

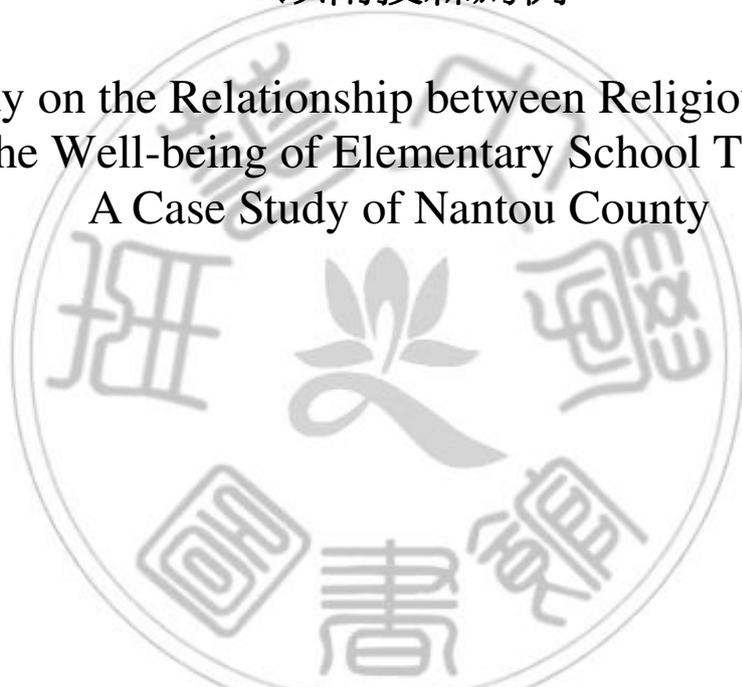
南 華 大 學

宗 教 學 研 究 所

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

A Study on the Relationship between Religious Beliefs
and the Well-being of Elementary School Teachers:
A Case Study of Nantou County



研 究 生：李育憲

指 導 教 授：陳美華 博士

中 華 民 國 一 〇 〇 年 十 二 月 二 十 九 日

南 華 大 學

宗教學研究所
碩士學位論文

國小教師宗教信仰與幸福感關係之研究
—以南投縣為例

研究生： 李育憲

經考試合格特此證明

口試委員： 林本炮

高仁遠

陳美華

指導教授： 陳美華

系主任(所長)： 陳美華

口 試 日 期：中 華 民 國 100 年 12 月 29 日

謝誌

到嘉義南華大學宗教所進修的這三年半來，每週總有一至二天要往返於南投草屯與嘉義大林之間。對於一個有家庭、有小孩，還要兼顧國小教師教學工作、道場裡的固定執事，以及研究所學業的我來說，各方面的壓力和內心的煎熬與掙扎，真的是別有一番滋味在心頭。在這種內外身心承受頗大的壓力下，若不是有我的皈依師——聖嚴法師——的各種佛法開示錄音 CD，在開車往返的路途中陪伴著我，給予我心靈上和精神上的支持與鼓勵，或許我這條進修研究所的路是走不下去的。所以，首先要感恩的是我的師父——聖嚴師父。

再者，我的論文指導教授陳美華老師，總是不厭其煩的給予我各方面的包容與建議，讓我深深感受到她對我的尊重與關愛；更重要的是，我從她身上見識到一個治學嚴謹的學者風範，並且引領我進入學術殿堂，一窺學術殿堂的莊嚴與廣闊。此外，論文口試委員林本炫與齊偉先老師，對我的論文提出非常具體和寶貴的意見，使我感受到他們二人對我深刻的期許與厚愛。當然，宗教所的其他師長，呂凱文老師、何建興老師、黃國清老師、如念法師、蔡昌雄老師、尤惠貞老師，也給我各方面的諸多啓發和照顧。同時值得懷念的是管理學院的于健老師，帶領我進入統計學的領域，協助我順利學會統計分析軟體的操作與應用，俾利我能完成論文的寫作。凡此，都是我非常感謝且永難忘懷的師長們。

最後，還要感謝我的終生伴侶文君，在我進修期間照顧家庭、小孩，讓我無後顧之憂；也要感恩我的父母親，總是能夠諒解我沒能好好陪伴他們；還有感謝我家的小公子浩宇，很乖巧也很懂事，總不用我花太多的心思去為他擔心。當然，時常在我遇到論文寫作難題時，為我提供解答的同事彥超；屢次幫助我處理一些瑣事的學妹云心；協助問卷填寫的諸多認識與不認識的樣本教師等，我也在此一併致謝，沒有您們的幫忙，我是無法順利完成研究所的學業的。

我研究所的學業即將告一段落了，雖然沒能窮透精通宗教研究的各種領域與面向，卻也對宗教研究有了些許的基礎認識與了解。雖說一路走來有些辛苦與掙扎，卻是我人生中一段特別難忘的學習歷程。我想，我還是來對地方了——南華宗教所，後會有期了！

李育憲 謹誌 2011/01/04 南投草屯

中文摘要

本研究的目的是在於探討國小教師的宗教信仰與幸福感之現況及其關係。為達成研究目的，本研究採用問卷調查法，以南投縣的公立國小教師為調查對象，取樣以學校規模採分層隨機抽樣，共發出問卷 602 份，回收 490 份，回收率 81.3% ，其中有效問卷 479 份。研究工具結合嚴景惠（2007）之「宗教信仰量表」與林子雯（1996）之「幸福感量表」而成之「國小教師宗教信仰與幸福感量表」對教師進行施測，以了解國小教師之宗教信仰與幸福感的現況及關係。

依據統計分析結果，本研究獲得以下結論：

- 一、國小教師宗教信仰的現況屬中下程度。
- 二、國小教師幸福感的現況屬中上程度。
- 三、國小教師之宗教信仰因個人背景變項不同而有差異。
- 四、國小教師之幸福感因個人背景變項不同而有差異。
- 五、國小教師的宗教信仰與幸福感有顯著正相關。
- 六、國小教師的宗教信仰對幸福感有顯著的預測力。

本研究並根據研究結論，對教育行政機關、學校、國小教師、未來研究提出多項建議。

關鍵詞：國小教師、宗教信仰、幸福感

Abstract

The purpose of this study is to explore the present statuses of and the relations between elementary school teachers' religious beliefs and their well-being. To achieve the purpose of the study, we adopted the questionnaire survey method, using Nantou County's public elementary school teachers as subjects and using stratified random sampling as a sampling method according to school size. A total of 602 questionnaires were distributed and a total of 490 questionnaires were returned, with a return rate of 81.3%. A total of 479 questionnaires were valid. The present study used the research tool, "the elementary school teachers' religious beliefs and well-being scale", which is a combination of Yan's (2007) "religious beliefs scale" and Lin's (1996) "well-being scale", to conduct a questionnaire survey on teachers and to understand the present statuses of and the relations between elementary school teachers' religious beliefs and their well-being.

According to the results of statistical analyses, we come to the following conclusions:

- 1、The present status of elementary school teachers' religious beliefs is in the middle and lower level.
- 2、The present status of elementary school teachers' well-being is in the middle and upper level.
- 3、Elementary school teachers' religious beliefs vary as personal backgrounds vary.
- 4、Elementary school teachers' well-being varies as their personal backgrounds vary.
- 5、Elementary school teachers' religious beliefs are positively correlated with their well-being.
- 6、Elementary school teachers' religious beliefs can significantly predict their well-being.

Based on the above conclusions, this study proposed several suggestions for educational authorities, schools, elementary school teachers, and future research.

Keywords: elementary school teachers, religious beliefs, well-being

目次

中文摘要	I
ABSTRACT.....	II
目次	III
表次	V
圖次	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、待答問題與假設.....	4
第三節 研究方法與步驟.....	6
第四節 文獻探討.....	8
第五節 名詞界定與研究架構.....	12
第六節 研究工具與樣本.....	16
第七節 資料處理與分析.....	21
第八節 研究範圍與限制.....	22
第二章 宗教信仰的意涵與探討	25
第一節 宗教與信仰的定義.....	25
第二節 宗教的要素與功能.....	29
第三節 宗教信仰的量化研究工具.....	35
第四節 台灣地區宗教信仰概況.....	37
第五節 國小教師的宗教信仰探討.....	40
第三章 幸福感的意涵與探討	51
第一節 幸福感的定義.....	51
第二節 幸福感的相關理論.....	58
第三節 幸福感的量化研究工具.....	63
第四節 國小教師的幸福感探討.....	65
第四章 宗教信仰與幸福感關係之統計結果分析及討論	75
第一節 個人背景變項、宗教信仰及幸福感之現況分析與討論.....	75

第二節 個人背景變項在宗教信仰各層面的差異分析與討論.....	83
第三節 個人背景變項在幸福感各層面的差異分析與討論.....	94
第四節 宗教信仰與幸福感的相關情形及預測力分析與討論.....	105
第五章 結論與建議	111
第一節 結論.....	111
第二節 建議.....	114
參考文獻	119
附錄	131
附錄一 國小教師宗教信仰與幸福感調查問卷.....	131
附錄二 宗教信仰問卷同意使用授權書.....	135
附錄三 幸福感問卷同意使用授權書.....	136

表次

表 一-1 國內宗教信仰與幸福感關係之相關研究摘要表.....	10
表 一-2 宗教信仰問卷因素名稱、題數、題號、信效度一覽表.....	17
表 一-3 幸福感問卷因素名稱、題數、題號、信效度一覽表.....	18
表 一-4 抽樣學校一覽表.....	19
表 一-5 各學校規模抽樣分配一覽表.....	20
表 一-6 問卷發出與回收情形統計表.....	20
表 二-1 多位學者對宗教成立基本條件的觀點.....	30
表 二-2 台灣各種宗教信仰人口統計表.....	38
表 二-3 教師與宗教信仰相關研究摘要表.....	40
表 三-1 社會學家的幸福感定義一覽表.....	55
表 三-2 幸福感的相關名詞與其定義歸納表.....	55
表 三-3 幸福感不同層面對照表.....	57
表 三-4 判斷理論派別分析摘要表.....	61
表 三-5 幸福感各派理論優缺點對照表.....	62
表 三-6 國內外幸福感量表內涵向度一覽表.....	64
表 三-7 國小教師與幸福感相關研究摘要表.....	66
表 四-1 有效問卷樣本個人背景變項資料統計表.....	79
表 四-2 國小教師宗教信仰現況分析摘要表.....	81
表 四-3 國小教師幸福感現況分析摘要表.....	82
表 四-4 不同性別國小教師在宗教信仰整體及各層面之差異分析表.....	84
表 四-5 不同年齡國小教師在宗教信仰整體及各層面之差異分析表.....	85
表 四-6 不同婚姻狀況國小教師在宗教信仰整體及各層面之差異分析表.....	87
表 四-7 不同教育程度國小教師在宗教信仰整體及各層面之差異分析表.....	88
表 四-8 不同服務年資國小教師在宗教信仰整體及各層面之差異分析表.....	90
表 四-9 不同擔任職務國小教師在宗教信仰整體及各層面之差異分析表.....	91
表 四-10 不同宗教信仰類別國小教師在宗教信仰整體及各層面之差異分析表....	93
表 四-11 不同性別國小教師在幸福感整體及各層面之差異分析表.....	95
表 四-12 不同年齡國小教師在幸福感整體及各層面之差異分析表.....	97

表 四-13 不同婚姻狀況國小教師在幸福感整體及各層面之差異分析表.....	98
表 四-14 不同教育程度國小教師在幸福感整體及各層面之差異分析表.....	100
表 四-15 不同服務年資國小教師在幸福感整體及各層面之差異分析表.....	101
表 四-16 不同擔任職務國小教師在幸福感整體及各層面之差異分析表.....	102
表 四-17 不同宗教信仰類別國小教師在幸福感整體及各層面之差異分析表.....	104
表 四-18 宗教信仰與幸福感積差相關分析一覽表.....	107
表 四-19 宗教信仰對幸福感之逐步多元迴歸分析摘要表.....	109
表 五-1 研究假設考驗結果一覽表.....	112
表 五-2 不同背景變項之國小教師在宗教信仰各層面差異之分析摘要表.....	113
表 五-3 不同背景變項之國小教師在幸福感各層面差異之分析摘要表.....	114

圖次

圖 一-1 研究流程圖	6
圖 一-2 研究架構圖	13

第一章 緒論

本研究的主旨在於探討國小教師的宗教信仰與幸福感之現況及其關係，並且根據研究結果提出具體建議，提供教育主管機關、學術界、宗教界與教育界及後續研究之參考。本章總共包括八節。第一節為研究背景與動機；第二節為研究目的、待答問題與研究假設；第三節為研究方法與步驟；第四節為文獻探討；第五節為名詞釋義與研究架構；第六節為研究工具與樣本；第七節為資料處理與分析；第八節為研究範圍與限制。茲分述如下。

第一節 研究背景與動機

由於二十一世紀的人類在科技上的突飛猛進，使得登陸月球已不是困難之事，更進而將觸角伸向太陽系中較遠的星球，甚至於已能對本銀河系以外的星系作觀察和研究；更因為基因工程的科技在近年來也有突破性的發展，使得人類已能夠用無性生殖的方式來複製生命，並且對生物的遺傳基因作改變，人類儼然已經取代上帝創造生命的角色了。因此，人類似乎對未來充滿了十足的信心，幾乎沒有不可能的任務了。然而，儘管人類能發明許多的事物，包括以人工技術來複製生命，但在現實的生活中仍然遭遇到諸多嚴厲的考驗和挫敗，諸如各式各樣的天災（如地震、水災、火災、風災、海嘯、氣候暖化等）和人禍（如戰爭、恐怖攻擊、核子威脅等），都可能使全世界和全人類的文明趨於毀滅。凡此種種現象，都使得人類不得不自我反省並試圖探究「人」在宇宙之中到底扮演著何種角色？人類的終極命運為何？宇宙的實相為何？要探究上述的這些議題，當然有很多種途徑，諸如哲學、天文學、物理學、生物學、考古學、人類學……，然而宗教或神學也是其中的一種途徑。

陳潔明（1998：150）認為宗教是人類最古老的活動之一，它甚至於比哲學和科學的起源還早，大概只有藝術可以與之並稱為同樣古老的人類活動之一，所以二者是經常結合在一起的。金澤（2001：1）則表示，生物界之中只有人創造了宗教，宗教使人超越了飲食和生殖的需要，而有了「文化」的意義；而且考古發現，舊石器時代的人類就有宗教跡象了。因此可知，自有人類以來，就有宗教現象的存在，而且只有人類社會才有宗教現象的存在；人類的日常生活和各種活動，處

處都與宗教思想和宗教行為息息相關。例如每年農曆七月的中元普渡活動，幾乎是家家戶戶都會參與的大事；台灣每年的大甲媽祖遶境活動，也是所有媒體爭相報導的盛事。又如佛教徒初一、十五吃齋唸佛；基督教徒禮拜日上教堂做禮拜；伊斯蘭教徒每日要向聖地麥加朝禮的習慣或規定等等，都可說明宗教信仰與活動跟人們的生活早已打成一片。因此，西方著名的人類學家馬林諾夫斯基

（Malinowski）曾說，凡有文化產生必連帶著產生宗教，總而言之，宗教的產生是根植於人類的基本需求，以及滿足這些需求的一種文化表現形式（引自張志剛，2003：105）。

此外，國內學者李亦園（1999：26）亦指出，從宗教心理的需求層面來看，當人們有疾病或遭受痛苦時，會自動尋求宗教上的支持，並找尋另一種更超然的意義體系；瞿海源（1988：247）研究指出台灣地區的居民也有高達百分之九十一都自我認定為具有某種宗教信仰；國內二十歲以上人口無宗教信仰只有 9%（瞿海源，1986：75）。同時，根據 1988 年《大英百科全書》（Encyclopedia Britannica Book of the Year）的統計調查，全世界信仰宗教的人口佔了全世界總人口數的百分之八十（若水譯，1992：13）。上列各種不同的調查報告數據或許有些差異性存在，但由上列的調查數據可以很清楚的看到宗教是人類社會的重要現象，幾乎人人都有宗教信仰或寄託的心理需求，這是不可否認的事實。

研究者本身是一位國小的教師，從 1994 年開始擔任國小教育工作。在剛擔任教職的前幾年間，因為學生的行為偏差問題、學生學業成績低落問題及來自學生家長給予的教學工作壓力等各方面的窘境，讓研究者產生教學的無力感，更曾有一度萌生離職他就的念頭。後來經由尋求宗教信仰的途徑，在透過佛教教義及修行觀念和方法的學習和練習後，讓研究者慢慢拾回對教育工作的熱誠和信心，並對教育的神聖使命給予極高的評價。後來研究者又有幸到南華大學宗教學研究所進修，在其間接觸並認識了更多不同宗教的教義和思想理念，同時也結交了許多信仰各種不同宗教的好朋友；發現雖然彼此的宗教教義和信仰對象或許不同，但是卻有極多的共通點，諸如慈悲與愛的教導、勸人努力向善、勉勵人助人為樂、甚至於宣揚四海一家、宇宙一體的理念，凡此種種都有不謀而合之處。因此，激發研究者想要了解目前國小教師的宗教信仰情形為何，以及宗教信仰是如何影響其日常生活和職場工作。這是研究者選擇此一研究主題的第一個動機。

此外，教師是教育工作的基石，所謂「十年樹木，百年樹人」的重責大任就落在教師的肩上。林清江（1999：4）亦表示，教師在教育改革的過程中扮演著舉足輕重的角色，可說是教育改革成敗的最關鍵因素，因此說教師是推動「教育搖籃」的手，並不誇張。但賴威岑（2002）的研究發現，中小學教師的憂鬱感卻是所有職業中最高的，現代人生活壓力很大，身為教育第一線的教師似乎也不例外。同樣地，於 2003 年進行的「大台北地區教師憂鬱指數調查」中也發現，有憂鬱傾向的教師比率竟高達百分之四十八（吳清山、林天佑，2003：154）。由此可見，台灣教師的不快樂指數正逐年升高，而且似乎已到了不得不加以重視和設法因應的地步了。

國外學者 Jesus 和 Conboy（2001：132）指出，假如我們希望下一代有更好的教育品質，首先我們就必須關心教師的心理健康與幸福感，因為只有提升教師的心理健康與幸福感，才能造就一位健康並且有工作效能的教師，使教師有能力去改善學校，讓學校更好。國內學者葛道明（1984：1）也同樣指出，有怎樣的老師，就有怎樣的學校；有怎樣的老師，就會教出怎樣的小孩，由此可見教師素質的重要性，教師心理健康不僅對兒童的身心發展具有相當大的影響力，也會決定學校發展的好壞。

美國心理學會主席 Seligman 也指出，心理學首先應該協助人們擁有快樂、健康的情緒；因為預防總是勝於治療，假如人們都擁有健康的心理，也都能過得很快樂，那麼就不必再花大量的資源去治療憂鬱症或是其它的心理疾病了（引自洪蘭譯，2003：78）。在心理學研究中，幸福感是評估心理健康的一項重要指標，因為擁有較高幸福感的人，通常心理都會比較健康（管秋雄，1991：189）。因此瞭解現代教師的幸福感受狀況，及提昇教師的幸福感都是非常重要的議題，這成為研究者選擇此一研究主題的第二個動機。

同時有研究指出，具有宗教信仰的人因為擁有較佳的生活習慣，和沒有宗教信仰的人比起來較不容易罹患憂鬱症（易之新譯，2001：36）。Koenig（1997：183-186）曾對美國社克大學醫學中心內的 298 位病人作過調查，結果發現當他們有生病或是痛苦時，有百分之六十七的病人認為他們最重要的支持力量來自宗教信仰；研究也指出越是有嚴重疾病的人，越會傾向藉由宗教信仰的力量渡過難關。Pittman 亦指出有宗教信仰的人通常表現得比較快樂，因為宗教信仰會給人一種安全感，有信仰生活的人，也會遵循一套正確的生活規範，使人覺得生活有目標、

有意義（引自黃秀媛譯，1999：78）。由上述的研究得知，宗教信仰讓人們感到較多的快樂和滿足，也能使人們在面臨疾病和痛苦時更堅強，更有勇氣度過難關，同時也比較不容易罹患憂鬱症等精神疾病。那麼，國小教師在面臨重大教學壓力時，具有宗教信仰與否，以及具有何種宗教信仰，對其幸福感是否有影響，就成為研究者選擇此一研究主題的第三個動機。

如前所述，近年來天災人禍頻擾，再加上經濟發展衰退、社會風氣奢靡，文化呈現一種物質主義與虛無主義的狀態。雖然具備社會安全瓣及人心淨化角色的宗教團體已在歷次災難中推動人溺己溺、慈善佈施的工作，成為安定社會的一股巨大之民間力量；但目前台灣接受高等教育的知識份子卻反而受到幾十年來的科學主義和世俗人文主義教育的影響，而未能正視宗教在現代社會的積極功能，對宗教文化的深層內涵亦少有瞭解。此外，台灣更因「政教分離」的意識型態根深蒂固，始終未能在各級學校設立有關宗教知識的相關課程（陳美華，2001：11）。在上述的前提下，到底台灣的國小教師之宗教文化背景如何？其所具備的宗教文化背景是否能增進其自身的幸福感？宗教文化背景與幸福感之間具有何種關係？凡此種種都是研究者想要探究的問題。

第二節 研究目的、待答問題與假設

一、研究目的

基於上述的研究動機，為求了解國小教師宗教信仰的現況如何，並明析與幸福感的關連性何在，遂提出本研究的目的。茲就其具體目的臚列如下：

- (一)了解不同背景變項之國小教師的宗教信仰現況與差異情形。
- (二)了解不同背景變項之國小教師的幸福感現況與差異情形。
- (三)了解國小教師的宗教信仰與幸福感之相關程度。
- (四)了解國小教師的宗教信仰對幸福感之預測程度。

二、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：

- (一)不同背景變項之國小教師的宗教信仰現況如何？
- (二)不同背景變項之國小教師的幸福感現況如何？
- (三)不同背景變項之國小教師宗教信仰的差異情形如何？
- (四)不同背景變項之國小教師幸福感的差異情形如何？
- (五)國小教師的宗教信仰與幸福感之相關程度如何？
- (六)國小教師的宗教信仰對幸福感之預測程度如何？

三、研究假設

根據本研究之研究目的與待答問題，提出以下之研究假設，並以實證方法驗證之：

假設一：不同背景變項之國小教師在宗教信仰上有顯著差異。

- 1-1 不同性別之國小教師在宗教信仰上有顯著差異。
- 1-2 不同年齡之國小教師在宗教信仰上有顯著差異。
- 1-3 不同婚姻狀況之國小教師在宗教信仰上有顯著差異。
- 1-4 不同教育程度之國小教師在宗教信仰上有顯著差異。
- 1-5 不同服務年資之國小教師在宗教信仰上有顯著差異。
- 1-6 不同擔任職務之國小教師在宗教信仰上有顯著差異。
- 1-7 不同宗教信仰類別之國小教師在宗教信仰上有顯著差異。

假設二：不同背景變項之國小教師在幸福感上有顯著差異。

- 2-1 不同性別之國小教師在幸福感上有顯著差異。
- 2-2 不同年齡之國小教師在幸福感上有顯著差異。
- 2-3 不同婚姻狀況之國小教師在幸福感上有顯著差異。
- 2-4 不同教育程度之國小教師在幸福感上有顯著差異。
- 2-5 不同服務年資之國小教師在幸福感上有顯著差異。
- 2-6 不同擔任職務之國小教師在幸福感上有顯著差異。
- 2-7 不同宗教信仰類別之國小教師在幸福感上有顯著差異。

假設三：國小教師的宗教信仰與幸福感有顯著相關。

假設四：國小教師的宗教信仰對幸福感有顯著的預測力。

第三節 研究方法與步驟

一、研究方法

本研究藉由文獻的探討，以及採取問卷調查法進行研究。首先針對宗教信仰與幸福感的理論及其相關研究進行探討及分析。其次，以問卷調查的方式蒐集國小教師宗教信仰與幸福感之相關資料。最後，藉由統計分析加以瞭解國小教師宗教信仰與幸福感的關係。

二、研究步驟

本研究之實施程序包括擬訂研究計畫、文獻探討、決定研究工具、選定問卷對象、進行問卷調查、資料整理統計與分析、提出結論與建議等七個步驟（如圖一-1），茲分述如下。

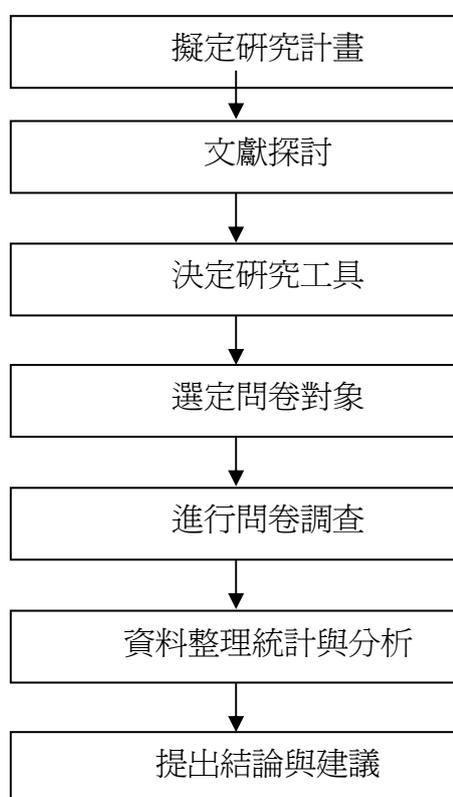


圖 一-1 研究流程圖

(一)擬訂研究計畫

先針對研究動機，閱讀相關文獻，以確定研究主題。接著進行評估研究計劃的可行性、修正及釐清問題概念。然後參考相關資料，排定研究步驟與進度，撰寫研究大綱與計畫。

(二)文獻探討

依據研究主題，利用文本、數位電子等訊息管道，蒐集國內外相關書籍、期刊、論文等資料，並研讀相關文獻，分析文獻資料作為本研究之理論依據，及研究工具設計之參考。

(三)決定研究工具

以上一步驟所得之文獻資料為依據，在資源及適用性的考量下，開始尋找相關且信效度皆良好而適用的問卷。最後在時間、資源、經費與適用性的考量下，決定使用嚴景惠（2007）之「宗教信仰量表」與林子雯（1996）之「幸福感量表」作為研究工具。此二份量表問卷題目符合先前所決定測量的範疇、內涵，並符合相關理論。

(四)選定問卷對象

本研究之對象為南投縣公立國民小學之教師，抽樣方式係採取分層隨機抽樣法（stratified random sampling）抽取研究樣本。

(五)進行問卷調查

本研究係以南投縣的國民小學教師作為研究對象，依選定之樣本進行問卷調查。寄發正式問卷至施測樣本學校後，由委託人請學校教師填寫問卷並回收。

(六)資料整理統計與分析

等問卷回收後，先剔除無效問卷再加以整理。然後接著進行編碼並輸入電腦，輸入完畢後則加以校對，並進行統計分析與假設檢定，並根據統計結果加以分析討論。作統計分析時，確實遵守每個統計要求的基本條件。

(七)提出結論與建議

依據調查結果歸納出結論，並提出研究發現及具體建議，完成論文之撰寫。經論文口試，請指導教授及審查委員指正，並依指正意見加以修改後，將論文付梓。

第四節 文獻探討

本節內容主要在探討宗教信仰與幸福感之關係以及相關之研究成果。首先探討國外相關研究成果，其次探討國內相關研究成果。

一、國外相關研究成果

Argyle (1987: 11-14) 指出，當我們討論到宗教信仰與個人之關係的問題時需要考慮到幾個假設。首先，是由宗教支持及促進者所提出的，宗教信仰對於個人身體、快樂和心靈的和平很有貢獻。第二種假設是，宗教信仰本身是精神病理學的表徵，篤信宗教是精神病理學的一種反映。第三個可能性為情緒上有困擾的人會求助於宗教幫他們解決問題。之所以引入此三種假設是因為宗教與個人身心之間有著密切的關係，但因個人、團體或學者研究領域的觀察切入點之不同，所以導致對宗教信仰與個人的關係有不同的觀點產生。

Campbell、Converse 和 Rogers (1976: 63-64) 的研究發現，與幸福指數相關的生活領域主要是：業餘活動、家庭生活、生活水平、工作以及婚姻。其他還有幾個因素與幸福指數有正相關，它們是：朋友數、空閒時間、家庭收入、智力、健康及宗教信仰。Johnson 和 Duke (1984: 66) 在研究時，將宗教態度與宗教信仰分開研究，發現宗教信仰包含四個因素，分別是愛的服務、真理、整合、精神的幸福。Diener (1984: 560) 的研究顯示，經常接近教會及參加宗教活動的群體與幸福感有正相關。McFadden (1995: 170) 的研究亦顯示宗教活動的參與與幸福感有正向關係存在。

Ellison (1991: 97-98) 發現人們若有堅定的信仰，即「存在的確定性」，與教堂出席率、個人投入程度無關，但與生活滿足感有相關，特別對於老年人和受教育較少的人來說，更是如此。Pollner (1989: 101-103) 發現信徒們的「與上帝的親密關係」和幸福之間是相關的，但和教堂出席率則無關。Inglehart (1990: 65-68) 的研究發現，那些一週去教堂一次或更多的人中，有 85% 的人覺得他們「非常滿

意」自己的生活，而那些從不去教堂的人之中，只有 77% 的人這麼認為，所以教會對幸福有正面積極的影響，且在老人群中更為突顯。

Beit-Hallahmi 和 Argyle (1997: 132-134) 提出對於宗教信仰所帶來的好處有以下兩個理論：首先，宗教信仰會帶來人生意義、目標與整合。許多宗教心理學的學者也接受這個理論，並從個案研究與實證當中找到支持的證據。因此 Tan Siang-Yang (2000: 43) 的研究調查指出，有宗教信仰的人比沒有宗教信仰的人更健康快樂，因為信仰宗教的人會有一種歸屬感，覺得生活有意義。第二個理論則認為，顯而易見地，教會是社會支持的一個來源。當一個人依據第一個理論而找到了對人生意義的整合與價值觀時，在教會中也往往可以得到教友們的支持。雖然美國針對「今日心理學」讀者所進行的大型研究中，參加教會與幸福感並不存在直接的相關；然而這個研究也發現，當一個人覺得他的生命有意義且有方向，並且對引導人生方向的價值觀有強烈信心時，會覺得自己比較幸福 (引自 Argyle, 1987: 112)。由上述這些研究可發現幸福感與宗教信仰大致上具有正相關。

但是也有相當多的研究顯示了完全不同的結果。Wulff (1997: 106) 研究發現，宗教態度居中者其幸福感較高；反之，宗教態度過高或過低者其幸福感則偏低。Argyle (1987: 63-69) 將有關宗教及個人適應的文獻整理後發現：Dittes 利用適應量表來對美國學生做研究，結果通常是有宗教信仰的人較易焦慮、自我認同較低，感覺上適應程度較低；Dreger 在加州不同大學中 490 個學生裡，選出 30 個宗教信仰態度最傳統的學生，以及 30 個信仰態度最開放自由的學生來做各種投射測驗，結果前者有比較多的自我防衛及依賴性。Rokeach (1973: 44) 也發現，宗教態度高的學生比沒有宗教信仰的學生較常抱怨壓力及睡不安穩等問題，且他們也較緊張焦慮。

此外，Campbell (1976: 89-93) 等人的「美國生活品質」研究發現，有 38% 的人認為虔誠的宗教信仰是極端重要的；而另外 22% 的人認為有宗教信仰是重要的。但實際在控制其他因素後，宗教滿意與整體生活滿意之間的相關仍然相當微弱。Tellis-Nayak 於 1982 年對老年人的研究也顯示宗教承諾與幸福感並沒有關連性 (引自 McFadden, 1995: 173)。綜合上述，國外對宗教信仰與幸福感之間的關係似乎沒有一致的研究結論，令人莫衷一是。研究者推測，之所以會導致這麼分歧的研究結果，可能和本小節開頭所提到的三種假設有關係，因此，此議題值得再進一步研究。

二、國內相關研究成果

有鑒於近年來我國國小教師進修博碩士學位的風氣相當鼎盛，因此很多有關國小教師的相關議題，逐漸演變為博碩士之學位論文。基於此，研究者在針對國小教師宗教信仰與幸福感的議題作探討時，最容易取得也是資料最豐富的，應屬「臺灣博碩士論文知識加值系統」中的博碩士論文了。但是研究者在此資料庫以「宗教」—「幸福」這兩個關鍵詞來搜尋相關研究論文，直至 2011 年 6 月為止，僅有 5 篇論文的主題和「宗教」—「幸福」有直接的相關（參見表 一-1）。

由此可見，和國外的研究成果比起來，國內這方面的研究成果相對地比較少，而本文正可對這項議題作進一步的探討。這 5 篇論文皆以問卷調查為主要研究方法，與本文擬採用的研究方法相同。其研究對象分別為 65 歲以上的老人、基督教長老教會與靈糧堂教友、日蓮正宗基金會信徒、高雄縣市之成人和高雄縣市高中職之在學青少年；但未見以本文擬探討的「(國小)教師」為研究對象者。此 5 篇論文之研究成果，大致上皆顯示宗教信仰與幸福感呈現正向相關的結論，其中又以「基督教」和「天主教」信仰者之幸福感受，顯著高於本土宗教與無宗教信仰者；唯葉筱貞（2010）研究中顯示「幸福感愈高之基督徒在教義瞭解程度上則愈低」之研究成果，與一般人的直覺認知相違，值得進一步探討其原因。

表 一-1
國內宗教信仰與幸福感關係之相關研究摘要表

研究者 (發表 時間)	論文題目	研究對象/方 法	研究結果
古育臣 (2010)	宗教活動與宗教信仰對老年憂鬱情緒與幸福感之影響	六十五歲以上的老人/問卷調查	1、信仰基督教者之幸福感受，顯著高於本土宗教與無宗教信仰者。 2、越無宗教信仰，其幸福感受愈低。 3、信仰帶來的束縛感愈低，幸福感受愈強，而促成利他傾向愈高，幸福感受愈強。
葉筱貞 (2010)	基督徒宗教參與與幸福感之研究—以長老教會、靈糧堂為例	427位基督教長老教會與靈糧堂教友/問卷調查	1、長老教會之教友幸福感受力高於靈糧堂教友。 2、幸福感愈高之基督徒在教義瞭解程度上則愈低。
羅華容 (2007)	宗教信仰與幸福感:以日蓮正宗基金會信徒為例	647位日蓮正宗基金會信徒/問卷調查	信仰實踐為幸福感重要預測因子，對於幸福感呈現正向顯著相關，顯見信仰實踐力越強，其幸福感亦受到正向之影響。
陳毓茹 (2005)	高雄縣市成人宗教態度、家庭支持與幸福感之關係研究	520位高雄縣市之成人/問卷調查	1、就「幸福感」而言，以「基督教」、「天主教」的感受力最大。 2、信仰宗教的力量能提升幸福感的感受力。
曾貝露 (1999)	青少年宗教態度、價值導向與幸福感關係之研究	743名高雄縣市高中職之在學青少年/	1、青少年宗教態度愈高者，其幸福感愈高。 2、宗教態度與幸福感的呈正相關。 3、宗教態度高低與幸福感有顯著的差異。

資料來源：研究者整理自「臺灣博碩士論文知識加值系統」。

囿於直接以「宗教」—「幸福」為研究主題的博碩士論文實在太少，研究者於是將搜尋範圍擴大到其他相關的期刊和專書，因而有較多的研究成果呈現。賴秋華（1991：37）指出「心理健康」是個人適應生活的一套信念取向，一種具有持續性的內在狀態，其內涵包括：對自我的瞭解、情緒的穩定、獨立與自主、人我的關係、生活的適應、宗教與心靈等。尹美琪（1988：59）也指出心理上的障礙確實會導致信仰上建立信任、親密的困擾；但當信仰生活中注入對自我的自覺，提昇了心理健康的程度，也會相對的提高了信仰上的滿意程度。薛保綸（1995：8）認為自古以來的人類，不論他是何種民族，或他的文化屬於何種層次，宗教信仰常是人類精神生活最重要的一部份，也是安定人心，使人感到幸福的重要因素。

另有研究發現，宗教可以幫助人解脫生命中的煩惱與痛苦，使人勇敢、樂觀的活在今生，並在面臨死亡時，懷著來世的盼望（傅佩榮，1998：50）。因為一個有信仰的人，不會詛咒黑暗，反而會將人的生活中所面臨的苦難和挫折，當成修練自己的身心（鍾智龍，2002：112）。尹美琪（1988）將 Allport 等人的量表譯成中文後，以大學生為對象從事研究；結果發現，關於心理健康與宗教趨向多有明顯的影響，內發性宗教取向與焦慮和憂鬱兩個指標呈負相關，也發現內發性宗教趨向者人生意義感較強，顯示內發性宗教趨向高者心理較為健康。陳得添（2006）發現有宗教信仰的國中教師之整體幸福感比沒有宗教信仰的國中教師為高。由上述這些研究也可發現幸福感與宗教信仰大致上具有正相關。

但是也有一些研究顯示了完全不同的結果。黃正鵠、楊瑞珠與許明松（1998）以全台灣各縣市的大學院校與技職院校 2591 位大專生為研究對象進行問卷調查，並探討不同背景變項大專生在「生活感受量表」上的差異情形，結果發現：不同宗教信仰大專生幸福感並無差異。黃國城（2003）研究指出不同宗教信仰的醫院志工在幸福感各層面上均沒有顯著差異。蔡坤良（2004）對小琉球的老人作研究，發現不同宗教信仰者在幸福感各層面上均沒有顯著差異。

綜合上述研究顯示，國內對宗教信仰在幸福感上的差異情形之研究，與國外的研究成果相同，呈現兩極化的結果，並未獲得一致性的結論。況且整體來說，國內對於宗教信仰與幸福感之關係的相關研究成果，雖已有一些文獻可供參考，但這方面的研究數量和成果仍相當的有限，尤其是以（國小）教師之宗教信仰與

幸福感關係為直接的探討主題之論文更是付之闕如，可見這個領域實在需要也值得作更多和更深入的探究。而且國小教師乃國民基礎教育之奠基者與執行者，其人格特質健全與身心狀態之穩定與否，對下一代的思想觀念和人格發展影響頗巨；因此，深入了解目前國小教師宗教信仰與幸福感之相關樣態，乃非常必要之事。由此可見本研究的重要性，同時預期本研究將可為這個領域增加一些研究成果。所以本研究想要對此議題再作進一步的探討，以釐清這兩者間的關係，提供教育主管機關、學術界、宗教界、教育界及後續研究之參考。

第五節 名詞界定與研究架構

一、名詞界定

為了明確定義本研究之研究主題，因此有需要對某些關鍵的名詞加以說明，並清楚界定其意涵與範圍，茲說明如下：

(一)國小教師

本研究所指的國小教師是指：服務於南投縣公立國民小學的正式教師，包括國民小學一到六年級的級任老師、主任、組長等兼任行政人員的教師，亦包含科任教師及特教老師等沒有班級任務的老師，但不包含校長。

(二)宗教信仰

本研究所稱的「宗教信仰」，是指國小教師個人對某一宗教，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。本研究引用嚴景惠(2007)所編的「宗教信仰問卷」為測量工具，其中包含「宗教參與」、「宗教實踐」、「宗教功能」以及「宗教信念」四個構面。而在本研究所指稱「宗教信仰」之操作型定義，係指受試者在本研究「宗教信仰問卷」五點量表的得分狀況，在「宗教參與」得分愈高，表示參與該宗教相關的活動愈多；在「宗教實踐」、「宗教功能」與「宗教信念」得分愈高，表示受試者愈同意該項陳述、對該宗教愈認同、受到該宗教啟發改變的程度愈大；得分低者反之。

(三)幸福感

本研究所稱的「幸福感」是指國小教師在生活上、工作上與身心上感受到舒適愉悅的程度。為瞭解研究國小教師的幸福感高低情形，本研究引用林子雯(1996)所修訂之「幸福感問卷」。而在本研究所指稱「幸福感」之操作型定義，係指國小教師在整體「生活滿意」、「人際關係」、「自我肯定」、「身心健康」四個構面上之滿意程度，亦即研究對象在此「幸福感問卷」五點量表的得分狀況，得分愈高，表示幸福感愈高；得分愈低，表示其幸福感愈低。

二、研究架構

本研究依據研究動機與目的，蒐集相關文獻資料，以文獻分析作為研究開展的依據，並根據研究目的與待答問題擬定研究架構圖，作為研究之藍圖。其研究架構如圖 一-2 所示。

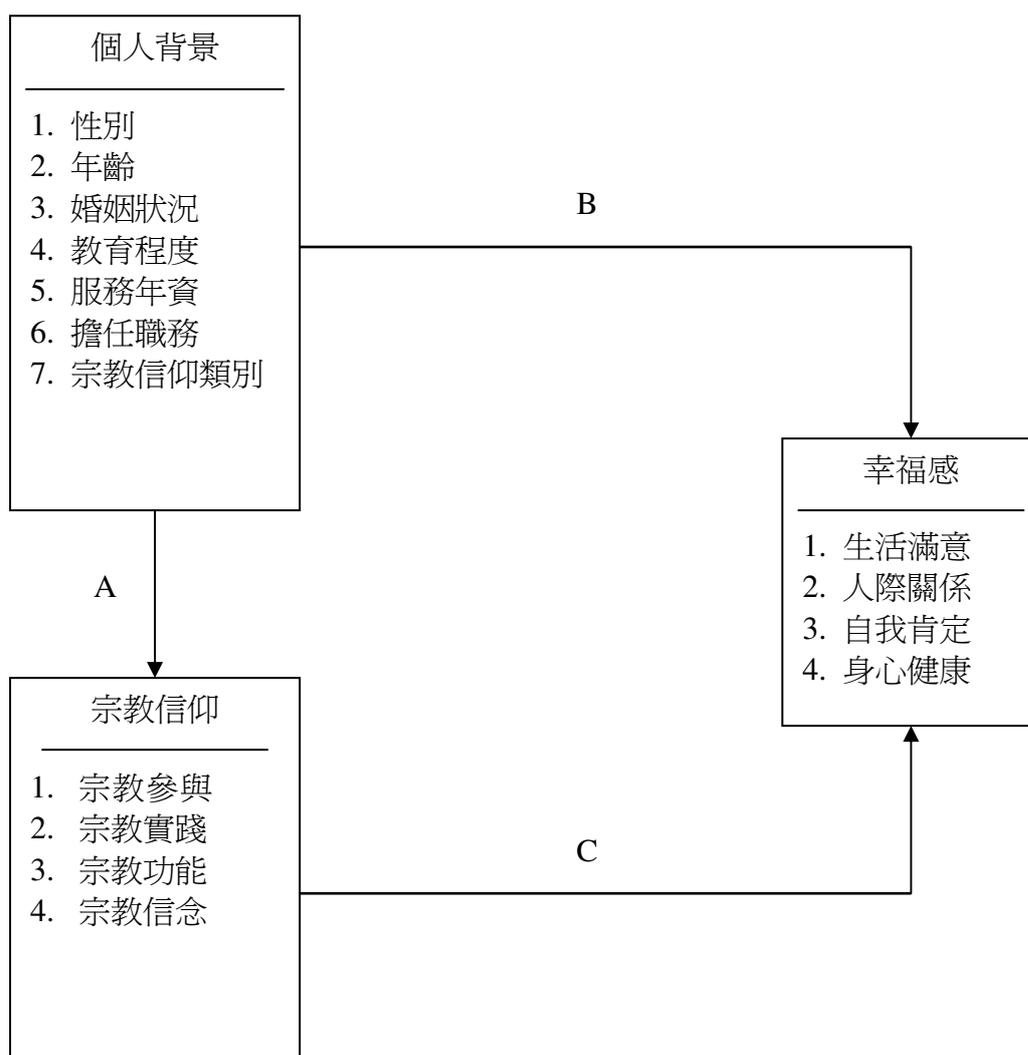


圖 一-2 研究架構圖

由架構圖 一-2 可知，本研究以個人背景、宗教信仰以及幸福感為主要變項，進而分別探討其差異性與關聯性，以下就各研究路徑分別說明之：

路徑 A：瞭解個人背景變項在宗教信仰上之差異情形。

路徑 B：瞭解個人背景變項在幸福感上之差異情形。

路徑 C：瞭解宗教信仰與幸福感的相關程度，以及宗教信仰對幸福感的預測力。

以下就各變項的內容作進一步的說明：

(一)個人背景變項

個人背景變項包括：性別、年齡、婚姻狀況、教育程度、服務年資、擔任職務、宗教信仰類別等 7 項。

- 1、性別：(1) 男性 (2) 女性
- 2、年齡：(1) 21-30 歲 (2) 31-40 歲 (3) 41-50 歲 (4) 50 歲以上
- 3、婚姻狀況：(1) 已婚 (2) 未婚 (3) 離異 (含分居、喪偶)
- 4、教育程度：(1) 師專 (2) 大學 (3) 研究所以上
- 5、服務年資：(1) 1-10 年 (2) 11-20 年 (3) 21-30 年 (4) 30 年以上
- 6、擔任職務：(1) 教師兼主任 (2) 教師兼組長 (含導師、科任教師兼組長) (3) 級任導師 (4) 科任教師
- 7、宗教信仰類別：(1) 基督宗教 (含天主教及基督教) (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

(二)宗教信仰類別

本研究有鑒於以往相關研究中對「宗教信仰類別」的劃分和定義含糊籠統，讓人有誤解之虞，因此研究者參考吳寧遠 (1998：63-65) 對各宗教所整理的分類指標，特別將本研究宗教信仰類別給予明確地劃分和定義。茲將此八種宗教類別之定義分述如下：

- 1、基督宗教 (含天主教及基督教) 徒：必須正式受洗。
- 2、佛教徒：必須正式皈依三寶 (佛、法、僧)，或是有親近出家法師、佛教道場修行者。
- 3、道教徒：必須正式皈依三清 (玉清天寶君之道寶尊、上清靈寶君之經寶尊、太清神寶君之師寶尊)。

- 4、一貫道徒：必須經過點傳師正式給三寶，信奉無極老母（明明上帝）。
- 5、民間信仰者：是指同時信仰不同的神明或其中之一（如媽祖、三太子、土地公、關公、三山國王、清水祖師等等）。
- 6、伊斯蘭教徒：必須經過正式的入教儀式，承認阿拉（Allah）是宇宙唯一真神，並在生活上嚴守五功（Pillars）等。
- 7、其他宗教信仰者：是指宗教信仰非上述之一者。
- 8、無宗教信仰者：是指無任何其他宗教信仰者。

(三)宗教信仰變項

此變項包括：宗教參與、宗教實踐、宗教功能以及宗教信念四個構面。茲將各構面之定義說明如下：

- 1、宗教參與：係指個體參與該信仰之宗教相關的活動頻率情形。
- 2、宗教實踐：係指個體在信仰了某宗教之後，將該宗教教義落實在日常生活中的情形。
- 3、宗教功能：係指個體在信仰了某宗教之後，受到該宗教各方面的影響或啟發，導致生活各層面產生正向變化之情形。
- 4、宗教信念：係指個體對該信仰之宗教的主要信仰對象（如上帝、神、佛菩薩等）及相關教義之認知程度或信仰態度。

(四)幸福感變項

此變項包括：生活滿意、人際關係、自我肯定以及身心健康四個構面。茲將各構面之定義說明如下：

- 1、生活滿意：係指個體對其整體生活各個層面的評估結果，感覺到喜歡、滿意的程度。
- 2、人際關係：係指個體在人我互動的關係上，如與親人、朋友、同事或陌生人等相處時，所產生良好的感受程度。
- 3、自我肯定：係指國小教師對其自身的存在價值、人生意義、生活目標，認同、肯定、接受的程度。
- 4、身心健康：身心健康係指國小教師在身體與心理二方面健康狀態的良好程度。

第六節 研究工具與樣本

一、研究工具

本研究為節省研究所需的經費與時間，在取得研究工具編製者同意的情形下，採用結合嚴景惠（2007）之「宗教信仰量表」與林子雯（1996）之「幸福感量表」而成之「國小教師宗教信仰與幸福感量表」，作為本研究的研究工具。此外，本研究基於下列理由採用現成之量表作為研究工具：其一，此二份量表編製過程嚴謹，參考國內外多種量表編製而成，同時各具有良好之信、效度，故值得加以採用（量表之信、效度詳細說明如下文）。其二，此二份量表編製完成後，又經多位研究者陸續採用以作為研究之工具，而且皆獲致良好結果（分別於第二章第三節和第三章第三節之宗教信仰與幸福感的量化研究工具詳細說明），因此可見此二種量表之可用性頗高。

茲將此二種量表之題目分配概況、題目給分情形與信、效度說明如下：

(一)宗教信仰量表

本研究係使用嚴景惠（2007）之「宗教信仰量表」，茲將此量表之構成因素、給分情形與信效度說明如下：

1、題目分配概況與給分情形

本量表共 24 題，分為四個構面：宗教參與、宗教實踐、宗教功能、宗教信念。量表全部題項為正向題，採五點尺度計分方式，選項依序為「非常符合」、「符合」、「普通」、「不符合」、「非常不符合」，分別給予 5 分至 1 分之分數；得分愈高表示宗教參與程度及認同度越高（宗教信仰量表詳見附錄一）。

2、信度

本量表採 Cronbach's α 值考驗宗教信仰量表中各分量表的內部一致性，各分量表的 Cronbach's α 值分別為：「宗教參與」為.850、「宗教實踐」為.922、「宗教功能」為.889、「宗教信念」為.890，總量表為.944（嚴景惠，2007），顯示量表具有相當高的內部一致性，信度良好。

3、效度

本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。其解釋變異量分別為：18.910%、17.940%、16.077%、15.687%，而總變異量為 68.614%，表示本量表之「建構效度」良好。

為了方便閱讀和便於進行統計分析起見，研究者已將原問卷之題號重新編排過。茲將宗教信仰問卷因素名稱、題數、原問卷題號、重編之題號、信效度整理如表 一-2。

表 一-2
宗教信仰問卷因素名稱、題數、題號、信效度一覽表

因素名稱	題數	原問卷題號	重編之題號	分量表 α 值	總量表 α 值	解釋變異量	總變異量
宗教參與	5	1、2、3、4、5	1、2、3、4、5	.850		18.910%	
宗教實踐	7	10、13、14、15、 16、18、22	6、7、8、9、10、 11、12	.922	.944	17.940%	68.614%
宗教功能	6	17、19、20、21、 23、24	13、14、15、16、 17、18	.889		16.077%	
宗教信念	6	6、7、8、9、11、 12	19、20、21、22、 23、24	.890		15.687%	

(二)幸福感量表

本研究係使用林子雯（1996）之「幸福感量表」，茲將此量表之構成因素、給分情形與信效度說明如下：

1、題目分配概況與給分情形

本量表共 24 題，分為四個構面：生活滿意、人際關係、自我肯定、身心健康。量表全部題項為正向題，採五點尺度計分方式，選項依序為「非常符合」、「符合」、「普通」、「不符合」、「非常不符合」，分別給予 5 分至 1 分之分數，得分愈高表示幸福感愈高（幸福感量表詳見附錄一）。

2、信度

本量表採 Cronbach's α 值考驗幸福感量表中各分量表的內部一致性，各分量表的 Cronbach's α 值分別為：「生活滿意」為.872、「人際關係」為.844、「自我肯定」為.820、「身心健康」為.791，總量表為.933（林子雯，1996），顯示量表具有良好的內部一致性，信度良好。

3、效度

本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。其解釋變異量分別為：19.15%、17.77%、16.52%、10.69%，而總變異量為 64.13%，表示本量表之「建構效度」良好。

為了方便閱讀和便於進行統計分析起見，研究者已將原問卷之題號重新編排過。茲將幸福感問卷因素名稱、題數、原問卷題號、重編之題號、信效度整理如表 一-3。

表 一-3
幸福感問卷因素名稱、題數、題號、信效度一覽表

因素名稱	題數	原問卷題號	重編之題號	分量表 α值	總量表 α值	解釋變異量	總變異量
生活滿意	7	3、4、7、12、 13、16、18	1、2、3、4、5、6、 7	.872		19.15%	
人際關係	6	10、11、14、15、 19、23	8、9、10、11、12、 13	.844	.933	17.77%	64.13%
自我肯定	6	1、6、9、20、 21、22	14、15、16、17、 18、19	.820		16.52%	
身心健康	5	2、5、8、17、 24	20、21、22、23、 24	.791		10.69%	

二、研究樣本

本研究採分層隨機抽樣法，研究範圍為南投縣公立國民小學之正式教師。依據 100 學年度南投縣教育入口網站所公佈之國小名單，一共有 147 所公立國民小學，總計 1729 個班級（南投縣教育處全球資訊網，2011）。另依班級數與教師數 1：1.5 之比例換算，約可得教師母群數 2594 人。研究對象為服務於南投縣國民小學的主任、組長、級任導師和科任教師，但不包含校長、代理代課教師、一般行政職員。

(一)抽樣學校

由於南投縣國民小學學校數較多，乃決定每個鄉、鎮、市之國民小學均為抽樣對象，然後考慮各鄉、鎮、市之國民小學校數及班級規模，採分層隨機抽樣方式抽取國民小學，使不同鄉鎮、不同規模的學校、不同職務的人都有被抽取的機會，以達到抽樣之代表性。南投縣共有 147 所國民小學，抽取其中 50 所國民小學，如此抽樣數約佔學校總數的三分之一強。

本研究在研究樣本的選取上，按照學校所在地區及班級數，將南投縣公立國民小學分成 6 班（含）以下、7-12 班、13-24 班、25 班（含）以上等四組。其中 6 班（含）以下的國民小學 57 校抽取 19 校，7-12 班的國民小學 60 校抽取 20 校，13-24 班的國民小學 16 校抽取 6 校，25 班（含）以上的國民小學 14 校抽取 5 校，合計 50 校。於 100 年 9 月中旬進行問卷寄發工作，以分層隨機抽樣方式抽取樣本學校，但是填答者之選取則是委由各學校代為選樣，於 9 月下旬回收問卷，進行統計處理。抽樣學校一覽表如表 一-4。

表 一-4
抽樣學校一覽表

學校規模	抽樣學校數	抽樣學校校名(班級數)
6 班(含)以下	19	平靜國小(6)、富山國小(6)、清水國小(6)、過溪國小(6)、隘寮國小(6)、田豐國小(6)、秀峰國小(6)、爽文國小(6)、東光國小(6)、北山國小(6)、郡坑國小(6)、神木國小(6)、中正國小(6)、潭南國小(6)、內湖國小(6)、長福國小(6)、大鞍國小(6)、和平國小(6)、新民國小(6)
7-12 班	20	鹿谷國小(12)、中寮國小(11)、新城國小(9)、福龜國小(7)、成城國小(11)、同富國小(9)、仁愛國小(8)、光榮國小(12)、中峰國小(12)、新庄國小(12)、社寮國小(9)、永昌國小(12)、名崗國小(11)、文昌國小(8)、永樂國小(7)、頭社國小(7)、長流國小(7)、新興國小(7)、信義國小(8)、親愛國小(7)
13-24 班	6	康壽國小(23)、育英國小(18)、僑光國小(23)、延平國小(24)、弓鞋國小(18)、魚池國小(17)
25 班(含)以上	5	水里國小(26)、南投國小(57)、埔里國小(73)、炎峰國小(63)、竹山國小(41)
總計	50	

(二)樣本人數選取

敘述研究的樣本需佔母群體的 10%（王文科，2001：192）。本研究共計抽出 602 人，約佔母群體 2594 人的 23.2%；整體來看，本研究在樣本數的抽取上符合慣例且具有代表性。並根據專家學者建議：地區性的研究平均樣本數約在 500 至 1000 人之間（吳明清，1991：157），而本研究屬於地區性之研究，研究抽樣的人數 602 人亦屬合理。

至於各類型學校之抽樣人數，因囿於國小班級數與教師數 1：1.5 之法定比例限制（例如全校班級數 6 班的國小，其全體教師不包含校長在內，最多僅為 $6 \times 1.5 = 9$ 人），故每一所學校依規模大小，由小型學校至大型學校分別分配 8 份、9 份、20 份、30 份問卷，其樣本人數分配結果為：

1、6 班（含）以下：每校抽取 8 位，共 19 所學校。

2、7-12 班：每校抽取 9 位，共 20 所學校。

3、13-24 班：每校抽取 20 位，共 6 所學校。

4、25 班（含）以上：每校抽取 30 位，共 5 所學校。

總計共抽取 602 名，各學校規模抽樣分配一覽表如表 一-5 所示。

表 一-5
各學校規模抽樣分配一覽表

班級數	項目	母群學校數	母群比例 (%)	抽樣學校數	樣本比例 (%)	各校發放問卷數	總問卷數=抽樣學校數×各校發放問卷數
	6 班（含）以下	57	38.77	19	38.00	8	152
	7-12 班	60	40.82	20	40.00	9	180
	13-24 班	16	10.88	6	12.00	20	120
	25 班（含）以上	14	9.53	5	10.00	30	150
	總計	147	100.00	50	100.00		602

(三)問卷回收統計

本研究針對各分層學校之教師進行抽樣，並將問卷以郵寄方式寄發，總計抽 50 所國民小學，寄發 602 份問卷。問卷寄發 2 週內，陸續有問卷寄回，針對回收之問卷，進行註記與分類。總計回收 490 份，剔除無效及填答不全樣本，合計有效樣本 479 份，回收率為 81.3%，可用率為 97.7%。茲將問卷發出與回收情形整理如表 一-6。

表 一-6
問卷發出與回收情形統計表

班級數	抽樣學校數	各校發放問卷數	總問卷數=抽樣學校數×各校發放問卷數	回收問卷數	有效問卷數	回收率 (%)	可用率 (%)	
	6 班（含）以下	19	8	152	127	125	83.5	98.4
	7-12 班	20	9	180	165	162	91.6	98.1
	13-24 班	6	20	120	79	74	65.8	93.6
	25 班（含）以上	5	30	150	119	118	79.3	99.1
	總計	50		602	490	479	81.3	97.7

第七節 資料處理與分析

當問卷回收後，先剔除無效問卷，再將有效問卷進行編碼、記分，然後輸入電腦建立資料檔，並用統計軟體 SPSS for Windows 17.0 加以處理。茲將本研究所採用之統計考驗方法說明如下。

一、描述統計

描述性統計是樣本基本資料的描述。分別針對所有受試者在個人背景變項上以及在「國民小學教師宗教信仰與幸福感問卷」之得分，求各層面及整體之平均數、標準差，以瞭解受試者個人背景資料的分布情形和國民小學教師宗教信仰與幸福感之現況。

二、 t 考驗 (t -test)

運用 t 檢定，以個人背景變項中的教師性別為自變項，宗教信仰、幸福感之整體與各層面為依變項，比較兩母體間的平均數，考驗不同性別的國民小學教師在宗教信仰、幸福感各層面及整體上是否有顯著差異，即考驗研究假設 1-1、2-1。

三、單因子變異數分析 (one-way ANOVA)

除性別以外之教師背景變項為自變項，宗教信仰、幸福感之整體與各層面為依變項，進行單因子變異數分析，考驗教師不同背景變項，在宗教信仰與幸福感各層面及整體上是否有顯著差異；若變異數分析整體考驗的 F 值達到顯著，則進一步以薛費法 (Scheffé method; S 法) 進行事後比較，進一步瞭解各組群之間的差異，即考驗研究假設 1-2、1-3、1-4、1-5、1-6、1-7、2-2、2-3、2-4、2-5、2-6、2-7。

四、Pearson 積差相關 (Pearson's product-moment correlation)

相關分析是用來測量二個變項間的關係強度，本研究以 Pearson 積差相關分析國民小學教師宗教信仰與幸福感各層面及整體的相關，用以考驗研究假設三，可瞭解教師宗教信仰與幸福感的相關程度。

五、逐步多元回歸分析 (Multiple stepwise regression)

採逐步多元迴歸分析法，以「宗教信仰」各面向為自變項，「幸福感」整體為依變項進行分析，來了解國小教師宗教信仰對幸福感是否有顯著的預測力，用以考驗研究假設四。

第八節 研究範圍與限制

茲將本研究之研究範圍與研究限制分述如下：

一、研究範圍

(一)研究地區

由於研究者地利之便有助於發放問卷，本研究以南投縣公立國民小學為取樣範圍。

(二)研究對象

係以任教於南投縣公立國民小學教師為本研究的問卷調查對象，包含教師兼任主任及教師兼任組長等行政人員，但不包含校長，並以分層隨機抽樣方式取樣。

(三)研究內容

本研究旨在探討國民小學教師的宗教信仰與幸福感二方面的關係，其他變項則不在本研究中探討。至於在個人背景變項方面，本研究僅探討國民小學教師的性別、年齡、婚姻狀況、教育程度、服務年資、擔任職務及宗教信仰類別等 7 種變項，其他個人背景變項則不在本研究探討的範圍內。

(四)研究時間

本研究自九十九年七月至一 00 年十二月為止，期間由研讀文獻、蒐集資料、選定適當問卷、實問卷調查、問卷的回收、及問卷整理與分析，以達整篇論文的完成。

二、研究限制

(一)就研究地區而言

本研究是以南投縣公立國民小學教師為樣本，故研究結果可能無法推論到其他縣市。

(二)就研究變項而言

本研究在個人背景變項的取捨上，以南投縣公立國民小學教師之性別、年齡、婚姻狀況、教育程度、服務年資、擔任職務、宗教信仰類別等 7 方面為重點，來探討國民小學教師的宗教信仰與幸福感的關係；在研究的廣度及深度方面，以一般性、同質性為主，較無法顧及樣本的個別特殊因素，如個人特殊疾病史、子女人數.....等。

(三)就研究內容而言

國民小學教師在宗教信仰與幸福感的有關層面相當廣泛，而本研究在宗教信仰方面，僅從「宗教參與」、「宗教實踐」、「宗教功能」與「宗教信念」等四個構面來探討；而在幸福感方面，亦僅從「生活滿意」、「人際關係」、「自我肯定」與「身心健康」等四個構面作分析；無法兼顧所有層面，如原生家庭宗教傾向、經濟狀況……等。

(四)就研究工具而言

因研究者人力與時間上的限制，採量化調查為主的方式來進行，無法兼重質性研究面向。而問卷填答以教師自陳方式來填答，填答時可能因心理防衛或社會期許效應的因素而有所保留，未必與真實的情形完全符合，可能使研究結果產生測量誤差的存在。

第二章 宗教信仰的意涵與探討

本章的主旨在對宗教信仰作相關的探討。研究者將從最基礎的概念來作鋪陳，因為研究者認為唯有從基礎的概念來逐一耙梳，才能抽絲剝繭，從中發現宗教信仰與幸福感兩者之間的關係。本章一共分為五節：第一節為宗教與信仰的定義；第二節為宗教的要素與功能；第三節為宗教信仰的量化研究工具；第四節為台灣地區宗教信仰概況；第五節為國小教師的宗教信仰探討。茲分述如下。

第一節 宗教與信仰的定義

從地球上有人類以來，就有宗教的存在。不同宗教信仰所形成的人與超越界的關係，讓人們產生出不同的世界觀、宇宙觀與人生觀，也塑造出人類各種不同的行為模式。然而，不管在任何族群的社會中，對宗教的需求都是同樣重要的。就如涂爾幹（Émile Durkheim）所言：「沒有一個宗教是虛假的，都有各自為真的方式，雖然只是以不同的方式，但都對人類既存的經驗現況提供了解答。」（引自張慧端譯，1996：23）。由此可知，宗教對人類的重要性是不可抹滅的。茲將「宗教」與「信仰」的定義分別作一說明。

一、宗教的定義

談到「宗教」的定義，就像世上宗教種類和現象的錯綜複雜般，眾說紛紜，各有獨到之處，也可以說有多少種宗教就有多少種宗教的定義，實在無法用一種宗教的定義作為全部宗教的解釋。例如在基督教中對「神」的定義就未必適用於佛教中對「神」的觀點。國內外學者對於「宗教」一詞的定義與詮釋，長久以來即有諸多不同的觀點，以下列舉幾位中外學者的觀點略作說明。

(一)國外學者之觀點

被稱為宗教學創始人的謬勒（F. Max. Müller）認為宗教就是對某種無限存在實體，亦即是「無限者」（the infinite）的渴望、信仰與崇慕（引自陳觀勝、李培榮譯，1989：18）。美國著名宗教心理學家詹姆斯（James，1991：105）認為：宗教就是個人在他孤單獨處的時候，與某種被他視為神聖的對象有所連繫，因而發生的感情、行為和經驗。英國宗教學者 John Macquarrie 認為宗教中最根本的東

西就是人與神的聯繫和溝通（引自何波莎、周天和譯，2006：5）。而宗教人類學家泰勒（Tylor，1871：37）則認為宗教是人們對於某種精神存在（靈性實體）的信仰。上述這些學者們都是以信仰為主體來界定宗教的本質內涵，是以信仰者個人主觀的感受和宗教經驗為中心來論述。

基督教神學家田立克（Tillich，1959：102-105）從宗教與文化的相互關係來定義宗教，他認為人類文化的統一性在於宗教，宗教構成一切文化的內部差異，宗教是文化的實質核心，文化則是宗教的外在表現形式；因此人類的宗教與文化是同時形成的，缺一不可。同時，他說：「宗教體現了人的終極關懷，人只有通過深層的『意義』才能實現自我存在的真實性」（引自金澤，2001：3）。此外，宗教人類學者 Clifford Geertz 也從文化角度來定義宗教，他認為文化是一個有系統的意義網絡，而宗教就是一種文化系統；所以他對宗教的定義如下：「宗教是一套象徵系統，它設定一些觀念以說明存在的一般秩序，並建立起一些廣泛的、有力的、持久的情緒和動機，又配合這些概念提供事實的根據，使得整個情緒和動機特別具有真實感」（引自劉承宗，2004：5）。

Frederick J. Streng（1985：59-63）則從現實生活的實用層面立論，他的宗教定義是將終極實體（神聖的象徵物）和其實際作用結合，他認為宗教是實現「根本轉變」的一種過程和方法；而所謂的根本轉變是指人們能夠從一般的困擾，如罪惡、無知中，徹頭徹尾地轉變為能夠在最深刻的層次上，妥善地處理這些生活上的困擾，進而能駕馭生活，使人們可以體驗到一種最深刻的和最可信的終極實體。Louis Dupre 指出宗教是人類心靈與實在界之間一種極為複雜的辯證關係，因為它總是不停地否定既得的立場，以致「為人類生命開拓了一個新的向度」（引自傅佩榮譯，2006：216）。

社會學家則是以宗教的社會功能來界定宗教的本質。涂爾幹認為宗教是一種與神聖事物有關的「信仰」與「儀式」組合而成的體系，所有認同這些信仰和儀式的人結合在「教會」的道德社群內。對涂爾幹而言，宗教信仰的信念與行動是宗教與其他領域最不同的地方（引自芮傳明、趙學元譯，1992：157-160）。Lenski（1963：121）認為宗教是一種信仰體系，宗教團體裡的成員可根據這個信仰體系而對決定人們命運的偉大力量和運作方式有所了解和掌握。Yinger（1970：77）則認為宗教是一群有同樣信念的人依靠其體系來應付人類生命中的終極層面問題，這些終極層面問題包括了苦難和死亡、不公義和邪惡、生命的真正目的等面向。

以上的學者們傾向於把宗教的社會功能視為宗教的本質，易言之，只要與宗教有相同社會功能的文化現象都可被稱為宗教。

精神分析學派創始人佛洛伊德對於宗教的看法和上述的學者們有很大的差異，他的觀點可說是較為特殊的。他是以精神分析為出發點來看待宗教，他認為宗教、道德、社會和藝術之起源都導因於伊底帕斯情結，所以他認為宗教是一種集體的精神分裂症，上帝象徵人類對父親權威的投射，對應至個人超我的情感，而展現於宗教當中。他指出宗教是一種幻覺，人類文明發展到最後一定是科學獲得勝利，宗教隨著科學的發展終會消失（引自張愛卿譯，2000：238-241）。

(二)國內學者之觀點

劉昌博（1997：21-23）論及所謂的宗教，即凡是利用人類對於宇宙、大自然、人生中的各種神秘現象所產生的恐怖、模擬、奇異、希望的種種心理，構成一種勸善懲惡的教義，並用來教化別人，使別人信仰的一種思想和形式叫做宗教。鄭志明（2006：26）則認為宗教是人類自古以來流傳的一種精神文明，雖然其形式五花八門，因而形成教派林立的現象，但其內在本質則是反映人類心理本能中共有的信仰情操。唐君毅說：「宗教生活的核心就是要尋找『安身立命之所』，借助人心的修養以便使自己成為『真正的』人」（引自金澤，2001：3）。

釋慧開（2004：253-255）認為人類的宗教需求與探索是人們面對宇宙人生各種不解的現象時的本然反應，也是探求究竟真實與追尋徹底解脫的終極關懷。他綜合各家義理及其個人的體驗與心得，以中國儒、道、釋三家共通的心性體認為本位的哲理意涵與生死觀照，對宗教一詞提出如下的詮釋：「宗教不只是信仰的依歸，其旨趣是以圓滿人生的自在解脫為目的；宗教不只是勸善的說教，其內涵是以觀照人心的真妄虛實為極致；宗教不只是知識的探究，其行持是以理想人生的實踐證悟為課題」。

綜上所述，宗教的定義可以從多方面來加以討論，而且中外學者詮釋的內容也各有其獨到之處，除了佛洛伊德的觀點較為特別外，大體而言，認為宗教強調人類對於超自然力量的崇敬、臣服與內在體驗，導致人們最深層的心靈與生活方式受此力量影響及掌控。透過這個超自然力量的實體化，形成一種信仰與實踐的體系，並且凝聚所有對這個體系認同的人，使之團結在同一個社群裡；同時宗教

也提供人類心靈最深層的存在意義渴求感的滿足，使人得以找到一個安身立命的精神寄託，進而發掘人生的真諦。

二、信仰的定義

劉承宗（2007：1）認為信仰是指對某種主義、思想、或神的旨意的信服和遵從，並把它奉為個人的行為準則。信仰是對價值觀、人生觀和世界觀的選擇和堅持，信仰體現人生價值、人生意義的可靠真實。陳迺臣（1997：21-22）的觀點，認為信仰涉及信念的建立，信念（beliefs）是人所具有的抽象思考方式，是一種思考和想像的過程，會影響個人對外在真實世界的解釋和評估，進而成為個人行為判斷的準則。神學家田立克說：「就形式的定義而言，信仰就是終極關懷。」根據他的觀點，真正的宗教信仰是一種面對宇宙人生的終極關懷，它超越世俗與物質層面」（引自釋慧開，2004：97）。

綜上所述，信仰是對某種思想主義或超越界的神的旨意的一種信念，這種信念創造出不同的價值觀、人生觀和世界觀，進而成為個人行為的準則。而宗教信仰則是對某個宗教的終極實體和因其教導而衍生的教義的一種信念，透過這些教導或教義，每個宗教都創造出不同的價值觀和世界觀，信仰者則形成其宗教的人生觀，並透過這些教導或教義來生活和行動。

接著，研究者擬從上述各家學者對宗教與信仰的論點中，萃取出宗教信仰與人們幸福感受之間的關聯，以便和本論文的主題相呼應。首先從宗教談起，然後再談論信仰。在宗教部分，繆勒、詹姆斯與泰勒強調宗教是對某種無限者的渴望，簡言之就是渴望與神的聯繫和溝通，而且宗教就是個人在他孤單獨處的時候，與某種被他視為神聖的對象有所連繫的狀態，而這些或許就是宗教能消除人們孤獨無助的心理恐慌之原因。其次是田立克與 Clifford Geertz 的觀點，他們說明了宗教能提供人們自身和宇宙存在的秩序觀，並對此觀點建立起有力和持久的情緒，同時宗教也提供實現自我存在的意義，達成對人們終極的關懷。研究者認為若能解決人們內在的孤獨感和提供人們自我實現的意義，應對人們的幸福感受有所助益。

然後談到 Frederick J. Streng 的觀點。他認為宗教能夠把人們從罪惡、無知中提升到能妥善地處理這些生活上的困擾，進而能駕馭生活，達成他所謂的「根本轉變」；而 Louis Dupre 則認為宗教能為人類生命開展新向度。接著談到社會學家們的觀點，涂爾幹認為宗教透過信仰和儀式把人們結合在教會的社群內；Lenski 則

認為人們可透過這個信仰體系對決定人們命運的偉大力量和運作方式有所了解和掌握；Yinger 認為人們可透過宗教信念體系來應付人類生命中苦難、死亡、不公義和邪惡的終極層面問題。研究者認為若能讓人們透過「根本轉變」來提升生命邁向新向度，並且透過宗教這個社群和信仰體系來讓人們有歸屬感並且有能力掌握命運，應對人們的幸福感受有所幫助。

至於劉昌博則談到宗教勸善懲惡的教義能撫慰人心；唐君毅也說宗教能讓人找到「安身立命之所」；釋慧開則說宗教能圓滿人生的自在解脫、透過理想人生來實踐證悟。研究者認為若能透過宗教教義來解釋世上的不公不義以達撫慰人心之功效，進而讓人們有安身立命之所，最終達成自在解脫的證悟境界，應是幸福感最極致的表現。最後，談到信仰的部分。劉承宗與陳迺臣認為信仰能提供人們行為的準則，進一步體現人生價值和意義；田立克甚至說信仰就是對宇宙人生的終極關懷。由前述的觀點中，研究者認為信仰能提供人生的意義和價值，又能給予人生終極關懷，應和幸福感有極大的相關。

從上述各家學者對宗教和信仰的觀點中，研究者發現，學者們對宗教與信仰的闡明，不外乎宗教參與、宗教實踐、宗教功能、宗教信念等範疇；而此四個範疇正是本研究所採用的宗教信仰量表之四個層面。同時，研究者也發現，學者們對宗教與信仰的闡明，也可和生活滿意、人際關係、自我肯定、身心健康等範疇相互連結；而此四個範疇正是本研究所採用的幸福感量表之四個層面。由此可見宗教信仰與幸福感確實具有相當高的關聯，同時可看出本研究所採用的量表也頗能契合這個主題；因此本研究擬透過上述兩種量表對此議題作進一步的探討。

第二節 宗教的要素與功能

一、宗教的要素

宗教之所以能夠從遠古至今持續的存在與傳播，其主要原因在於它能夠滿足人們的某些特殊需求，對個人、族群、社會、國家，乃至全人類發揮其獨特的功能。而一種成熟健康型態的宗教必須由若干種基本要素或條件構成。依涂爾幹的定義，一個宗教的成立必須包括四個基本要素：聖物、信仰、儀式和組織（引自瞿海源，1999：331）。Johnston（1975：24）認為宗教有五個主要的基本條件：聖物、儀式、教義、道德規範、信徒。傅佩榮（2005：125）認為宗教有四個必要的

條件：教義、儀式、規範與合理解說。王曉朝（2004：65）則認為宗教的基本要素有：宗教的意識、宗教的組織、宗教的禮儀與宗教的器物。另外，王煥琛（1997：8）認為良好的宗教應具備下列四個條件：教義經典、宗教規範、宗教儀式、行政組織與設備。劉仲容與林天河（1996：34-36）則就宗教的結構觀點立論，認為宗教主要包含三要素，即教義：解釋宇宙和人生等問題；禮儀：包含規範性的章程以及實踐性的規矩；司祭：專門負責講解教義和執行禮儀的人員，此三者具備則為典型的宗教。張樾（1997：47）則歸納出六個宗教成立的因素：教義、奧秘、經典、儀式、規範和組織。

綜上所述，學者們對宗教成立基本條件的觀點，雖然在數量和類別上有些出入，但大體上說來是相當一致和雷同的，僅有傅佩榮的觀點中有「合理解說」一項，較為特別且有別於他人，所以研究者在此特地提出來稍加解釋。傅佩榮（2005：125-126）的「合理解說」，是指宗教必須朝向理性開放，一方面讓所有人都儘可能明白其教義，即使人們不一定接受；二方面是可以彌補理性之不足，但決不是要否定理性。例如，宗教中雖然有各種奇蹟，但必須不違背常理，否則即有迷信之虞。瞎子有可能復明，但是他必須要有眼睛；死人有可能復活，但是他必須要有血有肉。至於靠信仰治病的案例，則可將之歸因於心理或心靈的物理效應，這在現代身心醫學的研究中，已經可以作相當程度的解釋了。合理解說具體表現在神學與佛學中的例子，則是用理性思維來展現神學與佛學信仰的時代意義。研究者將上述多位學者的觀點整理如表二-1，方便作為比對參照。

表二-1
多位學者對宗教成立基本條件的觀點

學者	對宗教成立基本條件的觀點					
涂爾幹	聖物	信仰	儀式	組織		
Johnston	聖物	教義	儀式	信徒	道德規範	
傅佩榮		教義	儀式		規範	合理解說
王曉朝	宗教的器物	宗教的意識	宗教的禮儀	宗教的組織		
王煥琛		教義	宗教儀式	行政組織與設備	宗教規範	經典
劉仲容、林天河		教義	禮儀			司祭
張樾	奧秘	教義	儀式	組織	規範	經典

資料來源：研究者自行整理。

接著，研究者將上述所有學者大致都認同的宗教成立因素作一簡要的說明。

(一)聖物

宗教首先要有聖物，這聖物可以是一種超凡的力量或是人、事、物。有時神、鬼或祖先具有超自然的力量，有時社會的道德原則也具有神聖而不可侵犯的特性。這些都是神聖的事物，是構成宗教的第一要素，祂們有時是超心理、超科學的，也是宗教上最神聖和神秘的部分。

(二)教義

宗教必須有一套信仰，或者是一套教義，即對世事萬物的看法和主張，不同宗教的教義會對宇宙人生的根本真相做不同的解釋。例如：佛教主張輪迴轉世說、基督教相信死後有天堂地獄的審判等。各個宗教在宣揚教義和維護教義上都不遺餘力，甚至犧牲生命都在所不惜。由此可見信仰或教義成爲宗教的根本要素，對宗教的重要性是再明白不過的。世界各大宗教的教義都博大精深，爲宗教的根本精神和動力所在，對一些信徒來說，教義的重要性是遠遠超過其他宗教要素。

(三)經典

經典是指創教者所遺留下來的歷史、言行、教法和典範的紀錄，也是傳遞教義的主要工具。各大宗教都有其或多或少的經典流傳下來，成爲後世信徒有所依歸的根據。

(四)儀式

儀式是指一種人們象徵性地表達行爲，是人向神佛溝通祈福的禮儀、程序和方法，試圖將世俗和神聖相接連。透過儀式，人們對宗教的信仰得以加強，諸種終極問題得以解決，甚至經由儀式強化了人們某一些價值觀，增進社會團體內的凝聚力。儀式本身不一定有什麼意義，它必須和宗教信仰或神聖事物相關連時，才有宗教上的意義。

(五)規範

宗教體系將某些思想觀念說成是善的、有價值的，並加以鼓勵和積極強調，進而影響其信徒在日常生活中選擇這種行爲；同時將其他行爲、思想、觀念說成是壞的、有害的，應爲信徒所拒絕。它除了提供清楚的道德判準，爲對教徒的禁忌和戒規，作爲維持外在行爲的規範之外，更可影響教徒的內心動機。其目的不

僅在有關宗教的情景中影響個人的行為，在所有日常生活中也能產生作用。一般社會都肯定宗教戒律可以彌補法律的不足，協助維持良好的社會善良風氣。

(六)組織

組織為施行宗教整體事務，包含傳教、修道等的團體。宗教必然要有信徒，而信徒集合起來也不是漫無組織的。不同的宗教都各自有其組織信徒的方式和作法，宗教組織主要是在於組織內人們有共同的宗教信仰，尊崇同樣的神聖事物，一起參與相同的宗教儀式。在宗教組織裡常有具備特殊宗教魅力的領袖帶領信眾，尤其是新創的宗教裡，這種領袖所具有的特徵是很難為他人所取代的。宗教組織不僅維繫了宗教的存續，更因組織化的力量而對整個社會乃至世界產生顯著的影響。

接著，研究者將從上述宗教成立的要素中，提出論點來申論宗教與幸福感的關聯。研究者認為宗教的聖物能讓人產生一種神聖不可褻瀆的情懷，因而讓人擁有謙卑和溫順的態度，有助於內心的平靜，無疑是增進幸福感的管道。宗教的教義提供宇宙人生真相的解釋，讓人們的生命有個歸依處，亦有助於幸福感的提升。經典是傳達教義最主要的工具，人們透過經典的閱讀，能加深和內化教義的影響力，建立起對宗教堅強的信心，也有助於內心幸福的感受。人們透過儀式，解決諸種終極問題，強化了人們某一些價值觀，亦能增進個人幸福感。宗教規範可作為外在行為的準則，更可影響教徒的內心動機，進而促進幸福感受。宗教組織能給予個人歸屬感，幫助維繫良好人際關係，提供個人心靈的寄託，不啻是幸福感的最佳寫照。綜上所述，宗教與幸福感應該有密切的關聯，也與本研究宗教信仰量表之宗教參與、宗教實踐、宗教功能、宗教信念 4 層面，與幸福感量表之生活滿意、人際關係、自我肯定、身心健康 4 層面之意涵相吻合，因此值得本研究對此議題作進一步探究。

二、宗教的功能

一般而言，宗教學者所論述的宗教功能，其關注的焦點是人如何把他所信仰的宗教教義體現在社會生活中，藉此去理解宗教信仰所帶來的影響，其範疇不僅涵括私人領域，也包括整個社會公共的生活層面。在不同的研究當中，發現宗教

有不同的功能；不同領域的學者對宗教所具備的功能也有各自的觀點。茲略舉數門學科領域中頗具代表性之學者對宗教功能的看法如下。

(一)馬克思

首先略述社會學家馬克思的的觀點。馬克思從社會學的角度觀察，關注社會和宗教整體之間的互動影響。馬克思認為不能把宗教視為獨立、封閉的體系來看待，而應當從宗教與社會的聯繫來作研究；因此宗教組織的分類，也必然要以研究它的歷史和它所受到的社會制度影響為基礎，所以他從宗教意識、宗教組織、宗教活動的層面來分析宗教的功能。馬克思認為宗教的功能有以下五點（引自王孝雲、王學富譯，1992：158-163）：

1、世界觀的功能：

包括個人對世界的認識與感受，以及個人與世界關係的評價；宗教的世界觀體現在信仰者的行為和關係之中，也體現在宗教組織的結構上。

2、補償的功能：

補償功能在人際之間產生作用，例如人際之間的不信任，在「基督的懷中」可以化作兄弟的情誼，因此能夠緩衝人際間所導致的緊張狀態。

3、交往的功能：

藉由宗教活動與宗教儀式達成與上帝的溝通，進而促進人與人之間的交往。

4、調節的功能：

透過宗教思想、教義、道德規範、祭祀活動，調節人們的意志、思想與行為。

5、整合的功能：

把人的思想與情感整合起來，也把社會團體和機構的力量整合起來，進而促進社會的穩定和繁榮。

(二)馬林諾夫斯

其次，簡述人類學家馬林諾夫斯基的看法。馬林諾夫斯基認為一個民族的宗教是一套信仰和實踐的完整體系，它可以幫忙處理社會上及心理上許多非經驗和非科學範疇的問題（引自張志剛，2003：27）。而且他認為宗教的目的和功能是不同的，宗教的目的是為了對神的崇拜；而宗教功能則有下列四項（引自朱岑樓譯，1984：210-212）。

1、意義的功能：

意義包含了概念與需求兩個層面。宗教能賦予生命存在的價值及死亡之意義，以減少人們對生死問題的憂慮；當人的心靈受到不符合預期及反常態現象之威脅挑戰時，可藉由各種宗教儀式來疏導，以維持觀念體系的正常運作。

2、歸屬與認同功能：

宗教有賦予個人身份的功能，即賦予對自我認知與價值的功能。信仰同一宗教的人們，能從宗教中獲得歸屬感，認同屬於他們自己的宗教團體，這可使人了解他是誰以及他扮演什麼角色。

3、心理的功能：

就個人而言，宗教能使人回復快樂的心情，舒緩人的焦慮與不安，使人的心靈有所依靠與慰藉。

4、社會的功能：

宗教的社會功能在於聯繫一個社會組織，整合社會組織內的集體情感，並促進這個社會的團結。

(三)瞿海源與李志夫

接著略述宗教學者之觀點。瞿海源（1999：378）從社會學的觀點認為宗教的功能有以下三點：提供個人社會角色之意義；提供個人歸屬感與認同感；提供社會結構建立及文化功能。李志夫（1998：5）則指出，宗教具有下列幾項功能。宗教的積極功能：宗教對社會和個人具有啓示性、教育性、社會性和娛樂性等正面功能。宗教的消極功能：如果信徒是以功利主義的心態來信仰宗教，則易形成信徒偏差的行爲。宗教的補助功能：宗教可以彌補科學實證知識之不足、缺憾、未知性及具象之空虛感。宗教的服務功能：宗教可為社會大眾提供心靈環保、心理衛生、急難救助及臨終關懷等服務。

(四)歐陽教

最後從教育學者立場來談論。歐陽教（1992：36-39）則從個人心理以及社會文化層面立論，闡述了宗教在個人以及社會的互動功能。他認為宗教有正、負面影響各二：

1、撫慰與統整的功能：

宗教信仰能撫慰人們遭逢生、老、病、死、天災人禍、或挫折悲傷時的卑微小我心靈，強化人們的生存意志，以便開創大我的實存境界。

2、互補與創造的功能：

宗教教義通常具有強烈的道德約束功能。透過他律的宗教教義及誠條有助於培養並強化自律的道德良心。而且形而上豐富的宗教信仰內容，常會激發藝術、文學、音樂、哲學、科學等之創作，加深並加廣人類文化內容。

3、消極、避世的缺失：

層次較高且健康的宗教信仰應該是積極、入世和淑世的理念；層次較低或不健康的宗教信仰，難免消極、出世和避世，甚至是遁世、厭世，逃避自己應盡的社會責任。

4、分裂、排他的缺失：

若干特別激進的宗教或宗派的信仰，強烈排斥異己，容易造成族群、社會、國家或國際間的宗教戰爭。

接著，研究者擬從上述各家宗教功能的學說中，分析對幸福感有影響力的一些因素。馬克斯認為宗教能緩衝人際間的緊張、促進人際的交往、調節人的思想行為，進而整合人的思想和情感；這無疑都與幸福感有正面相關。馬林諾夫斯基則強調宗教能賦予生命意義，減少死亡憂慮；也能賦予自我認知價值，提供歸屬感，進一步紓緩焦慮，回復快樂心情；以上觀點也和幸福感是息息相關的。瞿海源指出宗教能提供個人社會角色之定位，使人有歸屬感和認同感，此看法和幸福感是不相違背的。李志夫則認為宗教具有娛樂性，也能提供心理衛生、急難救助和臨終關懷等服務，這些功能也是幸福感的來源之一。歐陽教提出宗教能撫慰人們遭遇苦難的心靈，強化人們生存意志，並能給予藝術和文化等各方面的涵養，這些功能亦是影響幸福感的重要因素。上述的諸多發現，都與本研究幸福感量表之生活滿意、人際關係、自我肯定、身心健康 4 層面之意涵相吻合。

第三節 宗教信仰的量化研究工具

一般認為，司塔伯克（E. D. Starbuck）開創了美國宗教心理實證研究的傳統，又隨著 Thurstone、Allport、Ross 等學者對宗教態度與人格採取測量性的研究，使測量法逐漸成為美國宗教心理學研究的主要方法（陳永勝、梁恒豪、陸麗青，2006：15-22）。社會調查方法被用來發現在一群人當中，宗教活動的範圍是如何隨年齡、

性別、歷史和文化等因素而產生變化的。測量法還可以藉由統計資料，去發現因素之間的相互影響關係，以及能探討治療事件產生效果的前因後果；意即人們可透過個人的報告或客觀測量，對宗教在身心健康和幸福的影響進行研究和了解。因此本研究擬採用量化的問卷量表當作宗教信仰的研究工具。當前國內外有關宗教信仰的量化研究工具很多，各有其獨到之處，茲略舉數種分別敘述如下。

首先是 Hoge (1972: 369-376) 的「內在的宗教動機量表」(Intrinsic Religious Motivation Scale, IRM)。此量表只有簡短十題，引用 Allport 從行為動機的角度將宗教分為「內在宗教」和「外在宗教」。十題中包含七題正向題和三題反向題，採四點量表，主要測量內在的宗教動機。

其次是宋文里與李亦園 (1988: 113-139) 的「個人宗教性量表」。此二位學者之「個人宗教性」概念乃是從感情、行為和經驗的角度來探討宗教的現象，是國內宗教信仰研究的起步之作。該研究探討重點其一是：所謂「無信仰者」究竟有沒有信仰？其二則為：不同類別的人在信仰上會有什麼不同？此量表經因素分析，確定個人宗教性含有八個因素，分別定名為「個人信仰」、「術數」、「善惡」、「宗教活動」、「人生」、「死後世界」、「物性」、「生育」。

接著是鄭書青 (2000: 52-63) 的「青少年宗教信仰量表」。他主要從社會控制理論 (Social Control Theories) 觀點提出宗教信仰的要素有「宗教態度」、「宗教活動」、「宗教抱負」、「宗教理想」等四個變項，再加上依據社會緊張理論 (Social Strain Theories) 提出「宗教舒緩功能」的變項，和依據社會學習理論 (Social Learning Theories) 提出「宗教學習功能」的變項，從這六個變項作為瞭解青少年宗教信仰的情況。

然後是陳美琴 (2001: 126-128) 引用的「信仰成熟度量表」。她引用 Benson、Donahue 和 Erikson 在 1993 年設計的「信仰成熟度量表」(Faith Maturity Scale, FMS)，用來測量信仰的行為和態度。問卷設計並不考慮受試者信仰的宗教類別。信仰成熟度問卷分「群我關係」、「神人關係」兩個層面。

再來談到中央研究院的「宗教調查問卷」。中央研究院的「臺灣地區社會變遷基本調查」，自 1983 年推動以來，每次調查都抽取具代表性的民眾約兩千人來做訪談，以間隔五年為原則，從事貫時性之調查，以探究台灣社會變遷的各個面向。而每次調查，宗教信仰都是主要的背景變項，從調查資料可以看到二十歲以上人

口宗教信仰的分布狀況、宗教態度的變遷、宗教和術數行爲等（鄭志明，2001：2-8）。

最後則是嚴景惠（2007：45-51）的「宗教信仰量表」。此量表係參考上述學者們（Hoge，1972；宋文里、李亦園，1988；鄭書青，2000；陳美琴，2001）所編製的量表，以及中研院的「臺灣地區社會變遷基本調查」中，宗教調查問卷編製而成。因此可說是國內宗教信仰問卷之集大成者，問卷內容應該可以涵蓋上述各家學者或機構之研究範疇。該量表包含「宗教參與」、「宗教實踐」、「宗教功能」以及「宗教信念」四個構面。宗教參與方面，主要想了解平時實際從事有關宗教活動情形，含有五類外在宗教相關活動；其他三個因素：宗教實踐、宗教功能與宗教信念，則在了解個人宗教態度方面的差異性。該量表經測試後具有良好的信度和效度，此部分已於本論文第一章第六節研究工具與樣本中作詳細說明。

本研究引用嚴景惠（2007）所開發之問卷作為宗教信仰的量化研究工具，用來瞭解國小教師宗教信仰狀況。研究者之所以會採用這份問卷，是因為其編製過程嚴謹，參考多位專家學者及知名研究機構之研究成果（已如上述），而且又曾多次被其他研究者所採用（如：古育臣，2010；沈菁芬，2009；錢克敏，2009；傅齡德，2008），用於宗教信仰對老年憂鬱情緒與幸福感、國小教師宗教信仰與器官捐贈意願及認同、家長宗教信仰對子女小學教育期許、大學生個人宗教性對助人行爲與真實的快樂等多篇研究上，研究的對象和領域呈現多元化，可見此量表具有相當的代表性。研究者另參考吳寧遠（1998：63-65）對各宗教所整理的分類指標，將本研究問卷中個人背景變項的宗教類別分為基督宗教（含天主教及基督教）、佛教、道教、一貫道、民間信仰、伊斯蘭教、其他宗教信仰以及無宗教信仰等八項。

第四節 台灣地區宗教信仰概況

台灣地區隨著 1949 年國民政府播遷來台，宗教情勢有著極明顯的變化，各類宗教之多元化與宗教信仰人口以及宗教團體數目之增長，亦隨著台灣社會變遷情勢產生重大的改變。迄 2005 年為止，政府核准台灣地區的宗教類別已有 26 種，包括佛教、道教、基督宗教、伊斯蘭教、一貫道、天德教、巴哈伊教等（吳惠巧，2005：198）。瞿海源（1988：247）研究也指出台灣地區的居民也有高達 91% 都

自我認定為具有某種宗教信仰。由上可知，目前台灣地區不僅宗教種類繁多，宗教信仰人口比例亦相當的高。

另根據美國國務院（2003）所作的《國際宗教自由報告》中，對台灣宗教信仰人口的調查顯示，台灣 86%以上的人自認為有宗教信仰。茲將此報告中能取得統計資料的各種宗教概況整理成表 二-2。該報告也指出，另有拯救靈魂教和科學教在該年度登記註冊，但這兩個宗教團體沒有提供教徒人數。尚有各種西方傳入的教派，包括：長老會、真耶穌會、耶穌基督末世聖徒教會（即摩門教）、浸信會、路德教會、復臨安息日會、聖公會以及耶和華見證人會等，難以取得實際的信徒人數。除此之外還有少數猶太教信徒。

由上述可知，台灣本土人口中絕大多數宗教信徒信奉佛教或道教，但是該報告亦顯示，有多數人認為自己既是佛教徒也是道教徒。而且據觀察人士估計，有多達 80%的人口除信仰上述的宗教外，另信奉某種形式的傳統民間宗教，亦即是尊奉深植於中國文化的一系列信仰。這些信仰可稱為「中國傳統民間宗教」，包括薩滿教、崇奉祖先、巫術、鬼神和其他神靈及動物崇拜等。這類民間宗教可能與個人對佛教、道教、儒教或其他中國傳統宗教的信仰有重合的情況。

同樣地，近年來修練法輪功的人數已迅速增至 10 萬人，因此信仰佛教、道教和儒教或其他宗教與修練法輪功之間可能也有重合的情況（美國國務院，2003）。由此報告可知，台灣的宗教種類包羅萬象，呈現百家齊鳴的盛況；台灣的宗教信徒，對於這些琳瑯滿目的各種宗教之信仰也有重合的現象。

表 二-2
台灣各種宗教信仰人口統計表

宗教種類	信仰人口數	佔全部人口比例（總人口數 2300 萬）	排序
佛教	548.6 萬人	23.9%	1
道教	454.6 萬人	19.8%	2
一貫道	84.5 萬人	3.7%	3
基督新教	60.5 萬人	2.6%	4
羅馬天主教	29.8 萬人	1.3%	5
天帝教	26 萬人	1.1%	6
天德教	20 萬人	0.9%	7
理教	16.9 萬人	0.8%	8
軒轅教	15 萬人	0.7%	9
彌勒大道	10 萬人	0.4%	10
遜尼派穆斯林	5 萬 3000 人	0.2%	11
天理教	3 萬人	0.1%	12
巴哈伊教	1 萬 6000 人	略	13
儒教	1 萬 4000 人	略	14
孩子道	2300 人	略	15

中華聖教	1400 人	略	16
真光教	1000 人	略	17
黃中教	500 人	略	18
彌勒皇教	300 人	略	19
太易教	300 人	略	20

資料來源：研究者整理自美國國務院（2003）。

此外，根據瞿海源（1990）《台灣地區社會變遷基本調查資料：第二期第二次調查計畫執行報告》，宗教調查資料的統計分析，針對「請問您的宗教信仰是什麼？」所得到的結果顯示，回答信仰佛教的人最多，占 20.2%，依序為拜神的民間信仰占 17.3%、沒有宗教信仰者占 15.8%、信仰道教者占 12.4%、民間信仰者占 10.3%、信仰佛教而不確定者占 6.2%、信仰基督教者占 4.1%、信仰一貫道者占 2.2%、是民間信仰但沒有清楚認定者占 2.0%、佛道雙修者占 1.8%、天主教信仰者占 1.4%。總的來說，自認是佛教信仰者總括有 29.5%；民間信仰者總括有 31.7%，若再加上道教與一貫道中也拜民間神明的信仰者，數字可接近 46.3%。瞿海源（2006：32）的討論中也提到：「民間信仰者，如果加上自稱為佛教徒卻又崇拜媽祖等非佛教神明者，則民間信仰的信徒應在 65%以上。」

上述各種不同的統計資料，雖對各種宗教信仰人口的統計數據有些許的落差，但吾人還是可以得知，目前台灣宗教信仰人口約佔總人口的 84-91%，這其中以自認為信仰佛教的人數最多，約佔總人口的 20-23%，但是更有高達 46-80% 的人信仰所謂的「民間宗教」，其他如道教、一貫道、基督宗教等則屬少數，然而自認為無宗教信仰者也有 14-15.8%。民間宗教信仰比例之所以會如此之高，據研究指出是因為台灣信仰佛教、道教、一貫道、儒教等信仰者，與各種民間傳統宗教或信仰間有高度重合的交錯現象。

至於無宗教信仰者，宋文里與李亦園（1988：114-115）指出，「無信仰者很難說是絕對的無信仰者，而是每個人或多或少仍然具有中國傳統宗教信仰的因素」；「無信仰者其意義最多只能說你未信奉任何制度化宗教……但在生活的其他細節中仍難免存有一套中國傳統認知宇宙存在的基本信念」。所以所謂的無宗教信仰者，就某種程度來說，其內在思維模式，仍會受傳統文化背景的影響；不但會依照傳統的習俗舉行祭拜祖先的儀式，而且在觀念中也隱含著若干祖先崇拜的宗教觀念。綜合上述，台灣可說是一個宗教信仰相當複雜的地區，各宗教之間的交疊重合現象十分明顯且普遍。尤其是民間信仰和無宗教信仰更是充滿模糊不清的信仰地帶，這是研究者在本研究後續的探討中必須特別留意的一點。

第五節 國小教師的宗教信仰探討

一、國小教師的宗教信仰研究概況

關於本節議題的探究，研究者仍以「臺灣博碩士論文知識加值系統」中的博碩士論文為主要資料來源；對於此種資料蒐集法的特殊選擇，研究者已於第一章第四節之文獻探討時作過說明，於此不再贅言。但是研究者分別以「教師」—「宗教」和「老師」—「宗教」為關鍵詞進行搜尋，至 2011 年 6 月為止，卻僅得 12 篇與教師宗教信仰相關的論文。由此可見教師與宗教信仰關係之議題，目前尚缺乏大量的研究成果，而本文正可對這項議題作進一步的探討。因這 12 篇論文中只有 2 篇的研究主題是專門針對國中教師，研究者考量國中教師與國小教師的教學對象和學校文化背景等諸多條件多不相同，因此將這 2 篇論文排除，僅針對剩下的 10 篇與國小教師之宗教信仰有關的論文來探究。茲將此 10 篇相關論文整理成表二-3。

表 二-3
教師與宗教信仰相關研究摘要表

研究者 (發表時間)	論文題目	研究對象/ 方法	研究結果
沈菁芬 (2009)	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	彰化縣國小教師 553 人/問卷調查	<ol style="list-style-type: none"> 1、背景變項現況：男女比 1：2；40 歲以下佔 73.4%；已婚佔 68.5%、未婚佔 30%、離異佔 1.4%；大學佔 64.6%、研究所以上佔 35.4%；有宗教信仰者佔 72%、無宗教信仰者佔 28%、基督宗教佔 4.5%、佛教佔 10.8%、道教佔 2%、一貫道佔 4.5%、民間信仰佔 49%、其他宗教佔 1.1%。 2、教師傾向相信來生，重視因果報應，認為死後來生將轉換為其他能量。 2、教師傾向信奉「民間信仰」，參與宗教活動的頻率偏低，肯定宗教教化存在的價值。 3、教師宗教信仰不會因「性別」的不同而有所差異。 4、教師宗教信仰不會因「最高學歷」的不同而有所差異。 5、教師宗教信仰會因「年齡」的不同而有所差異，年齡愈高參加宗教活動的頻率有較高的情形出現。 6、教師宗教信仰會因「婚姻狀況」的不同而有所差異，喪偶的教師參與宗教活動的頻率高於已婚和未婚的教師。
古秀曲 (2009)	國小教師宗教信仰之研究-以苗栗縣頭份地區為例	苗栗縣頭份地區具 宗教信仰	<ol style="list-style-type: none"> 1、國小教師宗教皈依的因素與家庭成員息息相關，主要是受父母親的影響最大。 2、宗教皈依之後，在生活、心理和待人應對等

		的國小教師12名/半結構式的深入訪談	<p>三方面對國小教師產生重要性。</p> <p>3、宗教皈依之後，教師會更加留意自身在日常生活的言行表現，並且覺得活得更有價值更快樂。</p> <p>4、宗教皈依對國小教師在心理方面有正向的影響，產生安定、平靜及在心靈上找到寄託及樂天知命的心理感受。</p> <p>5、國小教師宗教皈依之後，會更加省思自身的行為，是否合乎該宗教規範的要求。</p> <p>6、國小教師宗教皈依之後，在心理層面、性情、人際關係、處世態度及教學方面，產生更正面良好的改變。</p>
陳秋月 (2009)	國小教師之世界觀、目的性、個人宗教性與生命意義的相關性研究	台中縣、市的國小教師 295 人/問卷調查	<p>1、背景變項現況：男女比3：7；40歲以上佔51.9%；服務年資未滿15年佔52.9%；級任導師佔55.3%；已婚佔75.6%、未婚佔23.1%；有宗教信仰者佔72.5%、無宗教信仰者佔27.5%、基督宗教佔6.1%、佛教佔16.9%、道教及其他宗教佔12.9%、民間信仰佔36.6%。</p> <p>2、宗教性的表現上，女生大於男生。</p> <p>3、年齡高的人，比年齡低的人，有較少的「數術行為」。</p>
張運鈞 (2008)	高雄縣市國小教師宗教心理知覺、生命價值觀與工作投入關係之研究	高雄縣市的國小教師 653 人/問卷調查	<p>1、背景變項現況：男女比2.3：7.7；大學佔71.2%、研究所以上佔26.8%；40歲以下佔64.1%；服務年資15年以下佔61.7%；級任導師佔65.1%；已婚佔68.5%、未婚佔31.4%；基督宗教佔8.6%、佛教佔25.9%、道教12.4%、一貫道3%、民間信仰(含拜祖先)佔50.1%。</p> <p>2、高雄縣市國小教師宗教心理知覺對工作投入之程度具有預測力。</p>
楊麗蓉 (2008)	高雄市國小教師宗教心理知覺與生命意義感、死亡態度之關係研究	高雄市公立國小教師 555 人/問卷調查	<p>1、背景變項現況：男女比2.7：7.2；大學佔62.3%、研究所以上佔37.7%；40歲以下佔64.5%；服務年資15年以下佔63.1%；級任導師佔56.0%；已婚佔66.1%、未婚佔30.6%、離異3.2%；基督宗教佔11.5%、佛教佔26.5%、無宗教信仰佔25.2%、一貫道1.4%、民間信仰佔31.0%。</p> <p>2、高雄市國小教師最認同宗教心理知覺之「宗教規範」層面，對「儀式活動」層面持保留態度。</p> <p>3、高雄市國小教師的宗教心理知覺，因「年齡」、「婚姻狀況」、「服務年資」及「宗教信仰」等背景變項而有顯著差異。</p> <p>4、高雄市國小教師宗教心理知覺程度愈高，其生命意義感愈高；死亡態度愈正向。</p> <p>5、高雄市國小教師宗教心理知覺之「宗教義理」層面對生命意義感的預測力最高。</p>
林惠娟 (2008)	國民小學教師宗教信仰與生命教育教學之個案研究	佛教、基督教及沒有宗教信仰之女性教師各 1 位/深度訪談、教室	<p>1、個案教師的宗教信仰來自於原生家庭的宗教信仰。沒有宗教信仰的教師也接受原生家庭部份的宗教行為。</p> <p>2、宗教信仰會影響教師的人格特質、人生觀、價值觀或是生命態度，但不是唯一的因素。</p> <p>3、沒有宗教信仰的教師，主要是受到社會共同的規範以及家庭的價值觀所影響，這些影響</p>

		觀察	<p>會在待人處世、面對工作的態度以及教學上顯現出來。</p> <p>4、個案教師不以自己所信仰的事物作為重視生命教育的理由，但都認為宗教的核心價值值得用來教育學生。</p> <p>5、教師的宗教信仰或個人信仰的事物會直接在教學環境營造、師生互動以及班級特殊事件處理上顯現出來，而且三位個案教師表現各不相同，顯見宗教信仰的確造成教師在教學實踐上的差異。</p>
徐孟弘 (2006)	宗教信仰影響教師生活的敘述研究	對 3 位具有宗教信仰的國小教師進行訪談/敘述研究法	<p>1、宗教信仰對教師情緒的改變是帶來正向的生活情緒與滿足靈性的需求，使教師獲得穩定快樂的教學情緒。</p> <p>2、宗教信仰對教師認知的改變是使教師重新建立生活目標，宗教信念涉入生活與教學使個人的認知系統獲得統整。</p> <p>3、宗教信仰對教師行為的改變是使教師行為依循聖經、教規而行，教學行為成為宗教信念的行動實踐。</p> <p>4、宗教信仰對教師生活的改變是使教師建立個人「宗教信仰生活模式」，統整教師一般生活與教學生活經驗。</p> <p>5、接受宗教信仰有其生活脈絡可循，宗教信仰透過「信仰思維」的運作對信仰者產生「全人」的影響。</p> <p>6、宗教信念行動實踐以「具宗教意涵行為」轉化到教學現場，影響教師教學生活。</p>
邱雅蘭 (2006)	宗教團體重建教師信念之研究—以財團法人福智寺為例	9 位參加福智團體的台南縣市國小教師/參與觀察以及深度訪談	<p>1、宗教力量引發教師愛，再度燃起教師熱忱。</p> <p>2、宗教師人格感召了教師。</p> <p>3、宗教團體的支持力成為教師有力的後盾。</p> <p>4、宗教團體的宗教與教育理念重建了教師信念。</p> <p>5、宗教團體讓教師行為更多樣化、次第化、善巧方便、人性化。</p> <p>6、教師透過宗教心靈力量提昇，轉念等方法，讓教學效能提昇。</p> <p>7、宗教團體提醒教育方向的重要性，並讓教師提昇對教育的心力，讓學生改變思想行為。</p>
蔡明星 (2006)	宗教信仰對退休教師生活調適的影響之探討—以六位國民中小學教師為例	南投縣公立國民中小學退休教師 6 人/深度訪談	<p>一、生理方面的影響：</p> <p>1、退休教師的生活作息因為宗教信仰而有規律。</p> <p>2、因為遵守宗教的戒律，使得內心清淨，有助於睡眠品質。</p> <p>3、參與宗教活動，使身體有活動的機會。</p> <p>4、注重均衡的素食營養，避免慢性疾病的產生等，均有益於生理健康的維持。</p> <p>二、心理調適方面：</p> <p>1、退休教師藉禱告念佛，調整自己面對生活逆境，重建新的生活秩序。</p> <p>2、宗教所提供的終極意義，幫助退休教師接受死亡的事實、追求永恆的價值，而能清心寡欲，知足惜福。</p> <p>三、就社會生活方面：</p>

			<ol style="list-style-type: none"> 1、教友或同修滿足退休教師社會參與的需求，使其社會生活充實。 2、宗教信仰對退休教師個人及其家人在生活價值觀的薰冶，使家人在互動上相互尊重，生活儉樸和諧。 3、志願服務：參加宗教組織對生計困難家庭的慰訪服務，或者擔任宗教活動的義工，不僅可以落實宗教教義服務他人的理想，亦可發揮個人所長。
趙曉薇 (2003)	參與佛教團體辦理活動教師的宗教信仰生活實踐與專業態度之研究—以國際佛光會教師成員為例	193 名 國民中小學教師/問卷調查	<ol style="list-style-type: none"> 1、背景變項現況：男女比1：3；45歲以上教師佔60%；任教年資21年以上教師佔60%；大學佔52.9%、研究所以上佔35.2%；專任教師佔33.7%、級任導師佔35.8%、兼任行政工作的佔30.6%。 2、教師整體宗教信仰生活實踐情形介於「大致做到」與「經常做到」之間。 3、在宗教信仰生活實踐程度最高的向度為「人際溝通」，實踐程度最低則為「工作表現」。 4、教師的宗教信仰生活實踐程度越高者，其所具有的專業態度越正向。

資料來源：研究者整理自「臺灣博碩士論文知識加值系統」。

研究者將這 10 篇相關論文的科研成果，整理歸納成以下 4 點，至於個人背景變項之概況與宗教信仰的關係之研究成果，因變項數量較多，需要更多篇幅來討論，於是研究者將此部分與其他更多相關研究成果留待於後文一併論述。以下先歸納出上述 10 篇相關論文的科研成果。

(一)國小教師與宗教信仰相關研究多採用問卷調查法或深度訪談法

透過表 二-3 之整理，吾人可發現這 10 篇論文之研究方法，有 5 篇是採取問卷調查法，與本研究擬採用的方法相同；另 5 篇則採深度訪談外加參與觀察法。由此可見不論是問卷調查法或深度訪談法，都是目前這個研究領域所慣用的方法。

(二)宗教信仰對國小教師日常生活產生正向影響

上述的研究中，趙曉薇（2003）發現：教師整體宗教信仰生活實踐情形介於「大致做到」與「經常做到」之間。此外，蔡明星（2006）、古秀曲（2009）、徐孟弘（2006）、邱雅蘭（2006）及趙曉薇（2003）等人都個別或同時發現，不論已退休或現職的國小教師，都因為宗教信仰而促進生理健康、心理健康、滿足社會參與的需求、增進家人正向的互動、培養更加良好的待人處世行爲、以及擁有更好的人際互動和溝通。由此可見，宗教信仰確實對國小教師日常生活的各個層面，都產生了正向的影響和改變。

(三)宗教信仰對國小教師教學工作產生正向影響

上述的研究中，趙曉薇（2003）、張運鈞（2008）、林惠娟（2008）及邱雅蘭（2006）等人都個別或同時發現：宗教力量引發教師愛，再度燃起教師熱忱，重建了教師信念；教師透過宗教心靈力量提昇，轉念等方法，讓教學效能提昇；教師的宗教信仰生活實踐程度越高者，其所具有的專業態度越正向、工作投入之程度也愈高。此外，林惠娟（2008）更指出：教師的宗教信仰或個人信仰的事物會直接在教學環境營造、師生互動以及班級特殊事件處理上顯現出來。由此可見，宗教信仰確實對國小教師之教學工作，產生了正向的影響和改變。

(四)宗教信仰對國小教師宗教態度與生命意義產生正向影響

上述的研究中，沈菁芬（2009）指出，國小教師傾向相信來生，重視因果報應；林惠娟（2008）則指出，宗教信仰會影響教師的人格特質、人生觀、價值觀或是生命態度，但不是唯一的因素，教師並認為宗教的核心價值值得用來教育學生；楊麗蓉（2008）也指出，國小教師宗教心理知覺程度愈高，其生命意義感愈高，死亡態度愈正向。由此可見，宗教信仰對國小教師之宗教態度與生命意義，都有正向且健康之影響。

此外，楊麗蓉（2008）也指出，國小教師宗教心理知覺之「宗教義理」層面對生命意義感的預測力最高；國小教師最認同宗教心理知覺之「宗教規範」層面，對「儀式活動」層面持保留態度。從這項研究結果可顯示：國小教師擁有較高的教育水平，堪稱社會上的知識份子，傾向於以理性的態度來思考宗教信仰問題，因此較能認同宗教信仰中屬於理性客觀的「宗教義理」與「宗教規範」二個層面，對於宗教信仰中之「儀式活動」領域，因牽涉到較深沉的宗教信仰之心理層面，於是多持保留態度。

二、個人背景變項與宗教信仰的關係

爲了讓個人背景變項與宗教信仰的關係有更豐富的成果可供參考，研究者除了根據上述的 10 篇論文中所提及之成果外，另參考其他相關研究成果一併論述。影響宗教信仰的因素非常複雜，有關宗教信仰及其影響的背景因素，在個人背景變項上如年齡、性別、教育程度、家庭收入與婚姻狀態等都有相關研究。本研究以國小教師爲對象，基於樣本的工作環境與研究目的，研究者著重影響宗教信仰

的相關因素中，特別針對個人背景變項的性別、年齡、婚姻狀況、教育程度、服務年資、擔任職務、宗教信仰類別等 7 項來作深入探討。

在正式分析個人背景變項與宗教信仰的關係之前，研究者根據上述 10 篇論文之研究成果，先將國小教師的個人背景變項概況呈現如下。據沈菁芬（2009）、陳秋月（2009）、張運鈞（2008）、楊麗蓉（2008）、趙曉薇（2003）研究指出：目前國小教師女性多於男性；多為已婚；大部份縣市以 40 歲以下的教師人數佔最多；學歷幾乎皆是大學畢業以上，且三成以上具研究所學位；服務年資大部份縣市以 15 年以下佔最多數；在現任職務上以教師兼導師最多，大部份縣市幾乎佔了 50% 以上；有宗教信仰的教師約有 75%，其中以民間信仰佔 31~50% 為最多數，佛教約為 10~26% 佔第二多，基督宗教和其他各種宗教差不多都各佔 4.5~11.5% 左右，無宗教信仰者約有 25%。

上述關於國小教師各種宗教信仰比例的統計結果，與前一節台灣地區宗教信仰概況中的統計數據雖有一些出入，但大致上是相當雷同的。由此可見，上述關於國小教師宗教信仰的研究結果頗能反映目前台灣地區的宗教信仰狀況。接著，研究者將個人背景變項與宗教信仰的關係分述如下。

(一)性別

宗教上的性別差異等議題，國外的研究成果有：Tamminen（1964：74-76）發現女性在信教上比男性更為虔信，他們在 9 歲或 10 歲時，就開始感受到上帝的親近和指引（76%的女孩，61%的男孩）。Beit-Hallahmi 和 Argyle（1997：125）則發現不論是在英國或美國，在信念及每週去教堂的頻率上的差別，女性比男性多成為典型。

國內則有陳秋月（2009）指出，宗教性的表現上，女生大於男生；鄭書青（2000）則是發現不同性別的青少年對於宗教信仰與偏差行為的交互影響有顯著差異。但是曾貝露（1999）對高雄縣市 743 名高中職學生使用問卷調查，發現不同性別的高中生在宗教態度上並無顯著差異；李介至與黃德祥（2002：29）對國中生使用問卷調查，也發現不同性別的國中生在宗教態度上並無顯著差異；沈菁芬（2009）研究指出教師宗教信仰及認同不會因性別的不同而有所差異。上述之國內論文間有不同之研究結果，與國外研究成果亦有很大出入，值得本研究對此變項再加以探討，故有助於本研究此背景變項之設立。

(二)年齡

在國外方面，各種研究發現在生命週期的不同階段，宗教會有不同的形式。Hay 和 Nye (1998: 78) 發現兒童雖容易接受宗教，然而似乎在 10-12 歲達到高峰，然後逐漸變弱。Woolley 和 Phelps (2000: 148) 對 3-8 歲兒童的研究發現，隨年齡增長，兒童的祈禱行為由天真型向世故型轉變。Ozarak (1989: 157) 的研究發現在青春期(平均年齡 14.5 歲)，家庭背景限制了孩子在宗教性的變化幅度。Fowler (1981: 77) 則發現人們在步入成年(20 歲)的時期，不論年齡多寡，其宗教信仰多半停留在「綜合的—傳統的」階段。Baesler (2002: 59-61) 對 131 名 18-65 歲祈禱者的研究證明，18-34 歲的祈禱者以感恩式祈禱為主，35-65 歲的祈禱者以讚美式祈禱為主。

國內的研究成果則有：林本炫、伊慶春和林彥姣 (2011: 1) 研究台灣青少年宗教信仰的發展與變遷指出，高三階段的青少年有宗教信仰的比例明顯低於上一代許多；但從高三到大四，有宗教信仰的青少年明顯增加了，並且主要是往「民間信仰」移動。林本炫 (2007) 另指出相較於台灣成年人，宗教信仰改變的比例維持在 20% 上下，青少年的宗教信仰變動是比較大的。李介至和黃德祥 (2002: 47) 對國中生使用問卷調查，從研究中發現，宗教對於國中各年級的影響力可能相當。黃文三與敬世龍 (2003: 88) 對國中生進行訪談，他們發現隨年齡的增長，學童對於宗教信仰的認識會比較多，且大多數的兒童都認為宗教信仰是自由的，但不可以違反社會規範與道德。曾貝露 (1999) 的研究亦發現不同年級的青少年在宗教態度上有顯著差異。沈菁芬 (2009: 69) 指出年齡愈高參加宗教活動的頻率有較高的情形出現。陳秋月 (2009) 指出年齡高的人，比年齡低的人，有較少的「數術行為」。楊麗蓉 (2008) 指出教師宗教信仰會因年齡的不同而有所差異。

黃文三 (2003: 161-164) 發現成年人沿襲祖先而信仰道教的人很多，雖然對於道教的教義或教儀比較不了解，但是一般都肯定宗教對於撫慰人心的作用；因此他作出如下結論：成年人的宗教心理應是追求一個「道德的宗教」。由上述研究可知，宗教信仰與年齡可說是息息相關，因此有助於本研究此背景變項之設立。

(三)婚姻狀況

在國外，大多數宗教強烈的支持家庭價值，保持婚姻的完整，反對離婚和婚外情。在研究上的發現有：Davies 和 Smith (1994: 78) 發現不信教的人離婚率

明顯偏高。Hood et al. (1996: 115) 則發現共同出席教堂頻率高的夫婦，離婚率較低。Lehrer 和 Chiswick (1993: 390) 的研究中發現如果夫婦兩人有不同的信仰，離婚率就會更高。Witter et al. (1985: 339-340) 發現婚姻幸福也受到宗教的影響，尤其是對老年夫婦而言；甚至於，他們會擁有更高的性滿足。

國內研究則有：王麗雅 (2005) 從研究中發現若夫妻倆人對宗教有同樣的認同，則有助於對孩子進行道德教育，本身也較容易因宗教信仰而以身作則，並且與子女的互動多是正向、積極的。沈菁芬 (2009: 71) 指出喪偶的教師參與宗教活動的頻率高於已婚和未婚的教師。楊麗蓉 (2008) 都指出教師宗教信仰會因婚姻狀況的不同而有所差異。上述論文讓研究者了解宗教信仰也與婚姻狀況息息相關，因此有助於本研究此背景變項之設立。

(四)教育程度

沈菁芬 (2009) 指出教師宗教信仰及認同不會因最高學歷的不同而有所差異。但瞿海源 (1988: 245-253) 的研究指出，台灣宗教人口約佔總人口數的 90%；雖然研究中沒有統計教師占宗教人口數的比率，可是調查中卻發現，在新興宗教當中，信徒都是高教育程度者，而且教育程度與宗教行為呈現正相關，對於 7 項宗教行為中的 5 項都有顯著的影響；除了禱告和其他靈修活動外，教育程度愈高，不論在打坐、念佛、持咒、練氣乃至讀經的行為上的機率就愈高。這個現象非常值得吾人留意，因為這顯示不論皈依何種宗教，或是親近何種宗教，教育程度愈高就愈有這些宗教行為。一般而言，教師具有社會中相對較高的學歷，經由瞿海源的研究，透露出高學歷人口信仰宗教的特殊現象問題是值得注意的，因此有助於本研究此背景變項之設立。

(五)服務年資

國內外對於服務年資是否與宗教信仰有關係的研究相當少。楊麗蓉 (2008) 指出國小教師之宗教心理知覺因「服務年資」背景變項而有顯著差異。另有少數論文研究國小退休教師與宗教信仰之關係。例如黃淑貞 (2004: 97-99) 探討國小退休教師生涯發展的目標、規劃類型及影響生涯發展的相關因素，發現宗教信仰是退休教師生涯發展 6 大類型之一；李再發 (2003) 探討國小退休教師社會參與、社會支持、生活滿意度的現況，發現國小退休教師均能積極參與社會活動，其中

以「宗教活動」參與最多。就研究者本身的職場經驗而言，服務年資對國小教師各方面的影響甚大，雖目前沒有大量相關研究可供參考，研究者認為本變項仍值得再作更深入的探究，所以本研究設立此背景變項。

(六)擔任職務

在國外方面，Giorgi 和 Marsh（1990：500-506）將研究焦點放在所謂的新教工作倫理（Protestant work ethic, 簡稱PWE），出現了像「努力工作本身就是算為圓滿成功」這樣的條目。在研究中發現信仰新教（基督教）國家的人，比起天主教國家的人來說，其在新教工作倫理上的平均得分要更高。Wuthnow（1994：261）採訪了許多美國人，發現對其中 22%的人來說，宗教影響到他們對工作的選擇，他們更看重社會的或道德的價值而非金錢。

國內方面，簡瑞錦（2005）發現基督徒企業領導人普遍著重本身行為見證，並且重視與顧客、供應商的關係，重視員工信仰。詹寶完（2003）探討兼任組長的教師工作壓力來源、教師壓力因應方式與影響壓力的主要因素，發現教師因應兼辦社團業務的壓力，主要採取「社會支持」的方式，其次以寄情「宗教信仰」的方式，尋求心靈的寄託。張宏哲與陳毓文（2000：57-58）提出宗教信仰對於工作處境的看法，其研究結果發現，宗教信仰無可避免地會影響工作處境。上述論文雖未全部直接談及一個人的宗教信仰會和他的「擔任職務」有何關係，卻都反映出具有宗教信仰的人是如何看待他的工作價值與意義的。因此，此要素有助於本研究此背景變項之設立。

(七)宗教信仰類別

關於宗教信仰類別對宗教信仰行為產生影響之相關研究成果有陳秋月（2009：79）指出，在「術數行為」的表現上，針對研究對象的現職國小教師而言，民間信仰者的得分最高，他們有較多「術數行為」的需求，這與民間信仰的特質有高度相關，因為民間信仰比較沒有明確的宗教教義，其教義多是融合儒、釋、道三家的思想，系統較多變而龐雜，隨時間與場域及需求性的不同而展現不同的信仰型態；民間信仰也沒有明確的宗教組織，信仰的依歸，多數是希望求得神明的庇佑，為了瞭解神明的旨意，與神明達到溝通的效果，因而在「術數行為」的需求也是最高。其次是道教與其他信仰者，佛教徒占第三位，得分略高於整體

平均數，無宗教信仰與基督宗教的信仰者，得分較低，兩者的得分都低於整體平均數，基督宗教的信仰者是最不相信「術數」的。

沈菁芬（2009：83）也指出民間信仰者在參與宗教活動頻率、宗教體悟與宗教教化得分皆最低。教師參與宗教活動頻率低導因於民間信仰無固定集會時間，不若基督宗教與佛教有固定活動或經常性活動，因而在宗教參與表現較基督宗教與佛教低。教師的宗教教化與宗教體悟表現偏低，因民間信仰欠缺統一的教義和經典，自古以來常以儒家思想中為人處世的道德標準為教義。但道德標準常隨時代的不同而產生變化，因此民間信仰教師在宗教教化與宗教體悟表現較其他宗教偏低，實導因於民間信仰缺乏清楚教義。

楊麗蓉（2008）則指出國小教師的宗教心理知覺因「宗教信仰」背景變項而有顯著差異。古秀曲（2009）的研究顯示國小教師宗教皈依的因素與家庭成員息息相關，主要是受父母親的影響最大；林惠娟（2008）也指出國小教師的宗教信仰來自於原生家庭的宗教信仰。前述二項發現與林本炫、伊慶春和林彥姣（2011：1）指出高三之前影響青少年是否有宗教信仰之因素，主要是父親的教育程度及父親的宗教信仰有不謀而合之處。至於沒有宗教信仰的教師，林惠娟（2008）也指出，該等教師主要是受到社會共同的規範以及家庭的價值觀所影響，這些影響會在待人處世、面對工作的態度以及教學上顯現出來，沒有宗教信仰的教師也接受原生家庭部份的宗教行為。由此可知，沒有宗教信仰的教師，其行為及人生價值觀仍受到社會共同規範及普遍社會價值觀的約束和影響。

上述有關國小教師宗教信仰類別的差異性研究成果，引發研究者希望對此問題作進一步研究的興趣，於是成立了這個變項。此外，陳秋月（2009：79）和沈菁芬（2009：83）都提到民間信仰缺乏固定的教義、組織、經典，也似乎沒有公認的創教者。若對照本章第二節中對宗教成立之條件因素的定義，則民間宗教似乎無法成爲一個正式的宗教信仰系統。但本研究基於台灣地區宗教信仰之事實現況，姑且仍將民間信仰視爲一個宗教信仰體系來看待，也把民間信仰當作本研究的一個宗教信仰類別選項。同時爲能明確區分各種不同宗教信仰類別之間的差異性表現，本研究嚴格將宗教信仰類別變項以單選題來呈現。

綜上所述，此 7 種個人背景變項與宗教信仰之間的關係，其研究成果間似乎有某種層度上的歧異，亦即沒有一致性的看法；因此值得本研究針對這些變項加以進一步的研究和分析。此 7 種變項是研究者基於研究對象之工作特性，以及本

研究之研究目的而訂定的；這些變項不僅符合一般研究之慣用類別，亦符合本研究之特殊需求。

回顧本章之重點，本章旨在探討宗教信仰各層面之意涵，研究者逐一對宗教信仰之定義、宗教成立之基本要素、宗教之功能、宗教信仰之量化研究工具，作了基本概念的整理與分析，並且略述了台灣地區宗教信仰概況；最後則回歸到國小教師與宗教信仰的探討，指出國小教師與宗教信仰最新的研究成果和現況，並對個人背景變項與宗教信仰之關係作了文獻回顧式的整理、分析。研究者從本章文獻中發現到，宗教信仰與幸福感應該有相當密切的關聯，但到底這兩者之間是否真的存在著實質性的關聯性？以及其關聯性是否如想像中的密切？這一切答案須由實際的問卷調查來證實，此步驟之調查結果與分析將於本論文之第四章呈現。接著，研究者將於下一章探討本研究的另一重要主題—幸福感。



第三章 幸福感的意涵與探討

本章的主旨在對幸福感作相關的探討。研究者延續前一章的思考模式，希望藉由對幸福感基礎概念的整理耙梳，從中發現宗教信仰與幸福感兩者之間的關係。本章一共分為四節：第一節為幸福感的定義；第二節為幸福感的相關理論；第三節為幸福感的量化研究工具；第四節為國小教師的幸福感探討。茲分述如下。

第一節 幸福感的定義

不論是市井小民或是達官貴人，在每個人的生命歷程中，應該都曾經有過幸福的時光或覺受，但每個人對幸福的定義卻是不大相同的。因此，每個人追求幸福的目標或途徑就各不相同，諸如追求愉悅的情緒、財富的累積、權勢的獲得、慾望的滿足、自在的心境、悠閒的生活或是強健的身體等，可說五花八門。但在這講究競爭、充滿壓力與功利取向的時代，「幸福」無疑是每個人所追求的生活目標。然而自古以來因文化背景以及價值觀念的不同，使得東西方對幸福感有不同的詮釋；近代西方由於人們對幸福感的逐漸重視與積極投入研究，西方社會科學為幸福感帶入許多不同於傳統哲學層面的觀點。謝玫芸（2007：53-75）表示，若要對幸福感有更全面的掌握，無疑要兼顧傳統哲學與現代社會科學的相關研究成果。以下就中國傳統哲學及西方近代社會學的觀點來略為闡述幸福感的內涵。

一、中國哲學中的幸福感概要

巫雅菁（2001：29-30）指出，中國儒、道、易、佛四家學說中，雖未明確的提出「幸福」的概念，但其一貫追求的目標—「悅樂」，其實就是類同於現代人所謂的幸福之概念。吳璵（1991：283-290）指出中國傳統文化中另一個與「幸福」類似的概念是「福」或「福氣」。在《辭海》中，「福」被稱為：禍之對；而「禍」的定義則為：凡是有害之事曰之禍；因此，福應可以被解釋為「凡有利之事曰之福」。此外，《辭源》對福的解釋為：古稱富貴壽考等為福。綜合上述對「福」的解釋，吾人可以瞭解對中國人而言，所謂「幸福」是一種正向美好的狀態，這些美好的狀態就是富有、美德、健康長壽及壽終正寢等。茲將中國文化中最具代表性的儒、道、易、佛四家思想學說對幸福感的觀點說明如下：

(一)儒家思想中的幸福感概要

孫效智（1997：29-38）認為，中國古代哲人聖賢向來強調道德修養，唯有全心全意地培養道德情操，以臻至道德理想的最高境界，始能獲得精神上的昇華，擁有人生真正的幸福。孔子在《論語·述而篇》中也提到「飯疏食飲水，曲肱而枕之，樂亦在其中。不義而富且貴，於我如浮雲」，由此可以看出中國古代聖賢爲了修養仁義道德情操，縱使生活艱困、一貧如洗卻依然感到欣喜。此外，孟子曾引《詩經》中「永言配命，自求多福」二句，藉此說明其對「福」的看法，他認爲個體的幸福應由「盡人事」與「聽天命」兩相配合始能獲得。陸洛（1998：117-120）認爲儒家學者和聖賢對人性採取性善的態度，認爲人均有善良的本性。而在趨向善的修養過程中，除了個人要努力達成至善的境界之外，更應進而兼善天下，協助天下人達到至善的境界。因此，儒家思想非常強調道德修養是獲得幸福的最重要途徑，而且不僅強調要獨善其身，更強調應具備兼善天下的胸懷，故儒家思想對幸福的看法是「窮則獨善其身，達則兼善天下」。

然而現代學者楊國樞（1988：225-231）認爲幸福和道德間確實具有某種程度的關聯性，一個感到幸福的人必然是一個有道德涵養的謙謙君子，然而有道德涵養的人卻不見得就一定擁有幸福感。因爲一個沒有道德感且自私自利的人，必然會因人際關係或爲人處世的不圓融而感到不幸福；但以常理判斷，一個有道德感，卻處於飢寒交迫或身染重病之境地的人，應該也很難擁有幸福感。故爲符合現代人之生活條件與觀念，在中國儒家思想強調道德修養的前提下，應加上物質條件的考量，亦即幸福必須包括道德修養、身體健康以及經濟不匱乏，三方面俱備。

(二)道家思想中的幸福感概要

施建彬（1995：56-59）認爲老子的《道德經》，其實就是一部指導人們如何達到幸福境界的智慧典籍。《道德經》經中強調若水、盡己、無爲、素樸、知足等處世態度，強調人應似水柔弱以包容萬物、遵循天道以安身立命、避免過份強求、減少慾望以反璞歸真，方能獲得幸福。此外，黃錦鈞（1988：138-142）指出，莊子在《莊子·內篇·養生主第三》中提到「緣督以爲經，可以保身，可以全生，可以養親，可以盡年」，藉此闡述順應自然的天道而行，這樣就可以保護生命，可以保全天性，可以養護身體，可以享盡天年。同時莊子也強調對於外在物質和知

識的追求將會隨著死亡而消逝，唯有心靈、精神可以與天地常在。所以，莊子認為真正幸福的人能順應自然天道，以此養生並進而追求心靈、精神與天地萬物合一。陸洛（1998：135）認為道家的幸福觀就是一種無為以及自我反觀覺察後的心靈平靜狀態，強調自我本性的澄明清淨，不盲目追求慾望，以無為的精神順應天理以獲得幸福。

(三)《易經》思想中的幸福感概要

呂政達（1987：152-163）認為，《易經》是以禍福相伴相隨的思想來詮釋人的一生。在《易經》上篇裡，將天地自然萬物的運作比擬成一顆種子的生命史（人的生命史）。「乾坤」二卦就是生育萬物的天地，「屯卦」代表一顆種子，經過發芽（蒙卦）、灌溉（需卦）後，接著面對成長的掙扎與考驗，好不容易來到「泰卦」，但其後卻又緊接著「否卦」，使生命體再度陷入困境。其強調「不易」與「變易」的法則、「福禍相倚」的概念，和老子所謂的「禍兮福之所倚，福兮禍之所伏」相類似。因此，《易經》思想認為沒有永恆的幸福，也沒有永恆的不幸福；應坦然面對生命中的一切際遇，不應只追求一時的幸福，否則將導致得意忘形，甚至樂極生悲。故在生命處於順境時應居安思危、虛懷若谷；反之，在遭逢逆境時則要自我勉勵「否極泰來，福之將至」。

(四)佛家思想中的幸福感概要

黃智慧（1991：76）指出佛教所認為的幸福是遠離不當的慾望，追求心中無罣礙的生活，並重視利益他人的行為，捨棄一切的自私邪念，不與他人爭長較短，以追求心靈的和諧寧靜。另外，佛家提出因果之學說，認為今生的幸福來自前生的積德修善，強調今生應多做善事以利益人群社會，才能為來生累積福德資糧。進而在個人心靈修行上，則強調心無所執，接受萬事萬物本來面目，便能心無罣礙、獲得開悟，達到內心無染著的清明狀態（聖嚴法師，1996：95-102）。此外，證嚴法師（2009：54）也一再強調「人要知福、惜福、再造福」；這意謂著幸福其實是可以被創造的。總之，佛家思想中的幸福生活觀，雖受制於因果定律法則，但若善用當下因緣，亦即是透過知福、惜福、造福、心不執著、利他等善行來實踐，仍然可以創造幸福的人生。

巫雅菁（2001：43-50）認為中國儒、道、易、佛四家對幸福的觀點較為一致的是「和諧」的觀念。儒家強調推己及人、兼善天下，不僅認為道德的實踐和個人的幸福有相當高的關聯性，也強調人際和諧就是幸福的表現；道家與《易經》思想則認為個體的幸福與否，端看是否能與外在環境達成和諧的狀態，個體若能融入宇宙萬物運行法則，便能擁有幸福；佛家則是重視個體內心的和諧寧靜狀態。陸洛（1998：116）也同樣認為中國人對幸福感的學說多屬於哲學和道德的論述，但由人際和諧所帶來的社會支持力量，正是影響中國人幸福感指數的關鍵因素。上述有關人際關係和諧即能擁有幸福感的觀點，和本研究幸福感問卷中「人際關係」的層面有相吻合之處。

綜合上述，研究者將中國傳統哲學對幸福的看法，略作整理歸納如下。中國易經思想中的「變易」和「福禍」理論，與佛教思想中的「因緣觀」不謀而合；儒家思想中的「道德規範」要求，也和佛教中講究「戒律」的持守同出一轍；道家講究藉由精神修鍊以達到「不追求慾望」、「本性澄清」的境界，正和佛教思想不為「五欲」所迷惑，以獲致「明心見性」的修行目的有異曲同工之處。換言之，研究者認為中國人對幸福的定義與達到幸福的方式，可以佛教的思想和人生修鍊方式為代表，它是奠基於整體的宇宙人生觀之建立和道德涵養的修持原則；因此可說中國人的幸福觀是和宗教信仰或宗教思想息息相關的。這項發現與本研究的主題有密切關聯。

二、西方近代社會學的幸福觀

上述是由中國傳統的哲學立場，對幸福感（或稱為幸福觀）作了概要式的探討；接著，研究者將要由西方近代社會學的觀點來對幸福感作詮釋，因為「幸福感」這一名詞和領域，是由西方近代社會學所提出並加以科學系統化研究的新興領域，這可從以下的論述中得到證明。

(一)社會學家的幸福感定義

每個人對幸福的定義不盡相同，會因為個別的環境背景、生活經驗與身心需求等因素而有不同的詮釋。社會學者們分別對其下了不同的定義。研究者將下列各學者對幸福感概念的定義整理如表 三-1：

表 三-1
社會學家的幸福感定義一覽表

學者	時間	定義
Andrews & Withey	1976	幸福感是對生活滿意程度及所感受的正負向情緒整體評估而成的一種感受。
Campbell, Converse & Rogers	1976	幸福感是物質條件的擁有，人際關係的歸屬以及成就自我的自我實現，其面向包含了整體的情感（情感意指情緒或感覺）與生活的感受。
Hornby	1982	幸福感是幸福、健康、快樂和成功的組合。
Bryant & Veroff	1982	幸福感是個人的正向情感與負向情感的主觀感受，還有其對生活的滿意程度。
Diener	1984	幸福感是一種主觀的情緒狀態，包含正向情感，低度的負向情感，以及一般的生活滿意。
Michael Argyle (施建彬、陸洛譯，1997)	1987	幸福是對生活滿意的反應，或是對正向情感情緒的頻率及強度的感受。
鄔昆如	1989	幸福乃指精神上和感覺上所獲得的舒適、興奮的感覺，並能使此感覺加以延伸，使個人的生活能獲得滿足。
Veenhoven	1994	幸福是一種正向的情感，反映在個人對其生活的喜歡或滿意程度。
陸洛	1996	幸福感係指個人主觀感受的一種正向心理狀態，包含整體的生活滿意、正向情緒的體驗及無心理的痛苦；它是一種整體不可分割的概念。
Buss	2000	幸福感是個人對於此刻或是指全部生活中，一種感到實現自我抱負、生命有意義且愉快的一種持續性的感覺。

資料來源：修改自謝玫芸（2007：57）。

由上述表格整理可知，社會學家對幸福感定義的內涵和本研究所採用的幸福感量表之四個層面（生活滿意、人際關係、自我肯定、身心健康）是相吻合的；亦即是說，上述學者們對幸福感的定義，大致上離不開以上的四個層面，這也是本研究之所以會採用此份幸福感量表的原因之一。

(二)幸福感的相關名詞與其定義

由上述分析中得知，社會學家針對幸福感的不同面向進行詮釋，因此在實證研究中，常出現不同的名詞卻表達相同的概念之情形發生；為釐清這些彼此糾結的概念，研究者擬將幸福感的相關名詞與其定義作一整理歸納。一般來說，常用來指稱幸福感概念的名詞有 Happiness、Well-Being、Subjective Well-Being、Psychological Well-Being、Life Satisfaction 等（林子雯，1996：37）。茲將各種幸福感相關名詞的定義與著重向度整理如下表 三-2。

表 三-2
幸福感的相關名詞與其定義歸納表

相關名詞	定義	著重點
快樂 (happiness)	1.正負向情緒及生活滿意的整體評估結果 2.負向情緒的相對狀態 3.生活滿意、情緒和心理健康的評估	認知、情緒 情緒 認知、情緒、心理健康

幸福感 (well-being)	1.正負向情緒及生活滿意的整體評估結果 2.正負向情緒的研究 3.心理健康的測量	認知、情緒 情緒 心理健康
主觀幸福感 (subjective well-being)	1.正負向情緒及生活滿意的整體評估結果 2.包含生活滿意、情緒及心理健康的評估	認知、情緒 認知、情緒、心理健康
心理幸福感 (psychological well-being)	1.正負向情緒和特殊領域的滿意程度總加結果 2.心理健康的測量	認知、情緒 心理健康
生活滿意 (life satisfaction)	以認知角度對生活整體層面進行評量	認知

資料來源：修改自林子雯（1996：37）。

由上述對各種幸福感相關名詞與其定義的歸納表中，吾人大致上可把幸福感歸納為：個人主觀感受的情緒（正負向情緒）、認知（生活滿意度）和心理健康等三大範疇。這與本研究所採用的幸福感量表之四個層面（生活滿意、人際關係、自我肯定、身心健康）有相互重疊吻合之處。

(三)幸福感的不同層面

再者，謝玫芸（2007：53-60）指出又可將西方幸福感研究發展的階段歷程，歸納為五個層面來探討，茲分述如下：

1、著重外在評量標準層面

由此觀點的相關研究及文獻發現，當學者企圖尋找可能評估個體幸福感的外在標準時，會因為大家著重點的不同，而有不同的定義與結果。故若將幸福感定義為一種外在的評量標準，尤其是一種道德的評量標準，則此評估標準將因為每個人對幸福感的認知差異、定義迥異而有不同，最後將難以訂出客觀且一致的外在評估標準。

2、著重情緒層面：

此研究觀點認為幸福感來自於生活中較多正向情緒與較少負向情緒的總和，偏重以主觀情緒的感受來判定個體的幸福感，而忽略了人類活動的認知觀點對幸福感的影響。故此種觀點忽略個體的情緒經驗易受周遭事物影響，而產生短暫且不穩定的波動，亦忽略了幸福感應具備長期穩定的特質。

3、著重認知層面：

此觀點認為幸福感是個體對過去一段時間的生活，進行評估後所得的整體感受，此為一種「生活滿意」的概念，是個體以認知的角度對整體的生活滿意情形

加以評估的結果。但此定義忽略了短期情緒狀態對個體幸福感的影響力，故單由認知層面來探討則有失偏頗。

4、著重內在整體性層面：

此觀點認為幸福感是情緒與生活滿意總和評估的結果，兼顧個人認知的長期穩定特質與短期情緒起伏狀態。這個整合觀點由 Andrews 和 Withey (1976: 125-130) 提出，認為幸福感是由對生活的滿意程度及所感受的正負向情緒強度所整體評估而成；亦即幸福感是一個人的主觀經驗，包含生活滿意、正向情感及負向情感三種成分。由於將情緒與認知層面整合並完整探討，因此成為多數研究者接受與採用的定義。

5、著重身心健康層面：

此觀點認為幸福是一種類似身心健康的狀態，並以身心健康的評量來代表個人的幸福感。然而其情緒仍難以避免受生活偶發事件的影響，其個人特質仍會左右對幸福感的判斷。故身心健康是否涵蓋認知活動、情緒感受、生活經驗或個人特質對幸福感的影響？亦即身心健康是否等同於幸福感，仍然有一些爭議。

接著，研究者將上述幸福感之五個層面，整理成表 三-3，便於參考對照：

表 三-3
幸福感不同層面對照表

層面	內涵
外在的標準	認為一旦達到外在的評量標準，尤其是道德的評量標準，幸福才會產生。
主觀情緒	認為幸福感是生活中較多的正向情緒與較少的負向情緒的總和。
認知活動	認為幸福感來自人類對過去一段時間的生活進行評估後的整體感覺。
內在整體性	認為幸福感是由對生活的滿意程度及對所感受的正負情緒整體評估的結果。
身心健康	以身心健康的評量來代表個人的幸福感

資料來源：修改自謝玫芸 (2007: 58)。

上述幸福感的五個層面似乎涵蓋了前述社會學家對幸福感的定義，以及各種幸福感相關名詞與其定義的三大範疇。由此可見，西方社會學觀點的幸福感定義應該是以上述的五大層面為主流的指標。以往，多數研究所採用的幸福感層面為 Andrews 和 Withey (1976) 所提出的情緒與認知層面兼顧；如施建彬 (1995) 根據其研究認為主觀幸福感是被歸因於一般長期的幸福情緒狀態，其結構有三個主要成分：正面情緒或快樂情緒、負面情緒或不快樂的情緒、生活滿意度的認知成分。而林子雯 (1996) 則整合情緒和認知層面，並延續其定義，擴充加入身心健康的層面來探討。故近年來，身心健康層面已被廣納為幸福感的內涵之一，多數的研究傾向認為幸福感是一種個人主觀的經驗，包括情緒、認知和身心健康等三

層面。同時根據張婉瑜（2009）、賴怡姣（2007）、陳世芬（2007）等人研究指出「人際關係」與情緒有顯著相關。

根據上述的討論，研究者歸納各家觀點之後為幸福感所下的定義為：幸福感是個體於生活經驗中的認知、情緒與身心健康狀態的感受情形，使個體可以主觀意識本身生命的意義與存在的價值。上述的定義和本研究幸福感問卷所涵括的四個層面（生活滿意、人際關係、自我肯定、身心健康）相吻合。

第二節 幸福感的相關理論

關於探討幸福感的相關理論，學者們嘗試以個人需求、個人特質、整合比較和人際互動等不同角度來對幸福感的產生加以解釋，因而產生不同內涵的幸福感理論。根據謝玫芸（2007：61-65）表示，西方幸福感理論發展至今已漸趨成熟，因此以下就幾種發展較完整的理論加以探討。

一、需求滿足理論（Need Satisfaction Theory）

此理論強調幸福感主要是來自於個體的目標達成和需求得到滿足，幸福感才會產生；反之，如果目標經常無法達成或需求屢屢得不到滿足，個體將產生不幸福感。故此理論是屬於一種由下而上（Bottom-up Theory）的思考模式。由於著重點不同，因此又可以分為下列幾個學派：

(一)目的理論（Endpoint Theory）

此理論又稱為終點理論。該派學者認為幸福就如同一種目標，是個體一生努力追求的方向，唯有達成目標，才有幸福感；反之，若目標無法達成時，則會導致不幸福感的產生。如同 Maslow 的需求層次論，認為人有生理、安全、愛與歸屬、尊重、自我實現等不同層次的需求，當某層次需求達成後，幸福感便會產生。但因為幸福感的產生還與其他因素有相當密切的依存關係，或目標需求間是否會因衝突或歧異而有抵觸或削弱的情形，故此理論所帶來的幸福感受可能只是短暫的快樂而已。

(二)活動理論（Activity Theory）

此理論又稱為自動目的理論 (Autotelic Theory)，強調幸福感是人類主動且專注地參與活動時的產物，個人可以藉由健康、有意義的工作、休閒、運動或人際互動的歷程，發揮潛能並滿足個人需求，進而產生愉悅的成就感和價值感，此即為幸福的感受。誠如亞里斯多德所言：「沒有活動，就沒有快樂，而每一活動皆完成於快樂」(黃漢耀等，1991：65)。而學者 Crikzentmihalyi 提出心流理論 (Theory of Flow) 指出，只有當個體所選擇的活動和自身的能力志趣相符合，才能帶來幸福感；反之，太過困難或太過簡單的活動對個體來說都不具吸引力，因此也就不會產生幸福感 (引自林子雯，1996：74)。

(三)苦樂交雜理論 (Pleasure and Pain Theory)

此理論認為幸福與不幸福是伴隨在一起，只有長期體會需求被剝奪的不幸福感，隨後在達成目標時，才有強烈的幸福出現。正如拉長拉高正向的擺盪，隨之而來的必然是更強的反彈。長期來看，這種擺盪對兩造是中立的，即其總合為零，因此又稱為零和理論 (Zero-Sum Theory)。因此幸福感產生的基本先決條件是——匱乏或需求的無法滿足。當個體匱乏程度越強烈時，日後達成滿足獲得的快樂也就越高。所以，幸福與不幸福是相對循環存在的。

綜合言之，需求滿足理論認為幸福的獲得，乃源於目的需求或活動參與的滿足達成，所強調的是個體在經歷某一事件後，幸福感增減的情形。然而，並非人人皆能有相同的感受，故有學者提出特質理論，來說明個人特質對幸福感的影響。

二、特質理論 (Trait Theory)

此學派學者嘗試由個體特質的觀點來解釋幸福感產生之原因，對某些人之所以特別容易感到幸福提出解釋，認為這是因為個人特質的因素所造成，不同的個人特質會造成不同程度的感受與體會，是屬於一種由上而下 (Up-down Theory) 的思考模式。由於著重點不同，因此又可以分為下列幾個學派。

(一)特質理論 (Trait Theory)

Costa 和 McCrae 在 1980 年提出，幸福感是一種長期且穩定的特質狀態，而此種幸福感的特質狀態可能導因於個人擁有一個容易誘發愉悅神經的生理機制，即是先天的遺傳因素，亦或導因於後天學習所產生的結果 (引自 Veenhoven, 1994：

147)。經由一些實證研究也指出，外向人格傾向越高者，其幸福感較高（Headey & Wearing, 1990：333）；而個人神經質傾向越高者，則幸福感越低（Argyle & Lu, 1990：1257）。因此，幸福感取決於個人看待世事的心態，此心態導源於與生俱來的特別氣質，故有些人不論處於順逆境都能處之泰然。然而，此特質理論雖然強調人格特質與幸福感的關係，但對於生活中所造成短期的幸福感受與情緒波動，卻是特質理論所無法解釋的。

（二）連結理論（Associationistic Theory）

本理論以認知、記憶及刺激反應的制約連結，說明為何有些人特別容易感到幸福，他們認為生活事件本身應該是中性的，唯有經過個體的認知、解釋後，事件才有意義。幸福感較高的人容易以正向的態度來面對生活中的事件，進而促使幸福感的產生。此外，Stone 和 Kozma（1985：19-28）提出刺激反應連結和認知結構兩種看法，認為幸福感較高的人，可能擁有一個以幸福感為核心的記憶網絡，當生活中有某一事件發生時，便會透過幸福記憶網絡來提取資料，以誘發幸福感的產生。故每個人在成長的過程中形成自己的認知結構，即價值觀、人生觀，因此面對相同事件，有些人採悲觀消極態度去解釋，另一些人就容易採積極樂觀的態度去面對。

綜上所述，特質理論針對幸福感與人格特質的關係提出解釋，但卻無法說明日常生活事件對幸福感造成波動的影響。因此，若單從個人需求之滿足與否，或個人特質之差異來詮釋個體間幸福感的不同，則有失偏頗。故由許多的研究結果中發現，若能從生活事件和人格特質整合的觀點來思考，則對幸福感的解釋更為完整。

三、整合思考模式（Integrated Thinking Model）

對於需求滿足和個人特質之間，非此即彼的看法，不少學者提出質疑。故有學者嘗試以整合的觀點出發，綜合需求與特質兩種不同的思考模式，一方面承認生活事件所帶來「下而上」的作用，另一方面也肯定個人特質對幸福感產生「上而下」的效應。此整合模式不僅可由個人特質部份來說明幸福感長期穩定的特質，同時也合理的解釋生活事件對幸福感所產生短期性的影響。以下就「判斷理論」與「動力平衡理論」來說明。

(一)判斷理論 (Judgement Theory)

此派學者認為幸福是一種相對的、比較後所得到的結果。其基本的假設有三：一為幸福感是來自比較後所得；其次為比較標準會隨情境而改變；其三為此標準是由個體自己所選取建構的 (Diener & Laarsen, 1993: 410-411)。當發生某些事件時，個體會從認知架構中選出參照標準來進行評估，當所面臨的事件比參照標準好時，就會引發幸福感；反之，則會有不幸福的感覺產生。判斷理論隨著個人所選擇的參照標準不同，而分出許多派別，茲將整理成表 三-4。

表 三-4
判斷理論派別分析摘要表

判斷理論派別	理論要點	參照標準
期望水平理論 (Aspiration Level Theory)	幸福程度來自個人理想目標和現實狀況比較後，所得的差距而定。	個人所設定的理想期望目標
適應理論 (Adaptation Theory)	生活中曾經發生的事件將成為個人內在經驗，若生活中再出現類似事件，個人會以過去的內在經驗和其比較。	個人過去的經驗
修正理論 (Revision Theory)	認為情緒因素，也是幸福感之重要因素，因此整合情緒與認知的概念。	認知判斷過去事件的影響，並依此為比較之依據
範圍-頻率理論 (Range-Frequency Theory)	過去的生活經驗將成為參照標準，但會隨目前事件修正轉變。	過去生活經驗
多重差異比較理論 (Multiple Discrepancies Theory)	幸福感決定於個人目前狀況與所選擇的標準比較後，存在兩者間的差異程度。	個人需求、期望擁有、他人所擁有、應該擁有等
社會比較理論 (Social comparison Theory)	幸福是來自和他人比較的結果。	家人、朋友、社經地位相近的人、不認識的人

資料來源：修改自施建彬 (1995: 22)。

(二)動力平衡理論 (Dynamic Equilibrium Theory)

動力平衡理論與判斷理論一樣，都是嘗試整合生活事件與個人特質對幸福感之雙重標準。本派理論強調幸福感的獲得，除了受到穩定的人格因素影響外，亦受到生活事件的影響。此派學者認為幸福感在大部份的時間中，因受到人格特質因素的影響，而呈現穩定平衡的狀態，然而當生活中發生特別或不同過往經驗的事件時，就有可能影響到原來平衡的狀態，個人的幸福感將隨之改變 (Heady & Wearing, 1990: 331-335)。

四、符號互動理論 (Symbolic Interactionism Theory)

此理論認為符號是互動的中心概念，包括語言、文字及符號，而個人的肢體動作如握手、擁抱、接吻等不僅是身體接觸，更具有其符號意義。人們在日常生

活中的每一部份如思想、觀察、傾聽、行動等都必須透過語言、非語言行為文字及符號表達意念、價值和思想，達到互動溝通、互相瞭解的目的，以形成有意義的社會活動，增進個人幸福感。Argyle (1987: 45) 研究發現，社會接觸互動的增加，能導致幸福感的增加，人際關係的品質提供社會支持之親密性是幸福感的主要來源。

根據上述對幸福感相關理論的探討後發現，影響個人幸福感的因素頗多，各家學派由不同的角度提出理論支持其論點，但仍無法對幸福感作全面性的分析，因而產生限制。為便於參考、對照起見，茲將幸福感各派理論之優點及限制，整理說明如下表 三-5。

表 三-5
幸福感各派理論優缺點對照表

理論名稱	理論摘要	優點	缺點
需求滿足理論	幸福是來自目標達成後所產生的愉悅感受。	重視人生目標的訂立及目標合理性。	無法解釋為何某些人具有幸福人格的傾向。
特質理論	以認知、記憶及制約理論等人格特質解釋幸福感的產生。	可解釋某些人容易感到幸福的原因。	無法解釋生活事件在幸福感中的影響力。
整合思考模式	判斷理論	幸福感來自與參照標準比較後的結果。	無法說明參照標準何時運作及如何選取參照標準。
	動力平衡理論	幸福感的維持與改變同時受到固定的人格及變動的生活事件影響，是一種動力平衡狀態。	改變幸福感是來自單一因素的想法。
符號互動理論	幸福感來自社會接觸、與人際互動交流。	透過語言、非語言的行為、文字及符號表達意念、價值和思想，達到溝通、瞭解與互動。	接收者對符號的解讀與表達者的原意有出入的情形，易造成誤解。

資料來源：修改自陳毓茹 (2005: 37)。

綜上可知，各家幸福感理論都有其發展依據和側重的面向，亦各有其獨到之處，然而也各有其不足和缺失之點。不過若能截長補短，萃取各家之精華，以一更寬闊和宏觀的角度來看待幸福感，應該能不失偏跛。所以本研究將採用開放的態度來面對研究結果，視實際需要來斟酌採用適當理論對幸福感作詮釋。

隨著學者們不斷研究的成果累積，吾人對幸福感的理論有了更清楚的瞭解。至於要如何達到自身的幸福感，研究者綜合上述各家理論之觀點提出具體建議：可以藉由調整自身積極正向的心態（身心健康）、設立與追求合理的目標（自我肯定）、參與體驗有意義的活動以尋求社會支持與人際互動的表達溝通（人際關係）等，使生活事件的愉快情感增加（生活滿意），進而減少負面的情緒，如此都能累

積我們的幸福能量，以達到豐富美好的人生價值與充實圓滿的生命意義。同時研究者也發現，上述各家幸福感理論之觀點也和本研究幸福感問卷所涵括的四個層面相吻合。

第三節 幸福感的量化研究工具

現代幸福感的測量方法導因於現代幸福感的定義和理論，因此現代最常使用的幸福感評量方法有外在評量法與問卷法兩種。外在評量法是指：以與幸福感相關的外顯行為發生的頻率，作為評估幸福程度的依據。但此種評量法容易忽略受試者內在主觀認知結果的特質，所以在社會科學的研究領域中較少被使用。相對的，問卷法已經是現代學者測量幸福感主要的研究工具（陸洛，1998：120）；因此本研究亦以問卷調查法來對國小教師的幸福感現況作調查。謝玫芸（2007：66-68）指出國內外有一些較常被使用且較為成熟的幸福感量表可供選擇，以下將針對這些量表作簡單說明。

首先是情感量表（Affect Scales）。此量表由 Bradburn 和 Caplovitz 於 1969 年為測驗一般人的心理健康而設計的，是基於對幸福的一個「功能」或「快樂-痛苦」理論所建立的，內容包括三個向度：正向情感、負向情感、平衡式情感，各有五個測量題目。正向情感表測量正向情感，負向情感表測量負向情感，平衡式情感表反應正向情感和負向情感之間的差異，將個體在正向情感和負向情感量表的得分予以加權計算，呈現出其差異情形。該量表曾對美國 2735 個成人施測過，發現大學畢業生和高收入階層的人得分較高，低收入者幸福感分數特別低（引自楊中芳等譯，1997：223-229）。

其次是整體幸福狀況量表（General Well-Being Schedule）。此量表為 Dupuy 於 1970 年為美國「全國健康統計資料中心」（National Center for Health Statistics）所編制，全量表共 33 個題目，分為對健康的憂慮、精力、滿足與有趣的生活、沮喪/快樂的心情、情緒/行為的控制、放鬆相對於緊張/焦慮等六個分量表（引自楊中芳等譯，1997：222）。

接著是幸福與整體情感指數（Indices of Well-Being and General Affect）。此量表由 Campbell 等人於 1976 年發展出來，包括整體情感與生活滿足感兩部分。整體情感由八個語意對立的測量題目組成，如「充實的一氣餒的」，採七點評尺，讓受試者自陳其得分；生活滿足感則為單一測量題。計分時，將整體情感八題的平均

數與生活滿足感單題得分予以加權總和，所得到的值就是幸福感指標。此量表曾被中文化，使用於大學生與青少年幸福感的研究上（引自巫雅菁，2001：63）。

然後是牛津幸福量表（Oxford Happiness Inventory）。此量表是 Argyle（1987）開發的具有正偏態量尺的幸福度量表。其內容包括七個概念：樂觀、社會承諾、正面情感、掌控感、身體健康、自我滿足、心理警覺。此量表在國內由陸洛等人加以中文化，改編後製成「中國人幸福度量表」，並用於社區民眾之幸福感研究，具有良好的信、效度（引自陸洛，1998：135）。另有研究者林子雯（1996）也曾對牛津幸福量表進行修訂改編，用以探討大學生的幸福感。

再來是中國人幸福度量表。陸洛與施建彬等人將牛津幸福量表原題目 28 題加以翻譯，再依質性訪談資料歸納整理後，增編了 20 題，新編成共 48 題的「中國人幸福度量表」，包括九個向度：自尊的滿足、家庭與朋友等關係的和諧、對金錢的追求、工作上的成就、對生活的樂天知命、活得比旁人好、自我控制與理想的實現、短暫的快樂、對健康的需求（陸洛，1998：135）。近年來也有研究者陸續引用此量表來探討大學生、一般民眾、已婚婦女等的幸福感。

最後則是林子雯編製的幸福度量表。林子雯（1996）根據牛津幸福量表（OHI）加以修訂，編製出一份「幸福度量表」，內容也是用正偏態量尺計分方式，採五點評分方式，包括四個分量表：自我肯定、生活滿意、人際關係和身心健康。該量表經測試後具有良好的信度和效度（此部分已於本研究第一章第六節研究工具與樣本中作詳細說明）。研究者將上述各量表的內涵向度，整理如下表 三-6：

表 三-6

國內外幸福度量表內涵向度一覽表

量表名稱	編訂者	時間	內涵向度
情感量表	Bradburn、 Caplovitz	1969	正向情感、負向情感、平衡式情感
整體幸福狀況量表	Dupuy	1970	健康的憂慮、精力、滿足與有趣的生活、沮喪/快樂的心情、情緒/行為的控制、緊張/焦慮的放鬆
幸福與整體情感指數	Campbell 等人	1976	整體情感指數、生活滿足感
牛津幸福量表	Argyle	1987	整體幸福感之七概念：樂觀、社會承諾、正向情感、掌控感、身體健康、自我滿足、心理警覺
中國人幸福度量表	陸洛、施建彬	1995	自尊的滿足、家庭與朋友等關係的和諧、對金錢的追求、工作上的成就、對生活的樂天知命、活得比旁人好、自我控制與理想的實現、短暫的快樂、對健康的需求
幸福度量表	林子雯	1996	自我肯定、生活滿意、人際關係、身心健康

資料來源：修改自謝玫芸（2007：69）。

由上表可知，幸福感評量內涵的轉變，從早期著重個人情感性情緒和認知性活動，隨著時代變遷的趨勢，至今趨向重視身心健康、人際關係、自我肯定和工作成就等的滿足。故幸福感已經是由內而外，從個人和社會互動中兼具平衡的表現。然而 Robinson Shaver 和 Wrightsman 認為：研究者使用各種不同的量表來評量幸福感，並沒有哪些量表得到特別的廣泛運用，或者明顯的比其它量表好（引自楊中芳等譯，1997：149）。雖然如此，吾人還是可從上述各種中外量表中發現：牛津幸福量表、根據此量表發展而來的中國人幸福感量表及林子雯編製的幸福感受量表較能符應現代社會學對幸福感的內涵定義和理論。但基於本研究的對象為台灣人，所以國外的牛津幸福量表可能較不適合本地使用；而中國人幸福感受量表因題項過多，可能會讓較多的受試者產生不耐煩進而影響作答意願。因此，本研究引用林子雯（1996）所開發之量表作為幸福感的量化研究工具，用來瞭解國小教師幸福感狀況。

研究者之所以會採用這份問卷，是因為其所涵括的四個層面與近代社會學家對幸福感的相關研究和理論相吻合（此部分已於本章前二節中說明），且其修訂自國外使用相當廣泛之牛津幸福量表，進而又曾多次被其他研究者所採用（如：鍾秀琴，2011；蘇芳滿，2010；陳毓茹，2005；黃國城，2003），使用於樂齡者學習成效及幸福感、老人運動行為與幸福感、成人宗教態度與幸福感、醫院志工幸福感與生命意義感等多篇研究，研究對象與領域呈現多元化，可見此量表具有相當的代表性。

第四節 國小教師的幸福感受探討

一、國小教師的幸福感受概況

關於本節議題的探究，研究者仍以「臺灣博碩士論文知識加值系統」中的博碩士論文為主要資料來源；對於此種資料蒐集法的特殊選擇，研究者已於第一章第四節之文獻探討時作過說明，於此不再贅言。研究者分別以「國小教/老師」—「幸福」和「小學教/老師」—「幸福」為關鍵詞進行搜尋，至 2011 年 6 月為止，共可得 32 篇相關的論文。由此可見國小教師與幸福感受關係之議題，目前已有大量的研究成果。有鑒於要彙整如此大量的研究成果實屬不易，並考量人類知識累積及汰舊更新速度成等比級數躍進之事實，研究者擇其中距今 2 年內（2010-2011 年）

的論文為分析探究之對象，共可得 11 篇；如此似乎較能反應目前國小教師幸福感之現況。茲將此 11 篇相關論文整理成表 三-7。

表 三-7
國小教師與幸福感相關研究摘要表

研究者 (發表時間)	論文題目	研究對象/ 方法	研究結果
詹美珍 (2011)	桃竹苗地區國民小學教師幸福感與組織公民行爲關係之研究	桃竹苗地區國民小學教師454人/問卷調查法	<ol style="list-style-type: none"> 1、國民小學教師幸福感現況達高等程度。 2、「男性」的教師對幸福感的知覺程度較高。 3、「年齡較長」的教師對幸福感的知覺程度較高。 4、「服務年資21年以上」的教師對幸福感的知覺程度較高。 5、「擔任主任」的教師對幸福感的知覺程度較高。 6、國民小學教師幸福感與教師組織公民行爲間具有顯著的正相關存在。
林萃芃 (2011)	臺北市國民小學教師社會支持與教學效能、幸福感之研究	臺北市國民小學教師485人/問卷調查法	<ol style="list-style-type: none"> 1、臺北市國民小學教師具備良好幸福感。 2、不同「性別」的臺北市國小教師在幸福感上有顯著差異。 3、不同「年齡」的臺北市國小教師在幸福感上有顯著差異。 4、不同「任教年資」的臺北市國小教師在幸福感上有顯著差異。 5、不同「教育程度」的臺北市國小教師在幸福感上有顯著差異。 6、臺北市國民小學教師在幸福感上，會因社會支持的不同而有顯著差異，高分組教師優於中分組教師，且高於低分組教師。 7、臺北市國民小學教師的教學效能與幸福感有顯著中度正相關。
廖淑容 (2011)	教師休閒活動參與、幸福感與教學效能之研究-以苗栗縣國小教師為例	苗栗縣國小教師400人/問卷調查法	<ol style="list-style-type: none"> 1、國小教師的「年齡」變項對幸福感有顯著影響。 2、國小教師的「任教年資」變項對幸福感有顯著影響。 3、休閒活動參與、幸福感與教學效能三者變項之間呈顯著相關。
陳蓆諼 (2011)	基隆市國小教師幸福感之調查研究	基隆市小學共525位教師/問卷調查法	<ol style="list-style-type: none"> 1、基隆市國小教師實際感受到主觀幸福感依序爲：「覺得生活很有意義」、「對生活總是堅定而且投入」、「對大部分的人有好感」、「生活是美好的」及「過去的生活有特別愉快的記憶」。 2、基隆市國小教師對於主觀幸福感在重要程度的看法與實際現況之間達顯著差異情形的前三項依序爲：「起床時不會感到疲累」、「覺得自己健康」、「精神飽滿」。 3、經由統計之主成分分析，國小教師幸福感可歸納出三個向度，分別爲：「生活滿意」、「活力」、「正向觀點」。
王盈方 (2011)	桃園縣國小教師創新教學與幸福	桃園縣公立國小教	<ol style="list-style-type: none"> 1、桃園縣國小教師幸福感之現況屬中上程度。 2、不同「學歷」之桃園縣國小教師其幸福感有顯

	感關係之研究	師 452 人 / 問卷調查法	著差異。 3、桃園縣國小教師創新教學與幸福感之間具有顯著正相關。
陳進祥 (2010)	休閒涉入、休閒效益與幸福感相關之研究-以臺南市國民小學教師為例	臺南市國民小學教師 571 人 / 問卷調查法	1、國小教師的幸福感各分量表感受為正向感受。 2、國小教師的幸福感，因不同「性別」有顯著差異。 3、國小教師的幸福感，因不同「學歷」有顯著差異。 4、國小教師的幸福感，因不同「服務年資」有顯著差異。 5、國小教師的幸福感，因「不同職務」有顯著差異。 6、休閒涉入、休閒效益和幸福感的各向度之間均呈現顯著正相關。
于春芳 (2010)	國民小學教師自我概念、情緒管理與幸福感之相關研究	台中縣、市 372 位國民小學老師 / 問卷調查法	1、國民小學教師的幸福感現況屬中上程度。 2、不同背景變項之國民小學教師在幸福感之不同層面上有顯著差異。 3、國民小學教師自我概念對幸福感呈現顯著正相關。 4、國民小學教師情緒管理對幸福感呈現顯著正相關。 5、「婚姻狀況」及「年齡」等變項對幸福感有預測力。
陳信介 (2010)	國民小學教師工作壓力對工作滿意度影響之研究---幸福感中介效果之驗證	台南縣國民小學的教師 257 人 / 問卷調查法	1、教師工作壓力與幸福感二者間有顯著負向關係，且能產生顯著負向影響。 2、幸福感與工作滿意度二者間有顯著正向關係，且能產生顯著正向影響。 3、幸福感在教師工作壓力影響工作滿意度之過程中會有顯著的中介效果。
彭楊盛 (2010)	國小教師人格特質、生涯發展與幸福感之研究。	苗栗縣、台中市、台中縣、彰化縣的 474 位國小教師 / 問卷調查法	1、國小教師的幸福感表現屬中上程度。 2、國小教師的不同背景變項在幸福感皆有部分顯著差異。 3、國小教師人格特質、生涯發展、幸福感之間有部分顯著相關。
黃馨慧 (2010)	桃園縣公立國小教師網路使用功能、社交整合及幸福感之研究	桃園縣公立國小教師 / 問卷調查法	1、國小教師幸福感 (M=3.52) 之現況表現屬中上程度。 2、「不同職務」的國小教師在幸福感有顯著差異。 3、「不同學歷」的國小教師在幸福感有顯著差異。 4、社交整合對幸福感為顯著中度正相關 (r=0.48, p<0.01)。 5、網路使用功能對幸福感為顯著低度正相關 (r=0.27, p<0.01)。
蔣其芳 (2010)	彰化縣國小教師心靈特質與情緒幸福感關係之研究	彰化縣國小教師 525 人 / 問卷調查法	1、彰化縣國小教師對情緒幸福感的整體感覺為中等以上。 2、「年齡」是影響彰化縣國小教師情緒幸福感的個人背景因素之一。 3、「婚姻狀況」是影響彰化縣國小教師情緒幸福感的個人背景因素之一。 4、彰化縣國小教師心靈特質對其情緒幸福感具有預測力，其中「自我肯定」是預測情緒幸福

資料來源：研究者整理自「臺灣博碩士論文知識加值系統」。

透過表 三-7 之整理，研究者另將這 11 篇相關論文的研究成果，整理歸納成以下 4 點，至於個人背景變項與幸福感的關係之研究成果，因牽涉到的變項數目較多，需要更多篇幅來討論，於是研究者將此部分與其他更多相關研究成果留待於後文一併論述。以下先歸納出上述 11 篇相關論文的研究成果。

(一)國小教師與幸福感相關研究多採用問卷調查法

研究者在分析國小教師與幸福感相關研究的論文時，雖也曾發現有採用質性研究法的論文，但畢竟屬於少數。就以表 三-7 所整理出的，最近 2 年內的 11 篇論文而言，全部是採問卷調查法來研究國小教師的幸福感受與相關議題；可見這個研究領域目前最常被使用的研究方法是問卷調查法，而本研究也是採取同樣的研究方法。

(二)國小教師的幸福感受現況大都屬於中等至良好的程度

分析表 三-7 所整理出的 11 篇論文，研究者發現目前國小教師的幸福感受狀況大多屬於中等、正向（如陳進祥，2010；于春芳，2010；王盈方，2011；彭楊盛，2010；黃馨慧，2010；蔣其芳，2010）至良好的程度（如詹美珍，2011；林萃芃，2011）。上述研究結果將可和本研究將來之研究結果作為參照之用。

(三)國小教師與幸福感相關研究的主題呈多元性

分析表 三-7 所整理出的 11 篇論文，研究者發現目前國小教師與幸福感相關的研究主題（變項）相當廣泛，頗具多元性。諸如：組織公民行為、教師社會支持與教學效能、休閒涉入與休閒效益、自我概念與情緒管理、工作壓力與工作滿意度、休閒活動參與與教學效能、創新教學、人格特質與生涯發展、網路使用功能與社交整合、心靈特質等諸多領域，都被諸多研究者們納入研究範圍，與國小教師的幸福感受一起來探討。而本研究以國小教師的宗教信仰面向來探討對幸福感受的影響，目前似乎尚未看到相關的研究，可見本研究將來亦可為這個領域提供一些研究成果。

此外，研究者亦發現上述的諸多研究領域和研究主題（變項），大多與國小教師的幸福感受有正向的相關，而且大部分的研究變項都對國小教師的幸福感受具有預

測力；唯獨陳信介（2010）的研究顯示教師工作壓力與幸福感二者間有顯著負向關係，且能產生顯著負向影響。由此可知，影響國小教師幸福感受的因素相當廣泛且多元，值得吾人對這個領域投入更多的研究。

(四)本研究幸福感量表內涵符合其他研究者歸納的因素成份

研究者從表 三-7 中發現，本研究所採用的幸福感量表之 4 個構面：「生活滿意」、「人際關係」、「自我肯定」、「身心健康」，與上述某些研究中所歸納出的幸福感因素成份有吻合之處，茲略述如下。蔣其芳（2010）指出「自我肯定」是預測情緒幸福感的主要因子。陳蓊諤（2011）亦指出基隆市國小教師實際感受到主觀幸福感依序為：「覺得生活很有意義（生活滿意）」、「對生活總是堅定而且投入（生活滿意）」、「對大部分的人有好感（人際關係）」、「生活是美好的（生活滿意）」及「過去的生活有特別愉快的記憶（生活滿意）」。

此外，陳蓊諤（2011）也指出基隆市國小教師對於主觀幸福感在重要程度的看法與實際現況之間達顯著差異情形的前三項依序為：「起床時不會感到疲累（身心健康）」、「覺得自己健康（身心健康）」、「精神飽滿（身心健康）」，而且經由統計之主成分分析，國小教師幸福感可歸納出三個向度，分別為：「生活滿意」、「活力（身心健康）」、「正向觀點（自我肯定）」。

由此可見，本研究幸福感量表內涵符合其他研究者歸納的因素成份。

二、個人背景變項與幸福感的關係

關於個人背景變項與幸福感的關係，因牽涉的變項數目較多，需要蒐集的相關研究成果亦相對增加，研究者除了根據上述的 11 篇論文中所提及之成果外，另參考其他相關研究成果一併論述。Lightsey 在 1996 年提出有關影響幸福感的因素，包括個人資源、環境因素、正向幻覺（個人知覺會比他人有更好的表現及未來）及個人特質等層面（引自曾貝露，1999：68）；Argyle（1987：73）也認為研究人類幸福或主觀幸福時，社會關係是一個重要的因素。由此可見影響幸福感的因素非常複雜且多元，此部分已於前述的相關理論中作說明。

此外，有關幸福感及其影響的背景因素，在個人背景變項上如年齡、性別、教育程度、家庭收入與婚姻狀態等都有相關研究成果。本研究以國小教師為對象，基於樣本的工作環境與研究目的，研究者著重影響幸福感的相關因素中，特別針

對性別、年齡、婚姻狀況、教育程度、服務年資、擔任職務、宗教信仰類別等 7 項來作深入探討。茲分述如下。

(一)性別

討論性別和幸福感相關的研究有：林萃芃（2011）和陳進祥（2010）都發現不同性別的國小教師在幸福感各層面均有顯著差異。陳鈺萍（2004）指出女教師幸福因素中之自主性略高於男教師。Diener、Sandvik 和 Larsen 研究發現似乎所有年齡層的女性都更容易體會到正向與負向的兩種情緒，並且感受到的程度似乎也更强（引自曾貝露，1999：23-25）。陸洛（1998：118）研究 600 位成人，發現女性的幸福感顯著高於男性。但是也有部分研究發現男性的幸福感比女性高，如：吳衍潔（2002）研究大台北地區民眾，發現女性出現負向情感的頻率比男性高；陳毓茹（2005）研究高雄縣、市的成人也發現，男性在幸福感整體層面上較女性良好；詹美珍（2011）也指出男性的教師對幸福感的知覺程度較高。

另一方面，許多實證研究（施建彬，1995；陳騏龍，2001；蔡坤良，2004；顏映馨，1999）以一般民眾、國小學童、小琉球的老年人、大學生為樣本，結果均證實男女在整體幸福感上並無顯著差異。黃國城（2003）、張瑛（2005）、陳得添（2006）及古婷菊（2006）的研究也分別指出不同性別的醫院志工、警察人員、國中特教老師以及一般國中教師，在男性與女性的整體幸福感上並無顯著差異。

綜合上述研究顯示，國內外學者研究性別在幸福感上的差異情形，並未獲得一致性的定論。故本研究將性別作為背景變項，探討國小教師性別在幸福感上是否有顯著差異，再將研究結論與上述研究成果相互比較，試圖找出一個更合理的答案，來解釋性別和幸福感之間的關係。

(二)年齡

探討年齡和幸福感相關的研究有：Campbell 等人（1976：138）的研究發現年齡和幸福感有相關，快樂情緒的強度隨著年齡增加而減低。Frank 和 Andrews 在 1991 年也發現幸福感隨著年齡的增加而降低（引自林子雯，1996：75）。但詹美珍（2011）、廖淑容（2011）卻指出年齡較長的教師對幸福感的知覺程度較高；黃國城（2003）指出年齡越高之醫院志工幸福感受越高；張瑛（2005）指出年齡越

長之警察人員幸福感受越強；陳毓茹（2005）也發現 70 歲以上的人比其他年齡的人在幸福感整體層面及分層面上有較高感受。此外，林萃芃（2011）、蔣其芳（2010）均發現不同年齡的人，在整體幸福感上有顯著差異。

然而，Argyle（1987：125）則認為幸福感不會隨著年齡而有顯著差異。國內研究（施建彬，1995；陸洛，1998；曾豔秋，2002）發現不同年齡層民眾的幸福感並無顯著差異。陳玲婉（2005）研究國小學童母親及陳得添（2006）研究國中教師之年齡在整體幸福感上亦無顯著差異。

綜合上述研究顯示，國內外學者研究不同年齡在幸福感上的差異情形，並未獲得一致性的定論。所以，本研究將年齡作為背景變項，探討國小教師年齡在幸福感上是否有顯著差異，再將研究結論與上述研究成果相互比較，試圖找出一個更合理的答案，來解釋年齡和幸福感之間的關係。

(三)婚姻狀況

Argyle（1987：93）認為結婚的人比未婚、離婚或寡居的人更為幸福。林子雯（1996）發現已婚的成年學生之整體幸福感比未婚成年學生為高。黃毅志（1998：178）研究顯示已婚者有較佳的心理幸福。吳淑敏（2003：134）研究 310 位婦女，發現已婚婦女在生活滿意、情緒、心理健康及自尊上顯著優於未婚者。黃國城（2003）研究指出已婚的醫院志工在幸福感各層面上都顯著高於未婚者。陳毓茹（2005）研究高雄縣、市的成人也發現已婚者與單身者在幸福感的身心健康層面上有顯著差異。陸洛（1994：495）、蔣其芳（2010）研究結果皆顯示婚姻狀況與心理幸福滿足感有相關。

但是吳衍潔（2002）研究大台北地區民眾，發現未婚卻有固定伴侶者在正向情感出現的頻率上表現最好，優於其他婚姻狀態者。施建彬（1995）研究發現婚姻狀況在整體幸福感上並無顯著差異。陳得添（2006）及古婷菊（2006）研究發現國中教師之婚姻狀況在整體幸福感上並無顯著差異。

綜合上述研究顯示，國內外學者研究不同婚姻狀況在幸福感上的差異情形，並未獲得一致性的結果。因此本研究將探討國內國小教師不同的婚姻狀況在幸福感上是否有顯著差異，再將研究結論與上述研究成果相互比較，試圖找出一個更合理的答案，來解釋婚姻狀況和幸福感之間的關係。

(四)教育程度

Campbell (1981: 239) 研究結果顯示教育程度對於幸福感有正向影響；陸洛 (1998: 120) 研究結果顯示教育程度與心理幸福滿足感有正相關；羅凱南 (2000) 研究結果顯示，教育程度越好的老人，其自我成長、生活目標、與他人正向關係等方面都會比較好；楊雅筠 (2002) 研究結果顯示，大專程度以上之老人心理幸福感較佳。林萃芃 (2011)、陳進祥 (2010)、王盈方 (2011)、黃馨慧 (2010) 皆指出不同教育程度的國小教師在幸福感上有顯著差異。

但林子雯 (1996) 的研究結果顯示，不同教育程度之成人學生，其整體幸福感及「自我肯定」上並沒有明顯的不同；林宜蔓 (2004) 的研究亦發現不同教育程度的游泳參與者其整體幸福感並沒有顯著不同。陸洛 (1998: 135) 研究結果指出教育程度與快樂、幸福感和生活滿意度不存在直接的關聯。

綜合上述研究顯示，國內外學者研究不同教育程度在幸福感上的差異情形，並未獲得一致性的結果。本研究將探討國內國小教師不同的教育程度在幸福感上是否有顯著差異，再將研究結論與上述研究成果相互比較，試圖找出一個更合理的答案，來解釋教育程度和幸福感之間的關係。

(五)服務年資

關於服務年資和幸福感相關的研究有：Alashev 和 Bykov 在 2002 年於俄國進行教師焦慮狀態的研究，由 1319 位新進與資深教師作答，結果發現資深教師有較高發生率的憂鬱症和一些身體疾病，然而新進教師較具侵略行爲，這結果也證實兩群教師都有較低的幸福感，而且資深教師更悶悶不樂，這也暗示教師在經歷教學數十年後社會焦慮感會增加；然而，退休後社會焦慮感會明顯下降（引自陳鈺萍，2004: 54-55）。但侯辰宜 (2006) 以桃園縣國小教師為研究對象，認為任教年資較長者其幸福感較高；詹美珍 (2011) 也指出服務年資 21 年以上的教師對幸福感的知覺程度較高。

此外，林萃芃 (2011)、陳進祥 (2010)、廖淑容 (2011)、陳鈺萍 (2004) 等人研究皆發現不同任教年資國小教師，在幸福感各層面上均有顯著差異；同樣地古婷菊 (2006) 研究發現國中教師之任教年資在幸福感之「正向情緒」、「工作成就」層面亦有顯著差異。但是，陳得添 (2006)、陳慧姿 (2007) 分別研究國中教師及高中教師，卻發現不同任教年資在整體幸福感上並無顯著差異。

綜合上述，可知國內外對教師任教年資是否會影響其幸福感的研究，並未獲得一致性的結果。所以，本研究將服務年資作為背景變項，探討國內國小教師的服務年資在幸福感上是否有顯著差異，再將研究結論與上述研究成果相互比較，試圖找出一個更合理的答案，來解釋服務年資和幸福感之間的關係。

(六)擔任職務

Lin 和 Gina (1995: 1135) 認為高職位的工作，因為需要監督、管理和協調等活動，可能會增加人際衝突的可能性，而導致心理較不幸福。古婷菊 (2006) 研究發現國中專任教師的幸福感高於導師，不同任教職務之國中教師在幸福感整體及「正向情緒」、「工作成就」層面有顯著差異。詹美珍 (2011) 則指出擔任主任的國小教師對幸福感的知覺程度較高。此外，陳進祥 (2010)、黃馨慧 (2010) 也發現國小教師的幸福感，因「不同職務」有顯著差異。但是陳鈺萍 (2004)、陳得添 (2006) 和陳慧姿 (2007) 分別研究國小教師、國中教師和高中教師，均發現任教職務在整體幸福感上並無顯著差異。

綜合上述，可知擔任職務和幸福感有沒有相關，並未獲得一致性的結果。本研究將擔任職務作為背景變項，探討國小教師的擔任職務在幸福感上是否有顯著差異，再將研究結論與上述研究成果相互比較，試圖找出一個更合理的答案，來解釋擔任職務和幸福感之間的關係。

(七)宗教信仰類別

各種宗教在台灣呈現多元發展的狀況，這在全球國家裡面是相當特別的現象，因此不同宗教類別的信仰者，其幸福感是否會有不同的差異性，是一個值得吾人深入探討的議題。這方面的研究成果有：古育臣 (2010) 指出信仰基督教者之幸福感受顯著高於本土宗教與無宗教信仰者；陳毓茹 (2005) 指出基督教、天主教徒對幸福感的感受力最大；張淑儀 (2010) 指出西方宗教信仰受試學生其幸福感受顯著高於東方宗教信仰受試學生。

但是黃國城 (2003) 則指出不同宗教信仰者在幸福感整體上無顯著差異；陳慧姿 (2007) 也指出不同宗教信仰的高中教師，在整體幸福感及分層面上均沒有顯著差異；林志哲 (2011) 的研究也顯示不同宗教信仰的大學生在幸福感表現上無顯著差異存在。綜上可知，宗教信仰類別和幸福感有沒有相關，並未獲得一致

性的結果。本研究將宗教信仰類別作為背景變項，探討國小教師的宗教信仰類別在幸福感上是否有顯著差異，再將研究結論與上述研究成果相互比較，試圖找出一個更合理的答案，來解釋宗教信仰類別和幸福感之間的關係。

綜上所述，此 7 項個人背景變項與幸福感之間的關係，其研究成果間似乎有某種層度上的歧異，亦即沒有一致性的看法；因此值得本研究針對這些變項加以進一步的研究和分析。研究者之所以會成立上述 7 種個人背景變項之原因，已於第二章第五節國小教師的宗教信仰探討中陳述，此處不再贅言。

回顧本章之重點，本章旨在探討幸福感各層面之意涵。研究者逐一對幸福感之定義、幸福感之相關理論、幸福感之量化研究工具，作了基本概念的整理與分析；最後則回歸到國小教師的幸福感探討，指出國小教師與幸福感最新的研究成果和現況，並對個人背景變項與幸福感之關係作了文獻回顧式的整理、分析。研究者從本章文獻中發現到：宗教信仰與幸福感應該有相當密切的關聯；而且本研究所採用的幸福感量表，也頗能符合現代西方社會學幸福感理論和內涵的發展，以及符合諸多此領域的研究者所共同歸納出的量表因素成份。但上述二項發現到底是否屬實？這一切答案須由實際的問卷調查來證實，此步驟之調查結果與分析將於本論文之第四章呈現。

第四章 宗教信仰與幸福感關係之統計結果分析及討論

本章的主旨在根據問卷調查進行統計結果分析與討論，以呈現南投縣國小教師個人背景變項、宗教信仰與幸福感的現況、差異與相關之情形，同時根據 SPSS/PC for windows 17.0 統計套裝軟體進行資料處理統計，以考驗各項研究假設。茲將本章分成四節，第一節是個人背景變項、宗教信仰及幸福感之現況分析與討論；第二節是個人背景變項在宗教信仰各層面的差異分析與討論；第三節是個人背景變項在幸福感各層面的差異分析與討論；第四節是宗教信仰與幸福感的相關情形及預測力分析與討論。茲分述如下。

第一節 個人背景變項、宗教信仰及幸福感之現況分析與討論

本節將依據問卷調查所得資料，分析國小教師在個人背景變項、宗教信仰及幸福感的現況，並進一步對這些現象作討論。

一、國小教師個人背景變項之現況分析與討論

本研究取樣南投縣的國小教師 602 人，回收有效之正式問卷為 479 人，經統計後將有效問卷個人背景變項資料詳列於表 四-1。茲將本研究有效樣本分析並討論如下：

(一)就「性別」變項而言：

女性教師 312 人，佔全部有效樣本的 65.1%；男性教師 167 人，佔全部有效樣本的 34.9%。這個結果顯示女性教師多於男性教師，且女性對男性人數之比例約為 1.8：1。此女性教師多於男性教師之現象是目前國小校園內之常態，顯示本研究所抽取之樣本，在性別上頗能反映現況。此項結果亦與沈菁芬（2009）、陳秋月（2009）、張運鈞（2008）、楊麗蓉（2008）、趙曉薇（2003）研究顯示女教師多於男教師之結果相符。此研究發現，在民主思潮的衝擊及男女平權的提倡下，台灣性別平等的落實成效斐然，各種職業取才的考量是個人的能力，而非其性別。本研究之發現，可提供未來相關研究之參考。

(二)就「年齡」變項而言：

以 41-50 歲的教師人數最多，共 212 人，占全部有效樣本的 44.3%；其次依序為 31-40 歲教師 188 人，占全部有效樣本的 39.2%；21-30 歲教師 40 人，占全部有效樣本的 8.4%；50 歲以上教師 39 人最少，占全部有效樣本的 8.1%。這個結果顯示南投縣國小教師的年齡以「31-50 歲」者居多，佔 80% 以上的抽樣人數，所以由抽樣年齡上的分佈可知，目前任教於南投縣的國小教師屬於青壯年居多。此項結果亦與沈菁芬（2009）、陳秋月（2009）、張運鈞（2008）、楊麗蓉（2008）、趙曉薇（2003）研究顯示 40 歲以下教師佔大多數之研究結果，在年齡層上有重合之處，但較各縣市有稍高之傾向。近年來因公務人員「退休 85 制」之逐步實施，使得具備公務人員身份的國小教師，亦得面臨延後退休之事實，本縣國小教師在年齡層上的現況，亦可提供相關研究之參考。

(三)就「婚姻狀況」變項而言：

已婚教師 367 人，占全部有效樣本的 76.6%；未婚教師 103 人，占全部有效樣本的 21.5%；分居或喪偶教師只有 9 人，占全部有效樣本的 1.9%。這個結果顯示任教於南投縣之已婚國小教師占較多數，僅有少數教師之婚姻屬於離異，但也有蠻高比例的教師未婚。此項結果亦與沈菁芬（2009）、陳秋月（2009）、張運鈞（2008）、楊麗蓉（2008）、趙曉薇（2003）研究顯示已婚教師佔大多數之研究結果相符；且南投縣國小教師高達 21.5% 的未婚比例也與目前台灣社會晚婚或不婚現象日趨普遍的情形相符。至於僅有 1.9% 國小教師婚姻狀態屬於離異之研究結果，與目前台灣社會離婚現象日趨普遍的情形不相符；推究其原因，可能和教師長久以來即給社會大眾較正面的觀感，扮演為人表率的角色，所以大部分的教師也對自己的形象要求較高，除非萬不得已，否則較不會輕易離婚。

(四)就「教育程度」變項而言：

大學畢業 313 人，佔全部有效樣本的 65.3%；其次依序為研究所畢業 160 人，佔全部有效樣本的 33.4%；師專畢業人數為最少，只有 6 人，佔全部有效樣本 1.3%。這個結果顯示任教於南投縣之國小教師 98.7% 擁有大學以上之學歷，更有高達 33.4% 的教師具有研究所學歷。此項結果與沈菁芬（2009）、陳秋月（2009）、張運鈞（2008）、楊麗蓉（2008）、趙曉薇（2003）研究顯示國小教師 3 成以上具研究所學位之研究結果相符，亦與目前各大專院校皆普設研究所在職專班，而國

小教師踴躍就讀進修的現象相符；但如何能學以致用且落實於國小教學中是須再被重視與研究的問題。

(五)就「服務年資」變項而言：

以 11-20 年人數為最多，共 227 人，佔全部有效樣本的 47.4% ，其次依序為 1-10 年 145 人，佔全部有效樣本的 30.3% ；21-30 年 96 人，佔全部有效樣本的 20% ；30 年以上人數最少，只有 11 人，佔全部有效樣本的 2.3% 。這個結果顯示教師服務年資以「1-20 年」者佔多數，表示大部份南投縣之國小教師年資傾向年輕化。此項結果與沈菁芬(2009)、陳秋月(2009)、張運鈞(2008)、楊麗蓉(2008)、趙曉薇(2003) 研究顯示國小教師服務年資 15 年以下佔大多數之研究結果相符。但面對台灣「少子化」的衝擊，這些年資不高的教師可能即將面對教師超額而造成中年失業的問題，本研究之結果亦可提供相關研究參考。

(六)就「擔任職務」變項而言：

以擔任級任導師人數為最多，共 249 人，佔全部有效樣本的 52% ，其次依序為教師兼組長 96 人，佔全部有效樣本的 20% ；教師兼主任有 71 人，佔全部有效樣本的 14.8% ；人數最少的是科任教師，只有 63 人，佔全部有效樣本的 13.2% 。這個結果顯示樣本教師的職務分布狀況，與目前國小教師實際的職務分佈頗為符合，可見本研究所抽取之樣本，在教師擔任職務分佈上頗能反映現況。此項結果與沈菁芬(2009)、陳秋月(2009)、張運鈞(2008)、楊麗蓉(2008)、趙曉薇(2003) 研究顯示國小教師在現任職務上以教師兼導師最多，佔 50% 以上相符。這亦是國小教育採「包班制」的特色之一，但隨著軍公教免稅制度即將於民國 101 年正式取消，長久以來國小行政人員不足而需由導師兼任的問題，成為目前國小教師極力爭取的權益。

(七)就「宗教信仰類別」變項而言：

民間信仰人數最多，共 183 人，佔全部有效樣本的 38.2% ，其次依序為無宗教信仰 135 人，佔全部有效樣本的 28.2% ；佛教 82 人，佔全部有效樣本的 17.1% ；基督宗教 39 人，佔全部有效樣本的 8.1% ；一貫道 16 人，佔全部有效樣本的 3.3% ；道教 10 人，佔全部有效樣本的 2.1% ；其他宗教信仰 8 人，佔全部有效樣本

的 1.7%；伊斯蘭教最少，只有 6 人，佔全部有效樣本的 1.3%。這個結果顯示若扣除無宗教信仰者所佔之 28.2%，可知南投縣國小教師具有宗教信仰者佔 71.8%，此與瞿海源（1988：247）研究指出台灣地區居民有高達 91% 都自我認定為具有某種宗教信仰、美國國務院（2003）指出台灣 86% 以上的人自認為有宗教信仰，稍有差距；但卻與陳秋月（2009）的研究指出國小教師無宗教信仰者達到 27.5% 相類似。

本研究指出南投縣國小教師民間信仰人數最多，此項結果與沈菁芬（2009）、陳秋月（2009）、張運鈞（2008）、楊麗蓉（2008）、趙曉薇（2003）研究顯示國小教師以民間信仰佔最多數之研究結果相同；與美國國務院（2003）指出有多達 80% 的台灣人口信奉某種形式的傳統民間宗教，也有類似的結果；和瞿海源（1990）《台灣地區社會變遷基本調查資料：第二期第二次調查計畫執行報告》指出民間信仰人口可能高達 65% 亦相同。

古秀曲（2009）的研究顯示國小教師宗教皈依的因素與家庭成員息息相關，主要是受父母親的影響最大；林惠娟（2008）也指出國小教師的宗教信仰來自於原生家庭的宗教信仰；林本炫、伊慶春和林彥姣（2011：1）指出高三之前影響青少年是否有宗教信仰之因素，主要是父親的教育程度及父親的宗教信仰。研究者推測國小教師民間信仰人數最多的原因，與前述三篇論文的觀點有關；因為台灣社會老一代的父母親之原生家庭普遍以民間信仰為絕大多數，導致目前國小教師的宗教信仰仍受原生家庭之宗教信仰所影響。此外，這與台灣民間信仰廟宇普遍，佔所有宗教建築物的 78.5%（內政部，2008），及民間信仰融入日常生活也密切相關。

此外，美國國務院（2003）報告指出，台灣民間宗教可能與個人對佛教、道教、儒教或其他中國傳統宗教的信仰有重合的情況。近年來修練法輪功的人數已迅速增至 10 萬人，因此信仰佛教、道教和儒教或其他宗教與修練法輪功之間可能也有重合的情況。從這項報告亦可知道，對台灣人而言，有時真的很難明顯劃分各宗教之間的分際，各大小宗教在台灣互相重合交疊的現象十分普遍。而本研究基於想要探討台灣國小教師對宗教信仰類別是否有明確的認知，因而將宗教信仰類別特別作明確劃分並限定教師只能選擇單一宗教信仰。將來若有類似研究，可嘗試將宗教信仰類別作為複選題來處理，或許會有不同的研究結果呈現。

至於本研究顯示有高達 28.2% 的國小教師無宗教信仰，這個結果似乎也呼應了林本炫、伊慶春和林彥姣（2011：15）的看法：「台灣是一個逐漸世俗化的社會，下一代比上一代更不相信宗教信仰。……而『無宗教信仰』則是大幅度增加。」但不知這些無宗教信仰的教師是否如宋文里與李亦園（1988：114-115）所指出的：「無信仰者很難說是絕對的無信仰者，而是每個人或多或少仍然具有中國傳統宗教信仰的因素，他們不但會依照傳統的習俗舉行祭拜祖先的儀式，而且在觀念中也隱含著若干祖先崇拜的宗教觀念。」因本研究採問卷調查法而非深入訪談法，所以無法對上述的疑問提供解答，只能推測本研究之宗教信仰量表整體每題平均得分（2.91）偏低，可能和無宗教信仰教師人數偏多有關。因此未來若有相關研究，或許可改採深入訪談法，或是在問卷加上無宗教信仰者的宗教態度和宗教行為選項。

除此之外，林本炫（1998）曾指出，台灣成人世界的宗教信仰變遷方向，有從民間信仰轉移到佛教信仰的趨勢；他也曾指出台灣成年人宗教信仰改變的比例維持在 20% 上下（林本炫，2007）。對於上述的研究成果，因本研究的問卷設計沒能將「是否曾歷經宗教信仰改變」的相關題項列入，所以無法得知這方面的資訊，亦無法與上述的研究成果作對照。未來若有相關研究，建議可將此部分的相關題項納入問卷中，用來檢視國小教師宗教信仰改變的比例及狀況，以增加研究成果之豐富度。

表 四-1
有效問卷樣本個人背景變項資料統計表

變項	類別	人數	百分比	有效百分比	累積百分比	排序
性別	女性	312	65.1	65.1	65.1	1
	男性	167	34.9	34.9	100.0	2
	總和	479	100.0	100.0		
年齡	41-50 歲	212	44.3	44.3	44.3	1
	31-40 歲	188	39.2	39.2	83.5	2
	21-30 歲	40	8.4	8.4	91.9	3
	50 歲以上	39	8.1	8.1	100.0	4
	總和	479	100.0	100.0		
婚姻狀況	已婚	367	76.6	76.6	76.6	1
	未婚	103	21.5	21.5	98.1	2
	離異(含分居、喪偶)	9	1.9	1.9	100.0	3
	總和	479	100.0	100.0		
教育程度	大學	313	65.3	65.3	65.3	1
	研究所	160	33.4	33.4	98.7	2

	師專	6	1.3	1.3	100.0	3
	總和	479	100.0	100.0		
服務年資	11-20 年	227	47.4	47.4	47.4	1
	1-10 年	145	30.3	30.3	77.7	2
	21-30 年	96	20.0	20.0	97.7	3
	30 年以上	11	2.3	2.3	100.0	4
	總和	479	100.0	100.0		
擔任職務	級任導師	249	52.0	52.0	52.0	1
	教師兼組長	96	20.0	20.0	72.0	2
	教師兼主任	71	14.8	14.8	86.8	3
	科任教師	63	13.2	13.2	100.0	4
	總和	479	100.0	100.0		
宗教信仰類別	民間信仰	183	38.2	38.2	38.2	1
	無宗教信仰	135	28.2	28.2	66.4	2
	佛教	82	17.1	17.1	83.5	3
	基督宗教	39	8.1	8.1	91.6	4
	一貫道	16	3.3	3.3	95.0	5
	道教	10	2.1	2.1	97.1	6
	其他宗教信仰	8	1.7	1.7	98.7	7
	伊斯蘭教	6	1.3	1.3	100.0	8
	總和	479	100.0	100.0		

二、國小教師宗教信仰之現況分析與討論

國小教師宗教信仰現況呈現如表 四-2。這個結果顯示國小教師在「宗教信仰量表整體」每題平均得分 2.91，在「宗教功能」、「宗教信念」、「宗教實踐」、「宗教參與」4 個層面中，每題的平均得分在 2.15~3.54 之間。若就 4 個層面加以比較，可以發現「宗教功能」層面每題平均得分 3.54 最高，其次為「宗教信念」層面 3.17，再次為「宗教實踐」層面 2.69，最低的是「宗教參與」層面 2.15。若以五點量表來看，可知國小教師在宗教信仰整體及 4 個層面的得分稍微偏低，大致屬於中等到中下程度。此研究結果和趙曉薇（2003）發現教師整體宗教信仰生活實踐情形介於「大致做到」與「經常做到」之間，似有類似之處。

若再就 4 個層面加以比較，可以發現「宗教功能」層面每題平均得分 3.54 最高，其次為「宗教信念」層面 3.17，再次為「宗教實踐」層面 2.69，最低的是「宗教參與」層面 2.15。由此可知，南投縣國小教師普遍認同宗教信仰的「宗教功能」和「宗教信念」層面，但對「宗教實踐」和「宗教參與」層面則較不認同；而前 2 層面和楊麗蓉（2008）所定義的「宗教規範」領域較接近，後 2 層面則和楊麗蓉

(2008) 所定義的「儀式活動」領域較雷同。這和楊麗蓉(2008)指出，國小教師最認同宗教心理知覺之「宗教規範」層面，對「儀式活動」層面持保留態度，似有類似的結論，也和沈菁芬(2009：65)指出教師肯定宗教的教化功能相符。

綜合上述，研究者認為國小教師因擁有較高的教育程度(據本研究統計資料顯示，任教於南投縣之國小教師 98.7% 擁有大學以上之學歷，更有高達 33.4% 的教師具有研究所學歷)，屬社會上的高級知識份子，較慣常以理性的態度來面對宗教信仰問題。此外，國小教師可能普遍認為「宗教規範」可以和社會的倫理道德合而為一，有助於提升人民道德水準，進而挽救逐漸淪喪的世道人心，這和黃文三(2003：161-164)指出成年人的宗教心理應是追求一個「道德的宗教」之論點相同。而且一般說來，無宗教信仰的人當中，會有相當高比例的人認為宗教的「儀式活動」是一種迷信行為，所以無法對此產生認同感；再加上本研究之國小教師屬無宗教信仰的比例高達 28.2%，佔所有宗教類別中的第二位，因而導致整體教師對於宗教的「儀式活動」產生較不認同的統計結果出現。

因此，研究者認為國小教師較能接受宗教信仰中屬於理性客觀的「宗教義理」與「宗教規範」二個領域(或說是本研究之「宗教功能」和「宗教信念」二個層面)；對於宗教信仰中之「儀式活動」領域(或說是本研究之「宗教實踐」和「宗教參與」二個層面)，因牽涉到較深沉的宗教信仰心理層面，於是多持保留態度。此外，這應與教師信仰類別中人數最多的民間信仰並無固定的宗教活動也有關聯(沈菁芬，2009：65)。

表 四-2
國小教師宗教信仰現況分析摘要表

層面名稱	有效樣本數	題數	每題平均得分	標準差	排序
宗教功能	479	6	3.54	.88	1
宗教信念	479	6	3.17	.97	2
宗教實踐	479	7	2.69	1.05	3
宗教參與	479	5	2.15	.94	4
宗教信仰量表整體	479	24	2.91	.87	

三、國小教師幸福感之現況分析與討論

國小教師幸福感現況呈現如表 四-3。這個結果顯示國小教師在「幸福感量表整體」每題平均得分 3.62，在「人際關係」、「自我肯定」、「生活滿意」、「身心健康」4 個層面中，每題的平均得分在 3.49~3.72 之間。若就 4 個層面加以比較，可

以發現「人際關係」層面每題平均得分 3.72 最高，其次為「自我肯定」層面 3.64，再次為「生活滿意」層面 3.63，最低的是「身心健康」層面 3.49。若以五點量表來看，可知國小教師在幸福感整體及 4 個層面的現況大致屬於中等至中上程度。這和陳進祥（2010）、于春芳（2010）、王盈方（2011）、彭楊盛（2010）、黃馨慧（2010）、蔣其芳（2010）等人研究發現目前國小教師的幸福感受狀況大多屬於中等、正向相吻合，也和詹美珍（2011）、林萃芃（2011）研究發現目前國小教師的幸福感受狀況大多屬於良好的程度相類似。

另就 4 個層面加以比較，可以發現「人際關係」層面每題平均得分 3.72 最高，其次為「自我肯定」層面 3.64，再次為「生活滿意」層面 3.63，最低的是「身心健康」層面 3.49。此項結果顯示「人際關係」是影響幸福感受高低最重要的因素，這和陸洛（1998：116）認為中國人對幸福感的學說仍多屬於哲學和道德的論述，而由「人際和諧」所衍生的「社會支持」力量，才是影響中國人幸福感指數的重要因素有相同的發現；也和 Argyle（1987：73）認為研究人類幸福或主觀幸福時，「社會關係」是一個重要的因素之看法相符。

至於「自我肯定」層面屬本研究影響幸福感中第二個重要的因素，這和 Lightsey 在 1996 年提出有關影響幸福感的因素，包括「個人資源」、環境因素、「正向幻覺」（個人知覺會比他人有更好的表現及未來）及「個人特質」等層面（引自曾貝露，1999：68）之看法也有雷同之處。由此可見影響教師幸福感受高低的最重要因素中，一個是來自外在社會關係中人際層面的支持力量，另一個則為個人內在的自我肯定之心理因素。

若由得分最低的「身心健康」層面來看，可知目前國小教師可能因為工作壓力繁重，較無暇從事休閒活動，亦未能養成固定的運動習慣或尋求適當的紓壓管道，這是值得國小教師特別留意的一個現象。研究者認為若要提高國小教師的幸福感，促進其身心健康是一個值得努力的面向；然而這除了提倡日常運動習慣的養成，亦可透過宗教信仰的管道獲取各種紓壓減壓的方法。

表 四-3
國小教師幸福感現況分析摘要表

層面名稱	有效樣本數	題數	每題平均得分	標準差	排序
人際關係	479	6	3.72	.53	1
自我肯定	479	6	3.64	.53	2
生活滿意	479	7	3.63	.55	3
身心健康	479	5	3.49	.60	4

第二節 個人背景變項在宗教信仰各層面的差異分析與討論

本節旨在探討性別、年齡、婚姻狀況、教育程度、服務年資、擔任職務、宗教信仰類別等 7 種不同之個人背景變項，在國小教師的宗教信仰上之差異情形。考驗方式以個人背景變項為自變項，以宗教信仰各層面為依變項，進行 t 考驗或單因子變異數分析，如達顯著差異，再以 Scheffe'法進行事後多重比較，以了解不同背景變項之國小教師在宗教信仰各層面上的差異情形。茲分述如下。

一、就「性別」變項而言

本研究以教師性別為自變項，以「宗教信仰量表整體」、「宗教參與」、「宗教實踐」、「宗教功能」及「宗教信念」為依變項。就其平均數、標準差進行 t 考驗，以了解不同性別國小教師在宗教信仰整體及各分層面的差異情形。不同性別之國小教師在宗教信仰各層面與整體的平均數、標準差及 t 考驗的結果如表四-4 所示。

根據表 四-4 顯示不同性別的國小教師在「宗教信仰整體」、「宗教參與」、「宗教實踐」、「宗教功能」、「宗教信念」上皆未達到顯著差異；這表示國小教師在「宗教信仰整體」、「宗教參與」、「宗教實踐」、「宗教功能」、「宗教信念」上，不會因性別的不同而有所差異。由此結果可以得知，假設 1-1：「不同性別之國小教師在宗教信仰上有顯著差異」，並未獲得任何支持。指出不同性別在宗教信仰上「有」顯著差異的研究成果有：Tamminen(1964:74-76)；Beit-Hallahmi 和 Argyle(1997:125)；陳秋月(2009)；鄭書青(2000)；本研究於性別變項之研究結果與上述這些研究成果不符。指出不同性別在宗教信仰上「無」顯著差異的研究成果有：曾貝露(1999)；李介至與黃德祥(2002:29)；沈菁芬(2009)；本研究於性別變項之研究結果與上述這些研究成果相符。

研究者推測不同性別在宗教信仰上「無」顯著差異的原因，或許可從佛教出家比丘尼的形象在台灣大為轉變，與目前台灣佛教信徒的男女比率窺知一二。目前台灣佛教信徒以女眾佔大多數，在台灣三萬多位出家人裡，比丘尼是比丘的三倍。至於女性出家比丘尼，過去出家之路困難重重的現象也已改觀。比丘尼形象在教育的普及、經濟的發展與政治的民主等條件配合下，已一掃過去社會加諸的

負面觀感（陳美華 2001：79）。比丘尼除了在人數多過比丘之外，在個人事業上，像是慈濟的證嚴法師、佛教第一位創建大學的曉雲法師、具有博士學位且任教於大學的恆清法師、走上街頭爭取動物權的昭慧法師等，更是巾幗不讓鬚眉，在佛教界佔有一席之地；而現今國小之校長和主任等行政主管，女性所佔的比例並不遜於男性，過去台灣社會男尊女卑以及重男輕女的現象似乎已獲得大幅度改善。

表 四-4
不同性別國小教師在宗教信仰整體及各層面之差異分析表

層面名稱	性別	人數	平均數	標準差	t 值	顯著差異之結果
宗教參與	男性 (1)	167	10.58	4.479	-.721	
	女性 (2)	312	10.91	4.838		
宗教實踐	男性 (1)	167	18.57	7.349	-.698	
	女性 (2)	312	19.07	7.439		
宗教功能	男性 (1)	167	21.13	5.264	-.490	
	女性 (2)	312	21.38	5.344		
宗教信念	男性 (1)	167	18.44	6.042	-1.759	
	女性 (2)	312	19.42	5.681		
宗教信仰量表整體	男性 (1)	167	68.72	20.959	-1.021	
	女性 (2)	312	70.78	20.947		

*** $p < .001$ ** $p < .01$ * $p < .05$

二、就「年齡」變項而言

本研究以教師年齡為自變項，以「宗教信仰量表整體」、「宗教參與」、「宗教實踐」、「宗教功能」及「宗教信念」為依變項。就其平均數、標準差以單因子變異數分析法進行考驗，以了解不同年齡國小教師在宗教信仰整體及各分層面的差異情形。不同年齡之國小教師在宗教信仰各層面與整體的平均數、標準差及差異考驗的結果如表 四-5 所示。

根據表 四-5 顯示不同年齡的國小教師在「宗教信仰整體」、「宗教參與」、「宗教實踐」上皆達顯著差異，且分別得到「41-50 歲」高於「31-40 歲」、「41-50 歲」高於「31-40 歲」、「50 歲以上」高於「31-40 歲」之結果。這表示國小教師在「宗教信仰整體」、「宗教參與」、「宗教實踐」上，皆會因年齡的不同而有所差異。亦即年齡層較高之教師在「宗教信仰整體」、「宗教參與」、「宗教實踐」上，比年齡層較低之教師來得更加投入。然而，不同年齡的國小教師在「宗教功能」、「宗教信念」上，皆未達到顯著差異。這表示國小教師在「宗教功能」、「宗教信念」上，

皆不會因年齡的不同而有所差異。綜合上述 2 項結果可以得知，假設 1-2：「不同年齡之國小教師在宗教信仰上有顯著差異」，獲得大部分支持。

指出不同年齡在宗教信仰上「有」顯著差異的研究成果有：Hay 和 Nye(1998：78)、Woolley 和 Phelps(2000：148)、Ozarak(1989：157)、Fowler(1981：77)、Baesler(2002：59-61)、林本炫、伊慶春和林彥姣(2011：1)、黃文三和敬世龍(2003：88)、曾貝露(1999)、陳秋月(2009)、楊麗蓉(2008)；本研究於年齡變項之研究結果與上述這些研究成果相符。指出不同年齡在宗教信仰上「無」顯著差異的研究成果有：李介至與黃德祥(2002：47)、張運鈞(2008)；本研究於年齡變項之研究結果與此研究成果不符。

研究者推測不同年齡在宗教信仰上「有」顯著差異，且年齡較高者在「宗教信仰整體」、「宗教參與」、「宗教實踐」得分較高的原因，或許是因為年紀較長的教師，其子女多已長大成人，家庭責任較為減輕，因而有更多的時間可以投入宗教信仰的參與和實踐；這項推論和沈菁芬(2009：69)指出，年齡愈高參加宗教活動的頻率有較高的情形出現相符。亦有可能是隨著年齡的增長，對於生命的短暫及無常有了更深刻的體會，甚至能明顯感受死亡的威脅，自然對於宗教信仰的需求也會和年紀較輕者不同。

表 四-5
不同年齡國小教師在宗教信仰整體及各層面之差異分析表

層面名稱	年齡組別	人數	平均數	標準差	F 值	事後比較
宗教參與	21-30 歲 (1)	40	11.60	5.222	4.608 **	3 > 2
	31-40 歲 (2)	188	9.94	4.078		
	41-50 歲 (3)	212	11.08	4.748		
	50 歲以上 (4)	39	12.54	6.047		
	總和	479	10.79	4.714		
宗教實踐	21-30 歲 (1)	40	19.60	7.334	3.940 **	4 > 2
	31-40 歲 (2)	188	17.59	7.125		
	41-50 歲 (3)	212	19.49	7.266		
	50 歲以上 (4)	39	21.28	8.633		
	總和	479	18.90	7.403		
宗教功能	21-30 歲 (1)	40	21.83	5.218	2.131	
	31-40 歲 (2)	188	20.54	5.603		
	41-50 歲 (3)	212	21.81	4.923		
	50 歲以上 (4)	39	21.59	5.762		
	總和	479	21.29	5.312		
宗教信念	21-30 歲 (1)	40	19.40	6.092	1.697	

	31-40 歲 (2)	188	18.34	5.805		
	41-50 歲 (3)	212	19.55	5.525		
	50 歲以上 (4)	39	19.74	6.957		
	總和	479	19.08	5.822		
宗教信仰量 表整體	21-30 歲 (1)	40	72.43	21.862	3.464 *	3 > 2
	31-40 歲 (2)	188	66.40	20.403		
	41-50 歲 (3)	212	71.92	19.939		
	50 歲以上 (4)	39	75.15	25.639		
	總和	479	70.06	20.952		

*** $p < .001$ ** $p < .01$ * $p < .05$

三、就「婚姻狀況」變項而言

本研究以教師婚姻狀況為自變項，以「宗教信仰量表整體」、「宗教參與」、「宗教實踐」、「宗教功能」及「宗教信念」為依變項。就其平均數、標準差以單因子變異數分析法進行考驗，以了解不同婚姻狀況之國小教師在宗教信仰整體及各分層面的差異情形。不同婚姻狀況之國小教師在宗教信仰各層面與整體的平均數、標準差及差異考驗的結果如表 四-6 所示。

根據表 四-6 顯示不同婚姻狀況的國小教師在「宗教信仰整體」、「宗教參與」、「宗教實踐」、「宗教功能」、「宗教信念」上皆未達到顯著差異；這表示國小教師在「宗教信仰整體」、「宗教參與」、「宗教實踐」、「宗教功能」、「宗教信念」上，不會因婚姻狀況的不同而有所差異。由此結果可以得知，假設 1-3：「不同婚姻狀況之國小教師在宗教信仰上有顯著差異」，並未獲得任何支持。

指出不同婚姻狀況在宗教信仰上「有」顯著差異的研究成果有：Davies 和 Smith (1994 : 78)、Hood et al. (1996 : 115)、Lehrer 和 Chiswick (1993 : 390)、Witter et al. (1985 : 339-340)、王麗雅 (2005)、沈菁芬 (2009 : 71)、楊麗蓉 (2008)；本研究於此變項之研究結果與上述這些研究成果皆不符合。指出不同婚姻狀況在宗教信仰上「無」顯著差異的研究成果有張運鈞 (2008)；本研究於此變項之研究結果與此研究成果符合。

研究者推測不同婚姻狀況在宗教信仰上「無」顯著差異的原因，可能是本研究之樣本中，屬於離異與未婚者各佔全體樣本 1.9%、21.5%，和已婚者之比例相差懸殊，對整體統計結果影響不大，所以在此變項上得出無顯著差異之結果。這和大多數的研究成果不符，研究者認為未來在相關研究上，可以將未婚者再明確

區分為「未婚但有固定伴侶」、「未婚但無固定伴侶」、「未婚且無伴侶」，或許可以得出不一樣的結果。

表 四-6
不同婚姻狀況國小教師在宗教信仰整體及各層面之差異分析表

層面名稱	婚姻狀況組別	人數	平均數	標準差	F 值	事後比較
宗教參與	已婚(1)	367	10.62	4.646	1.287	
	未婚(2)	103	11.28	4.805		
	離異(含分居、喪偶)(3)	9	12.33	6.225		
	總和	479	10.79	4.714		
宗教實踐	已婚(1)	367	18.72	7.250	1.063	
	未婚(2)	103	19.24	7.872		
	離異(含分居、喪偶)(3)	9	22.11	8.100		
	總和	479	18.90	7.403		
宗教功能	已婚(1)	367	21.20	5.227	.527	
	未婚(2)	103	21.49	5.672		
	離異(含分居、喪偶)(3)	9	22.89	4.676		
	總和	479	21.29	5.312		
宗教信念	已婚(1)	367	18.98	5.694	1.771	
	未婚(2)	103	19.11	6.279		
	離異(含分居、喪偶)(3)	9	22.67	4.924		
	總和	479	19.08	5.822		
宗教信仰量表整體	已婚(1)	367	69.52	20.449	1.267	
	未婚(2)	103	71.12	22.509		
	離異(含分居、喪偶)(3)	9	80.00	22.366		
	總和	479	70.06	20.952		

*** $p < .001$ ** $p < .01$ * $p < .05$

四、就「教育程度」變項而言

本研究以教師教育程度為自變項，以「宗教信仰量表整體」、「宗教參與」、「宗教實踐」、「宗教功能」及「宗教信念」為依變項。就其平均數、標準差以單因子變異數分析法進行考驗，以了解不同教育程度之國小教師在宗教信仰整體及各分層面的差異情形。不同教育程度之國小教師在宗教信仰各層面與整體的平均數、標準差及差異考驗的結果如表 四-7 所示。

根據表 四-7 顯示不同教育程度的國小教師在「宗教信仰整體」、「宗教參與」、「宗教實踐」、「宗教功能」、「宗教信念」上皆未達到顯著差異；這表示國小教師在「宗教信仰整體」、「宗教參與」、「宗教實踐」、「宗教功能」、「宗教信念」上，

不會因教育程度的不同而有所差異。由此結果可以得知，假設 1-4：「不同教育程度之國小教師在宗教信仰上有顯著差異」，並未獲得任何支持。

指出不同教育程度在宗教信仰上「有」顯著差異的研究成果有瞿海源（1988：245-253）。他指出台灣新興宗教當中，信徒都是高教育程度者，而且教育程度與宗教行為呈現正相關，對於 7 項宗教行為中的 5 項都有顯著的影響；除了禱告和其他靈修活動外，教育程度愈高，不論在打坐、念佛、持咒、練氣乃至讀經的行為上的機率就愈高；本研究於此變項之研究結果與此研究成果不符。指出不同教育程度在宗教信仰上「無」顯著差異的研究成果有：沈菁芬（2009）、楊麗蓉（2008）、沈碩彬（2007）、張運鈞（2008）；本研究於此變項之研究結果與上述這些研究成果相符。

研究者推測不同教育程度在宗教信仰上「無」顯著差異的原因，可能是因為國小教師幾乎全部是大學以上的學歷，更有高達 3 成具有研究所學位，已經具備相當高的知識水準。賴威岑（2002）亦指出教師的受教育年數是所有職業當中最高的，擁有相當高的專業素養。亦即教師的知識水準差異不大，所以對於宗教信仰的認知差異亦不大。至於和瞿海源（1988：245-253）之結論不同，研究者推測可能是因為本研究樣本中只有 8 人屬於「其他宗教信仰」（研究者暫且將之視為新興宗教），佔全部樣本的 1.7%，所以對整體統計結果影響不大。

表 四-7
不同教育程度國小教師在宗教信仰整體及各層面之差異分析表

層面名稱	教育程度組別	人數	平均數	標準差	F 值	事後比較
宗教參與	師專（1）		13.50	.278	3.445*	n.s.
	大學（2）	13	11.10	.943		
	研究所以上（3）	60	10.09	.162		
	總和	79	10.79	.714		
宗教實踐	師專（1）		23.17	.109	.967	
	大學（2）	13	19.18	.434		
	研究所以上（3）	60	18.19	.237		
	總和	79	18.90	.403		
宗教功能	師專（1）		22.00	.155	1.342	
	大學（2）	13	21.57	.130		
	研究所以上（3）	60	20.74	.577		
	總和	79	21.29	.312		

宗教信念	師專(1)	6	20.17	.910	230
	大學(2)	13	19.16	.881	
	研究所以上(3)	60	18.88	5.653	
	總和	79	19.08	5.822	
宗教信仰量表整體	師專(1)	6	78.83	27.967	.701
	大學(2)	13	71.00	1.200	
	研究所以上(3)	60	67.89	0.096	
	總和	479	70.06	20.952	

*** $p < .001$ ** $p < .01$ * $p < .05$ n.s.各組間差異未達顯著

五、就「服務年資」變項而言

本研究以教師服務年資為自變項，以「宗教信仰量表整體」、「宗教參與」、「宗教實踐」、「宗教功能」及「宗教信念」為依變項。就其平均數、標準差以單因子變異數分析法進行考驗，以了解不同服務年資之國小教師在宗教信仰整體及各分層面的差異情形。不同服務年資之國小教師在宗教信仰各層面與整體的平均數、標準差及差異考驗的結果如表 四-8 所示。

根據表 四-8 顯示不同服務年資的國小教師在「宗教信仰整體」、「宗教參與」、「宗教實踐」、「宗教功能」、「宗教信念」上皆未達到顯著差異；這表示國小教師在「宗教信仰整體」、「宗教參與」、「宗教實踐」、「宗教功能」、「宗教信念」上，不會因服務年資的不同而有所差異。由此結果可以得知，假設 1-5：「不同服務年資之國小教師在宗教信仰上有顯著差異」，並未獲得任何支持。指出不同服務年資在宗教信仰上「有」顯著差異的研究成果有：楊麗蓉(2008)、黃淑貞(2004: 97-99)、李再發(2003)；本研究於此變項之研究結果與上述這些研究成果不符。

本研究於此變項之研究結果與大多數研究成果不符，研究者推測不同服務年資在宗教信仰上「無」顯著差異的原因，可能是因為本研究的母群體和上述那些研究之母群體不同所造成。另一個原因可能是因為本研究服務年資變項的級距為 10 年，區分為 1-10 年、11-20 年、21-30 年、30 年以上 4 組，較無法明確劃分年資之高低界線，導致各組間無法達到顯著之結果。建議未來若有相關研究，可將服務年資級距加大或縮小，使得服務年資高低能有明確劃分，或許會有不同結果出現。

表 四-8

不同服務年資國小教師在宗教信仰整體及各層面之差異分析表

層面名稱	服務年資組別	人數	平均數	標準差	F 值	事後比較
宗教參與	1-10 年 (1)	145	10.90	4.578	1.450	
	11-20 年 (2)	227	10.46	4.600		
	21-30 年 (3)	96	11.55	5.183		
	30 年以上 (4)	11	9.64	4.154		
	總和	479	10.79	4.714		
宗教實踐	1-10 年 (1)	145	18.59	7.276	.592	
	11-20 年 (2)	227	18.73	7.415		
	21-30 年 (3)	96	19.79	7.676		
	30 年以上 (4)	11	18.64	6.742		
	總和	479	18.90	7.403		
宗教功能	1-10 年 (1)	145	21.35	5.352	.290	
	11-20 年 (2)	227	21.32	5.122		
	21-30 年 (3)	96	21.31	5.707		
	30 年以上 (4)	11	19.82	5.600		
	總和	479	21.29	5.312		
宗教信念	1-10 年 (1)	145	18.94	5.754	.341	
	11-20 年 (2)	227	19.05	5.896		
	21-30 年 (3)	96	19.47	5.863		
	30 年以上 (4)	11	17.82	5.269		
	總和	479	19.08	5.822		
宗教信仰量表 整體	1-10 年 (1)	145	69.79	20.823	.504	
	11-20 年 (2)	227	69.56	20.599		
	21-30 年 (3)	96	72.13	22.377		
	30 年以上 (4)	11	65.91	18.091		
	總和	479	70.06	20.952		

*** $p < .001$ ** $p < .01$ * $p < .05$

六、就「擔任職務」變項而言

本研究以教師擔任職務為自變項，以「宗教信仰量表整體」、「宗教參與」、「宗教實踐」、「宗教功能」及「宗教信念」為依變項。就其平均數、標準差以單因子變異數分析法進行考驗，以了解不同擔任職務之國小教師在宗教信仰整體及各分層面的差異情形。不同擔任職務之國小教師在宗教信仰各層面與整體的平均數、標準差及差異考驗的結果如表 四-9 所示。

根據表 四-9 顯示不同擔任職務的國小教師在「宗教信仰整體」、「宗教參與」、「宗教實踐」、「宗教功能」、「宗教信念」上皆未達到顯著差異；這表示國小教師

在「宗教信仰整體」、「宗教參與」、「宗教實踐」、「宗教功能」、「宗教信念」上，不會因擔任職務的不同而有所差異。由此結果可以得知，假設 1-6：「不同擔任職務之國小教師在宗教信仰上有顯著差異」，並未獲得任何支持。

指出不同擔任職務在宗教信仰上「有」顯著差異的研究成果有：Giorgi 和 Marsh (1990：500-506)、Wuthnow (1994：261)、簡瑞錦 (2005)、詹寶完 (2003)、張宏哲和陳毓文 (2000：57-58)；本研究對此變項的研究結果與上述數篇論文之結果不同。指出不同擔任職務在宗教信仰上「無」顯著差異的研究成果有：沈碩彬 (2007)、張運鈞 (2008)、楊麗蓉 (2008)；本研究對此變項的研究結果與上述論文之結果相同。

研究者推測不同擔任職務在宗教信仰上「無」顯著差異的原因，可能是因為本研究僅就學校內不同職務來考驗差異，但由於國小教師職務性質極為相近，大多數是擔任導師工作，即使是擔任行政職務的教師，通常也必須兼任導師，所以彼此之間的差異性不大，同質性頗高，可能對造成宗教信仰差異之影響極不明顯。

表 四-9
不同擔任職務國小教師在宗教信仰整體及各層面之差異分析表

層面名稱	擔任職務組別	人數	平均數	標準差	F 值	事後比較
宗教參與	教師兼主任 (1)	71	10.83	4.175	1.134	
	教師兼組長 (2)	96	10.30	4.273		
	級任導師 (3)	249	10.74	4.779		
	科任教師 (4)	63	11.70	5.575		
	總和	479	10.79	4.714		
宗教實踐	教師兼主任 (1)	71	18.66	7.264	.958	
	教師兼組長 (2)	96	18.25	7.135		
	級任導師 (3)	249	18.88	7.278		
	科任教師 (4)	63	20.24	8.403		
	總和	479	18.90	7.403		
宗教功能	教師兼主任 (1)	71	21.10	5.029	.899	
	教師兼組長 (2)	96	21.18	5.565		
	級任導師 (3)	249	21.14	5.238		
	科任教師 (4)	63	22.32	5.529		
	總和	479	21.29	5.312		
宗教信念	教師兼主任 (1)	71	18.96	5.533	1.020	
	教師兼組長 (2)	96	18.69	5.724		
	級任導師 (3)	249	18.96	5.764		
	科任教師 (4)	63	20.24	6.478		
	總和	479	19.08	5.822		

宗教信仰量表整體	教師兼主任 (1)	71	69.55	19.371	1.174
	教師兼組長 (2)	96	68.42	20.248	
	級任導師 (3)	249	69.72	20.821	
	科任教師 (4)	63	74.49	23.953	
	總和	479	70.06	20.952	

*** $p < .001$ ** $p < .01$ * $p < .05$

七、就「宗教信仰類別」變項而言

本研究以教師宗教信仰類別為自變項，以「宗教信仰量表整體」、「宗教參與」、「宗教實踐」、「宗教功能」及「宗教信念」為依變項。就其平均數、標準差以單因子變異數分析法進行考驗，以了解不同宗教信仰類別之國小教師在宗教信仰整體及各分層面的差異情形。不同宗教信仰類別之國小教師在宗教信仰各層面與整體的平均數、標準差及差異考驗的結果如表 四-10 所示。

根據表 四-10 顯示不同宗教信仰類別的國小教師在「宗教信仰整體」、「宗教參與」、「宗教實踐」、「宗教功能」、「宗教信念」上，皆達顯著差異；並且可以明顯發現，「基督宗教」和「佛教」這 2 組在「宗教信仰整體」及各分層面大部分都高於其他宗教組別，尤其以「基督宗教」這組更為顯著，但是「基督宗教」這組卻未顯著高於「佛教」這組。至於其他各組在「宗教信仰整體」及各分層面也發現都有高於「無宗教信仰」這組的情形。上述的結果表示國小教師在宗教信仰整體及各層面上，會因宗教信仰類別的不同而有所差異。由此結果可以得知，假設 1-7：「不同宗教信仰類別之國小教師在宗教信仰上有顯著差異」，獲得完全支持。

指出不同宗教信仰類別在宗教信仰上「有」顯著差異的研究成果有：楊麗蓉（2008）、陳秋月（2009）、沈菁芬（2009）、張運鈞（2008）、沈碩彬（2007）；本研究對此變項的研究結果與上述論文之結果相同。本研究顯示各種宗教類別在此變項之得分，皆顯著高於無宗教信仰這組，尤其是基督宗教和佛教得分最高，分屬第 1 和第 2。研究者推測其原因可能是因為基督宗教和佛教都有很明確的教主、教義、經典、儀式、戒規、組織，完全符合公認的宗教成立因素，並且近年來這二種宗教在台灣社會蓬勃發展，成立了相當多大型團體（如慈濟、法鼓山、長老教會等），密集舉辦許多大型社會公益或教育活動，頗受社會各界好評。而且這些團體都有固定的集會或共修活動，因此團體對信眾較能凝聚向心力，信眾們也因此以自己所親近的團體為榮，對自己所信仰的宗教和團體都能踴躍護持；這個現

象誠如陳美華（2004：257）所謂的：「因為他們有廣大的群眾，因此他們是一個重要的社會現象」。

但反觀得分最低的無宗教信仰者，就明顯缺乏這些來自宗教團體有利且正向的心理支持力量，因而宗教信仰得分很明顯的低落。至於民間信仰這組人數最多，在宗教信仰之整體表現卻低於基督宗教和佛教，可能因民間信仰是一種擴散性的宗教，通常沒有明確的教義和宗教組織，而且又有眾神造型停留在封建帝制時代的模式，心態上無法「民主化」；並且又有自私與不道德，導致道德墮落、功利主義的現象、敬神的目的只求靈驗，不靈驗就換拜其他神明的放任式「交替神主義」等現象（董芳苑，1997：144），或許是造成民間信仰在宗教信仰整體表現不佳的原因。

表 四-10

不同宗教信仰類別國小教師在宗教信仰整體及各層面之差異分析表

層面名稱	宗教信仰類別分組	人數	平均數	標準差	F 值	事後比較
宗教參與	基督宗教(1)	39	16.69	4.578	54.397***	1 > 3、5、8 2 > 5、8 4 > 8 5 > 8
	佛教(2)	82	15.30	4.328		
	道教(3)	10	10.40	3.864		
	一貫道(4)	16	12.31	4.658		
	民間信仰(5)	183	9.48	3.162		
	伊斯蘭教(6)	6	14.17	5.565		
	其他宗教信仰(7)	8	12.63	4.104		
	無宗教信仰(8)	135	7.73	2.741		
	總和	479	10.79	4.714		
宗教實踐	基督宗教(1)	39	28.21	5.415	75.081***	1 > 3、4、5、8 2 > 3、5、8 3 > 8 4 > 8 5 > 8 6 > 8 7 > 8
	佛教(2)	82	26.39	4.773		
	道教(3)	10	19.50	4.403		
	一貫道(4)	16	22.38	5.726		
	民間信仰(5)	183	17.46	4.917		
	伊斯蘭教(6)	6	24.17	7.782		
	其他宗教信仰(7)	8	21.13	3.137		
	無宗教信仰(8)	135	12.78	5.454		
	總和	479	18.90	7.403		
宗教功能	基督宗教(1)	39	26.10	3.523	33.512***	1 > 5、8 2 > 5、8 4 > 8 5 > 8
	佛教(2)	82	25.63	3.540		
	道教(3)	10	22.40	3.978		
	一貫道(4)	16	23.69	3.701		
	民間信仰(5)	183	20.76	3.955		
	伊斯蘭教(6)	6	23.17	4.309		
	其他宗教信仰(7)	8	20.63	3.662		

	無宗教信仰(8)	135	17.59	5.555	
	總和	479	21.29	5.312	
宗教信念	基督宗教(1)	39	25.64	4.016	
	佛教(2)	82	24.00	3.732	
	道教(3)	10	21.20	3.393	1 > 4、5、7、8
	一貫道(4)	16	20.75	4.025	2 > 5、7、8
	民間信仰(5)	183	18.31	4.511	3 > 8
	伊斯蘭教(6)	6	23.17	2.927	4 > 8
	其他宗教信仰(7)	8	18.50	3.162	5 > 8
	無宗教信仰(8)	135	14.72	5.301	6 > 8
	總和	479	19.08	5.822	
宗教信仰量表整體	基督宗教(1)	39	96.64	15.554	
	佛教(2)	82	91.33	14.019	
	道教(3)	10	73.50	12.067	1 > 3、4、5、7、8
	一貫道(4)	16	79.13	15.244	2 > 5、8
	民間信仰(5)	183	66.01	13.660	3 > 8
	伊斯蘭教(6)	6	84.67	17.282	4 > 8
	其他宗教信仰(7)	8	72.88	10.288	5 > 8
	無宗教信仰(8)	135	52.81	15.722	6 > 8
	總和	479	70.06	20.952	7 > 8

*** $p < .001$ ** $p < .01$ * $p < .05$

第三節 個人背景變項在幸福感各層面的差異分析與討論

本節旨在探討性別、年齡、婚姻狀況、教育程度、服務年資、擔任職務、宗教信仰類別等 7 種不同之個人背景變項，在國小教師的幸福感上之差異情形。考驗方式以個人背景變項為自變項，以幸福感各層面為依變項，進行 t 考驗或單因子變異數分析，如達顯著差異，再以 Scheffe'法進行事後多重比較，以了解不同背景變項之國小教師在幸福感各層面上的差異情形。茲分述如下。

一、就「性別」變項而言

本研究以教師性別為自變項，以「幸福感量表整體」、「生活滿意」、「人際關係」、「自我肯定」及「身心健康」為依變項。就其平均數、標準差進行 t 考驗，以了解不同性別國小教師在幸福感整體及各分層面的差異情形。不同性別之國小教師在幸福感各層面與整體的平均數、標準差及 t 考驗的結果如表 四-11 所示。

根據表 四-11 顯示不同性別的國小教師在「幸福感整體」、「生活滿意」、「人際關係」、「自我肯定」上，皆未達顯著差異，僅在「身心健康」上，達到顯著差異，得到男性之身心健康略優於女性之結果。這表示國小教師在「幸福感整體」、「生活滿意」、「人際關係」、「自我肯定」上，不會因性別不同而有差異；但在「身心健康」上，會因性別的不同而有所差異，而且是男性健康程度高於女性。由此結果可以得知，假設 2-1：「不同性別之國小教師在幸福感上有顯著差異」，僅獲得少部分支持。

指出不同性別在幸福感上「有」顯著差異的研究成果有：陳鈺萍（2004）、林萃芃（2011）、陳進祥（2010）、Diener、Sandvik 和 Larsen（引自曾貝露，1999：23-25）、陸洛（1998：118）、吳衍潔（2002）、陳毓茹（2005）、詹美珍（2011）。其中女性高於男性的是：陳鈺萍（2004）、Diener、Sandvik 和 Larsen（引自曾貝露，1999：23-25）、陸洛（1998：118）；而男性高於女性的是：吳衍潔（2002）、陳毓茹（2005）、詹美珍（2011）；本研究此變項之研究結果與前述 3 篇論文成果相符。指出不同性別在幸福感上「無」顯著差異的研究成果有：施建彬（1995）、陳騏龍（2001）、蔡坤良（2004）、顏映馨（1999）、黃國城（2003）、張瑛（2005）、陳得添（2006）、古婷菊（2006）；本研究此變項之研究結果與上述這些論文成果不相符。

研究者推測不同性別在幸福感上「有」顯著差異，且男性身心健康高於女性的原因，可能是男性教師普遍比較喜歡運動，也普遍較有固定的運動時間，而女性教師通常因為需要接送小孩、準備三餐或是照顧家庭，較沒有固定的運動習慣，所以導致男性教師在身心健康項目表現高於女性教師。

表 四-11
不同性別國小教師在幸福感整體及各層面之差異分析表

層面名稱	性別	人數	平均數	標準差	t 值	顯著差異之結果
生活滿意	男性(1)	167	25.48	3.714	.132	
	女性(2)	312	25.43	4.013		
人際關係	男性(1)	167	22.25	3.015	-.451	
	女性(2)	312	22.39	3.339		
自我肯定	男性(1)	167	22.02	2.840	.890	
	女性(2)	312	21.76	3.349		
身心健康	男性(1)	167	17.93	2.905	2.530*	1>2
	女性(2)	312	17.20	3.079		
幸福感量表整體	男性(1)	167	87.68	10.518	.814	

女性(2)	312	86.78	12.059
-------	-----	-------	--------

*** $p < .001$ ** $p < .01$ * $p < .05$

二、就「年齡」變項而言

本研究以教師年齡為自變項，以「幸福感量表整體」、「生活滿意」、「人際關係」、「自我肯定」及「身心健康」為依變項。就其平均數、標準差以單因子變異數分析法進行考驗，以了解不同年齡國小教師在幸福感整體及各分層面的差異情形。不同年齡之國小教師在幸福感各層面與整體的平均數、標準差及差異考驗結果如表 四-12 所示。

根據表 四-12 顯示不同年齡的國小教師在「幸福感整體」、「生活滿意」、「人際關係」、「自我肯定」上，皆未達顯著差異，僅在「身心健康」上，達到顯著差異，得到年齡組別在「41-50 歲」及「50 歲以上」這 2 組在「身心健康」上皆高於「31-40 歲」這組之結果。這表示國小教師在「幸福感整體」、「生活滿意」、「人際關係」、「自我肯定」上，不會因年齡不同而有差異；但在「身心健康」上，會因年齡的不同而有所差異，而且 40 歲以上高於 31-40 歲者。由此結果可以得知，假設 2-2：「不同年齡之國小教師在幸福感上有顯著差異」，僅獲得少部分支持。

指出不同年齡在幸福感上「有」顯著差異的研究成果有：Campbell 等人（1976：138）、Frank 和 Andrews（引自林子雯，1996：75）、詹美珍（2011）、黃國城（2003）、張瑛（2005）、林萃芃（2011）、廖淑容（2011）、蔣其芳（2010）、陳毓茹（2005）。其中年齡越高幸福感越低的是：Campbell 等人（1976：138）、Frank 和 Andrews（引自林子雯，1996：75）；而年齡越高幸福感越高的是：詹美珍（2011）、黃國城（2003）、張瑛（2005）、廖淑容（2011）、陳毓茹（2005）；本研究此變項之研究結果與前述 5 篇論文成果相符。指出不同年齡在幸福感上「無」顯著差異的研究成果有：Argyle（1987：125）、施建彬（1995）、陸洛（1998）、曾豔秋（2002）、陳玲婉（2005）、陳得添（2006）；本研究此變項之研究結果與上述這些論文成果不相符。

研究者推測不同年齡在幸福感上「有」顯著差異，且 40 歲以上身心健康高於 31-40 歲的原因，可能是因為 40 歲以上之國小教師，其子女多已接近成年或是已成年，所以較不需要花太多時間陪伴和照顧，因此有較多的休閒時間可以從事運動。但是 31-40 歲之國小教師，其子女可能較為幼小，正處於需要父母親付出大量

時間和精神來培育的階段，因此這階段的國小教師較無休閒時間從事運動，導致身心健康不如 40 歲以上的教師。

表 四-12
不同年齡國小教師在幸福感整體及各層面之差異分析表

層面名稱	年齡組別	人數	平均數	標準差	F 值	事後比較
生活滿意	21-30 歲(1)	40	25.48	3.935	1.455	
	31-40 歲(2)	188	25.03	3.783		
	41-50 歲(3)	212	25.67	3.940		
	50 歲以上(4)	39	26.23	4.221		
	總和	479	25.45	3.908		
人際關係	21-30 歲(1)	40	22.38	3.349	.673	
	31-40 歲(2)	188	22.10	3.156		
	41-50 歲(3)	212	22.48	3.281		
	50 歲以上(4)	39	22.74	3.185		
	總和	479	22.34	3.227		
自我肯定	21-30 歲(1)	40	21.38	2.984	1.945	
	31-40 歲(2)	188	21.53	3.160		
	41-50 歲(3)	212	22.11	3.266		
	50 歲以上(4)	39	22.49	2.864		
	總和	479	21.85	3.180		
身心健康	21-30 歲(1)	40	17.45	2.900	5.313**	3 > 2 4 > 2
	31-40 歲(2)	188	16.81	2.955		
	41-50 歲(3)	212	17.84	3.083		
	50 歲以上(4)	39	18.38	2.806		
	總和	479	17.45	3.037		
幸福感量表整體	21-30 歲(1)	40	86.68	10.774	2.547	
	31-40 歲(2)	188	85.47	11.379		
	41-50 歲(3)	212	88.09	11.692		
	50 歲以上(4)	39	89.85	11.566		
	總和	479	87.09	11.542		

*** $p < .001$ ** $p < .01$ * $p < .05$

三、就「婚姻狀況」變項而言

本研究以教師婚姻狀況為自變項，以「幸福感量表整體」、「生活滿意」、「人際關係」、「自我肯定」及「身心健康」為依變項。就其平均數、標準差以單因子變異數分析法進行考驗，以了解不同婚姻狀況國小教師在幸福感整體及各分層面的差異情形。不同婚姻狀況之國小教師在幸福感各層面與整體的平均數、標準差及差異考驗結果如表 四-13 所示。

根據表 四-13 顯示不同婚姻狀況的國小教師在「幸福感整體」、「生活滿意」、「人際關係」、「自我肯定」、「身心健康」上，皆未達顯著差異。這表示國小教師在「幸福感整體」、「生活滿意」、「人際關係」、「自我肯定」上，不會因婚姻狀況不同而有差異。由此結果可以得知，假設 2-3：「不同婚姻狀況之國小教師在幸福感上有顯著差異」，並未獲得任何支持。

指出不同婚姻狀況在幸福感上「有」顯著差異的研究成果有：Argyle (1987：93)、林子雯 (1996)、黃毅志 (1998：178)、吳淑敏 (2003：134)、黃國城 (2003)、陳毓茹 (2005)，而且皆顯示已婚者幸福感受高於未婚者。但是吳衍潔 (2002) 發現未婚卻有固定伴侶者在正向情感出現的頻率上表現優於其他婚姻狀態者；本研究此變項之研究結果與上述這些論文成果不相符。指出不同婚姻狀況在幸福感上「無」顯著差異的研究成果有：施建彬 (1995)、陳得添 (2006)、古婷菊 (2006)；本研究此變項之研究結果與上述這些論文成果相符。

研究者推測不同婚姻狀況在幸福感上「無」顯著差異的原因，可能是本研究之樣本中，屬於離異與未婚者各佔全體樣本 1.9%、21.5%，和已婚者之比例相差懸殊，對整體統計結果影響不大，所以在此變項上得出無顯著差異之結果。這和大多數的研究成果不符，研究者認為未來在相關研究上，可以將未婚者再明確區分為「未婚但有固定伴侶」、「未婚但無固定伴侶」、「未婚且無伴侶」，或許可以得出不一樣的結果。

表 四-13
不同婚姻狀況國小教師在幸福感整體及各層面之差異分析表

層面名稱	婚姻狀況組別	人數	平均數	標準差	F 值	事後比較
生活滿意	已婚(1)	367	25.49	3.876	1.102	
	未婚(2)	103	25.17	3.825		
	離異(含分居、喪偶)(3)	9	27.11	5.862		
	總和	479	25.45	3.908		
人際關係	已婚(1)	367	22.37	3.164	.523	
	未婚(2)	103	22.16	3.380		
	離異(含分居、喪偶)(3)	9	23.22	4.147		
	總和	479	22.34	3.227		
自我肯定	已婚(1)	367	21.94	3.170	2.123	
	未婚(2)	103	21.41	2.998		
	離異(含分居、喪偶)(3)	9	23.33	4.975		
	總和	479	21.85	3.180		
身心健康	已婚(1)	367	17.45	3.129	.778	
	未婚(2)	103	17.35	2.585		

	離異(含分居、喪偶)(3)	9	18.67	4.031	
	總和	479	17.45	3.037	
幸福感量表整體	已婚(1)	367	87.25	11.631	1.360
	未婚(2)	103	86.08	10.617	
	離異(含分居、喪偶)(3)	9	92.33	16.985	
	總和	479	87.09	11.542	

*** $p < .001$ ** $p < .01$ * $p < .05$

四、就「教育程度」變項而言

本研究以教師教育程度為自變項，以「幸福感量表整體」、「生活滿意」、「人際關係」、「自我肯定」及「身心健康」為依變項。就其平均數、標準差以單因子變異數分析法進行考驗，以了解不同教育程度國小教師在幸福感整體及各分層面的差異情形。不同教育程度之國小教師在幸福感各層面與整體的平均數、標準差及差異考驗結果如表 四-14 所示。

根據表 四-14 顯示不同教育程度的國小教師在「幸福感整體」、「生活滿意」、「人際關係」、「自我肯定」、「身心健康」上，皆未達顯著差異。這表示國小教師在「幸福感整體」、「生活滿意」、「人際關係」、「自我肯定」上，不會因教育程度不同而有差異。由此結果可以得知，假設 2-4：「不同教育程度之國小教師在幸福感上有顯著差異」，並未獲得任何支持。

指出不同教育程度在幸福感上「有」顯著差異的研究成果有：Campbell(1981：239)、陸洛(1998：120)、羅凱南(2000)、楊雅筠(2002)、林萃芃(2011)、陳進祥(2010)、王盈方(2011)、黃馨慧(2010)；本研究此變項之研究結果與上述這些論文成果不相符。指出不同教育程度在幸福感上「無」顯著差異的研究成果有：林子雯(1996)、林宜蔓(2004)、陸洛(1998：135)；本研究此變項之研究結果與上述這些論文成果相符。

研究者推測不同教育程度在幸福感上「無」顯著差異的原因，可能是因為國小教師幾乎全部是大學以上的學歷，更有高達 3 成具有研究所學位，已經具備相當高的知識水準。賴威岑(2002)亦指出教師的受教育年數是所有職業當中最高的，擁有相當高的專業素養。亦即教師的知識水準差異不大，所以對於幸福感受差異不大。

表 四-14

不同教育程度國小教師在幸福感整體及各層面之差異分析表

層面名稱	教育程度組別	人數	平均數	標準差	F 值	事後比較
生活滿意	師專(1)	6	23.00	6.419	1.350	
	大學(2)	313	25.41	3.938		
	研究所以上(3)	160	25.62	3.730		
	總和	479	25.45	3.908		
人際關係	師專(1)	6	22.50	4.135	.057	
	大學(2)	313	22.31	3.302		
	研究所以上(3)	160	22.41	3.060		
	總和	479	22.34	3.227		
自我肯定	師專(1)	6	21.67	5.610	1.210	
	大學(2)	313	21.69	3.218		
	研究所以上(3)	160	22.17	2.991		
	總和	479	21.85	3.180		
身心健康	師專(1)	6	16.50	4.637	.461	
	大學(2)	313	17.41	3.008		
	研究所以上(3)	160	17.58	3.040		
	總和	479	17.45	3.037		
幸福感量表整體	師專(1)	6	83.67	19.886	.633	
	大學(2)	313	86.81	11.667		
	研究所以上(3)	160	87.77	10.948		
	總和	479	87.09	11.542		

*** $p < .001$ ** $p < .01$ * $p < .05$

五、就「服務年資」變項而言

本研究以教師服務年資為自變項，以「幸福感量表整體」、「生活滿意」、「人際關係」、「自我肯定」及「身心健康」為依變項。就其平均數、標準差以單因子變異數分析法進行考驗，以了解不同服務年資國小教師在幸福感整體及各分層面的差異情形。不同服務年資之國小教師在幸福感各層面與整體的平均數、標準差及差異考驗結果如表 四-15 所示。

根據表 四-15 顯示不同服務年資的國小教師在「幸福感整體」、「生活滿意」、「人際關係」、「自我肯定」上，皆未達顯著差異，僅在「身心健康」上，達到顯著差異，得到服務年資「21-30 年」這組在「身心健康」上高於「1-10 年」及「11-20 年」這 2 組之結果。這表示國小教師在「幸福感整體」、「生活滿意」、「人際關係」、「自我肯定」上，不會因服務年資不同而有差異；但在「身心健康」上，會因服務年資的不同而有所差異，而且是年資高者之身心健康優於年資低者。由此結果

可以得知，假設 2-5：「不同服務年資之國小教師在幸福感上有顯著差異」，僅少部份獲得支持。

指出不同服務年資在幸福感上「有」顯著差異的研究成果有：侯辰宜（2006）、詹美珍（2011）、陳鈺萍（2004）。他們皆指出服務年資高的教師對幸福感的知覺程度較高；本研究此變項之研究結果與上述這些論文成果相符。指出不同服務年資在幸福感上「無」顯著差異的研究成果有：陳得添（2006）、陳慧姿（2007）；本研究此變項之研究結果與上述這些論文成果不相符。

研究者推測不同服務年資在幸福感上「有」顯著差異，且年資高者之身心健康優於年資低者的原因，可能是資深國小教師在經濟收入上比資淺國小教師穩定且富足，所以在物質上滿足較佳；此外，資深國小教師已熟悉教職生態，所以運用時間較能得心應手；再者，資深教師的子女大都已成家立業，所以能有較多自主時間可以從事休閒或運動，導致身心健康較資淺國小教師為佳。

表 四-15
不同服務年資國小教師在幸福感整體及各層面之差異分析表

層面名稱	服務年資組別	人數	平均數	標準差	F 值	事後比較
生活滿意	1-10 年(1)	145	24.99	3.839	1.006	
	11-20 年(2)	227	25.59	3.595		
	21-30 年(3)	96	25.75	4.757		
	30 年以上(4)	11	25.82	2.442		
	總和	479	25.45	3.908		
人際關係	1-10 年(1)	145	22.33	3.234	.663	
	11-20 年(2)	227	22.18	3.180		
	21-30 年(3)	96	22.71	3.390		
	30 年以上(4)	11	22.73	2.724		
	總和	479	22.34	3.227		
自我肯定	1-10 年(1)	145	21.42	3.227	1.743	
	11-20 年(2)	227	21.89	2.961		
	21-30 年(3)	96	22.32	3.620		
	30 年以上(4)	11	22.45	2.382		
	總和	479	21.85	3.180		
身心健康	1-10 年(1)	145	17.20	2.985	3.497*	3 > 1
	11-20 年(2)	227	17.22	3.095		3 > 2
	21-30 年(3)	96	18.22	2.949		
	30 年以上(4)	11	18.73	1.954		
	總和	479	17.45	3.037		
幸福感量表整體	1-10 年(1)	145	85.94	11.370	1.578	
	11-20 年(2)	227	86.89	10.976		

21-30 年(3)	96	89.00	13.327
30 年以上(4)	11	89.73	5.781
總和	479	87.09	11.542

*** $p < .001$ ** $p < .01$ * $p < .05$ n.s.各組間差異未達顯著

六、就「擔任職務」變項而言

本研究以教師擔任職務為自變項，以「幸福感量表整體」、「生活滿意」、「人際關係」、「自我肯定」及「身心健康」為依變項。就其平均數、標準差以單因子變異數分析法進行考驗，以了解不同擔任職務國小教師在幸福感整體及各層面的差異情形。不同擔任職務之國小教師在幸福感各層面與整體的平均數、標準差及差異考驗結果如表 四-16 所示。

根據表 四-16 顯示不同擔任職務的國小教師在「幸福感整體」、「生活滿意」、「人際關係」、「自我肯定」、「身心健康」上，皆未達顯著差異。這表示國小教師在「幸福感整體」、「生活滿意」、「人際關係」、「自我肯定」上，不會因擔任職務不同而有差異。由此結果可以得知，假設 2-6：「不同擔任職務之國小教師在幸福感上有顯著差異」，並未獲得任何支持。

指出不同擔任職務在幸福感上「有」顯著差異的研究成果有：Lin 和 Gina (1995: 1135)、古婷菊(2006)、詹美珍(2011)、陳進祥(2010)、黃馨慧(2010)；本研究此變項之研究結果與上述這些論文成果不相符。指出不同擔任職務在幸福感上「無」顯著差異的研究成果有：陳鈺萍(2004)、陳得添(2006)和陳慧姿(2007)；本研究此變項之研究結果與上述這些論文成果相符。

研究者推測不同擔任職務在幸福感上「無」顯著差異的原因，可能是因為本研究僅就學校內不同職務來考驗差異，但由於國小教師職務性質極為相近，大多數是擔任導師工作，即使是擔任行政職務的教師，通常也必須兼任導師，所以彼此之間的差異性不大，同質性頗高，可能對造成幸福感差異之影響極不明顯。

表 四-16
不同擔任職務國小教師在幸福感整體及各層面之差異分析表

層面名稱	擔任職務分組	人數	平均數	標準差	F 值	事後比較
生活滿意	教師兼主任(1)	71	25.41	3.977	.724	
	教師兼組長(2)	96	25.92	3.681		
	級任導師(3)	249	25.38	3.898		
	科任教師(4)	63	25.03	4.216		
	總和	479	25.45	3.908		

人際關係	教師兼主任(1)	71	22.03	3.042	.663
	教師兼組長(2)	96	22.61	3.210	
	級任導師(3)	249	22.26	3.221	
	科任教師(4)	63	22.62	3.494	
	總和	479	22.34	3.227	
自我肯定	教師兼主任(1)	71	22.11	3.073	2.213
	教師兼組長(2)	96	22.49	3.176	
	級任導師(3)	249	21.55	3.233	
	科任教師(4)	63	21.75	3.000	
	總和	479	21.85	3.180	
身心健康	教師兼主任(1)	71	17.72	3.159	1.584
	教師兼組長(2)	96	17.84	3.024	
	級任導師(3)	249	17.16	3.065	
	科任教師(4)	63	17.68	2.746	
	總和	479	17.45	3.037	
幸福感量表整體	教師兼主任(1)	71	87.27	11.311	1.097
	教師兼組長(2)	96	88.86	11.462	
	級任導師(3)	249	86.36	11.542	
	科任教師(4)	63	87.08	11.890	
	總和	479	87.09	11.542	

*** $p < .001$ ** $p < .01$ * $p < .05$

七、就「宗教信仰類別」變項而言

本研究以教師宗教信仰類別為自變項，以「幸福感量表整體」、「生活滿意」、「人際關係」、「自我肯定」及「身心健康」為依變項。就其平均數、標準差以單因子變異數分析法進行考驗，以了解不同宗教信仰類別之國小教師在幸福感整體及各分層面的差異情形。不同宗教信仰類別之國小教師在幸福感各層面與整體的平均數、標準差及差異考驗結果如表 四-17 所示。

根據表 四-17 顯示不同宗教信仰類別的國小教師在「幸福感量表整體」、「生活滿意」、「人際關係」上達到顯著差異，得到「基督宗教」及「佛教」這 2 組高於「民間信仰」或「無宗教信仰」這 2 組之結果；但在「自我肯定」、「身心健康」上，未達到顯著差異。這表示國小教師在「幸福感量表整體」、「生活滿意」、「人際關係」上，會因宗教信仰類別不同而有差異，而且「基督宗教」及「佛教」這 2 組高於「民間信仰」或「無宗教信仰」這 2 組；「基督宗教」之整體得分雖略高於「佛教」，但與「佛教」之間的差異卻未達顯著水準。至於在「自我肯定」、「身心

健康」上，則不會因宗教信仰類別的不同而有所差異。由此結果可以得知，假設 2-7：「不同宗教信仰類別之國小教師在幸福感上有顯著差異」，獲得大部分支持。

指出不同宗教信仰類別在幸福感上「有」顯著差異的研究成果有：古育臣（2010）、陳毓茹（2005）、張淑儀（2010）、沈碩彬（2007），而且他們皆一致指出信仰基督宗教者之幸福感受顯著高於本土宗教與無宗教信仰者；本研究此變項之研究結果與上述這些論文成果相符。指出不同宗教信仰類別在幸福感上「無」顯著差異的研究成果有：黃國城（2003）、陳慧姿（2007）、林志哲（2011）；本研究此變項之研究結果與上述這些論文成果不相符。

本研究顯示基督宗教和佛教在「幸福感量表整體」、「生活滿意」、「人際關係」，皆顯著高於「民間信仰」或「無宗教信仰」這 2 組。這可能是因為基督宗教和佛教都有固定的集會或共修活動，因此團體對信眾較能凝聚向心力，信眾能在團體中經營人際關係，彼此給予心靈上的撫慰與支持。因此，基督宗教和佛教的信眾之「幸福感量表整體」、「生活滿意」、「人際關係」都普遍比較良好。特別值得注意的是，本研究指出「基督宗教」在幸福感之整體得分雖略高於「佛教」，但與「佛教」之間的差異卻未達顯著水準。這表示這二種宗教在幸福感的表現上有難分高下的趨勢。

但反觀「民間信仰」或「無宗教信仰」這 2 組，因無固定宗教組織與固定之集會或共修活動，信眾明顯缺乏這些來自宗教團體和團體內之信眾有利且正向的心理支持力量，因而宗教信仰得分很明顯的低落。因此，本研究得出不同宗教信仰類別之國小教師在幸福感上「有」顯著差異之結果。

表 四-17
不同宗教信仰類別國小教師在幸福感整體及各層面之差異分析表

層面名稱	宗教信仰類別分組	人數	平均數	標準差	F 值	事後比較
生活滿意	基督宗教(1)	39	27.38	4.523	3.408**	
	佛教(2)	82	26.30	3.793		
	道教(3)	10	25.60	2.875		
	一貫道(4)	16	27.13	2.473		1 > 5
	民間信仰(5)	183	25.04	3.805		1 > 8
	伊斯蘭教(6)	6	25.17	3.061		2 > 5
	其他宗教信仰(7)	8	25.13	2.850		2 > 8
	無宗教信仰(8)	135	24.73	3.957		
	總和	479	25.45	3.908		
人際關係	基督宗教(1)	39	23.38	3.617	3.560**	1 > 5
	佛教(2)	82	23.46	2.776		1 > 8

	道教(3)	10	22.00	3.399		2 > 5
	一貫道(4)	16	23.19	2.738		2 > 8
	民間信仰(5)	183	22.15	3.095		
	伊斯蘭教(6)	6	22.67	1.506		
	其他宗教信仰(7)	8	22.00	2.619		
	無宗教信仰(8)	135	21.56	3.442		
	總和	479	22.34	3.227		
自我肯定	基督宗教(1)	39	22.79	3.968	.951	
	佛教(2)	82	22.22	2.592		
	道教(3)	10	21.80	2.700		
	一貫道(4)	16	22.13	2.630		
	民間信仰(5)	183	21.74	3.228		
	伊斯蘭教(6)	6	21.50	2.168		
	其他宗教信仰(7)	8	21.38	3.292		
	無宗教信仰(8)	135	21.51	3.301		
	總和	479	21.85	3.180		
身心健康	基督宗教(1)	39	18.18	3.568	.682	
	佛教(2)	82	17.71	3.029		
	道教(3)	10	17.70	2.058		
	一貫道(4)	16	16.81	2.639		
	民間信仰(5)	183	17.40	3.024		
	伊斯蘭教(6)	6	16.50	2.345		
	其他宗教信仰(7)	8	17.13	2.532		
	無宗教信仰(8)	135	17.27	3.065		
	總和	479	17.45	3.037		
幸福感量表整體	基督宗教(1)	39	91.74	13.899	2.358*	1 > 8
	佛教(2)	82	89.70	10.638		2 > 8
	道教(3)	10	87.10	9.758		
	一貫道(4)	16	89.25	7.611		
	民間信仰(5)	183	86.33	11.250		
	伊斯蘭教(6)	6	85.83	6.585		
	其他宗教信仰(7)	8	85.63	9.257		
	無宗教信仰(8)	135	85.07	12.044		
	總和	479	87.09	11.542		

*** $p < .001$ ** $p < .01$ * $p < .05$

第四節 宗教信仰與幸福感的相關情形及預測力分析與討論

一、宗教信仰與幸福感之相關情形分析與討論

本節首先探討國小教師的宗教信仰及幸福感之相關情形。研究者利用 Pearson 積差相關法，就宗教信仰整體及其 4 個分層面，與幸福感整體及其 4 個分層面，進行研究假設三的統計考驗，期能從中瞭解國小教師信仰及幸福感之相關情形。一般而言，相關係數.70~.99 為高度相關，.40~.69 為中度相關，.10~.39 為低度相關（吳明隆，2008：466）。

國小教師的宗教信仰及幸福感之整體及各層面之相關係數如表 四-18 所示。根據表 四-18 顯示國小教師在「宗教信仰量表整體」、「宗教參與」、「宗教實踐」、「宗教功能」、「宗教信念」，與「幸福感量表整體」、「生活滿意」、「人際關係」、「自我肯定」、「身心健康」之間皆有顯著「正向低相關」。其中以「宗教信念」與「人際關係」相關程度.370 最高，以「宗教信念」與「身心健康」關程度.113 最低。顯示國小教師在宗教信仰量表整體及其分層面上得分愈高者，在幸福感量表整體及其分層面上得分也愈高。因此，本研究假設三：「國小教師的宗教信仰與幸福感有顯著相關」獲得支持。

至於「宗教信念」與「人際關係」相關程度最高之原因，研究者認為可能因為具有堅定宗教信仰的人，常常希望將其所深信不疑的宗教教義或宗教理念與其他人分享，讓其他人也能經由認識該宗教之教義和理念，進一步能信仰該宗教；為了達成此目的，所以具有堅定宗教信仰的人必須建立良好的人際關係，方能和更多的人有良性的互動。至於「宗教信念」與「身心健康」關程度最低之原因，研究者認為可能因為具有某方面的宗教信念，雖對心理情緒的和諧穩定有幫助，卻不一定對身體生理方面的健康有絕對的影響；因為身體健康最主要還是要透過固定的運動習慣之養成來獲得，具有宗教信念的人不見得就一定能養成固定的運動習慣，甚至於可能因具有非常強烈的宗教信念而忙於該宗教事務之推展，導致忽略了身體之健康。

指出宗教信仰與幸福感「有」顯著「正」相關的研究成果有：易之新譯（2001：36）、Koenig（1997：183-186）、黃秀媛譯（1999：78）、Campbell、Converse 和 Rogers（1976：63-64）、Johnson 和 Duke（1984：66）、Diener（1984：560）、McFadden（1995：170）、Ellison（1991：97-98）、Pollner（1989：101-103）、Inglehart（1990：65-68）、Beit-Hallahmi 和 Argyle（1997：132-134）、Tan Siang-Yang（2000：43）、Argyle（1987：112）、賴秋華（1991：37）、薛保綸（1995：8）、（傅佩榮，1998：

50)、(鍾智龍, 2002: 112)、尹美琪 (1988)、陳得添 (2006)、朱岑樓譯 (1984: 210-212); 本研究之研究結果與上述這些論文成果相符。

指出宗教信仰與幸福感「有」顯著「負」相關的研究成果有: Wulff (1997: 106)、Argyle (1987: 63-69)、Rokeach (1973: 44)、葉筱貞 (2010); 本研究之研究結果與上述這些論文成果不相符。指出宗教信仰與幸福感「無」顯著相關的研究成果有: Campbell (1976: 89-93)、McFadden (1995: 173)、黃正鵠、楊瑞珠與許明松 (1998)、黃國城 (2003)、蔡坤良 (2004); 本研究之研究結果亦與上述這些論文成果不相符。

本研究顯示宗教信仰與幸福感之間皆有顯著「正」向相關, 但卻是「低」相關。這項結果表示本研究母群之宗教信仰狀況與幸福感確實有關聯, 但關聯性並不是很強。這可能與本研究母群之無宗教信仰者以及民間信仰者人數比例居多有關 (共佔全體之 66.4%), 因此導致其他各種宗教信仰者之統計結果無法達到高相關。因宋文里與李亦園 (1988: 114-115) 指出:「無信仰者很難說是絕對的無信仰者, 而是每個人或多或少仍然具有中國傳統宗教信仰的因素, 他們不但會依照傳統的習俗舉行祭拜祖先的儀式, 而且在觀念中也隱含著若干祖先崇拜的宗教觀念。」由此可見, 無宗教信仰者和民間宗教信仰者似乎有很高度的重合性。況且因民間宗教 (或是無宗教信仰) 無固定的教義、組織、規範等要素, 其信眾亦無法具有特定的宗教信念、宗教目標等涵養, 導致該類型宗教信仰者可能對幸福感受產生較歧異的看法。因此, 本研究得出宗教信仰與幸福感「有」顯著「正」向「低」相關之結果。

表 四-18
宗教信仰與幸福感積差相關分析一覽表

宗教信仰 幸福感	宗教參與	宗教實踐	宗教功能	宗教信念	宗教信仰量表整體
生活滿意	.300***	.329***	.332***	.345***	.364***
人際關係	.285***	.319***	.336***	.370***	.365***
自我肯定	.171***	.194***	.214***	.221***	.223***
身心健康	.161***	.116*	.131**	.113*	.142**
幸福感量表整體	.271***	.285***	.300***	.311***	.324***

*** $p < .001$ ** $p < .01$ * $p < .05$

二、宗教信仰對幸福感之預測力分析與討論

多元迴歸分析的目的之一，在於尋找一些對「反應變項」(response variable)而言是重要的「預測變項」(predictor variable)，以建立兩者之間的關係，並希望藉由此關係之建立，以便能夠對反應變項(依變項)的反應結果提供預測參考。王保進(2002: 352)認為多元迴歸分析之「逐步迴歸法」(stepwise)，是運用最為廣泛的複迴歸分析法之一，也是多元迴歸分析報告中出現頻率最多的一種預測方法。吳明隆與涂金堂(2005: 483)也指出若採用逐步迴歸分析法，迴歸模式便會根據自變項對依變項的影響力之大小而逐一挑選變項，因此能夠避免共線性之問題。

為瞭解南投縣國小教師宗教信仰對幸福感之預測情形，本研究以逐步多元迴歸分析法探討其關係。研究者以宗教信仰之「宗教參與」、「宗教實踐」、「宗教功能」及「宗教信念」4個層面為預測變項，並以「幸福感量表整體」為效標變項，進行逐步多元迴歸分析，探討國小教師宗教信仰對幸福感之預測力。

由表 四-19 可知，宗教信仰 4 個層面的預測變項對幸福感整體有顯著預測力的變項共有 2 個，分別是「宗教信念」及「宗教功能」，此 2 個預測變項與幸福感整體依變項的多元相關係數(R)為.323、決定係數(R平方)為.104，最後迴歸模式整體性考驗的 F 值為 27.770 ($p < .001$)，因而此 2 個預測變項共可有效解釋幸福感整體 10.4% 的變異量。從個別變項預測力的高低來看，對幸福感整體最具預測力者為「宗教信念」，其個別解釋變異量為 9.7%，其次為「宗教功能」，其個別解釋變異量為 0.8%。從標準化的迴歸係數來看，迴歸模式中的 2 個預測變項之 β 值分別為.197、.145，均為正數表示其對幸福感整體的影響均為正向。由此可知，國小教師宗教信仰對幸福感整體具有預測功能。因此，本研究假設四：「國小教師的宗教信仰對幸福感有顯著的預測力」獲得支持。

本研究與羅華容(2007)指出「信仰實踐」為幸福感重要預測因子之結果不同。本研究指出宗教信仰 4 個層面中，對幸福感整體最具預測力者為「宗教信念」，其次為「宗教功能」，此 2 個預測變項共可有效解釋幸福感整體 10.4% 的變異量，其中「宗教信念」佔 9.7%，「宗教功能」僅佔 0.8%。這表示本研究母群之宗教信仰狀況對幸福感確實有預測力，但預測力並不是很強。這與上述宗教信仰與幸福感之相關情形討論中顯示，本研究母群之宗教信仰狀況與幸福感確實有關聯，但關聯性並不是很強，可能有相同的背後因素，即與本研究母群之無宗教信仰者以

及民間信仰者人數比例居多有關（共佔全體之 66.4% ），因此導致其他各種宗教信仰者之統計結果無法凸顯出來。

但是「宗教信念」越強者，其幸福感受越強，卻是可以確認的事實，這項結果亦與表 四-18 所呈現的，宗教信仰量表 4 個層面中與幸福感量表整體之相關係數，以「宗教信念」的.311 最高有異曲同工之處；關於此部分的原因已於上文中論述，於此不再贅言。因此，本研究得出國小教師的宗教信仰對幸福感有顯著的預測力之結果。

表 四-19
宗教信仰對幸福感之逐步多元迴歸分析摘要表

預測變項	R	R 平方	R 平方改變量	F 值	B	迴歸係數 β
宗教信念	.311	.097	.097	50.993***	.390	.197
宗教功能	.323	.104	.008	27.770***	.314	.145

*** $p < .001$ ** $p < .01$ * $p < .05$

第五章 結論與建議

本章旨在根據第四章之統計分析與討論結果，歸納成研究結論，並據此提出研究建議以提供教育主管機關、學術界、宗教界、教育界及後續研究之參考。本章共可分為二節，第一節是結論；第二節為建議。茲分述如下。

第一節 結論

茲依據第四章各項分析與討論結果，將本研究之研究假設考驗結果彙整成表五-1、將 7 種不同之個人背景變項，在國小教師的宗教信仰與幸福感上之差異情形整理成表五-2 及表五-3，並依據各項分析與討論結果提出本研究之結論。茲分述如下：

一、國小教師宗教信仰的現況屬中下程度

國小教師在「宗教信仰量表整體」、「宗教功能」、「宗教信念」、「宗教實踐」、「宗教參與」中，每題的平均得分分別為 2.91、3.54、3.17、2.69、2.15。分層面以「宗教功能」得分最高，「宗教參與」得分最低。以五點量表來看，可知國小教師在宗教信仰整體及 4 個層面的得分稍微偏低，大致屬於中等到中下程度。

二、國小教師幸福感的現況屬中上程度

國小教師在「幸福感量表整體」、「人際關係」、「自我肯定」、「生活滿意」、「身心健康」4 個層面中，每題的平均得分分別為 3.62、3.72、3.64、3.63、3.49。分層面以「人際關係」得分最高，「身心健康」得分最低。以五點量表來看，可知國小教師在幸福感整體及 4 個層面的現況大致屬於中等至中上程度。

三、國小教師之宗教信仰因個人背景變項不同而有差異

根據表五-2 顯示，在性別、婚姻狀況、教育程度、服務年資、擔任職務等變項上，國小教師在宗教信仰各層面的表現沒有顯著差異。但就「年齡」變項而言，在「宗教信仰量表整體」、「宗教參與」和「宗教實踐」之層面上，年齡較長之國小教師表現顯著高於年紀較輕之國小教師。若就「宗教信仰類別」變項而言，在「宗教信仰量表整體」及各分層面上，「有宗教信仰」的國小教師大部分表現顯著

高於「無宗教信仰」的國小教師；至於同為有宗教信仰的教師中，「基督宗教」與「佛教」這二組顯著高於其他宗教，尤其是顯著高於「民間信仰」這組；總的來說，「基督宗教」與「佛教」這二組顯著高於「民間信仰」及「無宗教信仰」這二組，但「基督宗教」這組卻無顯著高於「佛教」這組。

四、國小教師之幸福感因個人背景變項不同而有差異

根據表 五-3 顯示，在婚姻狀況、教育程度、擔任職務等變項上，國小教師在幸福感各層面的表現沒有顯著差異。但就「性別」變項而言，在「身心健康」層面上，男性顯著高於女性。就「年齡」變項而言，在「身心健康」層面上，年齡較長之國小教師表現顯著高於年紀較輕之國小教師。就「服務年資」變項而言，在「身心健康」層面上，服務年資較深之國小教師表現顯著高於服務年資較淺之國小教師。就「宗教信仰類別」變項而言，在「幸福感量表整體」及大部份之分層面上，「基督宗教」與「佛教」這二組顯著高於「民間信仰」及「無宗教信仰」這二組，尤其是非常顯著高於「無宗教信仰」這組，但「基督宗教」這組卻無顯著高於「佛教」這組。

五、國小教師的宗教信仰與幸福感有顯著正相關

國小教師在「宗教信仰量表整體」及其 4 個分層面，與「幸福感量表整體」及其 4 個分層面之間皆有顯著正相關。其中以「宗教信念」與「人際關係」二層面相關程度.370 最高；以「宗教信念」與「身心健康」二層面相關程度.113 最低。

六、國小教師的宗教信仰對幸福感有顯著的預測力

宗教信仰量表 4 個層面中，對幸福感整體最具預測力者為「宗教信念」，其次為「宗教功能」，此 2 個預測變項共可有效解釋幸福感整體 10.4% 的變異量，其中「宗教信念」佔 9.7%，「宗教功能」僅佔 0.8%。

表 五-1
研究假設考驗結果一覽表

編號	研究假設	考驗結果
假設一	不同背景變項之國小教師在宗教信仰上有顯著差異。	
1-1	不同性別之國小教師在宗教信仰上有顯著差異。	不成立
1-2	不同年齡之國小教師在宗教信仰上有顯著差異。	成立

1-3	不同婚姻狀況之國小教師在宗教信仰上有顯著差異。	不成立
1-4	不同教育程度之國小教師在宗教信仰上有顯著差異。	不成立
1-5	不同服務年資之國小教師在宗教信仰上有顯著差異。	不成立
1-6	不同擔任職務之國小教師在宗教信仰上有顯著差異。	不成立
1-7	不同宗教信仰類別之國小教師在宗教信仰上有顯著差異。	成立
假設二	不同背景變項之國小教師在幸福感上有顯著差異。	
2-1	不同性別之國小教師在幸福感上有顯著差異。	成立
2-2	不同年齡之國小教師在幸福感上有顯著差異。	成立
2-3	不同婚姻狀況之國小教師在幸福感上有顯著差異。	不成立
2-4	不同教育程度之國小教師在幸福感上有顯著差異。	不成立
2-5	不同服務年資之國小教師在幸福感上有顯著差異。	成立
2-6	不同擔任職務之國小教師在幸福感上有顯著差異。	不成立
2-7	不同宗教信仰類別之國小教師在幸福感上有顯著差異。	成立
假設三	國小教師的宗教信仰與幸福感有顯著相關。	成立
假設四	國小教師的宗教信仰對幸福感有顯著的預測力。	成立

表 五-2
不同背景變項之國小教師在宗教信仰各層面差異之分析摘要表

個人背景變項	組別	宗教參與	宗教實踐	宗教功能	宗教信念	宗教信仰量表整體
性別	男性 (1)					
	女性 (2)					
年齡	21-30 歲 (1)					
	31-40 歲 (2)	3 > 2	4 > 2			3 > 2
	41-50 歲 (3)					
	50 歲以上 (4)					
婚姻狀況	已婚 (1)					
	未婚 (2)					
	離異(含分居、喪偶) (3)					
教育程度	師專 (1)					
	大學 (2)					
	研究所以上 (3)					
服務年資	1-10 年 (1)					
	11-20 年 (2)					
	21-30 年 (3)					
	30 年以上 (4)					
擔任職務	教師兼主任 (1)					
	教師兼組長 (2)					
	級任導師 (3)					
	科任教師 (4)					
宗教信仰類別	基督宗教(1)	1 > 3	1 > 3	1 > 5	1 > 4	1 > 3
	佛教(2)	1 > 5	1 > 4	1 > 8	1 > 5	1 > 4
	道教(3)	1 > 8	1 > 5	2 > 5	1 > 7	1 > 5

一貫道(4)	2>5	1>8	2>8	1>8	1>7
民間信仰(5)	2>8	2>3	4>8	2>5	1>8
伊斯蘭教(6)	4>8	2>5	5>8	2>7	2>5
其他宗教信仰(7)	5>8	2>8		2>8	2>8
		3>8		3>8	3>8
		4>8		4>8	4>8
無宗教信仰(8)		5>8		5>8	5>8
		6>8		6>8	6>8
		7>8			7>8

表 五-3
不同背景變項之國小教師在幸福感各層面差異之分析摘要表

背景變項	組別	生活滿意	人際關係	自我肯定	身心健康	幸福感量表整體
性別	男性(1)					
	女性(2)				1>2	
年齡	21-30 歲(1)					
	31-40 歲(2)				3>2	
	41-50 歲(3)				4>2	
	50 歲以上(4)					
婚姻狀況	已婚(1)					
	未婚(2)					
	離異(含分居、喪偶)(3)					
教育程度	師專(1)					
	大學(2)					
	研究所以上(3)					
服務年資	1-10 年(1)					
	11-20 年(2)				3>1	
	21-30 年(3)				3>2	
	30 年以上(4)					
擔任職務	教師兼主任(1)					
	教師兼組長(2)					
	級任導師(3)					
	科任教師(4)					
宗教信仰類別	基督宗教(1)					
	佛教(2)					
	道教(3)	1>5	1>5			
	一貫道(4)	1>8	1>8			1>8
	民間信仰(5)	2>5	2>5			2>8
	伊斯蘭教(6)	2>8	2>8			
	其他宗教信仰(7)					
	無宗教信仰(8)					

第二節 建議

根據上述之結論，本節擬提出幾點建議，以供教育行政機關、學校、教師及未來進一步研究的參考。

一、教育行政機關方面

(一)開設宗教文化及心靈成長課程或學分，以提昇教師宗教信仰知能

本研究結果顯示：國小教師的宗教信仰與幸福感呈正相關。所以，教師若能因宗教信仰功能的發揮而促進幸福感受，對其教學工作必有正向的幫助。因為教師是教學的靈魂、學生學習的楷模，教師因本身宗教信仰而產生的幸福感受，也會影響其言行舉止，並間接的影響到學生的學習。

因此，建議教育行政機關在師資培育階段，即開設有關於各類宗教文化及心靈成長課程或學分，培育未來的師資具備基本的宗教信仰知能，協助未來的教師尋找其自身幸福感的促進因子；俾使未來的教師能在面對繁重的教學壓力之下，也能透過其自身宗教信仰的支持力量，安頓其身心並擁有幸福生活。

(二)規劃宗教相關議題的研習活動，以充實教師健康的宗教信仰知能

本研究結果顯示：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，然而宗教信仰與幸福感有正相關。由此可見，國小教師的宗教信仰與幸福感都有很大的成長空間。若能讓宗教信仰各層面的功能提升，必也能促進教師的幸福感受。

據此，建議教育行政機關可妥善規劃與宗教相關議題的研習活動，以充實教師健康的宗教信仰知能，進而提昇教師的幸福感受。至於宗教研習，可以「心靈成長」、「心靈淨化」等為主題，帶領教師進行理性思考，譬如人生的意義與價值、宗教與身心健康等等。也可以安排宗教心理相關研習課程，協助教師對宗教的本質及各類宗教更加認識，例如介紹世界及台灣宗教現況、宗教與幸福感、宗教與身心健康、宗教與婚姻等議題。透過這些研習，可以協助教師了解宗教之內涵，教師也能從中深刻了解宗教的價值，進而找到健康的生命價值觀及生活態度。

二、學校行政方面

(一)定期辦理宗教心靈成長講座，以提昇教師的心靈品質

本研究結果顯示：國小教師的宗教信仰對幸福感有顯著的預測力，且最具預測力者為「宗教信念」層面。由此可知，具備健康的「宗教信念」對教師之幸福感受有正向的加分效果。因此，學校若能定期辦理宗教心靈成長講座，協助教師對

於宗教信念有更深層的認識，則不論教師是否有皈依某一宗教，至少也可以因為了解宗教信念而對宗教保有正向的態度。此外，教師也可以從宗教心靈成長講座當中，了解宗教信念與世俗觀念之間的異同，找出自身認同的道德與人生價值觀，提昇自身的心靈品質，經營幸福的教師生涯。

(二)定期辦理宗教參訪活動，開展教師宗教信仰領域的多元認知

本研究結果顯示：不同宗教信仰類別的國小教師，在宗教信仰和幸福感受上均有顯著差異，尤以基督宗教和佛教信仰者之表現最為凸出，不僅高出其他宗教信仰者，也較佔全體母群最高比例的民間宗教和無宗教信仰者來得凸出。這是一個值得深入探討的現象。然而，根據本研究指出，民間宗教和無宗教信仰者之宗教選擇多半受原生家庭和傳統文化所影響，並非經信仰者自身之自由意願所抉擇，亦非信仰者多方參考比較之後的決定。

所以，學校若能定期辦理宗教參訪，提供教師接觸和了解各種宗教之機會，俾能協助教師對於各種宗教有更多元廣泛的了解，開展教師宗教信仰領域的多元認知。並且讓教師在對各宗教平等觀察及審慎的考量後，教師再選擇適合其個人的宗教信仰，教師更能從其所選擇的宗教信仰中獲得更大的支持力量。

三、國小教師方面

(一)教師可積極參加與宗教信仰有關之研習活動，以建立健康之宗教態度

本研究結果顯示：國小教師在宗教信仰量表之「宗教參與」層面得分最低。推究其原因，可能和長久以來宗教信仰活動常被視為是迷信和無知者的專利有關，尤以高級知識份子更是對此嗤之以鼻，更遑論要此等人參與宗教活動了。但教師若能暫且拋開個人對宗教信仰的成見，透過積極參加與宗教信仰有關之研習活動，應能對宗教信仰有正確及健康的認識，進而能建立健康積極之宗教態度，或許就能對「宗教參與」有更大的動機。同時，透過更多的「宗教參與」，又能增加對宗教信仰的深入了解，於是便能形成一種相互增上的正向循環作用。

(二)教師可透過宗教信仰之健康因子，促進個人身心健康

本研究結果顯示：國小教師在幸福感量表之「身心健康」層面得分最低，而且女性教師和年齡較輕、年資較淺之教師，在「身心健康」層面得分亦顯著低於

男性教師以及年齡較長、年資較深之教師。由此可知，國小教師之身心健康實有待加強和提昇。研究者建議國小教師除可經由一般之休閒或運動來促進身心健康之外，更可透過宗教信仰中之健康促進因子，例如禪修、靜坐、禱告、齋戒、朝聖等活動，來促進身心健康；甚或參加宗教團體之義工服務，與志同道合者一起奉獻和付出，除可建立更好的人際關係，亦是增加幸福感的一項重要因素。

四、未來研究方面

(一)在研究內容上

影響幸福感的因素相當多，本研究僅就個人背景變項和宗教信仰兩者來探討與幸福感之關係。然而，舉凡教師的角色壓力、人格特質、憂鬱情緒、經濟狀況等因素，都可能造成影響。因此，未來研究時，若能納入更多的變項，則能對幸福感有更廣泛的認識。

(二)在研究工具上

本研究在調查問卷的「其他宗教信仰」、「無宗教信仰」和「未婚」之選項，未能有更進一步的選項可供選填，導致對這三個選項的統計資料無法作更進一步的分析和解讀。建議將來可在「其他宗教信仰」選項，請填答者填寫其信仰的宗教名稱；在「無宗教信仰」選項加入「是否祭拜祖先」、「是否認同民間習俗」等選項；在「未婚」選項則可加入「未婚但有固定伴侶」、「未婚但無固定伴侶」、「未婚且無伴侶」等選項。如此一來可能更可以呈現教師的真實情況或更精確之研究結果，進而增加研究結果推論的深度與廣度。

(三)在研究方法上

本研究因礙於人力、物力、時間及經驗之不足，只採用量化的問卷調查研究，將來若能加入對教師的深度訪談，則或許能更深入的探討國小教師宗教信仰與幸福感的關係。

(四)在研究對象上

本研究因礙於人力、物力及時間所限，僅以南投縣公立國小教師為研究對象，因此研究結果的推論相當有限。未來研究時，可進一步擴大研究對象，到國中、高中、高職與大學教師；或是擴大研究範圍，到全省各地的國小教師。

參考文獻

- 于春芳（2010）。**國民小學教師自我概念、情緒管理與幸福感之相關研究**（未出版之碩士論文）。中臺科技大學，台中。
- 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**（未出版之碩士論文）。國立台灣師範大學，台北。
- 內政部（2008）。2007內政統計年報。2011年1月15日，取自
<http://sowf.moi.gov.tw/stat/year/list.htm>
- 尤逸歆（2003）。**國小教師休閒運動參與、工作倦怠與生活滿意之研究**（未出版之碩士論文）。雲林科技大學，雲林。
- 王文科（2001）。**教育研究法**。台北：五南。
- 王孝雲、王學富（譯）（1992）。**宗教社會學**（原作者：伊·凡·亞布洛科夫）。台北：水牛出版社。
- 王保進（2002）。**視窗版spss與行為科學研究**。台北：心理。
- 王盈方（2011）。**桃園縣國小教師創新教學與幸福感關係之研究**（未出版之碩士論文）。中原大學，桃園。
- 王煥琛（1997）。「宗教教育」問題之探討。**台灣教育**，557，6-12。
- 王曉朝（2004）。**宗教學基礎十五講**。北京：北京大學。
- 王麗雅（2005）。**宗教信仰家庭子女道德教育之敘說性研究**（未出版之碩士論文）。國立嘉義大學，嘉義。
- 古秀曲（2009）。**國小教師宗教信仰之研究-以苗栗縣頭份地區為例**（未出版之碩士論文）。玄奘大學，新竹。
- 古育臣（2010）。**宗教活動與宗教信仰對老年憂鬱情緒與幸福感之影響**（未出版之碩士論文）。玄奘大學，新竹。
- 古婷菊（2006）。**國中教師幸福感及其相關因素之研究**（未出版之碩士論文）。台灣師範大學，台北。
- 朱岑樓（譯）（1984）。**巫術、科學與宗教**（原作者：馬林諾夫斯基）。台北：心理出版社。
- 何蒞莎、周天和（譯）（2006）。**二十世紀宗教思潮**（原作者：J. Macquarrie）。北京：宗教文化出版社。

- 吳明清 (1991)。教育研究：基本觀念與方法的分析。台北：五南。
- 吳明隆 (2008)。SPSS操作與應用—問卷統計分析實務。台北：五南。
- 吳明隆、涂金堂 (2005)。SPSS與統計應用分析。台北：五南。
- 吳衍潔 (2002)。大台北地區民眾休閒滿意度與幸福感之研究 (未出版之碩士論文)。國立台灣師範大學，台北。
- 吳清山、林天佑 (2003)。教師憂鬱症。教育研究月刊，11，154。
- 吳淑敏 (2003)。婦女幸福感研究。教育學刊，20，119-140。
- 吳惠巧 (2005)。台灣宗教社會觀察。台北：大元書局。
- 吳寧遠 (1998)。由儒家與基督宗教的認同看國人宗教認同之問題。「第一屆宗教交談學術研討會」發表之論文，嘉義縣南華大學。
- 吳璵 (註譯) (1991)。新譯尚書讀本。台北：三民書局。
- 呂政達 (1987)。還幸福一個本來面目：中國人的幸福觀—命運與幸福感。台北：張老師文化。
- 宋文里、李亦園 (1988)。個人宗教性：臺灣地區宗教信仰的另一種觀察。清華學報，18 (1)，113-139。
- 巫雅菁 (2001)。大學生幸福感之研究 (未出版之碩士論文)。國立高雄師範大學，高雄。
- 李介至、黃德祥 (2002)。青少年宗教信仰、生活價值及道德行為之相關研究。彰化師範大學教育學報，3，25-51。
- 李亦園 (1999)。宇宙觀、信仰與民間文化。台北：稻鄉出版社。
- 李再發 (2003)。高雄縣市國小退休教師社會參與、社會支持與生活滿意度 (未出版之碩士論文)。國立高雄師範大學，高雄。
- 李志夫 (1998)。論宗教在新世紀所應扮演的角色。宗教哲學，4 (3)，1-8。
- 沈菁芬 (2009)。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 (未出版之碩士論文)。南華大學，嘉義。
- 沈碩彬 (2007)。國民中學教師宗教心理知覺與生命價值觀、生活態度關係之研究 (未出版之碩士論文)。高雄師範大學，高雄。
- 易之新 (譯) (2001)。打破心理治療與靈性的藩籬 (原作者：R. Shorto)。台北：張老師文化。

- 林子雯（1996）。**成人學生多重角色與幸福感之相關研究**（未出版之碩士論文）。國立高雄師範大學，高雄。
- 林本炫、伊慶春、林彥姣（2011）。台灣青少年宗教信仰的發展與變遷初探：「台灣青少年成長歷程研究」追蹤調查資料的分析。「**2011兩岸三地華人青少年研究暨台灣青少年成長歷程研究第四次學術研討會**」發表之論文，台北中央研究院社會學研究所。
- 林志哲（2011）。**大學生感恩特質及其與社會支持、因應型態及幸福感之關係**（未出版之博士論文）。國立政治大學，台北。
- 林宜蔓（2004）。**游泳者持續參與在休閒效益與幸福感之研究**（未出版之碩士論文）。雲林科技大學，雲林。
- 林清江（1999）。一九九九年全國教育改革檢討會議之期許。**教師天地**，**100**，4-5。
- 林惠娟（2008）。**國民小學教師宗教信仰與生命教育教學之個案研究**（未出版之碩士論文）。國立臺中教育大學，台中。
- 林萃芃（2011）。**臺北市國民小學教師社會支持與教學效能、幸福感之研究**（未出版之碩士論文）。臺北市立教育大學，台北。
- 林本炫（1998）。**當代台灣民眾宗教信仰變遷的分析**（未出版之博士論文）。國立台灣大學，台北。
- 林本炫（2007）。台灣的都市化、地理流動與宗教信仰變遷。「**台灣的社會變遷 1985-2005：台灣社會變遷調查計畫第十一次研討會**」發表之論文，台北中央研究院社會學研究所。
- 邱雅蘭（2006）。**宗教團體重建教師信念之研究—以財團法人福智寺為例**（未出版之碩士論文）。南華大學，嘉義。
- 金澤（2001）。**宗教人類學導論**。北京：宗教文化出版社。
- 芮傳明、趙學元（譯）（1992）。**宗教生活的基本形式**（原作者：涂爾幹）。台北：桂冠。
- 侯辰宜（2006）。**國小教師幸福感與教學效能之關係研究—以桃園縣為例**（未出版之碩士論文）。中原大學，桃園。
- 南投縣教育處全球資訊網（2011）。各校基本資料瀏覽。2011年9月12日，取自 <http://www.encntc.edu.tw/person/p41.php>

- 施建彬 (1995)。幸福感來源與相關因素之探討 (未出版之碩士論文)。高雄醫學大學，高雄。
- 洪蘭 (譯) (2003)。真實的快樂 (原作者：Martin E. P. Seligman)。台北：遠流。(原著出版年：2002)
- 美國國務院 (2003)。2003 年度國際宗教自由報告。2011 年 2 月 24 日，取自 <http://www.usinfo.org/mgck/usinfo.state.gov/regional/ea/mgck/archive03/relitw03.htm>
- 若水 (譯) (1992)。超個人心理學 (原作者：李安德)。台北：桂冠圖書公司。
- 孫效智 (1997)。道德與幸福之間。人文及社會科學，8 (2)，29-43。
- 徐孟弘 (2006)。宗教信仰影響教師生活的敘述研究 (未出版之博士論文)。國立臺南大學，台南。
- 張宏哲、陳毓文 (2000)。宗教在國內社會工作教育中所扮演的角色—教育者觀點之初探。輔仁學誌，31，55-74。
- 張志剛 (2003)。宗教學是什麼。台北：揚智出版社。
- 張婉瑜 (2009)。台北縣新移民與本國籍國小高年級學生情緒困擾、情緒管理與人際關係之研究 (未出版之碩士論文)。國立臺北教育大學，台北。
- 張淑儀 (2010)。寬恕與幸福感之關係 (未出版之碩士論文)。屏東科技大學，屏東。
- 張愛卿 (譯) (2000)。精神分析引論 (原作者：佛洛伊德)。台北：知書房。
- 張瑛 (2005)。警察人員婚姻態度、親子關係與幸福感關係之研究 (未出版之碩士論文)。國立高雄師範大學，高雄。
- 張運鈞 (2008)。高雄縣市國小教師宗教心理知覺、生命價值觀與工作投入關係之研究 (未出版之碩士論文)。高雄師範大學，高雄。
- 張慧端 (譯) (1996)。宗教人類學導讀。台北：編譯館。
- 張櫻 (1997)。淺說道教。載於中華道教會 (主編)，我們對道教應有的認識 (頁 42-52)。台北：中華民國道教會。
- 莊耀嘉、黃光國 (1981)。國中學生的成敗歸因與無助感特徵。中華心理學刊，23 (2)，155-164。
- 陳世芬 (2007)。加護病房護理人員之非理性信念、情緒特質與情緒管理對人際關係影響路徑之建構 (未出版之博士論文)。國立政治大學，台北。

- 陳永勝、梁恒豪、陸麗青（2006）。宗教心理學在美國的發展歷程及態勢探析。世界宗教研究，1，15-22。
- 陳信介（2010）。國民小學教師工作壓力對工作滿意度影響之研究—幸福感中介效果之驗證（未出版之碩士論文）。長榮大學，台南。
- 陳玲婉（2005）。國小學童母親人格特質與親職壓力、幸福感之相關研究（未出版之碩士論文）。國立高雄師範大學，高雄。
- 陳秋月（2009）。國小教師之世界觀、目的性、個人宗教性與生命意義的相關性研究（未出版之碩士論文）。東海大學，台中。
- 陳美琴（2001）。談利社會行為與信仰成熟度及人格之關係—以台灣大學生為例。「宗教現象之心理學研究—應用心理學的研究方法探討宗教現象國際學術研討會」發表之論文，台北縣真理大學。
- 陳美華（2001）。「另類」女性：從一個新聞簡報檔案談台灣比丘尼形象的再現。台灣宗教研究，1（2），43-83。
- 陳美華（2001）。悲痛與重建：從921震災談臺灣宗教教育的可能。「921震災與社會文化重建研討會」發表之論文，台北中央研究院民族學研究所。
- 陳美華（2004）。法鼓十年（1989-1998）：從農禪寺到法鼓山的立基與開展。載於陳重光（主編），聖嚴法師思想行誼（251-287）。台北：法鼓文化。
- 陳迺臣（1997）。世俗教育和宗教教育。普門月刊，213，17-24。
- 陳得添（2006）。高雄市普通班與特教班國中教師社會支持、幸福感之比較研究（未出版之碩士論文）。國立高雄師範大學，高雄。
- 陳進祥（2010）。休閒涉入、休閒效益與幸福感相關之研究-以臺南市國民小學教師為例（未出版之碩士論文）。亞洲大學，台中。
- 陳毓茹（2005）。高雄縣市成人宗教態度、家庭支持與幸福感之關係研究（未出版之碩士論文）。國立高雄師範大學，高雄。
- 陳鈺萍（2004）。國小教師的幸福感及其相關因素之研究（未出版之碩士論文）。屏東師範學院，屏東。
- 陳蓊諼（2010）。基隆市國小教師幸福感之調查研究（未出版之碩士論文）。國立臺灣海洋，基隆。
- 陳慧姿（2007）。高中教師靈性健康與幸福感之相關研究—以高雄地區為例（未出版之碩士論文）。高雄師範大學，高雄。

- 陳潔明 (1998)。人與宗教。載於張永雋 (主編), **人生哲學** (頁 141-162)。台北：匯華圖書。
- 陳騏龍 (2001)。**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** (未出版之碩士論文)。屏東師範學院，屏東。
- 陳觀勝、李培榮 (譯) (1989)。**宗教學導論** (原作者：F. M. Müller)。上海：人民。
- 陸洛 (1994)。壓力、人格特質及心理健康：一項縱貫分析。**高雄醫學科學雜誌**，**10** (9)，492-496。
- 陸洛 (1998)。中國人幸福感之內涵、測量及相關因素探討。**人文及社會科學彙刊**，**8** (1)，115-137。
- 傅佩榮 (1998)。**宗教與人心安頓**。台北：洪健全基金會。
- 傅佩榮 (2005)。**儒家與現代人生**。台北：名田文化。
- 傅佩榮 (譯) (2006)。**人的宗教向度** (原作者：Louis K. Dupre)。台北：立緒文化。
- 傅齡德 (2008)。**大學生個人宗教性對助人行爲與真實的快樂之研究** (未出版之碩士論文)。東海大學，台中。
- 彭楊盛 (2010)。**國小教師人格特質、生涯發展與幸福感之研究** (未出版之碩士論文)。大葉大學，彰化。
- 曾貝露 (1999)。**青少年宗教態度、價值取向與幸福關係之研究** (未出版之碩士論文)。國立高雄師範大學，高雄。
- 曾艷秋 (2002)。**已婚婦女生活目標、目標社會支持與幸福感之相關研究—以高雄市育有國小子女之已婚婦女爲例** (未出版之碩士論文)。國立高雄師範大學，高雄。
- 黃文三 (2003)。成年人的宗教心理學及其在道德教育上的應用。**中華南台道教學院學報**，**1**，159-176。
- 黃文三、敬世龍 (2003)。國中生的宗教心理及其在九年一貫的課程教學上的啓示。**高雄師大學報**，**14**，71-94。
- 黃正鵠、楊瑞珠、許明松 (1998)。**長期性研究「大專生文化與心理態度量表」之編制與調查期末報告** (未出版之碩士論文)。國立高雄師範大學，高雄。
- 黃秀媛 (譯) (1999)。**愈成熟，愈快樂** (原作者：Frankk Pittman)。台北：天下遠見。

- 黃國城（2003）。**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**（未出版之碩士論文）。國立高雄師範大學，高雄。
- 黃淑貞（2004）。**國小退休教師生涯發展之研究**（未出版之碩士論文）。國立高雄師範大學，高雄。
- 黃智慧（1991）。**般若菩提心**。台北：耀文圖書。
- 黃雅慧（2005）。**基督徒老人的宗教性與寬恕之探索研究**（未出版之碩士論文）。東海大學，台中。
- 黃漢耀等（1991）。**中國人的快樂觀——淡泊與壑達**。台北：張老師文化。
- 黃毅志（1998）。社會階層、社會網絡與心理幸福。**台灣社會學刊**，21，171-210。
- 黃錦鈺（1988）。**新譯莊子讀本**。台北：三民書局。
- 黃馨慧（2010）。**桃園縣公立國小教師網路使用功能、社交整合及幸福感之研究**（未出版之碩士論文）。銘傳大學，台北。
- 楊中芳等（譯）（1997）。**性格與社會心理測量總覽（上）**（原作者：Andrews, F. M., & Robinson, J. P.）。台北：遠流。（原著出版年：1990）
- 楊國樞（1988）。**中國人的心理**。台北：桂冠圖書公司。
- 楊雅筠（2002）。**老年人友誼支持與幸福感之研究-以台北市老人服務中心為例**（未出版之碩士論文）。私立中國文化大學，台北。
- 楊麗蓉（2008）。**高雄市國小教師宗教心理知覺與生命意義感、死亡態度之關係研究**（未出版之碩士論文）。高雄師範大學，高雄。
- 聖嚴法師（1996）。**聖嚴說禪—100個醒世、明心的智慧禪語**。台北市：遠流。
- 葉筱貞（2010）。**基督徒宗教參與與幸福感之研究—以長老教會、靈糧堂為例**（未出版之碩士論文）。國立中山大學，高雄。
- 葛道明（1984）。教師角色與心理健康。**國教輔導**，23（9），1-2。
- 董芳苑（1997）。**探討台灣民間信仰**。台北：常民文化。
- 詹美珍（2011）。**桃竹苗地區國民小學教師幸福感與組織公民行為關係之研究**（未出版之碩士論文）。國立新竹教育大學，新竹。
- 詹寶完（2003）。**國小教師兼任組長工作壓力之個案研究**（未出版之碩士論文）。臺中師範學院，台中。
- 廖淑容（2011）。**教師休閒活動參與、幸福感與教學效能之研究—以苗栗縣國小教師為例**（未出版之碩士論文）。亞洲大學，台中。

- 管秋雄(1991)。幸福感的涵義及其在輔導上的應用。**教育資料文摘**,28(6),186-192。
- 趙曉薇(2003)。**參與佛教團體辦理活動教師的宗教信仰生活實踐與專業態度之研究—以國際佛光會教師成員為例**(未出版之碩士論文)。國立臺灣師範大學，台北。
- 劉承宗(2004)。宗教信仰與天道思想。**嶺東學報**，16，151-165。
- 劉昌博(1997)。宗教狂熱的後遺症—台灣社會民間宗教信仰的探索。**社會教育年刊**，45，18-27。
- 劉仲容、林天河(1996)。**宗教哲學**。台北：國立空中大學。
- 劉承宗(2007)。宗教信仰：人類的救贖—以印度教、佛教、基督教與伊斯蘭較為例。**嶺東通識教育月刊**，2(2)，1-6。
- 歐陽教(1992)。宗教與教育的關係。**國立臺灣師範大學教育研究所集刊**，34，33-42。
- 蔣其芳(2010)。**彰化縣國小教師心靈特質與情緒幸福感關係之研究**(未出版之碩士論文)。國立中正大學，嘉義。
- 蔡坤良(2004)。**小琉球漁村老人生命意義感、死亡態度與幸福感之研究**(未出版之碩士論文)。私立南華大學，嘉義。
- 蔡明星(2006)。**宗教信仰對退休教師生活調適的影響之探討—以六位國民中小學教師為例**(未出版之碩士論文)。暨南國際大學，南投。
- 鄭志明(2001)。臺灣民眾宗教信仰的生死關懷與靈驗性格。**輔仁宗教研究**，3，1-53。
- 鄭志明(2006)。**宗教的生命關懷**。台北：大元書局。
- 鄭書青(2000)。**宗教信仰在防治青少年偏差行為之角色研究**(未出版之碩士論文)。南華大學，嘉義。
- 賴怡姣(2007)。**情緒教育融入綜合活動課程對國中七年級學生情緒智慧、同儕人際關係之影響**(未出版之碩士論文)。國立臺灣師範大學，台北。
- 賴威岑(2002)。**台灣地區中小學教師心理幸福特質之探討—與其他職業做比較**(未出版之碩士論文)。國立台東師範學院，台東。
- 賴秋華(1991)。**輔導人員心理健康觀之研究**(未出版之碩士論文)。國立彰化師範大學，彰化。

- 錢克敏(2009)。**家長宗教信仰對子女小學教育期許之初探—以苗栗縣公館為例**(未出版之碩士論文)。玄奘大學，新竹。
- 薛保綸(1995)。**人與人生**。台北：宏明出版社。
- 謝玫芸(2007)。**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**(未出版之碩士論文)。國立高雄師範大學，高雄。
- 鍾秀琴(2011)。**大臺南市樂齡者學習成效及幸福感之研究**(未出版之碩士論文)。國立中正大學，嘉義。
- 鍾智龍(2002)。**宗教對憂鬱症患者影響之研究**(未出版之碩士論文)。玄奘人文社會學院，新竹。
- 瞿海源(1986)。**現代人的宗教行為與態度**。中華文化復興月刊，19，68-82。
- 瞿海源(1988)。**台北地區民眾教信仰與教態度**。載於瞿海源、楊國樞(主編)，**變遷中的臺灣社會：第一次社會變遷基本調查資料的分析**(頁239-276)。台北：中央研究院民族學研究所。
- 瞿海源(1990)。**台灣地區社會變遷基本調查資料：第二期第二次調查計畫執行報告**。台北：中央研究院社會學研究所。
- 瞿海源(1999)。**宗教**。載於王震寰、瞿海源(主編)，**社會學與台灣社會**(頁303-389)。台北：巨流圖書公司。
- 瞿海源(2006)。**宗教、數術與社會變遷**。台北：桂冠圖書。
- 簡瑞錦(2005)。**台灣企業領導人的宗教信仰對企業社會責任履行之探討—以基督教為例**(未出版之碩士論文)。中原大學，桃園。
- 顏映馨(1999)。**大學生的生活風格、人際親密和幸福感關係之研究**(未出版之碩士論文)。國立高雄師範大學，高雄。
- 羅秉祥、趙敦華編(2000)。**基督教與近代中西文化**。北京：北京大學出版社。
- 羅華容(2007)。**宗教信仰與幸福感：以日蓮正宗基金會信徒為例**(未出版之碩士論文)。國立臺北大學，台北。
- 羅凱南(2000)。**社會支持、人格特質、個人屬性對老年人心理幸福滿足感影響之研究**(未出版之碩士論文)。國立政治大學，台北。
- 證嚴法師(2009)。**靜思語第三集**。台北：慈濟文化。
- 嚴景惠(2007)。**大學生宗教信仰與來生信念關係之研究**(未出版之碩士論文)。南華大學，嘉義。

- 蘇芳滿 (2010)。老人運動行為與幸福感間之關聯性研究 (未出版之碩士論文)。
南開科技大學, 南投。
- 釋慧開 (2004)。儒佛生死學與哲學論文集。台北: 紅葉。
- Andrews, F. M., & Withey, S. B. (1976). *Social indicators of well-being*. London & New York: Plenum.
- Argyle, M. (1987). *The psychology of happiness*. New York: Routledge.
- Argyle, M., & Lu, L. (1990). Happiness and social skills. *Personality and individual difference, 11*, 1255-1261.
- Baesler, E. J. (2002). Prayer and relationship with God: Replication and extension of the relational prayer model. *Review of religious research, 44* (1), 58-67.
- Beit-Hallahmi, B., & Argyle, M. (1997). *The psychology of religious behavior, belief, and experience*. London: Routledge.
- Campbell, A. (1981). *The sense of well-being in America*. New York: McGraw-Hill.
- Campbell, A., Converse, P. E., & Rogers, W. L. (1976). *The quality of American life: perception, evaluation and satisfaction*. New York: Russell Sage.
- Davies, J. A., & Smith, T. W. (1994). *General social survey 1972-1994*. Chicago, Ill.: National Opinion Research Center.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological bulletin, 95*, 542-575.
- Diener, E., & Laarsen, R. J. (1993). The experience of emotional well-being. In M. Lewis & Haviland (Eds.), *Handbook of emotions* (pp.405-415). New York, NY: Guilford Press.
- Ellison, C. G. (1991). Religious involvement and subjective well-being. *Journal of health and social behavior, 32*, 80-99.
- Fowler, J. W. (1981). *Stages of faith*. San Francisco, Calif.: Harper & Row.
- Giorgi, L., & Marsh, C. (1990). The protestant work ethic as a cultural phenomenon. *European journal of social psychology, 20*, 499-517.
- Hay, D., & Nye, R. (1998). *The spirit of the child*. London: Fount.
- Heady, B., & Wearing, A. (1990). Subjective well-being and coping with adversity. *Social indicators research, 22*, 327-349.
- Hoge, D. R. (1972). A validated Intrinsic Religious Motivation Scale. *Journal for the scientific study of religion, 11*, 369-376.

- Hood, R. W., Spilka, B., Hunsberger, B., & Gorsuch, R. (1996). *The psychology of religion: An empirical approach (2nd ed)*. New York: Guilford.
- Inglehart, R. (1990). *Culture shift in advanced industrial society*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- James, William (1991). *The varieties of religious experience: A study in human nature*. New York, N. Y.: Triumph Books.
- Jesus, S. N., & Conboy, J. (2001). A stress management course to prevent teacher distress. *The international journal of education management*, 15 (3), 131-137.
- Johnson, B. L., & Duke, J. T. (1984). Spiritual well-being and the consequential dimension of religiosity. *Review of religious research*, 26 (1), 59-72.
- Johnston, Ronald L. (1975). *Religion and society in interaction: the sociology of religion*. Englewood Cliffs, N. J.: Prentice-Hall.
- Koenig, H. G. (1997). *Is religion good for your health?* New York: The Haworth Pastoral Press.
- Lehrer, E. L., & Chiswick, C. U. (1993). Religion as a determinant of marital stability. *Demography*, 30, 385-404.
- Lenski, G. E. (1963). *The religious factors: a sociological study of religion's impact on politics, economics, and family life*. Garden city, NY: Anchor Books.
- Lin, N., & Gina, L. (1995). Urban stress in China. *Social science and medicine*, 41(8), 1131-1145.
- McFadden, S. H. (1995). Religious and well-being in aging persons in an aging society. *Journal of social issues*, 51 (2), 161-175.
- Ozarak, E. W. (1989). Social and cognitive influences on the development of religious beliefs and commitment in adolescence. *Journal for the scientific study of religion*, 28, 148-163.
- Pollner, M. (1989). Divine relations, social relations, and well-being. *Journal of health and social behavior*, 30, 92-104.
- Rokeach, M. (1973). *Beliefs, attitude and values: a theory of organization and change*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Stone, M. J., & Kozma, A. (1985). Structural relationships among happiness scales: a second order factorial study. *Social indicators research*, 17, 19-28.

- Streng, Frederick J. (1985) . *Understanding religious life*. Calif.: Wadsworth.
- Tamminen, K. (1964) . Religious experiences in childhood and adolescence: A viewpoint of religious development between the ages of 7 and 20. *International journal for the psychology of religion*, 4, 61-85.
- Tan Siang-Yang (2000) . Religion and Psychotherapy. In Kazdin, A. E. (Eds.) , *Encyclopedia of psychology*, 7, 42-46.
- Tillich, Paul (1959) . *Theology of culture*. Oxford University Press.
- Tylor, E. B. (1871) . *Primitive culture*. London: J. Murray.
- Veenhoven, R. (1994) . Is happiness a trait? Tests of the theory that a better society does not make people any happy. *Social indicators research*, 32, 101-160.
- Witter, R. A., Stock, W. A., Okun, M. A., & Haring, M. J. (1985) . Religion and subjective well-being in adulthood: a quantitative synthesis. *Review of religious research*, 26, 332-342.
- Woolley, J. D., & Phelps, K. E. (2000) . The development of children's beliefs about prayer. *Journal of cognition & culture*, 1 (2) , 139-166.
- Wulff, David M. (1997) . The correlational Study of religion. In David, M. Wulff (Eds.) , *Psychology of religion: classic and contemporary* (p.106) . New York, NY: John Wiley & Sons, Inc..
- Wuthnow, R. (1994) . *God and mammon in America*. New York: Free Press.
- Yinger, M. J. (1970) . *The scientific study of religion*. New York: Macmillan.

附錄

附錄一 國小教師宗教信仰與幸福感調查問卷

各位親愛的教育先進，您好：

非常感謝您能在百忙中協助填寫這份問卷，本問卷的目的在了解您對宗教信仰與幸福感的看法和感受，您所填的答案並沒有對與錯，所以請您依實際情況及想法填答。本問卷採不記名方式填寫，共有三個部分，所填資料絕對保密，僅供學術研究使用，請您安心填答。

您的用心作答將對本研究有極大的幫助，感謝您的協助與配合，在此致上最誠摯的感謝！

南華大學宗教學研究所
指導教授：陳美華博士
研究生：李育憲敬上
中華民國一〇〇年九月

第一部分 基本資料

※填答說明：以下各題是有關您個人的基本資料，請依實際情形在適當選項的“□”

內劃「V」。【請注意：本問卷所有題目，每題都只能選一個答案，不能複選。】

- 1、性別： (1) 男性 (2) 女性
- 2、年齡： (1) 21-30 歲 (2) 31-40 歲 (3) 41-50 歲 (4) 50 歲以上
- 3、婚姻狀況： (1) 已婚 (2) 未婚 (3) 離異（含分居、喪偶）
- 4、教育程度： (1) 師專 (2) 大學 (3) 研究所以上
- 5、服務年資： (1) 1-10 年 (2) 11-20 年 (3) 21-30 年 (4) 30 年以上
- 6、擔任職務： (1) 教師兼主任 (2) 教師兼組長（含級任、科任教師兼組長）
 (3) 級任導師 (4) 科任教師

※請您先讀完下列所述各宗教信仰類別的說明後再繼續作答：

- A、基督宗教（含天主教及基督教）徒：必須正式受洗。
- B、佛教徒：必須正式皈依三寶（佛、法、僧），或是有親近出家法師、佛教道場修行者。
- C、道教徒：必須正式皈依三清（玉清元寶君之道寶尊、上清靈寶君之經寶尊、太清神寶君之師寶尊）。
- D、一貫道徒：必須經過點傳師正式給三寶，信奉無極老母（明明上帝）。

E、民間信仰者：是指您同時信仰不同的神明或其中之一（如媽祖、三太子、土地公、關公、三山國王、清水祖師等等）。

F、伊斯蘭教徒：必須經過正式的入教儀式，承認阿拉(Allah)是宇宙唯一真神，並在生活上嚴守五功(Pillars)等。

G、其他宗教信仰：指您的宗教信仰非上述之一者。

H、無宗教信仰：是指您無任何宗教信仰。

7、那麼，您目前信仰的宗教是： (1) 基督宗教(含天主教及基督教) (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【無宗教信仰者此部分還是請您作答】

填答說明： 請就以下題目圈選出最符合您現在狀況的選項，並在適當選項的數字上打○。答案無所謂「對」與「錯」，請依照你的想法或感受填答。	非常不符合	不符合	普通	符合	非常符合
1. 我目前時常去教會或寺廟（道場、神壇）	1	2	3	4	5
2. 我時常到教會或寺廟（道場、神壇）擔任義工	1	2	3	4	5
3. 我時常收聽（看）宗教方面的廣播、報刊或電視節目	1	2	3	4	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）	1	2	3	4	5
5. 我時常參加宗教團體舉辦之社會服務（賑災、濟貧、助人、義賣等）	1	2	3	4	5
6. 我對自己所信仰的宗教很了解	1	2	3	4	5
7. 我常與人分享我所信仰的宗教	1	2	3	4	5
8. 平時我會思考有關宗教信仰上的事	1	2	3	4	5
9. 我的宗教信仰很堅定	1	2	3	4	5

填答說明： 請就以下題目圈選出最符合您現在狀況的選項，並在適當選項的數字上打○。答案無所謂「對」與「錯」，請依照你的想法或感受填答。	非常不符合	不符合	普通	符合	非常符合
10. 我贊同我所信仰的宗教教義	1	2	3	4	5
11. 宗教信仰對我每天的生活影響很大	1	2	3	4	5
12. 信仰宗教對我的生命很重要	1	2	3	4	5
13. 我認為宗教信仰會規範一個人的行為	1	2	3	4	5
14. 宗教信仰使我的生命更有意義	1	2	3	4	5
15. 我認為信仰宗教會使一個人比較願意寬恕別人	1	2	3	4	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	1	2	3	4	5
17. 我認為信仰宗教會讓人比較不會做壞事	1	2	3	4	5
18. 我認為信仰宗教會使人比較願意幫助別人	1	2	3	4	5
19. 在日常生活中，我認為上帝（神、佛菩薩）總是與我同在	1	2	3	4	5
20. 我認為信仰上帝（神、佛菩薩）的人愈多，社會就會愈平安	1	2	3	4	5
21. 在作重要決定時，我會請示上帝（神、佛菩薩）的旨意	1	2	3	4	5
22. 我相信宇宙中有高於人類的上帝（神、佛菩薩）	1	2	3	4	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	1	2	3	4	5
24. 我認為宗教信仰指引著我的人生方向	1	2	3	4	5

第三部分 幸福感

填答說明： 請就以下題目圈選出最符合您現在狀況的選項，並在適當選項的數字上打○。答案無所謂「對」與「錯」，請依照你的想法或感受填答。	非常不符合	不符合	普通	符合	非常符合
1. 我的理想可以獲得實現	1	2	3	4	5

填答說明： 請就以下題目圈選出最符合您現在狀況的選項，並在適當選項的數字上打○。答案無所謂「對」與「錯」，請依照你的想法或感受填答。	非常不符合	不符合	普通	符合	非常符合
2. 我認爲世界上的事情是美好的	1	2	3	4	5
3. 我認爲這個世界是一個好地方	1	2	3	4	5
4. 我喜歡我的生活	1	2	3	4	5
5. 我的生活有目標、意義	1	2	3	4	5
6. 我對現在生活中的事感到滿意	1	2	3	4	5
7. 我覺得生活有保障及安全感	1	2	3	4	5
8. 我有興趣關心其他人的事	1	2	3	4	5
9. 我可以帶給別人幸福	1	2	3	4	5
10. 我認爲爲別人付出總是能獲得回饋	1	2	3	4	5
11. 我對別人有愛心	1	2	3	4	5
12. 我覺得和朋友在一起很有趣	1	2	3	4	5
13. 我喜歡幫助別人	1	2	3	4	5
14. 我可以掌控我的生活	1	2	3	4	5
15. 因爲有我的參與，事情就會變得更好	1	2	3	4	5
16. 我有能力解決生活中的問題	1	2	3	4	5
17. 我喜歡我自己	1	2	3	4	5
18. 我認爲我是一個對別人有影響力的人	1	2	3	4	5
19. 我對自己很有信心	1	2	3	4	5
20. 我的健康狀況良好	1	2	3	4	5
21. 我有良好的飲食習慣	1	2	3	4	5
22. 我常保持輕鬆自在的心情	1	2	3	4	5
23. 我經常定時從事運動	1	2	3	4	5
24. 我的睡眠狀況良好	1	2	3	4	5

本問卷到此全部結束，感謝您辛苦作答！

附錄二 宗教信仰問卷同意使用授權書

授權書

茲同意將本人九十六學年度論文《大學生宗教信仰與來生信念關係之研究》中的「宗教信仰量表」問卷，無條件提供予南華大學宗教學研究所研究生 李育憲 於《國小教師宗教信仰與幸福感關係之研究》論文中引用與作為相關研究探討之用。

立書人：



中華民國一〇〇年 三 月 二十五 日

說明：因採郵寄往返方式取得量表原作者之簽名授權，故無法以電子檔方式呈現本授權書，只能以掃描檔呈現之。

附錄三 幸福感問卷同意使用授權書

授權書

茲同意將本人八十四學年度碩士論文《成人學生多重角色與幸福感之相關研究》中的「幸福感量表」問卷，無條件提供予南華大學宗教學研究所研究生 李育憲 於《國小教師宗教信仰與幸福感關係之研究》論文中引用與作為相關研究探討之用。

立書人：林子豐

中華民國一〇〇年 4 月 2 日

說明：因採郵寄往返方式取得量表原作者之簽名授權，故無法以電子檔方式呈現本授權書，只能以掃描檔呈現之。