開始，卻不能結束在自己身上，每個人都渴望且需要生命意義，但我們只能從「關係」中創造意義（Moon，2009/2011；Yalom，1980/2003）。從文化的觀點而言，中國社會比起西方社會更重視關係的和諧，也就是所謂的群體文化。對華人而言，活著的目的經常是為了家人，為了與個體形成共生關係最親密的他人而活，而「主要他人」多集中於「家人」與「親密關係」（文榮光，2005）。就以華人文化中即將升大學的中學生為例，我們經常可以發現父母才是決定當事人未來的主體，而非學生本身意

志。更甚者年青人在對於自己的未來茫然無措，即便父母家人給予選擇的空間也無法做出決定的情況下，仍會以父母或者師長此等重要他人的意見為主要依據。這或者因為在華人文化的家庭與家族中，維持整體關係的和諧常是許多人一生的課題。許焯光(1971)認為，華人的生命意義根植於人際關係中，關注的是個人在人際關係中的位置，原生家庭(primary)之團體(父母、手足、近親)是個人的「重要他人」，與個人有著強烈情感依附(正負糾纏)之關係(引自陸洛，2003)、因而自然產生為自己而活就是為家庭考量之混淆集體潛意識。

若以 Ericson 的心理社會發展理論來看，大學生的年齡正好介於青少年期到成年早期的階段，在青少年期的發展任務與危機是「自我統整認同與角色混淆」，成年早期階段的發展危機與任務則是「友愛親密與孤僻疏離」。一旦發展順利，有了明確的自我觀念與自我追尋的方向，便能與他人建立良好關係，與人相處有親密感，亦即具有良好的依附關係，但追尋自我與安全感應亦是相輔相成；而若期間發展不順，生活無目的無方向，感到徬徨迷失，則有可能轉為孤僻疏離，與社會疏離，並感到寂寞孤獨。黃暉純(2012)的研究顯示，青少年的人際互動狀況與其生命意義感的展現有顯著影響，當青少年的人際關係越融洽，其生命意義就越正向，並且同儕關係之好壞亦對整體生命意義感具有顯著預測力。

E. Bodner, Y.S. Bergman, S. Cohen-Fridel (2013) 等之研究更直接將依附類型與生命意義(MIL、PML)進行相關研究，以年輕成人(20-30)、中年成人(31-49)、初老成人(50-65)三個年齡層為變項。主要結果如下：

1. 多變量分析顯示初老成人於存在意義的分數較高，然年輕成人在生命追尋意義的分數較高。
2. 整體而言，安全依附比起不安全依附的個體顯示有較高的存在意義與較少的生命意

義追尋；逃避型依附則表現比其他依附類型有更高的生命意義追尋分數。

3. 年齡的影響顯示在年輕成人的逃避依附上，此年齡層在生命意義上的追尋較少；而性別的差異則顯示在存在意義上（男性較高）。
4. 焦慮依附的男性與女性皆顯示在存在意義分數上有下降現象，然而安全依附的初老女性、在生命意義上則有較高的分數。

綜合上述發現，依附風格、年齡和性別之間的關係，與存在意義和生命意義之追尋是有顯著相關的。本研究因此決定將年齡、性別等因素放入背景因素中加以考量。



第三章 研究方法

第一節 研究架構與假設

一、研究架構

根據本研究之研究動機與目的及文獻探討後，所設定之研究架構如圖 3-1：

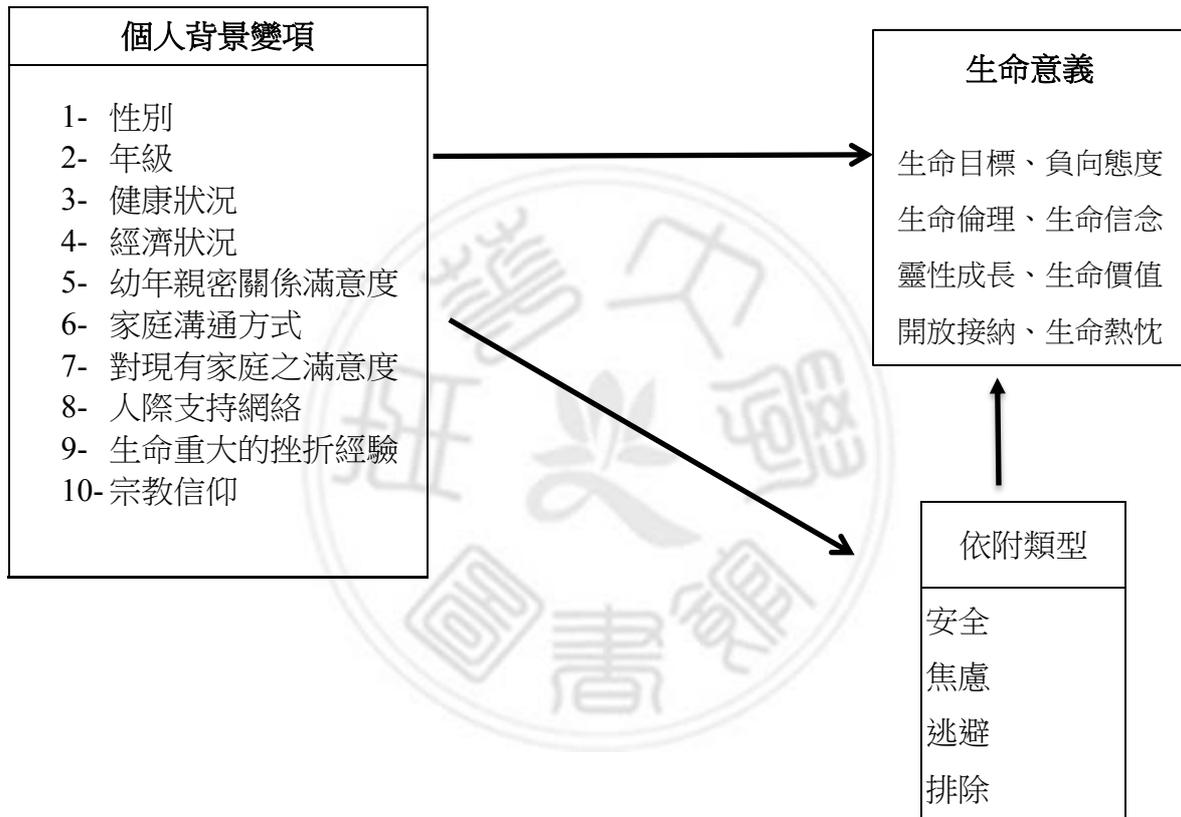


圖 3-1 研究架構圖

二、研究假設

根據研究動機、目的、文獻探討及研究設計架構，本研究之研究假設如下所示：

1. 假設一：不同背景變項之大學生在生命意義上有顯著差異。

1-1 不同個人背景因素變項（性別、年級、健康狀況、經濟狀況、生命重大的挫折經驗之有無）在生命意義上有顯著差異。

- 1-2 不同關係因素變項（人際支持之網絡）在生命意義上有顯著差異。
- 1-3 家庭關係因素（幼年親密關係滿意度、家庭溝通方式、對現有家庭之滿意度）在生命意義上有顯著差異。
- 1-4 宗教信仰之有無在生命意義上有顯著差異。
- 2.假設二：不同背景變項之大學生在依附類型上有顯著差異。
- 2-1 不同個人背景因素變項（性別、年級、健康狀況、經濟狀況、生命重大的挫折經驗之有無）在依附類型上有顯著差異。
- 2-2 不同關係因素變項（人際支持之網絡）在依附類型上有顯著差異。
- 2-3 家庭關係因素（幼年親密關係滿意度、家庭溝通方式、對現有家庭之滿意度）在依附類型上有顯著差異。
- 2-4 宗教信仰之有無在依附類型上有顯著差異。
- 3.假設三：不同「依附類型」之大學生在「生命意義」上有顯著差異。

第二節 研究對象

本研究為了取得豐富資訊，獲得最接近研究概念與目的的資料，並基於研究經費及人力物力之限制，而採用便利抽樣選取樣本，依照台灣北、中、南、東四個區之大專院校分配，選擇有意願參與研究之大學生，然後再以滾雪球方式選取其他樣本，同時以紙本及網路問卷的方式發放問卷。預計抽取 400 位正式研究樣本，以進行後續研究之統計分析。透過上述的抽樣方法，本研究將便利抽樣、滾雪球方式條件設定為需符合「大學生」之條件者。

研究者於 106 年 3 月 10 日至 5 月 10 日止，發放網路問卷及紙本問卷調查，回收

361 份，經剔除填答不完整、填答方式錯誤及無效填問卷 15 份後，共得有效問卷 346 份。有效問卷之回收率為 95.84%，正式研究之樣本分析如下：

表 3-1 研究對象之樣本分析

		個數	有效百分比	累積百分比
地區	北	105	30.3	30.3
	中	129	37.3	67.6
	南	106	30.6	98.3
	東	6	1.7	100.0
	總和	346	100.0	
性別	男	96	27.7	27.7
	女	250	72.3	100.0
	總和	346	100.0	
年級	一年級	82	23.7	23.7
	二年級	85	24.6	48.3
	三年級	96	27.7	76.0
	四年級	69	19.9	96.0
	留級生	14	4.0	100.0
	總和	346	100.0	
健康狀況	非常好	1	0.3	0.3
	好	22	6.4	6.7
	普通	135	39.0	45.7
	不好	148	42.8	88.4
	非常不好	40	11.6	100.0
	總和	346	100.0	
經濟狀況	非常好	6	1.7	1.7
	好	41	11.8	13.6
	普通	198	57.2	70.8
	不好	90	26.0	96.8
	非常不好	11	3.2	100.0

	總和	346		
生命重大	有	221	63.9	63.9
挫折經驗	無	50	14.5	78.3
	不確定	75	21.7	100.0
	總和	346	100.0	
人際支持	非常好	7	2.0	2.0
網絡	好	24	6.9	9.0
	普通	136	39.3	48.3
	不好	139	40.2	88.4
	非常不好	40	11.6	100.0
	總和	346	100.0	
幼年親密關係滿意度	非常滿意	1	0.3	0.3
	滿意	44	12.7	13.0
	普通	124	35.8	48.8
	不滿意	126	36.4	83.5
	非常不滿意	51	14.7	100.0
	總和	346	100.0	
家庭溝通方式	非常好	7	2.0	2.0
	好	54	15.6	17.6
	普通	106	30.6	48.3
	不好	120	34.7	82.9
	非常不好	59	17.1	100.0
	總和	346	100.0	
對現有家庭之滿意度	非常滿意	5	1.4	1.4
	滿意	31	9.0	10.4
	普通	93	26.9	37.3
	不滿意	137	39.6	76.9
	非常不滿意	80	23.1	100.0
	總和	346	100.0	
宗教信仰	有	154	44.5	44.5

因素	無	192	55.5	100.0
	總和	364	100.0	

根據表 3-1 可知，本研究樣本以地區而言北部佔 30.3%、中部佔 37.3%、南部佔 30.6%、東部佔 1.7%，以北部、中部及南部樣本數較多，南部最少。

性別方面，男性佔 27.7%、女性佔 72.3%，女性樣本為多。就年級而言，一年級佔 23.7%、二年級佔 24.6、三年級佔 27.7%、四年級佔 19.9%、留級生佔 4%，除留級生外，各年級之比例相當。在健康狀況方面，健康狀況非常好佔 0.3%、健康狀況好佔 6.4%、健康狀況普通佔 39%、健康狀況不好佔 42.8%、健康狀況非常不好佔 11.6%，以健康狀況「不好」及「普通」的樣本居多。在經濟狀況方面，經濟狀況非常好佔 1.7%、經濟狀況好佔 11.8%、「普通」佔 57.2%、「不好」佔 26%、「非常不好」佔 3.2%，經濟狀況「普通」最多。在生命重大挫折經驗方面，具有生命重大挫折經驗者佔 63.9%、「無」佔 14.5%、「不確定」佔 21.7%，以具有生命重大挫折經驗者為多。在人際支持網絡部分，以「普通」(39.3%) 及「不好」(40.2%) 最多，依序為「非常不好」(11.6%)、「好」(6.9%)、「非常好」(2%)。在幼年親密關係滿意度部分，以「普通」(35.8%) 及「不滿意」(36.4%) 最多，「非常不滿意」(14.7%)、「滿意」(12.7%) 次之，「非常滿意」(0.3%) 最後。在家庭溝通方式方面，以「不好」最多佔 34.7%，「普通」次之佔 30.6%，「非常不好」佔 17.1%，「好」佔 15.6%，「非常好」佔 2%。對現有家庭之滿意度方面，「非常滿意」佔 1.4%、「滿意」佔 10.4%、「普通」佔 26.3%、「不滿意」佔 39.6%，「非常不滿意」佔 23.1%，以「不滿意」最多。在宗教信仰方面，有宗教信仰者佔 44.5%，無宗教信仰者佔 55.5%。

根據以上，本研究樣本以女性為多，地區以北中南為主，除留級生外，其他年級

生比例相當，健康狀況為不好到普通，經濟狀況普通為多，大多數具有生命重大挫折經驗，人際支持網絡主要為普通及不好，幼年親密關係滿意度以普通及不滿意居多，家庭溝通方式大多為普通及不好，對現有家庭之滿意度住要為不滿意，較多人無宗教信仰，本研究將以此樣本做正式研究分析。

第三節 研究工具

本研究之研究工具為結構性問卷。採用何長珠與李盈瑩（2011）所編之「全人生命意義量表」及王慶福、林幸台、張德榮（1997）所編「人際依附風格量表」外，為了解不同背景變項大學生在生命意義及依附類型上的差異，同時設計問題收集相關資料說明如下：

一、個人背景資料

個人背景變項部分包括以下內容：個人背景因素變項（性別、年級、健康狀況、經濟狀況、生命重大挫折經驗）、關係因素背景變項（人際支持網絡）及家庭關係背景變項（幼年親密關係滿意度、家庭溝通方式、對現有家庭之滿意度）及宗教信仰之有無。其中性別以男、女二類分；年級為一到四年級；健康狀況、經濟狀況、人際支持網絡、幼年親密關係滿意度、家庭溝通方式、對現有家庭之滿意度等皆用五點量表評估等級。而生命重大挫折經驗及宗教信仰之有無則為有無二分。

二、全人生命意義量表

本研究意指之生命意義主要以何長珠教授所編定之生命意義量表為主（何長珠，2008）。量表係根據Rogers、Erikson、Frankl、May、Yalom共五位學者所提出與生命意義之相關理論基礎，將其統整「生命目標」、「生命價值」、「自我概念」、「生命

品質」「生命自由」、「宗教」、「死亡」七個向度，並參考宋秋蓉（1992）所編之青少年生命意義量表、何英奇（1990）所發展之生命態度剖面圖量表、吳秀碧、賀孝銘、羅崇誠（2002）所發表之大學生生命意義觀量表等資料，經何長珠教授所率之生命意義研究團隊所發展而成。李盈瑩（2011）依據何長珠研究團隊所發展之量表，編修「大學生全人生命意義量表」，量表共39題，分為「生命目標」、「負向態度」、「生命倫理」、「生命信念」、「靈性成長」、「生命價值」、「開放接納」和「生命熱忱」共八個層面，經項目分析後，解釋變異量分別為26.416%、6.703%、4.928%、4.198%、3.879%、3.648%、3.311%、3.211%，累積的解釋變異量達56.294%，顯示此量表具有良好的建構效度，而八個分量表之內部一致性係數皆在 .67 以上，全人生命意義量表之內部一致性係數為 .920，顯示此量表具有良好之信度。本研究將使用此量表為之研究工具之一。

三、人際風格依附量表

本研究之依附類型測量以王慶福、林幸台、張德榮（1997）根據依附理論所編製出來的人際依附風格量表為主要研究工具。此量表係參考 Griffin 與 Bartholomew（1994）的關係量表自陳式問卷（Relationship Scales Questionnaire, RSQ）四種人際依附風格之理論架構所發展出來，針對受試者本身狀況（自我概念、社會能力、人際關係等）以及與他人的關係（友誼、親密關係）而做的評量工具。

量表分為兩部分，第一部分為成人依附風格的測量共 24 題，經因素分析驗證包含排除依附、逃避依附、焦慮依附、安全依附四個分量表，各有六題，每一題項以六點量尺來評定（1-6），分別代表非常不符合、相當不符合、不太符合、還算符合、相當符合以及非常符合等向度。以受試者得分最高的量表為該受試者主要之人際依附風格類型；

第二部分為一題人際依附風格類型自評排序，當第一部份依附風格出現同分時，可以用來考慮協助風格分類。

在信度方面，王慶福、林幸台、張德榮（1997）以 734 名大學生進行信、效度考驗。其中安全依附、焦慮依附、逃避依附、排除依附分量表的折半係數為.74、.78、.84、.73；內部一致性係數分別為.71、.83、.81、.79，均在.70 以上，顯示本量表有不錯的信度。在效度方面為考驗人際依附風格量表的建構效度，並針對研究樣本在 24 個題項的反應資料進行因素分析。首先以最大概似法反覆抽取因素，並依據原有之因素架構抽取四個因素之後，再以斜交法加以轉軸，發現題項皆符合原有之四個因素向度，經轉軸後亦顯示其四種依附風格與 Bartholomew 與 Horowitz 所提出的理論架構相符合。

此量表之結果將依附分為四種類型：

（一）安全依附：內在同時具有正與負的意義建構（想法和評估），故有利於調適，較能接納自己而有安全感，能自在的和別人相互親近同時也能保有個人自主性。

（二）焦慮依附：主要是失落導向，緊緊抓住與對方的聯結。會不斷的尋求他人的接納和肯定，很在乎別人對自己的看法。

（三）排除依附：主要是復元導向。逃避正在進行的關係連接，甚至不承認對方是重要他人。雖避免和別人親近，卻仍維持自我價值感。比較喜歡一個人自由自在，過自己的生活。

（四）逃避/畏懼依附：擾亂的擺盪，大多是負向的意義建構，但也有一些正向，不過很難整合。雖然內心需要別人的接納，卻會害怕和別人親近，逃避社會活動，以避免被拒絕或受傷害。

待研究結果回收後，為了解依附類型群體間及群體內的變異狀況，以叢集分析（Cluster Analysis）進行依附類型分類，使用 K 平均數集羣法將依附類型之統計結果進

行分析，結果如表 3-2 所示之叢集分析結果：

表 3-2 依附類型之叢集分析結果

	叢集 1	叢集 2
安全依附	23.93	
逃避依附		25.63
焦慮依附		27.91
排除依附		26.14

根據表 3-2 之叢集分析結果可知，本研究樣本所呈現之依附類型可分為安全依附一類，逃避依附、焦慮依附、排除依附為一類，因此將本研究之依附類型定為安全依附及其他依附類型(逃避依附、焦慮依附、排除依附)兩大類，以進行後續之分析研究。

第四節 資料處理與分析

本研究之研究工具為結構性問卷，除「全人生命意義量表」及「人際依附風格量表」外，大學生的個人基本資料包括以下內容：個人背景因素變項（性別、年級、健康狀況、經濟狀況、生命重大挫折經驗之有無）、關係因素背景變項（人際支持網絡）及家庭關係背景變項（幼年親密關係滿意度、家庭溝通方式、對現有家庭家庭之滿意度）及宗教信仰之有無。

本研究採取以下方式進行資料處理：

一、描述性統計

以描述性統計統整大學生之個人因素背景變項（性別、年級、健康狀況、經濟狀況、生命重大挫折經驗之有無）、關係因素背景變項（人際關係之網絡）、家庭關係因素變項（幼年親密關係滿意度、家庭溝通方式、對現有家庭之滿意度）及宗教信仰之有無，以

瞭解本研究之正式研究樣本的分布情形。

二、叢集分析 (Cluster Analysis)

使用二階段叢集分析，以K平均數集群法將依附類型之統計結果進行叢集分析，將依附類型分類以利後續之研究分析。

三、獨立樣本 t 檢定

運用獨立樣本 t 檢定考驗個人背景變項及依附類型在生命意義上之差異。

四、單因子變異數分析

運用單因子變異數分析考驗個人背景變項及依附類型在生命意義上之差異。

五、卡方考驗

運用卡方考驗分析個人背景變項在依附類型上的差異。

第五節 研究程序

本研究之研究程序包括確定研究主題、文獻蒐集與整理、確定使用量表、正式量之資料蒐集、正式量表回收與分析、研究結果的討論與撰寫，以下便據此六項分別說明。

一、確定研究主題

在研究進行初期，先與指導教授討論研究方向，並決定研究主題，確定研究主題後便著手進行文獻之蒐集與整理。

二、文獻蒐集與整理

研究者蒐集國內外與生命意義及依附類型之相關研究，並進行文獻的整理與探討，同時根據文獻資料研擬出本研究之研究架構及研究方法。在研究執行期間，持續文獻蒐集的部分，以期能整理完整的文獻資訊提供研究參考。

三、確定使用量表

本研究採用李盈瑩（2011）所編之「大學生全人生命意義量表」及之王慶福、林幸台、張德榮（1997）的「人際依附風格量表」。

四、正式量表之資料蒐集

本研基於研究經費及人力之限制，而採用便利抽樣選取樣本，依照台灣北、中、南、東四個區之大專院校分配，選擇有意願參與研究之大學生，然後再以滾雪球方式選取其他樣本，同時以紙本及網路問卷，預設個人資料匿名方式發放問卷。研究者於 106 年 3 月 10 日至 5 月 10 日止，發放網路問卷及紙本問卷調查，回收 361 份，經剔除填答不完整、填答方式錯誤及無效填問卷 15 份後，共得有效問卷 346 份。有效問卷之回收率為 95.84%。

五、正式量表回收與分析

正式量表回收後，剔除答題不全以及有明顯反應心向的量表，然後將問卷編碼後輸入電腦，以進行後續之研究分析。本研究依據研究假設，採用統計套裝軟體 SPSS for Windows 22.0 進行統計分析，以考驗本研究之研究假設。

六、研究結果的討論與撰寫

依據本研究之統計分析結果，以表格和文字的撰述，連同文獻的內容，一並進行研究結果之撰寫與討論。

第四章 研究結果及討論

本研究欲了解個人背景變項在大學生依附類型及生命意義上的差異情形，以及依附類型在生命意義的差異，以獨立樣本 t 檢定、單因子變異數分析、卡方考驗，考驗研究假設。本章共分為三節，依序為不同背景變項在生命意義上之差異情形、不同背景變項在依附類型上之差異情形，最後考驗不同依附類型在生命意義上之差異情形，各節分別依據統計分析之結果進行討論。

第一節 不同背景變項在生命意義上之差異分析

本節主要探討個人背景變項在生命意義之差異情形，包括個人背景變項包括個人背景因素〈性別、年級、健康狀況、經濟狀況、生命重大挫折經驗之有無〉、關係因素〈人際支持之網路〉、家庭關係背景因素〈幼年親密關係滿意度、家庭溝通方式、對現有家庭之滿意度〉以及宗教信仰之有無，研究者依據受試者的答題情形，以獨立樣本 t 檢定、單因子變異數分析考驗假設一，以下根據上述之分析結果進行說明。

一、不同個人背景因素〈性別、年級、健康狀況、經濟狀況、生命重大挫折經驗之有無〉在生命意義上之差異情形

為驗證假設 1-1，個人背景因素〈性別、年級、健康狀況、經濟狀況、生命重大挫折經驗之有無〉在生命意義上有差異存在，研究者先以獨立樣本 t 檢定考驗不同性別在生命意義及其各向度的差異，將結果整理如表 4-1。

表 4-1 不同性別之大學生在生命意義及其各向度上之差異情形

		個數	平均數	標準差	<i>t</i>
生命意義總分	男	96	142.89	20.42	.677
	女	250	141.39	17.53	
生命目標	男	96	24.71	5.79	1.939
	女	250	23.50	4.93	
生命態度	男	96	13.41	3.26	.227
	女	250	13.32	3.33	
生命倫理	男	96	14.43	2.89	-1.424
	女	250	14.89	2.65	
生命信念	男	96	6.36	2.09	.410
	女	250	6.27	1.79	
靈性成長	男	96	22.55	4.09	-.256
	女	250	22.66	3.44	
生命價值	男	96	20.44	2.78	-.157
	女	250	20.49	2.92	
開放接納	男	96	14.85	2.88	1.085
	女	250	14.52	2.47	
生命熱忱	男	96	27.09	4.57	1.392
	女	250	26.36	4.35	

註：* $p < .05$ ，** $p < .01$ ，*** $p < .001$

根據表 4-1，不同性別之大學生在生命意義總分 ($t = .677$, $p > .05$)、生命目標 ($t = 1.939$, $p > .05$)、生命態度 ($t = .227$, $p > .05$)、生命倫理 ($t = -1.424$, $p > .05$)、生命信念 ($t = .410$, $p > .05$)、靈性成長 ($t = -.256$, $p > .05$)、生命價值 ($t = -.157$, $p > .05$)、開放接納 ($t = 1.085$, $p > .05$)、生命熱忱 ($t = 1.392$, $p > .05$)，皆上未達顯著差異，表示大學生之生命意義及其各向度，不會因性別的不同而有所不同。

而後以單因子變異數分析考驗不同個人背景因素〈年級、健康狀況、經濟狀況、生

命重大挫折經驗之有無〉之生命意義之差異情形，首先，考驗年級在生命意義及其各向度的差異，並進行變異數同質性檢定，發現生命目標（Levene=2.894， $p<.05$ ）之 Levene 的變異數同質性檢定達顯著，顯示變異數不同質，不符合假設，而生命意義總分及其他各向度皆未達顯著，符合變異數同質性假設，將結果整理如表 4-2。

表 4-2 不同年級之大學生在生命意義及其各向度上之差異情形

		平方和 (Ss)	自由度 (df)	平均平方和 (Ms)	F 值
生命意義總分	組間	1081.473	4	270.368	.800
	組內	115262.553	341	338.013	
	總和	116344.026	345		
生命目標	組間	71.242	4	17.810	.677 ^a
	組內	9296.368	341	27.262	
	總和	9367.610	345		
生命態度	組間	71.624	4	17.906	1.643
	組內	3716.134	341	10.898	
	總和	3787.757	345		
生命倫理	組間	7.223	4	1.806	.241
	組內	2551.344	341	7.482	
	總和	2558.566	345		
生命信念	組間	21.939	4	5.485	1.563
	組內	1196.399	341	3.509	
	總和	1218.338	345		
靈性成長	組間	94.971	4	23.743	1.816
	組內	4459.413	341	13.077	
	總和	4554.384	345		
生命價值	組間	15.725	4	3.931	.757
	組內	2848.590	341	8.357	
	總和	2864.315	345		
開放接納	組間	19.397	4	4.849	.717

	組內	2306.930	341	6.765	
	總和	2326.327	345		
生命熱忱	組間	49.625	4	12.406	.632
	組內	6689.601	341	19.618	
	總和	6739.225	345		

註：* $p < .05$ ，** $p < .01$ ，*** $p < .001$

^aANOVA 的 F 統計量以均等平均數的 Brown-Forsythe 統計量代替

根據表 4-2，在不同「年級」在生命意義總分 ($F = .800, p > .05$) 及其各向度皆未達顯著差異。

接著，以單因子變異數分析考驗「健康狀況」在生命意義及其各向度的差異，先進行變異數同質性檢定，發現生命意義總分及其他各向度之 Levene 的變異數同質性檢定皆未達顯著，符合變異數同質性假設，將結果整理如表 4-3。

表 4-3 不同健康狀況之大學生在生命意義及其各向度上之差異情形

		平方和 (Ss)	自由度 (df)	平均平方和 (Ms)	F 值
生命意義總分	組間	13278.883	4	298.243	12.441***
	組內	103065.143	341	23.973	
	總和	116344.026	345		
生命目標	組間	1192.970	4	298.243	12.441***
	組內	8174.640	341	23.973	
	總和	9367.610	345		
生命態度	組間	274.863	4	68.716	6.670***
	組內	3512.894	341	10.302	
	總和	3787.757	345		
生命倫理	組間	236.479	4	59.120	8.682***
	組內	2322.087	341	6.810	
	總和	2558.566	345		
生命信念	組間	67.945	4	16.986	5.035**

	組內	1150.393	341	3.374	
	總和	1218.338	345		
靈性成長	組間	238.691	4	59.673	4.715**
	組內	4315.694	341	12.656	
	總和	4554.384	345		
生命價值	組間	179.462	4	44.866	5.698***
	組內	2684.853	341	4.873	
	總和	2864.315	345		
開放接納	組間	235.336	4	58.834	9.595***
	組內	2090.990	341	6.134	
	總和	2326.327	345		
生命熱忱	組間	645.305	4	161.326	9.027***
	組內	6093.920	341	17.871	
	總和	6739.225	345		

註：* $p < .05$ ，** $p < .01$ ，*** $p < .001$

根據表 4-3，不同「健康狀況」在生命意義總分 ($F = 12.441, p < .001$) 及其各向度皆達顯著差異，顯示生命意義會因健康狀況的不同而有不同的表現。因本次收集之樣本選擇自我之健康狀況為「非常不好」之樣本數過少，因此無法進行事後比較。

接著，仍運用單因子變異數分析考驗「經濟狀況」在生命意義總分及其各向度的差異。首先，進行變異數同質性考驗發現生命意義總分 ($Levene = 3.601, p < .01$) 及生命價值 ($Levene = 3.170, p < .05$) 之 Levene 的變異數同質性檢定達顯著，顯示變異數不同質，不符合假設，而其他向度皆未達顯著，符合變異數同質性假設，將結果整理如表 4-4。

不同健康狀況之大學生在生命意義及其各向度上之差異情形

表 4-4 不同經濟狀況之大學生在生命意義及其各向度上之差異情形

		平方和 (Ss)	自由度 (df)	平均平方和 (Ms)	F 值
生命意義總分	組間	7394.695	4	1848.674	3.646*** ^a
	組內	108949.331	341	319.500	
	總和	116344.026	345		
生命目標	組間	726.459	4	29.975	7.167***
	組內	8641.151	341	10.756	
	總和	9367.610	345		
生命態度	組間	119.899	4	30.114	2.787*
	組內	3667.858	341	7.150	
	總和	3787.757	345		
生命倫理	組間	120.455	4	7.204	4.212**
	組內	2438.112	341	3.488	
	總和	2558.566	345		
生命信念	組間	28.818	4	7.204	2.065
	組內	1189.520	341	3.488	
	總和	1218.338	345		
靈性成長	組間	154.827	4	38.707	3.000*
	組內	4399.557	341	12.902	
	總和	4554.384	345		
生命價值	組間	140.335	4	35.084	3.343** ^a
	組內	2723.981	341	7.988	
	總和	2864.315	345		
開放接納	組間	85.993	4	21.498	3.272*
	組內	2240.334	341	6.570	
	總和	2326.327	345		
生命熱忱	組間	164.569	4	41.142	2.134
	組內	6574.656	341	19.281	
	總和	6739.225	345		

註：* $p < .05$ ，** $p < .01$ ，*** $p < .001$

^aANOVA 的 F 統計量以均等平均數的 Brown-Forsythe 統計量代替

根據表 4-4，不同「經濟狀況」在生命意義總分 ($F=3.646, p < .001$)、生命目標 ($F=7.167, p < .001$)、生命態度 ($F=2.787, p < .05$)、生命倫理 ($F=4.212, p < .01$)、靈性成長 ($F=3.000, p < .05$)、生命價值 ($F=3.343, p < .01$)、開放接納 ($F=3.272, p < .05$) 皆達顯著差異，顯示生命意義會因經濟狀況的不同，而有不同的表現。而不同「經濟狀況」在生命意義中之生命信念 ($F=2.065, p > .01$) 及生命熱忱 ($F=2.134, p > .05$) 未達顯著差異。

將生命意義總分進行 Scheffe 事後比較後發現，經濟狀況「非常不好」之生命意義顯著大於「不好」($p < .05$)，其餘項目兩兩之間沒有顯著差異。在「生命目標」之事後比較中，經濟狀況「好」之生命目標顯著大於經濟狀況「普通」($p < .01$) 及經濟狀況「不好」($p < .01$)，但經濟狀況「普通」及「不好」之間沒有顯著差異。

接著分析生命中大挫折經驗之有無在生命意義上有差異存在，研究者以單因子變異數分析考驗其差異情形，首先，進行變異數同質性考驗，發現在生命意義總分及其各向度皆未達顯著，符合變異數同質性假設，可進一步執行單因子變異數分析，茲將結果整理如表 4-5。

表 4-5 有無生命重大挫折經驗之大學生在生命意義及其各向度上之差異情形

		平方和 (Ss)	自由度 (df)	平均平方和 (Ms)	F 值
生命意義總分	組間	1183.090	2	591.545	1.762
	組內	115160.936	343	335.746	
	總和	116344.026	345		
生命目標	組間	217.783	2	108.891	4.082*
	組內	9149.827	343	26.676	
	總和	9367.610	345		
生命態度	組間	158.612	2	79.306	7.495**
	組內	3629.145	343	10.581	

	總和	3787.757	345		
生命倫理	組間	25.774	2	12.887	1.745
	組內	2532.792	343	7.384	
	總和	2558.566	345		
生命信念	組間	12.793	2	6.397	1.820
	組內	1205.545	343	3.515	
	總和	1218.338	345		
靈性成長	組間	22.700	2	11.350	.859
	組內	4531.684	343	13.212	
	總和	4554.384	345		
生命價值	組間	20.950	2	10.475	1.264
	組內	2843.365	343	8.290	
	總和	2864.315	345		
開放接納	組間	29.206	2	14.603	2.180
	組內	2297.121	343	6.697	
	總和	2326.327	345		
生命熱忱	組間	47.452	2	23.726	1.216
	組內	6691.773	343	19.510	
	總和	6739.225	345		

註：* $p < .05$ ，** $p < .01$ ，*** $p < .001$

據表 4-5，有無生命重大挫折經驗 ($F=1.762$, $p>.05$) 在生命意義總分未達顯著差異，但在生命目標 ($F=1.762$, $p>.05$) 及生命態度 ($F=1.762$, $p>.05$) 均達顯著差異。再進一步以此兩項進行 Scheffe 事後比較發現，「沒有」生命重大挫折經驗之大學生之生命目標顯著高於「不確定」有無生命重大挫折經驗之大學生。而「沒有」生命重大挫折經驗大學生之生命態度顯著高於「不確定」有無生命重大挫折經驗之大學生，再來是「有」生命重大挫折經驗之大學生。根據以上研究結果顯示，生命重大挫折經驗的不同，其整體生命意義並沒有顯著不同，但在生命目標及生命態度上會有所不同。

依據表 4-1、表 4-2、表 4-3、表 4-4、表 4-5 之結果，不同「健康狀況」、「經濟狀

況」在生命意義上有顯著的差異，而在「性別」、「年級」及「生命重大挫折經驗之有無」上沒有達到顯著差異，故部分支持本研究假設 1-1。

二、關係因素〈人際支持之網路〉在生命意義上之差異情形

為驗證假設 1-2，不同關係因素〈人際支持之網路〉在生命意義上分別有差異存在，以單因子變異數分析考驗其差異情形。首先，進行變異數同質性考驗發現生命意義總分 (Levene=4.866, $p < .01$)、生命目標 (Levene=2.761, $p < .05$)、生命信念 (Levene=3.434, $p < .05$)、生命價值 (Levene=2.868, $p < .05$)、開放接納 (Levene=6.675, $p < .001$) 之 Levene 的變異數同質性檢定達顯著，顯示變異數不同質，不符合假設，而在生命態度、生命倫理、靈性成長、生命熱忱皆未達顯著，符合變異數同質性假設，可進一步執行單因子變異數分析，茲將結果整理如表 4-6。

表 4-6 不同人際支持網絡之大學生在生命意義及其各向度上之差異情形

		平方和 (Ss)	自由度 (df)	平均平方和 (Ms)	F 值
生命意義總分	組間	17489.761	4	4372.440	8.331*** ^a
	組內	98854.265	341	289.895	
	總和	116344.026	345		
生命目標	組間	2032.211	4	508.053	13.956*** ^a
	組內	7335.399	341	21.511	
	總和	9367.610	345		
生命態度	組間	579.650	4	144.912	8.857***
	組內	3208.108	341	9.408	
	總和	3787.757	345		
生命倫理	組間	240.812	4	60.203	3.579***
	組內	2317.755	341	6.797	
	總和	2558.566	345		

生命信念	組間	49.092	4	12.273	2.545 ^a
	組內	1169.246	341	3.429	
	總和	1218.338	345		
靈性成長	組間	378.413	4	94.603	7.725***
	組內	4175.971	341	12.246	
	總和	4554.384	345		
生命價值	組間	328.984	4	82.246	8.258*** ^a
	組內	2535.331	341	7.7435	
	總和	2864.315	345		
開放接納	組間	288.883	4	72.221	12.078***
	組內	2037.443	341	5.975	
	總和	2326.327	345		
生命熱忱	組間	639.944	4	159.986	8.945***
	組內	6099.282	341	17.886	
	總和	6739.225	345		

註：* $p < .05$ ，** $p < .01$ ，*** $p < .001$

^aANOVA 的 F 統計量以均等平均數的 Brown-Forsythe 統計量代替

據表 4-6，不同「人際支持之網絡」在生命信念 ($F=2.545$, $p>.05$) 未達顯著，但生命意義總分 ($F=15.083$, $p<.001$) 及其他向度均達顯著差異。將生命意義總分進一步進行 Scheffe 事後比較發現，在人際支持之網絡上，「非常好」的生命意義顯著高於其他項目，「好」之生命意義顯著優於「普通」、「不好」及「非常不好」，「普通」高於「不好」，「不好」和「非常不好」間沒有顯著差異。由以上研究結果發現，人際支持網絡越佳其生命意義越佳。

依據表 4-6 之結果，不同「人際支持網絡」在生命意義上有顯著的差異，故支持本研究假設 1-2。

三、不同家庭關係背景因素〈幼年親密關係滿意度、家庭溝通方式、對現有家庭之滿意度〉在生命意義上之差異情形

為驗證假設 1-3，不同家庭關係背景因素〈家庭溝通方式、對現有家庭之滿意度〉在生命意義上之差異情形，首先，進行不同幼年親密關係滿意度在生命意義上之差異分析，以單因子變異數分析考驗其差異情形。先進行變異數同質性考驗發現生命意義總分（Levene=3.301， $p < .05$ ）、生命信念（Levene=7.335， $p < .001$ ）之 Levene 的變異數同質性檢定達顯著，顯示變異數不同質，不符合假設，而在其他向度皆未達顯著，符合變異數同質性假設，可進一步執行單因子變異數分析，茲將結果整理如表 4-7。

表 4-7 不同幼年親密關係滿意度之大學生在生命意義及其各向度上之差異情形

		平方和 (Ss)	自由度 (df)	平均平方和 (Ms)	F 值
生命意義總分	組間	16109.333	4	4027.333	13.701*** ^a
	組內	100234.693	341	293.943	
	總和	116334.026	345		
生命目標	組間	952.741	4	238.185	9.652***
	組內	8414.869	341	24.677	
	總和	9367.610	345		
生命態度	組間	130.071	4	32.518	3.032*
	組內	3657.687	341	10.726	
	總和	3787.757	345		
生命倫理	組間	374.166	4	93.541	14.602***
	組內	2184.401	341	6.406	
	總和	2558.566	345		
生命信念	組間	54.569	4	13.642	3.997** ^a
	組內	1163.769	341	3.413	
	總和	1218.338	345		

靈性成長	組間	282.123	4	70.533	5.630***
	組內	4272.252	341	12.529	
	總和	4554.384	345		
生命價值	組間	285.678	4	71.420	9.445***
	組內	2578.637	341	7.562	
	總和	2865.315	345		
開放接納	組間	173.563	4	43.391	6.873***
	組內	2152.764	341	6.313	
	總和	2326.327	345		
生命熱忱	組間	665.541	4	166.385	9.342***
	組內	6073.685	341	17.811	
	總和	6739.225	345		

註：* $p < .05$ ，** $p < .01$ ，*** $p < .001$

^aANOVA 的 F 統計量以均等平均數的 Brown-Forsythe 統計量代替

根據表 4-7，不同「幼年親密關係滿意度」在生命意義總分 ($F = 9.652, p < .001$) 及其各向度皆達顯著差異，顯示生命意義會因幼年親密關係滿意度的不同而有所不同。因本次收集之樣本選擇「幼年親密關係滿意度」為「非常不滿意」之樣本數過少，因此無法進行事後比較。

接著，考驗不同「家庭溝通方式」在生命意義上有差異存在，首先，進行變異數同質性考驗，發現生命態度 ($Levene = 3.671, p < .01$)、生命信念 ($Levene = 5.333, p < .05$)、生命熱忱 ($Levene = 2.733, p < .05$) 之 Levene 的變異數同質性檢定達顯著，顯示變異數不同質，不符合假設，而在生命意義總分及其他各向度皆未達顯著，符合變異數同質性假設，可進一步執行單因子變異數分析，茲將結果整理如表 4-8。

表 4-8 不同家庭溝通方式之大學生在生命意義及其各向度上之差異情形

		平方和 (Ss)	自由度 (df)	平均平方和 (Ms)	F 值
生命意義總分	組間	13440.960	4	3360.240	11.135***
	組內	102903.066	341	301.769	
	總和	116344.026	345		
生命目標	組間	839.006	4	209.752	8.387***
	組內	8528.604	341	25.011	
	總和	9367.610	345		
生命態度	組間	116.472	4	41.618	3.654** ^a
	組內	3621.286	341	10.620	
	總和	3787.757	345		
生命倫理	組間	329.511	4	82.378	12.602***
	組內	2229.055	341	6.537	
	總和	2558.566	345		
生命信念	組間	114.017	4	28.504	7.575*** ^a
	組內	1104.321	341	3.238	
	總和	1218.338	345		
靈性成長	組間	210.102	4	52.526	4.123**
	組內	4344.282	341	12.740	
	總和	4554.384	345		
生命價值	組間	179.118	4	44.780	5.687***
	組內	2685.197	341	7.874	
	總和	2864.315	345		
開放接納	組間	214.972	4	53.743	8.680***
	組內	2111.355	341	6.192	
	總和	2326.327	345		
生命熱忱	組間	337.437	4	84.359	4.395** ^a
	組內	6401.789	341	18.774	
	總和	6739.225	345		

註：* $p < .05$ ，** $p < .01$ ，*** $p < .001$

^aANOVA 的 F 統計量以均等平均數的 Brown-Forsythe 統計量代替

據表 4-8，不同「家庭溝通方式」($F=11.135, p<.001$) 在生命意義及其各向度均達顯著差異。再進一步進行 Scheffe 事後比較發現，家庭溝通方式為「非常好」之生命意義顯著高於「普通」、「不好」、「非常不好」之生命意義。以上研究結果顯示家庭溝通方式不同，生命意義也不同，且認為家庭溝通方式「非常好」的生命意義顯著高於認為家庭溝通方式「普通」、「不好」及「非常不好」者之生命意義。

接著，進行對現有家庭之滿意度在生命意義上之差異分析，以單因子變異數分析考驗其差異情形。首先，進行變異數同質性考驗，發現生命信念 ($Levene=2.444, p<.05$) 之 Levene 的變異數同質性檢定達顯著，顯示變異數不同質，不符合假設，而在生命意義總分及其他向度皆未達顯著，符合變異數同質性假設，可進一步執行單因子變異數分析，茲將結果整理如表 4-9。

表 4-9 不同對現有家庭滿意度之大學生在生命意義及其各向度上之差異情形

		平方和 (Ss)	自由度 (df)	平均平方和 (Ms)	F 值
生命意義總分	組間	15603.586	4	3900.896	13.204***
	組內	100740.440	341	295.427	
	總和	116344.026	345		
生命目標	組間	957.889	4	239.472	9.710***
	組內	8409.721	341	24.662	
	總和	9367.610	345		
生命態度	組間	198.382	4	49.596	4.712**
	組內	3589.375	341	10.526	
	總和	3787.757	345		
生命倫理	組間	312.175	4	78.044	11.847***
	組內	2246.391	341	6.588	
	總和	2558.566	345		
生命信念	組間	68.367	4	17.092	5.377** ^a
	組內	1149.971	341	3.372	

	總和	1218.338	345		
靈性成長	組間	297.032	4	74.258	5.068**
	組內	4257.352	341	12.485	
	總和	4554.384	345		
生命價值	組間	300.334	4	75.084	9.986***
	組內	2563.981	341	7.519	
	總和	2864.315	345		
開放接納	組間	190.492	4	47.623	7.603***
	組內	2135.835	341	6.263	
	總和	2326.327	345		
生命熱忱	組間	530.650	4	132.663	7.286***
	組內	6208.575	341	18.207	
	總和	6739.225	345		

註：* $p < .05$ ，** $p < .01$ ，*** $p < .001$

^aANOVA 的 F 統計量以均等平均數的 Brown-Forsythe 統計量代替

據表 4-9，不同「對現有家庭之滿意度」($F=13.204$, $p < .001$) 在生命意義及其各向度均達顯著差異。再進一步進行 Scheffe 事後比較發現，「對現有家庭之滿意度」為「非常滿意」之生命意義顯著高於其他項目，依序高於「滿意」、「普通」、「不滿意」「非常不滿意」者之生命意義。根據以上研究結果顯示對現有家庭滿意度越高者，其生命意義也較佳。

根據表 4-7、表 4-8、表 4-9 之研究結果顯示，不同家庭關係因素（幼年親密關係滿意度、家庭溝通關係、對現有家庭之滿意度）在生命意義總分及其各向度皆達顯著差異，因此支持研究假設 1-3。

四、宗教信仰之有無在生命意義上之差異情形

為驗證假設 1-4，宗教信仰因素在生命意義上有差異存在，研究者以獨立樣本 t 檢

定考驗有無宗教信仰在生命意義及其各向度的差異，將結果整理如表 4-10。

表 4-10 有無宗教信仰之大學生在生命意義及其各向度上之差異情形

		個數	平均數	標準差	<i>t</i>
生命意義總分	有	154	144.94	17.436	2.897**
	無	192	139.29	18.743	
生命目標	有	154	24.31	5.115	1.526
	無	192	23.45	5.268	
生命態度	有	154	13.61	3.079	1.356
	無	192	13.13	3.483	
生命倫理	有	154	15.04	2.587	1.693
	無	192	14.54	2.815	
生命信念	有	154	6.35	1.860	.469
	無	192	6.26	1.899	
靈性成長	有	154	23.71	3.308	5.161***
	無	192	21.77	3.661	
生命價值	有	154	20.93	2.796	2.654**
	無	192	20.11	2.905	
開放接納	有	154	14.97	2.536	2.360**
	無	192	14.32	2.615	
生命熱忱	有	154	27.08	4.226	1.998*
	無	192	26.14	4.537	

註：* $p < .05$ ，** $p < .01$ ，*** $p < .001$

根據表 4-10，有無宗教信仰之大學生在生命意義總分 ($t = 2.897$, $p < .01$)、靈性成長 ($t = 5.161$, $p < .001$)、生命價值 ($t = 2.654$, $p < .01$)、開放接納 ($t = 2.360$, $p < .01$)、生命熱忱 ($t = 1.998$, $p < .05$)，皆達顯著差異，有宗教信仰之大學生其生命意義顯著高於未有宗教信仰之大學生。故本分析之結果支持研究假設 1-4。

五、研究結果與討論

根據以上分析結果可知，生命意義在不同「健康狀況」、「經濟狀況」、「人際支持網路」、「對幼年親密關係之滿意度」、「家庭溝通之方式」、「對現有家庭之滿意度」、「有無宗教信仰」上有顯著的差異，而在「性別」、「年級」及「有無重大挫折經驗」上沒有顯著差異。

(一) 個人背景因素在生命意義之差異分析結果討論

1. 性別

在過去的研究中，不同性別的青少年在生命意義感上的表現有顯著差異，顯示女生的生命意義感高於男生。(邱哲宜，2005；李桂仙，2005；許美蓮，2006；陳姿臻，2009；陳慧玉，2010；連博聖，2014；黃惠鈴，2014)。但在江穎盈(2009)的研究發現，大學生之生命意義並不會因為性別的不同而有明顯的差異，與本研究之研究結果相符。因此在位處於成人前期之大學生之生命意義有別於青少年，並不會因為性別不同而有所差異。

2. 年級

王藝容(2011)在研究中發現大學生之生命意義感，會因年級的不同而有顯著差異。此研究結果與本研究之研究結果相符。

1. 健康狀況在生命意義之差異分析結果討論

回顧過去研究，從高齡者(許雅楓，2014；侯冬芬，2004；賴昆宏，2006；邱俐婷，2008；唐存敏，2004；葉美吟)高中生與大學生(邱哲宜，2005；莊易達，2008；童驛煊，2009)都顯示，自覺健康狀況的不同在生命意義上會呈現顯著差異。劉仁貴 2005 的研究亦指出，身體不健康，患有疾病之個體生命意義較低。李盈瑩(2011)的研究更

發現大學生的健康狀況良好者，其生命意義最佳。而在本研究結果中，不同的自覺健康在生命意義的表現上亦會有所不同。

2. 經濟狀況在生命意義之差異分析結果討論

在經濟狀況方面，本研究主要研究對象為大學生，研究結果顯示經濟狀況較佳的大學生，其生命意義也較高。對照過去研究，國中生父母之社經地位不同對生命意義有顯著差異（毛紀如，2003；劉仁貴，2005）；或者國中生家庭經濟狀況未顯示其與生命意義有相關（宋邱蓉，1992）。高齡者的經濟狀況對生命意義有影響（唐存敏，2004；賴昆宏，2006；葉美吟，2007）。顯示經濟狀況之好壞，在國中生、大學生及高齡者之生命意義上都有顯著的影響。

（二）關係因素在生命意義之差異分析結果討論

李盈瑩（2011）針對大學生的研究發現，人際支持網路充分且滿意者之生命意義最佳。而在本研究中亦發現人際支持之網絡越佳，其生命意義越高。

（三）家庭因素在生命意義差異分析結果討論

良好家庭氣氛及不同家庭教養方式亦對生命意義有顯著差異（邱哲宜，2005；連博聖，2014，在本研究之研究結果發現「對幼年親密關係之滿意度」、「家庭溝通之方式」、「對現有家庭之滿意度」之不同在生命意義上有顯著差異，此三項之滿意度越佳，其生命意義也越高，而此研究結果也與李盈瑩（2011）的研究針對大學生生命意義與傷慟因應智能之研究相符。

（四）宗教信仰之有無在生命意義差異分析結果討論

宗教信仰之有無在生命意義上的差異分析結果，在過去研究及本研究中皆有相同的結果。過去研究顯示，有宗教信仰比無宗教信仰之學生具有較高生命意義感（尹美琪，

1988；何郁玲，1999；毛紀如，2003；陳黃秀連，2005），且在江穎盈（2008）的研究中顯示有宗教信仰的大學生其生命意義感較無宗教信仰者高，且信仰越虔誠則生命意義感越高。而本研究之研究結果亦印證此論點，顯示宗教信仰與生命意義之間有密不可分的關係。

第二節 不同背景變項在依附類型上之差異分析

本節主要探討個人背景變項在依附類型上之差異情形，包括個人背景變項包括個人背景因素〈性別、年級、健康狀況、經濟狀況、生命重大挫折經驗之有無〉、關係因素〈人際支持之網路〉、家庭關係背景因素〈幼年親密關係滿意度、家庭溝通之方式、對現有家庭之滿意度〉及宗教信仰之有無，研究者依據受試者的答題情形，以卡方考驗考驗假設二。根據理論及叢集分析之結果，將本研究受試者所呈現之依附類型分為安全依附及其他類型兩類，以下根據上述之分析結果進行說明。

一、不同個人背景因素〈性別、年級、健康狀況、經濟狀況、生命重大挫折經驗之有無〉在依附類型上之差異情形

為驗證假設 2-1，個人背景因素〈性別、年級、健康狀況、經濟狀況、生命重大挫折經驗之有無〉在依附類型上有差異存在，研究者先以卡方考驗考驗不同性別在依附類型的差異，將結果整理如表 4-11。

表 4-11 不同個人背景因素（性別）在依附類型上之差異情形

依附類型	性別	人數	百分比	總合	χ^2
安全依附	男	23	24.0%	22.8%	.096
	女	56	22.4%		
其他依附類型	男	73	76.0%	77.2%	
	女	194	77.6%		

註：* $p < .05$ ，** $p < .01$ ，*** $p < .001$

根據表 4-11，不同性別（ $\chi = .096, p > .05$ ）之大學生在依附類型上未達顯著差異，顯示依附類型並不會因為性別的不同而有所不同。

接著同樣卡方考驗考驗不同個人背景因素〈年級〉其依附類型之差異情形，並將結果整理如表 4-12。

表 4-12 不同個人背景因素（年級）在依附類型上之差異情形

依附類型	年級	人數	百分比	總合	χ^2
安全依附	一年級	21	25.6%	22.8%	16.145**
	二年級	17	20.0%		
	三年級	11	11.5%		
	四年級	25	36.2%		
	留級生	5	35.7%		
其他依附類型	一年級	61	74.4%	77.2%	
	二年級	68	80.0%		
	三年級	85	88.5%		
	四年級	44	63.8%		
	留級生	9	64.3%		

註：* $p < .05$ ，** $p < .01$ ，*** $p < .001$

根據表 4-12，不同年級（ $\chi = 16.145, p < .01$ ）之大學生在依附類型上達顯著差異，依附類型會因年級的不同而有所差異，依據資料顯示，四年級大學生之安全依附比例較其

年級高。

接著同樣卡方考驗考驗不同個人背景因素〈健康狀況〉其依附類型之差異情形，並將結果整理如表 4-13。

表 4-13 不同個人背景因素（健康狀況）在依附類型上之差異情形

依附類型		人數	百分比	總合	χ^2
安全依附	非常好	8	20.0%	22.8%	4.330
	好	36	24.3%		
	普通	28	20.7%		
	不好	6	27.3%		
	非常不好	1	100.0%		
其他依附類型	非常好	32	80.0%	77.2%	
	好	112	75.7%		
	普通	107	79.3%		
	不好	16	72.7%		
	非常不好	0	0%		

註：* $p < .05$ ，** $p < .01$ ，*** $p < .001$

根據表 4-13，不同健康狀況（ $\chi=3.133, p>.05$ ）之大學生在依附類型上未呈現顯著差異，依附類型並不會因健康狀況的不同而有所差異。

接著同樣卡方考驗考驗不同個人背景因素〈經濟狀況〉其依附類型之差異情形，並將結果整理如表 4-14

表 4-14 不同個人背景因素（經濟狀況）在依附類型上之差異情形

依附類型	經濟狀況	人數	百分比	總合	χ^2
安全依附	非常好	1	9.1%	22.8%	5.994
	好	20	22.2%		
	普通	44	22.2%		
	不好	14	34.1%		
	非常不好	0	0%		
其他依附類型	非常好	10	90.9%	77.2%	
	好	70	77.8%		
	普通	154	77.8%		
	不好	27	65.9%		
	非常不好	6	100%		

註：* $p < .05$ ，** $p < .01$ ，*** $p < .001$

根據表 4-14，不同經濟狀況（ $\chi=5.994$, $p>.05$ ）之大學生在依附類型上未達顯著差異，依附類型並不會因經濟狀況的不同而有所差異。

接著，研究者以卡方考驗考驗生命重大挫折經驗之有無在依附類型的差異，將結果整理如表 4-15。

表 4-15 不同個人背景因素（生命重大挫折經驗之有無）在依附類型上之差異情形

依附類型	生命重大 挫折經驗	人數	百分比	總合	χ^2
安全依附	有	50	22.6%	22.8%	2.202
	無	15	30.0%		
	不確定	14	18.7%		
其他依附類型	有	171	77.4%	77.2%	
	無	35	70.0%		
	不確定	61	81.3%		

註：* $p < .05$ ，** $p < .01$ ，*** $p < .001$

根據表 4-15，有無生命重大挫折經驗 ($\chi=2.202, p>.05$) 之大學生在依附類型上未達顯著差異，依附類型並不會因有無生命重大挫折經驗而有所差異。

依據表 4-11、表 4-12、表 4-13、表 4-14、表 4-15 之結果，不同「年級」在依附類型上有顯著的差異，而在「性別」、「健康狀況」、「經濟狀況」及「生命重大挫折經驗之有無」上沒有達到顯著差異，故部分支持本研究假設 2-1。

二、關係因素〈人際支持之網路〉在依附類型上之差異情形

為驗證假設 2-2，關係因素〈人際支持之網路〉在生命意義上之差異情形，在依附類型上有差異存在，研究者先以卡方考驗考驗不同關係因素〈人際支持之網路〉在依附類型的差異，將結果整理如表 4-16。

表 4-16 不同人際支持之網路在依附類型上之差異情形

依附類型	經濟狀況	人數	百分比	總合	χ^2
安全依附	非常好	10	25.0%	22.8%	1.287
	好	29	20.9%		
	普通	32	23.5%		
	不好	7	29.2%		
	非常不好	1	14.3%		
其他依附類型	非常好	30	75.0%	77.2%	
	好	110	79.1%		
	普通	104	76.5%		
	不好	17	70.8%		
	非常不好	6	85.7%		

註：* $p<.05$ ，** $p<.01$ ，*** $p<.001$

根據表 4-16，不同人際支持網路 ($\chi=1.287, p>.05$) 之大學生在依附類型上未達顯著差異，顯示依附類型並不會因為人際支持網路的不同而有所不同，因此不支持本研究

假設 2-2。

三、不同家庭關係背景因素〈幼年親密關係滿意度、家庭溝通方式、對現有家庭之滿意度〉在依附類型上之差異情形

為驗證假設 2-3，不同家庭關係背景因素〈幼年親密關係滿意度、家庭溝通方式、對現有家庭之滿意度〉在依附類型上有差異存在，研究者以卡方考驗考驗不同幼年親密關係滿意度、不同家庭溝通方式、對現有家庭之滿意度在依附類型的差異，將結果整理如表 4-17、表 4-18、表 4-19。

首先，以卡方考驗考驗不同幼年親密關係其依附類型之差異情形，並將結果整理如表 4-17。

表 4-17 不同幼年親密關係滿意度在依附類型上之差異情形

依附類型	幼年親密滿意度	人數	百分比	總合	χ^2
安全依附	非常滿意	8	15.7%	22.8%	3.938
	滿意	30	23.8%		
	普通	27	21.8%		
	不滿意	14	31.8%		
	非常不滿意	0	0%		
其他依附類型	非常滿意	43	84.3%	77.2%	
	滿意	96	76.2%		
	普通	97	78.2%		
	不滿意	30	68.2%		
	非常不滿意	1	100%		

註：* $p < .05$ ，** $p < .01$ ，*** $p < .001$

根據表 4-17，不同幼年親密關係 ($\chi=3.938, p>.05$) 之大學生在依附類型上未達顯

著差異，依附類型並不會因幼年親密關係滿意度得不同而有所差異。

接著，以卡方考驗考驗不同家庭溝通方式其依附類型之差異情形，並將結果整理如表 4-18。

表 4-18 不同家庭關係背景因素〈家庭溝通方式〉在依附類型上之差異情形

依附類型	家庭溝通 方式	人數	百分比	總合	χ^2
安全依附	非常好	15	25.4%	22.8%	10.617*
	好	25	20.8%		
	普通	29	27.4%		
	不好	6	11.1%		
	非常不好	4	57.1%		
其他依附類型	非常好	44	74.6%	77.2%	
	好	95	79.2%		
	普通	77	72.6%		
	不好	48	88.9%		
	非常不好	3	42.9%		

註：* $p < .05$ ，** $p < .01$ ，*** $p < .001$

根據表 4-18，不同家庭溝通方式 ($\chi=10.617, p>.05$) 之大學生在依附類型上呈現顯著差異。其中，選擇「普通」之家庭溝通方式者在安全依附較多。

接著同樣卡方考驗考驗不同家庭關係背景因素〈對現有家庭之滿意度〉其依附類型之差異情形，並將結果整理如表 4-19。

表 4-19 不同家庭關係背景因素〈對現有家庭之滿意度〉在依附類型上之差異情形

依附類型	對現有家庭之滿意度	人數	百分比	總合	χ^2
安全依附	非常滿意	21	26.3%	22.8%	2.288
	滿意	34	24.8%		
	普通	18	19.4%		
	不滿意	5	16.1%		
	非常不滿意	1	20.0%		
其他依附類型	非常滿意	59	73.8%	77.2%	
	滿意	103	75.2%		
	普通	75	80.6%		
	不滿意	26	83.9%		
	非常不滿意	4	80.0%		

註：* $p < .05$ ，** $p < .01$ ，*** $p < .001$

根據表 4-19，不同對現有家庭之滿意度 ($\chi=2.288, p>.05$) 之大學生在依附類型上未達顯著差異，依附類型並不會因對現有家庭之滿意度不同而有所差異。

依據表 4-17、表 4-18、表 4-19 之結果可知不同家庭溝通方式之大學生在依附類型上呈現顯著差異，而在不同幼年親密關係滿意度及不同對現有家庭之滿意度的依附類型並沒有顯著差異，因此部分支持本研究假設 2-3。

四、宗教信仰之有無在依附類型上之差異情形

為驗證假設 2-4，宗教信仰之有無在依附類型上有差異存在，研究者以卡方考驗考驗有無宗教信仰在依附類型上的差異，將結果整理如表 4-21。

表 4-21 不同宗教信仰因素在依附類型上之差異情形

依附類型	生命重大 挫折經驗	人數	百分比	總合	χ^2
安全依附	有	32	20.8%	22.8%	.664
	無	47	24.5%		
其他依附類型	有	122	79.2%	77.2%	
	無	145	75.5%		

註：* $p < .05$ ，** $p < .01$ ，*** $p < .001$

根據表 4-21，宗教信仰之有無 ($\chi = .664, p > .05$) 之大學生在依附類型上未達顯著差異，依附類型並不會因有無宗教信仰而有所差異。

依據表 4-21，宗教信仰因素在依附類型上沒有顯著差異，因此不支持本研究假設 2-4。

五、研究結果與討論

由以上研究結果可知不同「年級」、「家庭溝通方式」在依附類型上有顯著差異，而不同「性別」、「健康狀況」、「經濟狀況」、「人際支持網絡」、「對幼年親密關係之滿意度」、「對現有家庭之滿意度」、「生命重大挫折經驗」、「宗教信仰因素」在依附類型上沒有達到顯著差異。

(一) 個人背景因素在依附類型之差異分析結果討論

1. 性別

依據 Bowlby 所提出的依附理論，依附關係在性別部分並無差異 (楊芳彰, 1997)，且在蔡秀玲和吳麗娟 (1998) 的研究中發現，大學生與父母的依附關係並不會因為性別而有所差異。而在後緒的研究中，不同的依附類型會有性別上的差異，蔡逸珊 (2002) 發現女大學生在拒絕依附上有顯著差異，且男生高於女生；王仲昆 (2004) 發現大學新

生在母親依附上，女大學生的安全依附比例較男學生高，但逃避依附的比例就明顯低許多。在父親依附上，女大學生的安全依附比例仍較高，而逃避依附與焦慮矛盾依附則是男大學生要高一些；王薇甄（2006）發現不同性別的大學生僅在排除依附上有達到顯著差異，男大生多於女大生；而性別在安全依附、焦慮依附與逃避依附則未達顯著差異。邱珮思（2007）指出不同性別的大學生在人際依附風格上有顯著差異，女大學生在逃避依附上得分顯著高於男大學生；男大學生在安全依附分量表得分顯著高於女大學生；在排除與焦慮依附分量表則無顯著差異存在。

以上不同依附類型在性別上差異的研究顯示出了在依附類型研究上的分歧，這也根基於研究出發點的不同而有所不同。在本研究發現大學生之依附類型並不會因為性別的不同而有所不同，這也符合 Bowlby 所提出的依附理論。

2.年級

回顧過去相關研究發現，邱珮思（2007）指出四年級的大學生在安全依附得分高於二年級；三年級的大學生在排除依附的得分顯著高於一、二年級的學生；但不同年級的大學生在逃避依附與焦慮依附則無顯著差異。而孫世維（1997）研究則發現大一新生的依附程度較其他年級高。但也有相反的論點，曾怡雅（2010）、李碧蕙（2006）的研究中顯示，不同年級的大學生在父母依附或者同儕依附上沒有差異性。但本研究結果發現，不同年級之依附類型有顯著差異，四年級或碩士班以上之學生安全依附比例較高。

（二）家庭因素在依附類型上之差異分析結果討論

黃靜宜（2008）在青少年依附關係、父母教養方式與其異性交往態度之關係研究中則發現，家庭社經地位愈高，青少年與父母「信任」、「溝通」的程度及整體依附品質愈好。而此研究結果也部份符合本研究之研究發現，家庭之溝通方式在依附類型上有顯著

差異。

（三）關係因素在依附類型上之差異分析結果討論

蘇逸珊（2002）針對大學生的研究顯示，安全依附較高者，其情緒智力較高，相對也有較好的人際關係；焦慮依附較高者，在同儕及親密關係友誼上能維持良好關係；排除依附較高者，有較高的認識自身情緒的能力；逃避依附較高者，較難獲得親密友誼。但此研究結果發現大學生在依附類型上未達顯著差異，顯示依附類型並不會因為人際支持網絡的不同而有所不同。

（四）宗教信仰之有無在依附類型上之差異分析結果討論

白嘉玲（2010）針對不同背景變項的單身成人依附風格、宗教認同態度和人際親密能力之關係的研究中發現，單身成人不同依附風格和宗教認同態度之間有顯著關聯。但本研究中之大學生和成人不同，宗教信仰之有無並不會有依附類型上之差異。

第三節 不同依附類型在生命意義上之差異分析

本節主要探討不同依附類型在生命意義上之差異情形，依附類型共分為安全依附、逃避依附、焦慮依附、排除依附，研究者依據受試者的答題情形，根據理論及叢集分析之結果，將本研究受試者所呈現之依附類型分為安全依附及其他類型兩類，並以獨立樣本 t 檢定考驗假設六，以下根據上述之分析結果進行說明。

一、不同依附類型在生命意義上之差異分析

為驗證假設三，根據叢集分析之結果將本次研究樣本之依附類型分為安全依附及不安全依附兩類。為考驗不同依附類型在生命意義上有差異存在，研究者先以獨立樣本 t 檢定考驗不同依附類型在生命意義的差異，將結果整理如表 4-27。

表 4-22 不同依附類型之大學生在生命意義及其各向度上之差異情形

		個數	平均數	標準差	<i>t</i>
生命意義總分	安全	79	145.23	17.211	1.974*
	其他	267	140.79	18.601	
生命目標	安全	79	24.77	4.862	1.910
	其他	267	23.56	5.286	
生命態度	安全	79	13.43	3.284	.274
	其他	267	13.31	3.328	
生命倫理	安全	79	15.38	2.300	2.306*
	其他	267	14.58	2.814	
生命信念	安全	79	6.53	1.775	1.311
	其他	267	6.23	1.907	
靈性成長	安全	79	22.80	3.621	.459
	其他	267	22.58	3.642	
生命價值	安全	79	20.70	2.879	.770
	其他	267	20.41	2.884	
開放接納	安全	79	14.97	2.860	1.326
	其他	267	14.50	2.509	
生命熱忱	安全	79	27.47	4.104	2.190*
	其他	267	26.29	4.481	

註：* $p < .05$ ，** $p < .01$ ，*** $p < .001$

根據表 4-22，不同依附類型之大學生在生命意義總分 ($t=1.974, p<.05$)、生命倫理 ($t=2.306, p<.05$)、生命熱忱 ($t=2.190, p<.05$) 上達顯著差異。就平均數而言，在生命意義總分上，安全依附 ($M=145.23$) 高於其他依附類型 ($M=140.79$)；在生命倫理上，安全依附 ($M=15.38$) 高於其他依附類型 ($M=14.58$)；在生命熱忱上，安全依附 ($M=27.47$) 高於其他依附類型 ($M=26.29$)。根據以上研究結果顯示，不同依附類型之大學生在生命意義上有所差異，安全依附之生命意義高於其他依附類型。

E. Bodner, Y.S. Bergman, S. Cohen-Fridel (2013) 等之研究直接將依附類型與生命意

義（MIL、PML）進行相關研究，以年輕成人（20-30）、中年成人（31-49）、初老成人（50-65）這三個年齡層為主。安全依附比起不安全依附的個體顯示有較高的存在意義與較少的生命意義追尋；逃避型依附則表現比其他依附類型有更高的生命意義追尋分數，然而安全依附的初老女性、在生命意義上則有較高的分數。此與本研究之研究結果部分相符，相同的是，依附類型的不同的確在生命意義或是生命意義的內在向度上有顯著的差異，且安全依附之生命意義（或內在向度）高於其他的依附類型。



第五章 結論與建議

本研究旨在探討大學生背景變項、人際依附風格與生命意義之間的關係。經蒐集國內外相關文獻，加以整理、歸納，作為研究架構的基礎，並使用兩份問卷，分別為「人際依附風格量表」與「全人生命意義量表」進行研究，運用立意抽樣的方式，蒐集 346 份樣本以 SPSS for window 22.0 進行統計、分析，並予以討論，經統整本研究結果，並據此提出研究結論及具體可行之建議。第一節撰寫研究結論，第二節根據研究結論提出建議，提供相關領域之研究與實務人員作為參考，並說明相關研究限制。

第一節 研究結論

本章依據統計分析之結果，彙整為本研究研究結論如下。

一、生命意義在不同背景變項上，大部分達顯著差異

1. 大學生的生命意義不會因性別及年級的不同而有所不同。
2. 生命意義會因健康狀況及經濟狀況的不同而有不同的表現。
3. 人際支持網絡越佳其生命意義越佳。
4. 生命意義會因幼年親密關係滿意度的不同而有所不同。
5. 家庭溝通方式不同，生命意義也不同。
6. 對現有家庭滿意度越高者，其生命意義也較佳。
7. 有宗教信仰之大學生，其生命意義顯著高於未有宗教信仰之大學生。

二、不同背景變項在依附類型上之差異分析

1. 四年級大學生之安全依附比例較其他年級為高，達顯著性。
2. 家庭溝通方式普通（不好不壞）的大學生，安全依附比例較高。

3. 不同「性別」、「健康狀況」、「經濟狀況」、「人際支持網絡」、「對幼年親密關係之滿意度」、「對現有家庭之滿意度」、「生命重大挫折經驗」、「宗教信仰因素」者，在依附類型上沒有達到顯著差異。

三、不同依附類型在生命意義上之差異分析

安全依附之大學生在生命意義、生命倫理上及生命熱忱上均顯著高於其他依附類型。

第二節 未來研究建議與研究限制

根據以上研究結果，研究者提出具體可行之建議供相關領域研究者與實務工作者參考，並說明本次研究之限制。

一、未來研究建議

本研究旨在探討大學生之依附關係與生命意義之相關，而研究顯示，安全依附者比起不安全依附者在生命意義、生命倫理及生命熱忱上有達顯著差異，據此提出建議如下。

1.生命倫理

生命倫理在過去做為儒家修身齊家治國的基礎，然而時代變遷，在現代民主自由的法則之下，過往的人倫分際似乎漸漸式微。但實則不然，若以現代眼光來看，倫理其實只是助人與利他的能力，如何培養對自己及他人的利益都能平等看重，並且擁有接受挫折的能力，便是目前生命教育的具體方向。台灣的通識教育系統，以筆者於校園工作之經驗，亦正在協助青少年增加生命倫理之概念，使之成為更具體化的現代倫理守則。

2.生命熱忱

生命熱忱是對自己與對他人都能有愛，且能積極溫暖的面對生命挑戰。這樣的人能夠在危機中看見轉機，這亦是安全依附者所擁有的特質之一。

欲增加青少年所謂助人與利他能力，並且增強積極面對挑戰之特質，有以下建議：

- (1) 強化志工學習制度：若以協助不安全依附者提昇其生命意義為目標，可在大學通識教育中，規劃以學生為本位之生命教育課程與志工服務，以強化實作、互動等經驗式學習圈之運作，來達到學生「人人是志工、你長我短」主動參與學習之目標。並在志工學習的經驗當中學習不同的人際經驗，經由專業輔導人員之引導，達到透過現有成功經驗來改變過去因失敗經驗而挫折的心智之目的與成效。
- (2) 改變課程教學：翻轉教育是目前較多討論的一種教育模式，實際上已是在幫助學生落實其知識性學習與理念之分享，並能因人際互動而達到加強效果。透過同儕互動的辯論反思，可產生學習的加成效果。再者冒險教育的部份，更可鼓勵學生自主設計與規劃課程，在玩樂式學習中達到合作與溝通，增進人際網絡連結，使學習者本身亦成為教育者的一部分。
- (3) 增加社區服務學分：台灣偏鄉與城市之間的落差極大，但不應只有社經地位或學業落差，應也有其他部分是城市兒童可向偏鄉孩童學習的部份。產學合作的社區服務能帶來觀念的轉變與青少年的自我成長，除加強社會正義之落實外，也能達到互助與助人能力增強之期望。
- (4) 落實產學接軌：現代學生經常在畢業季節茫然失措，並覺所學與業界之需求大有不同而感到對生涯和生命之苦惱。而大學端不論一般大學或技職大學，若能確實執行技職教育之優點，以一半課堂一半實作之參觀、訪視及業界實習之操作模式，並訂出具體的產學合作課程方案，截過去學徒制之長，補現在理論偏

重之短，使學生在面臨生涯選擇時，能因有實務經驗而有更多選擇去實踐生命意義之方向，不致於陷入求學或就業上的茫然失措。

- (5) 學輔專業輔助：大學生新生優篩後，除輔導股長等同儕相助外，學輔單位應可開設更多相關之生涯團體來協助學生增強其自我生命意義感及自我認同感。

總結來說，本研究發現學校教育最重要的問題還是增加大學生的安全依附感——又因為其來源最主要是人際支持網路（15%），當急之務便是利用學校的環境、課程及活動設計，來增進大學生在學習與生活上的意義感。課程部分主要以志工學習制度、技職實務體驗及社區服務為主，盼能幫助學生將助人與自助兩概念有所連結，進而發現助人即是助己。而行政部分則為產學接軌及學輔單位專業化，此部份僅能寄望於學校及教育部之整體規劃，結合教育部每三年更新一次的整體生命教育規劃，來達到完善大學教育學術本位系統中，對於人文關懷有所不足之部分。

本研究誠摯盼望透過上述各種新價值觀之激盪與統整，能協助大學生對於生命倫理之實踐與生命熱忱之踏實，並且能夠與周遭的世界更多的無縫接軌，以提昇徬徨少年之大學生對於生命的重新定義。

二、研究限制

1. 受限於研究經費及時間，本研究樣本採取立意而非非隨機抽樣，導致在結果之推論上亦有所限制。因此筆者建議日後若有相關研究，可擴及全國性檢測，以求更多樣本進行分析，並可放入生涯相關之概念輔助大學生之生命意義探討。
2. 樣本數目受上述條件之限制。導致某些項目分析無法更深入比較，是為限制。
3. 日後研究在分析上應可再增加質性訪談之個案探討，以豐厚本探討之目標。

參考文獻

中文文獻

王慶福、林幸台、張德榮（1997）。人際依附風格、性別角色取向與人際親密能力之評量。測驗年刊，44（2），63-78。

王慶福、王郁茗（2010）。台灣當今的依附研究：系統性回顧與後設分析。論文發表於第二屆國際心理治療研究學會台灣分會（TWSPR）國際學術研討會，南投縣。

王慶福（1995）。大學生愛情關係徑路模式之分析研究。國立彰化師範大學輔導學系博士論文，彰化縣。

王仲匡（2004）。大學新生依附關係與生活適應之相關研究。暨南國際大學輔導與諮商研究所碩士論文，南投縣。

王薇甄（2006）。父母教養方式、個人依附風格與大學生網路成癮關係之研究—以中部地區大專校院為例。國立彰化師範大學商業教育學系碩士論文，彰化縣。

王藝容（2011）。大學生的自我概念、生命意義感與人際關係之研究。國立臺北教育大學生命教育與健康促進研究所碩士論文，台北市。

王錦慧、何蘊琪（2004）。迷「網」中的傾聽：網咖少年網路使用情形與輔導成效分析。慈濟大學教育研究學刊，1，193-230。

文榮光（2005）。關係取向心理治療。臺灣精神醫學，19（2），100-109。

尤瑾、郭永玉（2008）。依戀的內部工作模型。南京師範大學學報（社會科學版），1，98-104。

毛紀如（2002）。完整家庭國中生與單親家庭國中生生命意義之比較分析。南華大學生

死學研究所碩士論文，嘉義縣。

尹美琪（1988）。大學生宗教信仰與人生意義感、心理需求及心理健康關係之研究。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文，台北市。

白嘉玲（2010）。不同背景變項的單身成人依附風格、宗教認同態度和人際親密能力之關係研究。臺灣師範大學教育心理與輔導學研究所碩士論文，台北市。

朱伊文（2007）。國小高年級學生依附關係、人際關係與生命意義感相關之研究。南華大學生死學研究所碩士論文，嘉義縣。

江慧鈺（2001）。國中生生命意義之探討：比較分析與詮釋研究。慈濟大學教育研究所碩士論文，花蓮縣。

江穎盈（2008）。大學生的生活壓力、社會支持與生命意義之研究。國立政治大學教育研究所碩士論文，臺北市。

何長珠、李盈瑩、王枝燦（2014）。大學生傷慟因應智能量表之應用研究。*生死學研究*，16，35-75

何長珠（1981）。*職業輔導論文彙編*。台北：大洋出版社。

何長珠、林原賢（2013）。*諮商與心理治療-理論與實務*。台北：五南。

何長珠（2008）。悲傷影響因素之初探研究。*生死學研究*，7，139-192。

何長珠、程鵬、王珮云（2007）。影響悲傷因應能力相關因素之研究。*南華大學生死學系畢業專題*，嘉義縣。

何英奇（1990）。生命態度剖面圖之編制：信度與效度之研究。*師大學報*，35，71-94。

何英奇（1987）。大學生生命意義感及其相關：意義治療法基本概念之實徵研究。*教育心理學報*，20，87-106。

何英奇(1997)。大專學生之生命意義感及其相關：意義治療法基本概念之實徵性研究。

教育心理學報，20，87-106。

何仁富(2017)。生命的自我敞現與人生意義的建構—基於儒家生命觀的生命教育哲學。

2017 國際生命教育高峰論壇及第十三屆現代生死學理論建構學術研討會，嘉義縣。

何郁玲(1999)。中小學教師職業倦怠教師效能感與生命意義感關係之研究。彰化師範大學教育研究所碩士論文，彰化縣。

余金玲(2005)。大學生依附連續性與憂鬱傾向、問題解決能力之相關研究。國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系碩士論文，台北市。

宋秋蓉(1992)。青少年生命意義感之研究。彰化師範大學輔導研究所碩士論文，彰化縣。

余德慧(1998)。生命史學，台北：張老師。

李亦園(1999)。宇宙觀、信仰與民間文化。臺北縣：稻香出版社。

李盈瑩(2011)。大學生生命意義與傷慟因應智能之研究。國立嘉義大學輔導與諮商學系研究所碩士論文，嘉義縣。

李桂仙(2006)。高雄市高職學生生命意義感、憂鬱情緒與自殺傾向關係之研究。國立高雄師範大學教育學研究所碩士論文，高雄市。

邱哲宜(2005)。青少年生命意義感、死亡態度與自我傷害關係的研究。國立臺灣師範大學衛生教育學系碩士論文，台北市。

邱俐婷(2008)。高齡者參與宗教活動與生命意義感關係之研究-以竹苗地區佛教徒為例。玄奘大學教育人力資源與發展學系碩士論文，新竹市。

邱珮思(2007)。大學生依附風格、心理分離-個體化、共依附特質與情緒勒索行為之相關研究。國立暨南國際大學輔導與諮商研究所碩士論文，南投縣。

吳文淑（2010）。台灣醫護人員死亡態度與生命意義之相關研究。南華大學生死學研究所碩士論文，嘉義縣。

吳佩瑩（2012）。青少年期經歷災難事件者的生命意義之敘事研究。國立彰化師範大學輔導與諮商學系碩士論文，彰化縣。

吳和堂（2014）。教師生命意義感量表之發展。教育理論與實踐學刊，29，91-122。

胡湘萍（2009）。大學生依附關係、生涯自我效能對生涯決定的影響。國立台中教育大學諮商與應用心理學系碩士論文，台中市。

吳秀碧、賀孝銘、羅崇誠（2002）。大學生生命意義觀之探討全人發展取向之輔導與諮商專業人力培育之模式探討。教育部專案計畫（H141）。彰化縣：國立彰化師範大學輔導與諮商學系。

吳淑華（2006）。青少年生命意義感之研究。國立嘉義大學家庭教育研究所碩士論文，嘉義縣。

侯冬芬（2004）。雲嘉地區資深榮民生命意義感、死亡態度與生活品質之相關性探討。南華大學生死學研究所碩士論文，嘉義縣。

洪櫻瑜（1998）。內在運作模式對日常互動的影響。國立台灣大學心理研究所碩士論文，台北市。

孫效智（2009）。台灣生命教育的挑戰與願景，課程與教學季刊，1-26。

孫世維（1994）。青少年與父母的情感關係：依附的性質與重要性。中興法商學報，（29），257-304。

姜秀惠（2010）。青少年經歷失落事件的因應行為與生命意義之相關研究—以台中縣市高中職學生為例。南華大學生死學研究所碩士論文，嘉義縣。

徐孟弘(2006)。宗教信仰影響教師生活的敘述研究。國立台南大學教育經營與管理研究所博士論文，台南市。

高岫君(2007)。大學生親子依附、自主發展與生活適應之相關研究—以輔仁大學為例。輔仁大學兒童與家庭學系碩士班論文，台北市。

翁韶徽(2008)。大學生父母依附、生涯決策型態與生涯決策自我效能之相關研究。輔仁大學兒童與家庭學系碩士班，未出版，台北。

唐存敏(2004)。高齡者參與教會活動與生命意義感關係之研究。國立中正大學成人及繼續教育所碩士論文，未出版，嘉義市。

梁寅鈞(2010)。臺灣血液透析患者對死亡態度及生命意義之探討。未出版之碩士論文，南華大學生死學系研究所，嘉義。

夏嫩婷(2008)大學生依附風格與創造力情意之研究。

許雅楓(2014)。老人依附傾向、依附對象、生命意義和憂鬱之關係研究(未出版碩士論文)。屏東教育大學，屏東縣。

許美蓮(2006)。高雄縣高中生情緒智力、生命意義感與問題解決態度之關係研究(未出版之碩士論文)。國立高雄師範大學，高雄市。

陳慧玉(2010)。高雄市國中學生正向心理、同儕關係及生命意義感之相關研究(未出版之碩士論文)。國立高雄師範大學，高雄市。

陳黃秀蓮(2005)。技職校院學生生活壓力、生命意義與自殺意念之研究。未出版之碩士論文，國立高雄師範大學輔導與諮商研究所，高雄。

陳姿臻(2009)。屏東地區國中學生生命壓力主觀感受與自我生命意義感受之相關研究(未出版之碩士論文)。國立屏東科技大學，屏東縣。

- 連博聖(2014)。高雄市國中生父母管教方式與意義感之相關研究(未出版之碩士論文)。
國立高雄師範大學，高雄市。
- 陸洛(2003)。人我關係之界定：折衷自我的現身。本土心理學研究，29，39-207。
- 曾怡雅(2010)。大學生分離個體化、父母依附、及生涯自我認同狀態之相關研究。國立交通大學教育研究所碩士論文，新竹市。
- 張秋蘭(2000)。青少年依附關係、自我尊重與身心健康之相關研究。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文，台北市。
- 張金敦(2008)。實施「生命意義感」課程方案對提昇青少年的生命意義感、學習動機與學習成效之探討。國立雲林科技大學技術及職業教育研究所碩士論文，雲林縣。
- 童驛煊(2009)。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。高雄師範大學教育研究所碩士論文，高雄市。
- 程威銓(2012)。重新擁抱安全感：近年成人依戀的研究趨勢【部落格文字資料】。取自：
<https://pansci.asia/archives/17683>
- 黃淑滿、周麗端、葉明芬(2008)。依附與其相關因素之後設分析－台灣近二十年文獻的研究。教育心理學報，40，39-62。
- 黃靜宜(2008)。青少年依附關係、父母教養方式與其異性交往態度之關係。國立台灣師範大學家政教育研究所碩士論文，臺北市。
- 黃暉純(2012)。台灣南部地區高職學生自我概念、同儕關係與生命意義感相關研究。國立高雄師範大學教育研究所碩士論文，高雄市。
- 黃惠鈴(2014)。國中生生命意義感、情緒智力與生活適應之相關研究。國立新竹教育大學教育心理與諮商碩士學位班在職進修專班碩士論文，新竹市。
- 黃碧慧(2002)。大學生依附風格、愛情關係中之壓力事件困擾與因應策略之關係研究。

- 國立臺灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文，未出版。
- 黃凱倫、蘇建文(1994)。幼兒與母親依附關係及其社會行為之研究。*家政教育*，12(5)，65-72。
- 楊事娥(2010)。國民中學教師生命意義與悲傷因應智能之相關研究－以台灣中部四縣市為例。南華大學生死學研究所碩士論文，嘉義縣。
- 莊易達(2008)。佛光大學學生幸福感、死亡態度、生命意義感及其相關因素之研究。國立臺灣師範大學健康促進與衛生教育學系碩士論文，台北市。
- 詹棟樑(2004)：生命教育。台北：師大書院。
- 葉美吟(2007)。嘉義市高齡者參與學習活動與生命意義感之相關研究。國立中正大學高齡者教育研究所碩士論文，嘉義縣。
- 劉仁貴(2005)。雲林縣國中生生活壓力、生命意義與憂鬱傾向相關之研究。國立雲林科技大學技術及職業教育研究所碩士班碩士論文，雲林縣。
- 蔡秀玲(1997)。大學男女學生依附關係、個體化與適應之相關研究。國立臺灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文，台北市。
- 蔡秀玲、吳麗娟(1998)。不同性別大學生的依附關係、個體化與適應之關係。*教育心理學報*，30(1)，73-90。
- 盧威承(2008)。資訊相關從業人員之宗教信仰強度對生命意義、感激與寬恕之影響，國立中央大學資訊管理研究所碩士論文，桃園市。
- 賴品仔(2010)。原鄉地區國小教師的生命意義與工作壓力。南華大學生死學研究所碩士論文，嘉義縣。
- 賴昆宏(2006)。社會支持、孤寂感與休閒活動參與對老人生命意義影響之研究－以台中地區長青學苑為例。朝陽科技大學休閒事業管理系碩士班碩士論文，台中市。

戴玉婷（2010）。國中學生全人生命意義量表之建構研究。南華大學生死學研究所碩士論文，嘉義縣。

簡月珠（2010）。退休老人悲傷因應智能與生命意義之相關研究—以臺北市公立國小退休教師為例。南華大學生死學系研究所碩士論文，嘉義縣。

羅立人（1998）。大學生的依附風格與寂寞感之相關研究。國立彰化師範大學輔導系碩士論文，彰化縣。

蘇逸珊（2001）。大學生依附風格、情緒智力與人際關係之相關研究。國立屏東教育心理與輔導學系碩士論文，屏東縣。

英文文獻

Ainsworth, M.D.s, Blehar, M.C., Waters, E. & Wall. S. (1978) . Patterns of attachment : Observation in the strange situation and at home. Hillsdale, N.J. : Erlbaum.

Armsden, G. C. & Greenberg, M. T. (1987). The Inventory of parent and peer Attachment: Individual differences and their relationship to psychological well being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 16(5), 427-454.

Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. In J. A. Simpson, & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationship* (pp.46-76). NY: The Guilford Press.

Bartholomew, K.,Horowitz, L. M.(1991).Attachment styles among young adults: A test of a four-category model.*Journal of Personality and Social Psychology*,61(2),226-244.

Crumbaugh, J. C. & Maholick, L. T. (1964). An experimental study in existentialism: The

- psychometric approach to Frankl's concept of noogenic neurosis. *Journal of Clinical Psychology*, 20(2), 200-207.
- Crumbaugh, J. C. (1977). The seeking of Noetic Goals Test (SONG): A complementary scale to the Purpose in Life Test (PIL). *Journal of Clinical Psychology*, 33, 900–907.
- Collins, N. L., & Read, S. J. (1994). Cognitive representations of attachment: The structure and function of working models. In Bartholomew K, Perlman D (Eds.) *Attachment Processes in Adulthood* (pp. 53-92). Jessica Kingsley, London.
- Cassidy, J., & Shaver, P. R. (2008). *Handbook of attachment: Theory, research and clinical applications*, 2nd edn. New York Guilford, Press.
- Claudia, Q. M. & Huebner, E. S. (2008). Attachment relationships and adolescents' life satisfaction: some relationships matter more to girls than boys. *Psychology in the schools*, 45(2), 177-190.
- Dykas, M. J., & Cassidy, J. (2011). Attachment and the processing of social information across the life span: theory and evidence. *Psychological Bulletin*, 137(1), 19-46.
- Erikson, E. H. (1963). Eight Ages of Man. In E. H. Erikson (Ed.). *Childhood and Society* (2nd ed.). New York: Norton, 247-274.
- Ein-Dor, T., Mikulincer, M., Doron, G., Shaver, P. R. (2010). The Attachment Paradox: How Can So Many of Us (the Insecure Ones) Have No Adaptive Advantages? Perspectives on *Psychological Science*, 5(2), 123-141. doi: 10.1177/1745691610362349
- E. Bodner, Y.S. Bergman, S. Cohen-Fridel (2013). *Do Attachment Styles Affect the Presence and Search for Meaning of Life?* Springer Science+Business Dordrecht

- Frankl's concept of noogenic neurosis. *Journal of Clinical Psychology*, 20, 200-207.
- Frankl, V. E. (1959). *Man's search for meaning*. Boston, MA: Beacon Press.
- Frankl, V. E. (1963). *Man's search for meaning*. New York: Washington Square.
- Frankl, V. E. (1967). *Psychotherapy and existentialism: selected papers on logotherapy*.
- Fabry, J. (1980). Use of the transpersonal in logotherapy. In S. Boorstein (Ed.), *Transpersonal Psychology*. Palo Alto, CA: Science and Behavior Books.
- Frankl, V. E. (1986). *The doctor and the soul: From psychotherapy to logotherapy*. New York: Alfred A. Knopf.
- Frankl, V. E. (1991). *生存的理由—與心靈對話的意義治療學* (游恆山譯)。台北：遠流。(原著出版於1967年)。
- George, C., Kaplan, N., & Main, M. (1985). *An Adult Attachment Interview: Interview protocol*. Unpublished manuscript, Department of Psychology, University of California, Berkeley.
- Greenberg, J., Pyszczynski, T., & Solomon, S. (1986). The causes and consequences of a need for self-esteem: A terror management theory. In R. F. Baumeister (Ed.), *Public Self and Private Self* (pp. 189-212). New York: Springer-Verlag.
- Griffin, D. W., & Bartholomew, K. (1994). The metaphysics of measurement: The case of adult attachment. *Adv. Pers. Relat.* 5: 269-308.
- Granqvist, P., Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2010). Religion as attachment: Normative processes and individual differences, *Personality and Social Psychology Review*, 14(1), 49-59.
- Hablas, R., & Hutzell, R. (1980). *The Life Purpose Questionnaire: An alternative to the*

- Purpose in Life test for geriatric, neuropsychiatric patients, In S. A. Wawrytko (Ed.), Hazan, C., Shaver, P. (1987). Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511-524.
- Kenny, M. E. (1987). The extent and function of parental attachment among first-year college students. *Journal of youth and Adolescence*, 16(1), 17-29.
- Kirkpatrick, L. A., & Davis, K. E. (1994). Attachment style, gender, and relationship stability: A longitudinal analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 502-512.
- May, R. (1953). *Man's search for himself*. New York : Norton.
- Mikulincer, M. , Florian, V., & Tolmacz, R. (1990). "Attachment styles and fear of personal death: A case study of affect regulation," *Journal of Personality & Social Psychology* 58, 273-280.
- Mikulincer, M., Gillath, O., & Shaver, P. R. (2002). Activation of the attachment system in adulthood: threat-related primes increase the accessibility of mental representations of attachment figures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83(4), 881-895.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: structure, dynamics, and change*. New York: Guilford.
- Mallinckrodt, B., Daly, K., & Wang, C.-C. D. C. (2009), An attachment approach to adult psychotherapy, In J. H. Obegi & E. Berant (Eds.), *Attachment theory and research in clinical work with adults*, pp.234-268, New York, NY: The Guilford Press.
- Moon, B. L. (2011). *以畫為鏡：存在藝術治療*（丁凡譯）。台北：張老師。（原著 出版於 2009）
- Pargament, K. I. (2002). The bitter and the sweet: An evaluation of the costs and benefits of

- religiousness. *Psychological Inquiry*, 13, 168–181.
- Rogers, C. (1990)。成為一個人：一個治療者對治療的觀點（宋文里譯）。台北：桂冠。（原著出版於 1961 年）。
- Reker, G. T., & Peacock, E. J. (1981), The Life Attitude Profile (LAP): A multidimensional instrument for assessing attitudes toward life, *Canadian Journal of Behavioral Science*, 13(), 264-273.
- Reker, G. T., & Wong. P. T. P. (1988). Aging as an individual process: Toward a theory of personal meaning. In J. E. Birren & V. L. Bengston (Eds.), *Emergent theories of aging* (pp. 214–246). New York: Springer
- Reker, G. T. (1997). Personal meaning, optimism, and choice: Existential predictors of depression in community and institutional elderly. *The Gerontologist*, 37(6), 709–716.
- R. Chris. Fraley, (2010) *A Brief Overview of Adult Attachment Theory and Research*. University of Illinois.
- Shek, D. T. L. (1988). Reliability and factorial structure of the Chinese version of the purpose in life questionnaire. *Journal of Clinical Psychology*, 44, 384-392. doi:10.1002/1097-4679(198805)44:33.0.CO; 2-1
- Shaver P R, Collins N L, Clark C L (1996) Attachment styles and internal working models of self and relationship partners. In G. J. O. Fletcher & J. Fitness (Eds.), *Knowledge Structures in Close Relationships: A Social Psychological Approach*. (pp. 25-61). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Schmitt, D. P., Alcalay, L., Allensworth, M., Allik, J., Ault, L., Austers, L., et al (2004). Patterns and universals of adult romantic attachment across 62 cultural regions: Are

models of self and of other pancultural constructs? *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 35, 367-402.

Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 80–93.

Stroebe, M.S., Schut, H. A. W., & Boerner, K. (2010). Continuing bonds in adaptation to bereavement: Toward theoretical integration. *Clinical Psychology Review*, 30, 259–268.

Weenolsen, P. (1988). *Transcendence of loss over the life span*. New York: Hemisphere Publishing Corporation.

Weick (1995). *Sensemaking in Organizations* (Thousand Oaks, CA: Sage Publications).

Jon G. Allen (Spring 2012). *Psychiatry* 75(1). Commentary on Harry Stack Sullivan “Conceptions of Modern Psychiatry”

Wong, P. T. P. (1998). Implicit theories of meaningful life and the development of the Personal Meaning Profile. In P. T. P. Wong & P. S. Fry (Eds.), *The human quest for meaning: A handbook of psychological research and clinical application* (pp. 111-140). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum..

Worden, J. W. (2004). 悲傷輔導與悲傷治療：心理衛生實務工作者手冊（李開敏、林方皓、張玉仕、葛書倫譯）。台北：心理。（原著出版於 2001）

Wong, W. H. (2008). Meaningfulness and identities. *Ethical Theory and Moral Practice*, 11(2), 123-148.

Yalom, I. (1980). Existential psychotherapy. New York: Basic Books.

Yalom, I . D. (1980). Existential psychotherapy. New York : Basic Books .

Yalom, I. D. (2003)。存在心理治療（易之新譯）。台北：張老師。（原著出版於 1980 年）。

附錄

附錄一、研究問卷

生命意義與依附關係之研究

親愛的同學你好：

本研究欲探討「大學生的生命意義與依附關係之研究」，希望藉由此問卷調查，來進行分析研究，透過您的回答，能進一步幫助我們了解兩者之間是否存在正向關係。

以下將有三個部分請您填答，第一部分為基本資料，第二部分為生命意義量表，第三部分為人際依附風格量表，並請依照指示進行分數統計，非常感謝您的填寫！

南華大學 生死所二年級

研究生 何家宜

第一部分：個人基本資料

1. 年級：一年級 二年級 三年級 四年級 五年級 其他
2. 科系：文史哲 心理、社會、教育 理工 傳播 藝術、設計 法商 醫衛 其他
3. 性別：男 女 其他
4. 所在地區：北部 中部 南部 東部及離島
5. 健康狀況：良好 一般 差
6. 經濟狀況：良好 一般 差
7. 幼年親密關係滿意度：良好 一般 差
8. 家庭溝通方式：良好 一般 差
9. 對現有家庭之滿意度：良好 一般 差
10. 人際支持網絡：良好 一般 差

11. 有無生命重要挫折經驗：有 無 不確定

第二部分：全人生命意義量表（何長珠等，100.11.01）

1/姓名_____2/性別：男/女 3/年齡：_____

	非常不同意					非常同意				
1. 我常心懷感恩過每一天。	1	2	3	4	5					
2. 我覺得苦難能讓我更了解生命的意義與價值。	1	2	3	4	5					
3. 我覺得有意義的人生，比幸福的人生更重要。	1	2	3	4	5					
4. 如果今天我就要死了，我會覺得不虛此生。	1	2	3	4	5					
5. 在生活中追求心靈成長是理想的人生。	1	2	3	4	5					
6. 生命的意義取決於個人自我實現的程度。	1	2	3	4	5					
7. 我相信凡事有因必有果。	1	2	3	4	5					
8. 我相信人的本性是良善的。	1	2	3	4	5					
9. 我認為宗教信仰，有助於心靈之成長。	1	2	3	4	5					
10. 我認為人生無常所以要積極向上。	1	2	3	4	5					
11. 我認為自己能夠正向看待死亡。	1	2	3	4	5					
12. 我認為從事有益於心靈平靜之活動，有助於快樂及幸福感之獲得	1	2	3	4	5					
13. 我認為自己是個有價值的人。	1	2	3	4	5					
14. 我不明白自己為什麼要活著。	1	2	3	4	5					
15. 在達成個人目標上，我能設定清楚的計畫和步驟。	1	2	3	4	5					
16. 我很清楚我人生的目標。	1	2	3	4	5					
17. 生命最終極的意義，就是生而無悔、死而無憾。	1	2	3	4	5					
18. 我容易有負面情緒。	1	2	3	4	5					
19. 我習慣以逃避來解決問題。	1	2	3	4	5					
20. 只要我肯努力就可以發揮我的潛能。	1	2	3	4	5					
21. 我肯定社會中默默行善的小人物。	1	2	3	4	5					
22. 我常隨緣行善，幫助別人。	1	2	3	4	5					
23. 我能接納他人的缺點或限制。	1	2	3	4	5					
24. 我是個負責的人。	1	2	3	4	5					
25. 我相信人生大部分是公平的。	1	2	3	4	5					
26. 我肯定每個人的存在，都有其獨特的意義與價值。	1	2	3	4	5					
27. 我知道如何接納自己。	1	2	3	4	5					
28. 我認為每個人都可以從錯誤中學習成長。	1	2	3	4	5					
29. 我願意擔任志工參與社會服務，幫助弱勢。	1	2	3	4	5					
30. 我相信做壞事的人，一定不會有好下場	1	2	3	4	5					
31. 我有清楚的家庭觀念與負責任，	1	2	3	4	5					
32. 會用較高之道德標準要求自己	1	2	3	4	5					
33. 我會把困難當成是挑戰的機會。	1	2	3	4	5					
34. 我覺得自己算是個幸運的人。	1	2	3	4	5					
35. 我能夠讓自己的生活過得多采多姿。	1	2	3	4	5					
36. 回顧過往，我深深地感受到自己的生命有意義。	1	2	3	4	5					
37. 不論命運好壞，我認為人都還有選擇的自由。	1	2	3	4	5					
38. 我不會用自殺來解決問題。	1	2	3	4	5					
39. 在大自然中，我更能體會宇宙萬物合一之感。	1	2	3	4	5					

請注意：14-18-19 題為反向題，記分方式為 5-4-3-2-1。 總分：_____



第三部分：人際依附風格量表

人際依附風格量表

壹、 以下題目的回答，請針對每一題項所敘述的事情，以你自己在一般人際關係中的實際情形，加以圈選。

- | | 非
常
不
符
合 | 相
當
不
符
合 | 不
太
符
合 | 還
算
符
合 | 相
當
符
合 | 非
常
符
合 |
|--------------------------------|-----------------------|-----------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|
| 1 代表和你的實際情形非常不符合 | | | | | | |
| 2 代表和你的實際情形相當不符合 | | | | | | |
| 3 代表和你的實際情形不太符合 | | | | | | |
| 4 代表和你的實際情形還算符合 | | | | | | |
| 5 代表和你的實際情形相當符合 | | | | | | |
| 6 代表和你的實際情形非常符合 | | | | | | |
| 1.和別人親近會讓我覺得不舒服 ----- | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 2.我發現自己很容易和別人親近----- | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 3.既使沒有任何親近的情感關係我仍過得很自在 ----- | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 4.我想要情感上的親密關係，但卻很難完全信賴別人----- | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 5.對我來說，獨立和自給自足的感覺是非常重要的 ----- | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 6.我擔心如果和別人太親近會容易受到傷害 ----- | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 7.我會擔心別人並不那麼想跟我在一起 ----- | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 8.我不喜歡依賴別人 ----- | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 9.我會擔心別人不如我看重他們那樣的看重我 ----- | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 10.我不會擔心自己孤單一人 ----- | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 11.當別人太親近我時，會讓我感覺不自在 ----- | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 12.我會擔心別人並不真正喜歡我 ----- | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 13.我很少擔心別人不接納我 ----- | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 14.我寧可和別人保持距離以避免失望 ----- | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 15.當別人想要和我更親近時，我會感到不安焦慮 ----- | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 16.我對自己不滿意 ----- | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 17.通常我寧可自己一個人比較自由 ----- | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 18.我發現自己一直在尋求別人的接納並藉以肯定自己----- | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 19.我瞭解自己的優點與缺點，並且喜歡自己 ----- | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 20.我時常太過於在乎別人對我的看法 ----- | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |

21.我可以很自在的讓別人依賴我 ----- 1-2-3-4-5-6

22.一個人的生活就可以過得很好了 ----- 1-2-3-4-5-6

23.即使別人不欣賞我，我仍然能肯定自己的價值 ----- 1-2-3-4-5-6

24.當我需要朋友的時候，總會找得到人的 ----- 1-2-3-4-5-6

貳、計分

將壹、的各題得分填入下列空格中：(意即第 13 題和 16 題為反向題)

(反向記分時可以用減的再加 7 這樣 1 變成 6；2—5 3—4 4—3 5—2 6—1)

題號 1. 4. 6. 11. 14. 15.

得分 $_ + _ + _ + _ + _ + _ = _$ (逃避依附量尺得分) C

題號 2. 16. 19. 21. 23. 24.

得分 $_ - _ + _ + _ + _ + _ + 7 = _$ (安全依附量尺得分) A

題號 3. 5. 8. 10. 17. 22.

得分 $_ + _ + _ + _ + _ + _ = _$ (排除依附量尺得分) D

題號 7. 9. 12. 13. 18. 20.

得分 $_ + _ + _ - _ + _ + _ + 7 = _$ (焦慮依附量尺得分) B

參、解釋

A.安全依附：一般人得分大約在 19 至 28 分之間。得分愈高者能接納自己而有安全感，能自在的和別人相互親近。

B.焦慮依附：一般人得分大約在 19 至 29 分之間。得分愈高者擔心別人不喜歡自己，很在乎別人對自己的看法。

C.逃避依附：一般人得分大約在 15 至 25 分之間。得分愈高者會逃避和別人的親近，以免不自在的感覺或避免受傷害。

D.排除依附：一般人得分大約在 19 至 29 分之間。得分愈高者傾向於比較喜歡一個人自由自在或自給自足的生活。

肆、請仔細閱讀下列文字，然後才作答：

如果把人大致分為下述 A、B、C、D 四種類型如下：

A型：對自己和別人都有較正向的看法，一方面覺得自己是有價值的、值得被愛的，另一方面也認為別人是善意的，可信賴的。這類型的人較能接納自己而有安全感，能自在的和別人相互親近，同時也能保有個人自主性。

B型：對自己的看法較負向，傾向認為自己是比較沒價值的、不可愛的；而對

別人則為較正向的評價。會不斷的尋求他人的接納和肯定，擔心別人不喜歡自己，很在乎別人對自己的看法。

C型：一方面對自己的看法較負向，傾向於認為自己是沒價值的、不值得被愛的；而另一方面又認為別人是不可信賴和拒絕的。雖然內心需要別人的接納，卻會害怕和別人親近，逃避社會活動，以避免被拒絕或受傷害。

D型：對自己有較正向的看法，覺得自己是有價值的、值得別人的關愛，但卻認為別人是不可信賴和拒絕的，雖同樣會避免和別人親近，卻仍維持自我價值感。比較喜歡一個人自由自在，過自己的生活。

伍、請排出你和這四種類型的相似程度之順序。

(請在□中分別依相似程度之順序填上 **1,2,3,4** 這四個數字，每個數字只能填一次，**1**代表最相似，**2**代表第二相似，**3**代表第三相似，**4**則代表第四相似或最不相似。)

	A型	B型	C型	D型
我和這四類型的相似程度排序	□	□	□	□

如欲將人分類時，以**壹**、24題量表得分最高的量尺為其主要依附風格**貳**、可作為輔助題，當**壹**、有量尺同分情形時，以**貳**、作為分類之輔助不過原則上以四個量尺的分數作為統計分析的對象，不必將人加以分類才不會過於簡化了評量研究得到的量化資訊（所以除非有特殊目的只要施測**壹**、即可）至於國外有學者單獨施測**貳**、的做法，國內須待進一步研究。

以上原始量表摘自王慶福、林幸台、張德榮（民 86）：人際依附風格、性別角色取向與人際親密能力之評量。測驗年刊，44（2），63-78。

附錄二、全人生命意義表 之向度內涵、題號對照及題項內容表

向度名稱	向度內涵	題號	題項內容
生命目標	意指個人對人生理想目標及存在感之正向態度	1	我常心懷感恩過每一天。
		4	如果今天我就要死了,我會覺得不虛此生。
		13	我認為自己是個有價值的人。
		15	在達成個人目標上,我能設定清楚的計畫和步驟。
		16	我很清楚我人生的目標。
		35	我能夠讓自己的生活過得多采多姿。
		36	回顧過往,我深深地感受到自己的生命有意義。
生命態度	意指個人在生活中之負面情緒反應與行為。	14	我不明白自己為什麼要活著。
		18	我容易有負面情緒。
		19	我習慣以逃避來解決問題。
		38	我不會用自殺來解決問題。
生命倫理	意指個人的道德觀及自我在倫理道德、負責上的要求。	24	我是個負責的人。
		30	我相信做壞事的人,一定不會有好下場。
		31	我有清楚的家庭觀念,懂得為家人負責。

		32	我會用較高之道德標準來要求自己。
生命信念	意指相信人性本善、人生是公平的信念。	8	我相信人的本性是良善的。
		25	我相信人生大部分是公平的。
靈性成長	意指個人對宗教信仰、助人活動、與大自然連結,促進靈性提升之看法。	7	我相信凡事有因必有果。
		9	我認為宗教信仰,有助於心靈之成長。
		12	我認為從事有益於心靈平靜之活動,有助於快樂及幸福感之獲得。
		22	我常隨緣行善,幫助別人。
		29	我願意擔任志工參與社會服務,幫助弱勢。
		39	在大自然中,我更能體會宇宙萬物合一之感。
生命價值	意指個人擁有對生命之自主權、肯定每個人存在的與付出價值,追尋生死無憾的生命意義。	17	生命最終極的意義,就是生而無悔、死而無憾。
		21	我肯定社會中默默行善的小人物。
		26	我肯定每個人的存在,都有其獨特的意義與價值。
		34	我覺得自己算是個幸運的人。
		37	不論命運好壞,我認為人都還有選擇的自由。
開放接納	意指個人能接納自我與他人,正向的看待死亡及挫折。	11	我認為自己能夠正向看待死亡。
		23	我能接納他人的缺點或限制。
		27	我知道如何接納自己。
		28	我認為每個人都可以從錯誤中學習成長。
生命熱忱	意指個人對於人生之苦難與	2	我覺得苦難能讓我更了解生命的意義與價值。
		3	我覺得有意義的人生,比幸福的人生更重要。

無常 抱有積極正向之看法,追求生命意義之展現。	5	在生活中追求心靈成長是理想的人生。
	6	生命的意義取決於個人自我實現的程度。
	10	我認為人生無常所以要積極向上。
	20	只要我肯努力就可以發揮我的潛能。
	33	我會把困難當成是挑戰的機會。

