

第一章 緒論

本研究希望由靈性我（神聖經驗、自我超越）的角度去探討幼教老師是否能夠真實的面對自我，並能清楚釐清 Higgins (1987) 多元自我概念理論之實現（真實我）及與願景（理想我），並且結合馬斯洛之需求階層理論（生理安全、愛與歸屬、自我實現、神聖經驗、自我超越），來探討自我與個人之生活目標、生命意義（立志未來、失落迷惘、追尋意義）與個人意義形態（個人目標、關懷和諧、上帝旨意、超越個人、自我接納、親密關係及超越苦難）等之間的關聯。

本章分為三節，第一節為研究背景；第二節為研究目的；第三節為研究假設。

第一節 研究背景

幼兒乃國家未來的主人翁。幼兒教育是目前先進國家中相當重要的一環，但在現行的教育體制下，幼兒教育在台灣卻往往最受到大家的忽視。人一生的成長過程之中「每一個階段必然建築在前一個階段的基礎之上」、「兒童時期所建立的基本習慣、態度以及人格特質，均具有相當的持續性，是青少年發展與成年適應的預備」（蘇建文等，1991）。目前所有先進國家的幼兒教育正如火如荼的展開，教育乃百年樹人之計，但在講究速成的現代社會中，緩慢的教育過程，似乎永遠追趕不上教師與家長秧苗助長的心太。此一現象應該是目前台灣幼兒教育的危急與沈苛之一。

本研究將重點置放於與幼兒息息相關的幼教老師，在功利主義稱勝的時代裡要年輕人投入這沒有前景的行業似乎是有些許的強人所難，因為收入並不豐厚，幼教老師社會地位也相對低落，一般人認為那只是在「帶小孩」，因此在進入門檻不高的情況下如何找尋真正具有愛心、健全人格、清楚的瞭解多元自我、確實瞭解自己所擔負之使命的人來擔任幼教老師成為首要的當務之急。再者，幼教老師因為工作繁瑣且長期面對的是幼兒，因此在人際關係、溝通能力及工作專業度上很容易與社會的脈動脫勾而呈現失衡的狀態，因為長期教導幼兒可能會造成自我意義強烈無法接受別人給

予的建議，或者因為家長的過度要求因為溝通能力不足而以逃避面對、不能真誠面對工作環境，沒有工作熱情，更甚的是觀念偏差的方式來對應。總之，如何讓幼教老師真實的面對多元自我，能夠真誠而坦然的面對社會上各種負面的流俗並勇於接受真實的多元自我而趨於統整，進而讓自己的人格更臻成熟而由小我（ego）邁向靈性我（Self）。

而近年來在超個人心理學、存在主義哲學相關的馬斯洛、榮格等人概念日益受到重視的狀況下，除了生物我（弗洛伊德）與心理我的概念之外，在馬斯洛、羅哲斯、榮格、羅洛 梅、佛洛姆及中國思想家莊子中，高層的、靈性的自我概念，都日益受到學界的接受與認同。人格學者 Higgins（1987）則是分離出真實我與理想我之間的差別。本研究嘗試以 Higgins（1987）理論之實現（真實我）及與願景（理想我）為基礎並結合馬斯洛（1969）的需求動機理論（生理需求、心理需求、愛與歸屬需求、自尊需求、自我實現需求及靈性需求），來檢視研究對象在於六項需求動機上的真實與理想情形。並進而以這些項目來探討與研究對象生命意義的關係。

當代學者普遍認定「生命意義」是個人之生命與存在之關鍵問題。身為物理學家之愛因斯坦同樣地關切生命意義的議題，他提到：

「一個人若是一味在思索窮究人生的一般意義或自身存在的理由，實是莫大的愚蠢。當然，任何人都需懷抱著一種理想，以作為自己的偉大志願和判斷力的指導；而且，在我們的前方閃耀光輝，增進我們的生存價值，以及使我們的生存充滿喜悅的理想，也就是善、美和真理。人生的最後目標，並非為個人的安樂或幸福，捫心自問，我從未有過那樣的念頭。我常想，從那種基礎所構築的倫理體系，大概只有對禽獸差可滿足。」（陳曉南，1975，p.77）

在艾瑞克森的心理社會發展理論中，人生的最後一個階段是統整及絕望，在統整的部分，指的是一個人根據一生的生活經驗各種得失、成敗，也包括了創造體驗來論斷自己的一生究竟是否有意義？換句話說，生命意義是一個人根據自己本身的生命經驗及自己本身的經歷去統整出來的。弗

蘭克（黃宗仁譯，1977，p.25）也認為，一個人的生命意義感有他的特定來源，換句話說，生命意義感是根據個人在這些特定來源上的統整與判斷去建構出來的，弗蘭克很具體的說生命意義感的來源有三項：分別是創造，一個人回顧自己一生當中究竟創造了什麼？成就了什麼？第二個是體驗。一個人在一生當中究竟對於愛、對於關懷這種正向的人際關係究竟有多少體驗？第三個是面對苦難的態度。整體而言，一個人回想在一生當中在面對苦難的時候是否有正面的去面對苦難、遭逢苦難。人會在這些訊息上進行統整，去得出自己個人生命意義感高、低不同的程度。換句話說，一個人對他自己的一生越統整那麼他所獲得的意義感受就會越高，一個人的生命當中對生命越不統整日後便會發現他的生命是支離破碎的，進而發現他的一生當中沒有多少創造，沒有多少體驗，而且在面對苦難的時候便會輕易的敗下陣來，則這個人應該在生命的晚期比較沒有辦法統整且更容易陷入一種失落及絕望的狀態。

以往的研究指出，教師的自我概念及社會人格發展狀態，會影響教師在教學工作上的各種專業表現。例如：江國樑（2001）《高、屏、澎地區國小教師自我概念、內外控信念與工作滿足感關係之研究》，林亨華（2002）《國中教師自我概念、教學信念與教學效能之相關研究 - 以澎湖縣為例》，王藝蓉（1994）《國小教師自我概念、制握信念與其對教學論題道德推理的關係》，蘇淑麗（2005）《不同世代國小教師人格特質與工作價值觀之相關研究》，沈煌寶（2002）《國小教師社會態度、人格特質與衝突因應方式之相關研究》，林佳全（2002）《教師人格特質、工作生活品質與組織承諾之相關研究-以高雄市國小教師為例》，吳肇賢（2004）《國民小學級任教師人格特質、領導技巧與班級經營效能之研究 - 以屏東地區國小高年級學童為例》，馮美珠（2007）《國小教師人格特質、生活壓力、因應策略與憂鬱傾向之相關研究》……等。然而這些研究多以心理我為測量之焦點，同時缺乏有關統整多元自我概念之靈性我與幼兒園教師本身生命意義之相關研究，本研究試圖探討有關幼兒園教師之多元自我概念與生命意義之間的相互關係。

第二節 研究目的

本研究之主要目的在於結合馬斯洛之需求長動機需理論與 Higgins (1987) 多元自我概念理論，來驗證理想之靈性自我與個人生命意義之間有關鍵的關聯性。具體之目的有二，分別為：

1. 依據馬斯洛的需求階層理論，來編制一個有效的測量工具。並且依據 Higgins (1987) 的理論，將此一測量工具分為真實我與理想我兩大部分。
2. 驗證理想的靈性自我與理想的其他自我相比，與個人生命意義之間的較高且重要的關聯性。同時，驗證理想的靈性自我與所有的真實自我相比，與個人生命意義之間的較高且重要的關聯性。

第三節 研究假設

根據本研究之文獻探討與回顧，本研究之重要理論設定為：

1. 多元自我概念之靈性我（神聖經驗與自我超越）與生理我（生理安全）及心理我（愛與歸屬、自我實現）間有明確的不同。
2. 理想我相於較真實我與個人生命意義感之間有更高的關聯性。
3. 多元自我概念之靈性我與個人生命意義感之間相較於其它之多元自我概念成份，有較高的相關性。

第二章 文獻探討

本章為文獻探討，根據研究的目的將文獻探討分為二節，第一節為多元自我概念理論與測量工具之探討，第二節為生命意義理論與測量工具之探討，以下將此二部份分別描述：

第一節 多元自我概念理論與測量工具之探討

本節主要針對西方心理學相關之概念及研究做統整及討論，研究者將本節依生物我、心理我 (psychology self)：愛與歸屬、自我實現，以及高層的靈性我：神聖經驗及自我超越做逐一的探討。

一、 生物我

(一) 佛洛姆之人格觀：脾性

佛洛姆認為人會因體質之不同其行為反應亦大不相同，脾性乃是人先天的特質，因為是先天性因此人亦無法改變此一狀況，相對的會依此狀況對自己的行為及個性真實的呈現。

希臘名醫希波克拉底 (Hippocrates) 將脾性分為四類：膽汁質 (Choleric)、多血質 (Sanguine)、神經質 (Melancholic) 及粘液質 (Phlegmatic) (孫石譯, 1980, p.47)。多血質的人格特點就是，容易激動並且對所有事物興趣微弱。膽汁質的人格特點就是，可以迅速的改變興趣並且對所有事物興趣濃厚。粘液質的人格特點就是，固執但是對事物的興趣微弱。神經質的人格特點則是對事物的興趣強烈 (孫石譯, 1980, p.46-48)。

由此可得知，佛洛姆乃是以醫學的角度去區分人類，人類因體質之不同，其所表現出的行為及特質亦為迥異，此為個體先天之特質，無法因後天之情境能得以改變，因此，不同特質之人對於事物之喜好及其生活目標之表現方式亦大異其趣。

(二) 弗洛伊德之生物我理論：人格 (id, ego, super ego)

弗洛伊德（1856-1939）認為一個人的組成分為三種層次，本我是人最基本的組成結構底層（就像是原始的我），像嬰兒般所有的需求都是原始的求生的狀態，就像是馬斯洛（1969）理論中人的六種需求當中（生理需求、心理需求、愛與歸屬需求、自尊需求、自我實現需求、靈性需求）所提及的生理需求一樣的道理。

人格是由本我（id）、自我（ego）、超我（super ego）三部分所組成。本我是指最原始的我，是與生俱來的潛意識的結構部分。它具有強大的非理性的心理能量，一味追求滿足。（鄭希付，2006，p.14）。

就弗洛伊德的精神分析理論而言，一切人類行為、思想、文明的最終決定因素是生理的，是動物性的，是性的。這是一個非常生物取向的心理學理論，後續的學者對此理論提出了諸多的批評阿德勒、榮格、弗蘭克都認為一個專注於生物、生理的心理學取向理論是相當狹隘且不夠周全的。因為人不同於動物，人除了生理上的滿足之外尚有心理上的需求。

（三）馬斯洛之需求理論：

馬斯洛也對弗洛伊德的泛性論提出了諸多的批評並指出：弗洛伊德在泛性論的理論上：1) 他漠視了人的性心理的社會性，誇大了人的性心理的自然性；2) 他忽視了社會物質生活條件、文化背景等因素對性心理發展的重大作用，誇大了人的性心理自身發展的特殊性；和 3) 他忽視了社會物質生產方式對社會物質生活和精神生活的決定作用，誇大了人的性慾對整個社會生活的影響。生物的我雖然有其重要性，但是將一切所有的人類行為都規範在性上未免狹隘。因此，弗洛伊德的泛性論在二十一世紀的今天仍是受到相當的爭議。馬斯洛（1969）認為生物需求是所有生理安全需求的基礎，在此需求的基礎上，心理的需求才能得以滿足並得以發展。由馬斯洛的理論來看，就已經大大的超越了弗洛伊德片面重視生物性重視生物性、生理性的價值觀點。

依照馬斯洛的需求動機理論，強調了人的生活有六種需求存在，依序

排列入下：生理需求、安全需求、歸屬的需求、愛的需求、自尊需求、自我實現需求，和最高層次的靈性需求（莊耀嘉譯，2004，p.92）。而其中自靈性是超越一般人個我的需求，追求的是人生終極價值的（真、善、美）的實現，不但充分發揚個人的潛能，並且達到大愛、神秘與至善的經驗。

就三者而言，佛洛姆以醫學的面項區分人類之本質，弗洛伊德則偏重生物我，而馬斯洛的需求理論中強調了生物需求的基礎性。生理需求有其重要性，但就人的生命精神生活而言，生理需求不應該也不可能是一個人的全部。人除了生理需求之外還有心理的成份，更在當代我們更看到了人還需要更高層的靈性需求成份。

二、 心理我（ego & self）

「自我」是個專有名詞，它的拉丁文字意思是「我」。在意義是覺醒的狀態之下，它的中心便是「我」。在西方心理學有關心理我的理論主要可以分成 ego（自我）與 self（我）兩大取向，分別有弗洛伊德與榮格為代表之自我觀（ego），以及自我之成分與功能分析為主之自我心理學（self psychology）。自我心理學將 self 分成自我知識（self knowledge）與自我評價（self evaluation）兩大類別，主要的概念分別是自我概念與自尊。自我（self）是西方人格與社會心理學中研究與分析的一個重點，學者普遍相信一個人的自我是一個穩定恆常的實體，對一個人的內在性格思想與外在行為表現都有具體而深刻的影響，是自我心理學研究中之主要成分。

（一）自我觀（ego）

1. 弗洛伊德之 ego 觀

「自我」是指人格中的意義結構部分，它來自本我並經過外部世界的影響而形成的知覺系統。它代表的是理智與常識，位處於本我與超我之間，按照現實原則，充當仲裁者，監督本我，並給予適當的滿足。它的大部分精力消耗在對本我的非理性衝動之控制和壓抑上，調和本我與超我之間的衝突與磨擦。弗洛伊德說：「本我過去在哪裡，自我即應在那裡！」（引自鄭希付，2006，p.15）。自我具有防衛和中介的功能。自我也常常是外部世界、超我和本我的僕人。換句話說，自我是外部與內部之間、本我與超

我之間的連接緩衝器。

換言之，弗洛伊德認為自我是一個人的組成成分當中的第二階層，他像是已經經過成長歷程的成人，明白事理、具有應有的社會道德規範，行為舉止合乎時宜，亦就是已受過社會化行為之個體。

2. 榮格之 ego 觀

榮格對自我的定義如下：「它彷彿是構成意義場域的中心；就它構成經驗人格這個事實而言，自我是所有個人意義作為的主體。」（朱侃如譯，2004，p.20）。換言之，自我就像是將重點內容整體凝聚在某個察覺焦點中心上的物品。它同時具有意志及行動的能力。它是意義活動能力的核心，它的存在比語言發展、個人認同或甚至個人姓名的知覺更早。它的成長來自於後天習得的事物，例如：認識周遭的親人。自我是決策自由意志的所在。自我也可視為自私心態的核心，同時也是利他主義的中心。自我使一個人的行為意義聚焦，賦予我們意義「行為意義感」和「目標方向」。榮格堅稱自我仰賴的是「心靈的」身體，也就是身體的意象，而不是身體本身之個體。因此自我基本上是心靈的質素而不是身體的質素。

3. 佛洛姆之人格觀：性格

佛洛姆所謂的性格特徵也就是西方心理學家所認為的行為特徵。性格：「某一個人特有的行為常模。」佛洛姆首創了以行為做基礎（但與行為不相等）的追求體系理論（孫石譯，1980，p.49）。換言之，佛洛姆認為行為特徵乃是包含許多完全不同的性格特徵，人的一切行為雖然動機不同，但卻也有可能導致結果是相同的，但是如果仔細觀察這些行為背後的動機就會發現人在其行為上不同的變化，由此可以看出不同的動機可以產生不同的行為。

佛洛姆進一步指出性格也可以是「在同化和社會化過程中用以誘導人的能力之方式。」（孫石譯，1980，p.53）。人在生活的過程中人藉著獲得和同化事物使自己和他人發生連繫之關係。這種同化及社會化的過程都是開放的，但是人會依自己的性格建立新的行為模式並連結至周遭的人、事、物，最後建立一套新的社會制度。由此可得知個人性格則是受到後天環境

所影響，它所代表的是某種文化的特質，包含物質的與精神的，由此可以得知，佛洛姆的人格觀是由先天的脾性及後天的性格所組合而成。此理論則與弗洛伊德的「性驅力是性格的能源」(孫石譯，1980，p.51)則大不相同。

4. 羅洛·梅之人格觀—無私的愛

羅洛·梅(彭仁郁譯，2001，p.37)認為完整的愛必須包含性愛(libido)、愛慾(eros)、友愛(philia)及無私的愛(agape)。而且愛慾若要成功則不能下限於性愛，而應提升至友愛以及無私的愛。羅洛·梅指出：「人都是在指向他者中尋獲意義，人應對於他者慷慨，而不是尋求自己性需求的滿足。需要指尋求滿足，而愛慾則志在長久。」(彭仁郁譯，2001，p.37)

換言之，愛慾是引導人類朝著未來的目標與理想邁進的推進器，並且將人類引導到實現自我的理由並由此朝向實現生活的目標進而找尋到人類存在的意義，人的生命是有限性的，但是「愛慾」的實現卻是將人推進到面對未來不同人生的面向上，使人的生命呈現更佳의完整。

5. 馬斯洛之人格觀

馬斯洛認為每一個人都有自己獨特的性格。良好的人格不會自發形成，是必須要經過一番努力的，要經歷不斷的自我審視、自我節制和自我約束……的訓練才得以逐漸成形。人格要透過原則、正直、才智和實際的經驗引導及鼓勵之下才能得以展現。它是個體經過謹慎思考並選擇自己的行為方式，以堅定不移的信念去達成自己的目標完成自己的理想，它所尊重的是職責完全不著重考慮聲譽的問題，它所遵從的是良心的壓力遠高於對世俗、榮譽的追求。良好的人格締造了人性的崇高境界，並讓人達到「唯真」、「唯善」、「唯美」之境界。馬斯洛說：

「人格，是指後天逐漸形成的一套特質及模式，如興趣、動機、技能、態度、價值、習慣等等；而這套特質並非全固定不變的，隨著年齡、內心及外界的種種影響因素，一個人會發展出新的興趣、習慣、技能、心態、理想，並且不斷修改自己的價值

體系。」(若水譯, 2002, p.225)

換言之, 自我概念就是: 如何看待自己? 也就是在特定的時間裡, 我們所具有的一套特殊的觀念和態度之組合。由生命的經驗中得出我們是什麼樣的一個人的概念, 自我概念就是我們私下自我的心理形象, 也就是一套有關我們是什麼樣的一個人之信念。

由上述理論得知, 自我概念是個人內在心理世界的主體, 不同於外在的人、事、物, 是屬於極為個人的內心世界。自我概念的形成與自我獨特的生活經驗有相當重要的關連性, 不同的個體會形成不同的自我概念, 因此, 自我概念是極為私己的意念。換言之, 自我概念會因為自己所遭逢的生命經驗、生命歷練、個人信念及個人追求的目標不同而有所差異, 因此, 自我概念亦會是多元的、多面向的而非僅是單一面向。

三、真我與靈性我

(一) 榮格之真我 (Self)

榮格認為當個體能夠察覺到自己所有的意義與潛意義, 並充分感受到自己的內心世界時, 就能獲得最圓滿的幸福。在人們追求幸福的過程中, 第一要務是尋求物質上的滿足。有了物質上的滿足之後, 則向上追求情感上的滿足。在情感上的需求達到滿足之後, 則繼續追求心靈上的滿足, 當人們心靈上獲得盈滿之後, 自然能夠忘記平常所斤斤計較的利益、得失或是複雜的人際關係。而這種滿足就稱之為真我。

對榮格而言, 大我是超越的, 這表示它不是由心靈領域所界定, 也不是被包括在其中; 相反的, 他不僅超越心靈領域, 更重要的是他解定了心靈領域。大我不是自我本身, 本我是超越的, 它不僅止於是個人的主體性, 它的本質超越主觀的領域, 不僅超越了心靈領域, 更界定了心靈領域。大我形成的主體與世界或存有 (Being) 結構共通性的基礎 (朱侃如譯, 1999, p.196)

換言之，大部分的人都希望自己成為被崇拜、讚美的對象，但是每一個人都是獨立的個體並具有自己的獨特性，而且人終究無法因為學習模仿而成為另一個人，因為學習與模仿習得的終究只是表象部分，對於深層的人格特質則是無法由表象而達到一致。而達到「真我」此一境界之個體自然對他人的關懷及體悟會比一般之個體更為體貼及細膩，並且對人生命中的意義有更深層的體認，使個體更為瞭解自己並認同他人，因此能使自己及他人和解共生，使人與人之間複雜的人際關係能夠更為提升，並且能夠緬懷他人的好與善，重建自己內心中原本所具有的神性及宗教信仰的連結，提升個體心靈生命的境界，進而超越身體生理上的疾病與病痛及人生命中的逆境，最後達到最終的目的——更加懂得追求生命的意義。馬斯洛曾說：「缺乏超越及超個人的層面，我們會生病，會變得殘暴、空虛、無望及冷漠。」（若水譯，1992，p.290）由此可見真我對於個體之重要性。真我既是人性中的一部份，我們就必須正視它，並尋求真我之滿足。由此可見榮格對真我之看法與馬斯洛的看法不謀而合。

（三）弗蘭克之大我與超越觀

弗蘭克人認為人是一種能夠負責的受造物，他必須實現他潛在的生命意義（黃宗仁譯，1977，p.57）。他同時也認同大我的概念，認為在小我的意義之外，更存在著宇宙的大我的意義；生命的真諦，必須在世界中去找尋，而非在人體本身或內在的精神當中去找尋，因為它不是一個封閉的體系。同樣地，我們無法在所謂的「自我實現」上找到人類存在的真正目標，因為人類的動機會影響其行為；但是人類的存在，本質上則是要「自我超越」（self-transcendence），而非自我實現（self-actualization）。事實上，自我實現也不可能作為存在的目標，理由很簡單，因為一個人越是拼命追求它，越是得不到它。弗蘭克說：「自我超越乃實存之本質。」（黃宗仁譯，1977，p.78）自我超越才是人類的基本特徵，只有當人放棄了自我中心的利益與專注而撤離自己時，才可能獲得的一種真正存在模式。由此可以看出弗蘭克認為自我實現乃是停留於小我的層面，而自我超越則是到達了大我的層面。

（四）馬斯洛之靈性需求

馬斯洛在其晚年提出靈性需求之概念出現了超個人心理學，並說：「我要證明給人看，靈性價值具有自然本性的意義，它們並不專屬教會所有，它們也無須借用超自然的觀念來支持它們，它們本來就屬於廣義的科學領域之內，因此它們是全人類的責任。」(引自若水譯，1992，p.270)。

利用自己的能力和智慧，並且竭盡所能的把自己想做的事做到盡善盡美的階段。不論是什麼民族或文化，人們關注的議題中心無非是：生、老、病、死的人生意義和人生目的以及個人在宇宙中所扮演之角色、地位……等問題。這種普遍的意義追尋即包含了：每個人關心人類整體的存在及宇宙的存在，在此立基點上的關懷基本上是屬於超個人的關懷，這種發自內心地探索存在性、整體性及終極性的意義，正是顯示出人類極欲超越內心世界的層面。

靈性我的概念是西方學者對於心理我的一種超越，不論是弗蘭克、榮格、馬斯洛都對於心理自我提出批評，認為心理自我會導致個人的自戀、自我中心、自以為是、自私自利……等私己意念，進而提出靈性我的概念，在靈性我的概念中發現靈性我重視的是自我超越而不是自我實現，重視的是大我而不是個人的小我，重視的是個人的存在價值、實現潛能、獻身且愉快、有價值的工作、開創創造性的生活並對身邊周遭事物充滿好奇心。國內的研究亦指出，具有靈性我之個體會影響個人在生活及追求生命意義有更為具體之展現。例如：張美玲(2006)《高雄市國中教師工作壓力與靈性健康之相關研究》、陳慧姿(2006)《高中教師靈性健康與幸福感之相關研究 - 以高雄地區為例》、李惠美(1997)愛麗絲·沃克《紫色》中大我之追尋等，本研究參考西方既有的自我概念理論，嘗試以 Higgins 自我概念差異理論之真實我及理想我加以結合馬斯洛之成長需求理論，進而探討多元自我概念(靈性我)與生命意義之間的相互關連。

Miller(2000)提及：「靈性我是為我們的生命帶來意義與方向的一種深刻與有活力的能量」(張淑美譯，2006)。靈性我是每個人與生俱來的能力，非常值得我們用心去學習並超越自我，促使我們建立更寬廣的知識與愛，但是靈性我的經驗卻是一般人無法刻意去求取的，因為靈性我是一種能量整合的狀態，正如馬斯洛所言：此高峰狀態是可遇而不可求的。

四、靈性我的指標

(一) 神聖經驗

1. 威廉 詹姆斯 (William James, 1842-1910) 的神聖經驗

詹姆斯認為個人宗教信仰比神學、教義或是教會還要來得根本，他提及超驗主義教派(transcendentalist cult)看法來強調宗教性中的情感成分，「超驗主義教派所崇拜的對象並不是一個具體的神，也不是一個超人，而是內在於事物之中的神聖性，以及宇宙的基本靈性結構。」此一定義也間接的指出人與神之間的密切聯繫與依附關係，並說明了宗教信仰的重要性。Goddard (1995) 從靈性的表達觀點，提出靈性活動可以是外顯行為，也可以是個人內在的心理活動，包括自我觀照、反省、個人對他人與上帝關係的感知。

2. 佛洛姆的神聖經驗

愛默生 (Emerson) : 「信仰產生於對靈魂的肯定；不信仰則出於對它的否定。」(引自孫石譯, 1980, p.181) 佛洛姆認為：「人生不能沒有信仰。」(孫石譯, 1980, p.192) 信仰是一個人的「基本態度」，一種性格的特徵，它影響著一個人對一切事物的體驗，它能夠使一個人念對現實生活而不心存幻想，但是仍可以依靠信仰來生活。沒有信仰就像是沒有目標的生活，因此，信仰就像是人內心的態度，是自我創造性的理性與感情活動中所產生的堅定信念，以自己創造性的觀察和思想力來做為獨立判斷的基礎。

林美容曾經針對台灣民間信仰中對神與人之意涵加以討論，她指出：「西方宗教的神具有絕對性，神與人的關係是斷裂的，人為神所造，人無法成為神」(林美容, 2003, p.22)。但是在台灣民間信仰中的神人關係是可以交流的，也就是說，「我們崇拜的神明是聖人，有超越凡人的聖性，而聖者可以成神，乃基於凡人對於聖者功業的感念與景仰而產生之崇功報德之邏輯理路而來。」「神性與聖性之間似乎有某種先後的關連，聖性的彰顯在先，而對於神性的感應在後。」(林美容, 2003, p.48) 民間信仰中的神因人的祀奉而顯靈驗，人求神、神應人，神人之間的關係是互相交流、交相感應的、也是互惠的，神人之間有明顯的相互傳遞訊息的交流方式，因此神是神聖的，人對神的態度是敬畏的，甚而對宗教的參與是高度的敬虔。

(二) 自我超越

西方哲學之概念，「超越」(transcendere)在拉丁文，原為動詞，意思是超過或超昇，它有三層意義：一、意指不繫於認識者的意義，二、意指超感覺而非經驗所不可及者，三、意指非經驗所得染指(葉海煙，2003，p.231)以下就中國思想家及西方學者對自我超越之看法作一初概之探討：

1. 莊子對自我超越之看法

東方思想家儒、道、墨各家對人的自我超越皆有其肯定的價值系統，且皆以此為人生命存在之意義為重要指標。換言之，人生命目的之達成在於生命意義之實現，而生命意義的建立則在於生活目標的達成。莊子說：「至人無己，神人無功，聖人無名。」拋棄世俗價值的小我，使自己從狹隘的格局中提昇而出而成為大我，而此大我之意即為「宇宙的我」。「天地與我並生，萬物與我為一。」《齊物論》這裡的「大我」與萬物相感應並相融合，並遠離天地間世俗的我，是超越的自我，也就是「靈性我」。

莊子《大宗師篇》指出：「天人不相勝」。懷德海(A.N. Whitehead)指出：「玄學的理性是在其要素上不為方法所妨礙的，他的職能乃在於深入於有限理由之外的一般理由之中，乃在於理解調整在事物性質中的一切方法只能由超越一切方法去把握，這種無限的理由是永不為人類的有限智力所達到的。」(謝幼偉譯，1974，p.194)亞里斯多德指出：「凡一事物之本身成為我們選擇的目的，而絕不為其他原因，則該事物毫無疑義的是我們最後的目的。」(高思謙譯，2006，p.9)

換言之，莊子的道與亞里斯多德的倫理學及懷德海的玄學相近，他們的宗旨均是在超越人的有限性而以一般的方法來實現生命的無限。也就是已超越一切方法的方式去超越一切的目的。莊子以超越一切方法及目的之方式但又不破壞其規則，如此相輔相成，讓有限的生命做無限量的開發，將「道」的精神做無限潛能的提昇。

2. 尼采對自我超越之看法

尼采指出：「人的資質，是由他的允諾能力所定。」(孫石譯，1980，p.189)唯有對自己有信心，才能信任自己的能力及他人的能力，並相信人

類所具有的無限潛能，並開創人類未來的美好生活。尼采曾對「超人」提出解說：「人是要超越自身的某種東西」，「超人就是大地的意思」，「那想創造已超越自己的人」，「人是座橋樑」，它是自我創造、超越自我的主體（引自陳鼓應，p.114-119）。尼采所說的「超人」不是將「現實的人」神話，而是超出所有現實人的典型理念，來代替神向人類提出一項重要的課題，人類為了完成這個典型，必須努力超越現實的自我，不斷自我超越才能達到超人之境。如此的人才能具有有意義的人生，才能回歸於生命的根源，沈浸在永恆的創造中。

尼采的超人鼓吹「權力意志」，認為在創造「超人」生命之前，必須先打破一切傳統之個人價值。而莊子則不以為然，莊子認為在超越自我的道路上，並不需要打破個人價值，而是對個人價值做超越性的省思、測底的整理再予以重建。由此可知，二者對「超越自我」的見解雖然目的相同，但其方法確有其迥異之處。

整體而言研究者依據中、西方學者：弗洛伊德、榮格、弗蘭克、佛洛姆、莊子、尼采等人之相關理論並融合馬斯洛需求動機理論：生物我之（生理安全）、心理我之（愛與歸屬及自我實現）及靈性我（神聖經驗及自我超越），等面向探討幼兒園教師之階層需求理論，並進一步地結合 Higgins（1987）的多元自我概念理論，來測量受試者不同層面之自我面貌。

五、Higgins多元自我概念理論

個體在成長的過程中受到社會文化信念以及個人生命經驗的影響，會展現出不同的人生動機與目標，或者是期許輝煌的成就，也或許是能夠安身立命；有人會講究現世的幸福，也有人會追尋生命的永生。這些追求社會認可的行為會在個體成長的過程中逐漸內化為個人的信念與價值觀，形成自我的一部份。而有學者指出在內化的過程中有程度的差異存在。

人本心理學大師Carl Rogers（宋文理譯，1989）便曾經提出規範的自我（normative self）與內在的期盼（aspiration）的概念，來分別描述一個人認定外在的要求標準（normative standards）與內在的自我期許之間的差異；換言之，在每一個人的自我概念之中，有一部分是緣於對於外在他人

之期許與要求的認知，我們因而體察到能夠或是不能夠符合外在的要求；另一方面，人們也會有自我的期許，期望自己能擁有一些特質與成就。

Deci and Ryan (1995) 區別一個人行為的「外在調節」(external regulation)；「投射調節」(introjected regulation)；「認同調節」(identified regulation)；與「統整調節」(integrated regulation) 來說明不同程度的內化情形。其中外在調節的內化程度最低，行為主要仍是由外在對應 (contingent) 的獎賞或是懲罰所決定；投射調節為內化的第二個層次，這種調節雖然不需要當下外在的獎賞或是懲罰，但是行為的動機並不是內化的，而是個體會體認到「應該」(should) 從事某種行為，當未能如是的時候會有罪惡的感覺，社會期許的行為與規範並未真正內化到個體自我之中，故稱之為投射調節；認同調節則為將符合社會期許的行為認同為個人重要的價值與信念，個體之行為已超越外在的控制而形成自我決定 (self determined) 的現象；統整調節 (integrated regulation) 則為一個體內化了符合社會期許的行為，且不同的價值與信念能夠統整與和諧的存在自我之內，統整調節的個體能夠擁有較多的自主性 (autonomy)，有較高的自我肯定，也因而有較為真實的自尊 (true self esteem)。

上述之描述除了細分了內化的程度之外，其中值得注意的是，當一個個體將某一社會行為僅做到投射內化時，會認為他或她「應該」從事某一行為，則顯示出該行為的內化程度並不高。相對地，若是一個人將某一目標統整為個人自我的一部份，則其內化的程度較高，而此一目標對於個人的自我概念與評量，亦具備較高的價值。換言之，一個人的理想自我，在個人的生命意義建構上，具備了較高的份量。

Higgins (1987) 自我概念差異 (self concept discrepancy theory) 的概念則可以用來統整並且操作上述「理想自我」與「真實自我」互相有別的概念，他認為一個人的自我概念中包含真實我 (actual self)：為對自我真實特質的認知；理想我 (ideal self)：為已內化 (internalized) 的社會期許，也是對於自我的期許與盼望，及應該我 (ought self)：為未完成內化的社會期許，代表的是個人知覺到應該達成的外在規範與要求。Higgins 並且進一步的指出各個自我概念之間的差異與個人的情緒狀態有關，當理想

我與真實我有差異時，個體不能實現自我期許的狀態，則會產生失望性的（dejection related emotions）情緒狀態，後續的研究大多能支持這個假設。

Neimeyer和Chapman(1992)的研究則發現自我實現與死亡焦慮有關，在數個以成人為對象進行的研究中，以真實我與理想我之間的差異來代表自我實現的程度，結果發現有較低自我實現的個體在死亡焦慮量表上的得分較高，在死亡態度量表也有同樣的情形出現。由受訪者根據「我的理想狀態」與「我目前的狀態」所做之陳述來量化「自我實現」，所得之理想我與真實我的差異與死亡焦慮有關，本研究則加入Higgins(1987)所細分之「理想我」與「真實我」的概念，來進一步的探討「理想我」與「真實我」與個人生命意義之間的關聯。

總之，本研究之首要依據為馬斯洛的需求動機理論，重點放在生理、心理我與靈性我之間的差別。本研究之第二項依據為Higgins(1987)與Neimeyer和Chapman(1992)所應用之自我概念理論，重點放在理想我與真實我之間的差別。在結合了上述兩大理論之後，本研究推論——在預測個人之生命意義時，理想我的預測力大於真實我。同時，在預測個人生命意義時，靈性我的預測力大於生理與心理自我。

第二節 生命意義理論與測量工具之探討

「生命意義」的定義是廣泛性的，每個人都可以有不同的解讀，是非常個人性的定義。Hedlund(1977)將「意義」區分為「界定性的意義(definitional meaning)及個人的意義(personal meaning)。界定性的意義是指對某種概念的界定，藉此可以了解對方話語的意思，並給予適切的回應；個人的意義即指個人存在的理由，如果能認識到自己存在的理由，會覺得自我的生命有價值，願意朝著個人的生命方向努力」(引自宋秋蓉，1992；董文香，2003)。Csikszentmihlyi(1991)認為意義有三個要素：「指終極之重要性；包含實際的行動，非虛設的目標。」界定性或個人性的意義都存在生活的世界，這裡所指的生命意義是屬於個人的意義，當生命遇到逆境時，能換個角度看待生命，找到自我存在的理由與價值，尋找到新的生命目標，然後按著設定目標去做，生命會產生另一股前進的動力。泰瑞·依格頓認為「意義」可以分成三類：第一類是有關人的意向或意圖；第二類是與指稱有關；第三類則將前兩類統合起來，也就是指那個「以圖指稱某事」的行動。換言之，意義是人類的所作所為、社會活動、……等，或者是人們在特定生活形式中為符合實際需求時所使用之特定符號的各種不同方式。藉由「意義」的不同定義，對於「生命意義」就可以有不同的思考(方佳俊譯，2007，p.16)。

本節主要針對西方心理學家、歐文·亞隆(易之新譯，2003)、弗蘭克(1963)、Wong(1989)及張利中(2004)等人對生命意義理論看法之統整，並介紹相關之測量工具。

一、歐文·亞隆的生命意義學說

歐文·亞隆(1980)認為生命的意義有兩種：「一種是宇宙的意義(cosmic meaning)是指存在個人之外或超越個人創造，在宇宙中無法被解釋源由的神奇或心靈層次之事物，意指上帝創造世界的意義；另一種是世俗的意義(terrestrial meaning)，也是個人的意義，不單是一種目標或角色的意義，也是個人對其生命目的、價值的體驗」(引自陳珍德，1995；何郁玲，1999)。Crumbaugh(1973)將生命意義界定為：一種能賦予個體

存有方向感與價值感的目標，並藉由實現此目標的過程，個體可以獲得「成為一個有價值之人」的認同感。由此可見，目標乃生命意義的一個核心的概念，依據亞隆的看法，目標有個人與神聖之分，有個人自我的目標以及宇宙終極的目標。

生活目標量表 (the Purpose in Life Test) 簡稱 (PIL) (引自易之新，2003)。是 1964 年由心理學家克倫堡 (James Crumbaugh) 和馬侯立克 (Leonard Maholick)，出版測量生活目標的心理測驗工具。亞隆指出生活目標量表為評量個人對「生活目標」的掌握與實踐程度。為一種 Likert 式的七點量表方式作答，「4」的位置代表中立，兩端各有相對的形容詞句，有正向題與反向題計分。分數越高，代表有越清楚的目標，其生命意義感也越高。

目前國內、國外學者運用 PIL 量表的研究日趨成熟，其理論亦得到相當高的支持。例如：宋秋蓉 (1992)《探討國內國中、高中 (職) 學生對生命意義的見解》。劉德威 (1997)、董文香 (2003)《探討青少年對生命態度的看法》，鄭書芳 (1997)、蔡坤良 (2004)《探討國內老年人在生活意義方面之內涵》等相關研究均是支持此一論點。

二、弗蘭克的意義治療理論

弗蘭克相信存在的本質即在於其所展現的生命意義。換言之，生命意義在於個人之體驗與獲得，而不在於外在之教條，且每一個人都應為其生命意義負責，因為基本上，弗蘭克認定生命之本體在於意義之實踐。生命意義是個人生活的目標，是不受操控的個人獨特性意義，是個人存在之最大自由，也是超越環境性的個人終極意義之追尋。

生命意義大多環繞在個人對生命所訂的目標，是個人所追求的東西，可以是一種存在的責任、目的或理由。「生命意義」可能是被看得見的，也可能只是一種感覺，不管是顯明或是隱藏的，都有存在的理由。在研究者認為生命意義是個人對生命的一種期待，可以是賦有遠大志向的生命目標，卻也可能只是個人微小的滿足感。對「生命意義」的解讀，個人差異性很大，因為個人所處環境、境遇及狀態有所不同。健康的人可以設定遠大目標，物質的滿足、名利地位等可以是努力追尋的，然而對重病的人可

能只想獲得健康；對一個生活富裕的人還是有不滿足的，他要的會更多，而對一個三餐不繼的人，想到的也許只是下一餐能有東西吃。每個人追尋的生命意義也存在很大的變動性，可能一場災難或生命目標的落空，或是一個重要事件，改變了個人的世界觀，自然對生命的期待也會有所轉變的。

生命中充滿許多不斷變動的價值觀，而每個人都在生命裡建構一些獨特的事物。弗蘭克認為「生命並不是任何事情，它只是做某些事情的機會。」（游恆山譯，1991，p.60）

換言之，人可以努力實現工作的價值，來展現自己的獨特性，也可以透過經驗來充實自身，或藉由面對情境的態度，彰顯自我，事實上，價值的認知只能充實一個人，對經驗的態度，卻可以指引整個生命意義的建構，人可以從經驗中得到學習，也可以選擇否定經驗，生命的學習從來不會來的太早，也永遠不會太遲，而目前當下，就是生命學習的最佳時機，過去的經驗，可以做為借鏡，使我們在當下恍然知道如何塑造未來，然而不斷地錯過經驗，卻可能會使我們連生命都錯失。每個人都是唯一且獨特的。生命的情境也只會發生一次，沒有人能替代另一個人經驗生命。

Frankl 主張人類是可透過創造、體驗及藉著受苦來發現或賦予人生的意義，此三個途徑分別為：

- 1、藉著創造意義的價值（creative value）：是個體生命所能給予他人與世界的貢獻。人們可藉由實現創造的價值，實現自己的理想，來賦予生命的意義，如此，就算是身體有缺陷的人也能努力的來展現個人的創造價值。
- 2、藉著體驗價值（experiential value）：在人生的歷程中竭盡所能的去經驗生命中美好事物所產生的價值，這種價值可以凸顯愛的意義。例如：有人藉由個人的喜好，進而飼養動物、接近大自然的美景、傾聽音樂、欣賞藝術等等來體驗生命的意義與價值。這種體驗是一種內心深層感動的情緒，是一種只能用心去體會的感受，就像是電影「重裝任務」裡提及，人類可以藉由欣賞古典音樂或優美的畫作來感動人心，這是

一種「唯真」、「唯美」的展現。

- 3、藉著受苦態度的價值 (attitudinal value): 是指我們對世界不可改變的命運, 苦、難所抱持的態度。個體若非處於非常困頓、惡劣的環境中, 無法展現創造的價值, 來實現生命的意義, 也無法以體驗價值, 來賦予生命的意義與價值時, 個體可以藉由承擔受苦, 與面對命運來實現生命的意義與價值。由此可見「苦」、「難」的洗禮乃是個體實現自我超越的一種展現, 經由超越苦難才能得以提升個體。

總之, 弗蘭克認為, 人的目標、選擇、意義與責任, 會影響自己的生命意義與自我的追尋, 當事人首先必須統整出負責任的態度, 並且在選擇當中, 展現與實踐與自己相同的生命意義與價值, 因此, 懷抱理想、選擇與負責的態度、正視自己存在的獨特性與唯一性, 便成為重要的關鍵。大致上, 弗蘭克鼓勵個人在抉擇中展現自己, 誘發自己面對生命的態度, 而這一連串所形成的價值觀與意義, 則將會成為豐富自己生命的美麗故事。換言之, 每個人因為成長背景不同, 因此, 生命經驗也大有迥異, 但是可以確知的是, 生命經驗來自生活上的「苦」、「難」, 倘若沒有這兩大元素的洗禮, 生命似乎無法統整也無法完整。面對苦難的態度, 正呼應著一種超越的態度與目標, 整體而言, 在弗蘭克的理論當中為他人之創造對於愛的感受以及超越苦難的態度實乃靈性我的重要內涵。

生命意義感的測量是採用由 Crumbaugh 依據 Frankl 之意義理論所發展出來的量表 (The Seeking of Noetic Goals Test; SONG: 引自鄭書芳, 1998)。主要是在測量人們渴望尋求生活意義與目的的情形。本量表共計 20 題, 以總分高低來反應受測者尋求生命意義動機的高低情形。何郁玲 (1999) 指出中小學教師年齡介於 41-50 歲期生命意義感高於 30 歲以下之教師。唐存敏 (2004) 指出高齡者的生命意義感相當高, 對於教會活動參與呈現正面的肯定。有研究發現 13 - 15 歲和 17 - 19 歲兩組青少年在生命意義量表之得分顯著低於其他年齡組, 顯示青少年的生命意義感較低 (吳淑華, 2006), 黃國城 (2003) 發現不同年齡、婚姻狀況、宗教信仰之醫院志工, 在「生命目的」、「苦難接納」則有顯著差異。

三、張利中 (2004a) 之意義與目標結構

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 (2004a) 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，則較傾向於設定「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。

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，重視一個人的動機與目標在其人格中所佔的重要位置。Emmons (1999) 認為每一個人每天都念茲在茲，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)。國內的相關研究結果發現，高層次、抽象及靈性的目標，對於一個人的生命意義較有助益，例如：鄭麗慧 (2007) 《高雄市國民小學教師生命意義感與生活滿意度關係之研究》。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，而令自己的生活達到滿意之狀態。

四、Wong (1989) 的內隱生命意義理論

Wong (1989) 提出內隱意義理論 (Sternberg, 1985)，指出意義由三個構成要素所組成：認知 (cognitive)、動機 (motivation) 和情感 (affective) (Reker & Wong, 1988; Wong, 1989)。而此三者皆指向個人之目標狀態，其分析指出：認知的部分包含諸如：「相信有一個終極的生命目的」、「相信一個人可以和上帝有私人的情誼 (a personal relationship)」、「信仰死後生命」以及「信仰心靈律法」等主題。動機的部分則包含目標的努力和達成兩個

元素，它包含了諸如：「追求有價值的目標」、「成功達成重要的生命目標」、「努力實現個人的潛能」以及「為個人的成長努力」等。情感的部分反映了實現，它包括了對於目標追尋之情感描述，如：「對自己是誰以及自己所做的事感到滿足」、「對生活感到滿足」、「對自己完成的事感到滿足」以及「對事情進行的方式感覺很好」等主題。但這個分析也揭露了幾個額外的個人意義的面向，包括關係。維持良好關係的重要性。例如：「和別人真誠相處」、「有不少好朋友」以及「和他人關係良好」。Wong 也強調照顧和利他的重要性，例如：「致力於使他人幸福」、「帶給他人快樂」；最後一個範疇則可以被視為個人元素，它包含描述特定人格特性的許多項目，諸如：「喜歡接受挑戰」、「採取主動」、「開放的心胸和好奇心」、「接受自己的限制」以及「擁有健康的自我概念」。個人的元素也包含了關係到一個人生命中身份地位的條件，如：「財務安全」、「受良好教育」和「有以個良好的家庭」。Wong 依據上述有關人們對於意義之內隱理論之分析結果，提出了一個個人意義型態 PMP (Personal Meaning Profile) 之測量工具，量表一共有 57 個項目，經過因素分析之後得到「個人目標」、「關懷和諧」、「上帝旨意」、「超越個人」、「自我接納」、「親密關係」及「超越苦難」等七個意義向度。

在後續之實徵研究中，Lang (1994, 引自 Wong, 1989) 發現：整體 PMP 和 Ellison (1981, 引自 Wong, 1989) 的靈性健康有正相關 ($\gamma = .64$)，和 Reker, Peacock, and Wong (1987) 的覺知健康量表有正相關，($\gamma = .29, \rho < .05$)。Lang 也報告一個整體的 Cronbach α 係數為 .93。分量表的 α 值如下：自我接納 $\alpha = .54$ 、公平對待 $\alpha = .54$ 、親密 $\alpha = .78$ 、關係 $\alpha = .81$ 、自我超越 $\alpha = .84$ 、宗教 $\alpha = .89$ 以及成就 $\alpha = .91$ 。Giesbrecht (1997) 發現 PMP 和幾個意義的工作測量 (Meaning of Work measures) 有正相關。在上述的研究資料當中亦間接的證實了 Wong (1989) 的假設理論。

以往對於生命意義的測量，大多以單一向度「尋找生命意義動機高低」為測量的目標 (鄭書芳, 民 87)，並以受測者的分數高低來顯示個人追尋生命意義的動機高低。本研究則進一步的指出追尋生命意義的動機可以是一個多向度的概念。生活目標量表 (PIL) 是「整體意義感」概念之量表，追尋生命意義量表 (SONG) 則是「立志未來」、「失落迷惘」、「追尋意義」三種追尋意義之動機之比較，而個人意義型態量表 (PMP) 則是測量「個

人目標」、「關懷和諧」、「上帝旨意」、「超越個人」、「自我接納」、「親密關係」、「超越苦難」等七種意義標的之量表，同時比較使用此三種量表則更可以檢測出三者之間的相互關係。

總之，在本研究中研究者推論追尋生命意義的動機可以是一個多向度的概念。而生活目標量表（PIL）僅是「整體意義感」概念之量表，追尋生命意義量表（SONG）則是「立志未來」、「失落迷惘」、「追尋意義」三種追尋意義之動機之比較，然個人意義型態量表（PMP）則是測量「個人目標」、「關懷和諧」、「上帝旨意」、「超越個人」、「自我接納」、「親密關係」、「超越苦難」等七種意義標的之量表，同時比較使用此三種量表則更可以檢測出三者之間的相互關係，且可以證實人的生命意義是多面向的向度，且人可以因為動機不同所追求的目標與生命意義亦不相同。

第三章 研究方法與實施

本研究採用「個人資料問卷」方式進行資料蒐集，以探討幼兒園教師在多元自我概念、生活目標、生命意義感、個人意義型態之認知與相關情形。本章共分為五節，第一節為研究對象；第二節為名詞釋義；第三節為研究架構與假設；第四節為研究工具；第五節為資料分析。

第一節 研究對象

本研究係以加入中華民國零歲教育發展協會全省理事、監事及會員所設立之幼兒園園內之幼教老師為研究對象。目前加入該協會之園所共約有 28 所，教師人數共計有 290 人。本次問卷之發放方式乃是於中華民國九十八年一月十日，由中華民國零歲教育發展協會全省主任以各園內所有任職之幼兒園教師，以普測方式統一發放問卷並於時間內統一回收，本次問卷共發出 290 份，扣除未回收之問卷 40 份，廢卷 3 份，實際有效樣本為 247 份。

第二節 名詞釋義

1. 道教：較為多數的人均將民間信仰當成道教來作為答題之標準（王見川，2001）。因此，在本研究當中研究者將道教歸納於一般的民間信仰，因為一般的台灣民眾對於道教並無清楚之概念。
2. 幼兒園教師：本研究所指之幼兒園教師，泛指符合兒童教育及照顧服務機構，亦就是政府立案合法收托（0-6 歲）之學前教育機構。如：托嬰中心及托兒所內服務之合格教保服務人員與幼稚園內之幼教老師，統稱之為幼兒園教師。
3. 多元自我概念：本研究所指之多元自我包含 Higgins 理論中之真實我與理想我兩大部分，而其中每一部份又各自包含馬斯洛的需求動機理論中之六個項目（生理需求、心理需求、愛與歸屬需求、自尊需求、自我實現需求及靈性我）經過因素分析，最後萃取五個項目，研究者分

別將之命名為生理安全、愛與歸屬、自我實現、神聖經驗及自我超越，研究者將上述五個項目統稱為多元自我概念。

4. 生理我：本研究所指之生理我意指多元自我概念中生理安全此一項目稱之。
5. 心理我：本研究所指之心理我意指多元自我概念中愛與歸屬及自我實現等兩個項目稱之。
6. 靈性我：本研究所指之靈性我意指多元自我概念中之神聖經驗及自我超越等兩個項目稱之。

第三節 研究架構與假設

一、研究架構

為探討幼兒園教師之多元自我概念與生命意義之關係，乃依據研究目的與相關參考文獻，擬定本研究架構如下圖 3-1、圖 3-2 及圖 3-3：

(一) 為瞭解不同背景變項的幼兒園教師其真實我與理想我之差異情形。

乃依據研究目的與相關參考文獻，擬定本研究架構。如下圖 3-1：

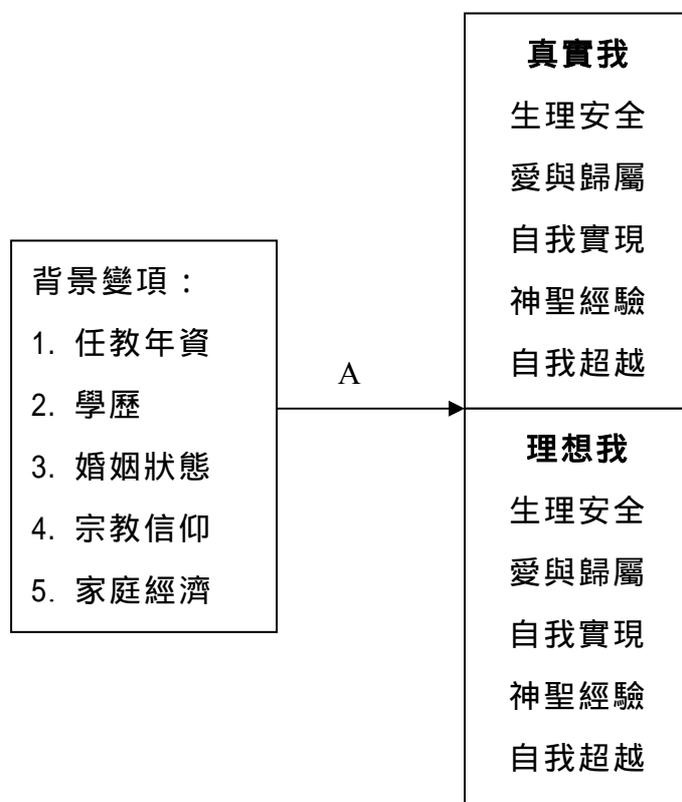


圖 3-1 研究架構圖一

研究架構圖 3-1 指出：路徑 A 為瞭解不同背景變項的幼兒園教師其真實我與理想我之差異情形。

(二) 為探討幼兒園教師與生活目標、生命意義及個人意義型態之差異情形，乃依據研究目的與相關參考文獻，擬定本研究架構。如下圖 3-2：

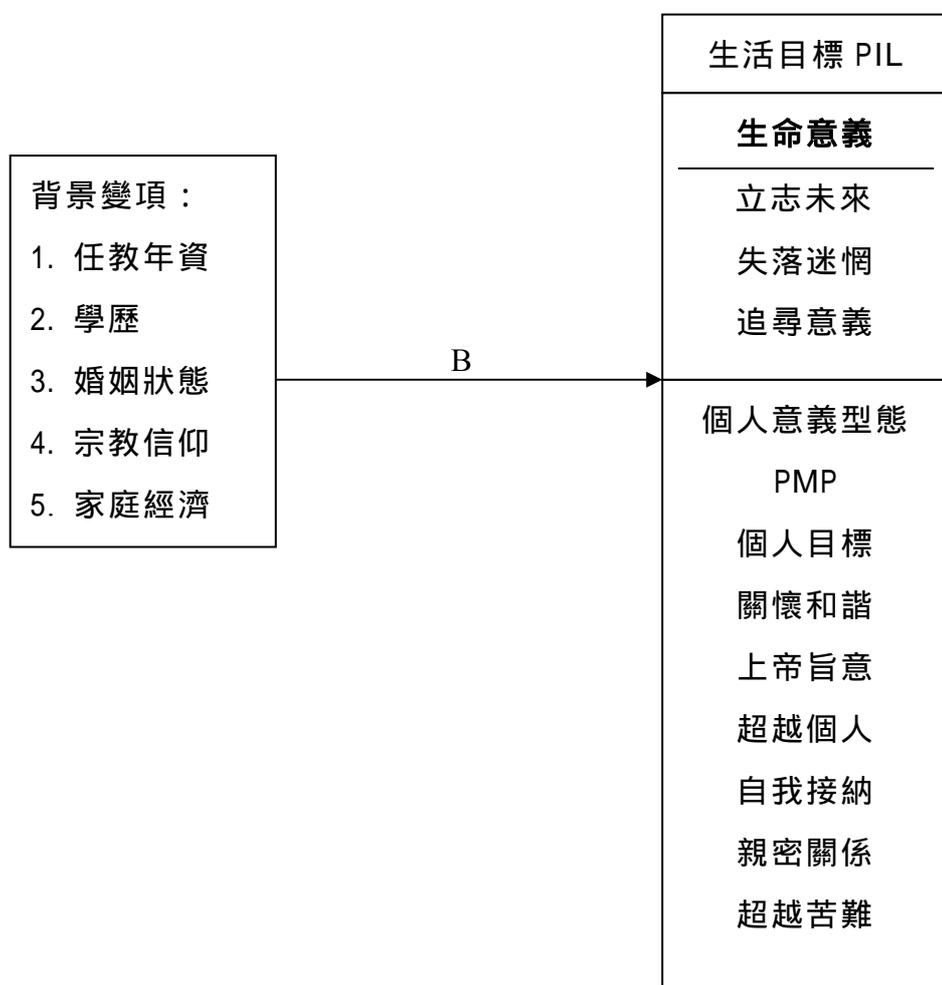


圖 3-2 研究架構圖二

研究圖 3-2 架構指出：路徑 B 為瞭解不同背景變相的幼兒園教師與生

活目標、生命意義及個人意義型態之差異情形。

(三)為探討幼兒園教師背景變項(年齡)與真實我及理想我和生活目標、生命意義及個人意義型態之預測力，乃依據研究目的與相關參考文獻，擬定本研究架構。如下圖 3-3：

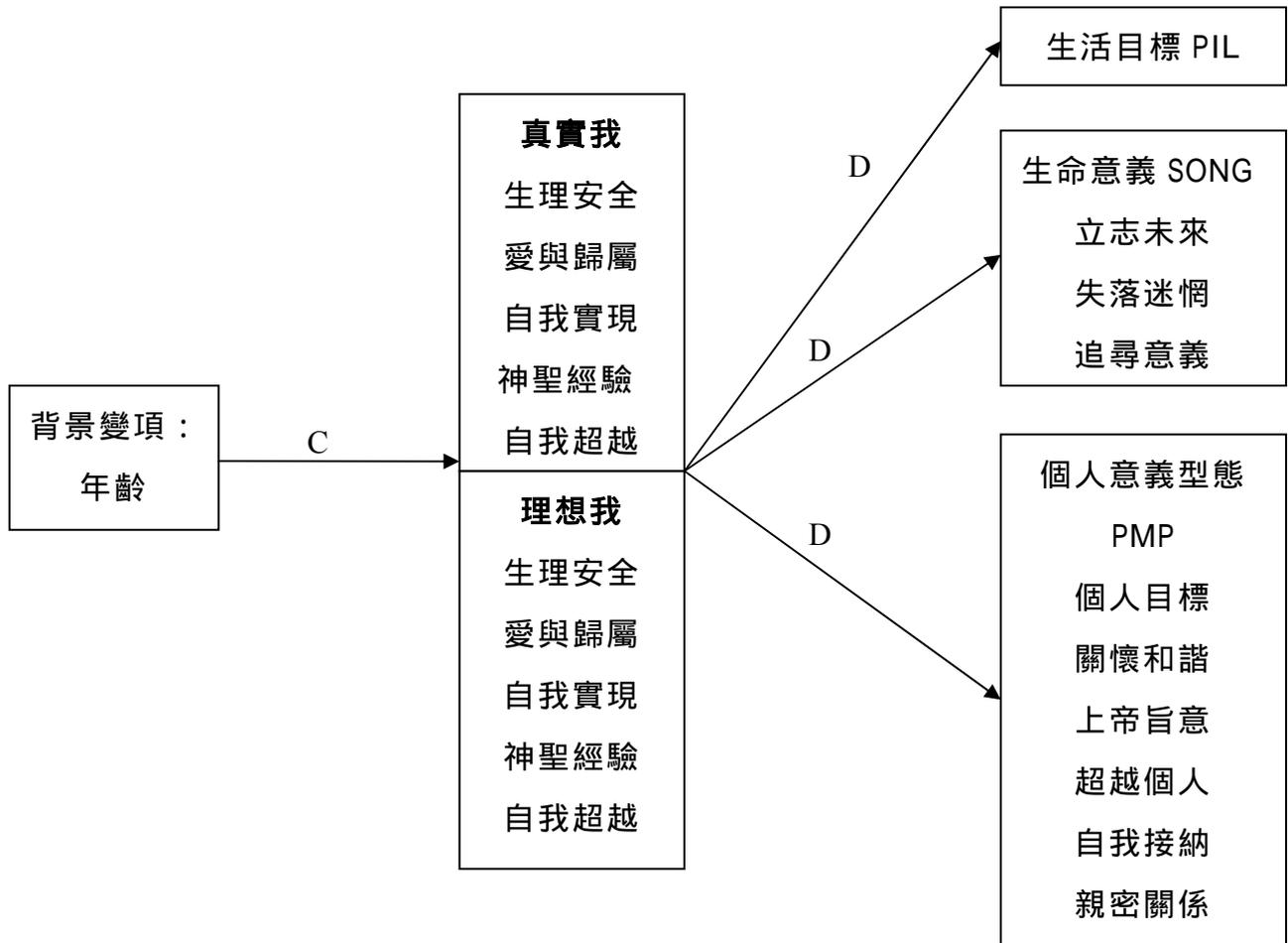


圖 3-3 研究架構圖三

研究架構圖 3-3 指出：路徑 C 和 D 分別為探討經變異數分析顯著之背景變項（年齡）與真實我及理想我和生活目標、生命意義及個人意義型態之預測力。

二、研究假設

根據上述的研究架構，茲將本研究所預測量的變項，分別如下：

(一) 背景變項 - 基本屬性

1. 本研究對象的背景變項包含任教年資、學歷、婚姻狀態、宗教、家庭經濟等五個變項來探討。
2. 性別方面分為：任教年資方面：分為(1)3年以下(2)3年以上。學歷方面分為：(1)大專非幼保相關科系及以下(3)大專幼保相關科系及以上(4)高中職幼保相關科系。婚姻狀態方面分為：(1)未婚(2)已婚及其他。宗教信仰方面分為：(1)佛教(2)道教(3)基督宗教(4)其他宗教。家庭經濟狀況方面分為(1)優及中上(2)小康(3)中低收入。

(二) 理論假設

根據本研究之文獻探討與回顧，本研究之重要理論設定為：

1. 靈性我的多元自我概念(神聖經驗與自我超越)與生理我的多元自我概念(生理安全)及心理我的多元自我概念(愛與歸屬、自我實現)有明確的不同。
2. 理想我相較於真實我與個人生命意義感之間有更高的關聯性。
4. 靈性我之多元自我概念與個人生命意義感較之其它之多元自我概念成份，有較高的相關性。

第四節 研究工具

本研究的調查工具有：幼兒園教師多元自我概念量表、生活目標測驗量表 PIL (Purpose in Life) 生命意義量表 SONG (The Seeking Of Noetic Goals Test ; SONG : 引字鄭書芳 , 民 87) 個人意義型態量表 PMP (Personal Meaning Profile)。

一、 多元自我概念之測量型態

本研究依據採用張利中、林志龍與洪栩隆(2001)根據 Higgins(1987)

的「The Selves Questionnaire」的概念設計量化的幼教老師身心狀況量表，以測量受試者各個多元自我概念之間的差異程度。原量表設計主要內容共分為「真實的自我」及「理想的自我」等二大部分，並再予以區分為「生理需求」、「心理需求」、「愛與歸屬需求」、「自尊需求」、「自我實現需求」及「靈性我」等六個分量表，前五項分量表各有個項目，第六項分量表則有 9 個項目，因此，六個項目總計共有 24 個項目。真實我與理想我共計 10 個分量表 48 題。經過因素分析之後在真實我與理想我部分分別得到「生理安全」、「愛與歸屬」、「自我實現」、「神聖經驗」及「自我超越」等五個分量表，各 23 個項目（見表 3-1、表 3-2、表 3-3 及表 3-4）。十個分量表的內部一致性信度係數 α 值介於 .68 與 .91 之間，顯示多元自我概念量表其信度與效度良好。詳細說明於下：

本研究使用主因素分析，使用斜交轉軸法考驗多元自我概念量表—真實我部分之信效度。多元自我概念量表之因素分析結果與命名，一共找出五個因素（見表 3-1 及 3-2），分別命名為「生理安全」、「愛與歸屬」、「自我實現」、「神聖經驗」及「自我超越」。

多元自我概念量表 - 真實我「神聖經驗」分量表的內部一致性信度係數 α 值為 .78；「自我超越」分量表的內部一致性信度係數 α 值為 .89，顯示其信度良好。

本研究使用主因素分析，使用斜交轉軸法，考驗多元自我概念量表—理想我部分之信效度。多元自我概念量表之因素分析結果與命名，一共找出五個因素（見表 3-3 及 3-4），分別命名為「生理安全」、「愛與歸屬」、「自我實現」、「神聖經驗」及「自我超越」。

多元自我概念量表 - 理想我「生理安全」分量表的內部一致性信度係數 α 值為 .78；「自我實現」分量表的內部一致性信度係數 α 值為 .80；「愛與歸屬」分量表的內部一致性信度係數 α 值為 .84，顯示其信度良好。

多元自我概念量表 - 理想我「神聖經驗」分量表的內部一致性信度係數 α 值為 .80；「自我超越」分量表的內部一致性信度係數 α 值為 .91，顯示其信度良好。

表 3-1 真實我之「生理安全」、「愛與歸屬」及「自我實現」之因素分析

項 目	因 素		
	自我 實現	愛與 歸屬	生理 安全
能夠勇於發揮潛能、提升自我。	.87		
能夠擁有一定的成就、品味，受到眾人的讚揚。	.83		
能夠完成工作，有優良的表現、受人尊重。	.79		
在工作上能夠感到勝任愉快，有成就感。	.76		
能夠肯定自我的選擇，朝著人生目標努力前進。	.51		
能夠自我接納與認同，不會因為他人的言語而受打擊。	.41		
能夠擁有可以聽我訴苦、抱怨的好朋友。		.77	
能夠擁有心意相通的朋友或伴侶。		.72	
日常生活中可以遠離暴力的威脅及傷害。		.57	
能夠獲得適當的關懷、傾聽與鼓勵。		.56	
能夠居住在一個品質、治安良好的居家環境。		.56	
為了有健康的身體，能夠固定地運動。			.75
三餐飲食都能攝取均衡的營養。			.66
能夠擁有適當的休閒娛樂，幫助抒解情緒壓力。			.53
避免生活中的各種污染源與毒素，保持身體不受危害。			.39
平方和負荷量萃取總和	5.02	1.38	1.07
平方和負荷量萃取變異數的%	33.43	9.19	7.15
平方和負荷量萃取累積%	33.43	42.62	49.77

a. 完整量表請參閱附錄表一

b. 空白處之樣式係數小於.3

表 3-2 真實我之「神聖經驗」及「自我超越」項目之因素分析

項 目	因 素	
	神聖 經驗	自我 超越
能夠在參加宗教儀式的過程中獲得深層的心靈平靜。	.92	
能夠擁有神聖的宗教經驗，感受到神、佛的同在。	.84	
能夠經常放下自我，擁有與天、神合一的經驗。	.84	
能夠常常參加宗教上的靈修、禪坐活動。	.82	
能夠在平常的日子裡，總是覺得富足、感恩及喜樂。		.81
與他人相處時能夠做到寬容、原諒、不計較。		.73
能夠經常的反求諸己，明心見性。		.59
能夠有足夠的時間沈澱心靈、閉靜與自我反思。		.55
平方和負荷量萃取總和	4.10	1.05
平方和負荷量萃取變異數的%	51.30	13.11
平方和負荷量萃取累積%	51.30	64.41
a. 完整量表請參閱附錄表一		
b. 空白處之樣式係數小於.3		

表 3-3 理想我之「生理安全」、「愛與歸屬」及「自我實現」之因素分析

項 目	因 素		
	生理 安全	自我 實現	愛與 歸屬
避免生活中的各種污染源與毒素，保持身體不受危害。	.77		
日常生活中可以遠離暴力的威脅及傷害。	.75		
能夠擁有適當的休閒娛樂，幫助抒解情緒壓力。	.72		
三餐飲食都能攝取均衡的營養。	.68		
為了有健康的身體，能夠固定地運動。	.65		
能夠居住在一個品質、治安良好的居家環境。	.60		
能夠擁有一定的成就、品味，受到眾人的讚揚。		-.88	
能夠完成工作，有優良的表現、受人尊重。		-.80	
能夠勇於發揮潛能、提升自我。		-.77	
在工作上能夠感到勝任愉快，有成就感。		-.76	
能夠肯定自我的選擇，朝著人生目標努力前進。		-.58	
能夠自我接納與認同，不會因為他人的言語而受打擊。		-.37	
能夠擁有可以聽我訴苦、抱怨的好朋友。			-.95
能夠擁有心意相通的朋友或伴侶。			-.68
能夠獲得適當的關懷、傾聽與鼓勵。			-.56
平方和負荷量萃取總和	6.89	1.16	.85
平方和負荷量萃取變異數的%	45.94	7.75	5.64
平方和負荷量萃取累積%	45.94	53.69	59.33

a. 完整量表請參閱附錄表二

b. 空白處之樣式係數小於 0.3

表 3-4 理想我之「神聖經驗」及「自我超越」之因素分析

項 目	因 素	
	神聖 經驗	自我 超越
能夠擁有神聖的宗教經驗，感受到神、佛的同在。	.94	
能夠經常放下自我，擁有與天、神合一的經驗。	.92	
能夠在參加宗教儀式的過程中獲得深層的心靈平靜。	.90	
能夠常常參加宗教上的靈修、禪坐活動。	.83	
能夠在平常的日子裡，總是覺得富足、感恩及喜樂。		.91
與他人相處時能夠做到寬容、原諒、不計較。		.75
能夠常常參與慈善或者是義務工作，發揮愛心。		.58
能夠有足夠的時間沈澱心靈、閉靜與自我反思。	.31	.48
平方和負荷量萃取總和	4.29	1.15
平方和負荷量萃取變異數的%	53.63	14.43
平方和負荷量萃取累積%	53.63	68.06

a. 完整量表請參閱附錄表二

b. 空白處之樣式係數小於.3

二、 生活目標測驗量表 PIL

PIL (引自易之新, 2003)。是 1964 年由心理學家克倫堡 (James Crumbaugh) 和馬侯立克 (Leonard Maholick), 出版測量生活目標的心理測驗工具。內容包括二十個項目, 以七分的等級來評分。每一項的「4 分」代表「中庸」, 「1 分」和「7 分」分別有不同的描述, 加總後之總分可得出一個整體生命意義感分數。「生活目標測驗」廣受歡迎, 有五十篇以上關於生活目標的碩士論文以之為重要的測量工具。這些項目表面的內容是處理好幾個不同的概念如: 1. 生命的意義 (目的、使命)(第 3、4、7、8、11、12、17、20 題)。2. 生活的滿足 (生活是無聊、例行公事、興奮或痛苦) (第 1、2、5、6、9、19 題)。3. 自由 (第 13、14、18 題)。4. 死亡恐懼 (第 15 題)。5. 自殺的意圖 (第 16 題)。6. 一生的價值感 (第 10 題)。

三、 生命意義追尋量表 SONG

SONG 的測量是採用由 Crumbaugh 所發展出來的量表（引自鄭書芳，民 87）。內容包括二十個項目，以五分的等級來評分。每一項的「3 分」代表「不肯定」，「1 分」代表「非常不同意」和「5 分」代表「非常同意」來測量人們渴望尋求生命意義與目的的情形，以總分高低來反應受測者尋求生命意義動機的高低情形。

張利中（2004b）曾經運用這個量表，對台灣地區 195 位安寧病房護理人員進行測試，結果發現此三個因素。因素一是「立志未來」，意味著個人有求變的意願與需求，想要發現新的目標，且將時間指向未來、期許未來個人將有很大的成就而與眾不同。因素二是「失落迷惘」，顯示個人是處於一種漫無目標、目標失落並感到迷惑和困擾的狀態。因素三是「追尋意義」，顯示個人對自我的生命意義有明確的目標得以追尋。

以往對於安身立命量表的使用，大多以單一向度「尋找生命意義動機高低」為測量的目標（鄭書芳，民 87），並以受測者的分數高低來顯示個人追尋生命意義的動機高低。本研究則進一步的發現追尋生命意義的動機可以是一個多向度的概念。

本研究使用主因素分析，使用斜交轉軸法，考驗命意義量表之信效度。生命意義量表之因素分析結果與命名，一共找出三個因素（見表 3-5），分別命名為「失落迷惘」、「立志未來」及「意義追尋」。「失落迷惘」分量表的內部一致性信度係數 α 值為 .74；「立志未來」分量表的內部一致性信度係數 α 值為 .81；「意義追尋」分量表的內部一致性信度係數 α 值為 .80，顯示其信度良好與張利中（2004b）運用這個量表，對台灣地區 195 位安寧病房護理人員進行測試結果發現之因素結構相同。

表 3-5 「生命意義量表」之因素分析

項 目	因 素		
	失落 迷惘	立志 未來	意義 追尋
我覺得生活中缺乏值得去做的工作。	.68		
生命的奧秘使我感到迷惑或困擾。	.66		
有時我覺得我已發現到這一生所要尋求的是什麼，但後來就消逝了。	.65		
我覺得我缺乏同時有必要尋找生命中真正的意義與目標。	.61		
我覺得有個我無法言喻的東西，正從我生命中消失。	.56		
我嘗試新的活動或自己有興趣的事物，但這些很快便都不吸引我了。	.56		
我常做白日夢，希望能找到我新的安身立命的地方。	.43		
我常求取變化。		.58	
每當我完成一個舊目標之前，就著手計畫另一個新目標。		.51	
我覺得生命中最大成就，存在未來。		.50	
我知覺到能引導我人生的一個強而有力的人生目的。			.66
我的一生中，曾強烈渴望發現自我。。			.52
我思考什麼是生命的終極意義？			.34
我覺得我決心實現某個不尋常的夢想。			.32
平方和負荷量萃取總和	3.81	2.00	.55
平方和負荷量萃取變異數的%	22.44	11.80	3.24
平方和負荷量萃取累積%	22.44	34.24	37.48

a. 完整量表請參閱附錄表四

b. 空白處之樣式係數小於.3

四、 個人意義型態量表 PMP (Personal Meaning Profile)

PMP 是 Wong (1989) 依據內隱理論之分析結果所研究設計出來之個人意義型態量表。本量表一共有五十七個項目，Wong (1989) 經過因素分

析之後得到「個人目標」、「關懷和諧」、「上帝旨意」、「超越個人」、「自我接納」、「親密關係」及「超越苦難」等七個意義向度。個人意義型態量表，以七分的等級來評分。每一項的「4分」代表「中間值」，「1分」代表「完全沒有貢獻」和「7分」代表「極有貢獻」，來測量人們對於「個人目標」、「關懷和諧」、「上帝旨意」、「超越個人」、「自我接納」、「親密關係」及「超越苦難」等七個意義向度之目標。

第五節 資料分析

本研究主要探討幼兒園教師多元自我概念與生命意義之真實我／理想我之落差概念之間的關係，問卷分析工具使用 SPSS12.0 統計軟體作為分析工具。依據研究目的、研究假設、變項及考量分析工具本身的適用性後採行下列統計方法，進行資料分析並驗證各項假設，各項假設驗證與統計方法之運用，以下說明：

一、 信度分析 (Reliability Analysis)

本研究利用信度分析對幼兒園教師身心狀況量表予以分析。任何測驗或量表信度係數如果在 .90 以上，表示測驗或量表信度甚佳 (引自吳明隆，2003)。

二、 因素分析 (Factor Analysis)

以因素分析對幼兒園教師在生理安全、愛與歸屬、自我實現、神聖經驗與自我超越等項目在「理想的自我」及「真實的自我」，瞭解問卷的建構效度 (construct validity)，分析時先以主軸因素法 (Principal Axis Factor Analysis) 抽取因素，之後結果引用 Kaiser (引自林清山，2003) 的觀點，保留特徵值大於 1 的因素，並從中取得解釋的總變異量，同時以斜交轉軸取得各因素的因素負荷量。

三、 描述性統計

以次數分配、百分比數據來描述受試樣本背景資料的分配狀況，並以平均數和標準差及最大最小值來描述幼兒園教師在生理安全、愛與歸屬、

自我實現、神聖經驗及自我超越等項目在「真實的自我」、「理想的自我」的表現情形。以幼兒園教師在生活目標感、生命意義與個人意義型態之填答分佈情形來描述之間的相關性。

四、 t 考驗 (t -test) 分析

以 t 考驗來分析幼兒園教師之人口變項幼兒園教師教師在生理安全、愛與歸屬、自我實現、神聖經驗及自我超越等項目在「理想的自我」及「真實的自我」的不同情形。

五、 單因子變異數分析

用以瞭解幼兒園教師的教師之人口變項在生理安全、愛與歸屬、自我實現、神聖經驗及自我超越等項目在「理想的自我」及「真實的自我」與生命意義之間的相關性。

六、 階層迴歸分析

以階層迴歸分析來檢驗幼兒園教師在生理安全、愛與歸屬、自我實現、神聖經驗及自我超越等項目在「理想的自我」及「真實的自我」等因素來預測生命意義。

七、 典型相關

以典型相關來檢驗幼兒園教師在生理安全、愛與歸屬、自我實現、神聖經驗及自我超越等項目在「理想我」及「真實我」與生命意義的相關分析。

第四章 研究結果與討論

本章分為六節，第一節為基本屬性研究分析，不同背景變項之幼兒園教師之基本資料分析。第二節為多元自我概念及生活目標感、生命意義與個人意義型態之描述統計分析。第三節為有關背景變項與真實我及理想我之差異檢定分析。第四節為有關背景變項與生命意義之差異檢定分析。第五節為有關背景變項及真實我、理想我與生命意義之階層迴歸分析。第六節為個人意義型態與生命意義之典型相關分析與個人意義型態與生命意義之典型相關分析。

第一節 幼兒園教師之基本資料分析

本研究發出問卷 290 份，扣除未回收部分之問卷 40 份，廢卷 3 份，實際有效樣本為 247 份。受訪之幼兒園教師在年齡上得出受訪者之平均年齡為 31 歲，標準差為 2.78 歲。顯示受訪者多為年輕族群。在進一步的分析之中，研究將以年齡為一個主要的控制變項。研究對象基本變項分佈情形。（見表 4-1）：

研究對象在任教年資方面，任教年資 3 年以下者有 102 人（41.3%），任教年資 3 年以上者有 145 人（58.7%），研究資料顯示任教年資達 3 年以上者為大多數。

研究對象在學歷方面，大專非幼保相關科系及以下者有 71 人（28.7%），大專幼保相關科系及以上者有 176 人（71.3%），研究資料顯示具專業大專學歷的幼兒園教師已達七成，顯示幼兒園教師學歷之提升已是不爭之事實，各技術學院廣設幼保系確已達到提升幼托品質之實質目的，此一現象是各界廣為樂見的。

研究對象在婚姻狀況方面，未婚者有 143 人（57.9%），已婚及其他者有 104（42.1%），研究資料顯示幼兒園教師仍是以未婚之女性為大多數，幼兒園教師工作繁重，除須具有高度的愛心、耐心之外仍須具備較好的體力，而已婚之女性在有家庭羈絆之下想要在幼教職場上扮演幼兒園教師之角色，相對會更加的辛勞。

表 4-1 研究對象基本資料之分布情形 (n=247)

變項名稱	類別	人數	百分比
任教年資	3 年以下	102	41.3
	3 年以上	145	58.7
學歷	大專非幼保相關科系及以下	71	28.7
	大專幼保相關科系及以上	176	71.3
婚姻狀況	未婚	143	57.9
	已婚及其他	104	42.1
宗教信仰	佛教	81	32.8
	道教	58	23.5
	基督宗教	13	5.3
	其他	95	38.5
家庭經濟	中低收入	33	13.4
	小康	198	80.2
	優及中上	16	6.4

研究對象在宗教信仰方面，信仰佛教者有 81 人 (32.8%)，信仰道教者有 58 人 (23.5%)，較為多數的人均將民間信仰當成道教來作為答題之標準 (王見川，2001)。因此，在本研究當中研究者將道教歸納於一般的民間信仰，因為一般的台灣民眾對於道教並無清楚之概念。信仰基督宗教者有 13 人 (5.3%)，信仰其他宗教及無宗教信仰者有 95 人 (38.5%)。由上述資料顯示信仰佛教、道教人數比率與信仰其他宗教及無宗教信仰者共佔 94.7%。此結果與某些部份與瞿海源 (2006, p. 32-34) 所做台灣地區社會變遷基本調查的結果相似，在台灣地區人民，信仰基督宗教的人數比例，大約在 5.2%，與本研究所占之比例非常接近。

研究對象在家庭經濟方面，家庭經濟優及中上者有 16 人 (6.4%)，家庭經濟小康者有 198 人 (80.2%)，家庭經濟中、低收入者有 33 人 (13.4%)。

第二節 多元自我概念及生命意義與個人意義型態之描述統計

一、多元自我概念之各式需求描述統計分析

幼兒園教師在多元自我概念分數之填答分佈情形(見表 4-2)內容分述如下：幼兒園教師自我概念量表：本量表分為兩部分，第一部份為「真實我」，第二部分為「理想我」。各分為「生理安全」、「愛與歸屬」、「自我實現」、「神聖經驗」與「自我超越」等五個項目，各有 23 題，共計有 46 題，均為 5 點量表。

表 4-2 多元自我概念之描述統計值 (n=247)

量表名稱	題數	分數	最小值	最大值	平均數	標準差
真實我	23	1~5				
生理安全	6	1~5	1.5	9.00	3.54	.87
愛與歸屬	3	1~5	1.67	9.00	4.18	.92
自我實現	6	1~5	1.00	9.00	3.68	.91
神聖經驗	4	1~5	1.00	9.00	2.46	1.34
自我超越	4	1~5	1.5	9.00	3.58	.99
理想我	23	1~5				
生理安全	6	1~5	3.00	9.00	4.64	.70
愛與歸屬	3	1~5	3.00	9.00	4.73	.71
自我實現	6	1~5	3.00	9.00	4.54	.75
神聖經驗	4	1~5	1.00	9.00	3.43	1.19
自我超越	4	1~5	2.00	9.00	4.31	.85

依據表 4-2 之研究資料顯示：

1. 真實我的部分 (實際狀態)：

平均數依序排列最高為愛與歸屬 (M = 4.18 ; SD = .92)，次之為自我實現 (M = 3.68 ; SD = .91)，第三為自我超越 (M = 3.58 ; SD = .99)，第四為生理安全 (M = 3.54 ; SD = .87)，最低為神聖經驗 (M = 2.46 ; SD = 1.34)。由此可見受訪之幼兒園教師在真實我的部分(實際狀態)，在神聖經驗上的獲得情形為最低，生理安全上的獲得情形為次低，而在愛與歸屬上的獲得情形為最優。

發展心理學者 Erikson 之心理社會理論提到，人的一生當中，性格和

社會因素不斷的交互影響，因此他將人的心理社會發展區分為八個階段，而成年初期的心理發展階段即為「愛」，在此一階段發展良好之個體則易與人發展親密關係，反之，在此階段未發展良好個體則易產生孤立感之危機，由上述理論可得知研究對象之愛與歸屬上的獲得情形為最優此乃受訪園所幼兒之福，因為研究資料顯示受訪之幼兒園教師應為易與他人發展親密關係之個體，亦即是對人充滿愛與關懷的老師。

馬斯洛早期提出五大需求：生理需求、安全需求、愛與歸屬需求、自尊需求和自我實現需求，而在晚年提出了六大需求增添了靈性需求。馬斯洛曾說：「我們在洞察自身最深層的天性時，亦即在洞察一般的人生。」(莊耀嘉譯，2004，p.11)也就是人必須清楚自己所追尋的目標，並肯定其目標之重要性，可見靈性需求在受訪之專業幼兒園教師是不足的情形，資料顯示它的狀況是最低的。因此，個人如果要持續不斷的成長就必須堅持洞察自身的需求及不足並積極的尋求滿足。

2. 理想我的部分 (願景、理想)：

平均數依序排列最高為愛與歸屬 ($M = 4.73$; $SD = .71$)，次之為生理安全 ($M = 4.64$; $SD = .70$)，第三為自我實現 ($M = 4.54$; $SD = .75$)，第四為自我超越 ($M = 4.31$; $SD = .85$)，最低為神聖經驗 ($M = 3.43$; $SD = 1.19$)。由此可見受訪之幼兒園教師在理想我的部分 (願景、理想)，神聖經驗上的獲得情形最低，自我超越上的獲得情形次低，而在愛與歸屬上的獲得情形最為滿足。本研究用神聖經驗及自我超越兩個指標來代表靈性需求，這兩個指標在本研究我們的受訪者的平均數資料顯示均敬陪末座，可見靈性需求在受訪之專業幼兒園教師是相當不足的情形，它的狀況是最低的。工業革命固然為人類創造了豐富的物質資產，但人類的心靈生活卻也逐漸被物質所主宰，人心常隨著景氣及股票指數起伏，物質文明真的讓我們的生活更富足嗎？此一問題恐怕沒有必然的標準答案；我們常聽到在社會上有不少清苦過日，但卻把終生積蓄捐助慈善事業，或者辦圖書館，這些人或許外人以為他們很愚蠢，但是他們所做的事卻是充分展現了生命的價值，真正讓人心靈富足的理由，絕對不是因為物質的因素，而是心靈的財富，唯有心靈上的滿足，人生才能達到真正的滿足。

總之，馬斯洛說：「人類生活唯有當其最高理想被顧及時，才有可能獲得瞭解。成長、自我實現、邁向健康的奮鬥、追尋獨特自我、對完美的渴望，及其他個體向上發展的方式，現在都必須視為人類普遍的傾向。」（莊耀嘉譯，2004，p.30）此一資料可供所有幼兒園之園所長在經營管理方面可供參酌，如何將馬斯洛之需求動機理論再做個人之提升達到靈性我（大我）之滿足。在宗教信仰方面可以多多鼓勵幼兒園教師參與宗教活動，或多加入義工團體從事義工服務，使其得到精神上之鼓勵及肯定。

二、生活目標感、生命意義與個人意義型態之描述統計分析

幼兒園教師在生活目標感、生命意義與個人意義型態之填答分佈情形（見表 4-3）內容分述如下：本量表共分為三部分，第一部份為「生活目標感」題目共有 20 題，為 7 點量表。第二部份為「生命意義」，題目共分為「立志未來」、「失落迷惘」及「意義追尋」三項目各有 4 題、7 題及 9 題，總計共有 20 題，為 5 點量表。第三部份為「個人意義型態」題目共分為「個人目標」、「關懷和諧」、「上帝旨意」、「超越個人」、「自我接納」、「親密關係」及「超越苦難」七項目各有 15 題、10 題、8 題、8 題、9 題、5 題及 2 題，總計共有 57 題，為 7 點量表。

依據表 4-3 之研究資料顯示，本研究在生命意義感分量表方面的平均數最高為「立志未來」（ $M = 3.81$ ； $SD = .84$ ），次高為「追尋意義」（ $M = 3.57$ ； $SD = .80$ ），最低為「失落迷惘」（ $M = 2.95$ ； $SD = .93$ ）。顯示幼兒園教師在「失落迷惘」平均分數為最低，而立志未來最高。由此可見會從事幼兒園教師對自己的工作意義均存在著一份自我使命感，對未來懷抱著理想，對自己的人生是希冀著高度的意義。對自己的人生懷抱著高度的意義感，表示幼兒園教師的人生態度是積極、正向，且具有高度的熱忱，此一要素在其他各行各業中是非常重要的，尤其在幼教領域更顯示其重要性，因為幼兒園教師工作場域接觸的多為幼兒，因此生活節奏較為緩慢，在面對節奏快速的現代社會，或多或少會有適應上的困擾，如何調整自己以正確的心態去面對工作場域所得到的成就則是相當的重要，唯有自己真誠面對自己的使命，才能說服自己繼續從事此項工作。

表 4-3 生活目標感、生命意義與個人意義型態之描述統計值 (n=247)

量表名稱	題數	最小值	最大值	平均數	標準差
生活目標	20	23.00	90.00	54.91	10.33
生命意義	20				
立志未來	4	2.00	9.00	3.81	.84
失落迷惘	7	1.43	9.00	2.95	.93
追尋意義	9	1.60	9.00	3.57	.80
個人意義型態	57				
個人目標	15	3.47	9.60	6.67	.88
關懷和諧	10	1.00	8.10	5.58	.92
上帝旨意	8	1.25	7.88	4.33	1.15
超越個人	8	1.00	8.43	5.29	1.00
自我接納	9	3.00	8.40	5.46	.96
親密關係	5	2.80	8.00	5.50	.94
超越苦難	2	1.00	8.00	5.44	1.07

在各種意義類別上，研究對象之幼兒園教師的平均數依序排列為「個人目標感」為最高 (M = 6.67 ; SD = .88)，「關懷和諧」次之 (M = 5.58 ; SD = .92)，「親密關係」再次之 (M = 5.50 ; SD = .94)，「自我接納」為第四 (M = 5.46 ; SD = .96)，「超越苦難」為第五 (M = 5.44 ; SD = 1.07)，「超越個人」為第六 (M = 5.29 ; SD = 1.00)，「上帝旨意」為最低 (M = 4.33 ; SD = 1.15)。研究顯示幼兒園教師在「超越個人」平均分數較「個人目標」低。由此得出幼兒園教師在超越個人的部份有著心有餘而力不足的感覺，覺得自己有很多的理想及抱負，但是礙於自我的設限卻無法達到超越個人的境界。本次問卷族群之幼兒園教師其宗教信仰多為佛教 (n = 81) 及道教 (n = 58)，基督宗教僅佔 (n = 13)，所佔人數極少，因此在「上帝旨意」項目上所顯示之數據有失其客觀性。在此不適做任何分析，此項目有賴後續研究者加以研究探討。

Wong (1989) 的研究當中顯示個人的意義也視個人的特質而定，如：創造力、做事有彈性、適應力強、聰明、好追根究底及有責任感。這個啟

示發現了，意義的追尋不是視「一個人想什麼或做什麼」而定，而是視「那個人是誰」而定。換句話說，整體大部分的總和——人大於他們的信仰、生活目標或個人計畫。即使如此，這些對有意義的生活來說是重要的先決條件，對人格的構成也是相當的重要。如果一個人的心封閉、自我中心、剛愎自用以及沒責任感，那他們就無法發現意義。另一方面，如果個體好奇心強烈願意努力去幫助別人，而且內心對新經驗有著開放的胸襟，則比較有可能發現生命中的意義。由此可知，如何建構一個人的核心價值便成為首要之務，當「個人目標」確立的同時，便已架構其個人之「生命意義」及個人存在價值之所在，相對的亦悄悄的在個人的心中種下精神層面「靈性我」之種苗。

第三節 不同背景變項之幼兒園教師多元自我概念之統計分析

一、年資與多元自我概念之統計分析

本節針對為瞭解不同基本變項（任教年資、學歷、婚姻狀況、宗教信仰、家庭經濟）在多元自我概念之情形，以獨立變項 t 檢定、單因子變異數分析，結果分述如下：

依據表 4-4 之研究資料顯示，服務年資超過 3 年以上之幼教老師在真實我部分的「自我實現」與「自我超越」方面比服務年資 3 年以下者有著較高的差異（ $p < .05$ ）。在理想我部分的「自我超越」服務年資超過 3 年以上之幼教老師比服務年資 3 年以下者有著較高的差異（ $p < .01$ ）。

由研究資料顯示，在真實我部分之「自我實現」項目上服務 3 年以上者（ $M = 3.78$ ， $SD = 1.00$ ）高於服務 3 年以下者（ $M = 3.53$ ， $SD = .76$ ）；在「自我超越」項目上服務 3 年以上者（ $M = 3.69$ ， $SD = 1.06$ ）高於服務 3 年以下者（ $M = 3.43$ ， $SD = .85$ ）。在理想我部分上「自我超越」項目上服務 3 年以上者（ $M = 4.43$ ， $SD = .87$ ）高於服務 3 年以下者（ $M = 4.14$ ， $SD = .80$ ）。由此可得知，服務 3 年以上之幼兒園教師因為工作努力對自我本身理念的實現有較高的實現能力。

表 4-4 年資與多元自我概念之統計分析

變項	1. 3 年以下 (n=102) M/SD		2. 3 年以上 (n=145) M/SD		t
真實我					
生理安全	3.45	.73	3.61	.95	1.40
愛與歸屬	4.12	.82	4.22	.99	.83
自我實現	3.53	.76	3.78	1.00	2.17*
神聖經驗	2.41	1.33	2.49	1.35	.49
自我超越	3.43	.85	3.69	1.06	2.05*
理想我					
生理安全	4.54	.61	4.71	.75	1.93
愛與歸屬	4.67	.63	4.77	.77	1.03
自我實現	4.44	.67	4.62	.79	1.85
神聖經驗	3.29	1.19	3.53	1.18	1.58
自我超越	4.14	.80	4.43	.87	2.67**

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

依據表 4-5 之研究資料顯示，大專非幼保相關科系及以下之幼兒園教師在真實我部分上的「神聖經驗」項目並無顯著的差異，大專幼保相關科系及以上之幼兒園教師在理想我部分上的「愛與歸屬」項目並無顯著的差異。

Rollo May 曾提及「愛慾乃是促使我們與自身所歸屬者結為一體的驅力—，我們自身的可能性結合與我們生命世界中的重要他人結合，而正是透過與他們的關係，我們才能發現自我實現的可能性」(彭仁郁譯，2001，p.94)。Rollo May 將愛分成性愛、愛慾、友愛與無私的愛，完整的愛應包括上述四者，愛慾要成功不能只在於滿足「個人需求」，而是必須提升至願意為他人慷慨的奉獻自己的無私之愛，如此之愛才能長久，也才能創造人類之美德並尋求人生意義之真諦。由此可得知，教育程度越高者其愛與歸屬感有需求卻相對未能實踐 / 實現之情形更為強烈，在理想上清楚知道自已的需求可是在真實生活方面卻無法達到符合自己的理想狀態。由於資訊

的發達，國內的生活文化明顯受西方物質慾望的影響。

二、學歷與多元自我概念之統計分析

既使我們知道教育可以為我們帶來明確的決斷、行動和抉擇的能力，並且教導我們知道該做什麼？應當做什麼？但面對大環境整體追求物化的氛圍下，人不免為其氛圍所影響。因此，如何建構幼教老師「別人的快樂就是他們的快樂。」，「從別人的快樂，自己也會得到私己的快樂，而這種獲得卻是一種無私的表現」。例如：當「愛」存在時，另一人的快樂也會使自己得到一樣的快樂。誠如孔子所說：「老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼。」此時人已可將他人視為一體，成全他人而實踐自己。如此，以此一方向去贏造一個具有愛與歸屬感的環境？讓幼兒園教師適當表達需求並瞭解如何尋求且達到滿足？如何讓幼兒園教師能由朋友、同事、家人的互

表 4-5 學歷與多元自我概念之統計分析

變項	1. 大專非幼保相關科系 及以下 (n=71)		2. 大專幼保相關科系 及以上 (n=176)		t
	M	SD	M	SD	
真實我					
生理安全	3.57	.85	3.53	.88	.28
愛與歸屬	4.25	.95	4.15	.92	.80
自我實現	3.75	.92	3.65	.91	.79
神聖經驗	2.63	1.41	2.39	1.31	1.30
自我超越	3.65	1.01	3.56	.98	.71
理想我					
生理安全	4.63	.68	4.64	.71	.18
愛與歸屬	4.63	.74	4.76	.70	1.33
自我實現	4.52	.73	4.55	.76	.25
神聖經驗	3.41	1.20	3.44	1.18	.57
自我超越	4.38	.84	4.28	.86	.81

動上得到被人接納、愛護、關注、鼓勵及支持？此部分則可供各園所長在經營與管理上可著重考量的項目。

三、婚姻狀況與多元自我概念之統計分析

依據表 4-6 之研究資料顯示，幼兒園教師在「婚姻狀況」上，在自我實現項目上已婚及其他之幼兒園教師真實我部分的「自我實現」項目尚未婚者有著較高的差異 ($p < .05$)。

表 4-6 婚姻狀況與多元自我概念之統計分析

變項	1. 未婚 (n=143)		2. 已婚及其他 (n=104)		t
	M	SD	M	SD	
真實我					
生理安全	3.53	.96	3.56	.73	.20
愛與歸屬	4.17	.98	4.19	.85	.14
自我實現	3.57	1.00	3.83	.77	2.21*
神聖經驗	2.40	1.46	2.54	1.16	.76
自我超越	3.51	1.07	3.69	.86	1.40
理想我					
生理安全	4.63	.77	4.65	.61	.21
愛與歸屬	4.74	.78	4.71	.60	.38
自我實現	4.52	.82	4.57	.64	.50
神聖經驗	3.43	1.28	3.44	1.04	.04
自我超越	4.28	.93	4.36	.73	.74

* $p < .05$

由研究資料顯示，在真實我部分之「自我實現」項目上已婚及其他者的 ($M = 3.83$, $SD = .77$)，未婚者的 ($M = 3.57$, $SD = 1.00$)，由此可見已婚及其他者比未婚者更能實現自我，因為幼兒園教師多為女性，且工作內容及性質單純，工作時間規律，因此可能較可以營造出良好的婚姻生活以

及可以創造甜蜜的家庭互動氛圍，更能讓女性達到實現自我之境界，並且達到自我之滿足。

四、神聖經驗與多元自我概念之變異數分析

依據表 4-7 之研究資料顯示，神聖經驗在真實我部分分量表項目上分別為「愛與歸屬」($p < .05$) 與「神聖經驗」($p < .001$)。

表 4-7 宗教信仰與多元自我概念之變異數分析

變項	1. 佛教 (n=81)		2. 道教 (n=58)		3. 基督宗教 (n=13)		4. 其他 (n=95)		F
	M/SD		M/SD		M/SD		M/SD		
真實我									
生理安全	3.66	1.02	3.67	1.13	3.40	.42	3.39	.49	2.09
愛與歸屬	4.35	.94	4.32	1.05	3.90	.98	3.99	.77	3.25* ^a
自我實現	3.78	1.01	3.79	1.15	3.69	.58	3.51	.66	1.62
神聖經驗	2.79	1.45	2.38	1.49	3.67	.82	2.06	1.01	8.79*** ^a
自我超越	3.73	1.06	3.63	1.24	3.71	.66	3.41	.74	1.67
理想我									
生理安全	4.71	.81	4.74	.89	4.56	.31	4.52	.46	1.66
愛與歸屬	4.80	.79	4.82	.90	4.64	.48	4.62	.51	1.34
自我實現	4.57	.86	4.60	.99	4.53	.48	4.48	.46	.37
神聖經驗	3.54	1.26	3.42	1.33	4.02	.86	3.27	1.04	1.88
自我超越	4.40	.93	4.37	1.07	4.54	.49	4.16	.64	1.68

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

a:ns b:1 > 4, 3 > 2, 3 > 4

由上述資料顯示，在真實我「神聖經驗」項目上基督宗教信仰者的 ($M = 3.67$, $SD = .82$) 高於佛教信仰者 ($M = 2.79$, $SD = 1.45$)，佛教信仰者又高於道教信仰者的 ($M = 2.38$, $SD = 1.49$)，而道教信仰者的又高於其他宗

教的信仰者 ($M = 2.06$, $SD = 1.01$)。周雪惠 (1989) 強調宗教可以解除生活所產生的困惑、憂慮與挫折，並藉著對神崇拜的行為，穩定個人不安的情緒，發揮宗教行為撫慰人心的功能。李震 (1993) 更認為宗教信仰可以抗拒邪惡、使人謙虛、心中有愛、勇於認錯、有安全感。Wolf (1998) 認為宗教信仰與制度能讓我們瞭解到利他的意義與結果，因而使我們在日常生活中自然的表現出利他行為。多數研究者發現，宗教信仰與生命意義有顯著相關性，如尹美琪 (1988)、何郁玲 (1999) 以量表調查方式，針對《大專生、中小學教師的相關研究》，發現具有宗教信仰者比無宗教信仰者更肯定生命的意義。宗教信仰越虔誠，社會資源越多、生活改變事件越少，生命意義感也較高。由此可得知，宗教態度高的較具生命意義，再則宗教也是提昇個人對生命認知、訂定生命目標的重要影響因素。因此，幼教老師在神聖經驗方面的需求是相當強烈的，藉由宗教的神聖經驗之力量化阻力為動力，更藉由此力量以作為延續自己工作之動能。

由於各類宗教教義之不同，我們不難發現宗教教義引領個人的不只是個人之信念，甚而影響個人的態度、個人之行為，最終影響個人其追求之目標，呂大吉引用岸本英夫 (1961) 對宗教的定義：「宗教是一套終極問題解決的工具。」(呂大吉，1993，p.75) 另外殷格 (Yinger, 1970) 也認為宗教是：「一群人藉以與人生終極問題掙扎的一套信仰和行動體系，這個體系代表他們拒絕向死亡投降、面對挫折時拒絕罷休、以及拒絕讓敵意拆散他們的結合。」，以下研究者就本研究之對象所信仰之宗教教義做下列之分析。

基督宗教的核心教義：「侍奉上帝」，「天主何其偉大，我們不能理解。」(約 36：26)，上帝就是終極真理，真理能吸引人類達至終極滿足，想見天主；在天主的國得永生生命。因此基督信徒的信仰生活是相當重要的。信徒們信仰在世的生活態度，並且一切事物均以上帝為第一要務。因此，基督宗教講求的是：神愛世人、一切以上帝為最高準則。

佛教的核心教義：「成佛」。傅偉勳 (1997：12) 指出：「佛教信徒只要日日獻身於此願，必能修成佛的願旨。」佛教的終極目標就是成佛，菩薩形式一條路徑，而成佛是佛教信徒的核心價值。因此，佛教講求的是「自我修行」，與基督宗教的核心價值相異其趣。

較為多數的人均將民間信仰當成道教來作為答題之標準（王見川，2001）。因此，在本研究當中研究者將道教歸納於一般的民間信仰，因為一般的台灣民眾對於道教並無清楚之概念。依據董芳苑（2001）鄔昆如（1999）民間信仰的核心教義：「比較偏重於關心個人或家庭現世幸福的追尋。」在信仰態度上的表現通常是：「我奉獻你賜福」，追求的是「當下」、「立即」現世的回報。

換言之，由上述的理論中我們可以清楚所見，不同的宗教信仰因其教義之不同對個人的生命意義、目標追尋亦有不同之展現方式，這也相對的建構了一個人的價值信念核心之所在，此與本研究在真實我「神聖經驗」項目上基督宗教的得分高於佛教，佛教的得分又高於道教之研究結果相同。基督宗教教徒在「愛與歸屬」落差的得分上小於佛教與道教，但在「宗教信仰」落差的分數上高於其他三組，但由於人數太少（ $n = 13$ ），並不適合進行推論，有待未來研究之進一步探討。

五、家庭經濟與多元自我概念之變異數分析

依據表 4-8 之研究資料顯示，家庭經濟在「真實我」部分上的「生理安全」與「自我實現」之分量表項目有顯著的差異。由上述資料顯示，幼兒園教師在真實我部分之「生理安全」項目上優及中上家庭者（ $M = 4.00$ ； $SD = 1.43$ ）顯著高於中低收入家庭者（ $M = 3.71$ ； $SD = 1.11$ ）及小康家庭者（ $M = 3.48$ ； $SD = .75$ ）；在「自我實現」項目上優及中上家庭者（ $M = 4.25$ ； $SD = 1.38$ ）顯著高於中低收入家庭者（ $M = 3.74$ ； $SD = 1.10$ ）及小康家庭者（ $M = 3.62$ ； $SD = .82$ ）。

自我實現為接納且表露個體的內在核心或自我，亦即實現個體的潛能及秉賦，充分發揮自己的功能並善盡自己獨特的性格。由自我實現理論讓個人瞭解未來並如何以理想、希望、責任、計畫、目標、未實現的潛能、使命等形式，存在於現在的個體身上。沒有未來的生命，是無望且空虛的。人為實現自我而奮鬥，不僅是人格成熟的一個重要因素，而且也使個人的行為具有統整性。藉由對重要工作的全心投入而達到自我實現的行為，是抵達人類幸福的唯一道路，此一道路與直接尋求幸福是不一樣的；這裡呈現的幸福是一種附帶現象，不需要刻意去追尋而是良好德行的一份間接獎

表 4-8 家庭經濟與多元自我概念之變異數分析

變項	1. 優及中上		2. 小康		3. 中低收入		F
	(n=16)		(n=198)		(n=33)		
	M/SD		M/SD		M/SD		
真實我							
生理安全	4.00	1.43	3.48	.75	3.71	1.11	3.46* ^a
愛與歸屬	4.71	1.24	4.15	.84	4.09	1.14	2.91
自我實現	4.25	1.38	3.62	.82	3.74	1.10	3.67* ^b
神聖經驗	2.66	2.18	2.37	1.20	2.88	1.57	2.21
自我超越	3.88	1.49	3.56	.88	3.61	1.28	.79
理想我							
生理安全	4.91	1.15	4.60	.63	4.73	.85	1.68
愛與歸屬	4.96	1.17	4.70	.63	4.77	.88	1.00
自我實現	4.78	1.20	4.49	.67	4.71	.89	2.07
神聖經驗	3.56	1.82	3.36	1.10	3.83	1.27	2.42
自我超越	4.41	1.36	4.28	.78	4.48	.95	.90

* $p < .05$ a:ns b:1>2

賞（禮物）。馬斯洛認為：「自我實現者均獻身於某種使命或熱愛的工作，有人獻身於法律、有人獻身於真或美的追求。總而言之，他們均獻身於追求我所謂的存在價值。」這些價值是存在的終極價值，而非弗洛伊德所說的基本動機（性或攻擊）的手段。因此存在價值所代表的是存在狀態，而非變化狀態（莊耀嘉譯，2004，p.94）。這個理論是非常符合中國的道教思想 因為可以傾聽內心真正的聲音，如此人便會積極地掌控自己的命運，自己能認清被命定的工作，加以完成實踐，這是一種自愛、接納自我本質（真實我）的展現。由此可見家庭收入多寡足以決定是否滿足個人生理需求及對自我理想之實現，因此，財富之多寡者足以決定是否具有安全感及個人人身之保障，但是財富雖然重要但卻不足以代表一切，因為在第二順位的排序上卻是中低收入家庭者，由此可得知努力追求富足的人生遠比擁有財富更具有意義。

第四節 不同背景變項之幼兒園教師在生活目標、生命意義、個人意義型態 差異之統計分析

本節針對為瞭解不同基本變項（任教年資、學歷、婚姻狀況、宗教信仰、家庭經濟）與生活目標、生命意義、個人意義型態之差異情形，以獨立變項 t 檢定、單因子變異數分析，結果分述如下：

一、任教年資與生活目標、生命意義、個人意義型態差異之統計分析

依據表 4-9 之研究資料顯示，在「生活目標」部分上 ($p < .05$)，任教年資 3 年以上者 ($M = 56.06$; $SD = 10.84$)，任教年資 3 年以下者 ($M = 53.27$; $SD = 9.37$)；在「生命意義」部分上的「失落迷惘」項目上 ($p < .01$) 任教年資 3 年以上者 ($M = 2.82$; $SD = .86$)，任教年資 3 年以下者 ($M = 3.15$; $SD = 1.01$)，由此可得知任教年資越久者越清楚知道自己所從事的工作目標價

表 4-9 任教年資與生活目標、生命意義、個人意義型態差異之統計分析

變項	1. 三年以下 (n=102) M/SD		2. 三年以上 (n=145) M/SD		t
	生活目標	53.27	9.37	56.06	
生命意義					
立志未來	3.89	.89	3.75	.79	1.29
失落迷惘	3.15	1.01	2.82	.86	2.73**
追尋意義	3.65	.92	3.51	.70	1.40
個人意義型態					
個人目標	6.62	.95	6.70	.82	.79
關懷和諧	5.60	.97	5.57	.89	.26
上帝旨意	4.29	1.21	4.36	1.11	.46
超越個人	5.20	1.04	5.35	.98	1.15
自我接納	5.40	1.00	5.50	.94	.82
親密關係	5.47	1.08	5.51	.84	.35
超越苦難	5.42	1.18	5.46	1.00	.28

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

值之所在，也較不會有失落感，並且瞭解自己並非庸庸碌碌的為誰工作為誰忙，亦非只是為了工作而工作，反而是在工作上得到了自我之肯定。

二、教育程度與生活目標、生命意義、個人意義型態差異之統計分析

依據表 4-10 之研究資料顯示，教育程度與生活目標、生命意義、個人意義型態均無顯著性之差異，由此可得知生命意義之追尋與教育程度無關。換句話說，一個人的信仰、生活目標或個人計畫，不會因為教育程度的高、低而有所差異，生命意義的價值是建構在個人主體之上。

表 4-10 教育程度與生活目標、生命意義、個人意義型態差異之統計分析

變項	1. 大專非幼保相關		2. 大專幼保相關科		<i>t</i>
	科系及以下 (n=71) M/SD		系及以上 (n=176) M/SD		
生活目標	56.39	12.51	54.31	9.28	1.44
生命意義					
立志未來	3.82	.92	3.80	.81	.15
失落迷惘	2.91	.95	2.97	.93	.46
追尋意義	3.57	.85	3.56	.78	.03
個人意義型態					
個人目標	6.73	.93	6.64	.85	.72
關懷和諧	5.59	.87	5.58	.94	.13
上帝旨意	4.43	1.24	4.29	1.11	.86
超越個人	5.40	.98	5.25	1.01	1.05
自我接納	5.50	.99	5.44	.95	.43
親密關係	5.52	.96	5.48	.94	.30
超越苦難	5.37	1.20	5.47	1.02	.61

三、婚姻狀態與生活目標、生命意義、個人意義型態差異之統計分析

依據表 4-11 之研究資料顯示，在「生活目標」部分上 ($p < .01$)，「婚

姻狀態」項目上已婚及其他者 ($M = 57.26$; $SD = 10.13$), 未婚者者 ($M = 53.20$; $SD = 10.18$); 在「生命意義」部分上的「失落迷惘」項目上 ($p < .05$) 已婚及其他者 ($M = 2.79$; $SD = .87$), 未婚者者 ($M = 3.07$; $SD = .97$); 由此可得知第一組較具有失落感, 第二組較具有意義感; 已婚及其他者因為具有實現自我的能力, 對自己的將來有較高的期許及規劃, 因此, 可以依循自己的興趣及理想勇敢的去追求自己的理想人生。

表 4-11 婚姻狀態與之生活目標、生命意義、個人意義型態差異之統計分析

變項	1. 未婚 (n=143)		2. 已婚及其他 (n=104)		t
	M/SD	M/SD	M/SD	M/SD	
生活目標	53.20	10.18	57.26	10.13	3.10**
生命意義					
立志未來	3.82	.85	3.79	.83	.27
失落迷惘	3.07	.97	2.79	.87	2.37*
追尋意義	3.58	.83	3.54	.75	.43
個人意義型態					
個人目標	6.60	.91	6.75	.82	1.33
關懷和諧	5.59	.95	5.57	.87	.12
上帝旨意	4.31	1.20	4.36	1.08	.33
超越個人	5.22	1.06	5.39	.91	1.37
自我接納	5.44	1.00	5.49	.91	.45
親密關係	5.40	1.00	5.62	.84	1.77
超越苦難	5.45	1.09	5.42	1.05	.26

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

四、宗教信仰與生活目標、生命意義、個人意義型態之變異數分析

依據表 4-12 之研究資料顯示, 在「生命意義」部分上的「追尋意義」項目上宗教類別之間存在有顯著的差異 ($F = 2.78$; $p < .05$), 事後檢定並未發現組別的差異。在「上帝旨意」項目上, 宗教類別存有顯著差異 ($F =$

8.68 ; $p < .001$) , 其中以基督宗教的得分最高 ($M = 5.60$; $SD = 1.02$) , 事後檢定發現其顯著的高於其他三組 , 原因應為伺奉上帝本身就是基督宗教的核心本質有關。

表 4-12 宗教信仰與生活目標、生命意義、個人意義型態之變異數分析

變項	1. 佛教 (n=81)		2. 道教 (n=58)		3. 基督宗教 (n=13)		4. 其他 (n=95)		F
	M/SD		M/SD		M/SD		M/SD		
	生活目標	55.96	11.08	53.76	8.32	58.92	15.50	54.16	
生命意義									
立志未來	3.87	1.02	3.72	.61	3.73	.79	3.82	.79	.44
失落迷惘	2.96	1.14	2.91	.66	2.96	.66	2.98	.92	.07
追尋意義	3.74	.97	3.36	.51	3.48	.83	3.56	.76	2.78*
個人意義									
個人目標	6.78	.88	6.52	.75	6.94	.64	6.63	.96	1.47
關懷和諧	5.70	.87	5.44	.84	5.69	.64	5.55	1.03	1.04
上帝旨意	4.54	1.07	4.09	1.00	5.60	1.02	4.13	1.18	8.68***
超越個人	5.44	.99	5.09	.93	5.49	.75	5.26	1.07	1.58
自我接納	5.52	.98	5.34	.93	5.83	.80	5.43	.99	1.08
親密關係	5.57	.92	5.41	.86	5.60	.58	5.47	1.05	.38
超越苦難	5.49	1.18	5.41	1.01	5.65	1.16	5.39	1.02	.31

* $p < .05$ *** $p < .001$ a: Scheffe's $1 > 2$ b: Scheffe's $3 > 1$, $3 > 2$, $3 > 4$

五、 家庭經濟與生活目標、生命意義、個人意義型態之變異數分析

依據表 4-13 之研究資料顯示 , 家庭經濟與生命意義無關。但是「家庭經濟」卻與個人意義的「上帝旨意」項目有相當顯著的相關 ($F = 2.56$; $p < .05$) , 尤其是以中、低收入家庭的得分最高 ($M = 4.67$; $SD = 1.07$) , 事後檢定發現其顯著的高於其他二組 , 原因應為中、低收入家庭對自我的信

表 4-13 家庭經濟與生活目標、生命意義、個人意義型態之變異數分析

變項	1. 優及中上 (n=16)		2. 小康 (n=198)		3. 中低收入 (n=33)		F
	M/SD		M/SD		M/SD		
	生活目標	60.38	13.07	54.37	9.62	55.48	
生命意義							
立志未來	3.88	.49	3.79	.90	3.87	.51	.18
失落迷惘	2.71	.79	2.97	.98	2.98	.66	.61
追尋意義	3.64	.43	3.57	.86	3.48	.56	.24
個人意義							
個人目標	6.75	.73	6.65	.90	6.71	.81	.15
關懷和諧	5.66	.83	5.57	.95	5.63	.77	.12
上帝旨意	3.95	1.15	4.30	1.15	4.69	1.07	2.56*
超越個人	5.37	.86	5.29	1.03	5.23	.93	.098
自我接納	5.60	.90	5.44	.97	5.52	1.00	.284
親密關係	5.44	.88	5.51	.95	5.44	.97	.103
超越苦難	5.41	1.13	5.46	1.04	5.32	1.27	.26

* $p < .05$

念較為薄弱，在生命意義的「失落迷惘」的項目上得分為三組分數的最高分的及「追尋意義」的項目上得分為三組的最低分數即可得到驗證。因為對自我的信念不夠所以必須仰賴外界的力量來增強自己的動能，因此，中、低收入家庭對於宗教信仰較為投入，在「上帝旨意」項目顯示為最高的得分族群即可見一斑。社會學家馬克斯曾說：「宗教是窮人的鴉片。」藉由宗教信仰的力量可以整合人們的精神生活，並提供一個強而有力的領導中心（Tillich, 1957；魯燕萍譯，1994），藉由宗教信仰之力量建構個體自我之信念、追尋意義之目標、增進自我之動能，使個體能對整體社會做出偉大之貢獻。

六、小結

由以上的研究結果，可以讓我們看出，在任教年資方面，任教年資 3 年以上者在生活目標方面之顯著性高於任教 3 年以下者。在婚姻狀態方面，已婚及其他者在生活目標方面之顯著性高於未婚者；在生活意義部分之失落迷惘項目上，未婚者在生活意義部分之失落迷惘項目上之顯著性高於已婚及其他者。在宗教信仰方面佛教信仰者在生活意義部分之追尋意義項目上之顯著性高於其他不同宗教信仰者；在個人意義型態部分之上帝旨意項目上基督宗教之顯著性明顯高於其他不同宗教信仰者。在家庭經濟方面中低收入家庭，在個人意義型態部分之上帝旨意項目上之顯著性高於小康家庭及優及中上家庭。

本節的差異檢定除了以上的討論結果，本研究對象的幼教老師，若再從個別單一的宗教信仰類型，在各分量表的得分最高和最低的呈現，我們有更進一步的發現，如表 4-14 所呈現。

本研究對象之「基督宗教」信仰者在許多分量表的得分上獲得第一高分，顯示基督宗教信仰者有比較明確的看法，獲得第一高分的分量表有：「生理安全」、「愛與歸屬」、「自我超越」、「生活目標」、「個人目標」、「上帝旨意」、「超越個人」、「自我接納」、「親密關係」、「超越苦難」等，共有八個分量表得分獲得最高分。所以，我們可以說，本研究對象的「基督宗教」信仰者在個人目標及超越自我的表現非常明確，此一現象可能與基督教教義本身之核心價值有關，但因為本研究之基督宗教信仰者只有 13 人，因為族群人數偏低，因此，並不足以為討論之要點。

本研究對象之「佛教」信仰者，獲得最高分的分量表有：「立志未來」、「追尋意義」、「關懷和諧」等三個分量表。這裡也可以看出佛教徒的核心教義，他們相信「欲知過去因，今生受者是；欲知來世果，今生作者是。」現在所做的就會決定未來的去向，因此，佛教徒追求的是當下，自我修行做好自己的分內之事，在此亦清楚的顯示其結果。

本研究對象之「道教」信仰者（研究者將此併列為民間宗教信仰者），獲得最低分的分量表有：「生活目標」、「立志未來」、「失落迷惘」、「追尋意義」、「個人目標」、「關懷和諧」、「上帝旨意」、「超越個人」、「自我接納」、「親密關係」等十個分量表。在本研究中也清楚看出民間宗教信仰者的人

表 4-14 各宗教信仰類型在分量表中得分最高與得分最低的分佈情形

變項	佛教 (n=81)	道教 (n=58)	基督宗教 (n=13)	其他 (n=95)
生活目標				
生命意義				
立志未來				
失落迷惘				
追尋意義				
個人意義 型態				
個人目標				
關懷和諧				
上帝旨意				
超越個人				
自我接納				
親密關係				
超越苦難				

表示在四個宗教類型中得分最高 表示在四個宗教類型中得分最低

生觀。依據董芳苑（2001）與鄔昆如（1999）曾就大眾百姓對生與死的觀念去檢驗民間宗教信仰者之人生觀：民間宗教信仰者乃以富、貴、財、子、壽與家道繁榮作為幸福的追求對象，對於超越自我、追求靈性及生命意義則非為民間宗教信仰者生命之本質。

因此，由上述之理論所述並結合在本研究之結果顯示，各類宗教之不同教義明顯影響一個人的核心價值及個人信念與行為，在此得以得到相同之驗證。

第五節 年齡與多元自我概念、生活目標、生命意義與個人意義型態之階層迴歸分析

本節將研究幼兒園教師背景變項(年齡)與多元自我概念、生活目標、生命意義(立志未來、失落迷惘、追尋意義)與個人意義型態(個人目標、關懷和諧、上帝旨意、超越個人、自我接納、親密關係、超越苦難)之階層迴歸分析，結果分述如下：

為了考驗多元自我概念與生命意義之預測效力，先以研究對象之年齡為預測變項，「生活目標」為有效變項，形成模式一，來考驗年齡對於「生活目標」之預測效力。之後，除了年齡變項，之後再加入真實我的五個分數，形成模式二，來預測生活目標。其中並將考驗模式二，相對於模式一而言，所得到的變異量解釋增加量，若此一解釋量的增加量達到顯著，則研究者可以聲稱，在控制了模式一的年齡變項之後，模式二的真實我仍然可以有效的增加對於生活目標的解釋變異量，對於生活目標而言，是一個在統計上有實質意義的預測變項。同理，假若本研究的模式三，相對於模式二而言，能夠有效的增加對於生活目標的解釋變異量，則研究者可以宣稱，在控制了模式二的年齡與真實我之後，理想我可以有效的預測生活目標。並依據文獻探討的相關理論與研究予以分析討論。

一、背景變項、多元自我概念與生活目標感之階層迴歸分析

研究結果(表 4-15)顯示，在模式一中，研究對象之年齡是預測生活目標的一個有效的變項($R^2 = .06$, $F = 15.43$, $p < .001$)，年齡越高者的生活目標感越低($\beta = -.24$, $p < .001$)，表 4-16 的研究結果指出，包含了真實我的模式二可以有效地預測研究對象的生命意義感($R^2 = .13$, $F = 5.93$, $p < .001$)，且模式二相對於模式一之變異量解釋增量($R^2 = .07$)達到顯著($F = 3.85$, $p < .01$)顯示真實我是個人生命意義的有效預測因子，說明了個人之需求與個人之意義感之間的相關性。且在個人真實我的類別上，僅「自我實現」一項之預測力達到顯著($\beta = .36$, $p < .01$)，顯示個人真實我中的自我實現與個人之生命意義感有最密切的關係。

在模式三可以有效地預測研究對象的生命意義感($R^2 = .19$, $F = 4.90$, $p < .001$)且模式三相對於模式二之變異量解釋增加量($R^2 = .06$)，達到顯著($F = 3.32$, $p < .01$)。在控制了年齡、真實我之後理想我能夠有效的預測生命意義感。在這個模式當中，愛與歸屬的需求越多($\beta = -.34$,

表 4-15 背景變項 (年齡) 多元自我概念與「生活目標」之階層迴歸分析

投入變項	模式一		模式二		模式三	
	B	se	β	se	β	se
A. 背景變項						
年齡	-.24***	.09	-.19**	.09	-.15*	.09
B. 真實我						
生理安全			-0.22	1.36	-.20	1.42
愛與歸屬			-.09	1.10	.02	1.15
自我實現			.39**	1.42	.39**	1.44
神聖經驗			.01	.67	-.15	.83
自我超越			.07	1.22	.08	1.27
C. 理想我						
生理安全					-.17	1.99
愛與歸屬					-.34**	1.80
自我實現					.27*	1.86
神聖經驗					.19	.93
自我超越					.07	1.60
R	.24		.36		.43	
R ²	.06		.13		.19	
F	15.43***		5.93***		4.90***	
R ²	.06		.07		.06	
F	15.43***		3.85**		3.32**	

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

< .01) 者會降低個人的生命意義感，自我實現的期求越高會增加個人的生命意義感 ($\beta = .27$, $p < .05$)。愛與歸屬需求越多者越會覺得沒意義。相信自我實現越會覺得有意義有目標感與意義感。自我實現的期求會增加生命意義感。自我實現需求越高者越會覺得有意義。超越靈性的部分與個人的生命意義未達顯著。很明顯的在此證據上並沒有得到驗證。

二、 背景變項 (年齡) 多元自我概念與立志未來之階層迴歸分析

表 4-16 的研究結果顯示，在模式一中，研究對象之年齡是預測立志未來的一個無效的變項 ($R^2 = .04$, $F = 2.21$)，年齡對立志未來並無預測效力

表 4-16 背景變項 (年齡) 多元自我概念與「立志未來」之階層迴歸分析

投入變項	模式一		模式二		模式三	
	β	se	β	se	β	se
A. 背景變項						
年齡	.09	.01	.11	.01	.15*	.09
B. 真實我						
生理安全			-.02	.12	.07	.12
愛與歸屬			-.03	.09	.09	.10
自我實現			.22	.12	.19	.12
神聖經驗			-.01	.06	-.01	.07
自我超越			-.11	.11	-.09	.11
C. 理想我						
生理安全					-.24	.17
愛與歸屬					-.42**	.15
自我實現					.37*	.16
神聖經驗					-.09	.080
自我超越					.14	.14
R	.19		.28		.33	
R^2	.04		.08		.11	
F	2.21		.89		2.26	
R^2	.04		.04		.03	
F	2.21		.63		3.85**	

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

($\beta = .09$)，表 4-12 的研究結果指出，包含了真實我的模式二預測研究對象的立志未來效果並不顯著 ($R^2 = .08$, $F = .89$)，且模式二相對於模式一之變異量解釋增量 ($R^2 = .04$) 未達到顯著 ($F = .63$) 顯示真實我是與

立志未來為無效預測因子。真實我與立志未來之間並沒有顯著的關聯存在。

模式三可以有效的預測研究對象的立志未來 ($R^2 = .11$, $F = 2.26$) 且模式三相對於模式二之變異量解釋增加量 ($R^2 = .11$), 達到顯著 ($F = 3.85$, $p < .01$)。在控制了年齡、真實我之後理想我能夠有效的預測立志未來。在這個模式當中, 表 4-16 的研究結果顯示, 年齡對於立志未來並沒有顯著的預測效力(模式一), 模式三則是呈現理想上的我可以顯著的對於自己的未來有較高的預測效力。

由表 4-16 的研究結果顯示, 年齡對於立志未來並沒有顯著的預測效力(模式一), 模式二的結果則是呈現出, 真實我對立志未來之間並沒有顯著的關聯存在。模式三則是呈現理想上的我可以顯著的對於自己的未來有較高的預測效力, 其中越具有愛與歸屬感以及自我實現理想者對未來的開創能力也越高。由此可知, 年齡無法預測一個人的未來, 預測一個人的未來是理想我中的「愛與歸屬需求」及「自我實現需求」。

三、背景變項(年齡) 多元自我概念與失落迷惘之階層迴歸分析

背景變項(年齡) 多元自我概念與失落迷惘之預測效力, 研究結果(見表 4-17) 顯示, 在模式一中, 研究對象之年齡是預測失落迷惘的一個有效的變項 ($R^2 = .04$, $F = 8.94$, $p < .01$), 年齡越高者的失落迷惘之情況越低 ($\beta = .19$, $p < .01$), 表 4-18 的研究結果指出, 包含了真實我的模式二預測研究對象的失落迷惘效果並不顯著 ($R^2 = .08$, $F = 3.32$), 且模式二相對於模式一之變異量解釋增量 ($R^2 = .04$) 未達到顯著 ($F = 2.15$) 顯示真實我與失落迷惘為無效預測因子。真實我與失落迷惘之間並沒有顯著的關聯存在。

模式三並無法有效的預測研究對象的失落迷惘 ($R^2 = .11$, $F = 2.63$) 且模式三相對於模式二之變異量解釋增加量 ($R^2 = .03$), 未達到顯著 ($F = 1.74$)。在控制了年齡、真實我之後理想我之後並無法有效有效的預測失落迷惘。在這個模式當中, 不論是在真實我或理想我方面, 年齡為失落迷惘之重要因素之一, 孔子曾經說過:「吾十有五而志於學;三十而立;四十而不惑;五十而知天命;六十而耳順;七十而從心所欲,不踰矩。」由上述所示, 這是由青少年的學習階段, 發展為成熟而穩定的成人階段,

表 4-17 背景變項（年齡）多元自我概念與「失落迷惘」之階層迴歸分析

投入變項	模式一		模式二		模式三	
	β	se	β	se	β	se
A.背景變項						
年齡	.19**	.01	.16*	.09	.17*	.01
B.真實我						
生理安全			.04	.13	.11	.14
愛與歸屬			.03	.10	.10	.11
自我實現			-.18	.13	-.19	.14
神聖經驗			.16	.06	.06	.08
自我超越			-.17	.11	-.10	.12
C.理想我						
生理安全					-.27	.19
愛與歸屬					-.15	.17
自我實現					.22	.18
神聖經驗					.13	.09
自我超越					-.04	.15
R	.19		.28		.33	
R ²	.04		.08		.11	
F	8.94**		3.32		2.63	
R ²	.04		.04		.03	
F	8.94**		2.15		1.74	

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

繼而由成人階段進入到一個超越生活層面的靈性階段，由此則可明顯的看出「年齡為智慧之增長」。年紀漸長對自己則越清楚瞭解，如何釐清自我需求來實現自我最後並超越自我。

四、背景變項（年齡）多元自我概念與追尋意義之階層迴歸分析

表 4-18 的結果顯示，在模式一中，研究對象之年齡是預測追尋意義的

表 4-18 背景變項 (年齡) 多元自我概念與「追尋意義」之階層迴歸分析

投入變項	模式一		模式二		模式三	
	β	se	β	se	β	se
<u>A.背景變項</u>						
年齡	.01	.01	.02	.01	.07	.01
<u>B.真實我</u>						
生理安全			-.14	.11	-.03	.12
愛與歸屬			.03	.09	.18	.09
自我實現			.24	.12	.23	.12
神聖經驗			.09	.06	.03	.07
自我超越			-.17	.10	-.14	.10
<u>C.理想我</u>						
生理安全					-.31*	.16
愛與歸屬					-.46***	.15
自我實現					.37**	.15
神聖經驗					-.01	.08
自我超越					.16	.13
R	.01		.15		.34	
R ²	.00		.02		.12	
F	.04		.86		2.77	
R ²	.00		.02		.10	
F	.04		1.02		4.97***	

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

一個無效的變項 ($R^2 = .00$, $F = .04$), 年齡對追尋意義來並無預測效力 ($\beta = .01$), 表 4-18 的研究結果指出, 包含了真實我的模式二預測研究對象的追尋意義效果並不顯著 ($R^2 = .02$, $F = .86$), 且模式二相對於模式一之變異量解釋增量 ($R^2 = .02$) 未達到顯著 ($F = 1.02$) 顯示真實我是與追尋意義為無效預測因子。真實我與追尋意義之間並沒有顯著的關聯存在。

模式三可以有效的預測研究對象的追尋意義 ($R^2 = .12$, $F = 2.77$) 且

模式三相對於模式二之變異量解釋增加量 ($R^2 = .10$), 達到顯著 ($F = 3.97, p < .001$)。在控制了年齡、真實我之後理想我能夠有效的預測追尋意義。在這個模式當中, 表 4-18 的研究結果顯示, 年齡對於追尋意義並沒有顯著的預測效力(模式一), 模式三則是呈現理想我的追尋意義是個有效的預測變項。

由上述資料得知, 理想上希望得到更多安全需求、理想上越期望有愛情, 親密追尋反而會越低、理想上越想得到自尊, 實現追尋則會越高。人類的自我超越是來自於超越需求 (metaneed), 而這些需求則源自於對重要工作的投入、奉獻和認同。阿弗瑞德 阿德勒 (Alfred Adler) 認為生命的意義:「對團體貢獻力量。」(莊耀嘉譯, 2001, p.31)。人們常會詢問:「人到底為何而活? 活著的意義到底是什麼?」其實每個人都有自己的生命意義, 仔細觀察一個人的姿勢、態度、動作、表情、禮貌、野心、習慣、特徵……, 其實每個人都把這個問題的答案表現在自己的行為當中, 並且遵循著自己的意義中心而行。因此, 屬於私人的意義是完全沒有意義的, 意義只有在和他人交流時才存在, 也就是每個人必須努力的使自己變得重要並能夠對別人做出貢獻, 如此才能對別人產生意義。在生命的旅程裡我們常常都是「需要的不多, 想要的卻太多!」生命的價值未必建構在「加」上面; 有時候, 適當的「減」反而更能帶來豐盛的收穫。存在並不難, 但要存在的有意義卻很難。

馬斯洛在晚年提出自我超越 (ego transcendence), 「自我超越」是在追求成長, 追求存在價值 (真、善、美) 的實現, 是追求個性充分的成長、流露、成熟與發展。中國哲學大師方東美說:「在自然的大化流行中, 中國哲學認為人應善體廣大和諧之道, 充分實現自我, 所以他自己必須竭盡的發揮所有潛能, 以促使天賦之生命得以充分完成, 正因自然 (宇宙) 與人浩然同流, 一體交融, 均為創造動力的一部份, 所以才能形成諧和一致的整體, 如果有人不能充分實現自我而有缺憾, 也就是自然的缺憾, 宇宙生命便因不夠周全而有裂痕。」又說:「人生之所以偉大, 乃是可以堅忍奮發, 實踐所有潛能, 所以偉大的成就即是價值的實現, 這就是人生之根本意義所在。」(莊耀嘉譯, 2004, p.94)。精神生活是人類的生物本性, 它是一種層次較高的動物性 (animality), 是人性的一部份, 也是人性的主要特徵。

沒有它，人性就不完美。

換言之，對個人有益的，對他人也有益；令自己引以為傲的成就，自然也會備受他人的讚賞。當我們追求至善的同時，也同時使整個社會臻於更完善之境界。

五、背景變項（年齡）多元自我概念與個人目標之階層迴歸分析

背景變項（年齡）多元自我概念與「個人目標」之預測效力，研究結果（見表 4-19）顯示，在模式一中，研究對象之年齡是預測個人目標的一個無效的變項（ $R^2 = .01$ ， $F = 2.48$ ），年齡對個人目標來說並無預測效力（ $\beta = 0.10$ ），表 4-19 的研究結果指出，包含了真實我的模式二可以有效地預測研究對象的個人目標個人目標（ $R^2 = .11$ ， $F = 4.96$ ， $p < .001$ ），且模式二相對於模式一之變異量解釋增量（ $R^2 = .10$ ）達到顯著（ $F = 5.41$ ， $p < .001$ ）顯示真實我是個人目標的有效預測因子，說明了個人之需求與個人之目標感之間的相關性。且在個人真實我的類別上，僅「生理安全」一項之預測力達到顯著（ $\beta = -.41$ ， $p < .01$ ），顯示個人真實我中的生理安全與個人目標感有最密切的關係。

模式三可以有效的預測研究對象的個人目標（ $R^2 = .17$ ， $F = 4.51$ ， $p < .001$ ）且模式三相對於模式二之變異量解釋增加量（ $R^2 = .06$ ），達到顯著（ $F = 3.64$ ， $p < .01$ ）。在控制了年齡、真實我之後理想我能夠有效的預測個人目標感。在這個模式當中，理想我的個人目標是個有效的預測變項（見表 4-19）。由上項資料得知，在真實我的生理安全需求越高反而越達不到，理想我方面降低生理安全需求及愛與歸屬感的要求對個人的達成自我實現目標也反而會越高，也就是降低物質的需求慾望對個人的自我實現反而有較高的助益。

表 4-19 背景變項 (年齡) 多元自我概念與「個人目標」之階層迴歸分析

投入變項	模式一		模式二		模式三	
	B	se	β	se	β	se
A. 背景變項						
年齡	-.10	.01	-.06	.01	-.02	.01
B. 真實我						
生理安全			-.41**	.12	-.39**	.12
愛與歸屬			.14	.09	.21*	.10
自我實現			.25	.12	.23	.12
神聖經驗			.10	.06	.02	.07
自我超越			.16	.11	.11	.11
C. 理想我						
生理安全					-.23	.17
愛與歸屬					-.30*	.15
自我實現					.34*	.16
神聖經驗					.00	.08
自我超越					.26	.14
R	.10		.33		.42	
R ²	.01		.11		.17	
F	2.48		4.96***		4.51***	
R ²	.01		.10		.06	
F	2.48		5.41***		3.64**	

* $\rho < .05$ ** $\rho < .01$ *** $\rho < .001$

六、 背景變項 (年齡) 多元自我概念與關懷和諧之階層迴歸分析

背景變項 (年齡) 多元自我概念與「關懷和諧」之預測效力，研究結果 (見表 4-20) 顯示，在模式一中，研究對象之年齡是預測關懷和諧的一個無效的變項 ($R^2 = .00$, $F = .27$)，年齡對個人目標來說並無預測效力 ($\beta = 0.03$)，表 4-20 的研究結果指出，包含了真實我的模式二可以有效地預

表 4-20 背景變項、多元自我概念與「關懷和諧」之階層迴歸分析

投入變項	模式一		模式二		模式三	
	B	se	β	se	β	se
A.背景變項						
年齡	.03	.01	.07	.01	.11	.01
B.真實我						
生理安全			-.40**	.12	-.38**	.13
愛與歸屬			.17	.10	.21*	.10
自我實現			.22	.13	.22	.13
神聖經驗			.07	.06	.03	.08
自我超越			.18	.11	.11	.12
C.理想我						
生理安全					-.20	.18
愛與歸屬					-.21	.16
自我實現					.212	.170
神聖經驗					-.09	.09
自我超越					.34*	.15
R	.03		.32		.39	
R ²	.00		.10		.15	
F	.27		4.44***		3.71***	
R ²	.00		.10		.05	
F	.27		5.27***		2.66*	

* $\rho < .05$ ** $\rho < .01$ *** $\rho < .001$

測研究對象的關懷和諧 ($R^2 = .10$, $F = 4.44$, $\rho < .001$), 且模式二相對於模式一之變異量解釋增量 ($R^2 = .10$) 達到顯著 ($F = 5.27$, $\rho < .001$) 顯示真實我是關懷和諧的有效預測因子, 說明了個人之需求與關懷和諧之間的相關性。且在個人真實我的類別上, 僅「生理安全」一項之預測力達到顯著 ($\beta = -.40$, $\rho < .01$), 顯示個人真實我中的生理安全與關懷和諧有最密切的關係。

模式三可以有效的預測研究對象的關懷和諧 ($R^2 = .15$, $F = 3.71$, $\rho < .001$) 且模式三相對於模式二之變異量解釋增加量 ($R^2 = .05$), 達到顯著 ($F = 2.66$, $\rho < .05$)。在控制了年齡、真實我之後理想我能夠有效的預測個人的關懷和諧。在這個模式當中, 理想我的關懷和諧是個有效的預測變項 (見表 4-21)。由上項資料得知, 本研究結果與馬斯洛的理論不謀而合。在理想上希望得到生理安全及愛與歸屬者, 則與越能達到超越自我之能力。

七、背景變項 (年齡) 多元自我概念與上帝旨意之階層迴歸分析

背景變項 (年齡) 多元自我概念與「上帝旨意」之預測效力, 研究結果 (見表 4-21) 顯示, 在模式一中, 研究對象之年齡是預測上帝旨意的一個無效的變項 ($R^2 = .01$, $F = 1.29$), 年齡對上帝旨意來說並無預測效力 ($\beta = 0.03$), 表 4-21 的研究結果指出, 包含了真實我的模式二可以有效地預測研究對象的上帝旨意 ($R^2 = .25$, $F = 13.27$, $\rho < .001$), 且模式二相對於模式一之變異量解釋增量 ($R^2 = .24$) 達到顯著 ($F = 15.58$, $\rho < .001$) 顯示真實我是上帝旨意的有效預測因子, 說明了個人之需求與上帝旨意之間的相關性。且在個人真實我的類別上, 僅「生理安全」($\beta = -.41$, $\rho < .001$) 與「宗教信仰」($\beta = .58$, $\rho < .001$) 二項之預測力達到顯著, 顯示個人真實我中的生理安全與宗教信仰有最密切的關係。

在模式三可以有效的預測研究對象的上帝旨意 ($R^2 = .31$, $F = 9.71$, $\rho < .001$) 且模式三相對於模式二之變異量解釋增加量 ($R^2 = .06$), 達到顯著 ($F = 4.33$, $\rho < .001$)。在控制了年齡、真實我的類別上之「生理安全」與「宗教信仰」兩項目之後, 理想我能夠有效的預測個人的上帝旨意。在這個模式當中, 理想我的類別上, 則有「生理安全」($\beta = -.26$, $\rho < .05$)、「愛與歸屬」($\beta = -.24$, $\rho < .05$) 與「宗教信仰」($\beta = .24$, $\rho < .05$) 三項之預測力達到顯著, 顯示個人理想我中的生理安全、愛與歸屬與神聖經驗有最密切的關係 (見表 4-21)。由上項資料得知, 對上帝旨意有高度的崇敬心態。在宗教信仰方面則是信守與神的誓約。

表 4-21 背景變項、多元自我概念與「上帝旨意」之階層迴歸分析

投入變項	模式一		模式二		模式三	
	β	se	β	se	β	se
A. 背景變項						
年齡	-.07	.01	-.04	.01	-.004	.01
B. 真實我						
生理安全			-.41***	.14	-.35**	.15
愛與歸屬			.04	.11	.13	.12
自我實現			-.10	.15	-.05	.15
神聖經驗			.58***	.07	.37***	.09
自我超越			.14	.13	.16	.13
C. 理想我						
生理安全					-.26*	.20
愛與歸屬					-.23*	.18
自我實現					.12	.19
神聖經驗					.24*	.10
自我超越					.15	.16
R	.07		.50		.56	
R ²	.01		.25		.31	
F	1.29		13.27***		9.71***	
R ²	.01		.24		.06	
F	1.29		15.58***		4.33***	

* $\rho < .05$ ** $\rho < .01$ *** $\rho < .001$

八、背景變項（年齡）、多元自我概念與超越個人之階層迴歸分析

背景變項、多元自我概念與「超越個人」之預測效力，研究結果（見表 4-22）顯示，在模式一中，研究對象之年齡是預測個人目標的一個無效的變項（ $R^2 = .01$, $F = 2.62$ ），年齡對超越個人來說並無預測效力（ $\beta = -.10$ ），表 4-22 的研究結果指出，包含了真實我的模式二可以有效地預測研究對象的超越個人（ $R^2 = .12$, $F = 5.49$, $\rho < .001$ ），且模式二相對於模式一之變

表 4-22 背景變項、多元自我概念與「超越個人」之階層迴歸分析

投入變項	模式一		模式二		模式三	
	β	se	β	se	β	Se
A.背景變項						
年齡	-.10	.01	-.06	.01	-.01	.01
B.真實我						
生理安全			-.50***	.13	-.47***	.14
愛與歸屬			.15	.11	.23*	.11
自我實現			.23	.14	.24	.14
神聖經驗			.18*	.07	.11	.08
自我超越			.14	.12	.08	.12
C.理想我						
生理安全					-.17	.19
愛與歸屬					-.37**	.17
自我實現					.24	.18
神聖經驗					-.04	.09
自我超越					.35**	.16
R	.10		.35		.43	
R ²	.01		.12		.19	
F	2.62		5.49***		4.96***	
R ²	.01		.11		.07	
F	2.62		6.01***		3.91**	

* $\rho < .05$ ** $\rho < .01$ *** $\rho < .001$

異量解釋增量 ($R^2 = .11$) 達到顯著 ($F = 6.01$, $\rho < .001$) 顯示真實我是超越個人的有效預測因子，說明了個人之需求與超越個人之間的相關性。且在個人真實我的類別上，則有「生理安全」($\beta = -.50$, $\rho < .001$) 與「宗教信仰」($\beta = .18$, $\rho < .01$) 二項之預測力達到顯著，顯示個人真實我中的生理安全與宗教信仰有相當密切的關係。

模式三可以有效的預測研究對象的超越個人 ($R^2 = .19$, $F = 4.96$,

$\rho < .001$) 且模式三相對於模式二之變異量解釋增加量 ($R^2 = .07$), 達到顯著 ($F = 3.91, \rho < .01$)。在控制了年齡、真實我的類別上之「生理安全」與「宗教信仰」兩項目之後, 理想我能夠有效的預測個人的超越個人。在這個模式當中, 理想我的類別上, 則有「愛與歸屬」($\beta = -.37, \rho < .01$) 與「自我超越」($\beta = .35, \rho < .01$) 二項之預測力達到顯著, 顯示個人理想我中的愛與歸屬與自我超越有最密切的關係(見表 4-23)。由上項資料得知, 生理安全滿足了, 並充分的獲得了愛與歸屬, 則越具有超越自我之潛能。Jourard 和 Landsman (1980) 證明「自我實現是一種約定實踐的產生...它發生於外在的自我」, 而且「如果無此生命中的任務, 則個人的經歷將變成一項負荷, 而且沒有意義」。這種動機差異之間的不同, 就像是每一個人超越自身的行動, 均給予自我人生的一種意義, 使得世界成為更好的地方, 除了一種極致的、無表象意義的深沉自我奉獻外; 為他人的自我奉獻, 並不意指某人為了他自己的自我而奉獻, 相反的這個給予的人逐漸的在這種經驗中被豐富, 並吸收其能量與自我昇華。

九、背景變項(年齡)、多元自我概念與自我接納之階層迴歸分析

背景變項、多元自我概念與「自我接納」之預測效力, 研究結果(見表 4-23) 顯示, 在模式一中, 研究對象之年齡是預測個人目標的一個無效的變項($R^2 = .00, F = .49$), 年齡對自我接納來說並無預測效力($\beta = -.05$), 表 4-23 的研究結果指出, 包含了真實我的模式二可以有效地預測研究對象的自我接納($R^2 = .10, F = 4.52, \rho < .001$), 且模式二相對於模式一之變異量解釋增量($R^2 = .10$) 達到顯著($F = 5.31, \rho < .001$) 顯示真實我是自我接納的有效預測因子, 說明了個人之需求與自我接納之間的相關性。且在個人真實我的類別上, 則有「生理安全」($\beta = -.41, \rho < .001$) 與「自我超越」($\beta = .31, \rho < .05$) 二項之預測力達到顯著, 顯示個人真實我中的生理安全與自我超越有相當密切的關係。

模式三可以有效的預測研究對象的超越個人($R^2 = .16, F = 4.10, \rho < .001$) 且模式三相對於模式二之變異量解釋增加量($R^2 = .06$), 達到顯著($F = 3.33, \rho < .01$)。在控制了年齡、真實我的類別上之「生理安全」與「自我超越」兩項目之後, 理想我能夠有效的預測個人的自我接納。

表 4-23 背景變項、多元自我概念與「自我接納」之階層迴歸分析

投入變項	模式一		模式二		模式三	
	β	se	β	se	β	se
A.背景變項						
年齡	-.05	.01	.001	.01	.05	.01
B.真實我						
生理安全			-.41***	.13	-.39**	.14
愛與歸屬			.12	.10	.16	.11
自我實現			.17	.13	.21	.14
神聖經驗			.02	.06	-.04	.08
自我超越			.31*	.12	.21	.12
C.理想我						
生理安全					-.16	.19
愛與歸屬					-.25*	.17
自我實現					.10	.18
神聖經驗					-.08	.09
自我超越					.44***	.15
R	.05		.32		.40	
R ²	.00		.10		.16	
F	.49		4.52***		4.10***	
R ²	.00		.10		.06	
F	.49		5.31***		3.33**	

* $\rho < .05$ ** $\rho < .01$ *** $\rho < .001$

在這個模式當中，理想我的類別上，則有「愛與歸屬」($\beta = -.25, \rho < .05$)與「自我超越」($\beta = .44, \rho < .001$)二項之預測力達到顯著，顯示個人理想我中的愛與歸屬與自我超越有最密切的關係（見表 4-24）。由上項資料得知，生理安全需求，愛與歸屬需求要求越高反而越無法達到。

十、背景變項、多元自我概念與親密關係之階層迴歸分析

背景變項、多元自我概念與「親密關係」之預測效力，研究結果（見表 4-24）顯示，在模式一中，研究對象之年齡是預測個人目標的一個無效的變項（ $R^2 = .00$ ， $F = .87$ ），年齡對親密關係來說並無預測效力（ $\beta = -.06$ ），表 4-24 的研究結果指出，真實我的模式二可以有效地預測研究對象的自我接納（ $R^2 = .07$ ， $F = 3.20$ ， $p < .01$ ），且模式二相對於模式一之變異量解釋

表 4-24 背景變項、多元自我概念與「親密關係」之階層迴歸分析

投入變項	模式一		模式二		模式三	
	β	se	β	se	β	se
A. 背景變項						
年齡	-.06	.01	-.04	.01	-.02	.01
B. 真實我						
生理安全			-.31**	.13	-.301*	.13
愛與歸屬			.28**	.10	.29**	.11
自我實現			-.04	.13	-.06	.14
神聖經驗			-.03	.06	-.07	.08
自我超越			.28*	.12	.20	.12
C. 理想我						
生理安全					-.24	.19
愛與歸屬					-.14	.17
自我實現					.29*	.18
神聖經驗					-.06	.09
自我超越					.30*	.15
R	.06		.27		.36	
R^2	.00		.07		.13	
F	.87		3.20**		3.14***	
R^2	.00		.07		.06	
F	.87		3.66**		2.90*	

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

增量（ $R^2 = .07$ ）達到顯著（ $F = 3.66$ ， $p < .01$ ）顯示真實我是親密關係

的有效預測因子，說明了個人之需求與親密關係之間的相關性。且在個人真實我的類別上，則有「生理安全」($\beta = -.31, p < .01$)「愛與歸屬」($\beta = .28, p < .01$)與「自我超越」($\beta = .28, p < .05$)三項之預測力達到顯著，顯示個人真實我中的生理安全、愛與歸屬與自我超越有相當密切的關係。

模式三可以有效的預測研究對象的親密關係 ($R^2 = .13, F = 3.14, p < .001$) 且模式三相對於模式二之變異量解釋增加量 ($R^2 = .06$), 達到顯著 ($F = 2.90, p < .05$) 在控制了年齡、真實我的類別上之「生理安全」、「愛與歸屬」與「自我超越」三個項目之後，理想我能夠有效的預測個人的親密關係。在這個模式當中，理想我的類別上，則有「自我實現」($\beta = .29, p < .05$)與「自我超越」($\beta = .30, p < .05$)二項之預測力達到顯著，顯示個人理想我中的自我實現與自我超越有最密切的關係（見表 4-25）。由上項資料得知，在生理需求、愛與歸屬、自我實現、自我超越均達到滿足之時，越能與他人建立親密和諧的關係。

十一、背景變項、多元自我概念與超越苦難之階層迴歸分析

背景變項、多元自我概念與「超越苦難」之預測效力，研究結果（見表 4-25）顯示，在模式一中，研究對象之年齡是預測個人目標的一個無效的變項 ($R^2 = .00, F = .19$)，年齡對超越苦難來說並無預測效力 ($\beta = -.03$)，表 4-25 的研究結果指出，真實我的模式二可以有效地預測研究對象的自我接納 ($R^2 = .06, F = 2.49, p < .05$)，且模式二相對於模式一之變異量解釋增量 ($R^2 = .06$) 達到顯著 ($F = 2.95, p < .05$) 顯示真實我是親密關係的有效預測因子，說明了個人之需求與超越苦難之間的相關性。且在個人真實我的類別上，則有「生理安全」($\beta = -.29, p < .01$)與「自我超越」($\beta = .31, p < .05$)二項之預測力達到顯著，顯示個人真實我中的生理安全與自我超越有相當密切的關係。

在模式三可以有效的預測研究對象的親密關係 ($R^2 = .12, F = 2.97, p < .01$) 且模式三相對於模式二之變異量解釋增加量 ($R^2 = .06$), 達到顯著 ($F = 3.41, p < .01$) 在控制了年齡、真實我的類別上之「生理安全」與「自我超越」二個項目之後，理想我能夠有效的預測個人的超越苦難。在這個模式當中，理想我的類別上，則有「愛與歸屬」($\beta = -.29, p < .05$)

表 4-25 背景變項、多元自我概念與「超越苦難」之階層迴歸分析

投入變項	模式一		模式二		模式三	
	β	se	β	se	β	se
A. 背景變項						
年齡	-.03	.01	-.01	.01	.04	.01
B. 真實我						
生理安全			-.29*	.15	-.30*	.15
愛與歸屬			.16	.12	.22*	.12
自我實現			-.05	.15	-.07	.16
神聖經驗			.03	.07	-.03	.09
自我超越			.31*	.13	.23	.14
C. 理想我						
生理安全					-.16	.22
愛與歸屬					-.29*	.19
自我實現					.33*	.20
神聖經驗					-.04	.10
自我超越					.29*	.17
R	.03		.24		.35	
R ²	.00		.06		.12	
F	.19		2.49*		2.97**	
R ²	.00		.06		.06	
F	.19		2.95*		3.41**	

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

「自我實現」($\beta = .33, p < .05$) 與「自我超越」($\beta = .29, p < .05$) 三項之預測力達到顯著，顯示個人理想我中的愛與歸屬、自我實現與自我超越有最密切的關係（見表 4-25）。由上項資料得知，人在滿足基本的生理需求之後，則越具有突破困境、超越苦難之決心。

有關多元自我概念、生活目標、生命意義與個人意義型態之階層迴歸分析結果如下：

一、多元自我概念與生活目標感之階層迴歸分析

愛與歸屬的需求越多者會降低個人的生命意義感，自我實現的期求會增加個人的生命意義感。愛與歸屬需求越多者越會覺得沒意義。相信自我實現越會覺得有意義。自我實現的期求會增加生命意義感。自我實現需求越低者越會覺得有意義。超越靈性的部分與個人的生命意義未達顯著。很明顯的在此證據上並沒有得到驗證。(見表 4-15, p.70)

二、多元自我概念與立志未來之階層迴歸分析

年齡無法預測一個人的未來，預測一個人的未來是理想我中的「愛與歸屬需求」及「自我實現需求」。(見表 4-16, p.77)

三、多元自我概念與失落迷惘之階層迴歸分析

年齡為失落迷惘之重要因素之一，由此則可明顯的看出「年齡為智慧之增長」。年紀漸長對自己則越清楚瞭解，如何釐清自我需求來實現自我最後並超越自我。(見表 4-17, p.79)

四、多元自我概念與追尋意義之階層迴歸分析

理想上希望得到更多安全需求、理想上越期望有愛情，親密追尋反而會越低、理想上越想得到自尊，實現追尋則會越高。(見表 4-18, p.81)

五、多元自我概念與個人意義型態(個人目標、關懷和諧、上帝旨意、超越個人、自我接納、親密關係及超越苦難等面向)之階層迴歸分析

在真實我的生理安全需求越高反而越達不到，理想我方面降低生理安全需求及愛與歸屬感的要求對個人的達成自我實現目標也反而會越高，也就是降低物質的需求慾望對個人的自我實現反而有較高的助益。

由表 4-19 至表 4-25 之整體數據上我們不難發現，自我實現得以預測生命意義感，因此，得以此類比區分其關係如下：自我超越得以預測和諧關懷的目標，宗教信仰得以預測上帝旨意的目標，自我超越得以預測超越個人，自我超越得以預測親密關係，假設當要預測特定的目標時，如：上

帝、超越、苦難、親密……等目標時，本研究之研究結果證實，自我超越得以有效預測多面向之目標。

總之，在「生活目標」、「立志未來」、「失落迷惘」、「追尋意義」及「個人目標」等生理我、心理我層面項目進行分析時，其超越自我的靈性我目標則並未達到顯著，但是在「關懷和諧」、「上帝旨意」、「超越個人」、「自我接納」、「親密關係」及「超越苦難」等特定的目標項目進行分析時，其超越自我之靈性我則達到顯著之標準。由此可知個人意義型態量表在測量多面向的個人目標時，為一有效之測量標準量表因此建議：後續之研究者對於多面向目標之預測時得以多加使用個人意義型態量表。

第六節 個人意義型態與生命意義之典型相關分析及自我概念與個人意義型態之典型相關分析

一、個人意義型態與生命意義之典型相關分析與典型相關分析

本研究針對以個人意義量表的七個分層為 X 變項，生命意義量表的三個分層為 Y 變項，進行相關性研究。除了上一小節所談的 Pearson 積差相關的分析之外，本小節將採用典型相關 (Canonical Correlation) 分析，擬更進一步理出多變項之間的相關路徑與相關的類型，希望增添瞭解幼兒園教師生命意義的一個比較具體的圖像。

依據 SPSS14 統計軟體中「Multivariate ANOVA」的使用，表 9 的呈現結果，此分析出現之典型相關，典型相關係數 $\rho=.54$ ($p<.001$)，典型相關係數的平方 (ρ^2) 為 .29，顯示個人意義型態與生命意義的典型相關分析出現具有相關性的類型，此典型將在後續的結果分析中，以相關徑路圖進一步解說。

在典型相關分析裡，我們看到表 4-26 中有所謂的「重疊」(redundancy) 一詞，「重疊」是指 X 與 Y 兩組變數共同的變異數百分比，為測量兩組變數結合的另一種方法，是由 Steward 和 Love (1968) 及 Miller (1969) 發展而成的 (引自張紹勳、張紹評、林秀娟，2000，頁 6-10)，重疊的指標越大，表示 X 變數和 Y 變數這兩組變數之間互相重疊的情形越明顯。

表 4-26 個人意義型態與生命意義之典型相關分析摘要表

X 變數	典型變數	Y 變數	典型變數
個人意義型態	χ^1	生命意義	η^1
個人目標	.91	立志未來	.22
關懷和諧	.83	失落迷惘	-.50
上帝旨意	.43	追尋意義	.34
超越個人	.92		
自我接納	.80		
親密關係	.74		
超越苦難	.54		
抽取變異數百分比	56.33	抽取變異數百分比	13.77
重疊 (%)	16.10	重疊 (%)	3.94
		ρ^2	.29
		典型相關係數 (ρ)	.54***

* $\rho < .05$ ** $\rho < .01$ *** $\rho < .001$

研究者根據表 4-26 與統計報表數據的呈現，繪製如圖 4-1 的個人意義型態與生命意義之典型相關分析圖。以下就這依此典型相關進行資料分析。由 4-1 的相關分析圖可以清楚看到個人意義型態的七個 X 變項，「個人目標」、「關懷和諧」、「上帝旨意」、「超越個人」、「自我接納」、「親密關係」與「超越苦難」與生命意義的三個 Y 變項，「立志未來」、「失落迷惘」與「追尋意義」之間所呈現的典型相關，在此典型相關當中，典型相關係數 (ρ) 達到 .54 ($\rho < .001$) 顯著性極高。

由分析圖所顯示的相關性，可以看出幼兒園教師對於「個人意義型態」與「生命意義」的看法，透過第一個典型因素 χ^1 ，均會影響到「立志未來」($\gamma = .22$)、「失落迷惘」($\gamma = -.50$) 與「追尋意義」($\gamma = .34$) 的表現。

由以上資料分析，幼教老師之個人意義型態之典型相關係數依序排列為「超越個人」(.92)、「個人目標」(.91)、「關懷和諧」(.83)、「自我接納」(.80)、「親密關係」(.74)、「超越苦難」(.54) 與「上帝旨意」(.43)。

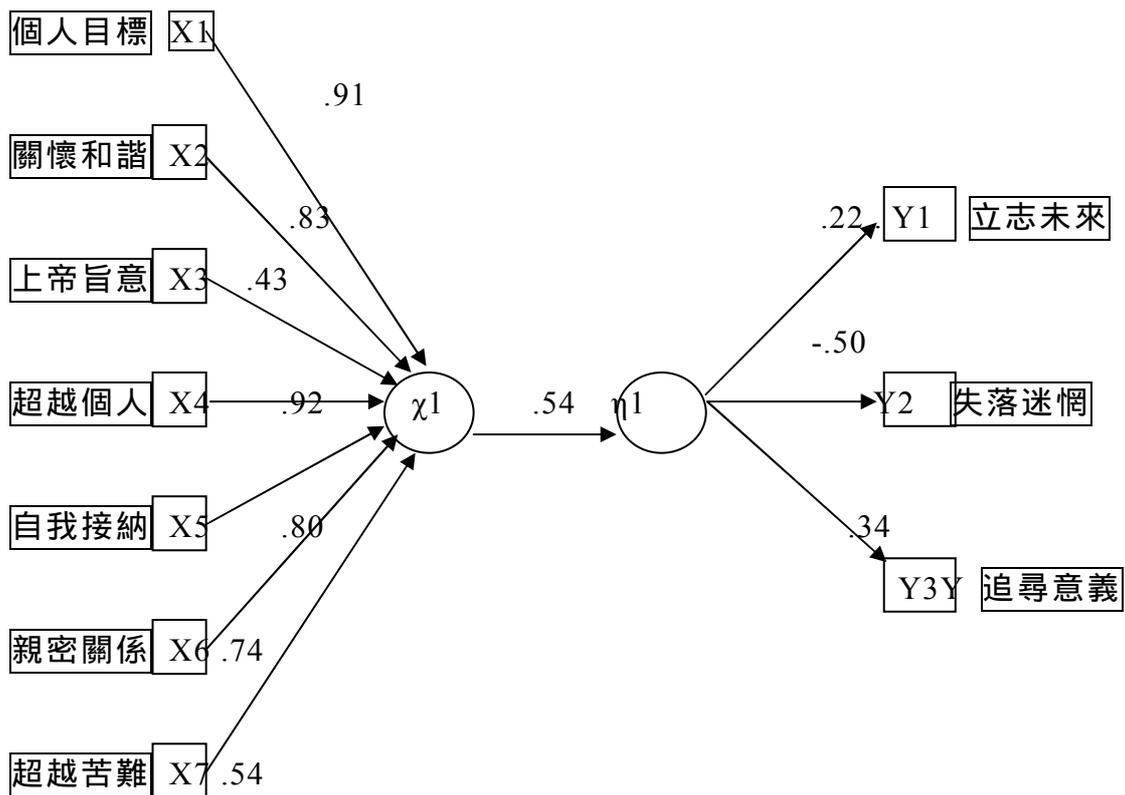


圖 4-1 個人意義型態與生命意義之典型相關分析圖

二、自我概念與個人意義型態之典型相關分析

表 4-27 顯示自我概念與個人意義型態因有三個典型相關，為方便說明，研究者將之分成三個分析摘要表並佐以三個圖示加以說明：

(一) 第一個典型

在自我概念理想我與個人意義型態之典型相關分析中，結果（見表 4-27）顯示出一個顯著的典型關係。在個人自我概念之理想與願景上，與其他之相關較低（低於 .30）（見圖 4-2），典型成份主要依序是：神聖經驗（ $\beta = .69$ ）、自我超越（ $\beta = .21$ ）、自我實現（ $\beta = -.08$ ）、生理安全（ $\beta = -.17$ ）及愛與歸屬（ $\beta = -.24$ ）。研究者將此一典型變項命名為「無執」，在此一典型變項得分高者，此一成分分數指出個人之自我概念是以神聖與超越目標之自我傾向較高。

在效標變項「個人意義型態」部分，典型相關也指出了一個典型成分。第一個成分主要是與變項「上帝旨意」（ $\gamma = .84$ ）以及「超越個人」（ $\gamma = .32$ ）有高度正相關（見圖 4-2），顯示這是一個正向的成分，在本研究中

表 4-27 理想我與個人意義型態之第一個典型相關分析摘要表

X 變數	典型變數	Y 變數	典型變數
理想我	χ^1	個人意義型態	η^1
生理安全	-.17	個人目標	.24
愛與歸屬	-.24	關懷和諧	.11
自我實現	-.08	上帝旨意	.84
神聖經驗	.69	超越個人	.32
自我超越	.21	自我接納	.17
		親密關係	.04
		超越苦難	.15
抽取變異數百分比	.37	抽取變異數百分比	13.26
重疊 (%)	-.61	重疊 (%)	3.80
		ρ^2	.29
		典型相關係數 (ρ)	.54***

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

將之命名為「去己順服」。「去己順服」程度高的人，較容易以上帝旨意及超越個人為個人生命意義追求之目標，研究者將之命名為「神聖典型」類型。

換言之，「神聖典型」類型之人馬斯洛將他歸類於 Z 理論之「超越型自我實現需要」類型(劉燁譯，2006，p.66)，此類型之人常常會意義到「存在之價值」，所有的生活目標均有一定的存在水準，對於自我也有一定的存在標準，相對的此類型之人更富含理性與認知的成分，因此，其行為表達方式也常是出於自我意志的行為。此層次之人，既是最愛人類的人，也是個人特質發展的最充分的人，我們也越容易發現此類型之人通常其個性更真實、更堅強也更願意為他人服務。

(二) 第二個典型

在自我概念理想我與個人意義型態之典型相關分析中，結果(見表 4-28)顯示出一個顯著的典型關係。在個人自我概念之理想與願景上，與

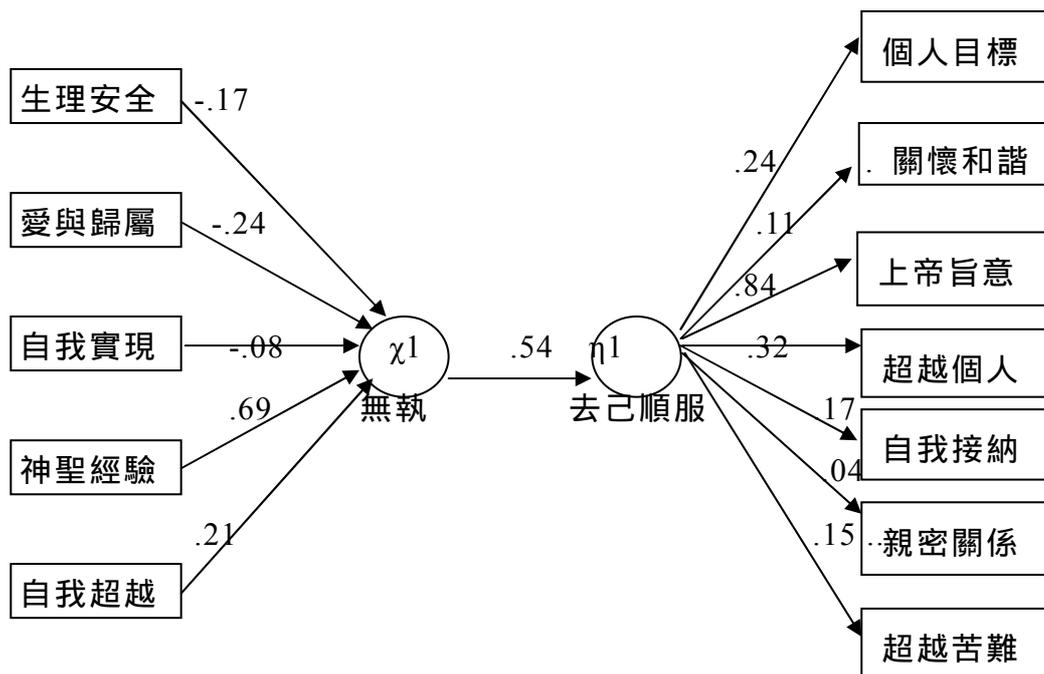


圖 4-2 理想我與個人意義型態之第一個典型相關分析圖

其他之相關較低（低於.30）（見圖 4-3），典型成份主要依序是：自我實現（ $\beta = .67$ ）、自我超越（ $\beta = .66$ ）、生理安全（ $\beta = .37$ ）、愛與歸屬（ $\beta = .27$ ）及神聖經驗（ $\beta = .24$ ）。研究者將此一典型變項命名為「自我圓融」，在此一典型變項得分高者，此一成分分數指出個人之自我概念是以自我實現及自我成就之傾向較高。

在效標變項「個人意義型態」部分，典型相關也指出了一個典型成分。第一個成分主要是與變項「個人目標」（ $\gamma = .93$ ）、「超越苦難」（ $\gamma = .85$ ）、「自我接納」（ $\gamma = .85$ ）、「超越個人」（ $\gamma = .84$ ）、「親密關係」（ $\gamma = .83$ ）、「關懷和諧」（ $\gamma = .81$ ）、「上帝旨意」（ $\gamma = .42$ ）有高度正相關（見圖 4-2），顯示這是一個正向的成分，在本研究中將之命名為「全面期求」。「全面期求」程度高的人，較容易以實現自我及超越個人、和諧關懷及親密關係、、、等為個人生命意義追求之目標，因為所有項目係數均高於.42，因此，研究者將之命名為「人文信仰」類型。

換言之，「實現超越，目標超越」類型之人馬斯洛將他歸類於 Y 理論之「健康型自我實現需要」類型（劉燁譯，2006，p.66），此類型之人主要

表 4-28 理想我與個人意義型態之第二個典型相關分析摘要表

X 變數	典型變數	Y 變數	典型變數
理想我	χ^1	個人意義型態	η^1
生理安全	.37	個人目標	.93
愛與歸屬	.27	關懷和諧	.81
自我實現	.67	上帝旨意	.42
神聖經驗	.24	超越個人	.84
自我超越	.66	自我接納	.85
		親密關係	.83
		超越苦難	.85
抽取變異數百分比	- .33	抽取變異數百分比	77.90
重疊 (%)	- .74	重疊 (%)	6.90
		ρ^2	.11
		典型相關係數 (ρ)	.33***

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

之特徵是更實際、更現實、更能幹和更凡俗之人，他們的生活目的，以「現實」為自我判準，追求的是個人的自我成就，凡是以現實為一切考量，正因如此此類型的人也較為上進、努力來成就自己的信念。

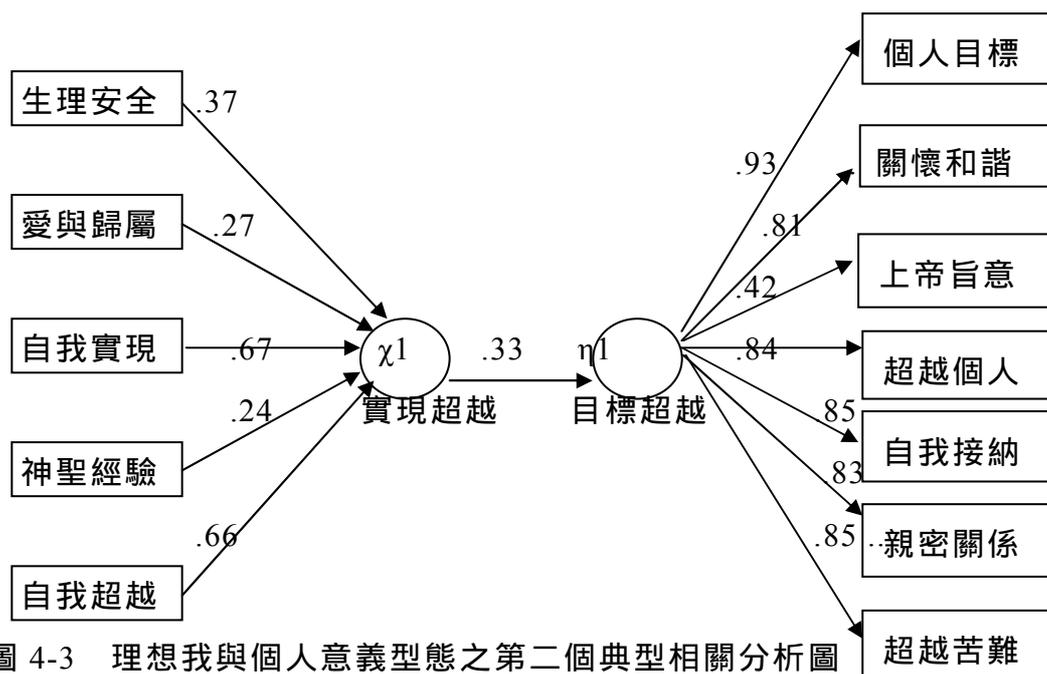


圖 4-3 理想我與個人意義型態之第二個典型相關分析圖

(三) 第三個典型

在自我概念理想我與個人意義型態之典型相關分析中，結果（見表 4-29）顯示出一個顯著的典型關係。在個人自我概念之理想與願景上，與其他之相關較低（低於.30）在預測理想我的部分（見圖 4-4），典型成份主要依序是：自我超越（ $\beta = .03$ ）生理安全（ $\beta = -.22$ ）神聖經驗（ $\beta = -.28$ ）愛與歸屬（ $\beta = -.37$ ）及自我實現（ $\beta = -.49$ ）。研究者將此一典型變項命名為「無慾無求」，此一成分分數指出個人之自我概念對於自我超越、生理安全、神聖經驗、愛與歸屬及自我實現傾向均為負數，可以見得此類型之人對於所有慾望均無所求無所期盼，較屬於化外之人。

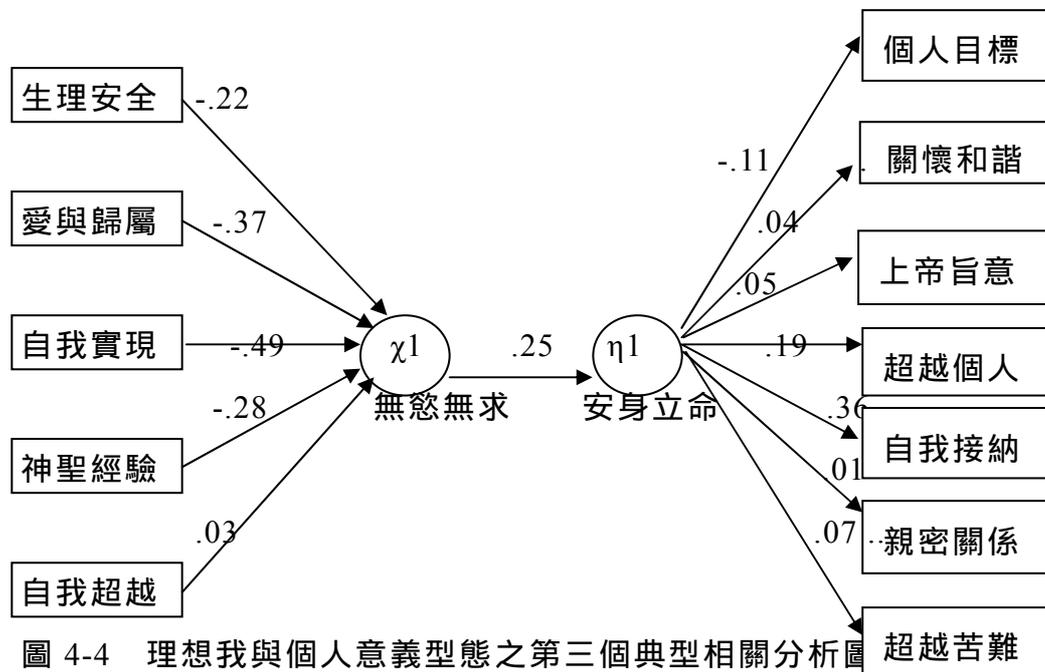
在效標變項「個人意義型態」部分，典型相關也指出了一個典型成分。第一個成分主要是與變項「自我接納」（ $\gamma = .36$ ）及「超越個人」（ $\gamma = .19$ ）有相關係數亦不高（見圖 4-4），在本研究中將之命名為「安身立命」。「安身立命」程度高的人，較容易以接納自我及超越個人為個人生命意義追求之目標，研究者將之命名為「出世化外」類型。

表 4-29 理想我與個人意義型態之第三個典型相關分析摘要表

X 變數	典型變數	Y 變數	典型變數
理想我	χ^1	個人意義型態	η^1
生理安全	-.22	個人目標	-.11
愛與歸屬	-.37	關懷和諧	.04
自我實現	-.49	上帝旨意	.05
神聖經驗	-.28	超越個人	.19
自我超越	.03	自我接納	.36
		親密關係	.01
		超越苦難	.07
抽取變異數百分比	-1.49	抽取變異數百分比	80.60
重疊（%）	1.24	重疊（%）	.17
		ρ^2	.06
		典型相關係數（ ρ ）	.25***

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

換言之，「出世化外」類型之人對於所有慾望因為無慾所以無求，此類追求的生活目標是個人之安身立命，對於俗世之名利追逐益亦相較淡薄。



神聖典型類型之人，因為他們追求的是神聖經驗 ($\beta = .69$) 與上帝旨意 ($\gamma = .84$) 兩者之間的相關係數相當的高，可能因素應為基督宗教教義之影響，基督宗教信仰中心是「神」，而其核心理念是在於解救全人類「願你的意志行在地上如同行在天上。」(馬太福音第六章) 及「神愛世人」要人們對所有人投入全部身心的愛，這種愛要施及受難的、受壓迫的、患病的、有罪的，甚至是敵人。這是一種博愛，一種超越自我的愛。

人文宗教類型之人，因為他們追求的是自我實現 ($\beta = .67$) 與個人目標 ($\gamma = .93$) 兩者之間的相關係數相當的高，無宗教信仰者因為不受宗教教義之影響，因此，多以社會風俗習慣養成其個人性格，而中國人的一般社會心理特徵：「人的存在是通過與他人的關係體現並受者種關係的限定；人際關係呈現等級結構；社會團體尊重作用關係的要求，從而保障了社會的穩定。」(秦家懿、孔思漢合撰，1989，p.96)，因此，此類型之人有強烈的追求目標，而此動機正是社會穩定及成長之動力。

出世化外類型之人，因為他們在神聖經驗 ($\beta = .03$) 與自我接納 ($\gamma = .36$) 兩者之間的相關係數得分均不高，原因可能是因為佛教與道教教義之影

響，佛教之核心理念是「自我修行」，追求自我的完善。道教的核心理念則是「遁世」，遠離一切世俗塵囂。這樣的人生目標是對生死、疾病、得失、貧富完全不介於懷，超越一切世人所持的價值觀念，最終得道，實現「精神的解脫」。

換言之，在本研究研究者結合馬斯洛之需求層次理論與自我概念理論，來驗證自我概念靈性我成分與生命意義之間的相互關聯。在上述之研究資料中我們得以看出幼兒園教師內心之各式需求(生理安全、愛與歸屬、自我實現、神聖經驗與自我超越)與他們對各種目標(個人目標、關懷和諧、上帝旨意、超越個人、自我接納、親密關係與超越苦難)之追求、認知與瞭解都提供一個值得參考的依據，以及更進一步探討的議題。

第五章 結論與建議

第一節 研究結論

根據第四章研究結果顯示，本研究所得重要結論如下：

一、幼兒園教師在多元自我概念的研究結果顯示：

(一) 本研究在多元自我概念真實我部分與理想我部分之分數上，愛與歸屬的獲得分數為最高可得知研究對象之愛與歸屬上的獲得情形為最優此乃受訪園所幼兒之福。因為研究資料顯示受訪之幼兒園教師應為易與他人發展親密關係之個體，亦即是對人充滿愛與關懷的老師。對於宗教信仰、自我實現與自我超越部分的期求與實際上的狀況也有一定之差異存在。此一資料可供所有幼兒園之園所長在經營管理方面可供參酌，

(二) 本研究中研究者將神聖經經驗及自我超越二項項目列為靈性我之測量指標，在本研究顯示幼兒園教師對於神聖經經驗的獲得情形相對偏低，此部分可能與本研究之幼兒園教師平均年齡偏低(平均年齡僅 31 歲)或許有直接關係，在靈性我項目上有許多的研究足以證明年齡是追求靈性的重要指標項目，本研究之結論亦驗證了此一論點。馬斯洛說：「人類生活唯有當其最高理想被顧及時，才有可能獲得瞭解。成長、自我實現、邁向健康的奮鬥、追尋獨特自我、對完美的渴望，及其他個體向上發展的方式，現在都必須視為人類普遍的傾向。」(莊耀嘉譯，2004，p.30)。因此，研究者建議，在宗教信仰方面可以多多鼓勵幼教老師參與宗教活動，或多加入義工團體從事義工服務，使其幼兒園教師得以像馬斯洛需求動機理論再做個人之提升，以達到靈性我(大我)之滿足。

二、幼兒園教師在生活目標感、生命意義與個人意義型態的研究結果顯示：

(一) 在生命意義感分量表方面由高至低的排列依序為「立志未來」、「追尋意義」及「失落迷惘」。可見幼兒園教師對自己未來人生的展望是懷抱著

高度的理想與意義，對自己的人生態度是正向且積極，此一現象則顯示各大專院校對幼兒園教師的養成教育有著功不可沒之勞。

(二) 在個人意義型態分量表方面由高至低的排列依序為「個人目標」、「關懷和諧」、「親密關係」、「自我接納」、「超越苦難」、「超越個人」及「上帝旨意」，由此可見幼兒園教師之生命意義感仍停留在生理我與心理我之基本層面，對於達到靈性我的階層上則尚有一段可以努力之目標，但誠如馬斯洛所言：達到靈性層面則已接近完人之境界，此一階層並非人人皆可達成。因此，藉由宗教活動、神聖經驗、宗教教義、參與靈修、冥想……等方式，藉以提高幼兒園教師的精神層面達到自我超越之境界，則是後續研究者可以努力之目標。

三、背景變項與多元自我概念之研究結果顯示：

(一) 幼兒園教師在「任教年資」項目上，服務3年以上之幼兒園教師因為工作努力的呈現已獲得主管與家長的肯定且經過社會經驗的洗禮在應對進退溝通能力方面已有較純熟的溝通模式。因此，對自我本身理念的實現有較高的實現能力，在自我超越方面對自己也有較高的把握。

(二) 幼兒園教師在「學歷」項目上，教育程度越高者其愛與歸屬感的需求較高，對愛的期求越高反而越無法達到，此部分可能與社會「物化」的氛圍有重要之關係，金錢、物質代表一切，包括：追求名牌、奢華的享受……等，反而在精神層次之滿足卻備受忽略。

(三) 幼兒園教師在「婚姻狀況」項目上，已婚者比未婚者更能實現自我，因為幼教老師多為女性，且工作內容及性質單純，工作時間規律，因此較可以營造出良好的婚姻生活、創造甜蜜的家庭互動氛圍，因為對自我的目標更為明確，因此得讓女性已婚之幼教老師達到實現自我之境界。

(四) 幼兒園教師在「神聖經驗」項目上，需求是相當強烈的，藉由神聖經驗的力量強自己的動能，化阻力為動力，更希望藉由神聖經驗的力量以

作為延續自己工作之能量。

(五) 幼兒園教師在「家庭經濟」項目上，家庭收入多寡雖足以決定是否滿足個人生理需求及對自我理想之實現，但此目標之實現若指停留在「生理我」之層面，財富雖然重要但卻不足以代表一切，要達到「靈性我」的層面則必須再進一步的提升，也就是努力追求富足的人生遠比擁有財富更具有意義。

四、 背景變項與生活目標、生命意義、個人意義型態之研究結果顯示：

(一) 在「生活目標」部分上，任教年資越久者越清楚知道自己所從事的工作目標價值之所在，反而是在工作上得到了自我之肯定。

(二) 教育程度與生活目標、生命意義、個人意義型態均無顯著性之差異，由此可得知生命意義之追尋與教育程度無關，端賴個體對自我標準之認定與行為態度而定。

(三) 在「生活目標」部分上，第一組未婚者較具有意義感，第二組已婚者較具有失落感；未婚者對自己的將來有較高的期許及規劃，已婚者則必須獻身於婚姻關係中，照顧家庭的現實重擔反倒會讓人產生許許多多的無力感，如何建構已婚者重燃生命之火則是後續可以加以討論的目標。

(四) 在「生命意義」部分上的「神聖經驗」項目上，受到相當正向的影響。可見神聖經驗在人類的日常生活當中息息相關，佔據著不可或缺之地位。

(五) 家庭經濟與生命意義無關，當一個人的人生閱歷更寬廣為豐富之時，同時也已建構其個人之生命意義與價值信念之所在，外在的物質生活並無法豐富個人的精神生活，唯有心靈層次得到提升個體之生命才存在的有意義。

五、背景變項（年齡）與多元自我概念、生活目標、生命意義與個人意義型態之階層迴歸分析結果如下：

（一）愛與歸屬的需求越多者會降低個人的生命意義感，自我實現的期求會增加個人的生命意義感。愛與歸屬需求越多者越會覺得沒意義。相信自己實現越會覺得有意義。自我實現的期求會增加生命意義感。自我實現需求越低者越會覺得有意義。超越靈性的部分與個人的生命意義未達顯著。很明顯的在此證據上並沒有得到驗證。

（二）年齡無法預測一個人的未來，預測一個人的未來是理想我中的「愛與歸屬需求」及「自我實現需求」。

（三）年齡為失落迷惘之重要因素之一，由此則可明顯的看出「年齡為智慧之增長」。年紀漸長對自己則越清楚瞭解，如何釐清自我需求來實現自我最後並超越自我。

（四）理想上希望得到更多安全需求、理想上越期望有愛情，親密追尋反而會越低、理想上越想得到自尊，實現追尋則會越高。

（五）在真實我的生理安全需求越高反而越達不到，理想我方面降低生理安全需求及愛與歸屬感的要求對個人的達成自我實現目標也反而會越高，也就是降低物質的需求慾望對個人的自我實現反而有較高的助益。

（六）在理想上希望得到生理安全及愛與歸屬者，則與越能達到超越自我之能力。

（七）生理安全、愛與歸屬與神聖經驗有最密切的關係。對上帝旨意有高度的崇敬心態。在宗教信仰方面則是信守與神的誓約。

（八）生理安全滿足了，並充分的獲得了愛與歸屬，則越具有超越自我之潛能。

(九) 真實我中的生理安全與自我超越有相當密切的關係。理想我中的愛與歸屬與自我超越有最密切的關係。由上項資料得知，生理安全需求，愛與歸屬需求要求越高反而越無法達到。

(十) 在生理需求、愛與歸屬、自我實現、自我超越均達到滿足之時，越能與他人建立親密和諧的關係。

(十一) 人在滿足基本的生理需求之後，則越具有突破困境、超越苦難之決心。

六、個人意義型態與生命意義感之典型相關分析及自我概念與個人意義型態之典型相關結果如下：

(一) 在個人意義型態與生命意義感部分研究上，研究結果顯示研究對象之幼教老師在實現個人目標的意念上較為強烈，在追求靈性的部分則相對的薄弱。

(二) 在自我概念與個人意義型態部分研究上，研究結果顯示三種典型相關，研究者分別將之命名如下：

1. 第一種典型：神聖典型

此類型之人在自我概念上是以神聖與超越目標之自我傾向較高，在個人意義型態上則是以上帝旨意及超越個人為個人生命意義追求之目標。

2. 第二種典型：人文宗教類型

此類型之人在自我概念上是以自我實現及自我成就之傾向較高，在個人意義型態上則是以實現自我，超越個人……等正向項目為個人生命意義追求之目標。

3. 第三種典型：出世化外

此類型之人在自我概念上是無慾無求、無所期盼，在個人意義型態上則

是以接納自我為個人生命意義追求之目標。

第二節 建議與研究限制

一、 建議

(一) 本研究建議

1. Argyal (引自若水譯, 1992, p.327) 曾說:「一個人必須走出自我才可能愛人, 必須超越自我的個體性, 甚至必須失去自我。這種自我放下則是成為更廣闊之愛的先決條件, 在追求愛與歸屬的過程中, 人必須如佛家所言, 須先「學會放下」, 才能得到真正的永恆之愛。每個個體均有個人之人格特質, 如何建構幼教老師「愛」自己, 「愛」社會、他人及周遭的人、事、物的能力, 進而「推己及人」、「愛人如己」最終達到「老吾老以及人之老, 幼吾幼以及人之幼。」此世界大同之境界。

2. 本研究之研究對象在個人意義型態項目上「個人目標感」得分最高, 但在「超越個人」之項目上得分相對偏低, 由此可得知幼兒園教師在超越個人的部分似乎有所設限, 有明確的目標, 但卻無法勇敢的追求自我超越。研究者推論此一現象或許與現代社會父母過於保護子女所形成之普遍社會狀況有關, 太多的直昇機父母整天盤旋在子女身上, 使得新一代的年輕人無法勇於追尋自我的夢想, 反倒對自我能力劃地自限, 如何鼓勵幼兒園教師, 追求自我實現的能力, 則是後續研究者可以探討之方向。

(二) 後續研究之建議

1. 本研究結果顯示, 在「生活目標」、「立志未來」、「失落迷惘」、「追尋意義」及「個人目標」等生理我、心理我層面項目進行分析時, 其超越自我的靈性我目標則並未達到顯著, 但是在「關懷和諧」、「上帝旨意」、「超越個人」、「自我接納」、「親密關係」及「超越苦難」等特定的目標項目進行分析時, 其超越自我之靈性我則達到顯著之標準。由此可知個人意義型態量表在測量多面向的個人目標時, 為一有效之測量標準量表因此建議: 後續之研究者對於多面向目標之預測時得以使用個人意義型態量表。

2. 本研究結果顯示，個人意義型態量表經過因素分析之後題目分布很不平均，因素結構可能還有改變之情況，值得未來研究者作為後續研究之探討。

3. 本研究之量表設計在個人基本資料項目上之家庭經濟狀況部分之分類僅區分為：優、中上、小康及中低收入，未能有效清楚劃分；建議後續研究者可以將家庭經濟狀況以家庭年收入或家庭總收入作為研究之指標，以實際的收入數字作更清楚有效之分類。

（三）實務工作上之建議

幼教老師的工作在國內雖然不受重視，且未得到國人給予的相對尊重，但是在西方國家幼兒教育越來越抬頭的意義下，許許多多的研究相關顯示，要養成健全的人格其童年時期的幼兒教育是非常重要的，如：曾經受過家暴之受虐者，待其成人之後亦容易成為施暴者。因此，西方國家大舉提高幼兒教育經費，即可見其重視之程度及其重要性。一個人不能去尋找抽象的生命意義，每個人都有他自己的特殊天賦或使命，而使命是必須具體去實現的。人的生命無法重來也無法重複，所以，也無法取代。因此，也唯有自己才能夠完成其獨特的天賦使命。幼教老師整日面對的是天真無邪的幼兒，因此，「自我選擇」則是非常的重要，在「選擇」的同時要如何「實現自我」，當踏入幼教職場的剎那就「應該」有深切的體認，自己所從事的是一份多麼有具體「目標」、「價值」又有富有「生命意義」的工作，因此，態度表現不應僅僅只是做好一份工作而已，而是清楚認知自己所肩負的重責大任是「培育我們的下一代」，研究者希望藉由瞭解幼教老師基本的各階段需求並給予妥善之照料，以期提升幼教老師對自我之期許，最後終能達到實現自我之目的。幼教老師雖是社會上小小的螺絲釘，但其肩上所身負的重責大任則不容小覷。在此研究者僅僅提出幾點小小的個人觀點例如：

1. 如何保障幼教老師的工作權益？讓有經驗的幼教老師在婚後能無後顧之憂的繼續在職場上貢獻心力？

2. 如何鼓勵幼教老師多參與社區服務工作（如：到圖書館擔任故事媽媽、擔任社區志工……等）對社會服務貢獻一己之力？
3. 如何鼓勵幼教老師多加參與冥想、靈修、靜坐……提升靈性我精神層次之活動？
4. 如何建構幼教老師的生命價值及生命意義？……等等都是相關單位或園、所長等相關人士後續可以探討及深究之議題。

二、 研究限制

（一） 研究對象因同隸屬於中華民國齡歲教育發展協會之成員，因此成員之同屬性太高，恐無法客觀的顯示所有幼兒園教師所面臨之真實狀況。

（二） 在宗教信仰類別之認定，常常是受到「個人認知」所影響，因此也影響研究結果，由於本研究結果其他宗教信仰者佔 38.5%，此比例似乎過於偏高，似乎較不能代表母群體真實之狀況。

（三） 在宗教信仰的相關研究中年齡是相當重要的一個變項，本研究對象與其他研究相較年齡層相對偏低。在宗教信仰的獻身及投入程度上明顯不足。

（四） 如果我們不受先入為主的典範所限，而以人的經驗作為出發點，我們必須重視人的靈性層面，但未必由宗教的角度來解釋它，因不論在東方或西方的文化傳統內我們都不難發現這一層面的存在（若水譯，1992，p.200）。本研究在自我概念量表靈性我的問卷設計上較為著重在「神聖經驗」之項目上，此一部份在量表設計上未盡周延，依據馬斯洛靈性我理論之展現乃是在「至真」、「至善」、「至美」三方面之面向呈現，後續之研究者可以以此為參酌方向，將馬斯洛理論做更為完整之設計。

參考文獻

中文部分：

- 方佳俊譯（2009.04）。**生命的意義是爵士樂團**。台北市：商周。
- 王見川（2001）。**台灣民間信仰的研究與調查 - 以史料、研究者為考察中心**。收於張珣、江燦騰合編。**當代台灣本土宗教研究導論**（p. 81-126）。台北市：南天。
- 王藝蓉（1996）。**國小教師自我概念控制信念與其對教學論題道德推理的關係**。國立屏東師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版，屏東市。
- 尹美琪（1988）。**大學生宗教信仰與人生意義感、心理需求及心理健康關係之研究**。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文，未出版，台北市。
- 朱侃如譯（1999）。**榮格心靈地圖**（M. Stein 原著）。台北市：立緒。
- 江國樑（2001）。**國小教師自我概念、內外控信念與工作滿足感之關係**。國立屏東師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版，屏東市。
- 宋文里譯（1989）。**成為一個人**（卡爾 羅哲斯原著）。台北市：桂冠。
- 宋秋蓉（1992）。**青少年生命意義之研究**。國立彰化師範大學，輔導研究所碩士論文，未出版，彰化市。
- 何郁玲（1999）。**中小學教師職業倦怠、教師效能感與生命意義感關係之研究**。國立彰化師範大學教育研究所碩士論文，未出版，彰化市。
- 李惠美（1997）。**愛麗絲·渥克《紫色》中大我之追尋**。國立成功大學外國語文學系研究所碩士論文，未出版，台南縣。
- 呂大吉（1993）。**宗教學通論**。台北市：博遠。
- 呂美女譯（2008）。**稻盛和夫的哲學：人為什麼活著**（稻盛和夫原著）。台北市：天下。
- 沈煌寶（2002）。**國小教師社會態度、人格特質與衝突因應方式之相關研究**。屏東師範學院教育心理與輔導研究所碩士學位論文，未出版，屏東市。
- 林佳全（2002）。**教師人格特質、工作生活品質與組織承諾之相關研究 - 以高雄市國小教師為例**。國立高雄師範大學工業科技教育學系研究所

- 碩士論文，未出版，高雄市。
- 林亨華（2002）。**國中教師自我概念、教學信念與教學效能之相關研究 - 以澎湖縣為例**。國立臺南大學國民教育研究所碩士論文，未出版，高雄市。
- 吳淑華（2005）。**青少年生命意義感之研究**。國立嘉義大學，家庭教育研究所碩士論文，未出版，嘉義市。
- 吳肇賢（2004）。**國民小學級任教師人格特質、領導技巧與班級經營效能之研究 - 以屏東地區國小高年級學童為例**。屏東師範學院教育行政研究所碩士論文，未出版，屏東市。
- 易之新譯（2003）。**存在心理治療（下）—自由、孤獨、無意義（I. Yalom 原著）**。台北市：張老師。
- 孟祥森譯（1997）。**愛的藝術（E. Fromm 原著）**。台北市：志文。
- 若水譯（2002）。**超個人心理學（A. Lefebvre 原著）**。台北市：桂冠。
- 高思謙譯（1979）。**亞里斯多德之宜高邁倫理學**。台北市：台灣商務。
- 孫石譯（1980）。**自我的追尋。（E. Fromm 原著）**。台北市：志文。
- 唐存敏（2004）。**高齡者參與教會活動與生命意義感關係之研究 - 以高雄是教會為例**。國立中正大學成人及繼續教育研究所碩士論文，未出版，嘉義縣。
- 馮美珠（2007）。**國小教師人格特質、生活壓力、因應策略與憂鬱傾向之相關研究**。國立屏東教育大學心理輔導教育研究所碩士論文，未出版，屏東縣。
- 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，彰化縣。
- 陳慧姿（2006）。**高中教師靈性健康與幸福感之相關研究 - 以高雄地區為例**。高雄師範大學教育學系研究所碩士論文，未出版，高雄市。
- 陳曉南（1975）。**二十世紀智慧人物的世界觀**。台北市：巨流。
- 張利中（2004a）。**人格統整與生命意義建構：一些人格統整教育內容與主題的提議**。**教育部 93 年度生命教育學術研討會：生命教育理論與實務建構**。台北：國立台北護理學院。
- 張利中（2004b）**生命意義感的階層模式分析：一個生命意義研究新方向的**

- 提議。第四屆現代生死學理論建構研討會。嘉義：南華大學。
- 張利中、林志龍、洪栩隆（2001）。某醫學大學醫學與護理系學生之自我概念落差與死亡焦慮之相關研究。**醫學教育**(5)2, 40-51。
- 張美玲（2007）。高雄市國中教師工作壓力與靈性健康之相關研究。國立高雄師範大學教育學系生命教育碩士專班碩士論文，未出版，高雄市。
- 張淑美譯（2007）。**生命教育—推動學校的靈性課程**（J. Miller 原著）。台北市：學富。
- 莊耀嘉譯（2004）。**馬斯洛**。台北市：桂冠。
- 彭仁郁譯（2001）。**愛與意志**（Rollo May 原著）。台北市：立緒。
- 黃宗仁譯（1977）。**從存在主義到精神分析**（V. Frankl 原著）。台北市：杏文。
- 黃國城（2003）。**高雄市醫院志工幸福感、死亡態度與生命意義感之相關研究**。國立高雄師範大學成人教育研究所碩士論文，未出版，高雄市。
- 黃漢耀譯（2008）。**黑暗，也是一種力量**（D. Ford 原著）。台北市：彙通。
- 黃漢耀譯（2008）。**陰影，也是一種力量**（D. Ford 原著）。台北市：彙通。
- 傅佩榮（2000）。環繞生命教育的省思。**北縣教育**，33, 13-17。
- 傅偉勳（1980）。從創造的詮釋到大乘佛學。**哲學與宗教**，4。台北市：東大。
- 游恆山譯（1991）。**生存的理由—與心靈對話的意義治療**（V. Frankl 原著）。台北市：遠流。
- 葉海煙（2003）。**莊子的生命哲學**。台北市：東大。
- 董文香（2003）。**生死教育課程對職校護生生命意義影響之研究**。南華大學生死學研究所碩士論文，未出版，嘉義縣。
- 董芳苑（2001）。**宗教信仰與安寧療護**。台北市：長青文化。
- 秦家懿、孔漢思（1989）。**中國宗教與西方神學**。台北：聯津。
- 鄔昆如（1999）。**宗教與人生**。台北市：五南。
- 蔡坤良（2003）。**小琉球漁村老人生命意義感、死亡態度與幸福感之研究**。南華大學生死學研究所碩士論文，未出版，嘉義縣。
- 鄭希付譯（2006）。**日常生活心理病理學**（S. Freud 原著）。台北市：胡桃木。

- 鄭書芳 (1998)。傅朗克意義治療法在老年生活意義教育上的探討。國立中正大學成人及繼續教育研究所碩士論文，未出版，嘉義縣。
- 鄭麗慧 (2007)。高雄是國民小學教師生命意義感與生活滿意度關係之研究。高雄師範大學教育學系研究所碩士論文，未出版，高雄市。
- 劉德威 (1997)。青少年生死態度與自殺危險程度關係之研究。中原大學心理學研究所碩士論文，未出版，桃園縣。
- 劉燁譯 (2006)。馬斯洛的智慧。台北市：正展。
- 瞿海源(2006)。台灣民眾的宗教信仰與宗教態度。宗教、數術與社會變遷。台北市：桂冠圖書。
- 謝幼偉譯 (1974)。懷黑德的哲學。台北市：先知出版社。
- 蘇建文等 (1991)。發展心理學。台北市：心理出版社。
- 蘇淑麗 (2005)。不同世代國小教師人格特質與工作價值觀之相關研究。國立花蓮師範學院輔導研究所碩士論文，未出版，花蓮縣。

西文部分：

- Crumbaugh, J. C. (1973). *Everything to gain: A guide to self-fulfillment through logoanalysis*. Chicago: Nelson-Hall Company.
- Deci, E.L. & Ryan, R. M. (1995). Human autonomy: The basis for true self-esteem. In M. H. Kernis (ed.) *Efficacy, agency, and self-esteem. Plenum series in social/clinical psychology* (pp. 31-49) New York: Plenum Press.
- Frankl, V. E. (1963). *Man's search for meaning*. New York: Pocket Books.
- Giesbrecht, H. A. (1997). *Meaning as a predictor of work stress and job satisfaction*. Unpublished master's thesis, Trinity Western University, Langley, BC.
- Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy: A theory relating self and affect. *Psychological Review*, 94(3), 319-40.
- Higgins, E. T., Klein, R., & Strauman, T. (1985). Self-concept discrepancy theory: A psychological model for distinguishing among different aspects of depression and anxiety. *Social Cognition*, 3, 511-76.

- Lang, J. M. (1994). *Does religiosity provide a buffer against uncontrollable life stress?* Unpublished honor's thesis, Trent University, Peterborough, Canada.
- Neimeyer, R. A., & Chapman, K. M. (1980). Self /ideal discrepancy and fear of death: testing an existential hypothesis. *Omega, 11*, 233–40.
- Reker, G. T., Peacock, E. J. & Wong, P. (1987). Meaning and purpose in life and well-being: A life-span perspective. *Journal of Gerontology, 42*, 44-49.
- Reker, G. T., & Wong, P. (1984). Psychological and physical well-being in the elderly. The perceived well-being scale (PWB). *Canadian Journal on Aging, 3*, 23-32.
- Reker, G. T., & Wong, P. (1988). Aging as an individual process: Toward a theory of personal meaning. In J. E. Birren & V. L. Bengtson (Eds.), *Emergent theories of aging* (pp.214-246). New York: Springer.
- Sternberg, R. J. (1985). Implicit theories of intelligence, creativity and wisdom. *Journal of personality and social Psychology, 49*, 607-627.
- Wong, P. (1989). Personal meaning and successful aging. *Canadian Psychology, 30*, 516-525.
- Wong, P. (1993). Effective management of life stress: The resource-congruence model. *Stress Medicine, 9*, 51-60.

幼兒園教師多元自我概念量表

填答問卷方式：

請您仔細閱讀每一題題目，並且在右側邊的評量項目勾選您對問題的認同情形，問卷答案沒有對錯、好壞之分，因此不需多做考慮，只要依您的個人經驗及真實感覺來圈選即可。您的回答會被保密，不會以任何「可辨別您個人身份」的方式公開，並僅作為學術研究之用。

此份問卷共有 12 頁，為達有效問卷請逐頁、逐項填寫，請勿有漏頁、漏項填寫之情況，非常感謝您的協助！

東海大學宗教研究所

研 究 生：許淑如

指導教授：張利中 敬上

個人基本資料

性 別：男 女

出生年月：民國 _____ 年 _____ 月

年 齡： 1. 18 歲 - 25 歲 2. 26 歲 - 35 歲 3. 36 歲 - 45 歲
 4. 46 歲 - 55 歲 5. 55 歲以上

居住區域：台灣省 _____ 市 / 縣

最高學歷： 1. 研究所 2. 大專幼保相關科系
 3. 大專非幼保相關科系 4. 高中職幼保相關科系
 5. 高中職非幼保相關科系

任職年資： 1. 一年以下 2. 1-3 年 3. 3-5 年
 4. 5-10 年 5. 10 年以上

婚姻狀態： 1. 未婚 2. 已婚 3. 離婚、分居 4. 喪偶

宗教信仰： 1. 佛教 2. 道教（含民間宗教信仰） 3. 基督宗教
 4. 其他

家庭經濟狀況： 1. 優 2. 中上 3. 小康 4. 中低收入

表一

一、以下列的一系列簡短的句子，請就您個人目前的實際狀態來回答，請圈選能夠反映您實際狀況的適當數字。

在這件事情上， 您覺得您目前實際達成的狀態是：	完全 沒達到	很少 達到	有時 達到	常常 達到	總是 達到
1. 三餐飲食都能攝取均衡的營養。	1	2	3	4	5
2. 為了有健康的身體，能夠固定地運動。	1	2	3	4	5
3. 能夠擁有適當的休閒娛樂，幫助抒解情緒壓力。	1	2	3	4	5
4. 避免生活中的各種污染源與毒素，保持身體不受危害。	1	2	3	4	5
5. 日常生活中可以遠離暴力的威脅及傷害。	1	2	3	4	5
6. 能夠居住在一個品質、治安良好的居家環境。	1	2	3	4	5
7. 能夠獲得適當的關懷、傾聽與鼓勵。	1	2	3	4	5
8. 能夠擁有可以聽我訴苦、抱怨的好朋友。	1	2	3	4	5
9. 能夠擁有心意相通的朋友或伴侶。	1	2	3	4	5
10. 在工作上能夠感到勝任愉快，有成就感。	1	2	3	4	5
11. 能夠完成工作，有優良的表現、受人尊重。	1	2	3	4	5
12. 能夠擁有一定的成就、品味，受到眾人的讚揚。	1	2	3	4	5
13. 能夠勇於發揮潛能、提昇自我。	1	2	3	4	5
14. 能夠自我接納與認同，不會因為他人的言語而受打擊。	1	2	3	4	5
15. 能夠肯定自我的選擇，朝著人生目標努力前進。	1	2	3	4	5
16. 能夠常常參與慈善或者是義務工作，發揮愛心。	1	2	3	4	5
17. 能夠在平常的日子裡，總是覺得富足、感恩及喜樂。	1	2	3	4	5
18. 與他人相處時能夠做到寬容、原諒、不計較。	1	2	3	4	5
19. 能夠常常參加宗教上的靈修、禪坐活動。	1	2	3	4	5
20. 能夠有足夠的時間沈澱心靈、閉靜與自我反思。	1	2	3	4	5
21. 能夠擁有神聖的宗教經驗，感受到神、佛的同在。	1	2	3	4	5
22. 能夠經常的反求諸己，明心見性。	1	2	3	4	5
23. 能夠經常放下自我，擁有與天、神合一的經驗。	1	2	3	4	5
24. 能夠在參加宗教儀式的過程中獲得深層的心靈平靜。	1	2	3	4	5

表 二

二、以下列的一系列簡短的句子，請就您個人理想上的重要情形來回答，請圈選能夠反映您實際狀況的適當數字。

這件事情， 您覺得在理想上，對您而言是：	非常 不 重要	不 重 要	無 所 謂	重 要	非常 重 要
與前一大題並非重複，請您耐心地 依據您理想上的重要情形來回答，謝謝您！					
1. 三餐飲食都能攝取均衡的營養。	1	2	3	4	5
2. 為了有健康的身體，能夠固定地運動。	1	2	3	4	5
3. 能夠擁有適當的休閒娛樂，幫助抒解情緒壓力。	1	2	3	4	5
4. 避免生活中的各種污染源與毒素，保持身體不受危害。	1	2	3	4	5
5. 日常生活中可以遠離暴力的威脅及傷害。	1	2	3	4	5
6. 能夠居住在一個品質、治安良好的居家環境。	1	2	3	4	5
7. 能夠獲得適當的關懷、傾聽與鼓勵。	1	2	3	4	5
8. 能夠擁有可以聽我訴苦、抱怨的好朋友。	1	2	3	4	5
9. 能夠擁有心意相通的朋友或伴侶。	1	2	3	4	5
10. 在工作上能夠感到勝任愉快，有成就感。	1	2	3	4	5
11. 能夠完成工作，有優良的表現、受人尊重。	1	2	3	4	5
12. 能夠擁有一定的成就、品味，受到眾人的讚揚。	1	2	3	4	5
13. 能夠勇於發揮潛能、提昇自我。	1	2	3	4	5
14. 能夠自我接納與認同，不會因為他人的言語而受打擊。	1	2	3	4	5
15. 能夠肯定自我的選擇，朝著人生目標努力前進。	1	2	3	4	5
16. 能夠常常參與慈善或者是義務工作，發揮愛心。	1	2	3	4	5
17. 能夠在平常的日子裡，總是覺得富足、感恩及喜樂。	1	2	3	4	5
18. 與他人相處時能夠做到寬容、原諒、不計較。	1	2	3	4	5
19. 能夠常常參加宗教上的靈修、禪坐活動。	1	2	3	4	5
20. 能夠有足夠的時間沈澱心靈、閉靜與自我反思。	1	2	3	4	5
21. 能夠擁有神聖的宗教經驗，感受到神、佛的同在。	1	2	3	4	5
22. 能夠經常的反求諸己，明心見性。	1	2	3	4	5
23. 能夠經常放下自我，擁有與天、神合一的經驗。	1	2	3	4	5
24. 能夠在參加宗教儀式的過程中獲得深層的心靈平靜。	1	2	3	4	5

表三

生活目標測驗量表 (PIL)

生活目標測驗 (the Purpose in Life Test) 簡稱 (PIL), 內容包括二十個項目, 以七分的等級來評分。每一項的「4分」代表「中庸」, 「1分」和「7分」分別有不同的描述。

請在適當的數字中圈選

1. 我通常	非常無聊			中庸			朝熱氣蓬情溢勃
	1	2	3	4	5	6	7
2. 生活對我而言似乎 :	純屬公事 屬例行			中庸			總是興奮的 令人
	1	2	3	4	5	6	7
3. 我的生活中 :	完全或 沒有方向 目標			中庸			有目標和 非常清楚 的方向
	1	2	3	4	5	6	7
4. 我個人的存在 :	完、全 沒有目的 意義			中庸			非有目的 非常有意義 、
	1	2	3	4	5	6	7
5. 每天的生活 :	完全相同			中庸			一鮮 直是不同 新的
	1	2	3	4	5	6	7
6. 如果我能選擇 , 我會 :	寧可沒有 出生			中庸			想在一 要九條 和現
	1	2	3	4	5	6	7

請在適當的數字中圈選

生活目標測驗量表 (PIL)

7. 退休後我要：	餘來 生消 完全磨 用時間		中庸	做一些 我想 做的 刺激 事			
	1	2	3	4	5	6	7
8. 為了達到生活目標，我：	沒進展 有任何		中庸	為了 而 進步 實現			
	1	2	3	4	5	6	7
9. 我的生活：	空絕 虛望 、 充滿		中庸	充滿 興 令人 奮 的好 事			
	1	2	3	4	5	6	7
10. 如果我今天會死， 我會覺得自己的一生：	完價 全值 沒有		中庸	非常 值得			
	1	2	3	4	5	6	7
11. 思索我的生命，我：	常為 常何 懷疑存在 自己		中庸	總是 存 看見在 自己這 裡的 理由			
	1	2	3	4	5	6	7
12. 我看見世界與我生活的關係時， 認為世界：	令我 全然 感到 困惑		中庸	意味 我的 深生活 長相 地符 與			
	1	2	3	4	5	6	7

請在適當的數字中圈選

生活目標測驗量表 (PIL)

13. 我是一個：	非常 不負責 任的人	1	2	3	中庸	4	5	6	7	非常 負責 的人
14. 關於人為自己做選擇的自由， 我相信人是：	完全 受到 環境 的 限制	1	2	3	中庸	4	5	6	7	絕對 自由 地 做出 選擇
15. 關於死亡，我：	完全 沒有 做好 準備	1	2	3	中庸	4	5	6	7	已 做好 準備 ， 並不 害怕
16. 關於自殺，我：	曾 認真 想過 ， 把 自 殺 當 成 出 路	1	2	3	中庸	4	5	6	7	從 來 沒 想 過
17. 我認為自己找到生命的意義、 目的或使命的能力：	幾 乎 沒 有 能 力	1	2	3	中庸	4	5	6	7	能 力 非 常 強 大
18. 我的一生：	自 己 無 法 掌 握	1	2	3	中庸	4	5	6	7	由 我 控 制 ， 在 我 手 中

請在適當的數字中圈選

生活目標測驗量表 (PIL)

19. 面對我的日常工作是：	痛苦 的經驗 乏味		中庸	快樂 的來源 和滿足
	1	2	3	4
	5	6	7	
20. 我已發現：	生命 沒有 使命 或目的		中庸	滿意 的 生命 目的 清楚 的 目標 令我
	1	2	3	4
	5	6	7	

表 四

生命意義量表 (SONG)

這個測驗幫助人們了解自己是否渴望尋求生活意義與目的，請圈出最能表達自己感覺的號碼。

請依據下列尺度來選回答一問題：

1 **2** **3** **4** **5**
 非常不同意 不同意 不肯定 同意 非常同意

1. 我思考什麼是生命的終極意義？	1 2 3 4 5 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
2. 我曾經覺得自己注定要做些什麼？但我卻躊躇不前	1 2 3 4 5 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
3. 我嘗試新的活動或自己有興趣的事物，但這些很快便都不吸引我了	1 2 3 4 5 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
4. 我覺得有個我無法言喻的東西，正從我生命中消失	1 2 3 4 5 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
5. 我常求取變化	1 2 3 4 5 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
6. 我覺得生命中最大成就，存在未來	1 2 3 4 5 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
7. 我希望未來有令人興奮的事情發生	1 2 3 4 5

8. 我常做白日夢，希望能找到我新的安身立命的地方	1	2	3	4					
			5						

1 **2** **3** **4** **5**
 非常不同意 不同意 不肯定 同意 非常同意

9. 我覺得我缺乏同時有必要尋找生命中真正的意義與目標	1	2	3	4					
			5						
10. 我想著要去實現與眾不同的新目標	1	2	3	4					
			5						
11. 我似乎想改變生命中主要目標	1	2	3	4					
			5						
12. 生命的奧秘使我感到迷惑或困擾	1	2	3	4					
			5						
13. 我覺得我有需要過著新生活	1	2	3	4					
			5						
14. 每當我完成一個舊目標之前，就著手計畫另一個新目標	1	2	3	4					
	5								
15. 我覺得我需要尋求冒險和克服新挑戰	1	2	3	4					
	5								
16. 我的一生中，曾強烈渴望發現自我	1	2	3	4					

	5					
		<input type="checkbox"/>				
17. 有時我覺得我已發現到這一生所要尋求的是什麼，但後來就消逝了	1 5	2	3	4		
		<input type="checkbox"/>				
18. 我知覺到能引導我人生的一個強而有力的人生目的	1 5	2	3	4		
		<input type="checkbox"/>				
19. 我覺得生活中缺乏值得去做的工作	1 5	2	3	4		
		<input type="checkbox"/>				
20. 我覺得我決心實現某個不尋常的夢想	1 5	2	3	4		
		<input type="checkbox"/>				

表 五

個人意義型態 (Personal Meaning Profile) PMP 量表

以下為一些生活事物的敘述句，要請您評定每一個敘述句，**在您生命意義上的重要性及貢獻性**，如果一個敘述句所提及的事物對於您的生命意義非常有貢獻，就請圈選 7 (極有貢獻)，若是有些貢獻就請圈選 5 或 6，若是沒有什麼貢獻請圈選 2，若是完全沒有貢獻請圈選 1。

請在適當的數字中圈選		完全沒有貢獻	沒有什麼貢獻		中間值	有些貢獻	極有貢獻
1	有美滿的家庭生活	1	2	3	4	5	6 7
2	相信我可以讓世界變得更美好	1	2	3	4	5	6 7
3	與上帝合一	1	2	3	4	5	6 7
4	知道挫折與失望是生命不可避免的一部份	1	2	3	4	5	6 7
5	相信生命有終極的目標與意義	1	2	3	4	5	6 7
6	參與創造的工作	1	2	3	4	5	6 7
7	成功的達成自己的願景	1	2	3	4	5	6 7
8	追求有價值的人生目標	1	2	3	4	5	6 7
9	努力完成個人的生命目標	1	2	3	4	5	6 7
10	關懷他人	1	2	3	4	5	6 7
11	有人可以分享親密的感覺	1	2	3	4	5	6 7
12	相信我的人生目標具有價值	1	2	3	4	5	6 7
13	努力實現我的潛能	1	2	3	4	5	6 7
14	相信這個世界有正義與公理的存在	1	2	3	4	5	6 7
15	努力讓這個世界變得更加的美好	1	2	3	4	5	6 7
16	能夠接納自己	1	2	3	4	5	6 7
17	有信實的朋友可以給我情緒支持	1	2	3	4	5	6 7
18	與他人有和諧的關係	1	2	3	4	5	6 7

請在適當的數字中圈選		完全沒有貢獻	沒有什麼貢獻		中間值		有些貢獻	極有貢獻
19	具有使命感	1	2	3	4	5	6	7
20	努力活出上帝的旨意	1	2	3	4	5	6	7
21	勇於接受挑戰	1	2	3	4	5	6	7
22	相信人類生活的道德律法	1	2	3	4	5	6	7
23	能夠為一個目標獻身	1	2	3	4	5	6	7
24	主動積極	1	2	3	4	5	6	7
25	能夠善用自己的各種能力	1	2	3	4	5	6	7
26	不論做什麼都全力以赴	1	2	3	4	5	6	7
27	有一群好朋友	1	2	3	4	5	6	7
28	被他人所信賴	1	2	3	4	5	6	7
29	投身於我的工作之中	1	2	3	4	5	6	7
30	生命有明確的目標與方向	1	2	3	4	5	6	7
31	尋求超越價值，一個超越個人利益的價值	1	2	3	4	5	6	7
32	受到他人的尊重	1	2	3	4	5	6	7
33	努力榮耀上帝	1	2	3	4	5	6	7
34	在工作上充滿熱情	1	2	3	4	5	6	7
35	生命沒有虧欠我	1	2	3	4	5	6	7
36	接納自己的有限	1	2	3	4	5	6	7
37	與自己的過去和解	1	2	3	4	5	6	7
38	擁有彼此皆滿意的情愛關係	1	2	3	4	5	6	7
39	感受到生命的和諧一致	1	2	3	4	5	6	7
40	遭遇困難險阻不會放棄	1	2	3	4	5	6	7
41	幫助他人	1	2	3	4	5	6	7

請在適當的數字中圈選		完全沒有貢獻	沒有什麼貢獻		中間值		有些貢獻	極有貢獻
42	被他人所喜愛	1	2	3	4	5	6	7
43	能夠找到自己深愛的對象	1	2	3	4	5	6	7
44	努力達成個人的成長進步	1	2	3	4	5	6	7
45	帶給他人歡樂	1	2	3	4	5	6	7
46	接納無法改變的事實	1	2	3	4	5	6	7
47	堅毅且擁有資源，達成個人的目標	1	2	3	4	5	6	7
48	認定自己的工作具有價值	1	2	3	4	5	6	7
49	對社會有具體的貢獻	1	2	3	4	5	6	7
50	能夠增進他人的福祉	1	2	3	4	5	6	7
51	相信死後的生命	1	2	3	4	5	6	7
52	相信人可以擁有與上帝的關係	1	2	3	4	5	6	7
53	試著去放下個人的一切	1	2	3	4	5	6	7
54	相信宇宙具有次序與目標	1	2	3	4	5	6	7
55	被他人公平的對待	1	2	3	4	5	6	7
56	獲得應得的機會與報酬	1	2	3	4	5	6	7
57	學會與苦難相處並且超越	1	2	3	4	5	6	7