

南 華 大 學

生 死 學 研 究 所
碩 士 論 文

國中學生全人生命意義量表之建構研究

The Development and Construction of the
Holistic Meaning of Life Scale (HMLS)
for junior high school students of Taiwan

研 究 生 戴玉婷

指 導 教 授 何長珠 博士

中 華 民 國 九 十 九 年 六 月 九 日

南 華 大 學

生 死 學 所

碩 士 學 位 論 文

國中學生全人生命意義量表之建構研究

研究生：戴 玉 婷

經考試合格特此證明

口試委員：熊 同 鑫

何 長 珠

歐 慧 敏

指導教授：何 長 珠

所 長：蔡 明 昌

口試日期：中華民國 九十九 年 六 月 九 日

誌 謝

佛教瑜珈派的《至尊奧義書》上說：「一個人過三十歲，就要把所有的生命用來覺悟。」即將四十歲了，人生也算到了中年的階段，深覺得自己大部分的時間是隨著塵世的因緣載浮載沉，昏沉的時候多，覺悟的時候少。南華生死所兩年的薰陶除了為快枯竭的職場生命注入活水外，更讓自己看到了更寬廣的視域，特別是與潛意識相關的研究，讓我侷促的眼光與心智得以透過各項活潑課程的學習，有了不一樣的體會，讓自我的生命洗去塵汗重展風華。

回首這兩年來的點點滴滴，不禁要感謝許多貴人，並獻上自己最誠摯的感謝與祝福。謝謝指導教授何長珠老師在論文上的悉心指導與生活上慈祥的關懷，何老師在諮商輔導上的專長與課程設計的多樣化，讓學生能透過一次又一次的自我覺察，突破己身的困境。另外，謹向歐慧敏老師致上由衷的謝意，歐老師精闢獨到見解與提攜之情令我銘感在心，特別是在統計方面的指導，使得論文可以順利進行。感謝蔡明昌主任與熊同鑫老師對於論文寫作所提供的寶貴意見與建議，使得論文更加完善。而生死所的老師們：慧開師父、游金潁老師、蔡昌雄老師、李燕惠老師、永有師父，您們的慈悲與廣博的學識涵養豐潤了我的生命、帶給我啟發、引領我成長，深感何其有幸能成為您們的學生。

感謝我的父母，特別是媽媽，從小到大陪我經歷挫折、分擔憂傷，鼓舞我繼續往前邁進，你們的包容與支持是我最重要的精神支柱。感謝乾爹乾媽、我的兄弟家人們、郭阿姨、伴梨阿姨等諸位長輩，每當我遇到困難時，總是給我最無私、最有力的後援。

感謝全人生命意義小組的好姐妹們品仔、事娥、寅鈞、月珠姐、秀惠、文淑，這一路因為有妳們的互相支援與鼓勵，讓我在又哭又笑中打了這美好的一戰。感謝進修這段期間秀杏、千惠、阿貴、曉惠、美玲姐、昀廷、偉仁、昭娟、采蓁、振發大哥共學的情誼，因為你們的分享，我的研究所生涯過得多彩且繽紛。我的好同事們素梅、群智、鈺真、瑞泰、佳容、方瑜，謝謝你們的陪伴與相挺，對你們的感激是無法用言語形容的。謝謝士超、德麟在電腦知識上的協助，謝謝宜橋、怡伶、慶鴻、俊仁、文正，因為你們的鼎力相助，問卷才可以順利發放；以及由衷感謝本校與各校協助問卷施測的老師、學生們，沒有你們的幫忙，我的論文是無法順利進行的。對於所有激勵、幫助過我的人，在此一併感恩致謝。

最後，尤其要感謝柏謙，這兩年你在愛裡支持、包容、安撫我各種不安的情緒，你的穩重與平靜，給了我幸福感，讓人有驅策向前的動力，謹以此論文與你共享！

於千萬人之中 遇見你所要遇見的人

於千萬年之中 時間的無涯的荒野裡

沒有早一步 也沒有晚一步

我們都在這裡留下

不早也不晚的緣分

摘要

本研究旨在編製一份更具時代性與代表性之「國中學生全人生命意義量表」，係以 Carl Ransom Rogers、Erikson、Viktor E. Frankl、Rollo May 及 Irvin D. Yalom 五位學者及東方思考的佛道信仰與青少年(國中)的發展特徵，做為編製量表之理論依據，並經與其他測量工具之比較探討後建立理論架構。正式量表包含「生命目標」、「生命價值」、「生命自由」、「自我概念」、「宗教支持」、「死亡接受」以及「靈性提升」七個向度，形式 Likert 五點量表，全量表共 56 題。施測採分層叢集取樣方式，分別抽取台灣北（台北市、桃園縣、宜蘭縣）、中（台中市、彰化縣、雲林縣）、南（高雄市、高雄縣、屏東縣）、東（台東縣、花蓮縣、金門縣）四個地區學校，總計 1102 份樣本進行分析，並制定百分等級常模。

本研究結果顯示，自編量表信度 *Cronbach* α 係數為 0.801（各分量表 α 係數分別為 .720、.753、.775、.797、.847、.847 及 .833），隔二週再測信度為 0.966，具有良好的穩定性及一致性；經由典型相關分析結果發現本量表和宋秋蓉(1992)所編製的「生命意義量表」間的相似度為 0.69，屬於中高度相關。另有關模式適配度之評鑑，以結構方程模式的統計技術來加以驗證，檢驗結果依據四個適配度判定指標，在七個層面中，除「生命自由」層面模型適配度需再調整外，其餘六個層面之判定指標均符合標準。綜合判定，本研究量表在驗證適配度的考驗上，屬達到中等以上的適配程度。

由整體分析資料可見，本研究編製之「國中學生全人生命意義量表」為一具有良好信、效度標準之量表，適合用於國中生生命意義感之評量。

關鍵字：生命意義量表、模式適配度、青少年

Abstract

The scale is based on the viewpoints and theories related to the life meaning of Rogers, Erikson, Viktor, Frankl, May and Yalom. The main purpose of the research is to set up a "Holistic Meaning of life Scale(HMLS) for junior high school students of Taiwan", including seven dimensions --life goal, life value, life freedom, self-concept, religion support, death acceptance, ascension and 56 items.

The scale is implemented by stratified cluster sampling. The 1102 testees are drawn from northern part, central part, southern part and eastern part of Taiwan.

The whole scale internal consistency reliability Cronbach's α coefficient is 0.801 and the test-retest reliability is 0.966 which is an evidence of stability and consistency. Furthermore, through Canonical Correlation Analysis, it reveals that the similarity 0.69 between the scale and Purpose of life scale set up by Song Qiu-Rong in 1992. In terms of the evaluation of the mode of goodness of fit, the result shows that only the life freedom part needed further adjusting, whereas the rest six dimensions were correspond to the condition. Therefore, this scale reaches the medium level of the mode of goodness of fit.

Based on the above-mentioned analysis, the Holistic Meaning of life Scale (HMLS) is a suitable scale for junior high school students of Taiwan with stable reliability and validity.

Key words: Wholistic meaning of life scale, the mode of goodness of fit, Adolescents.

目 錄

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 研究之重要性.....	4
第四節 研究名詞界定.....	5
第二章 文獻探討.....	7
第一節 生命意義的意涵.....	7
第二節 研究理論基礎.....	12
第三節 生命意義的評量方法及相關內涵.....	20
第四節 青少年生命意義感之實證研究分析.....	23
第三章 量表編製與信效度分析.....	27
第一節 量表架構.....	27
第二節 編製歷程.....	29
第三節 題目分析.....	34
第四節 正式量表形成.....	39
第五節 量表信度.....	40
第六節 量表效度.....	42
第四章 常模與量表運用.....	57
第一節 常模.....	57
第二節 量表運用.....	64
第五章 結論與建議.....	67
第一節 結論.....	67
第二節 建議.....	71
參考文獻.....	73
一、中文部分.....	73
二、翻譯部分.....	77
三、英文部分.....	78
附錄.....	81

表目錄

表 2-1 國內外專家學者對生命意義之定義彙整表	9
表 2-2 國內外測量生命意義與生命態度的自陳量表	21
表 3-1 預試題項分配表	30
表 3-2 預試受試者基本變項描述性統計摘要表	34
表 3-3 四種不同題本的基本統計量	36
表 3-4 四種不同版本在分量表的 α 係數	36
表 3-5 各分量表刪除題項與保留之題項綜整	37
表 3-6 相關係數的強度高低與意義	41
表 3-7 本量表各項信度	41
表 3-8 本量表與「生命意義量表」典型相關分析摘要表	43
表 3-9 樣本在各變項分配狀況及在本量表各分量表及總量表反應之差異性分析結果	45
表 3-10 本量表各分量表及總分之內在相關與顯著差異分數	46
表 3-11 本量表七個分量表與全量表之整體模式適合度分析結果	55
表 4-1 正式施測樣本及有效樣本一覽表	58
表 4-2 國中學生全人生命意義量表常模	60
表 4-3 不同性別之國中學生全人生命意義量表常模	62

圖目錄

圖 2-1 Frankl 對生命的看法.....	13
圖 2-2 「國中學生全人生命意義量表」架構.....	22
圖 3-1 研究架構圖.....	28
圖 3-2 研究流程圖.....	33
圖 3-3 生命目標層面驗證性因素分析參數估計路徑圖.....	48
圖 3-4 生命價值層面驗證性因素分析參數估計路徑圖.....	49
圖 3-5 生命自由層面驗證性因素分析參數估計路徑圖.....	50
圖 3-6 自我概念層面驗證性因素分析參數估計路徑圖.....	51
圖 3-7 宗教支持層面驗證性因素分析參數估計路徑圖.....	52
圖 3-8 死亡接受層面驗證性因素分析參數估計路徑圖.....	53
圖 3-9 靈性提升層面驗證性因素分析參數估計路徑圖.....	54
圖 3-10 全量表驗證因素分析參數估計路徑圖.....	56

第一章 緒論

第一節 研究背景與動機

近年來因社會變遷快速，全球都面臨了價值混淆、觀念模糊的危機當中，多數人對生活充滿迷失，對生命的價值感到迷惘，二十一世紀是科技發達、資訊爆炸的時代，但也是意義失落、價值迷惘的時代。物慾的競逐，把我們的社會表面裝飾得五光十色；人慾的氾濫，卻導致了內在心性的匱乏、心靈失所依倚；於是道德心與責任感為之蕩然，人生觀與價值觀招致扭曲。隨著全球化的來臨，人與人之間的競爭壓力愈趨繁重，一旦壓力超過了個人所能承受的範圍，以致無法適應多變與複雜環境，因一時激情，常有令人扼腕事件發生。

在國中校園中，時而聽到學生因課業成績不如預期理想而放棄自己，或因感情挫折而傷害生命，或因缺乏處理人際關係的能力與人發生衝突。由媒體報導中得知，青少年存有自殺意念與自我傷害，甚至危害社會與他人之事件不斷遞增。當前青少年可能覺得反抗成人、跳脫傳統、對抗社會權威、獲得同儕讚賞是很重要的，在這種種現象的背後到底蘊藏怎樣的的生命訊息？青少年逃學逃家、飆車砍人、濫交、吸毒，到底所為何來？青少年蒼白慘綠、苦悶閒愁到底來自何處？他們心裡真正想要的是什麼？

Yalom (2003) 認為人類要存活的話，必然有一種失去生命的恐懼來平衡死亡的驅力，而恐懼死亡是焦慮的原始來源。對於死亡的覺察，兒童期的否認系統已不再有效，青少年的內省傾向和更多資源，使他（她）再度面對無法逃避的死亡，承受焦慮，並尋找不同適應模式來面對生命的真相。因此，有些青少年會參與魯莽危險的活動或違法行為，很可能也反映出這種對抗死亡焦慮的長期防衛。每個人終須面對死亡，我們應重視生命的意義與價值，在遭遇種種困境的過程中，去閱歷人生和生命拔河，原就是人生的崇高價值。怎樣才能理解青少年的困窘與焦慮，讓這一股浮盪之氣平靜下來？協助他們找到自己生命的出路，為青少年在人生觀的建立與生理、心理的調適上，給予更適切周延的引導，是當前國中生命教育的重要課題。

「生命意義」是一種能賦予我們個體存在有一方向感與價值感的目標，並藉此目標我們可獲得一種身為有價值人物的認同感（宋秋蓉，1992）。生命意義感是指個人自認其生命有無目的與意義的程度（何紀瑩，1994），也是一個人在發展其生命的過程中所具有的意義與價值，它不但要清楚其生命能力的可能內涵，也要知道生命發展的方向與目的（黎建球，2001）。自1980年代中葉起，有鑑於工業革命後興起科技掛帥、物質與消費主義至上的風潮，導致價值觀的混淆與扭曲，形成各種「支離破碎」現象。為讓教育環境能維持是一個「為了可以學得智慧與悲憫，以及學習如何活得喜樂的地方」，近年來專家學者開始提倡有機的、動態的、整全的、和諧的與相互關聯的自然運作法則，也可說是靈性的全人教育的理念。另 Krebs(2001)亦指出下一個十年不再是科技掛帥的年代，而是了解生命意義與靈性的年代。也就是說如果二十世紀是外探(Outer)的年代，二十一世紀將是個內省(Inner)的年代，人們自然轉向生命終極意義的探尋(黃向吟，2008)。因而，生命的真諦，是從活得有價值、有目標，從中體驗而來，若能找到人生的目標與方向，完成當盡的責任，善用有限的生命，做最大的努力，那麼人生就能活出意義的況味。

第二節 研究目的

基於前述研究背景與動機，本研究擬定的研究目的如下：

一、決定量表架構，編製量表：

參酌有關理論、文獻與量表，依據何長珠教授擬定之量表架構，由研究團隊反覆討論並邀集專家學者針對題意提供修訂建議，及配合訪談所得量表資料綜合編擬出量表預試題本，以編製「國中學生全人生命意義量表」。

二、考驗量表信度與效度：

以重測信度、分析內部一致性，呈現測量標準誤和顯著差異分數來探討量表信度。以內容效度、效標關連效度、建構效度（含驗證性因素分析）來驗證量表效度。

三、建立國中學生的常模：

抽取國中學生1102名為常模樣本，建立國中學生的百分位數常模。

第三節 研究之重要性

青少年正值追尋人生的價值，思索生命意義的時期，若能找到獨特的生命意義，透過責任承擔，更能肯定生命的價值。一個人的生命觀會深深影響其對生命的態度，對於青少年而言，生命到底像什麼，這些孩子如何看待自己的生命，尤其在「分數至上」的桎梏下，青少年情緒的發展、人際互動關係的管理以及對生命的重視和尊重與否也令人憂心。因此，肯定自己生存的意義，建立正確的生命價值觀，就顯得更加重要。

面對物質文明鼎盛的二十一世紀，生命議題的研究，自然有其重要性。研究生命的議題，適當的研究工具是不可或缺的，檢視近年來與生命議題相關的測量工具，常因發展者對生命的定義與訴求不同，而差異頗大，在相關因素探討方面，多探討與生命態度理論有關之變項，無法瞭解其他更多的變項因子，對於投注大量心血於生命教育相關研究的研究者來說，殊為可惜。傅佩榮（2003）認為，談論完整的人生，不能忽略「身（有形可見的外貌、體力、財富、地位等）、心（具體展示於獲取特定的知識、發展人際情感以及培養個人志趣上）、靈（可表現於宗教信仰的靈修活動中）」三個部分。因此，本研究的主要目的，旨在發展一個全方位之量表，以作為測量「生命意義」之用。

第四節 研究名詞界定

一、生命意義

生命意義是指個體所賦予自己生命之獨特的使命，它會影響個體對生命目標、生命價值、生命自由、自我概念、宗教支持、死亡接受、靈性提升的看法，並且進而督促自己負起責任去面對與達成這個使命。

二、全人教育理論

全人教育是與有機的、動態的、整全的、和諧的與相互關聯的自然運作法則有關；而且也可說是靈性的教育，全人的觀點是相對於部分特殊性而言，強調身、心、靈的整全發展。

三、國中學生

依據國民教育法規定，本研究之國中學生係指年齡滿十二歲以上，現就讀各公、私立國民中學的學生。

預試選取之對象，將劃分全省為北、中、南、東（含外島）四區，預將隨機選取約 400名公、私立國中學生為研究對象。

第二章 文獻探討

本研究文獻探討共分為四節，第一節探討生命意義的意涵，第二節探討所參考之理論基礎，第三節針對生命意義的評量方法及相關內涵分析研究，第四節探討青少年生命意義感之實證研究分析，茲分別敘述如下。

第一節 生命意義的意涵

「人到底是什麼？生命的意義何在？」在面臨生命邊際之間的問題時（如壓力、危機、死亡等），每個人都會不斷的尋找生命意義的解答。惟許多研究在針對生命意義定義上均不太相同。羅洛.梅（Rollo May）最早於 1953 年將生命意義定義為：以個體為中心而創造出自我的最高價值，並且能夠體認到自己的意向，以及感受到自己有自由意志去做抉擇與愛的力量。生命意義的定義大致可區分為兩個層面，有些學者從「生命目標」的層面加以說明；如 Crumbaugh（1973）認為生命意義之定義為：是一種能賦予我們個體存在之方向感與價值感的目標，藉由此一目標，我們便可以得到一種認同感，而這種認同感即來自於個體覺得自己是一個有價值的人。張海倫（2008）也提到所謂生命意義乃是一個包含生命創新、生命喜樂、生命超越三個組成構面的正向心理特質，表彰一種個體追求美好生活品質與積極生命價值的心理能量。而 Hedlund（1977）則從「生命存在」的層面加以詮釋，他認為個人的意義就是生命的意義，也就是指個人認為自己存在的基礎或理由就是生命的意義。個人如果能意識到自己存在的理由，那麼他便會感到生命是有活力的，也會覺得自己的生命是有價值的，因此他便能清楚知道自己生命的方向，而有動力以期待美好的未來。

另外，Frankl（1967）所提到的生命意義是比較綜合性的，他認為生命意義是會因人、因時、因情境而隨時作調整及修改的，因此，生命意義是具有主觀性與獨特性的，不論個人的性別、年齡、智力、環境、教育背景、宗教信仰等，其生命意義都有不同的使命與任務。是以，生命意義感即為個人對自己目前生命的意義、價值與目的等所有的知覺與感受。宋秋蓉（1992）綜合各學者的說法歸納為：生命目標賦予生命努力的方向，

而生命意義展現於個人對目標的實現中；故其將「生命意義」界定為：「一種能賦予我們個體存在，有一方向感與價值感的目標，並藉此目標，我們可獲得一種身為有價值人物的認同感」。

上述文獻中各家所提出的生命意義大多是以作者自己的經驗歸納出個體生命中最重要或者是最終極的事項當作個體的生命意義內涵，以及少數將生命意義作些許的分類。各家所列之項目雖有其普世價值，然而，缺乏一系統性的架構來描述生命意義的內涵，實為目前已發表之國內外文獻所欠缺（國內外專家學者對生命意義的定義詳如表：2-1）。生命意義的內涵在廣度上應該呈現於生命中的各個層面，如生活、存在與靈性等，並且從各層面加以探究其內涵，如此可以使得生命意義富有系統性架構並且能夠包含個體對生命意義著重處的異同，而不僅僅只是純粹呈現生命在某一種層面上（如存在）特定的終極的意義或是最重要的意義。

表2-1 國內外專家學者對生命意義之定義彙整表

年代	學者	定 義
1953	May	以個體為中心而創造出自我的最高價值，並且能夠體認到自己的意向，以及感受到自己有自由意志去做抉擇與愛的力量。
1963	Frankl	認為生命的意義是展現在回應現實生活中隨處所預見的狀況，並且尋找與實踐自己所獨一無二的生活使命，進而藉此讓自我經歷其終極意義。
1967	Frankl	認為生命的意義具有主觀性與獨特性，它會因時、因人、因情境而隨時改變。不論個人的性別、年齡、智力、教育背景、環境、宗教信仰，皆有其特殊的使命與意義。
1973	Crumbaugh	認為能賦予個體存在有方向感與價值感的目標，並藉由實現此目標的過程，可以獲得「成為一個有價值的人」的認同感。
1977	Hedlund	認為是「個人存在的基礎或理由」，個人如果能意識到自己存在的理由，則會感到有活力，覺得自己的生命是有價值，且知道自己生命的方向，而有動機認真地做事。
1977	Rabbi	生命是一連串的尖峰時刻，當我們擁有一分尊榮，獲得一個地位、經驗愛情、敞開心胸面對他人，面對世界時，即是對自己的生命賦予意義。
1980	Yalom	生命意義分為兩個層次： 1. 宇宙生命意義：指宇宙中有一不變的規律，此規律非人類所能理解，超越於個人之上。 2. 世俗生命意義：個人實現目標的過程中，體驗到自己的生命是有價值的。
1980	Fabry	將生命意義分為兩個層次： 1. 終極意義：涉及宇宙中超越人類、且無法被驗證的律則。 2. 此刻意義：生命中的每一瞬間皆有一個待實現的使命，個人需以負責的態度來回應。
1986	Frankl	生命意義在創造價值、經驗價值和態度的價值，積極協助案主追尋人生的意義，追求生命意義是人的本能，而生命的目的在尋找存在的意義，只要是人都有自由與責任，去實現其獨特的生命意義；然而苦難與死亡，有助於追求意義，因為人在任何處境中，都應有保有意志的自由。
1992	Howden	重視生命、盼望未來、展現目標，並展現存在理由。
1992	宋秋蓉	為一種能給予我們個體存在有一方向感與價值感目標，並藉此目標我們可獲得一種身為有價佈人物的認同感。
1998	黃德祥	指個人能夠瞭解人生意義、目的、價值、功能與限制，進而珍惜生命與人生，並能尊重自己、他人、環境及自然。
1999	何郁玲	生命意義是指個體的獨特使命，藉由此一使命導引個體生活方向與生命態度，進而負起責任，面對達成這個獨特使命。
1999	李遠哲	生命意義指個人能認識自己、肯定自己、尊重生命、欣賞生命；愛惜自己、勇於面對、挫折、能積極應變、與社會存出及對工作敬業、等。有正向信心，能對社會責任付以完成，關心存在的價值，每一個人必須了解自己的生命在社會中如何存在，並能明白自己的內涵。避免陷入謬思，走出疑難，如此我們才能真正享受生命。
2001	徐美玲	每個人皆有其獨特的生命意義與任務有待完成和實現。因

此個體和內化生命意志的意義，是能夠獲得價值。比較高低的意志，是不可替代的。正

2002	釋慧開	人生的意義在於不斷地、深入地探索人生的意義。
2002	劉翔平	生命意義，因而是一個人的生命，在時間的具體時空而異。重要的不是談論一般的生命意義，而是對生命在具體時空而異的具體意義。
2002	黃惠秋	生命意義是指個體對自己所賦予自己責任，生命之獨特價值與此生命之獨特價值。此生命之獨特價值與此生命之獨特價值。
2002	陸娟	生命意義的感生不絕，乃是一個體可思的，獨有的，使生命絕對。生命絕對的意義，是沒有在後的。生命意義的感生不絕，乃是一個體可思的，獨有的，使生命絕對。生命絕對的意義，是沒有在後的。
2003	Dailey	重視生命的品質、盼望未來並知道自己為何而活。
2003	曾煥棠	生命必須具有一思的創造性，才可稱為個人的「風格」。生命動、一於風格的表現。
2003	釋證嚴	生命的意義，在於啟發愛心、展現清淨之愛，唯有深入黑人的希望，撫慰受讓世間靈瑣與暇滿。
2003	許智香	人類對既定價值產生懷疑是相當自然的現象，而這樣的質疑正是創造自身生命意義和價值的最佳契機。
2003	林素霞	生命意義係指個體對生命的珍貴與尊重，亦即指個體對生命的珍貴與尊重，亦即指個體對生命的珍貴與尊重。
2004	岳玉玲	生命意義為個體在潛能中，亦即探索自我存在的價值與使命。
2006	吳淑華	生命意義是指個體所賦予自己的使命，並以此引導生命之獨特價值。
2006	羅素蘭	是活對與實現目標，屬於生命之獨特的靈性意義。
2006	李桂仙	生命意義為個體的獨特使命，並以此引導生命之獨特價值。
2006	黃同展	個體能體認自我生命價值、意義、目標與獨特性，因而熱愛生命。
2008	張海倫	生命意義乃是一個包含生命創、彰、生命喜樂、生命超越三

本研究認為：生命意義可視為是個人化且獨特的一種存在價值，它會引導個體對生活態度、生命品質以及生命價值等看法，並且進而督促自己負起責任去面對與達成所賦予自己的獨特使命。然而，因為意義來自於個體所處之文化所提供的價值及信念，爾後再經由個人的經驗及選擇而產生，因此，生命意義會受到各項因素之影響而變化，不過其內容總不脫精神(宗教-道德-靈性)、物質(文化-文明)、個人(身-心)及宇宙(社會-文化-自然)等向度(引自何長珠，2009)。研究者同時認為：當個人深具生命意義感時，生活是彩色的，再大的橫逆與困難、挫折都能承受與渡過；但當個人失去生命意義時，則生活會陷入行屍走肉般，喪失生存的勇氣而走向自我毀滅之途。

第二節 研究理論基礎

本研究探討之架構係以Carl Ransom Rogers、Erikson、Viktor E. Frankl、Rollo May 及 Irvin D. Yalom 五位學者所述與生命意義相關之理論為基礎，以下針對各家相關論述，綜整概述最後並歸納結論及研究理論架構。

一、Viktor Frankl 與生命意義有關之主張

Frankl 為維也納第三治療學派—意義治療學的創立者，其意義治療乃根據存在主義、現象學的觀點及個人集中營的體驗所創立。Frankl 認為人必然會去追尋生命的意義，而人可以自由採取一種心靈的態度，在快樂、愛、痛苦、死亡、空虛、經驗裡，完成生命的使命。Frankl 對生命的看法簡述如下：

(一) 人有選擇的自由

人存在的當下，時時面對著需作決定的機會，即牽涉到「決定的自由」與相對的「責任」，責任的意思包含對事情的態度，也包含採用什麼態度面對處境，人可以選擇自己對環境的態度，決定要屈服於限制，還是要面對挑戰（Frankl, 1963），Frankl稱這種作決定的自由為人的意志自由。

(二) 經驗具有意義性與價值性

Frankl認為，經驗比教條來得更重要、更真實，生命中充滿許多不斷變動的價值觀，每個人都是唯一的，生命的情境也都只發生一次，沒有人能代替另一個人經驗生命（Frankl, 1967），正因為每個人的生命都是獨特而唯一的，因此經驗的過程對每個人來說，也就蘊藏深厚的意義與價值。

(三) 痛苦與死亡是構成生命的必要元素

Frankl認為痛苦與死亡都是生命的一部份，痛苦具有一種警醒或監察的作用，而死亡則暗示了時間的有限性；生命往往在絕處有生機，在平順中暗藏失敗，因此強調當事人需建立面對苦難的態度，使在正面的經驗態度中，建構自身的價值觀。

(四) 人尋找生存的理由

Frankl認為人必然會去探索與追尋生命的意義，但生命的意義卻不是追求享樂，當人們找不到生存的理由時，就會經歷一種空無的感覺，感受不到自己的價值與經驗的意義，一旦發展出這樣的生命態度，往往就會藉由不同的面具及偽裝隱藏其「存在的空虛」，遭遇存在挫折嚴重時，會導致「心靈性精神官能症」（Frankl，1963）。

大致而言，Frankl認為對人類而言，命運是一種生命態度的測試與展現平面，而痛苦與死亡則會影響人們追求更深層的意義（如圖2-1）。因此，以正面的觀點看待的生命，使當事者「再獲得受苦的能力」，是意義治療的要點。

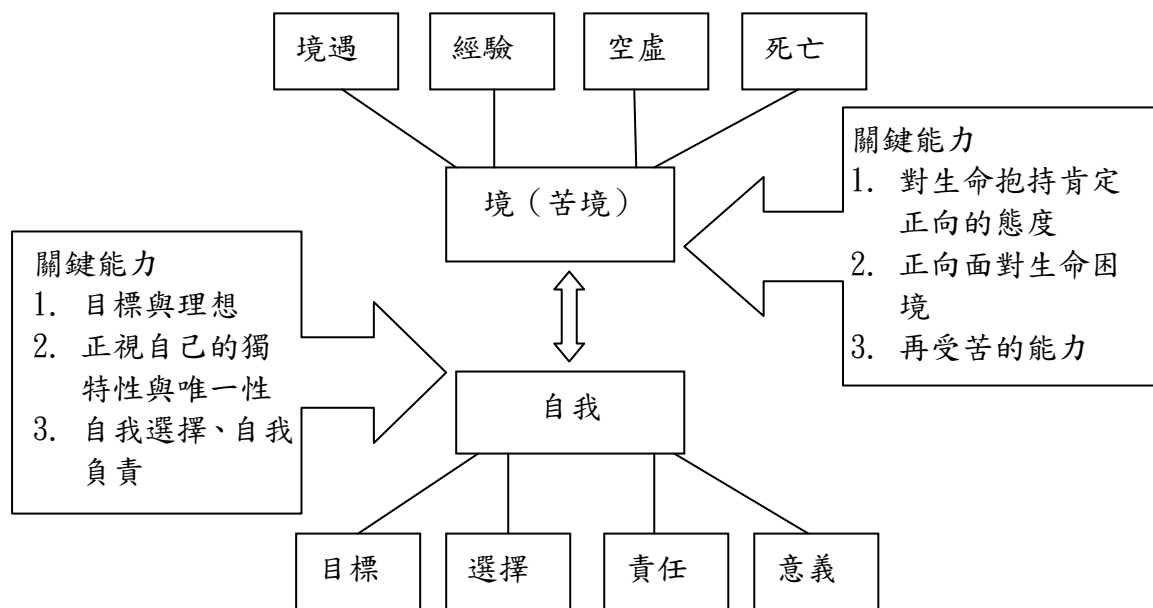


圖2-1： Frankl對生命的看法（引自謝曼盈，2003）

二、Rollo May與生命意義有關之主張

美國存在心理學之父的Rollo May結合存在主義與精神分析，形成一種能加強自我治療提供支持的人的存在主義。重視人的主觀體驗、價值觀及自由選擇，認為人一旦喪

失自由選擇的能力，將導致人生價值和意義的失落；一旦喪失價值觀和人生意義將導致現代人焦慮感和愧疚感的頻繁。當人喪失存在之目標時，他將生病、甚至沈溺在各種近乎瘋狂、自我毀滅的行為。透過存在心理治療，試圖讓人重新成為一個自由存在、有意志、能選擇、負責任的人。Rollo May認為關心存在的問題比關心問題的解決來的重要。故，心理治療需從對人有明確的認識、對人基本存在結構的真正了解方能有其實質助益。Rollo May指出存在的六大特徵：

(一) 自我核心

人有其獨特性，人的存在係於保持其核心性以與他人有所區隔。故，自我核心即為與他人有所區分的存在。自我核心建立在接受自我的獨特性、且需人的正視，並以勇氣去肯定它。

(二) 自我肯定

人有勇氣在自我選擇的過程中實現自己的價值稱之，自我肯定也稱為「成為自我的勇氣」(the courage to be oneself)。人藉由(1)身體勇氣(physical Courage)：人對自己體格力量肯定(另一解釋為傾聽自己身體的信號)；(2)道德勇氣(moral courage)：一種與同情心有密切關係的勇氣；(3)社會勇氣(social courage)：一種和社會冷漠對立的勇氣；(4)創造勇氣(creative courage)：一種能促使人與社會繼續發展的新模式和新象徵，也稱為藝術勇氣，來進行自由選擇、確立和實現其自我。

(三) 參與

人在保有其自我核心及自我肯定的過程中避免不了參與，但參與與保有自我存在的獨立性及自我肯定需配合得當。過多或過少的參與，他的自我將不會存在或喪失自我；重視自我存在獨立性和自我肯定與否又將造成人格發展的阻礙或落入生活無意義中。

(四) 覺知

覺知指人對自我核心的主觀認識，是一種體驗感覺、願望、身體需要和慾望的察覺，亦為人和動物對外在威脅的警覺和擔憂。

(五) 自我意識

自我意識不同於「自我核心」、「自我肯定」、「參與」及「覺知」之存在特徵為生物所共有，它是覺知表現在人類身上的一種獨特形式，是人領悟自我的一種獨特能力。自我意識一方面使人可以自由選擇，進行抽象、創造和超越時空限制，一方面迫使人不得不面對人自我核心及生命有限性的現實。這種迫使人不得不面對人自我核心及生命有限性的現實將引發人存在的第六特徵－焦慮。

(六) 焦慮

焦慮是人在存在所面臨到威脅時，自然而然形成的一種痛苦的情緒反應，為一種不確定性和無依無靠的孤獨感。具有「對存在受到威脅的一種反應」、「對人的基本價值受到威脅的一種反應」、「對死亡的恐懼」及「人內部衝突的反應」等特點。

三、Irvin Yalom與生命意義有關之主張

Yalom的存在主義取向治療法其焦點為個體存在而衍生之重要事項。Yalom認為存在的立場所強調的不是本能受到壓力所衍生的衝突或內化的重要成人所造成的衝突，而是個體面臨存在的既定事實所造成的衝突。所謂的既定事實即為人類最終關切的「死亡」、「自由」、「存在的孤獨」和「無意義」四個終極關懷。Yalom在此所指的終極關懷，是指當我們反思個人在世的處境、存在、界限與可能性時，必然會觸及到一切依據的源頭，亦即存在的終極深層結構。這個過程通常會被某些稱為臨界或邊界的急迫經驗所催化，例如死亡、自由、孤獨與無意義等，而形成存在的動力衝突。以下就Yalom的四項人類最終關切的問題分別論述：

(一) 死亡

生與死是相互依存，有生才有死。但生命有其有限性，故死亡可能會帶來焦慮。若能正視死亡，縱然死亡是焦慮的來源，人將拓展視野、改變對生命的觀感。透過死亡，我們可以更加了解焦慮，即使焦慮可能會帶來恐懼。但少了焦慮，我們就活不出真正的生活；多了焦慮，卻可指引人生之路。故，不可避免的死亡本質與延續生命慾望間的張力就形成存在衝突的核心。

(二) 自由

自由是種抽象的概念，代表個體要為自處世界、行動，負起完全的責任。換言之，自由代表承擔責任、改變承諾、決定和行動主導權操之在己。人藉由自己的創造賦予事物意義，人有自由去開創自己的生活，但後續自我的呈現、命運是否乖舛、生活困境與否、感受和苦難則需自我承擔責任。一旦了解責任，人便依其意志自由地期望、選擇、行動及改變。故，面對無所依據的處境及對根據和架構的渴望所形成的衝突即為存在動力的來源。

(三) 存在的孤獨

個人孤單的進入存在與離開。我們瞭解自我於世的孤獨，卻也渴望與世界的接觸、保護，並成為更大整體的一部份，這種孤獨與慾望間的張力，就造成存在的衝突。存在孤獨是指自己脫離他人、世界的最根本之孤獨，並有別於人際孤獨及心理孤獨。Yalom所謂的存在孤獨乃在闡明關係的角色，他「不強調安全感、依附、自我肯定、滿足性慾或權力之類的需求，而是探討關係如何抒解基本而普遍存在的孤獨感」。

(四) 無意義

Yalom認為人需要意義，意義可以淡化我們面對缺少命定和結構的人生及世界所產生的焦慮，意義也可形成價值觀。一旦缺乏意義，將使我們轉而注意參與生活的原則。我們是尋求意義的生物，因存在的自由概念讓我們置身於全然沒有意義的宇宙，這種動力的衝突就成了我們的存在困境。

四、Erikson 與生命意義有關之主張

Erikson 思想的發展源自於精神分析理論，但在青少年發展與輔導研究上，其所創立的心理社會論受到極高的評價，且被視為是與精神分析論有所不同的獨特理論體系。Erikson 認為人生的發展可分為八個階段，每個階段皆隱含了各種社會期望，個人的成長就是每個人生階段中所遭遇的衝突與緊張所導致的結果。每個人生階段中所遭遇的衝突即稱之為「心理社會危機」（psychosocial crisis）。青少年期的心理社會危機即辨識（認定）角色混亂；若個人對自己有深刻的了解，明白個人應扮演的角色，並能掌握人生的意義與方向，將有助於建立正確的生命價值觀。

Erikson 理論中的第五個時期為青少年期，是人生全程八階段中最重要的時期，也可以說是人格發展歷程中的關鍵期。青少年期的危機主要產生在自我統合（self identity）與角色混亂（role confusion）兩極之間。所謂自我統合是指個體嘗試將與自己有關的多個層面統合起來，形成協調一致的自我整體。這種心理過程，稱為統合形成（identity formation）。按Erikson 的解釋，對青少年的自我成長來說，統合形成是一種挑戰；正因為自我統合不易，很多青少年往往不能化解此一時期的發展危機。因此，這一時期的發展危機，Erikson 稱之為統合危機（identity crisis）。如果這時期的統合危機得不到化解，當事者將難免傾向角色混亂的一端，生活缺乏目標，充滿失敗感，以阻礙其以後的發展。相對的，如果統合危機能夠化解，有明確的自我觀念，將有助於人生的發展。

另外，Erikson的心理社會發展理論的八個階段中，第六、七階段是成年期，個體若不能與周遭的人建立滿意的合作關係，將會導致嚴重的性格問題。在這一個階段，「愛」更進一步發展成為關懷及照顧周遭的人、事、物。有認同危機的人是因為缺乏「內在的聲音」，個人可透過內省的方式增加內在力量，達到一個人的完整性走向自我主宰、邁向靈性的道路。

綜而言之，生命意義是環繞著統整的概念而發展出來，個體從出生到死亡藉由對自我的認同，如同個人生命意義的發現過程一樣，是一種漸進的層次概念。一旦統整失調

便會出現絕望；若能達到統整平衡，就能對生命抱持正向期待，達到靈性成長。

五、Carl Rogers 與生命意義有關之主張

Rogers 從「當事人中心治療法」(client-centered-therapy)中，引申出許多與生命自我成長有關且具有懇切而獨到的見解，相關的概念敘述如下：

(一) 無條件的積極關懷

無條件的積極關懷指的是用一種溫暖、包容、不帶任何控制意圖的正向態度來對待對方，並且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。

(二) 成為如其所是的自己

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。而真正的答案並不是外加的，真正的答案就在當事者的心中。

(三) 在體驗中生活

Rogers 強調「能引導生命的，乃是對於體驗不斷瞭解、不斷闡釋的過程本身，所以生命就是一直在形成的過程之中」，Rogers 重視接納真實的重要，他認為無論好的或是不好的經驗都是對我們有益的，可以讓我們更逼近真實，因此，唯有開放自己去經驗，拋棄僵化的思考模式，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，成為和諧一致的有機體。

(四) 自由與決定

Rogers 相信，具有健全人格的人，能夠充分發揮潛能，並「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，並且信任自己。

(五) 完全發揮功能的人

Rogers 認為「人具有一種自然傾向」，為了使自己能與經驗更加和諧，會不斷的重組自我概念和進行調適，並個別賦予意義，不論經驗會帶來多少痛苦與挫折，都應將經驗本身視為正面的、有用的引導，使個人的心智更趨於成熟與自我控制，進而獲得良好的生活。他認為充分發揮潛能的人，能活在更廣闊的體驗裡，更深邃的感覺到愛、沉醉在喜悅、瞭解到恐懼，或是感受到勇氣。

根據上述文獻的論述瞭解，五位學者對於生命的看法大致相似，強調個體有絕對的自由、十分重視有目標的生活、鼓勵積極面對生活中種種挫折及正向學習等。此外，參酌東方思考的佛道信仰，融合道家以"自然"觀照人，肯定生命的價值，宣揚自然主義生命觀及佛家關心人的生老病死，關心願望與現實之間永遠無法消除的反差所帶來的痛苦，給有深切痛苦感的人以心理的溫暖和情感的慰藉等信念。並引用何長珠整理歸納各家重要的論點及參考其他文獻構面，包括Rys, Ewa(2009): 1. 生命確認(affirmation); 2. 自我接受(self-acceptance); 3. 對目標的意義(goal awareness); 4. 對未來的自由感(sense of freedom); 5. 對未來的價值性(valuation of future); 6. 對死亡之態度(attitude towards death)、Heszen-Niejodek (2004): 1. 做選擇的覺察; 2. 自己和他人的關係; 3. 對抗錯誤; 4. 了解生命的意義; 5. 努力追求靈性、宋秋蓉(1992): 1. 對生命的熱忱; 2. 生活目標; 3. 自主感; 4. 逃避; 5. 對未來期待、董文香(2002): 1. 生活目標; 2. 生命價值; 3. 生活熱忱; 4. 生活自主、謝曼盈(2003): 1. 理想; 2. 生命自主; 3. 愛與關懷; 4. 存在感; 5. 死亡態度; 6. 生命經驗等構面，作為研究理論基礎。

第三節 生命意義的評量方法及相關內涵

在質化的個案研究之外，傳統的生命意義感之評量工具係以自陳量表為主。在西方文本中常見的生命意義感之評量工具包含 Crumbaugh 和 Maholick (1964) 的生命目的測驗 (Purpose in Life Test)、Battista 和 Almond (1973) 的生命指數量表 (The Life Rrgard Index)。而在國內研究部份有何英奇 (1990) 編製的生命態度剖面圖、宋秋蓉 (1992) 發展的生命意義量表、吳秀碧、賀孝銘、羅崇誠 (2002) 發表之生命意義觀量表及謝曼盈 (2003) 發展的生命態度量表等。生命意義感的測量工具頗多，各學者論述所包含的面向也有些差異，茲將國內外相關文獻中經常所見的評量工具彙整如表 2-2。



表2-2 國內外測量生命意義與生命態度的自陳量表

量表名稱	內 涵
生命目的測驗 (Purpose in Life Test, 簡稱 PIL)	本測驗為 Crumbaugh 和 Maholick (1964) 依據 Frankl 於 1955 年發表之意義治療學 (logotherapy) 理論編製而成，用以測量個體對生活所感受到生命意義與目的之程度。當個體覺得生命無意義時，會受到「存在空虛」，從而引發「存在挫折」。本測驗共有 20 個題目，採 Likert 式七點量表以全量表加總計分。測驗樣本包括 805 個正常人和 335 個精神病人，研究結果與 MMPI 中的憂鬱量表、Srole 的無序感量表有顯著相關 (楊宜音、張智學、彭泗清等譯校, 1997; 曾郁榆, 2005)，國內宋文里 (1977) 曾將本量表修訂，保留其中有效的 18 題。宋氏研究發現本測驗與「存在意識量表」之相關為-.66，表示本測驗具有初步的建構效度。何英奇 (1990) 發現本測驗間隔三週的重測信度為.85，內部一致性信度 (α) 為.89。本測驗具有良好的建構效度。
生命指數量表 (The Life Rrgard Index)	Battista 和 Almond 於 1973 所編製，旨在測量個人發現其生命目標的能力及其生命目標的程度，該量表有兩個分量表，分別為生命架構與生命實現分量表，包含 28 道問題，研究樣本為史丹佛大學醫學院學生 229 人。該研究選取平均值 1.5 個標準差以外的高生命意義樣本 14 人，與低生命意義樣本 16 人，進行第二次的訪談，以作為該量表的測驗信度，比較測驗結果與訪談結果大致相符，重測信度為.94。該研究中兩個分量表的相關為.76。
生命態度剖面圖	本量表係何英奇 (1990) 根據 Frankl 的意義治療理論之主要概念編製而成，旨在使國內進行有關意義治療理論之研究與應用時，能提供一個有效的多面向生命態度評量工具，生命態度剖面圖共有 39 個題目，包括六個分量表：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，已涵蓋 Frankl 的主要概念。研究對象為 615 位大專院校學生，信、效度皆佳，Cronbach α 係數介於.65~.87 間，重測信度為.85 ($p < .01$)，量表採用 Likert 式五點量尺，有正向題與反向題。各分數相加即為生命意義感之總分，總分愈高，代表其生命意義感愈高。
生命意義量表	宋秋蓉 (1992) 依據 Crumbaugh 和 Maholick (1964) 編製 PIL 而修訂形成「生命意義量表」，研究對象以中部四縣市的國中生、高中 (職) 學生共 484 位，本測驗 20 個題目共分成「對生命的熱誠」、「生活目標」、「自主感」、「逃避」、「對未來期待」等五個分量表，量表採用 Likert 式七點量尺方式作答，各題得分予以相加，分數愈高代表有愈清楚的目標，其生命意義感愈高，Cronbach α 係數為.847，為評量生命意義之有效工具。「生命意義內容」則提出 12 項架構做為青少年生命意義內容分類的依據，包括：求知、學業、活動、關係、服務、成長、逸樂、獲取、健康、工作、外表、信念。
生命意義觀量表	吳秀碧、賀孝銘、羅崇誠 (2002) 採用焦點團體研究法進行結構式訪談收集大學生之生命意義觀的資料。旨在評量大學生生命意義感的高低。歸納出四種生命意義的向度，亦即生存層面、生活層面、存在層面、以及死亡層面。量表共有二十九個題項，由四個分量表所組成，此量表經第一次抽樣形成因素與項目分析後確定其四個因素結構。並經第二次抽樣驗證後顯示因素結構仍保持高度的穩定不變。因此，此研究所發展出之量表為一具有信效度的量表。
生命態度量表	本量表係謝曼盈 (2003) 根據 Sartre、Frankl、May、及 Rogers 四人的理論基礎編製而成，旨在發展一個有效的量表，測量學生「生命態度傾向」，以作為教學的參考與回饋之用，生命態度量表共有 70 個題目，包括六個層面：理想、生命自主、愛與關懷、存在感、死亡態度、生命經驗。研究對象為 1006 位大學生，信、效度皆佳，Cronbach α 係數介於.67 ~.90 間，重測信度為.91 ($p < .01$)，量表採用 Likert 式七點量尺，有正向題與反向題。

綜合上述文獻可知，針對生命意義層面的測量工具，無論國內或國外專家學者運用 PII 量表的研究甚多。但絕大部分的測量焦點置於個體自我之生命意義感、生命價值認知、存在感受或死亡態度等等之探討分析，其所指涉的內涵較缺乏東方思考及青少年經驗。因此，本研究針對上述不足之處，參考 Rogers、Erikson、Frankl、May、Yalom 及東方思考的佛道信仰與青少年(國中)的發展特徵作為理論基礎，擬定生命目標（理想、存在感、責任）、生命價值（愛、助人、生命長短、受苦、孤獨）、生命自由（自主性與超越、接納）、自我概念（調適、自我價值）、宗教支持（信仰、輪迴）、死亡接受（接受、坦然接受、無懼）及靈性提升（成長、生存權、大自然）等七個向度做為量表發展內涵，而編製「國中學生全人生命意義量表」作為研究之工具。

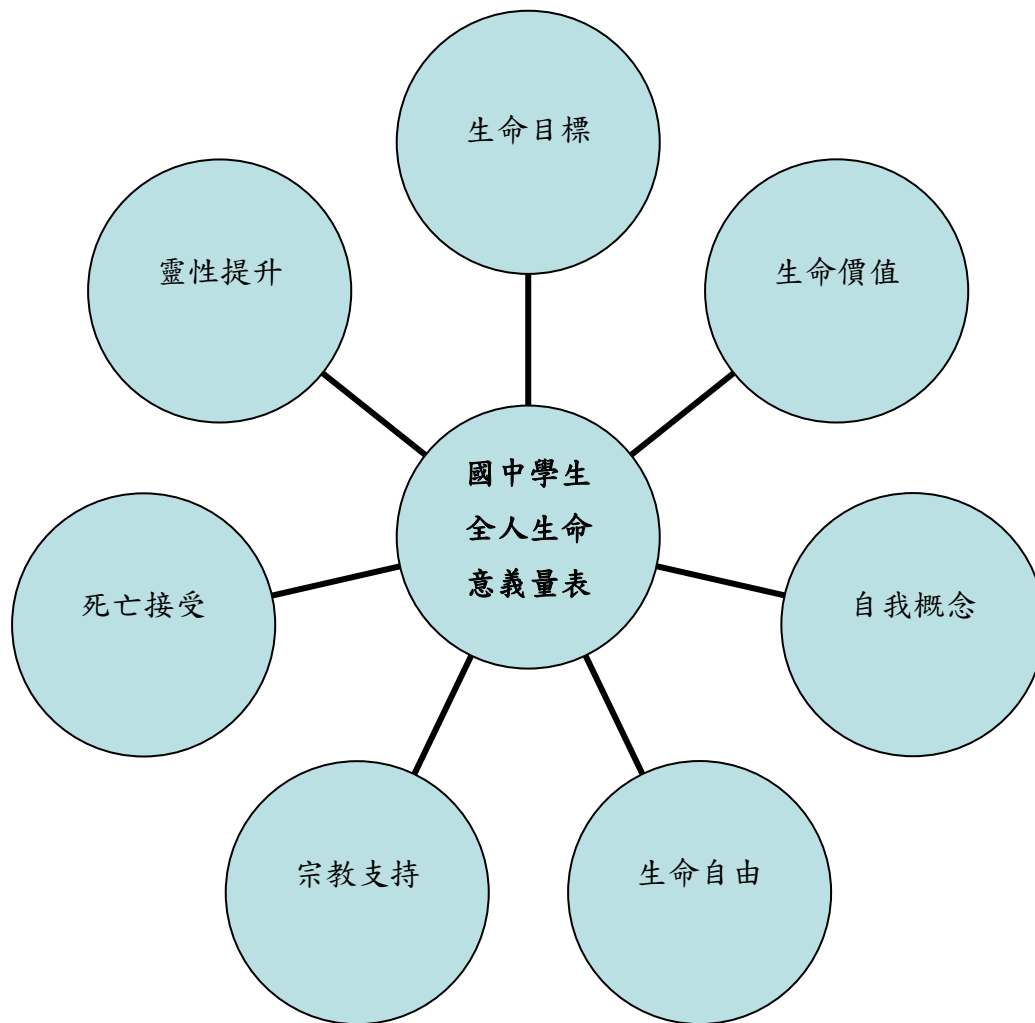


圖2-2 「國中學生全人生命意義量表」架構

第四節 青少年生命意義感之實證研究分析

近年來各國都在提倡生命教育，因此國內外有關生命意義的研究越來越多，文獻中發現，基於不同的生命意義內涵所發展的量表結構與因素亦就大異其趣；甚至即使是基於相同生命意義哲學觀，如Frankl 之意義治療所發展出來的量表向度亦可能不同（何英奇，1990）。再者，隨著時代的變動生命意義觀的著重之處亦會有所差異。今日的青少年為富裕社會的新生代。他們所表現的生活觀與價值觀明顯異於上一代的人。其生命意義觀可能已經與父母輩明顯不同。加上因電腦網絡時代的來臨，近年來的社會變動速度已不可同日而語，生命價值觀與意義觀的變異，亦是隨其影響而可能有所變動。為便於分析、比較及瞭解青少年之生命意義感，以下就所蒐集國內外的相關研究，分述如下：

一、在國外研究方面：

Kay 與 Kerry 曾於1996 年以深入訪談方式，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，Kay 與 Kerry 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，且發現大部分的人對於生命的經驗，都有十分一致的意義詮釋架構（Kay & Kerry，1996）。

Lindeman 和 Verkasalo 在1996年指出有意義的生命歷程是構成心靈安適的基本要素之一，心靈安適需滿足四個基本要項：第一、生命的意義在於能追求不同的目標、有個人的理想、奮鬥進取心以及達成生命的任務，第二、有敏銳的觸覺去感受身旁的事物，第三、生命中所發生的事件要能合理化當成是有意義的挑戰和良好的經驗，第四、需要認同及肯定自我價值存在的意義（曾煥堂，2003）。Frankl 於1986年表示青少年正值自我追尋與自我肯定的迫切時期，因而易感受價值與意義的缺失，所以青少年最容易感受到生命意義問題的衝擊。

Baumeister（1991）指出人要覺得生命有意義必須要滿足四個條件，即：目標、正當化、效能以及自我價值；所以只有當人們對自己的生活有目標、認可自己的行為是正

當的，並且肯定自我的價值、相信自己有能力去追求個人獨特的使命及目標時，個人才會感到自己的生命是有意義的，而這些考慮的因素正都是影響個人生命意義感的重要因素。

另外O' Connell 與 Skevington (2005) 研究指出，人可藉由心靈的信念、價值與社會道德規範等因素來產生生命意義。

二、在國內研究方面：

何英奇 (1987) 以 873 名大專學生為研究對象發現：(1) 我國大專學生中約有四分之一的人覺得他們的生命比較缺乏目的與意義，因而感受到「存在的空虛」；(2) 大專女生感覺生命缺乏目的與意義的情形比大學男生嚴重；(3) 大專學生之生命意義感與責任感呈正相關，與無力感呈負相關，與自我超越性價值呈正相關，與過去、目前、未來持樂觀態度的時間知覺呈正相關。

宋秋蓉 (1992) 以 4 比 1 比 2 的比例找到國中、高中、高職共 484 名的學生為樣本對象，發現：(1) 超過五分之一的青少年在生命意義量表上的得分，低於量表的中數，有存在空虛的傾向；(2) 個人之背景因素（性別、有無宗教信仰、學校級別、家庭社經背景）與其生命意義感無關；(3) 學業表現不同之青少年，其生命意義感有別，且大致隨著成績表現的優劣程度，其在生命意義量表上的得分亦隨著升降；(4) 有懲處記錄的青少年，其生命意義感低於無此記錄者。

江慧鈺 (2000) 探討重建區與一般區的國中生生命意義發現：(1) 國中生的生命意義普遍偏低；(2) 國中生的生命意義因不同社會人口變項之差異有所不同（重建區國中生比一般區國中生之生命意義低、家庭氣氛融洽、學業成績高、以及人際關係好的國中生之生命意義較高）；(3) 「性別」、「宗教信仰」和「社經背景」三個變項與國中生的生命意義無關；(4) 低生命意義之國中生在家人、學校、同儕方面的信念與關係是負向與疏離的，多數仍在探索生命意義，屬於「失序型」的生命意義；(5) 高生命意義之國中生在家人、學校、同儕方面的信念與關係是正向與親近的，能透過經驗性價值、創造性價值形成自己的生命意義，可分成「利己型」及「利他型」的生命意義。

毛紀如（2002）以完整家庭與單親家庭之國中生為對象，發現：（1）國中生不分完整家庭或單親家庭，其生命意義量表總分平均數普遍顯得偏低，與西方國家青少年生命意義相較下，顯示本國國中生之生命意義建立需要加強輔導；（2）完整家庭國中生有42% 其生命意義量表得分低於92分，單親家庭國中生有70% 其生命意義量表得分未達92分，顯示目前國中生對生命意義認知很低，且有「存在空虛」的傾向，尤其是單親家庭國中生的生命意義感大多數偏低，單親家庭國中生多數有「存在空虛」嚴重情形；（3）隨著家庭結構變遷崩解，單親家庭成長生活下的子女，其成長過程不論生理、心理皆必須承受某些程度的傷害，然而單親生活受苦事件，並不能如Frankl 所言，讓單親家庭國中生藉由苦難中發現潛藏蘊含於背後的生命意義，反而使單親家庭國中生生命意義感不如完整家庭國中生的感受般健全。此外，生命意義感指個人意識到自己生命意義和目標的程度，受試者在Crubaugh 和 Maholic 依 Frankl 意義治療理論所編製之生命意義量表（Purpose inLife test, PIL）的得分越高，表生命意義越高。

有關犯行少年生命意義相關研究上，岳玉玲（2004）以中途之家三十五位不幸少女為對象，發現中途之家不幸少女生命意義感普遍偏低；黃世宏（2006）以青年受刑人為對象亦有相同發現。另董文香（2003）、羅素蘭（2005）也發現護校生的生命意義普遍偏低。不過，邱哲宜（2004）、劉仁貴（2005）及蕭佳莉（2005）的研究卻指出台北市高中生、雲林縣國中生及嘉義市國中生生命意義感屬中上程度。但整體來說，國內青少年的生命意義普遍不高。

另外，邱哲宜（2005）以台北市高中生為對象，發現：（1）個體所感受到的「存在挫折」越高，「逃離導向的死亡接受」也越高；反之，當個人「求意義的意志」越高、「生命目的」、「生命控制」的感受越強，其「逃離導向的死亡接受」越低；（2）個體「求意義的意志」、「生命控制」、「苦難接納」越高，其所感受到的「死亡恐懼」、「死亡逃避」、「中性接受」也越高。（3）個體「生命目的」、「苦難接納」越高，其所感受到的「死亡恐懼」越低、「趨近導向的死亡接受」越高，但也伴隨著較高的「逃離導向的死亡接受」；（4）在生命意義感中無法單獨解釋「求意義的意志」、「生命

目的」、「苦難接納」對自傷行為的影響，其中主要而明顯的關鍵變項是「存在挫折」與「生命控制」。

綜合上述文獻探討分析得知，生命意義與生活目標的追尋，確實是人類生存的基本動機。雖生命意義會受到各項因素之影響而變化，惟基本來說，生命意義使個體能體認自我生命價值、目標與獨特性，實為個人安身立命之本源。青少年的人生觀仍未定型，又因社會的多元化，價值的選擇容易產生混淆。價值觀、生活型態等受到背景變項及社會文化的影響而有明顯差異。因為生理、心理及情境的變化，使得青少年在追尋認同的過程中，有時不免對成人文化產生困惑，但整體而言，大部份青少年仍然認同成人文化的價值觀及行為模式。另一方面，社會的變遷，驅使青少年的生活環境有了改變，同時也造成青少年在認知上的差異，青少年的自我概念因受學校、家庭及社會環境的影響，隨時空不斷建構與重組，使青少年的生命意義感也因而有所改變；依據上述文獻瞭解目前國內有關青少年生命意義之研究，較缺乏系統性的架構來描述其研究內涵，且多半僅以區域性樣本為研究對象（例如單一縣市），完全缺乏以全國性樣本為研究之範圍，故增加東方思考的佛道文化與青少年經驗等因素，建立全國性樣本常模以為後續研究參考，是本研究主要目的。

第三章 量表編製與信效度分析

本研究旨在編製「國中學生全人生命意義量表」，並制定常模，經由生命意義相關理論與測量方式之探討後建立理論架構。為了編制適用於探究國中學生的生命意義量表，除了經由生命意義相關理論做文獻探討以外，還必須依循嚴謹的研究方法與程序。本章共分為六節，內容分別為：第一節量表架構、第二節編制歷程、第三節題目分析、第四節正式量表形成、第五節量表信度及第六節量表效度。

第一節 量表架構

量表 (scale) 是指集合一些問項，用來揭露不能以直接的方法觀察而得理論取向變項的關係，這樣的一份測量工具即稱為量表。由於許多理論抽象的概念是無法由外在的表徵或幾個現象加以解釋的，所以，就需要建構一份具有穩定性且有效的量表來加以測量所欲測量的行為或心理現象。另外，量表所要反映的重要現象或構念通常稱之為「潛在變項」 (latent variable)。潛在變項即研究者感興趣的真實行為或心理現象，而「潛在」表示這個構念 (construct) 是無法直接觀察到的，「變項」則是會隨著時間、情境的改變而產生變化。換言之，量表就是一種用來測量人類無法直接觀察而得的行為或心理現象的一種科學的工具。

依學理來說，測量可區分為理論與非理論性之測量，若研究者欲測量的行為或心理現象來自理論，則須以理論構念為基礎內涵而建立量表，此為理論性的測量；而非理論性的測量則指，研究者只是要瞭解受訪者本身的反應，如一般民意調查、對某件事物的喜好調查，而不是要測量其內在特質。換句話說，依循理論所發展的量表可以較有深度的瞭解真實行為或現象。因此，本研究採取理論性測量，試圖建構「國中學生全人生命意義量表」。

問卷發展的核心過程中，首重在於問項的發展及其適合度，透過數量大小適當且具代表性的樣本施測之後，藉由信度與效度的檢視結果，挑選出合適性的問項，進而組成量表。信度 (reliability) 即是指測量結果的一致性 (consistency) 或穩定性

(stability)，若測得的信度愈高，代表量表愈具穩定性；而效度 (validity) 即是測量的正確性，若量表效度愈高，表示測量的結果愈能現出其所欲測量對象的真正特徵 (邱皓政，2002)。本研究所採用的是結構式測量工具，以團體施測並由受試者自行填答的方式來蒐集資料，之後，依照量表建構之要素，藉由信度與效度的檢驗，選出合適性的問項，進而組成量表。

為發展適合評量國中學生生命意義的評量工具，本研究彙整 Rogers、Erikson、Frankl、May及Yalom等學者的理論及何英奇 (1990) 編製的生命態度剖面圖、宋秋蓉 (1992) 發展的生命意義量表、吳秀碧、賀孝銘、羅崇誠 (2002) 所發表之生命意義觀量表、及謝曼盈 (2003) 發展的生命態度量表等，整理出全人生命意義量表之構面，分為生命目標、生命價值、自我概念、生命自由、宗教支持、死亡接受及靈性提升等七個層面之內涵 (量表架構詳如圖3-1)。

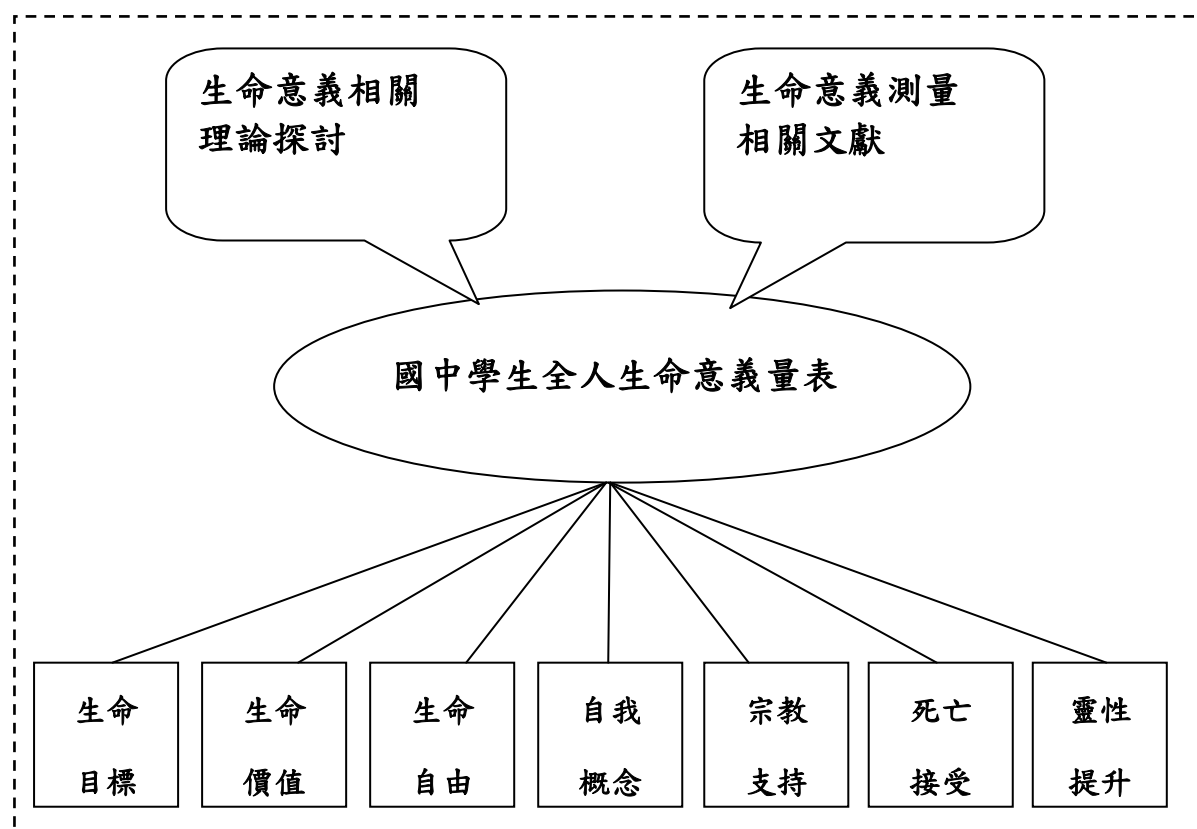


圖3-1 研究架構圖

第二節 編製歷程

量表編製前，指導教授何長珠率生命意義研究團隊於98年初開始蒐集與分析國內外有關生命意義的理論、專家學者的論述與實徵性研究、評量生命意義的工具。98年3月開始進行題目的分類和形成量表預試題本、進行預試和題目分析以決定量表正式題本，研究團隊反覆推敲選取題意較適切的題目，再逐一檢視題旨與主要理論意涵的吻合程度高的題目，並刪除題意近似、重疊性高的部份，初步選出63題題目做為參考題目，試題出處與所引據的概念來源詳如附錄一。而後復經指導教授何長珠老師與生命意義研究團隊針對題意進行8-10次之研討會議相互討論後，邀請專家學者進行語意與文字之修定（專家資料詳如附錄二），最後編製成為40題之量表題目（題目檢核修訂及專家校訂建議詳如附錄三、四）。

最後，本研究另行參考國中生相關研究之文獻，依據研究架構設計訪談大綱，訪談研究者服務之學校共10名學生，並邀請五名現職國中教師再度修改所有題目文字，以符合國中學生之理解程度，合計共初擬出120題量表題目。邀請12名國中學生進行試答，依題目之不明瞭處進行修正，將題目刪修至99題（預試題數分配詳如表3-1）。

表3-1 預試題項分配表

構面	題 項
生命目標 (13)	01. 在達成個人目標上，我能設定清楚的計畫和步驟。
	02. 我很清楚我未來人生的方向。
	15. 我認為沉迷於電玩是浪費生命的做法。
	16. 回顧過往，能完成某些事讓我覺得很滿足。
	29. 我朝向我所追尋的目標邁進。
	30. 當理想與現實發生衝突時，我依然會堅持我的理想。
	43. 我覺得自己能過有規律的生活作息。
	44. 我能做好分內的事情。
	71. 如果時間能倒轉，我希望能跟□□(某人、某事…)說聲「對不起」。
	72. 對於曾經懊悔過的事，再發生類似情況時，我相信我可以處理得更好。
	88. 我會玩電玩是因為無聊、沒事可做。(反)
	89. 每天大考小考一堆，讓我覺得生命很無趣。(反)
	98. 我希望十年後能夢想成真。
	生命價值 (16)
04. 我覺得挫折可以讓自己更了解生命的價值。	
17. 我覺得有意義的人生，比滿足自己的生活需求更重要。	
18. 我認為活出生命的寬度，比生命的長度更有意義。	
31. 我肯定社會中默默付出的小人物。	
32. 當別人遇到困難時，我願意幫助他(她)。	
45. 我肯定每個人的存在，都有其獨特的意義與價值。	
46. 我願意擔任幹部，為老師、同學、班級服務。	
59. 我相信最好的生活方式是幫助自己又能幫助別人。	
60. 我認為可以做自己想做的事，是幸福的事。	
73. 我相信現在的成績不能決定我的未來。	
74. 我害怕被同學、朋友排擠。(反)	
75. 一個人獨處時，我會覺得無聊。(反)	
76. 我願意開自己的玩笑(取笑自己)，將歡樂帶給大家。	
90. 我能感受到父母對我的愛。	
91. 能夠做我喜歡的事情，讓我覺得快樂。	
生命自由 (14)	05. 我認為人生無常所以要活在當下，好好努力。
	06. 只要我肯努力就可以發揮我的潛能。
	19. 我能接納或包容每個人的缺點。
	20. 我相信人生是公平的。
	33. 我認為每個人都可以從錯誤中學習成長。
	34. 我認為遇到困難是自我突破的好機會。
	47. 不論命運好壞，我認為人都還有選擇的自由。
	48. 生命的方向由我決定。
	61. 我接受同學會有學習成就高低不同的差異。
	62. 我能接受每個人有犯錯的權利。
	65. 我尊重所有的宗教活動。
	77. 我能尊重身心障礙的人士。
	83. 我能尊重包容各種不同的宗教信仰。
	96. 我覺得我的生命不是我所能控制。(反)
自我概念 (21)	07. 生命的意義取決於個人自我實現的程度。
	08. 我相信「天生我材必有用」。
	21. 我不明白自己為什麼要活著。(反)
	22. 我懂得適時紓解壓力。
	35. 我會以逃避來解決問題。(反)
	36. 我認為能達到父母、師長的期望才算成功。(反)
	49. 我是個負責的人。
	50. 我能夠接納自己的優缺點。

	57.	面對不同的學習階段，我能調整自己的學習方式。
	58.	我能接納來自不同家庭背景的同學。
	63.	在任何情況下，我都能照顧自己。
	64.	我覺得自己是個幸運的人。
	78.	我認為自己沒有主見，無法做決定。(反)
	79.	儘管沒有人能瞭解我內心的想法，我仍然過得很好。
	80.	我能調整自己的學習態度來面對不同老師的教學方法。
	81.	我能接受自己的身體與心理正在變化中。
	82.	我對自己的外表感到自卑。(反)
	92.	我認為每天都過得緊張焦慮。(反)
	93.	我是精力充沛、富有活力的。
	94.	我對自己的外貌感到滿意。
	95.	我對我現在的情形感到滿意。
宗教支持 (10)	09.	我相信凡事有因必有果。
	10.	我相信人的本性是善良的。
	23.	我認為宗教信仰，有助於心靈之成長。
	24.	我認為人不應該做壞事。
	37.	我認為有宗教信仰能協助我認清生命的本質。
	38.	我相信參與宗教活動會提升生命意義。
	51.	虔誠的宗教信仰給予我精神上的支持。
	52.	我認為有宗教信仰，較能以平常心面對死亡。
	66.	我參加宗教活動是不求回報的。
	84.	我相信「人在做，天在看」，所以做任何事但求問心無愧。
死亡接受 (14)	11.	我認為自己能夠正向看待死亡。
	12.	我不會用自殺來解決問題。
	25.	我能坦然面對家人離開的事實。
	26.	我可以自在的跟別人談論死亡話題。
	39.	我能接受器官捐贈、大體捐贈的觀念。
	40.	死亡是生命必然的事，我不怕死亡的來臨。
	53.	參加喪禮會令我感到恐懼。(反)
	54.	喪葬隊伍經過身旁，我也能感到自在。
	67.	我能客觀地接受死亡教育的輔導。
	68.	我認同「每個人這一生都有自己要完成的人生功課，死亡是功課完成了」。
	85.	我認為死亡是件自然的事。
	86.	我害怕自己突然生重病。(反)
	97.	如果今天我死了，我會覺得不虛此生。
	99.	我能坦然面對寵物離開的事實。
靈性提升 (11)	13.	在生活中追求心靈成長是理想的人生。
	14.	我認為從事有益於心靈的活動，可以提升自我。
	27.	在大自然中，我更能體會宇宙萬物合一之感。
	28.	每個人都是獨一無二，都有存在價值。
	41.	我能接受「萬物皆有靈性」的觀念。
	42.	我認為即使是小動物都有其存在的權利。
	55.	我能尊重萬物都有生存的空間。
	56.	剝奪萬物的生存權是殘忍的。
	69.	提升心靈層次是生命不可或缺的事。
	70.	萬物生命的長短，我都能坦然接受。
	87.	我喜歡親近大自然。

總計： 99 題

本研究係依據 DeVellis (1991) 所提出的發展量表指導原則為範本，做為建構國中學生全人生命意義量表之參考原則，詳細說明如下：

第一階段：初擬問卷之架構與問項（包含釐清欲測量的概念內涵、初擬問卷、決定總加量表法為測量型態）。以下同根據研究目的，「國中學生全人生命意義量表」旨在協助國中學生瞭解自己對生命意義的認知；青少年正值追尋人生的價值，思索生命意義的時期，若能找到獨特的生命意義，透過責任承擔，更能肯定生命的價值。量表設計為採團體施測方式。作答方式採 *Likert* 式五點量表，請受試者依自己對各題的主觀感受作答。作答無時間限制，原則上作答以越快越好，儘量依自己對题目的第一印象作答，不必反覆斟酌。

第二階段：進行問卷測試（包含進行問卷預試、以項目分析刪除決斷值（CR值）未達顯著的題項、以因素分析求得量表的建構效度、以內在一致性檢驗求得 *Cronbach α* 係數）。顧及母體樣本結構特徵的分佈狀況，本研究採分層叢集取樣方式，分別抽取台灣北（宜蘭到新竹）、中（苗栗到雲林）、南（嘉義到屏東）、東（台東、花蓮、及金門、馬祖）四個地區學校各一所，每所七至九年級各一班，總計約400名國中學生為預試樣本。問卷回收彙整後剔除填答不完整、不誠實填答之無效問卷23份，有效問卷共347份，問卷回收率92.5%、有效問卷回收率87%，其中男生177人(51.01%)，女生170人(48.99%)。透過預試結果，一方面瞭解受試者對量表的反應與接受度，另一方面依據試測資料進行信、效度檢驗，並參考受試者建議刪題，針對部分題意做修正。

第三階段：正式問卷的編制（包含再測信度及常模建立）。針對預試樣本進行信、效度相關檢定，完成本研究正式施測問卷之後，研究者將以正式樣本前後測驗二次，來進行量表的再測信度。最後，為了解釋測量的結果，將建立常模。詳細研究流程詳如圖 3-2。

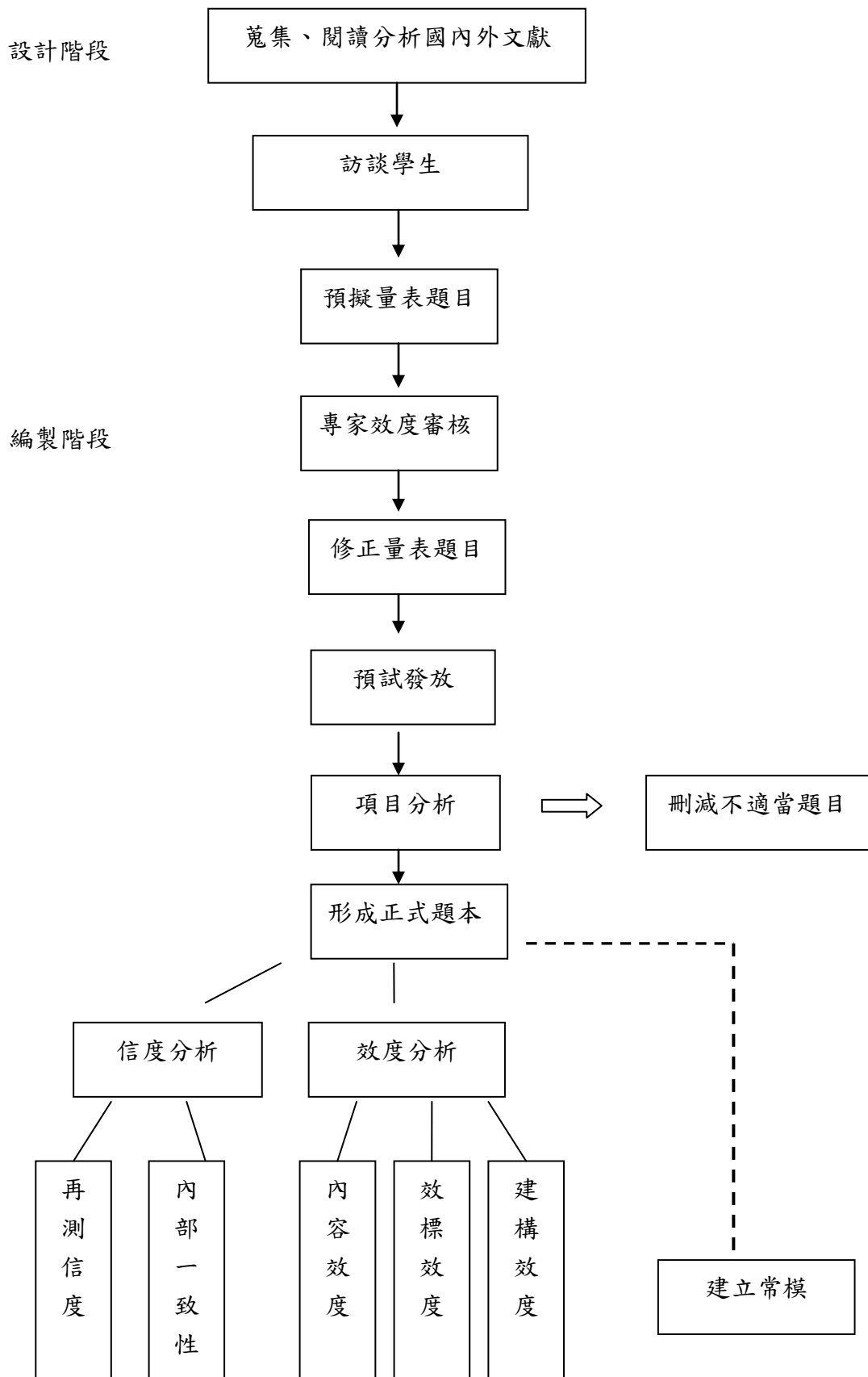


圖3-2 研究流程圖

第三節 題目分析

一、預試樣本

為瞭解研究對象對問卷的反應度及接受度，因此預試以99題的「國中學生全人生命意義量表」題項，分別抽取台灣北（宜蘭到新竹）、中（苗栗到雲林）、南（嘉義到屏東）、東（台東、花蓮、及金門、馬祖）四個地區學校各一所，每所七至九年級各一班，總計約400名國中學生為預試樣本。問卷回收彙整後剔除填答不完整、不誠實填答之無效問卷23份，有效問卷共347份，問卷回收率92.5%、有效問卷回收率87%，其中男生177人（51.01%），女生170人（48.99%）。

表 3-2 預試受試者基本變項描述性統計摘要表

基本變項	分類	人數	百分比 (%)
性別	男性	177	51.01
	女性	170	48.99
年級	七年級	87	
	八年級	133	
	九年級	127	
地區	北部	80	
	中部	98	
	南部	68	
	東部	101	
總計			347 (人)

二、選題原則與過程

本研究將預試結果，以SPSS for Windows 12.0進行描述性統計、信度、相關和因素分析等，分析347份預試量表施測結果，探討各題項描述統計數、各分量表題項的信度、主成分分析負荷量，各題項與各分量表和總量表的相關後進行選題，題項分析結果見附錄五。

選題依據下列五項原則：

- (一) 各分量表題數平均。
- (二) 刪除題目去除後， α 係數提高的題目。
- (三) 刪除題目與所屬分量表相關比與其他分量表相關為低的題目。
- (四) 刪除須顧及量表架構的代表性。
- (五) 挑選主成分分析因素負荷量大於0.3的題目。

按選題原則，挑選題目相關性高於.211的題目，挑出了56與49題之題本、相關性高於.265，挑出42題之題本。挑選主成分分析因素負荷量大於0.36的題目，挑出了56題之題本、挑選主成分分析因素負荷量大於0.481的題目，挑出了49與42題之題本，共三種版本。

針對預試題本與56、49、42題三種選題題本分別計算平均數、標準差和Cronbach α 係數（見表3-3），再計算三種題本各分量表的 α 係數（結果如表3-4），因56題的各分量表 α 係數均大於.65，且累積解釋總變異量為62.040%，全表 α 係數為.950，顯示本量表具有良好的信、效度，為取得較好作答狀況，最後決定採用56題為正式題本（正式題本詳如附錄六）。各分量表刪除題項與保留之題項綜整如表3-5：

表3-3 四種不同題本的基本統計量

題數	<i>M</i>	<i>SD</i>	α
99	362.087	36.21	.929
56	187.21	20.739	.950
49	159.46	17.859	.940
42	132.50	15.053	.933

表3-4 四種不同版本在分量表的 α 係數

各版本分量表 α 係數 總題數	生命 目標	生命 價值	生命 自由	自我 概念	宗教 支持	死亡 接受	靈性 提昇
99	.619	.669	.705	.786	.813	.783	.760
56	.676	.748	.719	.799	.833	.795	.725
49	.673	.736	.707	.787	.848	.783	.709
42	.667	.725	.664	.770	.874	.771	.689

表3-5 各分量表刪除題項與保留之題項綜整

構面	預試題號	正式題號	題內	目 容	備註
生命目標 (8)	01.	01.	在達成個人目標上，我能設定清楚的計畫和步驟。		
	02.	02.	我很清楚我未來人生的方向。		
	15.		我認為沉迷於電玩是浪費生命的做法。		刪題
	16.		回顧過往，能完成的某些事讓我覺得很滿足。		刪題
	29.	03.	我朝向我所追尋的目標邁進。		
	30.	04.	當理想與現實發生衝突時，我依然會堅持我的理想。		
	43.	05.	我覺得自己能過有規律的生活作息。		
	44.	06.	我能做好分內的事情。		
	71.		如果時間能倒轉，我希望能跟□□(某人、某事…)說聲「對不起」。		刪題
	72.	07.	對於曾經懊悔過的事，再發生類似情況時，我相信我可以處理得更好。		
88.		我會玩電玩是因為無聊、沒事可做。(反)		刪題	
89.		每天大考小考一堆，讓我覺得生命很無趣。(反)		刪題	
98.	08.	我希望十年後能夢想成真。			
生命價值 (8)	03.		不管面對什麼挫折，我能心懷感恩過每一天。		刪題
	04.	09.	我覺得挫折可以讓自己更了解生命的價值。		
	17.	10.	我覺得有意義的人，比滿足自己的生活需求更重要。		
	18.	11.	我認為活出生命的寬度，比生命的長度更有意義。		
	31.		我肯定社會中默默付出的小人物。		刪題
	32.	12.	當別人遇到困難時，我願意幫助他(她)。		
	45.	13.	我肯定每個人的存在，都有其獨特的意義與價值。		
	46.	14.	我願意擔任幹部，為老師、同學、班級服務。		
	59.	15.	我相信最好的生活方式是幫助自己又能幫助別人。		
	60.		我認為可以自己做自己想做的事，是幸福的事。		刪題
	73.		我相信現在的成績不能決定我的未來。		刪題
	74.		我害怕被同學、朋友排擠。(反)		刪題
	75.		一個人獨處時，我會覺得無聊。(反)		刪題
76.		我願意開自己的玩笑(取笑自己)，將歡樂帶給大家。		刪題	
90.	16.	我能感受到父母對我的愛。			
91.		能夠做我喜歡的事情，讓我覺得快樂。		刪題	
生命自由 (8)	05.		我認為人生無常所以要活在當下，好好努力。		刪題
	06.		只要我肯努力就可以發揮我的潛能。		刪題
	19.		我能接納或包容每個人的缺點。		刪題
	20.		我相信人生是公平的。		刪題
	33.	17.	我認為每個人都是從錯誤中學習成長。		
	34.	18.	我認為遇到困難是自我突破的好機會。		
	47.	19.	不論命運好壞，我認為人都還有選擇的自由。		
	48.		生命的方向由我決定。		刪題
	61.	20.	我接受同學會有學習成就高低不同的差異。		
	62.	21.	我能接受每個人有犯錯的權利。		
	65.	22.	我尊重所有的宗教活動。		
	77.	23.	我能尊重身心障礙的人士。		
	83.	24.	我能尊重包容各種不同的宗教信仰。		
96.		我覺得我的生命不是我能控制的。(反)		刪題	
自我概念 (8)	07.		生命的意義取決於個人自我實現的程度。		刪題
	08.		我相信「天生我才必有用」。		刪題
	21.		我不明白自己為什麼要活著。(反)		刪題
	22.		我懂得適時紓解壓力。		刪題
	35.		我會以逃避來解決問題。(反)		刪題
	36.		我認為能達到父母、師長的期望才算成功。(反)		刪題

	49.		我是個負責的人。	刪題
	50.	25.	我能夠接納自己的優缺點。	
	57.	26.	面對不同的學習階段，我能調整自己的學習方式。	
	58.		我能接納來自不同家庭背景的同儕。	刪題
	63.		在任何情況下，我都能照顧自己。	刪題
	64.	27.	我覺得自己是個幸運的人。	
	78.		我認為自己沒有主見，無法做決定。(反)	刪題
	79.		儘管沒有人能瞭解我內心的想法，我仍然過得很好。	刪題
	80.	28.	我能調整自己的學習態度來面對不同老師的教學方法。	
	81.	29.	我能接受自己的身體與心理正在變化中。	
	82.		我對自己的外表感到自卑。(反)	刪題
	92.		我認為每天都過得緊張焦慮。(反)	刪題
	93.	30.	我是精力充沛、富有活力的。	
	94.	31.	我對自己的外貌感到滿意。	
	95.	32.	我對我現在的情形感到滿意。	
宗教支持 (8)	09.		我相信凡事有因必有果。	刪題
	10.	33.	我相信人的本性是善良的。	
	23.	34.	我認為宗教信仰，有助於心靈之成長。	
	24.	35.	我認為人不應該做壞事。	
	37.	36.	我認為宗教信仰能協助我認清生命的本質。	
	38.	37.	我相信的參與宗教活動會提升生命意義。	
	51.	38.	虔誠的宗教信仰給予我精神上的支持。	
	52.	39.	我認為有宗教信仰，較能以平常心面對死亡。	
	66.	40.	我參加宗教活動是不求回報的。	
	84.		我相信「人在做，天在看」，所以做任何事但求問心無愧。	刪題
死亡接受 (8)	11.	41.	我認為自己能夠正向看待死亡。	刪題
	12.		我不會用自殺來解決問題。	刪題
	25.	42.	我能坦然面對家人離開的事實。	
	26.	43.	我可以自在的跟別人談論死亡話題。	刪題
	39.		我能接受器官捐贈、大體捐贈的觀念。	刪題
	40.	44.	死亡是生命必然的事，我不怕死亡的來臨。	
	53.		參加喪禮會令我感到恐懼。(反)	刪題
	54.		喪葬隊伍經過身旁，我也能感到自在。	刪題
	67.	45.	我能客觀地接受死亡教育的輔導。	
	68.	46.	我認同「每個人這一生都有自己要完成的人生功課，死亡是功課完成了」。	
	85.	47.	我認為死亡是自然的事。	
	86.		我害怕自己突然生重病。(反)	刪題
	97.		如果今天我死了，我會覺得不虛此生。	刪題
	99.	48.	我能坦然面對寵物離開的事實。	
靈性提升 (8)	13.	49.	在生活中追求心靈成長是理想的人生。	
	14.	50.	我認為從事有益於心靈的活動，可以提升自我。	
	27.	51.	在大自然中，我更體會宇宙萬物合一之感。	
	28.		每個人都是獨一無二，都有存在價值。	刪題
	41.	52.	我能接受「萬物皆有靈性」的觀念。	
	42.	53.	我認為即使是小動物都有其存在的權利。	
	55.	54.	我能尊重萬物都有生存的空間。	
	56.		剝奪萬物的生存權是殘忍的。	刪題
	69.	55.	提升心靈層次是生命不能或缺的事。	
	70.		萬物生命的長短，我都能坦然接受。	刪題
	87.	56.	我喜歡親近大自然。	

正式題項總計：56 題

第四節 正式量表形成

依據選題原則，經預試題項分析後，完成本研究正式量表（詳如附錄六），正式量表包含七個構面，包含：生命目標、生命價值、生命自由、自我概念、宗教支持、死亡接受及靈性提升，考量正式選取題項內容，本研究量表各構面之定義分述如下：

1. 生命目標：為個人對人生理想、存在感、責任之態度。
2. 生命價值：為個人透過經驗、愛、助人來感受生命價值。
3. 生命自由：為個人經由接納、自主性與超越進而使生命得以昇華之信念。
4. 自我概念：為個人對目前的自我價值、調適之狀態。
5. 宗教支持：為個人對宗教之信仰。
6. 死亡接受：為個人關於死亡之接受、無懼、坦然面對之態度。
7. 靈性提升：為個人對大自然、萬物的生存權、靈性成長提升之狀態。

本研究量表採Likert 五點量表方式作為測量型態，共有七個構面56題，每一題以5、4、3、2、1分為五種程度的計分方式來計分，5代表非常同意、4代表同意、3代表沒意見、2代表不同意、1代表很不同意。量表作答完成後只需累加即可計分，得分愈高代表生命意義感程度愈佳。

第五節 量表信度

信度 (reliability) 是指衡量量本測量結果的穩定性或一致性的統計指標。一個量表的信度在於表示量表內問項是否相互符合與兩次測量分數是否前後一致，而其符合或一致的程度是相對的，並非全有或全無的特質。量表的信度係以量表測量分數的變異理論為基礎，當信度係數愈高時，表示量表問項間的一致性愈高或是測量分數的穩定性愈高；反之，信度係數愈低，則表示量表問項間的一致性愈低或是測量分數的穩定性愈低，測量分數的變異情形較嚴重。因此，信度是量表建構時須考量的重要特徵。

本研究發展之量表擬以再測信度、*Cronbach* 的內部一致性係數 (α 係數) 來考驗信度。

一、再測信度 (test-retest reliability)

指同一套測量工具對同一群受試者前後測驗兩次，並以兩次測驗分數的相關係數作為再測信度的指標。一般而言，相隔時間愈長穩定係數愈低。而相關係數的強度高低和意義如表 3-6。

本研究以台南縣某國中七至九年級學生共 101 名學生為樣本，進行隔二週重測。分別計算各分量表及總量表重測信度，隔二週重測信度係數介於 .642 至 .872 之間 (詳見表 3-7)，依據表 3-6 解釋，除「生命自由」分量表屬中度相關外，其餘各分量表均為高度相關，可見本量表之穩定性頗佳。

二、內部一致性係數 (Coefficient of internal consistency)

係指組成測量工具之間的同質性，同質性愈高代表試題是在測量相同的特質。本量表以建立常模樣本 1102 名國中學生施測的結果，以 *Cronbach* 的 α 係數計算七個分量表和全量表的內部一致性係數，其 α 係數介於 .720 至 .847 之間，可見本量表之內部一致性甚佳 (詳見表 3-7)。

表3-6 相關係數的強度高低與意義

相關係數範圍	變項關聯程度
1.0	完全相關
0.70~0.99	高度相關
0.40~0.69	中度相關
0.10~0.39	低度相關
0.10 以下	微弱或無相關

資料來源：黃俊英（2002）。多變量分析。台北：華泰文化

表3-7 本量表各項信度

	<i>N</i>	生命 目標	生命 價值	生命 自由	自我 概念	宗教 支持	死亡 接受	靈性 提升	全量表
隔兩週 重測信度	101	.872**	.805**	.642**	.721**	.804**	.724**	.711**	.966**
內部一致 性	1102	.720**	.753**	.775**	.797**	.847**	.847**	.833**	.801**

第六節 量表效度

效度 (validity) 是指衡量量表是否測量到它所測量之潛在特質程度的統計指標。通常，效度係數愈高，即表示該量表愈能達到它的編制目的，亦即愈能夠測量到它想要測量之潛在特質；反之，效度係數愈低，則表示它愈不能夠測量到所要測量的潛在特質。本量表自內容效度、效標關連效度、建構效度等三方面來驗證效度。

一、內容效度 (content validity)

內容效度的考驗，主要是一種邏輯分析的過程，亦即有系統的檢查測驗的題目是否與測驗的目標相對一致，因此又稱為邏輯效度 (郭生玉, 1998)。本研究彙整 Rogers、Erikson、Frankl、May 及 Yalom 等學者的理論及何英奇 (1990) 編製的生命態度剖面圖、宋秋蓉 (1992) 發展的生命意義量表、吳秀碧、賀孝銘、羅崇誠 (2002) 所發表之生命意義觀量表、及謝曼盈 (2003) 發展的生命態度量表等，整理出國中學生全人生命意義量表之構面，分為生命目標 (理想、存在感、責任)、生命價值 (愛、助人、生命長短、受苦、孤獨)、自我概念 (調適、自我價值)、生命自由 (自主性與超越、選擇)、宗教支持 (信仰、輪迴)、死亡接受 (接受、無懼、坦然接受) 及靈性提升 (成長、生存權、大自然) 等七個構面做為量表發展內涵。依據前述專家學者理論及研究文獻，再經釋慧開等四位對生命意義有深入研究的專家學者審查與討論；而後，本研究除再潤飾部份題目，以符合國中學生對字義之理解程度外，並參考其餘相關學者理論架構進行與國中教師及學生的訪談，總計共編制 99 題預試量表題目開始進行預試。最後，再依題目分析的結果，將題目刪修至 56 題為正式題本，所選取的題目均有合適的文獻支持並能涵蓋理論的核心概念，來提高本量表的內容效度。

二、效標關連效度 (criterion-related validity)

係指測驗分數和特定效標之間的相關係數，表示測驗工具有效性的高低程度，又稱為實證效度或統計效度。本量表以宋秋蓉 (1992) 所編制的「生命意義量表」為效標，以台南縣某國中七至九年級各一班學生為樣本進行典型相關分析。

宋秋蓉於1992年依據Crumbaugh和Maholick(1964)所編製PIL,修訂發展出「生命意義量表」,其研究對象係以中部四縣市的國中生、高中(職)學生共484位,測驗量表共20個題目,分成「對生命的熱誠」、「生活目標」、「自主感」、「逃避」、「對未來期待」等五個分量表,採用Likert式七點量尺方式作答,各題得分予以相加,分數愈高代表有愈清楚的目標,其生命意義感愈高,該量表Cronbach α 係數為.847,為評量生命意義之有效工具之一。因宋氏研究對象與本研究相同均為青少年學生,且其所發展之量表於近年來有關生命意義感之研究方面中具有較多的引用,因此,本研究選定宋氏所發展之量表為對照效標。由表3-8典型相關分析結果發現本量表和宋秋蓉(1992)所編制的「生命意義量表」可抽出二個典型因素。本量表與效標間的二組典型相關係數依序為0.993、0.626;本量表之典型變項 χ_1 、 χ_2 分別可解釋「生命意義量表」典型變項 η_1 、 η_2 的總變異量依序分別為98.5%、39.2%;本量表七個分量表和效標五個分量表在 η_1 到 η_2 的重疊指標依序為0.4984、0.0557,合計為.5541,可知本量表七個分量表透過二組典型因素可解釋「生命意義量表」五個分量表總變異的69.04%,亦即本量表與效標間的相似度為0.6904,屬於中高度相關。

表3-8 本量表與「生命意義量表」典型相關分析摘要表(N=101)

X 變項(本量表)	典型因素		Y 變項(生命意義量表)	典型因素	
	χ_1	χ_2		η_1	η_2
生命目標	-.888	.193	對生命的熱忱	-.905	.000
生命價值	-.924	-.141	生活目標	-.880	.390
生命自由	-.753	.038	自主感	-.778	-.389
自我概念	-.667	-.303	逃避	-.680	-.544
宗教支持	-.532	.154	未來期待	-.777	.055
死亡接受	-.308	.094			
靈性提升	-.677	.455			
抽出變異量	.4910	.0218	抽出變異量	.6529	.1203
重疊	.4984	.0557	重疊	.6432	.0472
ρ^2	.985	.392			
典型相關	.993	.626			
顯著性	.000	.000			

三、建構效度 (construct validity)

係指測量工具能測得一個抽象概念或特質的程度。建構效度必須立基於理論基礎，透過理論的澄清，可以引導出各項潛在特質或行為表現。為檢驗本研究所發展之量表是否符合理論概念，將以差異性分析、內在相關、驗證性因素分析等方法釐清概念意涵。

(一) 差異性分析

以常模樣本進行分析，分別以學校所在地區、學生年級、性別為自變項，以本量表各分量表及總量表為依變項，採單因子單變項變異數分析進行差異性分析。在七個分量表及總量表的個別分析，其單因子單變項分析結果：學校所在地區、學生年級的 F 值大部分均未達顯著水準，僅性別方面的 F 值達顯著水準。

進一步分析其結果發現：

1. 在生命價值、生命自由及死亡接受三個分量表與「國中學生全人生命意義量表」之關係達顯著。
2. 本研究樣本在生命意義量表上每一分量表的得分平均值均大於量表的中數（24 分），顯示其生命意義感屬中上程度。
3. 個人背景變項中，性別因素具有差異，女生在生命目標、生命價值、生命自由、宗教支持及靈性提升等分量表總分均顯著高於男生；整體而言，女生之生命意義感大於男生（詳見表 3-9）。

表3-9 樣本在各變項分配狀況及在本量表各分量表及總量表反應之差異性分析結果

	N	生命目標		生命價值		生命自由		自我概念		宗教支持		死亡接受		靈性提升	
		M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
全體	1102	29.74	4.40	32.68	4.28	32.41	4.57	28.90	5.29	27.87	5.69	27.03	6.87	32.24	4.83
地區															
北	300	29.82	4.51	31.87	4.61	31.93	4.95	29.03	5.38	27.59	5.91	28.31	7.00	31.87	5.39
中	279	28.99	4.33	31.73	4.37	31.72	4.36	28.85	5.10	28.04	5.43	27.40	6.25	32.04	4.60
南	264	29.06	4.27	31.60	4.69	32.22	4.74	29.23	4.84	27.67	5.75	27.94	6.61	31.81	4.97
東及 外島	259	30.14	4.74	31.83	4.79	32.03	4.88	29.88	5.32	28.19	5.96	27.74	7.03	32.09	4.91
F(p)		1.073 (p=.360)		.669 (p=.571)		1.087 (p=.354)		2.935 (p=.033)		2.453 (p=.063)		.871 (p=.456)		1.371 (p=.251)	
年級															
七	393	29.86	4.52	31.97	4.67	32.00	5.08	29.93	5.40	28.26	6.21	27.81	7.23	32.25	5.26
八	364	29.09	4.30	31.71	4.60	32.02	4.54	29.04	5.06	28.18	5.40	27.96	6.47	31.66	4.74
九	345	29.52	4.61	31.58	4.52	31.89	4.54	28.64	4.97	27.07	5.53	27.80	6.42	31.92	4.89
F(p)		1.148 (p=.318)		.881 (p=.415)		.137 (p=.872)		3.758 (p=.024)		1.522 (p=.219)		.305 (p=.738)		.472 (p=.624)	
性別															
男	558	29.27	4.55	31.17	4.82	31.54	4.86	29.56	5.05	27.86	5.84	28.66	6.50	31.06	5.11
女	544	29.74	4.40	32.37	4.28	32.41	4.57	28.90	5.29	27.87	5.69	27.03	6.87	32.24	4.83
F(p)		2.377 (p=.093)		9.679 (p=.000)		4.934 (p=.007)		2.284 (p=.102)		.569 (p=.566)		9.191 (p=.000)		1.879 (p=.153)	

(二) 內在相關

以 1102 名國中學生為常模樣本，求出各分量表之相關矩陣(見表 3-10)，21 個相關係數由 .287 至 .627。從多重性質多重方法矩陣角度來看，本量表之隔二周重測信度(以相同方法測量相同特質)均高於內在相關(以相同方法測量不同特質)，結果均支持多重性質多重方法矩陣的基本假設。本量表七個分量表間的內在相關均頗高，可見本量表之內部一致性尚佳，各分量表的同質性亦尚佳。

表3-10 本量表各分量表及總分之內在相關與顯著差異分數 (N=1102)

	生命 目標	生命 價值	生命 自由	自我 概念	宗教 支持	死亡 接受	靈性 提升	生命意 義總分
生命目標	(.872)							
生命價值	.546**	(.805)						
生命自由	.462**	.627**	(.642)					
自我概念	.551**	.581**	.504**	(.721)				
宗教支持	.339**	.515**	.478**	.476**	(.804)			
死亡接受	.287**	.292**	.337**	.376**	.320**	(.724)		
靈性提升	.488**	.623**	.571**	.516**	.532**	.410**	(.711)	
生命意義總分	.684**	.786**	.753**	.767**	.733**	.630**	.794**	(.801)

註：1. 主對角線()內為隔二週重測信度係數。
2. 左下的三角矩陣為各分量表之內在相關係數。
3. ** $p < .001$ 。

(三) 驗證性因素分析 (Confirmatory Factor Analysis ; CFA)

為驗證本研究所設計的量表，能夠用來確認因素的結構是當初研究者所預期的形式，本研究以結構方程模式 (Structural Equation Modeling ; SEM) 的統計方法來確認潛在變項與觀察變項間的因素結構。

結構方程模式 (SEM) 整合了統計學中「因素分析」與「路徑分析」兩者的技術，係一種可用於處理因果關係模式的統計分法。早期研究者發展因素分析技術時，強調共同因素與測量變項之間的最簡單結構，以釐清測量得分之間的關係，這種技術稱為探索性因素分析 (exploratory factor analysis ;

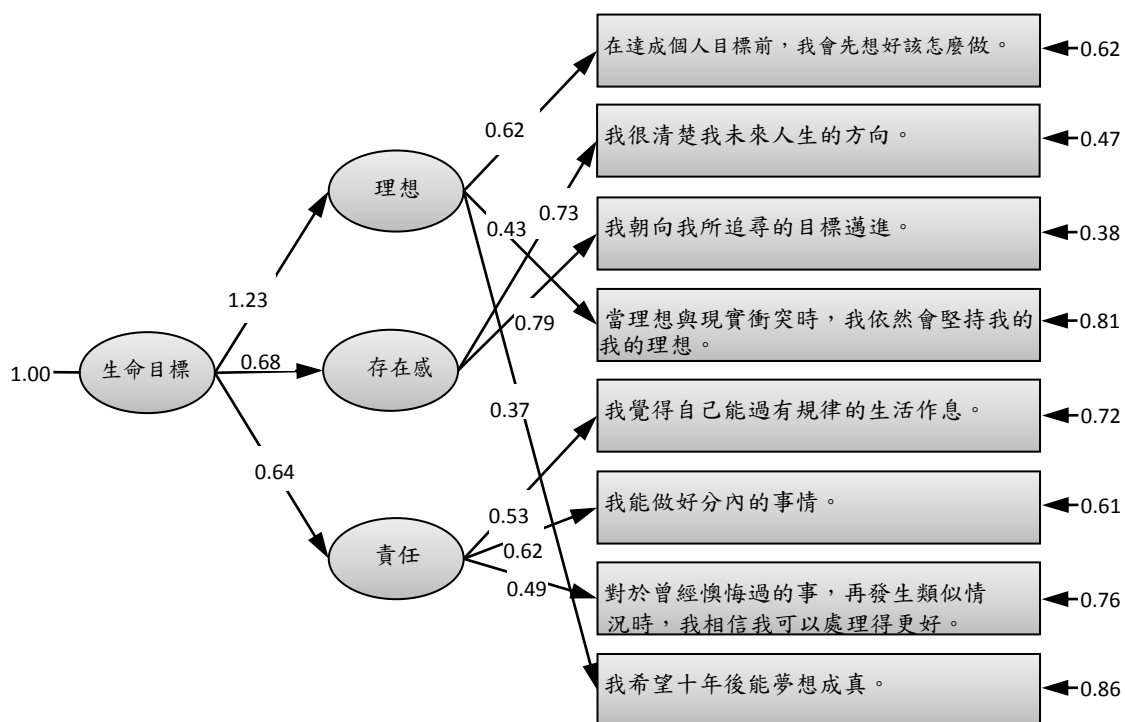
EFA)。而後，研究學者又將因素分析的技術擴展至驗證性因素分析（CFA），使得研究者可以進一步檢驗不同數目的因素與不同方法的因素結構所組成的因素模型。換言之，SEM 提供一個建構理論模式並分析模式中變項之間關係的研究途徑。

本研究採用線性結構關係（LISREL）來進行驗證性因素分析，有關模式適配度之評鑑，Bagozzi 和 Yi(1988)主張必須從基本適合標準(preliminary fit critertia)、整體模式適合度(overall model fit)、以及模式內在結構適合度(fit of internal of model)等三個層面來分析(李坤崇、歐慧敏，1996)。經瞭解各種適配度指標之後，本研究採用 *NFI*、*NNFI*、*SRMR* 及 *RMSEA* 四個適配度指標來作為判別依據。*NFI* (增值適配度指數，Normed Fit Index) 代表理論模型與資料相符的程度；*NNFI* (Non- Normed Fit Index) 與 *NFI* 之意義相同但考慮了模型的複雜度，其值愈小代表愈複雜，模型愈不好；*SRMR* (標準化殘差均方根指數，Standardized Root Mean Square Residual) 即所謂標準化殘差，其殘差若愈小，解釋力就愈高；而 *RMSEA* (平方概似平方誤根係數，Root Mean Square Error of Approximation) 就是理論模型與飽和模型的差距，數值愈大代表模型愈不理想，數值愈小則代表模型適配度愈理想。四種判別指標各判斷值分別為：*NFI* 與 *NNFI* 必須大於 0.90，*SRMR* 必須小於 0.08，*RMSEA* 小於或等於 0.05 表示「良好適配」、0.05~0.08 可視為「算是不錯的適配」、0.08~0.10 之間可視為「中度適配」、大於 0.10 表示「不良適配」。因此，根據以上四個適合度判定原則，本研究將七個層面所進行的驗證性因素分析分別說明如下：

1. 生命目標

在生命目標構面，總共有 8 個題項，進行 CFA 分析之後，可得到三個構成因素。根據 Roll May 所述，當人喪失存在之目標時，將導致於生病、自我毀滅的行為。若能重拾存在感，仍將能重新成為一個有意志、能選擇、負責任的人。因此，本研究將此三個構成因素分別命名為：理想、存在感、責任。

分析所得到的資料分別為：卡方考驗值 $\chi^2=64.96$ ， $p<.001$ ， $df=17$ ； $NFI=0.971$ ； $NNFI=0.964$ ； $SRMR=0.033$ ； $RMSEA=0.051$ 。由前述適配度判定的四個原則，顯示模型適配度可接受（如圖 3-3）。依據 SEM 理論，模型適配度可接受即表示此模型之生命目標（潛在變項）與 8 個問卷題項（觀察/測量變項）之間，具有可接受的因果關係。



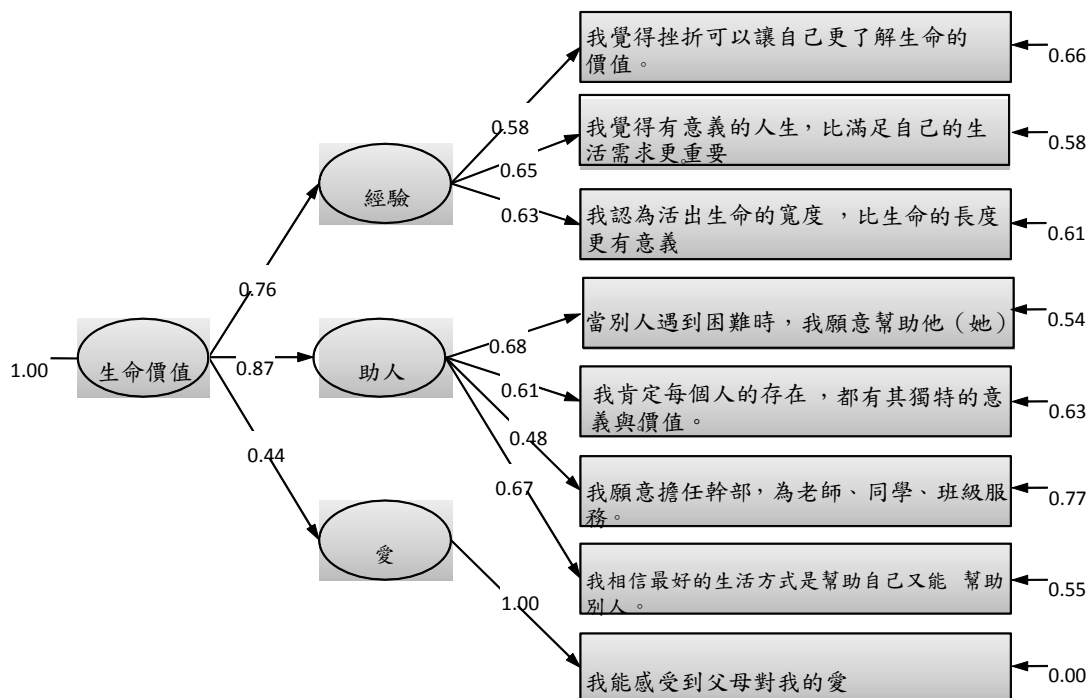
$Chi-Square=64.96$, $df=17$, $P-value=0.00000$, $RMSEA=0.051$

圖3-3 生命目標層面驗證性因素分析參數估計路徑圖

2. 生命價值

在生命價值構面，總共有 8 個題項，進行 CFA 分析之後，可得到三個構成因素。由於 Frankl 認為，人可以採取一種心靈的態度，在快樂、愛、正向的經驗態度中，可建構出自身的價值觀。Rogers 亦認為對他人提供愛與關懷的同時，自己也會獲得喜悅和鼓舞，進而豐富個人的內在體驗。因此，本研究將此三個構成因素命名為：經驗、助人、愛。

分析所得到的資料分別為：卡方考驗值 $\chi^2 = 61.65$ ， $p < .001$ ， $df = 18$ ； $RFI = 0.976$ ； $NNFI = 0.973$ ； $SRMR = 0.029$ ； $RMSEA = 0.047$ 。根據適配度判定的四個原則，顯示模型適配度理想（如圖 3-4）。依據 SEM 理論，模型適配度理想即表示此模型之生命價值（潛在變項）與 8 個問卷題項（觀察/測量變項）之間，具有理想的因果關係。



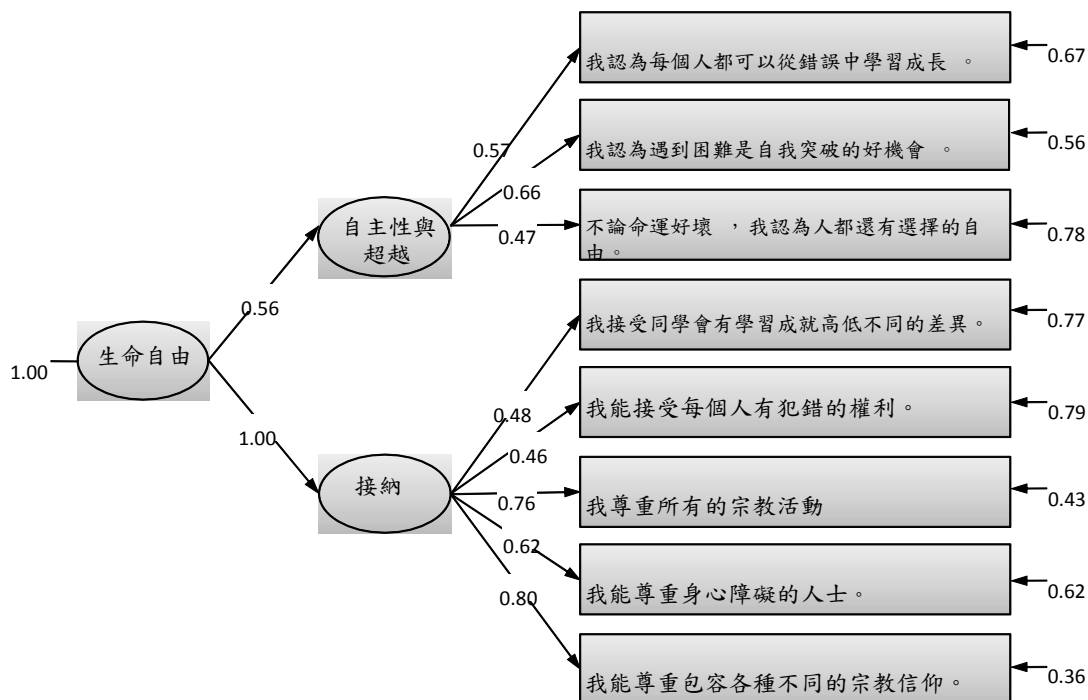
$Chi-Square = 61.65$, $df = 18$, $P-value = 0.00000$, $RMSEA = 0.047$

圖3-4 生命價值層面驗證性因素分析參數估計路徑圖

3. 生命自由

在生命自由構面，總共有 8 個題項，進行 CFA 分析之後，可得到二個構成因素。Frankl 認為，人存在的當下，時時面對著需做決定的機會，即「決定的自由」，也就是說人可以選擇自己對環境的態度，決定要屈服於限制，還是面對挑戰，Frankl 稱這種做決定的自由為人的意志自由。因此，本研究將二個構成因素分別命名為：自主性與超越、接納。

分析所得到的資料分別為：卡方考驗值 $\chi^2 = 359.44$ ， $p < .001$ ， $df = 19$ ； $RFI = 0.898$ ； $NNFI = 0.857$ ； $SRMR = 0.080$ ； $RMSEA = 0.128$ 。根據適配度判定的四個原則，顯示此一模型適配度不佳（如圖 3-5）。依據 SEM 理論，模型適配度不佳即表示此模型之生命自由（潛在變項）與 8 個問卷題項（觀察/測量變項）之間，其因果關係尚需調整。



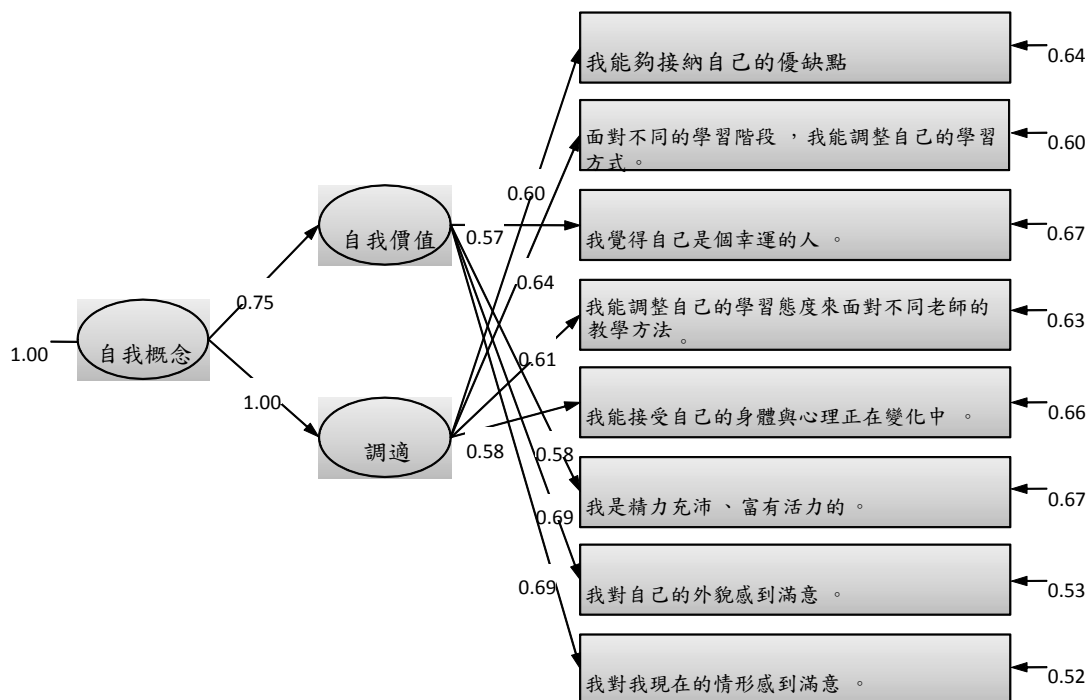
$Chi-Square = 359.44$, $df = 19$, $P-value = 0.00000$, $RMSEA = 0.128$

圖3-5 生命自由層面驗證性因素分析參數估計路徑圖

4. 自我概念

在自我構念構面，總共有 8 個題項，進行 CFA 分析之後，可得到二個構成因素。Erikson 認為青少年期的心理社會危機在自我統合與角色混亂之間；若個人對自己有深刻的認識，明白個人應扮演的角色，將有助於建立正確的生命價值觀。因此，本研究將此二個構成因素命名為：自我價值、調適。

分析所得到的資料分別為：卡方考驗值 $\chi^2 = 127.63$ ， $p < .001$ ， $df = 19$ ； $RFI = 0.965$ ； $NNFI = 0.956$ ； $SRMR = 0.041$ ； $RMSEA = 0.072$ 。根據適配度判定的四個原則，顯示模型適配度可接受（如圖 3-6）。依據 SEM 理論，模型適配度可接受即表示此模型之自我概念（潛在變項）與 8 個問卷題項（觀察/測量變項）之間，具有可接受的因果關係。



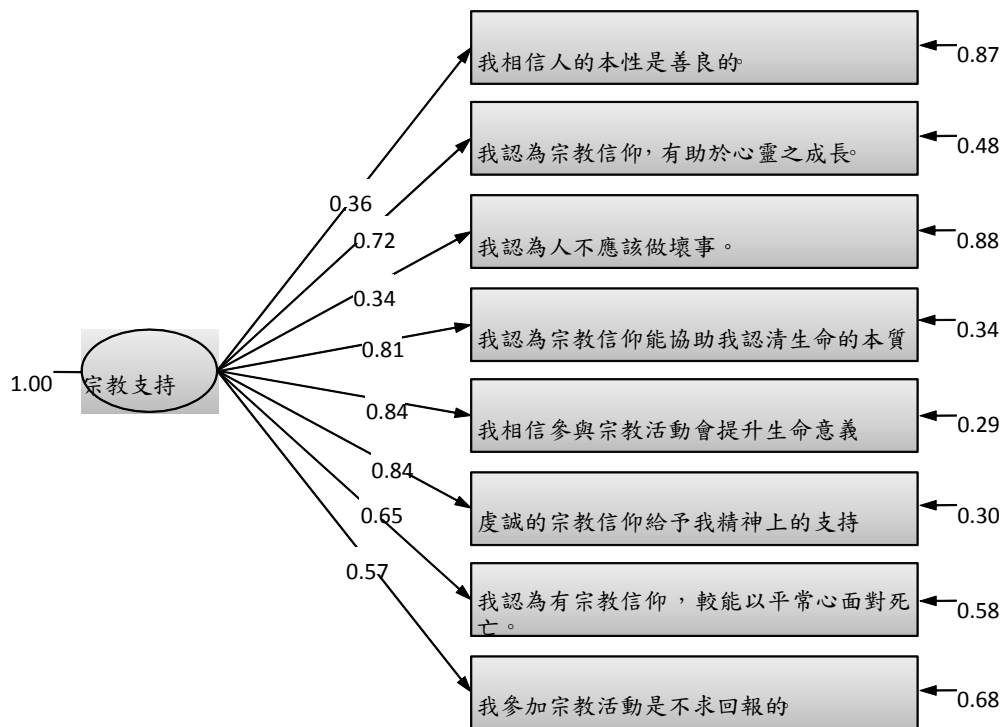
$Chi-Square = 127.63$, $df = 19$, $P-value = 0.00000$, $RMSEA = 0.072$

圖3-6 自我概念層面驗證性因素分析參數估計路徑圖

5. 宗教支持

在宗教支持構面，總共有 8 個題項，進行 CFA 分析之後，8 題均為同一構成因素。Frankl 認為，生命的意義具有主觀性與獨特性，不論個人性別、年齡、宗教信仰等，皆有特殊的使命意義。

分析所得到的資料分別為：卡方考驗值 $\chi^2 = 196.08$ ， $p < .001$ ， $df = 20$ ； $NFI = 0.97$ ； $NNFI = 0.96$ ； $SRMR = 0.045$ ； $RMSEA = 0.089$ 。根據適配度判定的四個原則，顯示模型適配度可接受（如圖 3-7）。 $GFI = 0.96$ ， $AGFI = 0.92$ ， $CFI = 0.97$ 。依據 SEM 理論，模型適配度可接受即表示此模型之宗教支持（潛在變項）與 8 個問卷題項（觀察/測量變項）之間，具有可接受的因果關係。



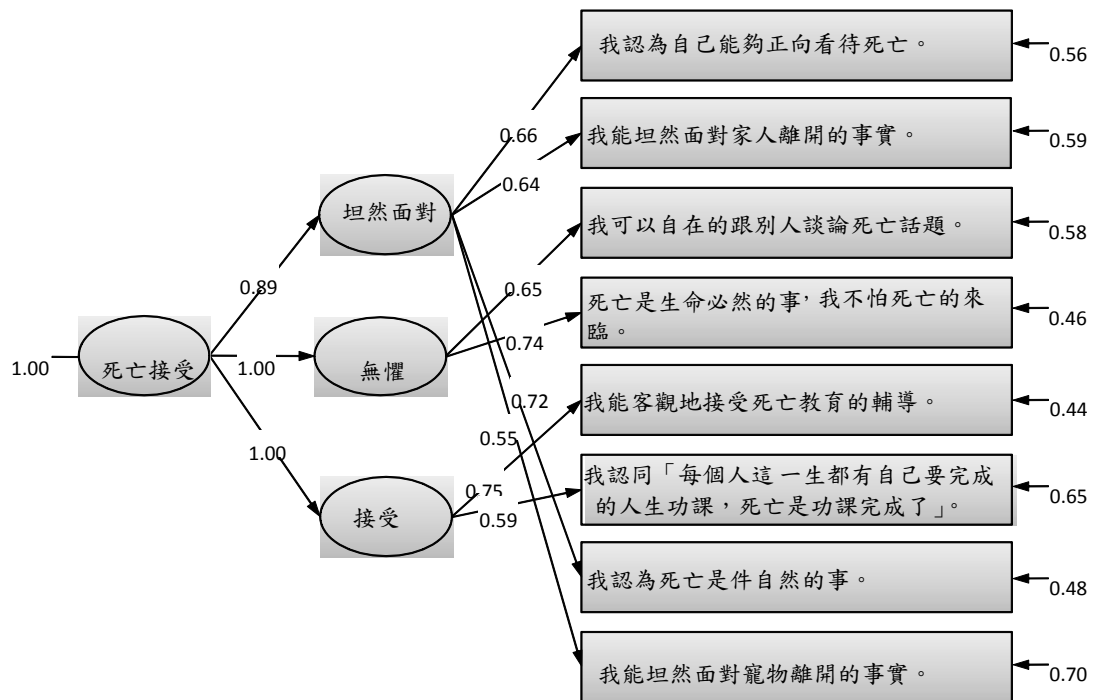
$Chi-Square = 196.08$, $df = 20$, $P-value = 0.00000$, $RMSEA = 0.089$

圖3-7 宗教支持層面驗證性因素分析參數估計路徑圖

6. 死亡接受

在死亡接受構面，總共有 8 個題項，進行 CFA 分析之後，可得到三個構成因素。Frankl 與 Yalom 皆認為，死亡是生命的一部分，死亡暗示了時間的有限性。故死亡可能會帶來焦慮，若能正視死亡，人將拓展視野，進而改變對生命的觀感。因此，本研究將三個構成因素分別命名為：接受、無懼、坦然面對。

分析所得到的資料分別為：卡方考驗值 $\chi^2(8)=75.66, p<.001, df=19$ ； $RFI=0.985$ ； $NNFI=0.984$ ； $SRMR=0.026$ ； $RMSEA=0.052$ 。根據適配度判定的四個原則，顯示模型適配度可接受（如圖 3-8）。依據 SEM 理論，模型適配度可接受即表示此模型之死亡接受（潛在變項）與 8 個問卷題項（觀察/測量變項）之間，具有可接受的因果關係。

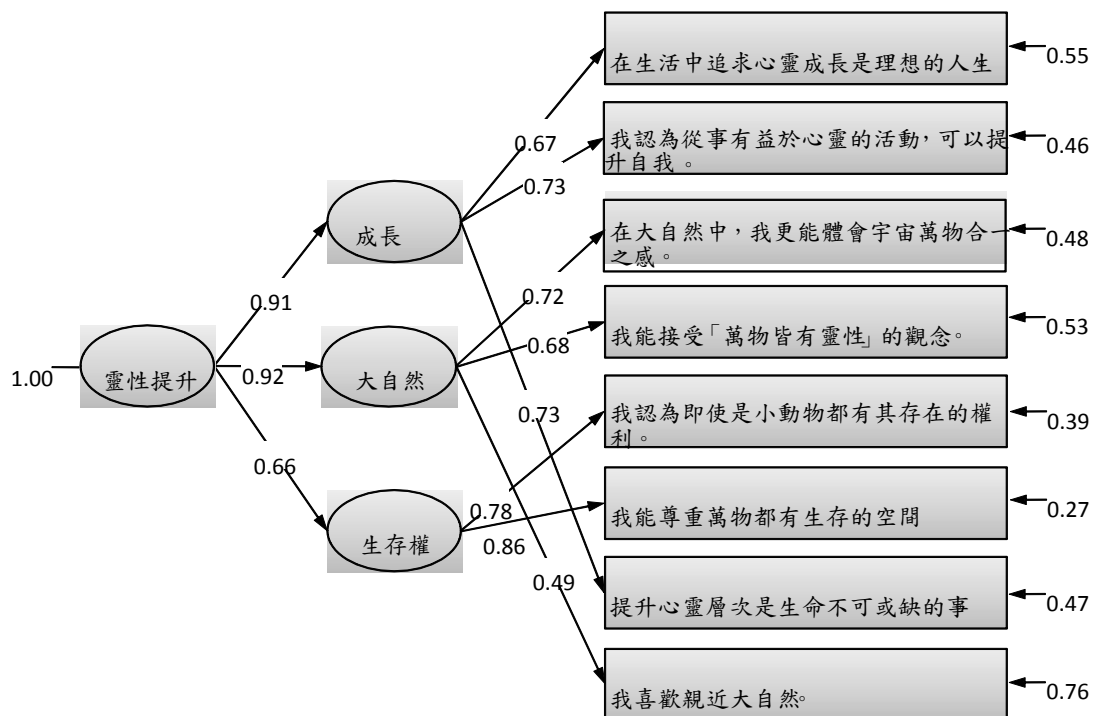


$Chi-Square=75.66, df=19, P-value=0.00000, RMSEA=0.052$

圖3-8 死亡接受層面驗證性因素分析參數估計路徑圖

7. 靈性提升

在靈性提升構面，總共有 8 個題項，進行 CFA 分析之後，可得到三個構成因素。Erikson 認為，個人可透過內省的方式增加內在力量，達到一個人的完整性走向自我主宰、邁向靈性的道路。生命意義是環繞著統整的概念而發展出來，若能達到統整平衡，就能對生命抱持正向期待，達到靈性成長。因此，本研究將三個構成因素分別命名為：成長、大自然、生存權。分析所得到的資料分別為：卡方考驗值 $\chi^2 = 139.54$ ， $p < .001$ ， $df = 17$ ； $NFI = 0.972$ ； $NNFI = 0.959$ ； $SRMR = 0.041$ ； $RMSEA = 0.081$ 。根據適配度判定的四個原則，顯示模型適配度可接受（如圖 3-9）。依據 SEM 理論，模型適配度可接受即表示此模型之靈性提升（潛在變項）與 8 個問卷題項（觀察/測量變項）之間，具有可接受的因果關係。



$Chi-Square = 139.54$, $df = 17$, $P-value = 0.00000$, $RMSEA = 0.081$

圖3-9 靈性提升層面驗證性因素分析參數估計路徑圖

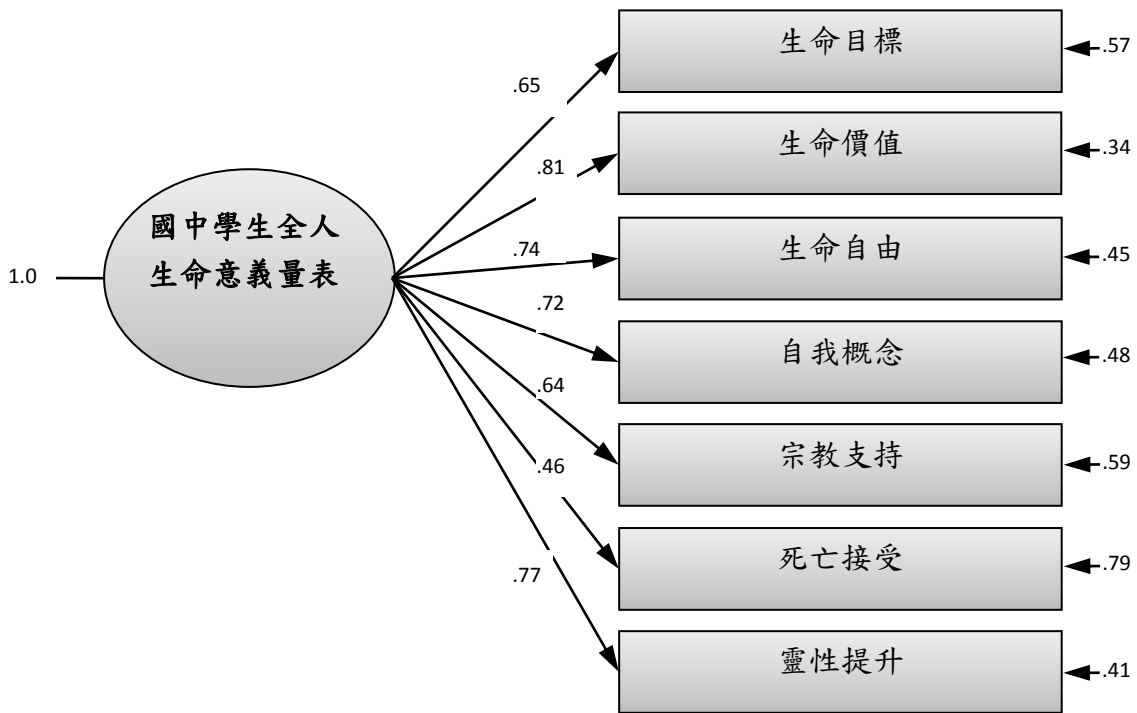
本研究所編制之量表總計有56題（七個分量表），以全量表進行驗證性因素分析之後，獲得分析資料：卡方考驗值 $\chi^2=121.95$ ， $p<.05$ ， $df=14$ ； $NFI=0.98$ ； $NNFI=0.97$ ； $SRMR=0.033$ ； $RMSEA=0.084$ ；最佳適配度指標（*Goodness-of-Fit Index*， GFI ） $=0.97$ ；調整後適配度指標（*Adjusted Goodness of Fit Index*， $AGFI$ ） $=0.94$ （全量表與各分量表分析結果綜整詳見表3-11）。因此，依據上述四個適配度判定原則，顯示本研究模型適合度為中度適配（全量表驗證性因素分析參數估計路徑圖詳如圖3-10）。

表3-11 本量表七個分量表與全量表之整體模式適合度分析結果（ $N=1102$ ）

評估項目	生命目標	生命價值	生命自由	自我概念	理想評估結果
χ^2 值	$df=17$ $\chi^2=64.96$	$df=18$ $\chi^2=61.65$	$df=19$ $\chi^2=359.44$	$df=19$ $\chi^2=127.63$	不顯著， χ^2 值比率 <3
<i>RMSEA</i>	.051	.047	.128	.072	$<.05$
<i>GFI</i>	.985	.986	.925	.972	$>.90$
<i>AGFI</i>	.969	.972	.857	.947	$>.90$
<i>RMR</i>	.033	.029	.080	.041	$<.05$
<i>SRMR</i>	.033	.029	.080	.041	$<.05$
<i>NFI</i>	.971	.976	.898	.965	$>.90$
<i>CFI</i>	.978	.982	.903	.970	$>.90$
<i>NNFI</i>	.964	.973	.857	.956	$>.90$
<i>PNFI</i>	.589	.627	.609	.655	$>.50$
<i>PGFI</i>	.465	.493	.488	.513	$>.50$

表 3-11（續） 本量表七個分量表與全量表之整體模式適合度分析結果（ $N=1102$ ）

評估項目	宗教支持	死亡接受	靈性提升	總量表	理想評估結果
χ^2 值	$df=20$ $\chi^2=196.08$	$df=19$ $\chi^2=75.66$	$df=17$ $\chi^2=139.54$	$df=14$ $\chi^2=121.95$	不顯著， χ^2 值比率 <3
<i>RMSEA</i>	.089	.052	.08	.084	$<.05$
<i>GFI</i>	.96	.983	.969	.97	$>.90$
<i>AGFI</i>	.92	.968	.935	.94	$>.90$
<i>RMR</i>	.045	.026	.041	.033	$<.05$
<i>SRMR</i>	.045	.026	.041	.033	$<.05$
<i>NFI</i>	.97	.985	.972	.98	$>.90$
<i>CFI</i>	.97	.989	.975	.97	$>.90$
<i>NNFI</i>	.96	.984	.959	.97	$>.90$
<i>PNFI</i>	.67	.669	.590	.67	$>.50$
<i>PGFI</i>	.51	.519	.458	.51	$>.50$



$Chi-Square=121.95$, $df= 14$, $P-value=0.00000$, $RMSEA=0.084$

圖3-10：全量表驗證性因素分析參數估計路徑圖

第四章 常模與量表運用

本章根據資料分析結果，第一節首先說明常模建立，第二節為量表運用。詳細敘述如以下說明。

第一節 常模

一、樣本對象

本研究對象為國中學生，採 Likert式五點量表，請受試者依自己對各題的主觀感受作答。建立正式量表後，顧及母體樣本結構特徵的分佈狀況，本研究採分層叢集取樣方式，考慮學校類型及年級因素，分別抽取台灣北（台北市、桃園縣、宜蘭縣）、中（台中市、彰化縣、雲林縣）、南（高雄市、高雄縣、屏東縣）、東（台東縣、花蓮縣、金門縣）四個地區學校各三所，每所七至九年級各一班，總計1215份進行分析，回收1109份（91.3%）後，有效量表1102份，有效率為90.7%，其中男生558人（50.64%），女生544人（49.36%），以七年級學生382人為多（34.66%），其次為八年級學生365人（33.12%）。常模施測樣本詳如表4-1。

表4-1 正式施測樣本及有效樣本一覽表

學校名稱	發出問卷數	回收問卷數	有效樣本數	有效樣本率
北 區				
台北市	七年級36	36	36	100%
石牌國中	八年級35	33	33	94%
	九年級35	34	34	97%
桃園縣	七年級35	34	34	97%
大成國中	八年級35	35	35	100%
	九年級35	33	33	94%
宜蘭縣	七年級35	29	29	83%
文化國中	八年級35	31	31	89%
	九年級35	34	34	97%
中 區				
台中市	七年級35	29	29	82%
大德國中	八年級35	29	27	77%
	九年級35	30	30	86%
	七年級35	31	31	89%
彰化縣	七年級35	31	31	89%
	八年級35	31	31	89%
雲林縣	九年級35	32	32	91%
	七年級35	34	34	97%
刺桐國中	八年級35	30	29	83%
	九年級38	37	37	97%
南 區				
高雄市	七年級40	40	38	95%
明華國中	八年級36	36	33	92%
	九年級30	8	8	27%
	七年級35	33	33	94%
高雄縣	八年級36	36	35	97%
	九年級35	34	34	97%
屏東縣	七年級30	27	27	90%
竹田國中	八年級30	29	27	90%
	九年級30	29	28	93%
東 區				
台東市	七年級48	48	45	94%
寶桑國中	八年級30	28	28	93%
	九年級30	20	20	67%
	七年級35	35	35	100%
花蓮市	八年級35	35	34	97%
	九年級35	34	33	94%
	七年級22	22	22	100%
金門縣	八年級22	21	21	95%
	九年級22	22	22	100%
金湖國中				
總計	1215	1119	1102	90.7%

二、建立常模

本研究正式量表完成後，於民國九十九年三、四月正式施測，以全國國中學生為研究對象，樣本總人數為1102人。在七個層面中依照施測結果所得之原始分數，將不同性別、不同年級及不同所在區域，使用SPSS統計軟體等級觀察值的方法，轉換PR值。依差異性分析結果，其中學校所在區域及學生年級在本量表與各分量表差異不大，故未分開建立常模，本研究僅呈現全體常模與男女生（性別）常模（詳如表4-2、4-3）。

根據以上常模的建立，就可知道受試者在七個層面所得到的分數所在位置及其百分等級，進而對未來的事加以估計或預測。本研究所建構之量表符合量表的三種功能（即評估（*assessment*）、診斷（*diagnosis*）與預測（*prediction*）），評估量表被達成的程度（再測信度），更透過診斷的功能，呈現受試者個人的真實行為或心理現象（原始分數），最後透過原始分數的轉換建立的常模，將可對施測對象之生命意義感狀況進行估計或預測。

表4-2 國中學生全人生命意義量表常模

生命目標		生命價值		生命自由		自我概念		宗教支持		死亡接受		靈性提升	
原始分數	百分等級	原始分數	百分等級	原始分數	百分等級	原始分數	百分等級	原始分數	百分等級	原始分數	百分等級	原始分數	百分等級
40	99	40	99	40	99	40	99	40	99	40	99	40	99
39	99	39	97	39	96	39	98	39	97	39	96	39	93
38	98	38	94	38	92	38	97	38	96	38	94	38	89
37	97	37	89	37	86	37	94	37	94	37	92	37	84
36	94	36	83	36	82	36	92	36	92	36	88	36	79
35	91	35	77	35	75	35	88	35	89	35	85	35	74
34	87	34	70	34	68	34	84	34	87	34	83	34	67
33	81	33	62	33	62	33	77	33	83	33	79	33	62
32	75	32	54	32	54	32	72	32	78	32	74	32	53
31	66	31	48	31	45	31	66	31	74	31	69	31	46
30	58	30	39	30	37	30	58	30	70	30	65	30	39
29	49	29	31	29	28	29	53	29	63	29	58	29	31
28	39	28	24	28	23	28	46	28	59	28	51	28	25
27	32	27	18	27	18	27	37	27	50	27	46	27	19
26	25	26	13	26	13	26	31	26	42	26	41	26	13
25	18	25	9	25	9	25	25	25	33	25	37	25	9
24	13	24	5	24	6	24	19	24	25	24	33	24	7
23	9	23	4	23	4	23	13	23	19	23	27	23	3
22	6	22	2	22	3	22	9	22	16	22	22	22	3
21	4	21	1	21	2	21	7	21	13	21	17	21	2
20	3	20	1	20	2	20	5	20	9	20	14	20	2
19	2	19	1	19	1	19	3	19	7	19	11	19	1
18	1	18	1	18	1	18	2	18	5	18	8	18	1
17	1	17	1	17	1	17	1	17	4	17	6	17	1
16	1	16	1	16	1	16	1	16	3	16	5	16	1
15	1	15	1	15	1	15	1	15	2	15	4	15	1
14	1	14	1	14	1	14	1	14	2	14	4	14	1
13	1	13	1	13	1	13	1	13	1	13	3	13	1
12	1	12	1	12	1	12	1	12	1	12	1	12	1
11	1	11	1	11	1	11	1	11	1	11	1	11	1
10	1	10	1	10	1	10	1	10	1	10	1	10	1
9	1	9	1	9	1	9	1	9	1	9	1	9	1
8	1	8	1	8	1	8	1	8	1	8	1	8	1
7	1	7	1	7	1	7	1	7	1	7	1	7	1
6	1	6	1	6	1	6	1	6	1	6	1	6	1
5	1	5	1	5	1	5	1	5	1	5	1	5	1

表4-2 (續) 國中學生全人生命意義量表常模

國中學生全人生命意義量表							
原始分數	百分等級	原始分數	百分等級	原始分數	百分等級	原始分數	百分等級
280	99	238	84	202	40	166	5
279	99	237	83	201	39	165	4
278	99	236	83	200	37	164	4
275	99	235	82	199	36	163	4
274	99	234	81	198	35	162	3
273	99	233	80	197	33	161	3
272	99	232	79	196	32	160	3
271	99	231	78	195	31	159	2
270	99	230	77	194	29	158	2
269	99	229	76	193	27	157	2
268	98	228	75	192	25	155	2
267	98	227	74	191	24	154	2
266	98	226	73	190	23	153	2
263	97	225	73	189	22	152	2
262	97	224	72	188	21	151	1
261	97	223	71	187	20	148	1
260	97	222	70	186	19	147	1
259	97	221	68	185	18	146	1
258	96	220	66	184	16	141	1
257	96	219	65	183	15	140	1
254	95	218	64	182	14	133	1
253	94	217	62	181	13	129	1
252	94	216	61	180	12	125	1
251	93	215	59	179	11	98	1
250	93	214	58	178	10	97	1
249	93	213	57	177	10	95	1
248	92	212	55	176	9	94	1
247	91	211	54	175	8	90	1
246	91	210	52	174	8	87	1
245	90	209	50	173	8	85	1
244	89	208	50	172	7	77	1
243	89	207	48	171	7	74	1
242	88	206	46	170	6	69	1
241	87	205	45	169	6	63	1
240	86	204	43	168	5	58	1
239	85	203	41	167	5	56	1

表4-3 不同性別之國中學生全人生命意義量表常模

生命目標		生命價值				生命自由	
男生	女生	男生	女生	男生	女生	男生	女生
原始百分 分數 等級	原始百分 分數 等級	原始百分 分數 等級	原始百分 分數 等級	原始百分 分數 等級	原始百分 分數 等級	原始百分 分數 等級	原始百分 分數 等級
40	99	40	99	40	99	40	99
39	99	39	99	39	97	39	95
38	98	38	99	38	96	38	91
37	96	37	98	37	90	37	87
36	95	36	94	36	86	36	83
35	92	35	91	35	79	35	77
34	87	34	87	34	72	34	71
33	81	33	81	33	66	33	65
32	77	32	73	32	59	32	59
31	68	31	70	31	52	31	50
30	61	30	55	30	43	30	42
29	53	29	44	29	37	29	32
28	43	28	34	28	30	28	26
27	36	27	29	27	24	27	20
26	29	26	22	26	17	26	14
25	20	25	16	25	12	25	10
24	14	24	12	24	8	24	8
23	9	23	9	23	5	23	5
22	7	22	6	22	4	22	4
21	4	21	4	21	3	21	3
20	3	20	3	20	2	20	2
19	2	19	2	19	2	19	2
18	1	18	1	18	2	18	1
17	1	17	1	17	1	17	1
16	1	16	1	16	1	16	1
15	1	15	1	15	1	15	1
14	1	14	1	14	1	14	1
13	1	13	1	13	1	13	1
12	1	12	1	12	1	12	1
11	1	11	1	11	1	11	1
10	1	10	1	10	1	10	1
9	1	9	1	9	1	9	1
8	1	8	1	8	1	8	1
7	1	7	1	7	1	7	1
6	1	6	1	6	1	6	1
5	1	5	1	5	1	5	1

表4-3 (續) 不同性別之國中學生全人生命意義量表常模

自我概念		宗教支持				死亡接受				靈性提升					
男生		女生		男生		女生		男生		女生		男生		女生	
原始分數	百分等級	原始分數	百分等級	原始分數	百分等級	原始分數	百分等級	原始分數	百分等級	原始分數	百分等級	原始分數	百分等級	原始分數	百分等級
40	99	40	99	40	99	40	99	40	99	40	99	40	99	40	99
39	98	39	99	39	97	39	98	39	96	39	97	39	93	39	93
38	96	38	97	38	95	38	97	38	93	38	96	38	90	38	89
37	94	37	94	37	93	37	95	37	91	37	93	37	85	37	83
36	92	36	92	36	92	36	92	36	87	36	90	36	80	36	78
35	87	35	88	35	89	35	90	35	84	35	87	35	75	35	72
34	83	34	84	34	86	34	87	34	82	34	84	34	69	34	65
33	75	33	78	33	83	33	83	33	76	33	81	33	64	33	60
32	71	32	74	32	78	32	79	32	72	32	77	32	56	32	51
31	63	31	68	31	73	31	75	31	65	31	73	31	47	31	50
30	56	30	61	30	70	30	70	30	60	30	69	30	42	30	37
29	50	29	55	29	64	29	63	29	55	29	62	29	33	29	28
28	44	28	48	28	60	28	58	28	46	28	56	28	28	28	22
27	35	27	39	27	50	27	49	27	41	27	52	27	22	27	16
26	29	26	32	26	44	26	40	26	35	26	47	26	15	26	12
25	24	25	26	25	34	25	31	25	31	25	43	25	11	25	8
24	17	24	20	24	26	24	25	24	26	24	39	24	7	24	6
23	11	23	17	23	19	23	20	23	21	23	32	23	4	23	3
22	7	22	12	22	15	22	16	22	16	22	29	22	3	22	2
21	6	21	9	21	12	21	13	21	12	21	22	21	3	21	2
20	4	20	6	20	9	20	10	20	10	20	18	20	2	20	2
19	3	19	4	19	7	19	7	19	7	19	14	19	1	19	1
18	2	18	3	18	5	18	5	18	6	18	10	18	1	18	1
17	1	17	2	17	3	17	4	17	5	17	7	17	1	17	1
16	1	16	1	16	3	16	4	16	4	16	6	16	1	16	1
15	1	15	1	15	2	15	2	15	4	15	5	15	1	15	1
14	1	14	1	14	2	14	1	14	3	14	4	14	1	14	1
13	1	13	1	13	2	13	1	13	2	13	3	13	1	13	1
12	1	12	1	12	1	12	1	12	2	12	2	12	1	12	1
11	1	11	1	11	1	11	1	11	1	11	1	11	1	11	1
10	1	10	1	10	1	10	1	10	1	10	1	10	1	10	1
9	1	9	1	9	1	9	1	9	1	9	1	9	1	9	1
8	1	8	1	8	1	8	1	8	1	8	1	8	1	8	1
7	1	7	1	7	1	7	1	7	1	7	1	7	1	7	1
6	1	6	1	6	1	6	1	6	1	6	1	6	1	6	1
5	1	5	1	5	1	5	1	5	1	5	1	5	1	5	1

第二節 量表運用

一份好的量表必須具備信度、效度、參照性或常模、以及實用性之功能（郭生玉，1994）。信度是指量表測量結果的穩定性或一致性的統計指標；效度是指量表能否測量到它所要測量之潛在特質程度的統計指標；參照性是指量表測量分數可以參考什麼樣的準則來進行解釋的特性；實用性高的標準化測量工具，一方面容易實施，一方面容易計分與解釋。本研究主要目的在於建構適用於國中學生全人生命意義量表，經實際研究發現，本研究在信度、效度、參照性及實用性之說明如下：

在信度方面，本量表之生命目的、生命價值、生命自由、自我概念、宗教支持、死亡接受以及靈性提升等七個構面的Cronbach的 α 係數皆達0.7以上，全量的Cronbach的 α 係數為0.801，由此可知本量表具有良好的信度。另外，為了再測量表的穩定性，研究者抽取101人進行再測信度，七個層面中除生命自由構面之相關係數顯示為中度相關（.642）外，其餘各構面相關係數（.711~.872）均達高度相關，顯示此份量表具有穩定性。在建構效度方面，以全量表進行驗證性因素分析之後，獲得分析資料：卡方考驗值 $\chi^2=121.95$ ， $p<.05$ ， $df=14$ ； $NFI=0.98$ ； $NNFI=0.97$ ； $SRMR=0.033$ ； $RMSEA=0.084$ ；最佳適配度指標（Goodness-of-Fit Index, GFI）=0.97；調整後適配度指標（Adjusted Goodness of Fit Index, AGFI）=0.94。因此，依據上述適配度判定原則，顯示本研究模型適合度為中度適配。

在參照性方面（常模），本量表以測得的原始分數對照轉換的分數，以瞭解個人在團體中的相對位置，達到有一個可以參考的準則來進行解釋的特性。因此，本量表以百分等級的方式將原始分數經過統計方法，加以轉換成百分等級的方式呈現，建立了全量表常模及性別常模，以作為瞭解國中學生生命意義狀況之參考。

在實用性方面，實用性高的標準化測量工具，一方面容易實施，一方面容易計分與解釋。本量表包含七個層面總共56題，採總加量表法（Likert Scale），作為測量的型態，五點量表的測量型態具方便實施之功能，且只需累加即可計分，在各個層面中，分數愈高表示生命意義感愈好。

一、適用對象

本研究國中學生全人生命意義量表建構係以檢測國中階段青少年的生命意義為主，其中含括了生命目的、生命價值、生命自由、自我概念、宗教支持、死亡接受以及靈性提升等七個層面。因此，在實務上的適用對象是以國中學生為主。

二、實施程序與計分方式

本研究的實施程序可分為四個步驟：

- (一) 向受試者說明測驗的目的、內容和可能得到的結果。
- (二) 分發測試量表，請受試者填寫個人基本資料後開始作答。
- (三) 無時間限制，請受試者作答完再次檢查有無遺漏之題目。
- (四) 收回測驗量表，並一一檢查填寫的完整性。

本研究國中學生全人生命意義量表共有七個層面，每個層面均有8個題項，總共56題，以及個人基本資料的部分，計分方式如下：

1. 本研究量表共有七個層面56題，每一題以5、4、3、2、1分為五種程度的計分方式來計分，5代表非常同意、4代表同意、3代表沒意見、2代表不同意、1代表很不同意。
2. 本研究量表得分愈高代表生命意義感程度愈佳。

三、使用原則與注意事項

本量表的使用是以使用者帶領受試對象填寫為原則，使用者可以是相關實務工作者或學校老師。使用時，請受試者有耐心並仔細閱讀每一個句子，然後在該句子後面的符合程度數子上圈選答案。

進行施測時應注意事項有以下三點：

- (一) 施測前：施測場所應安靜、光線充足；施測人員應依受試對象人數準備測驗工具正確數量。
- (二) 施測中：開始應向受試者說明測試內容和可能得到的結果；其次，測驗人員

應詳細講解，並示範一次作答方式；最後，測試人員應向受試者強調每一個題目都請仔細閱讀，並選擇最適合自己狀況的答案，並說明施測無時間限制，請受試者安心填答。

(三) 施測後：作答完成後，請受試者再次檢查有無遺漏作答的題目，使用者也應採取每一份問卷均要檢查，若有遺漏，再請受試者補齊資料，最後，並由衷感謝試者的配合作答。

第五章 結論與建議

本研究目的在建構「國中學生全人生命意義量表」並制定常模，研究者除參考學者相關文獻理論、相關已建構之量表，自行編制量表內容外，並且完成全國1102位國中學生的施測及資料整理與分析。經由常模的建立使本研究自製量表成為一完整的標準化測驗工具，希望能提供相關人員及後續研究者使用與解釋。

第一節 結論

一、量表理論基礎與內容

為發展適合評量國中學生生命意義的評量工具，本研究彙整 Rogers、Erikson、Frankl、May 及 Yalom 等學者的理論及何英奇（1990）編製的生命態度剖面圖、宋秋蓉（1992）發展的生命意義量表、吳秀碧、賀孝銘、羅崇誠（2002）所發表之生命意義觀量表、及謝曼盈（2003）發展的生命態度量表等，整理出全人生命意義量表之構面，茲將本量表各構面所測量之內涵界定如下：

構面一：「生命目標」

包含 1 至 8 題項，意指測量個人對人生理想、存在感、責任之態度。

構面二：「生命價值」

包含 9 至 16 題項，意指測量個人是否能透過經驗、愛、助人來感受生命價值。

構面三：「生命自由」

包含 17 至 24 題項，意指測量個人是否能藉由接納、自主性與超越進而使生命得以昇華。

構面四：「自我概念」

包含 25 至 32 題項，意指測量個人對目前的自我價值、調適之狀態。

構面五：「宗教支持」

包含 33 至 40 題項，意指測量個人對宗教的信念。

構面六：「死亡接受」

包含 41 至 48 題項，意指測量個人關於死亡之接受、無懼、坦然面對之

態度。

構面七：「靈性提升」

包含 49 至 56 題項，意指測量個人對大自然、萬物的生存權、靈性成長提升之狀態。

二、量表的信、效度

有關信度部份，整體量表的 *Cronbach α* 係數為 0.801，量表中各層面的 α 係數也都在 0.720~0.847 之間，重測信度為 0.966。

另在效度部份，針對本研究自編量表全部 56 題的題目進行驗證性因素分析，所得卡方考驗值 $\chi^2=121.95$, $p < .05$, $df=14$; $NFI=0.98$; $NNFI=0.97$; $SRMR=0.033$; $RMSEA=0.084$; 最佳適配度指標 (Goodness-of-Fit Index, *GFI*) = 0.97; 調整後適配度指標 (Adjusted Goodness of Fit Index, *AGFI*) = 0.94，以模型判別指標判定，本量表其模型適配度屬中上程度。另以宋秋蓉 (1992) 發表之「青少年生命意義感之研究」編制之生命意義量表為效標，資料分析得到效標關聯效度 $r = .6904$ ($p < .05$)，表示本研究編制之「國中學生全人生命意義量表」與宋秋蓉 (1992) 編制之「生命意義量表」間具有中度相關，具有良好之效標關聯效度。

三、常模建立

本研究所建構量表常模，係以原始分數經過統計方法加以轉換成百分等級的方法呈現，研究結果除建立了國中學生整體生命意義常模表外，並有男女性別常模表可供相關單位參考。另本量表包含七個層面共 56 題，採總加量表法作為測量型態，五點尺度的測量型態具備方便實施及容易計分與解釋之功能，符合建構量表實用性之要求。

四、量表理論驗證

本研究採取理論性測量之取向，建構適用於國中學生全人生命意義量表，在建構量表的過程中，經信度與效度考驗，挑選出合適性的問項，進而完成量表之編製。最後，以結構方程模式的統計技術來加以驗證。檢驗結果發現，依據四個適配度判定指標，在七個構面模型分別顯示：

- (一) 在生命目標構面中，資料分析此模型適配度為可接受，表示由生命目標（潛在變項），所分析出「理想」、「存在感」、「責任」三個構成因素，與8個由理論基礎所推論出的題項（觀察/測量變項）之間具有可接受之因果關係存在。
- (二) 在生命價值構面中，資料分析此模型適配度為理想，表示由生命價值（潛在變項），所分析出「經驗」、「愛」、「助人」三個構成因素，與8個由理論基礎所推論出的題項（觀察/測量變項）之間具有理想之因果關係存在。
- (三) 在生命自由構面中，資料分析此模型適配度為不佳，表示由生命自由（潛在變項），所分析出「接納」、「自主性」、「超越」三個構成因素，與8個由理論基礎所推論出的題項（觀察/測量變項）之間的因果關係需要再調整。
- (四) 在自我概念構面中，資料分析此模型適配度為可接受，表示由自我概念（潛在變項），所分析出「自我價值」、「調適」二個構成因素，與8個由理論基礎所推論出的題項（觀察/測量變項）之間具有可接受之因果關係存在。
- (五) 在宗教支持構面中，資料分析此模型適配度為可接受，表示由宗教支持（潛在變項），與8個由理論基礎所推論出的題項（觀察/測量變項）之間具有可接受之因果關係存在。
- (六) 在死亡接受構面中，資料分析此模型適配度為可接受，表示由死亡接受（潛在變項），所分析出「接受」、「無懼」、「坦然面對」三個構成因素，與8個由理論基礎所推論出的題項（觀察/測量變項）之間具有可接受之因果關係存在。
- (七) 在靈性提升構面中，資料分析此模型適配度為可接受，表示由靈性提升（潛在變項），所分析出「成長」、「大自然」、「生存權」三個構成因素，與8個由理論基礎所推論出的題項（觀察/測量變項）之間具有可接受之因果關係存在。

綜整而言，本量表中除「生命自由」構面模型適配度需再調整外，其餘六個構面之

判定指標均符合條件。本研究自編量表在驗證適配度的考驗上，屬達到中等以上的適配程度。

五、本量表的價值：

- (一) 七個構面所涵蓋的面向完整（納入哲學心理社會宗教等各構面，是為到目前為止，理論與實務之結合最為完整之生命意義量表）。
- (二) 新構面之探討，如宗教。
- (三) 構面中同時具備靈性與死亡兩部分之題項。
- (四) 專為國中生設計的生命意義量表，提供瞭解國中生自我生命意義一個最新標準化測量工具。



第二節 建議

一、量表運用之建議

本量表編製時顧及國中學生實際的情緒反應狀況、國中教師教學實務經驗、國內、外有關評量生命意義的工具及經專家審核等四個因素，經訪問、調查、預試和題目分析、歷時一年餘完成，信度及效度考驗之效果亦頗良好，且已建立國中學生的百分位數常模。故本量表當能有效評量國中學生的生命意義，以協助學生自我瞭解和分析其生命意義。然為避免誤解、濫用或誤用，未來運用本量表的建議如下：

- (一)詳讀指導手冊，並熟練與受試者溝通量表結果的適當技術。
- (二)鼓勵受試者參與結果解釋，可先由受試者回憶其作答的態度和感受，再向受試者說明意義。

二、未來研究方向之建議

本研究歷時一年餘完成，其間雖力求嚴謹完善，然因時間、行政和人力之限制，疏漏之處在所難免，就研究經驗，提出三項未來研究方向。

- (一)繼續驗證「國中學生全人生命意義量表」信度和效度：

本研究雖已驗證量表之信、效度，且經驗證性因素分析判定量表架構達到中等以上適配度程度，惟其中「生命自由」構面模型適配度尚需調整，為求完善，建議以不同樣本（例如高中、大學或小學生等）再深入驗證整體模式適配度，以達最佳模式。

- (二)加強差異分析研究：

本研究結果顯示目前國中學生對於自己的生命意義已有較清楚的認識。未來建議對高中生、大學生及小學生做進一步之探索研究，將可建立此範疇之完整模式。

- (三)針對可能對生命意義造成影響的背景變項進行深究：

本量表為建立常模，單就學校所在地區、學生年級、性別等較重要變項做變項之分析。未來研究方向可針對可能影響國中學生生命意義的其他背景變項，諸如有

無悲傷或親屬死亡經驗、親子關係、同儕關係等進行探究，以瞭解這些變項是否對個體生命意義具有影響力，其影響力發揮的機制又是如何。相信這些議題的探討，將有助於增加國中生生命意義研究的系統性及內涵的完整性。

參考文獻

一、中文部分：

- 王佩蓮(2001)。在自然科和環境議題教學中落實生命教育之理論與實務。教育資料集刊—生命教育專輯，185-214。國立教育資料館。
- 毛紀如(2002)。完整家庭國中生與單親家庭國中生生命意義之比較分析。嘉義：南華大學生死學研究所碩士論文(未出版)。
- 江慧鈺(2000)。國中生生命意義之探討：比較分析與詮釋研究。花蓮：慈濟大學教育研究所碩士論文(未出版)。
- 弗蘭克著。鄭納無譯(2002)。意義的呼喚。心靈工坊。
- 李桂仙(2006)。高雄市高職學生生命意義感、憂鬱情緒與自殺傾向關係之研究。高雄：國立高雄師範大學教育研究所碩士論文(未出版)。
- 李佩怡(1996)。臺灣地區大學生失落事件、失落反應與調適行為之描述性研究—以北部四所大學為例。中華心理衛生學刊，9，27-54。
- 李坤崇、歐慧敏(1996)。青少年因應量表編製報告。測驗年刊，第43輯，241-262。
- 李宛宸(2004)。生死教育教學對國中生生命意義感影響之探討。彰化：國立彰化師範大學商業教育學系碩士論文(未出版)。
- 余德慧(1998)。生命史學。台北市：心靈工坊。
- 宋秋蓉(1992)。青少年生命意義之研究。彰化：國立彰化師範大學輔導研究所碩士論文(未出版)。
- 何紀瑩(1994)。基督教信仰小團體對提高大學生生命意義感的團體歷程與效果研究。台北：台灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文(未出版)。
- 何英奇(1990)。大專學生之生命意義感及其相關：意義治療法基本概念之實徵性研究。教育心理學報，20，87-106。
- 何英奇(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。
- 吳淑華(2006)。青少年生命意義感之研究。嘉義：國立嘉義大學家庭教育研究所碩士論

文(未出版)。

- 吳妍儀譯(2007)。我們為什麼要活著?尋找生命意義的 11 堂哲學必修課。麥田出版。
- 吳秀碧、賀孝銘、羅崇誠(2002)。大學生生命意義相關研究報告。全人發展取向之輔導與諮商專業人力培育之模式探討之分項計畫二：師範院校生死學教育課程、教材、教法之研究九十年年度報告。
- 吳柳蓓(2004)。自我控制、同儕關係與青少年偏差行為相關性之研究。嘉義：南華大學教育社會學研究所碩士論文(未出版)。
- 吳明隆(2009)。SPSS 操作與應用-問卷統計分析實務。台北：五南。
- 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。嘉義：南華大學生死學研究所碩士論文(未出版)。
- 林家瑩(1999)。喪失子女的父母失落與悲傷反應及復原歷程之研究。高雄：國立高雄師範大學輔導研究所碩士論文(未出版)。
- 林靜如(2001)。沙特自由哲學及其在生命教育之蘊義。台北：國立政治大學教育研究所碩士論文(未出版)。
- 林美珍(2001)導讀。自我認同的建構者艾瑞克森傳。台北：張老師。
- 林志忠(1992)。羅洛梅的愛與意志理念及其在教育上之蘊義。台北：國立臺灣師範大學教育研究所碩士論文(未出版)。
- 林雅君(2007)。「生死取向」的生命教育課程對國中資優生在死亡概念、失落概念、生死態度與生命意義影響之研究。台東：國立臺東大學特殊教育學系碩士論文(未出版)。
- 邱皓政(2002)。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。
- 邱哲宜(2004)。青少年生命意義感、死亡態度與自我傷害關係的研究。台北：國立臺灣師範大學衛生教育學系碩士論文(未出版)。
- 岳玉玲(2004)。生命教育對中途之家不幸少女生命意義感影響之探討。嘉義：南華大學

- 生死學研究所碩士論文(未出版)。
- 施紅朱 (2005)。探索教育課程對犯刑青少年生命意義感的影響之探討。高雄：國立高雄師範大學教育學系碩士論文(未出版)。
- 紀玉足(2003)。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。嘉義：南華大學生死學研究所碩士論文(未出版)。
- 侯南隆(2000)。我不是壞小孩—喪親少年的生命故事與偏差行為。嘉義：南華大學生死學研究所碩士論文(未出版)。
- 孫效智(2000)。生命教育的內涵與哲學基礎。生命教育與教育革新學術研討會論文集。台北：輔仁大學。
- 陳福濱(2000)。生命教育的倫理基礎。載於林思伶主編，生命教育的理論與實務。台北：寰宇出版股份有限公司。
- 陳家華(2006)。我·活著：過去、現在與未來—受保護處分少年生命意義之研究。嘉義：國立中正大學犯罪防治所碩士論文(未出版)。
- 陳馨怡(2007)。生命教育電影課程對國一生命意義感之研究。嘉義：南華大學生死學研究所碩士論文(未出版)。
- 陳慧融、陳志賢、丁原郁(2009)。Yalom存在主義取向終極關懷量表之編製研究。生命教育學術研討會。
- 陸娟(2002)。生死教育對綜合高中生命意義感教學成效之探討。嘉義：南華大學生死學研究所碩士論文(未出版)。
- 教育部統計處(2009)。教育統計。國民中學學校名錄主要統計表。
- 許智香(2003)。論生命意義與生命教育的可能性。教育資料與研究，53，61-67。
- 許孟琪(2007)。南投縣國小教師教育信念及其生命態度之探討。嘉義：南華大學生死所碩士論文(未出版)。
- 郭生玉(1998)。心理與教育研究法。台北：精華。
- 張春興(1991)。現代心理學。東華書局。

- 張春興(1998)。張氏心理學辭典(二版四刷)。東華出版社。
- 張淑美(1996)。死亡學與死亡教育。復文出版社。
- 張海倫(2008)。生命意義感評量與相關因素之研究—以幼兒教師為例。高雄：樹德科技大學幼兒保育學系碩士論文(未出版)。
- 張金敦(2007)。實施「生命意義感」課程方案對提昇青少年的生命意義感、學習動機與學習成效之探討。雲林：雲林科技大學技術及職業教育研究所碩士論文(未出版)。
- 張惠君(2001)。家庭系統、學校系統與國中生自我控制及偏差行為之研究—以台南地區為例。台南：國立成功大學教育研究所碩士論文(未出版)。
- 曾煥棠(2003)。生命教育—生命意義的探索與追尋。發表於國立台灣大學、台北市政府教育局主辦：生命教育教學資源建構計畫啟航工作坊研習手冊。
- 黃惠秋(2002)。「認識自我」生命教育課程對國中生自我概念及生命意義感之影響。花蓮：慈濟大學教育研究所碩士論文(未出版)。
- 黃俊英(2002)。多變量分析。台北：華泰文化。
- 黃同展(2006)。高雄縣市高中學生生命意義感、生活壓力與憂鬱情緒之相關研究。高雄師範大學教育研究所碩士論文(未出版)。
- 黃向吟(2008)。中高齡者靈性成長歷程之研究。嘉義：國立中正大學成人及繼續教育研究所碩士論文(未出版)。
- 黃禎貞(2001)。生命魔法師——國中生死亡教育課程設計與評鑑之研究。台北：國立臺灣師範大學衛生教育研究所碩士論文(未出版)。
- 黃堅厚(1999)。人格心理學。台北：心理。
- 黃春女(2005)。喪親青少年的喪慟因應及其對國中時期適應的影響。花蓮：慈濟大學社會工作研究所碩士論文(未出版)。
- 黃世宏(2006)。生命教育課程對「青年受刑人學生」教學成效之探討。嘉義：南華大學生死所碩士論文(未出版)。

- 楊紹剛(2001)。尋找存在的真諦。羅洛·梅的存在主義心理學。台北：立緒出版社。
- 傅偉勳(1993)。死亡的尊嚴與生命的尊嚴。正中書局。
- 傅佩榮(2003)。探索生命的價值。台北：天下文化。
- 劉翔平(2001)。尋找生命的意義：弗蘭克的意義治療學說。台北：果實。
- 劉仁貴(2004)。雲林縣國中生生活壓力、生命意義與憂鬱傾向相關之研究。雲林：雲林科技大學技術及職業教育研究所碩士論文(未出版)。
- 蔡彩霞(2002)。符合綜合活動理念的生命教育課程對國三學生建構生命意義的影響。台北：國立臺灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文(未出版)。
- 謝曼盈(2003)。生命態度量表之發展與建構。花蓮：慈濟大學教育研究所碩士論文(未出版)。
- 黎建球(1999)。青少年價值建構與人格發展。收錄於：青少年人格建構研討會論文集。
- 董文香(2003)。生死教育課程對職校護生生命意義影響之研究。嘉義：南華大學生死學系研究所碩士論文(未出版)。
- 羅豐良(2000)。社會控制對兒童偏差行為影響之研究。台北：中國文化大學兒童福利研究所碩士論文(未出版)。
- 羅素蘭(2005)。台灣地區護專學生生命意義感、實習壓力與憂鬱傾向之關係研究。高雄：國立高雄師範大學教育學系碩士論文(未出版)。
- 蘇佐璽(2004)。探索生死的圖騰：生死教育課程對原住民國中生的死亡態度與生命意義感影響之行動研究。高雄：國立高雄師範大學教育學系碩士論文(未出版)。
- 蕭佳莉(2005)。嘉義市國中生生命意義感、生活壓力與憂鬱傾向之相關研究。高雄：國立高雄師範大學教育學系碩士論文(未出版)。

二、翻譯部分

- Alfred Adler 著(1932/2002)。你的生命意義，由你決定(盧娜譯)。台北：人本自然。
- Carl G. Jung 著(1964/1999)。人及其象徵(龔卓軍譯)。台北：立緒。
- Carl Ransom Rogers 著(1983/1990)。成為一個人(宋文里譯)。台北：久大。

Carl Ranson Rogers 著 (/2006)。羅杰斯著作精粹 (劉毅, 鍾華譯)。北京: 中國人民大學。

Csikszentmihalyi 著 (1991/1993)。快樂, 從心開始 (張定綺譯)。台北: 天下。

Gerald Corey 著 (2003)。諮商與心理治療: 理論與實務 (修慧蘭、鄭玄藏譯)。台北: 雙葉。

Irvin D. Yalom 著 (/2003)。存在心理治療 (易之新譯)。台北: 張老師。

Irvin D. Yalom 著 (/2001)。生命的意義 (莊安棋譯)。台北: 聯經出版公司。

John P. Miller 著 (/2006)。生命教育-推動學校的靈性課程 (張淑美譯)。台北: 學富文化。

John P. Miller 著 (2000/2008)。生命教育: 全人課程理論與實務 (張淑美、楊秀宮、劉冠鄰、張利中、王慧蘭、陳錫琦、邱愛鈴、李玉嬋、江綺雯譯)。台北: 心理。

J. P. Sartre 著 (/2000)。存在與虛無 (陳宣良譯)。貓頭鷹出版社。

Lawrence J. Friedman 著 (/2002)。自我認同的建構者艾瑞克森傳 (廣梅芳譯)。台北: 張老師。

R. May 著 (/2001)。自由與命運 (龔卓軍、石世明譯)。台北: 立緒。

R. May 著 (/2001)。愛與意志 (彭仁郁譯)。台北: 立緒。

R. May 著 (/2004)。焦慮的意義 (朱侃如譯)。台北: 立緒。

Viktor E. Frankl 著 (1967/1991)。生存的理由—與心靈對話的意義治療學 (游恆山譯)。台北: 遠流。

Viktor E. Frankl 著 (1967/1995)。活出意義來 (趙可式、沈錦惠合譯)。台北: 光啟。

Viktor E. Frankl 著 (1967/1987)。從存在主義到精神分析 (黃宗仁譯)。台北: 杏文。

三、英文部分:

Baumeister, R. F. (1991). *Meaning of life*. New York: The Guilford Press.

Corr, C. A. & Nabe, C. M. & Corr, D. M. (1997). *Death and dying, life and living* (2nd ed.). CA: Brooks/Cole Publishing Company.

- Battista, J & Almond, R. (1973) .The development of meaning in life. *Psychiatry, 36*, 409–427.
- Crumbaugh, J.C.(1973). *Everything to gain:Aguide to self-fulfillment through logonalysis*. Chicago:Nelson–Hall Company.
- Ewa Ry’ s (2009) .The sense of life as a subjective spiritual human experience. *Existential analysis. 20*, 1. Jan. , 2009.
- Fabry, J. (1980). *Use of the transpersonal in logotherapy. In S. Boorstein(Ed.), Transpersonal Psychology*. Plao Alto, CA : Science and Behavior Books.
- Fanshawe, J. P. (1989) . *An investigation of in the importance of stress as a factor in the academic performance of Australian adolescents*. (ERIC Document Reproduction Service No. ED309160)
- Farberow, N. L. ,& Garen, N.S. eds (1995) *Manual for Child Health Workers in Major Disasters*, U.S. Department of Health and Human Services.
- Frankl, V. E.(1986). *The doctor and the soul:From psychotheray to logotherapy*.New York: Alfred A. Knopf.
- Frankl, V. E.(1963). *Man’ s search for meaning* . New York : Washington Square.
- Frankl, V. E.(1967). *Psychotherapy and existentialism:selected papers on logotherapy*.
- Hedlund, D.(1977). Personal meaning: The problem of educating for wisdom. *Personnel and Guidance Journal, 23*, 602–604.
- Howden, J. W. (1992). *Development and psychometric characteristics of the spirituality assessment scale*. Unpublished doctoral dissertation, Denton: Texas Woman’ s University.
- Hughes, M. (1995) . *Bereavement and support*. Washington D. C. : Taylor & Francis.

- Kay, O. & Kerry, C. (1996). Dimensions of life meaning: A qualitative investigation at mid-life. *The British Journal of Psychology*, *87*, 461-477.
- May, R. (1953). *Man's search for himself*. New York : Norton.
- O'Connell, K.A. & Skevington, S.M. (2005). The relevance of spirituality, religion and personal beliefs to health-related quality of life: Themes from focus groups in Britain. *British Journal of Health Psychology*, *10*, 379-398.
- Rabbi, E. A. & Grollman, D. D. (1977). Explaining death to children. *Journal Of School Health*, *57*(5), 336-339.
- Rogers, C. (1983). *Freedom to learn for the 80's*. Ohio : Merrill.
- Patterson, J. M., & McCubbin H. J. (1987). Adolescent coping style and behaviors. Conceptualization and measurement. *Journal of Adolescence*, *10*, 163-186.
- Yalom, I. D. (1980). *Existential psychotherapy*. New York : Basic Books .

附錄

附錄一 試題出處與所引據的概念來源

預試 題號	題目	來源說明
生命目標（理想、存在感、責任）		
1	不論年齡或身分，凡是具有利他及服務傾向的人，容易對生命有正向的感受。	Erikson：「貢獻」與「停滯」的取捨之道在於忘我地、無私地奉獻於社會公益事業，並適度的保障個人基本需要，過與不及都將導致適應不良，這意味著「貢獻」的發展潛力具有雙重性，如能順利的發展，則是忘我的公益奉獻，如朝向不健康的發展方向，則是自私的個人鑽營。引自王瑋、李選等譯，1991。
2	我對生活：毫無目標與計畫/有清楚明確的目標。	源自 Frankl 的看法（游恆山譯，1991）。
3	在達成個人生活目標方面，我覺得：毫無進展/完全達成我的理想。	源自 Frankl 的看法（游恆山譯，1991）。
4	我同意人生不同的階段會有不同的目標，所以保持彈性是最好的態度。	源自 Erikson 的看法（蔡明昌，1995）。
5	在達成個人目標上 我知道如何設定清楚的計畫和步驟。	源自 Frankl 的看法（游恆山譯，1991）。
6	我追求過一種自利-利他的生活目標。	依據文獻歸納的結果而編擬的題目。
7	只要我願意，生命中充滿了希望。	依據文獻歸納的結果而編擬的題目。
生命價值（愛、助人、生命長短、受苦、孤獨）		
8	若一個人常覺得受苦、孤獨、空虛與絕望，則他(她)的生命價值感應較低。	每個階段所需發展的實力與德行依序：希望、意志力、目標能力、忠誠、愛、關懷與智慧(Erikson, 1994)
9	如果一個人愈有生活的目標，則愈能忍受挫折。	「親密的反面是疏離，即隨時準備拒絕、孤立，必要時甚至摧毀本質上似乎危及自己的人或力量」(Erikson, 1964)。
10	一個人若習慣獨自忍受痛苦而無法表達或宣洩，則通常會形成生命沒意義的感覺。	所有形式的愛，都同樣能解決孤獨和極度痛苦（Irvin D. Yalom, 2003）。
11	苦難若有機會表達及敘說，則有可能改變當事人原先的想法，增加個人的生命意義感。	余德慧、徐臨嘉（1993）以敘說方式看離婚婦女，結果發現苦難透過敘說，原先的脈絡意義會產生轉變，對事件的解釋和原

		來的也不一樣，此為世界觀的轉變。
12	「謝謝-對不起-感恩」乃是最好的生命態度。	依據文獻歸納的結果而編擬的題目。
13	人都會犯錯(悲觀-想自殺或自私自利)，改過求善才是有意義的人生。	源自 Rogers 所認為人們應該對經驗抱著正向積極開放的態度(宋文里譯，1990)；生命教育課綱(教育部)。
14	人雖有美醜智愚賢惡之別，但基本上都有光明的本性。	依據文獻歸納的結果而編擬的題目。
15	追求物質(外在)與精神(內在)上之平衡，才是有意義的人生。	源自 Frankl 所強調追求實現的意義(游恆山譯，1991)；生命教育課綱(教育部)。
16	為了得不到自己想要的東西(金錢-愛情等)而鬱鬱一生，是可悲的選擇。	源自 Frankl 所強調追求實現的意義(游恆山譯，1991)；生命教育課綱(教育部)。
17	「只要我喜歡-什麼都可以」的價值觀，最後一定會帶來挫折的結果。	源自 Sartre 選擇與行動的概念(林靜如，2001)、May 的看法(彭仁郁譯，2001)；生命教育課綱(教育部)。
18	人生中之困境(失戀-生病)往往是「化妝過的祝福」，因此在逆境中維持正向思考，是最好的因應之道。	源自 Sartre 選擇與行動的概念(林靜如，2001)、May 的看法(彭仁郁譯，2001)；生命教育課綱(教育部)。
19	凡能促進自我實現與自我超越的生活方式，才是有意義的人生。	源自 Frankl 所強調追求生活的目標(游恆山譯，1991)；生命教育課綱(教育部)。
20	一個人覺得幸福之程度與其所過之生命是否有意義感有關(追求目標-面對挑戰-協助他人)。	源自 Frankl 所強調追求生活的目標(游恆山譯，1991)；生命教育課綱(教育部)。
21	人生不是宿命的，即使面對最艱難之挑戰，個人的自由意志仍可決定生命的價值。	源自 Rogers 所認為人們應該對經驗抱著正向積極開放的態度(宋文里譯，1990)；生命教育課綱(教育部)。
22	我的一生：空虛且毫無意義/很有意義與目標。	源自 Frankl 對存在空虛的看法(游恆山譯，1991)；以及 May 的看法(彭仁郁譯，2001)。
23	我覺得周圍世界：很令我感到困惑/很有意義且適合我。	源自 May 的看法(彭仁郁譯，2001)。
24	如果今天我死了，我會覺得：全然毫無價值/不虛此生。	源自 May 的看法(彭仁郁譯，2001)。
25	想到我的生命，我：常懷疑我為什麼活著/能了解自己活著的理由。	源自 May 的看法(彭仁郁譯，2001)。
26	「不經一事、不長一智」，因此挫折、痛苦、悲傷，都是人生成長之良藥！	Joe (1997) 所說的，痛苦通常是智慧的開端，因此悲傷若經正確調適，不僅可以增進個人的因應技能，也可促使個人成長，生理狀況恢復甚至達到比失落前更佳

		的狀態（林家瑩，1999）。
自我概念（調適、自我價值）		
27	人生有很多階段，但每個階段都有其挑戰，若能適當因應（通過），則可更增加自我的價值感。	Erikson（1963）提出心理社會發展理論，將人生分為八個階段，每一個階段都有其特定的發展以及必須完成的任務，這些任務可視為一種挑戰或危機，危機解決的成功與否，對個體將來及其生活的適應有著極大的影響（蔡明昌，1995）。
28	雖然人有貧富美醜智愚，但其實每個人的生命都是一樣獨特發展的。	Frankl 認為，生命意義必須從個人生命中某一既定情境下的獨特意義來了解，每一個人都是獨特的，每一個人的生命也是獨特的，沒有一個人可以被替代，其生命也無法重覆（黃宗仁譯，1977）。
29	人若能善盡本份好好活一場，便是有意義的生命。	Frankl 認為，生命意義必須從個人生命中某一既定情境下的獨特意義來了解，每一個人都是獨特的，每一個人的生命也是獨特的，沒有一個人可以被替代，其生命也無法重覆（黃宗仁譯，1977）。
30	在職場上發揮個人能力，可以增加生命的意義感。	人必須藉著「對生命負責任」，來答覆生命意義的內涵，所以生命意義在於一個人如何發揮自己最大的能力，盡自己的本份（Frankl, 1963）。
31	為了完成自己的目標而傷害或影響他人之權益，是現代生活中可接受的價值。	Yalom 認為生命意義分為兩種，一種是「宇宙的意義」，另一種是「世俗的意義」。「宇宙的意義」指的是神，由於世上的一切律則，都是神所制定安排的，人必須依循神的旨意行事，故神的旨意便是所謂的「生命意義」；而所謂「世俗的意義」，則是指在現實生活中可以實現的，是個人體驗出來的生命意義與價值觀（Yalom, 1980）。
32	真愛(或婚姻)都具有現實的限制，所以是需要努力和調適才能達到的。	源自 May 的看法（彭仁郁譯，民 90）；以及 Sartre 對選擇、行動與自由的看法（林靜如，2001）。
33	墮胎-外遇等議題，雖然不合乎倫理的準則，但卻是今日世界中的現實；過分批判(自己或別人)並不能有助於事情之解決。	依據文獻歸納的結果而編擬的題目。
34	慈悲-布施等善行，既利人又利己，是最好的處世之道。	源自 May 的看法-愛與關懷是生命實踐的

		途徑之一（彭仁郁譯，2001）。
35	尊重並接納自己-他人及世界的不完美，就是真正同理心的一種表現。	源自 Rogres 無條件的關懷概念（宋文里譯，1990）。
36	當個人愈能無私無我時，他就愈有人性，也愈能實現自我。	源自 Rogres 無條件的關懷概念（宋文里譯，1990）。
生命品質（幸福感、憂鬱）		
37	我常覺得：無聊/充滿活力。	源自 Frankl 對存在空虛的看法（游恆山譯，1991）；以及 May 的看法（彭仁郁譯，2001）。
38	我覺得我的生活：單調無趣/總是令人興奮。	源自 Frankl 的看法（游恆山譯，1991）。
39	我覺得每一天：都一成不變/都是嶄新的一天。	源自 Frankl 所強調追求生活的目標（游恆山譯，1991）。
40	如果可以選擇，我寧願：從未出生/再活很多次這樣的人生。	源自 Frankl 承認自己抉擇的自由（游恆山譯，1991）。
41	當我空閒時，我覺得：空虛且沮喪/生活是多采多姿。	源自 Frankl 的看法（游恆山譯，1991）；以及 May 的看法（楊紹剛，2001）。
42	我覺得自己尋找生命意義、目標或任務的能力：完全沒有/很強。	源自 Frankl 的看法（游恆山譯，1991）。
43	我覺得我的生命：不是我所能控制/掌握在我的手中。	源自 Frankl 承認自己抉擇的自由（游恆山譯，1991）；Sartre 對選擇、行動與自由的看法（林靜如，2001）。
44	我覺得日常的任務或工作是：痛苦和沉悶/快樂和滿足的來源。	依據文獻歸納的結果而編擬的題目。
生命自由（自主性與超越、接納、選擇）		
45	我相信人有力量去決定他生命每一刻要變成什麼。	源自 Frankl 承認自己抉擇的自由（游恆山譯，1991）；Sartre 對選擇、行動與自由的看法（林靜如，2001）。
46	「真正生命的意義是要從世界去發現的，而不是視為一封閉的系統，從自己的內在來尋求生命的意義」。	Frankl 強調「真正生命的意義是要從世界去發現的，而不是視為一封閉的系統，從自己的內在來尋求生命的意義」且他也提出人有自我超越的能力與特質（Frankl, 1988）。
47	幫助別人可以增進個人的生命意義感。	Yalom (1980) 也指出，生命意義可藉由利他主義、快樂主義、自我實現、自我超越中實現。他在臨床的研究中發現，病人體驗到有意義的生命以利他主義為最普遍，也就是說能夠幫助別人是這些病人感到生

		命中最有意義的事。
48	我是一個：很不負責的人/很負責的人。	源自 Frankl 對自己生命負責的概念(游恆山譯, 1991); Sartre 自由選擇、自行負責的看法(林靜如, 2001)。
49	關於選擇權, 我認為: 完全受制於遺傳與外在環境/人有完全自由。	源自 Frankl 承認自己抉擇的自由(游恆山譯, 1991); Sartre 對選擇、行動與自由的想法(林靜如, 2001)。
50	對於自殺我覺得: 曾認真想過是解決問題的一種方法/從不考慮。	依據文獻歸納的結果而編擬的題目。
51	生命意義感高的人, 會傾向認為「危機就是轉機」。	Erikson (1950) 對危機所下的定義是: 危機不再是意謂著迫在眉睫的大災難, 而是生命中一個重要的轉捩點, 及發展階段面臨二選一時的決定時刻。它匯集了成長、復原與更進一步分化時所需的資源(黃惠美、李巧雙譯, 2001)。
52	生命意義感高的人, 比較能接受自己和別人的缺點(或限制)。	Frankl (1967) 指出, 生命的有限性和死亡的必然性使得個人的存在具有意義, 而成就與快樂並不能成為生命作完整的詮釋, 相反的, 在苦難中, 面對痛苦時, 我們所採取的態度, 常能使我們超越輕薄與膚淺, 實現個人的意義與價值。
宗教(輪迴、信仰)		
53	人生無常, 惟有信仰宗教, 有助於協助真善美等靈性之開發與成長。	Frankl 認為宗教信仰是人的精神現象, 是人對意義的渴求, 按照康德的說法, 人的意義是超驗的, 人的存在是為意義存在的(劉翔平, 2001)。
54	生命最終極的意義乃在於了生脫死, 也就是生而無憾、死而無悔。	源自 Frankl 強調正向面對死亡並盡力負起生命的責任(游恆山譯, 1991); 以及 May 對死亡的態度之看法(龔卓軍、石世明譯, 2001)。
55	追求「身-心-靈」(知-情-意) 三種功能統整的生活, 才是理想的人生。	依據文獻歸納的結果而編擬的題目。
56	生命是輪迴的, 有因便有果; 只不過有時候因果不是當下看得明白而已。	依據文獻歸納的結果而編擬的題目。
57	我相信信仰可以增加生命意義感和減低死亡焦慮。	Frankl 認為宗教信仰是人的精神現象, 是人對意義的渴求, 按照康德的說法, 人的意義是超驗的, 人的存在是為意義存在的

		(劉翔平, 2001)。
死亡(恐懼、焦慮、逃避)		
58	生命意義感高的人, 通常也比較能正向看待死亡。	Erikson (1963) 人格發展理論中發現, 老年人若對自己這一生覺得是有意義的, 則對自己的一生感到滿足, 將導致超越感, 能接受死亡為人生不可避免的終點; 反之則陷入無望, 對生命態度是負面的, 包括覺得心靈是空虛、缺乏求生意志、缺乏人生目的, 產生死亡焦慮。
59	生命意義感低的人, 通常會有較高的焦慮習性。	死亡焦慮在慮病症患者身上只有一層薄薄的偽裝, 這種病人會一直擔心安全和身體的健康。(Irvin D. Yalom, 2003)。
60	經歷過死亡的失落而走出來的人, 通常能更活出生命的意義。	Worden (1991) 也表示, 經過死亡而產生的失落, 使一個人的基本價值和哲學信念被挑戰, 生者會有失去人生方向的感覺, 會在失落和伴隨而來的變遷中尋求意義, 以了解其中的奧秘, 且重新掌握自己的生命。況且, 親人的死亡會強迫你直接正視你的生命, 強迫你去發現尚未發現的人生目的(鄭振煌譯, 1996)。
61	死亡終究會來臨, 所以不必太努力, 隨便高興就好。(反向題)	源自 Frankl 強調正向面對死亡, 並盡力負起生命的責任(游恆山譯, 1991); 以及 May 對死亡態度之看法(龔卓軍、石世明譯, 2001)。
62	我相信善有善報, 惡有惡報。	依據文獻歸納的結果而編擬的題目。
63	我常覺得人與人之間的相處, 都是虛偽的。(反向題)	依據文獻歸納的結果而編擬的題目。

附錄二 專家效度審核名單

姓名	現職	專長領域
紀潔芳	吳鳳技術學院教授	生命教育(教育學)
張利中	東海大學教授	生命教育(社會學)
張淑美	高雄師範大學教授	生命教育(課程與研究)
釋慧開	南華大學教授	生命教育(宗教與哲學)

附錄三 試題文字檢核修訂

試題 題號	題目	第一次修訂	第二次修訂
1	不論年齡或身分，凡是具有利他及服務傾向的人，容易對生命有正向的感受。		
2	我對生活：毫無目標與計畫/有清楚明確的目標。	對於生活，我有明確的目標和計畫。	對於生活，我有明確的目標。
3	在達成個人生活目標方面，我覺得：毫無進展/完全達成我的理想。	我的存在是有意義、有價值的。	
4	我同意人生不同的階段會有不同的目標，所以保持彈性是最好的態度。	我認為人生不同的階段會有不同的目標，所以保持彈性是最好的生命態度。	我認為能完成他人期待的目標才算是成功的人生。
5	在達成個人目標上 我知道如何設定清楚的計畫和步驟。		在達成個人目標上，我能設定清楚的計畫和步驟。
6	我追求過一種自利-利他的生活目標。		我努力過一種自利-利他的生活。
7	只要我願意，生命中充滿了希望。		
8	若一個人常覺得受苦、孤獨、空虛與絕望，則他(她)的生命價值感應較低。		
9	如果一個人愈有生活的目標，則愈能忍受挫折。		
10	一個人若習慣獨自忍受痛苦而無法表達或宣洩，則通常會形成生命沒意義的感覺。		

11	苦難若有機會表達及敘說，則有可能改變當事人原先的想法，增加個人的生命意義感。		
12	「謝謝-對不起-感恩」乃是最好的生命態度。	我認為心懷感恩是最好的生命態度。	我常心懷感恩過每一天。
13	人都會犯錯(悲觀-想自殺或自私自利)，改過求善才是有意義的人生。	我認為有改過向善的意念與行動，才能創造有意義的人生。	我認為能改過向善，才算是有意義的人生。
14	人雖有美醜智愚賢惡之別，但基本上都有光明的本性。	我覺得人性本善。	我覺得人雖有美醜、智愚、賢惡之別，但基本上都具有良善的本性。
15	追求物質(外在)與精神(內在)上之平衡，才是有意義的人生。	我希望追求物質與精神生活的平衡，才能享有美好的人生。	我認為當物質與精神生活平衡時，才能享有美好的人生。
16	為了得不到自己想要的東西(金錢-愛情等)而鬱鬱一生，是可悲的選擇。		
17	「只要我喜歡-什麼都可以」的價值觀，最後一定會帶來挫折的結果。		
18	人生中之困境(失戀-生病)往往是「化妝過的祝福」，因此在逆境中維持正向思考，是最好的因應之道。	我覺得苦難讓自己更了解生命的意義與價值。	
19	凡能促進自我實現與自我超越的生活方式，才是有意義的人生。		
20	一個人覺得幸福之程度與其所過之生命是否有意義感有關(追求目標-面對挑戰-協助他人)。	我覺得幸福的程度與自己的生命是否有意義有關。	我覺得一個幸福的人，會覺得自己的生命有意義。
21	人生不是宿命的，即使面對最艱難之挑戰，個人的自由意志仍可決定生命的價值。	我認為人生的態度決定生命的長度，所以不夠認命。	我認為人生的態度決定生命的高度，所以不需要認命。
22	我的一生：空虛且毫無意義/很有意義與目標。	我認為我活得既充實又有意義。	
23	我覺得周圍世界：很令我感到困惑/很有意義且適合我。	我覺得周圍的世界很有意義且適合我。	我覺得周圍的世界適合我發展潛能。
24	如果今天我死了，我會覺得：全然毫無價值/不虛此生。	如果今天我死了，我會覺得不虛此生(沒有白活)。	如果今天我死了，我會覺得不虛此生。

25	想到我的生命，我：常懷疑我為什麼活著/能了解自己活著的理由。	想到我的生命時，我常不懂我活著的理由。	我常不懂為什麼要活在這個世界上。(此為測謊題)
26	「不經一事、不長一智」，因此挫折、痛苦、悲傷，都是人生成長之良藥！		
27	人生有很多階段，但每個階段都有其挑戰，若能適當因應(通過)，則可更增加自我的價值感。		
28	雖然人有貧富美醜智愚，但其實每個人的生命都是一樣獨特發展的。		
29	人若能善盡本份好好活一場，便是有意義的生命。		
30	在職場上發揮個人能力，可以增加生命的意義感。	建議刪除！	
31	為了完成自己的目標而傷害或影響他人之權益，是現代生活中可接受的價值。		
32	真愛(或婚姻)都具有現實的限制，所以是需要努力和調適才能達到的。	建議刪除！	
33	墮胎-外遇等議題，雖然不合乎倫理的準則，但卻是今日世界中的現實；過分批判(自己或別人)並不能有助於事情之解決。	我接受同性戀者有戀愛-結婚-養育孩子的權利。	
34	慈悲-布施等善行，既利人又利己，是最好的處世之道。	隨時行善，既利人又利己，是最好的處世之道。	
35	尊重並接納自己-他人及世界的不完美，就是真正同理心的一種表現。	尊重並接納自己與他人，就是同理心的一種表現。	接納自己與他人，就是同理心的一種表現。
36	當個人愈能無私無我時，他就愈有人性，也愈能實現自我。	我認為能做到無私無我的境界，愈能實現自我的理想與抱負。	我認為「以牙還牙、以眼還眼」，是符合公平正義的處世之道。
37	我常覺得：無聊/充滿活力。	我覺得生命充滿活力。	
38	我覺得我的生活：單調無趣/總是令人興奮。	建議刪除！	
39	我覺得每一天：都一成不變/都是嶄新的一天。	我覺得每一天都是嶄新的一天。	

40	如果可以選擇，我寧願：從未出生/再活很多次這樣的人生。	當我回顧過往，能完成某些事是我最大的滿足。	
41	當我空閒時，我覺得：空虛且沮喪/生活是多采多姿。	我覺得生活是多采多姿。	
42	我覺得自己尋找生命意義、目標或任務的能力：完全沒有/很強。	我覺得自己尋找生命意義、目標或任務的能力很強。	我相信我有比別人更高的道德操守。
43	我覺得我的生命：不是我所能控制/掌握在我的手中。	我覺得我的生命掌握在自己的手中。	
44	我覺得日常的任務或工作是：痛苦和沉悶/快樂和滿足的來源。	我覺得日常的學習與工作是快樂和滿足的來源。	
45	我相信人有力量去決定他生命每一刻要變成什麼。		
46	「真正生命的意義是要從世界去發現的，而不是視為一封閉的系統，從自己的內在來尋求生命的意義」。		
47	幫助別人可以增進個人的生命意義感。		
48	我是一個：很不負責的人/很負責的人。	我是一個很負責的人。	
49	關於選擇權，我認為：完全受制於遺傳與外在環境/人有完全自由。	我認為人有選擇的自由。	
50	對於自殺我覺得：曾認真想過是解決問題的一種方法/從不考慮。	面對苦難，我不會選擇自殺來解決問題。	
51	生命意義感高的人，會傾向認為「危機就是轉機」。	我認為「危機就是轉機」。	
52	生命意義感高的人，比較能接受自己和別人的缺點（或限制）。	我認為自己比較能接受自己和別人的缺點。	
53	人生無常，惟有信仰宗教，有助於協助真善美等靈性之開發與成長。		宗教信仰，有助於協助真善美等靈性之開發與成長。
54	生命最終極的意義乃在於了生脫死，也就是生而無憾、死而無悔。	生命最終極的意義，就是生而無憾、死而無悔。	
55	追求「身-心-靈」（知-情-意）三種功能統整的生	追求「身-心-靈」三者合一的生活，才是	

	活，才是理想的人生。	理想的人生。	
56	生命是輪迴的，有因便有果；只不過有時候因果不是當下看得明白而已。	生命是週而復始的不斷重複，所以要學會活在當下。	人生無常，所以要學會活在當下。
57	我相信信仰可以增加生命意義感和減低死亡焦慮。	我認為信仰可以增加生命意義感和減低死亡焦慮。	我認為信仰可以減低死亡焦慮。
58	生命意義感高的人，通常也比較能正向看待死亡。	我認為自己比較能正向看待死亡。	
59	生命意義感低的人，通常會有較高的焦慮習性。	不重視生命意義的人，容易產生焦慮。	
60	經歷過死亡的失落而走出來的人，通常能更活出生命的意義。		
61	死亡終究會來臨，所以不必太努力，隨便高興就好。(反向題)		人終究一死，所以不必太努力，隨便過過就好。(反向題)
62	我相信善有善報，惡有惡報。		
63	我常覺得人與人之間的相處，都是虛偽的。(反向題)		

附錄四 專家檢核修訂試題

預試題號	原題目	修訂後題目	修訂原因說明
1	不論年齡或身分，凡是具有利他及服務傾向的人，容易對生命有正向的感受。	我願意擔任志工參與社會服務，幫助弱勢。	
2	對於生活，我有明確的目標。	我很清楚我人生的目標。	
3	我的存在是有意義、有價值的。	我認為自己是個有價值的人。	
4	我認為能完成他人期待的目標才算是成功的人生。	我認為能達到社會或家人的標準才算成功。(反向題)	
5	在達成個人目標上，我能設定清楚的計畫和步驟。	在達成個人目標上，我能設定清楚的計畫和步驟。	
6	我努力過一種自利-利他的生活。	我肯定社會中默默行善的小人物。	會有高的贊同率，因為 social desirability，且已經是一般性的信念，修訂為，我肯定願意效法社會中行善的小人物。
7	只要我願意，生命中充滿了希望。	刪除。	具同質性，併入試題2。
8	若一個人常覺得受苦、孤獨、空虛與絕望，則他(她)的生命價值感應較低。	刪除。	
9	如果一個人愈有生活的目標，則愈能忍受挫折。	刪除。	
10	一個人若習慣獨自忍受痛苦而無法表達或宣洩，則通常會形成生命沒意義的感覺。	刪除。	
11	苦難若有機會表達及敘說，則有可能改變當事人原先的想法，增加個人的生命意義感。	刪除。	
12	我常心懷感恩過每一天。	我常心懷感恩過每一天。	

13	我認為能改過向善，才算是有意義的人生。	我認為每個人都可以從錯誤中學習成長。	
14	我覺得人雖有美醜、智愚、賢惡之別，但基本上都具有良善的本性。	我相信人的本性是良善的。	
15	我認為當物質與精神生活平衡時，才能享有美好的人生。	我覺得有意義的人生，比幸福的人生更重要。	會有高的贊同率，修訂為「有意義的人生，比幸福的人生更重要」。
16	為了得不到自己想要的東西(金錢-愛情等)而鬱鬱一生，是可悲的選擇。	刪除。	
17	「只要我喜歡-什麼都可以」的價值觀，最後一定會帶來挫折的結果。	刪除。	
18	我覺得苦難讓自己更了解生命的意義與價值。	我覺得苦難能讓我更了解生命的意義與價值。	文句苦難「能」讓自己(改用我?)…有可以修改的地方。
19	凡能促進自我實現與自我超越的生活方式，才是有意義的人生。	生命的意義取決於個人自我實現的程度。	
20	我覺得一個幸福的人，會覺得自己的生命有意義。	刪除。	具同質性，併入試題 15。
21	我認為人生的態度決定生命的高度，所以不需要認命。	我認為從事有益於心靈平靜之活動，有助於快樂及幸福感之獲得。	屈服也是人生十五堂課中重要的一課。
22	我認為我活得既充實又有意義。	如果今天我就要死了，我會覺得不虛此生。	
23	我覺得周圍的世界適合我發展潛能。	只要我肯努力就可以發揮我的潛能。	題意不明確，重新修訂題目。
24	如果今天我死了，我會覺得不虛此生。	刪除。	具同質性，併入試題 22。
25	我常不懂為什麼要活在這個世界上。(此為測謊題)	我不明白自己為什麼要活著。(反向題)	
26	「不經一事、不長一智」，因此挫折、痛苦、悲傷，都是人生成長之良藥!	刪除。	具同質性，併入試題 13。
27	人生有很多階段，但每個階段都有其挑戰，若	我肯定每個人的存在，都有其獨特的意義與價	會有高的贊同率，因為 social desirability，且已經是一般

	能適當因應(通過),則可更增加自我的價值感。	值。	性的信念。
28	雖然人有貧富美醜智愚,但其實每個人的生命都是一樣獨特發展的。	刪除。	具同質性,併入試題 27。
29	人若能善盡本份好好活一場,便是有意義的生命。	刪除。	具同質性,併入試題 27。
30	為了完成自己的目標而傷害或影響他人之權益,是現代生活中可接受的價值。	刪除。	
31	我接受同性戀者有戀愛-結婚-養育孩子的權利。	我有清楚的家庭觀念與責任感。	太突顯性別議題,修訂成比較沒有如此敏感性的問題。
32	隨時行善,既利人又利己,是最好的處世之道。	我常隨緣行善,幫助別人。	
33	接納自己與他人,就是同理心的一種表現。	我知道如何接納自己。	
34	我認為「以牙還牙、以眼還眼」,是符合公平正義的處世之道。	我相信人生大部分是公平的。	
35	我覺得生命充滿活力。	我能夠讓自己的生活過的多采多姿。	
36	我覺得每一天都是嶄新的一天。	刪除。	具同質性,併入試題 35。
37	當我回顧過往,能完成某些事是我最大的滿足。	回顧過往,我深深地感受到自己的生命有意義。	
38	我覺得生活是多采多姿。	刪除	具同質性,併入試題 35。
39	我相信我有比別人更高的道德操守。	會用較高的道德標準要求自己。	跟別人比較很難有具體結果。
40	我覺得我的生命掌握在自己的手中。	我習慣以逃避來解決問題。(反向題)	
41	我覺得日常的學習與工作是快樂和滿足的來源。	刪除。	
42	我相信人有力量去決定他生命每一刻要變成什	不論命運好壞,我認為人都還有選擇的自由。	

	麼。		
43	「真正生命的意義是要從世界去發現的，而不是視為一封閉的系統，從自己的內在來尋求生命的意義」。	刪除。	具同質性，併入試題 42。
44	幫助別人可以增進個人的生命意義感。	刪除。	具同質性，併入試題 32。
45	我是一個很負責的人。	我是個負責的人。	
46	我認為人有選擇的自由。	刪除。	具同質性，併入試題 42。
47	面對苦難，我不會選擇自殺來解決問題。	我不會用自殺來解決問題。	
48	我認為「危機就是轉機」。	我會把困難當成是挑戰的機會。	乃一般之概念，不容易區別出不同的意見，改為：我會把困難當成是挑戰的機會。
49	我認為自己比較能接受自己和別人的缺點。	我能接納他人的缺點或限制。	
50	宗教信仰，有助於協助真善美等靈性之開發與成長。	我認為宗教信仰，有助於心靈之成長。	
51	生命最終極的意義，就是生而無憾、死而無悔。	生命最終極的意義，就是生而無悔、死而無憾。	
52	追求「身-心-靈」三者合一的生活，才是理想的人生。	在生活中追求心靈成長是理想的人生。	會有高的贊同率，因為 social desirability。
53	人生無常，所以要學會活在當下。	我相信凡事有因必有果。	
54	我認為信仰可以減低死亡焦慮。	刪除。	具同質性，併入試題 50。
55	我認為自己比較能正向看待死亡。	我認為自己能夠正向看待死亡。	
56	不重視生命意義的人，容易產生焦慮。	刪除。	具同質性，併入試題 55。
57	經歷過死亡的失落而走出來的人，通常能更活出生命的意義。	刪除。	具同質性，併入試題 53。
58	人終究一死，所以不必太努力，隨便過過就好。(反向題)	我認為人生無常所以要積極向上。	會有高的贊同率，因為 social desirability。
59	我相信善有善報，惡有	我相信做壞事的人，一	

	惡報。	定不會有好下場。	
60	我常覺得人與人之間的相處，都是虛偽的。(反向題)	刪除。	具同質性，併入試題 34。
新增		我容易有負面情緒(反向題)。	
新增		我覺得自己算是個幸運的人。	
新增		在大自然中，我更能體會宇宙萬物合一之感。	

附錄五

「國中學生全人生命意義量表」各構面題項分析結果

國中學生全人生命意義量表題號	遺漏值百分比	平均數	標準差	刪除該之表均	刪除題量變數	該題與其他題分相關	多元相關平方	項目刪除的係數	主成分之因素負荷量	56題	49題	42題
01. 在達成個人目標上，我能設定清楚的計畫和步驟。	0%	4.03	0.75	43.74	27.265	.460	.278	.574	.644			
02. 我很清楚我未來人生的方向。	0%	3.35	0.98	44.42	27.163	.323	.240	.589	.561			
15. 我認為沉迷於電玩是浪費生命的做法。	.3%	3.16	1.20	44.61	27.435	.203	.095	.613	.325	刪	刪	刪
16. 回顧過往，能完成某些事讓我覺得很滿足。	1.4%	3.95	0.96	43.82	28.066	.238	.131	.604	.374	刪	刪	刪
29. 我朝向我所追尋的目標邁進。	.9%	3.96	0.93	43.80	26.279	.453	.285	.567	.663			
30. 當理想與現實發生衝突時，我依然會堅持我的理想。	0%	3.72	0.95	44.04	28.411	.211	.152	.608	.419			刪
43. 我覺得自己能過有規律的生活作息。	.9%	3.62	1.09	44.15	27.255	.265	.235	.599	.462			
44. 我能做好分內的事情。	0%	3.77	0.92	44.00	26.355	.449	.350	.568	.645			
71. 如果時間能倒轉，我希望能跟□□(某人、某事…)說聲「對不起」。	1.4%	4.30	1.03	43.46	28.382	.181	.181	.614	.351	刪	刪	刪
72. 對於曾經懊悔過的事，再發生類似情況時，我相信我可以處理得更好。	.3%	4.11	0.88	43.66	27.446	.347	.211	.586	.481			
88. 我會玩電玩是因為無聊、沒事可做。(反)	0%	2.67	1.29	45.10	30.121	-.025	.095	.664	-.073	刪	刪	刪
89. 每天大考小考一堆，讓我覺得生命很無趣。(反)	0%	2.74	1.26	45.02	26.601	.251	.153	.603	.291	刪	刪	刪
98. 我希望十年後能夢想成真。	0%	4.38	0.84	43.38	28.462	.253	.135	.602	.387		刪	刪
03. 不管面對什麼挫折，我能心懷感恩過每一天。	0%	3.43	0.93	56.68	36.090	.340	.372	.646	.421	刪	刪	刪
04. 我覺得挫折可以讓自己更了解生命的價值。	0%	3.87	0.95	56.24	35.678	.371	.319	.642	.484			刪
17. 我覺得有意義的人生，比滿足自己的生活需求更重要。	.3%	3.84	0.97	56.27	35.116	.413	.300	.636	.584			
18. 我認為活出生命的寬度，比生命的長度更有意義。	.3%	3.95	0.91	56.16	36.259	.334	.188	.647	.483		刪	刪
31. 我肯定社會中默默付出的小人物。	0%	4.07	0.84	56.04	36.932	.308	.194	.651	.447	刪	刪	刪
32. 當別人遇到困難時，我願意幫助他(她)。	0%	4.10	0.78	56.01	35.899	.455	.306	.636	.627			
45. 我肯定每個人的存在，都有其獨特的意義與價值。	.3%	4.25	0.84	55.86	35.442	.463	.330	.633	.677			
46. 我願意擔任幹部，為老師、同學、班級服務。	0%	3.73	1.03	56.38	35.728	.324	.212	.647	.525			
59. 我相信最好的生活方式是幫助自己又能幫助別人。	.3%	4.16	0.84	55.95	34.939	.515	.378	.627	.690			
60. 我認為可以做自己想做的事，是幸福的事。	0%	4.28	0.90	55.83	36.284	.338	.280	.646	.483	刪	刪	刪
73. 我相信現在的成績不能決定我的未來。	.3%	4.01	1.07	56.10	38.602	.077	.046	.681	.132	刪	刪	刪
74. 我害怕被同學、朋友排擠。(反)	0%	2.18	1.16	57.93	40.051	-.042	.216	.700	-.187	刪	刪	刪
75. 一個人獨處時，我會覺得無聊。(反)	0%	2.30	1.25	57.81	38.993	.014	.161	.696	-.095	刪	刪	刪
76. 我願意開自己的玩笑(取笑自己)，將歡樂帶給大家。	0%	3.41	1.16	56.70	38.108	.091	.040	.682	.141	刪	刪	刪

90. 我能感受到父母對我的愛。	.3%	4.06	0.98	56.05	35.171	.397	.244	.638	.562			
91. 能夠做我喜歡的事情，讓我覺得快樂。	.3%	4.47	0.84	55.64	36.758	.325	.241	.649	.483	刪	刪	刪
05. 我認為人生無常所以要活在當下，好好努力。	0%	4.02	0.80	49.29	34.910	.323	.168	.690	.417	刪	刪	刪
06. 只要我肯努力就可以發揮我的潛能。	1.2%	4.08	0.96	49.23	34.123	.318	.202	.690	.433	刪	刪	刪
19. 我能接納或包容每個人的缺點。	0%	3.48	0.93	49.82	34.007	.345	.217	.686	.474	刪	刪	刪
20. 我相信人生是公平的。	.6%	3.14	1.23	50.16	33.417	.257	.169	.701	.356	刪	刪	刪
33. 我認為每個人都可以從錯誤中學習成長。	.6%	3.89	1.02	49.42	33.197	.370	.350	.683	.508		刪	刪
34. 我認為遇到困難是自我突破的好機會。	.3%	3.94	0.91	49.37	33.134	.441	.384	.675	.544			
47. 不論命運好壞，我認為人都還有選擇的自由。	.3%	4.24	0.88	49.07	33.946	.381	.290	.683	.535			
48. 生命的方向由我決定。	0%	4.07	0.94	49.23	34.142	.328	.255	.689	.451	刪	刪	刪
61. 我接受同學會有學習成就高低不同的差異。	.3%	4.13	0.88	49.18	33.619	.413	.296	.679	.598			
62. 我能接受每個人有犯錯的權利。	0%	3.92	0.91	49.38	32.913	.465	.353	.672	.615			
65. 我尊重所有的宗教活動。	0%	3.80	1.01	49.51	33.493	.349	.325	.686	.513			刪
77. 我能尊重身心障礙的人士。	0%	4.25	0.82	49.06	33.878	.423	.273	.679	.591			
83. 我能尊重包容各種不同的宗教信仰。	.3%	3.89	1.00	49.41	33.468	.359	.316	.684	.513			
96. 我覺得我的生命不是我所能控制。(反)	.3%	2.47	1.24	50.84	38.398	-.086	.068	.751	-.121	刪	刪	刪
07. 生命的意義取決於個人自我實現的程度。	.9%	3.85	0.98	71.03	88.534	.272	.235	.782	.379	刪	刪	刪
08. 我相信「天生我材必有用」。	.3%	3.90	1.02	70.98	85.228	.437	.301	.773	.525	刪	刪	刪
21. 我不明白自己為什麼要活著。(反)	.9%	3.17	1.24	71.71	86.957	.262	.214	.784	.251	刪	刪	刪
22. 我懂得適時紓解壓力。	.6%	3.64	1.06	71.24	86.281	.364	.238	.777	.504	刪	刪	刪
35. 我會以逃避來解決問題。(反)	.3%	3.52	1.14	71.36	86.473	.321	.208	.780	.308	刪	刪	刪
36. 我認為能達到父母、師長的期望才算成功。(反)	0%	3.12	1.14	71.76	95.155	-.086	.118	.804	-.162	刪	刪	刪
49. 我是個負責的人。	.6%	3.66	0.91	71.22	86.461	.431	.305	.774	.530	刪	刪	刪
50. 我能夠接納自己的優缺點。	0%	3.84	0.93	71.04	84.718	.523	.406	.769	.655			
57. 面對不同的學習階段，我能調整自己的學習方式。	0%	3.80	0.93	71.08	85.329	.486	.384	.771	.623			
58. 我能接納來自不同家庭背景的同學。	.3%	4.19	0.88	70.70	88.895	.294	.256	.781	.408	刪	刪	刪
63. 在任何情況下，我都能照顧自己。	.3%	3.63	0.99	71.25	86.727	.370	.268	.777	.487	刪	刪	刪
64. 我覺得自己是個幸運的人。	0%	3.63	1.15	71.25	84.443	.417	.293	.773	.546		刪	刪
78. 我認為自己沒有主見，無法做決定。(反)	0%	2.89	1.22	71.99	88.884	.180	.166	.789	.165	刪	刪	刪
79. 儘管沒有人能瞭解我內心的想法，我仍然過得很好。	.3%	3.41	1.18	71.47	90.042	.138	.194	.792	.275	刪	刪	刪
80. 我能調整自己的學習態度來面對不同老師的教學方法。	.3%	3.65	0.98	71.24	85.482	.446	.365	.772	.592			
81. 我能接受自己的身體與心理正在變化中。	0%	3.97	0.90	70.91	86.073	.460	.325	.772	.578			刪
82. 我對自己的外表感到自卑。(反)	.3%	3.22	1.18	71.67	86.454	.304	.334	.781	.286	刪	刪	刪
92. 我認為每天都過得緊張焦慮。(反)	0%	3.04	1.17	71.84	87.592	.254	.291	.784	.227	刪	刪	刪
93. 我是精力充沛、富有活力的。	.3%	3.86	1.04	71.02	83.216	.542	.371	.766	.641			
94. 我對自己的外貌感到滿意。	.3%	3.40	1.06	71.49	83.736	.499	.429	.769	.619			
95. 我對我現在的情形感到滿意。	.3%	3.49	1.11	71.39	83.267	.494	.415	.768	.639			
09. 我相信凡事有因必有果。	0%	4.01	0.96	30.51	38.470	.173	.071	.826	.200	刪	刪	刪
10. 我相信人的本性是善良的。	0%	3.53	1.15	30.98	35.401	.346	.148	.813	.402			刪
23. 我認為宗教信仰，有助於心靈之成長。	0%	3.21	1.08	31.31	32.323	.646	.490	.778	.778			
24. 我認為人不應該做壞事。	0%	3.98	0.98	30.53	36.863	.304	.151	.815	.360		刪	刪
37. 我認為宗教信仰能協助我認清生命的本質。	0%	2.95	1.11	31.56	32.004	.654	.626	.777	.812			

38. 我相信參與宗教活動會提升生命意義。	.6%	3.01	1.08	31.50	31.557	.714	.654	.770	.846			
51. 虔誠的宗教信仰給予我精神上的支持。	0%	3.20	1.07	31.32	31.448	.741	.686	.768	.867			
52. 我認為有宗教信仰，較能以平常心面對死亡。	0%	3.18	1.05	31.33	32.667	.636	.542	.780	.781			
66. 我參加宗教活動是不求回報的。	0%	3.49	1.05	31.02	35.277	.403	.181	.806	.516			
84. 我相信「人在做，天在看」，所以做任何事但求問心無愧。	0%	3.95	1.01	30.56	36.600	.315	.167	.814	.351	刪	刪	刪
11. 我認為自己能夠正向看待死亡。	.3%	3.43	1.16	44.04	61.294	.474	.250	.764	.596			
12. 我不會用自殺來解決問題。	.6%	4.22	1.03	43.25	68.384	.103	.071	.793	.166	刪	刪	刪
25. 我能坦然面對家人離開的事實。	.3%	3.28	1.27	44.18	59.599	.509	.363	.760	.639			
26. 我可以自在的跟別人談論死亡話題。	0%	3.21	1.22	44.25	59.796	.528	.299	.759	.640			
39. 我能接受器官捐贈、大體捐贈的觀念。	0%	3.48	1.16	43.99	65.733	.220	.099	.786	.305	刪	刪	刪
40. 死亡是生命必然的事，我不怕死亡的來臨。	0%	3.43	1.17	44.03	59.193	.591	.407	.753	.700			
53. 參加喪禮會令我感到恐懼。(反)	.3%	3.01	1.21	44.46	65.020	.244	.144	.784	.314	刪	刪	刪
54. 喪葬隊伍經過身旁，我也能感到自在。	.6%	2.91	1.19	44.56	61.819	.426	.210	.768	.532	刪	刪	刪
67. 我能客觀地接受死亡教育的輔導。	.6%	3.76	1.11	43.71	60.359	.561	.363	.757	.678			
68. 我認同「每個人這一生都有自己要完成的人生功課，死亡是功課完成了」。	0%	3.47	1.24	44.00	61.641	.411	.226	.769	.539			刪
85. 我認為死亡是件自然的事。	.3%	3.95	1.07	43.52	61.155	.531	.344	.760	.657			
86. 我害怕自己突然生重病。(反)	.3%	2.38	1.22	45.08	65.677	.205	.180	.788	.272	刪	刪	刪
97. 如果今天我死了，我會覺得不虛此生。	.6%	3.15	1.26	44.32	62.073	.381	.195	.772	.503	刪	刪	刪
99. 我能坦然面對寵物離開的事實。	0%	3.80	1.17	43.67	62.135	.420	.269	.769	.542		刪	刪
13. 在生活中追求心靈成長是理想的人生。	.3%	3.93	0.83	40.07	26.024	.438	.264	.739	.579			
14. 我認為從事有益於心靈的活動，可以提升自我。	.3%	3.91	0.93	40.10	25.924	.383	.249	.745	.502		刪	刪
27. 在大自然中，我更能體會宇宙萬物合一之感。	.3%	3.48	0.98	40.52	25.453	.403	.213	.743	.524			刪
28. 每個人都是獨一無二，都有存在價值。	.3%	4.31	0.85	39.69	26.480	.366	.208	.747	.501	刪	刪	刪
41. 我能接受「萬物皆有靈性」的觀念。	0%	3.95	0.94	40.05	25.451	.428	.210	.739	.571			
42. 我認為即使是小動物都有其存在的權利。	.3%	4.36	0.81	39.64	26.463	.397	.304	.743	.541			
55. 我能尊重萬物都有生存的空間。	0%	4.20	0.81	39.80	25.603	.508	.397	.731	.653			
56. 剝奪萬物的生存權是殘忍的。	0%	4.15	0.96	39.85	26.091	.349	.245	.749	.496	刪	刪	刪
69. 提升心靈層次是生命不可或缺的事。	.3%	3.85	0.94	40.15	24.623	.525	.326	.727	.651			
70. 萬物生命的長短，我都能坦然接受。	.6%	3.82	1.09	40.18	25.789	.311	.170	.757	.429	刪	刪	刪
87. 我喜歡親近大自然。	.6%	4.04	0.98	39.96	25.307	.419	.224	.740	.552			

附錄六

親愛的同學你（妳）好：

首先感謝你（妳）抽空填寫完這份問卷，這份問卷的主要目的是為了瞭解國中學生生命意義感傾向，亟需你（妳）提供寶貴的看法與意見，敬請惠予協助。本問卷每個題目都沒有標準答案，請你（妳）根據個人的看法、感受與實際狀況填答。

本研究採不記名方式，對於你（妳）所填的資料將予以保密，其結果僅供學術研究及學術參考之用，不會對外公開，更不列入任何評分，請你（妳）放心提供真實的答案。

萬分感謝所有同學的協助！ 敬 祝！ 健康快樂！

南華大學生死學系研究所

指導教授：何長珠 博士

研 究 生：戴玉婷

敬啟

第一部份：個人基本資料

1. 性別：男 女
2. 年級：七年級 八年級 九年級
3. 個人宗教信仰：無 有
4. 家中排行：老大 排行在中間 老么 獨生子女
5. 家中經濟狀況：富裕 小康 低收入戶
6. 曾經有親朋好友死亡的經驗：無 有
7. 曾經有寵物死亡的經驗：無 有
8. 家庭狀況：單親 正常（父母同住）隔代教養（祖父母）
9. 家住區域：北區（新竹以北）中區（雲林至苗栗）
南區（嘉義以南）東區（花蓮、台東）

(二) 正式填答

	非 常 同 意	同 意	沒 意 見	不 同 意	很 不 同 意
1. 在達成個人目標前，我會先想好該怎麼做。	5	4	3	2	1
2. 我很清楚我未來人生的方向。	5	4	3	2	1
3. 我朝向我所追尋的目標邁進。	5	4	3	2	1
4. 當理想與現實發生衝突時，我依然會堅持我的理想。	5	4	3	2	1
5. 我覺得自己能過有規律的生活作息。	5	4	3	2	1
6. 我能做好分內的事情。	5	4	3	2	1
7. 對於曾經懊悔過的事，再發生類似情況時，我相信我可以處理得更好。	5	4	3	2	1
8. 我希望十年後能夢想成真。	5	4	3	2	1
9. 我覺得挫折可以讓自己更了解生命的價值。	5	4	3	2	1
10. 我覺得有意義的人生，比滿足自己的生活需求更重要。	5	4	3	2	1
11. 我認為活出生命的寬度，比生命的長度更有意義。	5	4	3	2	1
12. 當別人遇到困難時，我願意幫助他（她）。	5	4	3	2	1
13. 我肯定每個人的存在，都有其獨特的意義與價值。	5	4	3	2	1
14. 我願意擔任幹部，為老師、同學、班級服務	5	4	3	2	1
15. 我相信最好的生活方式是幫助自己又能幫助別人。	5	4	3	2	1
16. 我能感受到父母對我的愛。	5	4	3	2	1
17. 我認為每個人都可以從錯誤中學習成長。	5	4	3	2	1
18. 我認為遇到困難是自我突破的好機會。	5	4	3	2	1
19. 不論命運好壞，我認為人都還有選擇的自由	5	4	3	2	1
20. 我接受同學會有學習成就高低不同的差異。	5	4	3	2	1


21. 我能接受每個人有犯錯的權利。 5 4 3 2 1
22. 我尊重所有的宗教活動。 5 4 3 2 1
23. 我能尊重身心障礙的人士。 5 4 3 2 1
24. 我能尊重包容各種不同的宗教信仰。 5 4 3 2 1
25. 我能夠接納自己的優缺點。 5 4 3 2 1
26. 面對不同的學習階段，我能調整自己的學習方式。
5 4 3 2 1
27. 我覺得自己是個幸運的人。 5 4 3 2 1
28. 我能調整自己的學習態度來面對不同老師的教學方法。
5 4 3 2 1
29. 我能接受自己的身體與心理正在變化中。 5 4 3 2 1
30. 我是精力充沛、富有活力的。 5 4 3 2 1
31. 我對自己的外貌感到滿意。 5 4 3 2 1
32. 我對我現在的情形感到滿意。 5 4 3 2 1
33. 我相信人的本性是善良的。 5 4 3 2 1
34. 我認為宗教信仰，有助於心靈之成長。 5 4 3 2 1
35. 我認為人不應該做壞事。 5 4 3 2 1
36. 我認有宗教信仰能協助我認清生命的本質。 5 4 3 2 1
37. 我相信參與宗教活動會提升生命意義。 5 4 3 2 1
38. 虔誠的宗教信仰給予我精神上的支持。 5 4 3 2 1
39. 我認為有宗教信仰，較能以平常心面對死亡 5 4 3 2 1
40. 我參加宗教活動是不求回報的。 5 4 3 2 1
41. 我認為自己能夠正向看待死亡。 5 4 3 2 1
42. 我能坦然面對家人離開的事實。 5 4 3 2 1
43. 我可以自在的跟別人談論死亡話題。 5 4 3 2 1
44. 死亡是生命必然的事，我不怕死亡的來臨。 5 4 3 2 1
45. 我能客觀地接受死亡教育的輔導。 5 4 3 2 1
46. 我認同「每個人這一生都有自己要完成的人生功課，死亡是功課完成了」。
5 4 3 2 1

47. 我認為死亡是件自然的事。 5 4 3 2 1
48. 我能坦然面對寵物離開的事實。 5 4 3 2 1
49. 在生活中追求心靈成長是理想的人生。 5 4 3 2 1
50. 我認為從事有益於心靈的活動，可以提升自我。
5 4 3 2 1
51. 在大自然中，我更能體會宇宙萬物合一之感 5 4 3 2 1
52. 我能接受「萬物皆有靈性」的觀念。 5 4 3 2 1
53. 我認為即使是小動物都有其存在的權利。 5 4 3 2 1
54. 我能尊重萬物都有生存的空間。 5 4 3 2 1
55. 提升心靈層次是生命不可或缺的事。 5 4 3 2 1
56. 我喜歡親近大自然。 5 4 3 2 1

量表到此結束，謝謝您的填答

同意書

本人宋秋蓉同意個人撰寫之「青少年生命意義之研究」
碩士論文，由南華大學生死學研究所戴玉婷於其撰寫之
「國中學生全人生命意義量表之建構研究」中，做為學術
研究引用。

同意人： 

中華民國 99年 5月