

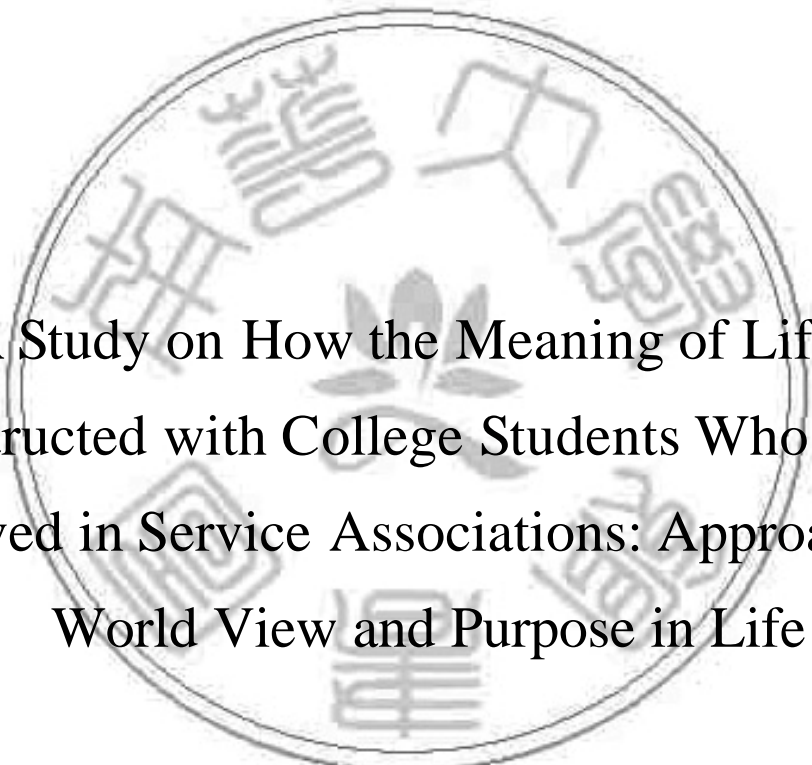
南 華 大 學

生死學研究所碩士論文

服務性社團的大學生構築

生命意義之研究 以世界觀

和生活目標為取向



A Study on How the Meaning of Life is  
Constructed with College Students Who Deeply  
Involved in Service Associations: Approach with  
World View and Purpose in Life

研 究 生：施瑞綿

指導教授：張利中 博士

中華民國九十五年六月十五日

南 華 大 學

生 死 學 研 究 所

碩 士 學 位 論 文

服務性社團的大學生構築生命意義之研究——  
以世界觀和生活目標為取向

A Study on How the Meaning of Life is Constructed with  
College Students Who Deeply Involved in Service Associations:  
Approach with World View and Purpose in Life

研究生：施 瑞 綿

經考試合格特此證明

口試委員：蔡 明 昌  
張 利 中  
蔡 昌 雄

指導教授：張 利 中

系主任(所長)：釋 慧 開 (陳 開 宇)

口試日期：中華民國

95年 6 月 15 日

# 謝 誌

還記得三年前，剛放榜得知考上南華大學生死所的幾天之後，遇到奶奶因為意外而導致死亡，心想這是不是先幫我上一堂真實的生死課程，以提醒我在面對未來的生死研究課程，應該要好好學習並且學以致用落實在生活中。

經過這段時間學習與論文寫作，能夠順利完成，我要很感激這一路陪我走過的所有人。首先要感謝我的指導教授張利中老師，他秉持著一貫認真研究的精神，常常利用周末犧牲假期跟我討論論文，也給予我很大的支持及自主發揮的空間，讓我能順利的完成論文。其次，在南華修習課業期間，承蒙恩師的指導 慧開所長的以身示道、蔡昌雄老師的博學與獨到見解、蔡明昌老師的風趣親切、李燕蕙老師的平易近人、歐崇敬老師的自信幽默、永有法師的熱心助人、以及戚常卉老師的優雅點撥 都讓我受益良多，讓我對生死相關議題有進一步的認識，也奠定我從事學術研究的基礎。再者，要感謝 92 級的同班同學，特別是雯嬋、玉靜、錦良、玉燕、翠芬、永吉、鳳芳、桂榮、蘭貞、李彬、淑玲、健泰、淑鈴，能與大家一起在南華山上學習，互相切磋學業與彼此提攜支持，真是人生的一大福氣。

在深度訪談期間，更要感謝三位研究個案 - 小微、小霖及小朱，因為你們的參與及配合，能全力支持我的研究，才能讓這篇論文得以完成。

還有，我也必須感謝做研究過程一直鼓勵我的慧玲至友及香美學姊；陳美珍老師幫助我翻譯英文摘要；青年高中及長榮女中夜間部，兩校的長官及同仁的體諒與照顧；我的爸爸、媽媽、大姊全家、二姊全家、大哥全家、以及夫家所有家人的支持、鼓勵與關心；我更要感謝的是我的丈夫，也是我生死所的同學萬侯，在我努力拼論文的過程，不時的給我一些指點建議與肯定鼓勵，並負起家裡日常生活的起居照料，讓我有強大的後盾，能無後顧之憂的拼論文。

最後能順利完成論文畢業，我要感謝生我、育我的父母以及一路上伴我、助我、關

心我的親朋好友及師長，我在此謹向您們致上最崇高的敬意及祝福。

施瑞綿 謹誌於府城

2006.6.15

# 服務性社團的大學生構築生命意義之研究

## 以世界觀和生活目標為取向

### 摘要

本研究的題目是「服務性社團的大學生構築生命意義之研究——以世界觀和生活目標為取向」。研究目的有四：

- 一、探討大學生參與服務性社團之後其世界觀的構築歷程。
- 二、探討大學生參與服務性社團之後其生活目標的構築歷程。
- 三、探討大學生參與服務性社團之後，其世界觀與生活目標構築歷程的相互影響。
- 四、探討大學生參與服務性社團之後對生命意義的影響。

本研究是以三位參加服務性社團的大學生為研究對象，參與服務社團的時間都在三年以上。本研究是以質性研究的深度訪談法進行資料蒐集，訪談大綱分為開放性及半結構性兩種，最後以內容分析法進行資料結果分析。

本研究有四點發現：

一、接觸服務性社團之後世界觀的構築歷程：世界觀向度總共有十六個，參與服務後三個個案有七個向度是一樣的——性善、互利、尊卑有序、順服、重視現在、亦知亦行及求知。參與服務性社團者的世界觀向度會有相似性的發展而且向度都會增加或是做調整，所增加的向度對於個人的生命經驗都有正面的影響。

二、接觸服務性社團之後生活目標的構築歷程：三個個案生活目標發展的相似度高，其中有兩個項目是三個個案都有——社會價值高（縱向傑出）和認同自我選擇的自由（橫向傑出）；另有四個項目是兩兩相同的。參與服務性社團之後，其生活目標的追尋是比較正向而且豐富。

三、接觸服務性社團之後的世界觀與生活目標的相互影響：以生命意義的階層模式或是理情行為治療理論做驗證，都可以看出二者彼此之間有來回的相互影響。

四、大學生參與服務性社團之後對生命意義的影響：參與服務社團的時間越久，就

越能覺察到自己的生命意義，對於生命有正向的激勵作用，使參與者生命的深度跟廣度都能增加。

關鍵字：服務性社團、生命意義、世界觀、生活目標

# A Study on How the Meaning of Life is Constructed with College Students Who Deeply Involved in Service Associations: Approach with World View and Purpose in Life

## Abstract

The title of the research is “How a college student from a service association constructs his meaning of life – orientated on the view of world and purpose in life”. The aim of the research is based on the following:

1. Confer on the process how college students build the world view after join a service association.
2. Confer on the process how college students find the purpose in life after join a service association.
3. Confer on how above-mentioned processes influence each other.
4. Confer about the influence on the meaning of life to the college students.

The research includes three target students who have taken part in a service association for more than three years. During the researching process, a number of deep talks on quality study (質性研究) have been conducted in order to collect useful information. The interview mainly includes open questions and hemi-constructive questions, and later the information is analyzed with the method of content analysis.

Four major points have been concluded:

1. In terms of the process of forming the world view after college students join the service association, there are seven out of the sixteen vectors (向度) of world view found in common among these three students, including kind, mutual-beneficial, respect the seniors, obedient, present-treasuring, say and act in accordance, urge for knowledge. They develop their similar experience on the various vectors of world view which are very positive to their life attitude.

2. In terms of the process of finding the purpose in life after college students join the service association, the three target students also have the same similarity. They all have two recognition: high social value (vertical distinctiveness 縱向傑出), and identify themselves with the freedom out of their own choice. They all tend to search for the more positive and colorful life.
3. In terms of the interactive influence between of their world view and purpose in life after college students join the service association, an evidence from the mode of level (階層意識) or the therapy theory of rational and emotional behavior (理情行為治療理論) is given to support the hypothesis of mutual influence.
4. In terms of the influence on the meaning of life for students who join the service association, the longer they participate the community, the deeper they can sense about their own meaning of life and inspire others. They are lead to a deeper and wider meaningful life.

Key words: service association, meaning of life, world view, purpose in life



# 服務性社團的大學生構築生命意義之研究

## 以世界觀和生活目標為取向

### 目 錄

第一章 緒論.....	1
第一節 研究動機.....	1
第二節 研究目的.....	5
第三節 名詞界定.....	6
第二章 文獻探討.....	9
第一節 生命意義內涵及實證研究.....	10
第二節 質化研究的整理.....	20
第三節 世界觀、生活目標之理論概述.....	23
第四節 建構生命意義的心理歷程分析.....	30
第三章 研究方法.....	35
第一節 研究設計.....	35
第二節 研究對象.....	42
第三節 研究工具.....	45
第四節 資料處理與分析.....	47
第四章 研究結果分析.....	49
第一節 小薇對於自身與世界的觀照 無時無刻都要奉獻自己.....	49
第二節 小薇的生活目標.....	73
第三節 小霖對自身與世界的觀照 期待世界大同的一天.....	82
第四節 小霖的生活目標.....	105

第五節 小朱對自身與世界的觀照 自助而後天助.....	109
第六節 小朱的生活目標.....	142
第五章 世界觀與生活目標的相互關係.....	151
第一節 小薇世界觀與生活目標的相互關係.....	152
第二節 小霖世界觀與生活目標的相互關係.....	165
第三節 小朱世界觀與生活目標的相互關係.....	173
第四節 個案之間世界觀構築歷程的差異性比較.....	183
第五節 個案之間生活目標構築歷程的差異性比較.....	194
第六章 研究結論與建議.....	203
第一節 研究結論.....	204
第二節 建議與限制.....	214
參考文獻.....	217
附錄一 訪談同意書.....	223
附錄二 訪談指引.....	224
附錄三 逐字稿（節錄）.....	225

# 表 目 錄

表 3-2-1 研究對象之基本資料.....	44
表 5-4-1 三個個案接觸服務性社團之前世界觀的比較.....	184
表 5-4-2 三個個案接觸服務性社團初期世界觀的比較.....	186
表 5-4-3 三個個案接觸服務性社團後期世界觀的比較.....	190
表 5-5-1 三個個案接觸服務性社團之前生活目標的比較.....	194
表 5-5-2 三個個案接觸服務性社團初期生活目標的比較.....	196
表 5-5-3 三個個案接觸服務性社團後期生活目標的比較.....	199

# 圖 目 錄

圖 3-1-1 生命意義感的階層模式.....	41
-------------------------	----

# 第一章 緒論

## 第一節 研究動機與背景

人總是會感到困惑的問：存在的目的是什麼？存在的終極意義是什麼？死後是怎麼呢？為什麼不幸的事會發生在好人身上呢？如何才能過一個有意義且充實的人生呢？這種種的困惑總在人的心中盤旋，因為意義的尋找是深植在人類的本質及原始的動機中（Frankl，1963）。

現代人拜科學發達之賜，過著舒適的物質生活但心靈上是空虛的，大部分的人沒有思考生命的意義，只是不停的忙碌旁枝末節的事情，一輩子都忙碌得身不由己，沒有時間思維與面對生命的真正問題。就像清朝順治皇帝的〈讚僧詩〉，頗能清楚表達人生角色思維的疑惑與困頓：「來時糊塗，去時迷，空在人間走一回，未曾生我誰是我，生我之後我是誰，長大成人方知我，合眼朦朧又是誰，不如不來亦不去，亦無煩惱亦無悲」，莊子亦云：「我本不願生，忽然生在世；我本不欲死，忽然死期至」，此即為人生的重大問題的三種迷惘（潘正德等著，2004，p.118）：不知道生，從何而來？不知道死，往何處去？更不明白人為何而活？因此，若能平凡、合乎自然順序地走完這一生，即是按照生、老、病、死的順序，並對生命毫無疑惑與困頓，或許對生命還算是一種幸運吧！但是，現代社會中有許多人遇到困難挑戰，像天災人禍導致親人意外死亡或情感上的創傷，因為無法承受如此重大的打擊而選擇結束自己的寶貴生命。所以自殺排行在十大死因之內，因為人們把生命的意義及價值看得太輕，殊不知生命有其可貴、意義及價值之處。所以 Robert Emmons（2000，pp.3-26）提到有意義的人生是充滿豐富多樣性的情感，具備深刻的目的感覺、內心堅信的感覺及確信儘管身陷困境，但生命仍具有其意義的感覺，包含愉快的情感和不愉快的情感都有存在。

世界觀的不同向度可以組成特定的型態，如叢林的世界觀(jungle outlook)(Maslow，1955，pp.1-30)或是當下的世界觀，更重要的是世界觀會影響一個人的生活行為。換句

話說，人如何看待這個世界，就決定了人在這個世界上如何看待自己的人生，決定自己生命的走向。雖然世界觀不容易改變，但仍具有改變的潛能。然而，當遭逢巨變且因應力窮盡時，改變世界觀，諸如各宗教信仰中所教導的「交託」、「放下」、「捨得」等概念，似乎是個人能夠因應困境且仍能尋獲意義的一個重要根據，此一呼應與 Frankl（1963）從「創造」、「體驗」、到「接受」等不同層面意義。其中「接受」似乎意味著以新的心境、眼光與態度，也就是新的世界觀來看待逆境與困境。

Frankl（1963）認為，生命意義的議題是人類最深層的問題，對於生命的質疑，則是存在為人之狀態的最真實表達，發現自己存在的可疑性，經驗整個生命的疑慮，是人類獨有的特徵，而這個質疑自己存在的意義的特質特別使人類有別於其他動物。討論生命意義議題時，首先要了解什麼是構成生命意義的內涵，也要確認個體生命在具體時間的具體意義，而不是泛泛討論一般的生命意義，所以發現生命意義要在人所信仰的信條中、工作中、在他們的創造物中、所愛的人和事物中、經驗中、在他們所遭遇世界上的真、善、美中、所接觸的人及品性中、即便是在痛苦與絕望中，人仍然可以發現自己的生命意義，他有機會發現生命最深刻的意義即是苦難的意義（劉翔平，2001，pp.77-78）。

研究者本身是學習護理、輔導的背景，從青少年期自己還是心智未開時，就要學習照顧病人，面對生命中最殘酷的事實——疾病與死亡，對研究者來說是一項艱鉅的挑戰，因為自己對死亡的恐懼、看到病人死亡時痛苦的樣子、死亡的不同樣態以及心裡想著人死後到底去哪裡等，種種的疑惑跟恐懼，讓研究者不斷的思考，人活著的意義是什麼？人都要死亡，為什麼要來人間走一遭呢？尤其是某些人的生命，還遭遇到重大挫折，像考試名落孫山、失戀、被朋友排擠導致人際關係不良、父母吵架使家庭充滿暴戾之氣、經濟匱乏到連基本的生理需求都無法滿足時，更容易浮現對生命意義的困惑。研究者認為人生應該是有使命或功課要學習的，而且每個人在不同階段都有不同的課題，完成一項課題之後還有接踵而來的另一個課題，也就是說人生是一連串的學習成長，有各種不同的挑戰與考驗，唯有學習面對，才能順利的邁向下一步。正因如此，為了讓自己或更多人找到生命的活力與動力，以面對人生的課題，研究者認為思考生命意義進而找到生命意義並賦予意義生命，是一項重要的研究議題。

根據 Erickson 的心理社會理論所闡述，大學生的年齡是介於青少年晚期與成年初期，處於自我統整一致及自我統整危機時期，此時他們已能夠使用較高層次的思考，相對的亦容易感受到價值觀的混淆（Erickson，1968）以及生命意義感的缺乏（何英奇，1985，pp71-94）。何英奇（1990）以國內 873 名大專生為研究對象，結果發現約有四分之一的人覺得生命比較缺乏目的與意義，因而感受到「存在的空虛」，且女生比男生缺乏生活目的的情況較為嚴重。何英奇（1985，p.71）整理六 0 年代對國內大學生所做的調查結果，發現台灣約有五分之二的人，曾發生自我統整的困難，因而面臨認同的危機（Identity Crisis）亦印證此一發展時期，台灣大學生可能會面臨的困境。在這個價值觀逐漸形成的期間，如何引導他們對生命的議題有更深入了解探討，以刺激他們對自己的生命意義有所體悟與覺知，進而願意充實他們的生命意義感，就顯得十分重要。

回顧過去這十年來（1992-2001）國內對於大學生的生命意義內涵探討的專論很少。今日的大學生出生於台灣工商業發達之後，物質生活相當富裕，卻出現心靈空虛，所以大部份的大學生浪費時間、虛擲生命，每天的忙碌都是為了自己生活享樂居多。他們所表現的價值觀與人生觀跟上一代有明顯的差異，而對生命意義的追求可能跟出生在農業時代的父母們有明顯的差異，也就是他們可能抱持著跟傳統不一樣的生命意義感。隨著國內九年一貫教育體制的實施，以及大專院校廣為設置，幾乎每一位學子都有機會，可以選擇進入大學接受高等教育，但是否因著大家受了高等教育之後，對於生活目標、生命意義、生存理由的了解，就能隨著受高等教育而提升呢？由目前的社會現況來看，受高等教育者能提升生命意義感，彼此間似乎沒有什麼正相關，反而有許多高級知識份子更是不愛惜自己的。再加上，台灣邁入開發中國家，所以整個社會變動的速度很快，傳統社會一些良好的生活理念被遺棄，新的社會良好信念又尚未建立，因此讓現在的許多學子無所適從，研究者認為這對大學生的生命意義與價值的認同必然會有所影響。因此研究者認為，提供優秀大學生的生命意義給其他大學生當作參照的模式，激發大學生思考自己的生命意義，過一個有意義充實的人生，是目前值得做的研究。

研究者有鑑於國內做生命意義相關研究的論文很多，相信這是個可喜可賀的事情，表示國人在思考生命議題層次上又跨出了一大步。但研究者覺得可惜的是，生命意義的

量表大都是根據國外學者所研發的再加以修正。根據國外學者所編製的生命意義量表是否適合測試國人的生命意義呢？這是否客觀呢？研究者認為這是值得疑慮的。而目前有關生命意義質性研究的部份，大多是研究當個人或家人，有發生重大變故或是因應機轉崩潰時，所做生命意義的探討。以張利中（2001，pp.31-32）生命意義追尋的時態，是第二階段尋求意義（*searching for meaning*）的階段，當生命走到了絕境或是達成人生目標的希望瓦解，而當下的憂慮在心中無限的擴張時，是比較容易思考及想要尋找生命意義。因此對於各年齡層而且過的健康積極的人，有關他們生命意義的探究則尚未受到重視。

現在的大學生，有些認真投入參與服務性社團，熱心公益、關懷照顧需要被幫助的人，相對的現在更多的大學生飽食終日無所用心、沉迷於網路、生活空虛、浪費時間生命、飆車、吸毒等，不知道生活的目的為何而任意虛擲生命。研究者好奇的想要知道，大部分的大學生是選擇玩樂，是什麼樣的原因讓少數的大學生會願意選擇參與服務性社團。而參與服務性社團的大學生，可以從服務的活動當中看到人生悲苦的一面，可以藉此刺激參與服務的大學生，產生同理心及面對人生困境的思考，思索如何來協助自己及他人。也應該能去深入了解他人是如何在面對人生的困境，學習他人是如何的在回應生命對他的祈求。大學生藉著參與服務性社團，可以搭別人生命苦難的便車，及早體會生命的意義（張利中，2001，p.32）。因為大學階段是人生重要的發展階段，而且大學生有充裕的時間能夠運用，如果能夠了解自己的目標、進而探尋生命意義及價值，對於他們的人生應該有正面的影響。因此研究者認為有必要做大學生生命意義建構研究，想要藉著質性研究，選擇參與服務性社團優秀的大學生，了解他們的世界觀與生活目標的構築歷程與相互關係，進而對他們生命意義的影響，希望能提供給大學生建構自己生命意義的參考依據，激發大學生思考自己的生命意義，過一個有意義充實的人生，是目前重要的探討性研究。



## 第二節 研究目的

因此，研究者基於上述的研究動機，本研究主要研究目的如下：

- 一、探討大學生參與服務性社團之後其世界觀的構築歷程。
- 二、探討大學生參與服務性社團之後其生活目標的構築歷程。
- 三、探討大學生參與服務性社團之後，其世界觀與生活目標構築歷程的相互影響。
- 四、探討大學生參與服務性社團之後對生命意義感的影響。

### 第三節 名詞界定

與本研究有關的主要名詞，其操作性定義如下：

#### 一、服務性社團的大學生

本研究服務性社團的大學生意指教育部登記有案，合法的公、私立大學的大學生，且參與服務性社團；其社團宗旨是培養學生愛護生命、熱愛生活且能付出愛心、服務人群，具奉獻及感恩惜福的精神。

#### 二、生命意義

對生命意義一詞眾說紛紜，本研究的生命意義是個體存在的理由以及參與服務性社團之後，發揮自己的生命價值所體會到自己的生命意義感。若以 Frankl (1967) 所提出的心靈動力學的理论架構來看，第一層次意義的基礎有意志的自由、意義的意志以及人生的意義；第二層次人生的價值意義有創造的價值、經驗的價值及態度的價值；第三層次是態度的價值有受苦、責疚及死亡或無常。參與服務性社團的大學生，經過幾年的參與服務後，通常可以領悟體會第一層次意義的基礎以及第二層次創造的價值、經驗的價值。

#### 三、世界觀

世界觀一詞源起於文化人類學的研究，在哲學上的意涵為生活的觀點 (views of life)。Cobern (1989) 認為人類在潛意識逐漸形成的心智，其形成是整體性的，與文化有很大關聯。世界觀是指個體對自己及自己生活世界所持的信念與態度(張利中, 2003, p.4)。所以世界觀會受年齡、性別、種族、文化、宗教信仰、教育程度及社會階層的影響，世界觀不同，看待問題的角度不同，對問題的因應方式也可能不同。所以本研究的世界觀是以 Kluckhohn and Strodtbeck (1961) 以「存在主義」的觀點，提出世界觀的架構，將世界觀分為五個類別，每個類別再細分為三個向度：1、人的本質 (Human Nature Orientation; HN) — 性惡 (HN1)、亦善亦惡 (HN2)、性善 (HN3)。2、人際關係 (Relational

Orientation；RO）－尊卑有序（RO1）、互利（RO2）、個人主義（RO3）。3、人與自然的關係（Man－Nature Orientation；MN）－順服（MN1）、和諧（MN2）、掌控（MN3）。4.時間導向（Time Orientation；TO）－過去（TO1）、現在（TO2）、未來（TO3）。5、活動導向（Activity Orientation；AO）－求知（AO1）、亦知亦行（AO2）、行動（AO3）（張利中，2003，p.4）。

#### 四、生活目標

發展心理學者 Ford and Nichols（1987，pp.289-311）提到個人能夠認知和追求目標的行為，很明顯的蘊藏在每日的生活中，這是對於人們生活有意義和目的。Klinger（1988，pp.27-50）提到往目標的努力是生物的特色，目標是生活的基本要素，沒有目標的生命如同槁木死灰。而一個人如何看待這個世界，也會進而影響他如何面對這個世界以及在這個世界中訂定如何的目標。Tafarodi、Marshall、及 Katsura（2001）將東亞社會中人們所追求的生活目標分為縱向傑出、橫向傑出、及自我肯定三大類。縱向傑出（vertical distinctiveness）是整個社會賦予高度價值的目標，當個人達到此種目標時，社會中大多數人通常會給予讚賞或正面的肯定。橫向傑出（horizontal distinctiveness）是達成個人認同之少數群體所認可的目標，當個人達到此種目標時，他所認同的少數群體成員會給予正面的肯定，但群體外的人通常不然。本研究的生活目標是依據黃光國（2004，p.140）儒家社會中的生活目標分為縱向傑出、橫向傑出、及自我肯定三大類提出的概念架構，說明這兩類在父母對於成就的要求、教師對成就的期待、同儕的競爭、社會價值、個人價值、選擇自由、以及選擇的理由等方面的不同。



## 第二章 文獻探討

人生指的是「人的一生」，在時間上是「從生到死」的整個過程；在內容上包含了生命、生存、生計與生態；在範圍上包括了「與自己」、「與他人」、「與物」、「與天」的各種關係；在理念的層次上奠基在價值觀、人生觀上，從「如何生活」的描繪到「為何生活」的反省（潘正德等著，2004，p.117）。目前有關生命意義的研究，大多是依據西方生命意義理念所編制的量表做測試，對於生命意義的質性研究論述較少。所以本章整理，生命意義內涵及實證性研究、生命意義量表的檢視、生命意義的質性研究以及本研究所使用的理論與心理歷程分析的介紹，以利研究的實施。本章總共分爲四節，第一節生命意義內涵及實證性研究、第二節爲質化研究的整理、第三節世界觀、生活目標之理論概述及第四節建構生命意義的心理歷程分析。

## 第一節 生命意義內涵及實證性研究

### 壹、何謂生命意義？

#### 一、生命是什麼？

生命是甚麼？「生命」簡單的說，就是生存在世間上的壽命。然而生命真正的意義，只限於這不長久的血肉之軀嗎？還是另有更高深的意義呢？要了解人的生命就是要認識人，我是誰，就是自我。生命從全人角度是身、心、靈、社會，從自我角度有生理我、心理我、社會我、靈性我之分。而葛樂弗（Jonathan Glover）對於有什麼條件才算是生命呢？他依序檢查三個可能答案：

- （一）活著（being alive）是本質上有價值嗎？永久的昏睡狀態和死亡的不可分辨，此時雖然活著，但他也不會比死亡還要有價值。
- （二）有意識（being conscious）是本質上有價值嗎？生命神聖的信奉者可能接受活著只有工具價值，而是有意識才是生命的判準。葛樂弗將意識分為「單純意識」和「高層意識」，前者只是知覺或者擁有經驗而構成，後者則指高度發展的內在意識。葛樂弗主張我們把生命判準，只限定在「單純意識」上，如此一來，可能人類和動物有同等的價值。
- （三）做為人（being human）是本質上有價值嗎？這一點並沒有任何理由可以支持其成立。

基於此，葛樂弗（Jonathan Glover）拒絕這三種可能答案。他認為如果有什麼本質上有價值的事物，那必定就是值得活著的生命（life worth living）——等於說是有價值的生命。由以上的論點可知，生命是指人的生命，包括身、心、靈、社會且是具有人格性的生命，值得活的且有價值的生命。

#### 二、意義是什麼？

意義一詞，一向是用來指涉其它對象，扮演推敲其它對象之內涵的角色與功能，在

日常生活中，可以常聽見，人們的在探詢「人生的意義是什麼？」「這樣做有意義嗎？」然而「意義」一詞本身的意義是什麼？則在日常生活中，較少被探究，意義一詞的實際定意有哪些？仍值得進一步的探討，但在以人為主體的生命意義研究中，意義一詞的含混不明，也就增加了研究上的困難，一般而言，意義常意味著評價或是價值，也可能意味著事物之間的關聯，而得到定位性的詮釋，例如雨傘一物關聯雨水與撐傘人，而且有「防止被淋濕」的功能與價值，由此而見，意義也被用來指涉「因具功能而有價值」。古今中外學者對「意義」有不同的詮釋，以下針對意義的定義介紹。

- (一) Hedlund (1977, pp.602-604) 將意義區分為界定性意義 (definitive meaning) 及個人的意義 (personal meaning)。而個人意義指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，而有動機地認真做事。
- (二) Froehle & Herrmann (1989, pp.3-12) 根據 Weisskopf-Joelson 論述認為意義並非一個單一的概念 (unitary concept)，可從三個角度來了解意義：(1) 統整個人的內在與外在世界 (integration of the private world and the public world)；(2) 對生活事件的解釋，即個人的生活哲學；(3) 生活的目標。
- (三) Reker 和 Wong (1988, pp.44-49) 提出意義有四種結構特色，包括意義是如何被經驗的 (結構元素)、意義從何而來 (來源)、意義被體驗的種類 (廣度) 以及自我超越的程度 (深度)。而意義是一種對秩序 (order)、凝聚 (coherence) 和個體存在目的的一種覺察，透過追求以及獲得有價值的目標和一種伴隨而來的充實感。
- (四) Frankl (1988) 將意義分成兩種：時刻的意義 (meaning of the moment) 與終極的意義 (ultimate meaning)。所謂時刻的意義，就是指人活著的每一刻。不同的人從不同的時刻與情境中去體驗其非凡、獨特的意義。至於終極意義不能只經由人類的思考而得，而是經由信仰而得，意即我們無法從智識的層面去獲得生命的終極意義，而是從全人信仰的投入才能追尋到。Frankl 也一再主張：「意義是某種需要發現的東西，而不是給予的東西。人無法發明意義，但必須發現意義。」(易

之新譯，2003，p.623)

(五) Baumeister (1991, pp.29-57) 提出意義的四種需求，包括目的 (purpose)、價值 (value)、效能 (efficacy)、自我價值 (self-worth)。

綜合以上學者對意義的定義，可看出意義並非單一概念而且很難定義清楚，包含具體的目標與目的及抽象的價值、情意、效能等形而上的概念。其中 Frankl 除了一般意義之外，還提到終極意義，必須超越智識層面從信仰中追尋。

### 三、意義與目的的關係

研究者為求對「意義」與「目的」有更清楚的掌握，根據 1996 的韋氏大辭典 (The New International Webster's Comprehensive Dictionary of The English Language) 以及 1988 年的牛津字典 (The New Oxford Dictionary of English)，查閱 meaning 以及 purpose 二字的意義內涵，發現此二字通常包含下列意義：

#### (一) Meaning——

1. 一種有方向的計畫、意圖或是目的 (aim; intention; object; purpose)。
2. 一種隱藏或顯明的重要性或意義 (implied or explicit significance)。
3. 某種重要或值得追求的實質 (important or worthwhile quality)。

#### (二) Purpose——

1. 某種事物值得被做出、被創造出、或是它存在的原因或理由 (the reason for which something is done or created or for which something exists)。
2. 一種下定決心、定義的感覺 (person's sense of resolve or determination)。

由字典的定義可知，意義與目的的意涵不同。意義所定的人生目標、價值、信念可以是顯而易見具體的，也可以是抽象超越智識層面的終極價值。而目的所訂定的目標、價值、信念通常是具體實質的。

而 Yalom 在《存在心理治療》一書中 (易之新譯，2003，pp.572-574) 也提到意義 (meaning) 和目的 (purpose) 具有不同的意涵：

(一) 意義 (meaning) 是指道理或清楚的條理，一般用法是指某件事意圖表達的意涵，



尋找意義的意思是指尋找清楚的條理。

(二) 目的 (purpose) 是指意向、目標、功能，我們詢問某件事的目的時，是在問他的角色或功能：它是做什麼用的？要達到什麼結果？

由上述了解到意義與目的是有不同程度的意涵，因此不能混為一談。意義的層次高於目的，而評價、價值、情意及效能則是對目的與意義的回饋反映。本研究的意義是指 meaning 而非 purpose。「意義」的產生，往往經由人與人之間的社會互動過程而來，我們可由不同的角度去觀察人、事、物本身或背後所蘊藏的意義，人們對事情的感受以及行為表現，亦會根據這些事情本身所具有的意義而採取行動。

## 貳、生命意義內涵與構築觀點

### 一、生命意義的內涵

地球所有生物之中，大概只有人類才會詢問生命意義的問題。此一疑問引起的動機不同，有的因感情問題不得其解，或者因環境改變要求個體自立，或者因家庭變故。所源動機雖不一，但所指向的疑惑卻相同，即是人是為何而活？解答可能是人為什麼要活著的原因，因為人活著就是生命要有意義，當生命沒有意義時，人就會有想死的念頭。因為生命意義具有主觀性、獨特性且因人、因時、因地可能改變。有些人抱著遠大的理想；而有些人只求過平淡的生活；有些人重視未來性的目標，有些人則是活在當下過好每一天。Frankl (1959) 認為追求生命意義是人的基本動機，而快樂與權利只是滿足此動機的副產品，人想要尋求意義是生命中原始力量所致。

我們可以透過現代人所追求的「成就感」、「自我肯定」、「自我實現」等，無非是追求「意義感」的各種形式。從這裡我們可以理解到，自人類文明以來，人活著最重要的是需要「意義感」、「理想」和「價值」。一個社會所能提供他的成員「意義感」、「理想」、「價值」愈深刻、活潑、豐富，而他的成員就生活得愈精神飽滿、昂揚 (彭明輝, 2001)。

我國學者對生命意義的詮釋：傅偉勳 (1993) 則認為生命的存在與肯定就是充分的意義，生活本身就是意義，我們只有通過積極正面的人生態度與行為表現，才能體認我們對於生命真實的自我肯定，進而完成我們人生的自我責任。柯慶明 (1991) 提出人之

所以爲人，也許重要的並不在他是兩足直立、具有理性或者使用工具，而在於他是能夠賦予意義、認知意義、追求意義和創造意義的生命。由上述學者對生命意義看法則是認爲，在愛的灌溉之下，從探索、追求到實現與完成的歷程中，不斷的創造生命意義。

Frankl 的意義治療理論根據存在主義哲學與現象學的觀點，加上他個人在集中營的親身體驗所創立的（何英奇，1990）。而傅偉勳在《死亡的尊嚴與生命的尊嚴》一書中指出，Frankl 在集中營經歷生死交關境況，發現維繫生存的真正要素應該是精神力量。具有高度精神力量的人，才能對生存真諦具有深刻的心性體認與實存抉擇。終極意義的體認是支撐人的生存勇氣與生命試煉的最後支柱。接著對於意義治療（Logotherapy）——「人存在的意義」與「人對意義的追尋」——其基本理論包含三大層面，每個層面又分爲三個側面，加以介紹。因爲研究者認爲 Frankl 的心靈動力學理論，對於追求生命意義概念是重要的，具有啓發性。Frankl（1967）對意義治療理論三大層面與三大側面的內容，做以下的說明：

- （一）意義治療理論第一層面的三個側面是「意志自由的信念」、「求意義意志的信念」、「生命意義的信念」。吳庶深、黃禎貞（2001）探其內容爲：意志自由（the freedom of will）是指人保有選擇自己立場的自由，不但可以超越具體存在的限制，可以進入精神層次，在精神層次裡，人的意志能決定要屈服這些限制或挑戰對抗限制，亦即所謂「意志自由」。「求意義意志」（the will to meaning）意指追求生命意義原本是人的基本動機，人能爲理想與價值而生，也能爲理想與價值而死。「生命意義」（the meaning of life）則是指人能從行爲、工作和創造中發現生命意義，透過與他人、世界獨特的接觸而肯定生命的意義。
- （二）意義治療理論第二層面的三個側面是「創造的價值」、「體驗的價值」、「態度的價值」。「創造的價值」是含於某些事物的創作之中而獲得的價值，包含層面很廣可能是一件工作、一種嗜好、運動等，只要你認爲值得並願意投下時間和心血去加以促成的某些理由。「體驗的價值」是經由經驗生活中美好的事物所獲得的價值，像欣賞音樂、繪畫、舞蹈等藝術、到郊外旅遊與大自然取得共鳴、與各式各樣的人交流分享諸如此類，任何人都可以找到某些對自己有特別意義的人類經驗。「態

度的價值」是指當面臨失敗絕望的情境時，所採取的態度仍然可以使生命有意義，我們擁有抉擇的自由，可以決定自己將要如何去面對自身命運（游恆山，1987，pp.245-267）。就人生意義而言，體驗價值往往比創造價值更有深度。而實存態度本身是真正人生，為一種使命最高、最可貴的價值，所以從高度的精神性或是宗教性的觀點來看，態度價值實又高於體驗價值。

（三）意義治療理論第三層面的三個側面是「死亡或無常」、「受苦」、「責疚」。「死亡或無常」則包括人類在內的一切存在的事物所避免不了的最可怕經驗的事實。「受苦」是指人世間種種難以挨過的極端苦痛。「責疚」是人生當中無法挽救的嚴重失敗，或生命存在本身的侷限性所導致的罪責或內疚。這三種都是人們所不樂見的，可能是刻苦銘心的慘痛經驗及教訓，若經過此事件，卻能為當事者的生命帶來某些意義和啟發。

Frankl 對生命意義的整體看法為：追求生命意義是人的本能，而生命的目的是在尋找存在的意義，只要是人都自由和責任，實現獨特的生命意義；因為人在任何處境中都應保有自由意志，然而死亡和苦難，可能會啟發對生命意義的追求。因此生命意義的特性，是隨著個體、時間、空間的不同而做調整，是具有獨特性的，沒有人可以相互交替代，需要靠個體努力實踐方能實現自身所賦予的生命意義。

而 Frankl 的生命意義模式主要是一種分類模式，根據對眾人的觀察與哲學上的省思，而對生命意義進行分類。就心理學而言，欠缺個人心理歷程分析的觀點，整體而言尋獲生命意義是一個心理歷程，若以個人生命意義感受，為一個經由個人的心理歷程，所獲致的個人狀態的整全性評估（a global index of the meaningfulness of one's life）（張利中，2004，pp.1-17），則需從個人是如何經由一個心理歷程來獲致生命是否有意義的評價，個人依賴哪些事物、內容來評量或根據什麼判斷自己的生命意義感等面向來探討。

## 二、生命意義構築觀點

大都數人都肯定且相信生命意義的重要性，但是對於「獲得」生命意義的方法卻缺乏心理學上的釐清。如果尋獲生命意義是如此的重要，就應該藉由心理歷程分析，了解

生命意義相關現象的動態發展。

根據張利中（2001，pp.31-32）的初步分析，生命意義追尋的時態可分為三個階段：

（一）「無生命意義問題意識」的狀態

處於此一狀態下的人們，常以「問題導向為因應」（problem focused coping）。「當下憂慮」（current concerns）及「追求目標」（life goals）為行為的重點，人們汲汲營營的完成工作、解決問題而奮勇向前，無停下來，也尚未意識到有必要停下來思索生命意義的問題。在這期間人們或許曾經目睹他人的困境，但是由於缺乏同理心，也自覺沒有時間、能力或是責任，因此在個人也未遭受大困境之前，算是毫無「生命意義的問題意識」可言。

（二）尋求意義（searching for meaning）的階段

此一階段的特色為生命走到了絕境、問題解決的因應機轉崩潰或是達成人生目標的希望瓦解，而當下的憂慮在心中無限的擴張。當事人的失落正憂慮有可能造成自殺行為的出現，此時若有「人生必然會走到絕境」之心理準備者，則可能對「生命」發出質疑、怨恨甚至是怒吼。於此時人詢問「為什麼是我？」、「我到底做錯了什麼？」、「生命是何其的荒謬？」等質問自然而然的充斥於當事人的疑問之中。

（三）已尋獲生命意義（meaning found）的階段

有了問題意識後，並能順利提出適當的問題且獲得解答者，則算是進入了「意義尋獲」的階段。

上述尋生命意義的時態分別為「無生命意義問題意識」、「尋求生命意義」及「尋獲生命意義」等三個階段，我們先姑且假設這三個階段是循序漸進的，也讓我們思索如何協助自己及他人，進入比較容易尋獲生命意義的狀態。以下針對可能相關的心理機轉，進行描述（張利中，2001，pp.32-33）：

（一）同理心

在「無生命意義問題意識」的狀態下，「同理心」的訓練，及面對人生困境的思考是有必要的。同理等於無知加上好奇，瞭解與探究，並對一個人保持正向與積極的預設與期待，應該可以引導我們更能體會別人所存在的悲苦狀態，也應該能去深入了解他人

是如何在面對人生的困境，學習他人是如何的在回應生命對他的祈求。有同理心，可以搭別人生命苦難的便車，及早體會生命的意義。不自覺的認定她「很可憐！」，是一種同情，不是同理，也喪失了及早體會生命意義的機會。

## （二）體認生命會有絕境

我們在成長的過程中學會「自我效能」(self efficacy)的心理機轉，能夠成就是一種自尊，也保證了後續而來的報償。然而，人生總是會遭逢絕境與苦難，落榜、失戀、喪親與無法逃離的貧病疾苦，會讓個人的自我效能失效，即便是終生一帆風順的人，當大限來到時，也不能不坦承自己終究「有所不能」。「體認生命會有絕境」能夠引導出「效能」以外的另一類思考，簡而言之，便是能夠體認人生的無常，接受屬靈的生命。於絕境中，若是能夠正向積極的交託及放下，停止汲汲營營的思考「解決」之道，則可以保留一些心靈空間，來尋求生命的意義。

## （三）問對問題

有了心靈空間，便可以容納思索生命意義的問題。然而當苦痛令人無法承擔時，「為什麼是我(Why me)?」、「這種人生有何意義?」、「不公平」、「不甘願」等質疑便會出現。一個人若能具備愈多的準備，則愈有可能尋獲生命的意義。上述的心理機轉可以被視為「尋獲生命意義」的必要心理條件，換句話說，一個人愈是能夠有同理的心胸，能夠在重視自我效能的同時，也願意做靈性方面的思考，於發現自己有極限或是遭逢絕境時，就能夠發出適切的問題，此種為尋獲生命意義的準備狀態。

林鳳榆(2003)以《佛教生死服務志願工作者之生命意義追求歷程》為研究主題，研究對象是參與佛教助念人員，以立意抽樣，藉著滾雪球的方式找到受訪者，用深度訪談開放式的訪談指引進行資料收集，直到資料飽和為主，依據張利中、傅偉勳、余德慧及國外學者 Frankl 對生死學與生命意義的理論進行分析，提問方式包括生命週期中所發生的事件和經驗；對於研究當下、未來及回溯方面的意義為何；是何種歷程對於研究對象生命中主觀經驗的流動及行為表現的變化有所影響；從中可以找出何種規律或秩序呢？研究結果發現生命意義的探尋，一般是生命意義前階段→當個體自身或周圍發生重大事故進入探尋生命意義階段→透過轉化條件通向領悟生命意義的階段，但仍持續生命

意義探尋。由上述研究可知，個人尋獲生命意義的動態心理發展的歷程，可了解生命意義的建構過程，從中找出規律與秩序，可以提供有意做生命意義探尋者的參考依據。

### 參、實證性研究

有關生命意義內涵的研究，國外研究大多以 Frankl 的意義治療學理論為研究基礎，例如：Ungar (1989)、Rude (1981)、Phillip (1996)。Crumbaugh and Maholick (1964) 更以 Frankl 的意義治療學理論作為概念架構，而設計出測量生命意義量表

(purpose-in-life, PIL)，此量表，常做為我國研究生命意義、生活目的相關議題的參考研究工具。而 Devogler and Battisa (1980) 依據 Ebersole and Quiring (1991) 所發展的生命意義深度量表 (meaning in life depth, MILD) 測量 106 位大學生的生命意義深度，他們認為生命最有意義的是：關係、服務、成長、信念、快樂、獲取、表現與求知。

Devogler and Battisa (1981) 又以 96 位中年人為測驗對象，發現有意義的是依序為：關係、信念、健康、成長、工作、服務、求知。Miller (1985) 研究發現生命意義的內容隨著性別及年齡不同而有所差異。就年齡而言：國中生較重視活動，高中生重視工作，大學生重視學業，中年或老年除了關係之外信念逐漸被重視。

國內方面，有關生命意義的調查研究多以成年、老年、大專生為研究對象，例如：何郁玲(1999)則以教師作為研究對象、鄭書芳(1998)以老人為研究對象、侯麗玲(1986)以大一新生為研究對象，以上的研究皆以量化的方法進行研究，對於生命意義的深層看法、獨特性的生命意義來源，其中的差異性及主觀性，無法做深入性探究。若想要了解生命意義的差異性，需要做質性研究，以深度訪談法才可能達到此需求。

研究者發現國內有關生命意義的研究，所使用施測的量表，大都根據國外學者所研發的，例如生命目的的測驗 (Purpose in Life Test, PIL) (Crumbaugh et al, 1969)、心靈目標追尋測驗 (Seeking of Noetic Goals Test, SONG) (Crumbaugh, 1977)、生命態度剖面圖 (the Life Attitude Profile, LAP) (Reker&Peacock, 1989) 等，約十二種有關意義治療概念的評量工具。雖然國內學者何英奇 (1990, pp.51-72) 根據 Frankl 之意義治療理論的核心概念，選 615 位大專生做測試及作信度和效度的考驗，編製生命態度剖

面圖，提供一個有效的多向度生命態度評量工具，且國內研究生命意義議題者，也都大量廣泛參考使用此量表做為生命意義的評量工具。而此量表研發至今已十多年，對於現代快速進步的社會，此量表是否適用於測試現代人的生命意義是值得懷疑的。

從上述一些國外學者所編製的量表，用來測試國人的生命意義，其所獲得資料的客觀性是有待商榷的。站在社會研究本土化、在地化的觀點，應以國內社會文化對國人影響，進一步探討生命意義。生命意義的建構具有個別性與獨特性，而以量化研究所獲得的推論，只能代表普遍性無法推論到個別性。因此以質性研究深入探討生命意義建構有其必要性，以下一節即是整理、探討國內有關質性研究生命意義的相關內容。

## 第二節 生命意義的質性研究

Frankl (1986) 認為青春期最易感受到生命意義的衝擊，青少年是人生旅途中重要的關鍵期，他們的生命普遍有存在空虛的傾向（何英奇，1990；宋秋蓉，1992）。因生命意義的感受會影響到自我的看法（何英奇，1990；江慧鈺，2001；Rude，1980）及對未來生命方向的抉擇。因此了解生命意義，對青少年這個階段而言是重要的。以下整理國內有關生命意義質性研究所獲得的發現。

陳珍德 (1995) 以立意取樣方式選取十三位癌症患者為研究對象。研究方法以深度訪談配合半結構式訪談指引。研究發現癌病人對於生命意義的看法包括：付出、自我擴展與實現、信仰的追尋、生命無意義、尚在探尋等五類；而生存理由分為責任、為關係、為未完成的事、因死亡恐懼、與沒有活下去的理由等五類。

葉何賢文 (2002) 以《悲傷調適歷程及生命意義展現之研究——以喪子(女)父母為例》為研究主題，旨在探討父母親面對子女的死亡，其悲傷調適歷程的內涵以及在調適歷程中所出現的悲傷反應和調適策略，同時瞭解喪子(女)父母對生命意義的體驗與領悟，並蒐集喪子(女)父母對於悲傷支持性團體的看法及需求。研究方法採用質性研究方法，以半結構深度訪談進行，研究對象訪談六位喪子(女)父母，研究結論在生命意義的呈現：面對孩子死亡的重大衝擊，喪子(女)父母的人生觀、生活態度、生活目標、死亡觀等，各方面都有明顯的改變；在感受到生命無常以及人的有限性後，不但對於物質的追求轉淡，在生活態度上也因而較放鬆，不再汲汲於名利的追求，而將重點回歸當下；至於在生活目標上反而更清楚了自己所欲追尋的目標；對於死亡也採取正面的看法，並且能夠勇於去談論；同時透過對生命殞落的反思，重新再找回屬於自己生命的力量。

鄧旗明 (2002) 以《雙峰患者生命意義之探討，以乳癌為例》為研究主題。研究對象採立意取樣方式，選取十位診斷為乳癌並接受乳房切除且加上輔助療法的乳癌個案。研究方法採用現象學研究法，以半結構之訪談指引，進行深入訪談，訪談內容以 Collaizza



(1987) 分析方法加以整理分析。研究結果發現有四個主題：一、內在生命意義，包括「病情的啓示」患者確知病情那一刻的感受，到自我省思，面對治療種類及過程，復建及復發的衝擊，個人身體心像改變。在生命意義，分別是人生意義、生活目標、生存理由及受苦意義。二、完成發展任務，分別為青年期：親密關係朋友、家人。中年期：主動參與貢獻家人及同事。三、另一個新的生命視野，包括重新體驗人生：生活態度及價值觀的改變，以及對病友的支持能夠將心比心並且經驗分享。四、生命計畫表的安排：一生的回顧，維持平靜的生活、維持生命的尊嚴，能感恩與珍惜，交待未完成的事，不留遺憾。在生命昇華方面，表達自己對死亡的看法及希望的葬禮。

黃秀美(2002)以《智能障礙者之家長生命意義之研究》為研究主題。研究對象採立意取樣，選取六名居住台中港區清水鎮、沙鹿鎮、龍井鄉、梧棲鎮等四鄉鎮的中度、重度與極重度智能障礙者之家長為研究對象。研究方法運用詮釋的理論觀點，透過半結構式訪談指引進行深度訪談，引導智能障礙者之家長做生命歷程之回顧，研究目的是企望從教養所獲得的經驗以及心理調適歷程，去了解其對生命意義的深刻體會，並探討影響生命意義之因素，主要探討的層面涵蓋：對生命意義的看法、生命的價值觀、生命意義的探尋、面對苦難的意義、生活品質與目標、生活的自由、對人生的觀感等。研究結果發現：受訪者在教養歷程中，大多會經歷「心情複雜茫然掙扎期」、「化悲憤為力量默認承受期」與「盡人事聽天命順其自然期」等三階段。根據教養經驗及生命意義內容可發現，諸多複雜的因素，在影響智能障礙者之家長的生命意義，也於珍愛生命、重視教育的心路歷程中，善盡為人父母之職責，並為生命爭得一份生存的尊嚴。

總結以上探究生命意義的研究，都是以生命中遭遇到重大創傷後為研究對象，若以張利中(2001, pp.31-33)追尋生命意義的時態來看，都在第二階段尋求意義的階，也就是當生命走到絕境或問題解決的因應機轉崩潰時，才開始尋求生命意義。大多以半結構進行訪談，根據現象分類，結果發現生命意義在個人的人生觀、生活態度、生活目標、死亡觀等各方面都有明顯的改變，但其中改變心理歷程是如何發展並未做深入探討。

而以學生為研究對象，有關生命意義的質性研究，有江慧鈺(2001)的研究，其特別提到發現有些國中生以育樂為人生意義的來源，顯示要注意國中生對意義的這個詞彙

的了解可能是不成熟；但有些國中生是以服務為生命意義主要來源，則是令人讚嘆與激賞的，有體會此意義來源的學生，可以讓其他的國中生當作參照學習的對象。相對的目前國內做有關大學生生命意義的質性研究幾乎沒有或是很少，大部分針對大學生的生命意義都是做量化研究，並未以質化研究做深入探討。

上述所介紹的質化研究大多侷限在個人或家人發生重大變故時生命意義的探討，有關大學生生命意義構築研究並未受到重視，且大都以 Frankl 理論為依據進行分類研究。研究者站在關心社會研究本土化、在地化與個人心理歷程的觀點進行探究。因心理歷程是一個抽象的心理結構概念，若以「構築」的觀點，比較是以動態的、發展的、形成的觀點來對其個人生命意義做較為動態與整全性的心理歷程描述，詢問生命意義相關現象的發展，而形成改變觀點的過程，相信對於生命意義這個抽象的概念的具體化，心理歷程分析是有助於大家探討生命意義的概念。

### 第三節 世界觀、生活目標之理論概述

本節將針對本研究所使用的世界觀與生活目標的取向，統整此二個取向理論的相關概念。

#### 壹、世界觀

##### 一、世界觀的意涵

世界觀一詞源起於文化人類學的研究。關於世界觀的定義和詮釋，不同學者有不同的意見。以下介紹有關世界觀學者的說法：若以整個文化群體為研究對象，世界觀是指某一文化的感知（perceiving）、詮釋（interpreting）和解釋（explaining）世界的方式（Kottak，1991）。Cobern（1989）認為人類在潛意識逐漸形成的心智，其形成是整體性的，與文化有很大的關聯。（Ogunniyi，1995）是一種將個人融入社會情境的機制，也會決定一個新概念會不會馴化進入個人認知結構的可能性。對自己及自己生活世界所持的態度與信念（Cheng，O'Leary & Page，1995）。傅麗玉（1999，pp.177-198）個體和其所在的社會文化與生活環境的互動下，對其週遭的事物及自然現象的詮釋、見解與反應所形成的一套心智架構。統整上述世界觀的概念，就是個人經由周遭人、事、物的學習認識了這個世界，經由個人消化吸收後，在以個人的理解去看待這個世界。

世界觀會受到種族、教育背景、宗教信仰、社會階層、年齡、性別及文化的影響（Ibrahim，1991）。以鍾孟蓉（2002）引自 Anderson 在 1988 年的研究指出非西方世界的世界觀（Non-Western）有強調群體合作、重視團隊成就、相信人類應與自然和諧相處、時間運用較為彈性、重視情感的表達、擴散式家庭、整體性思考模式、重視信仰、接受其他文化的世界觀及社會性導向。由上述非西方的世界觀，我們社會明顯呈現的有講究團隊合作、重視情感、接受其他文化的世界觀及社會性導向。

儒家是積極入世精神，重視個人的修身養性之外，對家庭要負責任重視三綱五常，

對社會國家要合乎道德規範，達到社會祥和安樂與規律運行，進而落實到全人類希望達到天下為公、天人合德的理想境界。宋明理學家張戴曾說：「為天地立心，為生民立命，為往聖繼絕學，為萬世開太平。」其與大學首章，從小我的世界觀擴展到大我世界觀的精神，從個人擴展至天下世界觀的精神信念有異曲同工之妙，都希望人們心裡面都有一個信念，是至高無上的命令，讓我們瞭解事情的可能與不可能、可做與不可做，信念主宰了我們的思想、感受及行動，所以至高無上的信念建立，對於生命意義的達成是重要的。

而道家思想在今天這個時代非常需要，因為資訊發達、物質利誘太多，各種功名權勢薰息人心，如此惡劣的環境沒有一個人能逃離，所以要設法接受社會的一切。但是內在要自我好好珍惜，透過智慧了解一切，才能帶來心靈上真正紓解。唯有對於這個世界的終極真相有所認識與理解，才可能培養健全理想的生命意義理念。這如同意義治療大師弗蘭克所說的：「從根本上改革我們對人生的態度，以正確的行動和作為來答覆生命的意義與完成生命的使命」。

二、本研究有關世界觀的內涵，依據 Kluckhohn and Strodtbeck (1961) 以「存在主義」

的觀點，提出世界觀的架構，將世界觀分為五個類別，每個類別再細分為三個向度：

- (一) 人的本質 (Human Nature Orientation ; HN) — 性惡 (HN1)、亦善亦惡 (HN2)、性善 (HN3)。
- (二) 人際關係 (Relational Orientation ; RO) — 尊卑有序 (RO1)、互利 (RO2)、個人主義 (RO3)。
- (三) 人與自然的關係 (Man – Nature Orientation ; MN) — 順服 (MN1)、和諧 (MN2)、掌控 (MN3)。
- (四) 時間導向 (Time Orientation ; TO) — 過去 (TO1)、現在 (TO2)、未來 (TO3)。
- (五) 活動導向 (Activity Orientation ; AO) — 求知 (AO1)、亦知亦行 (AO2)、行動 (AO3) (張利中，2003，p.4)。

研究者依據此世界觀理論，探討參與服務性社團大學生，參與社團之後其世界觀的構築歷程。

## 貳、生活目標

### 一、生活目標的重要性

世界觀會影響人的行爲、動機、做決定及生活型態( Ibrahim, 1991; Ibrahim & Kahn, 1987; Kluckhohn & Strodtbeck, 1961)。世界觀不同，看待問題的角度就不同，對問題的因應方式也不同。換言之，人如何看待這個世界，也就決定了人在這個世界上如何看待自己的人生，決定自己生命的走向。發展心理學者 Ford and Nichols( 1987, pp.289-311) 提到個人能夠認知和追求目標的行爲，很明顯的嶄露在每日的生活中，這是對於人們生活有意義和目的。Klinger ( 1988, pp.27-50) 提到往目標的努力是生物的特色，目標是生活的基本要素，沒有目標的生命如同槁木死灰。

孔子把個人由政治群體劃分，每一個人不必一定依賴仰望政治領袖，才能實現生命意義。另一方面則重視人的道德使命，亦即每一個人都有天賦的使命要完成。孔子自覺使命是：「老者安之，朋友信之，少者懷之。」其一生立定志向爲：「吾十有五而志於學；三十而立；四十而不惑；五十而之命；六十而耳順；七十而從心所欲不踰矩。」(論語爲政篇)。子曰：「學以爲己，而非爲人」(論語憲問篇)，就是說明以自我爲出發，個人的努力，是達到自我實現的基石。也就是要個人立志向學，經由自我不斷的學習，可以成就自我的理想與完成使命，清晰人生志向信念與使命感，是值得人們效法學習的。

二、本研究生活目標的理論是依據黃光國( 2004, pp.121-140) 將儒家社會的生活目標分爲三類

#### (一) 縱向傑出和橫向傑出的定義

Tafarodi、Marshall、及 Katsura ( 2001) 將東亞社會中人們所追求的生活目標分爲縱向傑出與橫向傑出兩大類。縱向傑出( vertical distinctiveness) 是整個社會賦予高度

價值的目標，當個人達到此種目標時，社會中大多數人通常會給予讚賞或正面的肯定。橫向傑出（horizontal distinctiveness）是達成個人認同之少數群體所認可的目標；當個人達到此種目標時，他所認同的少數群體成員會給予正面的肯定，但群體外的人通常不然。

「縱向傑出」的項目內容主要是達到社會賦予高價值的某種目標，像「通過各種考試」、「被某所高中、大學、或研究所錄取」、「受雇於第一流公司」、「在展覽會裡贏得獎賞」、「被選為某個團體的負責人」、「編輯的錄影帶成果良好」等。達成此種目標通常蘊含著在激烈的社會比較過程中獲得勝利，同時也蘊含著可能受到社會的高度讚賞，可以說是東亞社會中最典型的「縱向傑出」（Tafarodi、Marshall、& Katsura，2001）

「橫向傑出」的項目，大多蘊含著達成某種個人所追求的目標，如「覺得自己騎機車的技術進步」、「露營的時候，很妥當地煮好一頓飯」、「在足球比賽中，射門得分」、「在球場內野表演出漂亮的接殺動作」、「打網球時，發球得分」、「打保齡球時，擊出全倒」等，這種成功，可能被個人所認同的少數群體所讚許，但卻不像縱向傑出的項目，是整個社會鼓勵個人所追求的成功，因此稱之為「橫向傑出」。

## （二）黃光國（2004，pp.121-140）對儒家社會生活目標分類來源依據

黃光國（2004）是用 Kitayama、Markus、Matsumoto、及 Norasakkunkit（1997）以日本與美國大學生為對象所收集到的「成功情境」與「失敗情境」做為材料，要求台灣的大學生評定各生活情境影響其自尊的程度，然後用因素分析的方法加以分類。藉由此種方法所建立起的分類體系，對於本土心理學的理论建構而言，亦有其重要的意涵。將本研究所獲得的「縱向傑出」、「橫向傑出」、及「個人目標」等三類目標，依父母對於成就的要求、教師對成就的期待、同儕的競爭、社會價值、個人價值、選擇自由、以及選擇的理由，列於表 6，並說明於後。

在儒家社會中，父母及家人會要求個人追求「縱向傑出」的目標，希望他能夠「出人頭地」，老師也會對此有所期待。由於社會賦予此類目標極高價值，他在追求此類目標時，往往會面對強烈的同儕競爭。不僅如此，個人將此種價值觀內化的程度或高或低；

他們雖然毫無選擇地都要參與此種競爭，但他們之所以追求此類目標，可能是出自於實用的目的，也可能是出自於自己的興趣。

相較之下，就「橫向傑出」的目標而言，不論是父母、家人、或老師，都不會對個人有一致性的期待。熱衷於此類活動的內團體可能將之賦予較高的社會價值，但外團體的成員則不盡然。職是之故，個人在其內團體之中，也會面同儕競爭或社會比較的壓力。然而，由於他追求此類目標是出自於自己的選擇，因此會賦予較高的個人價值，並且認為自己對它有高度的興趣。

個人之所以追求第三類的「個人目標」，主要是出自於個人的興趣，或自己的選擇。個人可能將之賦予相當高的價值，但社會卻未必重視此類目標。父母、家人、及教師對於個人是否達成此類目標並沒有特殊的期待，他在追求此類目標時，也不會感受到同儕的競爭。

在儒家關係主義的文化裡，當將個人所界定的「橫向傑出」生活目標相較於「縱向傑出」的生活目標時，一般人通常會賦予「縱向傑出」較高的社會價值。個人在社會化的過程中，很可能將此種價值內化，並賦予較高的個人價值。在追求此類生活目標得到成功或遭遇失敗時，他不僅可能感受到較強烈的自尊增加或減損，而且也可能感受到強烈的面子增加或減損，由於儒家社會中的人們對於生活目標的價值評估有高度共識。

黃光國（2004）指出倘若被 Tafarodi、Marshall、及 Katsura（2001）區分縱向傑出與橫向傑出的論述是可以被接受的話，像台灣大學生這種深受西方文化影響的群體，在其生活世界中，可能既追求社會所讚許的縱向傑出，也可能追求個人認同之少數群體所認可的橫向傑出。

表 6 儒家社會中的三種生活目標

項 目	縱 向 傑 出	橫 向 傑 出	個 人 目 標
父母對於成就的要求	高	不一致	無
教師對成就的期待	高	不一致	無
同儕的競爭	高	內團體：高 外團體：低	無
社會價值	高	中（內團體：高； 外團體：低）	低
個人價值	高或低	高	高
選擇自由	無選擇	自我選擇	自我選擇
選擇的理由	實用主義、個人興趣	個人興趣	個人興趣
相信對於成功所需能力之信念	增值理論	實體論	無
成功之自我歸因	努力	能力	無
成功之自我呈現	運氣、困難度	興趣、努力	無
失敗之自我歸因	努力	興趣	無
失敗之自我呈現	努力、運氣	興趣	無

本研究的生活目標是依據黃光國（2004）儒家社會中的生活目標分為縱向傑出及橫向傑出兩類提出的概念架構，說明這兩類在父母對於成就的要求、教師對成就的期待、同儕的競爭、社會價值、個人價值、選擇自由、以及選擇的理由等方面的不同，藉此說明參與服務性社團大學生，參與服務性社團之後其生活目標的構築歷程。

### 參、以理情行為治療（REBT）說明世界觀與生活目標的相互影響

理情行為治療（REBT：rational – emotive behavior therapy）這個方法基於一個假定：認知、情緒和行為有明顯的交互作用，其中有可逆性的因果關係存在。REBT 發展中不斷強調這三者的特性和他們的因果關係。而人格的 A-B-C 理論是 REBT 理論和實務的核心。A（Activating events）是事實、事件、一個人的行為或態度。B（Belief）是信念（對 A 的解釋）。C（Emotional and Behavioral Consequence）是行為和情緒的結果或是一個人的反應（鄭玄藏等合譯，2004，pp.354-360）。研究者認為，其中認知可以是所謂



的世界觀；行爲可以是生活目標。所以當生活目標達成時必能產生正面情緒，正面情緒也必定會再回饋到認知（世界觀）及行爲（生活目標）面向上，而這可以使當事人更確認自己的認知（世界觀）及行爲（生活目標）是正確的。因此亦可以用理情行爲治療（REBT）說明世界觀與生活目標的相互影響。

#### 肆、小結

由上述的世界觀與生活目標的理論探討可知，建立正確且大我的世界觀，進而有所行動，落實在生命的行動中，是重要的且彼此是相互影響。有什麼樣的世界觀，就會建立什麼樣的生活目標。

所以本研究試著選擇優秀具有生命熱誠、熱於助人的大學生爲研究對象，從深度訪談中，了解生命意義內容感受，因個人有什麼樣的世界觀或人生目標訂定，進而找到生命意義感，從中發現，統整心理歷程改變的關鍵點是什麼，以提供建構一個新的生命意義探索方向。接著，下個章節針對本研究所提出的心理歷程分析觀點做介紹。

## 第四節 建構生命意義的心理歷程分析

生命意義的了解除了現象分類外，應該進一步探索是如何改變的，因心理轉變歷程是非常個別性的，必須作深入探討才能找到改變的關鍵點，但其中應有一些脈絡可循，希望藉由心理歷程分析找出一些規律與秩序。

從當代社會及行為科學重視「建構」（動詞）的概念觀點而言，個人的「生命意義」應該也必需被視為一「建構」的歷程，換言之，個體是透過一些「個人建構」的歷程，來逐漸的洞察、明瞭甚至是進而反省批判個人的生命意義感。就意義治療大師弗蘭克在其著作《生命的主題》的敘述中，便是栩栩生動的描繪其個人在尋獲或是「建構」其生命意義的歷程（游恆山譯，1987，p.13）

近年來，由於在社會科學中對於多元研究方法的提倡，研究者大多能接受不同研究典範的並存，而多元研究方法的提倡，也間接的啟發了學者對於不同研究方法所獲得研究結果之間統整的興趣與努力。以人格心理學為例，McAdams（1992）便以一篇回顧式的論文，建議以階層統整的方式，來說明不同研究取向的人格心理學研究所獲得的研究結果之間應加以統整，而提出將人格特質、生活目標及生命故事敘說等三個層面的研究結果加以階層化排列與說明的作法，來更整全的描述人格。

### 一、人格心理學的階層分析

起初人格心理學研究的重點是個人，而非一群人的性格摘要。然而因為量化研究的興盛及因素分析等統計方法的應用，加上電腦的問世，使得人格研究走上一條以瞭解人群性格為目的的「特質論」主流。經過幾十年的研究，人格心理學界普遍認同人格的五大特質論（the Big-Five；OCEAN）——認為開放性（Openness）、意識感（Conscientiousness）、內外向（Introvert/Extrovert）、易處性（Agreeableness）及神經質（Neuroticism）為描述一個人的人格的主要特質。

Emmons（1999）則以生活目標的取向，以個人努力（personal striving）的概念來

研究人格的動機層面，並將研究結果推展至個人終極關懷的層面。在早期人格心理學家對於人格的定義之中，原本就很重視人格中的動機概念，認為一個人重視一個人的動機與目標在其人格中所占的重要位置。Emmons（1999）認為每一個人每天都念茲在茲，所想要盡心盡力去達成的一些目標，本身就應該是屬於描繪人格的一個重要的向度。有些人的目標很具體、有些人的目標很抽象、有些目標的層次較低、有些目標則層次較高，更有一些是直接指向靈性的目標（spiritual striving）。研究的結果發現，高層次、抽象及靈性的目標，對於一個人的幸福指標有助益。原因是高層次、抽象及靈性的目標較具備超越的特性，可以在實現目標受阻礙的時候，較具有彈性，而引導人們做超越性的思考並選擇替代性的目標。

McAdams（1992）主要是以敘事研究的方式，藉由個人生命故事的敘說，來研究一個人的人格。他指出「忽略了情境因素」，是以往人格心理學研究的一個共同的問題，因此，他認為要瞭解一個人的人格，最整全性的作法就是以這個人的生命故事為題材。一個人在其生命故事的敘述之中，很自然的就會描述其生命情境、個人對於生命情境的認知與反應、及個人反應的結果。此一取向，McAdams 認為最能以個體化的方式來呈現一個人的人格，而且可以有意義的將「特質」、「目標」、「情境」及人格的自我覺察等概念整合在一起。

具體而言人格可以分成特質、目標與敘事三個階層。在最底層是「特質」，一個人經由先天與後天環境塑造而形成特定的人格型態；在人格型態之上則是一個人的「生活目標」，特定的人格特質會引導設定特定的生活目標；而最上層則是個人的生命敘說，以眾多生命經驗的組合，來完整的呈現出一個人的人格全貌。

此一階層模式，在統整不同研究方法所獲得的研究發現上，深具意義。應能有助益於將同一領域的不同學者各自瞎子摸象的研究結果整合在一起。是很值得研究者重視的一個觀點，並進一步的提出，未來的人格研究，除了在水準領域（特質、目標及敘事）橫向的繼續努力之外，也應重視開發縱向的研究，例如探討特質與目標的關係、或是特質、目標與敘事之間的垂直關係。

## 二、生命意義的階層分析

本研究是依據張利中（2004）、劉香美（2003）以及簡慧玲（2003）所提出階層建構的概念，以生命意義階層模式，探討世界觀與生活目標的相互影響，進而以世界觀和生活目標的取向，了解大學生參與服務性社團之後對生命意義的影響。以下將就「生命意義」的階層模式，做介紹。

生命意義是一個個人建構（meaning construction）的過程。這意味著生命意義的獲得，需要經過一個可分析的心理歷程，且需要有一些基礎的元素存在。同時也意味著個人的發展階段與群體間個別差異的現象存在。

### （一）生命意義建構的核心歷程

#### 1. 生命意義的底層結構——世界觀

「世界觀」是一個經由個人建構而成的信念系統。這些信念系統在個人的整個信念系統中，是屬於較為核心、重要而經常是「無意識」的信念系統。世界觀涵蓋的是個人對所處世界與環境的最重要的知覺向度，可以協助個人來認識、預測這個世界，並進而因應在所處世界所發生的各種事件。

#### 2. 生命意義的中層結構——生活目標

一個人如何看待這個世界，也會進而影響他如何面對這個世界，在這個世界中訂定如何的目標。張利中（2003），就曾探討世界觀與個人生活目標之間的關係，發現特定的世界觀與特定的生活目標之間有關。舉例而言，擁有「當下、和諧與相信人性也善也惡」的世界觀的研究對象，就比較傾向於設定「思索」人生意義與存在的生活目標；而擁有「征服自然、未來導向及人際從屬關係」世界觀的人，則叫傾向於設定「積極入世與寄望未來成就」的生活目標。然而，由於該研究所所採用的是國外的問卷量表，缺乏本土化的思考，也因而有理論性不足的窘境。

#### 3. 生命意義的高層結構——生命意義感

應該是「敘事」，對於生命歷程與經驗的述說。從建構的角度而言，當人被詢問及「生命意義」的時候，應該是經歷一個內在的心理歷程，個人會針對問題進行思索，先

行理解問題之主旨為何？當「自行」明瞭問題之後，會從個人的知識與記憶庫中，提取相關的資訊或是評價感受（affect and evaluation），來給一個評價性的回答。「我的生命意義？還好啦！不錯啦！」或是「很沒意義，我不如死了算了！」（引自陳珍德，1995，p.59）。當進一步追問時，則研究對象很可能是會藉由對自己生活經驗與故事的敘述，來補充說明，個人對個人的生命意義之感受與評價。

## （二）邊緣歷程

周圍的概念比較是一種回饋系統。提供資訊回饋給一個人去調整他的人格系統所用。其中重要的是：

### 1. 評價與情意

在個人信念系統（世界觀）及個人目標系統的運作過程中，需時時評價來回饋給個體，說明個體運作的狀況好壞。當一切的外在訊息都符合個人的世界觀時；或是一個人能夠持續穩定的達成目標時，個人會有覺得人生美好、快樂與幸福的感覺。當事事與個人的價值信念格格不入時；或是目標的達成受到阻礙時，則個人會有苦惱、挫折與不快樂的情緒。負面的評價有時候是很重要的。負面的評價有可能是象徵著個人的世界觀有誤，或是訂定了不正確的生活目標。則負面評價的出現，與苦難的降臨，應該是人生必定要面對的問題。

### 2. 反省與覺察

應該是個人對自己的一個命名系統。經由對自己的信念系統、與情境的互動及評價系統的運作情形。經由主動的探詢，或是由他人的提供，可以增進個人對於自己的認識。

由上述生命意義階層模式來看，有水平領域（世界觀、生活目標及生命意義感）是橫向關係，對於縱向的研究，例如探討世界觀與生活目標的關係、或是世界觀、生活目標及生命意義感之間的垂直關係，都是值得作探究。因此本研究以探討世界觀與生活目標的相互影響，進而以世界觀和生活目標的取向，了解大學生參與服務性社團之後對生命意義的影響。

## 第三章 研究方法

本研究以質性研究的深度訪談為研究方法，因生命意義的探尋具有獨特性與個別性，若以量化研究無法做深入性的探討，所以研究者以深度訪談法，以受訪者為中心收集其觀點與詳盡的豐富想法，才能對受訪者生命意義感的心理歷程有所了解。本章總共分為四節，第一節為研究設計；第二節為研究對象；第三節為研究工具及第四節資料處理及分析。

### 第一節 研究設計

#### 壹、質性研究方法

要定義質性研究方法並不容易，因為質性研究方法的內在歧異性很大。陳向明（2002，pp.1-6）對質性研究方法定義為「以研究者本人作為研究工具，在自然的情境下採取多種資料搜集的方法，對社會現象進行整體的探究，使用歸納法分析資料和形成理論，透過研究者與研究參與者的互動，對其行為和意義建構獲得解釋性理解的一種活動」。質性研究法的最基本特徵似乎還是要從研究的形式來看，所謂的質性研究方法就是關於社會現象的經驗研究，較不依賴數量化的資料與方法，對於現象性質直接進行描述與分析的方法（齊力，2003，p.2）。最常被介紹的質性研究方法可能包括：訪談法、觀察法、焦點團體討論（focus group discussion）、文獻法等資料蒐集的方法。因本研究採取「構築」的觀點，比較是以動態的、發展的、形成的觀點來對其個人生命意義做較為動態與整全性的心理歷程描述。而心理歷程是心理結構，還有結構與結構之間的互動關係，所以心理歷程是結構與結構之間的互動過程。心理結構是一些抽象概念建構，通常是由心理學家發展出來，用來指涉人類某種心理運作，是概念化的標籤，例如智力、態度是心理結構中抽象看不見的概念，但會影響人的反應力、判斷力與決策力等，所以

談心理結構是抽象的概念建構。而結構與結構之間互動之後，會產生一些結果進而影響人的行爲，例如世界觀的改變進而影響人生目標，好像日子過的比較輕鬆、自在，進而確定生命意義感不一樣，因此再回饋到世界觀重新省思（早知道改變就好了）。所以心理歷程的發展改變，必須藉著質性研究才能做更深入的探討。

## 貳、深度訪談

一、本研究採用深度訪談法，蒐集服務性社團大學生對於生命意義的看法——以世界觀和生活目標爲取向。採用此法之理由有二：

（一）生命意義乃是個人對於自己人生的看法與見解，有其主觀性與個別差異性，因此必須進入受訪者心靈內在的深處方能得到完整豐富的訊息。而深度訪談不但可以掌握受訪者主觀的意義並且經由較長時間的對談，可以有充分的時間，將受訪者所做所爲的前因後果，乃至相關連的事物，進行較爲完整的資料蒐集，且較能獲得深入而有意義的資料。

（二）深度訪談本是一種建構知識的過程，所以深度訪談不是挖掘受訪者過去的記憶而是在實際的訪談中，訪談者與受訪者之間互動出來的經驗重建的過程（黃淑清，1998）。所以深度訪談的方法較能清楚看出心理歷程的構築發展，也提供了研究者與受訪者一個心靈接近的機會，因此研究者可以在訪談的互動中，處理受訪者因深處揭露而產生的情緒反應。研究者須有彈性的依受訪者的步調與受訪者深談，讓受訪者將內在世界的素材能完全的顯露出來。

### 二、深度訪談意義及目的

Minichiello、Aroni、Timewell 和 Alexander 等人（1996，P.61）即定義深度訪談是：有特定目的的會話——是研究者和資訊提供者（informant）之間的會話，會話的焦點是在資訊提供者對自己、生活、經驗的感受，而用他自己的話表達。研究者和訊提供者重複的面對面接觸（encounter），以了解資訊提供者以自己的話，對自己的生活、經驗或情境所表達的觀點。在此定義有幾個假設：第一，接觸碰面是重複的，也就是研究者要

和資訊提供者花比較多的時間互動。第二，一個平等關係。第三，尋找資訊提供者的說法（account），且高度的重視他的觀點。第四，以中性的語言瞭解他們的觀點，以重新拾回資訊提供者的世界（引自 Minichiello et al., 1996, pp.68-69）。

John Johnson（2002）則詮釋深度訪談意謂尋求「深度」（deep）的訊息和理解。「深度」有不同層面的意義。首先，真實生活的成員或參與者在每日的活動、事、地等所持有的理解與看法。訪談者也應尋求和其成員或參與者有相同層次的知識和理解。第二，超越普通常識的解釋及文化形式的理解，但目標是在探索潛藏在表層觀點下所蘊含的意義，以理解該經驗的本質。第三，揭露出普通常識的假設、作法和談論方式，我們自己的興趣及我們理解它們的方式。第四，捕捉及表達多元的觀點，由此呈現出一個重要的議題，就是研究者和受訪者的知識及生活經驗的關係。

### 三、在深度訪談時，訪談關係如何建立？

接觸受訪者或資訊提供者，訪談者先自我介紹，出示授權的相關文件，告知為什麼選擇他們？這個訪談有什麼目的與重要之處，對資料的保密或匿名性，告知是否會得到酬勞等。避免太多指導性的訊息，建立親和關係（rapport）之後，如同朋友之間的互動關係，才會有更多的自我揭露（self-disclosure）。Minichiello 等人（1996）認為與另一個人建立關係基本上就是瞭解這個人看世界的方式，以及對等地溝通你的理解，也就是與另一個人和諧地站在同一層次，才能引導此人願意談話。Minichiello 等人（1996, pp.79-80）引述 Bandler 和 Grinder 的觀點指出，人是透過其感官來感受世界，一個人所強調、選擇的感官將可歸結他對世界的看法。人對外界的感受方式不外是透過聽、看、聞、觸覺或感覺，所以如果我們仔細聆聽他人的談話，我們常常會聽到對方說：「我看到…」、「我聽…」、「我覺得…」等以感官頻道起始的描述，接著才是用更多語言去描述先前感官頻道所指涉的事物。因此可以發現有的人透過聽來理解，他們聽到語調、音量、頻率；有的人透過看來理解，有的人是動覺的感覺者，感覺到情緒意象（metaphor）。因此 Minichiello 等人建議可透過受訪者的感官語言（perceptual language）、世界的意象（images of the world）、語言的型式、音調、語調，速度，整體的姿勢和呼吸模式等，



讓我們快速找到進入對方理解世界的感官模式。因此爲了讓受訪者與訪談者彼此有足夠的熟悉度，才能讓訪談順利進行，而且受訪者能夠在語言或是非語言訊息，充分自然的流露表達其想法，一開始關係的建立是很重要的，以下簡介訪談過程。

#### 四、訪談過程

○○○您好，很高興認識您（面帶笑容、語氣溫和親切），很抱歉今天打擾您一段時間，不曉得您現在有時間，可以跟我談話嗎？（看對方的回應如何？以免會談過程因有事而忐忑不安）。不曉得你知道我今天找你訪談的用意嗎？（先了解受訪者的想法再適時的說明）在正式進入主題之前，我想先讓我們彼此先認識熟悉一些（把彼此對對方的一些疑惑先澄清了解一下？若是可以徵求受訪者的同意，由研究者或受訪者開始先自我介紹）當雙方自然交談一陣子後，進入比較熟悉自然的階段。（請問受訪者還有沒有對研究者的部分有疑慮或需要再補充的，在自然的狀況下拉回主題進入正式的訪談）若是你沒有疑問了，那麼我就先說明一下，在我們會談過程的一些彼此配合事項好嗎？首先我會解釋這個研究的目的意義，讓你了解我做這個研究的想法用意。我是認爲身爲一個人了解自己的生命意義是很重要的，可以增加自己生活的動力與活力。而每個階段的生命意義可能不太一樣，因此我想藉由你的分享，可以了解大學生參與服務性社團對生命意義影響，以提供現在大學生可以參考的大學生活模式，過充實而有意義的生活。所以我想藉由你分享成長經驗或是從你出生到現在經過了哪些你記得重要的事，然後再針對你回答的東西，再從同一個地方作深入思考。我們希望能夠認識了解這些事，進而了解你，經由分享的過程讓你更了解你自己，進而整理你自己，相信對你會有所幫助的。而整個會談過程大約 3-4 次、每次訪談時間約 60-90 分鐘，時間原則上是如此，但過程中我們可以視情況做調整。譬如約定的時間你突然有問題，可以事先告知我，我們再另約其他時間等等。爲了確保您提供資料能正確被理解，所以我在訪談過程中可能需要錄音及適時的作筆記，以增加我對你了解的程度及蒐集資料的準確性，不知道你是否同意。有關個人的隱私部份，請你放心，我會做絕對的保密，所有的書面資料都不會有你的名字出現，而是以編碼的方式替代，您所提供的資料也僅供學術研究參考用，而置放

於論文的訪談內容，我會再次的跟您做確認。

所以訪談前，建立彼此熟悉的關係是重點，也讓受訪者了解研究者的研究動機、目的、進行方式、資料處理原則。訪談時，研究者再次向受訪者介紹研究之動機、目的、訪談方式，並簡單描述研究之程序、資料運用與呈現方式、並重申保密之原則與受訪者的權利與義務，以取得受訪者的信任。研究者進一步詢問受訪者是否有任何疑惑，並與受訪者一同討論，澄清誤解與疑惑，受訪者同意參與研究之後，簽署同意書，再正式進入訪談。而且每一次的訪談結束後，研究者會詢問受訪者，訪談的感受或是臨時想到要補充的內容以及表達感謝之意。

## 參、理論運用

### 一、第一階段訪談以開放性的指導語進行生命意義訪談

以 The WHY SO Technique 的技巧，以理論架構即是由上而下的深度訪談，指導語開放式的詢問生命意義，例如：你的生命有意義嗎？有或是沒有？為什麼（WHY）？所以（SO）？以探詢受訪者之生命意義感及構築生命意義所使用之原素為訪談主軸，例如：你的生命有意義嗎？研究者在訪談過程中以同理、重述、摘要、發問、澄清、反應、聯結等技巧配合真誠耐心的等候受訪者的回答，讓受訪者感覺輕鬆自在，並不斷的鼓勵、誘導受訪者去思考及訴說，跟隨受訪者的談述內容，執行深入探索追問，例如：怎麼說你的生命有意義呢？是什麼樣的事件、目標或價值呢？試想生活中缺少了什麼會讓你覺得生命沒有意義？你以自己的觀點自由發揮述說一個理想有意義的大學生活應該是如何？研究者耐心等待受訪者思考後再回答。因此受訪者較不拘限於呆板僵硬的表達空間，持續鼓勵受訪者完整詳盡的將內在的感受與想法揭露出來。以指導語的建構進行生命意義的訪談，不斷的循環此模式再加上必要時深入的追問，直到個案對於此議題無法提供更多或更深入的想法，就代表資料蒐集已經達到飽和程度。所以第一階段以開放式詢問，是爲了獲得更多與個案有關生命意義的資料。（見圖 3-1 生命意義感的階層模式）

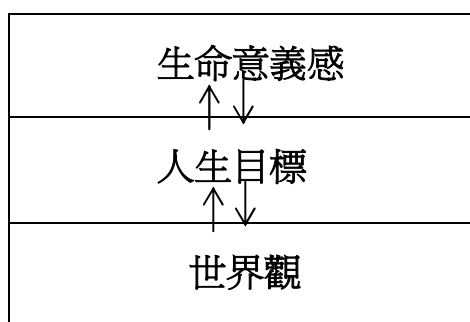
## 二、第二階段訪談以半結構的方式進行世界觀與生活目標取向的訪談

因為研究者以世界觀和生活目標為研究取向，所以為了聚焦採半結構的訪談，探討參與服務性社團之後的大學生，世界觀與生活目標的構築歷程，以及世界觀與生活目標之間的相互關係，還有參與服務性社團之後對大學生生命意義感的影響。

世界觀的理論是依據 Kluckhohn and Strodtbeck (1961) 以「存在主義」的觀點，提出世界觀的架構在稍作修正，因為從研究訪談中，發現人的本質還要加上一個向度就是有惡有善。所以將世界觀分為五個類別，每個類別再細分為三至四個向度：1、人的本質 (Human Nature Orientation; HN) — 性惡 (HN1)、亦善亦惡 (HN2)、性善 (HN3)、有善有惡 (HN4)。2、人際關係 (Relational Orientation; RO) — 尊卑有序 (RO1)、互利 (RO2)、個人主義 (RO3)。3、人與自然的關係 (包含人與社會環境的關係) (Man-Nature Orientation; MN) — 順服 (MN1)、和諧 (MN2)、掌控 (MN3)。4.時間導向 (Time Orientation; TO) — 過去 (TO1)、現在 (TO2)、未來 (TO3)。5、活動導向 (Activity Orientation; AO) — 求知 (AO1)、亦知亦行 (AO2)、行動 (AO3) (譯自 Lo, 1996, 引自張利中, 2003)。依據此理論世界觀的五個類別，編制的訪談大綱是半結構式的，分為：1.人的本質 2.人際關係 3.人與自然的關係 4.時間導向 5.活動導向，依此五點進行世界觀向度的半結構式訪談，以了解個案參與服務性社團之後世界觀的構築歷程。

生活目標是依據黃光國 (2004, p.140) 儒家社會中的生活目標分為縱向傑出、橫向傑出及自我肯定三大類，說明這這三大類在父母對於成就的要求、教師對成就的期待、同儕的競爭、社會價值、個人價值、選擇自由、選擇的理由、成敗歸因及相信對於成功所需的能力信念等項目面向的不同，以了解個案參與服務性社團之後生活目標的構築歷程。而本研究依據此理論討論生活目標，針對此理論做了一些修正，以符合本研究的需求。修正部分是將生活目標分為兩大類縱向傑出及橫向傑出，因為研究者認為自我肯定，有很多項目是無，而且與縱向傑出及橫向傑出有重疊之處，為了便於分類所以將自我肯定刪除；項目中成敗歸因及相信對於成功所需的能力信念，因跟本研究的取向沒有太大相關，所以研究者給予刪除。研究者依據儒家社會中的生活目標理論分為縱向傑出及橫向傑出兩類，採半結構的訪談法，蒐集受訪者日常生活中想要努力完成的事物或

是目標，以了解個案參與服務性社團之後生活目標的構築歷程。所謂縱向傑出（vertical distinctiveness）是整個社會賦予高度價值的目標，當個人達到此種目標時，社會中大多數人通常會給予讚賞或正面的肯定。橫向傑出（horizontal distinctiveness）是達成個人認同之少數群體所認可的目標，當個人達到此種目標時，他所認同的少數群體成員會給予正面的肯定，但群體外的人通常不然。



（圖 3-1 生命意義感的階層模式）

#### 肆、內容分析法

質性資料的處理方式至今還未達成共識，是造成質性研究未能被廣泛接受的原因之一，但不管用哪一種分析方法，（Tesch，1990）指出有關質性資料的十點處理原則：1. 分析是資料收集過程不斷進展的工作。2. 分析過程是有系統且容易被理解，但非固定形式。3 收集歷程摘要筆記有助於資料分析。4. 將資料片斷化，區分成相關且有意義的單元。5. 資料分類體系是根據資料特性所建立的。6. 比較是分析過程中最主要的方法。7. 資料分類方式是暫時性可隨時更改。8. 分析資料過程沒有絕對的正確方式。9. 分析程序需要高度的方法論和專業知識。10. 資料分析結果最終要某種程度整合，提供總體的面貌。如果研究者把握這十點原則，且避免邏輯上和道德上的錯誤，就是好的質性研究（引自范麗娟，2005，p.97）。

本研究是以內容分析法進行蒐集資料的整理、描述、編碼及詮釋。內容分析法是常見處理逐字稿方法，將逐字稿加以編碼，即是在逐字稿旁邊編列數字，在簡略的註明其中的內容，如此可以迅速找到分析的重點，也可以進行量的計算。

## 第二節 研究對象

### 壹、研究對象的選擇

人本心理學者馬斯洛 (A. H. Maslow, 1970) 提出需求階層 (hierarchy of needs) 的動機理論，說明人格成長發展的心理意義，所以是解釋人格及動機的重要理論 (引自葉重新, 2001, p.322)。他將人類的須要分爲五個層次，前面四階層分別爲生理、安全、愛及歸屬感、自尊自重合在一起是屬於基本的需求；最高層次的自我實現是精神層面，因個體追求人存在的價值而產生又叫作存在需求。所以想要追求存在的價值是屬於精神層面，可能是重視精神層面生活的人才會往自我實現追求，像願意做服務助人者、喜歡學習者或是對人生問題會不斷反思者，即是類似喜歡往心靈層次追求的人。Maslow (1946) 曾經特別提到研究人類的行爲、人格，最理想的方式是找最優秀的人類作研究 (引自 Hoffman, 2000, p.248)，一方面可以深入探討，另一方面也可以樹立典範，而且是採取比較正面的探討，例如這個人怎麼樣會變的那麼好，而不是這個人怎麼樣會變的那麼糟。

爲增加本研究的學術價值，研究個案需符合下列的三項條件：

- 一、受訪者爲參與服務性社團的大學生，並且參與該社團有多年的經驗，如此方能看出參與服務性社團之後，對大學生生命意義的影響。參與服務性社團的學生通常可以藉著此環境逐漸邁向自我實現的機會。而自我實現是個體在成長的過程中，其身心各方面的潛力獲得充分發揮的歷程與結果，也就是個體本身具有但潛藏未露的良好品質，得以在現實生活環境中充分的展現出來。(張春興, 2002, p.464)
- 二、其具有對生命的熱誠、樂觀進取、熱於助人等特質。人本論對人性始終抱持樂觀的看法，認爲只要給予個人良好的引導，個人就能朝自我實現的方向發展 (葉重新, 2001, p.393)。所以有正向的特質加上參與服務性社團的引導，如此有利於本研究個案對議題做深入性探討。
- 三、三個受訪者應分屬於三個不同性質的服務性社團，可讓本研究蒐集內容具有較多的

客觀性與豐富性。

研究者與學生接觸時，會讓該生了解本研究的研究目的與價值，並了解該生的特質是否符合上述三項條件，若符合條件則徵得該生同意後，再正式收為研究對象。(見附錄一)

## 貳、抽樣方式

在抽樣操作上，通常採取立意抽樣和滾雪球方式。立意抽樣是由一位該校或該服務性社團的關鍵性人物，例如輔導老師、學務長、社團指導老師等推薦，滾雪球方式是由受訪者介紹他所認識且適合當研究個案的大學生。而本研究採立意取樣，因為需要樣本的配合度高，所以選擇參與不同性質服務性社團的大學生共三人。

本研究個案來源：小薇（A 個案）是由研究者參與台中縣行義童子軍聯合大露營的活動，經由台中縣童子聯誼會的總幹事推薦台中縣行義童子軍聯誼會的主席，也就是此次活動擔任服務小隊的隊長。小薇參與童子軍服務至今已六年，服務熱心、認真盡責受到大家的肯定。小霖（B 個案）所接觸的一貫道服務性社團，是研究者以前在大學時代所接觸過的社團，研究者與個案本來就相識，再經過社團資深帶領者的推薦介紹。小霖參與社團積極負責，擔任各種幹部學習付出，接觸至今已四年。小朱（C 個案）是由研究者的研究所同學介紹，小朱自高中開始就接觸校外的道德重整高中志工隊，每兩個禮拜有一次的服務活動，小朱都會認真學習主動參與，接觸至今已六年。

## 參、研究對象的基本資料

表 3-2-1 研究對象的基本資料

編號	A	B	C
化名	小 薇	小 霖	小 朱
性別	女	男	女
目前就讀大學科系	夜間部社工系三年級	中醫系五年級	休閒管理系三年級
參與服務性社團名稱	童子軍	一貫道服務性社團	道德重整高中志工隊
接觸服務性社團年資	高中一年級至今	大學一年級至今	高中一年級至今

### 第三節 研究工具

本研究的研究工具有研究者本身、訪談指引、錄音設備及訪談筆記。在進行正式訪談之前，研究者與兩位大學生先進行模擬訪談。從模擬訪談中，調整訪談指引、改進訪談的技巧、熟練時間的控制並琢磨訪談深度與廣度的引導情形，以增加正式訪談的有效性。

#### 壹、研究者

訪談者由研究者本人擔任，研究者曾修課學習質性研究法、心理學、悲傷輔導、諮商心理治療理論與實務課程以及張老師長達一年的實務訓練並通過考試成為正式的張老師。而且研究者在學校服務，有從事認輔老師的工作，受研究者輔導的學生有很多，所以研究者有豐富的輔導經驗。因此經過課程與實務的訓練，研究者跟陌生人接觸及會談技巧的能力是不錯的，故深信研究者本身可以勝任本研究的訪談者。

在本研究中，研究者共扮演訪談者、研究者、資料分析者等角色。訪談資料由研究者本人蒐集，由於資料蒐集的深度直接影響到研究結果的有效性，因此「訪談者」的角色尤為重要。在訪談過程中，研究者盡量採取價值中立的立場，不預先設定受訪者可能會回答的內容，也不以研究者個人主觀之看法來評斷、解釋受訪者所表達的內容。受訪者的生命意義屬於個人隱私的部份，須要有一個良好的信任關係，才能使得受訪者願意做深度的自我開放，因此與受訪者建立一個開放、接納、真誠及關懷態度的訪談關係是相當重要的。研究者先以真誠、同理、接納的態度與受訪者建立初步的關係之後，再進一步以發問、澄清、摘要等技術，引導受訪者針對訪談內容分享。在訪談的指導語則以開放式的問題詢問生命意義的議題不斷的反覆、深入的詢問，再以半結構式訪問世界觀及生活目標取向，作進一步的資料蒐集。由於同理、摘要、澄清、發問等技術的使用，都以受訪者為反應的參考依據，且在訪談過程中研究者會尊重受訪者的意願，決定訪談內容開放的深度和廣度。因研究者與受訪者之間互動關係良好，所以受訪者大都願意真



誠開放的深入分享。

## 貳、訪談指引

本研究第一階段訪談以開放性的指導語，進行生命意義的深度訪談（in-depth interview）。在訪談指導語的問題詢問，例如「你認為你的生命有意義嗎？怎麼說？」「當你在回答這個問題時，你都想到哪些事情？」「我們可以再試一次來回答看看，你覺得你的生命是不是有意義？」不斷的循環此模式再加上必要時深入的追問，直到個案對於此議題無法提供更多或更深入的想法，就代表資料蒐集已經達到飽和程度。所以第一階段以開放式詢問，是爲了獲得更多與個案有關生命意義的資料。

第二階段訪談以半結構的方式進行世界觀與生活目標取向的訪談，是爲了聚焦所以採半結構的訪談。世界觀的理論是依據 Kluckhohn and Strodtbeck (1961) 以「存在主義」的觀點，將世界觀分爲五個類別。生活目標是依據黃光國（2004，pp.121-140）儒家社會中的生活目標分爲縱向傑出及橫向傑出兩類，蒐集受訪者日常生活中想要努力完成的事物或是目標。半結構的訪談指引依據上述兩個理論加上心理歷程觀點，依此形成訪談指引。（見附錄二）

## 參、錄音設備及訪談筆記

爲求能夠蒐集完整性的資料，研究者在訪談前已事先徵得受訪者的同意，將訪談內容過程全程錄音，以利事後的資料整理。訪談過程中，研究者亦觀察受訪者的非語言行爲——表情、動作等，體會過程中彼此的關係，並敏銳覺察受訪者與研究者的感受，連同與受訪者聯絡接洽之經驗與觀察，以及研究者本身的情緒反映和想法一同詳實紀錄在訪談筆記中。爲保持資料清晰與記憶完整，訪談筆記都在訪談當日撰寫完成。

## 第四節 資料處理與分析

資料處理與分析主要是依據訪談的錄音與訪談筆記來做內容分析。其程序如下：

### 壹、重新整理轉錄逐字稿

基於時間與體力上的考慮，訪談錄音均聘請大學生完成轉錄與打字，研究者要求資料轉錄者，將訪談錄音內容逐字逐句打成文字稿。逐字稿的打字以按照受訪者之原意為原則，除了記錄受訪者口語呈現的內容外，另外對於非語言的訊息，如停頓、笑聲、哭泣、嘆息等，也都要加以註記。打字時右邊留三分之一的空白處，以利資料編碼分析。

收回的逐字稿則由研究者一一重新聽審、逐字核對、訂正，以求資料的正確性，之後再將訂正過之資料編碼。（見附錄三）

### 貳、進行開放編碼

研究者詳細閱讀訪談逐字稿，將資料的內容逐句檢視，找出其主要的涵義，並劃分其意義之單元，再將此一意義的單元加以命名與編碼。本研究是以世界觀和生活目標為研究取向，所以世界觀依據理論共分爲五個種類的世界觀，每一類又分爲 3-4 個向度，所以世界觀是依據 16 個向度編碼。而生活目標依據理論有兩個種類，每一類再細分爲 7 個項目，所以生活目標是依據 14 個項目編碼。

### 參、分析與歸納

將編碼的部份，進行分類工作，將屬性相同的號碼歸爲同一類，形成核心類別，再依各核心類別彼此相互的關係，統整出初步之架構。所以世界觀編碼後，依據人的本質、人際關係、人與自然關係、時間導向及活動導向，分類擺在一起；生活目標則是依據縱向傑出與橫向傑出分類，再依七個項目細分置放一起。

#### 肆、整合架構

來回多次比較各核心類別之關係，再對架構作統整，刪修，最後確定架構，並回答研究問題。所以研究者將資料分析歸納後，再依據資料分為接觸服務性社團之前、接觸服務性社團初期及接觸服務性社團後期三個階段，說明個案參與服務性社團之後世界觀及生活目標的構築歷程。

## 第四章研究結果分析

本研究以深度訪談法進行資料蒐集，再以內容分析法進行資料的結果分析。本章將分為六個章節，分別說明三個個案的世界觀及生活目標。將採取「構築」的觀點，是以動態的、發展的、形成的觀點來對其個人世界觀、生活目標做較為動態與整全性的心理歷程描述。

### 第一節 小薇對於自身與世界的觀照

#### ——無時無刻都要奉獻自己

##### 壹、參與服務性社團——童子軍對於小薇生命心路歷程的影響

童子軍是一個健全的國民，他是從實際生活中由「做中學」由「學而做」的訓練生活智能，培養正確意識，保持身體健康，並不沾染壞的習慣。建立對人有禮貌，喜歡為社會服務，四海之內都是他的朋友，並且在野外生活中，增進各種技能，陶冶德性，鍛鍊體魄，結交朋友的理念。簡言之：「童子軍在家庭是一位好子弟，在學校是一位好學生，在社會是一位優秀的青年，在國家是一位健全的國民。」此為童子軍的精神理念（中國童子軍總會，1992）。由此可知若是參與童子軍的學生能夠在團體中認真投入學習，對於他的生命應有一些正面的影響，像學以致用的生活智能，培養健全的態度，養成良好的習慣，對人有禮貌，喜歡為社會服務，結交很多的朋友。

##### 一、高中參與童軍社團的緣起：國中時看到童子軍穿制服服務覺得很壯觀

因從小在家受到家人的影響，喜歡跟人接觸、對人有禮貌以及熱心助人，因此可以得到別人的讚美與鼓勵，就覺得很高興，所以開始對於助人有興趣。小薇此特質在人的本質中為性善的特質，因為小薇對人都是友善與付出的，自己也覺得很快樂，所以是性

善的。

在家裡常常幫媽媽分擔家務，在學校也常被選為幹部或自願出來服務。由於經常有助人的習慣，所以在校到處跑，常常可以接觸老師而聽到一些訊息或學習更多的知識，有時候可以看到校園內有同學穿童子軍的制服，在服務覺得很壯觀，心想加入童子軍，於是就去詢問老師。剛好是國中二年級導師帶領童子軍，所以因為導師的關係而認識了童子軍，但因國中只收男生，所以小薇希望進高中一定要接觸童子軍。小薇在活動的面向是採取亦知亦行導向，小薇經常在校園內奔走付出與學習，遇到有不懂或好奇的地方還會主動詢問老師尋求解答。

二年級那老師是因為他之前是帶過童子軍啦！那因為那時候看照片就知道童子軍要到處去服務做支援的動作，那我想說那我也要去適當去做嘗試的動作，那老師就教我比較多的東西，例如說學習技能，我的童軍技能，或是生活上的技能都是那男老師教我的。(A1W13-53/57)

童軍裡面當初是我的一個興趣，我覺得當初那是我進不去的，因為，是因為國中的原因嘛，那時不收女生，可是我看到國中的童子軍，然後能夠說，只要有活動就能夠出來做支援，出來服務，可能就很棒，我很喜歡那種感覺。(A2W51-17/21)

心想到高中我一定要玩。(A2W43-21)

小薇進到高中果然如其所願的接觸童軍社團。

## 二、實際接觸童軍社團的挑戰歷練

### (一) 因升學主義所以社團不被學校重視

由於一般高中是以升學主義為導向，因此對於社團運作常是敷衍了事的態度。學校雖有童軍社團但卻不被重視，學生有心要經營社團，讓學生出來學習服務，但因學校的老師及教官都不支持，所以導致學生心有餘而力不足。有些幹部或學生因而產生很多的

挫敗感，所以選擇放棄不經營或離開社團。

高中的社團，簡直是學校的老師、主任、教官都不支持這個童軍團。

( A2W11-23/24 )

學校不支持的情況下，我第一次請公假被挨罵，我想請公假都會被罵，然後那時候又要服務，我們那時候有接服務，服務我們要借東西，那時候剛地震完，那什麼器材都沒有，那時候我記得要用對講機，然後我們自己又沒有，然後經費又不足，那我們一個學生也沒那麼多錢，可以去買這些東西，之後我就去跟教官啊，去跟主任借，那時候還要去問人家那種臉色，借的時候我們還會不好意思。( A2W11-34/41 )

因為我那個學姊，每次都只出一張嘴，那說真的我跟他在一起算兩年了，他從來都沒有帶我們出去過，他只帶我出去台中一次，可是那次那兩個學姊就半途就落跑，全都丟給我。( A2W11-65/68 )

## (二) 努力爭取童軍社團被學校認可的過程

### 1、對社團堅持的態度與目的：因助人興趣，希望同學和學校更好

由於對童軍的興趣與助人熱情的執著，還有不服輸與堅持的態度，因此小薇雖然發現學校不支持社團，仍然堅持要繼續經營童軍社團。其堅持目的是希望為學校服務使學校更好，同學也能學習童軍技能及精神進而運用在日常生活中。此堅持理念是屬於人際關係中的個人主義，因為小薇認為童軍服務是為學校好及同學又可以從中學習東西，但是學校不支持社團，所以是小薇個人堅持要爭取設立社團的想法。

我是一個蠻不認輸的人，像我們再做事情做討論，然後有一個人跟我反駁，假如我是對的我會堅持到底。然後像有一個學姊跟我說不可能，我會拼命的，想要拼給他看，拼到我所說的那種不認輸的去做。

( A4W52-60/63 )

反正繼續，那我能做的，我能幫忙的，我就盡量去做，因為到一定極限之後，我真的沒辦法的也就沒有辦法。( A2W52-59/61 )

然後這時候我們想要為學校服務，然後我們想要做的更好。( A2W13-42/43 )

我有跟學生講說，你們這樣學習，學習就不要把他丟掉，你們要運用在你們生活當中，對學生反應因為都很快，遇到問題我們可以把危險降到最低點。( A2W52-733/736 )

## 2、為社團努力過程

### (1) 自己不斷的到外面學習有關童軍技能再回來教導同學

學校的童軍團雖有指導老師，但是教導是由學生帶領學生，發現大部分的人都不懂，所以大家都無法學習。小薇認為人總是要不斷學習的信念及社團因為沒有什麼人可以帶領，所以小薇只好與一些肯學習付出的人互相鼓勵，一起出去外面找童子軍的老師指導或是到處學習，再回來帶領學弟妹，以增進大家的童軍技能，有了一些知識技能之後才可以出來為學校提供服務。小薇在活動的面向是採亦知亦行導向，小薇知道要想盡各種辦法讓自己先充實起來，才可以有能力去指導學弟妹，讓大家都可以學到童軍技能，所以是屬於亦知亦行的。

因為人總是要不斷的學習呀！( A1W51-259 )

那我自己不斷去外面學東西，我什麼都要學，學舞蹈、學手工藝，還有我們童軍技能，繩結、歌曲、歡呼，就童軍要學很多東西，然後那時候都要自己去外面學。( A2W52-47/49 )

有一個學長叫期庭，他一直幫我，就從一年級開始，只要假日就往外面跑，去學東西。然後就認識各個學校的幹部。( A2W52-47/49 )

### (2) 鼓勵學生參與服務並爭取家長同意孩子出來服務

需要有學生的參與，社團才能出去服務，因此首先要如何鼓勵學生願意參與學習及服務。小薇因為成長過程一直受到媽媽的關心、關愛與鼓勵肯定，也常常跟媽媽分享成長過程的酸甜苦辣，因此覺得此信念對自己有很大的幫助。心想學生跟自己一樣需要被關心與鼓勵肯定，所以開始從此處著力吸收學生參與社團。此人際關係小薇是採互利觀點，因為小薇希望有學生出來參與服務，而學生出來受到小薇的關照與鼓勵，所以是互利的。

那來的，我就跟他們講說，你在家裡面對電腦，你就一直看著電腦，你的眼睛也會酸，你學到什麼，你學到遊戲，可是你出來，大家在一起很快樂，然後你又可以學東西，你有這一些回憶，別人卻沒有。

( A2W52-701/707 )

就鼓勵。在他們旁邊，然後跟他們聊的，不只是社團的事情，他們自己私人的事情，自己課業問題，大家都互相鼓勵。那有什麼快樂的事情會跟他們分享，我有好吃的都會跟他一起分享，那他就知道說我們很注重他，他知道說學姊在關心他，心軟的人，他這樣關心我也很害怕，那我也要趕快更勇敢的站起來。( A2W13-919/925 )

在努力吸收學生參與社團，希望鼓勵學生出來學習服務，發現想要出來服務學習的孩子不多了。整個大環境而言，由於現階段的孩子物質生活優渥享受習慣了，而且很多資訊的刺激、誘惑太多，學生常常忙碌於自己想要的生活享受追求。養成了自私、安逸生活習慣，因此對於服務太辛苦的生活當然就不太願意，所以只要有心想要學習的學生，不論他的條件如何，譬如情緒管理差的或學習速度慢的，小薇都會盡力的教導。此項人的本質部分有善有惡，小薇看到現在肯出來做服務的學生不多了，大多數覺得太辛苦或是只想在家玩電腦，此為惡的部份，所以肯出來服務的學生，小薇都會盡量把握住，盡量教導讓他們學習成長，此為善的部份。



我幹嘛，跟你們出去，我在家裡吹冷氣很舒服，有電動可以玩，我可以睡的很飽，我幹嘛跟你們磨練，那麼辛苦那麼累，很多學生都是這麼理念。( A2W23-697/700 )

因為有心要學的學生不多，有心的真的不多。現在我們學校是零，有心的都已經學完了，現在都已經畢業了，那個學弟是想學，然後自己本身很害怕，我希望說他能跨出第一步，走出害怕的陰影。( A2W14-913/916 )

他學的速度很慢，我說，只要你想要學，你慢沒有關係，你就告訴你自己，要多學幾次，那你多學幾次我會教你，只要你想要學，我都會教你，那人家學完就先走了，沒關係，我們就繼續學。( A2W13-893/897 )

接著是爭取家長的認同與支持才能讓學生出來服務。家長所擔心的不外乎是孩子的功課能學的好、希望孩子不要學壞、出門能注意安全等事項，所以如果能讓家長所擔心的部分一一解除放下，應該可以有更多的學生能出來參與社團。小薇於是不斷的跟家長以電話或拜訪溝通理念想法取家長的認同支持，在同理家長心情之餘，告知家長讓孩子參與社團的好處、孩子參與活動過程的安全保證及課業能繼續保持良好情況下，希望家長能讓孩子參與社團。此為人際關係中尊卑有序的概念，為了讓學生出來服務，小薇要取得家長的同意與支持，於是小薇不斷的跟家長溝通，體諒家長的擔心，最後爭取家長同意讓孩子出來服務，所以小薇對長輩是尊重的。

果然皇天不負苦心人，在小薇努力的付出後，得到家長認同，放心讓孩子出來參與服務的學生越來越多，逐漸得到學生與家長的肯定。

因為小朋友在家裡，不是看電視就是玩電動，要不然就是一直在睡覺，可是你讓小朋友出來的時候，你可以讓他出來學東西，然後做成長。因為是小孩子剛好有興趣，他就一定會去配合，那他也可以快快樂樂的出來學

東西，就算是出來玩也好，可是從玩當中絕對可以學到任何一樣東西。

( A2W52-218/225 )

那我就說阿姨，我知道你這樣會擔心小朋友，我一定知道，那我先留我的電話給你，你有任何事情你可以撥給我，小孩子跟我出來，絕對是在我的視線範圍內，那他們過夜什麼，也全部都一直在我的旁邊，我也在旁邊照顧他。( A2W13-211/218 )

我跟學生講，你回到家一定要打電話跟我報備說你們到家了。那我希望你們能跟父母做溝通。( A2W13-226/228 )

那時候跟家長講說，我把他當成是我的親弟弟妹妹一樣的照顧，然後爸爸聽到這個也比較安心，然後就把他放出來。( A2W13-259/261 )

所以我們在玩活動，我們堅持功課要過，活動也要過，要兼顧。

( A2W13-973/974 )

### (3) 對學校部分：主動爭取社團在校服務的機會

當小薇自己不斷的學習成長後，在學校童軍社團帶領訓練學弟妹有關童軍的知識技能，讓更多人學會服務的技能。當學校有活動時就可以爭取主動出來服務的機會，隨著服務的次數增加及服務的品質提升之後，逐漸受到學校師長的重視，大家對於童子軍的學生為學校付出是有目共睹。

高中新生訓練，不是有那種抽血，我知道抽血很多人走出來就昏倒，尤其是女生居多，我就發現，我就去看那種臉色，或他走路晃晃的，就是要倒下去的那一個。那我就其它沒有什麼事情的都丟給學弟妹去負責，我就負責抽血抽完的那一個關卡的部份。然後我就在旁邊，看不對就扶住，然後老師說你怎麼知道，我就看得出來，整個臉色都不對不舒服，我想那時候可能是害怕緊張或那時候人又比較多，然後我第一個反應，就是說我先把這裡暢通清除，比較舒服，然後就幫他煽風，然後安撫到另外一間教

室休息，要不然就在旁邊坐著就先不要走。( A2W52-775/787 )

### 3.終於獲得學校師生肯定：可爭取到社團所需的相關資源

小薇終於在努力付出與堅持之下，逐漸獲得學生、家長及學校師長的肯定。可以在學校爭取一些補助經費及一間屬於童軍社團的專用教室，這是過去想要爭取被拒絕的。於是童軍社團可以有很多的機會在校內為師生服務，在校外服務替學校爭光，也讓參與的學生真的有所收穫和成長。這是小薇最樂意見到的成果，也給小薇的堅持付出相當大的鼓勵支持和肯定。此人與社會環境的關係是屬於和諧的，因為學校肯定童軍社團的貢獻，所以童軍社團的同學，若是活動需要申請相關設備或是請公假，大都可以被允許，因此彼此處在一種和諧的關係。

我只能說我到二年級上學期的時候，我要做什麼事情，全校老師都支持我們，主任、教官、連校長、董事長都很支持我們，那變成說我們要做什麼完全都沒有阻礙，然後他們會協助我們。( A2W21-288/292 )

家長來接小朋友，你就跟家長打個招呼啊，家長就說謝謝你，這樣照顧我們小孩，小孩子回去就跟他們講說不錯，玩的很開心，那家長也是給我很大的鼓勵，那我就會繼續去做。( A2W22-148/151 )

小孩子只要跟父母講，我要跟小薇學姊出去，爸媽都很放心把他丟給我，那事後我覺得很佩服我自己，我能夠變成這樣。( A2W13-233/236 )

由以上小薇參與童軍社團的心路歷程可知，這一路的辛苦像遇到學姊們的指責與謾罵、學校老師及同學們不支持，自己要不斷的到外面學習才能回來指導學弟妹的辛苦勞累等等。若不是因為小薇對童軍的興趣、喜歡學習與服務助人理念的執著，大概很難克服此艱鉅的挑戰任務。終於在小薇的堅持下，童軍團被小薇帶的有聲有色，學校給予很大的肯定。

## 貳、樂意奉獻自己的小薇

無時無刻都需要奉獻自己是小薇的最佳寫照。平常白天要上班，晚上要上課，回到家已經很晚，小薇仍會撥空，陪家人講話聊天、上網找一些資料及關心需要關心的人。假日有空在家就是幫忙家裡做家事，像到田裡工作、照顧爸爸需要帶爸爸去看醫生或陪爸爸講話，幫媽媽做一些食物加工品。如此忙碌之餘，還要撥空參與童軍團的志工服務，但小薇仍然樂在其中，蠻願意如此的付出。到底小薇對自身的一些信念是如何構築而成的呢？以下將探討小薇如何形成自己的信念觀點。

### 一、把握時間且有彈性的扮演好自己應盡的角色

#### (一) 小薇有亦惡亦善的面向

小薇眼中自己是屬於活潑外向型，喜歡跟人接觸與服務助人；具備亦善亦惡面向，認為自己喜歡助人是善的，有時候忌妒爸爸對姐姐比較好心理不平衡的時候覺得是惡的；喜歡結交各種年齡層不同的朋友必要時可以彼此關心支援；常擔任各種幹部及當過工讀生，所以學會很多東西不怕面對各種挑戰，認為自己是有能力及懂得感恩知福惜福，畢業後還會回學校探望老師，對於自己目前的狀況覺得很滿意。

那因為我的個性比較屬於開放型的，然後我也比較喜歡從事服務性質的活動。( A1W13-6/7 )

我有個綽號叫小辣椒，跟我的能力與做法有關。( A1W13-18/19 )

因為我覺得我自己本身是善的吧！因為我本身喜歡從事服務，我就會去行善啊，然後別人會比較快樂這是善的部份。像是惡的話，有可能就是說自己有時候在生活週遭會去忌妒別人吧。( A4W12-157/163 )

所以不管是大人、小孩、老人我都可以跟他們做接近，我覺得長期跟不同的人在一起，變成也算是好朋友，那就彼此會做了解的動作，然後有時候有需求，就會互相幫忙支援，反而朋友多有這個好處。( A5W22-80/84 )

雖然，現在畢了業，可是有空我還是常回去看那些老師。

( A1W21-63/64 )

因為我現在是有交男朋友，然後我覺得其實被愛的感覺很幸福，那我也很想珍惜這段感情。( A5W13-115/117 )

## (二) 有彈性的扮演自己所擔任的角色

當扮演不同角色時，能讓自己的心情保持彈性，恰如其分的飾演好自己當時應扮演的角色。像工作時要表現出認真、穩定、安靜的工作；當志工時常面帶微笑跟別人分享喜怒哀樂，帶給別人快樂；帶活動隊時就很盡情表現自己，很瘋狂的樣子，可以自娛娛人。

我該活潑的時候，我會活潑；嚴肅時候，我會嚴肅。然後我會去分什麼時間，做什麼樣的事情，然後去認清當時是什麼樣的角色，然後要去作好那一份角色。( A4W13-100/103 )

我在不同的角色我會扮演不同樣的人。( A4W13-71 )

假如說我在學校工作我是屬於那種穩定安靜型。( A4W13-79 )

在志工裡面我是屬於比較有笑容的，比平常更有笑容，然後會帶給別人快樂，就一直去指導下面的學員。就算去圖書館架書，做個志工，一起分享自己的喜怒哀樂，大家也會很快樂。( A4W13-80/85 )

在活動隊裡面，我是一個很瘋狂的人物吧 就會覺得出來活動就是給人一個快樂的心情。( A4W13-86/88 )

## (三) 盡量遵守自己應盡的責任本分

小薇認為自己在不同的崗位，應把責任做好，表示負責，才可以取得別人的信任。家裡需要幫忙，就少接活動盡量待在家裡幫忙；帶活動時，有義務責任要把學生照顧好，才能對的起家長。

現在幾乎都待在家裡陪爸媽，如果出去活動為了要賺錢吧，所以拼命接活動。( A4W13-19/20 )

例如說我現在上班我覺得應該扮演好一個正直的職位就是一個職員的工作，那我覺得該做就要去做不能夠去偷懶啦、懶散。因為我覺得一分錢一分收穫吧！我覺得人在做，很都人都在看，這是無形中的。

( A4W13-71/75 )

最後我打電話跟家長確認知道他說謊，學妹卻告訴我說為什麼你要告訴我媽媽，我說你是真的沒有在我這裏，我只能老實說，那假如說你出去外面發生任何事情，我沒有辦法扛起那個責任，結果那一次回來真的發生問題。那時候幸好我有去澄清，結果那個學妹一直怪我罵我，然後討厭我真的不理我，還找人來罵我、削我。( A4W14-420/426 )

#### (四) 把握時間

由於自己兼具多重角色，所以對於時間的安排特別重視。因為世界上最公平的就是時間，為了讓自己在有限的時間內，仍然可以完成自己想要做的事情，因此對於時間的掌握就特別謹慎。像犧牲睡眠時間，小薇都很晚才肯上床睡或是早上一大早起床；做事的時候，手腳的動作都很迅速，所以很快的可以把事情做完。此時間向度，小薇傾向把握現在的時間，為了讓自己未來有許多回憶，所以小薇把握現在做很多事。

為什麼速度這麼快，因為你慢就拖很多時間，我說世界上最公平的就是時間，那我發現這個時間，真的是不夠用，所以我很把握這些時間，你趕快做好。你不是有更多的時間，你就可以做你想要的事。( A2W42-863/868 )

然後我覺得說因為我要爭取我想要的，所以我寧可犧牲我的睡眠去爭取我想要的東西，然後過了之後這都是我的回憶。( A4W42-305/309 )

會想要趕快去做，會一直想說，嗯趕快去拼、去做。( A4W53-289/290 )

## 二、抱著正向積極的想法面對服務及生活

### (一) 願意服務奉獻

對於自己需要不斷的去服務付出奉獻，無法很悠閒的待在家裡，認為是受媽媽、童軍團的夥伴及老師們的影響，所以喜歡做服務。另一方面也是自己的興趣及特質，而且從服務當中可以獲得鼓勵和肯定，所以小薇蠻願意這麼做。此活動向度，小薇是傾向行動，從行動中幫助人，別人受益自己也可以受到肯定，所以小薇是個很願意落實行動，實際執行出來的人。

我覺得我上輩子是一隻牛吧！(A1W13-113)

我蠻願意的吧！對呀！(A1W13-125)

那因為我覺得好的東西要跟好的朋友分享。(A3W13-329/330)

因為無時無刻就是要奉獻，做一些勞力的工作或者為人家付出，就算以前那種牛(台語)就是要去田裡工作，跟著主人到處走。那如果現在是，不管在任何一個單位或任何一個工作，你就是有那義務要去做，重要是要去實施，不是說，很輕鬆在那邊休閒悠哉，那像現在我平常或假日不可能在家很悠哉休閒，是到外面做支援，去服務，我就是要付出給社會就對了。

(A1W53-115/123)

得到大家的贊同和認可，然後被支持被肯定的。(A4W13-30)

### (二) 天下無難事只怕有心人

小薇相信只要自己有心，一定可以突破任何困難。所以面對人生的各種課題，小薇採取面對接受挑戰的方式，希望自己能藉由學習不斷的自我超越與突破。

我覺得我是一個蠻好奇，然後想要去突破不可能的東西，然後自己沒做過的就想要去做。(4W52-29/30)

只要有什麼東西可以學的我會很想要去學，然後我就會認真去學，學完之後是我的，我的東西變多了我就好快樂。有機會我會把我所學的東西再去奉獻出來，所以學習過程我會跟著學跟著去做，做一做學會就是自己的。( A4W52-339/343 )

我是覺得說只要有心，沒有難的倒自己的事情，所有的事情都可以做得到。( A4W13-49/51 )

### (三) 凡事往好處去想

做任何一件事情往好的方向去想離成功越接近，此為小薇常用來自我期許或鼓勵別人的正向信念力量，像辦活動時就期許活動過程平安順利，考試時就不斷的告訴自己一定會通過等等正向信念。

只要我們做任何一件事情，通通都要往好的去想，因為你往好的去想，你就會越做越好，越棒，你就對自己更有信心，然後去衝。那假如說你往壞的去想，你就沒信心，你就沉沒，你就會無力去動，那就很容易失敗，因為我就常常這樣做。( A2W13-507/512 )

我們幼兒保育科的試教檢定題目，那東西是自己帶過去，我一定要抽到第三個題目，因為我對第三個題目很有自信很有把握，然後就真的抽到三，抽到我就很快樂，這句話真的好好用，就是要往好的去想。

( A2W13-523/530 )

像我們辦活動我就告訴你自己，我們這個活動一定要辦的很成功很順利，就這樣講自己本身就會謹慎，去看任何東西，就我一定要辦的很成功很順利，我都是這樣想的。( A2W13-534/539 )

### 三、覺察到自己的生命意義

除了在家盡子女應盡的責任外，經過幾年的在外服務付出，已獲的大多數人的肯



定。像童子軍的長輩、學校的師長、學生家長及同儕團體，讓小薇對自己產生極大的自信心，可以為自己的未來奠定良好的基礎。

那像我高中那三年下來一直都在服務，然後校內校外服務，我也很高興一、二年級都有拿到模範生，這都是校內的。可是在我畢業的那一年，我拿到的是全校唯一的校外模範生，那是個獎狀及榮譽，我覺得還蠻開心的，付出人家認可我。( A4W13-392/396 )

其實我在做，不只是我個人看得到，我學長姊跟我同屆的，像有其它學校的都有看到，像我出去活動，不只是我們校內的人還有校外的人，那時候我跟他們在一起活動，他們很佩服我能夠把上百個學弟，整個大轉變。  
( A2W13-936/942 )

從出生到現在，所接觸到的家庭、學校及社會環境及過程中所有遇到的人、事、物，對小薇或多或少都有產生影響，這些經歷的回饋讓，小薇認為自己的生命是有意義、有價值的且生活一定有目標，希望自己的生命可以完成很多事。

生命一定有意義的呀 有意義才會生存吧 想要再一直生活下去吧！  
因為我覺得生活當中一定是有目標的吧 有目標才會往前衝。  
( A1W13-245.247.249.250.253 )

我覺得生命是可以做很多事，可以讓我活得很快樂，生命是無價的。  
( A4W13-56/57 )

老師他們及周圍對我的影響力蠻大的。( A4W21-44/45 )

那有可能是家裏的影響吧！所以會轉變這樣。( A4W21-64 )

從以前到現在所遇過的這一些人、事、物吧！( A1W22-79 )

整體而言小薇對自我的概念是正向的接受自己與肯定自己的。認為自己是個亦善亦

惡的人，對於助人服務是樂意接受的，期許自己以負責任的態度面對人生問題、充分的把握有限的時間，以強大的自信心與正向的信念面對自己的人生。

### 參、小薇眼中的他人

小薇小時候的生長環境算是純樸、儉約、幸福及快樂的，父母認真工作賺錢撫養外婆、舅舅及四個小孩。鄰居都是親戚朋友來往互動密切，彼此能互相照顧，到處充滿溫情。慢慢長大後接觸到的老師、同學或其他人，也都對小薇很好。所以過去日子大體而言，小薇眼中的他人是性善的。直到步入高中後，小薇眼中的他人逐漸有些改變，到底是什麼樣的刺激或事件，形成小薇現在眼中他人的觀點，分別呈述於下。

#### 一、對小薇影響深遠與堅強負責任的媽媽

生命中影響最大、最深遠的貴人即是媽媽。小薇認為媽媽是偉大的，爸爸生病後一肩扛起家庭的經濟重擔，要撫養照顧一家四個大人及四個小孩的生活。真的是非常的辛苦，但是媽媽幾乎從不抱怨，常常想盡各種辦法賺錢，在經濟上讓我們無後顧之憂能安心讀書，盡力做好一個為人母的責任。

我覺得那時候很幸福，因為很多家庭的學生要自己出來或是怎麼樣，那我覺得媽媽是一個蠻偉大的媽媽，因為媽媽以前就是就一路走過來都很辛苦，可是完全不抱怨或怎樣。( A3W13-162/165 )

#### (一) 良好生活教育的教導

父母在生活教育上也給我們很多的正面教導，例如：對人要有禮貌、對長輩要尊重、很關心小孩希望小孩不要學壞、尊重小孩的興趣個別發展、聆聽小孩的心聲給予小孩鼓勵及正面引導等等。他們認為養成小孩一些做人的基本觀念很重要，小薇在此環境中耳濡目染，對於人際關係與生活技巧觀念有一些正確的引導。

在家裡就是我覺得父母的理念教育真的是蠻重要的，是因為爸媽給我一個正向的指導，那我就往正向這條路在走，那我覺得，我爸跟我媽的親和力都很好，因為平時我們從小我媽就培養習慣就是叫我們說，我們家蠻注重禮貌的，就是說不管你看到人認不認識就是打個招呼，那這個就是給人家的第一個印象。( A3W21-6/12 )

我從以前在玩活動爸媽最擔心的是我的安全，怕我們去外面交到壞朋友這樣子，有時候活動前後我就跟媽媽講，媽媽會跟我分享，然後跟我講一些注意事項，我都跟他分享那他會聆聽我的感受，例如有時候在活動當中難免會遇到一些挫折嘛然後會被罵，可是媽媽是以正面的方向來跟我做指導，然後都會鼓勵我，就是說跌倒要很勇敢的站起來的意思，然後我就會繼續做。( A3W21-20/28 )

長輩我會很注重 長輩他們經歷過程、資歷什麼都比我們多，所以我覺得還是必須去尊重他們。( A4W21-151/152 )

## (二) 受媽媽言教及身教的影響

小薇有很多的人格特質與媽媽相似，例如：都很好學、喜歡關心幫助別人、心地柔軟善良、人緣很好有很多朋友及有積極正向的思考等相近的特質，可能是遺傳或是媽媽的言教及身教影響。在小薇在生活中都有明顯的嶄露，像以實際行動買東西給大家吃或是用語言鼓勵關心人，因此無形之中小薇受媽媽的影響深遠。媽媽此特質的展現，是屬於人的本質中性善的面向，因為媽媽很認真的負起自己應盡責任，把家庭照顧好、給予子女正確的教導，行有餘力還能關心幫助別人。

家裡給我最大影響力是媽媽，因為我會跟媽媽分享喜怒哀樂，那別人說我跟媽媽簡直是模子印製出來的，我們其實看起來個子都一樣，興趣也一樣，然後人家都說我們都是五腳的，都會往外面跑，那在外面的親和力都很好人緣都很好。( A3W21-260/265 受媽媽影響大 )

像之前講我是一個好奇寶寶，可是什麼都會去學，本身媽媽也會教我那我就跟著學，所以我跟媽媽的作風都很一樣，可是遇到不愉快的時候我跟媽媽會同時眼淚掉下來，其實我跟我媽媽那種感覺，就不知道，像其實看到爸爸不舒服，我會跟媽媽抱著一起哭，然後不愉快會跟媽媽一起分享，就感情做法都很像。( A3W21-271/276 與媽媽特質相近)

那媽媽會這樣對我然後我也一樣會這樣去對學弟妹就帶學生，因為這樣帶所以有感覺到其實父母的影響力真的很重，爸媽怎樣小孩子也差不多是怎麼樣。( A3W21-28/31)

## 二、因喝酒導致肝硬化生病在家及對自己不友善的父親

爸爸以前工作賺錢很辛苦，是做水泥工人，常需曬太陽工作。有喝酒的習慣，心情不好時喝的更多，所以導致目前爸爸的身體狀況很差，有肝硬化的現象，無法外出工作只能在家調養身體。有時爸爸因為身體不舒服加上本身講話比較直接，有時候會傷到別人，尤其是跟媽媽講話時，常會鬧的不愉快甚至吵架，所以搞的家裡氣氛很糟，進而影響大家的心情，使得大家回家無法放輕鬆休息。

那我覺得爸爸的話，從小到大我覺得過的是蠻溫馨快樂的家庭，爸爸是辛苦去賺錢，爸爸是在太陽下工作，就做那種馬路，就埋大的水管水泥。( A3W13-82/85)

因為爸爸喝酒整個身體都虛掉，連工作都不能做，他只會碎碎唸，那不舒服就會發出那一種不舒服的聲音，其實每天工作回來也都累了，那不做就算了，然後又聽到那種聲音整個家庭氣氛就覺得很不舒服。

( A3W11-100/106)

有時候看爸媽在談話時，我會跟爸爸說，你講話可不可以不要那麼兇你，可以用柔和的方式去講，因為聽起來會比較舒服。因為光是在家裡，有時候聽他們兩個在對談，比較直跟兇，我聽起來也會很難過。

( A4W14-249/253 )

(一) 對家裡的用心付出卻得不到父親的認同

爸爸以前對小孩的管教方式嚴格採罵的居多，所以小孩比較怕爸爸。目前爸爸因生病在家無法工作而且脾氣暴躁，常會罵人，所以其他小孩多不喜歡回家也不管爸爸，認為爸爸沒有以身作則，做好的榜樣。目前小孩只有小薇和弟弟住家裡，小薇認為自己應該幫媽媽分擔家裡的責任，例如照顧及鼓勵爸爸、幫忙做家事或是努力賺錢分擔家裡經濟。所以常常會往外跑去工作賺錢，但如此的用心卻沒有得到爸爸的肯定，還常常被爸爸罵，一天到晚往外跑，回來就只會睡覺，有時候小薇覺得很委屈，還會躲在棉被裡偷偷的哭泣。小薇也發現爸爸對姊姊的態度跟對自己不同，對姐姐較友善，對自己比較不友善，所以覺得很疑惑，不了解爸爸為什麼這樣對自己，有時只好不斷的往外跑，去外面做服務或是賺錢，反而比待在家裡得到更多的快樂。此向度，小薇覺得爸爸是性惡的，因為爸爸沒有負起長輩應盡的責任，還常帶給家人麻煩，而且自己認真的表現卻換來爸爸的不諒解，對於爸爸的態度自己覺得很委屈。

我跟媽媽講說一樣的你出去工作一樣會很累，你也會很想休息。那我心裏想說爸爸從頭到尾都沒事都在睡覺，你自己榜樣做的不好，還罵我，我很不服輸。然後姊姊回來做什麼事都沒關係，我沒有做家事就是不行。

( A4W12-219/222 )

因為覺得每次跟爸爸開口講話就是被罵，我就會很想要出去，因為沒有溫暖。( A4W11-239/240 )

其實我不是一直想在外面跑，因為在外面跑我真的會比較快樂，雖然在外跑比較苦比較累，可是我覺得累的很值得，我可學到我想學的東西，然後跟朋友嘻嘻笑笑的，我真的很快樂，可是我回到家裏，就覺得說要講也不是，不講也不是。( A4W13-233/237 )

## （二）小薇從爸爸身上的學習可當作未來的借鏡

從爸爸身上小薇有不同的看見，例如：講話應該要用溫和的方式表達聽起來較舒服、不需要用吵架的方式解決問題應該用溝通、心情不好可以用健康的方式發洩不要傷害自己的身體、學習分擔家裡的責任、雖然爸爸不好仍然強迫自己去面對問題不逃避，未來自己另一半的考量應該不要有不良的嗜好等等。所以讓自己學習領悟成長很多，避免在自己未來的人生路上重蹈覆轍，以此為借鏡提醒自己。此看見為活動中的學習導向，小薇從爸爸身上看見很多問題，希望自己不要跟爸爸一樣，以免受苦，能夠學習後當作未來的借鏡。

因為是爸爸這樣子，我才會很重視講話的技巧。我知道爸爸沒有惡意，可是那種講話方式，聽了很心疼。（A4W21-189/192）

我就說不管爸爸是好是壞他終究是我唯一的爸爸，他身體不適所以我們會唸怎樣，我也不喜歡那種感覺，我告訴我自己要去克服那感覺，也需要在爸爸身邊去做聆聽的動作，爸爸算是說沒有地方可以訴，那還好爸爸都會講給我聽！（A3W21-138/143）

那只有氣一氣而已之後不要去想那麼多，然後轉移注意力到外面去帶活動。因為我覺得說心情不好不要喝酒，割腕傷害自己，因為我本身不喜歡從事負面的，我喜歡從事善的或是往好的地方去想。（A4W13-457/460）

## 三、高中因忙碌社團跟同學關係疏遠

同學這個角色，對小薇而言，也是有所影響。高中階段的同學關係是負面居多，因為自己過度熱心講話直接易傷到人，引起同學不高興，常跑社團所以請公假跟同學相處時間少，關係疏遠。為了改善此負面關係，所以尋求老師協助與自己不斷的反思，從中學習到，適時的被動幫助別人，不要太雞婆與多花點時間跟班上同學相處，建立情感。後來與班上同學的關係有很大的改善。大學階段則是受到班上一位殘障同學的感動，讓自己更加珍惜生命及有許多正向信念的鼓勵。此信念是屬於活動中亦知亦行導向，小薇

看到自己跟班上同學關係不良，試著尋求支援與自己學習反思，找到答案並落實在生活中運用，有一些成效，所以是亦知亦行。

像以前在服務，譬如說同學們做事我就很樂意的說：「同學你這樣不行，這樣做是錯的。」(A1W13-181/182)

同學好像以為我那麼雞婆(台語)這樣，像以前那麼熱心，會導致跟班上不合。可是我那時候是出於一番好意而已，所以有時候太過於熱誠並不是很好。(A1W14-182/186)

因為活動變成跟班上互動比較少。那時活動就盡量少接，然後這樣多跟班上在一起，然後增加互動的機會。我們就不會主動去幫忙他們，那有時候他們自己去做，遇到困難的時候就會來跟你說。(A1W13-192/198 調整方法)

我體會最深的是我們班現在有一個同學他是坐輪椅，他以前是一個很健全的人，他是因為自己組裝飛機飛行的時候摔下來，腰部開始癱瘓，他說他能夠這樣很感謝他老婆，他原本要跟他老婆離婚，可是他老婆說我不嫌棄你，不斷的在他身邊打氣，他現在變成一個台中縣殘障協會的總幹事。(A3W13-591/596)

我很喜歡跟寶哥在一起，可是我每天聽他講故事，就跟他哈啦我也可以學到東西，他這樣講其實對我影響力很大，因為你看他老婆這樣講一句話，改變他的一生，甚至他從很沮喪到現在很活潑，因為我看了他讓我覺得更要愛惜生命，不要因為這樣就放棄生命，因為生命我覺得蠻寶貴的(A3W13-596/603)

#### 四、讓小薇當作學習楷模的老師

在小薇的生命中，老師對他的影響是佔有相當重要的部份。從國中在教務處當工讀生要發課程調課的單子，必須常跟不同的老師接觸；高中之後參加學校社團，學校服務

也需要跟老師接觸；參與童軍團的志工服務所接觸的也多是老師，所以接觸到如此多的老師，讓小薇有不同的看見。因為自己的好奇心加上好學與喜歡助人這樣的特質，剛好有機會常常跟老師接近，所以常常可以從不同老師身上挖到寶，久而久之受老師們的影響感染很多。小薇期許自己像老師一樣，有豐富的能力去幫助別人，更期望當一個領導者教導別人。

有可能週遭都是老師吧！因為老師的能力都好強，然後告訴我自己，我要繼續努力，那有可能變成這群人裡面，我的學歷比較低或是經驗比較少，老師就像給我一個模範一樣，我要跟老師一起好好的做學習。(A1W13-261/265)

就人家怎麼樣對我，我就怎麼樣對人家 我覺得從以前到現在一路走過來，我遇到的人都很好，這好像我一路遇到貴人似的，都蠻支持蠻鼓勵我的這樣子，像我們童軍啦，然後活動隊，就是一些高等級的人物，然後對我很好。(A2W22-7/12)

##### 五、小薇看到社會是個大染缸有正負面的影響所以要慎選環境

人的善與惡的展現是因為環境的影響，接觸善的環境就會成爲善，接觸惡的環境就會成爲惡。所以必須慎選環境才不會對自己造成不良的影響。除此之外要認真學習才有足夠的知識判斷是非對錯，以適應現在複雜的社會環境。此向度說明人與社會關係是順服的，接觸善的就成爲善的；接觸惡的就成爲惡的，所以要慎選所接觸的環境。

我是想說人啊是善是惡跟週遭的生活很重要，你的週遭都是學壞的，哪你就會從事壞的方面；我覺得週遭都是好的，你就是學好的，所以善跟惡與自己周圍的環境影響很大吧！（A4W14-273/276）

然後社會現象給我看我覺得說，因為我覺得有時候在外面看，很多年輕人都是去網咖或去玩，有時候都會學壞。(A5W11-26/28)



我是覺得人總是有很多的第一次，知道不好就不要再去接觸就好了，  
我覺得我對你好你不會去珍惜，我這麼的投入可是你卻不知道。

( A4W22-450/453 )

整體而言小薇眼中他人的本質是有善有惡的，善惡的分別是因為受到環境影響。自己本身所接觸大多是善的、好的，所以願意不斷的去服務他人。服務當中通常可以得到相對的鼓勵支持，彼此是互利的關係，所以給自己很大的肯定。若是遇到對方是自私的，對我們有不合理的對待，把它當作一次學習經驗，下次不要再跟他們接觸合作就好了。

#### 肆、小薇看到做中學與學而用可增加實力與面對問題的勇氣

由於好奇心的特質，小薇從小在家裡就常跟在媽媽旁邊問東問西，媽媽都會教而且讓小薇嘗試去做做看，做錯了會給予鼓勵及機會，叫小薇再嘗試看看。到了高中接觸童子軍的社團，受到童子軍的精神理念，強調做中學及學而做的觀念影響，以及童子軍環境中所接觸的都是校長或老師，他們的學歷及能力都很好。覺得自己在團體中學歷或經驗都不如人，應該把老師當作模範，把握住此機會多像老師們學習，以增加自己的能力。然後再將所學的應用在日常生活中，幫助自己或他人，亦可教導別人。常常在服務當中，不只別人得到幫助自己也受益良多。發現自己經過此訓練後，自己的能力在各方面多比別人強，遇到問題的時候比較有能力處理。因此小薇養成了做中學、學以致用以及人總是要不斷學習的觀念，讓自己的生命過的充實有意義，所以能勇於克服接納陌生的人、事、物，面對人生的許多挑戰。此向度，小薇明顯的表現出亦知亦行的活動取向，可從不同人的身上學習，像媽媽或老師，再運用去幫助別人，也讓自己更有能力面對問題。

因為我覺得我也是個蠻好奇的人，然後好奇就去學，然後做錯就再學  
就好了。( A5W51-32/33 )

有可能週遭都是老師吧！因為老師的能力都好強，然後告訴我自己，

我要繼續努力，那有可能變成這群人裡面，我的學歷比較低或是經驗比較少，那幾乎跟老師這樣學習，老師就像給我一個模範一樣，我要跟老師一起好好的做學習。( A1W13-261/265 )

我會去面對。可能是常常在外面，不管做志工、做工作、帶活動或是去學東西，那每次學的感覺都是不同，有時候看到喜怒哀樂，看到他們很悲傷很痛苦，我反而會更愛惜自己的生命，我會想幫助自己還有我能幫他做什麼事情。( A5W13-21/26 )

就是把我吸收回來的東西，然後再回饋給其他的他人。( A1W22-86 )

## 伍、小結

由上述的整體內容而言，小薇所呈現的世界觀，在人的本質部分是有善有惡；自己本身是亦善亦惡的特質。小薇看到現在肯出來做服務的學生不多了，大多數覺得太辛苦或是只想在家裡玩電腦，或是爸爸沒有負起長輩應盡的責任，還常帶給家人麻煩，而且自己認真的表現卻換來爸爸的不諒解，對於爸爸的態度覺得很委屈，這是性惡的部份；至於性善，少數肯出來服務的學生，小薇都會盡量把握住，盡量教導他們，讓他們學習成長。媽媽很認真的負起自己應盡責任，把家庭照顧好、給予子女正確的教導，行有餘力還能關心幫助別人，這都是性善的面向。小薇認為自己喜歡助人是善的，有時候忌妒爸爸對姐姐比較好，心理不平衡的時候覺得是惡的，所以是亦善亦惡。

在人際關係上，小薇認為尊卑有序、互利及個人主義，在不同的情況下都有可能存在。像個人主義關係，小薇認為童軍社團服務是為學校好及同學又可以從中學習東西，但是學校不支持社團，所以小薇為了個人主義堅持要繼續努力爭取學校童軍社團的成立。採互利觀點，是小薇希望有學生出來參與服務，而學生出來可以受到小薇的關照與鼓勵，所以是互利的。至於尊卑有序的概念，為了讓學生出來服務，小薇要取得家長的同意與支持，於是小薇不斷的跟家長溝通，體諒家長的擔心，最後爭取家長同意讓孩子出來服務，所以小薇對長輩是尊重的。

人與社會環境的關係有和諧和順服。因為學校肯定童軍社團的貢獻，所以童軍社團的同學，若是活動需要申請相關設備或是請公假，大都可以被允許，所以彼此處在一種和諧的關係；人的善惡分別，是因為受到環境影響，接觸善的就成為善的，接觸惡的就成為惡的，所以要慎選所接觸的環境，此種人與社會關係是順服的。

時間的排序則是趁年輕要把握現在的時光，小薇把握現在的時間是為了讓自己未來有許多回憶，所以小薇把握現在做很多事。

學習活動在求知、亦知亦行及行動面向都有。求知部分是小薇從爸爸身上看見很多問題，思索後希望自己不要跟爸爸一樣，以免受苦，能夠當作未來的借鏡。亦知亦行是小薇經常在校園內奔走付出與學習，遇到有不懂或好奇的地方還會主動詢問老師尋求解答；小薇看到自己跟班上同學關係不良，試著尋求支援與自己學習反思，找到答案並落實在生活中運用，有一些成效；可從不同人的身上學習，像媽媽或老師，再運用去幫助別人，也讓自己更有能力面對問題。行動面向是小薇從實際行動中幫助人，別人受益自己也可以受到肯定，所以是個很願意落實行動，實際執行出來的人，從以上的論述，可明顯看出小薇求知、亦知亦行及行動面向都有。

整體而言小薇世界觀的構築歷程，在接觸社團之前，人的本質部分小薇看到自己是性善的；接觸社團初期，小薇看到自己是性善的及他人的本質有善有惡；接觸社團後期，小薇本身是性善的面向。人際關係部份，接觸社團之初，人際關係是尊卑有序。人與自然關係，在接觸社團初期，人與社會環境是順服關係；接觸社團初期，人與社會環境除了有順服關係加上和諧關係。時間導向，接觸社團初期，小薇傾向把握現在時間。活動導向，接觸社團之前，活動部份是亦知亦行；接觸社團之初除了有亦知亦行之外加上行動的面向；接觸社團後期仍然有亦知亦行再加上求知面向。由上面的世界觀發展向度來看，研究者發現參與服務性社團時間越久，世界觀向度越豐富。

## 第二節 小薇的生活目標

目標的追求展露在日常生活中，是個人每天念茲在茲想要努力方向，隨著生命意義不同而選擇不同的目標方向。小薇所關心努力面向，從個人在日常生活中努力到個人感知生命中的終極關懷。在個人部份有：認真讀書學習、努力工作、保持正向的思考及愉快的心情；對於家裡則是分擔家務及經濟、陪伴照顧父母親幫忙父母分憂解勞、鼓勵支持爸爸戒酒；志工部份：有童子軍活動、霧峰文化志工，只要有活動而自己的時間允許或家裡沒事或忙完，就會盡量參與；對於朋友或學弟妹甚至是身邊所接觸的人：多關心鼓勵他們，使他們生活充滿陽光有希望和朝氣。

### 壹、小薇對於個人的部份希望過著充實的生活當作未來的回憶

#### 一、學習與助人並進

每天念茲在茲所想的就是要，趁著年輕的時光把握時間，藉著多看、多聽不斷的學習成長以增加自己實力，可以當作自己未來工作的鋪路，並且把所學的東西運用出來，去教導別人或幫助別人，讓自己過著充實有意義的快樂生活，如此可當作未來的回憶。所以小薇對於生活目標的選擇傾向縱向傑出的，選擇的理由是以個人的興趣與實用為由。因為小薇高中畢業休學一年後，為了讓自己繼續學習，所以考大學時選讀社工系，選擇此系的原因，一方面是自己助人的興趣，可以從中學習更多助人的理念，另一方面未來亦可從事社工相關工作，當作職業生涯的準備，是個兩全齊美方法。

我的目標是不斷的學習吧 就學習不同的經驗，然後從學習當中做成長吧！（A1G26-254.256）

我是喜歡從事教育性的。我覺得我是一個蠻喜歡領導別人的人吧，我會從事一些活動當個領隊指導別人，然後帶社團。（A4G26-373/377）

我現在的目標就是我要趁年輕能學的我要盡量認真去學習，然後我要

不斷的成長，多做一些有意義的事情，然後多幫助別人，家庭也要很幸福，就是趁年輕的時候做一些跟人家不同的東西，很特別的東西，等到老的時候給自己一些回憶。( A5G26-106/109 )

那現在很重要是說我應該把大學這四年的課程好好的認真上課，然後以後我真的很想從事社工，因為我覺得現在的社會很需要社工，其實從小朋友、青年的、大人、老人都需要社工的關懷，以後我會想說就算沒有走這一途，我一樣會從事志工的服務，然後去協助人幫助人。

( A5G26-109/115 )

## 二、幫助別人也讓自己受益

小薇從事志工服務時，除了可以幫助別人之外，其實自己有很多的附帶收穫，例如：增加自己面對問題能力，因為自己認識很多人，若是遇到困難可以找別人協助或是增加自我學習的機會，利用讀書或上網找資料；服務當中可獲得別人的肯定與讚賞，可以增加自己的自信心，表現的好當別人肯定時可能會找你去上班，或許還可以為自己的未來生涯鋪路。此目標顯示小薇在助人工作中，因為別人的鼓勵，可以增加自我肯定與自信心；助人當中增加面對問題的勇氣，提升自己的能力，所以有較高的個人價值。此為大多數人所認同，是屬於縱向傑出中，個人價值高的。

好壞其實都可以做接納，你說開放度我覺得蠻開放的，我不會說遇到問題然後就委縮，反而會去面對去接受事實，然後我都會試著去做嘗試的動作，感受那種感覺，然後反而我體驗比較多，因為我覺得逃避不能解決所有問題。( A5G26-10/19 )

自己去尋找，然後就去看就不錯，然後常常去書局看書，那我看的書是比較屬於鼓勵的然後有成長的書。( A3G26-321/323 )

我在外面工作在服務，他們了解我，我的能力也很符合他們，他們就向我說要不要嘗試到公司去做看看，之前蠻多人問我的。( A1G25-308/312 )

因為我覺得說我會相信自己的實力，一方面我要把我自己的角色站穩一點，我的角色站穩他們才會肯定才會認同，因為我堅持自己的想法他們會更相信我的決定。( A4G15-134/136 )

### 三、做好自己的本分責任

小薇認為應該把自己應有的本分責任做好是很重要，如此可增加別人對自己的信任感，放心的把事情交給你。像帶活動時應該有責任義務要把學員們照顧好；在工作時就應該認真工作不要偷懶；上課時要認真聽課學習，把功課顧好；承擔自己日常生活的所有經濟開銷，不要增加家裡負擔，必要時亦可支援家裡的開銷費用支出；在家有空就幫忙分擔家事以減輕媽媽的負擔。此盡自己的本分責任目標是屬於縱向傑出中，社會價值高的。因為小薇是個懂事貼心的女孩，大學階段的小薇可能是認真讀書即可，可是小薇為了減輕家人經濟負擔，甚至想要提供家裡一些經濟支持，所以選擇讀夜校，白天上班賺錢，有時候還兼帶活動賺錢，行有餘力還做助人服務的志工工作。小薇的行為表現是社會上大多數人所認同的。

就像帶全國的那種活動，全程我們要扛起所有的責任，就像我要代替所有家長去照顧他們啊，變成說他們出來的所有喜怒哀樂安全，都是我們的責任，我覺得有那個義務把他們帶好，然後不能有任何意外的發生。  
( A4G11-89/92 )

我覺得說現在我有這份工作，要得到不是那麼容易，可是大家很羨慕我有這份工作，可是我有這份工作是以前我付出三年的時光所換來的這份收穫吧。所以工作不管怎麼樣，都要認真的去做。( A4G25-75/78 )

那自從工作之後我就告訴自己不要在跟媽媽拿任何一毛錢，我是先工作一年的再讀大學，那在我工作那一年我就告訴我自己我一定要存錢，那我把我自己存的錢我讀書，我不要跟媽媽拿學費，因為我覺得說我自己有經濟能力我就自己來。( A3G26-202/208 )

#### 四、以快樂正向思考面對生活

小薇在心情上，喜歡隨時保持愉快和正向的思考。所以要藉著多學習、體驗與付出，見識增廣之後可讓自己想法多元保持彈性；面對艱難的課題時能在短時間內獲得解決或是調整自己面對問題的看法。更重要的是保持往好的方向思考，才能有積極樂觀的生活。此項目標選擇是屬於縱向傑出中，個人價值高的。小薇選擇快樂的過生活及任何事情盡量往好的方向的思考，這是對於個人價值高的人，才能有這麼正面的思考。此正向思考的人生態度，對於社會上大多數人來說是嚮往追求的人生理念。

因為我覺得有可能媽媽是柔和的，注重家庭氣氛會使我現在的個性比較好，這是一種比較好的教育是一種指引吧！我的個性是比較不會往壞的方面去走，是往正向的方面這樣。( A4G21-66/69 )

因為我們要快快樂樂過的生活，那就夠了。( A2G26-156 )

我覺得最重要的是幸福吧 因為我覺得家庭是一種幸福，工作學習然後交朋友都是一種幸福，然後要好好去掌握吧，自己要去拿捏那種幸福的感覺。因為我覺得新的東西學會，那我會覺得很快樂，那快樂給人家很幸福的感覺。( A5G26-98.101/104 )

有可能我自己常看一些書，哪些書是座右銘啊、靜思語讓我醒思很多的，像是不要生氣要爭氣，裡面有很多典故的故事，讓我看了之後更能夠體悟生命的重要性，讓我更愛惜自己的生命。( A4G25-51/54 )

#### 貳、對家庭的關心方向

##### 一、短期希望多待在家裡照顧及鼓勵爸爸

小薇對於家庭是有比較多的擔心無奈與甜蜜的負擔。擔心無奈是家裡的哥哥、姐姐、弟弟都不在家，他們又怕與爸爸接觸，因怕被挨罵，所以對家裡關心較少。雖然覺

得自己在家不被爸爸喜歡，但因為他是爸爸，所以要勉強自己去做，克服面對實際的問題。因此爸爸生病，小薇認為應該扛起照顧爸爸責任且與媽媽分擔家務及經濟。所以短期目標是密集的辛苦一個月，學會開車，因為哥哥不在家，萬一爸爸生病時需要緊急送醫，自己可以接送；少接活動多在家陪爸爸談話聊天，鼓勵爸爸戒酒；跟媽媽分擔工作並分享彼此的喜怒哀樂互相支持鼓勵；由於對家裡的付出獲得家人的肯定，所以小薇在家所扮演的角色逐漸受到重視，當爸爸與媽媽溝通不良時，自己可當作爸爸、媽媽之間的溝通橋樑。

我告訴媽媽說其實我在外面比在家裏快樂，可是因為哥哥去當兵，姊姊也都在外面，如果爸爸的身體不對，我是告訴我自己盡量不要接活動，就是盡量待在家幫忙做。(A4G26-241/246)

我自己責任比較大而已要扛起家庭責任，我去學開車這樣子。(A4G26-10/11)

我知道我是家裡面的一個橋樑，然後我就去聽爸爸講話，那爸爸你以前不喝酒的時候，我們整個家庭氣氛都很好，可是因為你喝酒導致整個家庭氣氛變差，那我希望說你能去戒酒，那我說你戒酒你想要做什麼我都可以陪你，你想要吃什麼你想要喝什麼我都可以買給你，你可以慢慢的改慢慢的戒，現在算是戒掉了。(A3G26-144-/153)

媽媽給我感覺是我必須要堅強獨立，因為看媽媽這麼辛苦我想要去做分擔，其實是因為媽媽長期鼓勵我，然後我會去做吧！那媽媽他的痛苦也會跟我做分享。(A3G26-256/260)

那之後我發現到說，我自己講話越來越有說服力，然後一開始爸媽都很大聲，可是我會做解釋為什麼我會這樣做，那時候爸媽會說也可以這樣做。(A2G21-201/203)

## 二、長期目標陪伴父母從事休閒活動

小薇對於未來的目標，是希望自己能回饋父母對於自己的養育之恩，像帶父母出國



去玩或是買一台休旅車載他們常在過內旅遊，一起出去踏青散心，大家都可以放輕鬆休閒，以慰勞他們的辛苦付出。

以後如果可以的話，年紀比較大比較穩定之後，除了上班之外，一定要去買一台休旅車，然後帶自己的小孩及爸爸媽媽利用假日到處去旅遊踏青，多看外面世界放鬆心情。( A4G17-478/481 )

因為父母真的很辛苦，可以的話當然要賺錢讓他們出國去玩，因為小時候是媽媽照顧，那等到我長大是我一定要照顧媽媽，如果把她丟著不管，我會不忍心，終究媽媽辛辛苦苦把我們生下來，然後栽培我們才有現在的生活，媽媽很辛苦，我要好好孝順他。( A5G21-122/128 )

整體而言，小薇對家庭的生活目標是傾向縱向傑出中，社會價值高的，小薇對家裡的付出是被社會上多數人所肯定的。小薇看到父親生病在家休養，造成家裡的經濟負擔、需要人力照顧他及陪伴他，好讓他的身心舒適些；而母親須挑起經濟重擔，又擔負許多家務，有時爸爸心情不好還會跟媽媽吵架。所以小薇決定短期內把重心放在家裡，盡量留在家裡擔起照顧爸爸的責任，與媽媽分擔家務，當起家人的溝通橋樑，增加家裡的溫馨和諧度。

## 參、對於助人服務面向

### 一、用心盡自己的能力做助人工作

小薇經過多年來的辛苦付出與學習成長，至今自己的表現已獲得多方的肯定，像童子軍的團長們、學校的工作同仁、霧峰志工的夥伴、童軍團的學弟妹們等等。所以現在的目標應該是把自己所學的貢獻出來，希望能日行一善，幫助需要幫助的人，讓別人快樂自己也覺得很快樂。幫助的力量不在於大小，而是要有幫助人的心比較重要。此助人目標的選擇是屬於縱向傑出中，社會價值高的。小薇懂得取之於社會，用之於社會的概

念，在過去的學習，很多是別人的義務教導，讓自己有今天的成就。現在自己也小有成就，具備更多更好的能力，應該把它貢獻出來，服務更多需要服務的人，帶給別人及自己都快樂。小薇這種懂得感恩及學習無為的奉獻，是被這社會所認可且價值性高的。

以前我覺得是一個學習者，只想不斷的去學習，那現在我覺得說，學到現在，每個人都很支持我，很肯定我，那甚至有這些能力了，我覺得現在的我，應該是輔助別人、幫助人家。( A2G25-811/814 )

我覺得說服務社會我去幫助人家是一件很快樂的事情，我要的不是錢及名利，可是我這樣做我很快樂那我快樂別人也很快樂，我覺得往這個方向去走就夠了。( A3G26-637/639 )

因為服務是一種志願性的服務，然後我們為社會服務是一件好事，居於一些公德心。就是說我們雖然比不上慈濟或是什麼，可是我們會出一些小小的力量，我們做得到的我們會盡量做到支援工作。( A1G24-153/156 )

## 二、讓周邊的朋友充滿陽光與溫馨

小薇對於所認識的所有人，可能是朋友、同學或是學弟妹，只要是自己能力所及的都會盡力給予協助。至於幫助的方法有很多種，可視當事人的需求及自己的情況做調整，希望自己的關心、鼓勵與幫助，能讓周邊的朋友充滿陽光與溫馨，進而使他們自己學習成長。此助人服務目標傾向橫向傑出中，選擇自由方面則是小薇可以自我選擇；選擇理由則是小薇個人的興趣。即是助人工作，在社會中並不是大多數人所認可，只有參與團體中的少數人認同，所以是橫向傑出。至於選擇助人工作是小薇的興趣，因此她做的很快樂。至於助人的方式，小薇則是依自己的方便及對方的需求做選擇，所以有很大的空間做調整。

我喜歡靜思語一些名言，然後我看了之後我會把這一些句子，我每天

都會上即時通，舖一句話一個靜思語，那因為我即時通有兩三百人那有的人就會去看這樣子，然後就會去分析。這些句子對我來講也蠻大的幫助。

( A3G27-326/333 )

因為我常會告訴別人說，你有什麼問題都可以講給我聽，我可以當你的垃圾桶，你可以跟我訴苦講一講你會很舒服，我都這樣跟別人講，我會找媽媽訴苦，所以我很少往不好的方面去想。( A4G26-461/464 )

那我曾經帶一個學生是去年畢業的，真的很安靜，我們大家都講說簡直像個植物人，因為他坐著就低頭，然後完全不理你，有可能他來到新的環境，他會很陌生。雖然我講話，他還是低頭，我還是堅持要跟他講話，然後就跟他打熟之後，就陸續有進步，他有點頭或搖頭。然後有一次就說學姊早，然後聽到我就嚇到，就覺得不錯，他有進步，變成說，我花費那個學弟的時間精神很多，可是這樣很值得。( A2G27-880/889 )

#### 肆、小結

整體而言，小薇對於自己生活目標的選擇傾向縱向傑出的，是社會上大多數人所認同的。在選擇的理由方面是以個人的興趣與實用為由，小薇為了讓自己繼續學習且希望往自己的興趣發展，大學選讀社工系，一方面是自己助人的興趣，可以從中學習更多助人的理念，另一方面未來亦可從事社工相關工作，當作職業生涯的準備，是個兩全齊美方法；小薇盡自己的本分責任的目標在社會價值方面是高的，因為小薇是個懂事貼心的女孩，為了減輕家人經濟負擔，想要提供家裡一些經濟支持，所以選擇讀夜校，白天上班賺錢，行有餘力時還做一些助人的服務工作；小薇選擇快樂的過生活及任何事情盡量往好的方面想，這在個人價值方面是高的，才能有這麼正面的思考，對於社會上大多數人來說，最想要追求的人生理念。

小薇對家庭的生活目標是傾向縱向傑出，在社會價值方面是高的，小薇對於家裡的付出是被社會上大多數人所肯定的。小薇看到父親生病在家休養，造成家裡的經濟負

擔、需要人力照顧他及陪伴他；而母親須挑起經濟重擔，又擔負許多家務，有時爸爸心情不好還會跟媽媽吵架。所以小薇決定短期內把重心放在家裡，盡量留在家裡擔起照顧爸爸的責任，與媽媽分擔家務，當起家人的溝通橋樑，增加家裡的溫馨和諧度。

在助人目標的選擇有屬於縱向傑出與橫向傑出兩部分。縱向傑出部分：在社會價值部份是高的，小薇懂得取之於社會，用之於社會的概念，在過去的學習，很多是別人的義務教導，讓自己有今天的成就。現在自己小有成就，小薇認為應該貢獻自己的能力，服務更多需要服務的人，小薇這種懂得感恩及學習無為奉獻的心，是值得被多數人肯定的。在個人價值面向是高的，因為別人的鼓勵，可以增加自我肯定與自信心；從助人當中增加面對問題的勇氣，提升自己的能力，所以有較高的個人價值。橫向傑出部分：在社會中並不是大多數人所認可，只有參與團體中的少數人認同是橫向傑出。對於助人工作，選擇自由方面則是小薇的自我選擇；選擇理由則是小薇個人的興趣。助人工作是小薇的興趣所以她做的很快樂；至於助人方式，小薇則是依自己的方便及對方的需求做選擇，所以有很大的自由調整空間。

至於生活目標的發展歷程，接觸社團初期，小薇的目標都是縱向傑出，有個人價值高的、社會價值高的及選擇理由是個人興趣。接觸社團初期，生活目標有縱向傑出和橫向傑出。縱向傑出仍是以社會價值高、個人價值高的及選擇理由原本是個人興趣還加上實用主義；橫向傑出有選擇自由則是小薇可以自我選擇、選擇理由則是小薇個人的興趣。後期的生活目標，是縱向傑出中仍是社會價值高的、選擇的理由是個人興趣與實用為由。從上述可看出小薇的生活目標發展歷程，幾乎都是社會上多數人肯定的生活目標，而且小薇將助人興趣與未來的工作結合，因為符合小薇的興趣志向發展，所以小薇樂在其中。

### 第三節 小霖對自身與世界的觀照——期待世界大同的一天

#### 壹、參與宗教性的服務性社團對小霖成長歷程的改變

小霖所接觸的社團是具有宗教精神理念意涵的一貫道社團，一貫道創教主路中一，光緒二十二年拜師劉化普為師，於光緒三十一年即創教為「一貫道」，取自論語孔子對曾子所說：「參乎！吾道一以貫之」信奉主神是明明上帝（萬能造物者），此外凡已成道的仙佛聖賢，皆為尊敬之對象，尤其是濟公活佛（孚中，1997）。教義為：敬天地，禮神明，孝父母，重師尊，守信義和鄉鄰。對於道親，教以儒教忠恕，道家感應，佛家慈悲，提倡萬教同源，呼籲宗教共同攜手為生民福祉而努力（中華民國一貫道總會，1988）。

由於發一崇德的大專生為數不少，所以有學界與社會界之分，學界的成員幾乎是大專院校的學生或是在讀大專院校就已經參與道場活動的社會人士，其特色則是都受過高等教育，道親年齡普遍偏低，由學長姊帶領學弟妹，代代傳承下去；此外還有伙食團的組織，這種半佛堂半宿舍的組織正式學界佛堂維持運作的最佳模式，然而其缺點則是道親流動過於頻繁，若是畢業之後疏於聯繫或改接近社會界的佛堂，常常會導致人才的流失，因而產生伙食團的傳承問題（逢甲大學伙食團，1944）。小霖於大一開始接觸**服務性社團**知善社並參與社團活動，從活動中發現此社團的所談的人生議題是自己所感興趣的，於是大二時決定住進伙食團學習，從此展開小霖不一樣的人生。

#### 一、小霖大學參與社團的動機：提升心靈的成長

小霖在大學以前都是專心唸書，沒有接觸過什麼社團活動，整個生活環境是單純的，目標就是專心唸書考上理想的大學。上了大學之後，學校有各種不同性質的社團活動，心想在不影響課業的情況下，可以選擇社團參加看看。所以在一次偶然的機會接觸到社團的學長姐，聽他們熱情的介紹知善社是什麼樣的社團後，覺得好像自己的特質可以參加此社團，因為可以提升身心靈成長，剛好可以改變自己胡思亂想與無謂煩惱的壞習性，所以大一開始加入了知善社的服務性社團。

開始也是好像沒有什麼特別的原因，覺得這條路應該還不錯，跟我的

特質還不錯，然後可以去試著去跟別人接觸，讓自己的心比較成長能夠自足，不要那麼多的妄想、煩惱，這樣子想對我的幫助都很大而且好像也不會影響到我的課業、工作，所以這樣子想想那個出發點就會覺得說，可以出發去試試看，可是一開始的時候不會帶有這麼多的信念。

( B2W53-533/539 嘗試 )

那我在國中高中這種貧窮者的角色，大學之後，一開始也是接觸服務性社團，接觸志工。( B1G26-214/215 )

(一) 小霖變開朗也看到自己有能力助人及很多需要幫助的人

加入社團後的看見：小霖參加社團後認識了很多人，讓小霖變開朗活潑，出去服務時可以增廣見聞，也發現社會上有很多需要幫助的人，自己有能力去幫助別人覺得很快樂而且有價值感。此信念為活動導向中亦知亦行，小霖參與社團學習後讓自己有一些正向的改變，並能夠繼續參與，付出行動去幫助別人，此為亦知亦行的行為。

這裡面的社團讓我認識到很多人，然後這個社團所帶的志工，可以讓我認識到好像這個社會上所謂的很需要幫助的人，外面的世界是怎麼樣，然後就是視野開了嘛，然後去看自己過的不錯的話，我又可以去幫助別人，對我來講好像比較有價值，然後在這個過程之中又得到蠻多的快樂感。( B2W13-97/103 )

(二) 一般大學生是爲了服務時數自己則是爲了幫助自己及別人找到真實自我

小霖參與的動機是希望幫助自己與別人，提升至心靈層次，找到真實的自我。而一般的大學生則是爲了達到學校規定的基本服務時數，所以必須出來服務。此兩種不同的心態卻反映出不同的生命態度，有心參與者從中學習快樂成長並自我肯定；無心參與者則是覺得無聊與打發時間。此種助人的人際關係，均傾向個人主義導向，一種是利他態度的堅持，希望幫助別人找到真實的自己，讓自己及他人都能快樂；另一種是利己的堅

持，希望完成自己應完成的學校功課。

那相同在做這些事情，可是人家比你投入在這裡面，有些人只是來，好像在賺那個時數而已，就可以看的出來，每個人對生命的態度還是不太一樣。( B1G15-85/87 )

很多志工都是沒有宗教信仰的，他是單純來當志工，這樣子難道他們這樣子跟這些有宗教信仰的會有所不一樣嗎？其實就是在於那個思考性的問題，因為他參與的動機是有很多種的，他所獲得的反射回饋跟他心裡面的成長，因為他的動機不同，也會得到不一樣。( B1W51-121/125 )

## 二、參與服務性社團的好處：所謂的「施比受更有福」

助人同時是助己這樣的信念，小霖在做志工時有很深的體驗感受。過去被教導認為幫助別人，自己就會損失某些東西，深怕自己會吃虧所以常常不想幫助別人。此錯誤的思維，從事志工服務後才獲得修正，原來給別人越多，自己所獲得的無形或是有形的回饋也越多，所謂的「施比受更為有福」。幫助別人除了別人受益外，可以從服務別人當中，學習認識自己並使自己成長。此看見是人際關係中互利的展現，而且幫助者所獲得的利益可能比被幫助者來的多。小霖從助人活動中，發現幫助別人，可以從活動中看到自己是怎樣的人，如果有一些不好的缺點可藉此機會修正磨練自己，讓自己變的更好，所以幫助別人受益更多可能是自己。

所以這是打破一般的思維模式，不是我必須從別人身上攬取一些利益，去造成別人的不足，去讓別人過的痛苦，自己得到快樂，不是這樣子，反而變成說你越能夠給別人的其實你自己得到確是越多，可是這是一種無形的這是內心的東西。( B3W13-356/360 )

但是去幫助別人這個過程中真的是慢慢會有這些想法，不是為了要得到些什麼，而是在你這個付出這個幫助別人的過程本身已經慢慢去了解到自己了，然後這種課程是生命課程，這個很寶貴，只有在別人身上才能得

到自己的成長。( B3W13-352/356 助人助己 )

有句話說：「施比受更有福」，這個是很奇妙的一句話，一般人能夠找到真正的自己的時候，確是經由幫助別人的過程，從藉由很多事情，還有幫助別人的過程才是真正去了解到他自己。( B3W51-332/335 )

### 三、助人可分為物質、心理、心靈層次最好提升至心靈層次

由於小霖參加的是宗教性社團，認為助人應該要有長遠性的目標，希望被服務者能藉由信仰的力量，知道人生雖是無常的，但每個人都是獨特的，應重視自我的生命價值，藉由人生的課題了解自己的使命，活出每個人賦予自己的生命意義。因此除了短期提供物質上的援助、協助家庭清潔、關心老人、小孩或弱勢團體等等的幫助，讓他們的生活品質獲得提升，心中充滿溫暖與希望；長期性應該提升他們的生命能量達到心靈層次，能認識自己、接受自己、肯定自己的生命價值，即使面對困苦的環境，亦能體會自己生命的意義。依據 Frankl 的人生價值理念中，態度的意義是屬於受苦價值。此信念是屬於人的本質中性善的導向，小霖認為幫助人有許多不同的方式層次，提供物質上的幫助是暫時性的，效果有限；長遠性有效的方式，最好應該提高到心靈層次，才能讓大家體悟到生命的價值意義。而基於人的本質是性善的理念，所以每個人應不分貧富貴賤，都可找到自己存在生命的價值。

只是我們去認定說真正能夠去幫助到別人層次有差啦！比如說：給人家十塊錢，他就只能去買一瓶飲料喝喝就沒了；那如果有人被割傷那有人幫他敷藥縫傷口那對他的幫助有更重要一點，讓他不要承受太多肉體上的困擾；當一個人如果他心情非常沮喪或是甚至很憂鬱的時候，那心理的一個治療就是去抓住到他內心，然後去幫他撫平或帶他出來，而這個又更重要，因為他的心有問題。但是在這一個三餐進到這個肉體進到這個心裡這個幫助，其實還是都有一個限度在。( B3W13-386/395 )

這世界上真正能夠去幫助到別人這樣子的人也是很重要，但是我們去



想怎樣去幫助別人的那個靈性能夠得昇華，而這個就比較牽扯到我們的個人信仰，幫助到他的靈性，因為這世界上的人沒有辦法去幫助到這個靈性的部分，藉由靠著這個我們所謂的信仰跟上天的關係，所謂的這些我們說東方講仙佛菩薩、西方講基督上帝這個程式才能夠去解救到人的靈性，這個程式就是不一樣。因為當一個人解救到他的靈性的時候，他的很多問題會很容易去解決，而且在他一個無常且事事變化的一個生命過去之後，因為他得到一個真正永恆的生命，所以這個層次是最高的。( B3W13-395/405 )

可是在宗教這方面，心靈上的提升其實才是一個長遠之計。因為你要讓他知道說，他在這個世界上，他有他生存的價值，他不是只有來這裡去接受別人的服務，當別人不服務的時候他又怨天尤人或者是悲嘆自己的命運。( B1W31-137/141 )

#### 四、小霖希望助人提升到心靈層次但時間有限無法做到而感內心掙扎

由於小霖接觸宗教信仰後，深受信仰的正面影響，對自己的人生有很大的啟發，找到了生命的意義與生活的目標。所以小霖開始對人生感到充滿活力與希望，期望自己將這麼好的信念傳播出去，讓更多人跟自己依樣找到自己，過著充實愉快且有意義的人生。但因自己時間有限，需要上課、實習等許多自己應盡的本分責任及生活瑣事，所以內心感到掙扎，常常無法抽出太多的時間做自己想做的助人方式。雖然知道助人的層次應該盡量提高至心靈層次，對於被服務者的幫助是比較大的。但礙於現實條件的限制，只好調整自己的心態，只要有心，把握住各種可能的助人方式，對於被服務者應該一樣有所助益的。此信念是活動中，思索學習導向。小霖因為知道自己時間有限，無法如自己所願，每次幫助人都能讓他接觸信仰進而提升自己的心靈，所以調整自己助人的心態。希望以自己的方便及對方的需求提供幫助，讓雙方都覺得愜意，就可以了，不必勉強。

如果我沒有踏上修行的路的話，我在工作上認真，生活也不要傷害

到別人，然後以後當醫生去對這個社會上有所幫助，然後解除他們身體上或一些心理上的問題，這對我來講也是一種很好的生命意義在，就是這種感覺就好像是說他比較侷限性，我現在有這種比較是因為，我去思索這些問題之後發現，我比別人多了一個機會在這個團體裡面修行，所以我去比較這兩邊我心裡面的落差是很大的。( B2W13-276/283 )

但是坦白說現在的時間是很有限的，但是現在所學的其實也是在幫助別人，所以其實這個想一想，雖然這樣子時間被卡住，但是換一個想法來講這樣子醫學的一個養成其實他背後以後還是有機會幫助到別人，所以變成要自我調適一些想法啦！所以很多事情其實他是應該是慢慢的進入到他內心之後，要慢慢的圓融起來，之後如果心中都有這種想法的時候，就是做很多事情都是可以去幫助別人。( B3W13-379/386 )

## 貳、小霖接觸宗教性社團對宗教的看見

### 一、發現信仰的正面意義：可以找到真實自我與體會生命意義

信仰可以提供深層的思考，慢慢了解、體悟生命的意義與價值。宗教信仰提醒我們，人生活在人世間應該不是渾渾噩噩的過日子，這樣會白白的來人間走一遭，而是應該有些使命與目標需要達成。如果能夠對信仰的意涵有所認同並參與宗教活動，從中開始學習仙佛菩薩慈悲為懷的精神，應能從活動當中提升自己的能量，逐漸察覺自己的內心的想法，進而掌控自己的心性，不被外物慾所左右與控制。

因為它帶給我們思考性是比較大的，他不是只有教我們要過一個比較，比如說物質比較充裕的生活而已。它是教我們不管在什麼環境都要去面對自己的生命，然後過得比較充實比較踏實的生活。( B1W51-30/34 )

本來這個心靈上的成長或是做一個生命價值的探討，本來就是每個人所必須需要的，而且能夠帶給他的成長，就是只要你真的有去裡面參與

過，然後真的想去了解，你就會知道說，對，他在這個裡面帶給我們的成長，確實影響是很深遠的事情。( B1W52-160/164 )

而是我們自己能量的提升，知道說我們對這個世界的看法是比較寬廣的。我們對眾人，對大家的看法是非常無為的或是說慈悲的。佛家講慈悲喜捨、耶穌講博愛，我們是能夠有這種胸襟無為的去奉獻幫助別人。

( B1W13-208/212 )

二、對人的本質有深一層了解：每個人都具有天理良心所以人的本質是性善的

原本的教育告訴我們，人是由身、心、靈組合而成，身體生病時要到醫院給醫生看；心理生病要看精神科醫師或心理醫師；惟獨靈性出了問題，好像沒有一個較好或大家所認同的調整方式，大部分的人可能找道教的道士收驚。可見大多數的人還是相信有靈性的存在，只是無法拿出具體的證據，證實靈魂存在的事實。這個疑問在宗教上通常有較多的解答與證實，祂提到人的源頭本質是一樣的，所謂內在真實的自我是天理良心，這是不變的。只是人們生活在紅塵中，因為受到許多誘惑逐漸迷失自己，但那個真實的自我是永恆不變的。所以接觸信仰後，才藉由信仰慢慢找回真實的自我，也知道每個人都有一個內在永恆真實的自我，是人人平等的。此信念提到人的本質是性善的，以中國人的講法是所謂的天理良心；以基督來講是上帝的話。所以人們應該把握機會修行，找到自己真實的本性。人心的本質是善的，只是被外來的物慾給引誘控制，暫時迷失自己人生的方向而已。

所以他的本質是很一樣的。所以我現在想那這個我們所謂心靈這方面，就是他有一個蠻根本的特質的在，後來在經典方面，儒家講這是我們的天理良心，就中國人來講就是由上天所賦予給我們的。

( B2W13-464/467 )

所以經由這個過程之中，才去發現自己原來有這份心，不是小時候才有而已，長大之後這份心還留著，可是沒有在即時的時候把他發揮出來，

然後慢慢自我意識越強烈的時候，造就的是一個假的自己。

( B3W12-347/350 )

不斷探索的過程中，慢慢去了解真實的自己，在這不斷變化的過程裡面，應該有一個東西「自我」，「真實的自我」，那是不會變的。

( B3W13-16/18 )

這個過程可能要一直往回推，但裡面就是會有一個起始點，就是開竅，原來你的生命是有價值的。( B1W13-79/80 )

### 三、伙食團是讓小霖深受影響改變亦是志同道合的人聚在一起助人的地方

使小霖對宗教信仰有深層的認識、了解、認同進而想要積極投入的神奇力量，是一個地方，它叫做伙食團。顧名思義它是一群人住在一起，大家在日常生活上互相照顧之外，彼此之間還有共同的目標，就是要修行與助人。所謂修行是改掉自己一些不好的習性，像是脾氣毛病與執著，讓自己變快樂，從中慢慢去尋找人生的真正目標及使命。希望自己變好後也能讓更多人跟自己一樣，過的快樂且找到人生的方向。所以伙食團的目的，就是提供大學生在學生時代想要進一步探討、思考生命的意義是什麼的地方，在裡面大家有共同的目標理念，聚在一起互相切磋琢磨，互相鼓勵成長。此信念是人與社會環境中的順服關係，小霖在大學因為對於伙食團環境中的種種理念蠻能認同，覺得能契合自己想要追求的人生方向，所以深受伙食團環境中人、事、物的影響，對自己的生命有一些明顯蛻變的成長，逐漸找到生命的意義與價值。

在這裡面的方向不能變就是我們了解到修行的好處跟我們這顆心，然後對外的方向就是我們希望能夠提升別人，不只是幫助別人的生活而已，讓他自己能夠真的有點自覺，然後走上修行的路，這樣子我們就不用說，好像是只能一對一或一對幾的方式，這種能力有限的方式，而是深遠一點的影響到他，他也能夠再影響到別人，然後對這個物質的社會來講的話，會比較有正面的幫助。( B2G26-202/210 )

就是我們要維持著這樣子的一個地方，是因為我們想要帶給別人更多的人，不是只有我們自己，讓他們的心能夠提升，就是讓他能夠踏上修行的路，因為修行的路走的長遠走的徹底的話，他可以解脫他的一些煩惱痛苦，這些帶給他煩惱的這些思想，讓他的心比較常常能夠清楚他在想什麼，讓他的心能夠比較快樂。( B2W13-185/191 )

#### 四、小霖希望藉由住伙食團的修行逐漸找到真實自己，活出生命的價值

小霖住伙食團將近四年了，而且越來越喜歡這個地方，因為住在這裡大家互相照顧而且一同學習成長，有共同的人生價值信念，彼此互相扶持，過的充實愉快又有意義，這是小霖想要的生活方式。目前藉由這個環境所提供的資源，讓自己學習成長磨練，使自己或幫助的人，生命的深度跟廣度都能豐富起來。希望建立清楚明確的人生方向時，即使自己未來離開這個環境，還是能夠堅持穩定的繼續走修行這條路並持續幫助別人。此信念為活動導向中亦知亦行。小霖知道自己為什麼住伙食團的原因，是想要學習了解生命為何而活，以找到生活的目標，可增加自己生命的價值。並希望在此環境中奠定穩固的修行基礎，使自己將來不論在任何環境，都能持續幫助自己及別人。

但是我喜歡在這裡住的話，就是這裡面他們的想法及所做的事情是跟我的理想是能夠比較接近的，那生命的體驗方面，其實因為在這裡面這樣子一直成長起來覺得就是過的比較充實，而且也會比較快樂。

( B2W32-85/89 )

這個環境對我來講，目前還是很重要，因為環境可以讓我去發揮然後可以影響到的廣度會越來越廣，然後影響到旁人的深度越來越深，那以這樣子來看，我從裡面得到我的深度跟廣度，對生命的體認是越來越大、越來越深。這樣子好像是一種兩全其美的方式。( B2W32-322/326 )

在這裡面他們也是互相學習這樣子的話，很多人在裡面好幾年，就算是畢業後，他還是會有這個心在，想要去幫助別人還是有這個心在，所以

這裡面其實很重要就是慢慢去摸清楚自己的心到底在想什麼,然後會慢慢知道自己是怎麼樣,那這個越來越清楚的同時,自己也預備越來越多的能力,可以去幫助別人。( B2W32-124/129 )

#### 五、小霖體會修行重要藉此找到快樂的根源及勇於面對人生的挑戰

小霖看到現今的人們雖然物質環境很充裕,但是人們的內心過的並不快樂;在伙食團,生活上的需求很簡單,大家都可以過的很快樂。可以看出快樂的獲得不只是物質的取得,應當還有心靈的提升,才是快樂的根源。由於我們平常有一些生活經驗分享與一起研讀經典的充電習慣,所以面對困難挑戰時,常選擇面對克服並有能力幫助人。從研讀經典或看到前輩的修行成果,小霖對修行這條路越來越肯定,相信自己會繼續走下去。此信念是活動中的亦知亦行導向,小霖接觸信仰後發現修行是很重要的,從中學習到人生快樂的根源是找回真實的自我,而不是物慾的享受,自己接觸越久,越肯定自己會走修行這條路的。修行後過著很充實的生活,增加了很多的歷練,所以當遇到問題時常選擇面對問題克服困難。

因為這個世界物質上很充實,但是物質的本質就是他有組成,然後他會毀壞,所以抓住這個心才是最重要的。( B2W51-200/202 )

可是我們再往外面去看,就可以看到外面人家過的好像比較起來沒有我們這麼好,就算他的物質條件比我們更好,但是他好像內心世界,沒有像我們常常可以得到快樂的那種感覺。( B2W32-94/97 )

那我們平常對這個環境的人事物或經典就是變成說他是我們的資料,一直儲存我們的能量,當這個環境不好的時候,需要你去發揮說你有很好的經驗,或是你有很好的能力可以把這個環境給改善,然後去幫助各種各式各樣的人。( B2W32-617/621 )

修行裡面的經典,或是一些以前這佛堂發展的一些前輩他們是怎麼子去走,然後他們留下什麼樣子的一個模範給我們看,所以就會慢慢覺得修

行這方面信賴度是越來越大的，我就覺得有那種見賢思齊的感覺，所以這樣子好像是一種滾雪球，就覺得越來越想要去投入在這邊，所以一路上的轉折、環境這裡面的人，然後自己的自修都非常重要。( B2W52-570/580 )

#### 六、小霖希望有更多人信仰找到生命價值：過程雖遇挫折仍堅持不放棄

小霖希望有更多人跟他一樣有機會接觸信仰這一條路，找到人生的目標，過有意義的生活。但發現在成全別人的時候，常遇到困難阻力，因為大部分人的慾望還是汲汲營營的追求日常生活所需，而永無滿足的時候，最後變成物質生活的奴隸，卻沒有察覺。成全人的過程雖遇到挫折，但相信每個人的本質是良善的，所以還是願意堅持繼續成全他人，有時還是有堅持成功的機會，可以給自己很大的鼓勵與信心。

每個人應該都有機會踏上修行路，然後每個人應該都有機會去了解到自己心，然後想要去修行，是因為這裡面有一個經典上講的根據點，就是每個人原來都是有那個天理良心在，所以我們在做的事情，好像才會變的有意義。( B2W13-471/474 )

我們希望要幫助到的人，這些人也許是我們的親戚，然後他非常的反對去修行，或者他過著一個很不好的生活，然後他也不想去改變，但是我們都還是覺得這些人都是有他們良好的善良性質在，所以現在我們去做這件事情才會有意義，不然同樣用五層的力量在兩個人的身上，一個人的成效很好，另一個人成效不好，我們就會拋棄掉另外一個人。但是就這個心靈上來看，我們不會覺得這個事情會這樣子，而是我們都應該慢慢去了解每個人都有一個天理良心，或是每個人都有一個佛心在，所以我們現在做的事情才會有一個根本上的意義在。( B2W13-475/485 )

因為也是有一些例子覺得還不錯，一些學弟妹他可能剛開始不適應或不習慣或排斥，但是經由大家團體的力量不斷的努力，他反而對這裡蠻喜歡的，然後覺得這個修行不錯，然後也加入這個修行。( B2W31-499/502 )

七、看到他人的宗教觀：大部分只是爲了求得好處只有少數是真正投入修行

由於有些宗教人士假藉宗教之名騙財騙色，導致他人對宗教的污名化，產生一些負面的印象，所以不肯接觸宗教；部分的人則認爲只要做好自己應盡的本分責任就好，爲什麼要信仰宗教；有更多的人接觸宗教是爲了求福、求壽才接觸宗教。所以只有一些大成就者或是所謂的開悟者，覺察到生命應該要有所作爲，於是積極用心投入修行，以成就自己與幫助他人。此信念是活動中的求知導向，小霖經過接觸信仰一段時間後，發覺雖然有很多人接觸信仰，但大部分的人似乎對宗教信仰有一些慾望渴求，希望爲自己求一些好處；只有少部分的人真正投入在修行裡面，爲了成就自己與幫助別人。所以小霖開始思索自己的信仰應該要有正確的信念，不應隨波逐流。

所以現在很多人會去避諱說宗教，是因為世界上有很多不好負面的宗教的消息在裡面，所以有些人名則保身他不喜歡被框上宗教這個框框。

( B1W12-158/160 )

我們可以看到每個道場，每個宗教都有成千上萬的信徒，但是也不一定會有這麼多人對生命有所體驗，有太多人還是覺得，看來信這個宗教可以求得來世的福報，可以求功名、求利祿、求福壽，太多人還是這樣子的看法或是他要躲劫避難、逢凶化吉，仙佛會來幫助他，這些都是次要的。

( B1W31-190/195 )

大部份的人也許比較沒有這一方面的想法，所以他們會適應到這個世界，甚至於有些人是過的很平安很順遂，就是爲什麼有些人想要從這個世界上跳脫出來找尋他真正的自己，或者是說想要得到生命真正的永恆，許多大成就者或是我們所說的開悟覺悟者，他們確實是在從事這樣的一個過程。( B3W13-28/35 )



## 參、小霖眼中的自己與他人

### 一、小霖眼中的自己

#### (一) 喜歡思考傾向悲觀想法

小霖覺得自己是一個喜歡思考的人，會想東想西，有時候如果是負面思考，就會傾向較悲觀的態度，這是一個不好的現象。現在會主動找資源像看書或是找人談談，有一些正向的引導，這樣是比較好的情況。

我好像是一個還蠻喜歡思考的人，就是想東想西，有些對一個修行來看的話，這很多方面是有時候是比較危險，如果沒有人去幫你解答疑問，或是不會主動去找你可以相信的答案的話，這樣子並不是一個好狀況，就是你會想太多、然後就會變成說缺乏行動力，或是如果想到不好的話，就會很容易長期的悲觀，或看待這個世界就是比較平淡無味。

( B2W51-561/567 )

興趣方面動態是比較少，靜態方面比較多，包括集郵或者是寫書法，最大的一個興趣是看書。會花蠻多時間在閱讀這方面，這些比較平常一個生活上的資訊之外，其實在文學上或是哲學或是對一個生命探討方面這些書，有越來越著重的趨勢。( B1W51-24/30 )

#### (二) 高中階段只想到認真讀書為大學聯考準備

小霖從現階段回首過去，發現在高中階段自己是一個貧窮的人，目標只有為自己的升學考試努力，雖然有交朋友，也讀了很多書，但心靈上還是覺得很空虛，跟大學比較起來是有很大的落差。

所以我就反省說，我在以前國中高中的生活，假如我是一個很貧窮的人，因為我的心裡面並沒有什麼糧食。我在這個生活方面是沒有問題的，我有朋友，我接受很好的義務教育，在這裡面我讀了大量的教科書，可是

在這裡面心靈的成長還是很有限。( B1W51-167/172 )

就現在的狀態來看，我那時候的心理算是蠻貧窮的，我就是做好我的本份，我的生活這樣子。我是一個會生活的人，但我並不是一個活出生命的人，所以這兩邊的一個差距還是有差距的。( B1W51-184/187 )

### (三) 大學階段接觸社團才逐漸找到生命價值

現大學階段，小霖接觸宗教性社團開始思考生命的價值，覺得自己除了顧好課業之外，應該追求心靈層次的成長及幫助別人，才會覺得自己的生命有意義。所以經過幾年的接觸伙食團付出學習耕耘，發現自己的生命的確是有價值的。

成長過程裡面，目前的那種思考性大概就是說，這兩方面的那個平衡點，小我、大我方面，因為小我就是能夠讓自己過一個生活上的基本物質要求，而且在這裡面去調整，然後希望在大我方面能夠更加的發揮。

( B2W51-343/347 )

如果說現在直覺的反應，就是會啊！我的生命是有價值的。但是這個生命的價值是一年、一年這樣子思考過來的或是歷練過一些事情之後，才知道你的生命真的是有所價值的。( B1W13-63/66 )

## 二、外公可當作自己修行的典範

外公是一貫道道親，當外公過世的時候，有很多道場的道親，親自來家裡給外公捻香，感謝外公對道場的付出與貢獻。甚至外公的牌位被請到公德祠，給眾人膜拜。我覺得外公，他的生命是很有價值的，因為牌位被請到公德祠，讓很多人緬懷他。所以外公是修行成功不錯的一個例子，可以給自己很大的鼓舞。此信念為活動中的求知，小霖看到外公是修行成功的一個例子，可以給自己在修行路上有很大的鼓勵，希望自己能向外公學習，也有不錯的修行成果。

外公他也算是一個大家長。然後一些兒孫，然後很多的親戚，很多的朋友，他也算是做人蠻成功的，就是在他告別式的時候，就可以發現不止是這些人來送他，他還有蠻多的佛堂的同修一起來，懷念他也好、感謝他的付出、他的貢獻（B2W13-371/375）

從裡面去感受到，為什麼他們會放在那邊被人家拜，那為什麼要拜祖先，就是可以去想說原來就是因為他們在世的時候做了幫助人的事，然後有些人他是犧牲小我，犧牲很多；然後去幫助大我，幫助很多，然後外公他也是一個不錯的例子。（B2W13-406/411）

所以外公這是一個在修行裡面一個蠻不錯的一個事蹟，那我看到說，這是一個例子，好好的修的話也是有這樣子的一個結果。

（B2W13-400/402）

### 三、大學生傾向過安逸的生活或是認真盡學生本分而已

一般人認為學生做好自己應盡的本分就可以了，可是小霖覺得大學生這樣是不夠的，應該提升至心靈層次的思考。可是現在的大學生因為仗著自己年輕氣盛，所以只顧眼前的生活享樂，又缺乏一些刻苦銘心的磨練考驗，因此不會去思考生命的價值。所以大部分的大學生都沒有思考生命為何而活，只有隨著世俗標準往名利追求，想到要如何讓生活過的更好。只有少部分的大學生會思考，頂多只有接觸一些文學或哲學的陶冶，對於心靈的提升還是有限的。此信念是人的本質中有善有惡面向，小霖看到現在的大學生比較自私，只顧眼前自己的生活享樂或是目標較短淺，只有想到自己未來要做什麼才可以賺大錢。幾乎沒有思考過，人活著要做什麼，只想到要怎麼過好的生活，只有少部份的人會想到接觸一些文學或哲學的薰陶。

當學生的本份就是你把你該做的生活照顧好、身體照顧好，不要亂花錢，做好學生的本份，安安份份的，這是蠻標準，大家看到蠻好的一個學生的榜樣，可是在這個心靈方面是沒有啟發的。（B1W51-175/179）

所以在一個我們大學生方面發現蠻多人，他也是有在思考，不過他思考的方面，不會常常去想到生命的價值，頂多想到說，對文學方面或對哲學方面，這樣子而已。但是那個深度都還沒有說，真的去了解為什麼這個生命要怎麼去看待這個事情，那有更多的人他只有想到生活，要過好的生活這樣子而已。( B1W51-49/58 )

去年這樣子想起來有多少事情是值得紀念留戀的，可能想不出幾件，所以他就不曉得他的生命有沒有價值，就好像一直被推著走而已。因為年輕人，所以他會覺得這個年輕這是他的本錢，更不會去想到以後的事情，所以他沒有真的去思考過或歷練過，他不會那麼快去思考他的生命是不是真的有所價值 ( B1W51-70/75 )

#### 四、小霖眼中的社會

##### (一) 人的本質是性善因受環境影響而有善惡的展現

小霖認為人心有共同的源頭，但隨著發展不同而有善惡之分。對於性惡的人，大部分只有想到自己，是自私的，但他們內心可能覺得孤獨、貧窮。而人雖有貧富貴賤之分，但每個人都有他存在的生命價值。此信念是人的本質中性善的觀點，小霖相信人的本質是性善的，會有善惡的不同是因為環境發展造成的。因此社會上的人，雖有善惡的展現，但每個人的本質都是善。

把人的心往內縮，應該是那這個心應該有一個很類似的一個源頭，但是這個源頭，有些人他的發展就不太一樣，有的人的源頭就是會有善跟惡的分別，會有很多什麼、什麼的思想。( B2W14-455/458 )

真的是看到只有為自己在想，甚至出一些手段來傷害別人，這些很自私的人，可能他們就會很明顯發現他們很孤獨，很貧窮，或是發現他們生命沒有意義。( B3W11-493/495 )

每個人來這個世界，雖然他的富貴貧賤就是不一樣，但是他的生命都

有他生命的價值。( B1W13-141/142 )

(二) 人際之間的從屬關係可產生好的效率而互利關係不一定是平等分配

在人際之間的互動，小霖認為如果要發揮好的效果，可能需要一個領導者出來主導，然後大家依循他的領導互助合作，彼此產生所謂的從屬關係，是比較容易產生成效的方式。在現今的文明社會，互利關係也很重要，大家和諧相助，彼此從中都能獲得利益好處，讓社會在穩定中求發展。但這互利關係可能不是平均分配，而是有的多、有的少，就看你付出多少心力與貢獻來決定。

可是在某些事情上，要讓自己發揮有效率，確實是要有從屬關係。

( B3W21-102/103 )

不過在一個比較文明的地方，我們一直去宣揚平等的觀念，甚至是互利也是不錯，大家都能夠一起成長，尤其現在是一個比較重工業社會，雖然說很多的大老闆他們把所有的錢放在自己的口袋，可是如果沒有這些大老闆，也不會造就很多員工的就業機會，所以這也是一個互利的過程，只是說這些人比較聰明，他利用很多很多人來幫助他們成功。

( B3W22-124/130 )

覺得這個互利不一定是五比五，可能是一百比一，但是如果沒有那個一百的話，可能連那個一都不會出現，只要大家有一起成長，就可以說是互利。( B3W22-133/136 )

肆、小霖發現人格神是爲了成就自己及幫助他人

小霖覺得聖賢仙佛之所以能成就自己，是因為他們願意不斷的投胎轉世到人間幫助眾生，即使是讓自己受苦受難。因為他們念茲在茲的就是要幫助別人、正己成人及修身養性，所以最後能成就聖賢仙佛的境界。

比如像聖經耶穌這樣子來到這個世界，又被誤會，又受罪，替世人頂罪，然後釘死在十字架，這是很悲慘的事情，為什麼他們還是願意這樣子去做。那我們就要開始來探討這個心的問題，因為這個心讓他們能夠成就到仙佛菩薩境界。而是本來大家都是一樣的人，但是他們的心一直保存在幫助別人，然後正己成人，修身養性、幫助別人這個角色，一直這樣不願其煩的這樣子做，所以他們的心一直得到淨化。( B1W31-261/271 )

#### 伍、小霖看到人應該順服大自然再與它和諧相處

小霖認為人對於大自然應該要先順服它，再與他達到和諧的狀態。人生活在大地之中，大自然提供人類生存所需的物質，像水、食物、空氣等生存基本物質。所以人應順服感恩大自然所提供給人類的一切，再依著大自然運轉的時序調和生活，進而與大自然達到和諧的共存狀態。若是人類只顧滿足自己生存的許多慾望，過度破壞天然資源，造成大自然的傷害，相信對大自然所產生的傷害最後會反撲到人類身上，最後人類要承擔自己所造成的惡果。

這個順服是說我們是尊敬的一個態度，因為他們提供我們很多很多的東西，所以能夠去感恩的話，那就會慢慢達到那種和諧，如果說他們已經提供這麼多，我們還是不知足的話，繼續去開採他們，把油用光了，或是把空氣用髒了，把水弄髒了，結果受害還是自己，所以說能夠達到和諧的一個前題，還是我們有種順服的感覺。所以順服是帶著一種敬畏或尊敬。( B3W31-165/176 )

它是一個平衡的感覺，我們要去征服大自然的話，我們最後好像也是去破壞到自己要生存的環境，但是如果把大自然想像成是自己的父母親，我們跟父母親的關係是很親近的，那天生地養就好像他們是我們這個生命讓

我們這個肉體能夠繼續生活下去的原因。( B3W32-148/153 )

陸、小霖高中之前重視未來大學接觸社團後重視現在

小霖覺得過去、現在及未來都很重要，是彼此有密切關係且相互影響的。回首過去走過的足跡，覺得小有成就也蠻有意義的，可當作現在繼續努力的動力。所以現在的狀態不錯，是因為過去所努力付出的結果。應該把握住現在良好的狀況，繼續努力穩定學習成長，為未來的不確定性做更好的準備，增加面對未來挑戰的實力。小霖在高中階段前，因為一心想著未來的大學聯考很重要，一定要考好，所以只重視未來。現在大學階段，經過接觸信仰學習後，發現把握現在當下的每一刻是更重要的。此信念時間導向是傾向把握現在的時間，雖然小霖覺得過去、現在與未來都很重要，有互相影響。但現階段的學習，看到把握當下的時間比較重要，因為人生有很多的不確定性，現在的努力可以增加自己的實力，以因應未來的挑戰。

不過現在要做的努力，其實一方面也是因為看到過去好像因為這樣子努力過來，所以生命變的好像比較鮮明有意義起來。( B3W41-199/201 )

我是以目前狀態的話，現在就是比較平穩，但是過去事實上還不錯，那未來是有不確定性在裡面，所以就是說加加減減的話，現在就是覺得繼續努力這樣子。( B3W42-231/233 )

三個等份都有，但是他比例是會不一樣的！而且就以前來看，在國中、高中時代可能會把未來跟現在會看的比較重，因為是追求未來跟一個好像是類似說未來能不能成就、未來要做什麼、未來自己的目標在哪個地方，所以當下就是要這樣努力！所以那時候就會比較把這個看重一點！

( B3W43-182/187 )

小霖看到現在的人，因為對未來的不確定性感到很焦慮，所以常選擇逃避面對現實

問題，像不喜歡畢業希望多留學校幾年或是乾脆放縱自己以免壓力過大，如此的解決方式都只會讓問題更嚴重。

對未來沒有一個目標或是沒有一個期望，其實人都會很焦慮的。因為現在的壓力很多來源就是對未來的不確定性，所以把未來所能夠用的東西提前到現在就把他用完了，就是說不願意去承受到未來的壓力，所以現在就很放鬆或是比較好逸惡勞，結果這樣子反而是成了未來更加不好的因素，所以就算很多現在人都說什麼畢業即失業，他們看到這種問題，就是他們已經看到未來的問題，如果現在去逃避他，那未來的問題就是不會去解決而且是更嚴重的。( B3W43-205/213 )

柒、小霖發現學習要不斷進而行動較辛苦此兩者要並重

小霖認為學習和行動要並重。小霖的學習是不斷的進行，尤其是遇到事情或是角色改變時，會強迫自己去學習。所以危機或轉變看似辛苦，它卻是一個人成長的另一個動力，因為可以強迫自己不斷的學習。小霖在讀醫學院的前五年，都是在校讀書學習，一直到臨床實習，才將所學的知識實際操作應用出來。發現學習與行動，這其中有一些落差，學習是輕鬆的，而行動比較辛苦，需要付出實行。兩者都很重要，學習知道後再去操作，印象深刻且記憶的更長久紮實。

很多事情是當自己角色變化或是遇到很多事情，自己會很快再深入的去思索。( B3W51-415/416 )

那現在我們自我的充電、自我的學習也是必須的，因為如果真的都沒有東西，到時候要行動可能也沒有那個資料，比如說現在要慢慢的就是把那個觀念從一個單純學習轉換成一個行動會越來越吃重，越來越重要，這種過程把它引導過來去告訴自己說，之前片面的學習不夠完整，那經由行動會讓它



更純熟，或是讓它更提昇內化。( B3W52-266/271 )

比如說我們在醫院裡面，聽了大一到五這麼多的課，其實也是一種學習，但聽課就歸聽課，真的進入到臨床課程裡面去行動，就會去驗證之前的學習夠不夠，但是在這個行動的過程裡面其實自己也是學習到比較紮實的東西。( B3W52-261/265 )

小霖看到他人的學習態度，當穩定、安逸的時候會忘記學習，當遇到問題時才會思索學習，所以改變通常帶來成長。學習固然是好事，最好將學習與生活合一，即是學以致用，以免浪費時間資源。行動是比學習更有挑戰性與壓力，常會在行動過程遇到挫折，可是落實在生命中，行動是更具體重要的。

變的說很多事情的發生跟一個角色的變換會帶給大家的成長，是我們要去適應這樣的一個過程，所以我們大家會在重新思索過很多問題，那如果說現在大家都很平穩、很安逸、大概應該是不會想去改變掉什麼。

( B3W51-424/428 )

所以一般人就是說他很樂意學習，他學習到很多，對他們也是很好的！每個人每一天都在學習，可是不一定學習到的東西真的很有用。

( B3W51-275/279 )

因為一般人他還肯去學習，他要有學習的動力，因為學習方面就這個字眼來看它比較輕鬆，可是行動好像壓力比較重，因為行動很多就是它不會按照常理出牌，那可能會很容易就遇到挫折跟壓力，馬上挑戰性就會有很多。學習它可以學習到很多或是學習到別人教他，也減少嘗試錯誤的東西。可是落實在自我生命裡面，其實行動它是非常重要的，只是說它壓力成分比較重，所以有時候其實行動它也是一種學習過程。( B3W52-253/261 )

捌、小結

由上述的資料可呈現出小霖相關的世界觀，在人的本質部分小霖相信人是性善的及有善有惡面向。會有善惡的不同是因為環境發展造成的，因此社會上的人，雖有善惡的展現，但相信每個人的本質都是善，每個人應不分貧富貴賤，都可找到自己存在生命的價值。有善有惡面向是現在大學生傾向過安逸的生活為自私的作法是惡的，善的是有的大學生認真盡自己的學生本分所以是善的。

在人際之間的互動，從屬關係、互利及個人主義三種關係都可能存在。小霖認為如果要發揮好的效果，可能需要一個領導者出來主導，然後大家依循他的領導互助合作，彼此產生所謂的從屬關係，是比較容易產生成效的方式。互利關係，在現今的文明社會，大家和諧相助，彼此從中都能獲得利益好處，讓社會在穩定中求發展。但這互利關係可能不是平均分配，而是有的多、有的少，就看你付出多少心力與貢獻來決定；小霖從助人活動中，發現幫助別人，可以從活動中看到自己是怎樣的人，如果有一些不好的缺點可藉此機會修正磨練自己，讓自己變的更好，所以幫助別人受益更多可能是自己。至於個人主義方面，可能是利他或利己堅持的個人主義，像從事志工服務時的態度，有一種是利他態度的堅持，希望幫助別人找到真實的自己，讓自己及他人都能快樂；另一種是利己的堅持，希望完成自己應完成的學校功課。

人與社會環境中的順服關係，小霖在大學期間因為對於伙食團環境中的種種理念蠻能認同，覺得能契合自己想要追求的人生方向，所以選擇住在伙食團，深受伙食團環境中人、事、物的影響，對自己的生命有一些明顯蛻變的成長，逐漸找到生命的意義與價值。因為認同伙食團的理念，所以是順服的關係。

對於時間的概念，則認為要把握住當下，拿過去努力的成就來勉勵現在自己，為未來奠定良好的基礎。雖然小霖覺得過去、現在與未來都很重要，有互相影響。但現階段的學習，看到把握當下的時間比較重要，因為人生有很多的不確定性，現在的努力可以增加自己的實力，以因應未來的挑戰。

至於活動面向，小霖的世界觀有求知和亦知亦行兩種看法，不斷的學習以增加自己的知識、智慧，透過行動才能將學習落實內化。在求知的面向，小霖經過接觸信仰一段時間後，發現雖然有很多人接觸信仰，但大部分的人只希望從宗教信仰中求得一些好

處；只有少部分的人真正投入在修行裡面，爲了成就自己和幫助別人。所以小霖開始思索自己的信仰應該要有正確的信念，不應隨波逐流。而助人部份不必勉強自己，每次幫助人都能讓他接觸信仰進而提升心靈。因爲自己時間有限，所以調整助人的心態，希望以自己的方便及對方的需求提供幫助，讓雙方都覺得愜意，就可以了，免的自己內心常常爭扎。思索修行的結果到底如何，小霖看到外公是修行成功的一個例子，可以給自己在修行路上有很大的鼓勵，希望自己能向外公學習，也可能有不錯的修行成果。亦知亦行的部份，小霖知道自己爲什麼住伙食團的原因，是想要學習了解生命爲何而活，以找到生活的目標，可增加自己生命的價值。並希望在此環境中奠定穩固的修行基礎，使自己將來不論在任何環境，都能持續幫助自己及別人。而從接觸信仰後發現修行是很重要的，從中學習到人生快樂的根源是找回真實的自我，而不是物慾的享受，自己接觸越久，越肯定自己會走修行這條路的。修行後過著很充實的生活，增加了很多的歷練，所以當遇到問題時常選擇面對問題克服困難，因此在活動面向是求知和亦知亦行都有。

整體而言小霖的世界觀，在人的本質部分相信人是性善及有善有惡面向；而人際之間的互動，有從屬關係、互利及個人主義三種關係都可能存在；人與社會環境是順服關係；對於時間的概念，則認爲要把握住當下；至於活動面向，有求知和亦知亦行兩種看法。

## 第四節 小霖的生活目標

目標是一個人行為準則的方向指標。當生活中有目標，通常較有意願行為與動力執行出來。可見目標是一個人的動機傾向，目標越清楚明確，動機就越強。

### 壹、小霖對自己期許：除了盡本分還要幫助自己及別人找到生命價值

小霖的生活目標，大學階段以前與讀大學之後有很大的不同。以前努力的方向大多是與自己生活有關的相關議題，像升學、就業與成家立業等問題；大學階段接觸信仰後有很大的改變，除了盡自己的本分把功課讀好及關心世俗的基本生活外，對於信仰有很多的接觸，進而投入深入探討，希望自己能把修行當作是一輩子的事。接觸信仰修行後，逐漸了解內在真實的自我，進而覺得自己的生命是有使命與價值的，應該要充分的發揮生命的意義。幫助自己之外也能幫助別人找到生命的真諦。此生活目標是橫向傑出，在社會價值是屬於中等，也就是團體內的成員認同度高，團體外的人認同度低。因為大多數人還是覺得不需要有什麼信仰，只要顧好自己的生活所需或是不要做壞事就可以，所以宗教信仰是少數人認同的，故為橫向傑出中的社會價值中等的。至於個人價值是高的，因為小霖覺得信仰之後找到自己存在的意義及真實的自我，逐漸投入之後發現自己的生命是有價值的。

我可以形容是一個貧窮的一個世界，就是這樣子。你所思考就是說我以後要怎麼樣考試才會得到高分，然後每天要怎麼樣去過，我可以善加利用的時間。( B1G26-172/175 )

我是覺得應該在這個有限的時間生命裡面，應該可以做一個更好的發揮。( B2G26-330/331 )

但是如果這裡面有一個東西是我每天的動力的話，那應該也是有追求生命真正的本質，因為那個東西就是我們剛一開始講的，這個光環背後、這個輪廓背後內在真正的自己，追求到真正的自己。( B3G26-327/330 )

所以現在就是還是會去了解到自己中心這個主軸是想要做什麼？就是說  
追求真正自我 真實的自己，一定要去幫助別人這個不能變。( B3G26-377/379 )

## 貳、期望家人接觸信仰修行過有價值的人生

小霖的家人除了外公之外，大都數的人對於修道還不是很有概念與動機。因此小霖希望自己從接觸修道後，所感受的心得想法與從中獲得成長的快樂，能夠回家跟家人分享，讓他們知道修道的好處，進而影響他們能慢慢的接近信仰修道，過一個有價值的人生。對家人的目標是屬於橫向傑出，選擇自由是自我選擇。

小霖希望自己對家人的幫助是把自己修行的快樂帶給他們，以及從修行之中得到的好處跟他們分享。最後讓家人都能走入修行，能自己從修行中體會到益處。因此這個目標是社會上少數人認同的，所以是橫向傑出。至於選擇的自由是小霖的自我選擇。

可是我現在自己提升起來，我反而回到家我是可以影響我的家人，影響著姊姊、弟弟、妹妹，影響著親戚，讓他們了解說，人生不是只有食衣住行育樂，這樣子的生活。而是應該要讓他們過一個更有價值的人生，應該要好好的來過一個修身養性，做一個修道的功課。( B1G26-239/243 )

## 叁、對自己住伙食團的期待：多參與宗教活動為未來奠定穩固基礎

小霖雖然現在是學生角色，卻已肩負很多責任。但還是希望自己多與伙食團的夥伴一起去做助人工作，讓更多人提升他們的心靈層次，能夠讓他們的心遠離痛苦，過的快樂有價值。更期待自己在這幾年接觸伙食團的時間，能夠在伙食團的薰陶之下，奠定穩固的修行基礎，將來若是離開伙食團這個環境，也能夠繼續走修行的路。此修行的生活目標是屬於橫向傑出，選擇的理由是個人的興趣。小霖目前還是住伙食團學習，雖然有課業要忙，仍期望自己多撥一些時間做助人工作，讓更多人得到快樂。希望自己能從伙食團的學習中，奠定未來穩固的修行基礎，即使離開現在的環境到外面生活，還是可以持續做修行助人的工作。所以選擇以宗教助人是社會上少數人認同為橫向傑出，選擇

理由是小霖個人的興趣。

所以在這個階段來看的話，我當然還是有學生的角色，如果平常在開學的時候，有一個課業上，雖然有壓力，但是還是有一點事可以做，那如果再往外擴充的話，就覺得不要只有以我自己，我能夠影響到別人的話，然後發揮點更高層次的生命價值。( B2G26-52/57 )

所以這裡面這些同伴的那種方向就在於說，我們願意做這些事情，因為我也想讓他提升他的心，讓他去了解說，他就算生活的在好或在不好，這個都沒關係，希望他能夠把心照顧好，讓他的心得到一種遠離痛苦的一種方式。

( B2G24-176/180 )

當然最希望就是說，我在這地方也是一段時間，如果我出去外面工作或是去哪邊都一樣，我也希望藉由這個環境目前的優勢，能夠讓我以後出去外面也一樣能夠做這件事情 ( B2G26-147/150 )

#### 肆、小結

總而言之，小霖對自己的生活目標是橫向傑出。在社會價值是屬於中等，因為大多數人還是覺得不需要有什麼信仰，只要顧好自己的生活所需或是不要做壞事就可以，所以宗教信仰是少數人認同的。至於個人價值是高的，因為小霖覺得信仰之後找到自己存在的意義及真實的自我，逐漸投入之後發現自己的生命是有價值的。選擇的理由是個人的興趣，小霖目前還是住伙食團學習，雖然有課業要忙，仍期望自己多撥一些時間做助人工作，讓更多人得到快樂。希望自己能從伙食團的學習中，奠定未來穩固的修行基礎，即使離開現在的環境到外面生活，還是可以持續做修行助人的工作。

對家人的目標是屬於橫向傑出。選擇的自由是自我選擇，小霖希望自己對家人的幫助是把自己修行的快樂帶給他們，以及從修行之中得到的好處跟他們分享。最後讓家人都能走入修行，能自己從修行中體會到益處。

至於生活目標的發展，接觸社團之前，小霖的目標是縱向傑出，同儕競爭高的。接觸社團初期，生活目標有縱向傑出和橫向傑出。縱向傑出是選擇理由是實用主義或是個人興趣、社會價值高的；橫向傑出是社會價值中等。後期的生活目標，有縱向傑出和橫向傑出。縱向傑出是社會價值高的；橫向傑出是選擇自由是自我選擇及選擇的理由是個人的興趣。

## 第五節 小朱對自身與世界的觀照——自助而後天助

### 壹、加入服務性社團——中華民國道德重整協會高中青年志工服務隊對小朱生命的不同看見

道德重整是指，世界上所有願意為社會帶來實際且建設性改變的人，結合而成的一個國際性人際網路。為了能夠協助地區和全球建設性的改變，他們決定從改變自己的生命開始。任何人都可以參加，在許多的國家都有它的工作團隊。它是被聯合國所承認的一個非政府組織。（道德重整協會，2000，p.53）

道德重整其歷史發展：1930年英國牛津大學學生，在美國一位路德會牧師的影響下成立了「牛津團契」，這位牧師也就是後來道德重整運動的創始人——法蘭克·卜克曼博士。1938年世界各國都在積極從事軍備武裝，準備進入第二次世界大戰。此時卜克曼發起了一個全球性的「道德與精神的再武裝」運動（Moral and Spiritual Re-Armament，在台灣翻譯為道德重整）。這個運動主要是想徹底解決造成衝突的根源，創造一個「沒有仇恨、沒有恐懼、沒有貪婪的世界」。在戰後，以道德重整的精神，造成了一些原先敵對國家之間的和解工作就開始展開。直到今天，即將進入二十一世紀，道德重整代表一群來自各種文化、宗教，各種年齡的人們結合在一起，共同為「改造世界」的大目標攜手合作。（道德重整協會，2000，p.54）

其組織目標是鼓勵每一個人，在世界所需要的改革和醫治工作上，找到自己獨特的貢獻。同時藉由每一個人，從改正自己的錯誤開始，形成一股改變的風潮。為使個人的內在獲得自由，使社會秩序和諧，道德重整建議一套放諸四海皆準的四大絕對標準：絕對誠實、絕對純潔、絕對無私、絕對仁愛，來作為衡量生活態度和動機的準繩，並尋求內心的聲音作為生活的指引，這種聲音在基督徒而言是上帝的話語，對中國人來說就是良知的聲音。（劉毓棠，2004，p.66）

於1993年，道德重整國際協商會，對道德重整當今的全球性的工作目標共識有六大層面：一是醫治歷史傷痛、二是健全民主體制的道德和精神層面、三是協助個人和家



庭以關懷負責取代自私埋怨、四激發企業和各行各業人士的專業道德、五重建社區意識和城市希望、六結合群力，聯合協調各宗教文化人士（道德重整協會，2000，p.54）。

MRA 高中青年志工隊，成立於民國八十九年，其成立宗旨：為 MRA 的青年工作做更深度的耕耘與發展。引導高中青年從學習聆聽良知、情緒管理、人際經營、領導能力、團隊工作及服務社會中，獲得心性的成長及成熟。（道德重整協會，2000，p.32）小朱加入道德重整協會高中青年志工隊受到此團體主張的理念及周圍所接觸朋友的影響，小朱開始對自己的生命有不同的視域，以下將敘述其改變歷程。

一、高中加入志工的動機：參與活動不用錢又可以跟小朋友玩，可調劑枯燥高中生活

小朱在高中階段，正值升學考試壓力最大的時期。學校只重視升學不重視社團，所以高中生活只有讀書考試，真是枯燥極了。想要有點休閒娛樂，像上網玩電腦，好像很容易被父母挨罵，因此除了讀書好像什麼都不能做。在偶然談天機緣之下，得知班上的好同學，他的父母要他去參加志工，我才知道有高中志工這一件事。心想參加志工可以吃、喝、住及交通都不用錢，而且還可以跟小朋友玩，這對正值生活枯燥無味的我們，剛好可以找個正當理由放鬆一下，於是在高中一年加入校外的中華民國道德重整協會高中志工隊，加入至今約六年之久。

我高中三年讀的私立的學校嘛，然後學校也不支持社團，所以每天社團很乏味就是唸書唸書，然後那時候就是我在我高一的時候認識一個同學，然後他媽媽是道整的，然後他找我同學去從事高中志工，後來我認識那個同學才知道有高中志工。（C1W13-244/248）

我原本沒有抱著說可以幫助小朋友，我的想法就是你今天去參加三天兩夜的營隊，然後什麼吃、喝、交通、住都不用錢，然後你只要帶小朋友完就可以了，我覺得對一個非常乏味的高中生來講這是一個非常好的機會，可以紓解一下，只是想說可以放鬆一下，然後可以認識很多朋友，然後帶小朋友很可愛可以跟小朋友一起玩，就是這樣的想法所以我去加入志工隊。

( C1W13-248/255 )

## 二、當志工的不同看見與學習

### (一) 與志工夥伴相處後打破對接觸年齡的設限

小朱原本對參與志工沒有什麼概念，只想到讓自己出來放輕鬆，跟小朋友玩玩，如此簡單的想法而已。加入志工參與後，發現有很多不同的刺激學習，打破自己以前一些刻板印象，例如：以為除了父母之外，自己跟年紀大的人大概談不來。但是參加台灣生命行動，參與志工的夥伴們，大家來自不同的家庭、年齡層也都差距很大，可是大家不分你我團結起來，一起為共同的目標努力，一起快樂成長，如此的團結力量是很大的。此信念為活動導向中求知的學習，小朱參與志工活動後，發現自己可以跟不同年齡層的人，談話、合作與學習。而不是侷限在自己原本認為的跟大人是談不來的。

參加台灣生命行動我第一次發覺原來一個族群，它是可以不用分年齡的，我們以前會因為可能就是以前接觸長輩沒有這麼多，然後也沒有聊的這麼深，所以就想說就是長輩，應該除了爸媽之外應該都很難聊的吧，參加台灣生命行動它的年齡層很廣泛，然後因為我覺得跟他們一起相處，然後那一種模式就是已經跳脫我們所謂的長輩跟同輩，其實你會覺得只是大家的外貌老，可是其實心不老。( C2W13-374/380 )

我就從他們那一組看到就是生命還可以這麼團結，就是大家都來自不同的家庭然後不同背景，然後聚在一起然後完成一件有意義的事情，然後每個人的生命都可以獲得提升。( C2W13-390/393 )

### (二) 小朱變得外向活潑、快樂有價值，看見有很多需要幫助的人

小朱變得外向活潑。隨著參與志工活動的次數增加，自己從中學習很多增廣見聞。所謂讀萬里書不如行萬里路。發現參與志工不是只有玩玩而已，而是發現其實有很多人是需要別人的幫助，才能維持或提高基本的生活條件；還有幫助別人其實受益最大的是

自己，別人快樂自己也覺得快樂，更能肯定自己的價值。此信念為人際關係中互利導向，小朱自參與志工中才發現有很多人需要幫助，幫助別人後發現別人得到成長及快樂，自己也覺得很快樂及有價值感。更重要的是自己從中學習很多，所以對於受服務者與助人者是互利的關係。

可以讓所有的人快樂。(C1W13-476)

你會覺得不再只是為自己而活的，你可以為很多人活。(C1W13-492)

可能因為我這樣的引線對他們的人生或觀念有所改變。(C1W13-94/95)

後來才慢慢了解到說，有蠻多事情是可以在這種過程中獲得學習的，對，然後高中志工參加兩年吧！(C1W52-255/257)

參與的過程中，有一些讓我印象深刻的活動，例如參與資源回收的活動：我以前吃完東西，不管它是乾淨還是骯髒，隨手就丟到垃圾桶。參與活動之後發現自己的一個小動作，如果能順便清洗一下，對於做資源回收者是個莫大的恩惠，他們不用那麼辛苦還要忍受著臭味清洗整理資源回收的垃圾。於是學會了體貼別人的心，參與活動後會提醒自己，將吃完的盒子順手清洗一下，以減輕別人的負擔。此信念為活動中亦知亦行導向，小朱參與資源回收的活動，學習到吃完東西順便清洗一下的好處，可以減輕清理者的負擔。所以回來後落實在自己的日常生活中，此為亦知亦行的導向。

資源回收就是我那時候參加一個活動，然後我才知道原來我們平常喝完飲料、便當盒，如果我們拿去沖一沖，這樣會改變多少，我以前不會想說就吃完就丟了，可是去過那一次回收桶，才知道今天因為你沖了那一下，在那邊回收員才不會這麼痛苦，你在第一線的時候，你可以先為那些人想，然後先去做這樣的一個動作，對他們來講是一個很大的恩惠，所以開始會想去多關心一些我還不知道的事情，那剛剛提到活出最大的能量，就是多看多聽多去想。(C2W52-478/489)

還有志工活動中有一組，演一齣抽象戲劇的表演，此劇呈現一個人，承受來自多方面的壓力，都是他人對他的期待與要求，希望他在各方面都有好的表現，以符合一般世俗優秀的標準價值。後來因為承受太大壓力，所以只好選擇逃避甚至退縮，躲避起來。此眾多的期待，最後對一個人形成枷鎖限制，對此生命造成沉重的負擔。我覺得此戲劇勾起我很多過去無奈的回憶，例如：記得在國中時，常跟媽媽吵架，因為媽媽常要我做一些我不喜歡做的事情，而我喜歡做的事都不能做，就覺得很痛苦。此戲劇讓我重新醒思，現在的人，的確，大部分是活在別人的期待中，所以過的很辛苦。那我的生命要怎麼過？是要自己決定，還是交給別人被安排呢？我想目前的我，大部分是可以由我自己做主，少部分必須與父母溝通或由父母做決定，所以覺得壓力還好。此信念為活動導向中求知的學習，小朱看到此戲劇表演，深刻的感受到現在人有許多的無奈，生活中想做的事不能去做，盡是做一些自己不想做的事。所以小朱從此活動中，省思自己的生活是不是被外來的限制很多。發現仍然有一些外來的限制，但自己從過去到現在的努力成長，這種限制越來越少，漸漸的可以往自己想要追求的人生方向努力。

南投組他們有一個表演讓我印象深刻，就是他是說一個女孩子，然後被壓榨，就父母都施給他壓力，然後長輩給他壓力，就是要考好學校，你要嫁個有錢老公，你要變漂亮你要變聰明，你要上第一志願，然後那個小女生就是受不了那一種來自各方面的壓力，然後就開始委縮、委縮，後來他實在是受不了了，就是他不想聽，他就一直把自己鎖在小籠子的那種感覺，然後他那時候身上有穿一件紙做的衣服，然後就寫枷鎖的枷，同音也是家庭的家，就是家庭帶給他枷鎖，然後後來他就爆炸了，他是一種蠻抽象的表演方式，他就把衣服扯掉，然後就反指回去，說為什麼我一定要變漂亮，為什麼我一定要變聰明，為什麼我一定要嫁有錢人這樣子，我覺得那給我生命一個震撼吧，就是好像每個人小時候都是這樣子過來的，對可能不管是父母或是師長，然後都給你一些期望、期許，甚至是壓力，就期望你變成他們想看到的那個

樣子，期望你的生命是那樣子的發展。( C2W11-407/420 )

我想到是生命好像永遠都會被期望，應該說一個人吧，那一出生可能大家都會對他有一些期望在，然後期望如果太多或者是變相就會變成是那一個人，那一個生命是很沉重的一個負擔。( C2W11-422/424 )

### (三) 資源貧乏與社經地位差的可能更需要幫助

帶高中志工隊時，參與學生家庭的社經地位都不錯，學生主要是出來學習心靈成長的課程，志工不需要太多的關心與付出，他們就能按照規則，參與活動；可是帶領鄉下安溪國小的小朋友，他們的家庭社經地位通常不高，有很多是隔代教養或是外籍新娘所生的小孩，所以小孩的需求可能無法滿足或被忽略，因此帶領他們需要很多的耐心與關心。這讓我想到除了年齡的不同之外，他們的生長環境對他們是影響很大，所以覺得在一些偏遠地區的小朋友，因為資源較少，所以是更需要我們的幫助。此看見為活動中的求知學習，小朱看見被服務對象不同，需要提供的服務是不同的，需做彈性調整。對於資源缺乏或社經地位較差的小朋友可能是更需要服務。

我發覺其實很多比較沒有能力的家庭，他們可能因為經濟的關係，可能沒有辦法把小孩子送到像這麼比較追求內在的這些營隊，這樣子說好了，今天你連吃飽都有問題的話，你怎麼去追求內在，所以參加之後我才了解到說，這些經濟沒有那麼好的小孩子，其實他們更需要這部份的幫助。

( C1W13-266/270 )

我們在帶高中志工的時候，你可以用言語，然後他們就差不多可以知道你要說什麼，可是我在安溪寮國小就覺得很多時候你不能只靠言語，用嚴厲一點的方式，他們反而離你更遠，他們不會去在乎你，他們只想他們想做什麼，因為他們需要你的關注，所以他們盡可能做一些非常不正常的事情讓你去注意到，爬窗戶、像猴子一樣掉單槓，所以等於說安溪國小營隊難度算高一點吧！( C1W14-313/322 )

三、高中生以升學考試爲主而大學生則偏好生活享樂所以都傾向不願意參加志工

小朱自高中開始參加校外的志工隊，一直到大學時仍繼續參加。有時想邀班上的同學參加志工服務，發現同學們都沒有什麼興趣參加，對於無法得到共鳴或認同，覺得有點無奈。發現高中與大學的環境有很大的不同，像高中生可能生活環境單純，每天的生活目標就是上學讀書、考試，以準備未來的大學聯考，所以生活壓力很大，因此把志工服務當作休閒娛樂來看待，就很樂意參加；到了大學，生活環境自由開放，誘惑很多，又沒有什麼生活壓力，所以大部分的大學生以生活享樂的活動爲主，沒事時寧願選擇無所事事，也不願意出來參與無聊又辛苦的志工服務，所以大學生願意參與志工服務的人是少之又少，志工服務常是被忽略的一群。此信念爲人與社會環境中順服的關係，高中生因爲父母的要求期望未來考上好大學，所以有升學壓力需要認真讀書，因此參與志工的少；大學生因爲大環境的影響，大部分的大學生生活享樂習慣了，你要他們出來做辛苦又沒有錢的工作，是很難的。所以這是人順服這個社會環境的影響，願意參與志工的人比較少。

大學環境比較有太多的方法管道可以舒解情緒，然後本身課業壓力每個  
人都不太一樣，可能有人他不管他覺得大學好好玩，可是高中大部份的人好  
好好考上大學，所以整個生活環境我覺得是一個蠻大的因素。

( C2W31-237/240 )

高中可能就是如果是普通高中生就是唸書、唸書，那這時候他生活的調  
劑可能他沒有辦法從事什麼，可能在家裡看電視上網被家人罵，可是我今天  
如果到外面去，然後我覺得對他來講也是一種調劑的方法，然後也可以順便  
幫助別人。( C2W12-227/231 )

那至於大學生他的生活圈太開放了，就是你隨時都會被一些誘惑就吸引  
走，比如說今天晚上可能要去唱歌，然後就是什麼夜唱，去什麼 pub 什麼地  
方、什麼地方，所以那種訊息誘惑太多之後，就變成大家以為大學生就是在

做這些事情，那從事志工這些人他的聲音比較小一點，就會變成說是一種比較不一樣的一群，好像變成大宗就去那個 pub、夜店，就是過著很糜爛的生活，可能是大家對他們的刻板印象吧！（C2W12-231/237）

因為他會跟我抱怨說他暑假在幹嘛很無聊，就是說為什麼你沒有發覺有一些事情是你可以去做的，可是你不要或者是你不願意或者是你不知道的。（C1W12-207/209）

你要他們拋個兩天跟我去做志工，他們會覺得說那有什麼好玩的，就是完全不願意去嘗試新的東西，對，然後這部份我自己覺得還蠻煩惱。（C1W23-200/202）

#### 四、大學所選讀的科系，可能是影響是否參與志工活動的重要因素

小朱目前大學所選讀的是休閒管理學系與志工的理念有許多是相違背的，休閒管理系的概念是希望人們要重視休閒娛樂的生活，從帶領休閒娛樂活動中還可以賺取應有的報酬。而志工的理念則是把時間抽出一部分來幫助別人，做無為的奉獻，辛苦付出又沒有實質上的回饋，所以付出有實質的回饋跟付出沒有實質的回饋，這兩者是差距蠻大的。小朱班上的同學大多不願意參加志工服務，還是傾向選擇有錢賺的工讀工作或是享受玩樂的生活。

我覺得休閒管理學系，我覺得以我現在學校的環境來講啦，可是我覺得跟我目前從事志工的部份，其實還蠻多是相違背的，尤其錢是重點。（C1W12-182/185）

我覺得我們不管是系上或是系上同學大家講的都是錢啊，或者是公家機關就是比較好，變成說他們很重視物質的部份。（C1W12-193/194）

有些人知道我是在從事志工服務，可是本身他們還是比較傾向於有錢賺的一個營隊，然後我會跟他們講，我有在打工然後我有參加社團，可是我覺得你一直在這種的環境你故步自封變成井底之蛙而已，我覺得沒有辦法給你

多大的收獲。( C1W22-224/228 )

小朱試著想要鼓勵大學的同學參與志工服務，有時候分享自己參與志工活動的一些趣事讓大家聽聽，但發現無法得到共鳴和回響。甚至還有同學質疑小朱，為什麼有錢的工作不做而要去浪費時間又辛苦、沒錢賺的志工？此問題當頭棒喝敲醒小朱思考為什麼自己要執著於參與志工服務？小朱本身打工與志工兩者同時兼顧，經過一番省思，覺得打工的價值是有限的金錢回饋，但志工服務所得到的回饋是無價的，是金錢所買不到的快樂、成就感及自我存在的價值。小朱的同學認為打工是有錢賺，所以對自己有益；當志工是沒有錢賺，又辛苦且浪費時間，所以沒有幫助，此人際關係傾向個人主義。小朱對於打工與志工的看法，則傾向於人際關係中互利的導向。小朱認為打工雖然有收入對自己有益，但是價值是有限的，只有一點點錢；志工的價值是無限的，受服務者得到幫助覺得很快樂有所成長，自己本身也可以得到成就感跟快樂與存在的價值。

有時候我在跟他們分享經驗，我覺得沒有辦法達到共鳴，他們會覺得說這個對，這個怎麼樣這個不適合，沒有想說為什麼你沒有想要試試看，他們會覺得他們一直很習慣，每天放學就是上網聊天，然後去玩線上遊戲或者是去逛街、看電影、唱歌，就是已經很習慣這樣的模式。( C1W53-195/200 )

那時候就是有同學問我說你這樣不是很奇怪嗎？你打工是有錢的收入，可是你做志工什麼都沒有，我跟他們說這樣你們就錯了，因為你在打工有沒有，你的價值就是在那裡，你的時薪九十就是時薪九十，你今天做五個小時你的價值就是四百五十塊，可是你在志工不管待幾個小時，你不知道你的價值是多少，因為你的付出他可能就改變了，或者是他會成長，那等於說我在志工服務，你的價值是沒有辦法用金錢衡量，就是這個地方可貴。

( C1W14-212/219 )

五、環境的改變會影響個人是否繼續參加志工



帶小朱參加志工隊的高中知己同學，到了大學就不參加志工隊了。小朱原本以為好同學是因為家境不好，所以打工貼補家用，幾次邀約參加志工活動都被好同學拒絕，後來才知道她是為了滿足自己的物質需求，所以打工賺錢購買自己想要的東西。小朱心想，環境對一個人的改變影響真大，好同學到了大學，就變了一個人似的，受到大學環境影響變得愛玩、較物化且只想到自己，不會想要再做志工服務。所以想到自己覺得還蠻慶幸的，自己在高中就加入志工隊而且持續參與，否則到了大學誘惑這麼多，還會加入志工是很不簡單的事情。

不過有時候我覺得我不太喜歡環境的變化，雖然說我蠻勇於嘗試新的事物，我覺得環境變遷會影響一個人，就像我高中那個很好很好的朋友，可是我們現在讀不同學校，我就會覺得環境不一樣，就可能會改變一個人，我就會覺得他已經物質化了。(C1W12-660/665)

可是當我跟他邀約參加志工活動，他就會有一些理由來拒絕我像她要去打工，我曾經以為她打工是為了家裡補貼家用因為他家境不是很好，可是每次我看到她所謂的外表，我覺得他不是為了家裡是為了滿足自己某部份的需求，所以他就會用時間做一些事情，而不願意從回志工服務的工作，我就覺得很可惜。(C1W22-665/671)

如果我大學才接觸到志工，我想可能不知道，可能也不參與吧！  
(C2W12-248)

六、大學時期小朱還能夠繼續參加志工的原因：父母支持及做志工所獲得肯定

其實要接觸一個志工團體，進而長期投入且樂在其中，是一件不簡單的事。小朱在高中有貴人引進介紹，認識了高中志工隊，才開始有機會接觸服務這塊領域。接著大學環境的變化、週遭所接觸人的影響與一些物慾的誘惑，若不是自己有一些正向的支持力量以及對志工有正確的信念，大概很難繼續堅持下去。小朱感到很慶

幸的是，父母支持她從事志工服務，也不需要擔心自己生活上的經濟開銷，所以小朱可以自由的安排自己想要的生活。家庭環境的支持加上三年來的志工經驗是很正向的回饋，已經打穩小朱對志工服務的信心，所以大學的環境雖然變化很大、誘惑很多，小朱還是堅持要繼續走下去。更重要的原因是現在願意從事志工服務的人很少了，所以更顯得出自己當志工的可貴與重要性。此信念為人與社會環境中順服的關係，小朱認為自己能夠到大學階段，還繼續參與志工服務，是因為父母肯定支持小朱做志工服務、高中階段接觸志工隊可及早奠定志工基礎及從志工服務當中所得到一些正向回饋與成長。所以小朱能夠繼續參與志工活動，是因為一路走來環境的鼓勵支持，因此是順服的關係。

環境跟經驗。環境的部份就是我爸媽他們就是還可以供應我，就是我不需要為家裡開銷負擔，所以我有閒餘的時間去從事志工，有些同學打工是學費要自己賺，拼命打工。那我的部份是我的家人他們還蠻支持我的，那加上他們有給我經濟上的援助，所以我就是課餘的時間，我有時間我就去做，然後沒有去想到錢的事情，因為做志工沒有錢嘛，然後你會花一些時間嘛。

( C2W52-195/202 )

那還有一個叫做經驗嘛，經驗就是我之前經驗過的事情，所以曾經踏出過那一步，然後知道那樣子的情況，所以我就願意去做，可是大部份的人他還沒有踏出那一步，他就會在外面觀望，然後想說他可能是什麼情況，然後就不願意踏出那一步，所以我可能就是剛好有經驗，然後有機緣之下，所以有接觸到這一塊領域。( C2W52-205/210 )

那個時候才覺的當志工真的是很可貴的事情，尤其是跟你同年齡的人這麼多，可是願意從事志工服務的人確這麼少，你就會覺得原來你的生命是很可貴。( C1W13-283/285 )

## 貳、小朱眼中的自己與他人

### 一、小朱對自身的觀照

#### (一) 小朱看見自己亦惡亦善的本質

小朱覺得自己爲了討人喜歡，所以在外的表現會特別展現優點，掩飾自己的缺點，以獲得別人的肯定。喜歡維持至少表面穩定的和平假象，寧願不要當朋友也不要跟別人吵架。外在的呈現可能是微笑友善，可是內心卻是有抱怨不滿，所以微笑可能是戴面具，是爲了掩飾內心緊張與焦慮不安。寫日記與自己對話時，有時候不會誠實的寫出事實的狀態，一方面是知道媽媽會偷看日記，覺得很不喜歡；另一方面是希望自己未來看日記時，能看到成熟理性的自己，而不是幼稚無知的自己。此信念爲人的本質中亦善亦惡的觀念，小朱對自己此矛盾的表現，外在展現的是善的，內心的想法是惡的。可能是因爲對自己的自信心不夠，所以不敢表達自己真正的想法，因此常有裏外不一的矛盾感覺。

我是個敢愛敢恨的人而且我有個壞習慣有時候我蠻會記仇的，然後忌妒心佔有慾有點強，我覺得我喜歡的人我就非常喜歡，我討厭的人我就非常討厭，可是我很少跟人家起衝突，就算今天我不喜歡你，我還是會在你面前表現的很和平的樣子，跟你打聲招呼可是我心理面想法不是這樣，我很喜歡塑造和平的假象。(C3W12-135/139)

有時候，我覺得笑容對我來講是個武器就像帶個面具這樣，笑笑的別人可能不認為怎麼樣，其實你的面具摘下來可能是另外一種表情，所以有人說我愛笑我也會一笑置之，只有真正了解我的人才會知道我愛笑不是沒有原因的。(C3W12-313/316)

我很愛笑，被老師打的時候我會笑，我常用笑來降低自己的緊張或是不安。(C3W13-306/307)

大部份是寫事情，然後感受要沉澱一下，我剛講出來還覺得自己不可思議還有人寫日記不誠實(哈哈大笑)，之前不誠實是因為我媽會看，我會覺得

這個感覺我不喜歡，可是等到上高中我就故意把字寫的很醜或是寫英文，我媽就不會再看我的日記了，所以那時候就慢慢對自己誠實。(C3W12-287/294)

可是就是會說服自己我很成熟我很理性，所以才會避重就輕的去寫日記，因為希望自己未來是成熟的，就是我會常常想到未來。(C3W43-299/300)

## (二) 小朱對自身特質的一些發現：優柔寡斷、多愁善感、表裡不一

觀念保守不易做新的嘗試，對於新的事物、新的觀念可能需要經過深思熟慮才決定是否採用；優柔寡斷，因為自己常做個領導者，發現做決定影響很大，所以不喜歡做取捨決定；多愁善感，太敏感的心，常因別人的一句話或一個動作就受影響；表裡不一，對於看待別人的事常樂觀以對，其實自己的心可能是悲觀的。以上所敘述的特質，彼此有些矛盾之處，小朱自己很清楚狀況，只是至今還不太了解自己為什麼會這樣的原因，就是所謂「知其然，不知其所以然」。所以仍須再探究摸索自己，因此試著藉由跟別人的分享或再學習，慢慢釐清了解自己內心的想法。

我蠻保守的，這一部份是針對有時候我很難接受新的東西、新的事物、新的觀念或是新的想法，大部份我會固執守舊，我有我一套做事或是行為準則，那今天可能別人突然有一個新的聲音出現，我可能要想很久考慮很久適應很久，我才會決定說它是不是我的法則可以接受的，就是很多新的實務我不會有太多的勇氣去做新的嘗試。(C3W13-99/104)

我是個優柔寡斷、多愁善感及表裡不一的人。(我覺得我的外表或者是感覺會讓人覺得我很樂觀吧！可是其實我的內在還蠻悲觀的，這是我對自己表裡不一的見解)(那至於多愁善感，其實有時候我覺得太敏感就是太多心，然後可能別人的一個小小動作或是一句話我就被刺到了，就覺得唉，然後很在意別人的看法)(然後優柔寡斷就是自己不喜歡做決定，雖然說常常站在一個領導者的位置，可能是經歷太多事情所以我就會覺得我今天如果下錯決定我就會損失很多，所以這就是影響我優柔寡斷的一個因素我不喜歡做決定，

我覺得我只要做決定就會有取有捨。( C3W12-49/59 )

我今天跟你講什麼事情你永遠不會了解我，因為我自己也不了解自己，我自己就是個很複雜的人，我不了解自己你怎麼會了解我哩，就以前有這樣的想法，然後就很難跟別人講心事，後來慢慢學會離清內在啊，分享才開始，就是一個為自己療傷的方式，才開始慢慢的講出自己比較私密的事情。

( C1W23-69/73 )

### (三) 小朱求學階段的心路歷程

#### 1. 國中階段只喜歡看漫畫所以常跟媽媽起衝突

在國中階段，小朱讀的是貴族學校，此階段小朱不愛唸書只愛看漫畫，在班上的成績，常常是敬陪末座。很有自己的想法，心想只要過的快樂就好，所以常跟媽媽起衝突，覺得媽媽老是叫她做她不喜歡做的事。同學之間課業競爭激烈常鉤心鬥角，自己不喜歡這種感覺，所以彼此關係疏遠。

我唸的國中學校是貴族的學校，班上同學可能就是壓力很大，然後心機很重，我昨天晚上都在看電視、看報紙，你有沒有看看漫畫什麼什麼的，其實回家都在唸書，可是那時候我自己也不會管理自己，就是國中那三年我過的很快樂，可是我成績永遠都是敬陪末座的那一位，然後那時候也不會唸書，就覺得過的很快樂就好了。( C1W12-55/60 )

#### 2. 高中階段加入志工後變得活潑也開始認真唸書

到了高中，參加志工隊認識了很多好朋友，自己才開始變的較外向活潑。也逐漸察覺到自己國中玩三年，高中應該認真唸書了，否則將來怎麼考大學？所以高中開始認真唸書成績都還不錯，才體會感覺到當學生的快樂。此信念為活動導向中的亦知亦行，小朱在國中時，個性內向沒有思考太多，只想做自己喜歡做的事情。到了高中，參與志工隊服務學習後，讓自己變的活潑外向，也會思考自己再不努力如何考取好大學，所以開

始努力讀書成績表現不錯，體會到當學生的快樂。所以小朱是有所體會也實際去做。小朱原本高中想讀外交官，因接觸道德重整後遇到很多外國人，覺得當外交官很有權利，但因成績太爛考不上國立所以作罷。後來又因為一部韓劇的影響，它是介紹休閒管理等相關內容，覺得蠻符合自己的興趣與人格特質，自己屬於喜歡玩樂享受人生，所以考大學時就決定選讀此科系。

參加道整有影響再加上那時候我結交蠻多好朋友啊，然後課業也很順利成績都保持的不錯，所以高中那時候我覺得當學生也可以當的很快樂。

(C3W13-91/93)

其實我高中選這科系是因為一部韓劇，因為那時候看一看它講飯店的一個生態，覺得說其實我蠻適合走服務業的，然後再去閱讀飯店相關的資料，這行業好像很適合我，所以那時候選填休閒事業管理的時候，我覺得包含範圍很廣，所以也蠻符合我的個性就是比較好動比較愛玩，所以我覺得說以後會不會走飯店這條路，我覺得至少這些行業一定是跟世界做接軌的。

(C1W52-138/147)

我在高中就特別的去加強我的知識，然後我對課業也非常的關心，以前是完全放牛吃草那一種，就是已經期末考前才會去唸，可是到高中我不會，我發覺高中再這樣下去我大學怎麼辦？所以高中這三年可以等於是我國中玩的這三年之後我蠻用功唸書的。(C1W52-158/162)

### 3.大學忙碌生活讓小朱學會紓解壓力方式

上大學二年級時，小朱遇到人生中的低潮期，就是社團跟課業都很忙碌、大學的同學又不熟悉、和高中的好同學發生了一些誤會以及家人不支持等諸多不如意的事件攪和在一起，讓小朱忙碌不已。小朱原本以為自己還蠻樂觀的，發生了此事件後才有悲觀的想法出現，覺得人生有很多的無奈。許多事情可能是你不想做，可是你一定要去做；有些事情是自己想做，但不能去做。此低潮期發生時，小朱很想讓自己脫離原本的生活軌

道，到國外去放縱一下。剛好有個機會可以出國，被學校指定參加新加坡的一個頒獎活動，但受到父母的阻撓，父母擔心小朱一個人出國危險，想陪小朱去又覺得機票錢太貴，加上同學的鼓吹和慫恿，認為小朱應該把握機會出去走一走。小朱夾在中間的掙扎矛盾心情，讓原本的低潮情緒又雪上加霜，心情真是難過到極點。不過看似危機好像也是個轉機，經過此次的挫折考驗，小朱對自己又更了解些，學會跟自己獨處與對話以紓解壓力。此信念為活動中的求知導向，小朱在大學二年級遇到人生低潮期，覺得很多事情可能不能如自己所願，必須有一些是被迫妥協的無奈。這個低潮讓小朱對自己更了解一些，也從中學習到調整壓力的方式。

那個低潮就是社團忙不過來、課業忙不過來然後家人又不支持我，朋友圈又處在一個蠻敏感的時候，那時候剛進新班級，然後跟以前比較好的朋友又發生誤會沒有聯繫，在那時候覺得自己還蠻悲慘的，並沒有一個可以抒發情緒的管道，那時候覺得哇每天的日子都過的那麼辛苦。我的感覺就是從哪個時間點之後，表面上對很多事情我可以很坦然，實際上內心可能會有不一樣的聲音吧，就覺得說唉就這樣吧，順其自然你又不能改變什麼。

( C3W12-67/73 )

然後原本想說可能今年暑假沒有機會出國，可是後來知道，剛好有這個讓我有機會免費到新加坡，我就覺得是上天賜給我的一個禮物，就很想去，就我爸媽種種的擔心，所以我就沒有飛出去，然後其實每到那個越快到新加坡的那天，我的心理就越浮躁，會覺得說為什麼我的家人都不願意讓我成長，都把我當成小孩子這樣看待。( C1W12-534/541 )

我就覺得想說我在最需要的時候，我最想做讓我快樂的事情你不能讓我去做，可是我沒有辦法，如果不能快樂我就覺得生命是痛苦的，那時候的情緒會很兩極化，就覺得不讓我快樂我就覺得很難過我就覺得很無耐吧！

( C1W12-550/553 )

所以就這樣子的事件，就是家人跟外面的朋友都給我壓力。我就覺得說

明明我就想要做什麼，那為什麼我不能去做。( C1W12-546/548 )

我只知道我很害怕別人在注意我看我做什麼，過了大二那個低潮時期我就比較不會，我就開始知道怎麼跟自己獨處，跟自己對話來紓解自己的壓力。

( C3W13-131/133 )

#### (四) 小朱的出生是被奶奶忽略但受到媽媽重視

自己的出生不被奶奶期待，因為奶奶重男輕女。所以弟弟出生後特別受到奶奶的寵愛。因感受到自己受到不平等的待遇，所以高中以前小朱跟弟弟的關係一直很不好，常常吵架。直到自己跟弟弟都參與志工隊之後，才慢慢開始學會溝通。發現自己對媽媽來說，卻是重要的精神支柱，尤其是學齡前的階段，因為婆媳的緊張關係，常常讓媽媽覺得壓力很大，所以當時我是媽媽最好的精神寄託。但不被重視的負面情緒感受印象深刻，導致對自己缺乏信心，所以在未來的日子發現自己常常希望自己都能有好的表現，可以受到別人的肯定及證實自己是珍貴的。

我在想因為聽說我以前要生下來，算命跟我媽說我是一個男生，所以當我生下來是女孩子，我在想我應該是不被我爺爺奶奶期待的，對，我有印象是我弟弟出生之後，我知道爺爺奶奶，特別寵我弟弟嘛！( C2W11-141/144 )

我覺得我的感覺我現在才想到幼年的時期對我媽來講是還蠻重要的，我以前不會有這樣的想法，我以前就覺得只是這樣出生，然後沒有去想到原來我的出生，或許會有些人不期待，可是對某些人來講是很重要的。

( C2W14-183/186 )

其實我覺得從小到大我都想成為討人喜歡的吧，就是希望別人會注意到我然後都只會看到我的優點不會注意到我的缺點。然後可能在意別人的眼光，所以在別人面前會做到最好，所以我有個習慣只要我今天願意接受這件事情，那我就會把它做到最好。( C3G15-93/97 )

#### (五) 小朱覺得自己的生命是有意義的



## 1.與家人或朋友的互動

小朱參與為期約一個半月的台灣生命行動後，覺得生命可以做許多有意義的事情，譬如：跟家人或朋友之間的互動。除了關心自己之外，還可以關心幫助別人，自己快樂別人也覺得快樂。而快樂是一種和平的感覺，可以在人際之間流動，擴散形成一股和諧的氣氛，讓彼此都覺得舒服。此信念為人的本質中性善的概念，所以像關心自己和別人，帶給別人快樂，此種是性善的本質。

生命做有意義的事情，我想應該是從參加台灣生命行動，應該是高三要升大一一的時候，是因為那個時候才覺得生命就是可以去做一些有意義的事情。(C2W13-363/366)

當我的朋友或者是我的家人有互動的時候，我會覺得蠻有意義的，比如說參加活動認識了外國朋友，或者是生日的時候，傳個簡訊給對方，你就會覺得自己很有意義，因為可能就是因為你的祝福，他的生命就是被期待的吧！然後可能因為你的生日所以你就覺得大家的祝福是在期待你的出現或者是你的誕生，所以我就覺得我的生命是有意義的。(C1W22-469/474)

快樂就是我覺得快樂是一種和平，我覺得我對和平的想像就是大家都很快樂。就是因為去年我參加那個亞太青年會，結果大家互動都很好而且看起來都是東方臉孔，我心想原來世界和平就是這種感覺，不管你是從哪裡來，不分種族、宗教信仰、家庭背景都沒有關係，可是我們現在是在交流大家都可以融合在一起，那種感覺真的好奇妙。(C1W13-625/631)

## 2.讓有生命或無生命的東西繁衍

小朱覺得繁衍也是一種生命意義，繁衍生命是有許多面向，可以是有形或無形、實體或虛體，只要是你認定有意義的東西。繁衍也是一種傳承，譬如有位朋友有傷害自己的想法，你及時拉他一把，讓他的生命有一些不一樣的想法，變的正向光明，這也是一種生命意義。

生命的意義是為了繁衍生命，只要是有情感的東西。今天他可能是一個杯子，然後你很喜歡杯子，其實無形之中你就會覺得它是一個有生命的東西，那有一天它摔破了，或者是被偷了、弄丟了，那一種失去，我覺得就好像一個生命消失了那種感覺一樣，所以我覺得所謂生命是為了繁衍生命，那個生命他是有形無形或是實體還是虛體。我們常常就是會賦予一個東西一些生命，所以才會因為他的缺席，然後心中就會有很大的起伏，其實我覺得生命是為了繁衍生命的那個生命，其實是有蠻多面向。(C2W13-66/76)

它不是所謂比如說我生長來才叫做繁衍生命，他有點像一種傳承，比如說，今天我朋友他心情不好，然後我找他出來看電影，他可能原本有想要傷害自己的一些想法，或許因為就是跟他出來，我約他出來見個面，或許他的生命在當時會有點改變，所以說我覺得我生命的意義是因為我覺得常常在找到一個對的時間，然後跟一個對的人分享或是聆聽，所以他或許在那個時後他對自己的生命意義有不一樣的看法。(C2W22-9/16)

## 二、小朱眼中的他人

### (一) 小朱跟媽媽的關係漸入佳境

印象中自己的出生，在學齡前的階段，媽媽因為婆媳及妯娌之間的關係不良，所以小朱提供媽媽很大的精神支柱。到國中時跟媽媽開始有較多的衝突，因為小朱喜歡看漫畫不愛讀書，所以成績很差，常常被媽媽念。媽媽覺得小朱很叛逆為什麼不好好讀書，擔心以後會沒有出息，小朱就覺得只要過的快樂就好。到高中時情況較改善，小朱因為發現國中玩三年應該已經夠了，再不好好讀書，可能大學聯考就沒希望了，所以跟媽媽的關係變好了。現在大學階段，跟媽媽的關係變的更好，至今是彼此無話不談，感覺真棒。小朱覺得其實只要把本分的工作做好，像學生的本分就是把功課讀好，通常可以得到父母的支持。

我有印象我媽好像是剛生我的那個時候，家裡的狀況不是很好，就可能跟婆婆關係不是很好，然後跟妯娌也不是說很好，變成像說我是她的唯一精神支柱，我媽就會把他所有的注意力放在我身上，然後不要去管外界的一些什麼話語，我覺得那個時候沒有我的話，就是我相信我媽會過的更痛苦吧。會覺得我幼年時期我媽媽應該是把我當成他的支柱。(C2W21-144/150 出生)

我那時候每天都過的很快樂，那時候同學都租漫畫，然後我就覺得看漫畫很快樂啊，我媽就覺得學生看什麼漫畫，我就覺得為什麼不能看漫畫，那時候我覺得我媽為什麼都要我做一些我不喜歡做的事情，所以就覺得很煩，那時候就覺得我的人生為什麼要過的那麼痛苦，快樂的事都不能去做，為什麼父母要管哪麼多？就覺得好像我自己的生命被操控著，你們要怎麼樣做，我就要聽你們的去做。(C1W14-567/573)

還有生命跟生命之間可以分享喜怒哀樂的感覺也很棒，就像我跟我媽一樣，我會跟我媽分享我男朋友怎樣，那我覺得我們兩個不會因為他是媽媽就刻意隱藏些什麼或是用比較大人的想法來看這件事情，所以我覺得我們兩個人就像是朋友這樣聊天，因為我什麼事都會跟他說，我覺得很奇妙我媽媽生下我，然後讓我遇見了初戀我覺得這是三個生命的對話吧！(C3W22-11/17)

## (二) 小朱受到父母呵護照顧彼此互相依賴支持

小朱自幼稚園到現在大學階段，就讀的所有學校都離家裡很近，本來小朱以為大學生應該到外地去闖一闖，多接觸一些不同的環境，可以增廣見聞。但是父母仍希望小朱住在家裡，在熬不過父母的堅持，小朱最後還是選擇離家近的大學就讀。小朱因長期住家裡，所以與父母之間的關係密切，有時會把外面的壓力或情緒帶回家，使家人受到波及，也很感謝家人的體諒包容。所以小朱發覺家人對自己是很重要的，家就像個避風港，無論自己的狀況如何，家裡的大門永遠為你敞開。小朱因長期住家裡而且受到父母的關心很多，彼此關係密切，所以有點互相過度依賴，小朱認為在未來的日子，自己跟父母應該要彼此學習獨立。此信念為人際關係中互利的觀點，小朱覺得自己與父母是互利的

關係，因為父母很希望小朱住家裡陪伴他們，小朱就迎合父母的需求，小朱在家裡可以得到父母的關愛與照顧，所以彼此互相依賴。

我幼稚園、國小、國中、高中、大學都是念離家裡應該一公里以內的學校吧，非常近就是不管是哪個學校都離我家非常近大概三分鐘而已。

(C1G21-115/117)

所以後來還是念不過我爸媽他們的想法，所以我還是在台南唸書，然後我現在想法是我現在修的是休閒企業管理，那他們也知道像這個行業以後一定是要到國外去的。(C1W21-127/129)

我覺得我跟家人的關係有時候會處理的不太好，因為可能在外壓力太大或者是責任太多，所以把負面的情緒帶回家裏，所以常常遭殃的就是家裏的人，就是我最愛的哪些人，其實我就覺得我家人還可以容忍的，因為可能知道我因為某方面的一些壓力，所以我才會這樣的反應。(C1W12-496/500)

家人給我的意義，家人就像避風港，他永遠都會在那裡，然後你只要把船開到那裡就可以了，可是朋友他不像避風港他只像小島，你可以暫時停住，可是他可能有一天沈下去了，或者是有一天他突然把島圍起來不讓你進去，然後避風港永遠為你開著，我覺得這兩邊是不一樣。有時候在海中載伏載沉，然後知道那個人對你不好你就不要往那邊走去就好了，然後有時候在外漂浮太久了就會想要回家補充能量，然後再出來。(C1W14-503/509 家人與朋友不同)

可是我覺得時候到了就應該要飛啦，對啊，可能這部分我跟我爸媽都需要成長吧！或許是因為我在他們的心中我很依賴他們的，就會讓他們覺得說我是需要依賴的，而不是讓人家來依賴我。(C1W22-107/110)

### (三) 小朱對朋友以隨緣態度面對

小朱對朋友的觀念，過去和現在有所不同。過去在自己心中會有個評分表，自認為

是好朋友，就會不斷的付出給予；不是好朋友的，就會對他產生一些負面的想法。後來逐漸發現自己所評斷的好朋友或是壞朋友，好像不是哪麼的絕對，有時候的判斷可能是錯誤的。於是對於朋友的部分，現在是採取隨緣的態度，合得來就當朋友，合不來就不要勉強。

我以前會有所謂的評分表，就是會分的很明顯，然後好的就會放很多感情普通的就沒有什麼特別照應，可是後來我發現其實有時候就乾脆一視同仁好了，可能會因為你們兩個交流的程度而累積的深度不一樣，所以不能那麼快就下評分吧。(C3W22-174/179)

往往很好、很好的人傷害也是最深最深的人，因為你對他付出很多感情心力及時間，可是最後你可能會希望對方這樣回饋你，當你沒有得到同樣的滿足的話，這時候你會覺得不平衡所以就會想說算了、算了不要跟你好了這樣子，所以如果你要去計較到底誰付出比較多的話那種感情很難持久下去。

(C3W22-181/187)

看緣分，我覺得好就可以好，那不可以就不要強求，就是我今天有沒有可能跟他成為好朋友或是敵人這都是很難講，這就要看緣分怎麼去造化。

(C3W22-189/191)

#### (四) 小朱眼裡的國家：希望藉由交流打開台灣跟大陸的心結

小朱認為我們國家跟大陸的關係是不良的。小朱過去是仇視大陸的，認為大陸到處打壓我們。小朱有一次參加亞太青年會，看到柬埔寨的問題，讓小朱對國家之間的仇視問題改觀了。認為我們這一輩的年輕人應該放下過去前輩之間的仇恨。不需要等到發生流血戰爭，彼此才坐下來談，而是能夠事先做交流，打開心結彼此互相支援與和平共處。此信念為活動中求知的導向，小朱對於自己的國家常在國際上被藐視忽略，是因為大陸對我們不友善，所以常對外散播負面訊息造成的，因此小朱個人對大陸是不諒解的。志工活動中有一次參加亞太青年會，看到彼此有心結的國家，其實是可以坐下來溝通，以

解決兩國之間的糾葛問題。所以也很期待是否能跟大陸的學子做交流，看是否能化解彼此的心結。

然後在參加亞太青年會之前，我是很仇視大陸的，就會覺得因為他們用人海戰術然後打壓我們，可是後來看到柬埔寨，他們已經發生過流血事件，還可以在那邊說說笑笑，我們跟大陸都還只是在對峙還沒有發生過真正的流血衝突，我們能不能不像他們一樣，在發生流血事件後才來談和平，所以對我來講快樂也是一種和平的現象。(C1W12-638/643)

尤其是我覺得我們現在還是年青人嘛，那老舊那一輩的人他們可能就算打過仗，他們一時之間仇恨忘不了，所以我覺得至少我們這一輩的人不要把過去的仇恨再帶進來，我覺得這是我們現在可以做的。(C2W13-739/742)

## 參、小朱眼中人與自然的關係

### 一、人與社會環境關係是順服

小朱認為人的本質沒有善惡之分，是因為出生後所接觸的社會環境對他造成的影響，才有所謂的善、惡之分。但善惡之間的區分有點難拿捏，有的人可能利用善來做壞事；有的人雖是惡的，但不一定會害人。此信念為人與社會環境中通常是順服的，小朱認為人的本質沒有善惡之分，是因為所接觸的環境造成的影響，才有所謂的善、惡之分，所以對於所接觸的環境要小心謹慎，久而久之耳濡目染，受到負面的影響還沒有察覺。

我覺得本質應該沒有分善惡，就像是一張紙或是一塊玉吧，他會變成性善或是性惡，有可能在第一個聲音對他讚美或是批評的時候開始，可是我覺得性善跟性惡這個準則有點難拿捏，因為我覺得性善的人有可能利用性善的這個點去做壞事，如果有人認為人是性惡的話，那他也不一定去會去做壞事，如果一個人他剛生下來到底是性善還是性惡，感覺他應該是沒有所謂的性善

或性惡吧！（C3W15-151/159）

我會害怕，我覺得今天環境如果改變了，讓你學到的是正向的那還好，可是你永遠不知道環境給你是正向還是負向的，所以等於說我喜歡接觸新的環境，可是我會打個問號，因為其中有個變數在，這是我會去思考的。

（C1W31-673/676）

## 二、社會上有一些不公平的世俗文化

小朱認為這社會有一些不公平的世俗文化。每個人出生的環境差異很大，有的人生長在富裕的家庭，有的人生長在貧窮的家庭；有的人生長在資源豐富的文明都市，有的人卻出生在鄉下資源非常貧乏，如此的差異，卻要求每個人應該要往同一目標努力，成為有錢人。那對於先天條件較差的人來說，是相當不公平的。可能要加倍的辛苦努力，才可能有機會達到目標，有時候可能努力一輩子都無法達成。此信念為活動中求知的導向，小朱看到社會上對於人有一些不客觀的期待，都希望每個人要成為有錢人。小朱覺得這是很不公平的，因為每個人所掌握現有的資源是不一樣，卻要求一樣的標準。所以小朱看到環境對一個人的影響真的很大。

有時候我覺得，為什麼會有人家就是可以比較好，那有的人家比較沒有辦法給與很多什麼，那時候好像每個人就起跑點就是不一樣了，然後大家好像一致要到達那個終點。就每人都是希望女孩子要嫁給有錢人，男孩子要賺大錢，都是錢啊，變成說我覺得起跑點不一樣，會造成某一些狀況比較不好的人，他必須跑更長的路才能到達所謂那個終點，那比較不幸運的。

（C2W31-265/270）

那時候就想說可能真的是環境的關係吧，環境的問題，就都市跟鄉村我覺得就蠻多的差異吧。（C1W31-362/363）

## 三、人跟自然關係是和諧

至於人跟土地的關係，小朱覺得我們應該與大自然和諧相處，尤其是自己讀了休閒管理系，提到如何愛護大自然才能永續利用大自然的資源。大自然提供我們好山好水及優美的景色，我們應該善用它、珍惜它，才能讓大自然維持生態的平衡。如果我們破壞它、濫砍樹木、不懂得珍惜資源，最後對大自然所造成的傷害都會回到我們人類身上。

我覺得人可以跟大自然和諧相處不能改變大自然，應該說，人可以找到一個管道或方式然後去跟大自然相處，可是他並不能控制大自然，就像我們如果覺得熱就開冷氣，我們是在跟大自然相處沒錯，可是因為我們這樣就改變了大自然，這一個改變可能會引發一連串的效應吧，我覺得這個地方就是我們應該要思考要如何跟大自然和諧相處而不會去改變它污染它破壞它，這是一個很深的學問，我們休閒企業管理就有提到我們要學習如何永續利用這些資源，遊山玩水是休閒的一個活動，如果大家都把木頭砍掉了怎麼去遊山玩水或是船的油污污染了大海或是排放廢水什麼的，那這些資源就這樣被破壞了，所以如何跟它和平共處而不破壞它可能是我們永遠要思考的問題，要不然我們對它的傷害最後還是會反撲回來受到傷害還是我們人類自己。

( C3W32-207/218 )

#### 肆、小朱對於時間看法是重視現在

小朱發覺過去、現在及未來是連成一線，彼此互相影響。過去的經驗會影響現在的決定，進而影響未來的發展。小朱覺得自己常常沉澱在過去，當看一張照片時，就會回想當時的快樂情景，接著就想說未來還可以繼續安排哪些活動。對於當下的此時此刻，常心不在焉，整個心出去神遊了，所以當下是最容易被小朱遺忘的。有時候對於當下的不專心，小朱還覺得蠻困擾的，譬如說跟人家說話時，因為心不在焉常常就忘記對方說什麼了。為了減少自己這個壞毛病，小朱常常提醒自己回憶過去點到為止，至於未來無法掌握不要想太多，把握現在的時間趕快去做。此時間概念，小朱覺得過去、現在及未



來是彼此互相影響，過去的經驗會影響現在的決定，進而影響未來的發展。但小朱還是傾向把握現在最重要，因為現在是你可以掌控的，可是小朱很喜歡幻想，所以腦海裡常沉醉在過去的快樂時光或幻想著未來的計畫，因此常脫離現在。現在對於這樣的習慣小朱還在學習調整中，常常提醒自己回到現在。

我的時間導向是過去，我被過去很多經驗想法然後影響我現在做的決定，然後我覺得我的過去會影響我的未來，像其實大部份我很容易沉澱在過去，看著一張照片就想以前我們曾經怎麼樣。然後我覺得最容易被我遺忘的是現在，我很容易沉浸在過去的情趣或是氛圍裡面，然後就開始去想未來我們可能一起去哪裡玩啊什麼的，你可能忘記你現在在做什麼，所以如果要排順序的話我覺得最容易導向的是過去未來然後最後才是現在。

( C3W41-221/229 )

我覺得徜徉過去回憶是一件美好的事情，因為你可以重溫當時愉快的氣氛，我覺得忽視掉現在到是比較煩惱的，比如說現在正上課或是接受一個訪問，那心思可能出去神遊，那就很難抓回來，警醒到就像風箏一樣收回來，收回來，所以常常徜徉過去或是幻想未來是一件愉快的事情，可是對現在來講就很悲哀了，因為一直抽離你現在所處的情境。( C3W41-231/236 )

徜徉過去時間短一點或者是睡覺時才做，揣測未來就點到為止，因為畢竟未來你不可能去掌握它，所以就當做看影片好看過了就收回來，會常在這過程提醒自己。( C3W41-238/241 調整方式 )

## 伍、小朱發現學習與行動要搭配運用

### 一、學習漫畫女主角善解人意的特質

學習與行動並進，這樣的學習才可以落實在日常生活中，達到學以致用的效果。學以致用後，讓小朱改變成長的幾個例子。例如看一本漫畫書，書中女主角的特質是體貼

善解人意的，小朱把它當作偶像學習，希望自己能跟它一樣體貼別人。小朱認為台灣現在這麼多的問題，如果每個人學習多為他人著想，這麼多的問題將會獲得改善。

有人問過我，為什麼我會特別的敏感。我就想到我之前應該有講到一部漫畫，就是一個漫畫的女主角，他扮演的角色是隨時隨地就是非常為人著想，然後雖然他只是一個漫畫的角色，可是我把它當成偶像來看。我覺得今天每個人，台灣二千三百萬人都像他一樣，台灣絕對會更好，每個人都先為別人想，跟本就不會有那麼多的問題發生。( C2W51-574/579 )

## 二、參加大專女學生輔導培訓營之後改變對女生負面看法

小朱過去在讀國、高中的時階段，因為班上都是女生，所以對於女生有一些負面的刻板印象，認為女生很難相處、心機很重和喜歡聊八卦。在報名參加大專女學生輔導培訓營之前，擔心自己參加這個營隊會過的很辛苦，因為都是女生的關係。參加活動之後，讓小朱對女性有一些不同的看見，原來女性也是可以侃侃而談的。短短的四天發現大家相處的很愉快，感情很好，甚至小朱在團隊中分享當志工的心得時，大家聽的很感動，小朱得到蠻正面的迴響，感到很欣慰，終於在這個團隊中找到一些志同道合的夥伴，大家都希望在未來日子，彼此可以再互相鼓勵與支持。此信念為活動中亦知亦行導向，小朱本來對女生的印象是負面的，所以對於參加女性團體的活動不太喜歡。但參加一次大專女學生輔導培訓營，讓小朱對女性有一些改觀，發覺原來自己跟女生也是可以成為談的來的好朋友。所以小朱知道自己原本對女性的負面感覺，實際參與活動後有不同的看見，此為亦知亦行的學習。

其實我在參加這個營隊之前，我就覺得說女生應該大家都很有心機，因為本身我雖然敏感度很高，可是我有時候神經會太大條，可能講話太直或是怎樣或是傷到人家，那我無形之中得罪到人怎麼辦？然後就有點小小的擔心會不會這四天很難熬，結果後來相處之後，結果後來大家都很像姐妹一樣，然

後好像很久沒有見面好朋友一樣，所以才短短四天，我覺得我們建立的情感好像可以維繫一輩子。(C2W14-602/610)

(個案興奮的拍手)我那時候就是有分享台灣生命行動的一些事情，我就覺得我有得到認同感，在我在分享過程中然後他們很仔細的去聆聽，然後在我分享完之後，他們還很感謝我這樣子跟他們分享，他們覺得很感動，那我自己更感動的是他們願意花這麼長的一段時間去聽我在滔滔不絕的講，他們除了覺得很感動之外，他們還會希望能夠加入我的行列，他們就是說明年能夠去印尼或者是說以後有什麼活動，就是還是可以跟他們說，就覺得真的是很棒。(C2G25-634/640)

### 三、失去手機後學會珍惜身邊的東西

小朱有丟過手機的經驗，因為手機記錄小朱兩個月來的行事曆，對於小朱來說，是很重要的秘書，造成小朱很大的不方便。此事件讓小朱學到珍惜身邊的所有東西，不管他是有生命的或是無生命的，不要失去後才知道它的可貴，有些東西失去後就無法再挽回像親人過世，有時候會造成一輩子無法彌補的遺憾。

如果這個東西從來沒有離開過我的生命，只有跟我在一起的話，我可能不知道原來失去它我會這麼難過。(C2W51-112/114)

比如說我之前弄丟過手機，那當他失去以後原來他對我多麼的重要，早上弄丟，然後到晚上才撿到的那一段的空白那段時間，覺得我整個人真的很難渡過那段時間，我覺得它就像我的秘書一樣，我覺得我已經把他當成一個人，就隨時提醒我要做什麼事情，那之前我曾經失去過一次，那我會變的更加珍惜，我認定來講他們對我是有生命的對象。(C2W52-79/87)

### 陸、小朱的生死觀

## 一、希望用各種方法存活否認死亡

小朱對生死的看法，還沒有一個很深刻理念，大多還是輕描淡寫的想過。覺得生死是一體兩面，有生就有死，是不斷的輪迴。在國中時，因為常被迫做自己不喜歡的事情，所以有過自殺的念頭但沒有實際做過，曾經看過同學做傷害自己的行爲。長大之後，慢慢會擔心、害怕身邊的人，如果一個接著一個離開這個世界，自己會變的很孤單，所以希望利用一些醫療技術延長人類的壽命，像器官移植或是複製人，讓人類壽命可以延長，盡量不要死亡。此種犯罪合理化的想法，小朱發現自己否認死亡的存在，只希望活著就好，此想法應該做個調整，應該同時接受生、死是並存的觀念。

那時候我想說不能決定你的出生，但可以決定你的死亡，所以我看過完全自殺手冊，我大部份一直都停留在想法都還沒有實際做過，可是我倒看過我的同學為了感情的事情自殺，拿小刀在自己的手上劃。(C1W11-573/577)

我覺得雖然有生就有死，有死就有生，可是我就會覺得說我們不是說，還可以再見面還可以再做，然後就完全空出了我的世界，我心中的位置永遠都是缺的，感覺就覺得好空虛，就是大家都會靜靜的離開，然後就會覺得好可怕，曾經就想說為什麼我不要先離開，那我就不用怕你離開了。

(C1W12-426/432)

對於生存的慾望就是，不想要死亡嘛，所以說有時候我把一些值得思考的一些層面合理化，就像我剛剛講複製人 ok，我今天我想要讓誰繼續活下去，我只要移植器官就可以繼續活下去，我不用再去比對那個才是適合的，對，所以所謂犯罪合理化吧！(C2W11-55/60)

一定要有死亡才会有生命，不知道可能我有點相信輪迴吧，所以我覺得今天沒有人離開，怎麼會有人誕生呢？就是今天你從來不曾擁有過他，你怎麼知道擁有過他的喜悅呢？所以我現在正式的去接受死亡，因為我既然是那麼熱愛生命的話，那我應該也要相對的去熱愛死亡這件事情。

(C2W13-106/110)

## 二、看到跟自己同年齡的血癌患者覺得應該把握時間善用生命

小朱對於死亡的真正思考，是參加志工活動時，認識一位跟他同年齡得到血癌的男生，看到他虛弱的身子，還快樂的享受在他興趣的畫畫之中，他努力的想要為我們每一個服務員畫一張畫。他身體不舒服，還是把握時間，活在當下，讓自己的生命發光發熱，看了覺得很令人感動。看到跟自己同年齡的血癌患者，給小朱的啓示是要正視死亡的存在而且要珍惜生命。小朱看到有些人想要努力爭取活著的機會；有些人卻不珍惜自己的生命，常做一些簡短自己生命的事，像抽菸喝酒。不懂得珍惜生命的人，如果有機會讓他們接觸瀕臨死亡的人，應該對他們的生命會有正面的影響。此信念為活動導向中的求知的概念，小朱參與志工活動時，認識一位跟他同年齡的血癌患者。看到他認真活著的样子，讓小朱覺得應該要把握時間，好好的善用生命，因為死亡是任何年齡都可能發生，所以讓小朱反思死亡的概念。

因為其實我之前跟我都還有感情的都還沒有人往生，不管是我父母爺爺奶奶親戚朋友都沒有，一直到十八歲就是參加台灣生命行動，就是到過蠻多家庭去訪問去關心，其中有一個家庭就是那個男生他有白血病。

(C1W13-385/388)

就一些休閒活動會找他，才慢慢跟他聊，他也喜歡畫畫，然後我記得那時我們要離開安溪寮之前，他就幫我們每一個畫一張畫，他就是用手幫我畫的，然後我就覺得他們生命雖然這麼的微弱，可是那一張畫會讓我覺得他一直都活著。然後覺得感覺很特別，就是有個人離開了這個世界，但是其實就是對死亡這件事情有感觸，就是因為安溪寮這個事件。(C1W13-392/404)

然後因為那個男孩子我跟他同年，當我看到有人抽煙我就會覺得真是該死，我就覺得如果你今天去病房，你看到那些這麼努力要活的人，然後你現在做減短生命意義的事情，你不覺得很愚蠢嗎？(C1W14-432/435)

## 柒、小結

整體而言，小朱對世界的看見，在人的本質是沒有善惡，但經過環境的影響才逐漸形成惡和善。人的本質方面，小朱看到自己性善和亦惡亦善及他人是有惡有善。亦惡亦善是小朱對自己有矛盾的表現，外在展現是善的，內心的想法卻是惡的，可能是因為對自己的自信心不夠，所以不敢表達自己真正的想法，因此才會有裡外不一的矛盾感覺，是人的本質中亦善亦惡的觀念。性善是小朱參與生命行動後，覺得生命應該是要做一些有意義的事情，所以像關心自己和別人，帶給別人快樂，讓快樂在人際間流動形成一種和平的氣氛，此種是性善的本質。有善有惡是大學生因為大環境的影響，大部分的學生生活享樂習慣了，要他們出來做辛苦又沒有錢的工作，是很困難的，此種是性惡的本質；少部分的大學生經過小朱的鼓勵，有的還是會出來做服務而且感覺不錯願意再繼續參與，這是善的部份。

至於人際關係中，是互利導向。小朱參與志工後，才發現有很多人需要幫助，幫助別人讓別人得到成長及快樂，自己也覺得很快樂及有價值感，更重要的是自己從中學習很多，所以對於受服務者與助人者是互利的關係。小朱認為打工雖然有收入對自己有益，但是價值是有限的，只有一點點錢；志工的價值是無限的，受服務者得到幫助覺得很快樂有所成長，自己本身也可以得到成就感跟快樂與存在的價值，所以小朱認為打工與志工的關係，都是互利的導向。小朱覺得自己與父母是互利的關係，因為父母很希望小朱住家裡陪伴他們，小朱就迎合父母的需求，小朱在家裡則可以得到父母的關愛與照顧，所以彼此互相依賴。

在人與社會環境中通常是順服的。小朱認為人的本質沒有善惡之分，是因為所接觸的環境造成的影響，才有所謂的善、惡之分，所以對於所接觸的環境要小心謹慎，因為人是容易順服環境做改變，久而久之耳濡目染，形成所謂的善和惡。

小朱看到高中生跟大學生都很少參與志工，高中生是因為父母的要求期望未來考上好大學，所以有升學壓力需要認真讀書，因此參與志工的少；大學生是因為大環境的影響，大部分的大學生生活享樂習慣了，你要他們出來做辛苦又沒有錢的工作，是很難的。所

以這是人順服這個社會環境的影響，所以願意出來參與志工的人就比較少。小朱認為自己能夠到大學階段，還繼續參與志工服務，是因為父母肯定支持小朱做志工服務、高中階段因為同學的關係認識接觸志工隊可及早奠定志工基礎以及從志工服務當中所得一些正向的回饋與成長。所以小朱能夠繼續參與志工活動，是因為一路走來環境的鼓勵支持，因此是順服的關係。

對於時間概念，小朱覺得過去、現在及未來是彼此互相影響，過去的經驗會影響現在的決定，進而影響未來的發展。但小朱還是傾向把握現在最重要，因為現在是你可以掌控的，可是小朱很喜歡幻想，所以腦海裡常沉醉在過去的快樂時光或幻想著未來的計畫，因此常脫離現在。現在對於這樣的習慣小朱還在學習調整中，常常提醒自己回到現在。

小朱在活動方面是重視求知和亦知亦行。從學習和行動當中有一些不同看見，再與自己的原有價值觀互相激盪調和，重新建構一些新的視域，如此不斷的學習成長。在求知部分：小朱看見被服務對象不同，需要提供的服務是不同的，需做彈性調整，對於資源缺乏或社經地位較差的小朋友可能是更需要服務。小朱參與志工活動後，發現自己可以跟不同年齡層的人，談話、合作與學習，而不是侷限在自己原本認為的跟大人是談不來的。小朱看到抽象劇的枷鎖表演，深刻的感受到現在人有許多的無奈，生活中想做的事不能去做，盡是做一些自己不想做的事，所以小朱從此活動中，省思自己的生活是不是被外來的限制很多，發現仍然有一些外來的限制，但自己從過去到現在的努力成長，這種限制是越來越少，漸漸的可以往自己想要追求的人生方向努力。小朱參與志工活動時，認識一位跟他同年齡的血癌患者，看到他認真活著的樣子，讓小朱覺得應該要把握時間，好好的善用生命，因為死亡是任何年齡都可能發生，所以讓小朱開始反思死亡的概念。小朱在大學二年級遇到人生低潮期，覺得很多事情可能不能如自己所願，必須有一些是被迫妥協的無奈。這個低潮讓小朱對自己更了解一些，也從中學習到調整壓力的方式。小朱看到社會上，對於人有一些不客觀的期待，希望每個人要成為有錢人，小朱覺得這是很不公平的，因為每個人所掌握現有的資源是不一樣，卻要求一樣的標準，所以小朱看到環境對一個人的影響真的很大。小朱認為大陸對我們不友善，因此小朱是

仇視大陸的，有一次參加亞太青年會，看到彼此有心結的國家，其實是可以坐下來溝通，以解決兩國之間的糾葛問題。所以也很期待是否能跟大陸的學子做交流，看是否能化解彼此的心結。

在亦知亦行的部分：小朱在國中時，個性內向沒有思考太多，只想做自己喜歡做的事情，到了高中，參與志工隊服務學習後，讓自己變的活潑外向，也會思考自己再不努力如何考取好大學，所以開始努力讀書成績表現不錯，體會到當學生的快樂，所以小朱是有所體會也實際去做。小朱參與資源回收的活動，學習到吃完東西順便清洗一下的好處，可以減輕清理者的負擔，所以回來後落實在自己的日常生活中。小朱本來對女生的印象是負面的，但參加大專女學生輔導培訓營後，小朱對女性有一些改觀，發覺原來自己跟女生也是可以成為談的來的好朋友。所以小朱知道自己原本對女性的負面感覺，實際參與活動後有不同的看見，此為亦知亦行的學習。

綜合上述小朱世界觀的構築歷程，人的本質在接觸社團之前，小朱自己是性惡面向的；接觸社團之初，小朱看到人的本質是有善有惡面向；接觸社團後期，人的本質中小朱是性善的。人際關係在接觸社團之初，有互利和個人主義的展現；接觸社團後期，有尊卑有序和互利的導向。人與自然關係在接觸社團之初，人與社會環境是順服關係。時間導向在接觸社團之初，小朱把握現在時間。活動導向在接觸社團之初，有求知和亦知亦行導向；接觸社團後期仍是求知和亦知亦行導向。小朱的世界觀向度隨著參與服務性社團，有正向的轉變以及世界觀向度增加，像小朱本來是性惡的後來是性善的。



## 第六節小朱的生活目標

生活目標是動機傾向，常常是個人所關切的問題，可以在日常生活中顯露出來。從小朱忙碌的生活中，明顯的看到小朱，所追求的生活方向是什麼，期望自己達到什麼樣的生活目標。其努力的方向是由點至線再到面逐漸擴大。在個人的部份有多愛自己一點、善用時間以及把握珍惜有限的生命；進而擴展自家庭，讓父母快樂甚至讓他們不用擔心家庭經濟問題，有機會從事他們喜歡的志工；再到社會，希望鼓勵更多人出來從事志工，因為這個社會有很多需要幫助的人。至於國家，因為我們跟大陸關係仍然不明朗，希望不要發生任何流血衝突事件，而是用和平的談判方式解決問題。以下將逐一介紹小朱的生活目標。

### 壹、對自己的期許

#### 一、多愛自己一點每天做一件讓自己快樂的事

小朱過去覺得自己過的不快樂的原因是，對自己缺乏自信心，常常讓自己活在別人評價的眼光中，所以爲了討好別人，贏得別人的讚賞，就勉強自己做一些不喜歡做的事情。現在小朱經過參與志工的學習成長後，變的外向活潑開朗，慢慢找回自己的自信。希望多愛自己一點，像每天做一件讓自己快樂的事；生活中可以做很多自己想做的事，多發揮自己的潛能；也可以拒絕別人，自己不想做的事而不會感到爲難。期望讓自己過的很自在，自己和別人都可以過的很愉快。此生活目標是縱向傑出，個人價值高的。小朱經過志工或是自己不斷學習反思成長後，希望能夠爲自己而活，就是懂得愛自己讓自己快樂、做自己喜歡做的事進而發揮生命的潛能，幫助別人得到快樂。所以此目標是社會上大多數人所期待的，能脫離世俗的束縛，依照自己的意願活出自己，是屬於個人價值高的。

感情的事情我也會很悲觀，我常常想以後我們不在一起了是不是還可以

做朋友啊，就很擔心會不會有一天我表現出我的懦弱我的不安我的膽怯，其實我並沒有那麼自信，我很害怕我透露我原本之後他就沒有哪麼喜歡我了。

( C3G15-76/79 )

因為可能我的一舉一動會讓對方覺得很快樂幸福，那對方覺得幸福我也覺得很幸福，所以我覺得我的生命是很有意義的。( C3G26-7/9 )

我喜歡旅遊，所以我盡可能讓自己能一年出國一次，對，然後喜歡看電影。( C2G27-650/651 )

吃東西。( C2G27-656 ) 吃到好吃的東西我會很快樂。( C2G27-665 )

我覺得我只要在我死之前，我能做我能完成很多我想做的事情，我覺得那就夠了，就是有一件事是我覺得一定要做的就是帶家人一起出國旅遊，這大概是我覺得死之前一定要做的事情吧！( C2G26-126/129 )

## 二、珍惜善用生命

小朱認為生命是可貴的，應該要珍惜善用它。像小朱和弟弟在參與高中志工隊以前關係是不好的，因為在家互相爭寵，彼此常打抱不平，後來一起參加志工隊後，才學會互相溝通。小朱從事志工服務，父母就覺得很棒，因為大部分的小孩是出去玩樂享受，花很多父母的錢，而小朱是去做助人工作也成長很多。小朱對於生命，以前會隨手打死一些昆蟲，看了一篇報導後，覺得要尊重不同生命的存在，他們也有活在世上的權利，彼此要和平共處，不應該互相殺戮。此生活目標為縱向傑出，屬社會價值高的。小朱參與志工隊之後，不僅幫助別人，小朱自己成長改變很多，也改善了自己與弟弟的不良關係。所以小朱這種善用自己的生命以及尊重別人的生命，是大多數人所認同且社會價值高的。

更加珍惜生命。( C2G26-382 ) 珍惜我認定是生命的東西的相處時間。

( C2G26-79 )

那像我爸爸媽媽他們也蠻肯定的，就是說大部份的小孩都是去外面玩，

花父母的錢，刷現金卡，可是我們出去是去服務別人，所以我爸媽都會覺得我跟我弟都很棒。(父母肯定 C1G21-286/288)

所以那一篇小小報導讓我想到，我想說生命應該是拿來被互相殺戮的嗎？或者是說生命是應該為了某種利益所以互相殺戮，對，我想說既然大家都存在同個空間，那我們都有自己的生命，那我們有必要互相淘汰嗎？而不是和平共處。(C2W14-695/698)

所以我現在也不殺蚊子了，我以前看到蚊子很生氣就想打死它，我現在會把它撥走，然後叫他不要咬我。我以前在桌上抓到螞蟻，然後捏死它們都還會有快感，就覺得搓搓搓，很好玩，因為我捏一捏就死掉了，蟑螂就更不用講了，我怕它所以我更不會去打它。(C2G26-716/720)

我覺得它們有權力，活在這個世界上。(C2G26-722)

### 三、擅用零碎時間活出生命的最大能量

小朱對於時間目標是希望自己擅用零碎時間，在有限的時間內發揮更高的效率，創造所謂的第二十五個小時。因為感受到生命有限，所以應該把握時間，活出生命的最大能量，和週遭的生命多做連結，過的有充實意義。所以小朱會事先安排好生活計畫，以免浪費時間。此生活目標為縱向傑出，屬社會價值高的。小朱看到生命有限，不應該隨便浪費時間。以前跟人家約定會提早到，現在會準時到，把多餘的時間再拿來多做一些事。希望生活過的很充實，活出生命的最大的能量，就是趁著活著的時候，多看、多聽、多做與週遭的生命多做互動連結。所以把握時間過充實的生活是屬於社會價值高的。

會規畫時間。(C2G26-95)

目標就是善用時間。(C2G26-103)

活出生命的最大的能量(多看、多聽、多做)，你可以用多少你就用多少生命的能量，就是看個人，就像有人活的時間可能很短，可是可以完成很多他的夢想，那也有可能活到七、八十歲可是好像沒有什麼貢獻。

( C1G13-478/480 )

我也不知道我什麼時候會死亡，所以當我還是活著的時候就會跟這些生命做連結，所以很多的零碎時間，我覺得我不會輕易的讓它溜走，就是盡量會利用時間去做我覺得有意義的事情。( C2W52-95/99 )

我覺得我不是那種一般人說，放輕鬆就好了，我會覺得這變成說，我有多少時間我就會用多少時間，我不會浪費一分一秒，我以前跟人家約定都會提早到的人，可是現在我不會我會準時就好，我會用那一點時間在家多做一點事，因為等待會浪費我的時間，所以什麼時候要做什麼我都已經排好了。

( C1W42-682/690 )

#### 四、拓展生活領域把握各種機會多看、多聽、多學

拓展生活領域，像大學一年級小朱就認識不同階層的人。有上課、參加學校社團、飯店打工、參加道德重整志工隊及加入美語的俱樂部學習英語等等蠻充實的生活。小朱把握各種機會多看、多聽、多學，尤其是可能是被一般人所忽略的人群，他們往往有很多讓我們感動與學習的地方。像有一部卡通片的女主角，小朱想學習，它不畏艱難的精神，常常自我突破，完成一般人認為不可能的任務。小朱覺得越不可能發生的事情，自己越想要挑戰它，讓自己有個目標就是使自己越來越好。

我想要多看、多聽、多想，如果可以我想要多到國外去，或者，在台灣我想多認識一些人，然後我想要多聽聽看別人的想法，然後想要多看看這個世界不一樣的地方，所以我想要去看看一些我們常常忽略的那一些人。

( C2G26-472/476 )

我上大學那時候就是自己有一個課業、有參加社團，然後我就打工，然後我參加美語俱樂部，然後等於說我大一時認識很多不同階層的人。

( C1G26-279/283 )

然後我覺得女主角他的人格特質，就是人家講就卡通嘛，不可能發生。

可是我就覺得越不可能發生的事情，我就越希望他是存在於現實社會，就是雖然他是遙不可及，可是你會希望變的跟他一樣，就是你有個明確的目標在那邊，每個人都一樣都很平凡，然後每個人都不知道讓自己可以變的更好，就是那個漫畫卡通人物真的是給我蠻大的一個憧憬吧！（C2G26-583/593）

## 貳、對家人的目標：短期陪伴家人、中期讓父母當志工、長期帶父母出國旅遊

小朱短期之內是希望趁自己現在還住家裡，可以多陪陪家人，帶給他們自己最喜歡的快樂，小朱覺得他們也會高興。再來是希望自己有能力的時候，父母不用在哪麼辛苦的工作，可以撥出一些時間做他們想做的事，像上成長課程或是當志工，變成自己負擔經濟，父母去學習成長、付出愛心。小朱希望有好的經濟能力時能帶父母出國去玩，出國是因為時間或金錢要配合比較不容易，所以要帶父母到國外玩的機會就比較不容易達成所以比較珍貴，至於國內，因為從小父母就常帶小朱在國內玩，所以在國內玩比較沒有什麼。對家人的目標為縱向傑出，屬社會價值高的。小朱希望依自己能力，在不同階段提供父母所需要的幫助或關心。現階段是學生，盡量把快樂跟父母一起分享；未來有能力賺錢，希望父母可以做他們想做的事，甚至帶他們出國旅遊。此目標是社會上多數人認同的，小朱的想法表現算是體貼孝順父母的，所以是社會價值高的。

我目前能做的就是盡量多陪陪父母吧，因為是他們賦予我這個生命的，那我就理當要多回饋給他們。因為我現在能做的不多，我現在能給的就是給他們快樂吧或者是我能在家話就是多陪他們。（C2G26-748/752）

給他們我最喜歡的快樂，就是我喜歡快樂，所以我才會給他們快樂，因為我覺得他們應該會喜歡快樂。（C2G26-754/755）

所以我想說如果就是經濟可以讓他們不要去擔憂，我還蠻想提供一個管道，或者是一個空間讓他們去學習這部份的醒思吧！（C2G14-306/308）

比如說現在我在付出愛心，他們在付出金錢，那我現在角色掉過來，就經濟我來付擔，你們付出你們的愛心就可以。( C2G21-317/318 )

因為我從小就家人帶我去旅遊，所以我覺得那種感覺很快樂，而且很放鬆，那為什麼不要在台灣，是因為我覺得台灣可能太近了吧，隨時就是都可以，可是到國外經濟本身就是一個負擔那加上時間也是一個關係，所以我覺得就是到國外旅遊變成就是一個有點比較不容易達成，所以就會增加對它的渴望。

( C2G21-133/138 )

### 參、能有很多的朋友互相支持鼓勵

是希望跟一些好朋友繼續保持聯繫，偶而聚會聊天分享彼此的生活近況。少聯絡的朋友起碼在生日或重要節日時，能彼此傳達祝福的訊息，互相支持鼓勵。對於過去曾經結怨的朋友，可能還有機會當朋友的，能夠記卡片問候，打開彼此的心結，因為少了一個敵人就多了一個朋友，小朱希望自己的生命是有很多朋友的。

密切跟我覺得需要維持長久關係的人保持聯繫，就算他好像忙他的生活已經忘記了，可是我還是應該說，跟我重要關係的人每次他生日我都會記得寫卡片，就算沒卡片也會傳簡訊，簡訊來不及傳就直接打電話跟他說生日快樂，告訴他說還有人記得你，在十幾年前、二十幾年前，還有人記得你誕生在這個世界上。( C2G26-773/776 )

就常約他們看什麼時候可以出來見個面啊，或者是告訴他們我最近有從事什麼事情，對，然後生活的分享或觀念。( C2G26-786/787 )

所以說我會覺得某些關係可能無法挽回，但某些關係我會想要挽回，可能快要失聯的朋友傳一封簡訊或打一通電話，在我還有時間還活著的時候去做這些事情，我會想要去做很多的連結吧！然後你就會覺得你張了一個很大的網。( C1G26-487/490 )

## 肆、有關志工服務方面

### 一、彈性調整服務方法及擴大服務對象

小朱仍然會繼續參加志工服務。因為看到自己的付出對方成長改變，自己就覺得很高興、很有意義。而助人的方法有很多種，像實際去做、給人言語上的鼓勵讚美、捐出自己的意外之財等等方式都可以。而服務的對象，從原本只會幫助認識的人，現在擴展到陌生人也會去幫助，服務變成是自己的一種生活習慣了。對於助人的目標為縱向傑出，屬於社會價值高的。小朱把助人工作，當成是自己生活的一部份，服務的對象及提供服務的方式都不設限，可見小朱從助人工作中，看到它的可貴與重要性。此助人的義舉是屬於社會價值高的。

我想我還是會持續參與安溪志工的服務吧！（C2G26-795）

我會覺得他們參與活動之後有改變了，所以說其實看到他們改變就覺得原來你做的事情是有幫助的，是有意義的，所以你就會繼續做下去。

（C1G26-380/383）

以我之前在 msn 的狀態上面就有寫，我說一句讚美或許就是改變一個人一生的一個力量，可能就是在那個時候你讚美他、你鼓勵他，所以他就走出來了。（C2G17-558/560）

就是我原本只會幫助我們原本已經了解的人，可是我覺得累積到最後就變成說今天你跟他不相識，可能他今天只是跟你問路，可是你也會想要幫助他知道路怎麼走，可是以前的話我們常常想說你要小心你會被綁架怎樣，就是會先想到自己才會先想到別人，那我覺得因為開始學會幫助別人之後我覺得會把那個對象放大。（C2G26-454/465）

捐發票，如果有莫名從天上掉下來的錢或者是發票中兩百元，然後如果換成現金的話，比如捐給婦女會或植物人什麼的。（C2G26-790/791）

## 二、持續鼓勵身邊的人參與志工

爲了提高服務的效率及幫助更多需要幫助的人，所以小朱覺得需要更多的人投入參與志工。現階段願意參與志工的大學生少之又少，所以鼓勵他們參與過程，常要事先自我鼓勵，爲自己打強心針，告訴自己遇到挫折是正常的，只要再接再勵就有機會找到志同道合的夥伴。果然有讓小朱說服成功，願意參加志工的例子，而且參加後都覺得很高興，願意繼續參加未來的活動。此項鼓勵參與志工的目標是橫向傑出，選擇自由是自我選擇。小朱看到現在需要被幫助的人很多，可是願意出來做志工服務的人很少，所以希望自己多鼓勵分享一些人出來做志工，過程中可能會遇到挫折，還是不能放棄。此目標爲少數人認同，是小朱的自我選擇。

變成說我只能跟特定的某一些人去分享這件事情，可是事實上我知道說你講多少，對人家多少有影響，我覺得這樣子很不好，所以變成說我會選擇性的，不會隨便把一些事情就直接跟你講這樣，就是看我們的親合度怎樣，再去分享這個部份，就是要慢慢的把他一起帶進來參與活動。

( C1G26-202/207 )

今年暑假的營隊，其中有一個人是我花了四十分鐘打電話，然後跟他講經驗分享，然後他才決定加入我們的這一個營隊，那還有另一個同學是我找他來之前，我覺得他是一個應該讀書比較適應的那種型，然後他那次是被騙來的，就是他以為是來玩的，其實他是一個被玩的，在加入這個營隊之後，她們覺得非常的特別，然後還會想要再次參與，我覺得這是一個很值得高興的事。( C1G25-85/94 )

## 伍、小結

由上述小朱的生活目標來看，可分爲自己、家人與助人部份。小朱對於自己的生活



目標都是屬於縱向傑出，是社會上大多數人所期待認同的。小朱經過志工的訓練或是自己不斷學習反思成長後，希望能夠為自己而活，就是懂得愛自己讓自己快樂、做自己喜歡做的事進而發揮生命的潛能，幫助別人得到快樂。所以此目標是脫離世俗的束縛，依照自己的意願活出自己，是屬於個人價值高的。小朱參與志工隊之後，不僅幫助別人，小朱自己成長改變很多，也改善了自己與弟弟的不良關係，所以小朱這種善用自己的生命以及尊重別人的生命，是屬於社會價值高的。小朱看到生命有限，不應該隨便浪費時間，希望生活過的很充實，活出生命的最大的能量，就是趁著活著的時候，多看、多聽、多做與週遭的生命多做互動連結，所以把握時間過充實的生活也是屬於社會價值高的。

小朱對家人的目標為縱向傑出。小朱希望依自己能力，在不同階段提供父母所需要的幫助或關心。現階段小朱是學生，盡量把快樂跟父母一起分享；未來有能力賺錢時，希望父母可以做他們想做的事，不用再為金錢擔憂；甚至帶他們出國旅遊。小朱的想法表現算是體貼孝順父母的，所以是社會價值高的。

對於助人的目標有縱向傑出，屬於社會價值高的和橫向傑出，選擇自由是自我選擇。小朱把助人工作，當成是自己生活的一部份，服務的對象及提供服務的方式都不設限，可見小朱，從助人工作中，看到它的可貴與重要性，此助人的義舉是屬於社會價值高的。現在願意出來做志工服務的人很少，所以小朱希望自己多鼓勵分享找一些人出來做志工，過程中可能會遇到挫折，還是不能放棄，盡量去做，此目標是小朱的自我選擇。

至於生活目標的發展，接觸社團之前，小朱的目標是橫向傑出，同儕競爭內團體高及選擇自由是自我選擇。接觸社團之初，目標有縱向傑出和橫向傑出。縱向傑出是社會價值高的、個人價值高的；橫向傑出是社會價值中等。後期的生活目標是縱向傑出是社會價值高及橫向傑出，選擇自由是自我的選擇。生活目標的歷程，本來只有自我想法以自我為中心的目標，參與社團後逐漸變成受到多數人認同肯定的目標，也比較懂得考量尊重自己及他人的意見。

## 第五章 世界觀與生活目標的相互關係

世界觀涵蓋的是個人對所處世界與環境重要的知覺向度，可以協助個人來認識、預測這個世界，並進而因應在所處世界所發生的各種事件。一個人如何看待這個世界，也會進而影響他如何面對這個世界，在這個世界中訂定如何的目標。張利中（2003）就曾探討世界觀與個人生活目標之間的關係，發現特定的世界觀與特定的生活目標之間有關。以前面第四章的結果呈現為基礎，本章將分為五個章節，前三節分別說明三個個案，接觸服務性社團之前、接觸服務性社團初期及接觸服務性社團後期，其世界觀與生活目標的相互關係並以尋找生命意義階層的模式，說明世界觀與生活目標的回來相互影響及第四節、第五節分別比較三個個案之間的世界觀與生活目標的差異。至於接觸服務性社團初期及接觸服務性社團後期的分法，研究者是以三個個案都已經接觸服務性社團三年的時間來劃分。因為小薇跟小朱都在高中一年級就接觸服務性社團，所以高中畢業後剛好參加社團滿三年是接觸社團的初期。接著就讀大學，因為環境及個人的角色轉變，跟高中階段有很大的差別，所以研究者把它劃分為接觸社團的後期。而小霖是大學一年級接觸服務性社團，大學二年級搬進社團所租的房子居住，跟社團更緊密的結合。直到大學四年級，因為小霖增加到校外醫院實習的工作，所以當實習生的角色，讓小霖的時間減少以及角色更多元，因此小霖對社團服務有些不同的期許，希望自己能在服務性社團中為未來建立穩固的信仰基礎，也思考自己在時間有限的情況下，該如何調整自己參與社團服務的工作，所以小霖接觸服務性社團三年後，也是轉變的關鍵期，故以三年為接觸服務性社團前期與後期的劃分。

## 第一節 小薇世界觀與生活目標的相互關係

小薇的世界觀與生活目標的相互關係及轉變歷程，將以接觸服務性社團之前、接觸服務性社團初期與接觸服務性社團後期，分三階段說明小薇世界觀與生活目標的構築歷程。

### 壹、接觸服務性社團之前世界觀與生活目標的相互關係

小薇接觸社團之前，受到家庭教育及國中階段老師的影響，所以對世界觀的建立與生活目標有一些相互影響。

#### 一、良好的家庭生活教育理念小薇把它實踐在日常生活中

此信念是人與社會環境中順服的關係，因為父母在生活教育上給小薇很多的正面教導，像對人要有禮貌、給予小孩鼓勵及正面引導等。所以小薇在此環境中耳濡目染，對於人際關係與生活技巧觀念有一些正確的引導，因此小薇受到家庭環境的影響此為順服關係。而小薇因受到良好的家庭生活教育理念，所以希望落實在日常生活中，此目標是屬於縱向傑出，社會價值高的，因為人際之間的禮貌、尊重是基本的禮儀，可維持良好的互動關係；或是給別人鼓勵對於他人有時是很重要支持，這種正向支持關係是受到社會上大多數人肯定的。

#### 二、受媽媽正向特質影響深遠所以小薇希望保持往好的方向思考

小薇好學、喜歡助人與正向的思考特質展現是屬於人的本質中性善的面向。因為小薇有很多的人格特質與媽媽相似，可能是遺傳或是媽媽的言教及身教影響，小薇在生活中都有明顯的蘊露。所以小薇有此性善的信念後，希望自己能往好的方向思考，鼓勵自己和別人過積極樂觀的生活。此項目標是屬於縱向傑出中，個人價值高的，小薇選擇過快樂的生活及任何事情盡量往好的方向的思考，這是對於個人價值高的人，才能有如此正面的思考，是社會上大多數人所認可希望追求的生活目標。

### 三、國中發現童軍服務很有趣所以立下高中要加入童軍的目標

小薇展現的是亦知亦行的活動導向，小薇在家會幫媽媽分擔家務，在學校也常被選為幹部或自願出來服務，所以養成助人的想法和興趣。在校當工讀生，經常在校園內奔走付出與學習，遇到有不懂或好奇的地方還會主動詢問老師尋求解答。小薇因幾次看到校園內有同學穿童子軍的制服，出來做服務覺得很壯觀，好奇詢問老師之後得知國中沒有招收女童軍，所以到高中才有機會參加童子軍。於是小薇立下目標高中一定要玩童子軍，此目標是縱向傑出的，選擇理由是個人興趣，小薇覺得對童子軍有興趣，所以想要加入童子軍。

## 貳、接觸服務性社團初期世界觀與生活目標的相互關係

一、小薇進到高中有童軍社團，果然如其所願的參加童軍社團。小薇在高中接觸童軍社團，遇到一些困難想要爭取學校認同社團，所以努力過程中的世界觀與生活目標相互關係。

### （一）小薇想學東西所以決定為社團努力以得到學校認同

小薇與社團的關係是互利關係，因為社團要運作起來小薇才能從中學習，小薇學習後為社團貢獻，社團會越來越好，所以彼此是互利關係。小薇一股參與童軍的熱情，實際加入後好像不如自己所想的哪麼美好，開始遇到種種的挑戰。因為一般高中是以升學為導向，對於社團運作常是敷衍了事的態度，所以導致運作社團的學生心有餘而力不足甚至想要放棄。但是小薇真的想學東西所以決定留下來，希望為社團努力，此目標是縱向傑出，選擇理由是實用主義，因為小薇要藉由社團這個環境讓自己學習成長，所以選擇讓社團繼續運作，自己學習後再帶領社團其他人成長，讓社團更好。

### （二）自己不斷的到外面學習有關童軍技能再回來教導同學

小薇想盡各種辦法讓自己先充實起來，才有能力去指導學弟妹，讓大家都可以學到

童軍技能，所以是屬於亦知亦行的。因為學校的童軍團雖有指導老師，但是教導是由學生帶領學生，發現大部分的人都不懂，所以大家都無法學習。小薇認為人總是要不斷學習及社團因為沒有什麼人可以帶領，而自己也喜歡教導別人，所以只好與一些肯學習付出的人互相鼓勵，一起出去外面找童子軍的老師指導或是到處學習，再回來帶領學弟妹，以增進大家的童軍技能，有了一些知識技能之後才可以出來為學校服務。所以此目標是縱向傑出，社會價值高的，小薇藉著多看、多聽不斷的學習成長以增加自己實力，再把所學的東西運用出來，去教導別人或幫助別人。這種主動學習不斷的提升自己，再將自己所學貢獻出來教導別人是受到社會上多數人所敬重的。

### （三）想要參與服務的學生不多，只要願意服務小薇會盡力教導

此項人的本質部分有善有惡，小薇看到現在肯出來做服務的學生不多了，大多數覺得太辛苦或是只想在家玩電腦，此為惡的部份，所以肯出來服務的學生是善的部份。由於現階段的孩子物質生活優渥享受習慣，很多資訊的誘惑，學生常常忙碌於自己想要的生活追求，養成了自私、安逸生活習慣，因此對於服務太辛苦的生活當然就不太願意，所以只要有心想要學習的學生，不論他的條件如何，小薇都會盡力的教導。此目標是縱向傑出，個人價值高的，小薇肯犧牲個人時間，甚至要付出很多心力可能才有成果的，小薇都不放棄盡量把握教導肯出來服務的學生，讓他們學習成長，小薇覺得很值得，這種堅持是個人對自己的價值肯定，也是社會多數人認同。

### （四）對家長尊重體諒以爭取家長讓學生參與服務

此為人際關係中尊卑有序的概念，為了讓學生出來服務，小薇要取得家長的同意與支持，於是小薇不斷的跟家長溝通，體諒家長的擔心，在同理家長心情之餘，告知家長讓孩子參與社團的好處、孩子參與活動過程的安全保證及課業能繼續保持良好情況下，希望家長能讓孩子參與社團，最後爭取家長同意讓孩子出來服務，所以小薇對長輩是尊重的。希望學生能出來服務，而小薇對家長的承諾就必須要遵守以取得家長的信任，像帶活動時應該有責任義務要把學員們照顧好，此目標是縱向傑出，社會價值高的，信守

承諾與盡本分是大多數人所認同的。

#### （五）終於獲得學校師生肯定也可以為自己的生涯鋪路

此人與社會環境的關係是屬於和諧的，因為學校肯定童軍社團的貢獻，所以童軍社團的同學，若是活動需要申請相關設備或是請公假，大都可以被允許，彼此處在一種和諧的關係。小薇終於在努力付出與堅持之下，逐漸獲得學生、家長及學校師長的肯定。可以在學校爭取一些補助經費及一間屬於童軍社團的專用教室，這是過去所沒有的福利。於是童軍社團可以有很多的機會在校內為師生服務，在校外服務替學校爭光，也讓參與的學生真的有所收穫和成長，這是小薇最樂意見到的成果。此努力目標是縱向傑出，選擇理由是實用主義，努力付出過程可能有很多人會觀察到小薇的表現，給予相當大的鼓勵肯定，可以為未來生涯鋪路。所以服務不只是為學校好，對於自己更是受益良多。

### 二、小薇接觸社團初期自己的世界觀與生活目標的相互關係

無時無刻都需要奉獻自己是小薇的最佳寫照。平常白天要上班，晚上要上課，回到家已經很晚，小薇仍會撥空，陪家人講話聊天、上網找一些資料及關心需要關心的人。如此忙碌之餘，還要撥空參與童軍團的志工服務，但小薇仍然樂在其中，蠻願意如此的付出。到底是什麼樣的信念，讓小薇有犧牲奉獻的生活目標。

#### （一）心情保持愉快且有彈性的扮演好自己所擔任的各種角色

此信念為人的本質中性善的。因為小薇認為扮演不同角色時，讓自己的心情隨時保持彈性，隨著不同情境，自己的心境可以有不同表現，該嚴肅時就嚴肅、該活潑時就活潑，都希望能在當下的角色做完美的演出，所以是性善的。基於此信念小薇在工作時要表現出認真、穩重、有效率的工作。所以是縱向傑出，社會價值高的，因為目前工作是小薇對學校社團的貢獻，受到學校的肯定，所以小薇畢業後，學校把小薇留下來在學校工作，小薇認為這是高中三年付出所換來的，這個工作得來不易應該好好珍惜。

## （二）小薇認為只要有心一定可以學會希望藉由身邊的資源能不斷自我超越突破

此信念為人的本質中性善的。所謂：「天下無難事只怕有心人。」是小薇面對問題時的最佳寫照，此用心是人的善良特質。小薇相信只要自己有心，一定可以突破任何困難。所以面對人生的各種課題，採取面對接受挑戰的方式。所以是縱向傑出，社會價值高的，因為小薇平常有刻意經營人脈，所以認識很多人，當遇到困難時就可以依照問題的需求找不同人幫忙或是增加自我學習的機會，利用讀書或上網找資料，希望自己能藉由面對問題，學習不斷的自我超越與突破，這種勇敢面對問題不逃避的態度是社會上多數人所認同。

## （三）把握現在時間讓自己過著充實有意義的生活如此可當作未來的回憶

此時間向度，小薇傾向把握現在時間，由於自己兼具多重角色，所以對於時間的安排特別重視。因為世界上最公平的就是時間，為了讓自己在有限的時間內，仍然可以完成自己想要做的事情，所以對於時間的掌握就特別謹慎。像犧牲睡眠時間，小薇都很晚才肯上床睡或是早上一大早起床；做事情的時候，手腳的動作都很俐落，所以很快的可以把事情做完。小薇的目標是希望把握現在趁年輕時做很多事，可以讓自己未來有許多回憶。此目標是縱向傑出，社會價值高的，因為人的生命有限，所以要把握時間過著充實有意義的生活，尤其是年輕時光，是人一生中的黃金歲月更不應該浪費，所以善用時間是社會上多數人認同。

## （四）小薇以行動做服務奉獻得到肯定所以助人服務是小薇樂意做的事

此活動向度小薇是傾向行動，從行動中幫助人，別人受益自己也可以受到肯定，所以小薇是個很願意落實行動實際執行出來的人。小薇無法很悠閒的待在家裡，對於自己需要不斷的去服務付出，認為是受媽媽、童軍團的夥伴及老師們的影響，所以喜歡做服務。另一方面也是自己的興趣及特質，而且從服務當中可以獲得鼓勵和肯定，所以小薇蠻願意這麼做。此助人服務目標有橫向傑出與縱向傑出。橫向傑出，選擇自由則是小薇

可以自我選擇；選擇理由則是小薇個人的興趣。縱向傑出是有較高的個人價值。助人工作，在社會上並不是大多數人所認可，只有參與團體中的少數人認同，所以是橫向傑出。至於選擇助人工作是小薇的興趣也是小薇自己的選擇，所以小薇做的很快樂，而助人的對象，小薇則從校內擴展至校外甚至是周邊所接觸到的人。從服務當中得到別人的鼓勵，可以增加自我肯定與自信心，所以有較高的個人價值，是社會上大多數人認同的。

#### （五）小薇覺察到自己的生命意義所以希望也能讓周邊的人充滿陽光與溫馨

此信念是性善的特質，因為小薇覺得自己的生命是有意義的。小薇在家盡子女應盡的責任，在外經過幾年的服務付出，已獲得大多數人的肯定。像童軍團的長輩、學校的師長、學生家長及同儕團體，這些經歷的回饋，讓小薇對自己產生信心，認為自己的生命是有意義、有價值的且生活一定有目標，希望自己的生命可以完成很多事。所以小薇希望將自己感受到生命意義的價值，快樂的能量往外擴散感染給他人，讓周邊的人也能活出生命的光彩。所以是縱向傑出，社會價值高的，小薇不僅是為自己好，還希望幫助更多人跟著好起來，帶給更多人希望，所以是社會上多數人肯定。

#### （六）小薇認為老師們都很優秀所以把老師當作學習楷模的對象

小薇認為老師們都很優秀，此為人的本質中性善的特質。因為自己的好奇心加上好學與喜歡助人這樣的特質，剛好有機會跟老師接近，所以常常可以從不同老師身上挖到寶，學到很多東西，久而久之受老師們的影響很多。小薇所接觸的老師學歷及能力都很好，覺得自己在團體中學歷或經驗都差老師很多，所以小薇期許自己把老師當作模範學習，像老師一樣有豐富的能力去幫助別人，也當一個領導者教導別人。此目標為縱向傑出，社會價值高的，因為以優秀人員為學習楷模，希望讓自己變的更好，是一項對的選擇，是社會上多數人所認可的學習對象。

#### （七）小薇看到社會是個大染缸有正負面的影響所以要慎選環境及調整心態

此向度說明人與社會關係是順服的，接觸善的就成為善的；接觸惡的就成為惡的，



所以要慎選所接觸的環境才不會對自己造成不良的影響。像現在的年輕人都是去網咖，有時候可能會學壞；或是小薇曾經有一次免費幫別人辦活動，對方卻什麼都沒有提供，得知對方有申請經費，小薇覺得很過分以後就不再跟他合作。所以小薇認為面對現在複雜的社會環境，有時候可能難免會誤入歧途，就當作一次學習經驗不要再犯就好了或是調整自己的看法，盡量看好的一面，希望以快樂的心境面對現在複雜的環境。此目標為縱向傑出，社會價值高的，小薇觀察社會變化，希望自己不要隨著社會環境的負面轉變而受污染，可以從複雜的環境中學習經驗與調整心態，這是社會大多數人所認同的。小薇面對不好的環境時能不抱怨，反而能抱著學習經驗的態度看待，所以是社會價值高的。

### 叁、接觸服務性社團後期的世界觀與生活目標的相互關係

小薇接觸社團後期的轉變大概是大學階段，因為兼具多重角色，白天在高中畢業學校工作；晚上在大學讀社工系；空餘時間還要參與不同單位的志工服務及幫忙家裡的工作。所以接觸社團後期，小薇因為角色轉變，世界觀跟生活目標也做了調整。

#### （一）小薇發現自己有負面的想法希望以開朗的心胸調整負面的想法

小薇發現自己有負面的想法，認為自己喜歡助人是好的，有時候忌妒爸爸對姐姐比較好，像爸爸跟姐姐講話口氣都很好，跟自己講話都很兇，心理不平衡難過的時候會覺得是不好的。小薇因為看到爸爸對自己比較不友善，常常會被爸爸罵，所以不喜歡待在家裡喜歡往外跑，因為在外面當志工會比待在家裡快樂。但是因為爸爸生病家裡仍然需要幫忙，所以小薇希望藉著多學習、體驗與付出，見識增廣之後可讓自己想法保持彈性，以快樂的心態面對爸爸的問題。所以是縱向傑出，社會價值高的，小薇察覺到自己對爸爸負面的感覺，不但沒有逃避，還選擇調整自己的看法，以樂觀開朗的心情面對親子之間的問題。

#### （二）小薇看到爸爸受到不好習性的影響期許自己不要重蹈覆轍

此為活動中的學習導向，小薇從爸爸身上看見很多問題，像講話應該要用溫和的方

式表達聽起來較舒服、解決問題應該用溝通不需要用吵架的方式、心情不好時不要傷害自己的身體以健康的方式發洩、未來自己另一半的選擇考量等。

希望自己從爸爸的教訓中學習，讓自己學習領悟很多，避免在未來的人生路上重蹈覆轍，以此為借鏡提醒自己。此目標是縱向傑出，選擇理由是實用主義，小薇看到爸爸因為不良習性造成身體生病；脾氣不好常導致自己過的很痛苦。所以小薇以此為借鏡，選擇養成一些良好的習慣及觀念，希望未來有好的生活品質。從爸爸身上學到的經驗可應用在日常生活，所以是實用的，也是社會上多數人肯定的。

### （三）現階段爸爸生病在家小薇為了減輕媽媽的負擔所以對家裡要更多的付出

此信念小薇是性善的本質，因為小薇看到爸爸因喝酒導致肝硬化，無法外出工作只能在家調養身體，有時爸爸因為身體不舒服加上本身講話比較直接，所以搞的家裡氣氛很糟，使得大家回家都無法放輕鬆休息。而媽媽自從爸爸生病後一肩扛起家庭的經濟重擔，真的是非常的辛苦，但是媽媽幾乎從不抱怨，盡力做好一個為人母的責任。所以小薇看到家裡的狀況不忍心媽媽太辛苦，想要幫媽媽分擔家裡的責任，這是小薇性善的特質。小薇短期之內是希望少接活動盡量在家裡陪伴照顧爸爸及鼓勵爸爸戒酒、跟媽媽分擔工作並分享彼此的喜怒哀樂互相支持或是努力賺錢分擔自己及家裡經濟開銷；長期目標，是希望自己能回饋父母對於自己的養育之恩，像帶父母出國去玩或是買一台休旅車載他們常在過內旅遊一起出去踏青散心，以慰勞他們的辛苦付出。此目標是屬於縱向傑出中，社會價值高的。因為小薇是個懂事貼心的女孩，大學階段的小薇可能是認真讀書即可，可是小薇為了減輕家人經濟負擔，甚至想要提供家裡一些經濟支持，所以選擇讀夜校，白天上班賺錢，有時候還兼帶活動賺錢，行有餘力還在家裡幫忙照顧爸爸以及跟媽媽分享彼此的喜怒哀樂互相支持，小薇的行為表現是社會上大多數人所認同的。

### （四）小薇學習至今稍有成就希望將自己所學貢獻出來日行一善

此向度小薇表現出亦知亦行的活動取向，小薇接觸社團至今可從不同人身上學習，像媽媽或老師，由於他們無怨無悔的教導，所以小薇現在的能力是不錯的。小薇希望把

自己所學的貢獻出來幫助別人能日行一善；幫助的力量不在於大小，而是要有幫助人的心比較重要；至於幫助的方法有很多種，可視當事人的需求及自己的情況做調整。此目標的選擇是屬於縱向傑出中，社會價值高的，小薇懂得取之於社會，用之於社會的概念，在過去的學習，很多是別人的義務教導，讓自己今天有所成就具備更多更好的能力，應該把它貢獻出來，服務更多需要服務的人，帶給別人及自己都快樂。小薇這種懂得感恩及學習無為的奉獻，是被這社會所認可且價值性高的。

#### （五）盡量做好自己應盡的本分為自己未來的生涯鋪路

此信念是性善的本質，小薇認為應該把本份責任做好，表示對自己及他人負責，如此才可以增加自己的能力以及取得別人對自己的信任。像小薇現在晚上當學生就讀社工系是自己的興趣，小薇覺得現在應該認真上課學習，把功課顧好，將來如果有機會可以從事社工相關工作或是作助人服務，剛好可以運用出來。此目標的選擇傾向縱向傑出的，選擇的理由是個人興趣與實用為由。因為小薇所以選擇讀社工系的原因，一方面是自己助人的興趣，可以從中學習更多助人的理念，另一方面未來亦可從事社工相關工作，當作職業生涯的準備，是個兩全齊美方法，這種學以致用的方式是社會上多數人所肯定的。

#### 肆、以尋找生命意義階層模式看小薇世界觀與生活目標來回相互關係

統整小薇在接觸社團之前、接觸社團初期以及接觸社團後期的世界觀和生活目標的發展歷程來看，小薇的世界觀和生活目標，隨著參與社團的時間拉長，其世界觀的向度有明顯增加，而生活目標也跟著世界觀的調整做改變。此論述可以回應第二章文獻中所提的尋找生命意義的階層模式，最底層結構是世界觀；中間結構是生活目標；最上層結構是生命意義，此三層結構是彼此有來回的相互關係。

以小薇參與社團過程的世界觀與生活目標的來回相互關係來看。小薇接觸社團之前，本身特質是好奇心強又喜歡學習，國中發現的童子軍很感興趣，但無法參加（亦知

亦行)，於是立定目標高中時一定要參加童子軍（縱向興趣）。到了高中參加社團，接觸社團初期，小薇想要藉著社團環境學習（互利），所以想讓童子軍社團被學校重視（縱向實用），於是小薇在無人可帶領之下主動到外面學習（亦知亦行），再回來教導同學及學長姐，再為學校服務（縱向社高）。帶學生服務要體諒家長的擔心（尊卑有序），所以活動過程要把學生照顧好（縱向社高），實際為學校做服務（行動）得到鼓勵肯定，小薇就覺得很高興也增加自信心（縱向個高及橫向個人興趣），所以社團變好受到學校肯定（和諧）小薇認為有很多人在看可以為未來鋪路（縱向興趣與實用）。果然到了接觸社團後期，就是小薇大學階段讀夜間部，白天被學校留下來當職員，讓小薇覺得所有的努力都受到肯定沒有白費，所以就覺得自己的生命很有意義（生命意義），小薇大學讀社工系認真把功課讀好（縱向社高）希望將來可以從事社工工作或是更有能力助人（縱向興趣與實用）。

再以小薇因為參與社團過程，針對自己部分的世界觀與生活目標的來回相互關係。接觸社團之前小薇喜歡往正向的方面思考（性善），希望過快樂的生活（縱向個高）。接觸社團初期，看到大部分的學生不願做服務，只有少數肯出來（有善有惡），所以小薇認真教導肯出來服務的學生（縱向個高），因為小薇的角色多元，希望有彈性調整（性善），盡量扮演好自己應盡的角色（縱向社高），而且把握現在的時間（時間），過充實的生活可當作未來的回憶（縱向社高）。參與服務過程，因為老師都很優秀可以多跟老師學習（性善），小薇希望自己可以跟老師們一樣優秀（縱向社高），遇到困難小薇認為自己只要有心（性善）一定可以自我超越（縱向社高）。所以小薇服務奉獻得到大家的肯定（性善），小薇也覺得很快樂跟有成就感（縱向個高），而一連串的付出所獲得的回饋，讓小薇覺得生命很有意義（生命意義）。小薇覺得自己有意義跟成就，很多是別人的義務教導（亦知亦行），希望能夠讓別人跟著好起來，日行一善（縱向社高）。

接觸社團之前，小薇在家受到良好的家庭教育跟照顧（順服關係），小薇希望在外也能夠以禮待人以及關心人（縱向社高）。接觸初期，小薇看到社會環境是現實而且有風險，對人影響很大（順服關係），希望自己慎選接觸環境及調整心態面對問題（縱向社高）。接觸後期，小薇的爸爸生病在家，家裡需要幫忙，為了減輕媽媽的負擔（性善），

小薇把重心擺在家裡，鼓勵陪伴爸爸（縱向社高）。而從爸爸身上小薇看到不良的習慣造成的後果（求知），小薇希望以爸爸為借鏡，不要重蹈覆轍（縱向實用）。

從以上的內容，小薇的世界觀、生活目標與生命意義的呈現，可看出彼此之間的確是有來回的相互關係，因此研究者推論尋找生命意義的階層模式，是可以被驗證的理論模式。

若以理情行為治療（REBT）這個方法也是可以說明世界觀與生活目標是有相互關係的，因為理情行為治療是基於一個假定：認知、情緒和行為有明顯的交互作用，其中有可逆性的因果關係存在。REBT 發展中不斷強調這三者的特性和他們的因果關係（Ellis,1998,1999）。研究者認為，其中認知可以是所謂的世界觀；行為可以是生活目標。所以當生活目標達成時必能產生正面情緒，正面情緒也必定會再回饋到認知（世界觀）及行為（生活目標）面向上，而這可以使當事人更確認自己的認知（世界觀）及行為（生活目標）是正確的。就以上述的例子來看，小薇想要學習和興趣即是認知（世界觀）所以加入童子軍即是行為（生活目標），參與童子軍之後認真學習服務，得到學校的肯定讚賞，小薇覺得很高興有成就感即是產生正面情緒，所以產生正面情緒再回饋讓小薇更確認，為了興趣和學習所以加入童子軍是對的決定。小薇認為參與童子軍可以學習東西即是認知（世界觀）所以希望把握時間跟機會跟優秀的老師學習即是行為（生活目標），小薇學會東西就覺得很快樂，所以又產生正面情緒。由此可看出認知、情緒和行為有明顯的交互作用，其中有可逆性的因果關係存在，所以就理情行為治療的理論來看，世界觀與生活目標的確會有相互關係而且彼此密切影響。

## 伍、小結

綜合上述內容，小薇接觸服務性社團之前，所呈現世界觀與生活目標的關係。人的本質部分，小薇自己是性善的，因為小薇有正向的思考特質，所以小薇的目標是縱向傑出，個人價值高的，小薇要保持往好的方向思考過快樂的生活。人與社會環境是順服關係，小薇受到良好家庭教育耳濡目染所以是順服，期望將正確的生活技巧觀念用於對待

別人，所以是縱向傑出中社會價值高的，因為懂的禮貌與幫助別人是大多數人所認同的。活動部份是亦知亦行，小薇在國中當工讀生就不斷的學習，有不懂的會主動發問，因發現童軍團隊覺得很感興趣但當時無法參加，所以立下志願到高中要參加童子軍，此目標是縱向傑出，選擇理由是小薇的興趣。

小薇接觸服務性社團之初，所呈現世界觀與生活目標的關係。以人的本質來看，小薇看到自己是性善的及他人的本質有善有惡。小薇看到自己是性善的部份：

小薇認為扮演不同角色時，讓自己的心情隨時保持彈性是縱向傑出，社會價值高的，小薇在工作時要表現出認真有效率的工作。小薇相信只要自己有心，一定可以突破任何困難，所以是縱向傑出，社會價值高的，當遇到困難時可以找人幫忙或是自我學習，藉此不斷的自我超越。小薇覺察到自己的生命意義，所以希望也能讓周邊的人充滿陽光與溫馨是縱向傑出，社會價值高的，小薇不僅是為自己好，還希望幫助更多人跟著好起來，帶給更多人希望。小薇認為老師們都很優秀，所以把老師當作學習模仿的對象，此目標為縱向傑出，社會價值高的，因為以優秀人員為學習楷模，希望讓自己變的更好，是一項對的選擇。他人的本質有善有惡是有的學生只為自己生活享樂，只有少數學生願意出來服務。肯出來的學生小薇都會用心教導是縱向傑出，個人價值高的，小薇對於自己有信心所以堅持領導肯出來服務的學生。

在人際關係是尊卑有序和互利，尊卑有序是小薇體諒家長對孩子的關心，所以辦活動時要盡責任照顧好學生，此為縱向傑出，社會價值高的；互利是小薇一股參與童軍的熱情，實際加入後開始遇到種種的挑戰，但是小薇真的想學東西所以決定留下來，希望為社團努力。此目標是縱向傑出，選擇理由是實用主義，因為小薇要藉由社團這個環境讓自己學習成長，所以選擇讓社團繼續運作，讓社團更好。

而人與社會環境有順服和和諧關係。和諧關係是因為爭取學校的認同後，同學申請童軍的相關設備或請假都可以得到學校的認可，所以是和諧的，小薇期望自己的努力被肯定，希望可為未來的生涯鋪路，此目標是縱向傑出，而選擇理由原本是個人興趣還加上實用主義；順服關係是小薇看到社會是個大染缸有正負面的影響所以要慎選環境及調整心態，此目標為縱向傑出，社會價值高的，小薇希望以快樂的心境面對現在複雜的環

境。在時間向度，小薇傾向把握現在時間讓自己過著充實有意義的生活如此可當作未來的回憶，此目標是縱向傑出，社會價值高的，因為人的生命有限，所以要把握年輕的黃金時間。在活動有亦知亦行和行動兩個面向，亦知亦行是小薇希望自己出去學習再回來教導同學，所以是縱向傑出，社會價值高的，因為小薇肯主動學習再教導他人。

行動面向是小薇以行動做服務奉獻得到肯定，所以助人服務是小薇樂意做的事，此目標有橫向傑出與縱向傑出。橫向傑出，選擇自由則是小薇可以自我選擇；選擇理由則是小薇個人的興趣。縱向傑出是小薇有較高的個人價值。因為助人工作只有參與團體中的少數人認同，所以是橫向傑出。至於選擇助人工作是小薇的興趣也是小薇自己的選擇，所以小薇做的很快樂，從服務當中得到別人的鼓勵，可以增加自信心，所以有較高的個人價值。

小薇接觸社團後期的轉變大概是大學階段，小薇因為角色轉變，所以世界觀跟生活目標也做了調整。人的本質部分，小薇本身仍是性善的本質：現階段爸爸生病在家小薇為了減輕媽媽的負擔所以對家裡需要更多的付出，此目標是屬於縱向傑出中，社會價值高的，因為小薇是個懂事貼心的女孩。小薇認為應該把本份責任做好為自己未來的生涯鋪路，像小薇現在晚上當學生就讀社工系是自己的興趣，應該把功課顧好，將來如果有機會可從事社工的相關工作或是助人服務，剛好可以運用出來，此目標的選擇傾向縱向傑出的，選擇的理由是個人興趣與實用為由。

活動中有學習和亦知亦行導向。學習是小薇看到爸爸受到不好習性的影響，期許自己不要重蹈覆轍，此目標是縱向傑出，選擇理由是實用主義，小薇以此為借鏡，選擇養成一些良好的習慣及觀念，希望未來有好的生活品質。亦知亦行取向，是小薇過去的學習，很多是別人義務教導讓小薇有今天的成就，希望把自己所學的貢獻出來幫助別人能日行一善，此目標的選擇是屬於縱向傑出中，社會價值高的，小薇是懂得感恩及學習無為的奉獻。

## 第二節 小霖世界觀與生活目標的相互關係

小霖世界觀與生活目標的相互關係，將以接觸服務性社團之前、接觸服務性社團初期與接觸服務性社團後期，分三階段說明小霖世界觀與生活目標的發展歷程。

### 壹、接觸服務性社團之前的世界觀與生活目標的相互關係

小霖接觸服務性社團之前的世界觀與生活目標的相互關係，整體而言小霖覺得沒有什麼特別印象深刻的。高中之前住在鄉下生活都很簡單，父母大概只希望小霖把功課顧好，其他沒有什麼特別要求，所以小霖過的還算自由。

小霖高中階段喜歡看書思考傾向悲觀想法，只想到認真讀書為大學聯考準備。此信念人的本質，小霖是亦善亦惡面向，惡的部份是小霖喜歡思考會想東想西，可能缺乏行動力，有時候是負面思考，就會傾向較悲觀的態度；善的部份是在高中階段有交朋友，也讀了很多書，盡了自己應盡的學生本分。目標只有為自己的升學考試努力，此目標是縱向傑出，同儕競爭高的，小霖希望自己能有好的表現，所以每天思考要怎麼樣善加利用時間，考試才會得到高分。小霖回想高中階段覺得自己是一個貧窮的人，雖有交朋友也讀了很多書，但心靈上還是覺得很空虛。

### 貳、接觸服務性社團初期的世界觀與生活目標的相互關係

小霖上大學之後，學校有各種不同性質的社團活動，心想在不影響課業的情況下，可以選擇社團參加看看。所以經過學長姐的熱情邀約，覺得好像自己的特質可以參加此社團，因為可以提升身心靈成長，剛好可以改變自己胡思亂想壞習性，小霖自大一開始加入知善社的服務性社團。以下將分析小霖接觸社團初期的世界觀跟生活目標的相互關係。

#### 一、小霖發現大學生與自己服務動機不同希望自己是幫助別人提升心靈層次



此種助人的人際關係，均傾向個人主義導向，一種是利他態度的堅持，希望幫助別人找到真實的自己，讓自己及他人都能快樂；另一種是利己的堅持，希望完成自己應完成的學校功課，此兩種不同的心態可反映出不同的生命態度，有心參與者從中學習快樂成長並自我肯定；無心參與者則是覺得無聊與打發時間。此目標是縱向傑出，社會價值高，小霖希望幫助自己之外也能幫助別人提升至心靈層次找到生命的真諦。在現今的社會只要肯出來做服務而且心態是認真的，在社會上是被大多數人認同的。

## 二、幫助別人受益最大是自己所以小霖希望從服務中更了解真實的自我

此發現是人際關係中互利的展現，助人同時是助己這樣的信念，小霖在做志工時有很深的體驗感受。小霖從助人活動中，發現幫助別人，可以從活動中看到自己是怎樣的人，如果有一些不好的缺點可藉此機會修正磨練自己，讓自己變的更好，所以幫助別人受益更多可能是自己。此目標是縱向傑出，選擇理由是實用主義，因為小霖參與宗教性的服務性社團後，藉由一些活動，除了幫助別人，也能逐漸了解內在真實的自我，發現各種角色只要去圓融就可以了，對於自己的幫助很大。

## 三、小霖察覺自己深受伙食團影響希望多跟伙食團的夥伴去做助人工作

此信念是人與社會環境中的順服關係，小霖在大學期間，因為對於伙食團環境中的種種理念蠻能認同，覺得能契合自己想要追求的人生方向，所以深受伙食團環境中人、事、物的影響，對自己的生命有一些明顯蛻變的成長，逐漸找到生命的意義與價值。希望自己多與伙食團的夥伴一起去做助人工作，讓更多人提升他們的心靈層次，能夠讓他們的心遠離痛苦，過的快樂有價值。此目標是橫向傑出，社會價值中等，小霖希望幫助別人提升至心靈層次找到生命的真諦。即是團體內的認同度高團體外則不然，因為知道且願意追求心靈層面，可能在社會上的人數是少的。

## 四、小霖從修行中找到快樂及勇於面對挑戰希望能把修行當作是一輩子的事

此信念是活動中的亦知亦行導向，小霖接觸信仰後發現修行是很重要的，從中學習

到人生快樂的根源及找回真實的自我，自己接觸越久，越肯定自己會走修行這條路的。修行後過著充實的生活，增加很多人生的歷練，所以當遇到問題時會選擇面對克服困難。小霖接觸信仰後，進而投入參與且深入探討相關的經典書籍，希望自己能把修行當作是一輩子的事。此目標是縱向傑出，選擇的理由是小霖個人興趣，因為修行的行為是讓個人變的更好，對社會有一些正面影響，是社會上多數人所認同的。

#### 五、小霖發現找到生命價值很重要希望有更多人接觸信仰找到生命價值

此信念是屬於人的本質中性善的導向，小霖認為每個人應該不分貧富貴賤，都可找到自己存在生命的價值。小霖希望有更多人跟他一樣有機會接觸信仰這一條路，找到人生的目標，過有意義的生活。成全人的過程雖遇到挫折，但相信每個人的本質是良善的，所以還是願意堅持繼續成全他人，有時還是有堅持成功的機會，可以給自己很大的鼓勵與信心。此目標是橫向傑出，社會價值是中等，也就是團體內的成員認同度高，團體外的人認同度低。因為大多數人還是覺得不需要有什麼信仰，只要顧好自己的生活所需或是不要做壞事就可以，所以宗教信仰是少數人認同的。

#### 六、看到他人有一些不正確的宗教觀小霖提醒自己應該有正確的信念

此信念是活動中的求知導向，小霖發覺有些宗教人士假藉宗教之名騙財騙色，所以導致他人不肯接觸宗教；部分人則認為只要做好自己的本分責任就好，為什麼要信仰宗教；雖然有很多人接觸信仰，但大部分的人對宗教信仰都希望為自己求一些好處；只有少部分的人為了成就自己和幫助別人。所以小霖不斷探索的過程中看到自己內心的一個變化，慢慢好像會越來越清楚了解到真實的自己。希望自己的信仰應該要有正確的信念，不應該隨波逐流。此目標是縱向傑出，社會價值高的，因為小霖接觸信仰的意圖是為了幫助自己或別人找到自己，所以幫助人有較高的社會價值，是社會上多數人認同的。

#### 七、小霖對於時間是重視現在所以要把握現在時間學習以因應未來的挑戰

小霖時間導向是傾向把握現在的時間，雖然小霖覺得過去、現在與未來都很重要，有互相影響。但看到把握當下的時間比較重要，因為人生有很多的不確定性，現在的努力可以增加自己的實力，以因應未來的挑戰。小霖認為自己好像是要更多的那種直線的壓縮或者是一些責任壓力，反而覺得是過的有意義，所以小霖雖然現在是學生角色，卻已肩負很多責任，希望把握時間多學習。此目標是縱向傑出，社會價值高的，因為小霖懂得把握時間學習，過充實的生活以因應未來的挑戰，這是社會上多數人所認同的。

### 叁、接觸服務性社團後期的世界觀與生活目標的相互關係

小霖接觸服務性社團後期，大概是大學五年級的時候，因為五年級小霖開始增加到校外實習的角色，所以角色上有些調整。此時小霖已接觸社團近四年，經過此段時間的歷練，小霖的世界觀與生活目標的轉變歷程如下。

#### 一、小霖接觸社團後找到生命價值認為應該要充分發揮生命意義

此信念是亦知亦行導向，小霖接觸宗教性社團開始思考生命的價值，經過幾年的接觸學習付出耕耘，發現自己的生命的確是有價值的。所以小霖覺得自己除了顧好課業之外，應該追求心靈層次的成長及幫助別人，充分的發揮自己的生命意義。此目標是縱向傑出，社會價值高的，因為小霖覺得參與宗教性社團之後發現真實的自我，進而找到自己存在的意義，希望能夠盡量幫助別人，發揮自己生命的意義。

#### 二、小霖住伙食團逐漸找到真實自己希望在此環境中奠定未來穩固的修行基礎

此信念為活動導向中亦知亦行，小霖知道自己住伙食團是想要了解生命為何而活，找到生活目標進而提升生命價值。更期待在伙食團的薰陶之下，奠定穩固的修行基礎，將來若是離開伙食團這個環境，也能夠繼續走修行的路。此目標是屬於橫向傑出，選擇的理由是個人的興趣，小霖目前還是住伙食團學習，雖然有課業要忙，仍期望自己多撥一些時間做助人工作，讓更多人得到快樂。希望自己能從伙食團的學習中，奠定未來穩

固的修行基礎，即使離開現在的環境到外面生活，還是可以持續修行做助人工作。

### 三、小霖看到外公可當作自己修行的典範更希望鼓勵家人一起修行

此信念為活動中的求知，小霖的外公是一貫道道親，當外公過世的時候，有很多道場的道親，親自到家裡給外公捻香，感謝外公對道場的付出與貢獻。所以外公是修行成功不錯的一個例子，可以給自己在修行路上有很大的鼓勵。小霖希望將修行獲得成長的快樂，回家跟家人分享，進而影響他們能慢慢的接近信仰修道，過一個有價值的人生。此目標是屬於橫向傑出，選擇自由是自我選擇。小霖希望自己對家人的幫助，是把自己修行的快樂帶給他們，以及從修行所得到的好處跟他們分享。最後讓家人都能走入修行，從修行中體會到益處。這個目標是社會上少數人認同的所以是橫向傑出。

### 肆、以尋找生命意義階層模式看小霖世界觀與生活目標來回相互關係

統整小霖在接觸社團之前、接觸社團初期以及接觸社團後期的世界觀和生活目標的發展歷程來看，小霖的世界觀和生活目標隨著參與社團的時間增加，其世界觀的向度有明顯豐富，而生活目標也跟著世界觀的調整做轉變。

以小霖參與服務性社團過程的世界觀與生活目標的來回相互關係來看。接觸社團之前，小霖是傾向負面想法但也認真讀書（亦惡亦善），希望將來能考上好學校（縱向同儕競爭高）。接觸宗教性社團初期，小霖開始做志工以信仰的觀念助人（個人主義），希望能幫助他人找到自己跟快樂（縱向社高），在幫助人的過程，小霖發現自己受益更多（互利），讓自己變快樂有價值更了解自己（縱向實用）。小霖為了讓自己更深入社團所以住伙食團（順服關係），在伙食團中學習，受到伙食團中人事物影響（橫向自我選擇），小霖找到了自己存在的生命意義價值（生命意義）。小霖把握現在的時間學習服務（時間現在），增加實力及過的充實小霖才覺得有意義（縱向社高）。小霖接觸信仰後勇於面對困難（亦知亦行），希望把修行當作是一輩子的事（縱向興趣），接觸信仰後小霖才知道人的本質都是性善的，也轉變他以前的觀念（性善），所以希望每個人都有信仰，過

有意義的生活（橫向社中），但小霖從當今一般人信仰的意圖發現信仰要有正確的信念（求知），所以希望自己能幫助自己及別人找到真實的自己（縱向社高）。接觸宗教性社團後期，小霖希望把課業顧好之外也能發揮自己的生命意義（亦知亦行），幫助別人找到生存的價值意義（縱向社高），住伙食團期間多學習奠定穩固的修行基礎（亦知亦行），將來離開伙食團能繼續修行（橫向興趣），把伙食團所得到的快樂跟改變回家跟家人分享（求知）希望影響家人過一個有價值的人生（橫向自我選擇）。從以上小霖的世界觀、生活目標與生命意義的呈現，可看出彼此之間來回的相互關係，所以研究者認為尋找生命意義的階層模式，是可以被驗證的模式。

若以理情行為治療（REBT）說明世界觀與生活目標是有相互關係的，就以上述的例子來看，小霖覺得此社團的理念跟自己的特質相近即是認知（世界觀）所以加入宗教性服務性社團即是行為（生活目標），參與知善社服務性社團，逐漸了解認識真實內在的自己，並且在助人過程別人的正面回應，讓小霖覺得很快樂跟有價值（情緒）即是產生正面情緒，所以產生正面情緒再回饋讓小霖更確認，自己的特質是適合加入宗教性服務性社團的，可以幫助自己跟幫助別人所以是對的決定。由此可看出認知、情緒和行為有明顯的交互作用，所以就理情行為治療的理論來看，世界觀與生活目標的確會有相互關係。

## 伍、小結

統整上述內容，小霖接觸服務性社團之前的世界觀與生活目標的相互關係，整體而言小霖是覺得沒有什麼特別印象深刻的。高中之前住在鄉下生活都很簡單，父母沒有什麼特別要求。在人的本質小霖自己是亦善亦惡面向，惡的部份是小霖想東想西，可能缺乏行動力，有時候負面思考會傾向較悲觀的態度；善的部份是在高中認真讀書，盡了自己應盡的學生本分。目標只有為自己的升學考試努力，此目標是縱向傑出，同儕競爭高的。小霖希望自己能有的表現，所以每天思考要怎麼樣善加利用時間，考試才會得到高分。

小霖大一開始加入知善社服務性社團，其接觸社團初期的世界觀跟生活目標的相互關係。此信念人的本質是性善的導向，小霖認為每個人應該不分貧富貴賤，都可找到自己存在生命的價值。小霖希望有更多人跟他一樣有機會接觸信仰這一條路，找到人生的目標，過有意義的生活，此目標是橫向傑出，社會價值是中等，因為大多數人還是覺得不需要有什麼信仰，只要顧好自己的生活所需或是不要做壞事就可以，所以宗教信仰是少數人認同的。

人際關係中有互利和個人主義的展現，互利是助人同時是助己，小霖發現幫助別人，可以從活動中看到自己是怎樣的人，如果有一些不好的缺點可藉此機會修正磨練自己，讓自己變的更好，此目標是縱向傑出，選擇理由是實用主義，小霖能逐漸了解內在真實的自我，對於自己幫助很大。個人主義導向，一種是利他態度的堅持，小霖希望幫助別人找到真實的自己，讓自己及他人都能快樂；另一種是利己的堅持，大學生希望完成自己應完成的學校功課，此目標是縱向傑出，社會價值高，在現今的社會只要肯出來做服務，在社會上是被大多數人認同的。在人與社會環境中的順服關係，小霖深受伙食團環境中人、事、物的影響，逐漸找到生命的意義與價值。希望自己多與伙食團的夥伴一起去做助人工作，能夠讓他們過的快樂有價值。此目標是橫向傑出，社會價值中等，因為知道且願意追求心靈層面，可能在社會上的人數是少的。

小霖時間導向是傾向把握現在的時間，雖然小霖覺得過去、現在與未來都很重要，有互相影響。但看到把握當下的時間比較重要，因為人生有很多的不確定性，現在的努力可以增加自己的實力，以因應未來的挑戰。此目標是縱向傑出，社會價值高的，因為小霖懂得把握時間學習，過充實的生活以因應未來的挑戰。活動導向有求知和亦知亦行導向，求知部分是小霖發覺大部分的人對宗教信仰都希望為自己求一些好處；只有少部分的人為了成就自己和幫助別人。所以小霖希望自己的信仰應該要有正確的信念，不應該隨波逐流。此目標是縱向傑出，社會價值高的，因為小霖接觸信仰的意圖是為了幫助自己或別人找到自己，所以幫助人有較高的社會價值。亦知亦行導向是小霖接觸信仰後過著充實的生活，增加很多歷練，所以當遇到問題時會選擇面對克服困難。希望自己能將修行當作是一輩子的事。此目標是縱向傑出，選擇的理由是小霖個人興趣，因為修

行的行為是讓個人變的更好，可能對社會有一些正面影響。

小霖接觸服務性社團後期，其世界觀與生活目標的相互關係。活動導向有求知和亦知亦行導向。求知導向，小霖外公是修行成功不錯的一個例子，可以給自己在修行路上有很大的鼓勵。小霖希望將修行的快樂，回家跟家人分享，影響他們過一個有價值的人生。此目標是屬於橫向傑出，選擇自由是自我選擇。小霖希望讓家人都能走入修行，能從修行中體會到益處。亦知亦行導向：小霖接觸宗教性社團，發現自己的生命的確是有價值的，所以小霖覺得自己除了顧好課業之外，應該充分的發揮自己的生命意義。此目標是縱向傑出，社會價值高的，因為小霖希望自己能夠盡量幫助別人，發揮自己生命的意義。小霖住伙食團找到生活目標可增加自己生命的價值。更期待能夠在伙食團的薰陶之下，將來若是離開伙食團這個環境，也能夠繼續走修行的路。此目標是屬於橫向傑出，選擇的理由是個人的興趣，希望自己能從伙食團的學習中，奠定未來穩固的修行基礎。

綜觀小霖在接觸社團之前、接觸社團初期以及接觸社團後期的世界觀和生活目標的發展歷程來看，小霖的世界觀和生活目標隨著參與社團的時間增加，其世界觀和生活目標都有明顯的豐富許多。

### 第三節 小朱世界觀與生活目標的相互關係

#### 壹、接觸服務性社團之前的世界觀與生活目標的相互關係

小朱接觸服務性社團之前的生活大都跟家庭與學校生活有關，其世界觀與生活目標的相互關係。

##### 一、小朱在高中以前跟弟弟的關係不良想要跟他劃清彼此的界線

此信念人的本質小朱是性惡。小朱覺得奶奶重男輕女，因為弟弟出生後特別受到奶奶的寵愛。本來只有自己的時候是天之驕子，弟弟出生後常要跟自己分一杯羹。因感受到自己受到不平等的待遇，所以高中以前小朱跟弟弟的關係很不好，常常吵架，想要跟他劃清彼此的界線。此目標是橫向傑出，同儕競爭內團體高，小朱跟弟弟在家爲了自己的利益爭執競爭，是社會上多數人不認同的。

##### 二、小朱在國中階段有自己的想法只喜歡看漫畫心想只要過的快樂就好

此信念人的本質小朱是性惡，小朱不喜歡讀書，在班上成績常是敬陪末座。媽媽因成績不好罵她，小朱會跟媽媽起衝突，覺得媽媽老是叫她做，她不喜歡做的事。小朱心想只要過的快樂就好，所以只愛看漫畫不愛唸書。此目標是橫向傑出，選擇自由是自我選擇，小朱在學生階段只看漫畫不讀書，是不被多數人認同的。

#### 貳、接觸服務性社團初期的世界觀與生活目標的相互關係

小朱在高中階段，正值升學考試壓力最大的時期。跟班上好同學談天之餘，得知他的父母要他去參加志工，我才知道有高中志工這一件事。心想參加志工可以吃、喝、住及交通都不用錢，而且還可以跟小朋友玩，於是在高中一年加入校外的中華民國道德重整協會高中志工隊。

##### 一、參與志工所舉辦的一些活動讓小朱發現其世界觀與生活目標的相互關係

(一) 參觀資源回收看到做環保的好處希望自己回來能落實在生活中



此信念為活動中亦知亦行導向，小朱參與資源回收的活動，學習到吃完東西順便清洗一下的好處，可以減輕清理者的負擔。於是學會了體貼別人的心，所以希望落實在自己的日常生活中。現在會提醒自己，將吃完的盒子順手清洗一下，對別人是很大的恩惠。此目標是縱向傑出，社會價值高的，小朱懂得體貼別人的辛苦是受多數人肯定的。

#### （二）看一齣生命被期待負擔的抽象劇表演小朱希望自己的生命是由自己掌控

此信念為活動導向中求知的學習，小朱看到此戲劇表演，深刻的感受到現代人有許多的無奈，生活中想做的事不能去做，盡是做一些自己不想做的事。所以小朱從此活動中省思自己的生活。希望生活中可以做很多自己想做的事，期望讓自己過的很自在，自己和別人都可以過的很愉快。此目標是縱向傑出，個人價值高的，小朱經過志工或是自己不斷學習反思成長後，希望能夠為自己而活，懂得愛自己讓自己快樂、做自己喜歡做的事進而發揮生命的潛能，幫助別人得到快樂。

#### （三）小朱看到台灣跟大陸的關係不良希望藉由交流打開台灣跟大陸的心結

此信念為活動中求知的導向，小朱對於自己的國家常在國際上被藐視忽略，是因為大陸對我們不友善，所以常對外散播負面訊息造成的，因此小朱對大陸是不諒解的。志工活動中有一次參加亞太青年會，看到彼此有心結的國家，其實是可以坐下來溝通，以解決兩國之間的糾葛問題。所以很期待是否能跟大陸的學子做交流，是否能藉此化解彼此的心結。此目標是縱向傑出，社會價值高的，小朱此目標是社會上多數人認同的。

#### （四）小朱看到跟自己同年齡的血癌患者覺得應該珍惜善用生命

此信念為活動導向中的求知的概念，小朱參與志工活動時，認識一位跟他同年齡的血癌患者。看到他認真活著的樣子，讓小朱覺得應該要把握時間，好好的善用生命，因為死亡是任何年齡都可能發生。此目標為縱向傑出，社會價值高的，小朱參與志工隊看到血癌患者，體會到生命的無常，希望自己能善用自己的生命以及尊重別人的生命，是大多數人所認同且社會價值高的。

## 二、整體而言小朱接觸服務性社團初期對其世界觀與生活目標的相互關係

### (一) 小朱發現參與志工服務其實是助人與助己所以給自己很多的肯定

此信念為人際關係中互利導向，小朱參與志工服務後，發現有很多人需要幫助，幫助別人後發現別人得到成長及快樂，自己也覺得很快樂。所以幫助別人其實受益最大的是自己，因為看到自己的付出對方成長改變，自己就覺得很高興、很有意義，更能肯定自己的價值。此目標是縱向傑出，社會價值高的，小朱一方面能幫助別人，另一方面讓自己變的更好，是受社會所肯定的。

### (二) 小朱看到現在的學生都不願意出來做服務希望自己能努力鼓勵他人出來

此信念為人與社會環境是順服關係及人的本質有善有惡面向，高中生因為父母的要求期望未來考上好大學，所以有升學壓力需要認真讀書，因此參與志工的少；大學生因為大環境的影響，大部分的大學生生活享樂習慣了，你要他們出來做辛苦又沒有錢的工作，是很難的，所以這是人順服這個社會環境的影響，願意參與志工的人比較少。所以肯出來服務的是性善，不肯出來只為自己的自私行為是性惡的。小朱發現有很多人需要幫忙，為提高服務的效率，所以小朱覺得需要更多人投入參與志工。此項鼓勵參與志工的目標是橫向傑出，選擇自由是自我選擇。小朱希望自己多鼓勵一些人出來做志工，過程中可能會遇到挫折，還是不能放棄，此目標為少數人認同。

### (三) 小朱想要過充實的生活所以時間很寶貴希望善用時間

此時間概念，小朱覺得過去、現在及未來是彼此互相影響，過去的經驗會影響現在的決定，進而影響未來的發展。但小朱還是傾向把握現在最重要，因為現在是你可以掌控的。像小朱大學一年級希望拓展生活領域，有上課、參加學校社團、飯店打工、參加道德重整志工隊及加入美語的俱樂部等充實的生活。希望自己擅用零碎時間，在有限的時間內發揮更高的效率，創造所謂的第二十五個小時。此目標是縱向傑出，社會價值高的，把握時間過充實的生活，是社會上多數人認同的。

### 叁、接觸服務性社團後期的世界觀與生活目標的相互關係

小朱參與校外的服務性社團至今大學已三年級，加入約有六年之久，對於小朱的世界觀與生活目標有一些決定性的影響，其分析如下。

#### 一、大學忙碌的生活讓小朱學會紓解壓力方式希望多愛自己一點

此信念為活動中的求知導向，小朱在大學二年級遇到人生低潮，就是社團跟課業都很忙碌、大學的同學又不熟悉、和高中的好同學發生了一些誤會以及家人不支持等諸多不如意的事件攪和在一起，覺得很多事情不能如自己所願，必須有一些是被迫妥協的無奈。這個低潮讓小朱對自己更了解一些，也從中學習到調整壓力的方式，希望多愛自己一點，每天做一件讓自己快樂的事。此目標是縱向傑出，個人價值高的，小朱自忙碌的生活中體會到自己的壓力，希望能做個調整對自己好一點，所以是多數人肯定，個人價值高的才懂得愛自己。

#### 二、小朱發現志工的價值是無限的所以會繼續做志工服務

小朱跟同學對於打工與志工的看法是不同。此信念在人際關係中有互利和個人主義的導向。互利的導向是小朱認為打工雖然有收入對自己有益，但是價值是有限的，只有一點點錢，但志工的價值是無限的；個人主義是小朱的同學認為打工是有錢賺，所以對自己有益，當志工是沒有錢賺，又辛苦且浪費時間，所以沒有幫助，此目標是縱向傑出，個人價值低的，因為只為自己的利益著想，對社會來說個人的自私自利對其評價是低的。而小朱認為志工助人的價值是無限的，所以會繼續做志工服務。此目標是縱向傑出，社會價值高的，小朱願意做助人服務工作是受多數人肯定的。

#### 三、小朱是因為父母支持及做志工所獲得肯定所以大學能夠繼續參加志工

此信念為人與社會環境中順服的關係，小朱認為自己能夠到大學階段，還繼續參與志工服務，是因為父母肯定支持做志工服務、高中階段因為同學的關係認識志工隊可及

早奠定志工基礎及從服務當中所得一些正向的回饋與成長。所以小朱大學還能夠繼續參與志工活動，是因為一路走來環境的鼓勵支持。此目標是橫向傑出，社會價值中，就是團體內的認同度高，團體外則不然。即是小朱的父母認同志工，所以小朱能夠受到父母的肯定。

#### 四、小朱覺得自己的生命是有意義的所以希望生命活出最大的能量

此信念為人的本質中小朱是性善的概念，小朱參與服務後，覺得生命應該是要做一些有意義的事情。所以像與家人或朋友的互動、讓有生命或無生命的東西繼續繁衍、關心自己和別人帶給別人快樂，讓快樂在人際間流動，形成一種和平的氣氛。所以小朱希望把握各種機會多看、多聽、多學，可活出生命的最大能量以及和週遭的生命多做連結，過的充實有意義。此目標為縱向傑出，屬社會價值高的，小朱看到自己的生命意義，應該加以發揮自己的存在價值。

#### 五、小朱受到父母呵護照顧彼此互相依賴支持希望對父母能有所回饋

此信念為人際關係中尊卑有序與互利的觀點，小朱覺得自己與父母是尊卑有序和互利關係，因為父母很希望小朱大學階段仍然住家裡陪伴他們，小朱最後尊重父母的要求。另一方面小朱在家也可以得到父母的關愛與照顧，所以彼此是互相依賴的。對於父母的辛苦養育小朱希望有所回饋，短期之內趁現在還住家裡，可以多陪陪家人，帶給他們自己最喜歡的快樂，小朱覺得他們也會高興；中期希望自己有經濟能力時，父母能夠參與志工或讓他們上成長課程；長期小朱希望有好的經濟能力時能帶父母出國去玩，出國是因為時間或金錢要配合比較不容易，所以要帶父母到國外玩的機會就比較不容易達成，所以比較珍貴。此目標為縱向傑出，社會價值高的。小朱希望依自己能力，在不同階段提供父母所需要的幫助或關心。小朱的想法表現算是體貼孝順父母的，所以是社會價值高的。

## 六、參加大專女學生輔導培訓營之後改變對女生負面看法希望不斷自我突破

此信念為活動中亦知亦行導向，小朱在國中建立對女生的負面印象，所以對於參加女性團體的活動不太喜歡。但參加一次大專女學生輔導培訓營，讓小朱對女性有一些改觀，發覺原來自己跟女生也是可以成為談的來的好朋友。尤其小朱在團隊中分享當志工的心得，大家聽的很感動，小朱得到蠻正面的迴響，終於在這個團隊中找到一些志同道合的夥伴，大家都希望在未來日子，彼此可以再互相鼓勵與支持。經過一些學習小朱覺得越不可能發生的事情，自己越想要挑戰它，讓自己有個目標就是使自己越來越好。此目標是縱向傑出，社會價值高的，小朱不斷的學習力爭上游，是受多數人肯定的。

## 七、被服務對象不同需要提供不同的服務希望自己在助人方面能夠提升能力

此為活動中的求知學習，小朱看見被服務對象不同，需要提供的服務是不同的，需做彈性調整。對於資源缺乏或社經地位較差的小朋友可能是更需要服務。所以小朱希望擴大服務對象特別是被忽略的人或是陌生人。至於幫助的方法有很多種，像實際去做、給人言語上的鼓勵讚美、捐出自己的意外之財等方式都可以。此助人的目標為縱向傑出是社會價值高的及橫向傑出，選擇自由是自我的選擇。小朱把助人工作，當成是自己生活的部份，服務的對象及提供服務的方式都盡量保持彈性，可見小朱自助人工作中，看到它的可貴與重要性。

## 肆、以尋找生命意義階層模式看小朱世界觀與生活目標來回相互關係

綜觀小朱接觸社團之前、接觸社團初期以及接觸社團後期的世界觀和生活目標的發展歷程來看，小朱的世界觀和生活目標隨著參與社團的時間越久，其世界觀的向度有明顯增加，而生活目標也跟著世界觀的不同作修正。

以小朱參與服務性社團過程，自己世界觀與生活目標的來回相互關係。接觸社團之前，小朱發現奶奶重男輕女，弟弟比較受寵（性惡）所以常跟弟弟吵架為了利益爭執（橫向同儕競爭內團體高），以及自己國中時愛看漫畫不讀書，常跟媽媽起衝突（性惡），小

朱心想只要快樂就好（橫向自我選擇）。接觸社團初期，參觀資源回收，知道將回收物品事先清洗的好處（亦知亦行），所以回來開始學習順手清洗一下要丟的東西（縱向社高）；看到台灣跟大陸不良的關係，參與亞太青年會後知道解決方式（求知），希望跟大陸學子坐下來溝通化解心結（縱向社高）；活動過程看一齣抽象劇枷鎖的表演（求知）希望能按照自己的規劃生活是重要可貴的（橫向自我選擇）；看到同年齡的血癌患者認真的活著（求知），希望珍惜善用生命（縱向社高），所以要把握現在擅用零碎時間（現在時間），希望將有限時間發揮效率過充實的生活（縱向社高）。接觸社團後期，在大學二年級小朱過於忙碌產生極大壓力（求知），於是學會希望多愛自己一點（縱向個高）。小朱自助人活動中看到自己的潛力（亦知亦行），希望自己能面對挑戰越來越好（縱向社高），所以小朱看到自己的生命有意義價值應該發揮（性善），小朱希望多跟周邊的人做連結，活出生命的最大能量（縱向社高），小朱覺得自己大學還能做志工（順服關係），是因為父母的鼓勵支持（橫向社中），所以小朱尊重父母住家裡可彼此照應（互利），希望將來可以回饋父母的養育之恩（縱向社高）。

在志工部分，小朱看到現在的學生都不願意做志工，是整個大環境的關係（順服關係），但是小朱還是會繼續鼓勵他人做志工（橫向自我選擇），因為小朱看到社會上有很多人需要幫助（求知），所以會將服務的對象及服務的方式擴大，幫助更多人（縱向社高）。從以上小朱的世界觀、生活目標與生命意義的呈現，可看出彼此之間來回的相互關係，所以研究者推論尋找生命意義的階層模式，在小朱部份也是可以被驗證的模式。

若以理情行為治療（REBT）說明世界觀與生活目標是有相互關係的，就以上述的例子來看，小朱高中時期讀書壓力大，同學說有志工隊可以參加，小朱認為可以跟小朋友玩所以可以紓解放鬆一下即是認知（世界觀）所以就跟同學參加志工隊即是行為（生活目標），參與志工服務時，看到別人因為自己的幫助變快樂跟成長，自己也覺得很高興（情緒）即是產生正面情緒，所以產生正面情緒再回饋讓小朱知道參與志工不只自己得到快樂，別人也變快樂即是認知（世界觀），看到自己做的事情是很有意義即是行為（生活目標）所以是對的決定。由此可看出認知、情緒和行為有明顯的交互作用，所以就理情行為治療的理論來看，世界觀與生活目標的確會相互影響。

## 伍、小結

綜合上述分析，小朱接觸服務性社團之前，所呈現世界觀與生活目標的關係。在人的本質部份小朱是性惡的。性惡的部份：小朱覺得奶奶重男輕女，因為弟弟出生後特別受到奶奶的寵愛。所以高中以前小朱跟弟弟的關係很不好，常常吵架想要跟他劃清彼此的界線。此目標是橫向傑出，同儕競爭內團體高，小朱跟弟弟在家爲了自己的利益爭執競爭；小朱在國中階段有自己的想法只喜歡看漫畫，心想只要過的快樂就好，在班上成績常是敬陪末座。媽媽因成績不好罵她，小朱會跟媽媽起衝突，覺得媽媽老是叫她做，她不喜歡做的事。小朱心想只要過的快樂就好，此目標是橫向傑出，選擇自由是自我選擇。

小朱在高中階段，接觸社團初期小朱世界觀與生活目標的相互關係。人的本質是有善有惡面向，所以肯出來做服務的人是性善，不肯出來只爲自己的自私行爲是性惡的。人際關係中有互利導向。互利是小朱參與志工服務後，發現幫助別人其實受益最大的是自己，因爲看到自己的付出對方成長改變，自己就覺得很高興、很有意義，更能肯定自己的價值。此目標是縱向傑出，社會價值高的，小朱一方面能幫助別人，另一方面讓自己變的更好。人與社會環境中順服的關係，小朱看到現在的學生都不願意出來做服務是因爲大環境的影響，所以願意參與志工的人少，小朱希望自己能努力鼓勵他人出來服務，此目標是橫向傑出，選擇自由是自我選擇，過程中可能會遇到挫折，還是不能放棄。時間概念，小朱覺得過去、現在及未來是彼此互相影響，過去的經驗會影響現在的決定，進而影響未來的發展。但小朱還是傾向把握現在最重要，因爲現在是你可以掌控的。所以希望擅用零碎時間，在有限的時間內發揮更高的效率，創造所謂的第二十五個小時。此目標是縱向傑出，社會價值高的，把握時間過充實的生活。

活動導向有求知和亦知亦行導向，求知部分：小朱看到抽象劇表演，深刻的感受到現代人有許多的無奈，生活中想做的事，卻不能去做，盡是做一些自己不想做的事。所以小朱希望生活中可以做很多自己想做的事，期望讓自己過的很自在，此目標是縱向傑

出，個人價值高的；小朱看到自己國家在國際上被藐視，是因為大陸對我們不友善，所以常對外散播負面訊息造成的，因此小朱對大陸是不諒解的。志工活動中有一次參加亞太青年會，看到彼此有心結的國家，其實是可以坐下來溝通，以解決兩國之間的糾葛問題。所以很期待是否能跟大陸的學子做交流，藉此化解彼此的心結，此目標是縱向傑出，社會價值高的；小朱參與志工活動，認識一位跟他同年齡的血癌患者，看到他認真活著的样子，讓小朱覺得要善用生命，因為死亡是任何年齡都可能發生。此目標為縱向傑出，社會價值高的，小朱看到血癌患者，體會到生命的無常，希望自己能善用自己的生命以及尊重別人的生命。亦知亦行導向是小朱參與資源回收的活動，學習到吃完東西順便清洗一下的好處，可以減輕清理者的負擔。於是學會了體貼別人的心，所以希望落實在自己的日常生活中，此目標是縱向傑出，社會價值高的，小朱懂得體貼別人的辛苦。

小朱參與校外的服務性社團至今大學已三年級，加入約有六年之久，對於小朱的世界觀與生活目標有一些決定性的影響。人的本質中小朱是性善的，小朱參與服務後，覺得生命應該要做一些有意義的事情。所以小朱希望把握各種機會多看、多聽、多學，可活出生命的最大能量以及和週遭的生命多做連結，過的充實有意義。此目標為縱向傑出，屬社會價值高的，小朱看到自己的生命意義，應該加以發揮價值。人際關係中尊卑有序和互利的觀點，互利是小朱認為打工雖然有收入對自己有益，但是價值是有限的，只有一點點錢，但志工的價值是無限的，所以會繼續做志工服務。此目標是縱向傑出，社會價值高的，小朱願意做助人服務工作。小朱覺得自己與父母是尊卑有序與互利關係，因為父母很希望小朱大學階段仍然住家裡陪伴他們，小朱尊重父母的要求，另一方面小朱在家也可以得到父母的關愛與照顧，所以彼此是互相依賴的。對於父母的辛苦養育小朱希望有所回饋，短期之內可以多陪陪家人，帶給他們自己最喜歡的快樂，中期希望自己經濟能力時，父母能夠參與志工或讓他們上成長課程；長期希望有好的經濟能力時能帶父母出國去玩，此目標為縱向傑出，社會價值高的。小朱希望依自己能力，在不同階段提供父母所需要的幫助或關心，小朱的想法表現算是體貼孝順父母的。人與社會環境中順服的關係，小朱認為自己到大學階段，還繼續參與志工服務，是因為父母肯定支持做志工服務、高中階段認識志工隊可及早奠定基礎及從服務當中得到正向的回饋



與成長。此目標是橫向傑出，社會價值中，即是小朱的父母認同志工，所以小朱能夠受到父母的肯定。

活動導向有求知和亦知亦行導向，求知是：小朱看見被服務對象不同，需要提供的服務是不同的，需做彈性調整，所以小朱希望擴大服務對象特別是被忽略的人或是陌生人，此助人目標為縱向傑出，屬於社會價值高以及橫向傑出，選擇自由是自我的選擇。小朱把助人工作，當成是自己生活的部份，服務的對象及提供服務的方式都盡量保持彈性；小朱在大學二年級遇到人生低潮，覺得很多事情不能如自己所願，必須有一些是被迫妥協的無奈。這個低潮讓小朱對自己更了解一些，也從中學習到調整壓力的方式，希望多愛自己一點，每天做一件讓自己快樂的事。此目標是縱向傑出，個人價值高的，小朱自忙碌的生活中體會到自己的壓力，希望能做個調整對自己好一點，是個人價值高的才懂得愛自己。亦知亦行是小朱對女生有負面的刻板印象，但參加一次大專女學生輔導培訓營，讓小朱對女性有一些改觀，發覺原來自己跟女生也是可以成為談的來的好朋友。經過一些學習小朱覺得越不可能發生的事情，自己越想要挑戰它，讓自己有個目標就是使自己越來越好。此目標是縱向傑出，社會價值高的，小朱不斷的學習力爭上游。

## 第四節 個案之間世界觀構築歷程的差異性比較

世界觀可以協助個人認識這個世界，並進而因應在所處世界所發生的各種事件。隨著生活經驗的不同，所產生不同的回饋，個人的世界觀可能會有所改變。因此世界觀的轉變，可能因為個人在生活中遭遇到或經歷一些事件，所以產生調整。本節將依序討論三個個案，在接觸服務性社團之前、接觸服務性社團初期及接觸服務性社團後期三個階段，說明三個個案世界觀的發展歷程及異同之間的比較。

### 壹、接觸服務性社團之前的世界觀比較

接觸服務性社團之前，三個個案所呈現的世界觀，如下表 5-4-1：接觸服務性社團之前的世界觀比較，所呈現的簡要內容，有打勾的地方代表此個案有呈現此世界觀的向度。

表 5-4-1：接觸服務性社團之前的世界觀比較

世界觀		個案		
種類	向度	小 薇	小 霖	小 朱
人的本質	性惡			✓(自己)
	亦惡亦善		✓(自己)	
	性善	✓(自己)		
	有惡有善			
人際關係	尊卑有序			
	互利			
	個人主義			
人與自然關係	順服	✓		
	和諧			
	掌控			
時間導向	過去			
	現在			
	未來			
活動導向	求知			
	亦知亦行	✓		
	行動			

由上表所呈現接觸服務性社團之前世界觀的向度，三個個案所呈現的世界觀向度都不一樣。而造成接觸服務性社團之前世界觀向度不一樣的因素，研究者依據受訪者的訪談內容資料分析推估，影響因素是個人的人格特質及家庭因素影響最大。小薇認為自己的本質是性善，因為個人的人格特質比較樂觀開朗及國中前家裡的環境是和諧溫馨，所以小薇喜歡往正向的方向看事情；在人與自然關係中的人與社會環境關係是順服，因為小薇的父母很重視小孩生活教育的正確觀念，所以常常給小孩一些教導，小薇受到良好的家庭教育影響及媽媽不斷的給予小薇鼓勵支持。所以小薇耳濡目染，把在家學習的觀念運用在外面與人相處，因此在外面人緣很好，很受歡迎。亦知亦行是因為小薇從小在家，因為好奇心的特質，所以常常跟在媽媽旁邊問東問西，媽媽都會教導也會鼓勵小薇嘗試去做。到了國中小薇當工讀生接觸老師學習，做服務工作受到老師肯定，所以逐漸養成好學與助人的興趣。

小霖家住鄉下高中之前生活環境單純，家裡是世代務農所以生活儉約純樸，父母希望小孩認真讀書將來考上好學校。因為父母忙碌很少陪伴小孩講話分享心事，所以小霖跟家人的互動比較少，常一個人獨處，自己在腦海裡胡思亂想，有時是比較偏負面的思考。但小霖還是可以把自己學生本份的功課顧好，所以小霖認為自己是亦善亦惡的本質。至於小朱認為自己的本質是性惡的，因為小朱覺得奶奶是重男輕女，弟弟出生後特別受到奶奶的寵愛，自己有被忽略的感覺，所以參加志工以前，小朱跟弟弟的關係不好，常常吵架。再加上國中階段，小朱不喜歡讀書只喜歡看漫畫，所以在班上成績常是敬陪末座。媽媽又因成績不好罵她，小朱會跟媽媽起衝突，所以性惡是小朱覺得自己不好，而且跟家人的關係不良。

整體而言，接觸服務性社團之前影響世界觀的因素，研究者推論是個人的人格特質及家庭因素影響。

## 貳、接觸服務性社團初期的世界觀比較

接觸服務性社團初期，三個個案所加入的服務性社團的性質及時間有些不同。小薇是高中一年級參加學校童子軍社團，開始認真投入，從當學員、幹部到社團社長，帶領指導學弟妹，參與社團在校內及校外的服務。小薇為了讓自己學習及服務更多，把志工服務拓展到校外的童子軍及霧峰鄉文化志工。所以高中三年，小薇除了功課之外，幾乎將心力全部投入志工服務，這是小薇接觸服務性社團初期。小霖接觸服務性社團是大學一年級開始，參與宗教性的服務性社團。小霖從當學員開始參與學習服務，熱衷投入後，最後被社團的成員選為社長。大學二年級，小霖還選擇社團所租的房子居住，更積極參與社團在校內的服務以及校外的宗教性活動，直到小霖大學四年級角色調整，參與的方式才有所轉變，所以大學四年級以前是小霖參與服務性社團初期。小朱參與的服務性社團是校外中華民國道德重整協會高中志工隊，每個月參與兩次的活動。雖是校外社團，但是小朱參與學習服務認真受到肯定，直到高中畢業上大學，是小朱參與服務另一個階段的開始，所以高中三年是小朱接觸服務性社團初期。從下表 5-4-2：接觸服務性社團

初期的世界觀，所呈現的內容可簡要看出，參與服務性社團後，三個個案的世界觀都豐富許多。

表 5-4-2：接觸服務性社團初期的世界觀比較

世界觀		個案		
種類	向度	小 薇	小 霖	小 朱
人的本質	性惡			(✓)(自己)
	亦惡亦善			
	性善	✓(自己)	✓	
	有惡有善	✓		✓
人際關係	尊卑有序	✓	✓	
	互利	✓	✓	✓
	個人主義		✓	
人與自然關係	順服	✓	✓	✓
	和諧	✓	✓	
	掌控			
時間導向	過去			
	現在	✓	✓	✓
	未來			
活動導向	求知		✓	✓
	亦知亦行	(✓)	✓	✓
	行動	✓		

註：由上表所呈括弧部分代表的意義是個案在接觸服務性社團初期的訪談中並沒有特別再提到此世界觀向度，但研究者認為個案此世界觀向度應該跟接觸服務性社團之前一樣有延續性。

一、由上表所呈現的內容，研究者做了以下的整理推論，以個案接觸服務性社團初期跟接觸服務性社團之前的世界觀比較，世界觀的向度增加了許多或是個案有比較多的思考：

(一) 小薇接觸服務性社團初期，其世界觀向度豐富很多。增加的部分：人的本質是小薇發現人的本質有善有惡，因為有的學生只為自己的生活享樂，只有少數學生願

意出來服務。在人際關係，增加尊卑有序及互利的關係，尊卑有序是小薇體諒家長對孩子的關心，所以辦活動時要盡責任照顧好學；互利是小薇想要藉社團這個環境讓自己學習成長，所以投入社團繼續運作，讓自己及社團更好。人與社會環境關係，除了順服關係有所調整也增加和諧關係，而原本接觸服務性社團之前的順服關係是家庭關係，小薇擴大到社會面向，認為人的善惡是因環境的影響，所以要慎選環境才不會造成不良的影響；和諧關係是因為爭取社團被學校認同後，同學申請童軍的相關設備或請假都可以得到學校的同意。時間向度增加把握現在的時間，小薇想要讓自己過著充實有意義的生活，如此可當作未來的回憶。活動導向增加行動面向，小薇以行動做服務奉獻得到肯定，所以助人服務是小薇樂意做的事。從以上小薇所增加的世界觀向度，研究者歸納出，跟小薇所參與童子軍社團性質有很大的相關性，因為童子軍社團強調做中學及助人為快樂之本的理念。所以小薇想要把握時間過充實的生活，以實際行動幫助更多人，並藉著活動做學習成長，服務後得到學校師生及家長的肯定，讓自己及他人得到快樂。

(二) 小霖接觸服務性社團初期，其世界觀向度有一些改變和增加。改變的是小霖原本認為自己的本質是亦惡亦善，後來接觸宗教性社團，提到人的本質都是性善的，每個人應該不分貧富貴賤，都可以找到自己存在生命價值。增加的部分：在人際關係有尊卑有序、互利及個人主義。小霖認為尊卑有序有時比較能產生好的效率；互利是助人同時是助己，小霖發現幫助別人，可以讓自己變的更好；個人主義，一種是利他態度的堅持，小霖希望幫助別人找到真實的自己，讓自己及他人都能快樂；另一種是利己的堅持，大學生希望完成自己應完成的學校功課。在人與社會環境是順服關係，小霖深受伙食團環境中人、事、物的影響，逐漸找到生命的意義與價值，希望自己多與伙食團的夥伴一起去做，讓別人心靈層次提升的助人工作；人與自然是順服和和諧關係，小霖認為人類要服從大自然進而跟大自然和諧相處。時間導向是傾向把握現在的時間，小霖但看到把握當下的時間比較重要，因為人生有很多的不確定性，現在的努力可以增加自己的實力，以因應未來的挑戰。活動導向有求知和亦知亦行導向，求知是小霖發覺大部分的人對宗教

信仰都希望爲自己求一些好處，所以小霖希望自己的信仰應該要有正確的信念；亦知亦行是小霖接觸信仰後過著充實的生活，所以當遇到問題時會選擇面對克服困難，希望自己能把修行當作是一輩子的事。由以上小霖所增加思考的世界觀向度，研究者發現跟小霖所接觸的宗教性社團性質有關。小霖所接觸的服務性社團是有一貫道理念內涵的，因爲一貫道主張每個人都有天理良心，希望人人都能找到真實的自我，大家一起努力在人間形成一個禮運大同的世界。所以小霖接觸後開始努力學習，參與道場活動與研讀經典書籍，並不斷的將宗教的理念傳播給他人，希望讓自己及別人都能提升心靈層次，逐漸找到自己的生命價值。

(三) 小朱接觸服務性社團初期，其世界觀向度豐富了許多。增加的部分：在人的本質是小朱發現人的本質是有善有惡，肯出來做服務的人是性善；不肯出來，只爲自己的自私行爲是性惡的。人際關係中有互利和個人主義導向。互利是小朱參與志工服務後，發現幫助別人其實受益最大的是自己。人與社會環境是順服的關係因小朱看到現在的學生都不願意出來做服務，是因爲大環境的影響。時間概念小朱是傾向把握現在最重要，因爲現在是你可以掌控的。活動導向有求知和亦知亦行導向，求知部分是小朱看到抽象劇表演，深刻的感受到現代人有許多的無奈，生活中想做的事，卻不能去做，盡是做一些自己不想做的事；小朱看到自己國家在國際上被藐視，是因爲大陸對我們不友善，有一次參加亞太青年會，看到彼此有心結的國家，其實是可以坐下來溝通，以解決兩國之間的糾葛問題；小朱參與志工活動，認識一位跟他同年齡的血癌患者，讓小朱覺得要善用生命，因爲死亡是任何年齡都可能發生。亦知亦行是小朱參與資源回收的活動，學習到吃完東西順便清洗一下的好處，可以減輕清理者的負擔，所以希望落實在自己的日常生活中。自以上小朱增加世界觀向度來看，研究者發現跟小朱接觸的服務性社團性質有相關，此服務性社團強調改變從自己開始，每個人應該都是讓世界更好的火車頭，所以藉由聆聽良知的聲音及不斷的自我反思，找到生活的準則，建立正確的生活觀念，不僅愛自己，也能將愛的能力擴展到世界各地。所以小朱參與服務性社團後，發現到生命有限應該善用時間，幫助別人其是自己受益很多，人受環境

影響很大所以要慎選所接觸的環境，除了做之外，懂的思索反省一些問題讓自己更成長。

二、由上表所呈現三個個案都有出現世界觀的向度，在人際關係是互利；人與自然關係中人與社會環境的關係是順服；時間導向是重視現在；活動導向是亦知亦行。所以從以上三個個案都有出現的世界觀向度來看，研究者認為服務性社團的參與投入後，對於參與者可能會有以上相近的思考面向出現。互利是因為服務者參與後，自己及他人也變快樂有成長。參與服務所接觸的環境多了，發現有善惡的不同，所以看到環境對人的影響很大。服務者因為要撥出時間參與服務，所以要善用把握時間。從參與活動中實際去做和學習，因此是學以致用。

三、接觸服務性社團初期世界觀的變化，除了有四個向度是三個個案都有出現之外，其實有蠻多向度是兩兩個案都有出現的。像人的本質，小朱和小薇發現人是有善有惡的；在人際關係，小薇和小霖看見尊卑有序；人與自然的關係，小薇看到人與社會環境是和諧關係，小霖發現人要跟大自然和諧相處；活動導向，小霖和小朱都有求知的面向。若以世界觀共有十六個向度來看，有四個向度是三個個案都有，有六個向度是兩個個案都有，大概共有十個向度是兩個或三個個案都有相似會提到或思考較多的。因此研究者推論參與服務性社團後，對於服務者世界觀的向度會增加。而且服務性社團性質所增加的世界觀向度，對於個人的生命經驗是正面的影響較多。

### 叁、接觸服務性社團後期的世界觀比較

接觸服務性社團後期研究者將它定義為接觸服務性社團三年後，三個個案大概都是接觸服務性社團三年後是一個轉捩點。小薇和小朱都是剛好從高中畢業要轉讀大學，所以環境中的人事物以及自己角色的改變都是參與服務性社團的轉變期。小霖則是大學四年級的時候，因為增加到外面實習的機會，所以一方面是因為高年級比較會思考未來的問題，另一方面是因為醫院環境刺激比較多，所以對小霖來說也是接觸服務性社團的調整期。



表 5-4-3：接觸服務性社團後期的世界觀比較接觸

世界觀		個案		
種類	向度	小 薇	小 霖	小 朱
人的本質	性惡			
	亦惡亦善			
	性善	✓（自己）	（✓）	✓（自己）
	有惡有善	（✓）		（✓）
人際關係	尊卑有序	（✓）	（✓）	✓
	互利	（✓）	（✓）	✓
	個人主義		（✓）	
人與自然關係	順服	（✓）	（✓）	✓
	和諧	（✓）	（✓）	
	掌控			
時間導向	過去			
	現在	（✓）	（✓）	（✓）
	未來			
活動導向	求知	✓	✓	✓
	亦知亦行	✓	✓	✓
	行動	（✓）		

一、由上表所呈現的內容，括弧部分代表的意義是個案在接觸服務性社團後期的訪談中並沒有特別再提到此世界觀向度，但研究者認為個案此世界觀向度應該跟接觸服務性社團初期一樣有延續性。訪談過程中如果世界觀有所轉變，個案會有所論述且特別強調，所以用括弧表示才能看出世界觀構築歷程的全貌。

二、接觸服務性社團後期的世界觀變化。小薇在活動面向增加求知，小薇到了大學階段開始有較多的思索，像小薇看到爸爸深受不好習性的影響必須被迫在家休養，無法如自己的意願做想做的事，所以拿爸爸為借鏡，希望自己不要重蹈覆轍。小薇有強調自己的本質是性善及活動導向亦知亦行部份，小薇對於志工服務仍是熱衷堅持，希望自己一輩子都會做志工服務。小霖接觸服務性社團後期跟前期的世界觀向度都是一樣，只是在活動導向有特別強調求知和亦知亦行。小霖希望將修行的快樂，回家跟家人分享，影響家人能過一個有價值的人生。志工服務也是小霖繼續堅持的，

因爲小霖希望能夠盡量幫助別人，發揮自己生命的意義。而服務的方向是希望有更多人接近信仰找到自己的生命價值。小朱在接觸服務性社團後期，世界觀的向度有增加和改變。轉變的：小朱的本質在接觸服務性社團之前是性惡的，接觸服務性社團後期小朱的本質是性善的，所以由性惡轉變成性善。因爲小朱參與服務後覺得生命是有意義的，所以小朱希望把握各種機會多看、多聽、多學，過的充實有意義，活出生命的最大能量；人與社會環境是順服的關係，原本是看到是社會大環境的影響所以從事志工的人少，接觸服務性社團後期看到自己能繼續做志工是父母的支持鼓勵。增加的向度是人際關係中尊卑有序，小朱經過社團的歷練後，到了大學階段開始懂得如何跟長輩相處溝通，進而懂得尊重長輩與體諒長輩們的辛苦。至於人際關係中的互利及活動導向中的求知與亦知亦行也都有特別強調，小朱認爲自己會繼續保持學習與做志工服務，而且服務對象會擴大到陌生人，讓自己可以幫助更多人。

三、接觸服務性社團後期的世界觀發展變化，研究者發現世界觀總共有十六個向度中，三個個案除了前期原本的四個向度一樣之外，後期又增加了三個向度是一樣的，有人的本質都是性善的、人際關係是尊卑有序以及活動面向是求知，所增加向度都是正向信念的調整，所以世界觀總共有七個向度一樣。另外有兩兩相同的向度有兩個，有五個向度是三個個案都沒有提到，所以只有兩個向度有明顯的差異性，就是小薇活動中的行動以及小霖人際關係中的個人主義。小薇活動中的行動是因爲小薇的人格特質加上童子軍社團的性質，所以小薇的行動力很強，常常以行動落實助人服務。小霖人際關係中的個人主義，是因爲小霖認爲信仰很好可以找到真實自己，所以堅持不斷的把信仰的好處告訴別人。綜觀上表分析，接觸服務性社團後期表示參與服務性社團越久，其世界觀向度的發展的相似度越高。

#### 肆、小結

接觸服務性社團之前，三個個案在所呈現的世界觀向度都不一樣。而接觸服務性社團之前影響世界觀的因素，大概是受到個人的人格特質及家庭因素影響。

接觸服務性社團之前到接觸服務性社團初期，其世界觀的構築歷程明顯增加，三個

個案的世界觀都豐富許多。小薇增加了六個向度；小霖增加九個向度，其中有一個是改變，小霖本來看自己是亦善亦惡的本質後來轉變成人本質都是性善的，因為小霖接觸宗教性社團，宗教理念認為人都有天理良心，所以是性善；小朱增加六個向度。三個個案都有出現世界觀的向度，在人際關係是互利；人與社會環境的關係是順服；時間導向是重視現在；活動導向是亦知亦行。除了有四個向度是三個個案都有出現之外，其實有蠻多向度是兩兩個案都有出現的。因此研究者推論參與服務性社團後，對於服務者世界觀的向度會明顯增加。而且參加服務性社團所增加的世界觀向度，對於個人生命經驗是正面的影響較多。

接觸服務性社團後期的世界觀發展變化，研究者發現世界觀總共有十六個向度，三個個案除了接觸服務性社團前期原本的四個向度一樣之外，後期又增加了三個向度是一樣的，有人的本質都是性善的、人際關係是尊卑有序以及活動面向是求知，所增加的世界觀向度都是正向信念的調整，所以三個個案世界觀總共有七個向度一樣。另外有兩兩相同的向度有兩個一樣，有五個向度是三個個案都沒有提到，所以只有兩個向度有明顯的差異性，就是小薇活動中的行動以及小霖人際關係中的個人主義。小薇活動中的行動是因為小薇的人格特質加上童子軍社團的性質，所以小薇的行動力很強，常常以行動落實助人服務。小霖人際關係中的個人主義，是因為小霖認為信仰很好可以找到真實自己，所以堅持不斷的把信仰的好處告訴別人。由此看來，參與服務性社團越久，其世界觀向度發展的相似性則越高。

整體而言，從上面三個表格所呈現三個個案世界觀的構築歷程來看，研究者有幾個發現：首先，是參與服務性社團之後，服務者會有較多的思考或是世界觀的向度會增加；其次，是服務者對自己或外界的看法會變的比較正向和肯定；再者，是由三個個案世界觀的構築歷程來看，其世界觀向度的發展相似性很高，由此可看出服務性社團不同其執行活動的方式內容雖有所差異，但它所持的正向精神理念，對於人的影響是相近的，都能夠啟發人們向上向善的心。像小朱和小霖本來都認為自己是性惡的，到了接觸後期都轉變成性善；而且參與後服務者對於未來有比較多與深入性的思考規劃；對於人際之間的相處更懂得尊重。所以從三個個案的世界觀發展歷程來看，參與服務性社團之後，其

世界觀向度都是正向的而且有明顯的增加。

## 第五節 個案之間生活目標構築歷程的差異性比較

生活目標是個人動機明顯表現，常常是個人念茲在茲所掛念要完成事件。因此隨著角色的轉變或是生活中的經歷事件不同，個人可能會有不同的生活目標訂定。有時已訂好的生活目標，也可能因為遇到一些刺激事件，想法改變了，進而調整更適合自己想要的需要生活方向。所以本節將依序討論三個個案，在接觸服務性社團之前、接觸服務性社團初期及接觸服務性社團後期三個階段，說明三個個案生活目標的發展歷程及異同之間的比較。研究者依據黃光國（2004）儒家社會中的生活目標，分成縱向傑出和橫向傑出兩類，各有七個項目，做生活目標的分析比較。

### 壹、接觸服務性社團之前的生活目標比較

接觸服務性社團之前的生活目標，如下表 5-5-1：接觸服務性社團之前生活目標，有打勾的地方就表示個案有此項目的生活目標展現。

表 5-5-1：接觸服務性社團之前生活目標的比較

生活目標 \ 個案		小 薇	小 霖	小 朱
種 類	項 目			
縱向傑出	父母對成就要求			
	教師對成就期待			
	同儕競爭		高	
	社會價值	高		
	個人價值	高		
	選擇自由			
	選擇理由	興趣		
橫向傑出	父母對成就要求			
	教師對成就期待			
	同儕競爭			內團體高
	社會價值			
	個人價值			
	選擇自由			自我選擇
	選擇理由			

由上表所呈現的內容是個案接觸服務性社團之前的生活目標。小薇有縱向傑出中社會價值高，因為小薇受到良好家庭教育的耳濡目染，期望將正確的生活技巧觀念用於對待別人；縱向傑出，個人價值高的，因為小薇有正向的思考特質，想要保持往好的方向思考過快樂的生活。縱向傑出，選擇理由是小薇的興趣，小薇在國中當工讀生就不斷的學習，有不懂的地方會主動發問，因發現學校的童軍團隊穿著制服在為校服務覺得很壯觀，所以很感興趣，想要參加。由上述的生活目標呈現，小薇都是縱向傑出，表示小薇接觸服務性社團之前的生活目標是受到社會上多數人認同的，小薇對童子軍有興趣想要加入做服務助人，而且小薇本身是正向樂觀，所以是多數人肯定的。

小霖接觸服務性社團之前的生活目標，是縱向傑出，同儕競爭高，因為小霖的目標只有為自己的升學考試努力，希望自己能有好的表現，所以每天思考要怎麼樣善加利用時間，考試才會得到高分。為升學考試認真讀書，是社會上多數人認同的。

小朱接觸服務性社團之前的生活目標，都是橫向傑出，表示小薇有比較明顯自我的想法表現。橫向傑出，同儕競爭內團體高，是小朱高中以前跟弟弟的關係很不好，在家常常為了自己的利益爭執吵架。橫向傑出，選擇自由是自我選擇，小朱在國中階段有自己的想法只喜歡看漫畫，心想只要過的快樂就好，在班上成績常是敬陪末座。媽媽因成績不好罵她，小朱會跟媽媽起衝突，覺得媽媽老是叫她做，她不喜歡做的事。

綜合上述，接觸服務性社團之前的生活目標，研究者認為影響個案生活目標的因素是個案的人格特質及家庭環境影響。像小薇受到家庭教育特別是媽媽的影響較大；小霖則是自己個性因素，比較喜歡讀書內向；此兩種因素對小朱都有影響，小朱比較有自己的想法，想要按照自己的想法作，所以跟家人的關係會有較多不愉快的爭執。

## 貳、接觸服務性社團初期的生活目標比較

接觸服務性社團初期的生活目標，由下表所呈現，三個個案參與服務性社團後的生活目標，跟接觸服務性社團之前生活目標都有明顯的增加。

表 5-5-2：接觸服務性社團初期生活目標的比較

生活目標		個案		
種類	項目	小 薇	小 霖	小 朱
縱向傑出	父母對成就要求			
	教師對成就期待			
	同儕競爭			
	社會價值	高	高	高
	個人價值	高		高
	選擇自由			
	選擇理由	興趣及實用主義	興趣及實用主義	
橫向傑出	父母對成就要求			
	教師對成就期待			
	同儕競爭			
	社會價值		中等	
	個人價值			
	選擇自由	自我選擇		自我選擇
	選擇理由	個人興趣		

由上述表格內容呈現，接觸服務性社團初期的生活目標展現。小薇的生活目標在縱向傑出，社會價值高及個人價值高的項目，仍然有特別強調，而且針對此兩個項目的生活目標增加很多，像小薇希望把老師當作楷模，把握時間跟機會學習不斷的自我超越，學習回來再運用在生活中幫助別人或是教導別人；雖然人生會遇到挫折，小薇以彈性的想法積極的心態面對。而參與童子軍的目標是縱向傑出，選擇理由原本是個人興趣還加上實用主義，因為小薇參與童軍的熱情，實際加入後開始遇到種種的挑戰，而小薇想要藉著社團這個環境讓自己學習成長，所以選擇讓社團繼續運作的更好。小薇也期望自己的努力被肯定後，可以為自己未來的生涯鋪路。至於助人服務是橫向傑出，因為助人工作只有參與團體中的少數人認同，所以是橫向傑出。選擇自由是小薇可以自我選擇；選擇理由則是小薇個人的興趣，小薇以行動做服務奉獻得到快樂和肯定，所以助人服務是小薇樂意做的事。

小霖接觸服務性社團初期，其生活目標有明顯的增加和轉變。轉變的生活目標是縱

向傑出同儕競爭高的，表是小霖不再以讀書考試為生活重心。增加的生活目標，有縱向傑出，社會價值高，小霖希望自己的信仰應該要有正確的信念，是為幫助自己或別人找到真實的自己，讓他人能過的快樂；把握當下的時間，因為人生有很多的不確定性，現在的努力可以增加自己的實力，以因應未來的挑戰。小霖選擇以宗教的方式助人，對他個人來說，是縱向傑出，選擇理由是實用主義和小霖個人興趣。小霖發現幫助別人，可以從活動中看到自己是怎樣的人，如果有一些不好的缺點可藉此機會修正磨練，讓自己變的更好，對於自己幫助很大。接觸信仰後過著充實的生活，增加很多歷練，所以當遇到問題時會選擇面對克服困難，對生命有很大幫助。至於助人的方式是橫向傑出，社會價值是中等，小霖希望有更多人跟他一樣，有機會接觸信仰這一條路找到人生的目標，過有意義的生活，因為大多數人還是覺得不需要有什麼信仰，只要顧好自己的生活所需或是不要做壞事就可以，所以宗教信仰是少數人認同的。

小朱在接觸服務性社團初期，其生活目標也是明顯的增加和轉變。轉變的是小朱本來跟弟弟的關係不良，所以常常跟弟弟爭執，參加志工隊後跟弟弟學會溝通分享，還可以一起上課關係變好了。增加的生活目標有縱向傑出，社會價值高的和個人價值高的及橫向傑出，選擇自由是自我選擇。社會價值高的是，小朱參與志工服務後，發現幫助別人其實受益最大的是自己；小朱傾向把握現在最重要，因為現在是你可以掌控的。所以希望擅用零碎時間，在有限的時間內發揮更高的效率；小朱看到自己國家在國際上被藐視，是因為大陸對我們不友善，志工活動中有一次參加亞太青年會，看到彼此有心結的國家，其實是可以坐下來溝通，以解決兩國之間的糾葛問題，所以很期待是否能跟大陸的學子做交流，藉此化解彼此的心結；小朱參與志工活動，認識一位跟他同年齡的血癌患者，讓小朱覺得要善用生命，因為死亡是任何年齡都可能會發生。個人價值高的是，小朱看到抽象劇表演，深刻的感受到現代人有許多的無奈，生活中想做的事，卻不能去做，盡是做一些自己不想做的事。所以小朱希望生活中可以做很多自己想做的事，期望讓自己過的很自在。選擇自由是自我選擇，此處的自我選擇與接觸服務性社團之前的自我選擇是不同，此處的自我選擇是小朱看到現在的學生都不願意出來做服務，是因為大環境的影響，小朱希望自己能努力鼓勵他人出來服務，過程中可能會遇到挫折，還是要



繼續努力，因為有很多人需要幫忙。

由上表所呈現接觸服務性社團初期的生活目標，三個個案都有出現的生活目標是縱向傑出，社會價值高的。而兩兩都有出現的生活目標有三個，像小薇和小朱都有縱向傑出，個人價值高的目標和橫向傑出，選擇的自由是自我選擇；小薇和小霖都有縱向傑出，選擇的理由是興趣和實用主義。由此可看出，接觸服務性社團之前三個個案的生活目標都不一樣，經過參與接觸服務性社團初期的生活目標，將近有四個目標是三個個案都有相似性的發展。

### 叁、接觸服務性社團後期的生活目標比較

由下表所呈現的內容，括弧部分代表的意義是個案在接觸服務性社團後期的訪談中並沒有特別再提到此生活目標，但研究者認為個案此生活目標應該跟接觸服務性社團初期一樣有延續性。訪談過程中如果個案的生活目標有所轉變，個案會有所論述且特別強調，所以用括弧表示才能看出生活目標構築歷程的全貌。

表 5-5-3：接觸服務性社團後期生活目標的比較

生活目標		個案	小 薇	小 霖	小 朱
種 類	項 目				
縱向傑出	父母對成就要求				
	教師對成就期待				
	同儕競爭				
	社會價值	高	高	高	
	個人價值	(高)		(高)	
	選擇自由				
	選擇理由	興趣及實用主義	(興趣及實用主義)		
橫向傑出	父母對成就要求				
	教師對成就期待				
	同儕競爭				
	社會價值		(中等)	中等	
	個人價值				
	選擇自由	(自我選擇)	自我選擇	自我選擇	
	選擇理由	(個人興趣)	個人興趣		

由上表所呈現是接觸服務性社團後期生活目標的內容，小薇接觸服務性社團後期生活目標的項目跟初期一樣，只是後期的生活目標有特別強調縱向傑出，社會價值高的和選擇的理由是個人興趣與實用為由，社會價值高是小薇短期之內把重心擺在家裡，因為爸爸生病在家，家裡更需要幫忙。選擇的理由是個人興趣與實用跟接觸服務性社團初期有所不同，小薇大學讀的是自己興趣的社工系，所以希望自己認真讀書，將來可以往社工方面發展。

小霖接觸服務性社團後期的生活目標，跟接觸服務性社團初期比較，在縱向傑出，社會價值是高的仍有特別強調。增加了橫向傑出，選擇自由是自我選擇和選擇的理由是個人的興趣。自我選擇是小霖希望將修行的快樂，回家跟家人分享，影響他們過一個有價值的人生。小霖希望讓家人能走入修行，從修行中體會到益處。選擇的理由是個人的興趣，小霖住伙食團找到生活目標增加自己生命的價值。更期待能夠在伙食團的薰陶之下，將來若是離開伙食團這個環境，也能夠繼續走修行的路。

小朱接觸服務性社團後期的生活目標，跟接觸服務性社團初期比較。增加的生活目

標是橫向傑出，社會價值中的是小朱認為自己到大學階段，還繼續參與志工服務，是因為父母肯定支持做志工服務。小朱有特別強調縱向傑出，社會價值高和橫向傑出，選擇自由是自我的選擇。社會價值高是小朱希望把握各種機會多看、多聽、多學，可活出生命的最大能量以及和週遭的生命多做連結，過的充實有意義；對於父母的辛苦養育小朱希望有所回饋，短期之內可以多陪陪家人，帶給他們自己最喜歡的快樂，中期希望自己有經濟能力時，父母能夠參與志工或讓他們上成長課程，長期希望有好的經濟能力時能帶父母出國去玩；小朱認為打工雖然有收入對自己有益，但是價值是有限的，只有一點點錢，但志工的價值是無限的，所以會繼續做志工服務。自我的選擇是小朱把助人工作，當成是自己生活的部份，服務對象及提供服務的方式都盡量保持彈性。

接觸服務性社團後期的生活目標，跟接觸服務性社團初期的生活目標比較，三個個案生活目標發展的相似度更高。三個個案所呈現的生活目標共有六個項目，有兩個項目是三個個案都有，為縱向傑出，社會價值高和橫向傑出，選擇自由是自我的選擇。有四個項目是兩兩都有的，像小薇和小朱都有縱向傑出，個人價值高的目標；小薇和小霖都有縱向傑出，選擇的理由是興趣和實用主義以及橫向傑出，選擇理由是個人興趣

#### 肆、小結

接觸服務性社團之前的生活目標，研究者認為影響個案生活目標的因素是個案的人格特質及家庭環境因素影響。像小薇受到家庭教育特別是媽媽的影響較大；小霖則是自己個性因素，比較喜歡讀書內向；此兩種因素對小朱都有所影響，小朱的個性比較有自己的想法，想要按照自己的想法做事，所以跟家人的關係，會有較多的爭執和不愉快。

接觸服務性社團之前到接觸服務性社團初期的生活目標，三個個案都有出現的生活目標是縱向傑出，社會價值高的。而兩兩都有出現的生活目標有三個，像小薇和小朱都有縱向傑出，個人價值高的目標和橫向傑出，選擇的自由是自我選擇；小薇和小霖都有縱向傑出，選擇的理由是興趣和實用主義。由此可看出，接觸服務性社團之前三個個案的生活目標都不一樣，經過參與接觸服務性社團初期的生活目標，將近有四個目標是三

個個案都有相似性的發展。

接觸服務性社團後期的生活目標，跟接觸服務性社團初期的生活目標比較，三個個案生活目標發展的相似度更高。三個個案所呈現的生活目標共有六個項目，有兩個項目是三個個案都有，為縱向傑出，社會價值高和橫向傑出，選擇自由是自我的選擇。有四個項目是兩兩都有的，像小薇和小朱都有縱向傑出，個人價值高的目標；小薇和小霖都有縱向傑出，選擇的理由是興趣和實用主義以及橫向傑出，選擇理由是個人興趣

綜觀上述內容所呈現三個個案生活目標的構築歷程來看，參與服務性社團之後三個個案生活目標的發展，相似性很高。研究者有一些推論：首先，是參與服務性社團服務之後，服務者對於助人工作或是對家人的付出的目標會受到別人肯定，所以產生自信心與價值感之後就更願意去做助人工作；其次，是服務者選擇參與服務性社團服務的理由，可能是個人的興趣或是實用主義，可以將學習運用在日常生活中或是為將來的生涯鋪路；再者是，參與服務之後通常願意繼續做服務工作，而且是個人的自我選擇，選擇的理由是個人本來就感興趣或是參與過程中逐漸培養出來的興趣，還有很重要的是家人的支持，像小薇和小朱都是家人很肯定他們做志工服務。最後，是生活目標的方向會有正向的轉變，小霖和小朱在接觸服務性社團之前，其生活目標都是同儕競爭的項目，參與服務性社團之後，同儕競爭項目的目標不見了，取而代之的目標都是比較正向的，像社會價值高的和個人價值高的。所以從三個個案的生活目標發展歷程來看，參與服務性社團之後，其生活目標是比較正向而且有明顯的豐富許多。



## 第六章 研究結論與建議

本研究的目的：首先，是探討大學生參與服務性社團之後其世界觀的構築歷程；其次，是探討大學生參與服務性社團之後其生活目標的構築歷程；再者是，探討大學生參與服務性社團之後，其世界觀與生活目標構築歷程的相互影響；最後，是探討大學生參與服務性社團之後對生命意義感的影響。以三位參與服務性社團的大學生為研究對象，進行深度訪談，採用內容分析法做訪談資料的歸納分析。研究結果已於第四章、第五章做分析討論。本章，第一節為結論是對研究結果作重點摘要說明並回應先前文獻所提的階層分析模式觀點；第二節針對本研究的發現或不足，提出建議。

## 第一節 研究結論

本節依照研究資料的分析結果，分四點作結論：一、接觸服務性社團之後的世界觀構築歷程；二、接觸服務性社團之後的生活目標構築歷程；三、接觸服務性社團之後的世界觀與生活目標的相互關係；四、大學生參與服務性社團之後對生命意義感的影響。

### 壹、接觸服務性社團之後的世界觀構築歷程

接觸服務性社團之前三個個案所呈現的世界觀向度都不一樣。接觸服務性社團初期世界觀向度出現了變化，有四個向度是三個個案都有出現的向度，在人際關係是互利；人與社會環境的關係是順服；時間導向是重視現在；活動導向是亦知亦行。互利的關係是因為服務者參與服務後，發現自己及受幫助的人，都變快樂了而且有所成長；人與社會環境的關係是順服，因為參與服務後，所接觸的環境變多了，發現人因為接觸環境不同而有善惡的展現，所以看到環境對人的影響很大；重視現在時間是因為服務者覺得現在的時間是可以掌握的，要撥出時間參與服務所以要善用把握時間過充實的生活，可以在未來有一些回憶。活動導向是亦知亦行是將學習與行動配合，所以從參與服務活動中實際去做和學習，因此可以學以致用，使學習更落實。

接觸服務性社團後期世界觀的發展，三個個案除了初期的四個向度一樣之外，後期又增加了三個向度是一樣的，有人的本質都是性善的、人際關係是尊卑有序以及活動面向是求知，所增加的向度都是正向信念的調整。以人的本質都是性善的來看，雖然三個個案都有發現人有惡的面向，但是因為他們服務社團環境中所接觸的都是善的人，也看到性惡轉變成性善的，所以都相信人的本質是性善的；人際關係是尊卑有序，參與服務後可以跟不同年齡層的人接觸，學會了人際之間的溝通跟尊重；活動面向是求知，從參與活動中，經常面對不同問題，有許多刺激可以激發自己對人生問題的思考，所以在思索生命部份會逐漸增加。研究者發現世界觀總共有十六個向度，三個個案總共有七個向度一樣，另外有兩兩相同的向度有兩個，有五個向度是三個個案都沒有提到，所以只有

兩個向度有明顯的差異，就是小薇活動中的行動以及小霖人際關係中的個人主義。小薇活動中的行動是因為小薇的人格特質加上童子軍社團強調做中學的理念，所以小薇的行動力很強，常常以行動落實助人服務。小霖人際關係中的個人主義，是因為小霖認為信仰很好可以找到真實自己，所以堅持希望自己把信仰的好處不斷的告訴別人。

參與服務性社團世界觀向度的轉變歷程。在接觸服務性社團之前，小朱的本質是性惡的，接觸服務性社團後期，小朱的本質是性善的，所以由性惡轉變成性善，因為小朱參與服務後覺得生命是有意義的，所以小朱希望把握各種機會多看、多聽、多學，過的充實有意義；小霖接觸服務性社團之前認為自己是亦惡亦善，接觸宗教性服務性社團初期，轉變成人本質都是性善的包括他自己，因為宗教提到人的本質都是性善的，每個人應該不分貧富貴賤，都可以找到自己存在生命價值；人與社會環境是順服的關係，小朱原本看到社會大環境的影響所以從事志工的人少，接觸服務性社團後期看到自己能繼續做志工是父母的支持鼓勵。

整體而言，三個個案世界觀的構築歷程，研究者有幾個發現：首先，是參與服務性社團之後，服務者會有較多的思考或是世界觀的向度會增加；其次，是服務者對自己或外界的看法會變的比較正向和肯定；再者是，由三個個案世界觀的構築歷程來看，其世界觀向度的發展相似性很高，由此可看出服務性社團性質不同，執行活動的方式內容雖有差異，但它們所持的正向精神理念，對於人的影響是相近的，都能夠啟發人們向上向善的心。像小朱和小霖本來都認為自己是性惡的，到了接觸後期都轉變成性善；而且參與服務後，服務者對於未來會有比較多深入性的思考規劃；對於人際之間的相處更懂得體諒尊重。所以從世界觀向度發展的歷程看，研究者認為參與投入服務性社團之後，對於服務者世界觀向度會有相似性的發展而且世界觀的向度都會增加或是做調整，所增加的世界觀向度對於個人的生命經驗有正面的影響。

## 貳、接觸服務性社團之後的生活目標構築歷程



接觸服務性社團初期的生活目標，三個個案都有出現的生活目標是社會價值高的（縱向傑出）。而兩兩都有出現的生活目標有三個，像小薇和小朱都有個人價值高的目標（縱向傑出）和自我選擇的自由（橫向傑出）；小薇和小霖都有選擇的理由是興趣和實用主義（縱向傑出）。在接觸服務性社團之前三個個案的生活目標都不一樣，經過參與接觸服務性社團初期的生活目標，將近有四個目標是三個個案都有相似性的發展。

接觸服務性社團後期的生活目標，三個個案生活目標發展的相似度更高。三個個案所呈現的生活目標共有六個項目，其中有兩個項目是三個個案都有為社會價值高（縱向傑出）和認同自我的選擇（橫向傑出）。有四個項目是兩兩都相同的，像小薇和小朱都有個人價值高的（縱向傑出）；小薇和小霖都有選擇的理由是興趣和實用主義（縱向傑出）以及選擇理由是個人興趣（橫向傑出）。

生活目標的轉變，小霖接觸社團之前的生活目標是同儕競爭高的（縱向傑出），參與服務性社團之後轉變成社會價值高（縱向傑出），表示小霖的目標不是只有讀書考試，希望自己能以信仰幫助自己或他人找到真實的自己，讓自己及他人都能過的快樂；小朱接觸社團之前的目標是同儕競爭內團體高（橫向傑出），因為奶奶重男輕女所以小朱不喜歡弟弟，跟弟弟的關係不良，常常跟弟弟為利益爭執，參加服務性社團之後，目標轉變成社會價值高（縱向傑出），跟弟弟學會溝通分享，彼此的關係變好了。

綜觀上述內容，三個個案生活目標的構築歷程來看，參與服務性社團之後三個個案生活目標的發展，相似性很高。研究者有一些推論：首先，是參與服務性社團服務之後，參與者對於助人工作或是對家人的付出的目標會受到別人肯定，所以產生自信心與價值感之後就更願意去做助人工作；其次，是服務者選擇參與服務性社團服務的理由，可能是個人的興趣或是實用主義，可以將學習運用在日常生活中或是為將來的生涯鋪路；再者是，參與服務之後通常願意繼續做服務工作，而且是個人的自我選擇，選擇的理由是個人本來就感興趣或是參與過程中逐漸培養出來的興趣，還有很重要的是家人的支持，像小薇和小朱都是家人很肯定他們做志工服務。最後，是生活目標的方向會有正向的轉變，小霖和小朱在接觸服務性社團之前，其生活目標都是同儕競爭的項目，參與服務性

社團之後，同儕競爭項目的目標不見了，取而代之的目標都是比較正向的，像社會價值高的和個人價值高的。所以從三個個案的生活目標發展歷程來看，參與服務性社團之後，其生活目標是往正向發展而且豐富。

### 叁、接觸服務性社團之後世界觀與生活目標的相互影響

一、以接觸社團之前、接觸社團初期以及接觸社團後期的世界觀和生活目標的發展歷程來看，世界觀和生活目標會隨著參與社團的時間拉長，世界觀的向度有明顯增加，而生活目標也跟著世界觀的調整做改變。此論述可以回應第二章文獻中所提的尋找生命意義的階層模式，最底層結構是世界觀；中間結構是生活目標；最上層結構是生命意義感，此三層結構是彼此有來回的相互關係。

以小薇參與社團過程的世界觀與生活目標的來回相互關係為例。小薇接觸社團之前，本身特質是好奇心強又喜歡學習，國中發現的童子軍很感興趣，但無法參加（亦知亦行），於是立定目標高中時一定要參加童子軍（縱向興趣）。到了高中參加社團，接觸社團初期，小薇想要藉著社團環境學習（互利），所以想讓童子軍社團被學校重視（縱向實用），於是小薇在無人可帶領之下主動到外面學習（亦知亦行），再回來教導同學及學長姐，再為學校服務（縱向社高）。帶學生服務要體諒家長的擔心（尊卑有序），所以活動過程要把學生照顧好（縱向社高），實際為學校做服務（行動）得到鼓勵肯定，小薇就覺得很高興也增加自信心（縱向個高及橫向個人興趣），所以社團變好受到學校肯定（和諧）小薇認為有很多人在看可以為未來鋪路（縱向興趣與實用）。果然到了接觸社團後期，就是小薇大學階段讀夜間部，白天被學校留下來當職員，讓小薇覺得所有的努力都受到肯定沒有白費，所以就覺得自己的生命很有意義（生命意義），小薇大學讀社工系認真把功課讀好（縱向社高）希望將來可以從事社工工作或是更有能力助人（縱向興趣與實用）。

以小霖參與服務性社團過程的世界觀與生活目標來回相互關係來看。接觸社團之前，小霖是傾向負面想法但也認真讀書（亦惡亦善），希望將來能考上好學校（縱向同

儕競爭高)。接觸宗教性社團初期，小霖開始做志工以信仰的觀念助人(個人主義)，希望能幫助他人找到自己跟快樂(縱向社高)，在幫助人的過程，小霖發現自己受益更多(互利)，讓自己變快樂有價值更了解自己(縱向實用)。小霖為了讓自己更深入社團所以住伙食團(順服關係)，在伙食團中學習，受到伙食團中人事物影響(橫向自我選擇)，小霖找到了自己存在的生命意義價值(生命意義)。小霖把握現在的時間學習服務(時間現在)，增加實力及過的充實小霖才覺得有意義(縱向社高)。小霖接觸信仰後勇於面對困難(亦知亦行)，希望把修行當作是一輩子的事(縱向興趣)，接觸信仰後小霖才知道人的本質都是性善的，也轉變他以前的觀念(性善)，所以希望每個人都有信仰，過有意義的生活(橫向社中)，但小霖從當今一般人信仰的意圖發現信仰要有正確的信念(求知)，所以希望自己能幫助自己及別人找到真實的自己(縱向社高)。接觸宗教性社團後期，小霖希望把課業顧好之外也能發揮自己的生命意義(亦知亦行)，幫助別人找到生存的價值意義(縱向社高)，住伙食團期間多學習奠定穩固的修行基礎(亦知亦行)，將來離開伙食團能繼續修行(橫向興趣)，把伙食團所得到的快樂跟改變回家跟家人分享(求知)希望影響家人過一個有價值的人生(橫向自我選擇)。

以小朱參與服務性社團過程，其世界觀與生活目標的來回相互關係。接觸社團之前，小朱發現奶奶重男輕女，弟弟比較受寵(性惡)所以常跟弟弟吵架爲了利益爭執(橫向同儕競爭內團體高)，以及自己國中時愛看漫畫不讀書，常跟媽媽起衝突(性惡)，小朱心想只要快樂就好(橫向自我選擇)。接觸社團初期，參觀資源回收，知道將回收物品事先清洗的好處(亦知亦行)，所以回來開始學習順手清洗一下要丟的東西(縱向社高)；看到台灣跟大陸不良的關係，參與亞太青年會後知道解決方式(求知)，希望跟大陸學子坐下來溝通化解心結(縱向社高)；活動過程看一齣抽象劇枷鎖的表演(求知)希望能按照自己的規劃生活是重要可貴的(橫向自我選擇)；看到同年齡的血癌患者認真的活著(求知)，希望珍惜善用生命(縱向社高)，所以要把握現在擅用零碎時間(現在時間)，希望將有限時間發揮效率過充實的生活(縱向社高)。接觸社團後期，在大學二年級小朱過於忙碌產生極大壓力(求知)，於是學會希望多愛自己一點(縱向個高)。小朱自助助人活動中看到自己的潛力(亦知亦行)，希望自己能面對挑戰越來越好(縱向

社高)，所以小朱看到自己的生命有意義價值應該發揮（性善），小朱希望多跟周邊的人做連結，活出生命的最大能量（縱向社高），小朱覺得自己大學還能做志工（順服關係），是因為父母的鼓勵支持（橫向社中），所以小朱尊重父母住家裡可彼此照應（互利），希望將來可以回饋父母的養育之恩（縱向社高）。從以上的世界觀、生活目標與生命意義的呈現，可以看出彼此之間有來回的相互影響，所以研究者認為尋找生命意義的階層模式，是可以被驗證的理論模式。

二、若以理情行為治療（REBT）這個方法也是可以說明世界觀與生活目標是有相互關係的，因為理情行為治療是基於一個假定：認知、情緒和行為有明顯的交互作用，其中有可逆性的因果關係存在。REBT 發展中不斷強調這三者的特性和他們的因果關係（Ellis, 1998; 1999）。研究者認為，其中認知可以是所謂的世界觀；行為可以是生活目標。所以當生活目標達成時必能產生正面情緒，正面情緒也必定會再回饋到認知（世界觀）及行為（生活目標）面向上，而這可以使當事人更確認自己的認知（世界觀）及行為（生活目標）是正確的。

小薇想要學習和興趣即是認知（世界觀）所以加入童子軍即是行為（生活目標），參與童子軍之後認真學習服務，得到學校的肯定讚賞，小薇覺得很高興有成就感即是產生正面情緒，所以產生正面情緒再回饋讓小薇更確認，為了興趣和學習即是認知（世界觀）所以加入童子軍即是行為（生活目標）是對的決定。小薇認為參與童子軍可以學習東西即是認知（世界觀）所以希望把握時間跟機會跟優秀的老師學習即是行為（生活目標），小薇學會東西就覺得很快樂有成就感，所以又產生正面情緒。

小霖覺得此社團的理念跟自己的特質相近即是認知（世界觀）所以加入宗教性服務性社團即是行為（生活目標），參與知善社服務性社團，逐漸了解認識真實內在的自己，並且在助人過程別人的正面回應，讓小霖覺得很快樂跟有價值（情緒）即是產生正面情緒，所以產生正面情緒再回饋讓小霖更確認，自己的特質是適合加入宗教性服務性社團的，可以幫助自己跟幫助別人所以是對的決定。

小朱高中時期讀書壓力大，同學說有志工隊可以參加，小朱認為可以跟小朋友玩所

以可以紓解放鬆一下即是認知（世界觀）所以就跟同學參加志工隊即是行爲（生活目標），參與志工服務時，看到別人因爲自己的幫助變快樂跟成長，自己也覺得很高興（情緒）即是產生正面情緒，所以產生正面情緒再回饋讓小朱知道參與志工不只自己得到快樂，別人也變快樂即是認知（世界觀），看到自己做的事情是很有意義即是行爲（生活目標）所以是對的決定。由此可看出認知、情緒和行爲有明顯的交互作用，其中有可逆性的因果關係存在，所以就理情行爲治療的理論來看，世界觀與生活目標的確會有相互關係而且彼此密切影響。

#### 肆、大學生參與服務性社團之後對生命意義感的影響

三個個案在接觸服務性社團之前，對於人生活在世界要做什麼或是生命意義的問題幾乎沒有思考過，跟一般人的思維模式是一樣的，把本份做好，認真讀書將來找個好工作，有個好的歸宿。好像這種生命模式被認定是好的，所以大家就理所當然跟著走，而對於生命意義的內涵卻很少被提到，所以生命的意義問題都被大家忽略了。參與接觸服務性社團之後，三個個案從參與活動中所得的一些回饋、服務中所接觸的人彼此互相激盪學習、可以看見各種形形色色的人事物，有不同的刺激，有許多是蠻震撼與感動人心，都可以引發服務者對人生問題的思考。於是服務者生活開始多采多姿，生命漸漸豐富起來，所以接觸服務性社團之後才開始思考生命意義的問題，也隨著參與社團時間越久，越覺得生命有意義。

小薇認爲自己蠻願意不斷的做服務奉獻，是受到媽媽，童子軍的夥伴及老師的影響，所以喜歡做服務。另一方面也是興趣，而且從服務當中可以獲得鼓勵和肯定，就覺得很高興，可以給自己增強自信心。所以小薇做服務得到正向鼓勵，很高興之後，又再去做服務，又再度得到肯定，如此良性的循環，讓小薇覺得自己的生命很有意義，因爲生命可以完成很多事。在服務當中遇到問題時，小薇都選擇勇於面對，自我學習或找人求救克服困難，所以小薇能力不斷的提升，因此在逆境中小薇也超越了就更能體會自己生命是有價值。參與活動中看到別人的不幸遭遇，還能堅強的活著，啓發自己要珍惜善

用生命，因為自己現在的狀況是很幸福的。所以經過服務性社團更多的歷練後，小薇對於自己的生命價值與意義就更豐富與確定。

小霖接觸的是宗教性服務性社團，從參與活動中小霖發現信仰可以提供深層的思考，慢慢了解生命的意義和價值。而且宗教信仰提醒我們人活著應該有一些使命和目標要達成，所以每個人都應該發現自己生存的意義。所以小霖開始跟社團的活動緊密結合，對信仰的意涵有深入探討並參與宗教活動，小霖從活動中提升能量逐漸察覺自己內心的想法，進而掌控自己的心性不被外物所控制。隨著參與服務的付出學習時間拉長，小霖覺得生命的深度跟廣度都跟著豐富起來，逐漸找到自己人生的方向，也發現自己的生命的確有意義跟價值。小霖覺得顧好自己的課業之外，應該幫助自己及別人追求心靈層次的成長，才會覺得自己的生命有意義。所以當小霖察覺自己的生命有意義時，想要將自己的生命加以發揮讓別人也找到生命意義，這應該也是服務性社團薰陶之下的精神理念，你好我也好讓大家都好起來。

小朱參與服務性社團之後，發現原來有這麼多人需要幫忙，從幫助別人的回饋中覺得自己做的事是有意義的，也發現自己很幸福跟重要，因為有能力幫助別人。小朱自參與活動的過程中，對死亡與活著的問題有一些反思，覺得應該要珍惜生命，善用時間過充實有意義的生活。所以從參與服務性社團後期，小朱覺得自己的生命是有意義的。生命應該要做有意義的事情，像跟家人或是朋友互動、關心自己也關心別人讓自己跟別人都快樂、讓生命能夠繁延或是傳承等等都是有意義的。

綜合上述，發現服務者隨著參與服務性社團的時間越久，參與者能覺察思索生命的問題進而找到自己的生命意義，對於生命是有正向的激勵，使參與者生命的深度跟廣度都能增加。甚至參與者都想要發揮自己的生命價值，所以想要幫助、鼓勵別人也能過的有意義跟價值，希望每個人都能過的快樂。因此參與服務性社團是值得鼓勵推廣的，因為對於生命有正向的增強作用。

## 伍、小結

整體而言，三個個案世界觀的構築歷程，接觸服務性社團初期三個個案都有出現

世界觀的向度，在人際關係是互利；人與社會環境的關係是順服；時間導向是重視現在；活動導向是亦知亦行。社團後期又增加了三個向度是一樣的，有人的本質都是性善的、人際關係是尊卑有序以及活動面向是求知，所以世界觀總共有七個向度一樣，而且世界觀向度對於個人生命經驗有正面的影響。從以上世界觀的構築歷程，可以看出參與服務性社團的學生，世界觀發展有一些共同趨勢的傾向，參與社團初期，因為除了上課需要額外撥時間做服務及做更多的學習，所以會擅用珍惜時間；參與社團所接觸的人事物都是比較正面的，因此服務者會受影響想要讓自己越來越好；參與服務之後養成了從行動中做學習，比較容易學以致用，進而發現幫助別人其實自己也受益良多。參與社團後期，因接觸時間越久，經驗歷練越豐富，雖對社會有一些負面的發現，也開始對生命會有更多的思索，但大都往正面的方向思考，希望自己及他人甚至是社會國家能越來越好。

再以三個個案生活目標的構築歷程來看，參與服務性社團之後三個個案生活目標的發展，相似性很高。首先，是參與服務性社團服務之後，服務者對於助人工作或是對家人的付出的目標會受到別人肯定，所以產生自信心與價值感之後就更願意去做助人工作；其次，是服務者選擇參與服務性社團服務的理由，可能是個人的興趣或是實用主義，可以將學習運用在日常生活中或是為將來的生涯鋪路；再者是，參與服務之後通常願意繼續做服務工作，而且是個人的自我選擇，選擇的理由是個人本來就感興趣或是參與過程中逐漸培養出來的興趣，還有很重要的是家人的支持。最後，是生活目標的方向會有正向的轉變，小霖和小朱在接觸服務性社團之前，其生活目標都是同儕競爭的項目，參與服務性社團之後，同儕競爭項目的目標不見了，取而代之的目標都是比較正向的，所以從三個個案的生活目標發展歷程來看，參與服務性社團之後，其生活目標是比較正向而且明顯的豐富。

以第五章的一、二、三節所呈現的世界觀、生活目標與生命意義的相互關係，可以看出彼此之間有來回的相互影響，所以研究者認為尋找生命意義的階層模式，是可以被驗證的理論模式。若以理情行為治療的理論來看，認知、情緒和行為有明顯的交互作用，其中有可逆性的因果關係存在，世界觀與生活目標的確會有相互關係而且彼此密切影響。

綜合上述，發現參與者隨著參與服務性社團的時間越久，參與者逐漸覺察思索生命的問題進而從服務中找到自己的生命意義，對於生命是有正向的激勵，使參與者生命的深度跟廣度都能增加。甚至參與者都想要發揮自己的生命價值，所以想要幫助別人也能過的快樂有意義跟價值，因此參與服務性社團是值得鼓勵推廣的，因為參與者可以從中發現生命意義，對於生命有正向的增強作用。



## 第二節 建議與限制

自進行研究開始到即將完成論文之際，研究者檢視整個論文寫作過程，發現有一些限制與不足，希望針對本研究結果提供大學生、教育當局或未來研究者一些建議。

### 壹、研究限制

#### 一、研究對象選擇的限制

本研究共選取三個個案為研究對象，以研究資料的飽和度來說，如果可以增加研究個案數，應該可以豐富生命意義研究的內涵。因本研究的主題是以世界觀和生活目標取向了解大學生的生命意義，研究著發現思考生命意義議題對於大學生這個族群來說，由於生命歷練還不夠豐富或是生活中對生命意義的問題並沒有思考太多，因此想要了解大學生生命意義的內涵可能是有限的。所以在訪談過程中，研究者發現受訪者有時候，不曉得對生命意義的問題該如何回答，可能需要停頓一下或是用心思考才能恢復一些對生命經驗或成長歷程的深刻印象。由於訪談者的發問，引發受訪者在訪談過程中才逐漸釐清思考自己生命意義的內涵是如何。

#### 二、研究方法的限制

本研究是以質性研究的深度訪談蒐集資料，再以內容分析法做訪談資料的歸納整理。由於整個研究過程時間蠻長的，除了錄音打成逐字稿有請大學生幫忙外，其餘都是研究者本身親自著手進行，所以過程中難免對於訪談資料的編碼會較主觀，可能有些偏頗。加上以內容分析法進行編碼，所用的編碼方法可能會受限資料內容的取捨，因此影響研究結果的呈現，所以這是本研究方法的限制。

### 貳、建議

#### 一、給現代大學生的建議

所謂大學必修的三學分，課業、戀愛及社團。可見大學時代的學生，除了把課業顧好之外，應該學習一些額外的能力，譬如：人際溝通相處能力、處理事務能力、危機應變或領導能力等，如此學習可以為未來出社會奠定良好的基礎。從本研究個案的訪談中，發現參與服務性社團，對於他們的生命都有正面的影響例如：個性變開朗活潑有自信、提升自己的能力及面對問題的勇氣、生活過的充實愉快以及體會到自己的價值意義，如此的正向改變，他們都覺得參與服務性社團是值得的。所以鼓勵現今不喜歡參與服務性社團的大學生，雖然參與服務有點辛苦、浪費時間又沒有實質的金錢收入，這是短期之內你所看到的損失，如果你願意給自己機會及堅持一段時間的服務，相信對你的生命會有莫大的幫助。

## 二、對教育工作者的建議

由於台灣整個環境教育重視升學考試，所以在升學主義的風氣盛行之下，現今的學生只重視讀書，希望考上好學校。對於日常生活的基本能力培養都忽略了，像人際之間應有的禮儀與尊重、面對問題的處理能力、個人良好生活習慣的養成等，都被大家忽略了，所以導致我們社會的問題層出不窮。研究者認為這是每一個教育工作者還有家長都應該負起的責任，不要只給孩子灌輸只要認真讀書將來賺大錢就好的觀念，若無法達成此目標，這容易讓孩子失去生存的鬥志，對人生感到茫然迷失。因此研究者認為想要培養孩子健全的人格發展，參與服務性的工作，應該可以有很大的幫助與啟發。

## 三、給未來研究者的建議

本研究因為研究對象、研究方法及研究時間的限制，所以研究結果的發現有限。對於未來研究者，可能可以選擇更多不同性質的服務性社團或是別種性質社團的學生為研究對象，或是採取不同的研究方法做研究，對於大學生生命意義內涵的了解，可能會更豐富多元。



# 參考文獻

## 一、中文部份

- 王雅各等(2005)。深度訪談。**質性研究**，83-122 頁。台北：心理。
- 中國童子軍訓練暨進程委員會童子軍團長手冊編輯小組(1992)**中國童子軍童子軍團長手冊**，1-21 頁。台北：中國童子軍總會。
- 中華民國一貫道總會(1988)**一貫道簡介**。台南：氣巨。
- 孚中(1997)。**一貫道歷史**，110-126 頁。台北：正一。
- 江慧鈺(2001)。**國中生生命意義之探討比較分析與詮釋研究**。慈濟大學教育研究所碩士論文(未出版)。
- 李麗華(2001)。生命的價值。**學生輔導雙月刊**，76，29-31 頁。臺北：教育部訓育委員會。
- 何郁玲(1999)。**中小學教師職業倦怠教師效能與生命意義感關係之研究**。國立彰化師範大學教育研究所碩士論文(未出版)。
- 何英奇(1985)。生命態度剖面圖之編制：信度與效度之研究。**師大學報**，35，71-94 頁。
- 何英奇(1987a)。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證性研究。**教育心理學報**，20，87-106 頁。
- 何英奇(1987b)。大專學生生命意義感及其相關研究：意義治療法基本概念之實證性研究。**教育心理學報**，23，119-142 頁。
- 何英奇(1990)。意義測驗之修訂：信度與效度之研究。**中國測驗學會測驗年刊**，37，51-72 頁。
- 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)。
- 李江德(2003)。**布農族高中生世界關非我普遍性研究：自然的概念化**。台北：國立台灣師範大學生物研究所碩士論文(未出版)。

- 林鳳榆 (2003)。佛教生死服務志願工作者之生命意義追求歷程。台北：國立台灣師範大學社會教育學系碩士論文 (未出版)。
- 侯麗玲 (1986)。意義治療團體對教育學院大一新生生活目標輔導效果之研究。國立彰化師範大學輔導研究所碩士論文 (未出版)。
- 胡幼慧 (1996)。質性研究，141-170 頁。台北：巨流。
- 陳珍德 (1995)。癌症病人生命意義之研究。國立彰化師範大學輔導研究所碩士論文 (未出版)。
- 陳向明 (2002)。社會科學質的研究，1-6 頁。台北：五南。
- 逢甲大學伙食團 (1994) 逢甲群賢立德壇十年慶，12-20 頁。台中：逢甲大學伙食團。
- 游恆山編譯(1987)。生命的主題－如何從意義分析中獲得自我實現，245-267 頁。臺北：書泉。
- 游恆山編譯 (1992)。生存的理由-與心靈對話的意義治療學。台北：遠流。
- 張利中 (2001)。尋獲生命意義的時態與心理歷程。生死學通訊，第五期，31-33 頁。
- 張利中、鄭美莉 (2003)。世界觀、生命意義與「死亡因應能力」之相關研究—台灣地區 195 位安寧病房護理人員之初探，1-14 頁。第三屆現代生死學理論建構學術研討會論文集。嘉義：南華大學生死學系。
- 張利中、羅雁紅、王宣萁 (2003)。世界觀與探詢生命意義動機之相關研究—以「安身立命」為取向之初探，82-94 頁。生命意義探索研討會論文資料暨研討會手冊。彰化：國立彰化師範大學。
- 張利中 (2004)。生命意義感的階層模式分析：一個生命意義研究新方向的議題，1-17 頁。第四屆現代生死學理論建構學術研討會論文集。嘉義：南華大學生死學系。
- 張春興 (2002)。現代心理學，464 頁。台北：東華。
- 發一崇德 (1997)。一貫道發一崇德簡介。台北：發一崇德。
- 黃秀美 (2002)。智能障礙者之家長生命意義之研究。南華大學生死學研究所碩士論文 (未出版)。
- 黃淑清 (1998)。以方法論的觀點來看深度訪談研究法。輔導季刊，34 (1)，43-44 頁。

- 黃光國（2004）。儒家社會中的生活目標與角色義務。《本土心理學研究》，22，121-140 頁。
- 傅偉勳（1993）。《死亡的尊嚴與生命的尊嚴》。臺北：正中。
- 傅麗玉（1999）。新竹縣國民中小學自然科學教師及非自然科學教師之世界觀研究。《科學教育學刊》，7（2），177-198 頁。
- 齊力、林本炫編（2003）。《質性研究方法與資料分析》，2，115-125 頁。嘉義：南華大學教育社會學研究所。
- 葉何賢文（2002）。《悲傷調適歷程及生命意義展現之研究—以喪子（女）父母為例》。南華大學生死學研究所碩士論文（未出版）。
- 葉重新（2001）。《心理學》，322-393 頁。台北：心理。
- 鄔昆如（1999）。《宗教與人生》。台北：五南。
- 鄧旗明（2002）。《雙峰患者生命意義探討-以乳癌個案為例》。南華大學生死學研究所碩士論文（未出版）。
- 趙可式、沈錦惠合譯（1995）。《活出意義來：從集中營說到存在主義》。台北：光啓。
- 潘小慧（2001）。邁向整全的人：儒家的人生觀。《應用心理研究》，9，115-135 頁。
- 潘正德等著（2004）。《生命教育之理論與實踐》，117-118 頁。台北：心理。
- 鍾孟蓉（2002）。《當泰雅族學童遇到科學家—探討不同族群背景學童之科學家意象》。台北：國立台灣師範大學科學教育研究所碩士論文（未出版）。
- 鮑家恕、魯秀儀（1991）。《生命的意義》。台北：中央日報。
- 鄭書芳（1998）。《傅朗克意義治療法在老人生活意義教育上的探討》。中正大學成教所碩士論文（未出版）。
- 劉翔平（2001）。《尋找生命的意義—弗蘭克的意義治療學說》，77-78 頁。台北：貓頭鷹。
- 劉香美（2003）。《世界觀、生活目標與生命意義感之相互構築——一個以重複受災地區成年人的敘事研究》。南華大學生死學系碩士論文（未出版）。
- 劉毓棠（2004）。《良知爺爺——劉毓棠大使回憶錄》，66 頁。台南：中華民國道德重整協會。
- 簡慧玲（2003）。《宗教性之階層分析研究：以一貫道講師為例之初探研究》。東海大學宗

教研究所碩士論文（未出版）。

龔萬侯等編著（1994）。**道德重整協會十週年特刊——回顧與展望**，32-54 頁。台南：中華民國道德重整協會。

Hoffman, E. (2000)。**人性探索家馬斯洛：心理學大師的淑世旅程**（許晉福譯）。臺北：麥格羅希爾。

Gerald Corey (2004)。**諮商與心理治療理論與實務**（鄭玄藏等合譯），354-360 頁。台北：雙葉書廊。（原著於 1977 出版）。

Irvin D. Yalom (2003)。**在心理治療（下）—自由、孤獨、無意義**（易之新譯），572-623 頁。台北：張老師文化。

路易斯·波伊曼編著（1997）。**今生今世：生命的神聖、品質和意義**（陳瑞麟等譯）。台北：桂冠。

## 二、英文部分

Baumeister, R. F. (1991). *Meanings of life*, pp.29-57. New York: Guilford Press.

Crumbagh, J. C., & Maholic, L. T. (1964). *An experimental study in existentialism: The psychometric approach to Frankl's concept of noogenic neurosis*. *Journal of Clinical Psychology*, 20, pp.200-207.

Emmons, R. A. (1999). *The psychology of ultimate concer: Motivation and spirituality in personality*. New York: The Guilford Press.

Emmons, R. A. (2000). IS spirituality an intelligence? Motivation, cognition, and the psychology of ultimate concerns. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 10(1), pp.3-26.

Erickson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. New York: Norton.

Frankl, V. E. (1963). *Man's search for meaning*. New York: Washington Square.

Frankl, V. E. (1988). *The will to meaning; Foundations and Application of logotherapy*. New

- York: New American Library.
- Froehle, T. C. & Herrmann, M. A. (1989). *Meaning and the quest for the good life Counseling and Human Development*, 21(9), pp.3-12.
- Ford, D., & Nichols, (1987). A taxonomy of human goals and some possible application. In M. E. Ford & D. H. Ford (Eds.), *humans as self-constructing living systems: Putting the framework to work*, pp.289-311. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Hedlund, D. E. (1977). *Personal Meaning: Guidance The Problem of Education for Window Personal and Journal*. 23, pp.602-604.
- Johnson, J. M. (2002). *In-depth Interviewing*. In Jabrt F. Gubrium&James A. Holstein (eds): *Handbook of interview Research:Context and Method*, pp.103-119. London:Ssage Publication.
- Kelly, G. A. (1955). *The psychology of personal constructs*. Vol.1&2. New York NY.
- Kluckhohn, F. R. & Strodtbeck, F. L. (1961). Variations in value orientations. Evaston, IL: Row Peterson.
- Klinger, E. (1998). The search for meaning in evolutionary perspective and its clinical implication. In P. T. P. Wong & P. S. Fry (Eds.), *The humans quest for meaning*, pp.27-50. Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Lo, Y. (1996). The role of culture and subculture in world views: The impact of western influence and profession in Taiwan. Unpublished Dissertation. Clark University.
- Maslow, A. H. (1955). Deficiency motivation and growth motivation. In M. R. Jones (Ed.), *Nebraska Symposium on Motivation, Vol.3*, pp.1-30. Lincoln: University of Nebraska Press.
- Maslow, A. H. (1976). *The farther reaches of human nature*. New York, NY: Penguin Books, p.314.
- Miller, M. M. (1985). *Identity, a closer look: comparison of Erikson's eight stage and meaning in life in adolescence*. Unplished doctoral dissertation, California State



University.

McAdams, D. P. (1993). *The stories we live by: Personal myths and the making of the self*.

New York: Morrow.

Minichiello V. Aroni, R., Timewell, E. & Alexander, L. (1996). *In Depth Interviewing*,

pp.68-69. South Melbourne: Addison Wesley Longman Australia Pty Limited.

Reker, G. T. Peacock, E. J. & Wong, P. T. P. (1988). *Meaning and purpose in life and*

*well-being: A life-span perspective* Journal of erontology, 42(1), pp.44-49.

Tesch(1990). *Qualitative research: Analysis types and software tools*. New York, NY: Falmer

*The New International Webster's Comprehensive Dictionary of The English Language*.

Naples, Fla.: Trident Press International, 1996.

Tafarodi, R., Marshall, T., & Katsura, H. (2001). *Standing out in japan and Canada*. Paper

presented in Asian Association of Social Psychology Conference, Melbourne, Australia.

## 附錄一 訪談同意書

○○○您好：

我是南華大學生死學研究所的研究生，目前正進行「服務性社團的大學生構築生命意義之研究——以世界觀和生活目標為取向」。因為研究者認為身為一個人，了解自己的生命意義是很重要的，可以增加生命的動力與生存的活力。而研究者發現，現在的大學生大多數只顧著目前的生活享樂，對於生命的問題並沒有太多的思考。研究者好奇的想要了解為什麼你會跟一般大學生不一樣，是選擇參與服務性社團的服務而不是選擇玩樂。研究者想藉著你的參與，分享寶貴的資料，以探討大學生參與服務性社團之後其世界觀和生活目標的構築歷程；探討大學生參與服務性社團之後，其世界觀與生活目標構築歷程的相互影響以及大學生參與服務性社團之後對生命意義的影響。將研究的結果，提供給其他的大學生參考，或許大學生活可以透過參與服務性社團，過的充實愉快有意義，而不是只有享樂而已。

為協助本研究順利進行，並完整的紀錄訪談內容，研究者將於訪談時全程錄音。也避免受訪者的所闡釋的內容被扭曲詮釋，研究者將訪談內容置於本論文之前，會與受訪者做內容的再次確認。

而關於您所提供的資料，研究者將秉持研究倫理的保密原則，引用訪談內容於本論文時，不透露您個人的真實身分，研究資料及結果僅供學術研究參考用。

最後，再次謝謝您的合作。

南華大學生死學系研究所研究生 施瑞綿

受訪者同意簽名：

研究者簽名：

日期： 年 月 日

## 附錄二 訪談指引

### 第一階段的訪談以開放性的指導語進行生命意義深度訪談

以 The WHY SO Technique 的技巧，依據以理論架構即是由上而下的深度訪談，以探詢受訪者之生命意義感及構築生命意義所使用之原素為訪談主軸。在訪談的指導語則以開放式的問題詢問，例如「你認為你的生命有意義嗎？怎麼說？」「當你在回答這個問題時，你都想到哪些事情？」「我們可以再試一次來回答看看，你覺得你的生命是不是有意義？」。不斷的循環「你的生命有意義嗎？有或是沒有？為什麼（WHY）？所以（SO）？」再加上必要時深入的追問，直到個案對於此議題無法提供更多或更深入的想法，就代表資料蒐集已經達到飽和程度。所以第一階段以開放式詢問，是為獲得更多與個案有關生命意義的資料。

### 第二階段訪談以半結構的方式進行世界觀與生活目標取向的訪談

因為研究者以世界觀和生活目標為研究取向，所以為了聚焦採半結構的訪談。世界觀是依據 Kluckhohn and Strodtbeck (1961) 以「存在主義」的觀點，將世界觀分為五個類別有人的本質、人際關係、人與自然關係、時間導向及活動導向，依這五個向度訪談。生活目標是依據黃光國（2004）儒家社會中的生活目標分為縱向傑出及橫向傑出兩類，依此兩類蒐集受訪者日常生活中想要努力完成的事物或是目標。

## 附錄三 訪談逐字稿（節錄）

### 一、小薇第二次訪談（94.7.24）

CO：你可以把最近一些你對生命意義的體會啊！...你覺得，覺得生命意義有什麼的體會？

CA：覺得對生命意義的體會，我覺得我要的是那一種，別人給我的一些鼓勵吧！然後他們，不知道耶！就人家怎麼樣對我，我就怎麼樣對人家，對啊。人家對我好，我也一樣會對他們好，那有可能，我覺得從以前到現在一路走過來，我遇到的人都很好，這好像我一路遇到貴人似的，都蠻支持蠻鼓勵我的這樣子，像我們童軍啦，然後活動隊，就是一些高等級的人物，然後對我很好。那在外面的也都做的蠻不錯的，那去學習，意義裡面？

.....

### 二、小霖第一次訪談（94.2.2）

CO：你剛有提到那個生命的價值，你好像自己也會覺得這個部分很重要，是現在大學生所欠缺的。如果講到這邊這樣子，那我問小霖說，那你覺得你自己的生命有價值有意義嗎？

CB：當然這樣子想的話，自己一定要問自己說，對自己的生命有沒有這個價值，如果說現在最直覺的反應，就是會啊！**我的生命是有價值的**。但是這個生命的價值是一年一年這樣子思考過來的或是歷練過一些事情之後，才知道你的生命真的是有所價值的。如果沒有經歷過一些事情，或者是你也沒有去想過這些問題，沒有辦法說，有什麼直接的反射，會去想我的生命真的有價值嗎？每天這樣子二十四小時裡面，除了正常的規律的生活，其他時間到底都用到那裡去。那這些東西在去年，因為現在已經又要過新年了，去年這樣子想起來有多少事情是值得紀念留戀的，可能想不出幾件，所以他就不曉得他的生命有沒有價值，

就好像一直被推著走而已。因為年輕人，所以他會覺得這個年輕這是他的本錢，更不會去想到以後的事情，所以他沒有真的去思考過或歷練過，他不會那麼快去思考他的生命是不是真的有所價值。所以在第一方面，如果說一個直接的思考的話，我就知道說，對阿，我的生命是有價值的。

.....

### 三、小朱第一次訪談（94.7.15）

CO：你覺得生命的意義是什麼？

CC：活出生命的最大的能量，你可以用多少你就用多少生命的能量，就是看個人，就像有人活的時間可能很短，可是可以完成很多他的夢想，那也有可能活到七、八十歲可是好像沒有什麼貢獻。

CO：你那個生命能量可以再做一些描述嗎？

CC：活出生命的最大的能量，我覺得能量其實包含情緒或者是你的健康狀況，或者是你跟人家的關係。

CO：那你那個最大可能是關係、健康就是可以去經營灌溉。

CC：對，就算我可能國小或國中有跟人家吵架，然後跟人家絕交，可是我現在可能會覺得想寫卡片或寫信給他，因為我覺得少一個敵人就多一個朋友，所以說我會覺得某些關係可能無法挽回但某些關係我會想要挽回，可能快要失聯的朋友傳一封簡訊或打一通電話，在我還有時間還活著的時候去做這些事情，我會想要去做很多的連結吧！然後你就會覺得你張了一個很大的網。

.....