

南 華 大 學

生 死 學 研 究 所

碩 士 論 文

教保人員靈性健康與生命態度之探討  
--以台中、彰化、雲嘉及台南縣市為例

An Investigation of Early Childhood Educators' Spiritual Health and Life

Attitude

--- Examples from Taichung, Changhua, Yunlin, Chiayi and Tainan

研 究 生 陳 怡 伶

指 導 教 授 紀 潔 芳 教 授

中 華 民 國 100 年 5 月 20 日

南 華 大 學

生死學研究所

碩 士 學 位 論 文

教保人員靈性健康與生命態度之探討

—以台中、彰化、雲嘉及台南縣市為例

研究生：連怡伶

經考試合格特此證明

口試委員：郭洪國雄

魏喜娥

紀潔芳

指導教授：紀潔芳

系主任(所長)：魏喜娥

口試日期：中華民國 100 年 5 月 20 日

## 由衷的感念

100 年的暑假，極具深遠的意義，我終於如期畢業了！回首從前，不禁想起在幼教職場工作的那三年，看著孩子一天天成長，心中感到滿心喜悅，發現孩子對於生命的好奇與探索，開始思索如何給幼兒較好的教育及方法，希望給予孩子更多的學習機會，因而促使怡伶想深造繼續完成碩士學位的夢想。這一段重拾書本的過程，心中充滿無限的感恩！因為有太多支持與鼓勵，才能讓論文得以順利完成。

經過一番深刻的洗禮，想想兩年來的研究生生活酸甜苦辣，一路走來伴隨著努力與辛苦，歷歷在心，內心卻充滿溫馨、喜悅與感恩之情。在此怡伶特別要深深感謝恩師紀潔芳教授，除了給予及督促我在生命教育領域的充實與學術上的知識外，還照顧引領我們的心靈，尤其當面對瓶頸時，老師總是不辭辛苦的鼓勵及支持我，給我滿滿的關愛與鼓勵，由衷感謝老師對我的關愛。

怡伶也要感謝郭洪國雄教授及魏書娥教授非常仔細的看我的論文，在口試時給予精闢的見解及寶貴的意見，怡伶受益良多。此外，也要特別感謝導師蔡明昌教授，兩年的研究生生活，充滿溫馨，對於研究的方法及量化統計教導怡伶很多，在此深深致謝。

於南華大學生死學系研究所求學期間也感謝所上諸位老師們的啟發，使怡伶能一窺學術殿堂之精奧。研究生涯是孤獨的，感謝怡伶的好友永成學長、俊吉、璿宜學姐、鋒信學長、信良大哥、昀廷學姐、玉芬姐、懿韻、少鏞、淨慈、霈宸姐、羿慧、小歐、文隆、正嘉、益廷、孟怡、愷均、燕齡等的陪伴與鼓勵。更重要家是怡伶的避風港，爸爸、媽媽、弟弟、妹妹給予我許多協助與支持，並在碰到挫折時給予最深最溫暖的擁抱與關懷，讓我能以更樂觀積極的態度克服困難，怡伶有您們，非常幸福！論文得以完成，也要感謝當初幫忙填問卷的教保老師，因為有您們的指教，讓本論文獲得寶貴的發現與結論。

修完了碩士學位，心中充滿許多的感謝，感謝所有人對怡伶的愛護與支持，謹以此篇論文獻給摯愛的家人、師長、朋友。把更多的愛傳播出去，期許自己要更進步，才能有更深層的涵養，能帶給孩子們快樂及優質的童年。

怡伶 謹誌·于 寧靜海畔

## 摘 要

本研究旨在瞭解幼稚園教保人員靈性健康與生命態度，研究者以任教於幼稚園教保人員為對象，採問卷調查法隨機取樣方式進行調查研究，回收有效問卷 889 份。分析結果得以下結論：

### 壹、教保人員靈性健康與生命態度良好

本研究調查發現，教保人員靈性健康整體平均數為 4.00，生命態度整體平均數為 3.76，屬於良好。

### 貳、不同變項與教保人員靈性健康、生命態度之差異

#### 一、教保人員的靈性健康

(一) 在個人變項方面：有教師證、碩士學歷以上、30 歲以上、已婚、有宗教信仰、已婚且育有子女等之教保人員靈性健康皆較為健康。

(二) 在環境變項方面：家庭氣氛「非常好」及「好」、人際關係「非常好」、曾談論死亡相關議題、自己有或家人曾有重病之教保人員皆對靈性健康有正向影響。

(三) 性別、學校別及生命教育研習時數等變項，教保人員整體靈性健康無差異。

#### 二、教保人員的生命態度

(一) 在個人變項方面：有教師證、50 歲以上、任教年資 20 年以上、已婚、有宗教信仰、子女 3 人以上之教保人員在生命態度上有積極正向的想法。

(二) 在環境變項方面：家庭氣氛「非常好」及「好」、人際關係「非常好」、曾談論死亡相關議題、自己有或家人曾有重病、研習時數 37 小時以上之教保人員皆對生命態度有較好、優良的影響。

(三) 性別、學校別及教育程度等變項，教保人員整體生命態度無差異。

#### 三、靈性健康與生命態度呈現正相關。

參、本研究根據上述之研究結果對教育主管單位、幼稚園及教保人員之建議為師資培育過程中 增加選修生命教育的學分、加強辦理「生命教育」相關課程研習且對聘用合格教保人員要嚴格把關、幼兒園所宜主動關懷教保人員與提昇教保人員的靈性健康與生命態度、鼓勵及支持教保人員進修生命教育相關學位或學分班課程進修、積極鼓勵並支持教保人員參與生命教育研習、教保人員宜積極參與生命教育之研習與進修亦可多親近大自然。

**關鍵字：教保人員、靈性健康、生命態度**

## Abstract

This research aims at investigating early childhood educator s' spiritual health and life attitude. Questionnaire inquiry is employed in the study, with an effective return of 889 questionnaires. The followings are the statistical results:

### I. Good spiritual health and life attitude

The study finds that looking into an overall average of early childhood educators' spiritual health and life attitude, both are 4.00 and 3.7 respectively.

Both statistics show early childhood educators' spiritual health and life attitude are in good condition.

### II. Different variables and differences of early childhood educator s' spiritual health and life attitude

#### i. Childhood educator s' spiritual health

A. In individual variables, early childhood educators who have teaching certificates, master's degrees or higher, religious belief, children, ages above 30, and marriage are relatively healthy.

B. In environment variables, early childhood educator s' who have "very good" and "good" family atmosphere, "very good" interpersonal relationship, ever talked about issues related to death, and had seriously ill family members get positive attitude on spiritual health.

C. Gender, school and studying hours on life education make no differences on overall spiritual health.

#### ii. Early childhood educator s' life attitude

A. In individual variables, educators who have teaching certificates, ages over 50, teaching experience more than 20 years, marriage, belief in religion, and children more than three, have positive attitude toward life.

B. In environment variables, early childhood educator s' who have "very good" and "good" family atmosphere, "very good" interpersonal relationship, ever talked about issues related to death, had seriously ill family members, and had more than 37 studying hours on life education have better attitude toward life.

C. The other variables such as gender, school and education level show no differences on overall attitude toward life.

iii. There is positive correlation between early childhood educators' spiritual health and life attitude.

III. The study based on the above results provides the education-related administrators, kindergartens and educators the following suggestions: increase the credit points of life education; strengthen "life education" curriculum-related learning; ensure strict control on the employment of qualified teaching personnel; kindergartens should actively give their concern to educators; enhance the educators' spiritual health and attitude toward life; encourage and support the educators' acquisition for education-related degree or credit course study; the finally, educators should be positively encouraged and supported to join life-education studies or to get close to nature.

Keywords: early childhood educators, spiritual health, life attitude

## 目 次

中文摘要.....	IV
英文摘要.....	V
目 次.....	VII
表 次.....	IX
第一章 緒論.....	1
第一節 研究背景與動機.....	1
第二節 研究目的.....	3
第三節 待答問題與研究假設.....	4
第四節 名詞釋義.....	6
第二章 文獻探討.....	9
第一節 靈性健康的意涵與相關研究.....	9
第二節 生命態度內涵與相關研究.....	28
第三節 靈性健康與生命態度相關文獻探討.....	63
第三章 研究設計與實施.....	67
第一節 研究方法與架構.....	67
第二節 研究工具.....	69
第三節 研究樣本.....	88
第四節 研究步驟.....	90

第五節 資料處理.....	91
第四章 研究結果與討論.....	93
第一節 樣本特質描述與分析.....	93
第二節 教保人員靈性健康之差異分析.....	97
第三節 教保人員生命態度之差異分析.....	125
第四節 教保人員靈性健康與生命態度之相關.....	156
第五章 結論與建議.....	159
第一節 結論.....	159
第二節 建議.....	162
第三節 檢討.....	165
參考文獻 .....	166
附    錄.....	180
附錄一、專家名單.....	180
附錄二、專家效度統整表.....	181
附錄三、靈性健康量表同意書.....	191
附錄四、生命態度量表同意書.....	192
附錄五、預試問卷.....	193
附錄六、正式問卷.....	200

## 表 次

表 2-1-1	靈性健康測量工具彙整表.....	19
表 2-2-1	生命態度的測量工具.....	50
表 3-2-1	預試獨立樣本 t 檢定.....	72
表 3-2-2	因素分析表.....	74
表 3-2-3	信度統計量.....	76
表 3-2-4	預試獨立樣本 t 檢定.....	78
表 3-2-5	信度考驗摘要表.....	80
表 3-2-6	超越逆境層面子題.....	82
表 3-2-7	與人締結層面子題.....	82
表 3-2-8	宗教寄託層面子題.....	83
表 3-2-9	活出意義層面子題.....	83
表 3-2-10	感懷自然層面子題.....	84
表 3-2-11	教保人員存在感層面子題.....	84
表 3-2-12	教保人員愛與關懷層面子題.....	85
表 3-2-13	教保人員死亡態度層面子題.....	86
表 3-2-14	教保人員理想層面子題.....	86
表 3-2-15	教保人員生命經驗層面子題.....	87
表 3-2-16	教保人員生命自主層面子題.....	87
表 3-3-1	正式樣本抽取表.....	89
表 3-3-2	正式樣本一覽表.....	89
表 4-1-1	不同個人背景變項教保人員之樣本分配.....	95
表 4-1-2	不同個人環境經驗變項教保人員之樣本分配.....	96
表 4-2-1	教保人員之靈性健康.....	97
表 4-2-2	教保人員超越逆境層面子題.....	98

表 4-2-3	教保人員與人締結層面子題.....	98
表 4-2-4	教保人員宗教寄託層面子題.....	99
表 4-2-5	教保人員活出意義層面子題.....	100
表 4-2-6	教保人員感懷自然層面子題.....	101
表 4-2-7	教保人員性別在靈性健康整體及分層面上之差異.....	102
表 4-2-8	教保人員學校別在靈性健康整體及分層面上之差異.....	103
表 4-2-9	有無教師合格證教保人員在靈性健康整體及分層面上之差異...	103
表 4-2-10	教保人員教育程度在靈性健康整體及分層面上之差異.....	104
表 4-2-11	教保人員年齡在靈性健康整體及分層面上之差異.....	106
表 4-2-12	教保人員任教年資在靈性健康整體及分層面上之差異.....	108
表 4-2-13	教保人員婚姻狀況在靈性健康整體及分層面上之差異.....	110
表 4-2-14	教保人員宗教信仰在靈性健康整體及分層面上之差異.....	113
表 4-2-15	教保人員子女數在靈性健康整體及分層面上之差異.....	115
表 4-2-16	教保人員家庭氣氛在靈性健康整體及分層面上之差異.....	116
表 4-2-17	教保人員人際關係在靈性健康整體及分層面上之差異.....	118
表 4-2-18	教保人員個人背景變項在靈性健康各層面之綜合摘要表.....	119
表 4-2-19	教保人員談論死亡議題別在靈性健康整體及分層面上之差異...	121
表 4-2-20	教保人員有無重病家之在靈性健康整體及分層面上之差異.....	123
表 4-2-21	教保人員生命教育研習時數在靈性健康整體及分層面上之差異.	124
表 4-2-22	教保人員個人環境變項在靈性健康各層面之綜合摘要表.....	125
表 4-3-1	教保人員之生命態度.....	126
表 4-3-2	教保人員存在感層面子題.....	126
表 4-3-3	教保人員愛與關懷層面子題.....	127
表 4-3-4	教保人員死亡態度層面子題.....	128
表 4-3-5	教保人員理想層面子題.....	128
表 4-3-6	教保人員生命經驗層面子題.....	129

表 4-3-7 教保人員生命自主層面子題 .....	129
表 4-3-8 教保人員性別在生命態度整體及分層面上之差異 .....	131
表 4-3-9 教保人員學校別在生命態度整體及分層面上之差異 .....	132
表 4-3-10 教保人員有無教師合格證在生命態度整體及分層面上之差異 ....	133
表 4-3-11 教保人員教育程度在生命態度整體及分層面上之差異 .....	134
表 4-3-12 教保人員年齡在生命態度整體及分層面上之差異 .....	136
表 4-3-13 教保人員任教年資在生命態度整體及分層面上之差異 .....	138
表 4-3-14 教保人員婚姻狀況在生命態度整體及分層面上之差異 .....	140
表 4-3-15 教保人員宗教信仰在生命態度整體及分層面上之差異 .....	142
表 4-3-16 教保人員子女數在生命態度整體及分層面上之差異 .....	144
表 4-3-17 教保人員家庭氣氛在生命態度整體及分層面上之差異 .....	146
表 4-3-18 教保人員人際關係在生命態度整體及分層面上之差異 .....	148
表 4-3-19 教保人員個人背景變項在生命態度各層面之綜合摘要表 .....	149
表 4-3-20 教保人員談論死亡議題別在生命態度整體及分層面上之差異 ....	151
表 4-3-21 教保人員有無重病患者在生命態度整體及分層面上之差異 .....	152
表 4-3-22 教保人員生命教育研習時數在生命態度整體及分層面上之差異 ..	154
表 4-3-23 教保人員個人環境變項在生命態度各層面之綜合摘要表 .....	154
表 4-4-1 教保人員靈性健康與生命態度之相關 .....	157

## 圖 次

圖 3-1-1 研究架構圖 .....	68
圖 3-4-1 「教保人員靈性健康與生命態度之探討」研究流程 .....	90

# 第一章 緒 論

本研究旨在探討教保人員靈性健康與生命態度的相關情形。本章分為四節，第一節研究背景與動機；第二節研究目的；第三節待答問題與研究假設及第四節名詞解釋。

## 第一節 研究背景與動機

生命的來臨，帶來了無限的希望，生命的成長背負著許多不同期待。每個孩子都是父母心中的一塊寶，為了讓孩子們能有一個快樂的童年，家長們會為孩子規劃學習，讓孩子參與有助於發展身心靈健康的活動，協助孩子能更愉快的成長（鄭璿宜，2009）。人的一生中，一定會經歷生老病死、悲歡離合的種種歷程。而生命本身就是一種過程，從出生到死亡的過程，有快樂、有悲傷；有成功、有失敗；有得意、有挫折。當一個人成功、快樂、得意的時候，會覺得生命是充滿希望的、有活力的；但當面臨失敗、悲傷、挫折時，人們又要用何種態度來面對呢？西方思想家海德格指出，人的存在是一種「向死亡的存有」。人一生下來就步向死亡，生是偶然，死是必然，人必須在死亡的陰影中展開人生的規劃和過程。也就是生命是有限的，在有限的生命中，即使面對失敗、悲傷、挫折，也應該要有正向的態度來面對生命。

近來不時從電視新聞中傳來自殺、自我傷害、傷害他人、暴力事件...等訊息，實在令人聞之鼻酸，我們的社會發生了什麼問題，導致這些人選擇了這樣的方式？而這也讓我們思考著該如何避免類似事件一而再的發生；為導正這樣的問題，必須從重視生命、尊重生命與關懷生命來著手。研究者認為應從幼稚教育開始隨機教學，從作中學，讓孩子擁有正確的態

度及人生觀，將減少學童自傷、他傷及自殺的問題。

教師在傳教、授業、解惑之外，被賦予許多期待，同時教師也是幼兒的學習典範之一，更是影響幼兒心靈的重要角色，若是教師擁有良好的生命態度，可以在教學活動中，傳達對生命的正面態度與面對挫折時的積極態度，將有助於幼兒日後態度及品格的養成。一位有積極心態的老師，才能教出有積極心態的學生，位於教學最前線的教師，更是決定孩童生命態度陶冶的關鍵。人一旦能自我醒覺，就能自愛、自動自發，也能展現他的人生，喜歡自己、肯定自己、實現自己」。身為一位教師，心中抱持著什麼樣的態度，會透過教學的過程影響學生，教育的目的在於引導學生向上、向善發展，教導學生認識自己，實現生命的光輝，發揮生命的潛能。

教保人員是幼稚教育推動的最直接的工作者，有身心健康的老師，才會教導出身心健全的學生。釋慧開（2004）也認為老師要學習「慈悲」與「包容」，同時還要能夠認知「人生的意義不在於結果，而是如何在學習過程當中好好的去探索與體會，讓自己的內在生命可以不斷地成長」，以及「所學的東西可以貢獻發揮出來」。所以當老師要有自己的教學信念及中心思想，不要輕言放棄學生，學生逐漸成長時便能體會到老師的用心，其行為及價值觀也會轉變，並會將教師的言行逐漸內化成自己的行為。

靈性是維持健康、生活品質及調適疾病的重要因素，尤其對於提昇生活的品質更加有正面積極的效果，一位靈性健康的教師會願意選擇超越現況，當他超越後會對目前及未來的生活感到滿足，更能保持內心的平和而覺得擁有正向態度，就能對教育做出更大的貢獻。面對近年來教育環境改變，瞭解當前教保人員的靈性健康和生命態度的現況是本研究的研究動機。

靈性是我們的內在生命，是全人的本質。而靈性也會因為缺乏開啟而沒落，許多社會亂象皆根源於「最深層的靈性疏離及匱乏」（邱淑芬，2002）；因為不覺得與自己、與他人、與生命有何關聯，導致自我疏離、感覺孤獨、缺乏生活的目的和人生的意義，因此帶來失望、害怕、煩躁不安，慢慢地引發健康問題（蕭

雅竹，2002)。靈性是較抽象的名詞，靈性健康是較具體可測量的。靈性健康指的是一種力量，是一種資源，可以協助個體藉由不斷的超越，實踐屬己的生命意義(蕭雅竹、黃松元，2005)。靈性是人性中最高的一程需求，若靈性需求匱乏，學生將無法尋找到生命的意義及自我超越，若有好的靈性健康讓隨時保持內心平和與擁有正向的生命態度並提升生活品質，體驗超越自我的感受。

身為一位教保人員，心中抱持著什麼樣的態度，將透過教學的過程影響學生，而教育的目的在於引導學生向上、向善發展，教導學生認識自己，實現生命的光輝，發揮生命的潛能。現代的人對生命不知尊重與珍惜，缺乏挫折容忍力，往往經不起一丁點失敗、挫折與打擊，就輕易傷害自己，甚至傷害別人；輕者自暴自棄，重者可能結束自己珍貴的生命；甚至危害他人的生命，做出叫人遺憾且讓身旁的親人傷心不已的事來，這樣的事件層出不窮，每隔幾天在社會版上總會刊登類似的社會案件。

研究者曾於幼稚園任教，對與幼教工作充滿熱忱與使命感，故特別關懷教保人員的靈性健康與生命態度。

## 第二節 研究目的

本研究為瞭解教保人員靈性健康與生命態度之探討，其目的如下：

- 一、探討教保人員靈性健康及生命態度。
- 二、探討教保人員個人背景變項、環境變項靈性健康之差異。
- 三、探討教保人員個人背景變項、環境變項生命態度之差異。
- 四、探討教保人員靈性健康與生命態度的相關。

根據研究結果提出建議，供有關單位參考。

### 第三節 待答問題與研究假設

依據研究目的，以下將要探討所衍生的相關待答問題以及其研究假設。

#### 壹、待答問題

基於研究動機與目的，本研究擬進一步針對下列問題加以探討：

- 一、教保人員靈性健康現況為何？
- 二、不同背景變項之教保人員與靈性健康關聯為何？
- 三、教保人員生命態度現況為何？
- 四、不同背景變項之教保人員與生命態度關聯為何？
- 五、靈性健康與生命態度的關聯為何？

#### 貳、研究假設

**假設一、不同個人背景變項的教保人員在靈性健康整體層面及其分層面上有顯著差異。**

- 1-1 教保人員性別在靈性健康整體層面及其分層面上有顯著差異。
- 1-2 教保人員學校別在靈性健康整體層面及其分層面上有顯著差異。
- 1-3 教保人員有無合格教師證在靈性健康整體層面及其分層面上有顯著差異。
- 1-4 教保人員學歷別在靈性健康整體層面及其分層面上有顯著差異。
- 1-5 教保人員年齡在靈性健康整體層面及其分層面上有顯著差異。
- 1-6 教保人員任教年資在靈性健康整體層面及其分層面上有顯著差異。
- 1-7 教保人員婚姻狀況在靈性健康整體層面及其分層面上有顯著差異。
- 1-8 教保人員宗教信仰在靈性健康整體層面及其分層面上有顯著差異。
- 1-9 教保人員子女人數在靈性健康整體層面及其分層面上有顯著差異。

1-10 教保人員家庭氣氛在靈性健康整體層面及其分層面上有顯著差異。

1-11 教保人員人際關係在靈性健康整體層面及其分層面上有顯著差異。

**假設二、不同環境變項的教保人員在靈性健康整體層面及其分層面上有顯著差異。**

2-1 教保人員談論死亡議題別在靈性健康整體層面及其分層面上有顯著差異。

2-2 教保人員有無重病家人在靈性健康整體層面及其分層面上有顯著差異。

2-3 教保人員生命教育研習時數在靈性健康整體層面及其分層面上有顯著差異。

**假設三、不同個人背景變項的教保人員在生命態度整體層面及其分層面上有顯著差異。**

3-1 教保人員性別在生命態度整體層面及其分層面上有顯著差異。

3-2 教保人員學校別在生命態度整體層面及其分層面上有顯著差異。

3-3 教保人員有無合格教師證在生命態度整體層面及其分層面上有顯著差異。

3-4 教保人員學歷在生命態度整體層面及其分層面上有顯著差異。

3-5 教保人員年齡在生命態度整體層面及其分層面上有顯著差異。

3-6 教保人員任教年資在生命態度整體層面及其分層面上有顯著差異。

3-7 教保人員婚姻狀況在生命態度整體層面及其分層面上有顯著差異。

3-8 教保人員宗教信仰在生命態度整體層面及其分層面上有顯著差異。

3-9 教保人員子女數在生命態度整體層面及其分層面上有顯著差異。

3-10 教保人員家庭氣氛在生命態度整體層面及其分層面上有顯著差異。

3-11 教保人員人際關係在生命態度整體層面及其分層面上有顯著差異。

假設四、不同環境變項的教保人員在生命態度整體層面及其分層面上有顯著差異。

4-1 教保人員談論死亡議題別在生命態度整體層面及其分層面上有顯著差異。

4-2 教保人員有無重病家人在生命態度整體層面及其分層面上有顯著差異。

4-3 教保人員生命教育研習時數在生命態度整體層面及其分層面上有顯著差異。

假設五、教保人員靈性健康與生命態度有顯著相關。

5-1 教保人員靈性健康整體層面與生命態度整體層面有顯著相關。

## 第四節 名詞釋義

本研究所欲探討的主題，研究者參考各種文獻後，引用文獻中名詞釋義所擬定個人操作行定義，作為名詞界定所列。

### 壹、教保人員

目前擔任公私立幼稚園之教師（包含下述人員），皆為本研究之研究對象。

#### 一、合格教師

依據幼稚教育法中規定幼稚園教師需專科以上學校有關係、科畢業者或高級中等以上學校畢業，曾修習規定之教育學科及學分者，且依規定取得幼稚園教師資格者（幼稚教育法，2003）。

#### 二、保育員

經教育部認可之國內外大學及科技大學，幼兒教育系、幼兒保育系相關系所畢業，未取得幼教師資格者（兒童教育及照顧法草案總說明，2007）。

### 三、助理保育員

國內高級中學以上且就讀幼兒保育相關科系畢業(兒童教育及照顧法草案總說明, 2007)。

### 貳、靈性健康

靈性健康是一種能統合個人身心、社會、智能與健康, 確認個人人生與目的, 並與自我、他人、外在環境建立互動關係的核心狀態, 不僅是一種強烈穩固的價值與信念系統 (Banks, Poehler, & Russell, 1984), 也是一種協助個體不斷超越以實踐生命意義的力量。

本研究所指之靈性健康係由研究者參考並修訂陳慧姿 (2007) 之工具編訂而成之「高級中等學校教師靈性健康量表」之分數來評估, 該量表包括超越逆境、與人締結、宗教寄託、活出意義與感懷自然等五層面。

### 參、生命態度

生命態度是指一種人們對生命有關的人、事、物, 傾向如何感覺, 如何行動的描述 (謝曼盈, 2003)。

本研究所指之生命態度係指由研究者參考並修訂由許孟琪 (2007) 之工具編製而成「教保人員生命態度量表」之分數來評估, 量表包括理想、生命自主、愛與關懷、存在感、死亡態度、生命經驗等六個層面, 。

## 第二章 文獻探討

本章主要根據前面之研究動機與目的，將國內外生命態度與生命教育相關文獻加以整理、歸納與分析，以作為研究架構之依據，並對研究主題有更深入的了解與確認。本章共分為三節，第一節為靈性健康的意涵與相關研究；第二節為生命態度內涵與相關研究；第三節為靈性健康與生命態度相關文獻探討。

### 第一節 靈性健康的意涵與相關研究之探討

本節將探討靈性健康的意涵、靈性健康的測量，以及靈性健康的相關研究。

#### 壹、 靈性的意涵

靈性 (spirituality) 源自於拉丁文字根spiritus，英語的spirit，有心、靈魂、精神、活力、力氣等意思，最初是精氣之意，堪稱是生命力的核心 (Deeken, 2003)。「靈性」似乎是抽象的、非語言、非規則的，較難界定出具體的定義 (楊克平, 1998)。廿世紀後，愈來愈多的美國心理學家咸認為心靈是屬於人性的一個層次 (陳德光, 2004)，例如：Maslow (1968) 意識到人本主義所提倡的「自我實現」，容易導致過度強調自我，造成狹隘且流於自私或唯我的主義，故主張自我實現不能成為人的終極目標，人如果缺乏「超越」的以及「超個人」的層面，很容易陷入殘暴、空虛、無望與冷漠。因此，需要「比我們更大的東西」，也就是「靈性」來激發人的敬畏之情；Frankl (1969) 認為「我們不能忽略靈性層面，因為那是人之所以為人之處」；May (1985) 認為「人之所以為人，正因他屬於自然與靈性兩個國度」。

近年來經由相關研究的努力，已經逐漸勾勒出靈性的意涵。例如，Bensley (1991) 則進一步解釋靈性定義包含：一種生命達成的感覺、一種社會與自己的價值與信念、生命的圓滿、安適的重要因子、一種至高無上的力量或是神的力量、透過靈性互動獲致有意義的人生。因此，靈性健康可以涵蓋與人締結、活出生命意義、超越困境、宗教寄託及明己心性等層面，是一種力量也是一種資源，可以協助個體藉由不斷的超越，實踐屬己的生命意義（蕭、黃，2005）。黃淑貞（2005）亦指出靈性是個人內在的自我觀照與上天關係的感知，察覺事實的本質及自己的本真，使得自己的自我更整合，讓自己意識到與外面世界緊密的關聯。

Hawley於1993年在其《喚醒工作中的靈性》一書中指出靈性是我們內在的一部份，其超越肉體及頭腦、超越對食物與肉體的需求、超脫情感、激情與慾望、記憶與健康發展，可以說是我們超脫一切的內在本質及真正的自我（引自李昱平，2005）。靈性也被認為是藉著體悟人性，而意識到自己的存在及超越的感覺，知道自己活著及超越的目的，以及人要為誰或為何而活。扼要的說就是以自己或他人生活的經驗來探索、追尋個人生命的意義，以超越生理與心理的限制，並能統整個體的生理、心理和社會環境（杜明勳，2003）。

1969年Frankl認為，人具有身體、心理及靈性三種層面，這三層次整合才能使人完整，因此，我們不能忽略靈性層面，因為那是人之所以為人之處（引自毛新春，1997）。Maslow認為靈性生活是存在本質的一部份，人性缺少了它，便不再是完整的人性，於是在1969年開始修正其需求理論，將靈性需求加入其中，強調靈性需求就如同生理及心理的需求一樣重要，且是人類最高層次之需求（引自毛新春，1997）。楊克平（2006）認為人是身、心與靈的整合體，靈性則是一個人內在的資源所在，它引導著一個人的思、言與行為；深遠的影響著身、心的健康。靈性可經由體悟人生的目的、個人的價值系統、個體與內外存在的關係，以及對人之所以為人、我們的存在、愛的存在等深層經驗的探索，而達成一種生命圓滿的感覺（廖愛華、賴秋絨，1999）。

卓妙如(2002)在其兒童及青少年靈性需求評估中,提到靈性是包含了生命及存在的意義與目的、個人生命中認為最有價值的事物、信念與標準、能超脫個人經驗層面而充滿希望、熱情、愛與寬恕,能與自己、他人、神建立互動關係。鄭彩鳳和黃柏勳(2003)在其學習型組織的靈性內涵初探及其對學校經營的啟示中,定義靈性為:「生命存在的本質與真正的自我,能超越並統合生理、情緒、理性的層面。經由靈性的體驗與需求,能激起個體不斷超越自我、向上提升,並與他人、環境、世界建立關係,進而體認生命的本質與意義,而達到圓滿的境界。」

由此可知,靈性是一個人最核心、最深層的部分,也是一種與生俱來,能維繫自我與自我、自我與環境、自我與宇宙或至高無上力量之間和諧關係的力量,更是個人在人生過程中自我超越以體會人生意義與價值的過程,此過程將有助於認同生命的意義與目的。

## 貳、 靈性健康的意涵

根據1948年WHO對健康所下的定義為:「健康是身體、心理和社會的完全幸福安適的狀態,不僅是沒有疾病或不衰弱而已。」其後陸續有學者認為此定義不夠完整,紛紛提出其他健康層面(Cottrell, Girvan, & McKenzie, 1999)。綜合其他學者的意見,Ewles與Simnett(1999)提出六個層面的健康概念,包括身體、心理、情緒、社會、靈性和社會結構,靈性健康對某些人而言是與宗教信仰習慣有關;但也有人認為靈性健康是個人行為的原則和信念,以及個人為達到心靈和自我平靜的方法。

學者認為健康應包含靈性健康(spiritual health),例如Cottrell等人(1999)認為,健康應涵蓋生理、心理、社會、情緒、靈性等五個層面。Ellison(1983)指「靈性健康」是個體擁有發展靈性本質的一種潛能,一種能確認個人人生之目的與生命意義,能學習活在當下,可以感受愛、喜悅、平靜與成就感,可以成就他人與自己,並與自我、他人、外在環境建立互動關係的核心,形成一

種強烈穩固的價值與信念系統（引自李昱平，2005）。在此狀態下，個人不僅能豁達地看待自己，也能積極貢獻自己，普渡他人（劉淑娟，1999）。

靈性健康可說是健康的核心，是個體擁有發展靈性本質的一種潛能，能確認自己生命的意義與目的，可以感受愛、喜悅、平靜與成就感；是一種能統合個人身心、社會、智能與健康，確認個人的人生方向與目的，並與自我、他人、外在環境建立互動關係的狀態；也可說是一種強烈穩固的價值與信念系統，協助個體不斷超越以實踐生命意義的力量。靈性健康也可說是一種靈性安適的狀態，使個人能豁達地看待自己，並對目前及未來的生活事物感到有意義（引自李昱平，2005）。靈性是人性的基本，靈性是健康個體所必備的特質，靈性健康和生理、情感和精神有關。靈性健康可以帶動社交、身體、情緒和智力的健康，而且彼此之間也會互相影響，因此若不重視靈性的層面，就無法構成完整的健康層面，所以靈性健康在全人整體健康上扮演很重要的角色。

靈性健康除了可促進其他層面的健康之外，靈性越豐沛或者說靈性越健康者，其追求意義與超越自我或外在環境的力量也較堅強。許多論述或研究也發現個體在身體罹患病痛，或者情緒、心理與社會層面上遭逢重大挫折與苦難時，卻反而更加激勵與淬煉其意義感與尋獲克服苦難之道，進而恢復其身心的健康或者願意坦然接受死亡而得到靈性平安（余德慧、石佳儀，2003；張利中，2002）。根據 Banks（1980）和Banks, Poehler 與Russell（1984）的研究，使用改良的德懷術（Delphi Technique）搜集靈性定義資料，大多數的衛生教育者均認為健康有靈性的層面，依所搜集的資料，建構出靈性的定義必須包含以下的四個部分：

- 一、靈性是與生俱來的，是一種統合個人的力量。健康的靈性層面是其他健康層面的核心（身體的、智能的、情緒的、社會的）。因此，就個人整體健康狀態而言，靈性扮演一個決定性的角色。
- 二、靈性有助於認同生命的目的和意義。
- 三、靈性是人與人之間共通的結合力量，包括與神的聯繫（終極關懷和宇宙力量）、無私關懷他人、規範個人行為的原則或道德。

四、靈性是個人的感受力和信念，包括天體運行以及對超自然和無形力量的認知和看法。

由於 Banks(1980)和Banks 等人(1984)並未發展靈性測量工具，因此Howden在1992 根據以上定義發展靈性評估量表（SpiritualityAssessment Scale；SAS），其靈性健康包括四個關鍵性的向度—

一、生命的目的和意義（Purpose and Meaning in Life）

一個尋找或發現某些事件或關係的過程。此過程可以提供價值感、希望感、與（或）生命（生存）動機。

二、內心的應變力（Innerness or Inner Resources）

一個努力或發現整體、本體和充能感的過程。在處理生活不確定事物時，不論身處危機、平靜或沉著時，內心的應變力可顯示出其效力。

三、天地萬物的一體感（Unifying Interconnectedness）

個人與他人有關係或連接的感覺；個人與所有生命體的關聯感；個人與他人的和諧感；以及個人與宇宙、宇宙環境或宇宙生物的同—感。

四、超越性（Transcendence）

能達到或超脫被平常經驗限制的一種能力；能克服或戰勝身體或精神狀況的能力、意願或經驗；或是能實現幸福安適與（或）自我治療的能力。

Howden在1992年提出一個靈性健康的個體，應具備下列四種內涵（引自黃惠貞，2002）：

一、能追尋生命的目的和意義：這是一個尋找或發現某些事件或關係的過程。此過程可以提供價值感、希望感、與（或）生命（生存）動機。

二、擁有內心的應變力：在處理生活不確定事物時，不論身處危機、平靜或沉著時，都能展現其內心的應變力以為因應。

三、能有天地萬物的一體感：個人與他人或所有生命體乃至宇宙、宇宙環境有和諧關係或連接的感覺。

四、具超越性：能達到或超脫被平常經驗限制的一種能力；能克服或戰勝身體或

精神狀況的能力、意願或經驗；或是能實現幸福安適與（或）自我治療的能力。

劉淑娟（1999）認為靈性健康是一個人能對其目前及未來的生活事物感到有意義與目的的狀態。在此狀態下，個體能在奮鬥與苦難中發掘生命的意義、擁有明確的世界觀及信念系統並能據此建構道德或價值的核心、能與自我及他人與自然間有良好關係，具有信任和正直等特質，亦能擁有正向的自我概念以協助自我或他人完整開發潛能。

另外 Fisher, Francis 與 Johnson（2000）對於靈性健康的特性歸類有不同的看法，他們認為靈性健康的四個層面依序為個人與自己、個人與社區、個人與環境以及個人與神祇的關聯，並將靈性健康分為下列四個層面（引自黃惠貞，2002）：

- 一、個人的安適（Personal Wellbeing）包括生命的意義、目的和價值。靈性可促進自我覺察，與自尊、自我認同有關。
- 二、社區的安適（Communal Wellbeing）為人際關係的品質和深度，與道德和文化有關，包括人性中的愛、正義、希望和忠誠。
- 三、環境的安適（Environmental Wellbeing）包括對於大自然的培育、天地萬物的敬畏和讚嘆，也就是與環境和諧共存的概念。
- 四、超越性的安適（Transcendental Wellbeing）為個人與未知力量（終極關懷、宇宙力量或上帝）的關係，包括對宇宙奧秘來源的信仰、崇拜和敬仰儀式。

綜觀各學者對靈性健康的論述，研究者提出「靈性健康」是一種靈性安適的狀態，在此狀態中個人不僅能認同他人存在的意義與價值，也重視並致力於人際關係的營造，或從宗教信仰及參與宗教活動中得到心靈的寄託與庇祐，同時亦能把生命的視野放寬、放遠，並透過面對、轉念、接納及尋求協助等方式，以超越現存的逆境，激發個體潛能、獲得自我成長。靈性是每個人與生俱來的能力，值得我們用心去學習超越自我，促使我們建立更寬廣的知識與愛，但是靈性的經驗卻是一般人無法刻意去求取，因為靈性是一種能量整合的狀態。靈性健康其實是

一種人能面對任何情境時能泰然處之的狀態。一般而言，靈性健康的人能認同他人存在的意義與價值，也重視並致力於人際關係的營造，或從宗教信仰及參與宗教活動中得到心靈的寄託與庇佑，面對宇宙及大自然時能心存敬畏與感恩，並用虔敬態度從中體驗，以尋求個體心靈之安適，並能激發及超越自我潛能，建立和諧的天人關係，同時亦能把生命的視野放寬及放遠，不會受限於當下的順境與逆境。若處於逆境時，能透過面對問題、轉換想法、接納結果及尋求他人的協助等方式，以超越現存的逆境，激發個體潛能，並能從逆境的過程中，獲得了自我成長。

## 參、 靈性健康的測量

由於靈性健康的重要性已漸受各界重視與肯定，近年來已有量性評量工具嘗試建構出靈性健康的內涵並據以評量受試對象的靈性健康狀態。

靈性是「尋求意義」的(趙可式，1998)，可憑藉著與自我、他人、生活事件、環境的對話以及自我實現，來體驗靈性的呼喚，在互動中傳達靈性的能量，進而化為行動使其展現(鄭彩鳳、黃柏勳，2004)。

### 一、國外的靈性健康量表

#### (一) Howden 靈性評估量表(Spirituality Assessment Scale; SAS)

Howden (1992) 根據Banks (1980) 和Banks 等人(1984) 的定義，發展出「靈性評估量表」(Spirituality Assessment Scale, SAS)，共計有28題，將靈性健康建構出四個層面，如下：

##### 1. 生命的目的和意義 (Purpose and Meaning in Life)

意指一個尋找或發現某些事件或關係的過程，追尋的過程可以提供價值感、希望感與生存的動機。

##### 2. 內心的應變力 (Innerness or Inner Resources)

發現整體、本體和充能感的過程。在處理生活不確定事物時，不論

身處危機、平靜或沉著時，內心的應變力可顯示出其效力。

### 3. 天地萬物的一體感 (Unifying Interconnectedness)

個人與他人有關係、連結與和諧感的感覺；個人與環境、宇宙或宇宙生物的同一般。

### 4. 超越性 (Transcendence)

能達到或超脫被平常經驗限制的一種能力；能克服或戰勝身體或精神狀況的能力、意願或經驗；或是能實現幸福安適與自我治療的能力。

## (二) McSherry與Ross研發的靈性評估工具

McSherry與Ross (2002) 進一步將靈性評估工具分為：直接詢問、指標性工具、審核性工具與價值澄清工具等四種評估方式，前三種方式應用在醫院，用以評估病患靈性狀態或審核工作人員應用靈性於病患之概況。價值澄清工具則在研究與教育領域應用較廣，通常以李克特 (Likert scales) 方式評估靈性狀態，可以快速簡便地了解研究對象對靈性價值觀及概念。這種評估方式，在靈性教育或研究領與的應用，十分具有價值 (引自蕭雅竹，2003)。

## (三) Allport與Ross發展的宗教導向測量

靈性健康的測量是以個體對宗教虔誠、熱愛和參加宗教活動的頻率來評斷，該量表是由Allport與Ross (1967) 發展的宗教導向測量，其量表的兩個面向分別為內發性宗教取向 (intrinsic religious orientation) 和外發性宗教取向 (extrinsic religious orientation)。但是上述量表僅透過宗教角度對靈性健康進行評估。

## (四) Paloutzian與Ellison的靈性安適量表 (Spiritual Well-Being Scale)

靈性不僅只侷限在宗教活動上，所以Paloutzian與Ellison (1982) 開始研究宗教層面以外的靈性測量，其所發展的靈性安適量表 (Spiritual Well-Being Scale; SWBS) 是現今最常被使用的量表。此量表根據Moberg與Brusek提出的靈性健康模式，此模式的靈性健康有兩個層面，垂直層面

為個人與神祇互動的品質，稱為宗教的安適(Religious Well-Being; RWB)；水平層面為個人對生命目的和滿意度的看法，稱為存在的安適(Existential Well-Being; EWB)。

#### (五) Fisher等的靈性量表(Spiritual Health in Four Domains Index; SH4DI)

Fisher, Francis與Johnson (2000)所發展的靈性量表(Spiritual Health in Four Domains Index; SH4DI)將靈性分類為個人與自己、個人與社區、個人與環境以及個人與超自然力量的相互關係等四個層面。

## 二、國內的靈性健康量表

### (一)大專生的靈性健康、知覺壓力與憂鬱之調查問卷

黃惠貞(2002)以包含「生命的目的和意義、內心的應變力、天地萬物的一體感及超越性」等四個分量表的「靈性評估量表」(SAS)，調查二專一、二年級以及五專四、五年級共373位學生關於靈性健康的狀態，發現其雖然能感受到生命的意義和目標，但對於自我實現的分數則較低；認為自己擁有內心的應變力，但對於是否能賴以度過艱困時刻則信心較低；具有強烈認同和諧人際關係的重要性，但對社區、其他生物體和自然環境的一體感則相對較低；認為自己能克服身心狀況的變化，但在受挫時仍會感到受時空環境限制，並且懷疑生命的正向積極意義。

### (二)護理學生使用之靈性健康量表

蕭雅竹(2003)為了突破以宗教為主的傳統評估方式、發展具本土化且適合護理學生使用之靈性健康量表，其參考Paloutizan與Ellison在1983年發展之靈性安適量表、Howden在1992年的靈性評估量表、Vella-Brodrick與Allen在1995年發展的精神、身體與靈性三合一安適量表中之靈性安適部分、Hungelmann, Kenkel-Rossi, Klassen與Stollenwerk在1996年發展之

靈性安適量表、Hatch, Burg, Naberhaus, 與Hellmich在1998年發展之靈性信念量表，編製成「靈性健康量表」。該量表之內涵包括「與人締結」、「活出意義」、「超越逆境」、「宗教寄託」、「明己心性」等五個向度。

#### (三) 高中女生使用之靈性健康量表

黃淑貞(2005)根據Paloutzian & Ellison在1983年靈性安適量表與Howden在1992年之靈性評估量表，自編成「靈性健康量表」，其內涵包括「自我與自我」、「自我與他人」、「自我與環境」、「自我與神」等四個向度，體認到生活週遭的生態和對大自然的環境保護與我們息息相關；且在團體中有歸屬感；願意接受挫折並心甘情願接受它，且視自己的存在是有價值的。

#### (四) 高中職學生使用之靈性健康量表

李昱平(2006)參考蕭雅竹在2003年發展具本土化且適合護理學生使用之靈性健康量表，修改成包含「超越逆境」、「與人締結」、「親情支持」、「宗教寄託」、「活出意義」等五個面向來探討高雄縣高中職高二學生的靈性健康。

表 2-1-1 靈性健康測量工具彙整表

	作者	年代	適用對象	評估內容
質性評估	Stoll	1979	醫院病患	訪談指引 1. 個人對上帝或神的概念 2. 個人力量與希望的來源 3. 個人有意義的宗教活動或儀式 4. 自身信念與健康之間關係的評價
質性評估	胡文郁 邱泰源 釋惠敏 陳慶餘 陳月枝	1999	癌症病患	訪談指引： 1. 您心中對神或宗教信仰的看法或概念是什麼？請您敘述宗教或心中的神對您的人生的意義與影響是什麼？您信仰的宗教或心中的神對您有哪些幫助？ 2. 您如何從事您的宗教信仰、儀式或活動？哪些宗教書籍、象徵對您有幫助？當您無法像往常一樣參與宗教活動時，您內心有什麼感受？ 3. 您信仰的宗教或心中的神與您罹患癌症的關係是什麼？當您罹患癌症不可治癒時，您的信仰或宗教儀式，受什麼影響？ 4. 人生中影響您最大的人、事、物是什麼？他們能提供您什麼樣的協助？您感受到人世間的愛與關懷有哪些？目前您自覺與他人的人際關係為何？ 5. 當您有需要時，您需要哪些人的幫助？他們能提供您什麼樣的協助？您感受到人世間的愛與關懷有哪些？目前您自覺與別人的人際關係如何？ 6. 您個人對生活所抱持的態度是什麼？您個人的人生價值與信念是什麼？您覺得自己
質性評估	Govier	2000	醫院病患	5RS 的靈性評估大綱： 1. 理由與反思(reason and refl ti)——對找尋或發現人生意義的目的、活著的希望與理由、探索與深思人存在的意義。 2. 宗教(relion)——被視為靈性表露的一種途徑，因為靈性的表露透過有架構的價值與信念。 3. 關係(relatihip)——與己身、他人、神的關係，與對環境的珍惜。 4. 修復(rest ati)——靈性對身體健康的影響。

(續下頁)

表2-1-1 靈性健康測量工具彙整表 (續)

作者	年代	適用對象	評估內容
質性評估	Tongprateep	2000 醫院病患	訪談指引： 1. 靈性對你的意義是什麼？ 2. 什麼樣的經驗讓你想到靈性？ 3. 告訴我關於你小時、成年及目前靈性的改變。 4. 什麼樣的靈性資源，對你而言是主要的？ 5. 宗教或靈性活動如何協助你維持健康？
量化測量	Allport & Ross	1967	宗教導向測量(Religious Orientation Measure)，其量表的兩個面向分別為內發性宗教取向(intrinsic religious orientation)和外發性宗教取向(extrinsic religious orientation)。這是第一個評估靈性的量表，僅透過宗教角度進行探討。
量化測量	Paloutzian & Ellison	1982	靈性安適量表(Spiritual Well-Being Scale, SWBS)，包含2個分量表，宗教安適量表(Religious Well-Being Scale, RWS)10題、存在安適量表(Existential Well-Being Scale, EWS)10題。
量化測量	Howden	1992	靈性評估量表(Spiritual Assessment Scale, SAS)，含有四部份，共28題，從因素分析定義出：生命的目的與意義、內在資源、締結、超越等四個主要因素。
量化測量	Vella-Brodrick & Allen	1995	身心靈合一量表，分為身體健康量表、心理健康量表與靈性健康三個分量表。

(續下頁)

表2-1-1 靈性健康測量工具彙整表(續)

	作者	年代	適用對象	評估內容
量 化 測 量	Hungel mann , Kenkel -Rossi , Klasse n & Stolle nwerk	1996		JAREL靈性安適量表(JAREL spiritual Well-Being Scale) 從因素分析定義出靈性安適的三個主要成分 1. 信仰/信念層面 2. 生命/自我責任 3. 生命滿意/自我實現
量 化 測 量	Hatch, Burg, Naberh aus & Hellmi ch	1998	醫院 病患	靈性涉入與靈性信念量表，適用於家庭醫學科門診 病人的靈性評估，共有26題。
量 化 測 量	McSher ry & Ross	2002		靈性評估工具分為：直接詢問、指標性工具、審核 性工具與價值澄清工具等四種評估方式。
量 化 測 量	蕭雅竹	2003	護專 學生	靈性健康量表包括：與人締結、活出意義、超越逆 境、宗教寄託、明己心性等五個向度。
量 化 測 量	蕭雅竹	2003	護專 學生	靈性健康量表包括：與人締結、活出意義、超越逆 境、宗教寄託、明己心性等五個向度。

表2-1-1 靈性健康測量工具彙整表(續)

	作者	年代	適用對象	評估內容
量 化 測 量	蕭雅 竹、黃 松元	2005	護理 學生	靈性健康量表包括：與人締結、活出意義、超越逆境、宗教寄託、明己心性等五個向度。
量 化 測 量	黃淑貞	2005	高中 生	靈性健康量表包括：自我與自我、自我與他人、自我與環境、自我與神等五個向度。

資料來源：摘自張淑萍(2008：32-33)、陳慧姿(2006:22-23)；研究者增編

綜合上述，本研究認為就靈性健康的關係面向而言，包括「與自己、他人、環境（自然）、宗教或神社、宇宙中神秘或超自然力量」等向度，其內涵包括：「意義、超越性、人際關係、與環境、宗教信仰、宇宙的聯繫」等層面。本研究參考國內相關工具之內涵，並認為與自然環境的關係是靈性健康為重要的層面，因此本研究特加入「感懷自然」的層面，共包括「超越逆境」、「與人締結」、「活出意義」、「宗教寄託」與「感懷自然」等五個層面來編製「靈性健康量表」題項。

#### 肆、靈性健康的相關研究

國內外針對教保人員所進行的靈性健康相關研究甚為少見，多數均以癌症病人、精神病患、老年人或酗酒者為研究對象，並探討其靈性狀態或靈性照護對其身心狀況之影響，使本研究結果可與過去文獻比較、討論。

國內已有幾篇以學生為研究對象（李昱平，2006；黃淑貞，2005；黃惠貞，2002；蕭雅竹，2003），以及以教師為對象（張美玲，2007）。探討的背景變項有性別、年齡、宗教、出生排行序、家庭資料、父母社經地位與重大生活事件等。

蕭雅竹（2003）以包含「與人締結、活出意義、超越逆境、宗教寄託及明

己心性」等五個分量表來了解471位18至25歲女性護理學生的靈性健狀況，研究結果顯示研究對象得分最高的分量表是「與人締結」，總分平均為47.12分，最低的是「宗教寄託」，總分平均為20.10分，其原因乃在青年期已經慢慢從個人的自我認同的滿足感轉移到互惠的人際關係，從互惠的人際關係中體認重視他人的重要性、學習不自私，因此會特別重視人際關係，用成熟的態度營造自己的社會網絡。但因青春對宗教活動或宗教信仰是比較不拘形式的，且對靈性成長的追求更甚於對宗教的熱衷，認同也接受宗教或是超自然力量存在的可能性，希望把宗教當成心靈的寄託，並得到宗教的庇祐。整體來說，研究對象之全量表總平均分數為179.64分，屬於高得分，表示其靈性健康狀態頗佳。

黃淑貞(2005)以包含「自我與自我、自我與他人、自我與環境、自我與神」等四個分量表，研究1217位高中一、二、三年級女學生的靈性健康，結果發現在四個分量表中自我與環境的平均分數4.74最高；其次是自我與他人，平均分數為4.22分；最低是自我與神，平均分數是3.5分。這表示高中女生多能體認到生活週遭的生態和對大自然的環境保護與我們息息相關；且在團體中有歸屬感；願意接受挫折並心甘情願接受它，且視自己的存在是有價值的。另外有高達58.1%的人沒有宗教信仰，但在其心中大都有神明的存在。整體來說，總量表的平均數是4.14，顯示高中女生的靈性健康狀態良好。

李昱平(2005)以包含「超越逆境、與人締結、親情支持、宗教寄託及活出意義」等五個分量表，研究高雄縣境內已立案之國立、縣立與私立高級中等學校之高中(含完全中學)、高職、綜合高中日間部二年級學生，採分層叢集抽樣法，經立意取樣抽取樣本數1061人，於問卷施測後獲得有效樣本1058人。結果發現研究對象得分最高的分量表是「超越逆境」，總分平均為31.58分，最低的是「宗教寄託」，總分平均為9.65分。這表示高中學生之靈性健康處於良好的狀態，但普遍對宗教較少認同與依賴；擁有正向的生命態度，但對目標之追尋較不積極；不同背景變項的高中學生在靈性健康及生命態度上大部份具有顯著差異；高中學生的靈性健康整體及各層面與生命態度整體及各層面大部份呈顯著正相關；高中

學生生命態度的四個層面（生命經驗、存在感、愛與關懷、生命自主）對靈性健康具有顯著預測力。整體來說，研究對象之全量表總平均分數為105.59分，屬於高得分，表示其靈性健康狀態頗佳。

在過去文獻中，常與靈性健康一起探討的背景變項有性別、年齡、宗教、出生排行序、家庭資料、父母社經地位、社會支持與重大生活事件等，以下就這些背景變項與靈性健康關係的研究加以探討。

## 一、性別

楊均典（2001）調查精神病人的宗教與靈性的關係，發現精神病人的靈性狀態並不因性別不同而有顯著改變。然黃惠貞（2002）調查大專學生靈性健康，卻發現大專男生的靈性健康優於女生，尤其是在「內心的應變力」和「超越性」兩部份，這可能和傳統上對男性刻板印象或期望有關。李昱平（2006）發現高中女生在「與人締結」和「親情支持」兩層面顯著高於男性學生。以教師為研究對象者，陳慧姿（2007）研究指出，高中教師在與人締結層面，女性教師顯著高於男性教師。張美玲（2007）研究顯示，國中教師在與人締結、宗教寄託、活出意義與感懷自然等層面，女性教師顯著高於男性教師。Highfield(1992)調查癌症病人的靈性健康，發現性別和靈性健康並無顯著相關。

由以上不同的研究結果顯示，性別與靈性健康的相關情形，並未獲得一致性的定論，而且上述研究並未以教保人員為對象進行研究。所以，本研究將進一步探討教保人員性別在靈性健康上是否有顯著差異。

## 二、年齡

Highfield（1992）調查癌症病人的靈性健康，發現癌症病人的年齡和靈性健康呈顯著正相關。黃惠貞（2002）調查大專學生靈性健康，發現年齡和靈性健康無顯著相關。蕭雅竹（2003）針對大專護理科系學生的靈性健康狀態的調查結果顯示，研究對象的靈性健康在年齡、年級等項目（可以歸納為年齡因素）有差異存在。黃淑貞（2005）調查高中女學生靈性健康，發現

年級對靈性健康有顯著影響，年級越高其靈性健康狀態越好，此或與生命經驗與人生閱歷逐漸豐富有關。以教師為研究對象者，陳慧姿（2007）研究指出，年齡越大的高中教師在靈性健康整體層面上感受較顯著但是張美玲（2007）研究顯示，國中教師年齡與靈性健康各層面及整體皆未達顯著差異。

綜合上述研究顯示，國內研究年齡在靈性健康上的差異情形，並未獲得一致性的定論。所以，本研究將年齡作為背景變項，探討教保人員年齡在靈性健康上是否有顯著差異。

### 三、宗教

黃惠貞（2002）調查大專學生均發現，靈性健康與宗教和宗教活動頻率均無顯著相關。楊均典（2001）調查精神病人的宗教與靈性的關係發現，宗教和靈性呈顯著正相關，且基督教和天主教徒的靈性比無宗教信仰者好。蕭雅竹（2003）針對大專護理科系學生的靈性健康狀態的調查發現，宗教類別在靈性健康無統計差異存在；而自認為宗教虔誠度高者的靈性健康得分優於其他分組。黃淑貞（2005）調查高中女學生靈性健康發現，有任何宗教信仰者都比沒有宗教信仰者的靈性健康高，基督宗教又高於佛教與道教信仰者。李昱平（2006）發現高中生有宗教信仰者在「宗教寄託」層面顯著高於無宗教信仰者，而且過去靈性健康多屬於宗教界的研究，大都發現靈性健康者，較能積極地找尋生命的意義並能面對艱難的疾病生活。以教師為研究對象者，陳慧姿（2007）研究指出，高中教師整體靈性健康方面，有宗教信仰者顯著高於無宗教信仰者，且在超越逆境、宗教寄託與感懷自然層面，有宗教信仰者高於無宗教信仰者；張美玲（2007）研究顯示，國中教師在整體靈性健康及靈性健康各層面，除感懷自然層面以外，與宗教信仰達顯著差異，但宗教類別與靈性健康顯著差異不一，但大致上有宗教信仰者高於無宗教信仰。

在針對一般成人的研究結果方面，Kaczorowski（1989）以靈性安適量表為測量工具，提到除了修女外，其他人的存在安適得分高於宗教安適的得

分；但是 Highfield (1992) 調查癌症病人，以及 Howden (1992) 調查189位40-60歲成人之靈性健康與宗教、宗教活動參與的頻率均無顯著相關。

綜合上述研究顯示，國內外學者研究宗教信仰在靈性健康上是否有相關，並未獲得一致性的定論，但大多數研究認為宗教信仰會影響其靈性健康。所以，本研究將宗教信仰作為背景變項，探討教保人員宗教信仰在靈性健康上是否有顯著差異。

#### 四、子女人數

陳慧姿 (2007) 調查研究顯示，不同子女數之高中教師在整體靈性健康並無顯著差異，但是在宗教寄託層面，其子女數二人以上者顯著高於無子女者。張美玲 (2007) 研究結果，不同子女數之國中教師，其整體靈性健康及各層面均無顯著差異。由此可見，不同子女數對教師靈性健康之影響仍未有定見。

#### 五、婚姻狀況

以學生為研究對象者，蕭雅竹 (2003) 發現，大專護理科系學生父母的婚姻狀況和研究對象的靈性健康有顯著差異存在；黃淑貞 (2005) 調查高中女學生靈性健康則發現，雙親家庭者在自我與神層面顯著高於單親家庭者。以教師為研究對象者，陳慧姿 (2007) 研究指出，高中教師婚姻狀況在整體靈性健康並無顯著差異，在超越逆境層面顯示：單身教師顯著高於已婚教師，在宗教寄託層面顯示：已婚教師顯著高於單身教師；但是張美玲 (2007) 研究顯示，已婚國中教師在整體靈性健康顯著高於未婚教師，在超越逆境與宗教寄託層面已婚教師顯著高於未婚教師。

綜合上述研究，婚姻狀況在以學生為研究對象方面，大多認為會影響其家人的靈性健康，但對於研究對象本身之婚姻狀況是否會影響其靈性健康，則尚無一致的研究結果。

#### 六、家人健康狀況

以學生為研究對象者，蕭雅竹 (2003) 研究顯示，大專護理科系學生

父母的健康狀況和研究對象的靈性健康有顯著差異存在；李昱平（2006）發現高中生家人有重大健康問題者，在與人締結和活出意義層面顯著高於家人無重大健康問題者。以教師為研究對象者，陳慧姿（2007）研究指出，高中教師其整體靈性健康與靈性健康各層面與家人健康狀況均無顯著差異；但是張美玲（2007）研究顯示，家人健康狀況對國中教師之整體靈性健康、與人締結層面及活出意義層面是有顯著影響的。其它研究結果尚有：Highfield（1992）調查癌症病人的靈性健康，發現癌症病人之自覺身心狀況和靈性健康呈顯著相關；Howden（1992）調查189位40-60歲成人發現，靈性健康與過去一年內經歷危機事件有顯著正相關；楊均典（2001）研究住院精神分裂患者的支持系統與靈性之關係，結果發現親友、病友、神職人員和醫院工作人員的正向支持與靈性呈顯著正相關。

綜合上述研究結果，家人健康狀況對靈性健康之影響，其研究結果仍有差異性存在。

## 七、其它背景變項

其它背景變項為與教師職業相關者，目前國內以教師為研究對象者僅2篇（陳慧姿，2007；張美玲，2007），茲就其研究結果說明如下：

1. 任教年資：陳慧姿（2007）研究顯示，不同教學年資之高中教師在整體靈性健康並無顯著差異，唯在宗教寄託層面達顯著差異；張美玲（2007）研究指出不同教學年資之國中教師在整體靈性健康與超越逆境層面均達到顯著差異。
2. 不同學校規模：張美玲（2007）研究顯示，任教學校規模不同之國中教師，其整體靈性健康與超越逆境、與人締結、活出意義及感懷自然層面有所差異。
3. 生命教育研習時數：陳慧姿（2007）研究高中教師及張美玲（2007）研究國中教師之結果顯示，研習過生命教育課程之教師在整體靈性健康及各層面均有顯著差異。

綜合上述，影響靈性健康的相關因素中，大致以出生序、父母社經地位、父母婚姻關係、家庭氣氛、社會支持、身心狀況等較為明顯；性別、年齡、宗教、重大生活事件等因素則尚無定論，基於國內仍少有關於教保人員靈性健康之相關研究，因此本研究擬就教保人員的性別、幼兒園別、學歷、年齡、任教年資、婚姻狀況、宗教信仰、子女人數、家庭氣氛、人際關係、死亡議題、家人健康狀況以及生命教育研習時數等變項作探討，以了解變項對教保人員靈性健康的影響。

## 第二節 生命態度內涵與相關研究之探討

生命態度的意義常隨研究者的研究內容不同而有不同的詮釋，同時亦很少有以「生命態度」為主題的論述或研究，僅以所蒐集之生命態度相關文獻，予以分析探討如後。本節擬就生命態度的相關意涵、研究工具與相關研究等三部份加以說明。

### 壹、 生命態度之意涵

#### 一、態度的定義

有關「態度」(attitude)一詞的定義，學者的定義分別敘述如下：張春興(1998)對於態度一辭有以下的定義：(一)指個體對人、對事、對周圍的世界所持有的一種具有持久性與一致性的傾向。此種傾向可由個體的外顯行為去推測，但態度的內涵卻並非單指外顯行為，一般咸認態度包含認知、情感、行動三種成份。(二)態度必有其對象，態度的對象可為具體的人、事、物，也可為抽象的觀念或思想。(三)態度有類化傾向，對某一單獨對象持正面態度者，對同類對象也傾向持正面態度。(四)態度的形成與文化傳統、家庭環境、學校教育等因素有關，一般相信態度是學得的人格特質。

王文科（1991）定義態度是影響個人對特定對象做出行為選擇的一種內在準備狀態。

林生傳（1994）定義態度是個體在環境產生交互作用時，對人、事物或狀況所表現的內在反應傾向。

綜合上述可知，「態度」是一種心理狀態，係指個人對週遭環境，包含人、事、物所形成具有一致性與持久性的特定評價反應。態度並非與生俱來，除本身經驗外，亦來自於聯想及別人的教導，故每個人均可有多種不同的態度。態度的內涵是多元、複雜的，聖家庭環境、學校教育及社會文化的影響，造成對人、是、物內在與外在認知、情感、行為的一部分。要改變行為，須先改變態度，雖然態度形成後很難改變，但多數心理學者均同意只需要較長的時間，透過互動與學習即能改變。

## 二、生命態度的意涵

生命態度（life attitude）簡單地說即是個體對生命的態度，包括個體對人、事、物周遭的世界所持有一種具有持久一致行為傾向，不同的生命態度即產生不同的生命內涵，學者探討生命態度時以生命意義和死亡態度的有較深入的探討，茲將生命意義、死亡態度和生命態度分別說明如下：

### （一）生命意義

生命意義是個體賦予自己生命的獨特使命，常因人而異，包括個體所處文化所提供的價值信念，經由個人的經驗和選擇而產生，此獨特的使命，將引導個體對生活的態度、生涯的方向、以及生命的價值等看法，並且進而督促自己負起責任去面對與達成這個使命。每個生命的存在具有主觀性與獨特性，皆具有生命意義與存在價值。

國內學者吳秀碧（2006）認為可由三個不同層面來討論人類生命的意義：其一，為生命的基本意義；其二為，生命的社會意義；其三，為個人生命的獨特意義。生命的基本意義，來自任何生物的生命必然有一死；生命的終極意義則指個體獨特的生命意義，也是個體生命的獨特意義，則為人類所獨有，又因為人類

社會的存在，人類個體生命同時也具有生命的社會意義。

就生命的意義來看，存在主義的重要代表人物之一沙特（Sartre）認為人具否定過去、飛離當下、向未來前進的能力，而關於處境與過去，都有待現在與未來的決定，同時人也有選擇的自由，可以藉著行動與負責，勾勒自己的生命，更能「體驗到選擇和行動的自由，相信未來是自己決定的，對自己充滿自信，較不常被動的適應社會與文化之要求」並且信任他自己（劉明秋，1994；Rogers, 1960, 1983）。因此他認為人具有選擇、行動與負責的生命態度（林靜如，2001；謝曼盈，2003）。

Frankl認為命運是一種生命態度的測試與展現，個體會在境遇、經驗、空虛、死亡等情境下，改變與重組個人的內在價值，並且學習與挫折、苦難共處，建構自己生命的意義，其中重要的關鍵在於，個體必須正向看待生命中的困頓與挫折，在發展與成為自己的過程中，將痛苦的經驗匯導成建設性的渠道（吳文舜、鄭秋琪譯，1994），並且獲得再受苦的能力，才能在生命的種種苦難中安度。Frankl同時也指出，個體的目標、選擇、意義與責任，會影響個體的生命意義與自我追尋。個體首先必須發展一個負責任的態度，在選擇當中，展現與實踐自己生命的意義與價值，因此，懷抱理想、選擇與負責的態度、正視自己存在的獨特性與唯一性，就能豐富自我生命的美麗故事（引自謝曼盈，2003）。並沒有普遍存在的生命意義，只有個人情境中的獨特意義；但在眾多的個別情境中仍擁有共通的特性，所以有些意義是透過人類社會或歷史過程所共享。只有當我們透過事實並加入自己的觀點時，才能呈現我們對事物認知的主觀特質，事物本身不會因為這種主觀特質的出現而失去客觀性。

Frankl認為生命可以從三方面獲得意義（趙可式、沈錦惠譯，1995）：

#### 1. 創造價值

藉著對生命的付出與奉獻，由創造行為所得到的成就感，也就是個體在創造的活動中所實現的價值。

## 2. 經驗價值

由個人得自於生活的體驗或對世界的感受，即個體得自所處情境中感受到深刻的體驗，使得生命有意義，如對真、善、美的體驗。

## 3. 態度價值

端視我們對人生不可改變的命運、苦難所抱持的態度，當個體對於所面臨的處境無法改善時，僅能以個體對該處境的態度去決定生命的意義，如：患不治之症。

May認為生命的本質與意義，涉及了一個人的自我追尋之路，這個過程是動態、不斷成長且自我創造的，可以分為下列六個部分來探討說明（引自謝曼盈，2003）：

### 1. 三種世界

「世界」是指人在自己生命的視野中建構而來的，可以簡單分為：人與環境的世界、人與他人的世界、人與自我的世界。這三種世界是相互聯繫且同時存在的，不能只重視其中的一種，而忽視了其他，否則就會使人的存在受到嚴重破壞。

### 2. 時間

在時間意識的支配下，人越能夠有意識地控制和使用時間，時間就越能給他帶來無盡的成就和豐富的人生意義；人越是消極被動地順從他人，不能進行自由的選擇，不能有效利用和控制時間，就越會失去自覺的人生方向。

### 3. 空茫感與存在感

「空茫感」是指個體經歷特殊的、找不到自我的認同危機，空虛或茫然的感受，通常來自人們失落於世界、他人、和自己溝通的途徑，意即人們不知道自己置身於世界中的哪個角落？沒有人知道自己真正想要什麼？所能做的似乎只有不斷的逃離；「存在感」是一種瞭解與自覺的領域，一種去看見自己內心真實的能力，一個人的存在感表現得越清晰強烈，他的意志與做出的決定就越有創造性和責任感，對自己命運的控制能力就越好。當一個人認識並

感受到自己存在的價值，能自由地決定自己的命運時，他的存在感的體驗就越強烈，心理也就越健康。

#### 4. 生命的發展與追尋

生命發展與追尋包含兩個部份，一是「發展成為原本自我」，因為在人格發展的過程中，每個人都和其他人不一樣，每個人都是獨特的，所以每個人必須活出自己；另一是「能與所處的周遭合為一體」，May認為個體所置身的世界，事實上是一個整體，人們之間的相互依賴感，會不斷的在有意識或無意識中出現，因此世界是個體所參與的意義關係架構，而健康的人會與社會整合，實際上也意味著與所處的世界合為一體。

#### 5. 再造的力量

當人類到達絕望的極點，對個體而言，這是一個很有價值的經驗，只有在那時候，人才最可能開始再造，當一個人已經沒有東西可以再失去的時候，就會承擔起生命對他的要求，此時人的自由與喜悅，也就開始於絕望的另外一面。

#### 6. 愛與關懷

愛的關係就是把對方當成另一個人類，用簡單放鬆的心情來看待與陪伴在彼此的身旁，這樣的關係只要求陪伴、分享與接納，並且學習關心自己一樣的關心別人，而每種類型的愛，都需要「無私」的扶持。無私的愛，是對他人尊重、不計自身利益為他人福祉著想（彭仁郁譯，2001；謝曼盈，2003；May, 1960a），而在提供愛與關懷的同時，不僅自己能獲得喜悅和鼓舞，更能體會出在人的悲喜裡，寬諒與慈愛讓生命饒富滋味以豐富個人的內在體驗（龔卓軍、石世明譯，2001）。

Rogers對於生命態度的看法是：（一）人首先要成為自己；（二）人應該抱著正向積極的態度，以坦然開放的方式面對經驗；（三）無條件的積極關懷（宋文里譯，1989）。

在國內，亦有許多研究針對生命意義提出相關論述或看法，宋秋蓉（1992）

歸納出生命意義是指個人對生命的看法與方向，也是個人的一種獨特使命，藉此引導其對生命的態度（沈亦元，2003；何郁玲，1999；紀玉足，2002；邱奕森，1999；林素霞，2002；林鳳榆，2003；黃國城，2002；趙安娜，2001；劉修吟，2003；蘇秋雲，2001）。

在有關生命態度的論述中，學者謝曼盈認為個體看待生命的態度，可以從下列六點獲得觀察，分別是：理想、自主、愛與關懷、存在感、經驗、死亡態度，這也同時是生命態度量表發展架構的主要基礎。

### 1. 理想

謝曼盈認為四位學者均十分重視有目標的生活，沙特強調有意義和有目的的行動；弗朗克重視追求生命的目標，羅洛·梅鼓勵人追求有方向、有目的的生活，羅傑斯則認為答案不是外加的，最後的答案就在當事人自己的心中。因此將之歸納為懷抱「理想」的生命態度。

### 2. 自主

謝曼盈認為四位學者都強調個體有絕對的自由，可以主掌自己的生命，但必須面對和承擔自己生命的責任，當事人可以自己作選擇，但是不能逃避面對選擇的後果，也必須承擔選擇後的責任，做負責任的抉擇。四位學者相同之處在於都強調負責任的抉擇，沙特和弗朗克強調自由選擇，為自己生命負責的重要性；羅洛·梅和羅傑斯則認為當事人必須更積極地傾聽自己內心的聲音，發展成為如其所是的真實自己。將之歸納為「自主」的生命態度。

### 3. 存在感

謝曼盈認為四人都強調空虛茫然的生命態度會威脅人類的健康，不知為何而活、找不到自己存在價值的人，同時也會迷失自己生命的方向，相反的，當事人越能深刻地感受存在，越能掌握和控制自己的命運，也就越能掌握生命的方向。四人的看法在這方面大致相似而互補，沙特說明存在的空無；弗朗克則描述心靈空虛與精神官能症；羅洛·梅說明當代存在感的失落現象；羅傑斯則從人格存在的類型，說明完全發揮功能的人格存有類型，四人的看

法交互呼應，都強調存在感對生活的重要性。將之歸納為生命態度中的「存在感受」。

#### 4. 死亡態度

謝曼盈認為四位學者對於死亡的看法並不完全相同。沙特認為死亡只是一個外在於我的生命事實，對我現在的自由並不造成妨礙，因此無須理會死亡，只需專注於目前的選擇與行動即可；羅傑斯甚少談到死亡；弗朗克和羅洛·梅則認為對死亡的覺察會為生命帶來正向的意義，否認死亡反而會導致心理上的絕望；四人雖然對死亡看法不盡相同，但仍有相似之處，大致而言，沙特鼓勵專注於目前的選擇與行動，弗朗克和羅洛·梅鼓勵則正向看待死亡，彼此雖然略有不同，但並不互相抵觸，三人均鼓勵用正向的態度面對死亡。將之歸納為「死亡」態度。

#### 5. 正向看待經驗

謝曼盈認為四位學者共同認為經驗是具有重大意義的，四位學者都鼓勵當事人正向看待經驗，接納生命可能的變化，積極的面對生活中的種種挫折，並且在生命的處境中成長與學習。差別之處在於四人的論點有層次的不同，相較來說，沙特比較視處境為一種生命的限制，弗朗克則強調苦難的試煉，羅洛·梅和羅傑斯較從積極面看待經驗的意義，四人分別從經驗的消極面或積極面切入，彼此的看法具有互補的關係。將之歸納為「正向看待經驗」的生命態度。

#### 6. 愛與關懷

謝曼盈認為四位學者對「人與他人的關係」看法不完全相同。沙特則認為「人與他人的關係」會帶來異化的危機；弗朗克則認為愛是賦予生命意義的可能方式；羅洛·梅視愛與關懷是生命實踐的途徑之一；羅傑斯重視無條件積極正向的關懷。大致來說，弗朗克、羅洛·梅、羅傑斯三人都視愛與關懷是一種重要的生命態度，這樣的關係會為生命的實現帶來可能，而沙特則從悲觀的角度看待這種態度發展失敗的可能危機。四人看法雖略有不同，但

大致彼此仍具有互補的功能。將之歸納為「愛與關懷」的生命態度。

劉淑娟（1998）指出生命態度是個人透過對生活中各種關係的體驗後，對生活以及生老病死的綜合性價值與看法，其能反映出一個人過去的生命歷程與文化洗禮，是屬於人存在的靈性層次。在靈性的層次裡，個人可以自由地決定是否要受限制或超越限制，當其願意透過生活中各種關係的體驗而自我超越時，便能體會人生的意義與價值，一個靈性健康的人，願意選擇超越現制，超越後不僅對目前及未來的生活事物感到有意義與目的，更能保持內心的平和，擁有正向的生命態度；相反地，一個靈性不健康的人較易傾向選擇受限制，因此容易感到挫敗、心靈空虛，對生命充滿疑惑、喪失生活的原動力，而陷於情緒困擾當中。

綜上所述，生命意義是因人因時而異的，個體獨特的生命意義，也是個體生命的獨特意義，人們對於意義需求有目的、正當性、效益、自我價值四個，如果滿足四個來源，則感到其生命是有意義的；而人的生命意義在於探索自己生命的意義，也是要在其歷程中體會，而不是僅在其目的中找尋。

## （二）死亡態度

死亡態度是指個體本身對死亡抱持的信念及感受，面對死亡的信念與感受很廣泛（蔡明昌，1995）。死亡態度是關於死亡的態度、包括感情、認知及行為情緒上的感覺，即為對死亡有關之看法與情緒反應。Durlak and Kass 認為死亡態度包含了對死亡的評價是負面的、願意與瀕死者互動、面對痛苦時產生負面情緒、當聽到死亡訊息時的反應、對瀕死先入為主的想法（引自曾廣志，2001）。國內一般視死亡為禁忌，避而不談，張淑美（1996）就死亡態度的層面來看，指出所謂死亡態度是指個人對死亡的正向或負向的評價、情緒感覺及行動傾向，而每個個體從一出生，便開始走向死亡，因此死亡態度實際上亦可以生命態度稱之。並提出生死乃一體之兩面，過度逃避面對或談論死亡，將阻礙我們了解生命的真相，其內涵包括正向的死亡接受、死亡理解、死亡關切，及負向的死亡恐懼、死亡焦慮、死亡威脅、死亡否認、死亡逃避等層面。1976年Kastenbaum和Aisenberg也主張人們愈了解死亡，會愈加積極地看待生命、安排生命，也會在生存的過程

中創造出統整的生命意義（引自張淑美，1997）。一般而言學者認為，生命態度的範圍要比死亡態度涵蓋的範圍要大。

張淑美（1996）提出對死亡態度包括對死亡的恐懼、面對死亡感到焦慮、對死亡議題感到關切、好奇、隨時受到死亡之威脅、否認死亡、不願意正視死亡議題。

死亡態度內涵可包含恐懼、逃避、接受（吳慧敏，2001）。以下針對上列這三向度加以討論：

### 1. 恐懼死亡

我們了解死亡遲早會來臨，我們無法避免死亡的到來，但卻充滿恐懼，我們無法掌握何時會死、如何死亡？也不知道死後會到哪裡去等？這問題都無法掌握。也會產生恐懼感及焦慮感，這皆可代表人們對死亡的態度（李復惠，1987）。心理預料可能遇到危險事物感到害怕，但事情尚未發生，僅內心感到焦躁不安所呈現的心理反應（蔡秀錦，1991）。廖芳娟（2000）將恐懼統整如下：

- (1) 人們害怕未知的未來，及死後不確定感。
- (2) 害怕瀕臨死亡時可能發生的痛苦及器官的退化等。
- (3) 害怕死後的遺體腐敗及生蛆令人厭惡。
- (4) 害怕生命中所擁有一切物質、情感如他人對自己的關懷皆消失了。
- (5) 害怕來不及完成自己人生目標。
- (6) 害怕與親人、朋友等分隔，更害怕分離與孤單無助的感受。
- (7) 害怕自己的死亡會對他人產生衝擊(如家人、朋友、親戚等)。
- (8) 害怕失去自己掌控命運的能力，害怕失去意識及身體機能。
- (9) 有宗教信仰者害怕死後會因自己的罪孽受到懲罰。
- (10) 害怕自己所愛的親朋好友死亡，自己會受到衝擊。
- (11) 害怕屍體或死後靈魂的景象浮現，也害怕鬼魂超自然的力量對生者不利。

## 2. 逃避死亡

逃避死亡是人們盡量迴避與死亡有關的事物，盡量避免想到死亡及談論死亡，對「死亡」著個字眼感到不自在及忌諱，盡可能用其他語詞來表達如升天、走了、過往等來代替（張文初，1996；顏淑慧，2002；廖秀霞，2001）。盡量避免想到或談到有關死亡話題以降低自己對死亡的焦慮（黃啟峰，2007）；綜合以上研究發現逃避死亡讓人們對於碰觸甚至連談論這議題都不太願意，且用升天、走了、往生等來代替死這個字。

## 3. 接受死亡

視死亡為生命中自然的一部分，既不恐懼死亡也不歡迎死亡的到來，學習珍惜運用有限的生命（陳彥良，2002）。視死亡是通往來生的道路，對死亡已較平常心來面對且接受（黃啟峰，2007）。綜合以上研究發現，接受死亡者較能以平常心來談論有關死亡話題，也認為人終將面臨死亡這是不變的道理。

綜合上述說法，本研究所探討之生命態度係指個人對於生命存在的意義、目的以及價值，也包含個人對成長、責任、選擇、寬恕、關懷與愛、生活經驗及死亡態度等面向的認知、感受及行為傾向；「理想」、「自主」是個人的一種生活態度，「愛與關懷」是對他人的態度；「經驗」、「死亡」態度是面對生命的情境與遭遇時，所表現的態度；「存在感」則是對目前當下所處情境的一個指標，雖然可能受到環境與突發事件的影響，但可以大致忠實的表現當下的情形。

### （三）生命態度

生命態度即是個體對生命的態度，包括個體對人、事、物周遭的世界所持有的一種具有持久一致行為傾向，國內學者對生命態度的探討說明如下：何英奇（1990）曾根據 Frankel 的意義治療理論，編製「生命態度剖面圖量表」，透過因素分析，提出生命態度內涵包括求意義的意志、存在盈實（無挫折）、生命目的、生命控制、苦難接納、死亡接納等六項因素，而此六項因素又可再萃取出「生命意義的追尋與肯定」與「存在的超越」兩個高層因素。

劉淑娟（1998）認為生命態度是個人透過對生活中各種關係的體驗後，對

生活以及生老病死的綜合性價值與看法，其能反映出一個人過去的生命歷程與文化洗禮，是屬於人存在的靈性層次。個人可以自由地決定是否要受限制或超越限制，當其願意透過生活中各種關係的體驗而自我超越時，便會體會人生的意義與價值，一個靈性健康的人，願意選擇超越限制，對目前及未來的生活事物感到有意義與目的，更能保持內心的平和，擁有正向的生命態度。

程國選（2001）根據國內外生命意義量表、死亡態度與焦慮量表、自殺傾向量表與憂鬱量表等相關資料，編製「我的人生」量表，旨在協助學校篩選具有自我傷害傾向的學生，並進一步瞭解台灣生命教育課程對學生生命態度之實際助益。該量表主要立論基礎為：自殺防治工作不僅要確認與自殺行為有正相關的危險因素（risk factors），而且要尋找與自殺行為有負相關的保護因素（protective factors）。據此，從自我傷害的相關因素切入，透過因素分析共提出愉悅性、效率性、積極性、主控性（正向人生）、困擾性、慮病性、失落感、疏離感（負向人生）等八個向度。

謝曼盈（2003）歸納出生命態度和個人感受、與他人的關係、與情境世界的關係是密不可分的，並進一步分析Sartre、Frankl、May與Rogers等存在主義及人本主義代表人物對生命態度的看法，提出生命態度包含理想、生命自主、愛與關懷、生命經驗、死亡態度、存在感受等六個層面。其中理想、自主是個人的一種生活態度；愛與關懷是對他人的態度；經驗、死亡態度是面對生命的情境與遭遇時，所表現的態度；存在感則是對目前當下所處情境的一個指標。

李昱平（2006）認為生命態度係指個人對於生命存在的意義、目的以及價值，也包含個人對成長、責任、選擇、寬恕、關懷與愛、生活經驗及死亡態度等面向的認知、感受及行為傾向。

黎筱圓（2007）認為生命態度是個人對生命的情意傾向，要有理想與目標的生活，對生命有自我控制性，確認自我經歷以正向關係互動。

綜觀上述學者之探究結果可得知，生命態度即個人對於生命相關的人、事、物之想法、情意內涵或行為傾向，其內涵涉及了自我存在價值、生命目的、生命

自主性、經驗意義、死亡態度、人我與物我關係等層面，應持多元觀點加以探討。研究者認為生命態度是個體對生命和其他人、事、物或觀念，感覺、行動所抱持的態度，除了行為意涵外，同時還包括對生命的認知與情意層面的內在架構。

## 貳、 生命態度的相關理論

國內外學者對於生命態度提出相關的理論基礎與研究，因此研究者茲就弗朗克(Viktor E. Frankl, 1905-1997)、沙特(Jean-Paul Sartre, 1905-1980)、羅洛·梅(Rollo May, 1909-1994)與羅傑斯(Carl Rogers, 1902-1987)等四位學者對生命態度的理論整理分析如下：

### 一、弗朗克(Viktor E. Frankl, 1905-1997)

弗朗克是著名的維也納第三治療學派-意義治療學派的創立者。意義治療學派的三個基本假設為：人具有意志自由、人們有追求意義的基本需要和傾向、人具有生命意義。

#### (一) 意志的自由

Frankl強調自由意志，他認為人在生理、心理與社會的世界中並不自由，但人可以超越這些限制而進入精神層次。在精神層次裡，人的意志可以決定要屈服於這些限制或對它挑戰，此即意志的自由(何英奇，1990)。人的自由不是因種種限制，而只能被動採取選擇的自由，而是不論面臨什麼處境，都能採取積極態度的自由。Frankl定義自由是在面對「本能」、「遺傳」與「環境」時所做決定的自由，但是並不代表人無法自由選擇。人在生理、心理與社會的世界中並不自由，但人可以超越這些限制而進入精神層面。

#### (二) 追求意義的意志

Frankl認為人類的基本動力是「追求意義的意志」，不是追求享樂、權力，「享樂意志」和「權力意志」都只是最原始想要追求意義意志的衍生物而已。當一個人追求意義的意志遭受挫敗後，才會轉向追求快樂、權力作為補償(何英奇，

1990)。簡單來說，人類最基本的功力在於：「發現一個可給予個人忍受任何情境，而可堅持下去的理由。」並希望藉此使個人的生活更充實，且能提供個人的存在是有意義且有價值的一種認同。當一個人追求意義的意志遭受挫折後，才會轉向追求快樂、權利做為補償。

### (三) 生命的意義

Frankl認為生命的意義會因人、因時而異，最重要的是要明白個人生命在具體時間的具體意義。生命的意義因人而異，因時而異，因為每個人都是獨特的，而且每個人的生命都是單獨的，沒有人可以代替，也沒有人的生命是重覆的，生命也就是一連串人必須終生回答的問題，對這些問題他必藉負責任、堅決抉擇及決定每一單獨問題的答案來回應。在生命的過程中，每個人隨時隨地都有他自己特殊而具體的使命，治療者的工作就是用現象學的方法分析實際人生經驗的資料，以擴展當事人的視野，使人能意識到意義和價值的領域，看到自己的責任，並且選擇完成這些責任的行動(引自柯麗蓉，2008)。

綜合上述，研究者認為Frankl對生命意義的探討著重在相信每個人的生命皆有其獨特的使命，在這使命中，每個人的地位都是唯一且不可被取代，而且因為每一刻生命的意義也都是無法重複的，所以每個人皆需盡最大的心力為自己的存在負起責任。由於每個個體具有獨特生命考驗，為有領悟生命的價值，勇於面對生命的責任，才能實踐生命的意義。

## 二、沙特(Jean-Paul Sartre, 1905-1980)

沙特是法國哲學家、文學家、存在主義的代表人物。沙特認為，存在的本質事實上只是一種最基本的可能性而已，在事實真相的背後，是一種尚未實現、有待實現的可能性，在這樣的可能性裡，人可以選擇完成自己，也可以選擇失去自己。人有選擇的自由，可以藉由行動與負責勾勒自己的生命，因此人如何看待自己選擇的自由，是一種最為重要的生命態度。

選擇、行動與自由是沙特自由哲學的三要素。人出自偶然地存在於世界上，在這生活的世界裡遇到各種遭遇，在這些遭遇中做出選擇，最後在選擇中塑造他自

己，這些選擇是無法躲得開的，人永遠要因為創造自己而做出選擇，即便是不選擇，也是選擇的一種（引自許孟琪，2007）。以下敘述沙特對生命態度的觀點：

### （一）時間觀

將時間分為過去、現在與未來。依沙特的解釋，過去是經由人之存有的意識作用而成立的，是屬於我個人獨有的經驗，無法被他人取代，也不會與他人的過去等同，過去不並是空無，它聯繫著現在，它就是「這個現在的過去」（陳宣良譯，2000）。沙特強調現在是從「它曾經是的過去」逃遁，並往「它將要是的存有」飛去。未來的意義在於「它飛離現在」，是一種對事物的投射，因而導出一種可能性的概念，我將成為未來的我，然而未來的我尚未成型，未來的空洞與可能性相對而言，是無限可能的抉擇與無限寬廣的自由（謝曼盈，2003）。

### （二）處境論

認為人處身於生活世界中，他的思想、行為與處境息息相關，沙特認為，人與處境的關係是，縱然人無法脫離客觀處境存在的限制，卻可以決定所在處境之意義。處境是人自己、空間與事物所共同組成的，而構成處境的要素有

#### 1. 我的位置(my place)

人處於世界上，即在世界上佔有一角，雖然無法決定是否出生及出生背景，但人可以自由決定所處身的位置對自己的意義。處境本身是中立的，而人自己決定如何去看待之。

#### 2. 我的過去(my past)

過去是無法否認的、固定的事實，過去同時它也聯繫著現在與將來，並且不知不覺的融化於現在中，但人還是可以有決定過去、決定我的過去和現在間之牽連為何的自由，這意味著人永遠有力量寄望未來，而使過去對我的意義也隨之改變。

#### 3. 我的周圍(my environment)

沙特所指的周圍是包圍在存有四周的工具性事物，「我的周圍」有可能對我產生限制，然而一旦我有所行動，它們就會隨著行動之目的的不同，而對

我產生不同的意義。周圍對我而言是好或壞，都取決於個人在行動時所選擇的目的，而一旦有所行動，它們就會隨著行動目的之不同，而對我產生不同的意義。

#### 4. 我的同伴(my fellowman)

我們都生活在與他者共處的世界中，沙特也承認，許多屬於我的意義(如我的國籍、我的血型)其實也以他者作為參照，而身處世界上，在他者的注視之下，自身也會面臨被異化與客體化的可能性，因此沙特認為他者的存在是對自我存在的最大限制。

#### 5. 我的死亡(my death)

沙特認為死亡只是一個純粹的事實，和出生沒有絲毫差別，只是一個外在於我之生命的偶然事實，因此，我們無須設想死亡，只需專注於我的自由、選擇與行動即可。沙特主張，「我的死亡」雖然是在世的一種處境，但死亡只是被預期，不是被等待的(引自謝曼盈，2003)。

### (三) 行動論

人的自由，不是某種觀念的抽象化，而是一種具體的行動。沙特認為行動是具意向性的行動，不同於無心的動作，此行動具有目的及目標，且經過個人的抉擇，展現充分的自由，也就是行動者在行動時，知道他要做什麼，且是有意識的去實現這項行動。這種行動的首要條件就是自由(經過自己的選擇)，這種行動也展現了自由(自己的選擇)，真正的行動必須通過選擇，才有實現選擇與自由的行動(謝曼盈，2003)。

總而言之，研究者認為沙特生命哲學的特點在主張個人可以透過絕對的自由意識，行使自己的抉擇，並展現個人意志力的行動與負責的態度，達到生命自主的境界，因此人如何看待自己選擇的自由，是一種至為重要的生命態度。在Sartre的看法中，個人如何看待自己抉擇的自由，是一種至為重要的生命態度。雖然個人無法否定具體存在的過去，但現在與未來將隨個人的抉擇與行動，在個人不同的處境互動的結果，賦予不同的生命意義。

### 三、羅洛·梅(Rollo May, 1909-1994)

美國存在主義心理學之父Rollo May 生於1909年，也是人本心理取向及個人中心心理學的代表，對創造力、命運、神話、空虛、愛、邪惡與破壞有豐富的探討，Rollo May認為，生命的本質與意義，指涉了一個人的自我追尋之路，這個過程是動態、不斷成長且自我創造的（謝曼盈，2003）。

Rollo May 對生命態度的看法，可分為下列八個部分來探討說明：三種世界、時間、存在感與空茫感、生命的發展、再造的力量、愛與關懷、焦慮及自我意識。

#### （一）三種世界

所謂的「世界」，實際上是人在他生命的視野中建構而來的，Rollo May並認為每一個人都同時生活在這三種世界，這三個世界是相互聯繫且同時存在。可以簡單分為：人與環境的世界(around-world)、人與他人的世界(with-world)和人與自我的世界(one-world)。

##### 1. 人與物的世界(around-world)

是一種「自然的世界」，是人們被投入到這個世界上，所置身的時間、空間，在這個世界裡，人們必須學會適應自然、生存下來(張家禎，2006)。

##### 2. 人與人的世界 (with-world)

人與人的世界，稱之為「人與他人的關係方式」，就是「人際關係」，在這個世界中，群體對我的意義取決於我自己是怎樣投入這個群體的，群體與個體、個體與個體之間的意義都是相互影響的。這個人際關係世界的主要特點是，群體與個體、個體與個體之間都是相互影響的，對群體有意義的事情，對個體也有意義，而且群體意義部分也由個體自己與他人的聯繫所構成，因此，群體對我的意義取決於我自己是怎樣投入這個群體的(柯麗蓉，2008)。

##### 3. 人與己的世界 (one-world)

是一種「人與自我的關係方式」。羅洛·梅認為，要想能夠與別人建立一種創造性的關係，在第二個世界(人與人的世界)中游刃有餘，個體必須對自己有足夠的了解和認識，因為如果沒有對自我的認識，人際關係就會變得平淡

和缺乏活力，只有在認識自我的基礎上，才能揭示人的內心世界，只有轉向人的內心世界，才能理解周圍的世界對我而言具有什麼樣的意義(張家禎，2006)。

## (二)時間

Rollo May 強調，在時間意識的支配下，人越能夠有意識地控制和使用時間，時間就越能給他帶來無盡的成就和豐富的人生意義；人越是消極被動地順從他人，不能進行自由的選擇，不能有效利用和控制時間，就越會失去自覺的人生方向(謝曼盈，2003)。意即人類存在的本質在於他能夠從當地的情境中擺脫出來，能夠對自己進行超越時空的分析和瞭解(柯麗蓉，2008)。

## (三)存在感與空茫感

Rollo May 強調一個人的存在感表現得越清晰強烈，他的意志與做出的決定就越有創造性和責任感，對自己命運的控制能力就越好。Rollo May 認為，一個人的存在感表現得愈強烈，他的意志與做出的決定就愈有創造性和責任感，對自己命運的控制能力就愈好，心理也就愈健康。存在感受更深層的來說，是一種瞭解與自覺的領域，一種去看見自己內心真實的能力(謝詠郎，2008)。

當一個人認識並感受到自己的存在價值，能自由地決定自己的命運時，他的存在感的體驗就越強烈，心理也就越健康，反之，一個人若認識不到自己在社會上的價值，不能自由地選擇和決定自己的未來，他就會逐漸喪失了他的存在感，並喪失對命運的控制能力。

## (四)生命的發展

### 1. 發展成為自己

人格的發展基礎就是「個體化」，每個人必須發展成為原本的自己。如果個人無法活出自己，則無論他多麼想成為別人，都是做不到的，每個人和他人都是不同的，這也就是每個人的獨特之處(柯麗蓉，2008)。

### 2. 與周遭相融

個人能與所處的周遭相融，是健全人格的一種面貌。人們彼此的相互依賴感，

會不斷的在意識或無意識中出現。Rollo May認為世界就是個體所參與的意義關係架構，個體與他所置身的世界事實上是一個整體，健康的人與社會整合，實際上也意味著與所處的世界「合為一體」(謝曼盈，2003)。

#### (五)再造的力量

羅洛·梅引用神話隱喻指出：「身為人，即使是痛苦，我們都要忍受」，當一個人已經沒有東西可以再失去的時候，他會承擔起生命對他的要求，人的自由與喜悅，也就開始於絕望的另外一面，羅洛·梅認為可以把這個過程看作是對虛假希望的鬆手，接受生命的事實，並且用正向的態度，重新疏浚痛苦經驗的根源，匯導成建設性的渠道。每個痛苦的經驗都是成長的契機，只是多數人不知道有效的運用，當人到達絕望的頂點時，正是開始再造的契機。他主張要正向看待生命中的停頓與挫折，在發展與成為自己的過程中，將痛苦的經驗匯導成建設性的渠道。相同的，人對死亡的察覺，就是熱愛生命的泉源。生與死看似相反，但思考生命的意義卻必須由死亡開始。最強烈的生命經驗，往往伴隨最強烈的死亡經驗(龔卓軍、石世明譯，2001)。

依據羅洛·梅的觀點，生命中的痛苦、挫折、絕望、停滯與死亡，事實上反而蘊藏巨大的潛在能量與生命力(引自謝曼盈，2003)。

#### (六)愛與關懷

Rollo May認為當人與人之間具有真誠的關係時，他們便分享著一個共同的場域，每種類型的愛，都需要「無私的愛」扶持，是一種對他人的尊重，不計自身利益為他人福祉著想，包含無我給予的愛。當我們去深入剖析愛的關係時，友愛的關係就是把對方當成另一個人類，用簡單放鬆的心情來看待與陪伴在彼此的身旁，這樣的關係只要求陪伴、分享與接納，並且學習關心自己一樣的關心別人。

愛的意涵關鍵在於我們要怎麼去運用這些生命情境，愛在生命中的角色也在於此，愛與意志同時塑造著自我，也塑造著自我所置身的世界。羅洛·梅強調正向看待生命中的停頓與挫折，在發展與成為自己的過程中，將痛苦的經驗匯導成建設性的渠道，而羅洛·梅對愛的分析，也使個人生命呈現豐富的意涵(彭仁郁

譯，2001)。

#### (七)焦慮

羅洛·梅指出，焦慮是實際生活當中無可避免的經驗，它已然是人類心靈的自然防衛機制。尤其他觀察到，現代的我們生活在一個劇烈變動而混亂的時代，傳統的價值觀陸續受到許多衝擊和質疑。羅洛·梅把現代人的焦慮根源總結為價值觀的喪失，因而產生了新舊交替之際種種的空虛茫然(張家禎，2006)。

#### (八)自我意識

人格的特質是動態多變的，它的內部具有相當的穩定性，但又同時具有可塑性；而促進人格產生變化波動的因素，便是心理衝突所帶來的「緊張」。人格問題往往是心理衝突的破壞性影響，因此個體必須進行內部調適並把破壞轉化為具有建設性的衝突，才能徹底解決此種拉鋸和矛盾。在人格發展過程中，決定性關鍵便是自我意識的成長。羅洛·梅所謂自我意識就是人所獨有的一種本質特徵，就是人從外部看待自我的一種能力。自我意識發展的終極目標便是克服焦慮和內部衝突，以期進入創造性的第四階段，並達成個體的自我實現。由此可知，自我意識是人格的主宰，當個體因而獲得了真正的自由後，才有可能整合為創造性的健康人格。

在人格發展過程中，決定性關鍵便是自我意識的成長。Rollo May 所謂自我意識就是人所獨有的一種本質特徵，就是人從外部看待自我的一種能力。自我意識發展的終極目標便是克服焦慮和內部衝突，以期進入創造性的第四階段，並達成個體的自我實現。由此可知，自我意識是人格的主宰，當個體因而獲得了真正的自由後，才有可能整合為創造性的健康人格。

綜合上述，就存在主義心理學的意義上來說，「勇氣」和前述提及的「自由」具有相當的同質性：它們皆發源於自我核心，都是人類存在的基礎。它們是生命過程中必要的能力，亦是個體達成存在意義的標的。唯有透過勇氣克服了焦慮，才能整合展現出創造性的成熟人格，這也是羅洛·梅心理治療學說的終極意義(張家禎，2006)。研究者認為Rollo May對生命哲學的觀點，強調正向積極的態度，

將痛苦視為成長的契機。在人格發展的過程中，自我意識的成長是一個決定性的關鍵，終極目標是克服焦慮和內部衝突，以達成個體的自我實現。而Rollo May對「愛與關懷」的詮釋，強調愛可以解除焦慮，彌補心靈的空虛，更是使個人生命得到豐富的意涵(謝曼盈，2003)，這是本研究生生命態度的重要元素之一。

#### 四、羅傑斯(Carl Rogers, 1902-1987)

Rogers(1902~1987) 是人本心理學的代表人物。Rogers 的人格理論最重要的觀念是自我(self)，自我包括具有「我」之特性的一切想法、知覺及價值觀，也涵蓋了對「我是什麼樣的人」及「我能做什麼」的瞭解。個人對自我的看法(即自我概念)，又影響了個人對世界及對自己行為的知覺。個人會從自我觀念上，評價個人的各種經驗。而當個人的經驗和個人的自我概念不一致時，個人會否定這種經驗，造成嚴重的焦慮和其他形式的情緒困擾。而一位適應良好的人，自我概念與個人的思想、經驗和行為是一致的，自我是有彈性的，因此可以改變自我概念，來同化新的經驗及構想。

Rogers 的理論與生命態度相關的概念如下：(一)無條件的積極關懷；(二)成為如其所是的自己；(三)在體驗中生活；(四)自由與決定；(五)完全發揮功能的人。

##### (一) 無條件的積極關懷

無條件的積極關懷(unconditional positive regard)，指的是用一種溫暖、包容、不帶任何控制意圖的正向態度(positive attitudes)來對待對方，並提供一種安全的人際空間，給對方最大的自由和尊重。

Rogers 認為人生活在關係中，而良性的人際關係會為當事人帶來改變的可能，對他人提供愛與關懷的同時，自己也會獲得喜悅和鼓舞，並且豐富個人的內在體驗(謝曼盈，2003)。

##### (二) 成為如其所是的自己

Rogers 鼓勵設置一個環境，誘發當事人去思考，並且去面對自己真實的感覺、慾求、害怕與焦慮等，以建設性的方式去抒發。當事人一旦發覺自己真正的

聲音，剛開始會抗拒、不接受、然後會逐漸發覺那一個才是自己真正的想法，漸漸和內在潛藏的感覺合而為一。當當事人一旦活得像自己，生活中的許多事物就會自然歸位，並與自己的價值觀同在，生命的創造力也就會自然湧現。

Rogers 認為，除非一個人真正認知自己對成為自己的願望有多強烈，並抱著誠實不虛偽的態度，實實在在的去面對自身的諸多問題，誠懇的去找出解決的方法，才能在原先的困境中找到出路（謝曼盈，2003）。

### （三）在體驗中生活

羅傑斯重視接納真實的重要，並指出對於經驗(好的或是不好的)都是對我們有益的，它可以讓我們更逼近真實，羅傑斯強調「能引導生命的，乃是對於體驗不斷瞭解、不斷闡釋的那過程本身，所以生命就是一直在形成的過程之中。不固著於僵化的思考模式，更開放自己去經驗，也就更能在經驗中獲得成長，使個人在展現過程中，「更能涵容事物的曖昧不明之處，能夠接納互相衝突的事物而不必硬要把處境逼出一個結局，對於此刻自己所置身之境能有開放的知覺，使人和自己的感覺合而為一，成為和諧一致(congruence)的有機體(謝曼盈，2003)。

### （四）自由與決定

從生命的觀點來看學習時，學習的意義其實是自我導向式的，自由的本身是一個內在性事件，重大決定與抉擇同時也組成自由的一部份，因此負責任的選擇是朝向良性改變的心理基礎具有健全人格的人，能夠充分發揮潛能，能夠「經常體驗到選擇和行動的自由，相信未來是自己決定的，對自己充滿自信，較不常被動的適應社會與文化之要求，選擇生活在自己當中，並且信任他自己（謝詠郎，2008）。

### （五）完全發揮功能的人

美好的人生只是一個過程，而非一個存在的境界，他是一個方向，而非終點。能夠充分發揮潛能的人，其最大的特質就是能夠對各種體驗敞開心胸，傾聽他人或自己的經驗，坦然接受發生的事情而不覺得受到威脅，他們必須能勇於面對現實，留意生活中的每一刻，這種情況代表他們已有預備心，願意以正面的態度面

對所經驗的一切，在這種心態下，經驗成為塑造人格的力量，不至於為了預設的概念而產生扭曲的評價，並且信任自己，勇於接受生活中的可能性與流變性，坦然經歷所發生的事，真誠而不扭曲，生活在經驗中的每一刻，通常較少依賴外在權威式的指導而下決定，有高度的自主性，和自由釋放的思考模式(張家禎，2006)。

綜合上述，依照Rogers 的看法，具有健全人格的人，能夠充分發揮潛能，能夠「經常體驗到選擇和行動的自由，相信未來是自己決定的，對自己充滿自信，較不常被動的適應社會與文化之要求，選擇生活在自己當中，並且信任他自己。研究者認為Rogers從心理治療的基本態度：無條件的徹底接納、尊重、真誠、信任、同理心瞭解發展出「當事人中心治療法」，並引申出對個人生命態度的主張，強調人性的光明面，認為人類有自我導向、自由選擇的潛力，每個人都想使自己成長及自我實現，因此必須因應個體的個別差異性，給予發展潛能的機會，這是對人性的尊重，也是積極正向的生命態度表徵。

### 參、 生命態度之測量

近年來，生命態度方面的測量工具雖然有之，但因研究者的定義各有不同，因此強調的概念也有所不同。據此，本研究採用許孟琪(2007)修訂自謝曼盈(2003)編製之「生命態度量表」為主要研究工具，其內容包含「生命理想」、「生命自主」、「愛與關懷」、「存在感受」、「死亡態度」和「生命經驗」六個向度，以使研究主題之涵蓋性更趨完整。相關量表的比較如表2-2

表2-2-1 生命態度的測量工具

作者	量表	對象	評估內容
Crumbaugh (1968)	生活目的測驗 (Purpose in Life Test, PIL)	正常人	用於測量「一個人感到生活是有意義和有目的」的程度。根據此基礎編製量表，量表包含 20 個問題，使用兩極端形容詞量尺。研究結果與 MMPI 中的抑鬱量表、Srole 的無序感量表有顯著相關(楊宜音、張志學、彭泗清等譯校，1997)
Dickstein (1972)	死亡關切量表 (The Dickstein Death Concern Scale, DCS)	大學生	由「在意識上思考過死亡」、「對死亡的負面評價」、兩個概念建構而成，但並未確切區分為兩個因素，而是以量表總分表示對死亡的思考、關切與焦慮程度。量表共 30 題，採四點量表方式衡量，測得內部一致性信度為.85，重測信度為.87。在國內，丘愛玲在 1989 年將其修訂為 17 題，仍採四點量表衡量。

(續下頁)

表2-2-1 生命態度的研究工具(續)

作者	量表	對象	評估內容
Battista 與 Almond (1973)	生命指數量表 (Life Regard Index)	醫學院學生	旨在測量個人發現其生命目標的能力含 28 道問題。該研究另選取高生命意義樣本 14 人，與低生命意義樣本 16 人，進行訪談，以作為測驗信度之依據，比較測驗結果與訪談結果大致相符，得到重測信度為.94。研究中兩個分量表之相關為.76。
Crumbaugh (1977)	心靈目標追尋測驗(The Seeking of Noetic Goals Test, SONG)	一組精神病人與一組正常人比較而得。	為「生活目的測驗」之輔助量表，旨在測量生命意義與目的之動機強度。
Gesser、Wong 和 Reker (1987)	死亡態度量表(Death Attitude Profile, DAP)	青少年	鑑於死亡態度應為多向度的，編製此一包含認知與情意層面之量表。量表共 21 題，採五點量表方式計分，內容包括四個因素：逃避導向的死亡接受、害怕死亡與瀕死、趨近導向的死亡接受以及中性的死亡接受，其內部一致性介於.60-.89 之間，並有良好的預測效度與同時效度。

(續下頁)

表2-2-1 生命態度的研究工具(續)

作者	量表	對象	評估內容
Wong、Reker 和Gesser (1994)	死亡態度修訂量 表 (Death Attitude Profile-Revised , DAP-R)	青少 年	修訂DAP而來，其主要乃用來測量 區分死亡接受、死亡恐懼及死亡 逃避之態度，與DAP不同之處， DAP-R 增加了死亡逃避層面，而 由於此量表偏重於死亡態度的測 量，故刪除了關於瀕死恐懼的層 面。DAP-R 共分成五個面向：「死 亡恐懼」、「死亡逃避」、對於 死亡的「趨近接受」、「中性接 受」和「逃離接受」，總量表共 有32 題。對青年、中年、老年共 300位受試者進行測試後，經由因 素分析，所得到的總變異量為 66.2%，五個分量表的 $\alpha$ 值介 於.65~.97 之間；重測信度介 於.61~.95之間。
Hungelmann、 Rossi、 Klassen 與 Stollenwerk (1996)	心靈安寧量表	個人	由「信念/信仰的面向」、「生命/ 自我的責任感」、「生命的滿意度/ 自我實現」三個概念因素擴充而 成。量表包括正反向敘述共 21 題，依五點量表方式衡量。
宋文里 (1975)	存在意識量表	高中 青少 年	探討存在哲學及心理學之文獻 後，觀察存在意識的樣態，編製 而成的自陳量表。

(續下頁)

表2-2-1 生命態度的研究工具(續)

作者	量表	對象	評估內容
何英奇 (1990b)	生命態度剖面圖	大專 生	根據 Frankl 意義治療理論的核心概念編製而成，旨在提供國內進行意義治療理論相關研究之用，量表由 39 個問題組成，經因素分析後得到「求意義的意志」、「存在無挫折」、「生命目的」、「生命控制」、「苦難接受」、「死亡接納」等六項因素。六項因素之內部一致性信度均介於.65-.87 之間，重測信度為.85；整體量表能解釋心理健康總變異量之 19.09%，具有中等預測效度。
劉淑娟 (1996)	老人生命態度量表	老人	以質性研究自行發展的生命態度測量工具，包括重視家庭生活、生活有意義、生命有尊嚴、苦難的掙扎、存在的空虛、追求生活目標、生死的命定、苦難的超越，共 36 題。得總變異量為 64.5%。

(續下頁)

表2-2-1 生命態度的研究工具(續)

作者	量表	對象	評估內容
李昱平 (2006)	青少年生命態度 量表	高中 生	修訂曾郁榆(2005) 以一般表少年及 犯罪表少年為研究對象所編製之「表 少年生命態度量表」，採分層叢集抽 樣法，調查回收之有效樣本共 1058 份，有效樣本回收率為 99.72%。內容 共有 28 題，其內涵包含「理想追尋」、 「生命自主」、「愛與關懷」、「存在 感」、「死亡態度」、「生命經驗」等六 個層面，並採 Likert (李克特) 四點 量表方式計分由「非常不同意」、「不 同意」、「同意」、「非常同意」分別給 予 1~4 分，並採取負向題反向計分的 原則。經信度考驗，本量表整體的 Cronbach' s $\alpha$ 係數為.86，各分量 表之 $\alpha$ 係數亦均在.55~.75 之間。 在效度方面，針對量表各層面題項分 別進行因素分析之結果也顯示，各分 層面均可歸納於單一因素中，故其建 構效度良好。

(續下頁)

表2-2-1 生命態度的研究工具(續)

作者	量表	對象	評估內容
黃淑芬 (2006)	兒童生命態度量表	兒童	參酌于中奎(2001)的「兒童生命態度調本問卷」、黃琇仍(2003)的「國小兒童生命態度量表」、謝曼盈(2004)的「生命態度量表」等修訂而成，內涵包括：「生命自主」、「存在感受」、「愛與關懷」、「死亡態度」等四個向度。該量表共有 42 題，整體量的 Cronbach' s $\alpha$ 係數為.765，各分量表的 Cronbach' s $\alpha$ 係數介於.65~.81 之間。
黎筱圓 (2007)	生命態度量表	護理人員	發展的生命態度量表，以謝曼盈(2003)為基礎，修正其內容，旨在研究生命態度各層面之情況，包含「生命理想」、「生命自主」、「愛與關懷」、「存在感受」、「死亡態度」和「生命經驗」六個向度。測量樣本為658 位護理人員，該量表共26 題，信度方面，測得Cronbach' s $\alpha$ 係數為.91，效度考驗各層面KMO 值分別在0.65 至.78 之間，顯示該量表之建構效度尚佳。

(續下頁)

表2-2-1 生命態度的研究工具

作者	量表	對象	評估內容
許孟琪 (2007)	生命態度量表	國小 教師	採用調查研究法探討與研究主題相關資料，研究之工具乃改編自朱苑瑜與葉玉珠(2001)之「教育信念量表」及謝曼盈(2003)之「生命態度量表」為測量工具，並抽取南投縣公立國民小學共一五四所，依教師比例隨機抽取有效樣本337人，該量表共55題，信度方面，測得Cronbach' s $\alpha$ 係數為.9544。

資料來源：摘自蔡政文(2006)；研究者增編

依據表2-2得知，最近幾年來，也有多位研究者自行開發或修改學者的生命態度方面的工具，但也因各個研究者對生命態度的界定不一，所強調的概念也不盡相同，因此，本研究採用許孟琪(2007)修訂自謝曼盈(2003)編製之「生命態度量表」為主要研究工具，乃以「理想」、「生命自主」、「存在感」、「愛與關懷」、「死亡態度」、「生命經驗」六層面作為主要內涵，此評量工具編製的年代較新，經信度考驗後，得到整體量表的Cronbach' s  $\alpha$ 係數為.9544，各分量表之 $\alpha$ 係數亦均在.6852~.8611之間，可知量表信度良好；在效度方面，各分層面之題項可歸納於單一因素中，可知量表之建構度良好且量表的題目和本研究的對象、方向及內容較為一致。

## 肆、生命態度之相關研究

在探討生命態度的相關研究，大多放在心理醫學方面較多，在教育領域的研究較少，主要有下列相關的研究，分述如下。

Frankl (1963) 提出三種生命的價值：創造性價值、經驗性價值、態度性價值。創造性價值是描述創造事物過程中所得到的成就感與喜悅；而經驗性價值則描述來自經驗所給予的感動；態度性價值是指一個人即使面臨絕望情境的時候，他仍然擁有自由，可以決定採取什麼態度去面對生命，並且可以在所採取的態度中，彰顯自身的意義與生命價值，在這三種價值中，以態度性價值和本研究最有關係。Frankl 並提出三種發現生命的途徑：

- 一、藉著對生命的付出與奉獻。
- 二、透過對於世界的感受。
- 三、對不可改之命運所持的態度。

何英奇(1990b)乃依據Frankl的意義治療理論，編製生命態度剖面圖量表，其包括「生命意義的追尋與肯定」與「存在的超越」兩大層面，其中包含六個生命態度因素：求意義的意志、存在無挫折、生命目的、生命控制、苦難接受、死亡接納。

Kay與Kerry (1996) 以質性研究方式，深入訪談40個中年人後，將生命意義的來源分為五個向度：認知成分、動機成分、情感成分、廣度和深度，並提到第六個項向度——關於自然環境的意義與經驗，並指出所有生命意義的來源都具有認知、動機和感情三種組成成份，且大部分的人對於生命的經驗，都有一致的意義詮釋架構。

何郁玲 (1999) 針對中小學教師的研究結果發現，年齡較大的教師，在生命態度剖面圖量表的表現較高，有宗教信仰者在量表的表現也較高，高生命意義感的教師之生命意義內涵依序高至低的排列為：目標、責任、自我價值、成長、快樂、服務、愛。研究結果也顯示生命態度和職業效能有正相關。而張明麗(2000)

針對幼兒教師人格特質與生命態度之研究結果，發現教師的任教年資影響其生命態度，年資在20年以內的教師其生命態度隨年資增加而愈好。此外，教師人格特質中的支配性會影響其生命態度，支配性愈明顯的人其生命態度亦愈正面。

劉淑娟（1999）對罹患慢性病老人生命態度及生活滿意度之探討中發現，教育程度、婚姻狀況、居住狀況、自覺經濟狀況、自覺健康狀況、罹病總次數等變項對罹病老人的生命態度整體與各向度（重視家庭生活、生活有意義、生命有尊嚴、苦難的掙扎、存在的空虛、追求生活目標、生死的命定、苦難的超越）有不同的影響。

張明麗（2000）以幼兒教師為研究對象，結果發現，在人格特質與生命態度方面，教師的任教年資會影響其生命態度，年資在20年以內的教師其生命態度隨年資增加而愈好。另外，教師人格特質中的支配性會影響其生命態度，支配性愈明顯的人其生命態度亦愈正面。

莊淑茹（2001）指出，經過死亡教育課程的學生，有對死亡的負向情緒降低、正向評價上升的情形。謝曼盈（2003）以182名大學生為研究對象，研究指出，在生命態度相關之生活滿意度、生活適應、生活態度、對自己生命的評價、與人建立長期關係的能力、健康狀況、家庭氣氛等因素，其生命態度量表總分比未接受生命教育選修課的學生高。曾郁榆（2005）以一般青少年及犯罪青少年之生命態度之相關研究中發現，青少年普遍具有「探索、思考自己生命理想」之傾向；青少年之整體生態度普遍趨於正向；不同背景變項之青少年，其在生命態度之整體與分層面有部分差異；青少年面對死亡相關事所反應的情緒、感受相當多元且複雜。然而，劉修吟（2004）對花蓮某大學的研究則發現「生命的認知、尊重與實踐」的生命教育課程無法顯著改變大學生的生命態度，此結果與徐慧娟（2005）對澎湖某技術學院學生實施生命教育融入軍訓護理CPR教學對學習CPR成效及生命態度之影響研究中發現，實驗組在接受生命教育融入課程後，其生命態度與對照組的生命態度並無顯著差異。

李昱平（2006）以高雄縣高中生為研究對象，研究指出，高中學生傾向擁有

正向的生命態度；高中學生面對生活中各項經驗時，傾向抱持正向接納的態度；高中學生傾向以愛與關懷的積極態度來面對及思考他人或環境存在的價值；高中學生普遍能展現自由選擇並掌握自己生命的態度；高中學生普遍能展現出肯定自己存在的意義、價值與獨特性；高中學生普遍對死亡抱持正向思考的態度；高中學生對與自己有深厚意涵的生活目標之追尋，表現出較不積極的態度；曾有「親友死亡經驗」的高中學生其生命態度整體，以及「生命自主」、「死亡態度」層面顯著優於無該經驗者。

以往國內外學者對生命態度的研究，傾向於醫學與心理方面，近年來由於國內各級學校積極推動生命教育，因此將生命態度運用在教育方面的研究也就逐年增加。以下彙整生命態度相關研究的重要成果，依據背景變項分類，作為本研究探討方向之參考，說明如下：

#### 一、性別

Baum(1988)研究發現老年人的性別與生命意義無顯著差異；國內宋文里(1975)對高中生存在意識的研究結果發現，男生的存在意識較女生為高。宋秋蓉(1992)與何郁玲(1999)的研究均發現性別在整體生命意義感上並無顯著差異存在；劉淑娟(1999)研究顯示性別對於生命態度並無絕對的影響；劉唯玉(2005)研究師資生之生命態度發現，不同性別之師資生在生命態度上有顯著差異，而且女性師資生顯著比男性師資生正向；李昱平(2005)研究發現不同性別之高中學生在生命態度部份層面有顯著差異；黃淑芬(2005)研究發現不同性別的國小高年級學童在「積極負責」、「感恩關懷」、「接納自己」、「感恩關懷」及「整體生命態度」上有顯著差異。許美蓮(2007)、黃同展(2007)亦發現不同性別高中學生生命意義感有顯著差異，且女生高於男生。賀豫所(2008)針對臺北市師範院校學生生命意義感進行研究發現，不同性別學生，在生命意義感之「生活目標」與「未來期待」上有顯著差異，女生高過於男生。

江慧鈺(2001)、吳淑華(2006)、黃文玲(2007)、江穎盈(2008)分別以國中生、國小高年級學童或大學生為對象進行研究發現，不同性別之學生，

其在生命意義感均無顯著差異。

由上述研究結果發現性別影響死亡態度與生命意義，但是部分研究發現死亡態度、生命態度不受性別之影響。性別是一項重要的變項，故研究者將性別列入探討不同性別的教保人員在生命態度的背景變項。

## 二、年齡

何郁玲(1999)研究發現年齡較大的教師，在生命態度剖面圖量表的表現較高；張明麗(2000)的研究發現年齡不影響幼兒教師的生命態度；趙安娜(2002)研究發現65-74歲的老年人的生命意義最為正向；黃子庭與林柳吟(2004)研究均顯示75歲以上老年人的生命意義感較正向；戴玉錦(2004)研究發現年齡介於30-34歲的高中職輔導教師，擁有較高的整體生命意義感；黎筱圓(2007)研究發現年齡不影響護理人員的生命態度。

由以上的研究結果可以發現，年齡對死亡態度、生命意義、生命態度的影響，國內研究尚無一致之結果，各學者亦有其不同的看法。

## 三、婚姻狀況

王素貞(1994)以台北市國小教師為對象，發現有偶組的死亡焦慮高於無偶組(包括未婚、分居、離婚及喪偶)。丘愛鈴(1989)和黃琪璘(1992)的研究發現婚姻狀況與死亡態度無關。黃宇達(1997)以大學生及中老年人為對象，研究發現已婚的中老年人的死亡焦慮顯著高於未婚者，劉淑娟(1999)對罹患慢性病老人生命態度及生活滿意度之探討中發現，婚姻狀況對罹病老人的生命態度整體與各向度(重視家庭生活、生活有意義、生命有尊嚴、苦難的掙扎、存在的空虛、追求生活目標、生死的命定、苦難的超越)有不同的影響。趙安娜(2002)研究發現婚姻狀況及年齡等變項，與生命意義呈現顯著差異；黃國城(2003)研究發現不同婚姻狀況的高雄市醫院志工，其生命意義感在「生命目的」上有顯著差異；蔡坤良(2004)研究發現有老伴的老年人有較高的生命意義感；戴玉錦(2004)的研究結果顯示，婚姻狀況不同之高中職輔導教師其生命意義感未達顯著差異，但在「生命目的」上有顯著差異；許孟琪(2006)研究發現已婚國小教師的生命態

度比未婚者較為正向。黎筱圓（2007）研究發現婚姻狀況不影響護理人員的生命態度。

由以上的研究結果可以發現，年齡不同，死亡態度和生命態度會有所不同，但也有不同的結果顯示沒有差別。

#### 四、宗教信仰

吳淑華（2006）進行青少年生命意義感之研究發現，有信仰的青少年在「生活目標」層面高於沒有信仰的青少年，李昱平（2006）亦發現，基督教信仰的高中生在生命態度的「愛與關懷」上優於無宗教信仰者。黃文玲（2007）研究國小高年級學童生命意義感發現，有家庭宗教信仰學童在生命意義感總量表及「求意義的意志」、「苦難與死亡的接納」分量表高於無家庭宗教信仰學童。江穎盈（2008）探究大學生生命意義感亦發現，有宗教信仰的大學生，其生命意義感較無宗教信仰者高，且信仰越虔誠則生命意義感越高。

江慧鈺（2001）、黃淑芬（2006）、黃同展（2007）分別以中學生或國小高年級學童為對象進行研究發現，不同宗教信仰狀況之學生，其生命態度或生命意義感均無顯著差異。

由上述的研究結果可以發現，多數學者的研究均顯示，宗教信仰不同，會對生命態度產生影響，也有出現宗教信仰和生命態度無關的研究結果。

#### 五、教育程度

劉淑娟（1996）對老年人生命態度的研究顯示教育程度愈高，生命態度愈正向；劉鴻興（2002）研究發現長期照護人員教育程度之差異對心靈安寧狀態無顯著影響；張國治（2006）研究發現高齡者教育程度較高，生命意義感亦較高；吳靜誼（2007）研究發現不同教育程度的老年人在整體生命態度及部份層面達到顯著差異水準，顯示教育程度愈高者生命態度愈正向。黎筱圓（2007）研究發現研究所畢業護理人員的生命態度高於大學畢業及技校院之護理人員。

由上述的研究結果可以發現，學者對於教育程度不同是否影響教師死亡態度有不同的看法，值得進一步探究。

## 六、任教年資

張明麗(2000)的研究發現，年資在20年以內的幼兒教師，優於年資在21年以上的幼兒教師。莊錫欽(2003)研究發現高職教師之生命意義感會因學校公私立別、任教年資、任教學校地區、學校規模、職務之不同而有顯著差異；但不會因性別、任教科目、宗教信仰之不同而有顯著差異。黎筱圓(2007)研究發現服務年資不影響護理人員的生命態度。

由以上的研究結果可以發現，服務年資對生命態度的影響，國內研究尚無一致之結果。

## 七、家庭氣氛

相關研究發現不同家庭氣氛之研究對象，其生命態度或生命意義感有顯著差異。江慧鈺(2001)進行國中生生命意義之探討發現，家庭氣氛融洽的國中生之生命意義感較高。謝曼盈(2003)研究發現，生命態度與家庭氣氛有正相關，自覺家庭氣氛愈融洽的人，愈傾向積極正向地看待生命。李昱平(2006)、許美蓮(2007)研究均發現，家庭氣氛較融洽的高中學生，其生命態度或生命意義感亦較高。

## 八、研習經驗

林嫚惠(1998)與陳秋燕(1998)研究發現參與社區研習活動的老人具有較正向的生命意義及較佳的自評健康狀況；林珠茹(2001)研究結果顯示參與社區研習活動的高齡者，其生命意義感明顯高於未參與研習活動的高齡者；莊淑茹(2001)指出，經過死亡教育課程的學生，有對死亡的負向情緒降低、正向評價上升的情形。謝曼盈(2003)的研究中顯示接受生命教育選修課程的大學生，其生命態度量表總分比未接受生命教育選修課的學生高。郭純芳(2004)針對大學生自我概念與生命態度之影響研究，亦發現實驗組在參與「β計畫」課程後，比對照組在自我概念與生命態度上有顯著的提升。曾郁榆(2005)針對一般青少年及犯罪青少年之生命態度與生命教育需求之相關研究中發現，經過生命教育課程的犯罪青少年之其生命態度也有明顯趨向正向之改變。陳慧姿(2006)研究發現參加過生命

教育研習的高中教師其靈性健康顯著較高。

劉修吟（2004）對大學生的研究則發現「生命的認知、尊重與實踐」的生命教育課程無法顯著改變大學生的生命態度。徐慧娟（2005）對澎湖某技術學院學生實施生命教育融入軍訓護理CPR 教學對學習CPR 成效及生命態度之影響研究中發現，實驗組在接受生命教育融入課程後，其生命態度與對照組的生命態度並無顯著差異。

綜觀上述文獻有關背景變項在生命態度上，發現性別、年齡、婚姻狀況、任教年資、教育程度、宗教信仰、研習經驗、家庭氣氛等皆有相關研究顯示有差異存在，部分研究則顯示無差異，尚未有一致的結論，值得進一步探究，本研究探討教保人員的生命態度，茲以教保人員的相關變項（性別、幼兒園別、合格證照、教育程度、年齡、任教年資、婚姻狀況、宗教信仰、子女數、家庭氣氛、人際關係、死亡議題、照顧重病至親經驗、研習經驗等）變項，來探究生命態度。

### 第三節 靈性健康與生命態度相關文獻探討

本章綜合前面文獻，將靈性健康和生命態度做簡短論述如下：Hawley於1993年在其《喚醒工作中的靈性》書中指出靈性是我們內在的一部份，其超越肉體及頭腦、超越對食物與肉體的需求、超脫情感、激情與慾望、記憶與健康發展，是我們超脫一切的內在本質及真正的自我（引自陳慧姿，2006）。靈性也被認為是藉著體悟人性，而意識到自己的存在及超越的感覺，知道自己活著及超越的目的，以及人要為誰或為何而活。靈性扼要的說就是以自己或他人生活的經驗來探索、追尋個人生命的意義，以超越生理與心理的限制，並能統整個體的生理、心理和社會環境（杜明勳，2003；卓妙如，2002）。

現今的研究者也認為靈性健康的提昇，有助於一個人社交和情緒的健康，並

進而達到整體的健康。Hawks (2004) 認為現今健康教育在多元、精力充沛和健康的的身體上無法協調，所以導致健康教育的失敗，因為在醫學和公共衛生的專業中，大多數的研究計劃仍承續著認為研究身體健康是有成果及價值的。但是生命態度在身體健康的範圍是非常重要的，靈性健康是一個潛在的範圍，會影響社交和情緒的健康，所以為了要達到身體和心理的健康，我們必須瞭解生活的意義在靈性廣泛的表現。

靈性是生命中一股與生俱來的力量或是信仰，靈性是可以不斷向上提升、超越的，靈性愈健康，愈能展現生命的活力，讓自我與自我、他人、環境和宇宙間締結圓滿和諧的關係。綜觀文獻所示，靈性健康之向度或評估方式，因研究對象、研究方向等不同而有所差異。本研究之研究對象為教保人員，因此採用張淑美與陳慧姿 (2007) 所編製之靈性健康量表作為研究工具，將靈性健康分成：超越逆境、與人締結、宗教寄託、活出意義、感懷自然等五個層面。

綜合學者的論述，生命態度是個體在生活中，對於和生命有關的人、事、物、或觀念，以積極正向或消極負向的態度，分成「理想」、「生命自主」、「愛與關懷」、「存在感受」、「死亡態度」、「生命經驗」六大主要層面。

對於生命存在的意義、目的以及價值，也包含個人對成長、責任、選擇、寬恕、關懷與愛、生活經驗及死亡態度等面向的認知、感受及行為傾向，正向的生命態度是一種心靈健康的狀態，能夠對目前及未來的生活事物感到有意義與目的，能夠保持內心的詳實平和，是心理健康的重要資源。生命態度是指個人對生活、生、死、生命的綜合性價值與看法，是屬於人存在的靈性健康層次，生命態度即是個人追求生命意義與價值的生命表現狀態。

國內早期對生命態度的研究，係由死亡教育及生死教育觀點，傾向於對死亡態度的研究領域，自從生命教育在國內逐漸受到教育學者重視後，生命態度的意涵也隨之擴大範圍。依據文獻探討發現多數學者均認同生命態度的意涵，除泛指個人對於生命存在的意義、目的以及價值外，也包含個人對理想、成長、選擇、責任、寬恕、關懷與愛、生命經驗及死亡態度等面向的認知、感受及行為傾向。

本研究認為生命態度是個人對追求生活的目標與意義，能珍惜生命的獨特性並掌控自己的生命，同時坦然面對死亡，盡力負起生命的責任，在經驗中學習成長，對他人能無條件、積極正向的關懷。依據上述生命態度意涵，本研究歸納出：「理想、生命自主、存在感、生命經驗、死亡態度、愛與關懷。」六項層面，用以測量教保人員的生命態度。

國內對教保人員所進行的靈性健康相關研究甚少，多數為成人、青少年、癌症病患等為研究對象居多，本研究將深入探討比較，仍將此研究列入討論。

Kay與Kerry（1996）以質性研究方式，深入訪談40個中年人後，將生命意義的來源分為五個向度：認知成分、動機成分、情感成分、廣度和深度，並提到第六個項向度——關於自然環境的意義與經驗，並指出所有生命意義的來源都具有認知、動機和感情三種組成成份，且大部分的人對於生命的經驗，都有一致的意義詮釋架構。

蕭雅竹（2003）將靈性健康分為「與人締結、活出意義、超越逆境、宗教寄託及明己心性」等五個分量表，來測量了解471位18至25歲女性護理學生的靈性健狀況，研究結果顯示研究對象得分最高的分量表是「與人締結」，總分平均為47.12分，最低的是「宗教寄託」，總分平均為20.10分，其因是青年期已經慢慢從個人的自我認同的滿足感轉移到互惠的人際關係，從互惠的人際關係中體認重視他人的重要性、學習不自私，且特別重視人際關係，運用成熟的態度營造自己的社會網絡。青春期對宗教活動或宗教信仰是比較不拘形式的，且對靈性成長的追求更甚於對宗教的熱衷，認同也接受宗教或是超自然力量存在的可能性，希望把宗教當成心靈的寄託，並得到宗教的庇祐。整體來說，研究對象之全量表總平均分數為179.64分，屬於高得分，表示其靈性健康狀態頗佳。

謝曼盈（2003）的研究中顯示接受生命教育選修課程的大學生，其生命態度量表總分比未接受生命教育選修課的學生高，郭純芳（2004）針對大學生自我概念與生命態度之影響研究，亦發現實驗組在參與「β計畫」課程後，比對照組在自我概念與生命態度上有顯著提升。曾郁榆（2005）針對一般青少年及犯罪青

少年之生命態度與生命教育需求之相關研究中發現，經過生命教育課程的犯罪青少年其生命態度也有明顯趨向正向之改變。

黃淑貞（2005）靈性健康分為「自我與自我、自我與他人、自我與環境、自我與神」等四個分量表，本研究1217位高中一、二、三年級女學生的靈性健康，結果發現在四個分量表中以自我與環境的平均分數4.74最高；再者為自我與他人，平均分數為4.22分；最低是自我與神，平均分數是3.5分。其表示高中女生皆可體認到生活週遭的生態和對大自然的環境保護與我們間的相關性；對團體有所歸感；心甘情願接受它即面對挫折，認為自己的存在是有價值的。另外有高達58.1%的人沒有宗教信仰，但相信神明是存在的。整體來說，總量表的平均數是4.14，顯示高中女生的靈性健康狀態良好。

張淑美（2006d）將國內外探討有關死亡態度的相關變項，歸納為「個人背景變項」及「環境經驗變項」。國內之研究多沿用此二分類。但變項類別之認定稍有差異，就「個人背景變項」而言，國內研究者曾探討過性別、籍貫、年齡、年級、宗教信仰、婚姻狀況、教育程度、研究訓練、學校別、學院別、居住地都市化影響程度、職業、人格特質、自我認同、自我統合、家中子女數及排行、家庭型態、家庭社經地位、家庭宗教信仰、個人健康狀況等。而「環境經驗變項」的部分，國內研究者所探討過家人討論死亡的情形、接觸死亡經驗的情形、童年的死亡經驗、工作概況、對死亡之看法、死亡教育之影響等。

然而根據上述的相關研究，發現並無針對教保人員靈性健康與生命態度的相關研究，值得進一步加以探究。

## 第三章 研究設計與實施

本研究經由前述的相關理論與文獻探討之後，採用問卷調查的方式進行資料收集及統計，藉此探討教保人員靈性健康與生命態度及其相關因素之現況及關係與差異的情形，並就個人背景因素分析與瞭解。茲就研究方法與架構、研究工具、研究樣本、研究步驟、資料處理與分析等五節，依次說明如下：

### 第一節 研究方法與架構

本研究旨在探討教保人員靈性健康與生命態度之關係，本研究之主要研究方法為問卷調查法，依研究動機與目的並參考國內外文獻，擬出研究架構，如下圖 3-1：

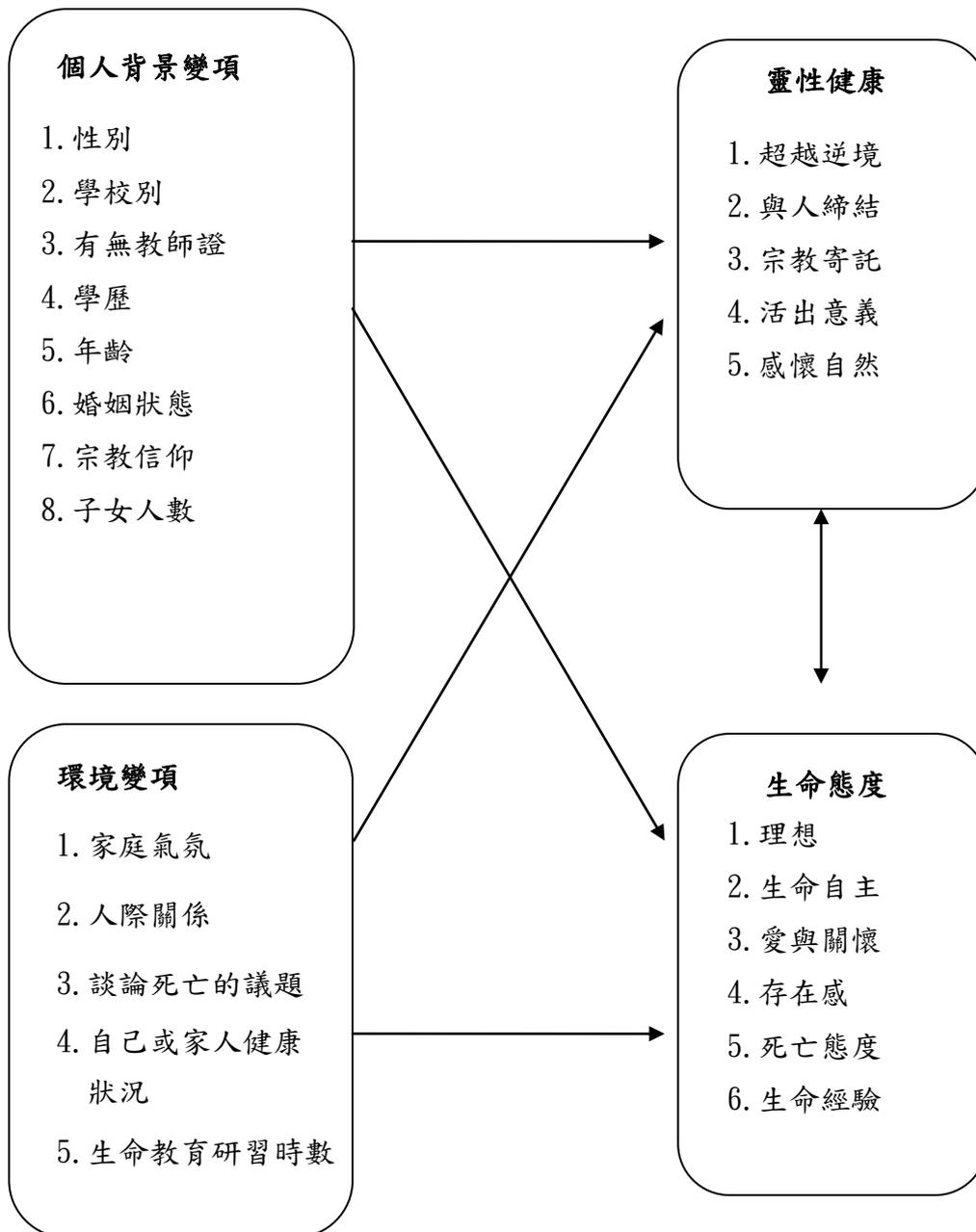


圖 3-1-1 研究架構圖

## 第二節 研究工具

本研究使用的研究工具包括下列三個部份：「個人基本資料」、研究者編修的「靈性健康量表」及「生命態度量表」。本節就研究工具的編製過程與內容說明如下：

### 壹、問卷編製過程

本研究以張淑美與陳慧姿(2006)所編製「高中教師靈性健康量表」為基礎，並參考國內外的文獻加以重新編製成「教保人員靈性健康量表」及由許孟琪(2007)所編製之「生命態度量表」作為重新編製成「教保人員生命態度量表」研究工具編訂的主要依據。為提高研究工具之內容效度，並建立其信度與效度，遂針對研究問卷進行修編，過程如下：

#### 一、建立專家內容效度

研究者根據文獻探討分析及指導教授的指正，完成「教保人員靈性健康與生命態度量表」初稿，為使量表能更具內容效度，邀請在生命教育研究、實務與測驗統計領域學有專長之專家共7位(附錄一)協助審閱問卷(專家內容效度審閱函如附錄二)，評定問卷內容效度，並依题目的「正確性」、「適用性」、「需要性」來衡量是否合宜適當，並採「三分法」，即為「適用」、「修正後適用」及「刪題」，評分後請專家學者們提供適切的修正意見。優先刪除半數以上專家學者所反對之題目，且修改專家學者所認為修正後適用之題目，並與指導教授討論後訂定為量表初稿。

#### 二、預試的實施

本研究預試的目的在檢驗經專家效度階段修訂後之「靈性健康量表」與「生命態度量表」之題項，以使正式問卷能更趨完善，來突顯研究目的；另一方面亦調整原本過多之題數，期獲得更可靠的研究結果。根據吳明隆(2005)認為預試

對象人數以問卷中包含最多題項的「分量表」的3-5倍人數為原則。

本研究經專家效度階段修訂後之「靈性健康量表」與「生命態度量表」之題項分別為49題與55題，為使正式問卷能更趨完善，因本研究以台南縣及嘉義縣教保人員為母群，按方便取樣抽取200位教保人員於99年5月進行預試，實際回收190份，問卷回收率95%。其中經檢核、剔除填答不全和固定反應卷28份，共計有效問卷162份，問卷可用率為81%。

## 貳、預試量表說明

本研究使用的研究工具包括下列三個部份：個人基本資料、教保人員靈性健康量表、教保人員生命態度量表(附錄三)。詳細說明如下：

### 一、問卷內容

#### (一)個人背景資料

個人基本資料包括：性別、學校別、是否擁有合格教師證、學歷、年齡、任教年資、婚姻狀態、宗教信仰、子女人數等九項。

1. 性別：分為男性和女性兩類。
2. 學校別：分為公立和私立兩類。
3. 是否擁有合格教師證：分未有和無兩類。
4. 學歷：分為研究所以上、大學及高中職等三類。
5. 年齡：分為29歲以下、30-39歲、40-49歲和50歲以上等四類。
6. 任教年資：分為5年以內、5年以上，未滿10年、10年以上，未滿15年、15年以上，未滿20年和20年以上等五類。
7. 婚姻狀況：分為未婚、已婚、喪偶、離婚或分居和其他等五類。
8. 宗教信仰：分為東方宗教、西方宗教、無和其他等四類。
9. 子女人數：分為無、1人、2人和3人以上等四類。

## (二)環境變項

環境變項包括:家庭氣氛、人際關係、是否曾經與家人談論死亡議題、自己或家人是否曾經有長期臥病或患有重病者(需他人協助照料)及是否參加過生命教育相關的課程等五項。

1. 家庭氣氛:分為非常好、好、普通、不好、非常不好等五類。
2. 人際關係: 分為非常好、好、普通、不好、非常不好等五類。
3. 是否曾經與家人談論死亡議題:分為有和沒有兩類。
4. 自己或家人是否曾經有長期臥病或患有重病者(需他人協助照料):分為有和否兩類。
5. 您是否曾研習過生命教育相關的課程(請以累計研習時數填答):分為半天以內、1天以上,未滿3天、3天以上,未滿5天和修滿1-2學分(18-36小時)和否等五類。

## 二、教保人員靈性健康

本研究教保人員靈性健康量表共49題,包含超越逆境9題、與人締結13題、宗教寄託8題、活出意義10題及感懷自然9題。

### (一)預試問卷的編製

本研究中所使用之教保人員靈性健康量表除蒐集相關文獻與理論外,其主要層面參考陳慧姿(2006)所編製之「高中教師靈性健康量表」,亦參考李昱平(2006)所編製之中學生的靈性健康量表,經由歸納整理並建構其內涵,經徵詢學者專家意見後,重新編製成「教保人員靈性健康量表」,修訂後之量表內涵包括「超越逆境」、「與人締結」、「宗教寄託」、「活出意義」、「感懷自然」等五個層面。

初步編擬完成的49題之「教保人員靈性健康量表」,再徵詢七位在生命教育專家、學者及實務專家等進行專家效度及指導教授的意見,針對問卷所涉及內容是否題意不明、題意重複及是否能涵蓋教師的靈性健康提出修正及增添意見(詳見附錄二),最後請指導教授指正編製而成47題的預試問卷(詳見附錄三)。

## (二) 填答及計分方式

本量表採李克特 (Likert) 五點量表方式作答，量表計分方式由「非常同意」、「同意」、「普通」、「不同意」、「非常不同意」分別給予 5、4、3、2、1 分，將本量表題目加總後成為「整體靈性健康」，受試者量表總分愈高的人，代表教師靈性健康狀態愈好。

## (三) 靈性健康量表預試分析

### 1. 題項分析

將預試有效問卷 162 份，進行獨立樣本 t 檢定，以內部一致性效標分析法 (criterion of internal consistency)，針對「教保人員靈性健康量表」所得資料求取決斷值 (critical ratio, CR)，以瞭解各題目之鑑別度作為選題依據，當決斷值大於 4 且達顯著水準時，表示該題項具有鑑別力，則予以保留，之後再以因素分析來進行題目分量表的分類。結果如表 3-2-1：

表 3-2-1 預試獨立樣本 t 檢定

題號	F 檢定	決斷值(t)	顯著性	備註
S1	1.020	-5.682	.000	***
S2	2.331	-4.560	.000	***
S3	.257	-4.063	.000	***
S4	2.134	-7.727	.000	***
S5	.046	-5.366	.000	***
S6	.001	-7.962	.000	***
S7	.329	-6.841	.000	***
S8	1.399	<b>-3.108</b>	<b>.003</b>	刪題
S9	.070	-6.296	.000	***
S10	.172	-7.535	.000	***
S11	2.591	-6.844	.000	***
S12	14.770	-8.584	.000	***
S13	2.362	<b>-3.709</b>	.000	刪題

(續下頁)

表3-2-1 預試獨立樣本t 檢定(續)

題號	F 檢定	決斷值(t)	顯著性	備註
S14	9.845	-6.334	.000	***
S15	.132	-6.490	.000	***
S16	1.825	-7.535	.000	***
S17	.048	-7.991	.000	***
S18	18.783	-10.868	.000	***
S19	5.205	-8.696	.000	***
S20	5.007	-9.143	.000	***
S21	.553	-7.494	.000	***
S22	.642	-7.073	.000	***
S23	5.829	-7.915	.000	***
S24	1.349	-9.932	.000	***
S25	7.080	-7.979	.000	***
S26	.526	-10.396	.000	***
S27	14.592	-9.315	.000	***
S28	.113	-11.432	.000	***
S29	1.201	-12.391	.000	***
S30	1.113	-11.425	.000	***
S31	20.554	-6.248	.000	***
S32	.575	-8.714	.000	***
S33	1.280	-8.887	.000	***
S34	2.815	-8.532	.000	***
S35	2.695	-8.352	.000	***
S36	.238	-8.323	.000	***
S37	1.138	-6.165	.000	***
S38	.142	-9.199	.000	***
S39	.001	-8.569	.000	***
S40	2.681	-7.762	.000	***
S41	2.918	-9.822	.000	***
S42	20.995	-11.770	.000	***
S43	20.768	-11.064	.000	***
S44	17.147	-9.099	.000	***
S45	8.487	-10.464	.000	***
S46	6.156	-9.157	.000	***

(續下頁)

表3-2-1 預試獨立樣本t 檢定(續)

題號	F 檢定	決斷值(t)	顯著性	備註
S47	5.133	-9.534	.000	***
S48	13.718	-11.145	.000	***
S49	20.724	-10.838	.000	***

\*p<.5 \*\*p<.01 \*\*\*p<.001。因第8題及第13題未達決斷值標準，因此予以刪題。

## 2. 因素分析

題項分析後再以因素分析進行題目篩選，本量表是採用主成份分析法(Principal-axis factoring)，並選用最大變異法(Varimax)進行正交轉軸，抽取最大變異的因素，並以此結果分為五個分量表做為正式問卷之用。五個分量表分別為：(1) 超越逆境、(2) 與人締結、(3) 宗教寄託、(4) 活出意義、(5) 感懷自然。因素分析結果如表3-2-2：

表3-2-2 因素分析表

轉軸後的成份矩陣(a)		成 份				
		1	2	3	4	5
宗教寄託	S30	.793				
	S28	.787				
	S29	.774				
	S26	.739				
	S24	.725				
	S25	.694				
	S31	.655				
	S27	.633				
	S33	.538				
	S10	.441				

(續下頁)

表3-2-2 因素分析表(續)

轉軸後的成份矩陣(a)		成 份				
		1	2	3	4	5
感懷自然	S48		.767			
	S43		.701			
	S42		.701			
	S47		.675			
	S45		.657			
	S49		.652			
	S46		.639			
	S44		.631			
	S41		.557			
	S2		.523			
	S38		.466			
與人締 結	S16			.748		
	S17			.731		
	S18			.699		
	S21			.679		
	S14			.661		
	S22			.661		
	S23			.570		
	S12			.553		
	S15			.517		
	S20			.486		
	S19			.476		
活出意義	S32			.413		
	S9			.403		
	S11			.360		
	S37				.696	
	S36				.663	
	S40				.658	
	S39				.612	
S34				.583		
S35				.546		

(續下頁)

表3-2-2 因素分析表(續)

轉軸後的成份矩陣(a)	成 份				
	1	2	3	4	5
超越逆境 S4					.724
S6					.702
S5					.689
S7					.674
S3					.635
S1					.480

### 3. 信度分析

由於本量表屬於 Likert Scale 五點量表形式，因此採用 Cronbach' s Alpha 係數來考驗本量表的信度。考驗結果其  $\alpha$  係數為 .722，表示本量表有不錯的內部一致性。

表 3-2-3 信度統計量

Cronbach's Alpha 值	以標準化項目為準的	
	Cronbach's Alpha 值	項目的個數
.962	.963	47

### 三、教保人員生命態度

本研究教保人員生命態度量表預試共55題，包含理想10題、生命自主8題、存在感11題、愛與關懷12題、死亡態度6題及生命經驗8題。

#### (一) 預試問卷的編製

本研究中所使用之教保人員生命態度量表除蒐集相關文獻與理論外，其主要層面參考許孟琪(2007)所編製之「生命態度量表」，亦參考李昱平(2006)所編製之中學生的生命態度量表，經由歸納整理並建構其內涵，經徵詢學者專家意見後，重新編製成「教保人員生命態度量表」，修訂後之量表內涵包括「理想」、「生命自主」、「愛與關懷」、「存在感」、「死亡態度」與「生命經驗」等六

個層面。

初步編擬完成的55題之「生命態度量表」，再徵詢七位在生命教育專家、學者及實務專家等進行專家效度及指導教授的意見，針對問卷所涉及內容是否題意不明、題意重複及是否能涵蓋教師的靈性健康提出修正及增添意見（詳見附錄二），最後請指導教授指正編製而成46題的預試問卷（詳見附錄三）。

## （二）填答及計分方式

本量表採李克特(Likert)五點量表方式作答，量表計分方式由「非常同意」、「同意」、「普通」、「不同意」、「非常不同意」分別給予5、4、3、2、1分，將本量表題目加總後成為「整體靈性健康」，受試者量表總分愈高的人，代表教師靈性健康狀態愈好。

## （三）靈性健康量表預試分析

### 1. 題項分析

將預試有效問卷162份，進行獨立樣本t檢定，以內部一致性效標分析法(criterion of internal consistency)，針對「教保人於生命態度量表」所得資料求取決斷值(critical ratio, CR)，以瞭解各題目之鑑別度作為選題依據，當決斷值大4且達顯著水準時，表示該題項具有鑑別力，則予以保留，之後再以因素分析來進行題目分量表的分類。結果如表3-2-4：

表3-2-4 預試獨立樣本t 檢定

題號	F 檢定	決斷值(t)	顯著性	備註
L1	.017	-7.242	.000	***
L2	.703	-5.832	.000	***
L3	.312	-8.205	.000	***
L4	4.473	-6.784	.000	***
L5	1.935	-4.586	.000	***
L6	4.625	-4.142	.000	***
L7	7.969	-6.672	.000	***
L8	3.562	-3.147	.002	刪題
L9	7.842	4.101	.000	***
L10	1.693	-1.653	.102	刪題
L11	1.381	-7.329	.000	***
L12	3.081	-7.104	.000	***
L13	.045	-2.997	.004	刪題
L14	.336	-5.396	.000	***
L15	4.712	-6.861	.000	***
L16	.126	-5.607	.000	***
L17	.214	-3.870	.000	刪題
L18	1.191	-7.096	.000	***
L23	.440	-5.222	.000	***
L24	.314	-4.804	.000	***
L25	.614	-6.947	.000	***
L26	.007	-4.892	.000	***
L27	.320	-5.816	.000	***
L28	2.952	-6.229	.000	***
L29	.082	-8.515	.000	***
L30	.001	-4.654	.000	***
L31	1.010	-5.133	.000	***
L32	5.955	-6.751	.000	***
L33	.055	-6.752	.000	***
L34	.325	-8.348	.000	***
L35	6.128	-8.390	.000	***
L36	.111	-4.218	.000	***
L37	1.131	-6.836	.000	***

(續下頁)

表3-2-4 預試獨立樣本t 檢定(續)

題號	F 檢定	決斷值(t)	顯著性	備註
L38	.019	-7.468	.000	***
L39	.301	-6.674	.000	***
L40	.071	-5.201	.000	***
L41	.153	-6.773	.000	***
L42	.000	-6.594	.000	***
L43	7.781	-3.994	.000	刪題
L44	4.529	-6.385	.000	***
L45	1.461	-2.167	.033	刪題
L46	.395	-8.257	.000	***
L47	.489	-6.059	.000	***
L48	2.304	-6.351	.000	***
L49	.268	-3.591	.001	刪題
L50	1.023	-7.694	.000	***
L51	2.943	-3.813	.000	刪題
L54	2.793	-8.596	.000	***
L55	7.138	-8.272	.000	***

\*p<.5    \*\*p<.01    \*\*\*p<.001

因第8題、第10題、第13題、第17題、第31題、第43題、第45題、第49題及第51題未達決斷值標準，因此予以刪題。

## 2. 信度考驗

題項分析後再以因素分析進行題目篩選，本量表主要結構仍依據原作者之因素選取，經過項目分析後共刪減不適宜試題10題，故正式問卷共計46題，總量表之Cronbach  $\alpha$ 係數為.931，參見表3-2-4 所示。六個分量表分別為：(1) 理想、(2) 生命自主、(3) 存在感、(4) 愛與關懷、(5) 死亡態度及(6)生命經驗。信度考驗結果如表3-2-5：

表3-2-5 信度考驗摘要表

分量表名稱	Cronbach $\alpha$ 係數	預試題號	正式題號
理想	<b>.741</b>	1	1
		5	5
		12	10
		22	18
		28	24
		32	27
		38	33
		42	37
		48	41
生命自主	<b>.645</b>	18	14
		27	23
		33	28
		37	32
		50	42
愛與關懷	<b>.763</b>	3	3
		7	7
		14	11
		19	15
		23	19
		29	25
		36	31
		46	39
		53	44
死亡態度	<b>.627</b>	21	17
		25	21
		47	40
		55	46

(續下頁)

表3-2-5 信度考驗摘要表(續)

分量表名稱	Cronbach $\alpha$ 係數	預試題號	正式題號
生命經驗	<b>.725</b>	4	4
		11	9
		16	13
		26	22
		35	30
		41	36
		54	45
總計	Cronbach $\alpha=.931$		46 題

### 參、正式量表內涵

#### 一、個人背景變項

本研究為探討台灣南部地區（包含台中縣市、彰化縣市、雲林縣市、嘉義縣市及台南縣市）公私立立案幼稚園教保人員靈性健康與生命態度之情形，基本資料包括「性別」、「學校別」、「有無教師證」、「教育程度」、「年齡」、「任教年資」、「婚姻狀況」、「宗教信仰」、「子女數」、「家庭氣氛」、「人際關係」。

#### 二、環境變項

本研究環境變項包含「討論死亡相關議題」、「長期臥病或患有重病者」、「生命教育相關課程時數」。

#### 三、靈性健康

本研究靈性健康正式量表共 47 題，包含五個層面的定義分別敘述如下：

##### （一）超越逆境

遭遇挫折時以面對、轉念、接納及尋求協助等方式，激發個體潛能、獲得自我成長。

表3-2-6 超越逆境層面子題

題 目	題 號
<b>教保人員對超越逆境整體層面</b>	
我心靈的力量幫助我順應生命的起伏。	1
我認為生活中的逆境對我是有意義的。	6
即使遭遇生命中的挫折或變故，我仍能坦然面對。	11
即使遭遇挫折，我仍相信人生是美好	16
遭遇挫折時，我相信自己有自我療傷能力。	21
我可以從處理挫折的過程中體悟自我的價值。	26
我擁有自己的內在潛能。	31
我覺得美好的音樂能撫慰人的心靈。	36
當我困頓時，進行禪坐、冥想、靈修，會帶給我心靈上的安頓。	41
<b>n=889</b>	

(二) 與人締結

不顧世間利害，認同他人存在的意義與價值，重視並致力於與人關係的營造；此關係並非基於過去之交情，而是瞬間的惻隱之心。

表3-2-7 與人締結層面子題

題 目	題 號
<b>教保人員對與人締結整體層面</b>	
對於他人的疏失，我會選擇寬恕。	2
我喜歡與家人或親友共度閒暇、參與活動。	7
我看到別人有成就時，我會替他感到高興。	12
當我有困難時，我相信可以獲得親友的幫助。	17
我會用愛與人相處。	22
我可以與團體中大多數的人相處得很好。	27
和諧的家庭關係和人際關係對我很重要。	32
我的生活有歸屬感（隸屬於家庭、學校等團體）。	37
我認為不求回饋地服務他人是一種喜樂。	42
重要他人的支持是讓我克服人生困境的重要因素。	44
對於需要協助的人，我願意無條件伸出援手。	45
我經常在內心送祝福給需要的人。	47
<b>n=889</b>	

### (三) 宗教寄託

個人對宗教信仰的認同與仰賴程度，希冀從信仰與宗教活動中，得到心靈的寄託與庇祐，讓自己平安順遂。

表3-2-8 宗教寄託層面子題

題 目	題號
<b>教保人員對宗教寄託整體層面</b>	
我相信宗教或信念可以幫助自己渡過難關。	3
我會閱讀與宗教有關的書籍或報章雜誌。	8
當我參與宗教活動時(例如：禱告、求神問卜、拜拜、禪坐…等)，常帶給我很大的寄託。	13
我相信有神(例如：天主、上帝、老天爺、神明、佛祖、菩薩等)的庇祐，可以令我感到心安。	18
我能藉著宗教信仰的力量達到心靈的成長。	23
宗教信仰帶給我正面積極的力量。	28
我相信宗教的靈修可以得到身心靈的平安。	33
我常主動參與宗教團體的活動。	38
<b>n=889</b>	

### (四) 活出意義

了解自己存在的目的、意義與價值，透過不同作為展現屬於自己的生命意義。

表3-2-9 活出意義層面子題

題 目	題號
<b>教保人員對活出意義整體層面</b>	
我相信每一個人都有他存在所需面對的人生課題。	4
不斷地追尋生命意義能讓我的心靈感到踏實。	9
我的生命是有意義和目標的。	14
我會思索或探究與生命意義有關的課題。	19
我會盡力扮演好自己人生中的角色。	24
我會思考並規劃自己的人生。	29
我相信靈性的涵詠及成長會為我們的生命帶來意義、活力與能量。	34
我會朝自己規劃的人生方向努力，讓生活過得充實有意義。	39
不論現況如何，我對未來都充滿希望。	43
我認為命運中的際遇，皆有其隱含的道理。	46
<b>n=889</b>	

#### (五) 感懷自然

面對宇宙自然時能心存敬畏與感恩，並用虔敬態度從中體驗，以尋求個體心靈之安適，激發超越自我潛能，建立和諧的天人關係。

表3-2-10 感懷自然層面子題

題 目	題號
<b>教保人員對感懷自然整體層面</b>	
親近大自然讓我感到身心靈的安頓。	5
聆聽自然的天籟，使我心靈平和。	10
我認為每個個體都是生活環境中重要的組成份子。	15
我覺得自己的生存和所有的天地萬物是息息相關。	20
人類靈性健康和天地萬物是息息相關的。	25
我相信自然有治癒身心疾病的力量。	30
在山水美景之間，經常讓我感受到生命的神聖與美妙。	35
我感恩偉大造物者創造每個獨一無二的生命。	40
<b>n=889</b>	

#### 四、生命態度

本研究生命態度量表共 46 題，包括六層面的定義(謝曼盈，2003) 分別敘述如下：

##### (一) 存在感

係指個體能肯定自己存在的意義與價值，掌握自己獨特意義性的程度。得分越高，表示越能肯定自己存在的意義與價值，並且生活過得越充實。

表3-2-11 教保人員存在感層面子題

題 目	題號
<b>教保人員對存在感整體層面</b>	
我常覺得能活著就是一件值得快樂的事情。	12
我熱愛我的生命。	29

續下頁

表3-2-11 教保人員存在感層面子題(續)

題目	題號
我知道我是獨一無二的，我的存在對某些人的意義重大。	38
我能充實的過每一天。	6
我喜歡現在的我。	2
我知道我為誰而活，為何而活。	20
我認為沒有人會在乎我的存在。	16
我不覺得自己的存在，對別人有甚麼意義。	43
我經常覺得生活很無聊，有許多事情令人心煩。	26
當我試著去了解我存在的意義時，我會變得困惑且沮喪。	8
我不滿意我自己現在的狀況，但又覺得無力改善它。	34

n=889

## (二)愛與關懷

係指個體對他人的存在，所表現出來的正向和諧態度。得分越高，表示對他人的存在，越趨向表現出正向和諧之態度。

表3-2-12 教保人員愛與關懷層面子題

題目	題號
<b>教保人員對愛與關懷整體層面</b>	
這世界上，有真正值得我在乎的人或事物。	3
我由付出中獲得自我的肯定與喜悅。	44
對於家人，我總是不斷付出關愛。	31
我總是希望自己有能力的為他人帶來快樂。	11
藉由關懷與助人，讓我找到自己生命的意義與價值。	39
說真的，我不太想去關心任何人。	25
我不在乎別人發生了什麼事。	35
我關心其他人的處境，即便我和他並不認識。	19
我認為生命只要為自己而活就可以了。	7
我只關心那些和我有關的事物。	15

n=889

### (三)死亡態度

係指對死亡所抱持的態度，該部分為反向計分題，得分越高，表示越能以正向的態度面對死亡的問題。

表3-2-13 教保人員死亡態度層面子題

題目	題號
<b>教保人員對死亡態度整體層面</b>	
我雖然無法決定死亡，但我可以決定如何過每一天。	17
縱使到了人生的晚年，我依舊會積極、快樂的過生活。	46
我希望在生命的最後一刻能告訴自己，我的一生活得很滿意而且沒有遺憾。	21
死亡是一件可怕的事，我不願意去想。	40

n=889

### (四)理想

係指個體對於認為值得投入心力去完成之目標的追尋。得分越高，表示在生活中越能擁有值得投入心力去完成之目標。

表3-2-14 教保人員理想層面子題

題目	題號
<b>教保人員對理想整體層面</b>	
我相信在這個世界上，有一個等待我去實現的夢想。	1
我勇於追求我想要的生活目標。	33
我知道什麼是我想要的生活。	24
投入與實踐生命的理想，使我的生活有了意義與方向。	41
說真的，我沒有什麼真正想做的事。	10
我總是得過且過，覺得過一天算一天。	37
每當我思索自己生命的理想時，我總是覺得茫然。	27
對我而言，理想是件遙不可及的事。	18
我不知道在生命中，我真正想要的是什麼。	5

n=889

### (五)生命經驗

係指個體對生活中的各種經驗所採取的正向接納態度。得分越高，表示越能以積極正向的態度來看待經驗。

表3-2-15 教保人員生命經驗層面子題

題目	題號
<b>教保人員對生命經驗整體層面</b>	
我相信廣闊的人生體驗，會使我的生命更豐盛。	45
在挫折裡，我獲得很多寶貴的人生經驗。	36
我希望在生命的旅程中可以經歷一些挫折與考驗。	4
我相信我能克服生命的困境。	9
我認為經歷痛苦對我的人生是有意義的。	22
面對生命中的挫折與打擊，我總是怨天尤人。	30
我認為在逆境中，人往往只能接受命運的擺佈。	13

n=889

### (六)生命自主

係指個體對於對自己的生命進行自由選擇並自行負責的態度。得分越高，表示越能主導自己的生命，為自己的生命負責。

表3-2-16 教保人員生命自主層面子題

題目	題號
<b>教保人員對生命自主整體層面</b>	
我相信擁有美好人生的關鍵，在於自己的努力。	42
我會對自己做的決定，擔負起責任。	14
我認為，我的態度可以改變我的命運。	32
我認為，我需對自己的現狀負直接的責任。	23
無論我怎麼做，我都沒有辦法掌握自己的人生。	28

n=889

### 第三節 研究樣本

#### 壹、母群體

本研究對象以 2010 年台中縣市、彰化縣、雲林縣、嘉義縣市及台南縣市等公私立立案幼稚園擔任教保工作之教保人員為本研究之母群體(target population)。

#### 貳、抽樣方法與程序

本研究採隨機取樣法，本研究以台中縣市、彰化縣市、雲林縣市及嘉義縣市等立案之幼稚園教師為研究對象，依照教育部統計處網路(2010)公布之幼稚園概況表公布，台中縣立案幼稚園教師人數共 642 人、台中市立案幼稚園教師人數共 1,215 人，台中縣市共計 1,857 人；彰化縣立案幼稚園教師人數共計 596 人；雲林縣立案幼稚園教師人數共 483 人；嘉義縣立案幼稚園教師人數共 323 人，嘉義市立案幼稚園教師人數共 260 人，嘉義縣市共計 583 人；台南縣立案幼稚園教師人數共 1,143 人，台南市立案幼稚園教師人數共 639 人，台南縣市共計 1,782 人，共計 5301 位教保人員為母群體，依據蓋依(Gay)指出，若母群體多於 500，其抽樣樣本數至少佔 10%作為研究對象，反之若母群體少於 500，於抽取樣本數至少百分之 20%，故本研究母群體 5,301 位教保人員，從中抽取  $5,301 \times 10\% = 530$  位教保人員作為研究對象其中，台中縣市抽取  $(1,857/5,301) \times 530 = 0.35 \times 530 \doteq 185.5$  並以四捨五入方式進位抽取 186 人，彰化縣抽取  $(596/5,301) \times 530 = 0.112 \times 530 \doteq 59.36$  抽取 59 人，雲林縣抽取  $(483/5,301) \times 530 = 0.091 \times 530 \doteq 48.23$  並以四捨五入方式進位抽取 48 人，嘉義縣市抽取  $(583/5,301) \times 530 = 0.109 \times 530 \doteq 57.77$  並以四捨五入方式進位抽取 58 人，台南縣市抽取  $(1,782/5,301) \times 530 = 0.336 \times 530 \doteq 178.08$  並以四捨五入方式進位抽取 178 人。為避免園所無法配合或樣本流失，本研究樣本將多抽取百分之五，抽取人數為上

列之二分之一。正式樣本抽取如表 3-3-1。

表 3-3-1 正式樣本抽取表

單位：人數

縣市	母群體	樣本	共計抽取
台中縣	642	64	186
台中市	1215	122	
彰化縣	596	59	59
雲林縣	483	48	48
嘉義縣	323	32	58
嘉義市	260	26	
台南縣	1143	114	178
台南市	639	64	
小計			529 位教保人員

※包含多抽取 20%

選取樣本園所後以電話詢問是否願意接受調查，惠允者則寄上問卷，約一周後再以電話詢問，解答問題及請求寄回。有的園所甚至要多次聯絡，他們也被研究者的熱情感動，這就是高回收率的原因。本研究自 2010 年 6 月起截至 2010 年 9 月止實際發出 980 份問卷，實際回收 923 份，回收率 94.18%，剔除無效問卷 34 份後，得到有效問卷 889 份，佔全部受試樣本之 90.71%，如表 3-3-2。

表 3-3-2 正式樣本一覽表

縣市	發出	回收	可用	可用率(%)
台中市	230	214	201	87.39
台中縣	122	107	100	81.97
彰化縣市	110	107	105	95.45
雲林縣市	110	102	97	88.18
嘉義縣	55	52	51	92.73
嘉義市	41	41	41	100
台南縣	180	176	174	96.67
台南市	132	124	120	90.90
總計	980	923	889	90.71

## 第四節 實施步驟

步驟如下圖：

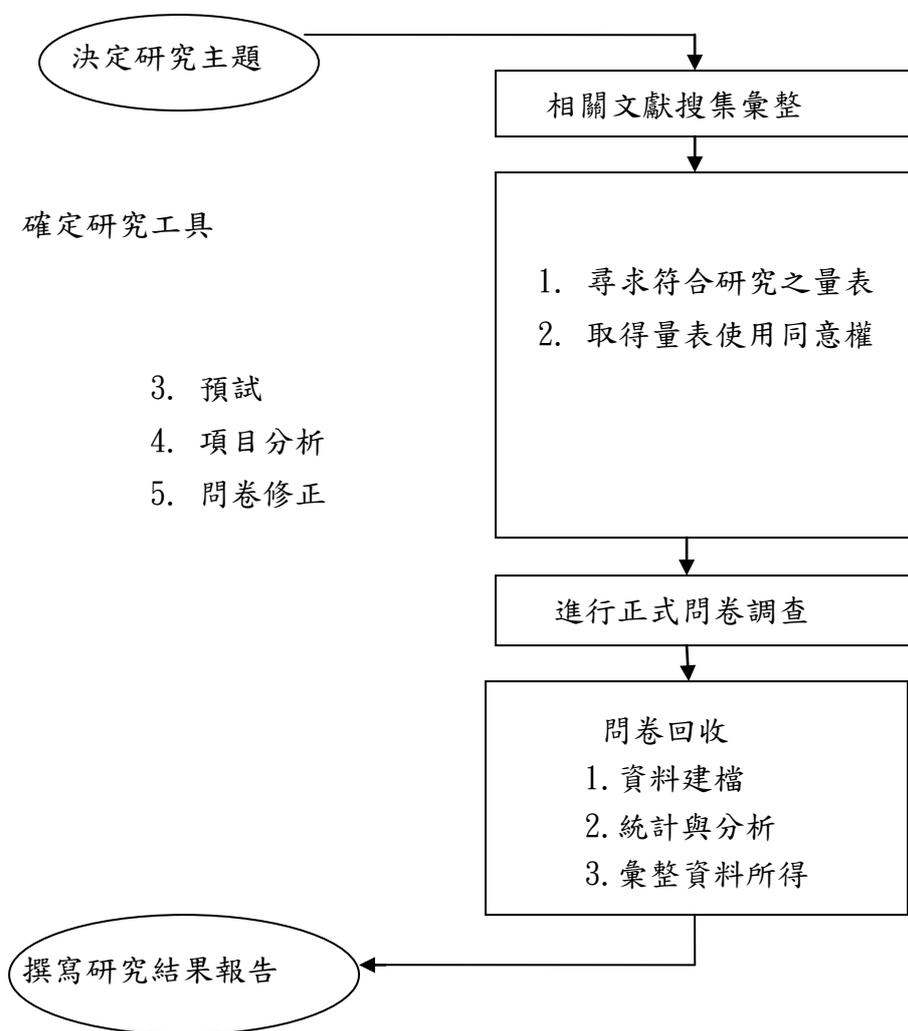


圖 3-4-1 「教保人員靈性健康與生命態度之探討」研究流程

## 第五節 資料處理

依據本研究目的及研究假設，採用下列統計方法進行：

### 一、描述性統計

以平均數、標準差、及百分比統計教保人員個人及環境背景變項。

### 二、推論性統計

#### (一) 獨立樣本 t 檢定

在本研究中用 t 檢定探討「教保人員靈性健康與生命態度」，是否因教保人員性別、學校別、有無教師證等變項不同而有所差異。

#### (二) 單因子變異數分析 (One-Way ANOVA, independent samples)

在本研究中使用單因子變異數分析探討學歷、年齡、婚姻狀態、宗教信仰、子女人數、家人健康狀態、生命教育研習，考驗教保人員靈性健康與生命態度是否有顯著差異。

#### (三) 皮爾遜積差相關 (Pearson Product Moment Correlation)

考驗教保人員靈性健康是否與生命態度有顯著關係。

## 第四章 研究結果與討論

本章分為四節，分別探討樣本特質之描述與分析、探討不同背景的教保人員靈性健康的現況及差異分析、探討不同背景的教保人員在生命態度的現況及差異分析及探討教保人員之靈性健康與生命態度的相關情形。

### 第一節 樣本特質描述與分析

本節旨在瞭解教保人員生命態度與人際關係的現況。茲將結果分述如下：

#### 壹、樣本資料分析

本研究樣本分配如4-1-1及4-1-2:

##### 一、不同個人背景變項之教保人員樣本分配

###### (一) 性別及學校別

研究樣本中男性人數佔 2.9%、女性佔 97.1%；在公立任教佔 20.2%，擁有教師證的教保人員佔 86.7%、無教師證者佔 13.3%，私立任教佔 79.8%，擁有教師證的教保人員佔 32.3%、無教師證者佔 67.7%。

###### (二) 教保人員擁有教師證情形

本研究擁有教師證的教保人員佔 43.3%、無教師證者佔 56.7%。

###### (三) 教保人員教育程度分佈

本研究在擁有研究所以以上(包含研究所)教育程度的教保人員佔 6.4%、就讀大學教保人員佔 85.5%、就讀高中職以下之教保人員(含高中職)佔 8.1%。

###### (四) 教保人員年齡分布

本研究未滿 30 歲教保人員佔 36.7%、就 30-40 歲教保人員佔 45.1%、就 40-50 歲教保人員佔 13.2%、50 歲以上教保人員佔 5.1%。

###### (五) 教保人員任教年資分布

本研究任教年資在未滿 5 年教保人員佔 33.2%、任教年資在 5-10 年教保人

員佔 26.8%、任教年資在 10-15 年教保人員佔 20.0%、任教年資在 15-20 年教保人員佔 10.8%、任教年資在 20 年以上教保人員佔 9.2%。

#### **(六) 教保人員對婚姻狀況與子女數分布**

本研究未婚之教保人員佔 48.1%、已婚之教保人員佔 50.4%、喪偶之教保人員佔 0.2%、離婚或分居之教保人員佔 1.2%；無子女之教保人員佔 51.4%、育有 1 子女之教保人員佔 13.9%、育有 2 子女之教保人員佔 26.7%、子女 3 人以上之教保人員佔 8.0%。

#### **(七) 教保人員之宗教信仰分布**

本研究無宗教信仰之教保人員佔 27.4%、東方宗教信仰之教保人員佔 63.3%、西方宗教信仰之教保人員佔 7.6%、其他宗教信仰之教保人員佔 1.6%。

#### **(八) 教保人員家庭氣氛**

本研究家庭氣氛非常好的教保人員佔 32.6%、家庭氣氛好的教保人員佔 42.1%、家庭氣氛普通的教保人員佔 22.8%、家庭氣氛不好的教保人員佔 2.2%、家庭氣氛非常不好的之教保人員佔 0.2%。

#### **(九) 教保人員人際關係分布**

本研究人際關係非常好的教保人員佔 19.9%、好的佔 59.8%、普通者佔 20.0%、不好者佔 0.2%。

表4-1-1 不同個人變項教保人員之樣本分配

變項		人數(N)	百分比(%)
性別	男性	26	2.9
	女性	863	97.1
學校別	公立	180	20.2
	有教師證	156	86.7
	無教師證	24	13.3
	私立	709	79.8
	有教師證	229	32.3
	無教師證	480	67.7
有無教師證	有	385	43.3
	無	504	56.7
教育程度	研究所以上	57	6.4
	大學	760	85.5
	高中職	72	8.1
年齡	未滿 30 歲	326	36.7
	30-40 歲	401	45.1
	40-50 歲	117	13.2
	50 歲以上	45	5.1
任教年資	未滿 5 年	295	33.2
	5-10 年	238	26.8
	10-15 年	178	20.0
	15-20 年	96	10.8
	20 年以上	82	9.2
婚姻狀況	未婚	428	48.1
	已婚	448	50.4
	喪偶	2	0.2
	離婚或分居	11	1.2
宗教信仰	無	244	27.4
	東方宗教	563	63.3
	西方宗教	68	7.6
	其他宗教	14	1.6
子女數	無	457	51.4
	1 人	124	13.9
	2 人	237	26.7
	3 人以上	71	8.0
家庭氣氛	非常好	290	32.6
	好	374	42.1
	普通	203	22.8
	不好	20	2.2
	非常不好	2	0.2

n=889

(續下頁)

表4-1-1 不同個人背景變項教保人員之樣本分配(續)

變項	人數(n)	百分比(%)	
人際關係	非常好	177	19.9
	好	532	59.8
	普通	178	2.0
	不好	2	0.2

n=889

## 二、不同個人環境變項教保人員人數分析

### (一) 教保人員家中討論死亡相關議題狀況

本研究之教保人員在家曾經討論死亡相關議題的教保人員佔 54.3%，從未在家討論死亡相關議題的教保人員佔 45.7%。

### (二) 教保人員自身或家屬曾經有長期臥病或患有重病者之分布情形

本研究自身或家人曾經有長期臥病或患有重病者之教保人員佔42.0%，不曾有長期臥病或患有重病者佔58.0%。

### (三) 教保人員修習生命教育相關課程時數狀況

本研究沒有修習活或研習生命教育課程之教保人員佔 29.2%、修習半天以內生命教育課程或研習者 13.2%，修習 6-18 小時生命教育課程者佔 30.7%、修習 19-36 小時者佔 15.0%、修習 37 小時以上者佔 11.9%。

表 4-1-2 不同個人環境經驗變項教保人員之樣本分配

變項	人數(n)	百分比(%)	
討論死亡相關議題	有	483	54.3
	無	406	45.7
長期臥病或患有重病者	有	373	42.0
	無	516	58.0

n=889

(續下頁)

表 4-1-2 不同個人環境經驗變項教保人員之樣本分配(續)

變項		人數(n)	百分比(%)
生命教育研習時數	無	260	29.2
	半天以內	117	13.2
	6-18 小時	273	30.7
	19-36 小時	133	15.0
	37 小時以上	106	11.9

n=889

## 第二節 教保人員靈性健康之現況及差異分析

本節將探討教保人員靈性健康，得分愈高表示教保人員靈性健康愈正向。

### 壹、教保人員之靈性健康之探討

#### 一、教保人員之靈性健康

由表4-2-1 可知，平均得分最高的是「與人締結」，平均達4.14 分，；其次為「感懷自然」，平均4.13分；「活出意義」平均4.03 分；「超越逆境」平均3.94分。平均得分最低的則是「宗教寄託」，平均為3.71 分。整體而論，故教保人員的靈性健康狀況良好。

表 4-2-1 教保人員之靈性健康

層面	平均數	標準差	題數
<b>整體層面</b>	<b>4.00</b>	<b>.452</b>	<b>47</b>
超越逆境	3.94	.476	9
與人締結	4.14	.448	12
宗教寄託	3.71	.631	8
活出意義	4.03	.505	10
感懷自然	4.13	.522	8

n=889

(一) 教保人員超越逆境層面

由表 4-2-2 所示，各題的平均數介於 3.44 至 4.36 之間。其中「我覺得美好的音樂能撫慰人的心靈」的平均數最高為 4.36，而「當我困頓時，進行禪坐、冥想、靈修，會帶給我心靈上的安頓」的平均數為最低為 3.44。

表4-2-2 教保人員超越逆境層面子題

題 目	平均數	標準差	題號
<b>教保人員對超越逆境整體層面</b>	<b>3.94</b>	<b>.695</b>	
我覺得美好的音樂能撫慰人的心靈。	4.36	.670	36
我心靈的力量幫助我順應生命的起伏。	4.05	.653	1
我可以從處理挫折的過程中體悟自我的價值。	4.03	.634	26
我擁有自己的內在潛能。	4.00	.658	31
我認為生活中的逆境對我是有意義的。	3.97	.669	6
遭遇挫折時，我相信自己有自我療傷能力。	3.92	.670	21
即使遭遇挫折，我仍相信人生是美好	3.91	.712	16
即使遭遇生命中的挫折或變故，我仍能坦然面對。	3.86	.722	11
當我困頓時，進行禪坐、冥想、靈修，會帶給我心靈上的安頓。	3.44	.869	41

n=889

(二) 教保人員與人締結層面

由表 4-2-3 所示，各題平均數介於 3.88 至 4.40 之間。其中，「我喜歡與家人或親友共度閒暇、參與活動」及「和諧的家庭關係和人際關係對我很重要」的平均數最高為 4.40，而「對於他人的疏失，我會選擇寬恕」的平均數為最低為 3.88。

表4-2-3 教保人員與人締結層面子題

題 目	平均數	標準差	題號
<b>教保人員對與人締結整體層面</b>	<b>4.15</b>	<b>.448</b>	
我喜歡與家人或親友共度閒暇、參與活動。	4.40	.650	7

n=889

(續下頁)

表4-2-3 教保人員與人締結層面子題(續)

題 目	平均數	標準差	題號
我看到別人有成就時，我會替他感到高興。	4.18	.605	12
我的生活有歸屬感（隸屬於家庭、學校等團體）。	4.25	.689	37
和諧的家庭關係和人際關係對我很重要。	4.40	.640	32
重要他人的支持是讓我克服人生困境的重要因素。	4.18	.657	44
我會用愛與人相處。	4.16	.620	22
我可以與團體中大多數的人相處得很好。	4.10	.617	27
對於需要協助的人，我願意無條件伸出援手。	4.09	.647	45
我經常在內心送祝福給需要的人。	4.08	.678	47
當我有困難時，我相信可以獲得親友的幫助。	4.04	.677	17
我認為不求回饋地服務他人是一種喜樂。	3.99	.697	42
對於他人的疏失，我會選擇寬恕。	3.88	.639	2

n=889

### (三) 教保人員宗教寄託層面

由表 4-2-4 所示，各題的平均數介於 3.97-3.31 之間，平均數為 3.71，資料顯示，「我相信有神(例如：天主、上帝、老天爺、神明、佛祖、菩薩等)的庇祐，可以令我感到心安」的平均數最高為 3.97。

表4-2-4 教保人員宗教寄託層面子題

題 目	平均數	標準差	題號
<b>教保人員對宗教寄託整體層面</b>	<b>3.71</b>	<b>.637</b>	
我相信有神(例如：天主、上帝、老天爺、神明、佛祖、菩薩等)的庇祐，可以令我感到心安。	3.97	.727	18
我相信宗教或信念可以幫助自己渡過難關。	3.95	.752	3
宗教信仰帶給我正面積極的力量。	3.85	.757	28
我相信宗教的靈修可以得到身心靈的平安。	3.80	.776	33
我能藉著宗教信仰的力量達到心靈的成長。	3.72	.790	23

n=889

(續下頁)

表 4-2-4 教保人員宗教寄託層面子題(續)

題 目	平均數	標準差	題號
當我參與宗教活動時(例如：禱告、求神問卜、拜拜、禪坐…等)，常帶給我很大的寄託。	3.66	.834	13
我會閱讀與宗教有關的書籍或報章雜誌。	3.44	.854	8
我常主動參與宗教團體的活動。	3.31	.962	38
n=889			

(四) 教保人員活出意義層面

由表 4-2-5 所示，各題的平均數介於 3.81-4.39 之間，平均數為 4.03。資料顯示，「我相信每一個人都有他存在所需面對的人生課題」的平均數最高為 4.39。

表4-2-5 教保人員活出意義層面子題

題 目	平均數	標準差	題號
<b>教保人員對活出意義整體層面</b>	<b>4.03</b>	<b>.505</b>	
我相信每一個人都有他存在所需面對的人生課題。	4.39	.632	4
我會盡力扮演好自己人生中的角色。	4.16	.627	24
我的生命是有意義和目標的。	4.09	.703	14
我認為命運中的際遇，皆有其隱含的道理。	4.08	.658	46
我會朝自己規劃的人生方向努力，讓生活過得充實有意義。	4.06	.667	39
我會思考並規劃自己的人生。	4.03	.665	29
不論現況如何，我對未來都充滿希望。	3.99	.684	43
我相信靈性的涵詠及成長會為我們的生命帶來意義、活力與能量。	3.88	.740	34
不斷地追尋生命意義能讓我的心靈感到踏實。	3.83	.772	9
我會思索或探究與生命意義有關的課題。	3.81	.772	19
n=889			

(五) 教保人員感懷自然層面

由表 4-2-6 所示，各題的平均數介於 3.97-4.33 之間，平均數為 4.13。資料顯示，「親近大自然讓我感到身心靈的安頓」的平均數最高為 4.33。

表4-2-6 教保人員感懷自然層面子題

題 目	平均數	標準差	題號
<b>教保人員對感懷自然整體層面</b>	<b>4.13</b>	<b>.523</b>	
親近大自然讓我感到身心靈的安頓。	4.33	.664	5
我認為每個個體都是生活環境中重要的組成份子。	4.28	.617	15
聆聽自然的天籟，使我心靈平和。	4.16	.719	10
在山水美景之間，經常讓我感受到生命的神聖與美妙。	4.14	.717	35
人類靈性健康和天地萬物是息息相關的。	4.11	.667	25
我感恩偉大造物者創造每個獨一無二的生命。	4.09	.745	40
我覺得自己的生存和所有的天地萬物是息息相關。	3.98	.731	20
我相信自然有治癒身心疾病的力量。	3.97	.729	30

n=889

## 二、不同背景之教保人員在靈性健康的差異分析

### (一)不同性別教保人員在靈性健康之差異

由表4-2-7得知，不同性別之教保人員在靈性健康整體及各層面，男女教保人員皆未達顯著水準，表示教保人員性別在靈性健康上沒有差異。

綜上所述，此研究結果與Highfield (1992) 調查癌症病人及楊均典 (2001) 調查精神病人，發現靈性狀態並不會因性別不同而有顯著改變相符合；也和陳慧姿 (2006) 發現高中教師在靈性健康並未因性別不同而有所差異的研究結果相符合；亦與呂嘉偉(2008)調查青少年，發現不同「性別」之青少年在靈性健康整體層面上無顯著差異；但張美玲 (2007) 調查國中教師發現，女性教師靈性健康顯著高於男性教師；張淑萍(2008)發現不同性別之教師其整體靈性健康並無顯著差異，但男性教師在「超越逆境」層面顯著高於女性教師。本研究推測其原因可能是目前幼兒園所中，男性教保人員仍屬少數所造成的結果。

因此，本研究之假設1-1 「不同性別的教保人員在靈性健康整體層面及其分層面上有顯著差異」在整體層面及各層面皆未獲得支持。

表 4-2-7 教保人員性別在靈性健康整體及分層面上之差異

層面	性別	平均數	標準差	t 值
整體	男	3.93	23.38	-.907
	女	4.01	21.22	
超越逆境	男	3.97	4.56	.32
	女	3.95	4.284	
與人締結	男	3.96	6.43	-2.13
	女	4.15	5.34	
宗教寄託	男	3.65	5.39	-.48
	女	3.71	5.09	
活出意義	男	3.94	4.92	-.93
	女	4.04	5.06	
感懷自然	男	4.08	4.61	-.503
	女	4.13	4.172	

\*p<.05 \*\*p<.01 \*\*\*p<.001

(n=889,男=26,女=863)

## (二)不同學校別教保人員在靈性健康之差異

由表4-2-8得知，不同學校別之教保人員在靈性健康整體及各層面，公私立幼稚園之差異未達顯著水準，表示公私立幼稚園教保人員在靈性健康上沒有差異。

此研究結果與陳慧姿（2006）發現不同學校屬性之高中教師在靈性健康的整體層面上沒有顯著差異的研究結果相符合。本研究認為公私別之教保人員的工作性質大致相同，都有其要面對的不同工作壓力及問題，研究對象不同，但學校之公私立別並不會影響研究對象之靈性健康。

因此，本研究之假設1-2「不同學校別的教保人員在靈性健康整體層面及其分層面上有顯著差異」在整體層面及各層面皆未獲得支持。



表 4-2-9 有無教師合格證教保人員在靈性健康整體及分層面上之差異(續)

與人締結	有	4.18	4.86	.028*
	無	4.12	5.73	
宗教寄託	有	3.81	4.86	.000***
	無	3.64	5.19	
活出意義	有	4.09	4.84	.003**
	無	3.99	5.17	
感懷自然	有	4.18	4.00	.018*
	無	4.10	4.30	

\*p<.05 \*\*p<.01 \*\*\*p<.001

(n=889,有=385,無=504)

#### (四)不同教育程度教保人員在靈性健康之差異

由表4-2-10得知,不同教育程度之教保人員整體靈性健康及各層面上,僅「宗教寄託」層面達顯著水準,亦即不同教育程度之研究對象其「宗教寄託」層面達顯著差異。發現「高中職學歷」之研究對象顯著高於「研究所」者。表示高中職學位教保人員在宗教寄託構面比研究所者較正向。不同教育程度之教保人員在超越逆境、與人締結、活出意義及感懷自然構面則無顯著差異。

因此,本研究之假設1-4「不同學歷的教保人員在靈性健康整體層面及其分層面上有顯著差異」在整體層面未獲得支持,但在靈性健康之「宗教寄託」層面獲得支持。

表 4-2-10 教保人員教育程度在靈性健康整體及分層面上之差異

層面	學歷	人數	標準差	平均數	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F值	事後比較
整體	1. 研究所	57	17.00	4.08	組間	802.59	2	401.293	.886	
	2. 大學	760	21.39	4.00	組內	401225.61	886	452.851		
	3. 高中職	72	23.08	4.04	總和	402028.20	888			

\*p<.05 \*\*p<.01 \*\*\*p<.001

(續下頁)

表 4-2-10 教保人員教育程度在靈性健康整體及分層面上之差異 (續)

層面	學歷	人數	標準差	平均數	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F值	事後比較
超越 逆境	1. 研究所	57	3.29	4.54	組間	36.69	2	18.343	.997	
	2. 大學	760	4.35	4.44	組內	16303.90	886	18.402		
	3. 高中職	72	4.38	4.42	總和	16340.58	888			
與人 締結	1. 研究所	57	4.08	4.19	組間	17.03	2	8.513	.294	
	2. 大學	760	5.42	4.14	組內	25692.04	886	28.998		
	3. 高中職	72	5.91	4.16	總和	25709.06	888			
宗教 寄託	1. 研究所	57	4.98	3.80	組間	183.82	2	91.910	3.564*	3>1
	2. 大學	760	5.12	3.69	組內	22848.99	886	25.789		
	3. 高中職	72	4.67	3.88	總和	23032.81	888			
活出 意義	1. 研究所	57	4.27	4.13	組間	59.86	2	29.928	1.173	
	2. 大學	760	5.05	4.03	組內	22596.92	886	25.504		
	3. 高中職	72	5.55	4.04	總和	22656.77	888			
感懷 自然	1. 研究所	57	3.86	4.16	組間	4.09	2	2.044	.117	
	2. 大學	760	4.18	4.13	組內	15532.63	886	17.531		
	3. 高中職	72	4.47	4.14	總和	15536.72	888			

\*p<.05 \*\*p<.01 \*\*\*p<.001

#### (五)不同年齡之教保人員在靈性健康之差異

由表 4-2-11 得知，不同年齡之教保人員在靈性健康整體層面上之差異達顯著水準，表示不同年齡之教保人員在靈性健康整體層面上有顯著差異，亦即年齡越大的教保人員在靈性健康整體層面上感受較顯著。進行 Scheffé 事後比較發現，40-50 歲及 50 歲以上的教保人員顯著高於未滿 30 歲、40-50 歲的教保人員顯著又高於 30-40 歲及的教保人員。

在「超越逆境」層面，不同年齡之教保人員在本層面上有顯著差異。50 歲以上的教保人員顯著高於未滿 30 歲及 40-50 歲的教保人員；在「宗教寄託」層面，不同年齡之教保人員在本層面上有顯著差異。30-40 歲、40-50 歲及 50 歲以上的教保人員顯著高於未滿 30 歲的教保人員；而 40-50 歲的教保人員又顯著高於 30-40 歲的教保人員。在「活出意義」及「感懷自然」層面，不同年齡之教保

人員在本層面上有顯著差異。40-50 歲及 50 歲以上的教保人員顯著高於未滿 30 的教保人員。

不同年齡之高中教師在靈性健康整體層面上有顯著差異，此研究結果與 Highfield (1992) 調查癌症病人、蕭雅竹 (2003) 針對大專護理科系學生及黃淑貞 (2005) 調查高中女學生發現年級對靈性健康有顯著影響的結果相符合；陳慧姿 (2007) 針對高中教師研究顯示，年紀長者之整體靈性健康顯著高於年紀輕者。就分層面而言，與陳慧姿 (2007) 針對高中教師研究顯示，在「宗教寄託」層面年紀長者顯著高於年紀輕者之結果一致。

本研究認為其原因可能是隨著年齡的成長，教師的生命經驗與人生閱歷逐漸豐富有關，越發現自身只是宇宙中的一份子，人生是來學習的，每個人都有其要學習及努力的人生課題；教保人員隨著年齡的增長，會慢慢由追求物質轉而尋求心靈的成長與寄託，因此較能接受與體悟宗教的信念，對宗教較為虔誠，尋求自我的精神寄託，對於大自然也較存有惜福感恩的心態，因此，年齡較長者在「宗教信仰」層面顯著高於年齡較輕者。

因此，本研究之假設 1-5 「不同年齡的教保人員在靈性健康整體層面及其分層面上有顯著差異」在整體層面及各層面皆獲得支持，但在靈性健康之「與人締結」層面未獲得支持。

表4-2-11 教保人員年齡在靈性健康整體及分層面上之差異

層面	年齡	人數	標準差	平均數	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F值	事後比較
整體	1. 未滿30歲	326	19.40	3.92	組間	14914.62	3	4971.54	11.37***	4>1
	2. 30-40歲	401	21.61	4.01	組內	387113.58	885	437.42		3>1
	3. 40-50歲	117	22.83	4.16	總和	402028.20	888			3>2
	4. 50歲以上	45	19.90	4.19						

\*p<.05 \*\*p<.01 \*\*\*p<.001

(續下頁)

表4-2-11 教保人員年齡在靈性健康整體及分層面上之差異(續)

層面	年齡	人數	標準差	平均數	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F值	事後比較
超越 逆境	1. 未滿30歲	326	4.06	3.88	組間	372.69	3	124.23	6.89***	4>1
	2. 30-40歲	401	4.35	3.95	組內	15967.89	885	18.04		
	3. 40-50歲	117	4.48	4.07	總和	16340.58	888			
	4. 50歲以上	45	4.06	4.57						
與人 締結	1. 未滿30歲	326	5.18	3.30	組間	292.82	3	97.61	3.40	
	2. 30-40歲	401	5.47	3.36	組內	25416.25	885	28.72		
	3. 40-50歲	117	5.58	3.48	總和	25709.07	888			
	4. 50歲以上	45	5.03	3.52						
活出 意義	1. 未滿30歲	326	4.73	3.96	組間	574.85	3	191.62	7.680***	4>1
	2. 30-40歲	401	5.09	4.03	組內	22081.93	885	24.95		
	3. 40-50歲	117	5.42	4.17	總和	22656.77	888			
	4. 50歲以上	45	4.88	4.23						
感懷 自然	1. 未滿30歲	326	4.10	4.05	組間	397.54	3	132.51	7.746***	4>1
	2. 30-40歲	401	4.17	4.13	組內	15139.18	885	17.11		
	3. 40-50歲	117	4.244	4.28	總和	15536.72	888			
	4. 50歲以上	45	3.82	4.32						
宗教 寄託	1. 未滿30歲	326	4.91	4.74	組間	2046.10	3	682.03	28.76***	4>1
	2. 30-40歲	401	4.83	3.78	組內	20986.71	885	23.71		
	3. 40-50歲	117	4.97	4.00	總和	23032.81	888			
	4. 50歲以上	45	4.63	4.00						

\*p<.05 \*\*p<.01 \*\*\*p<.001

#### (六)不同教學年資之教保人員在靈性健康之差異分析

由表4-2-12得知，不同教學年資之教保人員在靈性健康整體層面上之差異達顯著水準，表示教學越資深的教保人員在靈性健康整體層面上感受上較顯著，教學年資10-15年及20年以上的教保人員顯著高於任教未滿5年，教學年資20年以上的教保人員顯著又高於5-10年的教保人員。

在「超越逆境」、「與人締結」及「活出意義」層面，不同教學年資之教保人員在本層面上有顯著差異。教學年資20年以上的教保人員顯著高於任教未滿5年、5-10年及10-15年的教保人員；在「宗教寄託」層面，不同教學年資之教保

人員在本層面上有顯著差異。教學年資20年以上、15-20年、10-15年及5-10年的教保人員顯著高於任教未滿5年，教學年資20年以上的教保人員又顯著高於5-10年的教保人員；在「感懷自然」層面，不同教學年資之教保人員在本層面上有顯著差異。其中教學年資20年以上的教保人員較任教未滿5年、5-10年者在靈性方面健康。

不同教學年資之高中教師在靈性健康整體層面及各層面上有顯著差異。此研究結果與張美玲（2007）調查國中教師發現，教學年資為「11-15年」者在整體靈性健康顯著高於教學年資為「5年以下」者相似；但與陳慧姿（2007）調查高中教師，發現任教年資對整體靈性健康無顯著差異之結果不一致。

本研究認為可能原因是教學年資越資深的教師，其年齡大致上已經步入中年。隨著年齡的成長，教師的生命經驗與人生閱歷亦逐漸豐富，靈性可以透過生命意義追尋或生命體驗而獲得啟發或提升，所以靈性健康與個人心性的修養有關，也隨著年紀的增長，對於大自然及天地萬物也較會以感恩及惜福的心態，但實際情況仍有待後續研究做進一步的探討。

因此，本研究之假設1-6「不同教學年資的教保人員在靈性健康整體層面及其分層面上有顯著差異」在整體層面及各層面皆獲得支持。

表 4-2-12 教保人員任教年資在靈性健康整體及分層面上之差異

層面	年資	人數	標準差	平均數	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F 值	事後比較
整體	1. 未滿5年	295	19.64	3.92	組間	18571.74	4	4642.93	10.70***	5>1
	2. 5-10年	238	20.51	3.98	組內	383456.47	884	433.77		3>1
	3. 10-15年	178	22.79	4.05	總和	402028.20	888			5>2
	4. 15-20年	96	21.02	4.08						
	5. 20年以上	82	21.20	4.25						

\*p<.05 \*\*p<.01 \*\*\*p<.001

(續下頁)

表 4-2-12 教保人員任教年資在靈性健康整體及分層面上之差異(續)

層面	年資	人數	標準差	平均數	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F 值	事後比較
超越 逆境	1. 未滿5年	295	4.05	3.88	組間	490.77	4	122.69	6.84***	5>1
	2. 5-10年	238	4.13	3.92	組內	15849.81	884	17.93		5>2
	3. 10-15年	178	4.60	3.96	總和	16340.58	888			5>3
	4. 15-20年	96	4.42	4.02						
	5. 20年以上	82	4.13	4.17						
與人 締結	1. 未滿5年	295	5.31	4.10	組間	604.41	4	151.10	5.32***	5>1
	2. 5-10年	238	5.18	4.12	組內	25104.65	884	28.40		5>2
	3. 10-15年	178	5.89	4.06	總和	25709.06	888			5>3
	4. 15-20年	96	4.92	4.22						
	5. 20年以上	82	4.96	4.33						
宗教 寄託	1. 未滿5年	295	5.09	3.50	組間	1947.92	4	486.98	20.42***	5>1
	2. 5-10年	238	4.62	3.70	組內	21084.89	884	23.85		4>1
	3. 10-15年	178	4.80	3.85	總和	23032.81	888			3>1
	4. 15-20年	96	4.66	3.84						2>1
	5. 20年以上	82	5.31	4.09						5>2
活出 意義	1. 未滿5年	295	4.79	3.96	組間	808.76	4	202.19	8.18***	5>1
	2. 5-10年	238	4.92	3.99	組內	21848.01	884	24.72		5>2
	3. 10-15年	178	5.23	4.08	總和	22656.77	888			5>3
	4. 15-20年	96	5.05	4.08						
	5. 20年以上	82	5.07	4.29						
感懷 自然	1. 未滿5年	295	3.989	4.06	組間	418.52	4	104.63	6.12***	5>1
	2. 5-10年	238	4.28	4.11	組內	15118.20	884	17.10		5>2
	3. 10-15年	178	4.33	4.15	總和	15536.72	888			
	4. 15-20年	96	4.06	4.20						
	5. 20年以上	82	3.92	4.36						

\*p<.05 \*\*p<.01 \*\*\*p<.001

#### (七)不同婚姻狀況教保人員在靈性健康之差異分析

由表4-2-13得知，單身與已婚高中教師在靈性健康整體層面上之差異達顯著水準，表示不同婚姻狀況之高中教師在靈性健康整體層面上有顯著差異。

在「超越逆境」及「與人締結」、「宗教寄託」、「活出意義」及「感懷自然」

層面，不同婚姻狀況之教保人員在各層面上皆有顯著差異。已婚的教保人員較未婚者健康。

不同婚姻狀況之教保人員在靈性健康整體層面及各層面皆有顯著差異。此研究結果和黃淑貞（2005）調查高中女學生靈性健康發現，父母婚姻狀態是雙親家庭者在「自我與神」層面高於單親家庭者的現象相符合；和蕭雅竹（2003）針對大專護理科系學生之父母的婚姻狀況和研究對象的靈性健康有顯著差異；與陳慧姿（2007）調查高中教師及張美玲（2007）調查國中教師之研究結果相同；但張淑萍（2008）調查國小教師不同婚姻狀況，其靈性健康並無差異情形。

推究本研究結果之原因，可能是已婚教保人員要兼顧工作及家庭，而且因年紀漸長，生活閱歷及生活中的際遇較多，大多逐漸會有宗教信仰，在耳濡目染之下，自然對宗教有了更多的接觸與瞭解，而且夫妻相處及育兒等事，婚姻雖然讓生活有了轉變，但不同的生活經歷皆可能對生命激發出不同的體悟與能量，因此，婚姻狀況會影響教保人員靈性健康的程度。

因此，本研究之假設1-7「不同婚姻狀況的教保人員在靈性健康整體層面及其分層面上有顯著差異」在整體層面及各層面皆獲得支持。

表 4-2-13 教保人員婚姻狀況在靈性健康整體及分層面上之差異

層面	婚姻狀況	人數	標準差	平均數	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F 值	事後比較
整體	1. 未婚	428	19.85	3.93	組間	10906.54	2	5453.27	12.37***	2>1
	2. 已婚	448	22.02	4.08	組內	389825.6	884	440.98		
	3. 離婚或分居	11	22.21	3.98	總和	400732.2	886			

（續下頁）

表 4-2-13 教保人員婚姻狀況在靈性健康整體及分層面上之差異(續)

層面	婚姻狀況	人數	標準差	平均數	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F 值	事後比較
超越 逆境	1. 未婚	428	4.14	3.88	組間	283.178	2	141.59	7.83***	2>1
	2. 已婚	448	4.35	4.01	組內	15981.92	884	18.08		
	3. 離婚或分居	11	4.56	4.02	總和	16265.1	886			
與人 締結	1. 未婚	428	5.16	4.10	組間	320.1706	2	160.09	5.59**	2>1
	2. 已婚	448	5.51	4.20	組內	25325.68	884	28.65		
	3. 離婚或分居	11	6.05	4.06	總和	25645.85	886			
宗教 寄託	1. 未婚	428	5.04	3.57	組間	1185.551	2	592.78	24.03***	2>1
	2. 已婚	448	4.88	3.86	組內	21807.41	884	24.67		
	3. 離婚或分居	11	5.41	3.72	總和	22992.96	886			
活出 意義	1. 未婚	428	4.80	3.96	組間	486.1646	2	243.08	9.73***	2>1
	2. 已婚	448	5.19	4.11	組內	22089.96	884	24.99		
	3. 離婚或分居	11	4.49	3.90	總和	22576.12	886			
感懷 自然	1. 未婚	428	4.08	4.07	組間	198.3377	2	99.17	5.73**	2>1
	2. 已婚	448	4.24	4.20	組內	15300.47	884	17.31		
	3. 離婚或分居	11	4.30	4.17	總和	15498.8	886			

\*p<.05 \*\*p<.01 \*\*\*p<.001。註:經變異數同質性考驗發現「喪偶」樣本人數過少，為避免違反變異數同質性，故予以刪除。

#### (八)不同宗教信仰教保人員在靈性健康之差異分析

由表4-2-14得知，不同宗教信仰之教保人員在靈性健康整體層面上之差異達顯著水準，表示東方、西方及其他宗教信仰之教保人員在靈性健康整體層面上顯著高於無宗教信仰之教保人員。

在「超越逆境」、「與人締結」及「活出意義」層面有顯著差異，東方及西方宗教信仰的教保人員顯著高於無宗教信仰教保人員；在「宗教寄託」層面亦有顯著差異，顯示出西方宗教信仰的教保人員顯著高於東方宗教及無宗教信仰的教保人員、東方宗教信仰及其他宗教信仰的教保人員又顯著高於無宗教信仰的教保人員；在「感懷自然」層面也有顯著差異，顯示出東方宗教、西方宗教及其他宗教信仰的教保人員顯著高於無宗教信仰的教保人員。

綜上所述，不同宗教信仰之高中教師在靈性健康整體層面上有顯著差異，此研究結果和楊均典（2001）調查精神病人發現宗教和靈性呈顯著正相關，發現基督教和天主教徒的靈性比無宗教信仰者好；蕭雅竹（2003）調查青少年護理科系女生，發現自認宗教虔誠度高者的靈性健康得分優於其他組；本研究結果也與黃淑貞（2005）調查高中女學生發現有任何宗教信仰者都比沒有宗教信仰者的靈性健康高，基督宗教又高於佛教與道教信仰者；亦與陳慧姿（2007）調查高中教師、張美玲（2007）調查國中教師之研究結果相似，有宗教信仰之教師其靈性健康程度較佳；也與張淑萍（2008）調查國小教師之研究結果相符，有宗教信仰之教師其整體靈性健康及分層面皆顯著高於無宗教信仰者。

在文獻中得知，研究結果大都發現有宗教者較為靈性健康，較能積極地找尋生命的意義，並能坦然面對罹病後的疾病生活。宗教能透過故事或經書傳達美善的信念，幫助自我修身養性，透過信念，不安的心能獲得安定的力量，以調整心念克服生命中的問題，所以宗教信仰有助於靈性健康的成長。信仰虔誠者因其有較虔誠的宗教信仰，相對的其靈性健康也較佳，較有勇氣面對生活中的逆境，也較會將生活中的際遇視為人生中無可避免的考驗及磨鍊，相信藉由宗教的支持一定可以安然度過難關。

因此，本研究之假設1-8 「不同宗教信仰的教保人員在靈性健康整體層面及其分層面上有顯著差異」在整體層面及各層面皆獲得支持。

表 4-2-14 教保人員宗教信仰在靈性健康整體及分層面上之差異

層面	宗教	人數	標準差	平均數	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F值	事後比較
整體	1. 本土宗教	563	20.89	4.07	組間	29280.57	3	9760.19	23.17***	1>3
	2. 非本土宗教	68	22.54	4.18	組內	372747.63	885	421.18		2>3
	3. 無	244	18.61	3.82	總和	402028.20	888			4>3
	4. 其他	14	26.69	4.18						
超越逆境	1. 本土宗教	563	4.24	4.00	組間	655.40	3	218.47	12.33***	1>3
	2. 非本土宗教	68	4.22	4.07	組內	15685.18	885	17.727		2>3
	3. 無	244	4.02	3.81	總和	16340.58	888			
	4. 其他	14	5.99	4.15						
與人締結	1. 本土宗教	563	5.18	4.19	組間	906.67	3	302.22	10.78***	1>3
	2. 非本土宗教	68	5.63	4.23	組內	24802.40	885	28.03		2>3
	3. 無	244	5.39	4.01	總和	25709.06	888			
	4. 其他	14	6.52	4.27						
宗教寄託	1. 本土宗教	563	4.92	3.81	組間	3399.10	3	1133.03	51.07***	2>1
	2. 非本土宗教	68	4.98	4.16	組內	19633.71	885	22.19		1>3
	3. 無	244	4.06	3.34	總和	23032.81	888			2>3
	4. 其他	14	5.43	3.84						4>3
活出意義	1. 本土宗教	563	4.97	4.09	組間	1117.92	3	372.64	15.31***	1>3
	2. 非本土宗教	68	5.13	4.19	組內	21538.85	885	24.34		2>3
	3. 無	244	4.72	3.86	總和	22656.77	888			
	4. 其他	14	6.26	4.21						
感懷自然	1. 本土宗教	563	4.05	4.18	組間	652.06	3	217.35	12.92***	1>3
	2. 非本土宗教	68	4.59	4.26	組內	14884.66	885	16.82		2>3
	3. 無	244	4.05	3.97	總和	15536.72	888			4>3
	4. 其他	14	4.38	4.37						

\*p<.05 \*\*p<.01 \*\*\*p<.001

#### (九)不同子女數教保人員在靈性健康之差異分析

由表4-2-15得知，不同子女數之教保人員在靈性健康整體層面上之差異達顯著水準，表示有子女2人及3人以上之教保人員在靈性健康整體層面上顯著高於無子女之教保人員。

在「超越逆境」及「與人締結」層面有顯著差異，顯示出有子女的教保人員顯著高於無子女教保人員。有子女2人的教保人員顯著高於無子女之教保人員；在「宗教寄託」層面有顯著差異，顯示出有子女的教保人員顯著高於無子女教保人員。有子女1人、2人及3人以上的教保人員顯著高於無子女教保人員；在「活出意義」層面有顯著差異，顯示出有子女的教保人員顯著高於無子女教保人員。有子女2人及3人以上的教保人員顯著高於無子女教保人員；在「感懷自然」層面有顯著差異，顯示出有子女的教保人員顯著高於無子女教保人員。有子女3人以上的教保人員顯著高於無子女教保人員。

不同子女數之教保人員在靈性健康整體層面上有顯著差異，此研究結果和陳慧姿(2007)調查高中教師之結果相似；已與張淑萍(2008)調查國小教師之結果相似；但張美玲(2007)調查國中教師發現，不同子女數之教師在靈性健康上並無差異情形。

推究本研究結果之原因，可能有子女者，因為要照顧小孩，面對孩子不同的發育狀況及心智發展，體會到即使是親生子女仍會有不同的個別差異，養育子女也許可以帶來正向情感在照顧上所費心力與操勞更沈重，因此尋求心靈舒解與成長的管道，所以子女人數不同在靈性健康整體及各層面有顯著差異。

因此，本研究之假設1-9「不同子女人數的教保人員在靈性健康整體層面及其分層面上有顯著差異」在整體層面及各層面皆獲得支持。

表4-2-15 教保人員子女數在靈性健康整體及分層面上之差異

層面	子女數	人數	標準差	平均數	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F值	事後比較
整體	1. 無	457	19.88	3.94	組間	10741.91	3	3580.64	8.10***	4>1
	2. 1人	124	22.48	4.00	組內	391286.29	885	442.13		3>1
	3. 2人	237	21.93	4.09	總和	402028.20	888			
	4. 3人以上	71	22.48	4.14						
超越 逆境	1. 無	457	4.13	3.89	組間	268.75	3	89.58	4.93**	3>1
	2. 1人	124	4.62	3.97	組內	16071.84	885	18.16		
	3. 2人	237	4.27	4.01	總和	16340.58	888			
	4. 3人以上	71	4.44	4.06						
與人 締結	1. 無	457	5.15	4.10	組間	369.013	3	123.00	4.30**	3>1
	2. 1人	124	5.61	4.12	組內	25340.05	885	28.63		
	3. 2人	237	5.58	4.21	總和	25709.06	888			
	4. 3人以上	71	5.38	4.24						
宗教 寄託	1. 無	457	5.08	3.58	組間	1053.51	3	351.17	14.14***	4>1
	2. 1人	124	4.96	3.77	組內	21979.30	885	24.84		3>1
	3. 2人	237	4.83	3.87	總和	23032.81	888			2>1
	4. 3人以上	71	4.92	3.90						
活出 意義	1. 無	457	4.81	3.97	組間	511.52	3	170.51	6.81***	4>1
	2. 1人	124	5.20	3.99	組內	22145.25	885	25.02		3>1
	3. 2人	237	5.21	4.13	總和	22656.77	888			
	4. 3人以上	71	5.18	4.17						
感懷 自然	1. 無	457	4.05	4.08	組間	220.49	3	73.50	4.25**	4>1
	2. 1人	124	4.33	4.11	組內	15316.23	885	17.31		
	3. 2人	237	4.28	4.19	總和	15536.72	888			
	4. 3人以上	71	4.12	4.27						

\*p<.05 \*\*p<.01 \*\*\*p<.001

(十)不同家庭氣氛之教保人員在靈性健康上之差異分析

由表4-2-16得知，不同家庭氣氛之教保人員在靈性健康整體層面上之差異達顯著水準，表示家庭氣氛越好的教保人員在靈性健康整體層面上感受上較顯著，家庭氣氛非常好及家庭氣氛好的教保人員顯著高於家庭氣氛普通者。

在「超越逆境」及「感懷自然」層面，不同家庭氣氛之教保人員在本層面上有顯著差異。家庭氣氛非常好的教保人員顯著高於家庭氣氛普通的教保人員；在「與人締結」層面，不同家庭氣氛之教保人員在本層面上有顯著差異。家庭氣氛非常好的教保人員顯著高於家庭氣氛普通及家庭氣氛不好的教保人員，家庭氣氛好的教保人員又顯著高於家庭氣氛普通的教保人員；在「宗教寄託」層面，不同家庭氣氛之教保人員在本層面上有顯著差異；在「活出意義」層面，不同家庭氣氛之教保人員在本層面上有顯著差異。家庭氣氛非常好及好的教保人員較普通者在靈性方面健康。

因此，本研究之假設1-10「不同家庭氣氛的教保人員在靈性健康整體層面及其分層面上有顯著差異」在整體層面及各層面皆獲得支持。

表4-2-16 教保人員家庭氣氛在靈性健康整體及分層面上之差異

層面	家庭氣氛	人數	標準差	平均數	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F 值	事後比較
整體	1. 非常好	290	21.07	4.08	組間	14288.77	4	3572.19	8.14***	1>3
	2. 好	374	19.57	4.03	組內	387739.43	884	438.62		
	3. 普通	203	22.73	3.89	總和	402028.20	888			
	4. 不好	20	25.38	3.77						
超越 逆境	1. 非常好	290	4.36	4.02	組間	510.70	4	127.67	7.13***	1>3
	2. 好	374	3.94	3.96	組內	15829.89	884	17.91		
	3. 普通	203	4.44	3.84	總和	16340.58	888			
	4. 不好	20	5.44	3.74						

(續下頁)

表4-2-16 教保人員家庭氣氛在靈性健康整體及分層面上之差異(續)

層面	家庭氣氛	人數	標準差	平均數	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F 值	事後比較
與人締結	1. 非常好	290	5.42	4.25	組間	1247.40	4	311.85	11.27***	1>3
	2. 好	374	4.83	4.16	組內	24461.66	884	27.67		1>4
	3. 普通	203	5.76	4.00	總和	25709.06	888			2>3
	4. 不好	20	5.50	3.90						
宗教寄託	1. 非常好	290	5.16	3.73	組間	317.42	4	79.35	3.09*	
	2. 好	374	4.87	3.76	組內	22715.40	884	25.70		
	3. 普通	203	5.14	3.63	總和	23032.81	888			
	4. 不好	20	6.71	3.39						
活出意義	1. 非常好	290	5.03	4.11	組間	756.00	4	189.00	7.63***	1>3
	2. 好	374	4.58	4.07	組內	21900.77	884	24.78		2>3
	3. 普通	203	5.45	3.90	總和	22656.77	888			
	4. 不好	20	6.27	3.79						
感懷自然	1. 非常好	290	4.20	4.21	組間	411.83	4	102.96	6.02***	1>3
	2. 好	374	3.82	4.15	組內	15124.89	884	17.11		
	3. 普通	203	4.46	4.02	總和	15536.72	888			
	4. 不好	20	5.39	3.94						

\*p<.05 \*\*p<.01 \*\*\*p<.001。註:經變異數同質性考驗發現「非常不好」違反變異數同質，故將此資料刪除。

#### (十一)不同人際關係之教保人員在靈性健康上之差異分析

由表4-2-17得知，不同人際關係之教保人員在靈性健康整體層面上之差異達顯著水準，表示人際關係越好的教保人員在靈性健康整體層面上感受上較顯著，人際關係非常快樂的教保人員顯著高於人際關係快樂、人際關係普通及人際關係不好者，人際關係快樂的教保人員顯著又高於人際關係普通的教保人員。

在「超越逆境」、「與人締結」及「感懷自然」層面，不同人際關係之教保人員在各層面上皆有顯著差異。人際關係非常快樂的教保人員顯著高於人際關係快樂、人際關係普通及人際關係不好者，人際關係快樂的教保人員顯著又高於

人際關係普通的教保人員；；在「宗教寄託」層面，不同人際關係之教保人員在本層面上有顯著差異；在「活出意義」層面，不同人際關係之教保人員在本層面上有顯著差異。人際關係非常快樂的教保人員顯著高於人際關係快樂及普通的教保人員，人際關係快樂的教保人員顯著又高於人際關係普通的教保人員。

表4-2-17 教保人員人際關係在靈性健康整體及分層面上之差異

層面	人際關係	人數	標準差	平均數	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F 值	事後比較
整體	1. 非常好	177	21.21	4.20	組間	30532.55	3	10177.52	24.25***	1>2
	2. 好	532	20.30	4.01	組內	371495.65	885	419.77		1>3
	3. 普通	178	20.36	3.82	總和	402028.20	888			1>4 2>3
超越 逆境	1. 非常好	177	4.19	4.17	組間	1438.02	3	479.34	28.47***	1>2
	2. 好	532	4.03	3.95	組內	14902.56	885	16.84		1>3
	3. 普通	178	4.23	3.74	總和	16340.58	888			1>4 2>3
與人 締結	1. 非常好	177	5.57	4.37	組間	2755.08	3	918.36	35.41***	1>2
	2. 好	532	4.94	4.15	組內	22953.99	885	25.94		1>3
	3. 普通	178	5.06	3.92	總和	25709.06	888			1>4 2>3
宗教 寄託	1. 非常好	177	5.81	3.77	組間	217.43	3	72.48	2.81*	
	2. 好	532	4.92	3.73	組內	22815.38	885	25.78		
	3. 普通	178	4.75	3.61	總和	23032.81	888			
宗教 寄託	1. 非常好	177	5.81	3.77	組間	217.43	3	72.48	2.81*	
	2. 好	532	4.92	3.73	組內	22815.38	885	25.78		
	3. 普通	178	4.75	3.61	總和	23032.81	888			
活出 意義	1. 非常好	177	4.97	4.24	組間	1745.05	3	581.68	24.62***	1>2
	2. 好	532	4.77	4.04	組內	20911.72	885	23.63		1>3
	3. 普通	178	5.03	3.81	總和	22656.77	888			2>3

(續下頁)

表4-2-17 教保人員人際關係在靈性健康整體及分層面上之差異(續)

層面	人際關係	人數	標準差	平均數	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F 值	事後比較
感懷自然	1. 非常好	177	4.11	4.34	組間	859.91	3	286.638	17.28***	1>2
	2. 好	532	4.08	4.12	組內	14676.81	885	16.58		1>3
	3. 普通	178	4.03	3.98	總和	15536.72	888			1>4 2>3

\*p<.05 \*\*p<.01 \*\*\*p<.001。註:經變異數同質性考驗發現「不快樂」違反變異數同質，故將此資料刪除。

(十二)人口變項在靈性健康及各構面之小結:

綜合整理如表 4-2-18，可知幼稚園教保人員靈性健康及各構面在有無教師證、教育程度、年齡、任教年資、婚姻狀況別、宗教信仰及子女數皆有顯著差異，在性別及學校別皆無顯著差異。

表 4-2-18 教保人員個人背景變項在靈性健康各層面之綜合摘要表

	整體靈性健康	超越逆境	與人締結	宗教寄託	活出意義	感懷自然
性別	無顯著差異					
學校別	無顯著差異					
教師證	有>無	有>無	有>無	有>無	有>無	有>無
教育程度	高中職>研究所					

(續下頁)

表 4-2-18 教保人員個人背景變項在靈性健康各層面之綜合摘要表(續)

	整體靈性健康	超越逆境	與人締結	宗教寄託	活出意義	感懷自然
年齡	50 歲以上> 未滿 30 歲	50 歲>未滿 30 歲		30-40 歲>未 滿 30 歲	40-50 歲>未 滿 30 歲	40-50 歲>未 滿 30 歲
	50 歲以上> 30-40 歲	50 歲>40-50 歲		50 歲以上> 未滿 30 歲	50 歲>未滿 30 歲	50 歲>未滿 30 歲
	50 歲以上> 40-50 歲			40-50 歲> 30-40 歲		
教學年 資	10-15 年>未 滿 5 年	20 年以上> 未滿 5 年	20 年以上> 未滿 5 年	20 年以上> 未滿 5 年	20 年以上> 未滿 5 年	20 年以上> 未滿 5 年
	20 年以上> 未滿 5 年	20 年以上> 5-10 年	20 年以上> 5-10 年	10-15 年>未 滿 5 年	20 年以上> 5-10 年	20 年以上> 5-10 年
	20 年以上> 5-10 年	20 年以上> 10-15 年	20 年以上> 10-15 年	5-10 年>未 滿 5 年	20 年以上> 10-15 年	
				20 年以上> 5-10 年		
婚姻 狀況	已婚>未婚	已婚>未婚	已婚>未婚	已婚>未婚	已婚>未婚	已婚>未婚
宗教 信仰	本土宗教信仰 >無宗教信仰 非本土宗教信 仰>無宗教信 仰	本土宗教信 仰>無宗教 信仰 非本土宗教 信仰>無宗 教信仰	本土宗教信 仰>無宗教 信仰 非本土宗教 信仰>無宗 教信仰	非本土宗教 信仰>本土 宗教信仰 非本土宗教 信仰>無宗 教信仰 本土宗教信 仰>無宗教 信仰 其他宗教信 仰>無宗教 信仰	本土宗教信 仰>無宗教 信仰 非本土宗教 信仰>無宗 教信仰	本土宗教信 仰>無宗教 信仰 非本土宗教 信仰>無宗 教信仰 其他宗教信 仰>無宗教 信仰

(續下頁)

表 4-2-18 教保人員個人背景變項在靈性健康各層面之綜合摘要表(續)

	整體靈性健康	超越逆境	與人締結	宗教寄託	活出意義	感懷自然
子女數	2 人及 3 人以上 > 無	2 人 > 無	2 人 > 無	1 人、2 人及 3 人以上 > 無	2 人及 3 人以上 > 無	3 人以上 > 無
家庭氣氛	非常好 > 普通好 > 普通	非常好 > 普通	非常好 > 普通 非常好 > 不好 好 > 普通		非常好 > 普通 好 > 普通	非常好 > 普通
人際關係	非常好 > 好 非常好 > 普通 非常好 > 不好 好 > 普通	非常好 > 好 非常好 > 普通 非常好 > 不好 好 > 普通	非常好 > 好 非常好 > 普通 非常好 > 不好 好 > 普通		非常好 > 普通 非常好 > 好 好 > 普通	非常好 > 好 非常好 > 普通 非常好 > 不好 好 > 普通

### 三、不同環境變象之教保人員在靈性健康的差異分析

#### (一) 談論死亡議題與否之教保人員在靈性健康上之差異分析

由表4-2-19得知，不同談論死亡議題之教保人員在靈性健康整體層面，有談論死亡議題與無談論死亡議題之差異達顯著水準，表示有談論死亡議題之教保人員在靈性健康上較無談論死亡議題者正向。

因此，本研究之假設2-1 「有無與家人談論死亡議題的教保人員在靈性健康整體層面及其分層面上有顯著差異」在整體層面及各層面皆獲得支持。

表4-2-19 教保人員談論死亡議題別在靈性健康整體及分層面上之差異

層面	談論死亡	平均數	標準差	t 值
整體	有	4.09	.45	6.23***
	無	3.91	.43	
超越逆境	有	4.03	.49	5.12***
	無	3.86	.45	
與人締結	有	4.21	.44	4.92***
	無	4.07	.45	
宗教寄託	有	3.82	.66	5.63***
	無	3.58	.59	

(續下頁)

表4-2-19 教保人員談論死亡議題別在靈性健康整體及分層面上之差異(續)

層面	談論死亡	平均數	標準差	t 值
活出意義	有	4.13	.51	6.39***
	無	3.92	.48	
感懷自然	有	4.22	.51	5.53***
	無	4.03	.98	

\*p<.05 \*\*p<.01 \*\*\*p<.001 (n=889,有=483,無=406)

## (二)自身或家人有無重病之教保人員在靈性健康上之差異分析

由表4-2-20得知，不同有無重病患者之教保人員在靈性健康整體層面，有談論死亡議題與無談論死亡議題之差異達顯著水準，表示有重病患者之教保人員在靈性健康上較無重病患者正向及健康。

此結果和陳慧姿（2007）調查高中教師、張美玲（2007）調查國中教師之研究結果一致；李昱平（2006）發現高中生家人有重大健康問題者，在「與人締結」和「活出意義」兩層面顯著高於家人無重大健康問題者，楊均典（2001）調查住院精神分裂患者及蕭雅竹（2003）針對大專護理科系學生顯示，父母的健康狀況和研究對象的靈性健康有顯著差異存在。

本研究分析，可能因家人健康狀況不佳之教保人員，承受身心壓力較大，需更強大的心靈力量來支撐其處遇生活上的問題，所以可能透過宗教信仰的力量或來自於自然萬物之生命意義與價值的體悟，來思索並突破個人生命的困境，因此有助於靈性的激發與成長。

因此，本研究之假設2-2「家人健康狀態不同的教保人員在靈性健康整體層面及其分層面上有顯著差異」在整體層面及各層面皆獲得支持。

表4-2-20 教保人員自身或家人有無重病在靈性健康整體及分層面上之差異

層面	臥病家人	平均數	標準差	t 值
整體	有	4.06	20.45	3.02**
	無	3.97	21.70	
超越逆境	有	3.99	4.19	2.40*
	無	3.92	4.34	
與人締結	有	4.20	5.16	2.98**
	無	4.11	5.49	
宗教寄託	有	3.79	5.08	3.13**
	無	3.66	5.06	
活出意義	有	4.08	5.03	2.32*
	無	4.00	5.05	
感懷自然	有	4.18	3.96	2.43*
	無	4.10	4.32	

\*p<.05 \*\*p<.01 \*\*\*p<.001

(n=889,有=373,無=516)

### (三)不同生命教育研習時數之教保人員在靈性健康上之差異分析

由表4-2-21得知，不同生命教育研習時數之教保人員在靈性健康整體層面及各層面上之差異未達顯著水準。

推究本研究結果之原因，可能因參與生命教育相關研習或活動之教保人員，能將其運用到教學領域，在教學歷程中亦能獲得教學相長的效果，省思生命意涵，有助其內化成為自我信念，形塑正向的人生觀與價值觀，但因靈性屬於較深層的體悟，故無法藉由短時間來提昇，因此在整體靈性健康與各層面皆無顯著差異情形。

因此，本研究之假設2-3「是否參加過生命教育研習的教保人員在靈性健康整體層面及其分層面上有顯著差異」在整體層面及各層面皆獲得支持。

表4-2-21 教保人員生命教育研習時數在靈性健康整體及分層面上之差異

層面	研習時數	人數	標準差	平均數	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F 值
整體	1. 半天以內	117	22.10	4.05	組間	3095.56	4	773.89	1.72
	2. 6-18小時	273	20.38	4.00	組內	398932.64	884	451.28	
	3. 19-36小時	133	24.00	4.01	總和	402028.20	888		
	4. 37小時以上	106	19.10	4.08					
	5. 無	260	21.07	3.88					
超越 逆境	1. 半天以內	117	4.64	4.01	組間	145.24	4	36.31	1.98
	2. 6-18小時	273	4.10	3.94	組內	16195.34	884	18.32	
	3. 19-36小時	133	4.65	3.93	總和	16340.58	888		
	4. 37小時以上	106	4.02	4.04					
	5. 無	260	4.20	3.91					
與人 締結	1. 半天以內	117	5.47	4.17	組間	208.91	4	52.23	1.81
	2. 6-18小時	273	4.99	4.13	組內	25500.15	884	28.85	
	3. 19-36小時	133	6.38	4.12	總和	25709.06	888		
	4. 37小時以上	106	5.00	4.25					
	5. 無	260	5.29	4.12					
宗教 寄託	1. 半天以內	117	5.05	3.77	組間	191.13	4	47.78	1.85
	2. 6-18小時	273	4.90	3.76	組內	22841.68	884	25.84	
	3. 19-36小時	133	5.68	3.75	總和	23032.81	888		
	4. 37小時以上	106	5.11	3.69					
	5. 無	260	4.95	3.63					
活出 意義	1. 半天以內	117	5.01	4.08	組間	181.73	4	45.43	1.79
	2. 6-18小時	273	4.95	4.02	組內	22475.04	884	25.42	
	3. 19-36小時	133	5.57	4.05	總和	22656.77	888		
	4. 37小時以上	106	4.62	4.12					
	5. 無	260	5.04	3.99					
感懷 自然	1. 半天以內	117	4.30	4.15	組間	133.18	4	33.29	1.91
	2. 6-18小時	273	4.06	4.12	組內	15403.54	884	17.43	
	3. 19-36小時	133	4.60	4.16	總和	15536.72	888		
	4. 37小時以上	106	3.64	4.23					
	5. 無	260	4.21	4.08					

\*p<.05 \*\*p<.01 \*\*\*p<.001

(四)環境變項在靈性健康及各層面之小結

本節探討不同環境變項的教保人員靈性健康的情況，綜合上述表4-2-19到表4-2-21分析，分別針對不同環境變相的教保人員靈性健康及各層面敘述及討論。茲將上述結果經由事後比較顯著的分析歸納整理如表4-22。

表 4-2-22 教保人員個人環境變項在靈性健康各層面之綜合摘要表

	整體 靈性健康	超越逆境	與人締結	宗教寄託	活出意義	感懷自然
談論死亡 議題	有>無	有>無	有>無	有>無	有>無	有>無
自身或家 人有無重 病	有>無	有>無	有>無	有>無	有>無	有>無
生命教育 研習時數	無顯著差異					

### 第三節 教保人員生命態度之現況及差異分析

本節將探討教保人員生命態度，得分愈高表示教保人員生命態度愈正向。

#### 壹、教保人員生命態度之探討

##### 一、教保人員之生命態度

由表4-3-1 可知，平均得分最高的是「生命自主」，平均達4.00分；其次為「死亡態度」，平均3.92分；「愛與關懷」平均3.82分；「生命經驗」平均3.79分；「存在感」平均3.67分；平均得分最低的則是「理想」平均3.60分。整體而論，「生命自主」分量表高過4 分，所以受測的教保人員的生命態度狀況良好。

表 4-3-1 教保人員之生命態度

層面	平均數	標準差	題數
<b>整 體</b>	<b>3.76</b>	<b>.46</b>	<b>46</b>
生命自主	4.00	.50	5
死亡態度	3.92	.53	4
愛與關懷	3.82	.48	10
生命經驗	3.79	.51	7
存 在 感	3.67	.53	11
理 想	3.60	.56	9

n=889

(一)教保人員之存在感層面

由表 4-3-2 所示，各題的平均數介於 3.09~4.12 之間。其中「我常覺得能活著就是一件值得快樂的事情」的平均數最高為 4.12，而「我不滿意我自己現在的狀況，但又覺得無力改善它」的平均數為最低為 3.09。

表4-3-2 教保人員存在感層面子題

題 目	平均數	標準差	題號
<b>教保人員對存在感整體層面</b>	<b>3.67</b>	<b>.53</b>	
我常覺得能活著就是一件值得快樂的事情。	4.12	.677	12
我熱愛我的生命。	4.00	.708	29
我知道我是獨一無二的，我的存在對某些人的意義重大。	3.91	.763	38
我能充實的過每一天。	3.90	.698	6
我喜歡現在的我。	3.87	.744	2
我知道我為誰而活，為何而活。	3.83	.734	20
我認為沒有人會在乎我的存在。	3.70	.938	16
我不覺得自己的存在，對別人有甚麼意義。	3.48	.988	43
我經常覺得生活很無聊，有許多事情令人心煩。	3.36	.986	26
當我試著去了解我存在的意義時，我會變得困惑且沮喪。	3.11	1.013	8
我不滿意我自己現在的狀況，但又覺得無力改善它。	3.09	1.068	34

n=889

## (二)教保人員之愛與關懷層面

由表 4-3-3 所示，各題平均數介於 3.18~4.22 之間。其中，「這世界上，有真正值得我在乎的人或事物」及「和諧的家庭關係和人際關係對我很重要」的平均數最高為 4.22，而「我只關心那些和我有關的事物」的平均數為最低為 3.18。

表4-3-3 教保人員愛與關懷層面子題

題 目	平均數	標準差	題號
<b>教保人員對愛與關懷整體層面</b>	<b>3.82</b>	<b>.48</b>	
這世界上，有真正值得我在乎的人或事物。	4.22	.636	3
我由付出中獲得自我的肯定與喜悅。	4.11	.647	44
對於家人，我總是不斷付出關愛。	4.08	.720	31
我總是希望自己有能力為他人帶來快樂。	4.08	.646	11
藉由關懷與助人，讓我找到自己生命的意義與價值。	3.98	.711	39
說真的，我不太想去關心任何人。	3.73	.910	25
我不在乎別人發生了什麼事。	3.69	.913	35
我關心其他人的處境，即便我和他並不認識。	3.66	.743	19
我認為生命只要為自己而活就可以了。	3.45	1.079	7
我只關心那些和我有關的事物。	3.18	.975	15

**n=889**

## (三)教保人員之死亡態度層面

由表4-3-4所示，各題的平均數介於3.32~4.18之間，平均數為3.92，資料顯示，「我雖然無法決定死亡，但我可以決定如何過每一天」的平均數最高為4.18，而「死亡是一件可怕的事，我不願意去想」的平均數為最低為3.22。

表4-3-4 教保人員死亡態度層面子題

題 目	平均數	標準差	題號
<b>教保人員對死亡態度整體層面</b>	<b>3.92</b>	<b>.53</b>	
我雖然無法決定死亡，但我可以決定如何過每一天。	4.18	.683	17
縱使到了人生的晚年，我依舊會積極、快樂的過生活。	4.12	.695	46
我希望在生命的最後一刻能告訴自己，我的一生活得很滿意而且沒有遺憾。	4.08	.725	21
死亡是一件可怕的事，我不願意去想。	3.32	1.061	40

n=889

## (四)教保人員之理想層面

由表 4-3-5 所示，各題的平均數介於 3.01-4.05 之間，平均數為 3.60。資料顯示，「我相信在這個世界上，有一個等待我去實現的夢想」的平均數最高為 4.05，而「我不知道在生命中，我真正想要的是什麼」的平均數為最低為 3.31。

表4-3-5 教保人員理想層面子題

題 目	平均數	標準差	題號
<b>教保人員對理想整體層面</b>	<b>3.60</b>	<b>.56</b>	
我相信在這個世界上，有一個等待我去實現的夢想。	4.05	.708	1
我勇於追求我想要的生活目標。	4.00	.706	33
我知道什麼是我想要的生活。	3.99	.660	24
投入與實踐生命的理想，使我的生活有了意義與方向。	3.94	.698	41
說真的，我沒有什麼真正想做的事。	3.46	1.025	10
我總是得過且過，覺得過一天算一天。	3.46	1.002	37
每當我思索自己生命的理想時，我總是覺得茫然。	3.25	.989	27
對我而言，理想是件遙不可及的事。	3.22	.977	18
我不知道在生命中，我真正想要的是什麼。	3.01	1.046	5

n=889

#### (五)教保人員之生命經驗層面

由表 4-3-6 所示，各題的平均數介於 3.24-4.19 之間，平均數為 3.79。資料顯示，「我相信廣闊的人生體驗，會使我的生命更豐盛」的平均數最高為 4.19，而「我認為在逆境中，人往往只能接受命運的擺佈」的平均數為最低為 3.24。

表4-3-6 教保人員生命經驗層面子題

題 目	平均數	標準差	題號
<b>教保人員對生命經驗整體層面</b>	<b>3.79</b>	<b>.33</b>	
我相信廣闊的人生體驗，會使我的生命更豐盛。	4.19	.661	45
在挫折裡，我獲得很多寶貴的人生經驗。	4.03	.669	36
我希望在生命的旅程中可以經歷一些挫折與考驗。	3.88	.748	4
我相信我能克服生命的困境。	3.83	.697	9
我認為經歷痛苦對我的人生是有意義的。	3.78	.778	22
面對生命中的挫折與打擊，我總是怨天尤人。	3.60	.929	30
我認為在逆境中，人往往只能接受命運的擺佈。	3.24	1.052	13

n=889

#### (六)教保人員之生命自主層面

由表 4-3-7 所示，各題的平均數介於 3.43-4.22 之間，平均數為 4.00。資料顯示，「我相信擁有美好人生的關鍵，在於自己的努力」的平均數最高為 4.22，而「無論我怎麼做，我都沒有辦法掌握自己的人生」的平均數為最低為 3.43。

表4-3-7 教保人員生命自主層面子題

題 目	平均數	標準差	題號
<b>教保人員對生命自主整體層面</b>	<b>4.00</b>	<b>.50</b>	
我相信擁有美好人生的關鍵，在於自己的努力。	4.22	.658	42
我會對自己做的決定，擔負起責任。	4.16	.590	14
我認為，我的態度可以改變我的命運。	4.14	.679	32
我認為，我需對自己的現狀負直接的責任。	4.05	.645	23
無論我怎麼做，我都沒有辦法掌握自己的人生。	3.43	.968	28

## 二、個人背景變項不同教保人員之生命態度

### (一)教保人員性別生命態度之差異

由表 4-3-8 得知，不同性別之教保人員在生命態度整體層面及各層面，男女教保人員皆未達顯著水準，表示教保人員性別在靈性健康上沒有差異。

此研究結果與宋秋蓉(1992)性別和青少年的生命意義量表得分無顯著關係，張明麗(2000)發現性別不影響幼兒教師的生命態度，曾郁榆(2005)性別不影響青少年的生命意義的研究相符，吳淑華(2006)針對雲林縣 12~15 歲國中學生所做的青少年生命意義感研究之結果，蔡政文(2006)性別不影響國小教師的生命態度，張家禎(2006)發現生命態度不因國小教師性別不同而有所差異，柯麗蓉(2008)發現不同性別之大專院校高階主管在生命態度上無顯著差異，黃國城(2003)針對高雄市年滿二十歲以上醫院志工之幸福感、死亡態度與生命意義感相關研究之結果一致；而與黃淑芬(2006)、張文琪(2007)及謝詠郎(2008)的研究結果不一致。

研究者認為，隨著時代的進步，目前越來越強調兩性平權的觀念，兩性在生命的成長過程與經驗越來越趨於一致，因此兩性在生命態度及各層面的表現會呈現越來越接近的趨勢。

因此，本研究假設 3-1 「不同性別的教保人員在生命態度整體層面及其分層面上有顯著差異」在整體層面及各層面皆未獲得支持。

表 4-3-8 教保人員性別在生命態度整體及分層面上之差異

層面	性別	平均數	標準差	t 值
整體	男	3.66	22.63	-1.126
	女	3.77	21.16	
存在感	男	3.59	6.345	-.77
	女	3.67	5.83	
愛與關懷	男	3.62	4.84	-2.11
	女	3.82	4.76	
死亡態度	男	3.78	2.42	-1.43
	女	3.93	2.10	
理想	男	3.50	4.72	-.88
	女	3.60	5.07	
生命經驗	男	3.79	3.82	-.08
	女	3.79	3.58	
生命自主	男	3.94	2.81	-.64
	女	4.00	2.49	

\*p<.05 \*\*p<.01 \*\*\*p<.001

(n=889,男=26,女=863)

## (二)教保人員學校別生命態度之差異

由表4-3-9得知，學校別之教保人員在靈性健康整體層面，公私立幼稚園之差異未達顯著水準，表示公私立幼稚園教保人員在靈性健康上沒有差異。究其原因可能是在不同學校別的教保人員從事教學工作，對於教保人員的教學基本工作內容並沒有影響，因此對於教保人員個人生命態度的影響也不大。因此，本研究之假設3-2「不同學校的教保人員在生命態度整體層面及其分層面上有顯著差異」在整體層面及各層面皆未獲得支持。

表 4-3-9 教保人員學校別在生命態度整體及分層面上之差異

層面	幼兒園別	平均數	標準差	t 值
整體	公立	19.89	174.24	.74
	私立	21.53	172.92	
存在感	公立	5.31	40.88	1.42
	私立	5.97	40.24	
愛與關懷	公立	4.50	38.14	-.08
	私立	4.84	38.18	
死亡態度	公立	2.06	15.61	-.67
	私立	2.14	15.72	
理想	公立	5.09	32.92	1.57
	私立	5.04	32.26	
生命經驗	公立	3.21	26.71	.71
	私立	3.68	26.51	
生命自主	公立	2.37	19.97	-.17
	私立	2.53	20.01	

\*p<.05 \*\*p<.01 \*\*\*p<.001

(n=889,公立=180,私立=709)

### (三)教保人員有無教師合格證在生命態度之差異

由表 4-3-10 得知，有無教師證之教保人員生命態度整體層面及各層面皆無差異，僅「理想」及「生命經驗」有顯著差異，表示有教師證之教保人員在「理想」及「生命經驗」方面較無教師證者健康、積極正向。唯目前國內文獻較少提到此變項論述，因此有待未來更進一步深入探討。

因此，本研究之假設 3-3 「有無擁有合格教師證的教保人員在生命態度整體層面及其分層面上有顯著差異」在整體層面未獲得支持，但在「理想」及「生命經驗」層面獲得支持。

表 4-3-10 教保人員有無教師合格證在生命態度整體及分層面上之差異

層 面	教 師		平均數	標準差	t 值
	合格證				
整 體	有		20.52	174.54	1.66
	無		21.68	172.16	
存 在 感	有		5.58	40.74	1.67
	無		6.04	40.08	
愛與關懷	有		4.55	38.35	1.00
	無		4.92	38.03	
死亡態度	有		2.10	15.72	.21
	無		2.12	15.69	
理 想	有		5.06	32.78	1.97*
	無		5.04	32.11	
生命經驗	有		3.33	26.83	2.03*
	無		3.76	26.35	
生命自主	有		2.42	20.12	1.24
	無		2.55	19.91	

\*p<.05 \*\*p<.01 \*\*\*p<.001

(n=889,有=385,無=504)

#### (四)教保人員教育程度在生命態度之差異

由表4-3-11得知，不同教育程度之教保人員整體生命態度及各層面上皆未達顯著水準，表示不同學歷之教保人員在生命態度上沒有顯著差異。

此研究結果與蔡政文(2006)發現國小教師在生命態度整體層面不因教育程度而有所差異之結果相符，柯麗蓉(2008)發現不同教育程度之大專校院高階主管在生命態度整體及各層面層面上沒有顯著差異之結果相符，但與黎筱圓(2006)研究發現研究所畢業護理人員的生命態度高於大學畢業及技校院之護理人員的研究不一致。

究其原因可能是教保人員皆吸收更豐富的專業智能後，愈懂得各種教學技巧教學法，更能啟發幼兒獨立思考和表達能力，對生命態度的感受愈深刻。

因此，本研究之假設3-4「不同學歷的教保人員在生命態度整體層面及其分層面

上有顯著差異」在整體層面劑各層面皆未獲得支持。

表 4-3-11 教保人員教育程度在生命態度整體及分層面上之差異

層面	學歷	人數	標準差	平均數	變異 來源	平方和	自由 度	平均平 方和	F 值
整體	1. 研究所	57	20.55	3.81	組間	413.93	2	206.97	.46
	2. 大學	760	21.15	3.77	組內	398954.32	886	450.29	
	3. 高中職	72	22.43	3.73	總和	399368.25	888		
存在 感	1. 研究所	57	5.44	3.78	組間	121.90	2	60.95	1.79
	2. 大學	760	5.87	3.67	組內	30252.56	886	34.15	
	3. 高中職	72	5.83	3.61	總和	30374.45	888		
愛與 關懷	1. 研究所	57	4.68	3.78	組間	10.15	2	5.08	.22
	2. 大學	760	4.77	3.82	組內	20177.86	886	22.77	
	3. 高中職	72	4.85	3.81	總和	20188.01	888		
死亡 態度	1. 研究所	57	1.92	3.91	組間	1.59	2	.80	.18
	2. 大學	760	2.12	3.92	組內	3957.22	886	4.47	
	3. 高中職	72	2.19	3.96	總和	3958.81	888		
理想	1. 研究所	57	5.33	3.68	組間	37.97	2	18.99	.74
	2. 大學	760	5.01	3.60	組內	22660.65	886	25.58	
	3. 高中職	72	5.31	3.56	總和	22698.63	888		
生命 經驗	1. 研究所	57	3.53	3.81	組間	18.90	2	9.45	.73
	2. 大學	760	3.55	3.80	組內	11420.70	886	12.89	
	3. 高中職	72	4.05	3.72	總和	11439.60	888		
生命 自主	1. 研究所	57	2.27	4.05	組間	7.01	2	3.51	.56
	2. 大學	760	2.51	4.00	組內	5521.99	886	6.23	
	3. 高中職	72	2.58	3.95	總和	5529.00	888		

\*p<.05 \*\*p<.01 \*\*\*p<.001

#### (五)教保人員年齡在生命態度之差異

由表 4-3-12 得知，不同年齡之教保人員在生命態度整體層面及各層面上之差異皆達顯著水準，僅「愛與關懷」層面未達顯著，表示不同年齡之教保人員在生命態度整體層面上有顯著差異，在「存在感」、「死亡態度」、「理想」、「生命經驗」及「生命自主」等層面亦有顯著差異，亦即年齡越大的教保人員在生命態度整體層面上感受較顯著，50 歲以上的教保人員顯著高於 30-40 歲的教保人

員。在「死亡態度」及「生命自主」層面，不同年齡之教保人員在本層面上有顯著差異。50歲以上的教保人員顯著高於30-40歲的教保人員。

此研究結果與何郁玲（1999）研究發現41-50歲之教師在「生命目的」、「苦難接納」高於40歲以下的教師；張明麗（2000）年齡不影響幼兒教師的生命態度；黃國城（2003）研究結過顯示，不同年齡層高雄市醫院志工之生命意義感，在「生命自主」上有顯著差異，40歲以上之志工高於20-29歲之志工；劉唯玉（2004）研究發現20歲之師資生在「生命理想」、「存在感」顯著高於19歲之師資生；黎筱圓（2007）發現年齡不影響護理人員的生命態度的研究結果一致。亦與趙安娜（2002）、戴玉錦（2005）、許孟琪（2007）及林美淑（2008）之研究結果相符。

研究者認為，「50歲以上」之教保人員，其人生閱歷相較於年輕教保人員更為豐富，隨著年齡的成長及人生的歷練增加，生命經驗愈豐富，挫折容忍度較大，也較存有感恩惜福的心態，故對生命抱持之態度較為正向。因此，本研究之假設3-5「不同年齡的教保人員在生命態度整體層面及其分層面上有顯著差異」在整體層面及各層面皆獲得支持，但在生命態度之「愛與關懷」層面未獲得支持。

表4-3-12 教保人員年齡在生命態度整體及分層面上之差異

層面	年齡	人數	標準差	平均數	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F 值	事後比較
整體	1. 未滿30歲	326	20.64	3.75	組間	5061.51	3	1687.170	3.787**	
	2. 30-40歲	401	21.05	3.73	組內	394306.74	885	445.544		
	3. 40-50歲	117	22.89	3.86	總和	399368.25	888			
	4. 50歲以上	45	20.16	3.91						
存在感	1. 未滿30歲	326	5.81	3.64	組間	313.81	3	104.605	3.080*	
	2. 30-40歲	401	5.70	3.65	組內	30060.64	885	33.967		
	3. 40-50歲	117	6.52	3.77	總和	30374.45	888			
	4. 50歲以上	45	5.14	3.81						
愛與關懷	1. 未滿30歲	326	4.84	3.82	組間	174.14	3	58.047	2.567	
	2. 30-40歲	401	4.66	3.78	組內	20013.87	885	22.615		
	3. 40-50歲	117	4.95	3.90	總和	20188.01	888			
	4. 50歲以上	45	4.41	3.91						
死亡態度	1. 未滿30歲	326	2.10	3.92	組間	52.27	3	17.424	3.947**	4>2
	2. 30-40歲	401	2.08	3.89	組內	3906.54	885	4.414		
	3. 40-50歲	117	2.20	4.01	總和	3958.81	888			
	4. 50歲以上	45	2.08	4.13						
理想	1. 未滿30歲	326	5.01	3.57	組間	265.63	3	88.542	3.493*	
	2. 30-40歲	401	4.94	3.58	組內	22433.00	885	25.348		
	3. 40-50歲	117	5.48	3.70	總和	22698.63	888			
	4. 50歲以上	45	4.85	3.78						
生命經驗	1. 未滿30歲	326	3.69	3.76	組間	101.96	3	33.986	2.653*	
	2. 30-40歲	401	3.46	3.76	組內	11337.65	885	12.811		
	3. 40-50歲	117	3.63	3.87	總和	11439.60	888			
	4. 50歲以上	45	3.67	3.93						
生命自主	1. 未滿30歲	326	2.32	3.99	組間	79.04	3	26.347	4.278**	4>2
	2. 30-40歲	401	2.54	3.96	組內	5449.96	885	6.158		
	3. 40-50歲	117	2.71	4.12	總和	5529.00	888			
	4. 50歲以上	45	2.39	4.12						

\*p<.05 \*\*p<.01 \*\*\*p<.001

#### (六)教保人員任教年資在生命態度之差異

由表4-3-13得知，不同教學年資之教保人員在生命態度整體層面上之差異達顯著水準，表示教學越資深的教保人員在生命態度整體層面上感受上較顯著，教學年資20年以上的教保人員顯著高於任教未滿5年、5-10年及10-15年的教保人員。

在「存在感」及「死亡態度」層面，不同教學年資之教保人員在本層面上有顯著差異，教學年資20年以上的教保人員顯著高於任教未滿5年、5-10年及10-15年的教保人員；在「愛與關懷」層面，不同教學年資之教保人員在本層面上有顯著差異，教學年資20年以上顯著高於任教5-10年及10-15年的教保人員；在「理想」層面，不同教學年資之教保人員在本層面上有顯著差異，教學年資20年以上的教保人員顯著高於任教未滿5年、5-10年的教保人員；在「生命經驗」層面，不同教學年資之教保人員在本層面上有顯著差異，教學年資20年以上的教保人員顯著高於任教5-10年的教保人員；在「生命自主」層面，不同教學年資之教保人員在本層面上有顯著差異，教學年資20年以上的教保人員顯著高於任教未滿5年、5-10年、10-15年及15-20年的教保人員。

此研究結果與何郁玲（1999）以中小學教師為對象之研究結果認為不同任教年資的中小學教師，對生命意義感的知覺有顯著差異之結果一致；許孟琪（2007）發現國小教師之整體生命態度在「任教年資」上有顯著差異之結果相符；但與蔡政文（2006）研究發現不同服務年資國小教師在整體生命態度及各層面都沒有顯著差異，黎筱圓（2007）服務年資不影響護理人員的生命態度的研究不一致。究其原因，可能是任教年資較長之教保人員對於教學工作較有經驗及體悟，承擔任務，負責盡職。

因此，本研究之假設3-6「不同教學年資的教保人員在生命態度整體層面及其分層面上有顯著差異」在整體層面及各層面皆獲得支持。

表 4-3-13 教保人員任教年資在生命態度整體及分層面上之差異

層面	教學年資	人數	平均數	標準差	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F 值	事後比較
整體	1. 未滿5年	295	3.76	21.12	組間	11526.68	4	2881.67	6.57***	5>1
	2. 5-10年	238	3.70	19.77	組內	387841.58	884	438.74		5>2
	3. 10-15年	178	3.73	22.33	總和	399368.25	888			5>3
	4. 15-20年	96	3.82	20.38						
	5. 20年以上	82	3.98	21.16						
存在感	1. 未滿5年	295	3.65	5.81	組間	790.50	4	197.62	5.91***	5>1
	2. 5-10年	238	3.60	5.66	組內	29583.96	884	33.47		5>2
	3. 10-15年	178	3.64	6.01	總和	30374.45	888			5>3
	4. 15-20年	96	3.76	5.33						
	5. 20年以上	82	3.90	6.04						
愛與關懷	1. 未滿5年	295	3.83	4.97	組間	469.16	4	117.29	5.26***	5>2
	2. 5-10年	238	3.75	4.36	組內	19718.85	884	22.31		5>3
	3. 10-15年	178	3.77	4.94	總和	20188.01	888			
	4. 15-20年	96	3.88	4.56						
	5. 20年以上	82	4.01	4.54						
死亡態度	1. 未滿5年	295	3.93	2.16	組間	119.90	4	29.97	6.90***	5>1
	2. 5-10年	238	3.84	2.00	組內	3838.91	884	4.34		5>2
	3. 10-15年	178	3.90	2.10	總和	3958.81	888			5>3
	4. 15-20年	96	3.95	2.12						
	5. 20年以上	82	4.19	1.97						
理想	1. 未滿5年	295	3.59	5.09	組間	486.10	4	121.53	4.84*	5>1
	2. 5-10年	238	3.52	4.79	組內	22212.52	884	25.13		5>2
	3. 10-15年	178	3.58	5.02	總和	22698.63	888			
	4. 15-20年	96	3.67	5.05						
	5. 20年以上	82	3.82	5.30						
生命經驗	1. 未滿5年	295	3.79	3.73	組間	160.26	4	40.07	3.14***	5>2
	2. 5-10年	238	3.75	3.33	組內	11279.34	884	12.76		
	3. 10-15年	178	3.76	3.78	總和	11439.60	888			
	4. 15-20年	96	3.81	3.46						
	5. 20年以上	82	3.97	3.31						

(續下頁)

表 4-3-13 教保人員任教年資在生命態度整體及分層面上之差異(續)

層面	教學年資	人數	平均數	標準差	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F 值	事後比較
生命自主	1. 未滿5年	295	3.99	2.38	組間	176.80	4	44.20	7.30***	5>1
	2. 5-10年	238	3.94	2.38	組內	5352.20	884	6.06		5>2
	3. 10-15年	178	3.96	2.64	總和	5529.00	888			5>3
	4. 15-20年	96	4.03	2.47						5>4
	5. 20年以上	82	4.26	2.55						

\*p<.05 \*\*p<.01 \*\*\*p<.001

#### (七)教保人員婚姻狀況在生命態度之差異

由表 4-3-14 得知，單身與已婚教保人員在生命態度整體層面上之差異未達顯著水準，表示不同婚姻狀況之教保人員在生命態度整體層面上沒有差異。

在「愛與關懷」、「死亡態度」及「理想」層面，不同婚姻狀況之教保人員在各層面上皆沒有顯著差異，但在「存在感」、「生命經驗」及「生命自主」層面上達顯著差異，已婚的教保人員顯著皆高於未婚的教保人員。

此研究結果和林淑美(2008)研究發現不同婚姻狀況之高雄市醫院護理人員在生命態度整體層面上沒有顯著差異，在「存在感」、「生命經驗」及「生命自主」則是獲得支持之研究結果相符。與黃國城(2003)研究結果顯示在生命態度整體層面無顯著差異，但在「生命目的」層面上有差異，已婚有偶與已婚喪偶之醫院志工在「生命目的」層面上顯著高於未婚之醫院志工，而戴玉錦(2004)研究結果則顯示在「生命目的」層面上，已婚者較未婚者高之研究結果部分一致。但與張家禎(2006)研究發現在生命態度整體層面及各層面皆無顯著差異之結果不符。

研究者認為已婚教保人員因為經歷從原生家庭步入另一個家庭，而有更深一層的體悟，能體會個人的存在意義，生活歷練多、生命經驗豐富，個人的思想成熟，自主性亦隨之增加。已婚者之生命態度較未婚者正向之原因，乃已婚者對家庭、子女或配偶…等，比未婚者有更多的責任與義務，因此個人的生命與很多

人環環相扣，亦與外界的聯結更多，看待生命的方式就不再只看到自己，而還要關心身邊重視的人、事、物，其生命態度較趨向正向。

因此，本研究之假設 3-7 「不同婚姻狀況的教保人員在生命態度整體層面及其分層面上有顯著差異」在整體層面及各層面未獲得支持，但在「存在感」層面上獲得支持。

表 4-3-14 教保人員婚姻狀況在生命態度整體及分層面上之差異

層面	婚姻狀況	人數	平均數	標準差	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F 值	事後比較
整體	1. 未婚	428	3.73	20.56	組間	2510.15	2	1255.07	2.80	
	2. 已婚	448	3.80	21.65	組內	396117.42	884	448.10		
	3. 離婚或分居	11	3.80	24.62	總和	398627.57	886			
存在感	1. 未婚	428	3.62	5.80	組間	305.09	2	152.54	4.50*	2>1
	2. 已婚	448	3.72	5.80	組內	29981.15	884	33.92		
	3. 離婚或分居	11	3.54	7.54	總和	30286.23	886			
愛與關懷	1. 未婚	428	3.80	4.83	組間	42.59	2	21.29	0.93	
	2. 已婚	448	3.83	4.70	組內	20135.33	884	22.78		
	3. 喪偶	11	3.93	5.42	總和	20177.91	886			
死亡態度	1. 未婚	428	3.90	2.09	組間	7.82	2	3.91	0.88	
	2. 已婚	448	3.95	2.13	組內	3939.60	884	4.46		
	3. 離婚或分居	11	4.00	2.05	總和	3947.42	886			
理想	1. 未婚	428	3.56	4.95	組間	120.33	2	60.16	2.36	
	2. 已婚	448	3.64	5.09	組內	22507.56	884	25.46		
	3. 離婚或分居	11	3.58	6.78	總和	22627.89	886			

(續下頁)

表 4-3-14 教保人員婚姻狀況在生命態度整體及分層面上之差異(續)

層面	婚姻狀況	人數	平均數	標準差	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F 值	事後比較
生命經驗	1. 未婚	428	3.76	3.53	組間	87.67	2	43.84	3.42*	
	2. 已婚	448	3.82	3.63	組內	11320.85	884	12.81		
	3. 離婚或分居	11	4.05	3.53	總和	11408.52	886			
生命自主	1. 未婚	428	3.95	2.35	組間	47.86	2	23.93	3.87*	
	2. 已婚	448	4.05	2.60	組內	5472.12	884	6.19		
	3. 離婚或分居	11	4.04	2.82	總和	5519.98	886			

\* $p < .05$  \*\* $p < .01$  \*\*\* $p < .001$ 。註:經變異數同質性考驗發現「喪偶」樣本人數過少，為避免違反變異數同質性，故予以刪除。

#### (八)教保人員宗教信仰在生命態度之差異

由表 4-3-15 得知，不同宗教信仰之教保人員在生命態度整體層面及各層面上之差異達顯著水準，表示東方及西方宗教信仰之教保人員在生命態度整體層面上顯著高於無宗教信仰之教保人員。

在「存在感」及「生命經驗」層面有顯著差異，不同宗教信仰之教保人員在本層面上有顯著差異，東方宗教信仰的教保人員顯著高於無宗教信仰教保人員；在「愛與關懷」、「死亡態度」及「生命自主」層面皆有顯著差異，顯示出東方及西方宗教信仰的教保人員顯著高於無宗教信仰的教保人員；在「理想」層面亦有顯著差異，顯示出東方宗教及其他宗教的教保人員顯著高於無宗教信仰的教保人員。

本研究結果與蔡明昌(1995)不參加宗教活動的老人，其死亡焦慮明顯高於有參加者，何郁玲(1999)發現有宗教信仰者，其在「求意義的意志」、「生命目的」、「苦難接納」以及「整體生命意義感」的分數上皆高於無宗教信仰者的研究接近，蔡政文(2006)有宗教信仰的國小教師所知覺的「愛與關懷」平均數顯著的高於無宗教信仰的國小教師所知覺的「愛與關懷」平均數，吳淑華(2006)、李昱平(2006)發現有宗教信仰者在整體與部分層面生命態度或生命意義感高於無宗教信仰者，曾郁榆(2005)有宗教信仰之青少年在生命態度之「整

體」與「生命意義」、「愛與關懷」、「存在感」、「理想」等層面均高於無宗教信仰之青少年的研究結果相近。

究其原因是教保人員有宗教信仰者深受宗教滋潤，體現善行，能要發揮宗教犧牲奉獻、至性真情的本質，無私的愛與關懷。

因此，本研究之假設 3-8 「不同宗教信仰的教保人員在生命態度整體層面及其分層面上有顯著差異」在整體層面及各層面上皆獲得支持。

表 4-3-15 教保人員宗教信仰在生命態度整體及分層面上之差異

層面	宗教	人數	平均數	標準差	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F 值	事後比較
整體	1. 本土	563	3.80	20.85	組間	10134.72	3	3378.24	7.68***	1>3
	2. 非本土	68	3.84	22.90	組內	389233.54	885	439.81		2>3
	3. 無	244	3.65	20.06	總和	399368.25	888			
	4. 其他	14	4.00	30.35						
存在感	1. 本土	563	3.70	5.70	組間	639.47	3	213.16	6.34***	1>3
	2. 非本土	68	3.75	6.22	組內	29734.98	885	33.60		
	3. 無	244	3.55	5.64	總和	30374.45	888			
	4. 其他	14	3.92	9.31						
愛與關懷	1. 本土	563	3.85	4.73	組間	419.43	3	139.81	6.26***	1>3
	2. 非本土	68	3.89	4.90	組內	19768.58	885	22.34		2>3
	3. 無	244	3.71	4.56	總和	20188.01	888			
	4. 其他	14	3.94	6.33						
死亡態度	1. 本土	563	3.95	2.05	組間	66.99	3	22.33	5.08**	1>3
	2. 非本土	68	4.03	2.32	組內	3891.82	885	4.40		2>3
	3. 無	244	3.82	2.13	總和	3958.81	888			
	4. 其他	14	4.13	2.28						
理想	1. 本土	563	3.62	5.03	組間	446.67	3	148.89	5.92***	1>3
	2. 非本土	68	3.71	5.53	組內	22251.96	885	25.14		4>3
	3. 無	244	3.50	4.70	總和	22698.63	888			
	4. 其他	14	3.96	6.87						

(續下頁)

表 4-3-15 教保人員宗教信仰在生命態度整體及分層面上之差異(續)

層面	宗教	人數	平均數	標準差	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F 值	事後比較
生命 經驗	1. 本土	563	3.83	3.51	組間	217.56	3	72.52	5.72***	1>3
	2. 非本土	68	3.84	3.69	組內	11222.04	885	12.68		
	3. 無	244	3.69	3.60	總和	11439.60	888			
	4. 其他	14	4.05	4.33						
生命 自主	1. 本土	563	4.04	2.49	組間	151.35	3	50.45	8.30***	2>3
	2. 非本土	68	4.05	2.51	組內	5377.65	885	6.08		
	3. 無	244	3.87	2.38	總和	5529.00	888			
	4. 其他	14	4.21	2.87						

\*p<.05 \*\*p<.01 \*\*\*p<.001

#### (九)教保人員子女數在生命態度之差異

由表 4-3-16 得知，不同子女數之教保人員在生命態度整體層面及各層面上之差異，在「整體」、「存在感」、「死亡態度」、「理想」及「生命自主」層面上皆達顯著水準。

在「死亡態度」層面上，顯示出有子女 3 人以上的教保人員顯著高於子女 1 人的教保人員，而在「整體」、「存在感」、「理想」及「生命自主」層面上皆未達顯著差異水準。

本研究結果與許孟琪(2007)研究發現南投縣國小教師之整體生命態度在「子女個數」上有顯著差異，而且以育有「三個以上」子女之教師，其整體生命態度最正向之結果部分相符。

古人有云：不孝有三，無後為大，代表了生命的傳承與希望，為人父母者，看著子女漸漸長大，這是一種生命的展現，即便養兒育女在現今社會上是個重大的責任，但為人父母者或許也因著這樣的責任而對生命抱持更為正面積極的態度，這是個「甜蜜的負擔」，亦即「有子萬事足」。

因此，本研究之假設 3-9 「不同子女人數的教保人員在生命態度整體層面

及其分層面上有顯著差異」在整體層面及各層面獲得部分支持。

表4-3-16 教保人員子女數在生命態度整體及分層面上之差異

層次	子女數	人數	平均數	標準差	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F 值	事後比較
整體	1. 無	457	3.73	20.28	組間	4258.83	3	1419.61	3.18*	
	2. 1人	124	3.73	23.77	組內	395109.43	885	446.45		
	3. 2人	237	3.82	20.80	總和	399368.25	888			
	4. 3人以上	71	3.87	22.65						
存在感	1. 無	457	3.63	5.72	組間	395.47	3	131.82	3.89*	
	2. 1人	124	3.62	6.22	組內	29978.99	885	33.88		
	3. 2人	237	3.74	5.68	總和	30374.45	888			
	4. 3人以上	71	3.78	6.17						
愛與關懷	1. 無	457	3.80	4.77	組間	125.84	3	41.95	1.85	
	2. 1人	124	3.77	5.11	組內	20062.17	885	22.67		
	3. 2人	237	3.85	4.53	總和	20188.01	888			
	4. 3人以上	71	3.91	4.86						
死亡態度	1. 無	457	3.91	2.06	組間	39.38	3	13.13	2.96*	4>2
	2. 1人	124	3.85	2.20	組內	3919.43	885	4.43		
	3. 2人	237	3.95	2.04	總和	3958.81	888			
	4. 3人以上	71	4.07	2.37						
理想	1. 無	457	3.56	4.90	組間	231.25	3	77.09	3.04*	
	2. 1人	124	3.55	5.53	組內	22467.37	885	25.39		
	3. 2人	237	3.67	4.94	總和	22698.63	888			
	4. 3人以上	71	3.69	5.37						
生命經驗	1. 無	457	3.76	3.44	組間	59.78	3	19.93	1.55	
	2. 1人	124	3.81	4.14	組內	11379.82	885	12.86		
	3. 2人	237	3.82	3.57	總和	11439.60	888			
	4. 3人以上	71	3.89	3.50						

(續下頁)

表4-3-16 教保人員子女數在生命態度整體及分層面上之差異(續)

層次	子女數	人數	平均數	標準差	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F 值	事後比較
生命自主	1. 無	457	3.97	2.37	組間	58.50	3	19.50	3.15*	
	2. 1人	124	3.95	2.77	組內	5470.50	885	6.18		
	3. 2人	237	4.05	2.56	總和	5529.00	888			
	4. 3人以上	71	4.12	2.46						

\*p<.05 \*\*p<.01 \*\*\*p<.001

#### (十)教保人員家庭氣氛在生命態度之差異

由表4-3-17得知，不同家庭氣氛之教保人員在生命態度整體層面上之差異達顯著水準，表示家庭氣氛越好的教保人員在生命態度整體層面上感受上較顯著，家庭氣氛非常好及家庭氣氛好的教保人員顯著高於家庭氣氛普通者。

在「存在感」層面，不同家庭氣氛之教保人員在本層面上有顯著差異，家庭氣氛非常好的教保人員顯著高於家庭氣氛普通及家庭氣氛不好的教保人員，家庭氣氛好的教保人員顯著又高於家庭氣氛普通及家庭氣氛不好的教保人員；在「愛與關懷」、「理想」、「生命經驗」及「生命自主」層面，不同家庭氣氛之教保人員在各層面上皆有顯著差異，家庭氣氛非常好及家庭氣氛好的教保人員顯著高於家庭氣氛普通的教保人員；在「死亡態度」層面，不同家庭氣氛之教保人員在本層面上有顯著差異，家庭氣氛非常好的教保人員顯著高於家庭氣氛普通的教保人員。

本研究結果與江慧鈺(2001)、謝曼盈(2003)、許美蓮(2007)發現研究對象之家庭氣氛愈融洽，其在整體或部分層面的生命態度或生命意義感愈高之研究結果相近；亦與李昱平(2006)研究發現不同家庭氣氛之高中學生在生命態度分層面有顯著不同，家庭氣氛愈融洽在生命態度整體層面及各層面分數愈高之研究結果相符；與曾郁榆(2005)發現家庭氣氛融洽之青少年較家庭氣氛普通或不融洽之青少年在面對和生命有關的人、事、物或觀念之態度趨於正向，肯定自己存

在的意義與價值，掌握自己生命的獨特性之結果相符。

究其原因發現，此是因為家庭氣氛足以影響教保人員對自己、他人及周遭一切事物的認同與價值觀，進而影響其面對生命之態度。

因此，本研究之假設3-10「不同家庭氣氛的教保人員在生命態度整體層面及其分層面上有顯著差異」在整體層面及各層面皆獲得支持。

表4-3-17 教保人員家庭氣氛在生命態度整體及分層面上之差異

層面	家庭氣氛	人數	平均數	標準差	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F 值	事後比較
整體	1. 非常好	290	3.86	22.67	組間	22097.51	4	5524.38	12.94***	1>3
	2. 好	374	3.80	19.37	組內	377270.74	884	426.78		2>3
	3. 普通	203	3.59	19.90	總和	399368.25	888			
	4. 不好	20	3.59	21.38						
存在感	1. 非常好	290	3.80	6.26	組間	2371.23	4	592.81	18.71***	1>3
	2. 好	374	3.71	5.37	組內	28003.23	884	31.68		1>4
	3. 普通	203	3.44	5.05	總和	30374.45	888			2>3
	4. 不好	20	3.35	6.16						2>4
愛與關懷	1. 非常好	290	3.88	5.07	組間	654.89	4	163.72	7.41***	1>3
	2. 好	374	3.85	4.33	組內	19533.12	884	22.10		2>3
	3. 普通	203	3.67	4.81	總和	20188.01	888			
	4. 不好	20	3.70	4.84						
死亡態度	1. 非常好	290	3.99	2.16	組間	70.70	4	17.68	4.02**	1>3
	2. 好	374	3.94	2.03	組內	3888.11	884	4.40		
	3. 普通	203	3.81	2.07	總和	3958.81	888			
	4. 不好	20	3.83	2.74						
理想	1. 非常好	290	3.71	5.41	組間	1117.57	4	279.39	11.44***	1>3
	2. 好	374	3.63	4.71	組內	21581.06	884	24.41		2>3
	3. 普通	203	3.41	4.70	總和	22698.63	888			
	4. 不好	20	3.44	4.19						

(續下頁)

表4-3-17 教保人員家庭氣氛在生命態度整體及分層面上之差異(續)

層面	家庭氣氛	人數	平均數	標準差	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F 值	事後比較
生命經驗	1. 非常好	290	3.87	3.84	組間	391.92	4	97.98	7.84***	1>3
	2. 好	374	3.83	3.30	組內	11047.69	884	12.50		2>3
	3. 普通	203	3.64	3.47	總和	11439.60	888			
	4. 不好	20	3.66	3.95						
生命自主	1. 非常好	290	4.09	2.61	組間	189.51	4	47.38	7.84***	1>3
	2. 好	374	4.02	2.25	組內	5339.49	884	6.04		2>3
	3. 普通	203	3.85	2.59	總和	5529.00	888			
	4. 不好	20	3.90	2.69						

\*p<.05 \*\*p<.01 \*\*\*p<.001。註:經變異數同質性考驗發現「非常不好」違反變異數同質，故將此資料刪除。

#### (十一)教保人員人際關係在生命態度之差異

由表 4-3-18 得知，不同人際關係之教保人員在生命態度整體層面上之差異達顯著水準，表示人際關係越好的教保人員在生命態度整體層面上感受上較顯著，人際關係非常快樂的教保人員顯著高於人際關係快樂、人際關係普通者，人際關係快樂的教保人員顯著又高於人際關係普通的教保人員。

在「存在感」層面，不同人際關係之教保人員在本層面上有顯著差異，人際關係非常快樂的教保人員顯著高於人際關係快樂、人際關係普通及人際關係不好者，人際關係快樂的教保人員顯著又高於人際關係普通及人際關係不好的教保人員；在「愛與關懷」、「死亡態度」、「理想」、「生命經驗」及「生命自主」層面，不同人際關係之教保人員在各層面上有顯著差異，人際關係非常快樂的教保人員顯著高於人際關係快樂及普通的教保人員，人際關係快樂的教保人員顯著又高於人際關係普通的教保人員。

本研究結果與謝曼盈(2003)發現研究對象之學校生活愈快樂，其在整體或部分層面的生命態度愈高之研究結果相近；曾郁榆(2005)研究發現學校生活快

樂之青少年較學校生活普通或不快樂之青少年在面對和生命有關的人、事、物或觀念之態度趨於正向，肯定自己在生活中有值得投入的理想目標；李昱平(2006)研究發現，不同人際關係之高中學生在生命態度分層面有顯著不同，人際關係愈融洽，再生命態度整體層面及各層面愈高之研究結果相符。

研究者認為，此是因為人際關係足以影響教保人員對自我生命或對自己與外在人事物聯結的看法與體認，進而影響其面對生命之態度。

因此，本研究之假設 3-11 「不同人際關係的教保人員在生命態度整體層面及其分層面上有顯著差異」在整體層面及各層面皆獲得支持。

表4-3-18 教保人員人際關係在生命態度整體及分層面上之差異

層面	人際關係	人數	平均數	標準差	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F 值	事後比較
整體	1. 非常好	177	3.99	23.71	組間	45213.14	3	15071.05	37.66***	1>2
	2. 好	532	3.78	19.28	組內	354155.11	885	400.18		1>3
	3. 普通	178	3.51	18.06	總和	399368.25	888			2>3
存在感	1. 非常好	177	3.96	6.31	組間	4406.27	3	1468.76	50.06***	1>2
	2. 好	532	3.69	5.28	組內	25968.18	885	29.34		1>3
	3. 普通	178	3.35	4.85	總和	30374.45	888			1>4 2>3 2>4
愛與關懷	1. 非常好	177	4.00	5.59	組間	1430.47	3	476.82	22.50***	1>2
	2. 好	532	3.83	4.35	組內	18757.54	885	21.20		1>3
	3. 普通	178	3.61	4.26	總和	20188.01	888			2>3
死亡態度	1. 非常好	177	4.10	2.27	組間	219.53	3	73.18	17.32***	1>2
	2. 好	532	3.94	2.01	組內	3739.28	885	4.23		1>3
	3. 普通	178	3.72	1.96	總和	3958.81	888			2>3

(續下頁)

表4-3-18 教保人員人際關係在生命態度整體及分層面上之差異(續)

層面	人際關係	人數	平均數	標準差	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F 值	事後比較
理想	1. 非常好	177	3.84	5.55	組間	1858.27	3	619.43	26.30***	1>2
	2. 好	532	3.61	4.72	組內	20840.35	885	23.55		1>3
	3. 普通	178	3.34	4.46	總和	22698.63	888			2>3
生命經驗	1. 非常好	177	3.99	4.03	組間	838.01	3	279.34	23.32***	1>2
	2. 好	532	3.81	3.30	組內	10601.60	885	11.98		1>3
	3. 普通	178	3.56	3.32	總和	11439.60	888			2>3
生命自主	1. 非常好	177	4.22	2.62	組間	486.64	3	162.21	28.47***	1>2
	2. 好	532	4.01	2.31	組內	5042.36	885	5.70		1>3
	3. 普通	178	3.76	2.38	總和	5529.00	888			2>3

\*p<.05 \*\*p<.01 \*\*\*p<.001。註:經變異數同質性考驗發現「不快樂」違反變異數同質，故將此資料刪除。

(十二)人口變項在生命態度及各層面之小結:

綜合整理如表 4-3-19，可知幼稚園教保人員生命態度及各層面在有無教師證、年齡、任教年資、婚姻狀況別、宗教信仰、子女數、家庭氣氛及人際關係皆有顯著差異，在性別、學校別及教育程度則無顯著差異。

表 4-3-19 教保人員個人背景變項在生命態度各層面之綜合摘要表

整體	生命態度	存在感	愛與關懷	死亡態度	理想	生命經驗	生命自主
性別	無顯著差異						
學校別	無顯著差異						
教師證					有 > 無	有 > 無	
教育程度	無顯著差異						

(續下頁)

表 4-3-19 教保人員個人背景變項在生命態度各層面之綜合摘要表(續)

整體		生命態度	存在感	愛與關懷	死亡態度	理想	生命經驗	生命自主
年齡					50 歲以上 > 30-40 歲		50 歲以上 > 30-40 歲	
教學年資	20 年以上 > 未滿 5 年 20 年以上 > 5-10 年 20 年以上 > 10-15 年	20 年以上 > 未滿 5 年 20 年以上 > 5-10 年 20 年以上 > 10-15 年	20 年以上 > 未滿 5 年 20 年以上 > 5-10 年 20 年以上 > 10-15 年	20 年以上 > 未滿 5 年 20 年以上 > 5-10 年 20 年以上 > 10-15 年	20 年以上 > 未滿 5 年 20 年以上 > 5-10 年 20 年以上 > 10-15 年	20 年以上 > 未滿 5 年 20 年以上 > 5-10 年 20 年以上 > 10-15 年	20 年以上 > 未滿 5 年 20 年以上 > 5-10 年 20 年以上 > 10-15 年	20 年以上 > 未滿 5 年 20 年以上 > 5-10 年 20 年以上 > 10-15 年 20 年以上 > 15-20 年
姻狀況		已婚 > 未婚						
宗教虔誠	東方宗教信仰 > 無宗教信仰 西方宗教信仰 > 無宗教信仰	東方宗教信仰 > 無宗教信仰	東方宗教信仰 > 無宗教信仰 西方宗教信仰 > 無宗教信仰	東方宗教信仰 > 無宗教信仰 西方宗教信仰 > 無宗教信仰	東方宗教信仰 > 無宗教信仰 西方宗教信仰 > 無宗教信仰	東方宗教信仰 > 無宗教信仰 其他宗教信仰 > 無宗教信仰	東方宗教信仰 > 無宗教信仰	東方宗教信仰 > 無宗教信仰 西方宗教信仰 > 無宗教信仰
子女數					3 人以上 > 1 人			
家庭氣氛	非常好 > 普通 好 > 普通	非常好 > 普通 非常好 > 不好 好 > 普通、不好	非常好 > 普通 好 > 普通	非常好 > 普通	非常好 > 普通 好 > 普通	非常好 > 普通 好 > 普通	非常好 > 普通 好 > 普通	非常好 > 普通 好 > 普通
人際關係	非常好 > 好 非常好 > 普通 非常好 > 不好 好 > 普通 好 > 不好	非常好 > 好 非常好 > 普通 非常好 > 不好 好 > 普通 好 > 不好	非常好 > 好 非常好 > 普通 非常好 > 不好 好 > 普通	非常好 > 好 非常好 > 普通 非常好 > 不好 好 > 普通	非常好 > 好 非常好 > 普通 非常好 > 不好 好 > 普通	非常好 > 普通 非常好 > 好 好 > 普通	非常好 > 好 非常好 > 普通 非常好 > 不好 好 > 普通 好 > 不好	

### 三、環境變項教保人員生命態度之差異

#### (一)有無與家人談論死亡相關議題之教保人員在生命態度之差異

由表4-3-20得知，不同談論死亡議題之教保人員在生命態度整體及各層面上，有談論死亡議題與無談論者之差異皆達顯著水準，表示有談論死亡議題之教保人員在生命態度上較無談論者正向。

因此，本研究之假設4-1 「有無與家人談論死亡議題的教保人員在生命態度整體層面及其分層面上有顯著差異」在整體層面及各層面皆獲得支持。

表4-3-20 教保人員談論死亡議題別在生命態度整體及分層面上之差異

層面	談論死亡		平均數	標準差	t 值
	有	無			
整 體	有	無	21.74	176.24	4.73***
	無	有	19.99	169.56	
存 在 感	有	無	6.04	41.03	3.73***
	無	有	5.51	39.57	
愛與關懷	有	無	4.75	38.69	3.59***
	無	有	4.72	37.55	
死亡態度	有	無	2.16	16.03	5.21***
	無	有	1.98	15.30	
理 想	有	無	5.17	33.07	4.37***
	無	有	4.80	31.60	
生命經驗	有	無	3.55	27.08	4.83***
	無	有	3.54	25.93	
生命自主	有	無	2.54	20.33	4.29***
	無	有	2.38	19.61	

\*p<.05 \*\*p<.01 \*\*\*p<.001

(n=889,有=483,無=406)

#### (二)教保人員自身或家人有無重病在生命態度上之差異分析

由表4-3-21得知，自身或家人有無重病之教保人員在生命態度整體及各層面，自身或間人有重病之教保人員與無重病者之差異皆未達顯著水準，僅在「死亡態度」層面上之差異達顯著水準，表示有重病者之教保人員在死亡態度上較

無重病患者正向及健康。

本研究結果與李昱平（2006）研究發現，有無親人重大健康問題之高中學生在生命態度部份層面有顯著差異，有親人重大健康問題之高中學生在生命態度部份層面較無經驗者再生命態度部分層面正向之結果不一致。

本研究認為，一個人就算擁有家財萬貫，然而卻失去了健康也是徒勞無功；每個人都希望自己能夠擁有健康的身體，但是如何擁有健康、積極正向的心理更為重要，在生命歷程中，必會遭遇到挫折、苦難與死亡，痛苦正如命運和死亡一樣，是生命中不可抹殺的一部份，因此，一個人若能以正向的態度面對生命所遭遇的痛苦，接納痛苦或死亡給予的生命意義，那麼，也就能超越當前所面臨的困境，人生最大的財富是健康。

因此，本研究之假設 2-2 「家人健康狀態不同的教保人員在靈性健康整體層面及其分層面上有顯著差異」在整體層面及各層面未獲得支持，僅在死亡態度層面上獲得支持。

表4-3-21 教保人員有無重病患者在生命態度整體及分層面上之差異

層面	臥病家人	平均數	標準差	t 值
整 體	有	21.17	174.29	1.32
	無	21.22	172.39	
存 在 感	有	5.80	40.45	3.74
	無	5.89	40.30	
愛與關懷	有	4.67	38.31	.72
	無	4.84	38.07	
死亡態度	有	2.09	15.86	1.97*
	無	2.12	15.58	

(續下頁)

表4-3-21 教保人員有無重病患者在生命態度整體及分層面上之差異(續)

層面	臥病家人	平均數	標準差	t 值
理想	有	5.21	32.72	1.61
	無	4.93	32.17	
生命經驗	有	3.58	26.77	1.50
	無	3.59	26.40	
生命自主	有	2.43	20.19	1.93
	無	2.53	19.86	

\*p<.05 \*\*p<.01 \*\*\*p<.001

(n=889,有=373,無=516)

### (三)有無參加生命教育相關研習課程之教保人員在生命態度之差異

由表4-3-22得知，不同生命教育研習時數之教保人員在生命態度整體層面上之差異達顯著水準，表示不同生命教育研習時數之教保人員在生命態度整體層面上有顯著差異。

在「存在感」、「死亡態度」、「理想」及「生命經驗」等層面亦有顯著差異，亦即有參加生命教育相關研習課程的教保人員在生命態度各層面上感受較顯著。在「存在感」、「理想」及「生命經驗」層面，不同生命教育研習時數之教保人員在各層面上有顯著差異，研習時數37小時以上的教保人員顯著高於研習時數6-18小時的教保人員；在「死亡態度」層面，不同生命教育研習時數之教保人員在本層面上亦有顯著差異，研習時數37小時以上的教保人員顯著高於研習時數6-18小時、19-36小時及無參加研習的教保人員；在「愛與關懷」及「生命自主」層面則無顯著差異。

本研究結果與莊淑茹（2001）經過死亡教育課程的學生，有對死亡的負向情緒降低、正向評價上升的情形；謝曼盈（2003）的接受生命教育選修課程的大學生，其生命態度量表總分比未接受生命教育選修課的學生高；郭純芳（2004）大學生在參與「β計畫」課程後自我概念與生命態度上有顯著的提升；曾郁榆（2005）經過生命教育課程的犯罪青少年之其生命態度也有明顯趨向正向之改

變；蔡政文(2006) 有研習過生命教育的國小教師所知覺的「愛與關懷」平均數顯著的高於沒有研習過生命教育的國小教師所知覺的「愛與關懷」平均數，可見是否研習過生命教育的國小老師在「愛與關懷」的感受上有顯著差異。

究其原因可能是教保人員參與研習課程後，對研習課程得到正面回饋，有學習方法，達到學習目的，更能以愛心關懷他人。

因此，本研究之假設4-3 「是否參加過生命教育研習的教保人員在生命態度整體層面及其分層面上有顯著差異」在整體層面及各層面獲得部分支持。

表4-3-22 教保人員生命教育研習時數在生命態度整體及分層面上之差異

層面	研習時數	人數	平均數	標準差	變異來源	平方和	自由度	平均平方和	F 值	事後比較
整體	1. 半天以內	117	3.74	20.02	組間	5729.09	4	1432.27	3.22*	4>2
	2. 6-18小時	273	3.72	21.42	組內	393639.16	884	445.29		
	3. 19-36小時	133	3.76	22.80	總和	399368.25	888			
	4. 37小時以上	106	3.99	20.73						
	5. 無	260	3.77	20.47						
存在感	1. 半天以內	117	3.64	5.55	組間	378.65	4	94.66	2.79*	4>2
	2. 6-18小時	273	3.63	5.84	組內	29995.80	884	33.93		
	3. 19-36小時	133	3.68	6.12	總和	30374.45	888			
	4. 37小時以上	106	3.83	5.76						
	5. 無	260	3.66	5.80						
愛與關懷	1. 半天以內	117	3.79	4.57	組間	118.71	4	29.68	1.31	
	2. 6-18小時	273	3.80	4.83	組內	20069.30	884	22.70		
	3. 19-36小時	133	3.80	4.94	總和	20188.01	888			
	4. 37小時以上	106	3.91	4.63						
	5. 無	260	3.82	4.75						

(續下頁)

表4-3-22 教保人員生命教育研習時數在生命態度整體及分層面上之差異(續)

層面	研習時數	人數	平 均數	標 準差	變異 來源	平方和	自 由度	平均 平方和	F 值	事後 比較
死亡 態度	1. 半天以內	117	3.92	1.93	組間	64.24	4	16.06	3.65**	4>2
	2. 6-18小時	273	3.89	2.19	組內	3894.57	884	4.41		4>3
	3. 19-36小時	133	3.88	2.28	總和	3958.81	888			4>5
	4. 37小時以上	106	4.10	1.86						
	5. 無	260	3.91	2.07						
理想	1. 半天以內	117	3.57	4.92	組間	334.98	4	83.75	3.31*	4>2
	2. 6-18小時	273	3.54	5.16	組內	22363.65	884	25.30		
	3. 19-36小時	133	3.63	5.30	總和	22698.63	888			
	4. 37小時以上	106	3.76	5.20						
	5. 無	260	3.60	4.72						
生命 經驗	1. 半天以內	117	3.79	3.21	組間	203.98	4	51.00	4.01**	4>2
	2. 6-18小時	273	3.73	3.54	組內	11235.63	884	12.71		
	3. 19-36小時	133	3.77	3.91	總和	11439.60	888			
	4. 37小時以上	106	3.96	3.67						
	5. 無	260	3.80	3.52						
生命 自主	1. 半天以內	117	3.99	2.34	組間	58.40	4	14.60	2.36	
	2. 6-18小時	273	3.95	2.50	組內	5470.60	884	6.19		
	3. 19-36小時	133	3.97	2.78	總和	5529.00	888			
	4. 37小時以上	106	4.11	2.36						
	5. 無	260	4.03	2.42						

\*p<.05 \*\*p<.01 \*\*\*p<.001

#### (四)環境變項在生命態度及各層面之小結

本節探討不同環境變項的教保人員靈性健康的情況，綜合上述表 4-3-20 到表 4-3-22 分析，分別針對不同環境變相的教保人員生命態度及各層面敘述及討論。茲將上述結果經由事後比較顯著的分析歸納整理如表 4-3-23。

表 4-3-23 教保人員個人環境變項在生命態度各層面之綜合摘要表

	整體						
	生命態度	存在感	愛與關懷	死亡態度	理想	生命經驗	生命自主
談論死亡 議題	有>無	有>無	有>無	有>無	有>無	有>無	
自身或家 人有無重 病				有>無			
生命教育 研習時數	37 小時以 上>6-18 小 時	37 小時以 上>6-18 小 時		37 小時以 上>6-18 小 時 37 小時以 上>19-36 小時 37 小時以 上>無	37 小時以 上>6-18 小 時	37 小時以 上>6-18 小 時	

#### 第四節 教保人員靈性健康與生命態度之相關

本節主要目的探討教保人員靈性健康整體構面及五構面「超越逆境」、「與人締結」、「宗教寄託」、「活出意義」、「感懷自然」與生命態度整體構面及六個構面「存在感」、「愛與關懷」、「死亡態度」、「理想」、「生命經驗」、「生命自主」間之相關，透過皮爾森積差相關法進行分析，以考驗假設五教保人員靈性健康與生命態度有顯著相關。由表4-4-1可知，靈性健康與生命態度有正相關；整體靈性健康與存在感、愛與關懷、死亡態度、理想、生命經驗及生命自主層面皆為正相關，整體生命態度與超越逆境、與人締結、宗教寄託、活出意義及感懷自然等構面皆為正相關，其表是教保人員靈性健康會影響教保人員對生命所抱持的態度，生命態度越正向。超越逆境層面、與人締結層面、宗教寄託層面、活出意義層面及感懷自然層面與整體生命態度、存在感、愛與關懷、死亡態度、理想、生命經驗及生命自主層面皆為顯著正相關，其表示靈性越健康，相對生命

態度也會趨於正向。研究結果假設五教保人員靈性健康整體層面與生命態度整體層面有顯著相關，獲得支持。

表 4-4-1 教保人員靈性健康與生命態度之相關

	靈性健康 整理層面	超越 逆境	與人 締結	宗教 寄託	活出 意義	感懷 自然
生命態度 整理層面	.666(**)	.647(**)	.688(**)	.323(**)	.691(**)	.613(**)
存在感	.579(**)	.577(**)	.611(**)	.258(**)	.603(**)	.528(**)
愛與關懷	.577(**)	.507(**)	.631(**)	.299(**)	.579(**)	.543(**)
死亡態度	.609(**)	.579(**)	.605(**)	.315(**)	.619(**)	.575(**)
理想	.527(**)	.523(**)	.534(**)	.247(**)	.575(**)	.465(**)
生命經驗	.665(**)	.682(**)	.653(**)	.331(**)	.680(**)	.617(**)
生命自主	.663(**)	.637(**)	.676(**)	.331(**)	.687(**)	.619(**)

\*\* 在顯著水準為 0.01 時 (雙尾)，相關顯著。

## 第五章 結論與建議

本研究旨在探討教保人員的靈性健康與生命態度之關係。為期能達到研究目的，本章根據研究目的及研究問題，首先採用文獻探討法，建立本研究之理論基礎，對靈性健康與生命態度之相關文獻進行蒐集與瞭解，並加以整理、歸納，做為實證研究結果比較討論之依據；接著以靈性健康量表與生命態度量表為研究工具，以方便取樣方式蒐集資料，以統計方法對資料進行整理與分析，藉以獲得本研究之結論。本章將根據研究結果加以整理，歸納出研究結論，並據以提出具體建議，提供相關人員、單位及後續研究之參考。

### 第一節 結論

本研究之結論為：

#### 壹、教保人員靈性健康與生命態度良好

一、教保人員靈性健康整體平均數為 4.00，屬於中上程度。在與人締結層面平均分數為 4.14，正向程度較高；其次為感懷自然層面平均分數為 4.13；活出意義層面平均分數為 4.03；超越逆境層面平均分數為 3.94；宗教寄託平均分數為 3.71，由此可見，教保人員的靈性健康大致良好。

二、教保人員生命態度整體平均數為 3.76，屬於中上程度。在生命自主層面平均分數為 4.00，較為正向；其次是死亡態度層面平均分數為 3.92；愛與關懷層面平均分數為 3.82；生命經驗層面平均分數為 3.79；存在感層面平均分數 3.67；理想層面平均分數為 3.60，由此可知，教保人員的生命態度大致良好。

#### 貳、教保人員的靈性健康因教師證、教育程度、年齡、教學年資、婚姻狀況、宗教信仰、子女數、家庭氣氛、人際關係、談論死亡議題、自己或家人是否有重病不同而有差異

一、有教師證教保人員比沒有者在靈性方面較健康。

- 二、研究所學歷的教保人員在靈性健康方面優於大學及高中職學歷的教保人員。
  - 三、50 歲以上、40-50 歲及 30-40 歲的教保人員比未滿 30 歲的教保人員在靈性方面較健康，40-50 歲的教保人員又比 30-40 歲的教保人員在靈性健康上較好。
  - 四、任教年資 20 年以上、15-20 年、5-10 年的教保人員比未滿 5 年的教保人員在靈性健康方面好。
  - 五、已婚的教保人員在靈性方面較未婚者健康正向。
  - 六、有宗教信仰的教保人員比無宗教信仰者好。
  - 七、育有子女的教保人員在靈性方面比無子女者健康。
  - 八、家庭氣氛非常好及家庭氣氛好的教保人員在靈性健康方面優於家庭氣氛普通與家庭氣氛不好的教保人員。
  - 九、人際關係非常好的教保人員在靈性健康程度上優於人際關係好、人際關係普通及不好的教保人員。
  - 十、曾談論死亡相關議題的教保人員比無談論死亡議題者在靈性層面上更為健康。
  - 十一、有重病家人的教保人員靈性健康較為正向積極。
- 參、性別、學校別及生命教育研習時數等變項，教保人員整體靈性健康無差異。**
- 肆、教保人員的生命態度因教師證、年齡、教學年資、婚姻狀況、宗教信仰、子女數、家庭氣氛、人際關係、談論死亡議題、自己或家人是否有重病、研習狀況不同而有差異**
- 一、有教師證教保人員比沒有者在理想及生命經驗層面較有良好的生命態度。
  - 二、50 歲以上的教保人員比 30-40 歲的教保人員在生命態度方面較正向。
  - 三、任教年資 20 年以上的教保人員比 15-20 年、5-10 年及未滿 5 年的教保人員在生命態度方面好、正向。

- 四、已婚的教保人員在存在感層面比未婚的教保人員健康正向。
- 五、有宗教信仰的教保人員比無宗教信仰者在生命態度上有正向的想法。
- 六、子女 3 人以上的教保人員在死亡態度層面優於子女 1 人的教保人員。
- 七、家庭氣氛非常好及家庭氣氛好的教保人員在生命態度方面優於家庭氣氛普通與家庭氣氛不好的教保人員。
- 八、人際關係非常好的教保人員在生命態度上優於人際關係好、人際關係普通及不好的教保人員；人際關係好的教保人員優於人際關係普通及不好的教保人員。
- 九、曾談論死亡相關議題的教保人員比無談論死亡議題者在生命態度整體層面上更為健康。
- 十、有或曾有重病家人的教保人員在死亡態度層面較為正向健康。
- 十一、研習時數 37 小時以上的教保人員比研習半天(約 3 小時)的教保人員在生命態度上較為優良。

**伍、性別、學校別及教育程度等變項，教保人員整體生命態度無差異。**

#### **陸、靈性健康與生命態度相關**

靈性健康的各層面(超越逆境、與人締結、宗教寄託、活出意義及感懷自然)與生命態度個層面(存在感、愛與關懷、死亡態度、理想、生命經驗及生命自主)呈現顯著正相關。顯示教保人員靈性健康愈好者，其存在感、愛與關懷、死亡態度、理想、生命經驗、生命自主及整體生命態度等層面也越良好。

## 第二節 建議

本研究旨在探討教保人員靈性健康與生命態度之相關問題，茲根據前述研究之發現，提出下列建議，以作為教育及政府單位後續研究之參考。

### 壹、對教保人員的建議

#### 一、教師宜積極參與生命教育之研習與進修

根據本研究結果發現教保人員參加生命教育的研習時數越多者，其靈性健康及生命態度皆優於未曾研習過生命教育的教保人員，可見參與生命教育研習有助於提昇教保人員的靈性健康與生命態度。而且靈性健康的教保人員能在教學時，對於幼兒各方面的表現，會給予多元智慧的肯定；同時，教保人員積極進修不僅能提高其自我效能，培養更寬廣的視野及氣度，使其擁有正向積極的力量，更能使自己人格統整進而得以發展靈性，能以更豁達的態度去面對人生的際遇，進而擁有更多的正向積極力量及態度。

#### 二、教保人員可以多親近大自然，建立人與自然良好的關係，可以提昇其靈性健康

根據本研究結果顯示，教保人員的靈性健康來自「活出意義」及「感懷自然」，大自然的一草一木的生命力，可以使我們放鬆心情及具有身、心、靈療癒的作用。教保人員可以利用假日到戶外踏青或爬山，將可以使我們體會到生命的生生不息，並進而願意建立和諧的人與大自然、人與植物、人與萬物平等的關係，也會有助於提昇其靈性健康，進而擁有更佳的生命態度。

#### 三、教保人員可以多接觸及探討宗教的教義，有助於提昇其靈性健康與生命態度

根據本研究結果顯示，有宗教信仰的教保人員在整體靈性健康及各

層面明顯優於無宗教信仰者；有宗教信仰的教保人員在整體生命態度及各層面明顯優於無宗教信仰者。可能的原因是教師們既要兼顧工作與家庭，而且不同年齡層的孩子皆有其不同的發育狀況及心智發展，也有其不同的教養方式；而且人生中難免都會面臨到一些挫折及逆境，所以若有宗教信仰及信仰團體彼此之間的支援系統，當自己面臨到人生中不如意之狀況時，將因為有良好的社會支持及宗教信仰，將有助於提昇自己處理及面對事情的方式。

## **貳、對幼兒園所的建議**

### **一、幼兒園所宜主動關懷教保人員與提昇教保人員的靈性健康與生命態度**

教育需要愛、體諒及關懷，當教保人員付出無私的愛時，幼兒園所也要主動關懷教保人員工作上的感受及需要協助的地方，園所長、主管、執行長及負責人應身體力行，塑造提昇靈性氛圍，有快樂的老師，才有快樂的學生，適時提供各方面的資源以協助教保人員心靈的成長。

### **二、鼓勵及支持教保人員進修生命教育相關學位、學分班課程進修或取得合格教師證**

本研究發現，教保人員的學歷大多是大學學歷，因此幼兒園所鼓勵教保人員進修生命教育相關碩士學位或課程進修，提升教保人員正向看待經驗，接納生命的變化，積極面對生活的挫折，在生命的處境中成長與學習的態度。又僅 43.3% 教保人員擁有教師證，幼兒園所應鼓勵及支持教保人員考取合格教師證，將可提升教保人員專業品質。

### **三、積極鼓勵並支持教保人員參與生命教育研習，充實教保人員的生命內涵**

本研究結果顯示教師參加生命教育研習，有助於靈性健康與生命態度有較佳的狀態。為了因應課程結構的改變，幼兒園所應積極鼓勵生命教育及靈性健康相關的研習及鼓勵教保人員進修，充實教保人員

的生命教育知能，以提升教保人員人生哲理的素養及思索生命的意義。

### 參、對教育主管機關之建議

#### 一、師資培育過程中增加選修生命教育的學分

教保人員是幼稚教育推動的最直接的工作者，有身心健康及良好生命態度的老師，才會教導出身心健全及正確價值觀的學生。面對少子化、單親家庭、隔代教養及社會快速變遷等學生家庭因素，老師要有自己的教學信念及中心思想，才有能力去因應多變的社會，所以教保人員的師資培育過程，目前有開設生命教育課程，僅 2-3 學分，需增加相關課程及學分，教育部宜研議增加修習生命教育課程，使教保人員能增加自己倫理思辨及生命關懷的能力，才有能力面對多變的社會型態。

#### 二、加強辦理「生命教育」相關課程研習，涵養教保人員豐富生命內涵

本研究發現，教保人員在職進修非常重要，需跟著時代進步，持續成長，因此教育相關單位應適時舉辦生命教育相關課程研習，並聘請生命教育的專家學者演講，涵養教保人員豐富的生命內涵，教保人員普遍對擁有正向的態度、能正確掌握和控制自己的命運、生命的方向，且擁有無條件的愛、積極正向的關懷他人的態度，透過生命教育的相關課程研習，可以增強教保人員對生命教育的教學認知、協助教保人員對生命教育的教學創新，強化生命教育師資。

#### 三、對聘用合格教保人員要嚴格把關

本研究發現，僅 43.3% 教保人員擁有教師證，有關單位應積極鼓勵及支持教保老師考取教師證，將可提升教保老師專業品質；在研習時間方面，多利用平常日辦理生命教育課程研習，將可促使教保人員積極踴躍參與。研習時間若為平常日舉行，幼兒園所應積極鼓勵支持教保人員參與，並另安排老師代為授課；若為周末舉辦，則可以補休假或予以加班費之形式辦理。

### 第三節 檢 討

本研究旨在探討教保人員靈性健康與生命態度之相關問題，茲根據前述研究之發現，提出建議，供後續研究之參考。

#### 壹、研究範圍與對象方面

本研究的樣本為台中、彰化、雲嘉及台南縣市的教保人員，有效問卷 889 份，在方便抽樣的過程中，由於人力、物力及時間所限，已儘量顧及樣本代表性，唯樣本只限於台中、彰化、雲嘉及台南縣市，推論上僅以五縣市為例，因此後續研究若能克服困難，可進一步擴大研究對象，擴及其他地區或全國教保人員為研究對象，比較分析其間的差異性，以更增加研究的價值。

#### 貳、研究方法方面

本研究以調查研究法為主，係屬量化研究，在未來研究方法上，可考慮輔以深入訪談、實地觀察、個案研究等質的研究方法，以獲得更深入的瞭解，使質與量的研究能相互印證，研究結果將更加完善。

#### 參、研究工具方面

本研究以張淑美和陳慧姿(2006)所編製「高中教師靈性健康量表」為基礎，並參考國內外的文獻加以重新編製成「教保人員靈性健康量表」以及由許孟琪(2007)所編製之「生命態度量表」作為重新編製成「教保人員生命態度量表」研究工具，雖然量表都具有一定的信效度，但是，靈性健康與生命態度牽涉的層面即廣且繁，因此，未來在時間、人力與物力的許可下，建議多方參考中西文獻，進一步編製教育信念或生命態度量表，將使研究更具周延性。

## 參考文獻

### 壹、中文部分

- 毛新春 (1997)。認識病人的靈性需求。台灣醫學，1(5)，653-656。
- 王素貞 (1994)。台北市國小教師死亡態度、死亡教育態度及死亡教育需求之研究。國立台灣師範大學教育研究所碩士論文，未出版，台北。
- 伍育英 (2006)。從治療者如何面對生死議題談靈性治療。諮商與輔導，245，2-5。
- 江穎盈 (2009)。大學生的生活壓力、社會支持與生命意義之研究。國立政治大學教育研究所碩士論文，未出版，臺北。
- 何英奇 (1990)。生命態度剖面圖之編製：信度與效度之研究。師大學報，35，71-94。
- 何郁玲 (1999)。中小學教師職業倦怠、教師效能感與生命意義感關係之研究。彰化師範大學教育研究所碩士論文，未出版，彰化。
- 余德慧、石佳儀 (2003)。生死學十四講。台北：心靈工坊。
- 吳文舜、鄭秋琪(譯) (1994)。Rollo May 著。心理輔導的藝術：助人助己的心理諮商法。台北：遠流。
- 吳成瑤 (2009)。「小英的故事」卡通影集對國小學童生命態度影響之實驗研究。國立高雄師範大學教育學系碩士論文，未出版，高雄。
- 吳秀芳、蕭雅竹 (2009)。護理人員靈性健康與靈性照護能力之相關性研究。護理暨健康照護研究，5 (1)，68-78。
- 吳秀碧、洪雅鳳 (2006)。成員投入程度及缺席和流失的關聯之初探。2006年中國輔導學會年會暨國際學術研討會論文集(頁 307-308)。台北：中國輔導學會。
- 吳明隆 (2007)。SPSS 與統計應用學習實務：問卷分析與應用統計。台北：加樺國際。

- 吳明隆 (2009)。SPSS 與統計應用分析。台北：高等教育文化。
- 吳明隆、涂金堂 (2006)。SPSS 與統計應用分析 (二版)。臺北：五南。
- 吳慧敏 (2001)。死亡態度研究及其在生死教育上的運用。在九十年五月台灣地區國中生生死教育教學研討會論文集：國立彰化師範大學通識教育中心、共同學科。
- 吳靜誼 (2007)。高雄市老年人生命態度與其幸福感之研究。高雄師範大學教育學系生命教育碩士班碩士論文，未出版，高雄。
- 吳麗織 (2005)。腦瘤青少年靈性健康、情緒狀態與相關因素之探討。碩士論文，國防醫學院護理研究所。
- 呂嘉偉 (2008)。青少年靈性健康與自尊之相關研究。新竹教育大學碩士論文，未出版，新竹。
- 宋文里譯，Carl R. Rogers 著 (1990)，成為一個人。台北：桂冠。
- 宋秋蓉 (1992)。青少年生命意義之研究。國立彰化師範大學輔導研究所碩士論文，未出版，彰化。
- 李 彬 (2005)。生死教育對醫學系學生生命態度教學成效之探討-以某大學一年級學生為例。南華大學生死學研究所碩士論文，未出版，嘉義。
- 李昱平 (2005)。高雄縣高級中等學校學生靈性健康與生命態度之相關研究。高雄師範大學教育學系碩士論文，未出版，高雄。
- 李昱平 (2006a)。生命教育另一章—淺談靈性健康的概念與應用。學生輔導，101，124-143。
- 李昱平、張淑美(譯) (2008)。John P Miller 著。如何成為全人教師。台北：心理。
- 李智揚 (2008)。高雄縣國小教師生命態度、靈性健康與幸福感之相關研究。高雄師範大學教育學系碩士論文，未出版，高雄。
- 杜明勳 (2003)。談靈性。護理雜誌，50 (1)，81-85。
- 沈亦元 (2004)。弗蘭克 (Viktor Frankl) 意義治療理論及其於生命教育之蘊

- 義。國立政治大學教育研究所未出版碩士論文。
- 卓妙如 (2002)。兒童及青少年靈性需求評估。護理雜誌，49 (3), 30-32。
- 林美淑 (2008)。高雄市醫院護理人員生命態度與健康促進生活型態之相關研究。高雄師範大學教育學系碩士論文，未出版，高雄。
- 林珠茹 (2001)。老人社區參與和生命意義相關之研究。台北護理學院護理研究所碩士論文。未出版，台北。
- 林素霞 (2003) 不同取向生命教育影響國中學生自我概念、人際關係與生命意義之實驗研究。南華大學生死學研究所碩士論文，未出版，嘉義。
- 林淑貞 (2008)。台南市高中生生命態度與健康促進生活型態之相關研究。未出版碩士，高雄師範大學教育學系，高雄。
- 林嫚惠 (1998)。社會團體工作對老人生活適應的影響實驗研究。未出版碩士
- 林鳳榆 (2004)。佛教生死服務志願工作者之生命意義追求歷程。臺灣師範大學社會教育研究所碩士論文，未出版，台北。
- 林靜如 (2001)。沙特自由哲學及其在生命教育之蘊義。國立政治大學教育研究所碩士論文，未出版，台北。
- 邱奕森 (2000)。沙特《存有與虛無》的自由概念。國立台灣大學哲學研究所碩士論文，未出版，台北。
- 邱淑芬 (2002)。靈性面向在成人教育上的意義。成人教育學刊，6，51-72。
- 邱皓政 (2008)。量化研究與統計分析—SPSS 中文視窗版資料分析範例解析。台北：五南。
- 涂金堂 (2010)。Spss 與量化研究。台北：五南。
- 柯麗蓉 (2008)。大專校院高階主管生命態度與學校生命教育實踐關係之研究。高雄師範大學教育學系碩士論文，未出版。
- 柳毓珍 (2006)。應用繪本教學之生命教育課程對國民小學中年級學童生命態度之影響研究。臺北市立教育大學教育心理與輔導研究所碩士論文，未出版。
- 洪櫻純 (2008)。老人靈性健康之開展與模式探詢。國立台灣師範大學社會教育

- 學系博士班論文，未出版，台北。
- 紀玉足（2002）。生死教育對某技職校院學生生命意義感教學成效之探討—以商業設計系為例。南華大學生死學研究所碩士論文，未出版，嘉義。
- 紀潔芳（2000a）。生死學課程於師範教育及成人教育教學之探討。論文發表於彰化師範大學舉辦之「全國大專校院生死課程教學研討會」會議，彰化。
- 紀潔芳（2000b）。兒童生死教育教學之探討—兼談教學資源之運用。論文發表於彰化師範大學舉辦之「台灣地區兒童生死教育研討會」會議，彰化。
- 紀潔芳（2001）。國中生預立遺囑教學活動之啟示—兼談教學資源之運用。論文發表於彰化師範大學舉辦之「台灣地區國中生生死教育教學研討會」會議，彰化。
- 紀潔芳、鄭璿宜（2007）。生死教育教學—方法·資源運用·教學活動。台北市：華騰文化。
- 紀潔芳、鄭璿宜、陳怡伶（2010）。國小六年級學童靈性健康與生命態度之探討。發表於香港教育學院舉辦之「第十屆兒童靈性國際會議研討會」，香港大埔。
- 孫樂平（2010）。高雄縣市國小教師靈性健康與自我效能感相關之研究。未出版碩士，高雄師範大學教育學系，高雄。
- 孫樂平（2010）。教師靈性健康與成長之道。臺灣教育，664，33-37。
- 徐薇婷（2008）。國小教師靈性特質與生命教育教學效能關係之研究。國立中正大學成人及繼續教育所碩士論文，未出版。
- 涂金堂（2009）。教育測驗與評量。台北市：三民。涂金堂（2010）。Spss 與量化研究。台北：五南。
- 張文琪（2006）。高雄市國小高年級學童情緒智力、生命態度與問題解決能力之相關研究。高雄師範大學教育學系碩士論文，未出版，高雄。
- 張利中（2001）。尋獲「生命意義」的時態與心理歷程。南華大學：生死學通訊第五期。
- 張宛新（2004）。生命教育與青少年生命態度研究。國立台北大學社會學系碩士

- 論文，未出版，台北。
- 張明麗（2000）。幼兒教師人格特質與生命態度之研究。幼兒教育年刊，12，159-188。
- 張美玲（2006）。高雄市國中教師工作壓力與靈性健康之相關研究。高雄師範大學教育學系碩士論文，未出版，高雄。
- 張家禎（2006）。高雄市國小教師生命態度與工作價值觀之關係研究。高雄師範大學教育學系碩士論文，未出版，高雄。
- 張海倫（2007）。生命意義感評量與相關因素之研究-以幼兒教師為例。樹德科技大學幼兒保育學系碩士論文，未出版，高雄。
- 張國治（2006）。雲林縣高齡學習參與者、非參與者生命意義感之比較研究。中正大學成人及繼續教育所碩士論文，未出版，嘉義。
- 張淑美（1996）。死亡學與死亡教育：國中生之死亡概念、死亡態度、死亡教育態度及其相關因素之研究。高雄：復文。
- 張淑美、陳慧姿（2006）。癌症病人生命意義與靈性關懷之探討。成人及終身教育學刊，7，1-20。
- 張淑美、陳慧姿（2008）。高雄地區高中教師靈性健康及其相關因素之研究。生死學研究，7，89-138。
- 張淑美主譯（2006b）。John P. Miller 著。生命教育—推動學校的靈性課程。台北市：學富。
- 張淑萍（2008）。屏東縣國小教師角色壓力與靈性健康關係之研究。高雄師範大學碩士論文，未出版，高雄。
- 張琦萍（2009）。從失落與哀傷談靈性層面的諮商工作。諮商與輔導，286，22-26。
- 梁乃崇（2009）。生命的靈性與價值。佛學與科學，10(2)，43-45。
- 莊淑茹（2001）。死亡教育課程對護校學生死亡態度之影響。南華大學生死學研究所碩士論文。嘉義。

- 莊錫欽 (2003)。高級職校教師心靈特質、生命意義感與生命教育態度之關係研究。國立彰化師範大學教育研究所碩士論文，未出版，彰化。
- 許孟琪 (2006)。南投縣國小教師教育信念及其生命態度之探討。南華大學生死學研究所碩士論文，未出版，嘉義。
- 許美蓮 (2006)。高雄縣高中生情緒智力、生命意義感與問題解決態度之關係研究。未出版之碩士論文，國立高雄師範大學教育研究所，高雄。
- 許淑如 (2008)。幼兒園教師之多元自我概念與生命意義之相關探討。東海大學宗教研究所碩士論文，未出版。
- 許麗美 (2009)。國中生同儕關係、自我傷害行為與生命態度之相關研究。國立新竹教育大學教育心理與諮商學系碩士班碩士論文，未出版，新竹。
- 郭怡如 (2008)。孩子的靈性不見了。幼兒教育，292，85-87。
- 郭純芳 (2004)。生命教育課程對大學生自我概念與生命態度之影響—以東海大學生命教育課程「β計畫」為例。東海大學教育研究所碩士論文，出版，台中。
- 郭懿慧 (2005)。台南縣市國小教師生命意義感、生命教育態度與生命教育實施狀況之調查研究。國立中山大學教育研究所碩士論文，未出版，高雄。
- 陳宣良等 (譯) (2000)。J. P. Sartre 原著。存在與虛無。台北：貓頭鷹。
- 陳秋燕 (1998)。社區老人參與「社會服務」對其心理社會影響之前驅性研究—以台北市北投區「大同之家」為例。陽明大學社區護理研究所，碩士論文，未出版，台北。
- 陳美琴 (2009)。靈性與心理治療—談自我意識的擴展。諮商與輔導，286，9-13。
- 陳德光 (2004)。靈性生命激發：生命教育的一個重點。輔仁宗教研究，9，103-127。
- 陳慧姿 (2006)。高中教師靈性健康與幸福感之相關研究—以高雄地區為例。國立高雄師範大學碩士論文，未出版，高雄。
- 陳錫琦 (2009)。生命與健康之融匯—靈性教育。國民教育，50 (2)，7-13。

- 陳騏龍 (2009)。探索靈性議題在心理諮商領域的角色。諮商與輔導, 290, 2-6。
- 陳蘋琪譯 (2006); Kahleen M. Bailey 等著。教師專業生涯發展。台北: 湯姆生。
- 彭仁郁 (譯) (2001)。R. May 原著。愛與意志。台北: 立緒。
- 彭玫瑛 (2009)。藥癮戒治者宗教性、靈性健康與生命意義感之相關研究。國立嘉義大學家庭教育與諮商研究所。碩士論文, 未出版, 嘉義。
- 曾郁榆 (2008)。青少年生命態度與生命教育課程需求之研究。國立高雄師範大學教育學系研究所碩士論文, 未出版, 高雄。
- 曾郁榆 (2005)。一般青少年與犯罪青少年生命態度、生命教育需求及其相關因素之研究。國立高雄師範大學教育系畢業紀念論文, 未出版, 高雄。
- 曾廣志 (2001b)。台灣地區商職學生死亡態度與生死教育需求之探討。南華大學生死學研究所碩士論文, 未出版, 嘉義。
- 程國選 (2001)。「我的人生」評量表編製報告。測驗統計年刊, 9, 47-79。臺中: 教育測驗評量與統計方法研究中心。
- 賀豫所、黃雅文 (2008a)。六年級學生壓力事件、因應方式與挫折復原力研究——以台北縣某國小為例。衛生教育學報。
- 黃子庭、林柳吟 (2004)。社區老人之生命意義及其相關因素—以雲林縣為例。台灣衛誌, 23 (2), 159-167。
- 黃文玲 (2006)。屏東縣國小高年級學童生命意義感與利社會行為之關係研究。國立高雄師範大學教育研究所碩士論文, 未出版, 高雄。
- 黃同展 (2006)。高雄縣市高中學生生命意義感、生活壓力與憂鬱情
- 黃宇達 (1997)。死亡焦慮: 性別、年齡與死亡焦慮歸因之角色的探討。私立中原大學心理系碩士論文。
- 黃柏勳 (2003)。教師組織公民行為的意涵及其成因分析。學校行政雙月刊, 27, 63- 79。
- 黃素玲 (2007)。生命教育融入表演藝術課程對國中生生命態度及人際關係之影

- 響。私立佛光大學社會教育學研究所碩士論文，未出版，宜蘭縣。
- 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。高雄師範大學成人教育研究所碩士論文，未出版，高雄。
- 黃淑芬 (2005)。國小高年級學童生命態度與人際關係之相關研究。國立高雄師範大學教育學系碩士論文，未出版，高雄。
- 黃淑貞 (2004)。中學生靈性健康與生活壓力相關之研究—以台中地區三所女中為例。輔仁大學教育領導與發展研究所順勢論文，未出版，台北。
- 黃惠貞 (2002)。某大專院校學生靈性健康、知覺壓力與憂鬱之相關研究。高雄師範大學教育學系碩士論文，未出版，高雄。
- 黃惠貞、姜逸群(2005)。大專院校學生靈性健康、知覺壓力與憂鬱之相關研究。衛生教育學報，23，121-143。
- 黃惠貞、姜逸群(2006)。某大專院校學生靈性健康和社會人口學特性之相關研究。學校衛生，49，15-33。
- 黃麗萍 (2008)。探索生命教育的靈魂—靈性學習。立德學報，6(1)期，21-34。
- 楊小芳 (2006)。生命教育融入體育教學對高中生生命態度影響之研究。輔仁大學體育學系碩士班碩士論文，未出版，台北。
- 楊克平(1998)。護理實務中之靈性照護。護理雜誌，45(3)，77-83。
- 楊克平(2006)。自「臨終病患對療護的期望」論關懷倫理。哲學與文化，第三十三卷第四期，17-32。
- 楊均典(2001)。住院之精神分裂患者靈性、寂寞感及希望之相關探討。私立慈濟大學護理學研究所碩士論文，未出版，花蓮。
- 楊均典、顏效禹、陳瑞娥 (2010)。靈性安適之概念分析。護理雜誌，57(3)，99-104。
- 楊麗香 (2008)。幼稚園教師的生命意義感、生命教育態度與實施現況之研究~以高雄縣為例。國立臺南大學文化與自然資源學系社會科教學碩士班碩士論文，未出版，台南。

- 廖芳娟 (2000)。台灣警察之死亡態度研究。南華大學生死學研究所碩士論文，未出版，嘉義。
- 廖愛華、賴秋絨 (1999)。台灣中部地區某校護理老師及應屆畢業護生靈性需求初探。弘光學報，34，247-276。
- 趙可式 (1998a)。精神衛生護理與靈性照護。護理雜誌，45(1)，16-20。
- 趙可式 (2003b)。靈性健康之標記。於中華民國安寧照顧基金會主辦，安寧療護倫理與靈性工作坊講義 (pp. 67- 70)。台北：馬偕紀念醫院淡水院區。
- 趙玉嬌 (2008)。論全球倫理和多元靈性的成長。貴州大學學報，26(5)，8-12。
- 趙安娜 (2002)。鄉村社區老年人生命意義、健康狀況與生活品質及其相關因素之探討。台北護理學院護理研究所碩士論文，未出版，台北。
- 劉佩瑜 (2010)。大學生靈性健康與接觸死亡經驗之研究—以某大學為例。國立臺北教育大學生命教育與健康促進研究所碩士論文，未出版，台北。
- 劉修吟 (2003)。大學生生命教育課程設計與實施之研究—以花蓮某大學為例。慈濟大學教育研究所碩士論文，未出版，花蓮。
- 劉素萍 (2010)。臺北市國小教師休閒參與和靈性健康之研究。國立臺北教育大學生命教育與健康促進研究所碩士論文，未出版，台北。
- 劉唯玉 (2005)。師資生生命態度及其對師資培育之啟示。花蓮師範學院初等教育學系論文集，346-406。
- 劉淑娟 (1999)。罹患慢性病老人生命態度及生活滿意度之探討。護理研究，7 (4)，294-306。
- 劉淑娟 (1999)。老年人的靈性護理。護理雜誌，46 (4)，51-56。
- 劉淑娟 (2001)。台灣老年婦女的生活經驗與靈性健康。護理雜誌，48(5)，11-15。
- 劉鴻興 (2002)。長期照護人員之工作態度與生命態度之相關因素之研究。雲林科技大學工業工程與管理研究所碩士論文，未出版，雲林。
- 潘珮玲 (2005)。靈性健康與生命意義。新光醫訊，168，2009年10月18日，取自 <http://www.skh.org.tw/mnews/168/2-2.htm>

- 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。私立南華大學生死學系碩士論文，未出版，嘉義。
- 蔡明昌 (2005)。關於生命教育的省思。教育資料與研究，62，126-133。
- 蔡美惠 (2006)。高雄縣國中生生命態度、情緒智力與問題解決態度之相關研究。高雄師範大學教育學系碩士論文，未出版，高雄。
- 蔡進雄 (2006a)。論中小學教師的職場靈性。師說，194，17-20。
- 蔡進雄 (2006b)。提升教育領導的新境界：論靈性與教育領導。教育研究月刊，146，78-86。
- 鄭璿宜 (2009)。教保人員死亡態度與生死教育需求之探討。樹德科技大學幼兒保育系碩士論文，未出版，高雄。
- 黎筱圓 (2006)。高雄市醫院護理人員生命態度、幸福感與生命教育需求之調查研究。未出版碩士，高雄師範大學教育學系，高雄。
- 蕭雅竹 (2002)。靈性概念認識與應用。長庚護理，13 (4)，345-351。
- 蕭雅竹 (2003)。護生靈性健康與實習壓力、憂鬱傾向及自覺健康狀態之相關研究。國立台灣師範大學衛生教育研究所博士論文，未出版，台北。
- 蕭雅竹 (2005)。靈性健康量表之建構及信效度考驗-以護理學生為題。實證護理，1(3)，218-227。
- 蕭雅竹、黃松元 (2005)。靈性健康量表。實證護理，1 (3)，218-227。
- 蕭雅竹、黃松元、陳美燕 (2007)。宗教與靈性健康、健康促進行為之相關性研究。實證護理，3 (4)，271-279。
- 蕭雅竹、黃松元、蕭冰如、郭貞吟 (2005)。靈性健康與壓力、憂鬱傾向、健康促進行為之研究 (II)。行政院國家科學委員會專題研究計畫成果報告 (NSC93-2413-H-255-001-SSS)。桃園縣：長庚技術學院護理系。
- 戴玉錦 (2004)。高中職輔導教師生命意義感與輔導自我效能關係之研究。國立高雄師範大學輔導研究所碩士論文，未出版，高雄。
- 謝曼盈 (2002)。生命態度量表之發展與建構。慈濟大學教育研究所碩士論文，

未出版，花蓮。

謝詠郎 (2008)。高雄縣國小高年級學童害羞特質、人際關係與生命態度之研究。高雄師範大學教育學系，未出版，高雄。

謝藝庭 (2009)。國小學童父母教養方式與生命態度之研究。國立高雄師範大學教育學系碩士論文，未出版，高雄。

鍾美慧 (2006)。生命教育課程對某國中學生生命態度影響之研究~以「欣賞生命」主題為例。國立臺北教育大學生命教育與健康促進研究所碩士論文，未出版，台北。

顏淑惠 (2000)。國民小學教師情緒管理與教師效能之研究。台北市立師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版，臺北。

蘇子文 (2008)。屏東縣國小教師生命教育態度與生命教育需求之研究。高雄師範大學教育學系碩士論文，未出版，高雄。

蘇秋雲 (2001)。安寧照顧志工照護經驗及其生命意義之探討。慈濟大學社會工作研究所碩士論文，未出版，花蓮。

釋慧開 (2004)。一棵樹、一片葉的機緣。師友月刊，440，88-91。

龔卓軍、石世明 (譯) (2001)。R. May 原著。自由與命運。台北：立緒。

## 貳、西文部分

Battista, J & Almand, R. (1973), The development of meaning in life. *Psychiatry*, 36, p.409-427.

Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The exercise of control*. New York: W.H. Freeman.

Bandura, A. (1997). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Best, R. (2000) (Ed.) *Education for spiritual, moral, social and cultural development*. London: Comtium.

- Byren, M. (2002). Spirituality in palliative care: What language do we need? *International Journal of Palliative Nursing*, 2(8), 67-74.
- Cavendish R., Luise B. K., Russo D., Mitzeliotis C., Bauer M., Bajo, M. A. M., et al. (2004). Spiritual perspectives of nurses in the United States relevant for education and practice. *Western Journal of Nursing Research*, 26, 196-212.
- Chung, L. Y. F., Wong, F. K. Y. & Chan M. F. (2007). Relationship of nurses' spirituality to their understanding and practice of spiritual care. *Journal of Advanced Nursing*, 58(2), 158-170.
- Daaleman, T. P., Frey, B. B., Wallace, D., & Studenski, S. A. (2002). Spirituality index of well-being scale: Development and testing of a new measure. *Journal of Family Practice*, 51(11), 952.
- Eilberg, R. A. (2006). Facing life and death. *Journal of Jewish Communal Service*, 81(3), 157-166.
- Emmons, R. A., & Paloutzian, R. F. (2003). The psychology of religion. *Annual Review of Psychology*, 54(1), 377-402.
- Ewles, L. & Simnett, I. (1999) *Promoting Health: A Practical Guide* (4th ed.). London: Bailliere Tindall.
- Fisher, J. W. (2006). Using secondary students' views about influences on their spiritual well-being to inform pastoral care. *International Journal of Children's Spirituality*, 11, 347-356.
- Fowler, J.W. (1985) . Life/faith patterns. In J.W. Fowler & S. Keen (Eds) , *Lifemaps* .Waco, Texas: Word Books.
- Hahn, D. B., & Payne, W. A. (2003). *Focus on health* (6th ed.). Boston, MA : McGraw-Hill.
- Handzo, G., & Koenig, H. G. (2004). Spiritual care: Whose job is it

- anyway? *Southern Medical Journal*, 97(12), 1242-1244.
- King, L. A., Hicks, J. A., Krull, J. L. (2006). Positive affect and the experience of meaning in life. *Journal of Personality & Social Psychology*, 90 (1) .179-196
- Pajares, F. (1996). Self-efficacy beliefs in academic settings. *Review of Educational Research*, 66(4), 543-578.
- Ruth, A. (2006). Spirituality and family nursing: Spiritual assessment and interventions for families. *Journal of Advanced Nursing*, 53, 287-294.
- Savolaine, J., & Granello, P. F. (2002). The function of meaning and purpose for individual wellness. *Journal of Humanistic Counseling Education and Development*, 41(2), 178-189.
- Rose, & Castelli, M. (1998) Education Spirituality and the whole child. *International Journal of Children's Spirituality*, 3 (2) :159-106.
- Taliaferro, L. A., Rienzo, B. A., Pigg, R. M., Miller, M. D., & Dodd, V. J. (2009). Spiritual well-being and suicidal ideation among college students. *Journal of American College Health*, 58(1), 83-90.
- Tanyi, R. A. (2002). Towards clarification of the meaning of spirituality. *Journal of Advanced Nursing*, 39(5), 500-509.
- Thiagarajan, Sivasailam (1994) .How I designed a game--and discovered the meaning of life. *Simulation & Gaming* 25 (4) ,529-36.
- Vader, J. P. (2006) .Spiritual health : The next frontier. *European Journal of Public Health*, 16(5), 457.
- Worthington, E., & Scherer, M. (2004). Forgiveness is an emotion-focused coping strategy that can reduce health risks

and promote health resilience: theory, review, and hypotheses.  
Psychology and Health, 19(3), 385-405.

附錄一、專家名單

專家類別	編號	姓名	職級	服務單位
學者專家	A.	林楚欣	副教授	朝陽科技大學 幼兒保育系
	B.	蔡明昌	副教授暨 生死學系系所主任	南華大學 生死系暨研究所
	C.	郭洪國雄	助理教授 諮商中心主任	樹德科技大學 兒童與家庭服務系
	D.	歐慧敏	專任助理教授	南華大學 幼兒教育學系暨研究所
實務專家	E.	陳慧姿	教師	鳳新高中
	F.	張嘉陵	教師	車籠埔國小附設幼稚園
	G.	*林○○	主任	馬克幼稚園

\*不公開

附錄二、專家效度統整表

第一部分：個人基本資料

題號	題目	適用	修正	刪題	備註
1	性別	A B C D E F G			
2	學校別	A B C E F G	D		D. 園所別
3	是否擁有教師合格證	A C D E F G	B		B. 教保人員能否有其他專業證照
4	學歷	B C D E F G	A		A. 加上非本科系
5	您的年齡	A B C D E F G			
6	您的任教年資	A B C D F G	E		E. 改成未滿5年，5年以上未滿10年
7	您目前的婚姻狀況	A B C E G	F		D. 請加_____線
8	您的宗教信仰	A C E G	B F		B. 未列民間信仰 D. 請加_____線
9	您的子女數	A B C D E F G			
10	自己或家人是否曾經有長期臥病在床或患有重病者（需他人協助照料）	A B C D E F G			
11	您是否曾研習過生命教育相關的課程：（請以累計研習時數填答）	B D F G	A C E		A. 可加”超過2學分” C. 有重疊，6~18小時、19~36小時、37小時以上。 E. 加上”超過2個學分以上”或研習一週以上

第二部分:靈性健康量表

題號	題目	適用	修正	刪題	備註
<b>一、超越逆境：</b>					
遭遇挫折時以面對、轉念、接納及尋求協助等方式，激發個體潛能、獲得自我成長。					
1	我心靈的力量幫助我順應生命的起伏。	A B D E F G	C		
2	我認為生活中的逆境對我是有意義的。	A B C D E F G			C.” 心靈的力量” 不太明白
3	即使遭遇生命中的挫折或變故，我仍能坦然面對。	A B C D E F G			
4	即使遭遇挫折，我仍相信人生是美好的。	A B C D E F G			
5	遭遇挫折時，我相信自己有自我療傷的能力。	A B C D F G	E		E. 可和第 1 題合併
6	我可以從處理挫折的過程中體悟自我的價值及自己所擁有的內在潛能。	A C E G	B F		B. 2 個問題，是否另列 1 題 D. 應加逗點
7	我曾經在困頓時刻，仍然處於心境平靜祥和的狀態。	A B C D E F G			A. 刪除” 曾經” 2 字
8	我覺得美好的音樂與藝術能撫慰人的心靈。	B C D F G	E	A	E. 音樂與藝術擇一
9	當我困頓時，進行禪坐、冥想、靈修，會帶給我心靈上的安頓。	A B C D E F G			
<b>二、與人締結</b>					
認同他人存在的意義與價值，重視並致力於人際關係的營造；並包含親情支持，家人所給予之關懷、肯定、資源與歸屬感。					
10	對於他人的疏失，我會選	A B C			

	擇寬恕。	D E F G			
11	我喜歡與家人或親友共度閒暇、參與活動。	A B C D E F G			
12	我有可以無話不談、可以信任的親友。	A B C D F G	E		E. 將可以改為值得
13	我看到別人有成就時，我會替他感到高興。	A B C D E F G			
14	當我有困難時，我相信可以獲得親友的幫助。	A B C D E F G			
15	我會用愛，使各種關係變得和諧、圓融。	A C D E F G	B		B. 題目太抽象，應具體化
16	我可以與團體中大多數的人相處得很好。	B C D E F G		A	
17	和諧的家庭關係和人際關係對我很重要。	B C D E F G		A	
18	我的生活有歸屬感（隸屬於家庭、學校等團體）。	A B C D E F G			
19	我認為不求回饋地服務他人是一種喜樂。	A B C E F G	D		D. 改成”的”
20	重要他人的支持是讓我克服人生困境的重要因素。	A B C D E F G			
21	對於需要協助的人，我願意無條件伸出援手。	A B C D E F G			
22	我經常在內心送祝福給需要的人。	A B C D E F G			
<b>三、宗教寄託</b> 個人對宗教信仰的認同與仰賴程度，希冀從信仰與宗教活動中，得到心靈的寄託與庇祐，讓自己平安順遂。					

23	我相信宗教或信仰可以幫助自己渡過難關。	A B C D F G	E		E. 將信仰改為信念
24	我會閱讀與宗教有關的書籍或報章雜誌。	A B C D E F G			
25	當我參與宗教活動時(例如：禱告、求神問卜、拜拜、禪坐…等)，常帶給我很大的寄託。	A B C D E F G			
26	我相信有神(例如：天主、上帝、老天爺、神明、佛祖、菩薩等)的庇祐，可以令我感到心安。	A B C D E F G			
27	我能藉著宗教信仰的力量達到心靈的成長。	A B C D E F G			
28	宗教信仰帶給我正面積極的力量。	A B C D E F G			
29	我相信宗教的靈修可以得到身心靈的平安。	A B C D E F G			
30	我常主動參與宗教團體的活動。	A B C D E F G			
<b>四、活出意義</b> 了解自己存在的目的、意義與價值，透過不同作為展現屬於自己的生命意義。					
31	我相信每一個人都有他存在所需面對的人生課題。	A C D E F G	B		B. 非指受試者本身
32	不斷地追尋生命意義能讓我的心靈感到踏實。	A B C D E F G			
33	我的生命是有意義和目標的。	A B C D E F G			

34	我會思索或探究與生命意義有關的課題。	A B C D E F G			
35	我會盡力扮演好自己人生中的角色。	A B C D E F G			
36	我會思考並規劃自己的人生。	A B C D E F G			
37	我相信靈性的涵詠及成長會為我們的生命帶來意義、活力與能量。	A C D E F G	B		B. 非指受試者本身
38	我會朝自己規劃的人生方向努力，讓生活過得充實有意義。	A B C D E F G			
39	不論現況如何，我對未來都充滿希望。	A B C D E F G			
40	我認為命運中的際遇，皆有其隱含的道理。	A B C D E F G			
<b>五、感懷自然</b> 面對自然宇宙時能心存敬畏與感恩，並用虔敬態度從中體驗，以尋求個體心靈之安適，激發超越自我潛能，建立和諧的天人關係。					
41	親近大自然讓我感到身心靈的安頓。	A B C D E F G			
42	聆聽自然的天籟，使我心靈平和。	A B C D E F G			
43	我認為每個個體都是生活環境中重要的組成份子。	A B C E F G	D		D. 每個個體改為每一種生物
44	我覺得自己的生存和所有的天地萬物是息息相	A B C D F G	E		E. 可與 45 合併

	關。				
45	人類靈性健康和天地萬物是息息相關的。	A C F G	B E D		B. 非受試者之情況 D. 靈性改為身心 E. 可與 44 合併
46	我相信自然有治癒身心疾病的力量。	A B C D E F G			
47	在星空下、曠野中或山水美景之間，經常讓我感受到生命的神聖與美妙。	A B C D F G	E		E. 刪除” 星空下、曠野中” 等字
48	我感恩偉大造物者創造每個獨一無二的生命。	A B C D E F G			
49	我感受到一花一木、一草一樹都充滿了生命力。	A B C D E F G			

### 第三部分:生命態度量表

生命態度即是個體對生命的態度它包含個體賦予自己生命的獨特使命，常因人而異，包括個體所處文化所提供的價值信念，經由個人的經驗和選擇而產生，此獨特的使命，將引導個體對生活的態度、生涯的方向、以及生命的價值等看法，並且進而督促自己負起責任去面對與達成這個使命。

題號	題目	適用	修正	刪題	備註
1	我相信在這個世界上，有一個等待我去實現的夢想。	A B C D E F G			
2	我不喜歡現在的我。	B C D F G	E	A	E. 改成” 我喜歡現在的我”
3	這世界上，沒有什麼真正值得我在乎的人或事物。	A B C D F G	E		E. 將” 沒有” 改為有
4	我希望在生命的旅程中可以經歷一些挫折與考驗。	A B C D E F G			
5	我不知道在生命中，我真正想要的是什麼。	A B C D E F			

		G			
6	我能充實的過每一天。	A B C D E F G			
7	我認為生命只要為自己而活就可以了。	A B C D E F G			
8	如果能完成某些心願和理想，將會使我覺得此生無遺憾。	A B C D E F G			
9	當我試著去了解我存在的意義時，我會變得困惑且沮喪。	A B C D E F G			
10	因為會死亡，所以我珍惜每一天。	A B C D E F G			
11	我相信我能克服生命的困境。	A B C D E F G			
12	說真的，我沒有什麼真正想做的事。	B C E F G	D	A	D. 刪除”說真的”
13	我常覺得我無法主導自己生命的方向。	B C F G	D E	A	D. 刪除”常” E. 將”無法”改為”可以”
14	我總是希望自己有能力的為他人帶來快樂。	B C E F G	D	A	D. 刪除”總是”
15	我常覺得能活著就是一件值得快樂的事情。	A B C E F G	D		D. 刪除”常”
16	我認為在逆境中，人往往只能接受命運的擺佈。	B C D E F G		A	
17	當我嘗試著去了解死亡時，我覺得十分困惑且不安。	A B C E F G	D		D. 刪除”十分”
18	我會對自己做的決定，擔負起責任。	A B C D E F G			
19	我只關心那些和我有關的事物。	B C D E F G		A	

20	我認為沒有人會在乎我的存在。	A B C D E F G			
21	我雖然無法決定死亡，但我可以決定如何過每一天。	A B C D E F G			
22	對我而言，理想是件遙不可及的事。	A B C D E F G			
23	我關心其他人的處境，即便我和他並不認識。	B C D E F G		A	
24	我知道我為誰而活，為何而活。	A B C D E F G			
25	我希望在生命的最後一刻能告訴自己，我的一生活得很滿意而且沒有遺憾。	A B C D E F G			
26	我不認為經歷痛苦對我的人生有任何意義。	B C D E F G		A	E. 取消負面字眼，”不”、”任何”
27	我認為，我需對自己的現狀負直接的責任。	A B C D E F G			
28	我知道什麼是我想要的生活。	A B C D E F G			
29	說真的，我不太想去關心任何人。	B C F G	D E	A	D. 刪除”說真的” E. 與 40 合併
30	我經常覺得生活很無聊，有許多事情令人心煩。	B C D E F G		A	
31	我把遭遇困境當成是生命的挑戰與成長的機會。	B C D E F G		A	
32	每當我思索自己生命的理想是什麼時，我總是覺得茫然。	A B C D F G	E		E. 取消”是什麼”等字
33	無論我怎麼做，我都沒有辦法掌握自己的人生。	A B C D E F			

		G			
34	我熱愛我的生命。	A B C D E F G			
35	面對生命中的挫折與打擊，我總是怨天尤人。	C D E F G	B	A	B. 負面字眼
36	對於家人，我總是不斷付出關愛。	B C E F G	D	A	D. 刪除”總是”
37	我認為，我的態度可以改變我的命運。	A B C D E F G			
38	我勇於追求我想要的生活目標。	A B C D E F G			
39	我不滿意我自己現在的狀況，但又覺得無力改善它。	A B C D E F G			
40	我不在乎別人發生了什麼事。	A B C F G	D E		D. "別人" 是指誰?具體一些 E. 與 29 合併
41	在挫折裡，我獲得很多寶貴的人生經驗。	B C D E F G		A	
42	我總是得過且過，覺得過一天算一天。	A B C E F G	D		D. 刪除”總是”
43	即使是遇到不公平、不合理的事情，我也經常沈默地順從。	A B C F G	D E		D. 刪除”經常” E. 刪除”是”字
44	我知道我是獨一無二的，我的存在對某些人的意義重大。	A B C D E F G			
45	我願意花時間陪伴需要安慰的人。	B C D E F G		A	
46	藉由關懷與助人，讓我找到自己生命的意義與價值。	A B C D E F G			
47	死亡是一件可怕的事，我不願意去想。	A B C D E F G			

48	投入與實踐生命的理想，使我的生活有了意義與方向。	A B C D E F G			
49	對於需要幫助的人，我能無私地付出自己的關懷與愛。	A B C D E F G			
50	我相信擁有美好人生的關鍵，在於自己的努力。	A B C D E F G			
51	面對重大抉擇時，我總是無法自己作決定。	A B C E F G	D		D. 刪除”總是”
52	我不覺得自己的存在，對別人有甚麼意義。	A B C D E F G			
53	我由付出中獲得自我的肯定與喜悅。	A B C D E F G			
54	我相信廣闊的人生體驗，會使我的生命更豐盛。	A B C D E F G			
55	縱使到了人生的晚年，我依舊會積極、快樂的過生活。	A B C D E F G			

### 附錄三、靈性健康量表同意書

#### 量表使用同意書

茲 同意南華大學生死學研究所研究生陳怡伶，使用經張淑美博士指導，本人所編製之「靈性健康量表」，以作為其碩士論文「教保人員靈性健康與生命態度之探討」之研究工具。

同意人 陳慧姿

指導教授 張淑美

中華民國 99年 6月 22日

#### 附錄四、生命態度量表同意書

##### 量表使用同意書

本人茲同意南華大學生死學研究所研究生陳怡伶，使用本人所編製之「生命態度量表」，以作為其碩士論文「教保人員靈性健康與生命態度之探討」之研究工具。

同意人 許孟琪

中華民國 99 年 6 月 20 日

## 教保人員靈性健康與生命態度之探討

親愛的老師:你好:

這份問卷是在瞭解靈性健康與生命態度之相關情形。答案也沒有所謂對與錯，請您在閱讀完每部分的答題說明與題目之後，依據個人的實際情形回答。本問卷採不記名方式作答，資料僅作為整體分析之用，不對外公佈，敬請安心作答，謝謝您的協助！

E-mail:i546511@yahoo.com.tw

南華大學生死學研究所  
研究生 陳怡伶  
指導教授 紀潔芳教授  
2010年7月

### 第一部分：基本資料

下列題目分為「個人基本資料」、「家長基本資料」、「家庭氣氛」等三個項目，請你依照自己的情況，在空格“”中打勾，謝謝你。

#### 一、個人基本資料

1. 性別

- (1)男  
 (2)女

2. 學校別

- (1) 公立  
 (2) 私立

3. 是否擁有教師合格證

- (1) 有  
 (2) 無

4. 學歷

- (1) 研究所以上  
 (2) 大學本科系  
 (3) 大學相關科系  
 (4) 專科  
 (5) 高中職

5. 您的年齡：

- (1) 未滿30歲  
 (2) 30歲以上，未滿40歲  
 (3) 40歲以上，未滿50歲  
 (4) 50歲以上

6. 您的任教年資：

- (1) 未滿5年  
 (2) 5年以上，未滿10年  
 (3) 10年以上，未滿15年  
 (4) 15年以上，未滿20年  
 (5) 20年以上

7. 您目前的婚姻狀況

- (1) 未婚  
 (2) 已婚  
 (3) 喪偶  
 (4) 離婚或分居  
 (5)其他，請說明 \_\_\_\_\_

8. 您的宗教信仰：

- (1) 本土宗教
- (2) 非本土宗教
- (3) 無
- (4) 其他，請說明 \_\_\_\_\_

9. 您的子女數：

- (1) 無
- (2) 1 人
- (3) 2 人
- (4) 3 人以上。

## 二、環境資料

1. 你覺得你的家庭氣氛是：

- (1) 非常好
- (2) 好
- (3) 普通
- (4) 不好
- (5) 非常不好

(4) 修滿1-2學分(18~36節)

(5) 超過2學分

(6) 否

2. 你覺得你的人際關係是：

- (1) 非常好
- (2) 好
- (3) 普通
- (4) 不好
- (5) 非常不好

3. 是否曾經與家人談論死亡的議題？

- (1) 有
- (2) 沒有

4. 自己或家人是否曾經有長期臥病在床  
或患有重病者（需他人協助照料）：

- (1) 是
- (2) 否

5. 您是否曾研習過生命教育相關的課程：  
（請以累計研習時數填答）

- (1) 半天以內
- (2) 1天以上，未滿3天
- (3) 3天以上，未滿5天

## 第二部分:靈性健康

請依據你的想法或感受填答下列題目，請在「非常同意」、「同意」、「普通」、「不同意」及「非常不同意」的其中一項打勾。

	非常同意	同意	普通	不同意	非常不同意
01. 我心靈的力量幫助我順應生命的起伏。	<input type="checkbox"/>				
02. 我認為生活中的逆境對我是有意義的。	<input type="checkbox"/>				
03. 即使遭遇生命中的挫折或變故，我仍能坦然面對。	<input type="checkbox"/>				
04. 即使遭遇挫折，我仍相信人生是美好的。	<input type="checkbox"/>				
05. 遭遇挫折時，我相信自己有自我療傷的能力。	<input type="checkbox"/>				
06. 我可以從處理挫折的過程中體悟自我的價值。	<input type="checkbox"/>				
07. 我擁有自己的內在潛能。	<input type="checkbox"/>				
08. 我在困頓時刻，仍然處於心境平靜祥和的狀態。	<input type="checkbox"/>				
09. 我覺得美好的音樂能撫慰人的心靈。	<input type="checkbox"/>				
10. 當我困頓時，進行禪坐、冥想、靈修，會帶給我心靈上的安頓。	<input type="checkbox"/>				
11. 對於他人的疏失，我會選擇寬恕。	<input type="checkbox"/>				
12. 我喜歡與家人或親友共度閒暇、參與活動。	<input type="checkbox"/>				
13. 我有值得無話不談、可以信任的親友。	<input type="checkbox"/>				
14. 我看到別人有成就時，我會替他感到高興。	<input type="checkbox"/>				
15. 當我有困難時，我相信可以獲得親友的幫助。	<input type="checkbox"/>				
16. 我會用愛與人相處。	<input type="checkbox"/>				
17. 我可以與團體中大多數的人相處得很好。	<input type="checkbox"/>				
18. 和諧的家庭關係和人際關係對我很重要。	<input type="checkbox"/>				
19. 我的生活有歸屬感（隸屬於家庭、學校等團體）。	<input type="checkbox"/>				
20. 我認為不求回饋地服務他人是一種喜樂。	<input type="checkbox"/>				
21. 重要他人的支持是讓我克服人生困境的重要因素。	<input type="checkbox"/>				
22. 對於需要協助的人，我願意無條件伸出援手。	<input type="checkbox"/>				
23. 我經常在內心送祝福給需要的人。	<input type="checkbox"/>				

		非常同意	同意	普通	不同意	非常不同意
24.	我相信宗教或信念可以幫助自己渡過難關。	<input type="checkbox"/>				
25.	我會閱讀與宗教有關的書籍或報章雜誌。	<input type="checkbox"/>				
26.	當我參與宗教活動時(例如：禱告、求神問卜、拜拜、禪坐…等)，常帶給我很大的寄託。	<input type="checkbox"/>				
27.	我相信有神(例如：天主、上帝、老天爺、神明、佛祖、菩薩等)的庇祐，可以令我感到心安。	<input type="checkbox"/>				
28.	我能藉著宗教信仰的力量達到心靈的成長。	<input type="checkbox"/>				
29.	宗教信仰帶給我正面積極的力量。	<input type="checkbox"/>				
30.	我相信宗教的靈修可以得到身心靈的平安。	<input type="checkbox"/>				
31.	我常主動參與宗教團體的活動。	<input type="checkbox"/>				
32.	我相信每一個人都有他存在所需面對的人生課題。	<input type="checkbox"/>				
33.	不斷地追尋生命意義能讓我的心靈感到踏實。	<input type="checkbox"/>				
34.	我的生命是有意義和目標的。	<input type="checkbox"/>				
35.	我會思索或探究與生命意義有關的課題。	<input type="checkbox"/>				
36.	我會盡力扮演好自己人生中的角色。	<input type="checkbox"/>				
37.	我會思考並規劃自己的人生。	<input type="checkbox"/>				
38.	我相信靈性的涵詠及成長會為我們的生命帶來意義、活力與能量。	<input type="checkbox"/>				
39.	我會朝自己規劃的人生方向努力，讓生活過得充實有意義。	<input type="checkbox"/>				
40.	不論現況如何，我對未來都充滿希望。	<input type="checkbox"/>				
41.	我認為命運中的際遇，皆有其隱含的道理。	<input type="checkbox"/>				
42.	親近大自然讓我感到身心靈的安頓。	<input type="checkbox"/>				
43.	聆聽自然的天籟，使我心靈平和。	<input type="checkbox"/>				
44.	我認為每個個體都是生活環境中重要的組成份子。	<input type="checkbox"/>				
45.	我覺得自己的生存和所有的天地萬物是息息相關。	<input type="checkbox"/>				
46.	人類靈性健康和天地萬物是息息相關的。	<input type="checkbox"/>				
47.	我相信自然有治癒身心疾病的力量。	<input type="checkbox"/>				

- |                              | 非常同意                     | 同意                       | 普通                       | 不同意                      | 非常不同意                    |
|------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 48. 在山水美景之間，經常讓我感受到生命的神聖與美妙。 | <input type="checkbox"/> |
| 49. 我感恩偉大造物者創造每個獨一無二的生命。     | <input type="checkbox"/> |

### 第三部分：生命態度

請依據你的想法或感受填答下列題目，請在「非常同意」、「同意」、「普通」、「不同意」及「非常不同意」的其中一項打勾。

- |                               | 非常同意                     | 同意                       | 普通                       | 不同意                      | 非常不同意                    |
|-------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 01. 我相信在這個世界上，有一個等待我去實現的夢想。   | <input type="checkbox"/> |
| 02. 我喜歡現在的我。                  | <input type="checkbox"/> |
| 03. 這世界上，有真正值得我在乎的人或事物。       | <input type="checkbox"/> |
| 04. 我希望在生命的旅程中可以經歷一些挫折與考驗。    | <input type="checkbox"/> |
| 05. 我不知道在生命中，我真正想要的是什麼。       | <input type="checkbox"/> |
| 06. 我能充實的過每一天。                | <input type="checkbox"/> |
| 07. 我認為生命只要為自己而活就可以了。         | <input type="checkbox"/> |
| 08. 如果能完成某些心願和理想，將會使我覺得此生無遺憾。 | <input type="checkbox"/> |
| 09. 當我試著去了解我存在的意義時，我會變得困惑且沮喪。 | <input type="checkbox"/> |
| 10. 因為會死亡，所以我珍惜每一天。           | <input type="checkbox"/> |
| 11. 我相信我能克服生命的困境。             | <input type="checkbox"/> |
| 12. 說真的，我沒有什麼真正想做的事。          | <input type="checkbox"/> |
| 13. 我常覺得我可以主導自己生命的方向。         | <input type="checkbox"/> |
| 14. 我總是希望自己有能力的為他人帶來快樂。       | <input type="checkbox"/> |
| 15. 我常覺得能活著就是一件值得快樂的事情。       | <input type="checkbox"/> |

		非 常 同 意	同 意	普 通	不 同 意	非 常 不 同 意
16.	我認為在逆境中，人往往只能接受命運的擺佈。	<input type="checkbox"/>				
17.	當我嘗試著去了解死亡時，我覺得十分困惑且不安。	<input type="checkbox"/>				
18.	我會對自己做的決定，擔負起責任。	<input type="checkbox"/>				
19.	我只關心那些和我有關的事物。	<input type="checkbox"/>				
20.	我認為沒有人會在乎我的存在。	<input type="checkbox"/>				
21.	我雖然無法決定死亡，但我可以決定如何過每一天。	<input type="checkbox"/>				
22.	對我而言，理想是件遙不可及的事。	<input type="checkbox"/>				
23.	我關心其他人的處境，即便我和他並不認識。	<input type="checkbox"/>				
24.	我知道我為誰而活，為何而活。	<input type="checkbox"/>				
25.	我希望在生命的最後一刻能告訴自己，我的一生活得很滿意而且沒有遺憾。	<input type="checkbox"/>				
26.	我認為經歷痛苦對我的人生是有意義的。	<input type="checkbox"/>				
27.	我認為，我需對自己的現狀負直接的責任。	<input type="checkbox"/>				
28.	我知道什麼是我想要的生活。	<input type="checkbox"/>				
29.	說真的，我不太想去關心任何人。	<input type="checkbox"/>				
30.	我經常覺得生活很無聊，有許多事情令人心煩。	<input type="checkbox"/>				
31.	我把遭遇困境當成是生命的挑戰與成長的機會。	<input type="checkbox"/>				
32.	每當我思索自己生命的理想時，我總是覺得茫然。	<input type="checkbox"/>				
33.	無論我怎麼做，我都沒有辦法掌握自己的人生。	<input type="checkbox"/>				
34.	我熱愛我的生命。	<input type="checkbox"/>				
35.	面對生命中的挫折與打擊，我總是怨天尤人。	<input type="checkbox"/>				
36.	對於家人，我總是不斷付出關愛。	<input type="checkbox"/>				
37.	我認為，我的態度可以改變我的命運。	<input type="checkbox"/>				
38.	我勇於追求我想要的生活目標。	<input type="checkbox"/>				
		非	同	普	不	非

	常 同 意	意	通	同 意	常 不 同 意
39. 我不滿意我自己現在的狀況，但又覺得無力改善它。	<input type="checkbox"/>				
40. 我不在乎別人發生了什麼事。	<input type="checkbox"/>				
41. 在挫折裡，我獲得很多寶貴的人生經驗。	<input type="checkbox"/>				
42. 我總是得過且過，覺得過一天算一天。	<input type="checkbox"/>				
43. 即使遇到不公平、不合理的事情，我也經常沈默地順從。	<input type="checkbox"/>				
44. 我知道我是獨一無二的，我的存在對某些人的意義重大。	<input type="checkbox"/>				
45. 我願意花時間陪伴需要安慰的人。	<input type="checkbox"/>				
46. 藉由關懷與助人，讓我找到自己生命的意義與價值。	<input type="checkbox"/>				
47. 死亡是一件可怕的事，我不願意去想。	<input type="checkbox"/>				
48. 投入與實踐生命的理想，使我的生活有了意義與方向。	<input type="checkbox"/>				
49. 對於需要幫助的人，我能無私地付出自己的關懷與愛。	<input type="checkbox"/>				
50. 我相信擁有美好人生的關鍵，在於自己的努力。	<input type="checkbox"/>				
51. 面對重大抉擇時，我總是無法自己作決定。	<input type="checkbox"/>				
52. 我不覺得自己的存在，對別人有甚麼意義。	<input type="checkbox"/>				
53. 我由付出中獲得自我的肯定與喜悅。	<input type="checkbox"/>				
54. 我相信廣闊的人生體驗，會使我的生命更豐盛。	<input type="checkbox"/>				
55. 縱使到了人生的晚年，我依舊會積極、快樂的過生活。	<input type="checkbox"/>				

## 教保人員靈性健康與生命態度之探討

親愛的老師:你好:

這份問卷是在瞭解靈性健康與生命態度之相關情形。答案也沒有所謂對與錯，請您在閱讀完每部分的答題說明與題目之後，依據個人的實際情形回答。本問卷採不記名方式作答，資料僅作為整體分析之用，不對外公佈，敬請安心作答，謝謝您的協助！祝

如意

E-mail:i546511@yahoo.com.tw

南華大學生死學研究所  
研究生 陳怡伶  
指導教授 紀潔芳教授  
2010年7月

### 第一部分:靈性健康

請依據你的想法或感受填答下列題目，請在「非常同意」、「同意」、「普通」、「不同意」及「非常不同意」的其中一項打勾。

- |                            | 非常同意                     | 同意                       | 普通                       | 不同意                      | 非常不同意                    |
|----------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 01. 我心靈的力量幫助我順應生命的起伏。      | <input type="checkbox"/> |
| 02. 對於他人的疏失，我會選擇寬恕。        | <input type="checkbox"/> |
| 03. 我相信宗教或信念可以幫助自己渡過難關。    | <input type="checkbox"/> |
| 04. 我相信每一個人都有他存在所需面對的人生課題。 | <input type="checkbox"/> |
| 05. 親近大自然讓我感到身心靈的安頓。       | <input type="checkbox"/> |
| 06. 我認為生活中的逆境對我是有意義的。      | <input type="checkbox"/> |
| 07. 我喜歡與家人或親友共度閒暇、參與活動。    | <input type="checkbox"/> |
| 08. 我會閱讀與宗教有關的書籍或報章雜誌。     | <input type="checkbox"/> |
| 09. 不斷地追尋生命意義能讓我的心靈感到踏實。   | <input type="checkbox"/> |
| 10. 聆聽自然的天籟，使我心靈平和。        | <input type="checkbox"/> |
| 11. 即使遭遇生命中的挫折或變故，我仍能坦然面對。 | <input type="checkbox"/> |

		非常同意	同意	普通	不同意	非常不同意
12.	我看到別人有成就時，我會替他感到高興。	<input type="checkbox"/>				
13.	當我參與宗教活動時(例如：禱告、求神問卜、拜拜、禪坐…等)，常帶給我很大的寄託。	<input type="checkbox"/>				
14.	我的生命是有意義和目標的。	<input type="checkbox"/>				
15.	我認為每個個體都是生活環境中重要的組成份子。	<input type="checkbox"/>				
16.	即使遭遇挫折，我仍相信人生是美好的。	<input type="checkbox"/>				
17.	當我有困難時，我相信可以獲得親友的幫助。	<input type="checkbox"/>				
18.	我相信有神(例如：天主、上帝、老天爺、神明、佛祖、菩薩等)的庇祐，可以令我感到心安。	<input type="checkbox"/>				
19.	我會思索或探究與生命意義有關的課題。	<input type="checkbox"/>				
20.	我覺得自己的生存和所有的天地萬物是息息相關。	<input type="checkbox"/>				
21.	遭遇挫折時，我相信自己有自我療傷的能力。	<input type="checkbox"/>				
22.	我會用愛與人相處。	<input type="checkbox"/>				
23.	我能藉著宗教信仰的力量達到心靈的成長。	<input type="checkbox"/>				
24.	我會盡力扮演好自己人生中的角色。	<input type="checkbox"/>				
25.	人類靈性健康和天地萬物是息息相關的。	<input type="checkbox"/>				
26.	我可以從處理挫折的過程中體悟自我的價值。	<input type="checkbox"/>				
27.	我可以與團體中大多數的人相處得很好。	<input type="checkbox"/>				
28.	宗教信仰帶給我正面積極的力量。	<input type="checkbox"/>				
29.	我會思考並規劃自己的人生。	<input type="checkbox"/>				
30.	我相信自然有治癒身心疾病的力量。	<input type="checkbox"/>				
31.	我擁有自己的內在潛能。	<input type="checkbox"/>				
32.	和諧的家庭關係和人際關係對我很重要。	<input type="checkbox"/>				
33.	我相信宗教的靈修可以得到身心靈的平安。	<input type="checkbox"/>				
34.	我相信靈性的涵詠及成長會為我們的生命帶來意義、活力與能量。	<input type="checkbox"/>				
35.	在山水美景之間，經常讓我感受到生命的神聖與美妙。	<input type="checkbox"/>				
36.	我覺得美好的音樂能撫慰人的心靈。	<input type="checkbox"/>				

		非常 同意	同 意	普 通	不 同 意	非 常 不 同 意
37.	我的生活有歸屬感（隸屬於家庭、學校等團體）。	<input type="checkbox"/>				
38.	我常主動參與宗教團體的活動。	<input type="checkbox"/>				
39.	我會朝自己規劃的人生方向努力，讓生活過得充實有意義。	<input type="checkbox"/>				
40.	我感恩偉大造物者創造每個獨一無二的生命。	<input type="checkbox"/>				
41.	當我困頓時，進行禪坐、冥想、靈修，會帶給我心靈上的安頓。	<input type="checkbox"/>				
42.	我認為不求回饋地服務他人是一種喜樂。	<input type="checkbox"/>				
43.	不論現況如何，我對未來都充滿希望。	<input type="checkbox"/>				
44.	重要他人的支持是讓我克服人生困境的重要因素。	<input type="checkbox"/>				
45.	對於需要協助的人，我願意無條件伸出援手。	<input type="checkbox"/>				
46.	我認為命運中的際遇，皆有其隱含的道理。	<input type="checkbox"/>				
47.	我經常在內心送祝福給需要的人。	<input type="checkbox"/>				

## 第二部分：生命態度

請依據你的想法或感受填答下列題目，請在「非常同意」、「同意」、「普通」、「不同意」及「非常不同意」的其中一項打勾。

		非常 同意	同 意	普 通	不 同 意	非 常 不 同 意
01.	我相信在這個世界上，有一個等待我去實現的夢想。	<input type="checkbox"/>				
02.	我喜歡現在的我。	<input type="checkbox"/>				
03.	這世界上，有真正值得我在乎的人或事物。	<input type="checkbox"/>				
04.	我希望在生命的旅程中可以經歷一些挫折與考驗。	<input type="checkbox"/>				
05.	我不知道在生命中，我真正想要的是什麼。	<input type="checkbox"/>				
06.	我能充實的過每一天。	<input type="checkbox"/>				
07.	我認為生命只要為自己而活就可以了。	<input type="checkbox"/>				

		非常 同意	同 意	普 通	不 同 意	非 常 不 同 意
08.	當我試著去了解我存在的意義時，我會變得困惑且沮喪。	<input type="checkbox"/>				
09.	我相信我能克服生命的困境。	<input type="checkbox"/>				
10.	說真的，我沒有什麼真正想做的事。	<input type="checkbox"/>				
11.	我總是希望自己有能為他人帶來快樂。	<input type="checkbox"/>				
12.	我常覺得能活著就是一件值得快樂的事情。	<input type="checkbox"/>				
13.	我認為在逆境中，人往往只能接受命運的擺佈。	<input type="checkbox"/>				
14.	我會對自己做的決定，擔負起責任。	<input type="checkbox"/>				
15.	我只關心那些和我有關的事物。	<input type="checkbox"/>				
16.	我認為沒有人會在乎我的存在。	<input type="checkbox"/>				
17.	我雖然無法決定死亡，但我可以決定如何過每一天。	<input type="checkbox"/>				
18.	對我而言，理想是件遙不可及的事。	<input type="checkbox"/>				
19.	我關心其他人的處境，即便我和他並不認識。	<input type="checkbox"/>				
20.	我知道我為誰而活，為何而活。	<input type="checkbox"/>				
21.	我希望在生命的最後一刻能告訴自己，我的一生活得很滿意而且沒有遺憾。	<input type="checkbox"/>				
22.	我認為經歷痛苦對我的人生是有意義的。	<input type="checkbox"/>				
23.	我認為，我需對自己的現狀負直接的責任。	<input type="checkbox"/>				
24.	我知道什麼是我想要的生活。	<input type="checkbox"/>				
25.	說真的，我不太想去關心任何人。	<input type="checkbox"/>				
26.	我經常覺得生活很無聊，有許多事情令人心煩。	<input type="checkbox"/>				
27.	每當我思索自己生命的理想時，我總是覺得茫然。	<input type="checkbox"/>				
28.	無論我怎麼做，我都沒有辦法掌握自己的人生。	<input type="checkbox"/>				
29.	我熱愛我的生命。	<input type="checkbox"/>				
30.	面對生命中的挫折與打擊，我總是怨天尤人。	<input type="checkbox"/>				
31.	對於家人，我總是不斷付出關愛。	<input type="checkbox"/>				
32.	我認為，我的態度可以改變我的命運。	<input type="checkbox"/>				
33.	我勇於追求我想要的生活目標。	<input type="checkbox"/>				
34.	我不滿意我自己現在的狀況，但又覺得無力改善它。	<input type="checkbox"/>				

	非常 同意	同 意	普 通	不 同 意	非 常 不 同 意
35. 我不在乎別人發生了什麼事。	<input type="checkbox"/>				
36. 在挫折裡，我獲得很多寶貴的人生經驗。	<input type="checkbox"/>				
37. 我總是得過且過，覺得過一天算一天。	<input type="checkbox"/>				
38. 我知道我是獨一無二的，我的存在對某些人的意義重大。	<input type="checkbox"/>				
39. 藉由關懷與助人，讓我找到自己生命的意義與價值。	<input type="checkbox"/>				
40. 死亡是一件可怕的事，我不願意去想。	<input type="checkbox"/>				
41. 投入與實踐生命的理想，使我的生活有了意義與方向。	<input type="checkbox"/>				
42. 我相信擁有美好人生的關鍵，在於自己的努力。	<input type="checkbox"/>				
43. 我不覺得自己的存在，對別人有甚麼意義。	<input type="checkbox"/>				
44. 我由付出中獲得自我的肯定與喜悅。	<input type="checkbox"/>				
45. 我相信廣闊的人生體驗，會使我的生命更豐盛。	<input type="checkbox"/>				
46. 縱使到了人生的晚年，我依舊會積極、快樂的過生活。	<input type="checkbox"/>				

### 第三部分：基本資料

下列題目分為「個人基本資料」、「家長基本資料」、「家庭氣氛」等三個項目，請你依照自己的情況，在空格“”中打勾，謝謝你。

#### 一、個人基本資料

##### 1. 性別

- (1) 男  
 (2) 女

##### 2. 學校別

- (1) 公立  
 (2) 私立

##### 3. 是否擁有教師合格證

- (1) 有  
 (2) 無

##### 4. 學歷

- (1) 研究所以上  
 (2) 大學本科系  
 (3) 大學相關科系  
 (4) 專科  
 (5) 高中職

##### 5. 您的年齡：

- (1) 未滿30歲  
 (2) 30歲以上，未滿40歲  
 (3) 40歲以上，未滿50歲  
 (4) 50歲以上

6. 您的任教年資
- (1) 未滿5年
  - (2) 5年以上，未滿10年
  - (3) 10年以上，未滿15年
  - (4) 15年以上，未滿20年
  - (5) 20年以上

7. 您目前的婚姻狀況
- (1) 未婚
  - (2) 已婚
  - (3) 喪偶
  - (4) 離婚或分居
  - (5) 其他，請說明 \_\_\_\_\_

8. 您的宗教信仰
- (1) 本土宗教
  - (2) 非本土宗教
  - (3) 無
  - (4) 其他，請說明 \_\_\_\_\_

9. 您的子女數：
- (1) 無
  - (2) 1人
  - (3) 2人
  - (4) 3人以上

## 二、環境資料

1. 你覺得你的家庭氣氛是：

- (1) 非常好
- (2) 好
- (3) 普通
- (4) 不好
- (5) 非常不好

2. 你覺得你的人際關係是：

- (1) 非常好
- (2) 好
- (3) 普通
- (4) 不好
- (5) 非常不好

3. 是否曾經與家人談論死亡的議題？

- (1) 有
- (2) 沒有

4. 自己或家人是否曾經有長期臥病在床或患有重病者（需他人協助照料）：

- (1) 是
- (2) 否

5. 您是否曾研習過生命教育相關的課程：  
（請以累計研習時數填答）

- (1) 半天以內
- (2) 1天以上，未滿3天（6-18小時）
- (3) 3天以上，未滿5天（19-36小時）
- (4) 修滿2學分（37小時以上）
- (5) 否

感謝您撥冗填答此問卷，煩請確認無漏答任何題目  
再次感謝您！