

# 題目：學校經驗對大學生自我認同發展影響之探討

## 第一章 緒論

本篇研究旨在探討大學生自我認同的發展，以及影響學生自我認同發展的學校因素。本研究以半結構性訪談為主，訪談十一位大學在校或畢業生，了解其自我認同的發展歷程，探討學校經驗如何影響學生的自我認同，而學校環境又在其中扮演什麼角色。本章主要說明研究背景與研究動機、研究目的以及研究問題。另外也簡單的定義研究中使用的重要概念，並介紹本篇論文的章節安排方式。

### 第一節 研究背景與研究動機

當決定投考教育研究所之時，有幸接觸到許多教育大師的理論，而其中 Erikson 的自我認同理論更因為切合自身的許多經驗，而能激起我的共鳴和進一步探索的興趣。

#### 一、了解大學生自我認同發展對高等教育機構的必要性

根據 Erikson 的心理社會期理論，青少年邁入成人階段之前必須面對「認同 vs 混淆」的危機。他們會將過去有關自己的多個面向選擇拒絕或同化，重新組合成一個新形象，形成一個內在一致的整體。自我認同的形成是往後人生發展成功與否的重要關鍵。認同越完整的人，越能清楚知道自己的長處，能夠正確的覺察自己與外界關係，也知道未來想朝哪條方向走。反之，認同不完全的人，較依賴

從他人眼中評價自己，缺乏自我一致的感受。自我認同對一個健全人格發展的重要性，乃是不容置疑的。

我國大學教育和高中以前的教育有顯著不同。國高中的教育較為封閉、單純，生活的目標也是既定的；大學的環境較為多元、開放，給學生許多「自由選擇」、「獨立自主」的機會，使個人有機會嘗試探索自己的價值，選擇統整自我的經驗。因而，突然接受到大學這個截然不同生活環境的學生，將會面臨相當大的衝擊。開始可能會感到不適應、茫然等情況，但是隨著自由選擇的機會增加，學生們也逐漸學會獨立自主、對自己負責。大學生正處於由學生踏入社會的階段，對於自我的定位與方向都需要有明確的了解，自我認同的形成對於大學生而言便特別重要。如何幫助學生達成認同，就成為相當值得高等教育當局關注的課題。

尤其，現今我國正積極拓展高等教育，許多新興大學不斷以倍數成長。那麼，什麼樣的學校環境與經驗有利於學生的認同發展？學校的整體氣氛、空間與學生發展的關係如何？學生的社團、學習、住宿經驗又對其發展有何影響？了解這些，學校才能更加清楚如何幫助學生建立正向的自我認同。

## 二、國內探討大學生自我認同之質性研究的缺乏

國外對大學生自我認同的發展有很完整的理論建構，例如 Erikson (1963,1968)、Chickering (1993)、Pascarella & Terenzini (1991)、Evans & Forney & Guido-Dibrito (1998)。而我國探討大學生自我認同發展的研究則相對缺乏，僅有何英奇 (1985,1986)、張春興 (1982) 及陳李綢 (1983) 對大學生的自我認同形成有所探究。

此外，國內這些對大學生自我認同發展的研究幾乎都以量化處理。大量的樣本取樣可以告訴我們大學生的發展「是什麼」，卻無法微觀的考慮到時間、狀況的差異，很難解釋「為什麼」有這樣的現象發展以及「如何」發展。黃玉教授(2002)指出，許多美國學者認為質性研究可以豐富既有的大學生發展理論，並能提供概

念給量化研究做檢證。

基於以上之原因，研究者希望透過質性研究的方式，訪談大學生在大學生涯中所經歷的自我轉變，並深入探究這些轉變是受到哪些大學環境及學生個人體驗的影響。無疑地，每個人是不同的獨立個體，無法以個人的經驗推論全體，而這也非質性研究的目的所在。然而，由於人性中也有其普遍性，質性研究的發現往往可以發展成一種概念。本研究正是希望能夠透過質性訪談方式，掌握個體如何透過大學教育經驗產生自我認同的改變，並探討個別差異如何影響人與環境的互動，進而形成不同的自我認同發展。

## 第二節 研究目的

基於以上之研究背景與研究動機，研究者想要關懷的主要問題為學生在大學階段的自我認同有哪些方面的改變，這些改變分別是受到哪些學校經驗的影響，以及學校整體環境是否會影響學生的自我認同發展。此外，也希望了解學生的個別差異是否影響上大學後的自我認同發展。本研究之主要研究目的如下：

1. 探究大學生的自我認同如何發展。
2. 了解學生自我認同的發展是受到哪些大學經驗的影響。
3. 探討學校環境在學生經驗及自我認同發展中所扮演的角色。
4. 了解個別因素對學生進入大學後認同發展的影響。

## 第三節 研究問題

基於以上之研究目的，研究者擬定之研究問題如下：

1. 大學生的自我認同發展的歷程如何？
2. 大學生的自我認同發展有何主要特色？
3. 大學生自我認同的發展是受到哪些學校經驗的影響？
4. 學校環境如何影響大學生的自我認同發展？
5. 性別差異如何影響學生進入大學後的自我認同發展？
6. 家庭背景如何影響學生進入大學後的自我認同發展？

## 第四節 名詞界定

### 一、自我認同（ego identity）

何謂「自我認同」？對於自我認同的探討，起於國外學者 Erikson (1963,1968)。他認為青少年在邁向成人階段的過程中，必須將過去向外認同的經驗做一番重整，加以內化或排拒，形成一種內在一致的感受，他稱為「ego identity」。國內學者對此名詞有不同的譯法。有自我認同、自我認定、自我統整、自我統合等。在本篇研究中，將統一譯為「自我認同」。

國內學者張春興（1986）將 ego identity 譯為為統整。他指出，自我統整乃指個人在自己生存的環境裡，從多樣的角色中逐漸整理出一個頭緒，而後認定自己是什麼樣的人，希望自己能做什麼樣的人，自己實際上能做什麼樣的事，該做什麼樣的事，然後整理混合，形成個人對己、對人、對事等各方面協調一致的看法、想法和做法。

Chickering（1993）擴充了自我認同的內涵。他指出完整的認同包含對自己的能力、情緒及價值觀的覺知，無論獨處或在人群中皆能感到自在，能從偏執邁

向開放包容的心胸，以及自我肯定。

綜合以上學者說法，本篇研究中的自我認同指的是學生對自己的了解、感受與定位，自我認同的發展包含個體能夠接納自己，了解自己的價值與獨特性，以及較為包容開放的價值觀。

## 二、學校經驗

對於學校經驗的定義及範圍，文獻中較缺乏此部分的探討。由於研究者關心的是大學生的自我認同發展，因此也將學校經驗的焦點放在大學教育經驗上。研究者將學校經驗定義為「學生與學校環境互動後所得到的個人體驗」。也就是說，學校環境是提供學生汲取經驗的場所，而學生透過經驗來與環境產生交互作用。學校經驗也可能影響到學生所「知覺」到的學校環境。研究者將學校經驗主要界定在學習經驗、社團經驗、住宿經驗、性別經驗及人際經驗幾個面向。

## 三、學校環境

此處所指的學校環境，包含學校的屬性如公、私立，校園大小，所在地點，硬體資源，師資及課程設計等方面。有的學者將「參與在學校中的人」也放進環境的面向中。Gillander 及 Anne (2003)的研究中，認為學校的社會心理環境包含學校中的社會網絡如師生、同儕的關係，以及學校對學生的要求等。

Pascarella(1991)將學生入校前的背景加入環境的變項中，成為環境的一部分。

Banning(1989)提出校園生態學 (campus ecology) 的說法，認為環境應包含有機體與環境的互動。因此師生互動、同儕關係、學校對學生的要求等，都算是社會心理環境中的一部分。也就是說，學校整體的風氣、制度、對學生的要求都屬於學校環境的部分。

## 第五節 章節安排

爲了深入探討大學生自我認同的發展歷程，本研究採用縱向分析與橫向分析兩種途徑。縱向分析探究個體獨特的自我認同發展與轉變的歷程，是爲第四章的個案分析。第五章至第七章則以橫向分析，提出大學生自我認同發展的普遍因素，分別回應研究目的。第八章歸納結論，並提出對高等教育機構幫助學生建立自我認同的建議。

## 第二章 文獻探討

本章分為三節。第一節探討「自我」與「自我認同」中 Self 與 Ego 兩個層面的內涵；第二節探討發展心理學中的自我認同相關理論；第三節介紹大學環境影響模式中，對於高等教育環境如何影響學生發展，以及怎樣的大學環境有利學生發展的看法。第二部份；第四節綜合探討現有文獻中影響自我認同發展的相關因素，包括性別、家庭與學校三個面向。

### 第一節 自我認同的內涵

打從研究者開始決定探討「自我認同」議題開始，就接觸到一個棘手的問題。由於「自我」是一個複雜而又重要的面向，各方學者對於自我所探討的角度和定義都不一致。因此，釐清本研究中探討的「自我認同」就成為當務之急。

經過一番文獻的閱讀後，研究者發現各方學者探討自我角度的不一致，主要來自社會學及心理學者偏向不同所帶來的差異。

#### 一、自我 (Self vs. Ego) 的內涵

中文裡的「自我」，在英文中有「Self」及「Ego」兩個名詞。前者偏向社會學中的概念，而後者則為心理學中的名詞。

佛洛伊德的精神分析學說，將人格結構分成「本我」(Id)、「自我」(Ego)、「超我」(Superego) 三個概念。「本我」代表個體本能的慾望與衝動，這些慾望有許多是不被社會認可的。「超我」代表社會的道德與價值觀，是個體理想中的我。個體渴望能贏得社會的贊賞與名聲，必須犧牲本我的慾望與衝動才能達到。因此，「自我」(Ego) 就扮演這樣調和「本我」與「超我」的功能，決定何種行

為應該加以取捨並且付諸實行。

Erikson (1968) 指出,「Ego」是無意識的,我們能感覺到他在我們身上的作用,卻無法感受到他本身。理想的「Ego」扮演一種統合自我的功能,是一種內在的力量。

Loevinger (1976) 對「Ego」的看法與 Erikson 相似,他認為「Ego」是一有機體,是一種統合內在的功能。

對於「Self」的探討,最著名的為米德 (Mead,G.H.) 及柯萊 (Cooley,C.H.)。柯萊提出「鏡中自我」(looking-glass self) 的概念,指出個體對自我的了解,乃是在社會關係中,想像他人如何評價自己而做出回應。就好像個體站在鏡子面前,看到從他人眼中反映出來的自我 (Cooley,1964/1992)。米德的「符號互動論」(theory of symbolic interaction) 則指出,個體並非直接經驗到他的自我,而是在與社會群體中的互動中,彼此理解所傳遞出的符號意義,而後從社會群體的其他個體的觀點來看待他的自我。在此過程中,個體對自我的看法受到他人觀點的影響,然而個體主動散發出來的訊息也能夠影響他人對自己的評價。

(Mead,1962/1992)

Erikson 則指出,每個人在不同的時刻,做不同的事情,和不同的人在一起時都會經驗到不同的「selves」。而只有一個健康的人格,才能夠把這許多不同面向不同角色的「selves」統合起來成爲一個整體的「Self」。

顯然,「Ego」偏向一種內在統合的心理功能,他是不容易被我們意識到的。而「Self」則是在個體與他人的互動過程中,認識到自己是怎麼樣的一個人,接近「自我觀念」這樣的意含。

## 二、自我認同 (Self-identity / ego-identity) 的內涵

由於「Self」與「Ego」的概念有別,我們一般所稱的「自我認同」也包含了「Self-identity」與「ego-identity」兩個面向。不過,多數心理學者對自我認同

的探討，都偏重於「ego-identity」。

Erikson 指出，人在不同的場合下，與不同的人相處時擁有許多不同面向的自我（selves）。「Self-identity」是能夠將混淆的、多個不同層面的自我角色成功的整合為一個整體，並且社會中的他人也承認這樣的整體。至於「ego-identity」則是一種統合自我的功能，他本身並不能被個體察覺，個體只能透過這種功能產生的內在連續一致的感受來經驗到「ego-identity」。

一般人在探討 Erikson 時，都以為其所指自我認同為「ego-identity」，這可能與他們所探討的範圍偏向心理學層面有關。但事實上，Erikson 指出完整認同的形成，是同時包含「Self」與「Ego」兩個面向的（Erikson, 1968: 211）。而「自我」是一個整體，也很難在實際生活場域中將其精確切割開來。

Marcia（1994）所探討的自我認同狀態指的是「ego-identity」。他指出，「ego-identity」是一種內在的有機結構，是一種驅力，不是一種外存的東西，而他的價值在於我們可以據此去了解一些人的行為。

Chickering（1993）所探討的自我認同（identity）則包含了「Ego」與「Self」兩個層面。他指出自我認同包括對自我身體樣貌的悅納，肯定自己存在的價值，對自身性別的認同，從歷史文化脈絡中找到自己的定位，以及人格的穩定整合。換言之，Chickering 所探討的自我認同涵蓋了自我作為一種統合人格的功能（ego-identity），以及對於自我角色的清楚定位，了解自我存在群體中的價值（Self-identity）。

## 第二節 發展心理學中的自我認同理論

「自我認同」是一個人整體發展中的一環，與其他面向的發展有非常密切的關聯。自我的發展會帶動整體的發展，而某些面向的發展如能力感、自主性、價

值觀、人際親密能力等，更是良好的認同發展不可或缺的要素。若單把「自我認同」抽離學生整體的發展來討論，則恐失之狹隘。而認同的建立，也是所有發展理論學者所關注的。因此，對自我認同理論有重要貢獻的學者，如 Erikson、Chickering、Loevinger 等人，都是把自我認同放在人的整體發展中來討論。

國外學者對於個體發展的探討相當豐富，而一般是以四個不同的角度來看發展（Ernest & Patrick, 1991；Chickering, 1993）。分別是：

#### 一、心理學取向理論（Psychosocial theories）：

這一類的理論主要將人的發展看做解決一連串「任務」或「階段」的過程。發展任務會隨著時間與而改變，通常特別重視自我認同（Identity）的形成。在不同的發展階段會有不同的思考、感受、行為與價值。著名的發展學者包括 Erikson、Chickering、Marcia、Josselson 等人屬於此種取向。

#### 二、認知結構取向理論（Cognitive theories）：

此類理論以 Piaget 為始祖。他們嘗試以認知的結構的改變，來解釋個體思考與認知的模式。認知結構是個體了解外界的參照架構，會隨著年齡而逐漸發展成熟。著名理論學者包括 Perry、Kohlberg、Gilligan、Kegan、Loevinger 等人皆屬之。

#### 三、類型學理論（Typology theories）：

此種理論將個體依某些共同的特色做分類，例如社會背景、學習類型、人格特質、種族、性別等，作為比較其各方面發展異同的基礎。這一類的學者有 Kolb、Myer-Briggs、K.P. Cross 等人。

#### 四、人--環境互動理論（Person-environment interaction theories）：

研究環境如何與人交互作用產生影響，特別強調不同個體間的個別差異。如

Banning & Kaiser 與 Barker 的校園生態學理論 ( campus ecology theories )、Holland 職業性格與工作環境理論 ( theory of vocational personalities and work environments )、Moos、Stern、Pervin 等人的知覺模式 ( Perceptual models ) 等。

上述之類型學理論，以及人--環境互動理論，嚴格來說不是典型的發展理論，因為他們並不試圖對發展做全面性的探索，也不重視發展的測量，或提升發展的途徑。主要的發展理論乃前面兩者。茲介紹其中對大學生自我認同發展理論有重要貢獻者如下：

## 一、Erikson 心理社會期理論

### (一) Erikson 理論之介紹

Erikson 將人生分爲八個發展階段，每個階段各自有不同的發展危機( Erikson, 1963)。發展危機並非不正常的，而是個體在面對社會期許和角色壓力時必然面對的難題。當發展危機能正向解決時，個體就能順利發展，反之，則會阻礙他日後的人格形成。

這八個發展階段依次爲：(1) 信任對不信任 (2) 自立對羞愧懷疑 (3) 自動自發對退縮內疚 (4) 勤勉對自卑 (5) 自我認同對角色混淆 (6) 親密對孤立 (7) 生產對停滯 (8) 完整對絕望。

這八個時期的前後發展是連續的，一個時期危機的順利化解，有助於日後解決危機的能力。而在八個發展階段中，Erikson 又特別注重青年期自我認同的形成。青年期隨著身心的成熟，個體自我意識增強，對於自己及他人的期待格外敏感。此時他會開始思索許多關於自我的問題，並嘗試將過去經由與人互動中得到關於自我的經驗統合起來，成爲一個比較一致的內在整體。

自我認同扮演統合自我多的面向的角色，使個體能夠發揮最大的效能。自我

認同危機若能順利解決，則往後的人生便能預期有較為良好的發展；否則，個體便容易陷入自我內在的衝突，難以適應各方面社會期許的角色壓力（Erikson, 1963, 1968, 1980；張春興，1984a）。

Erikson 並以七個衝突來衡量自我認同的發展。個體能夠成功解決這七個局部衝突，才能穩固自我的建立（何英奇，1985；張春興、黃淑芬，1982）。這七個層面分別是：

1. 時間透視對時間混淆（time perspective & time diffusion）：

達到時間透視的青少年能夠對於自己的過去、現在及未來有清楚的概念，並對自己的未來有明確規劃；反之則對未來缺乏信心，傾向要求立即實現或不斷改變計畫。

2. 自我確認對自我意識（self certainty & self consciousness）：

青少年透過自我檢視的過程來了解「我是誰」，當個體能對自我產生明確定位及自信心時便達到「自我確認」；反之則可能過度膠著於「自我意識」，使個體變得特別敏感，處處防衛自己懷疑他人。幼兒期羞愧懷疑的經驗容易喚起自我意識。

3. 角色試驗對角色固著（role experimentation & role fixation）：

認同的形成有賴個體自由去探索試驗各種可能的社會角色，並從其中選擇自己最適合的做出承諾。有些青少年可能會受到自我內在的限制不敢進行探索，而經驗到角色固著的現象。這種限制跟第三個發展階段的罪疚感有關。

4. 職業意願對工作無力（apprenticeship & work paralysis）：

一般認為職業是形成認同的重要關鍵。因為職業決定一個人的社會地位，工作上的成就感也會影響其自我觀念。正向的發展是青少年願意扮演「學徒」角色，樂意在工作中學習探索，反之則對工作不發生興趣且不認識其價值。

5. 性別分化對性別混淆（sexual polarization & bisexual confusion）：

青少年必須了解自己的性別特質，認同自己所扮演的性別角色，並在和異性的相處經驗中感到自在愉快。否則很容易在兩性交往中退縮，發展出不正常的性別交往關係。

6. 主從分際對權威混淆 ( leadership and followership & authority confusion ) :

青少年必須學會在不同的場合，恰如其分的扮演領導者或跟隨者的角色。否則很容易無法分辨權威的適當性，對權威產生盲從或盲目反對的態度。

7. 價值定向對價值混淆 ( ideological commitment & confusion of values ) :

這是認同形成最關鍵的一部分。青少年必須將自己的過去、現在及未來抱負結合起來，相信自己的選擇是有意義的，並在價值上有所定向。

換言之，個體能認識自己、不依賴他人來肯定自己，從過去對自己的了解中發展出未來方向；能夠開放的探索不同的角色；樂於從工作中學習並從中獲得成就感；認識自己所扮演的性別角色，並對自身的性別感到自在愉快；有一套自己一致的價值觀，不會盲從權威或盲目反對他人，這些都是發展良好正向的自我認同所不可或缺的元素。

## (二) Erikson 理論之批評與修正

由於 Erikson 的理論距今日已有一段距離，他的理論也一再受到了後來學者的修正與補充。首先，根據 Erikson 的說法，自我認同建立在個體和父母分離的獨立性上。然而近年來由於依附理論的探討，發現青年期認同的形成與其對父母間的依附關係甚大。根據依附理論，良好的依附行為能讓孩子心理上較有安全感，能更堅強的面對挫折。如 Reich & Siegel (2002) 研究大學生依附類型與自我認同的關係，發現高度的自我認同和安全型依附呈顯著相關。安全型依附者由

於認為他人會在自己需要時給予支持，較能開放積極的探索自己心智及環境，構成自我認同發展的重要條件。蔡秀玲與吳麗娟（1998）的研究也發現，良好的家庭依附關係有利於大學適應。但父母對子女的態度也不宜過度保護，否則將阻礙其發展獨立自主的空間。因而，自主而又連結的家庭關係，有利於大學生的環境適應與個體分化。脫離家庭關係以達到自主，很可能只是偽裝的個體化

（Bowen,1978; 引自蔡秀玲、吳麗娟，1998）。

此外，Erikson（1968）認為在建立親密的關係之前，必須先有完整的認同做基礎。否則他將會從人際親密中退縮，或是混淆他人與自我的分野。Marcia（1980）也支持此看法，認為自我認同發展良好者人際親密度較高，顯示自我認同的發展帶來人際親密的能力。然而 Chickering 與 Reisser（1993）認為，「自治」必須先有「親密」做基礎，否則這種自主很可能只是一種防衛性的「假自主」。Loevinger（1976）的自我發展理論中，也將與團體親密信任的關係，放在覺知與自主的階段之先。換言之，後續研究認為個體需要先具備親密關係的能力，而後才能發展自主的建立，挑戰 Erikson 將認同建立於獨立思考上的說法。Marcia 發現自我認同者的人際親密感較高，認為自我認同提高人際親密的發展，卻很可能是因為人際親密感發展良好者，才能達到良好的自我認同之故。

Blasi（1988）則指出，Erikson 的自我認同理論有兩處需要被修正之處。第一，Erikson 對於不同類型的自我認同並沒有加以區別，而每個人達成自我認同的途徑與自我型態顯然都不太一樣，他認為 Marcia 的四種自我認同狀態只解釋了其中的一部份。此外，Erikson 將自我認同中包含的許多不同任務視為一個整體，而他們卻是需要個別解決的。例如，他將個體內在一致的整體感、對未來的承諾，及在社會文化脈絡中找到自我的定位視為發展認同所必須解決的一個大項，而事實上他們的發展卻有先後次序。因此，Chickering 及 Loevinger 分別以「發展任務」及「發展階段」，更細緻的處理自我認同發展過程中的不同時期、不同類型的子任務。

在認同發展的階段上，根據 Erikson（1968）的理論，自我認同的形成為青

少年時期的主要發展任務。雖然，Erikson 也指出在人生往後的階段中，也會重新出現不同型態的認同危機，但認同形成的關鍵時刻乃在青少年階段。然而近年來由於社會型態的變遷，國內外學者皆發現自我認同年限有向後延伸的趨勢。

Lewis (2003) 研究大學生自我認同與年齡、種族及性別的相關，在年齡部份將學生分為十八至二十，二十一至二十三，二十四至二十六，以及二十七歲以上者共四組，結果發現二十七歲以上的群組自我認同發展最好，迷失方向型、尋求方向型及他主定向型在這個階段均顯著減少，顯示學生甚至到了二十六歲以前，其自我概念尚有相當形成、變動的空間。Blasi (1988) 更指出，自我認同的課題乃是人的一生當中必須不斷面對的。

張春興 (1982) 探討大學教育環境與青年期自我認同形成的關係，發現大學階段能達自我定向的學生僅達四分之一，充分顯示國內社會中「青少年期延長」的現象。而我國教育體制在高中階段就必須決定科系，實際上此時期就能清楚自己方向的學生實在少之又少。

綜合整理學者的論述，Erikson 的理論第一個受到修正的是「自主」與「親密」的關係。Erikson 認為個體若沒有良好的自主作基礎，則容易在與他人的關係中迷失自我，並且自我認同建立在與父母脫離依賴的關係上。然而近來許多依附理論學者對自我認同重新探討，皆認為青少年與父母親的良好關係有助於認同的發展。此外，多位發展理論學者皆認為學生要先能與群體建立親密關係，才可能發展出對自我的認同或建立真正的自主。因此，親密有助於自主的建立。然而親密的關係過度到自主的建立，還是必須經歷一段內在掙扎的分離歷程，才能成為獨立自主卻又同時能與他人互相依存的個體 (Josselson, 1987;Loevinger, 1976)。

其次，Erikson 對於自我認同是什麼，雖然有清楚的描述，然而他對於自我認同如何逐步發展的過程，以及每個人內在自我認同型態的不同差異都未加以深入說明。因此，Chickering 的「發展任務」及 Loevinger 的「自我發展階段」可以說是對於自我認同的發展過程的補充，而 Marcia 的四種認同狀態，則是對每

個人不同認同類型的補充。

最後，是自我認同階段發展階段的延後與延長。愈來愈多的學者指出，自我認同的發展不是侷限青年期，在往後的人生中還有繼續發展、調整的空間

(Chickering&Reisser, 1993; Kroger, 2000; Blasi,1988)。尤其在現代社會中，隨著青少年受教育的年限不斷往後延伸，學生踏出社會的時間也愈來愈晚。在家庭與學校的保護下，學生毋須太早面臨許多人生的抉擇與考驗，而在我國過去較為封閉、升學取向的高中教育，更缺乏讓學生自由探索自我的機會。

## 二、Marcia 的自我認同狀態分類

### (一) Marcia 理論之介紹

測量 Erikson 自我認同的方法中，要屬 Marcia 的分類最著名。他訪談八十六位男性大學生，以「危機」及「承諾」兩個指標來衡量自我認同的發展，將自我認同分為四種類型 (Marcia, 1966, 1994)：

#### 1. 他主定向型 (foreclosure)：

這種人沒有經歷過危機，但在價值觀及職業方向上尙未經歷自己的探索便已作出承諾，可能是接受父母或師長的期待安排。這種類型的人通常給人有目標、有方向、乾淨、整齊、有教養的印象。他們是權威導向的，道德判斷往往是根據外在的法律、規定、社會價值，缺乏視情況而定的變通性。他們對於家庭有著較深的依賴，認為與家人的關係是親密的、溫暖的。然而他們既然缺乏自我的探索，與人的關係常常是公式化的，既少人際間的衝突，也缺乏內在交流的深度。

#### 2. 尋求方向型 (moratorium)：

這種人正處在危機中，在職業及價值信念上還在尋找方向。其尋求的

結果大部份的人能達成自主定向，也有人可能迷失方向。他們由於內在強大的不安定與焦慮感，往往將訪談視為傾吐與發洩的機會，在所有受訪者中講得最多也最深入。他們與家人的關係是矛盾的，往往一方面懷有不滿與怨懟，卻又具有感激之情。他們在道德判斷上發展層次頗高，近似於自主定向者，不會以外在的判準衡量是非對錯。他們在與人的關係上常常是強烈而又短暫的。因為他們本身正處於快速變化的階段，當然難以與他人維持恆定的關係。

### 3. 自主定向型（identity achiever）：

這種人經歷過內在的危機，在職業及價值信念上經過自己的探索而找到方向，對未來有所承諾。他們知道外界對於自己的期待與要求，但能夠按照自己的判斷做出決定。他們的內在是穩定的，但不像他主定向型如此缺乏彈性。他們與家人的關係通常能維持平衡，並承認彼此的差異性。與人的關係上，他們在解決自我認同的問題後，比其他階段的人更早開始處理人際親密的課題。

### 4. 迷失方向型（identity diffusion）：

這種人可能還未曾經歷危機，或是尋求方向失敗，對於職業選擇和自己的價值都沒有方向。迷失方向型的人表現在外主要有兩種類型，一種是與社會隔絕，冷漠、孤立，很少和人互動。另一種則可能完全相反，是所謂的「花花公子」或「花花公主」類型，他們會迫切的尋求與人建立關係，但他們與人的關係是膚淺的，並不能從中得到安頓感。

迷失方向者有一個最大的共通點，他們的家庭經驗通常是悲慘的，不像他主定向者通常有著溫暖的、模範的家庭。

Marcia 認為，自我認同是一種將外在世界有系統地內化的內在結構，他的價

值在於使個體更有效的發揮功能。自我認同的最初形成在青少年的末期階段，而其形成若是經由個體探索後有意識的形成，將在往後的人生中經歷不斷的重組（Marcia，1988）。

對於教育機構應如何幫助學生發展自我認同，Marcia 指出，教育機構應避免過早要求學生決定主修領域，支持他們自己做的決定，並給予適當回饋。具體做法包括允許學生改變主修領域，提供學生諮商服務，以及課程上更有彈性。

朱慧萍與饒夢霞也（2000）指出，國內近十年的資料顯示大學生對自己科系不滿意者高達 20%~40%。可能原因除了學生選校不選系、將所選擇科系當做跳板外，還有學生選擇科系時並未完全了解自己的性向，或者不清楚科系所學內容。如果問題是出於後兩者，則增加高中生探索自己性向和了解大學課程的機會，或者實施「大一不分系」制度增加學生探索性向的空間，也許是可行之道。

此外，對於不同認同狀態的學生，必須以不同的方式輔導他們。例如對他主定向型的學生，冒然毀掉他們童年的理想，可能使他們的自我面臨崩潰的危機。必須小心地在舊認同與新認同之間建立一些共同點，並漸進的跨過橋樑。而對於尋求方向型的學生，則毋須介入他們的探索，只需在旁扮演支持與傾聽的角色，讓他們自行探索、尋找方向即可。

## （二）Marcia 理論之批評與修正

對於 Marcia 的理論，學者也不乏提出批評與建議者。何英奇（1985）指出，Marcia 測量自我認同方法的優點在於，他將自我認同發展解釋為「動態」歷程，劃分為四個階段，比將認同情況分為「認同達成」與「認同迷失」更有彈性。然而其缺點則為，在 Erikson 的青年自我認同理論中包含了七個層面，而 Marcia 只取職業與價值兩個層面，似乎不那麼具有說服力。

此外，Kroger（2000）指出，Erikson 將自我認同程度高低用光譜表示，而 Marcia 則根據危機及承諾劃分為四種狀態。然而，同一種狀態中的自我認同發展

卻未必是相等的。例如 Marcia (1970) 及 Josselson (1987) 都發現在尋求方向的認同類型中，女性比男性心理上有更多的焦慮感；而在他主定向類型中，女性則有高度的自我確認感。Lewis (2003) 則指出，二十七歲之後學生之他主定向、尋求方向以及迷失方向者均大幅減低，顯示認同類型與年齡有密切的關係。

Pulkkinen & Kokko (2000) 更指出在三十六歲的受試者中找不到尋求方向者(轉引自 Lewis, 2003)。因此，進一步探索同一種認同狀態中，不同性別與年齡的所代表的意含實有其必要性。

Blasi (1988) 則指出，Marcia 及大多數對自我認同的測量，都以職業、宗教、政治意識形態等外在價值的選擇來衡量自我認同，而不是關注在「自我經驗」的核心問題上。如：我是怎麼樣的一個人？我的定位為何？Marcia 將自我認同分化為許多的「選擇」與「承諾」，卻忽視了自我作為主體是否會有徬徨、迷失等內在感受。因此在本研究中，將更關注個體內心對於自我所經驗到的掙扎、衝突與成長的歷程。

綜合以上學者所述，Marcia 理論最大的問題在於兩個方面。第一，Marcia 測量自我認同的標準，只取職業及宗教、政治意識型態三方面的承諾有無來衡量，而自我認同似乎涉及更深沉內在感受的複雜性。其次，Marcia 將自我認同的狀態分為四種類型，卻沒有處理四種認同狀態中不同年齡、性別的差異。

此外，Marcia 的研究只取男性大學生為樣本，在 1966 年的研究中卻並未強調性別的侷限性，而推論為兩性普遍認同發展的狀態，因此後來乃有 Josselson (1987) 研究女性認同發展的理論補充其不足。

### 三、Josselson 的女性認同狀態

1970 年，當 Josselson 在進行自我認同的訪談時，向受訪者問了一個問題：「如果你要向一個人介紹你自己，你希望他能夠真的認識你，你會如何介紹自

己？」根據 Erikson 的理論，Josselson 以為自己會聽到的答案是我的主修、我的信仰、我的目標等等。然而，許多女性受訪者回答，我會向他們介紹我的家庭和我最重視的朋友，她們的答案圍繞在自己週遭的人，這令 Josselson 相當訝異。

由於 Marcia 所做的自我認同狀態分類是針對男性大學生訪談得出，Josselson 希望更了解女性認同的發展，於是從 1971 年至 1973 年，由四所大學隨機抽取訪談了六十位女性。十二年後，又對其中的三十四位女性做了追蹤訪談。她根據 Marcia 的分類，提出了女性發展自我認同的類型（Josselson, 1987）：

#### （一）自主定向型（identity achiever）

這一類型的女性乃經歷過認同危機，或悖離父母期望，而重新找到自己的方向者。她們經歷過與父母心理上痛苦的「分離」，而成為自己的主人。這段分離過程是不容易的，因為她們必須放棄既有舒適的避風港，面對懷疑、不確定、以及嘗試錯誤。這類女性是獨立的，但獨立並非意味不與人來往，而是能不受外界影響決定自己的去從，並和他人保持親密但不依賴的關係。

#### （二）尋求方向型（moratorium）

女性的尋求方向者，對母親往往有強烈的不滿。她們否定父母給予自己的束縛，努力想走出自己的路。她們的外在表現相當活躍，可能會熱衷參與各種活動，體驗性的禁忌，參加遊行示威，或成為女性主義者。然而她們的內心，常常充滿矛盾、衝突與罪惡感。相較於男性的尋求方向者接近認同達成，她們的內在狀態卻像迷失方向者。十二年後，多數的尋求方向者返回了過去的承諾，也有部分已找到認同及少數仍在尋求方向者。不過 Josselson 認為，即使多數尋求方向者回到早期的承諾，但由於經過尋求方向的歷程，因此仍算是自主定向者而非他主定向型。

### （三）他主定向型（foreclosure）

她們延續自己童年的夢想，跟隨父母親的期待，未經歷危機而做出承諾。她們有著單一且肯定的價值觀。在 Josselson 的研究中，所有第一次訪談中處於他主定向型的女性，十二年後仍然維持在此階段，她們在心理發展上呈現停滯的狀態。Josselson 並且認為，他主定向型的女性發展較同類型的男性為佳，可能與文化上對女性的期待較不包含自主性有關。

### （四）迷失方向型（identity diffusion）

認同混淆是相當多樣化的群體。因為學生沒有達成認同的原因，比達成認同的原因複雜得多。不過她們共同的特性是，迷失方向者通常缺乏的明顯的性別分化。

Josselson 的研究暗示女性在認同發展上與家庭，尤其是母親的關係特別密切。她並且指出女性在發展認同時較關注「我想成為怎樣的人」，更甚於職業的選擇、性別認同與宗教承諾等。此外，Josselson 認為，自我認同不僅僅是自我功能的整合，他是一種社會心理的概念，是在與人的互動中更為彰顯的。他的重要性不僅在於找到合適的工作，更包含了「愛」的任務。在這當中，女性更是為關係本身而發展關係，並透過關係的建立來發展自主性。

## 四、Chickering 的發展任務論

Chickering (1993) 研究大學生的自我發展，他以七個認同形成所須完成的任務，取代 Erikson 的線形發展階段論。Chickering 認為認同的形成並沒有一定的期限，因此用「發展任務」來替代「發展階段」。Chickering 的七個發展向度包括：

(一) 能力感的發展 (developing competence) :

這裡包含三項能力：

- (1) 智能方面的能力 (intellectual competence) : 指分析、思考等認知方面的能力。
- (2) 運動和操作技能 (physical and manual competence) : 包括體能和藝術方面的技能，能夠生產成品並表現肢體動作的能力。
- (3) 人際親密的能力 (interpersonal competence) : 除了傾聽、溝通、合作等基本社會能力外，更要能夠融入對方的世界中，對於別人的情緒做出適當的回應，並使用正確的方式增進友誼或團體情感。

Chickering 強調一個人的能力是否能夠發揮出來，完全取決於能力感的發展。能力感的增加有賴於學會相信自己的能力，他人正確的回饋，並進一步將自己各方面的能力整合起來發展出掌控的力量。

(二) 情緒處理的發展 (managing emotions) :

很少有學生能夠倖免於生氣、害怕、焦慮、孤單等負面情緒的感受。當這種情緒出現時，第一步要做的不是忽略他，而是正確的知覺自己的情緒。接著才能學會去正確的處理、掌控這些情緒，而不是壓抑或宣洩於他人。

(三) 主性及互賴性的發展 (moving through autonomy toward interdependence) :

發展中重要的一步，是在與他人的互賴關係中維持自己的獨立性。包括以下三個層面：

- (1) 情緒性獨立 (emotional independence) : 個體能夠不再依賴他人

的關愛及讚賞來肯定自我，並且有勇氣為追尋自己的目標冒著失去朋友的危險。

(2) 工具獨立性 (instrumental independence)：個體能夠獨立解決問題，並且決定自己的去從而不受他人影響。

(3) 體認互賴性 (interdependence)：當個體能體認到人與人之間緊密相連的互賴性之時，自主性才算是發展到極至。

(四)成熟的人際關係的發展( developing mature interpersonal relationships )：

個體能夠體認到與人相處中包容、尊重差異的重要性，並且發展出持續而健康的人際親密關係。成熟的人際關係建立以後，有助於個體發展出良好的自我認同感。

(五) 認同的建立 ( establishment of identity )：

當前面幾個向度發展良好時，個體便能夠建立自我一致的認同感。認同包括對於自己的身體相貌感到自在，能夠接納欣賞自我，在文化歷史脈絡中找到認同，並清楚體認自己所扮演的性別及社會角色。

他並且提出七個健全認同的要素：

- (1) 對自己身體及樣貌的自在。
- (2) 對自己性別的悅納。
- (3) 在社會、文化及歷史的脈絡中找到自我的定位。
- (4) 找到最適合自己的生活方式。
- (5) 從重要他人的回饋中找到自己存在的價值。
- (6) 自我肯定與自我整合。
- (7) 人格的穩定與整合。

(六) 目標的發展 ( developing purpose )：

許多大學生並不清楚自己未來的目標與方向，他們只想找一個好工作，卻沒有去多方探索生活經驗，找出自己的興趣與適合的職業。此處目標的發展包含三個要素：

- (1) 職業的承諾 (vocational plans and aspirations)
- (2) 個人興趣的培養 (personal interests)
- (3) 對友誼與家庭的承諾 (interpersonal and family commitment)

這三項承諾當中，又以第一項最為重要。另外，當越來越多的目標任務擺在眼前時，在有限的時間精力限制下，個體也必須學會取捨與分配。

(七) 統合的發展 (developing integrity)：

個體能夠發展出自我一致的價值。在尊重他人意見的前提下，能依據自己的價值觀判別是非，對自己的選擇感到適切及確實。

Chickering 指出這七個任務的發展沒有一定的時間期限，但仍有先後次序。前四個向度的良好發展會帶動第五個向度—認同的建立順利完成。而認同能夠完整建立後，第六及第七個任務才能繼續有良好的發展。

## 五、Loevinger 的自我發展理論

Loevinger (1976) 關注自我 (ego) 的發展。在她的觀念裡，自我是一個整體，跟許多其他面向的發展是一致的。她將自我當成整體發展的一部份，這種看法與 Erikson 相似。然而不同的是，Erikson 將自我認同發展視為在某個特定常模年齡發展的任務，而 Loevinger 卻發現每個年齡層都有不同的自我狀態，有些人可能終其一生都停留在某個階段而沒有往前發展。她並且認為，自我的發展是經過矛盾與衝突，而非順利自然地往前發展的。她將自我發展分為幾個階段：

#### (一) 共生階段 (Symbiotic stage)

在這個階段裡，嬰孩逐漸能將自我與外在事物區隔，但會將主要照顧者與自己視為一體。在這個階段裡，嬰孩完全受本能的控制，語言也在此階段發展。

#### (二) 本能階段 (Impulsive stage)

學齡前的孩子受本身的需求與衝動所控制，依賴他人，但將他們視為滿足自己需要的工具。他們有強烈的與性有關的感受，並且充滿攻擊性。隨後，這些衝動會受外界壓抑而隱藏在自我的控制下，處在此階段較長時間的孩子會被認為是難矯正的或過動的。

#### (三) 自我保護階段 (Self-protective stage)

孩童開始為了獲得外在的酬賞或避免懲罰，而嘗試控制自己的衝動。自身的利益是他們行為的主要動機，他們也理解規則的重要，並會小心的規避責任避免受罰。Loevinger 認為，一些信奉利己主義的大人也屬於此種階段。

#### (四) 順從階段 (Conformist stage)

這個階段，個體首次從自身利益轉變到關心群體的福祉。這一步的踏出，建立在個體對自我和他人的信任上。沒有信任的基礎，外界對個體來說是「敵人」，是虛偽的並需要處處提防的。處於順從階段的個體遵守規則，但是因為他們認同團體而非為了規避責罰。他們通常是被信賴且受到喜愛的。

#### (五) 自我覺察歷程—從順從到覺知 (Self-aware level: transition from conformist to conscientious)

Loevinger 跟一般的理論學者不一樣，她將兩個階段之間的轉換視為可以是一個穩定的狀態，而非只是短暫的過渡時期。此階段最明顯的轉變，是個體開始感覺自身與團體的差異，雖然大體上仍遵循團體的規範，卻有著複雜與矛盾的內在狀態。

#### (六) 覺知階段 (Conscientious stage)

此時個體已經能夠將規則內化為自身的判準，根據個人的價值觀決定對錯。他們對他人有責任感，並且會依自己的原則，發展出長期性的目標與理想。初步的自主性開始浮現，但仍需要進一步的整合。

(七) 個別化歷程—從覺知到自主 (Individualistic level: transition from conscientious to autonomous)

此階段個體會感受到強烈的情緒獨立性需求，親密的關係對於他們來說往往是邁向自主的阻力。他們的自我常與外在的角色責任衝突，而有內心矛盾的感覺。

(八) 自主階段 (Autonomous stage)

個體已經能夠處理內在相互衝突的需求，並負擔起責任。他們接受內心自主與外在束縛的矛盾為生活的一部份，不會再受其所擾。在與旁人的關係上，他們尊重他人的自主性，也有彼此相互依賴的渴望。

(九) 整合階段 (Integrated stage)

Loevinger 將這個階段等同於 Maslow 的自我實現的層次。此時，個體不但達到了人與人的相互依賴性，對自我的認同與個別性也有一番新的體認。

值得注意的是，Loevinger 並不認為較高層次的自我發展就是更好的發展，心理疾病患者可能在任何一個階段出現。有時候，高層次發展的個體也會出現適應不良的情況，因為他們不肯犧牲自己的價值與目標去迎合整體社會潮流。不過，能處理並接受內在的衝突，才是高層次自我發展者的特徵。此外，她也不認為個體自我發展與年齡有必然的關聯，每個階段都可能有不同年齡層的個體存在。

整體而言，發展理論的觀點傾向為將個體視為一有機體，而隨著時間趨向更成熟的個體邁進。因此，發展隱含「成長」的意涵。Pascarella (1991) 指出，探討大學生發展的研究有其共通性，即認為隨著人際互動的增加，學生的獨立性與

自主性皆能有所提升；並且是朝向較高的自我定位及統整發展。

此外，發展心理學中所探討的自我偏向「ego」的層面，側重內在整合的心理功能，而非探討一個人如何在社會群體中了解自己的面貌。至於一個人如何界定自我在群體中的定位，則為社會心理學所探討的面向。

### 第三節 大學環境影響模式理論

Pascarella(1991)指出，大學生的發展理論多半對學生的發展結構有相當完整的建立，但是對於怎樣特定的環境可能導致什麼特定的發展，卻幾乎沒有探究。Pascarella(1991)認為，另有一派「大學環境影響模式」(College Impact Models of Student Change)較不重視學生建構內在發展的歷程，而著重在探討使學生改變的因素。

對於環境如何影響個體的發展，學者一般是秉持「互動」的說法。亦即，學校提供學生發展的機會，透過教學品質、教育目標、課程設計、同儕團體等對學生產生影響，然而學生則透過個人的體驗不同，而產生不同的發展結果。

Astin(1993)指出，學生在經歷大學四年之後，身心各方面可能產生改變，但改變卻未必是大學環境所造成的。也可能是個體在成長過程中，自然的發展或社會化現象，即使不上大學也會有這樣的改變。為了瞭解學生純粹因進入大學而產生的改變，他提出了「投入-環境-結果」(input-environment-outcome)的理論，來了解大學教育對學生的影響。方法為首先確定學生從上大學時有哪些「投入」，到畢業時學生的「結果」如何，再分辨其間產生的改變是受到哪些學校經驗的影響。

Astin(1993)認為，大學教育對學生產生影響，最重要是透過學生的「參與」(involvement)。研究發現，大學生許多可欲的改變都只發生在住校學生，或校外

租屋學生的身上，對於住家的學生則沒有影響，即使是學校鄰近的住家也一樣。此外，在校外打工的學生，較容易產生功利主義，從事商業類型的職業方向；而在校內打工的學生，卻相反地對學生加入學生代表、教導同儕、學校滿意度及開放的價值觀各方面皆有正向影響。Astin 認為，這是由於在校內打工者，對學校中的人、事、物都有較密切接觸，而在校外打工者則相反之故。他因此認為，學校對學生的影響，主要是透過學生參與。環境對學生的影響並非單向的，學生也扮演是否受到環境影響的決定性角色。而學校人員所應該努力的，正是提高學生參與校園事務的機會。

Pascarella(1991)認為，Astin 的問題在於，其對環境如何影響學生的「動力」與「原則」有一番通則性的解釋，但是卻尚未形成一套有系統的、詳盡的理論。此外，研究者個人以為，Astin 的直線模式過於簡單，忽視了在一個客觀的環境中，學生所體驗到的主觀經驗可能不同。在同一個環境中學生可能經歷不同的經驗，再與個體產生交互作用而導致相異的發展。Pascarella 指出，學生在進大學之前的目標、心態、先前經驗等，都可能主導著他們進大學後所「選擇」的大學經驗。因此，Pascarella 將學生的先前背景，也一並放入環境的變項中作討論。

Feldman & Newcomb (1994)特別重視在什麼情況下，什麼類型的學生會產生哪些改變。學生在進入大學前的背景、經驗不同，進入學校後也很難期望他們會有相同的改變。很可能學生根據自己的性向、興趣而進入不同的主修領域，選擇適合自己的社團活動，而使原本的差異持續拉大。因此，學生主修領域不同固然會產生一定的影響，卻未必全然是進入大學後才造成的，而是進入大學前就有如此的差異傾向。這樣的看法與 Pascarella 互相呼應，他們同樣認為學生如何受到環境影響，與進入大學前的動機、態度與性向有很大的關係。

對於怎樣的學校環境有利於學生的發展，Chickering(1993)提出七項有利於學生發展的環境假設。Chickering 將之稱為假設，是因為認為它們還需要進一步的探討，但這七項假設皆已有相當程度的研究支持。分別為：

#### 一、明確的目標：

Chickering 認為，學校有明確且清楚的目標或方向，能夠引導校內的政策、活動、課程等都朝此目標發展，並在師生間形成一種共享的價值。此外，清楚的目標也會吸引志同道合的學生進入學校就讀，而在一系列的活動、課程與相似價值的同儕中得到增強。

#### 二、適當的規模：

Chickering 認為學生人數不宜過多，否則將減少每個學生的資源分配、互動關係與參與機會。學校的規模較小，有助於學校發展明確的目標，營造整體的氣氛，並且使學生有較多的參與感與歸屬感。

#### 三、學生與科系間的互動：

這部分包含系上同學、行政人員與教授，尤其指後兩者而言。科系成員若能與學生有密切的互動，盡可能認識每個學生，給予正確的回饋與積極的關注，將能提升學生的能力感、未來目標以及自主性的發展，並大幅增加學生唸研究所的比率。

#### 四、多元的課程：

大學生來自不同的背景與文化，學校必須認識學生的個別差異，並提供彈性的課程以適應差異。並提供不同的思考觀點，培養學生包容開放的心胸。此外，評量方式也要鼓勵學生擁有自己的觀點，而不是標準答案的評量。在此課程不只是正式課程，更包含師生、同儕的互動與各種活動等潛在課程。

#### 五、啓發式教學：

教學方式對啓發學生的智能發展非常重要。良好的教學要能鼓勵學生主動學習，增進學生與科系間的互動，以及同儕的合作學習能力。Chickering 認為，給予學生正確的回饋、較高的期待以及適當的作業能夠提高學生的智能發展。此外，討論式教學比講述式教學更能引發學生的思考能力。

#### 六、鼓勵學生社群的發展：

同儕間的良好互動能提升七個面向的發展。學校應鼓勵各種學生組織的活動，並增加學生合作學習、小組討論的機會。鼓勵學生在團體中探索不同的角色，而非固著於某個角色定位。給予積極的回饋，注意團體應小到不使任何學生有「多餘」的感受，並廣納來自不同背景的學生，刺激學生的多元思考。七、推動學生發展計劃：

學生事務部門應將自己定位為教育者，與院系之間合作，並引用學生發展理論來增加專業性，而且應將「學生事務」更名為「學生發展」。

#### 第四節 影響自我認同發展的因素探討

影響大學生自我認同發展的因素，何英奇（1985）認為主要可分為個人、家庭、學校三方面來探討。在個人方面，國內外學者探討最多的乃是性別差異的影響。國外由於文化背景的特殊性，種族與宗教是影響學生認同發展的重要因素，但在國內很少這方面的研究。因此，研究者在此將影響自我認同發展的因素分為性別，家庭與學校三個面向。

##### 一、性別因素

多數學者都承認，性別差異對個體自我發展有所影響。然而，對於什麼樣性別會有較佳的發展，學者則有不一致的看法。如何英奇（1985）研究指出男性大學生的認同發展優於女性，顏映馨（1999）也發現男性大學生的自我肯定顯著高於女性大學生。然而 Lewis（2003）認為女性在各時期的自我認同發展大體高於男性，黃淑芬（1982）發現女性在職業認同發展上自主定向者稍少於男性，然而男性屬於他主定向及迷失方向者均高於女性，尤其他主定向者最為顯著。女性屬尋求方向者比例最高，黃淑芬認為女性認同之整體發展稍優於男性。

近來，越來越多的研究傾向認為男性與女性的認同朝不同的方向發展，卻只是有「差異」而非「高下」。Miller (1976) 認為「關係」是女性發展自我的中心，女性大部分依靠能建立親和親密的關係來肯定自我。Josselson (1987) 也認為，女性相當重視關係的建立，並且是爲了「關係本身」而發展關係，而非爲了其他目的。顏映馨 (1999) 研究也發現，女性大學生在人際親密上明顯高於男性大學生。

Douvan & Adelson (1966) 指出，青春期的男孩對於未來的職業選擇已經有很清楚的方向，並且是根據現實的志趣或能力做出判斷。有較清楚職業定向的男孩，通常也有較佳的自我發展。然而女孩則不然，女孩可能具有清楚的職業方向，在自我概念上卻呈現低度發展；或是自我發展相當完整者，卻沒有形成明確的職業認同。這顯示出職業定向對於男性的認同發展具有預測性，對女性卻未必如此。

Waterman (1976) 指出對女性而言，職業與宗教的定向遠不及性的觀念對女性的認同發展具有預測性，如對婚前性行爲與墮胎的看法。女性的性別認同最多屬自主定向，其次爲他主定向型，然而男性卻絕大多數屬他主定向，Waterman 認為這與社會價值觀對兩性有不同要求有關。

Kroger (1997) 也認為，性態度及家庭角色對女性的意義遠大於男性，顯示男女在不同的場域中有相異的認同發展。因此測量大學生自我認同發展的量表著重面向不同，可能影響到男女在分數表現上的差異，這或許是學者對於男性與女性認同發展「高下」研究結果不一的原因。

此外，Marcia 依「危機」與「定向」將自我認同劃分爲四種類型，分別爲「自主定向者」，「他主定向者」，「尋求方向者」及「迷失方向者」。過去普遍將同一個類型的自我發展視爲相等的，很少去探討每個認同類型中的差異。然而在後來的研究中，Marcia (1970) 發現他主定向的女性，擁有比他主定向型的男性更少的焦慮，較高的自尊感，在自我認同的分數上相當高。相反的，自主定向型的女性在自尊感的分數上較他主定向型女性低。Marcia 以爲可能原因爲社會對女性有順從傳統角色的期待，他主定向型的女性符合這樣的期待，並且得到較多家

庭支持。而自主定向型女性則因在追求自主的過程中，必須經歷脫離同儕與家庭的掙扎。在 Josselson (1987) 的研究也發現，他主定向型的女性發展比同類型的男性為佳，而尋求方向者的內心卻充滿矛盾、掙扎與焦慮。不過，Josselson 仍然認為他主定向型在自我發展和價值觀上停滯不前，屬於較低的層次。

Perasa, Perasa & Tam (1996) 指出家庭關係對女性自我認同的影響程度大於男性。女性與父母親中一方關係，特別是與母親的關係特別親密者，形成他主定向型的認同機會特別高。Dignan (1965) 發現女性與母親關係特別親近者，自我認同的分數特別高。然而 Marcia (1970) 根據危機經歷與否的判別標準，認為這些女性多半屬於他主定向類型。同樣在 Josselson (1987) 的女性認同發展研究中，也以女性和父母親的關係是否經歷「分離」，作為劃分認同類型的重要判准之一。

由於過去的研究，大多數以男性為兩性的「範本」，因此後來出現許多探討女性群體發展差異的研究，相對專門探討男性發展的研究反顯得較少。Davis (2002) 以訪談研究大學男性的認同發展，發現多數男性在認同發展上缺乏性別的意識，很少思考性別差異的問題，也沒有經歷性別認同的危機。他以為如同 Helms (1992) 發現如同許多白人並未感覺到自己的「種族」，許多男性也沒有經驗到自己的「性別」，這種情況在女性主義不明顯的地方尤其如此。然而若根據 Erikson 及 Marcia 的看法，認同的建立需要先經過危機的化解，則男性是否真正達到性別認同的程度值得思考。

此外，男性也認為溝通和自我表達是非常重要的，可是他們卻不習慣如此。阻礙他們溝通與分享的障礙，主要是他們覺知到這樣的行為違背傳統的「男子氣概」。尤其是對同性表達自我，比對女性表達更不自在。至於主要原因是擔心對方會如何看待自己，以及不想違反了社會認可的男性間的互動型態。

綜合學者的研究，男性的認同朝向對職業、能力的追求，而女性則透過人際親密發展認同。不過，Kroger (1997) 指出男性與女性的認同達成者，在人際關

係上皆較接近「互賴」，而認同迷失者則傾向「依賴」，顯示人際關係型態對兩性的認同發展同樣具有預測性。過去多以職業、政治、宗教幾個領域測量認同的發展，然而近期研究發現這些領域對女性認同發展的預測性，遠不及女性對性別議題如婚前性行為、墮胎的看法。此外，女性與母親的關係對其認同形成特別重要，然而親近的母女關係較容易形成他主定向型的認同發展。

## 二、家庭因素

探討家庭對於子女認同發展的影響，主要是透過父母對子女的教養方式、親子關係，以及家庭社經背景幾個面向。何英奇（1985）認為，家庭社經背景的不同會造成父母對子女教養方式與期待的不同，而間接影響子女的認同發展。

在親子關係方面，Reich & Siegel（2002）研究大學生依附類型與自我認同的關係，發現高度的自我認同和安全型依附呈顯著相關，顯示良好的親子關係與家庭支持有利自我認同的發展。蔡秀玲與吳麗娟（1998）的研究也發現，依附關係及個體化均能預測大學適應，父母依附高、同儕依附高且人我分化高的大學生適應愈佳。但家庭依附卻無法預測同儕依附。可能有些父母過度保護子女，因而無形中阻擋了其同儕交往的空間。因此父母對子女的態度，宜同時給予支持與獨立的空間。

此外，研究指出親子關係對女性的認同形成影響大於男性，特別是親密的母女關係（Perasa, Perasa & Tam, 1996; Dignan, 1965）。然而，女性對於母親的高度認同，也可能因為接受其對自己的期待與觀念，而形成他主定向型認同（Perasa & Perasa & Tam, 1996; Marcia, 1970; Josselson, 1987）。

陳李綢（1983）研究學生自我統整的程度與父母的養育方式有顯著相關。自主定向者的家庭偏向於允許獨立，並給予較多的讚賞及溫暖。他主定向者，父母表現方式以積極和支持為多，但卻少給予表達情緒及自主的機會。而迷失方向者，其父母教養態度則以負向居多，較缺乏讚賞與鼓勵。

何英奇（1985）分析家庭背景與學生自我認同的關係，發現母親教育程度在高中者之認同發展，較母親教育程度在初中者為優。家庭收入在三萬元以上者，認同發展較家庭收入三萬元以下者為優。

Minuchin（1985）認為，傳統探討家庭與個體發展關係的研究，多半將家庭視為一個整體的系統，忽視家庭中複雜而微妙的個別關係。很少有研究討論家庭中個別成員之間的關係對學生認同發展的影響。Minuchin 指出不只是個體和父母間的關係，父母與家中其他兄弟姊妹的關係，以及個體分別與父親或母親的關係，父母對家中不同子女的期待，都可能影響到個體自我形象與自我發展。

綜合學者的研究，親子間的良好關係有助於子女認同的發展，但是父母仍需給予子女獨立自主的空間，否則過度的控制與保護可能有礙其自主性發展，而形成他主定向型的認同。此外，父母給予子女較多的支持與鼓勵有利於認同形成，而以放任或貶抑的態度對子女，則容易造成子女自我認同的迷失。另外，過去傾向將家庭視為一個「整體」，忽視父母間教養方式的差異，也忽視家中其他之間的互動對子女的影響。事實上，家庭中個別成員的關係如夫妻的感情好壞，以及父母對不同子女的態度與期望等，都可能影響子女自我認同的發展。

### 三、學校因素

大體上，探討大學生發展的理論都假設環境對於學生的發展有所影響（Upcraft, 1989; Pascarella & Terenzini, 1991; Chickering, 1993）。否則，若學生的認同不會因學校教育環境而改變，一切的探討便失去意義。至於環境影響學生發展的方式，主要是透過學生的參與，並以「互動」的方式產生交互作用。

就社團活動的參與而言，張春興（1982）探討大學教育環境與青年其自我認同形成的關係，發現參與社團活動者、學業成績較優者及有工作經驗者，其自我認同發展較成熟。大學環境對不同自我認同程度的學生而言，會產生不同的人格

發展影響。井敏珠（1982）研究國內大學生社團參與和人格特質之間的相關，發現積極參與社團活動者人格特質，優於不積極參與社團活動者。

在住宿與否方面，Jordyn & Byrd（2003）研究發現大學生脫離父母親在外居住者，能發展出較佳的解決問題能力，更傾向完成認同建立，而與父母居住者則較多尚處於認同發展的過程中。Astin（1993）的研究也指出，學校環境對學生的影響普遍產生在住校以及學校附近租屋的學生身上，而住家的學生受到環境直接影響的程度則大為減低。Astin 認為，這是由於住宿學生對學校的融入與參與較深之故。

在不同的主修科系方面，何英奇（1985）發現，法、理、工、醫、農等學院的學生認同發展較高，而文學院的學生自我認同發展較差。何英奇推測可能原因與其職業認同有關。Marcia（1970）研究大專女性的認同發展，亦發現在主修難度較高的科系中，學生的認同發展較佳。然而 Marcia 認為，這是因為自我認同發展較佳者，較有能力及信心應付高難度的主修科目，而願意選擇有挑戰性的領域就讀。Astin（1993）的研究調查則發現，工程學院學生對於學校生活各方面的滿意度，均顯著低於其他科系的學生。Feldman 及 Newcomb（1994）認為，學生會因其不同的性向與價值觀的不同而選擇進入符合自己的領域，而進入主修後繼續拉大此差距。

在不同的學校性質方面，何英奇（1985）發現，公私立大學生的自我認同分數表現上沒有差異。張春興、黃淑芬（1982）分析台大與輔大學生的職業認同，發現兩者達自主定向型人數相當，然而台大學生的迷失方向型反較輔大學生多，而輔大學生的尋求方向型則較台大學生多。張春興認為可能原因為台大學生可能考慮出國，因而延後了職業認同的時間。

綜合以上的研究，發現文獻支持社團參與對大學生自我認同的發展有正面影響，而脫離家庭獨立在外生活也有助於認同的形成。在學校性質的差異方面，國內學者並未發現公私立大學之間學生認同的顯著差異。在不同主修科系方面，學

者發現不同的主修領域的學生認同發展有所差異，然而原因未必是科系的訓練影響學生自我認同發展，可能學生在進入主修之前已經有一定的性向差異，或是科系的出路寬窄導致學生職業認同的差異，其中微觀的面向值得思考。

### 第三章 研究方法

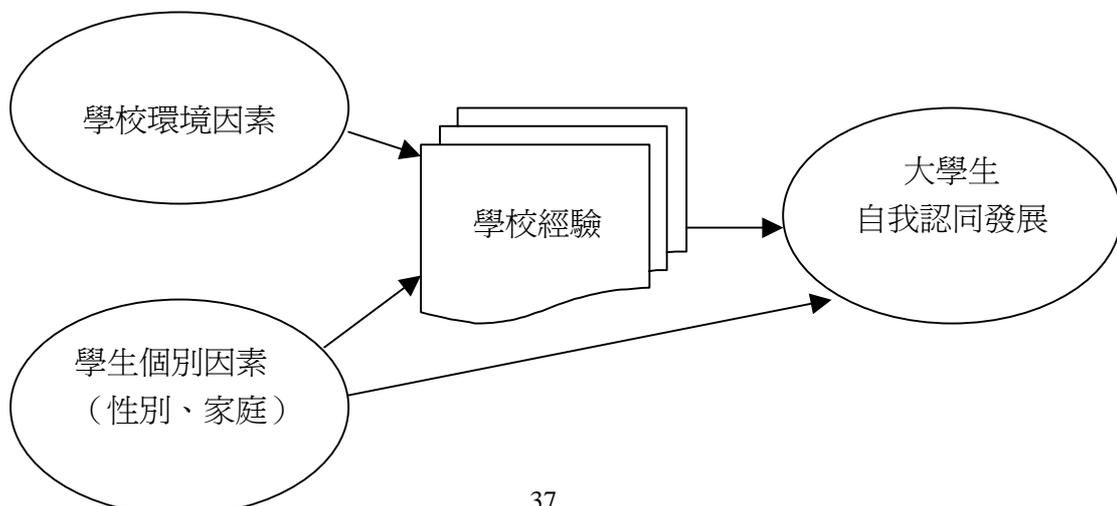
本章分為兩節。第一節研究設計，說明研究的設計理念架構，研究方法選取的考量，研究者所扮演的角色，研究對象選取的考量因素以及研究對象基本資料。第二節研究流程，說明研究進行的每個階段，如何逐步從問題形成至正式研究的進行，乃至於資料分析編碼方式的說明。第三節則處理研究效度的問題。

#### 第一節 研究設計

##### 一、研究架構

本研究的基本設計理念，是以探討大學之學校經驗如何影響大學生自我認同發展為主，並希望了解大學教育環境在其中所扮演的角色。經過初步文獻探討及先前訪談後，發現學校環境是透過主導學生的學校經驗來影響學生的發展。研究者第二個關心的問題，是學生的個別差異是否會影響進入大學後的自我認同發展。在個別差異方面，研究者先設定性別乃需要探討的影響因素。經過先前訪談與文獻探討後，將家庭也列入考量範圍。

以下將研究者的設計理念以研究架構圖來表示：



## 二、研究方法的選取

### (一) 質性研究法

社會科學的研究方法，主要有「質性」與「量化」兩種途徑。在選擇研究方法以前，研究者需要先確定自己對問題的關懷核心，並了解兩種取向的特質所長以後，再選擇最能夠貼近自己研究關懷的研究方法。

研究者選擇質性研究作為研究方法，一方面，理解、詮釋、分析為研究者個人所擅長之研究方式；另一方面，Merriam（2001）指出，質性研究的特色在於以最自然而不扭曲的方式呈現一個現象，並且他引用 Lancy（1993）的比喻指出，量化研究能看到一片混合的樹林，而質性研究則能夠分辨出樹林中不同樹木的細微種類。研究者關懷大學生的自我認同如何發展，而每個個體的發展都有其獨特的脈絡因素存在，因此，使用質性研究似乎更能呈現出學生自我認同發展的全貌。

黃玉教授（2002）認為，我國現存探討大學生發展的理論大多以量化研究建立，大量的樣本取樣可以告訴我們大學生的發展「是什麼」，卻無法微觀的考慮到時間、狀況的差異，很難解釋「為什麼」有這樣的現象發展以及「如何」發展。換言之，量化研究可以描述學生發展的現象，卻無法從數據中顯示轉變中可能的複雜歷程與情境。在研究者經過初步的文獻探討後，也發現國內研究自我認同的取向以量化為主，只有陳秉華（1996）以質性方式處理個案自我統合的轉變歷程，而其焦點在於透過研究者諮商的介入改變個案自我統合的發展狀態，與研究者對於大學生的自我如何透過經驗，與環境及個人因素交互影響發展的關懷方向不同。

Patton（2002）認為，訪談法的目的在於得知受訪者的經驗、想法以及感受。研究者所關懷的問題在於，大學生的自我認同在大學階段有什麼樣子的變化，而這些發展分別是受到哪些學校經驗的影響，最後分析學校環境的差異在學生認同發展中所扮演的角色。由於從訪談的對話中，比較能夠了解一個人的經驗感受，

並且「自我認同」是一種內在的體驗，透過受訪者的經驗回溯可看出自我認同發展的動態轉變歷程，因此決定以質性訪談作為研究方法。

## （二）半結構性訪談

Merriam (2001) 將訪談分為結構性 (structured)，半結構性 (semistructured)，以及開放性 (unstructured) 三類，並將問題由結構性至開放性化為一條光譜表示。愈靠近結構性的一端，問題是事先規劃好的，給受訪者發揮的空間愈小。愈靠近開放性的一端，則彈性愈大，愈沒有預先設想的答案，而像是透過聊天來了解對方的想法。

結構性強的訪談能夠獲得研究者想要知道的明確的訊息，但是卻容易忽略受訪者的個人獨特感受。而開放性的訪談可以使受訪者講出他的獨特體驗，卻不一定能夠獲得研究者想要得到的特定訊息。Merriam 指出，多數的訪談都混合了三種形式的問題。

本研究以半結構性訪談為主，針對研究問題設計訪談大綱，以獲得能夠回應研究問題的相關資訊。不過在訪談過程中，仍舊會以適時開放性問題補充訪談大綱不足的部分。例如：「可不可以再多描述一些」，或者「為什麼」這類的問題。此外，訪談大綱只是訪談進行的參考依據，而研究問題才是訪談的目的。研究者會盡量以聊天的方式帶入訪談問題，並可能順著訪談對象的思路可能更換發問次序。

## 三、研究者的角色

研究者以質性研究作為研究方式，因此研究者自身的反省、溝通、詮釋及分析能力相當重要。研究者與研究者接觸時是否能建立良好的互信互動，影響資訊獲得的多寡及真實性甚鉅。在訪談的過程中，研究者必須以同理、傾聽、關懷的態度面對受訪者，獲得受訪者的信賴，才能得到最豐富且真實的資訊。

另一方面，研究者對於重要的訊息應該有所覺察，主動請受訪者更詳細的補充與解釋。受訪者可能會在被詢問的過程中，想到更多原本未想到的資訊，或是將原本模糊的概念作一番釐清。

研究者本身必須盡量保持中立，不宜因研究的方向而對研究對象的想法作曲解，或者刻意引導研究對象往所欲的方向作陳述。研究者要將自己的預設立場「放入括弧」、存而不論，才能聽到研究對象真正的聲音。然而，研究者在面對訊息時也應該具有相當的敏感度，並且以旁觀者的角度省思受訪者的陳述。此時，研究者本身的視野及省察能力便相當重要。研究者必須以客觀的態度收集資料，而在分析資料時，卻需運用自身的反省與智慧，以便使所獲得的資訊有意義。

#### 四、研究對象的選取

質性研究與量化研究在研究對象的選取方面有很大不同。量化研究的目的是在於推論，不考慮研究對象的差異性，因此必須採取機率抽樣。質性研究為了獲得最豐富的資訊，最好採取目的性抽樣（陳向明，2002；Merriam, 2001；Patton, 2002）。研究者在研究對象的選擇上，主要以下列幾個考量因素：

1. 訪談對象是否坦率真誠，且樂於分享個人經驗。
2. 訪談對象是否具有足夠豐富的大學經驗。
3. 訪談對象最好能夠來自各個學院，男女性別比例差異也不要太大。
4. 訪談對象是大學生，或畢業兩年內的大學畢業生。

研究者最後選擇的訪談對象共有十一位，分別來自國內六所公私立大學。其中男性受訪者六位，女性受訪者五位。而研究者尋找訪談對象的管道有三：一是研究者身邊已具有互信基礎，且研究者知道其個性符合選取條件的朋友。第二，透過網路上公開徵求，說明所需具備條件，結束後支付酬勞。第三，透過朋友所熟識而符合條件的朋友，經過介紹而當事人同意接受後進行訪談。

在十一位受訪對象中，以透過第一條管道尋求的受訪者達六位最多，第二條管道為兩位，第三條管道則為三位。茲將所訪談的十一位受訪者分別給予化名，並將資料整理如下：

受訪者	性別	學校	學院	年級	社團經驗	住宿經驗	訪談次數
伊帆	女	A 大	法學院	畢業一年	有	無	三次
又婷	女	B 大	農學院	大二	無	住校	一次
冠群	男	B 大	管理學院	碩一	無	住校	一次
小宇	男	B 大	農學院	大三	有(高中)	校外租屋	一次
小陳	男	C 大	社科學院	大四	有	住校/校外租屋	一次
秀霞	女	D 大	法學院	畢業一年	有	無	三次
小慧	女	D 大	文學院	碩一	有	大三後住校	一次
志達	男	D 大	工學院	大二	有(高中)	無	一次
佳樺	女	D 大	理學院	碩一	有	住校	一次
小峰	男	E 大	電資學院	大一	有(高中)	住校	一次
阿雄	男	F 大	文學院	大四	有	校外租屋	兩次

## 第二節 研究流程

本研究進行大至可分為四個階段：問題形成階段，文獻探討階段，資料蒐集階段與資料分析階段。

### 一、問題形成階段

在研究題目的形成方面，研究者先根據個人興趣與擅長決定大致方向。由於

研究者本身離開大學環境不遠，而對於學生自我認同的發展又有相當的興趣，故決定以大學生的自我認同為主要關懷。在確定研究方向後，乃大量閱讀相關文獻，以了解學者對此議題的現有發現，以便進一步釐清研究問題。在此階段，並且大量與師長、同儕對話，也進行了前導性訪談來修正研究題目與研究問題，增加研究的可行性。此階段的前導性訪談有兩位受訪者，分別為伊帆與秀霞。研究者本來的題目為「學校環境對大學生自我認同發展的影響」，在前導性訪談碰到瓶頸，而與師長討論後將題目修訂為「學校環境及經驗對大學生自我認同發展的影響」。

## 二、文獻探討階段

在文獻探討的部分，第一階段主要是透過閱讀前人的研究，確定有哪些相關主題已經做過，還有哪些方面可以做進一步探討，以確認研究題目及研究問題。形成研究問題後，還需要廣泛閱讀相關的研究，整理前人對於本議題有哪些看法，以提高對研究問題的敏感度，並在研究結束後與文獻做對話，提出自己的想法。

## 三、資料蒐集階段

在這個階段，研究者開始擬定訪談大綱，著手進行訪談。本研究的訪談分為兩個階段，第一階段為前導性訪談，第二階段為正式訪談。前導性訪談共有三位，分別為秀霞、伊帆與阿雄。研究者透過前導性訪談修正研究問題與訪談大綱，使得研究問題更具可行性。正式訪談共有十一位，其中有六位男性受訪者與五位女性受訪者，來自六所不同的大學。

研究者透過三種管道尋找研究對象，分別為研究者個人身邊的朋友，上網以打工方式尋找訪談對象，以及透過研究者朋友轉介願意幫忙的朋友。

研究者會先確認受訪者願意分享、樂意接受訪談，以電話聯絡訪談時間、地

點。通常的情況下，研究者會請受訪者吃飯，以表達對其願意幫忙的感激之情，除非受訪者本人拒絕這份人情。

在訪談過程中，研究者以錄音筆全程錄音，並告知受訪者錄音僅供研究者整理逐字稿之用途，絕不轉為他用，並且在研究結束後消除該錄音檔。

訪談結束後，研究者會留下受訪者的 E-mail 或 MSN，以便在資料整理的過程中如有疑問可以隨時補正。此外，研究者也會將訪談逐字稿寄給受訪者本人過目確認。

#### 四、資料分析階段

在訪談結束後，研究者將整理錄音資料成爲逐字稿，以利研究者進行分析，避免遺漏重要資料。資料分析又可進一步分爲「主題分析」「與個案分析」兩部份。主題分析是從所有的訪談資料中歸納出重要主題，是橫向的分析。個案分析是以說故事的方式將每個個案的經驗完整呈現，是縱向的分析。

##### （一）個案分析

在個案分析的部份，研究者並未將逐字稿編碼，而是從每個個案的訪談資料中，提出對其自我認同發展有重要影響的因素，以時間的連貫性呈現，並且盡量不遺漏任何受訪者認爲重要的經驗。

##### （二）主題分析

在主題分析部份，研究者根據訪談資料提出重要的研究發現進行主題歸納。歸納方式以主要問題意識爲綱，以此問題意識中的研究發現爲目。本研究在訪談過後，找到六個主要問題意識，分別爲：一、大學生的自我認同的發展方向與途徑。二、學校經驗對大學生自我認同的影響。三、學校環境對大學生自我認同發展的影響。四、科系對大學生自我認同發展的影響。五、性別對大學生自我認同

發展的影響。六、家庭對大學生自我認同發展的影響。

其次，研究者瀏覽所有訪談內容，找到可回應問題意識的研究發現，以小寫的英文字母 a、b、c 編碼在問題意識之下。例如在問題一，大學生的自我認同如何發展當中，有五個發現可以回應此研究問題，則第一個主題歸為 1-a，第二個主題歸為 1-b，第三個主題為 1-c。若是回應問題二，有哪些學校經驗影響學生自我認同發展的發現，則第一項主題為 2-a，第二項主題為 2-b，以此類推，整理成為訪談初步發現的主題編碼。

以下附上一段逐字稿編碼作為舉例說明：

主題三：學校環境對學生認同發展的影響	逐字稿內容	編碼
a: 校園空間大小對學生發展的影響	<p>伊帆：除非你跟班上同學，跟社團同學感情非常好，不然你會有一種感覺，<u>我只是去上課，上完課之後，不知道要去哪裡。沒有地方可以聊天，沒有地方可以坐下來休息，沒有地方可以看夕陽、看星星。至少在 A 大的本部，當你心情不好的時候你可以坐在大階梯，你可以一個人從下課以後坐在那邊看夕陽，看星星。我覺得一個人需要有這樣子的時間去沉澱，可是區部沒有這樣子的環境。</u></p>	伊帆，3-a
	<p>小峰：我們學校是新學校，所以滿要求學生，管學生管得滿嚴的，就是希望能提升學生素質，師資也不錯，對學生的上課情形也非常的要求，會盯的滿緊的。<u>然後學校因為以前是工專改制的，所以就會比較小，感覺不像一般的大學。就沒有那種可以散步的地方啊，或者是騎腳踏車的地方。就是都走路很快就到了，就還滿爛的，說穿了真的還滿爛的。影響就是不想待了，想去報考轉學考，大概就是這樣吧。</u></p>	小峰，3-a

<p>b. 學校活動的豐富性對學生發展的影響</p>	<p>又婷：今年我覺得 B 大有進步囉，你會覺得 B 大好像活了起來。因為我以前假日一走出去，會覺得為什麼都沒有人。我去成大，假日人比平常還多。可是我在 B 大，就覺得為什麼我學校都沒有人的。然後今年學校是舉辦很多活動吧，活動一個接一個，沒有停下來的時候。我會覺得這樣子很好囉。<u>因為你會覺得，我們學校是這樣子一個活潑的學校，我會想要去參加，看他們到底有哪些活動。這樣子可以讓你去接觸到更多不同的東西吧。學校好跟不好是真的會影響到學生的發展。他辦的活動多，參加的人至少會從少變到多。因為如果你不辦活動的話，人永遠都是這樣子。</u></p>	<p>又婷，3-b</p>
<p>c. 學校所在位置對學生發展的影響</p>	<p>伊帆：可是我覺得如果可以的話，寧可捨棄地利之便，搬到比較寬廣，像中正那樣子的學校，找不到名師也沒關係。<u>為什麼你知道 A 大在那邊叫做佔地利之便，因為所有的行政機關，像財政部，外交部，法院，所有的法院都集中在博愛特區，找老師非常的方便。</u></p> <p>小陳：（對學校）<u>滿意的地方就是他離台北市中心不遠啊，吸收資訊比較方便。</u></p>	<p>伊帆，3-c 小陳，3-c</p>
<p>d. 選課的開放程度對學生發展的影響</p>	<p>小慧：而且因為 D 大是所有的科系都很健全的，文、理、法、農、工、醫，就所有科系都非常健全，<u>他的選課非常自由，就變成你有非常多的機會跟各種科系的人相處、對話、交流，我覺得那對我非常重要。因為我這樣才知道說，我這樣的科系，或我這樣的人是處於什麼位置，那這個位置有什麼優點，然後他是不是真的是我要的。</u></p> <p>秀霞：假如我待過 D 大這個環境，然後我如果到一個比較封閉的環境，可能會去批判啊，<u>因為會覺得說，學風自由、對學生沒有限制，學生是比較能發揮他的才能。選課方面也是很自由，你可能只是唸甲科系，可是對其他科系如果有興趣的話，你也可以去接觸。這是我覺得學校環境對我的一些影響。</u></p>	<p>小慧，3-d 秀霞，3-d</p>

### 第三節 研究的有效性

質性研究不同於量化研究，無法亦無須具備研究的信度。因為每一個個案的

經驗都是個別的、特殊的，沒有所謂一致性可言（陳向明，2002）。然而研究的效度仍然是一個考驗：研究者的研究問題是否恰當？訪談內容是否足以回答研究問題？研究對象的回答是否具有真實性？研究者是否能夠針對訪談內容整理出適切的結論？這些，都是足以影響一個研究是否具有效度的因素。

研究者增加研究效度的途徑如下：

1. 慎選受訪者，挑選符合真誠、開放、樂於分享之條件的受訪者進行訪談。
2. 努力閱讀相關文獻，提高對研究問題的了解並釐清方向。
3. 積極與大學生及具有大學經驗的學生展開對話，廣納相關意見以拓展視野的深度與廣度。
4. 與師長、同學多做討論，並請求提供意見，讓旁觀者指出自己所看不到的盲點。

訪談進行中，研究者必須以同理真誠的態度對待訪談對象，使其願意分享自身經驗與內心感受。Patton（2002）指出，研究者與研究對象的關係是「我-你」（I-Thou）關係，而不是「我-它」（I-it）關係。研究者不能把訪談對象視為研究的工具，必須充分尊重受訪者，並且關心他們所經歷的事情。

此外，研究者要以不抱持成見的態度傾聽受訪者的經驗，但仍需了解受訪者是基於什麼樣的特質與背景而講出這樣的話，察覺研究對象所透露出的「弦外之音」，反省他們所說的經驗是否真實，或者有所保留甚至美化自我。研究者並非全盤接受受訪者的論述。

## 第四章 個案分析

由於「自我認同」是偏向內在的、個人的感受，如果僅僅討論其普遍性的因素，將遺漏許多個人內在認同發展的轉變歷程。因此在本研究中，將同時運用「縱向」與「橫向」分析，一方面以縱向分析處理個體獨特的自我發展動態歷程，是為本章進行的「個案分析」。另一方面，也橫向歸納了解受訪者普遍的自我發展經驗及因素，即下三章的主題分析。在本章的個案分析中，選取六位自我經驗感受較豐富細膩的個案，分別是小慧、伊帆、又婷、佳樺、志達及秀霞。

### 第一節 小慧的故事

小慧是一個外型聰慧、秀氣，看起來很「女生」的女孩。第一眼看到她，感覺並不是很容易親近。然而深入接觸以後，才發現她的個性相當爽朗、大方、有趣。而當身為球隊隊長的她，露出手臂上的肌肉時，更打破我一開始對她的「迷思」。

當我提到想邀請她做訪談時，研究所生活相當繁忙的她非但沒有露出絲毫為難之色，反而相當欣喜的告訴我，她很高興我邀請她做我的訪談對象，讓她有被訪問、成為大人物的感覺。

在訪談的過程中，小慧滔滔不絕的說著自己的成長、求學歷程以及交友經驗，在這長達兩個小時的訪談中，使我增加了更多對她的瞭解，雖然謄稿的過程相當累人，卻也深深感激她如此坦白的「傾囊相告」。

以下的資料分析，基本上取其成長過程及大學經驗中，與自我認同發展最核心的部份為主題，按照時間順序做排列分析。

## 一、自我想像的模範生

小慧指出，她小學的時候是一個很「愛ㄍㄟ、」的人。總是在換了新班級、學期剛開始的時候，表現出非常模範的樣子，並且總是當選第一個學期的班長、模範生。

我覺得我小時候是一個很愛假的人。就是我小學一年級跟小學三年級的時，就是剛分班，我希望給老師一個很好的印象，然後我就是裝作表現很好，也不是裝作，就是盡量表現很好，我表現出來的都是很模範，言行舉止都非常模範。然後我就會告訴自己說，我一定要做的非常好，因為我是一個乖孩子，我是一個好學生。所以我都當選第一個學期的模範生跟班長。可是之後就不行了，因為我本來生性就不是一個非常守紀律的人。

我那時候就覺得，我應該要是一個好孩子，所以跟包括跟老師的應對，所有事情的處理上面，我都顯得非常的成熟穩重，然後非常的有紀律，非常有道德感，非常的有公德心。

但是大約，因為我們是四個學期才會換班，然後就是第一個學期我是這樣，但後三個學期都不是這樣。因為我就開始覺得很懶、很累，就我沒有辦法時時刻刻都覺得我是一個好學生。所以我就開始缺交作業，騙老師，不守規矩，然後刻意忽略那種班級秩序，種種事情都開始發生。因為我骨子裡就不是一個很守紀律的人。然後老師就會覺得說，這學生真的很頭大耶，因為跟他一開始的印象都完全不一樣了。

很明顯的，小時候的小慧對自己的認知是個很模範乖孩子，而她當時還不清楚自己真正的個性，因此她所「想像」自己的乖孩子樣貌，最後還是不免露出原型。因此到了五六年級，她終於決定不再做好學生了，因為那根本不是自己的本性。

## 二、被老師討厭而喪失自信

小學五六年級的時候，小慧班上的導師很討厭她，認為她狂妄自大，常常在

人前當面數落她、諷刺她，讓她在全班面前丟臉，而對自己失去信心。當時小小年紀的她，被老師討厭就認為一定是自己不好，才會得到別人這樣的待遇。

後來要升五六年級的時候換一個導師，然後那個導師一開始就破壞掉我的信心。因為有一次他好像說，我們有一個壁報比賽，那我們班的壁報比賽就由你負責。後來過不久兩三天以後他又跟我說，我們有一個書法比賽，那這個比賽我也打算派你參加之類的。然後那時候我好像跟他說，老師因為我要負責比如說壁報啊，然後我好像還要負責什麼之類的，那我就跟老師說我會怕我時間不夠，我會怕我應付不來。然後結果老師就非常凶。就用一個非常睨視的口氣跟我說，不要就不要，你不要以為自己多行，這樣。然後我就很受挫。因為一個小孩子聽到反話的時候他會非常不安，比聽到被罵的話還嚴重。就如果你直接說，你這樣不好啊。但那老師說，你不要以為自己有多行啊，就那有一點反諷的意味時，我後來就對自己很沒有信心。

### 三、受到老師的重視而肯定自己

小學五六年級，小慧因為被老師討厭而對自己喪失信心。然而到了國中，情況卻跟過去完全相反。小慧的國中老師很看重她，對她有很高的期待，相信她的能力，也因此使她相信自己應該是個不錯的人，對自己的看法改觀。

我國中老師很看中我，他把很多事情都交給我做。我覺得我做的不好的時候，他就會跟我說，我覺得你可以做得更好啊。他雖然有時候對我很兇，可是他讓我覺得，我應該可以做得更好，我應該是個更有能力的人，他讓我相信我自己，他把很多重責大任都交給我做。然後我第一次考試，好像是考第五名吧。對我來說已經不錯了啦，因為我小學成績沒有說很好。可是他就說，你的資質根本就不只這樣子，你應該要把自己設定在很前面的地方，就他很肯定我，讓我覺得我應該要更肯定我自己。

小慧的自我認同的形成，受到老師的影響相當大。老師用鼓勵、期待、重視的方式，肯定她的能力，才讓她相信自己應該是可以更好的，提升自我期許與自信心。

#### 四、朋友背叛的經驗影響對人的信任感

國中的時候，小慧經歷了許多深刻難忘的體驗。她認為自己即使到現在回憶起國中的事情，所有的人、事、物都還栩栩如生的呈現在眼前。而其中影響自己最深的，除了看重她的老師，還包括背叛她的朋友，使自己很長一段時間難以信任別人。

我國中的時候碰到一個同學，我一開始的時候跟她非常的要好，可是後來我發現她常對我言不由衷，然後違背我們兩個人之間的約定，或是在別人面前講一些對我不利的話，然後我們之間就牽扯一些非常複雜，包括男生啦，女生啦，就是一些複雜的人際關係。導致我有很長一段時間都對朋友都不信任，就完全沒有辦法信任。

後來的小慧，對朋友仍然能夠信任，但是遇到新環境中還未成為朋友的人，她還是會有防心。她說每到一個新環境，她就會變的非常自閉。雖然自己努力的想表現出友善的樣子，但是朋友們事後回憶起剛認識她的情景，都有志一同的說當時她看來很不好親近，有點孤芳自賞的樣子。小慧現在回想起來，原因應該就要追溯到國中時的經驗。

我就說真的嗎，我明明就要求自己 Smile，就我給自己下的指令是你一定要抓住這個朋友，但是其實我表現出來的就是，我不想跟你講話。然後，我後來所有的朋友回憶剛認識我的第一個學期，就是冷漠、高傲、孤芳自賞、臉很臭、不想跟別人講話，感覺就是憤世嫉俗，不想跟俗人交往。但是其實我心裡總是想說，糟糕，我這樣下去怎麼可以，我一定要想辦法跟別人講話，拜託你們來跟我講話，我一定會非常友善的。

我覺得好像可以回到我國中的時候，對於人性破壞那種基本的信賴感有關吧。因為我被那朋友背叛過非常多次，而且我是一開始很信任很信任她，把她當作我的摯友。我不知道有沒有關係耶，就是我後來在不太認識那個人的時候，我都會把他設定不太友善，而且不太喜歡我，然後他也不大能信任。

## 五、被朋友討厭而懷疑自我

國中時另一個難忘的挫折，是一個自己原本很要好的朋友，後來卻無緣無故的討厭自己。這樣沒來由的被討厭讓小慧產生了一種恐慌與懷疑，她認為自己是不是個很討人厭的人，身邊的朋友其實都很討厭自己，只是他們不好意思說。這樣的恐慌，一直到現在還會在某些情境中浮現出來。

我一二年級的時候，跟他是很要好的異性朋友。到國三的時候，他跟那女生（背叛小慧的朋友）成為男女朋友。我有一天就突然發現他不理我，而且他的那種不理會也太誇張的不理會。就我有一天要叫他，「某某某」，叫到幾乎全班都聽到他才理我，而且他就是頭都不轉的說幹麻，他就是完全都不想理我。然後我很明顯得感覺到，就開始託朋友去問說，為什麼不理我啊，因為我們之前是很好的朋友這樣。然後後來他就透過那女生，就透過他女朋友傳話給我說，不知道為什麼，但就是沒來由的就開始討厭你，就沒有特別原因，但他現在就是不想理我，不想跟我說話。這件事情真的對我影響超大。大到一直到現在都還有影響。因為，一個你本來是朋友，然後你很信任他的人，而且你很喜歡這朋友你跟他相處也很好的人，有一天他突然不理你，而且他告訴你，他不知道為什麼他就是突然討厭你，沒有任何原因。

不久我就開始告訴自己說，其實我看到的每一個人他們都討厭我，只是他們一直不好意思說，其實我是一個非常討厭人的人。我非常惹人厭，但是他們都不好意思跟我講，但其實私底下他們都已經把我說的很難聽。然後，我就會開始問朋友說，我是不是很討人厭，你其實很討厭我對不對。對，然後那時候當然有些朋友就會跟我說，你真的想太多了。但我那時候就是沒有辦法去克制自己有那種想法。

## 六、在大學中，沒有「同班同學」的字眼

小慧大一升大二時由社工轉入歷史系。她說，由於轉系使自己跟班上交流不是很好。她只是去上課，下了課她就走人。她不會去參加班遊、班聚，在她的大學生活中，也沒有所謂「同班同學」這個字眼。

研究者：那就講到大學好了，你在高中上大學的時候，你覺得大學環境和過

去有怎麼樣的不一樣，然後這不一樣對你有什麼影響。

小慧：我先講一個我自己非常意識到的。就是因為我剛上大學就想要轉系，而且我後來也真的轉成了，所以跟班上交流不是很好，所以我大學四年都沒有同班同學這個字眼。就是我不是很積極參與班上活動，我修課完就走，我不會去班遊班聚，我不會去參加什麼什麼之夜，就是班上活動對我來說是零。

除了轉系的因素外，小慧與班上不熟的因素也來自於大學的人際型態流動性很高，看到的人群很不固定。對小慧而言，能夠看到固定的一群人培養信任感是她「生活的基礎」。

然後我會覺得，因為以前高中同學就是每天生活在一起，你可以比較快的建立一種信任感，然後對我來說那種信任感非常重要，他是我生活的基礎。因為我就是一開始對人必須要有時間去克服我的疏離感，但是大學完全沒有提供我那種東西，所以讓我感到非常無所適從。

因此在大學直到進了球隊，在球隊中比較不能自由來去、看到的人比較固定，她才建立了這種安全感。

研究者：你覺得大學時候那樣人際交往的型態對你比較不利？

小慧：對。然後我一直很希望，有一個團體是，就算你們是有點被迫相處，可是你們會不停不停的相聚，這樣對我才比較有安全感。我真的第一次比較建立安全感，是後來到球隊。因為在球隊你不可以自由來去，你不可以今天愛來才來，不來就不來。然後我在球隊是一年多才比較適應那個狀況，才會比較生活得像自己。

## 七、大學階段的轉變----自主性發展

### (一) 被認可有自己的想法

問到小慧上大學後最明顯的改變，小慧說，她到大學後開始被認可有自己的想法，而她也認為這是重要的。因此，她開始重視自己的想法、自己的特色，也開始與父母要求這些東西。

小慧：我覺得我從大學開始，比較被別人認可說，你可以有自己的想法，或是你可以決定自己的事情。因為高中的時候，大部分的時候人家還是覺得說，你現在專心考試好不好。然後到那種時候我就會開始很認真的開始看待我的每件事情。有時候甚至會希望，有件事情是我的個人的特色，我就不想改變他，然後我就會抓住他。比如說我大一的時候看起來很像一個小男生，我就會穿著短褲，穿著脫鞋在那邊到處跑。然後大家都會覺得，這是一個非常奇特的狀況。可是我會覺得我這樣非常自在，我這樣非常像我自己，所以我就不想改變他。

研究者：你覺得這跟大學環境有關？

小慧：有關。因為大學一開始就是，我記得我大一上學期除了必修的那幾門課以外啊，我還有修幾門通適的課，跟不同年級和科系的人相處。然後他們都讓我覺得，反正大家都是會各說各話啊，沒有一個絕對的標準。而且他們讓我覺得，你有自己的想法，你有自己的立場，這才是對的。這讓我覺得，很有信心去做這件事情。我就開始覺得，我可以有自己的想法，而且這個想法是應該要被尊重的，然後我就開始跟家裡要求很多東西。

## （二）家人的不諒解

小慧在國、高中以前，並沒有經歷過所謂的「叛逆期」，基本上都照著社會價值所認可的路線行走。然而到了大學的時候，小慧的自主性開始明顯提升。她感覺到自己的自主權應該是要被重視的，也向父母要求這種權利，卻得不到父母親的認可，因此引發了與家人間的緊張感。

因為我國高中時期都沒有很明顯的叛逆，我個性本來就是很溫和的人。（研究者：逆來順受？）也不是，我當然會發脾氣，就是脾氣差，可是我不會有非常強烈的叛逆行為。譬如父母說功課要好，好我就盡量把功課弄好。然後老師說功課要做，我就好我盡量做。你們說考試很重要，我也覺得好考試最重要。就我基本價值觀是不違逆的，沒有什麼好讓人家擔心的。但是到了大學我就變得非常非常有自主力，而且我非常想獨立，我覺得自己的事情都要自己決定，然後我爸媽非常不能適應。

然後我寒假要出去，我爸媽就會問說你幾點回來。我說五六點，我爸媽就會說，五六點太晚了，你出去這麼久幹嘛。而且是全家，我們家有五個人，全家我爸我媽我姐我妹都一致抨擊我要出去這件事情。然後我爸媽就會問，你有什麼重要事情要出去，這不夠重要，待在家不准出門。

小慧在大學時開始想要自主，而她的家庭卻又是特別緊密，父母之於子女的地位比較權威的家庭。因此讓小慧感到在家中極度的沒有隱私，被控制，甚至有被軟禁的感覺。

我們家是父母叫你就馬上回的，這才是最正確的態度。不是最好是最正確，因為其他都不正確。所以你就馬上停下你所有思緒，你手邊所有的工作，跑過去說幹嘛。小慧我那襪子放在哪，或者是小慧吃水果。對對對，你還不能說不想吃。或者說小慧去洗碗，我說等一下，不能等。就是你沒有自己獨立的空間，差很多。做任何事情都沒有辦法得到隱私，沒有隱私。我跟我妹同一個房間，我們又都不關門。然後我們家的電腦就是一台而已，所以你在那邊用電腦的時候大家都會走過來看你一下。你在講電話也沒有自己的空間，就在大家面前講電話。

### （三）離家住宿，從束縛到解放

小慧當時在家中感到極度的不安，在升上大三以後，她便要求離家住校。她認為，住宿對她來說是個極大的轉折。她感到非常的自由，可以安排自己的時間、有自己的空間。此外，小慧與家中的關係也因為緊張感解除而逐漸好轉。對小慧而言，大三住宿是一個很好的影響與轉折。

所以住宿之後我沒有門禁之後，你不用想說早上起來應該先刷牙洗臉，你想先看書也可以，你今天不想吃早餐，吃不下你就不要吃。就真的所有事情都在你的掌控之中的時候，我覺得一來就是所有事情都要自己負責，再來就是所有事情都要自己安排的時候，會思考事情思考的更深入。

## 八、歷史系的影響----思想上的包容與開闊

提到科系對自己的影響，小慧認為，歷史系對自己的思考方式影響很大。她從歷史系的訓練中，開始懂得從因果脈絡中去看待一件事情。當某個人出現了不合理的行為，她會去思考是什麼因素、什麼背景造成他今天的樣子。在這樣的思

考方式下，小慧看待人、看待事情都變得更寬容，她很喜歡歷史的這種思維。

研究者：那科系對妳有什麼影響？不論是他的 Title 也好，或是科系受到的訓練也好。

小慧：很大的影響。我覺得我現在思考方式，很大部分是來自我對念歷史之後的訓練。就是我看事情變得比較有一種歷史的思維。就比如說妳會把他的背景，把他的前因後果，他的種種因素合起來考量一件事情的價值，跟他的發生原因，不會直接去指責。我覺得念歷史一開始對我非常大的吸引力，就是當你在解釋一個歷史事件的時候，你是告訴我說因為這個人他的父親怎麼樣對待他，而且這個時代是怎麼樣，然後他基本上是怎麼樣去認知他的世界，所以他會做出這個決定，所以他會呈現出別人沒有辦法接受的面向。然後我就覺得，這個人一定程度上被寬容。或是說，一件事情沒有他絕對的善跟惡，他都會有他的因素。所以我就覺得那種感受很好，我會覺得這樣子去看事情，或是評判事情，比較忠厚一點。這是歷史一直很吸引我的地方。所以後來我在思考不管是我生活上的事情，或者我人生的任何事情也好，我覺得我會有一種比較寬容的態度去思考我自己或是別人的事情。因為我覺得，每個人都不一樣，每個時代都不一樣，他們都有他獨特的狀況跟價值。所以這樣讓我看待每件事情，跟別人相處的時候，態度比較開闊吧。

## 九、擔任社長的心路歷程

大二的時候，小慧擔任球隊社長。在社長的生涯中，她必須學習處理事情、下正確的判斷、安排適當的人選做適當的事情，等等這些對她而言都是考驗。

然後，而且你是一社之長啊，你要在每一件事情之間求得平衡。比如說做這件事情的經費夠不夠，然後他可以得到的利益有哪些。包括向心力啊，包括社團的形象，包括你對社員的承諾等等。然後你去思考這件事情的宗旨，你是要提供一個很好的服務品質，還是你要維持一個桌球運動很高的價值，還是你要推廣運動，還是你要讓社團更有向心力。就是在這幾個不同的考量之下，你做出來的決策會不同。可是你要想最重要的那個東西是什麼。

小慧還有很特殊的一段心路歷程，是她對這個帶給自己壓力、忙碌的職位產生的疑問。我這麼付出到底是為了什麼？只是為了責任嗎？最後，她終於找到了答案。

甚至在我做得很累的時候，我會想在這麼流動性這麼高的社團裡，他對我的意義是什麼，為什麼我要在這裡為他賣命，犧牲掉我其他時間這樣。是人嗎？可是人來來去去啊，那是什麼東西讓我有理由一直留在這邊？（研究者：好像如果最悲哀的就是因為我的責任。）對。可是我後來，我在當社長的時候，你可能自己要做非常多的事情，然後其他人可能就說我今天有事情，然後我就不幫忙了這樣。那時候我就開始一直在想說，我到底為什麼要為這裡賣命啊，我就一直在想這件事。後來我就得到一個結論，我就是靠這結論去活我下半輩子，不是，去活我後來的社長生涯。因為我想說，我大一的時候很落寞很孤單，然後我唯一開心的時候就是去社團打球。我就想說，如果我大一的時候在這裡得到一種類似家庭式的溫暖，那我現在也要同樣的把快樂帶給來這邊的陌生人。我發現就是這樣一個簡單的信念，就是這個信念才能成立讓我把社團帶完。

## 十、研究所的挫折

大學的時候，小慧曾經認為自己對歷史的態度、對自己的生活方式已經思考的非常清楚。然而進入研究所以後，她卻發現研究所的歷史訓練方式跟大學時代有很大的不同，而她並不適應研究所的方式。

我沒有辦法把我的問題想得很清楚，然後一開始我就非常沮喪。我有一次在課堂上講我的學期報告的大綱，我發現我講出來的東西，是一個非常龐大抽象的東西，但是所有同學都講得非常的落實跟適中，我就覺得非常的難過。

小慧認為大學時代演講的課比較多，而研究所多半都是討論、報告的方式。她認為在大學時代課堂上她能有比較多的收穫，她可以很清楚的獲得老師的思想體系，而在研究所中卻沒有辦法。

可是上研究所之後，演講的課變得很少，然後我很不能適應。因為我很習慣從演講的課當中去思考問題。就老師講然後我當然也不是照單全收，我就會去想，我真的也是這麼想嗎，然後我覺得這樣的思考方式比較批判，那批判有什麼好處有什麼壞處。但是現在研究所的課是比較討論報告型的，或者是綜合座談型的。我發現我沒有辦法去從中獲得東西，我覺得我獲得的東西很

貧乏。

## 十一、常常忽略自己的性別，而使他人看自己「很性別」

小慧雖然外表秀氣，但個性在許多方面相當大而化之，與她女性化的外表相當不符。舉例來說，在某次聚餐的場合中，她毫不猶豫的將自己面前的雞排「大解八塊」，而立即受到身旁老師的糾正，說這樣吃東西太粗魯。因此在進行訪談時，她看著我請她吃的雞排很感慨的說，自從老師跟她說了那句話，她就覺得自己不太會吃雞排了。

問到性別對自己發展的影響，小慧說，她因為不喜歡考慮性別差異，很多事情不會去區分男生或女生，而使別人看自己變得「很性別」。就會覺得很訝異，她怎麼這麼忽略掉這些東西。

我覺得我的性別觀念不是很明確，我不會時時刻刻意識到這件事情。我在跟一群人相處的時候，我不會很明顯的去意識到她是男的還是女的，我只會意識到他跟我熟不熟，這個人我喜不喜歡。包括我自己也是，我不會常意識到自己是男的還是女的，這件事男的做怎麼樣女的做怎麼樣。性別的界線在我心裡一直不是很重要的事情。我覺得也因此，他讓我的行為跟我身邊的人對我的看法，變得很性別。因為我不在意，所以他們可能會覺得我（研究者：一直突破那個界線？）對。因為我沒有注意到那是一個界線。就大家都會覺得很不同或很奇怪，就是覺得你怎麼會這麼忽略掉這一項。

小慧：可是可能因為我沒有很明顯的性別意識在，所以當別人區分男生女生的時候，我就會開始覺得不開心，然後人家就會說我是女性主義。其實我不是很喜歡女性主義這個詞，我根本就不覺得女生男生有這麼重要。

研究者：所以你的不開心是因為別人區分女生男生？

小慧：對。

研究者：就是覺得人就是人，該怎麼樣就怎麼樣？

小慧：對。就是像你喜歡蘋果我喜歡橘子一樣，你是女的我是男的。但是喜歡蘋果跟喜歡橘子真的有那麼重要嗎？就是當然很多事情上面必須區分。譬如說，女生就不能袒胸露背。我也不會說，女生為什麼就不能袒胸露背，我就是要，我也不會誇張到那個程度。但在很多事情上，我覺得男生女生根本就不那麼重要。不管你是把女生當作優先還是歧視，我都會覺得很不舒服，

因為我覺得那不是一個重點。

不過，小慧雖然常常忘記自己是女生，她還是很喜歡自己的性別角色。雖然當女生有許多不便與社會奇怪的束縛，而且性別在很多時候不那麼重要。但很重要的一點是女生是媽媽，她覺得這是很重要的人生體驗，她一定要當媽媽。

我覺得女生只有一個不好，就是有被侵犯的危險。因為我很喜歡一個人到處亂跑，可是女生就會有危險。我覺得這就是女生唯一先天的弱勢，可是其他都沒有。而且我很認真的想過我下輩子要當女生還是男生。因為當女生有很多不便，上廁所要上很久，到處都有危險，會受到很多拘束，社會上很多奇怪的拘束。但是我還是決定要當女生。有一個非常唯一的理由就是，女生是媽媽。女生跟男生的人生經歷如果你要求，可以完全類似，但是男生絕對沒有辦法經歷生產，但我覺得那絕對是人生中很重要的感受跟學習，所以我一定要有小孩，而且我要自己帶他。

總結來說，小慧在自我認同的形成上，受到師長看待自己方式的影響非常大。國小時代被老師否定的經驗，使她對自己很沒有信心，而國中時代的老師對她的看重，使她開始相信自己的能力，並且不斷的向上提升。

在人際交往上，小慧的個性需要與一群固定的人長期相處，才能培養對人的信任與親密感，因此在大學開放式的人際交往型態中，她經過了一段比過去更長、更艱辛的適應期，直到加入校隊和一群固定的人相處，才解決了這個問題。

小慧在人際方面的難題，無疑乃大學開放的人際型態所造成。不過，除了在人際方面需要更多的時間來適應，小慧還是很喜歡大學的自由空間。在大學時代，她的自主性開始覺醒，認為自己安排自己的時間、自己做自己的決定乃是天經地義，不應該要受到干涉。也因此引發了她與家人一度的緊張關係，直到她大三搬進宿舍才化解了與家人間的僵局，而她的自主性也變得更強了。

小慧在大二轉入歷史系，歷史系的訓練方式對她的思考影響是非常深遠的。她開始從脈絡中思考事情，對每個人的行為背後的因素有了更多理解，因而看人、看事都變得更加寬容。大學時代，有幾位對小慧的思想觀念啟發很深的老師，

她認為自己在大學的課堂中有很豐富的收穫。不過，現在身為研究生的她感到自己碰到了一個瓶頸，對於研究所報告、討論的上課方式，對於以精確的問題做歷史研究的方式，她都感到不能夠適應。她感覺自己在大學的課堂中，獲得比較豐富的知識和想法。

在 Chickering (1993) 的論述中，曾提出討論課優於講述課，討論比講述更能夠刺激學生的主動思考。而在其他的受訪者當中，也有支持 Chickering 論述的看法。然而，小慧如此強烈的感受到截然相反的感受，是否因為每個人有不同的認知方式的差異，抑或是講述與討論應該兼而有之，不可偏廢之故？或許有待進一步研究。

## 第二節 伊帆的故事

伊帆是研究者高中時代很要好的朋友，在大學之後曾經一度失去聯絡，而大三之後才又在很偶然的機緣中接上了線。伊帆是一位很有主見，相當有正義感，是非界限比較分明的女孩。在群體當中，給人的印象是獨來獨往，不大善於與人相處的。然而，伊帆對於身邊的人可是相當付出，打從研究者自研一對這個主題產生興趣開始，伊帆就不厭其煩地提供我許多寶貴的資訊，並且熱心地為我尋找訪談對象，真可謂是惠我良多。

### 一、無法融入群體當中，而產生自我衝突感

也許是因為過於強烈的正義感，使伊帆在國、高中時代都無法與班上同學處得很融洽，因為有太多看不過去的事情，而她也不願虛偽的和人應對。因而在國、高中階段，都過得比較辛苦。

研究者：你會不會有自我矛盾與不一致的感受？

伊帆：會，當然會，而且很強烈。因為我覺得自己跟別人不一樣。而且，人家會覺得我比較有神秘感啊。所以，表現在外面人家看我的話，他們就會覺得我很冷，很難相處，可是可能跟我比較不善於跟人家相處，不善於交際有關係。那不代表我對她們有敵意，我不喜歡她們。也不代表我就是屬於那種比較負面的特質。只是說自己可能不願意跟人家互動太頻繁，就是覺得君子之交淡如水這樣。都是會這樣。一開始真的會非常非常在意，因為女生真的是會很在意團體，可是後來就習慣了。……自我不一致從以前開始都是這樣。國中的時候最嚴重，高中的時候更嚴重，大學的時候自己有發現這個問題，有改變很多。

## 二、大學階段的轉變----走出封閉的自我框架

### (一) 社團同學的主動與友善，引導自己與人互動

大學時代，伊帆有了很大的轉變。從大一開始接觸社團，她發現社團中的人都相當的主動、熱情，在他人先伸出友善的雙手的同時，伊帆也發現了自己過去的問題，走出了封閉的自我，開始願意與人群互動。

其實因為大的一的時候接觸了社團，認識一些朋友，然後才慢慢走出來。之前其實過的滿痛苦的啦。就是當你在接觸社團的時候，你跟他們很好，那以前的一些印象就會慢慢浮現出來，你就會跟以前對照，就會慢慢發現自己以前其實很封閉，不願意跟人家交談。

還有為什麼會在大學開始改變，我覺得這是一個機緣，剛好去課外活動組，一進去發現裡面的人都還滿熱情的。如果有人先對我伸出友善的手，那我也不會冷漠以對啦。而且，主要是我自己也想改變，那我也覺得他們好熱情，很愉快在過生活，自己慢慢就會想跟他們在一起。

### (二) 大學環境的自由，使自己解除反抗心態

除了社團同學的影響因素外，伊帆說，高中時代學校很不自由，給學生很多的限制，讓她非常不滿。當她對環境不滿的時候，看週遭的同學、老師也不順眼。而大學的環境比較自由，這對她而言很重要。

高中的時候我覺得，看到人我都覺得他們是笨蛋。大學的時候，我就會比較用快樂的心來面對。當你討厭一個環境的時候，你自然會有一些不滿或怨懟。例如說，你會對班上同學不親近，你會對老師很討厭，你會對這個學校不認同。可是如果你真的喜歡這個學校，可能有一些體制很差，他的環境不夠好，可是你出去的時候還是會告訴人家你是 X 大的。至少那是一種感覺，你在那邊學習，即使這個學校有一些不如意的地方，可是你過的很充實，那給你的感覺完全會差很多。坦白說，A 大以前也很嚴格，十年以前還有內點跟外點，可是後來學生起來抗議才廢除。不過 A 大還是一個比較保守的學校，但他至少讓學生比較自由了。我覺得這樣其實就夠了啦。

伊帆對於國、高中時代不自由的學校教育相當不認同。她認為學校管得越嚴，自己就越不想唸書。學校愈規定不可以遲到，自己就愈容易遲到。在大學，她有權利決定自己的時間，反而願意為自己唸書，做對自己好的事情。

高中的時候，我每天都不想去上學，每天都假裝生病，從床上爬起來是一件比死還困難的事情。遲到的夢魘一直困擾著我，然後學校就是很悶啊，管的很嚴，每次都要上第九節。我就覺得，能不能讓學生可以自由的選擇。不過我坦白講，我覺得高中管的越嚴，我就越反彈。我是一個自律性不是很差的人，所以我需要自由的空間給我發展。假設今天給我一個可以很自由，尊重我的環境的話，我的表現是會事半功倍。我覺得這很重要。

我覺得至少上大學有一個好處，就是我今天可以選擇我要不要去上課，我要什麼時候去學校。我如果不上課，我可以選擇我要怎麼把這些時間補起來。如果我今天有本事，考七八十分，老師沒有理由去當你。我覺得這是給你一個自由的空間，我很喜歡。

此外，同樣大學開放的人際型態，對伊帆與小慧的影響卻截然相反。小慧需要封閉性的空間培養與同學的情感，而伊帆則喜歡自由的人際空間，可以選擇要不要與人群相處，以及要與哪些人相處，讓她感到比較自在。

高中時我幾乎不跟同學講話，除了你。高中國中會搞小團體，每天都看到固定的人。大學我有選擇的自由，雖然難免碰到討厭的人，也要學會和睦相處。我的脾氣是在大學才磨好的。

#### 四、狹小的校園空間感受不到大學生活

在大學階段中，伊帆曾經歷轉系的過程。大一唸中文系在本部，大二轉法律系轉到區部，校園越換越小，使她感到非常不適應。她非常強調，大學不能只是給你老師，給你上課的地方就叫做大學，大學應該要有空間給學生散步、思考、看夕陽、數星星，讓學生在校園中享受到大學生活，學生才會認同這個學校，融入這個環境當中。

大一時是因為在本部，然後大二的時候轉系，法律系在區部。那實在是南轅北轍，天壤之別，讓我非常不能接受。雖然這兩個校區都是在一兩個小時就可以走完，不過區部在五分鐘內就可以走完，越換越小。空間狹窄，人潮又擁擠，下課都不知道要去哪裡。在本部至少我還可以自由自在走在一個空間，但是區部就沒有。就是轉過去之後，對於環境其實相當不適應啦。

所以坦白說，區部是一個非常不好的大學校園。因為他讓很多學生感受不到大學生活，大學不應該是這樣子。……除非你跟班上同學，跟社團同學感情非常好，不然你會有一種感覺，我只是去上課，上完課之後，不知道要去哪裡。沒有地方可以聊天，沒有地方可以坐下來休息，沒有地方可以看夕陽、看星星。至少在 A 大的本部，當你心情不好的時候你可以坐在大階梯，你可以一個人從下課以後坐在那邊看夕陽，看星星。我覺得一個人需要有這樣子的時間去沉澱，可是區部沒有這樣子的環境。

#### 五、從中文到法律----大學生涯中的心情轉折

伊帆與小慧一樣，大一到大二的時候經歷過轉系的過程，而重新開始適應一個新環境。她說，自己還是比較懷念大一、大二的的生活。一方面，大一大二的时候可以參加社團，玩得很開心；而另一方面，她覺得中文系同學的特質和法律系不太一樣。

可是如果我覺得人生能重來的話，我會真的覺得大一大二最快樂。那時候我

覺得那種衝擊很大是因為，科系的不同。因為中文系的人普遍英數都很差，那我覺得他們不是沒有自信，可是他們都很和善。大家都會玩在一起。可是法律系的人很自私，坦白說。雖然說在法律系也有些人很善良，可是我總覺得大家好像只為了考上，不把學校當家。……我有一個學長，就是我現在的老闆，我有一次問他說，學長你們班感情好不好？他回答說，法律系的感情有好過的嗎？他說大家都是下課就走人啊，就是唸書。

伊帆感到，法律系如果唸到走火入魔，可能會變得很自私。許多同學極度重視自己的權利，比較自我中心，她並不喜歡這樣的感覺。

我覺得比較不能忍受就是說，法律系的人真的動不動就講權利，非常明顯。一開始就是認為說，我們要有這種權利。唸書唸到最後真的就是變成說，這是我應該有的權利，我應該這麼做，這是我應得的。本來就是我應得的權利啊，為什麼學校不給我，為什麼，為什麼，為什麼。

此外，伊帆覺得自己沒有辦法和班上有很好的互動，也因為自己是轉系生。雖然她有心融入班上同學之間，也交到幾個不錯的朋友，但她仍然覺得跟班上同學有隔閡。

伊帆：我覺得，可能跟我轉系也有關係耶。因為他們雖然有些人表面上也是跟你很好，可是他們其實還是不會把你當成自己人，會覺得你是外來者，當然我不是說全部啦，可是我有這種感覺。因為他們很多小團體大一就已經形成了，你之前（轉系的時候）不會有這種感覺嗎？

研究者：我覺得，大二的時候也會啊。可是還好因為我後來有跟三個同學一起修一個老師的課，就是我現在在工作那個。所以後來我們四個就變得比較熟。可是不然的話應該也是這樣。我大二的時候也是，都往中文系跑，不然班上同學的話就是只會跟轉系生在一起。轉系生之間都會比較熟，可是那是因為你們有同病相憐的感覺，不是因為你們真的很合得來。

伊帆：對啊，我覺得真的有差，那你算是很幸運，還是可以有認識不錯的。

## 六、法律系的邏輯思考訓練

伊帆在大二轉入法律系，她認為法律系最大的好處，是在於對思考方式的訓

練。法律系的訓練使自己看事情比較不會衝動的評表面判斷，而會去思考事情背後的因果脈絡。

我覺得唸法律系最大的好處是訓練你的邏輯思考。因為他是需要融會貫通，有技巧去唸書的科系。不管今天我考不考的上，至少我覺得他有在幫助我，訓練我的邏輯，去推理。我會想當我如果是一個法官，去評斷的時候，我會用什麼角度去切入。還有唸了法律之後，看事情比較不會衝動。你會想，事情是不是真的是像表面上這樣看的。你會去思考，他背後會有什麼原因，他的因果關係是什麼，他所造成的結果有哪些，你會比較去分析。

## 七、對性別刻板印象的不滿

問及性別對自我認同發展的影響時，身為女性的伊帆感慨萬分的說，自己並非傳統中女孩子溫柔的性格，因此常常被人家認為「不像女孩子」，說她太強勢、大嗓門等等，讓她覺得不太舒服。難道，身為女生就不可以活的像自己嗎？

因為我是一個，個性比較像男孩子的人。我比較粗枝大葉，然後比較沒有像傳統女孩子那樣溫良恭謙儉的。所以我就是常常會被人家認為說，嗓門很大啦，比較不像女孩子這樣。一開始我也會覺得很不高興啊，因為我會覺得難道每個女孩子都要像林志玲，講話很嗲那樣。她其實是一個很謙虛的人啦。那我是覺得整個社會其實，是並沒有完全改善男女差異的價值觀啦。大家還是會認為說，女孩子就是要該有原本女孩子的樣子。

此外，她覺得男女不平等，反應在出社會後特別明顯。社會上有許多職業，是不利於女性去做的。無論是社會價值觀影響，或是女性必須照顧家庭的角色，出了社會後的表現，女性普遍不如男性。講到社會價值觀對於女性的限制，伊帆感到頗為無奈。

因為在學校，很多女生是表現比男生好。可是我覺得很奇怪，男生出社會的表現都比女生好。那我覺得這跟幾個有關係。第一個就是，男孩子比較沒有家累啦。因為男孩子在應酬，在應對進退上比較能夠有自己的空間。……因

為男生比較自由，所以他在對於客戶，甚至對於時間的掌控上一定都比較好。因為女生如果有家累，她一定是沒有辦法。我說像律師的話，為什麼男生會比較有辦法。因為像當事人跟律師的關係，有時候是很微妙的。有時候律師跟當事人的關係非常信任，非常親密，甚至可能會杯酒吐真言這樣。可是你女孩子做不到啊。那其實，這樣子性別當然會影響發展啊。

可是坦白說，現在有一些企業的主管也是女孩子。有一些企業認為女孩子比較適合是因為女孩子比較細膩，比較細心。那其實，有些女孩子帶的也是不錯，脾氣也不會很暴躁。可是，畢竟也還是少數啦。一般女孩子可能要在商場撐起一片天，還是需要毅力啦。有時候，我們自己也會去畫地自限。因為假如突破這一層的話，你會背負很多壓力。社會就是這樣子，你如果要去突破要去革命的話，你會先死啊。

總結來說，伊帆在高中以前比較封閉，不願意與人交談。她不喜歡國、高中時代同班同學被迫相處的人際型態，也不滿意高中時代學校事事控管、嚴格要求的教育方式。伊帆認為，自己的個性不喜歡束縛，別人愈規定她做什麼事，她就愈不想去做。但是大學給她一個自由的空間，她反而願意自己去讀書，為自己努力。

大學時代，伊帆開始接觸社團，因為社團中的人比較主動、熱情，而使伊帆逐漸走出封閉的自我，願意以同樣方式對待週遭的人。

在大學的環境中，伊帆最大的不滿意就是校園太小。尤其大二從校本部換到城中校區，校園越換越小，沒有地方可以散步、思考、看夕陽，使她完全感受不到大學的感覺。同學下了課也沒處可去，只有回家或去補習班，他們不容易對這個地方產生認同感，同學的感情也比在校本部淡薄。

伊帆在大二轉入法律系，她認為因為自己是轉系生，這造成自己融入班上同學的障礙。因為自己在大一的時候沒有參與他們，感覺就像一個外來者。這也讓我想起小慧說的，轉系使她在大學四年，都沒有「同班同學」這個字眼。此外，伊帆覺得法律系同學和中文系同學的特質不一樣。法律系唸到最後，很多人會過於在意自己的權利，卻不去考慮別人的權益，變得比較自我中心。不過，法律系

的好處是訓練她邏輯思考的方式，看事情會比較全面，從因果脈絡去分析，而不是輕易的論斷。

最後，伊帆深刻的感覺到，社會價值觀對於兩性仍舊是不平等的。儘管社會價值觀逐漸在改變，很多既有的刻板印象還是存在。大家會認為，女孩子就應該要有什麼樣子，而使個性比較不像傳統女性的伊帆感覺到內在的衝突。此外，出了社會，許多職業上需要與客戶應酬，對擁有家庭包袱的已婚女性是相當不利的。因此，在社會看待兩性有差異的價值觀下，兩性要達到真正的平等，還是有一段距離的。

### 第三節 又婷的故事

與又婷認識了將近一年，卻直到透過訪談才真正了解她的內在。今年大二的她，給人第一印象是樂觀、開朗、愉快的，但事實上，又婷內心也有不少的衝突與矛盾。很謝謝又婷，願意如此坦白的與我分享所有感受。

#### 一、斷層的家庭經驗

##### (一) 在情感上缺乏支持

又婷的家庭經驗相當特別。小時後，又婷在保母家待了十年，而後才回到自己的家。對於自己的家，又婷一直無法認同。她感到家裡氣氛非常的安靜，每天下課回家都是一個人，在家中得不到情感上的支持，感覺很空虛。

研究者：你是否會有內在矛盾不一致的感覺？

又婷：會，我覺得會，其實到現在都會吧。就是從小到大給我的感覺都是這樣。我覺得可能會這樣的原因有很多囉，最重要的是家庭教育吧。……扣除我從馬來西亞來台灣，我在家裡只待了八年，就是跟家人接觸的時間非常

少。然後我保母家裡還有八個小孩，所以我一生出來就有很多小孩子在跟我玩，就是感覺還不錯囉。可是當我回到家的時候，就覺得為什麼經驗完全變調。我還記得我寫過一篇像日記的文章，就是說在我家，在保母家，最吵的時候是中午，最靜的時候是凌晨。然後我家呢，最靜的時候是中午，最吵的時候是晚上，因為我爸爸會打呼。對呀，我覺得，非常安靜就對了。我上課上半天，每天回家的時候，會覺得為什麼每天回家，面對的都是四堵牆，會覺得很空洞吧。

研究者：你是覺得跟他們距離感很深？

又婷：對啊，我們在家，我在家一年沒有跟我爸講超過五句話，跟我媽也是。就是我們只是住在同一個屋簷下，各過各的吧。

接受自己來講，最主要觀念是家庭。就像現在的我，我還是不能接受自己吧。我小學就想尋死了，我覺得我在不在都沒有差別。我覺得離婚是可以接受的。他們從小就一直吵架，我都會跟他們講，你們乾脆就離婚算了。

## （二）負面的教養態度產生對自我的否定

此外，又婷的父親對於子女的教育方式，是偏向負面消極的否定，而非建設性的管教。他會用一些不好的字眼責罵又婷，講久了，又婷也覺得自己是那樣子的人，而不能肯定自己的價值。

我覺得我爸爸是一個很自卑的人，因為他的成長背景吧。我們那邊的人，現在的中年人以前都很窮，他們是貧過來的。我覺得他們很在乎別人的看法，所以他們相對的就會貶低他們自己。當他們貶低他們自己的時候，他也會貶低他自己的小孩。所以有時候我們在家裡坐一坐，然後他就會罵我們，就會用那種，雖然沒有用粗話，可是會用更讓人傷心的話還刺傷我們。他罵過我你是廢物啊，就是廢物，當你聽到廢物的時候，就是你根本沒有用啊。當你一而再再而三被他這樣子罵的時後，你會覺得，我是不是真的是這樣的人。就算你在外面被人家肯定，人家說其實你很厲害呀，可是你會覺得，其實我不是這樣子的人。

## （三）渴望修復與家人的關係

到現在，又婷覺得父母都老了，她不希望一輩子和家人的關係都是如此疏離。她也很擔心，不知道父母親還能夠等多久。可是，她還不知道要怎麼做。

其實現在，會想去想辦法解決吧。因為現在父母都老了，我不可能這樣一輩子，就是在他的一輩子都跟他是這樣子的關係啊。可是，我不知道我要怎麼去做囉。就是我找不到一個方向吧，我覺得我找不到那個方向，我也找不到方向去詢問。我覺得對一個普通人這可能不是一個問題，但對我是一個很大的問題。

## 二、被出賣的經驗影響對人的信任感

除了家庭因素，又婷小時後在人際交往上經歷過被朋友背叛的經驗，使她無法對人產生信任感。國中的時候，她曾經完全把自己封閉起來，告訴自己不要交到朋友。現在的她，雖然能夠再度相信別人，卻還是很難把內心的世界與朋友分享。

研究者：你覺得你室友也不了解真正的你？

又婷：我覺得了。他們只是覺得我是一個藏著很多事情的人，我沒有騙他，可是我隱瞞他很多事情。然後我跟朋友講話的時候，我都是繞著一個框框在講話而已，我不會告訴他框框裡面是什麼，我只是繞著框框在走，到最後他也不知道框框裡面的圖案到底是什麼。我覺得我家給我一個感覺就是，我不敢去信任別人，我很怕被出賣。

研究者：可是你家人也不是刻意要出賣你？

又婷：當然朋友也是有關係了，我可以說是遇人不淑。就是小學中學遇到的朋友，都是很容易被騙，我都很容易相信別人，可是很容易被騙。不是玩玩的那種，就是感情上的出賣囉。所以我覺得，這樣子傷了我很深。所以中二過後，我就把自己封起來了。因為，一開始是家庭的問題嘛，家庭過後就到朋友的問題。所以到中二過後我覺得，就是中二開學之前，我還記得中二開學第一天我跟自己說，今天是開學第一天，我希望自己不要交到朋友。……我會到現在這個樣子，就是說，我現在對人的信任感雖然還沒有很深，可是，我還是會相信別人說的話，就是你跟我講的話我願意相信，可是，我不會跟你講我想講的話，我覺得我只願意做聆聽者。

## 三、表裡不一致的自我

也許是負面的家庭與人際經驗影響，又婷一直無法坦然的接納自己。朋友面

前的她，好像每天都很愉快的在過生活，但內心深處的她藏有很多的秘密。由於不知道可以跟誰分享自己的內心，她也快要忘了自己真正的面貌。

認識我很深的人就會說，我是一個很假的人，因為我很善於隱藏我自己，就是很少人會看見真正的我長什麼樣子，可能連我都遺忘了真正的我長什麼樣子。就是每天都好像很愉快的生活著，可是真正的我不是這樣子的。所以有時候要面對這樣子的感覺，就會嘗試用忘記吧。有時候明明知道自己很難過，可是還是要對人家笑。一個很大的問題是，我不知道應該跟誰說。

#### 四、透過閱讀自我教育

又婷在成長過程中，對自己的教育主要是來自閱讀。她國中時就很喜歡看劉墉的書。當時她看到劉墉寫自己的孩子，會發現許多情況自己也有。這時候，她才想到別人在看待自己的時候，從一個旁觀者的角度會怎麼樣看待自己這個人，她開始反省自我，然後試著去改變自己。

我覺得我會變到現在這個樣子是因為我看了一些書，就是中學的時候最常看的是劉墉的書嘛。然後我覺得看劉墉的書我可以反思，他會用他的角度去看他的孩子，會把他的孩子做的一些事情寫出來。當然他的孩子劉瑄是一個很優秀的人，但是他也年輕過嘛。他有一些事情會被他爸爸寫出來，我看的時候會發現，我彷彿也是這樣子。然後我就會覺得，原來別人是這樣看待這樣一個人。然後我就會覺得，如果我是旁觀者的時候我看這個人，我會覺得你為什麼這樣子做，可是當我是做的人的時候，我會覺得我就是這樣子呀。所以我會從一個做的人，跳脫到一個旁觀者，然後我才會有一個反思，然後才會去改變自己吧。

所以他的書我看不少，在思想上一些日常生活上我覺得我改變很多。同時還有看一些其他的書啊。我覺得看故事書的時候，最主要是看那個人囉，看他怎麼樣去做，然後就會想我自己是不是也是這樣子，看我這樣子做是不是好還是不好，然後再去改變。

#### 五、大學從谷底回升的轉變歷程

## （一）對學校的排斥感導致自我放逐

又婷剛進入自己學校的第一天，對學校的第一印象就不好。往後的一年，她對學校也有許多看不過去的地方。認為學校太保守，對學生過於保護。

我第一天來 B 大我的眼鏡掉進海裡面，我都看不到，我就跟朋友來找我學姊，我們約在 xx 教堂前面等，結果我們問人，找半天找不到。後來看到一個很奇怪的建築物，我就問我朋友是不是，我朋友就笑說，哈這個就是啦！然後 B 大給我的感覺就是，他很像一個森林。很黑。不喜歡。

當我住進來的時候，女宿，我傻眼。因為，一來有門禁，二來就是很像監獄還圍起來。不只有鐵絲還有玻璃碎片。因為怎麼說，我覺得大學生應該有能力去保護自己的安全，對自己負責任。我碰到這種情況覺得傻眼。因為聽說這些是因為有外勞潛進來，沒錯女宿是比較靠近工業區，可是如果是在校外呢？如果在學校你都不能保護自己安全，那你出去要怎麼辦？我覺得大學是一個很自由的地方吧，一個在走出社會之前先去調適自己自我成長的地方。如果他這樣子太過保護的話，我覺得大學生反而跟高中生沒有什麼差。所以我就不喜歡囉，可以到一種排斥的地步。

由於對學校的不認同，又婷的第一年也過的非常墮落，逃避去上課，哪裡也不想去。

因為這樣讓我覺得，B 大好老喔。我覺得 B 大像是一個老人，走路都走不動，很無力喔。對一個學生來講，當他覺得學校已經沒有進步的機會，甚至是在退步的時候，學生會對學校很沒有信心，最後就會很排斥這個學校。從去年十月到今年一月的時候，我很頹廢，超級無敵頹廢，不想念這個學校，然後也不想回家，哪裡都不想去。

就是我覺得已經快要變成瘋狂狀態了。常翹課啊，除非一定要上的才去上。一個禮拜有二十幾堂課，我翹了十幾堂，藉睡覺來逃避這個環境吧。然後我有跟一個朋友講，她覺得我很可怕吧。去年耶誕夜我不想出門，我把自己鎖在房間，假裝我自己不在家，免得室友找我去數鐘聲。

## （二）決定改變自己

由於大一下極度墮落、無力感的狀態，又婷覺得自己整個人快要垮掉了。因為不想繼續這樣下去，她開始決定改變自己。改變自己，她先從外表儀容的整齊做起。其次，是走出戶外，跟人群進行交談與互動。

因為當時在大一上的時候，我知道我自己這樣的型態，我自己會垮掉，我自己也想改變。……就應該是大一下吧。我覺得大一下我改變很多。就回家給我姐磨練。她說這樣大了，應該改變一下囉。改變一個人嘛，我覺得應該從外表開始改變囉。就是說，穿一些好看一點的衣服啊，頭髮也整齊一點，心情也漂亮一點。如果很邋邇，自己看了也不舒服。雖然我現在也沒有很好，就是好懶惰啊，但是至少會穿很整齊。以前都穿那種超級短褲啊，短褲拖鞋 T 恤就出去了。

然後去面對人群吧。因為跟一堆人講話的話，可能你原本心情是這樣，你跟別人講，別人會給你一些意見，你才會覺得原來我在煩的東西就是這樣一點小事。所以就會很快看開。當然我所指的事情，是沒有關乎我自己事情的事情。就是對事而以。

在心情變好的同時，又婷覺得週遭的環境也變美了。其實，不只是環境會影響心情，人主觀的心情也是會倒過來影響對環境的感覺的。

當你討厭 B 大的時候，我覺得 B 大很醜。當有人問我，B 大哪裡漂亮啊？他說 B 大是最漂亮的學校，我說我不知道。現在，我覺得我的心變漂亮囉，所以覺得 B 大也很多地方滿漂亮的。

## 六、打工經驗中學習面對人與事

打工經驗非常豐富的又婷雖然沒有參加社團，但是從打工經驗中也得到了許多參加社團可以具備的好處。又婷能夠從中學習面對人群、與人合作，並且從突發狀況中學習處理事情的能力。此外，圖書館排書的工作，則使喜歡看書的又婷更知道各種領域有哪些值得閱讀的書籍，她非常喜歡這份工作。

打工囉。因為以前在諮商中心打工，現在在圖書館打工，還有平時衛助假日衛助。打工雖然有點單調，但像衛助，你會觀察到一些很細微的東西，可能是人，可能是其他的事情。你會學習到去觀察，學習到去面對人。一個掃區衛助很多，然後假日衛助要面對很多突發的事情，像水管破裂啊，那怎麼辦，你要學習當下去面對。

然後我覺得排書很累囉。我覺得老師給我壓力很大，不過我喜歡排書，你可以看到很多有趣的書，然後就去借。然後排書的時候可以看到很多種類的書，那些不同種類的書會對你有所啟發。你有機會去接觸到很多不同的書。

## 七、希望自己是男生

在伊帆的故事中，我們看到伊帆由於不符合社會價值觀所期待的女生個性，而產生對自己性別的不認同。無獨有偶，又婷也有這樣的感受。她認為，社會價值觀對男生與女生的要求還是有很大的差異。

我會覺得很懊惱，因為就算一開始我是一個很堅強的人，我會一直給人家碎碎唸碎碎唸。他們還是比較希望女生是屬於被保護的。然後我會覺得，我會比較希望自己是一個男生啊。因為男生他可以保護女生，然後男生他可以做很多事不用顧忌太多。女生細心，女生的房間一定是整齊的，女生房間不整齊你會覺得怎麼可以這樣子，可是男生房間不乾淨是正常的啊。

## 八、科系的影響----理工與人文學院的差異

談到科系對自我認同發展的影響，又婷感覺到理工學院與人文學院的訓練是不同的。理工學院的學生上課很少討論，學生沒有機會發表自己的想法，她認為這是理工學院很吃虧的地方。

我覺得每個科系都有他們的特性。像理工科系就是老師在上面傳授知識，同學根本很少討論的機會，所以我覺得這是理工科系很吃虧的地方。都是老師講我們抄。可是我有修哲學系的課，就會看到極度討論，老師問問題要學生回答，一直給他問一直給他問，學生不回答就不能給他下課。我覺得在有討論的情況下學生才能顯示自己的主見吧。

又婷在自我認同的發展上，受到家庭的影響最大。由於與家人相處的時間少，也很少感覺到父母親的關心，又婷覺得自己在家中缺乏支持感，很沒有依靠。父親小時後對她們負面的言語，也使她無法認同自己的價值。

在成長過程中，除了家庭因素，又婷也經歷過被朋友出賣的經驗，使她無法輕易信任別人。現在的她，能夠相信別人所說的話，卻仍舊不能坦然的把內心的話告訴朋友。因此，又婷的內心世界和外在表現有一段差距。表現在外的又婷，好像每天都很愉快的在過生活，然而真實的她，內在卻有許多不為人知的一面。而她，因為找不到人傾訴，也快要忘了真實的自己長什麼樣子。

大學階段，又婷曾經歷過極度墮落的日子。由於一開始對學校的排斥與不認同，使她每天翹課，不想上課、不想出去面對人群，每天都過得很頹廢。這樣過了半年，她開始警覺到自己這樣下去會垮掉，於是決定改變自己。首先，她在外表上做了一番改變，開始修飾自己的邊幅，使自己看起來更舒爽。其次，她也走出來面對人群，和人交談，許多想法因此獲得紓解，不會讓自己走入死胡同中。

現在的又婷，還是沒有辦法接受自己的家庭，也沒辦法完全接受自己。不過，她會想去解決這個問題。因為父母年紀也大了，她不希望一輩子都跟家人的關係是這樣，但是她還沒有想到辦法去解決，她仍然在尋找方向。

#### 第四節 佳樺的故事

認識佳樺五年，彼此也不乏聊天的機會。小我一屆的佳樺，看起來總是相當開心，活蹦亂跳的，很快樂的樣子。不過說來慚愧，我也是直到邀請她參加訪談，才了解佳樺內心更多對自我的掙扎。

## 一、重視學業表現的家庭環境

提到成長環境對自己的影響，佳樺認為，自己的父母親非常重視子女的課業表現，因此成績在自己上大學以前，就是生活中最重要的事情。

我覺得最明顯的是，我們家庭是很重視學業表現的。因為我的爸媽都是原本家庭環境不是很好，可是因為書唸的不錯，所以才有後來比較好的物質生活。所以對他們來講，其實就是像以前早期的人認為出頭的方法，我們比較不會，他們比較不會鼓勵小孩子去做其他的事情。所以，學業表現在我上大學以前，是我生活中最重要的一件事情。

## 二、優秀的家人，使自我價值感低落

佳樺從小到大的成績一直非常優異。大學聯考中，雖然考得比自己平常表現差，還是進入了非常理想的學校。可是，佳樺仍然覺得自己考得很差。已經考上明星學校的佳樺，仍然覺得自己的表現很差，是來自於她有一個非常優秀的家庭，全家人的成績都非常好。相較之下，使她覺得自己是「最爛的」。

研究者：那你覺得這樣子（家人重視學業表現）是好還是不好？

佳樺：我覺得以前對我來講，不是很好。因為我哥哥的成績非常好，然後我覺得，以前在高中以前都還好，因為我高中成績一直都很好啊。可是後來，因為我媽媽會一直逼我唸書，所以我後來，反正我大學聯考考不是很好啊。考完聯考之後便成我自我調適，就是對自我長期抗戰的一個過程。

研究者：為什麼？你覺得你考得太差了？

佳樺：對啊。所以，其實我大學四年都是在跟這個想法抗爭。

研究者：是因為有上面的比較，所以你才會覺得自己考得很差？

佳樺：我覺得也會，我覺得應該是。

佳樺：可是我會一直覺得我哥哥對我，他可能沒有那樣，可是我會一直覺得他對我很強勢。像人家說，之前聽到一個人說，他們家人都很強，讓他覺得聯考壓力很大，好像沒有考上 D 大不行。然後我就說，我都考上 D 大了，我還是我們全家最爛的。

研究者：你家有幾個小孩？

佳樺：就我跟我哥啊。

研究者：那你爸跟你媽也是 D 大的？

佳樺：不是，可是他們一個唸 xx，一個唸 xx。我爸是...，我媽是...的。我以前會覺得我都不如他們。所以整個大學四年，我都在跟重建這個自我基模掙扎。以前我會覺得，我是全家分數最爛的。就是聯考分數比，就是成績最爛的。

### 三、家人保護，減少跟同學相處的機會

此外，由於母親對於佳樺非常保護，佳樺在高中以前很少跟同學出去玩。直到大學以後離家住宿才有這個機會。以致於她在人際方面，一直在克服跟同學的距離障礙。

研究者：家庭方面的影響，還有沒有什麼需要補充的？

佳樺：就是，會過度保護吧，不會讓我出去玩。所以我覺得，其實上大學之後，在人際方面一直在努力吧。因為在上大學之前，很少跟同學出去玩，因為我媽不肯，他覺得很危險。

研究者：可是我覺得你那時候，好像還滿多采多姿的。

佳樺：大學以後就會啦。

### 四、與母親的親近與相似

佳樺在成長的過程中，與母親很親近，因而她覺得自己在想法及許多方面都跟母親非常像，像到她自己都覺得可怕的程度。

以前國高中的時候，就是跟我媽黏在一起啊。所以我跟我媽非常像，好可怕啊。長到現在我回去，我都忽然覺得我跟我媽好像。還有就是呢，我們家人非常神經質，非常容易緊張，那我也是這樣子。

此外，在某些決定上，佳樺也很容易受到母親的影響。即使一開始會跟她唱反調，最後還是會跟母親想得一樣。

研究者：你會想...（某個決定），會不會跟你媽有關？

佳樺：我覺得，有吧。就是一開始都會跟她唱反調，可是後來就會跟她想得一樣。我跟我媽感情非常好。對啊我覺得她對我影響非常大啊。

## 五、大三成績進步，對自我評價提高

剛上大學的時候，由於佳樺覺得自己考差了，在大學中成績又不好，佳樺對自己的評價非常低。不過到大三的時候，由於有一門課佳樺分數非常高，又拿了書卷獎，讓她對自己開始肯定。

我覺得如果是自己有意識的話（指轉變），應該是大三的時候耶。因為我成績一直很爛哪，以前啊，就不太唸書啊。然後我大三就修生理心理學，他是跟生理比較有關，就是大腦啊，我那時候就是對那門課非常有興趣，然後成績就非常高，九十五分。可是那是系上同學都很容易考很爛的一科啊。所以那時候變得比較有信心。再加上那一學期表現的還不錯，就拿書卷一啊，然後就，那個考了之後就對自己比較有信心。然後，就去找我現在的老闆，然後我之後就改變很多，之後就一連串都是非常良好的轉變啦。

佳樺說，自己不是一個隨時隨地都能認為自己很不錯的人，她還是需要一些外緣的東西來肯定自己。而大三到進入研究所後的表現不錯，讓她的自信心大為提升。

我覺得我就是這樣，我不是一個很容易隨時隨地都很有自信的人，我需要一些外緣的東西來肯定自己。只是，現在會比較好了。因為至少在自己研究生的這個小小的學術研究圈裡，表現是還可以的。就會覺得比較有自信。

## 六、大學時代觀念的轉變----價值觀更多元

大學時代，除了大三成績進步使佳樺的信心增加，由於自己科系的訓練，以及大學有和更多人對話的機會，知道別人的不同想法、不同經驗。佳樺認為自己的價值觀變得比較開闊，不會像以前認為成績就是評價一個人的標準，能夠包容更多差異。在放下評比的單一尺度後，佳樺也更能接受自己了。

研究者：那就整體而言，你覺得上大學以後，和過去有什麼不同？如果沒有覺得很大的不同的話也沒關係，就不需要刻意講這樣。那如果有不同的話，是受到哪些學校經驗的影響？

佳樺：我覺得主要是因為，上大學以後你會跟很多的朋友在一起。可能透過交談哪，或者是生活在一起看別人，知道別人不同想法、不同的經驗，我覺得思想啊，各方面都會比較開闊一點。然後漸漸就會覺得說，可能跟我所學的也有關係。你就會覺得，沒有什麼東西價值是一定的東西，沒有什麼東西是最好或最不好。你就會覺得，能不能適應比較重要。我覺得比較不會像以前那麼死板哪，覺得一定要分高下這樣。覺得現在比較不會這樣覺得，就會，可能也是因為這樣就比較能夠自己肯定自己的價值吧。

## 七、以分數決定志願，誤打誤撞選對科系

跟多數人一樣，佳樺當初選擇唸心理系，是按照分數填下來的，她不想浪費自己任何的一分。在進入心理系之前，她並不知道心理系念些什麼，也不清楚自己將來會怎麼發展。

研究者：那你當初為什麼會選這個志願？

佳樺：填到的填到的，他是我的第三十三個志願，謝謝。因為我很無聊從頭排到尾。所以我才說我一直在很掙扎這個自我認同。

研究者：那你進這個科系以前，你知道你之後會怎麼發展嗎？

佳樺：其實完全不耶。我覺得大部份唸心理學的人，你唸的時候都完全不知道你之後會變幹麻耶。因為我覺得大部份的人對心理的概念都是錯誤的啊。以前唸心理學是因為不用去醫院，三類裡面唯一不用去醫院的系，以前就這樣以為。所以就不要填醫技，不填醫技就可以不要去醫院。可是誰知道還是要去醫院哪，你怎麼知道唸完心理系以後還是要去醫院工作啊。所以這是比較沒有預料到的。

佳樺選擇心理系，雖然是按照分數填到的，但是她並沒有想過要轉系。而唸到大三以後，因為成績的提升而之後又進入研究所，開始在心理系中找到興趣與成就感。現在她對於自己的未來方向已經確定，大致上會朝心理研究這條路上走。

研究者：那你對未來已經有定向了嗎？你的方向和你所學的有關嗎？

佳樺：嗯嗯，百分之八十是跑不掉啦。因為就是學這個，我們學這種東西也不太容易轉行啊，我覺得我應該不會有太大改變啦。可能就是那幾個所，你會想要唸哪一個，就是同一個領域裡面，不太有辦法再跨領域。可能也跟我也不太有行動力有關，就是一直往上唸，從來也不太想轉系。

## 八、不喜歡自己的性別

問到性別認同方面，佳樺一開始說，性別對自己的發展應該沒有什麼影響。不過講了幾句，她又說其實自己不是很喜歡當女生，因為比較不自由。並且，她覺得自己不是很女性化，而女性化的女生比較吃香。

性別角色我不是很喜歡當女生啊。然後影響我的自我發展，還好啦，可是我覺得還是會有影響耶，就是一直不會很喜歡當女生這樣。我會覺得比較不自由。你看今天要去哪裡，我會覺得女生受限比較多。

佳樺：然後我會覺得我爸媽對我的教養方式好像是養個男人似的，所以我自己的特質比較不那麼女性化，同學也把我當個男人來看。其實是沒什麼不好啦，只是，其實是還好啦。

研究者：就是你覺得自己沒有很女性化，這樣的特質對你是好還是不好？

佳樺：有時候會希望自己比較女性化耶。因為我覺得女生女性化有時候滿吃香的。其實有時候會覺得自己比較沒有異性緣，可能跟，除了長相之外，我覺得跟不夠女性化我覺得也有關係耶。

此外，在我眼中的佳樺雖然一點也不難看，她還是覺得自己長得不漂亮，比較沒有異性緣，而對於接受自己的外表需要一番心態上的調整。提到喜歡對女生品頭論足的男生，佳樺就非常激動的說，這種人真的很討厭。

佳樺：可是我覺得在外表上，其實也是需要一番自我認同。

研究者：你是覺得自己不夠漂亮嗎？

佳樺：本來就是呀。所以，聽到恐龍就很敏感呀。非常討厭人家說恐龍什麼的。就會覺得說，自己不看看自己長得像五大郎，就會當街在那邊評論女生很像恐龍，那些男生不照照鏡子看自己長得也沒多帥好不好。就算長得帥也

沒屁用啊，每天就會在那邊閒晃不事生產，還敢說人家像恐龍，我最討厭這種人了。好，對，踩到地雷了。非常偏激，就是這樣。不會啦，現在是覺得還好，因為那不能改變哪。不能改變的事情就會去接受這樣。

在成長過程中，佳樺受到自己家庭的影響很大。一方面，佳樺的父母親非常重視子女的課業，而成績表現在佳樺求學時代就一直是最重要的事情。另一方面，佳樺的家人都非常的傑出，包括父母親及哥哥，都是明星學校的熱門科系出身，使得佳樺雖然考上了很好的大學，仍舊覺得自己在家中表現是最差的。

佳樺的自我比較脆弱，大學的時候，她一直對自己很沒有信心。直到大三以後成績進步又拿到書卷獎，後來跟著她現在的教授做實驗，之後又考進研究所，在研究生的圈子裡表現得也不錯，她才開始能夠肯定自己的價值。她說，自己不是隨時隨地都能覺得自己是很不錯的一個人，而需要靠一些外在的效標來肯定自己。而這個外在的效標，最重要是來自於成績。

大學的時候，佳樺看待人事的觀念有了很大的轉變。過去的她，會很固著的以成績高低來將人評等。進入大學以後，她有機會跟很多不同背景、不同經驗、不同想法的人交談，她發現很多事情不是這麼絕對的來衡量。另一方面，她唸的心理系有許多個案都有非常特殊的經驗，她們必須去接受自己的個案，因此價值觀也變得比較多元，比較包容。她覺得，現在的她比較能接受自己，可能跟價值觀沒有以前那麼單一也有關係。

在性別認同上，佳樺與伊帆、又婷一樣，並不喜歡自己的性別角色。她覺得，當女生不自由，並且認為自己的個性比較不女性化，因此不那麼吃香。此外她覺得自己長得不夠好看，對於這點她也相當在意。

對於未來的道路，佳樺雖然當初選擇心理系不是自己興趣決定的，然而進了這片領域後她在其中找到了成就感與對自己的肯定，因此她未來還是會朝這個方向走。

## 第五節 志達的故事

在六位男性受訪者中，志達是少數對於自己內心的沮喪及矛盾有所觸及的受訪者。雖然在表達自我感受的部份，志達還是沒辦法描述的很清楚，但還是可以了解志達在人生各個階段的整體發展。

### 一、國小人緣不佳，開始改變自己

志達說，自己小時候人緣一直很不好，到了五六年級的時候，老師提醒了他這一點，他開始發現自己的問題，而有意識的去改變自己。

研究者：你覺得你的內在有比較多的改變和成長是在什麼時候？

志達：我覺得是小學五、六年級的時候吧。因為小時候人緣不太好，國小的時候人緣都不太好。而且很皮，操性成績很差。後來好像有一次老師跟我講說我的成績都還不錯，可是總成績因為操性成績就變的很爛。後來就開始有在改變，六年級的時候就有比較好了。國中因為換一個新環境，就重新開始，就比較沒有這個問題。

研究者：那你的內心有怎麼樣的改變？

志達：我那時候覺得很難過，也知道自己人緣還滿差的，就有刻意去做一些改變。

### 二、家庭氣氛不好，小時候感到自卑

問到志達的成長環境，他說，從他有記憶以來爸爸就沒有工作，媽媽時常跟爸爸吵架。他自己小時候並沒有意識到家庭氣氛帶給自己的影響。不過長大後回想起來，小時候自己比較自卑，可能跟父母感情不好也有關係，因為覺得自己的家庭跟別人不一樣。

志達：我爸對我的影響應該是還好。不過我媽是說，我小時候會很自卑這樣。我是不知道有沒有，就自己那時候沒感覺。可是後來想想可能會有吧。因為家裡的關係吧。因為那時候他們感情就不好啦，而且我爸又沒有在工

作，可能小時候就會覺得跟別人好像不太一樣。

研究者：就是很少家人一起出去玩這樣？

志達：對，很少，除非是親戚找，才會全家一起出去，不然幾乎是不會。可是後來我覺得還好也，因為後來覺得單親的人很多。（研究者：就算不是單親也很多貌合神離的。）對對對，只是小時候就會覺得說，自己很奇怪，因為課本都一定是寫正常的、最好的。我覺得這可能會對我小時後有影響，就是覺得自己跟別人不一樣。

### 三、高中時代參加社團，成長比大學更多

志達在高中時代的生活就已經很自由，參加了社團，常常跟同學出去玩，跟大學生活過得很像。因此，志達認為自己在大學的改變不是很明顯，反而高中的成長比較大。

研究者：上大學以後，就你個人的感受來講，你覺得自己和過去有什麼不同？

志達：上大學以後，我覺得比較不明顯。

研究者：你覺得你比較多的改變是在高中？

志達：高中比較明顯。可能因為高中就已經跟大學生活很像了，因為學校就是真的管的很鬆了，然後反正在學校就都會去玩。我們到夏天到學校都會換成短褲，然後就穿拖鞋，然後把制服也脫掉，只穿一件T恤，就到學校就換成便服。就是很自由這樣子。就是建中那時候就是很開放，然後我覺得在這裡其實第一次體驗到跟以前完全不同的感覺。

志達相當懷念高中的日子。他雖然高中唸的是升學掛帥的明星學校，卻感覺學校管得很鬆，很自由，同學們一半會去參加社團。在社團中，志達認為自己交到很多朋友，也學習了做事情的能力。

研究者：社團對你有什麼影響？

志達：我覺得社團，就我而言，高中參加社團，對我的人際關係啊，可能人際關係會比較廣，然後跟人家相處啊，我覺得這是比較大的收穫。就認識不少的朋友，最大的收穫應該是在這裡。

研究者：那你投入比較多的是什麼社？

志達：噢，我後來就只有選一個社，我後來就選康輔社。

研究者：那你說社團影響有人際關係，還有嗎？

志達：就處理事情啊，跟人家相處。（研究者：你前後會有什麼不一樣？）我覺得如果沒有參加社團的話，我認識的人應該會很少吧。就可能只有認識男生吧，其他學校的人會認識很少。還有參加社團因為要處理事情，有些事情你會學到該怎麼做，像借場地啊，或跑公文幹麻的，就比較了解一些東西。

#### 四、大學的自由環境造成學習上的懶散

談到大學的生活，志達認為，上大學後自己的成績不好，可能除了對科系所學沒什麼興趣，也因為大學的學習方式太自由，沒有人要求你要唸書，連課也不一定要去上。

研究者：那所以高中和大學對你而言，沒有特別不同的感覺？

志達：也是有不同，不同的地方就是上課，可以不用去上課。可是我覺得這樣對我的學習就會有影響。因為高中的時候你還是要乖乖坐在教室裡，那你還是不能做其他事，可能就自己看課本，或聽老師上課，你在教室裡能做的事情就是這樣子。可是你在大學就是說，你根本不一定要去教室，那你就有太多事情可以做了，你就不一定會把看書當成最重要的事情。對，我覺得這對我的影響還滿大的。我覺得這對我的學習成果啊，收穫影響還滿大的（指負面影響）。

#### 五、科系的影響----文理差異

談到自己的科系，志達認為化工系雖然出來工作很好找，但所學跟生活沒有什麼關係，老師跟學生的互動也比較少。上課講的都是已知的東西，給的是固定答案，沒有思想上的啟發。因此他在上文學院的時候，因為平時缺乏這方面的訓練，會變得不太敢表達自己的想法。志達說，對於文學院及商學院的課，他反倒比較有興趣。

我那時候球隊有一個學長，他就是轉到歷史系然後再回來雙修化工系。反正他現在大六了，他要畢業了。ㄟ，他是轉到哲學，轉到哲學。反正我後來有

問他為什麼你會不想上化工的課，他說他覺得化工就只是個賺錢的工具而已，其實並不能對你的生活有什麼幫助。其實我也會這樣覺得啊。化工其實應用的很廣，但就僅止於生產的部份而已。……其實我覺得像哲學系啊，就是在思想方面你多少會有點獲得吧。那如果像商學院那種，可能你在生活上就可以有很多實際上的應用。可是你唸化工系的話，就只是為了以後好找工作啊。工作好找是好找，可是我覺得對你的生活來說，可能不會有很大的改變。

志達：然後理工學院的話，可能久了你反而習慣了（習慣標準答案），就是你去上文學院的課，可能上一些其他的課，要發表自己的意見你都會不太敢發表。我覺得會吧，就是你已經沒有那個習慣了，你就不會想要去發表了。

研究者：沒有想法嗎？

志達：可能會有啊，可是你就是不會想要去講，就是因為你平常上課都是老師講你聽，一直都是老師講你聽，理工學院很少是討論的課啊，很少很少，有的只是大一國文課這樣。很少會有這種課吧，老師跟學生互動其實很少。

不過，又婷曾經提到有一位老師教得很好，可以將化學與生活，甚至是整個社會扯上關聯。因此，化學或許也不是不能與生活結合，只是有沒有那樣用心的老師吧。

## 六、性別的影響----習焉不察的社會價值主導發展

談到性別對自己的影響，志達說，整個社會價值觀對於男生和女生有不同的要求。平常可能不覺得，但碰到事情的時候，這些社會對性別角色的要求就會浮現出來。

研究者：那你覺得不同的性別對自我的發展有什麼影響？

志達：我覺得多少都會有吧，因為社會給男生和女生的期待和規範都不太一樣，男生和女生從小受到的教育都不一樣。

研究者：那對你有影響嗎？

志達：我覺得喔，會有耶，還是會有。就是你自己可能也會有這種，你自己已經被社會賦予這種規範，你自己心裡已經被這種規範規範住了，平常可能沒有發現，可是有時候看到一些事情，你的反應就是會跟大家一樣。（研究

者：譬如？）可能就會要求男生要比較堅強啊，要忍耐啊，平常可能不覺得啊，可是遇到就是會這樣，我覺得是會。

至於在自己的性別認同方面，雖然社會上也有對男生的要求，志達還是喜歡自己身為男性的角色，因為比較自由。

研究者：那你覺得當男生比較好還是當女生比較好？

志達：我不知道耶，我覺得，應該都還不錯吧，當男生可能比較好吧，因為在這個社會上，可能比較自由吧。應該啦，我覺得應該是比較自由。

志達是一個願意聊天、分享自己想法的人。不過，研究者還是可以敏感的察覺到，志達對於自己內心許多細膩的轉變歷程，以及自我矛盾的感受無法表達出來。當研究者問到志達在轉變的過程中，內心有怎麼樣的不同時，志達只能比較簡單的講出一個大方向。跟其他女性受訪者能夠分享到深入的內在世界是不同的。

在自我認同的發展上，志達認為自己有比較大的成長是在高中。因為那時候學校很自由，高一高二他參加社團，學習到做事情的方法，而且認識了許多朋友。值得一提的是，三位在高中就有深入參加社團經驗的男性，都認為自己在高中開始有比較大的改變，而相對而言大學的成長不那麼明顯。

大學自主的學習方式，對不同的學生所造成的影響有很大差別。以研究者的受訪對象而言，有的人覺得大學的環境能讓自己學到真正想學的東西，而有人則認為自己可能不太能自動自發的唸書，在大學的課業上沒有什麼獲得。志達是屬於後者。

志達對自己所學的東西沒有太大興趣，反而對文組如文學院、商學院的課程比較嚮往。他認為自己所學的東西跟日常生活沒有什麼關聯，只是為了工作而已。而且，理工科系的上課方式跟文組不同，老師跟學生之間的互動很少，上課多半是給固定答案，沒有什麼討論的機會，有的只是在大一國文課而已。他覺得

這是理工訓練上很吃虧的地方，以致於去上文學院的課的時候，他也不大敢發表自己的想法，因為平常沒有那種訓練，也沒有那個習慣。

志達對系上課程的看法，我回想起又婷也曾經講過類似的意見。不過又婷曾經提到系上有一個很好的老師，她很尊敬他，因為他可以把化學跟整個社會、政治、經濟都結合起來，讓她覺得自己所學的東西跟生活是有關聯的。而研究者記得，自己在大學的時候曾經修過一門「工程與生活」的通識課，雖然我現在幾乎已經忘光了所有與「工程」有關的知識，但我卻記得當時在課堂上老師跟我們分享很多他們的人生經驗（由幾位不同的老師輪流授課），給我們看影片、閱讀小文章，要我們回去寫心得，幾乎每堂課我都有新的啟發。所以我相信，理工學院的課也不是不能做到和生活結合，只是需要費更多一點的心思，這是可以也值得去努力的。此外，彈性的選課空間與通識課程也相當的重要。大學是培養「全人發展」的地方，學生應該多了解自己專業以外各個領域的知識。若有興趣深造，可以在研究所繼續培養。

## 第六節 秀霞的故事

秀霞是個個性隨和、善良的好學妹，也是研究者前導性訪談的參與者之一。由於研究者從一年級開始對此議題產生興趣，因此秀霞從兩年前就開始被研究者「糾纏」了。當時，秀霞大三。她提供了我許多寶貴意見，指出大學在各個方面與高中生活的不同之處，以及這些不同之處可能對學生產生什麼影響。

兩年後再次訪談，我卻深刻的感覺到，秀霞的答案跟兩年前雖然差不多，但我察覺到她在陳述大學的社團、人際空間、自由選課等等各方面對她產生的影響時，語氣很快、很簡短，好像在以標準答案提供我訪談資料的感覺。在我訪談結束後，秀霞才說在她的大學生活裡，其實還是有些遺憾的。我趕緊拿出錄音筆，

將這些「真心話」紀錄下來。從秀霞的故事中，可以看出她在大三到大四畢業的心境轉變。

在本節的引述中，以最後一次的訪談資料為主，但也引用少數她在大三訪談時的資料，以對照前後訪談期間的轉變。在引用第一次（民國九十一年十二月）及第二次（民國九十二年五月）的訪談資料時，將分別附以（01）、（02）註明。

## 一、父母保護心態影響自主性發展

秀霞認為，自己的家庭教養方式還算正面，但母親比較會保護小孩，限制子女在外面的活動。秀霞認為，這部分對於小孩向外拓展人際圈，以及獨立自主性的發展比較吃虧。

我覺得我爸爸媽媽的教養方式還算正面，不會說太嚴厲或是怎樣，可是比較影響到的是，我覺得我媽媽是不敢讓小孩去嘗試什麼事，或參加什麼活動，就是為了保護小孩而限制他去幹麻，出去玩什麼的。可是我覺得，這會影響到小孩以後變得不夠獨立，或你比較沒有參加那麼多活動的經驗，然後你的生活範圍比較小。我是除了這點以外，我覺得我的家庭環境是還算正面，可是就這點比較吃虧。

## 二、比較心使自我迷失

秀霞說，自己很容易與其他人做比較。高中時代，看到人家是北一女、建中，或者覺得人家長相、身材比自己棒。到了現在，這種比較心還是存在，不過她開始會去想自己的優點，而不是全然的否定自己。

研究者：可不可以再請您描述一下高中時候的那種困惑。

秀霞：可能是來自那種比較心吧。因為高中那時候，那個環境很小，你可能會看到，啊，人家是唸建中、北一女的啊，那他考上大學，一定會比我們唸XX的還好。或者是那種很膚淺的，看人家身材很好啊，那種比較心。

研究者：那後來呢？

秀霞：後來喔，後來應該是減緩而已，好像也不會說完全沒有比較心。就是

可能去比較之後，有另外一個聲音會告訴自己說，啊，其實自己還是很好啊，會再去想想自己的優點，可是那轉變是會去想自己的優點，不是只是想自己的缺點而已。

### 三、大學轉變的因素：同儕與社團

秀霞提到，自己在高中以前比較悲觀，而大學以後即使依然會與其他人做比較，還是能夠保留自我的價值。她認為，這一方面是高中時代一位好朋友的觀念引導，那位朋友看事情比較正面、樂觀而影響了自己。另一方面，是大學時代加入社團、參加營隊，拓展了人際關係，也得到對自己的肯定。

研究者：那你是什麼時候開始會這樣自己去想？（自己的優點）

秀霞：呃，除了我剛剛講高中的時候那個同學，因為我跟他一直到大學都還有連絡，然後可能在大學中吧，可能在社團中的經驗，有得到人際關係方面，也不是說成就，就覺得人際關係上得到對自己的肯定，應該從這些方面來轉變。就是會找到說，自己也有自我價值。

在第一次、第二次的訪談中，秀霞對於自己的轉變有很清楚的著墨。

研究者：那請問大學和高中這些不同的地方，對你的觀念和自我認知有沒有產生影響或改變呢？

秀霞：有。以前大一、大二還不夠清楚，通常都是一個點、一個點的改變。比較全面性的話，應該是在今年寒假以後，感覺改變很多。(01)

研究者：你在大學以後，有沒有什麼明顯的轉變？

秀霞：以前認識的好友比較少，現在比較多，關係上更容易深聊。我的改變主要在大二下以後。外表也是影響自己自信心的一點。大一時覺得自己拙拙的，後來瘦下來了，也會想把自己打扮的漂漂亮亮的。(02)

### 四、未來方向不確定的徬徨

秀霞說，自己過得最好的時候應該是大二、大三，參加許多社團與活動。到了大四以後，就開始補習，跟同學也很少相聚了。而現在畢業了一陣子，因為還

沒有找到自己確定的方向，看到同學們有的考上公職、有的出國唸書、有的考上研究所，秀霞感到很羨慕。

尤其現在我的生活圈，真的就是補習，然後男朋友，跟家人。畢業以後，跟朋友也很少碰面。然後就覺得，就自從大學那種覺得自己平凡以後，就一直延續下來的吧。……所以我覺得，在我沒有找到一份工作之前，對自我的肯定沒有辦法。我覺得可能，讀政治大二、大三的時候參加很多社團活動，算是對自我的價值是比較高的時候。然後到了大四，或到了現在，我覺得是到谷底的時候。

在秀霞尚未找到工作、無法肯定自己價值的時候，她的「比較心」又浮現出來困擾著她，使她總是看到別人的優秀，感覺自己不如他人。

像我聽到說 XX 也在中研院，就會覺得說，啊，不錯啊，中研院感覺環境很單純啊，而且有錢賺什麼的。就是只要聽到說人家有在工作什麼的啊，就會覺得不錯啊，因為自己都沒有嘛。你會覺得別人這樣都很好，你聽到別人在準備托福、準備 GMAT，都會覺得不錯啊他要出國，有成就這樣。我有個同學聽到我這樣，就會覺得說秀霞你怎麼會變成這樣。我連在補習班看到一個以前高中同學在跟人家討論東西，都會覺得說，嗯，你看人家在討論東西，在討論一些學科的東西。然後我同學就會說，天啊你怎麼會變成這樣子。就是把自己的價值好像都不見了。真的，我覺得真的影響還滿大的。

不過，秀霞也很清楚對自己的困惑是什麼因素所造成的。她說，直到自己找到一份工作，這種感受才有可能化解。

那我覺得在這四年當中，就是一直有一個困惑，就是說我以後要幹麻。然後一直到現在，因為我現在也還沒有工作嘛，也還在準備考試，就是說我的困惑應該是在這裡吧。就是說我以後……（研究者：就是未來的方向？）對，就是未來的方向。或者說，即使有想做的事情，但是覺得好像還是一個未來的理想，也不知道可不可以達成，我的困惑可能是在這裡吧。那如果說有沒有化解，我現在可能還沒有。因為假如我現在已經確定要工作，然後確定自己想要做的事情，那可能才會化解。

有趣的是，關於未來方向的問題，研究者兩年前也曾經問過。當時，秀霞雖然也還未曾找到自己確定的方向，她並不覺得這是一個困擾她的因素。即使她知道自己並不會往所學的科系發展，她仍然相當肯定大學是一個開發學生的潛能、幫助學生探索自己性向的地方。

研究者：請問你將來會不會想往本科系方向發展呢？

秀霞：這個，是一個困擾我很久的問題耶。到營隊之後，有一次看了一部影片，讓我想要朝輔導服務方面發展。就是大概像 XX（人名）一樣，可以幫助別人了解自己，解決心理的困擾那樣。

如果說大學對開發我的性向有沒有幫助，我覺得像我們政治系老師有一次說，像我們念政治系的，最大好處就是等到畢業以後，我們就會知道自己要去做什麼了。這有點諷刺，可是也是真的。像文學院、社科學院畢業的，唸的東西和就業沒有直接關聯，所以都是進去以後才知道自己真正想做什麼。不過大學是可以讓人摸索的地方，倒是不錯的。(01)

對照前後兩次的訪談，可以發現秀霞在大三的時候，對未來的方向雖然會去思考，也知道所學專長在謀職上並不吃香，但大體上還是抱持著相當樂觀的態度。直到踏出社會面臨現實競爭後，她才感受到真正的危機。

## 五、大學生涯中的遺憾

在第三次正式訪談結束以後，我按掉了錄音筆，秀霞才說，其實在大學生涯中她還是有一些遺憾的。除了在職業上還找不到確定、適合自己的方向外，可能也來自於大四以後生活圈逐漸縮小，她覺得自己還是很「平凡」。

秀霞：其實我覺得，我的大學生活還是有一些遺憾耶。……就覺得說，大家好像都很厲害，找工作也都不錯。自己就想到說，相對的我好像都不行。然後政治系我好像又不是非常有興趣。然後就不曉得自己為什麼會去選擇，當然我也不是把考公職當作自己唯一的路啊，只是就目前還是在走這一條算是滿競爭激烈的路吧。也會想說，那之後是怎樣，真的一切都在不確定之中。又看到有些同學，連聽到人家很積極的去應徵一些外商公司，或去面試，都

會覺得自己怎麼都沒有。就會覺得自己的競爭力好像很低。尤其現在我的生活圈，真的就是補習，然後男朋友，跟家人。畢業以後，跟朋友也很少碰面。然後就覺得，就自從大學那種覺得自己平凡以後，就一直延續下來的吧。

研究者：可是我覺得你大學好像也不能說沒有玩到啊。

秀霞：當然是不能說黑白啦。只是，還是所謂比較心態吧。……尤其是到大四以後，可能你補習啊，啊不過大四算是我人生中第一次交男朋友的時候。大概就這樣。也許比上不足比下有餘啊，可能就是覺得自己比較平凡這樣。

研究者：我覺得大四可能就是比較邊緣人的心態，就看大一大二參加什麼活動啊，社團招新生也是下面那些人，就覺得自己已經是學校邊緣人了。

秀霞：嗯，可能有。

## 六、並未察覺性別對於自我發展的影響

問及性別對於秀霞的自我發展是否有影響，秀霞說，她覺得這是一個兩性平等的社會，自己並不特別察覺到性別角色對自己的影響。不過，因為研究者與秀霞認識，提出也許是她的個性比較隨和，符合社會對於女性角色的期待，所以沒有特別感受到壓力，而秀霞也認同這是可能的解釋原因。

秀霞：然後第八個就是，不同的性別，恩，我覺得現在還算是男女地位比較日趨平等。而且我覺得尤其是在學生時代，男女地位還滿平等。我不會覺得假如我是男生，我可能會比較怎樣。我覺得可能是時代的變化啦，性別角色是比較沒有影響到我的認同。我是覺得還好。

研究者：可是，可能因為秀霞的個性比較隨和吧。你的個性可能本來就比較溫和，就是社會比較會認可的個性啊。

秀霞：嗯。

研究者：可是我的有一些受訪對象啊，她們的個性就是比較脾氣不好，或是比較強勢的那種女生，就會感受到很大的壓力。

秀霞：就是因為是女生，人家就會覺得說，女生怎麼那麼女強人這樣？

研究者：對。

秀霞：ㄟ，我可以理解那種情況耶。因為我有同學她就是覺得她自己個性是屬於那種比較強勢的，然後人家就會跟她說，妳怎麼那麼強勢。可能真的有這種因素吧。

秀霞在大三第一次訪談的時候，認為大學生活對於自己正向的發展幫助很

大。當時她認為，大學因為參加社團、帶領營隊，自我價值感提升許多。並且認識了許多朋友，在關係上也更容易深聊。她認為相當於高中，大學是相當能發展自我的空間。雖然當時她對於未來方向也沒有確定的打算，但她仍舊肯定大學是一個可以探索自己方向的地方。

然而，大四以後的生活圈逐漸縮小，加上畢業以後求職困難、國考競爭激烈，讓秀霞對未來充滿了不確定感。自己過去的那種「比較心」，容易看到別人光纖亮麗的一面，而認為自己很平凡的心態又開始纏繞著她。看到同學對於未來似乎很有規劃，有的準備出國唸書，有的考研究所，有的找到工作等等，使她感到別人都很優秀，而自己相對不足。

秀霞在這兩年中心境上的轉變，讓研究者感到很值得探究。因為，這讓研究者感覺到，在哪一個時間上做訪談，得到的研究結果會是不一樣的。尤其，自我認同的發展是一個動態歷程，個體透過回憶雖可說出自己在每個階段會有不同的心情轉折，但是受到了目前心境的影響，過去記憶逐漸褪色，事後回溯與當時講出來的話強度可能差很多，也可能遺漏掉一些寶貴的資訊。從秀霞的案例中，研究者感覺到針對某幾個個案做長期縱貫性的研究，對自我認同發展歷程的探討應該會更清楚。

## 第七節 分析與討論

在本章中，研究者探討了六個個案的自我認同發展，他們如何經歷自我的矛盾、掙扎，並不斷尋找破繭而出、化蛹為蝶的方向。如何將這些個案特殊的經歷做普遍的探討是困難的。因為每個人面臨到的自我困境並不一樣，而他們的自我認同發展歷程也不相同。

研究者從訪談中發現，每個個體都有其自我認同發展的重點關注面向。

Chickering (1993) 指出自我認同建立之前要解決能力感、情緒處理、自主性及互賴性以及親密性四項發展任務。然而，並非每一項發展任務對每個個體而言都是同等必要的。其實，每一位受訪者都有其自我認同發展的重點面向。以佳樺來說，課業成績是其自我認同發展中最重要因素；而對秀霞而言，在大三以前傾向以團體及活動參與肯定自我，在大四以後則開始尋求職業的認同。對依帆而言，無法融入團體一直是她在國高中時代需要克服的障礙；而對又婷來說，與父母親的冷淡關係則是影響其自我認同發展的主因。也許 Chickering 所提出的發展任務是從普遍性的角度出發，但其中還有個體的差異性存在。有些人在成長過程中，有其特別需要克服的自我認同障礙，而對其他人而言卻並非如此重要。

另一方面，Erikson (1963) 指出自我認同建立以後，會具體反應在生涯方向的承諾上。也就是說，自我認同形成在生涯方向的確定感之先。而 Chickering (1993) 的發展任務論，也將目標的發展，其中包含了職業的目標，放在自我認同的建立之後。但是從秀霞的例子來看，她認為自己在找到一份適合的工作之前，無法對自己產生真正的認同。如此說來，個體對未來方向的承諾與自我認同的建立很可能是並行的。甚至有了承諾以後，還有可能在實際實現的過程中發現阻礙。

因此，儘管人必須先經過探索了解自己的性向以後，方能找到適合自己的方向。然而，人在實踐自己的夢想的途中，還是會經過許多「try and error」的過程，例如小慧進入研究所後發現自己碰到了困境，而伊帆則發現法律的領域有許多自己不曾想過的黑暗面。她們曾經靠自己的探索找到方向，但是最後卻發現這個方向不是自己最初所想像的樣子，而她們必須繼續思考未來的路。馬斯洛的需求層次論中的自我實現，也是包含了職業領域的實現。人是否直到可以實現自己的職業承諾以後，自我認同才能算是真正的建立起來？這是研究者在訪談中產生的一個疑問。

## 第五章 大學生自我認同發展的特色與轉變因素

本章內容是以「微觀」的角度，探討大學生的自我認同如何發展，回應研究目的一。下兩章則是從較「巨觀」的角度，來看外在如何影響個體自我認同的發展。本章分為兩節，第一節處理大學生認同發展的主要特色，第二節探討個體的認同結構產生轉變的影響因素。

研究者從個案身上，看到每個人有著不同的自我發展途徑。但是在其中，卻又存在著共同普遍的方向與影響因素，相當值得注意。

### 第一節 大學生自我認同的發展特色

大學生的自我認同如何發展？無疑，這是很難用單一答案去概括整體的。然而，儘管每個大學生在大學生涯中的自我認同發展不盡相同，卻有兩個普遍的方向。其一為價值觀由絕對走向相對，由一元走向多元。其二為自主性的提升，開始懂得自己做決定，對自己負責。

#### 一、價值觀更多元開放

大學生有一個普遍的發展方向，就是價值觀更開放，看人更加寬容。形成這樣發展方向主要的因素有二，一為大學的人際型態較為多元，能夠接觸到來自不同環境、不同背景觀的人，透過對話使學生瞭解到不同立場的人的不同思考。其二為科系的訓練，大學中的許多人文、社會相關科系都會訓練學生從不同的角度，不同立場來看待事情，因此打破學生一元的思考價值觀。

上大學以後的改變，主要是待人比較正面吧。以前的自己很封閉，朋友很少。

現在我變的比較開朗，世界觀也跟以前不一樣。因為接觸到很多不同領域的人，看得比較多。(阿雄 1-g)

我覺得主要是因為，上大學以後你會跟很多的朋友在一起。可能透過交談哪，或者是生活在一起看別人，知道別人不同想法、不同的經驗，我覺得思想啊，各方面都會比較開闊一點。然後漸漸就會覺得說，可能跟我所學的也有關係。你就會覺得，沒有什麼東西價值是一定的東西，沒有什麼東西是最好或最不好。你就會覺得，能不能適應比較重要。我覺得比較不會像以前那麼死板哪，覺得一定要分高下這樣。(佳樺，1-g)

像我們老師會講一些他的生活方式、思想觀念。有時候，當你跟他（老師）相處的時候，你就會比較用對方的模式來思考事情。你可能會知道他的生活方式，他的信仰跟你不同，就感覺到你應該站在他的角度去思考事情。有些事情你會覺得很不解為什麼他會這樣子做，但是你去用他的價值觀來想，會覺得這一切都很正常。(小陳，1-g)

或是說，一件事情沒有他絕對的善跟惡，他都會有他的因素。所以我就覺得那種感受很好，我會覺得這樣子去看事情，或是評判事情，比較忠厚一點。這是歷史一直很吸引我的地方。所以後來我在思考不管是我生活上的事情，或者我人生的任何事情也好，我覺得我會有一種比較寬容的態度去思考我自己或是別人的事情。因為我覺得，每個人都不一樣，每個時代都不一樣，他們都有他獨特的狀況跟價值。所以這樣讓我看待每件事情，跟別人相處的時候，態度比較開闊吧。(小慧 1-g)

## 二、自主性的提升

大學生的另一項轉變，為自主性的提升。由於大學強調獨立思考，並且課程時間比高中時代彈性，學生可以為自己的生活作規劃，有更多自我發展的空間。而大學有比較多的住宿機會，離家在外一切必須自己打點，也強化了學生的自主性發展。

因為我國高中時期都沒有很明顯的叛逆，我個性本來就是很溫和的人。……譬如父母說功課要好，好我就盡量把功課弄好。然後老師說功課要做，我就好，我盡量做。你們說考試很重要，我也覺得好，考試最重要。就我基本價值觀是不違逆的，沒有什麼好讓人家擔心的。但是到了大學我就變得非常非

常有自主力，而且我非常想獨立，我覺得自己的事情都要自己決定，然後我爸媽非常不能適應。(小慧 1-i)

研究者：那你上大學之後，和以前有沒有比較大的不一樣？

小陳：大的不一樣就是，比較懂的去規劃自己的未來吧。

研究者：那這樣的轉變和你大學的經驗有關嗎？

小陳：當然有啊。因為像我大學是一個人北部唸書嘛。那接觸的事情也多，所有的日常生活照料也要由自己負責。自己一個人在其他唸書久了，當然你會養成自己獨立的精神嘛。(小陳，1-i)

雖然高中也是有他的好處，會逼妳去念很多書，但是比較沒有自己選擇的機會。大學生活比較自由，而且凡事讓妳自己去決定，會比較能讓人知道自己想要什麼。(秀霞，1-i)

就覺得大學時代跟高中時代不一樣，比較有自我發展的空間。就可以做自己想做的事情，沒有被限制。加上我家裡也不會限制我很多事情，都讓我自由，我就比較可以找到自己喜歡的方向，朝自己想做的目標去走。(阿雄，1-i)

## 第二節 個體轉變的因素

人與外界的關係，通常會發展出一種穩定而平衡狀態。如果沒有特別的因素改變這種狀態，個體會一直保持這種穩定的模式。在這種狀況下，自我認同當然沒有發展的可能。因此，是什麼因素使個體產生轉變，這是本節所探討的內容。

經過訪談後，研究者發現許多受訪者會產生關鍵性的轉變，主要發生在兩種情況。第一，是個體經歷到嚴重的挫折，並且察覺到到這個挫折是出於自己個性中的某種問題，他才會想去改變自己。第二，是換了一個環境，脫離原本環境中某些不利發展的因素，也擺脫旁人看待自己的既定眼光，個體乃更有機會改變自己。

此外，研究者發現許多受訪者想改變自己的時候，會從外表開始做起。他們

可能會懂得去修飾邊幅，或改善自己的身材。在外在改變的同時，內在的自我價值感也會提升，而強化了個體內在的改變。

最後，個體處在自我的框架中，往往看得清楚別人，卻看不清楚自己。透過閱讀書籍，看到旁人的故事，往往會發現別人的問題自己也有。這時候，個體才會覺知到自己的問題，而提醒自己去改變。

## 一、困境中產生改變

研究者發現，「改變」的產生常是在遭遇困境，走到近乎絕境的狀態下，個體覺察到自己的問題，乃開始決定改變，而使自我認同有了發展的機會。

研究者：那當時你的內心有怎麼樣的改變？

志達：我那時候覺得很難過，也知道自己人緣還滿差的，就有刻意去做一些改變。……不知道耶，那時候純粹就是因為覺得很難過，很難看吧。所以就覺得如果繼續這樣下去不是辦法。(志達，1-b)

研究者：大一下的轉變，主要是你姐姐講的話嘛，那你自己也覺得你要改變？

又婷：因為當時在大一上的時候，我知道我自己這樣的型態，我自己會垮掉，我自己也想改變。(又婷，1-b)

自我不一致從以前開始都是這樣。國中的時候最嚴重，高中的時候更嚴重，大學的時候自己有發現這個問題，有改變很多。(伊帆，1-b)

從志達、又婷、伊帆的敘述中，可以發現他們是開始察覺到自己的問題，而有了想改變的動機，才產生了有意識的轉變。否則，如果繼續以各種防衛機制保護自我，將自己的問題歸諸於環境，仍舊不會有改變的產生。因此，個體本身的「反省」與「自覺」也是相當重要的因素。

## 二、環境轉換

有兩位受訪者提到，換了新環境時，原先環境中阻礙認同發展的一些因素消失，個體而能有所改變。當人處在一個固定的環境之中，會發展出一套對應這個環境的穩定模式，並且環境中其他人對此個體也有既定的印象。個體處於這樣固定的環境中，要改變自己是不容易的。因此，環境的轉換提供個體改變的契機。

國中因為換一個新環境，就重新開始，就比較沒有這個問題（人緣不佳）。  
（志達，1-c）

離開國高中這個環境以後，這個環境帶給你的影響有些就消失了。所以你會覺得會有些改變，有些想法跟以前是不會完全一樣了。……感受（自我不一致）要怎麼化解的話，我覺得最簡單的就是，想要讓自己再換一個環境。也是最可行的一個方法。我是等到換了一個環境以後，那些困擾我的因素就自然消失了。（小陳，1-c）

### 三、外在強化內在的改變

值得注意的是，當個體想改變自己時，往往是「內在」與「外在」雙軌並行的。個體想改變自己的同時，會開始重視外表，讓自己看起來更加整齊舒服、賞心悅目，而外在的改變也使個體產生信心，願意去做更多的改變。有三位受訪者都提到，外在條件的改善使自己更有信心，更喜歡自己，是後續改變的基石。

我覺得大一下我改變很多。……改變一個人嘛，我覺得應該從外表開始改變囉。就是說，穿一些好看一點的衣服啊，頭髮也整齊一點，心情也漂亮一點。如果很邋邋，自己看了也不舒服。（又婷，1-f）

我的改變主要在大二下以後。外表也是影響自己自信心的一點。大一時覺得自己拙拙的，後來瘦下來了，也會想把自己打扮的漂漂亮亮的。（秀霞，1-f）

阿雄：還有大一就是覺得說，沒信心的來源是覺得自己太胖了，就覺得自己好像很胖這樣，後來就開始苦練，每天運動，伏地挺身，每天運動八小時。我都沒去上課啊，週休五日。

研究者：那你是受到什麼刺激？

阿雄：也沒什麼刺激啊，就想運動，想減肥，想交女朋友這樣子。對啊。就開始運動啊，我大概八個月瘦二十五公斤。減肥之後，就是自己也變瘦啊，也去買一些新衣服，就是覺得滿有自信這樣，然後就去參加社團啊。(阿雄 1-f)

#### 四、從別人的經驗中反省自己

人面對自己的時候，難免會有些「盲點」。有時候，我們很容易看到他人的缺點，但卻忘了自己的面貌。有訪談對象指出，她們透過閱讀，在看到別人的故事；或是跟身邊的人相處，看到旁人的問題時，跳出「自我」框框，才覺知到自己也有相同的情況，並開始反省自己，而能夠慢慢去改變。

我覺得我會變到現在這個樣子是因為我看了一些書，就是中學的時候最常看的是劉墉的書嘛。然後我覺得看劉墉的書我可以反思，他會用他的角度去看他的孩子，會把他的孩子做的一些事情寫出來。……我看的時候會發現，我彷彿也是這樣子。然後我就會覺得，原來別人是這樣看待這樣一個人。然後我就會覺得，如果我是旁觀者的時候我看這個人，我會覺得你為什麼這樣子做，可是當我是做的人的時候，我會覺得我就是這樣子呀。所以我會從一個做的人，跳脫到一個旁觀者，然後我才會有一個反思，然後才會去改變自己吧。……同時還有看一些其他的書啊。我覺得看故事書的時候，最主要是看那個人囉，看他怎麼樣去做，然後就會想我自己是不是也是這樣子，看我這樣子做是不是好還是不好，然後再去改變。(又婷，1-h)

像我們唸臨床，看一些比較病態的人，我們就會去看他為什麼這樣想，然後就會自省啊。其實很多唸心理學或是醫生，都會覺得，怎麼每個病我都有，你可能就會這樣。那你去看人家怎麼分析這個原因，像我覺得以前那種不適應環境的認知或是思考模式，我覺得我都有。可是看到之後你有覺知，就可以改變。……就是覺得說，看到別人然後去慢慢改變自己的想法。對我影響滿好的。(佳樺，1-h)

可是長到更大像現在啊，我就看得出來他們(父母)情緒表達裡面有一些不是很正面的東西，就是比較負面的東西，我就一直提醒自己說，不可以去傳承到那種負面的情緒表達。……因為我每次在處理我媽的情緒，或是我姐的

情緒，因為我姐也有類似的狀況。就在處理他們的情況的時候，我都會想說，我自己一定要小心，我千萬要改變那種思考模式的慣性。(小慧，1-h)

## 五、正向自我認同發展的影響因素

自我價值感的提升，也是屬於個體轉變的一部份。許多受訪者在成績進步，人際關係提升，或是受到師長肯定後會感覺到自信心增加，而開始有勇氣突破自己過去的侷限。

Erikson (1968) 指出，個體能達到自我認同的重要因素，是透過自尊心 (Self-esteem) 的發展。從訪談中發現，自尊心通常需要配合外緣因素產生。每個人賴以提升自我肯定的媒介可能不同，但個體對自己的表現感到滿意，需要先有外緣的因素配合，才能內化為自我認同的提升，而很難靠反省「憑空」產生信心。

經過訪談後，研究者發現使個體自尊心提升的來源，主要有師長的肯定、成績的進步、人際關係的拓展、外貌儀容的改善等四項因素。

### (一) 師長的肯定

人對自己的看法常常是來自他人的眼光，因此受到旁人的重視與肯定，也能夠提升個體自我認同感。尤其父母及師長的看法，更容易影響個體對自己的認知。

佳樺：我覺得還是到我跟我們現在的老闆之後，我覺得他給我滿大的信心。

研究者：是因為他的肯定嗎？

佳樺：嗯。(佳樺，1-a)

就我國中老師很看中我，他把很多事情都交給我做。我覺得我做的不好的時候，他就會跟我說，我覺得你可以做得更好啊。他雖然有時候對我很兇，可是他讓我覺得，我應該可以做得更好，我應該是個更有能力的人，他讓我相信我自己，他把很多重責大任都交給我做。然後我第一次考試，好像是考第五名吧。對我來說已經不錯了啦，因為我小學成績沒有說很好。可是他就說，

你的資質根本就不只這樣子，你應該要把自己設定在很前面的地方，就他很肯定我，讓我覺得我應該要更肯定我自己。(小慧，1-a)

## (二) 成績的進步

在整個社會價值重視學業表現的情況下，課業成績是衡量一個學生價值的主要標準。佳樺認為，自己大三時在課業上有很大的進步，是自尊心提升的重要因素。

我那時候就是對那門課非常有興趣，然後成績就非常高，九十五分。可是那是系上同學都很容易考很爛的一科啊。所以那時候變得比較有信心。再加上那一學期表現的還不錯，就拿書卷一啊，然後就，那個考了之後就對自己比較有信心。(佳樺，1-a)

其實我覺得，跟自己成績變好也有關係耶。因為我覺得我還滿，其實還滿脆弱的，就是自我，自我還滿脆弱的。就是都得要靠外在的一些效標，才會對自己有信心這樣。比較沒有辦法自動覺得自己就是很不錯的一個人。(佳樺，1-a)

## (三) 人際關係的拓展

人際關係也是影響學生自我認同的關鍵因素。在群體的社會中，人對自己的概念常常是在人際的互動中更為清楚。友伴關係的發展也會促進個體的自尊心。

除了我剛剛講高中的時候那個同學，因為我跟他一直到大學都還有連絡，然後可能在大學中吧，可能在社團中的經驗，有得到人際關係方面，也不是說成就，就覺得人際關係上得到對自己的肯定，應該從這些方面來轉變。就是會找到說，自己也有自我價值。(秀霞，1-a)

上大學朋友變的比較多，讓我比較有信心。大學生活我可以說不後悔。(阿雄 1-a)

我覺得社團，就我而言，高中參加社團，對我的人際關係啊，可能人際關係會比較廣，然後跟人家相處啊，我覺得這是比較大的收穫。就認識不少的朋友，最大的收穫應該是在這裡。(志達，1-a)

#### (四) 外貌儀容的改善

Erikson (1963) 及 Chickering (1993) 都指出，自我認同包括個體對身體樣貌的接納。外表雖不能代表一切，但是在個體對自己的外表感到不滿的情況下，很難產生自我認同感。因此，外表儀容上的改善，也是個體提升自我肯定重要的一點。

小峰：那另外一點就是變的比較重視外表，國中的時候就比較慫啊，周圍的朋友也比較淳樸啊。上了高中就看周圍的朋友很多同學都比較時髦，還滿帥的，就開始會學習他們，抓抓頭髮，開始打扮自己，注意自己的儀容這樣子。

研究者：那打扮以後你會變得比較有自信心嗎？

小峰：有啊，因為打扮以後變比較帥。呵呵。(小峰，1-f)

### 六、負向自我認同發展的影響因素

從訪談中，研究者發現許多受訪者經歷到內在的徬徨與迷失的感受，也有許多普遍的共同因素。歸納後發現，這些因素分別為：一、過於強烈的比較心。二、被朋友背叛的經驗。三、被他人否定。四、成績不佳。五、未來方向的不確定感。

#### (一)「比較心」使個體的自我價值感低落

研究者發現，過度的比較心是讓個體缺乏信心的重要因素。愈容易和他人比較的個體，愈傾向覺得自己不如別人，也愈需要仰賴外緣的因素肯定自己。儘管實際上，客觀的處境未必真如自己想像的差勁，但跟他人產生比較的時候，便在同時迷失自己的價值。

像人家說，之前聽到一個人說，他們家人都很強，讓他覺得聯考壓力很大，好像沒有考上 X 大不行。然後我就說，我都考上 X 大了，我還是我們全家最爛的。……我以前會覺得我都不如他們。所以整個大學四年，我都在跟重建這個自我基模掙扎。以前我會覺得，我是全家分數最爛的。就是聯考分數比，

就是成績最爛的。(佳樺，1-i)

阿雄：今天某人開賓士，你能不比較嗎？那請問羅玉容同學，為什麼你姐姐考上 X 大國企所，然後工作又穩定，可以幸福美滿快樂的生活，你不會這樣去比較？真的啦，這是人性啦。

研究者：可是這樣會影響你對自己的看法嗎？

阿雄：當然是有影響啊，沒有信心啊。你沒有看過一個廣告，豐年果糖的廣告你有沒有看過，爸爸為什麼人家有鋼琴，我們家都沒有。真的不是大家都一樣。(阿雄 1-i)

研究者：可不可以請您描述一下高中時候的那種困惑。

秀霞：可能是來自那種比較心吧。因為高中那時候，那個環境很小，你可能會看到，啊，人家是唸建中、北一女的啊，那他考上大學，一定會比我們唸內湖的還好。或者是那種很膚淺的，看人家身材很好啊，那種比較心。(秀霞，1-i)

當然，比較心不一定全然導向負面的自我評價。個體也可能在與他人的比較中，更加清楚自己的定位。並且「見賢思齊，見不賢而內自省」，將比較的結果轉化為自我提升的力量。

## (二) 被朋友背叛的經驗，影響人際親密發展

Chickering (1993) 的理論指出，個體必須與人發展出親密關係以後，才能建立完整的自我認同感。因此，親密感乃是自我認同發展的基石。訪談中發現，學生在成長過程中，若曾有被朋友背叛的負向人際經驗，將使其往後與人相處時失去信任感，甚至開始封閉自己。當然隨著時間的推移，個體可能會自我教育，或者會重新學習去相信他人，但這種影響恐懼還是或多或少會存留下來，影響其與人互動的方式。

我國中的時候碰到一個同學，我一開始的時候跟她非常的要好，可是後來我發現她常對我言不由衷，然後違背我們兩個人之間的約定，或是在別人面前講一些對我不利的話，然後我們之間就牽扯一些非常複雜，包括男生啦，女

生啦，就是一些複雜的人際關係。導致我有很長一段時間都對朋友都不信任，就完全沒有辦法信任。(小慧，1-h)

又婷：就是小學中學遇到的朋友，都是很容易被騙，我都很容易相信別人，可是很容易被騙。不是玩玩的那種，就是感情上的出賣囉。

研究者：就是本來跟你很好，後來變成不好這樣？

又婷：比這個還嚴重囉。所以我覺得，這樣子傷了我很深。所以中二過後，我就把自己封起來了。因為，一開始是家庭的問題嘛，家庭過後就到朋友的問題。所以到中二過後我覺得，就是中二開學之前，我還記得中二開學第一天我跟自己說，今天是開學第一天，我希望自己不要交到朋友。……我會到現在這個樣子，就是說，我現在對人的信任感雖然還沒有很深，可是，我還是會相信別人說的話，就是你跟我講的話我願意相信，可是，我不會跟你講我想講的話，我覺得我只願意做聆聽者。(又婷，1-h)

### (三) 被他人否定，而否定自己的價值

人在自我認同尚未形成的階段，對他人的評價特別敏感，特別是師長、父母等「重要他人」。許多受訪者感受到對自我的迷失，無法肯定自己，都是緣於旁人的否定，以及缺乏同儕的肯定，人緣不佳之故。

而且那時候就覺得需要朋友啊，同學啊，因為人是群體的動物。然後就是交友技巧不好啊，沒有什麼朋友啊，沒有人理我啊，我也不大會跟人家講話。就沒有什麼人要跟我做朋友，我也不曉得為什麼這樣。然後後來就是受不了，也無心唸書。(阿雄 1-i)

結果老師就非常凶。然後就用一個非常睥睨的口氣跟我說，不要就不要，你不要以為自己多行，這樣。然後我就很受挫。因為一個小孩子聽到反話的時候他會非常不安，比聽到被罵的話還嚴重。就如果你直接說，你這樣不好啊。但那老師說，你不要以為自己有多行啊，就那有一點反諷的意味時，我後來就對自己很沒有信心。(小慧，1-i)

當他們貶低他們自己的時候，他也會貶低他自己的小孩。所以有時候我們在家裡坐一坐，然後他就會罵我們，就會用那種，雖然沒有用粗話，可是會用更讓人傷心的話還刺傷我們。他罵過我你是廢物啊，就是廢物，當你聽到廢物的時候，就是你根本沒有用啊。當你一而再再而三被他這樣子罵的時後，

你會覺得，我是不是真的是這樣的人。就算你在外面被人家肯定，人家說其實你很厲害呀，可是你會覺得，其實我不是這樣子的人。(又婷，1-i)

#### (四) 成績不佳，降低個體的自信心

學生在課業表現不佳時，也容易喪失對自己的價值感。在年紀漸長、較為瞭解自己之後，成績的低落對自己產生的否定可能不是全面的否定，但仍舊是個體評斷自己過得好或不好的重要標準。

迷失自我，就是高中的時候分班，課業壓力又很重。因為我以前重考，所以記憶力可能沒有人家那麼好。然後高一升高二那時候，就是課業變難了。  
(阿雄 1-e)

志達：我覺得我過的最好的應該是國中的時候吧，再來是高中。大學還沒過完，我不知道。

研究者：現在你覺得有哪裡不好嗎？

志達：我其實沒有學到什麼東西。其實我真是浪費國家的錢在這邊。……因為我大一下被當一科，大二又被當，然後我就覺得很受不了，就想開始用功了。對呀我也是覺得有可能，就是成績不好就沒有參與感。(志達，1-e)

因為我高中成績一直都很好啊。可是後來，因為我媽媽會一直逼我唸書，所以我後來，反正我大學聯考考不是很好啊。考完聯考之後便成我自我調適，就是對自我長期抗戰的一個過程。(佳樺，1-e)

#### (五) 未來方向的不確定感

在訪談中，研究者發現職業承諾對於大學生的重要性，有隨著年級而提高的現象。以秀霞為例，研究者兩年前對她進行前訪談的時候，她認為大學經驗對她提升自我相當有幫助，主要是社團經驗的影響。然而兩年後再問及相同的問題，卻發現她的自我價值感顯著降低了許多。主要原因，是她還沒有找到自己適合的工作與人生方向。

秀霞：我覺得在這四年當中，就是一直有一個困惑，就是說我以後要幹麻。然後一直到現在，因為我現在也還沒有工作嘛，也還在準備考試，就是說我的困惑應該是在這裡吧。就是說我以後……（研究者：就是未來的方向。）對，就是未來的方向。或者說，即使有想做的事情，但是覺得好像還是一個未來的理想，也不知道可不可以達成。我的困惑可能是在這裡吧。那如果說有沒有化解，我現在可能還沒有。因為假如我現在已經確定要工作，然後確定自己想要做的事情，那可能才會化解。……所以我覺得，在我沒有找到一份工作之前，對自我的肯定沒有辦法。我覺得可能，讀政治大二、大三的時候參加很多社團活動，算是對自我的價值是比較高的時候。然後到了大四，或到了現在，我覺得是到谷底的時候。（秀霞，1-a）

### 第三節 分析與討論

Pascarella (1991)指出，探討大學生發展的研究多半有三個共通性。第一，大學生會產生對於自己的行為無法總是符合社會期待的覺知。第二，大學生隨著人際範圍的擴大，自主性及獨立性皆有所提升。第三，大學生大體上是朝著較高的自我認同形式發展。

本章對於大學生自我認同發展方向的探討，對於第二點自主性的提升有明顯的支持。由於國、高中時代學生的目標只是唸書，生活也是由學校安排好的，學生探索自我的空間很小。但是到了大學，學校的課程要自己安排，有許多的活動、社團可供學生參與，學生需要為自己做規劃、做決定。加上大學住宿的機會增加，學生在外自己打理生活，脫離對家人的依賴，也幫助提升獨立性。

不過，研究者從訪談中還發現大學生另外一點顯著的轉變，即價值觀由絕對走向相對，比過去更為多元開放。這一方面是由於大學人際範圍較廣，學生有機會跟來自不同文化背景，不同想法的人進行對話，產生了對固有價值觀的碰撞而改變。另一方面，許多人文社會學院的科系，會要求學生從不同角度，或由一個因果脈絡中來思考事情。學生因此能拋去自我中心的價值觀，學習以他人的立場來看待一件事情。

研究者發現人與外界的關係，通常會維持一種穩定的平衡，如同皮亞傑皮亞傑在認知發展理論中提到的所謂「基模」。個體不但在認知上會以「基模」來認知外在世界，在待人處世上，也盡量維持著一種習慣的既定模式。

個體會產生內在的轉變，往往是在個體走到困境，個體自我的模式出現危機時，才會開始想改變自己回應外界的方式。這時候，個體能不能察覺自己的問題，乃是改變的關鍵。否則，如果將種種危機都歸咎於環境所造成的，改變依然無從產生。

此外，在環境轉換時，也是自我產生轉變的有利契因。由於在一個固定的環境中，週遭的人很容易形成對彼此既定的看法，以及穩定的互動方式。脫離了旁人對自己的既定眼光，以及這個環境中阻礙發展的不良因素，個體的自我有比較大的改變機會。不過，個體如果沒有由內而發的想要改變，有這種主動的「自覺」的話，則環境帶來的改變只是一時的，一段時間後個體還是會回到過去的狀態。個體必須具備內在成長動機，再配合良好的環境發揮，才能產生真正自我認同的提升。

Erikson 曾經提到，「愉快的社會認可促進個體的自尊心，而自尊心逐漸使個體相信自己能發揮效能，並往更好的未來走去，這種感受稱為自我認同 (Erikson, 1968: 49)。」由此可見，自我認同的基礎是建立在良好的自尊心之上。然而，心理學者在探討自我認同的時候，比較偏向自我認同形成的過程中，個體的內在狀態會產生的轉變，個體自我認同發展的內在歷程如何，卻很少討論哪些「外在因素」促使個體的認同形成。

經過訪談後，研究者歸納所有受訪者自尊心提高的因素，主要有五項：(1) 師長的肯定。(2) 成績的進步。(3) 人際關係的拓展。(4) 外貌儀容的改善。

進一步歸納以上因素，會發現其中的第一點、第三點與第四點都與社會認可有關，也就是說，個體在自我認同的形成中是相當程度受到旁人眼光的影響的。心理學者偏向從內在角度探討自我的功能，很少從社會化的面向來考量。然而，個體所覺知到自己的改變，往往是從社會層面自我來看 (Self)，而非心理層面

的自我功能（ego）。而個體對自己的看法與評價，卻是影響心理層面的自我功能的重要因素。換句話說，Self 與 ego 是交互影響的。發展心理學者在探討自我認同時，是否也可以融合社會化的觀點，這是研究者粗淺的一個看法。

## 第六章 學校經驗及學校環境對大學生自我認同發展的影響

本章以跨個案的方式，回應研究目的二及研究目的三。第一節探討本研究的主軸，即學校經驗，特別是大學教育經驗如何影響大學生的自我認同發展。第二節則了解學校環境在學生的學校經驗及自我認同發展中扮演什麼樣的角色。經過訪談後，研究者發現學校環境不能夠如學校經驗般直接影響學生的自我認同，然而學校整體的風氣、目標、環境等，都能夠主導學生的學校經驗，進而間接影響其自我認同之發展。第三節進行綜合歸納分析，並與文獻進行對話。

### 第一節 學校經驗對大學生自我認同發展的影響

學校經驗包括在學校中，學生與環境互動後所產生的任何主觀經驗。在訪談過後，研究者發現社團經驗、住宿經驗、人際經驗及學習經驗是影響學生認同發展的主要因素。

多數有深入參與社團經驗的同學，都認為社團經驗是上大學後提升自己認同發展的主要因素。如果學生的參與社團經驗發生在高中，則可能會將此改變提前。而住宿經驗也是影響較大的學校經驗之一，學生脫離家庭的保護在外住宿，能培養其獨立自主的能力。在學習經驗方面，大學的學習方式自由，而對學生的影響正面或負面則因人而異。至於人際經驗方面，則由於大學開放多元的人際交往型態，學生有機會接觸到來自各種不同背景的人，因而價值觀變得更多元。

此外，研究者發現，學生上大學之前是否有過類似的先前經驗，會影響大學經驗對學生產生的影響。學生上大學後碰到的經驗若是「第一次」的體驗，對其自我衝擊最大。反之，學生若在高中以前就參加社團，生活過得多采多姿，則大學經驗對學生的影響力相對減弱。

## 一、社團經驗的影響

多數有深入參與社團經驗的同學，都認為社團經驗是上大學後提升自己認同發展的主要因素。如果學生的參與社團經驗發生在高中，則可能會將此改變提前。多數有深入參與社團經驗的同學都提到，社團是在大學中改變自己的重要因素。社團帶給人的改變可以從兩方面來談。一來，參加社團能認識更多的人，交友範圍會比較廣闊，能夠走出自我封閉的框架，並可提高大學生活的豐富性與滿意度。二來，多數社團活動會舉辦營隊等活動，學生如果有機會擔任幹部，實際參與各種教案企劃、設計，能夠訓練做事情的能力，提升踏出社會後的競爭性。

### (一) 與人互動擴大交友圈

多數有深入參與社團經驗的同學都提到，參加社團能認識更多的人，交友範圍會比較廣闊，能夠走出自我封閉的框架，並可提高大學生活的豐富性與滿意度。

可能在社團中的經驗，有得到人際關係方面，也不是說成就，就覺得人際關係上得到對自己的肯定，應該從這些方面來轉變。就是會找到說，自己也有自我價值。(秀霞，2-c)

還有為什麼會在大學開始改變，我覺得這是一個機緣，剛好去課外活動組，一進去發現裡面的人都還滿熱情的。如果有人先對我伸出友善的手，那我也不會冷漠以對啦。而且，主要是我自己也想改變，那我也覺得他們好熱情，很愉快在過生活，自己慢慢就會想跟他們在一起。……社團給人比較多的改變。要跟人合作，學習做人處事的道理。在社團與人互動中較能看清自己，懂的關心別人。(伊帆，2-c)

我覺得主要是社團比較有影響吧。……在社團沒當幹部，沒有學到溝通協調做事的能力，只學到與人相處。在社團我認識很多人，上大學朋友變的比較多，讓我對自己比較有信心。大學生活我可以說不後悔。(阿雄 2-c)

對於伊帆來說，社團中的人比較主動、熱情，是協助她脫離封閉自我的重要

因素。而阿雄及秀霞也因為在社團中交到許多朋友，才讓他們對自己比較有信心，對大學生活感到滿意。

## （二）學習處理事情的能力

此外，社團中有幹部甚至社長經驗的會提到，從社團參與中可以與人相處、合作，並且學習處理事情、問題解決的方法。

我覺得，一開始我就說社團影響滿大的吧，這是其中一個。還有就是，可能是跟你參加社團的性質吧，就是那種偏向於跟你心靈成長有關的社團，然後你需要在短時間，譬如營隊，你需要在短時間內跟一些不熟的人成為朋友，然後還有一些活動或節目要自己舉辦，這些都是以前沒有嚐試過的啊，你可能在主持一些活動，可以學習怎麼樣去獨當一面的機會，或者學習怎麼樣領導別人。（秀霞，2-c）

我先說社團，我就球隊跟球社一起說好了。因為裡面有點像一種組織吧，到了校隊更像。因為你有一些工作要做，要分配事情，然後你有一些經費要籌，你有公文要呈這樣。就會學到很多，比如說怎麼做事，或是跟別人的關係，比如說我是社長的時候，我跟學長的關係，我們之間的權限，可以要求你什麼，就你就開始瞭解一些比較人際關係的複雜面。而且因為你要接觸很多事情，你要接觸很多人，對那種複雜的事情，我是到社團才開始接觸那種。（小慧，2-c）

大學生參與社團的機會比國、高中來得多，但有的學生在高中就接觸社團，這種改變也會提前產生。

我覺得社團，就我而言，高中參加社團，對我的人際關係啊，可能人際關係會比較廣，然後跟人家相處啊，我覺得這是比較大的收穫。認識不少的朋友，最大的收穫應該是在這裡。……參加社團因為要處理事情，有些事情你會學到該怎麼做，像借場地啊，或跑公文幹麻的，就比較了解一些東西。（志達，2-c）

高中生活，以前喔，因為之前有參加吉他社，就很僥倖的當上了社長，就當社長常常要跑公文，就學習到了要怎樣處理事情。那在人際方面，因為要跟

別人四處交流，也就磨練到了膽子啊。有時候要表演的話，也磨練到了台風啊，比較不會上台就膽怯，很多話就敢直接說啊。就是讓自己膽子比較大一點。(小峰，2-c)

## 二、住宿經驗的影響

住宿經驗對學生的影響，主要是自主性的提升。由於離家在外，沒有父母為自己打點一切，凡事都要靠自己決定，大學生住宿的顯著影響為自主性的提升。其次，在校住宿或營隊經驗必須與室友共同居住，彼此的生活習慣各不相同，容易有互相干擾或摩擦的可能，必須學會互相適應與包容。第三，與室友朝夕相處的情況下，也可能受到室友的習性所同化。

### (一) 自主性的提升

大學生住校，或者是在外租屋的比例較高中以前大幅增加，許多大學生第一次離開家人的保護，學習獨立生活，這樣的經驗有助於提升其自主性的發展。

住外面增加自己的獨立性，提早體驗了很多事情。以前住家裡什麼都是父母幫忙準備好，現在什麼事情都要自己來，光這點對比較會想的人來講，就足以改變一個人。像我現在回家，就比較會主動去幫爸爸媽媽做一些事情。(小宇，2-d)

大的不一樣就是，比較懂的去規劃自己的未來吧。……因為像我大學是一個人在北部唸書，那接觸的事情也多，所有的日常生活照料也要由自己負責。自己一個人在其他唸書久了，當然你會養成自己獨立的精神嘛。(小陳，2-d)

整體而言，上大學以後自己和以前有什麼不同，就是說比較獨立吧。因為畢竟父母沒有在旁邊盯，就自己住宿，所以很多事情要學習自己擔當這樣子。然後不論是自己飲食生活什麼的，就是以前在家裡很少做家事，但是上大學以後，在宿舍裡就要跟同學分擔一起做一些清掃工作。(小峰，2-d)

就我住外面之後，我的獨立思考的能力就變得更強更強更強，就是我的外在束縛也都不見了。所以住宿之後我沒有門禁之後，你不用想說早上起來應該先刷牙洗臉，你想先看書也可以，你今天不想吃早餐，吃不下你就不要吃。

就真的所有事情都在你的掌控之中的時候，我覺得一來就是所有事情都要自己負責，再來就是所有事情都要自己安排的時候，會思考事情思考的更深入。(小慧，2-d)

阿雄：學校除了課業就是生活啊。像我搬出去外面，就是要學著處理自己的生活啊，食衣住行各方面啊。包括洗衣服，各種家庭小事都要自己來啊，就是培養自己獨立自主的能力。

研究者：那你覺得影響有很明顯嗎？

阿雄：有啊，就是以前比較會依靠別人，例如說什麼事情叫我媽媽去做，因為我個性本來就是屬於比較依賴型的，很多事情就是叫別人去處理。後來就是一個人在外面，很多事情都要學著自己去解決。我以前的個性是比較害羞內向的，不太敢跟陌生人相處。但是你住在外面，你一定要跟陌生人接觸。就是有些事情可能你沒辦法完成，你一定要硬著頭皮去拜託別人，要想怎麼樣解決問題。這就是跟高中比較不一樣的地方。(阿雄，2-d)

## (二) 適應與他人共同生活

除了離家在外，迫使學生必須自己打理生活的一切，獨立自主性提升以外，也有受訪者提到社團營隊或是學校住宿經驗與室友同住，必須適應與他人共同相處，包容彼此生活習慣的差異。

還有一個，就是上大學以後有在外面過夜，或住宿的機會，那跟以前在家裡的情況也不一樣。你可能有室友，跟室友相處的情況。雖然那只是生活的一部份，可是都會讓你去學習。你跟室友相處，就是會有你們的生活習慣不同，然後你們可不可以容得下，你是不是可以適應這個新的環境，可能對於你適應環境的能力有幫助。我覺得這應該也可以間接加強你出社會以後，你要適應的這個社會。(秀霞，2-e)

## (三) 同儕的影響

也有受訪者提到，與室友朝夕相處，室友的習性對自己產生潛移默化的作用。在近距離的接觸下，同儕的影響更加顯而易見。

再來是同儕的影響。我的室友滿不錯的，除了自己想好好唸書，室友也給我滿大鼓舞的，看到他的用功我也覺得不要差太多。(冠群 2-f)

### 三、學習經驗的影響

在學習經驗方面，大學的整體學習環境比較自由，師長與學校不會干涉你的唸書情況，只有期中考、期末考的約束，學生的學習要靠自己分配時間，沒有人會為你規劃。國高中時代，所有大小考試安排得滿滿的，師長也會不斷要求學生用功唸書，學生的學習是在外在主導下進行。

大學自由自主的學習環境，對不同的學生產生的影響是兩極化的。有的學生認為自己不喜歡在別人逼迫下唸書，而大學的學習環境反而能讓自己願意唸書。然而，也有學生認為自己在大學失去外在要求的情況下，學習情況變得非常放縱，時常缺課，沒有學到什麼東西。

此外，科系的差異，尤其是文組與理組的不同對於學生的上課方式與學習經驗會也產生很大的影響。大多數的文組科系會訓練學生打破自己的一元價值觀，從脈絡中去理解事情發生的因素，並從多方面的立場來看待一件事情。而理組同學除一位心理系的受訪者外，並未感受到科系對自己的影響。有兩位理組同學則提到理工科系所傳授的多半是事實答案，由於缺乏與老師討論、提出自己想法的機會，對於思考訓練上比較吃虧。因此通適教育很重要。

#### (一) 自由的學習環境下，學生能主動學習

大學的學習方式較為自由，學生可以安排自己的時間，老師不會強迫你一定要唸書，學習主要靠自己規劃。國、高中時代，課程表安排的滿滿的，學校、師長也會不斷叮嚀。在此自由的學習環境下，伊帆與冠群因此有時間接觸自己真正想了解的事物，而更願意自己去學習。

我覺得至少上大學有一個好處，就是我今天可以選擇我要不要去上課，我要什麼時候去學校。我如果不上課，我可以選擇我要怎麼把這些時間補起來。如果我今天有本事，考七八十分，老師沒有理由去當你。我覺得這是給你一

個自由的空間，我很喜歡。因為我本來就不喜歡束縛。別人越是叫我早到準時到，我就越是會遲到。……所以對我的衝擊就是，可以讓我自由去學習，真的是讓我很高興的一個學習。我本身比較喜歡這樣的一個環境。(伊帆，2-e)

高中的時候我不大唸書，上課我都自習不大聽課，在下面唸自己的書，也讓家人擔心。大學讓我有自主的空間，我反而會自己唸書。……有自覺還是要有開放式的環境才能發揮出來，高中的封閉沒辦法讓一個人真正思索他要的是什麼。人家規劃好的，只能作人家要求的。開放式的教育讓我更有時間思索我要的是什麼，讓我能有省思有自覺。(冠群，2-e)

## (二) 缺乏自律性的學生，在課業上變得放縱

不過，同樣一個自由學習的空間，對某些學生來說，卻未必是個好的學習環境。失去了學校、師長的要求，有的學生在課業上變得放縱。

再來就是學習狀況不太一樣。以前真的是跟著步驟在走，你每天就是要考試啊，那大學就是要訓練你自我學習的吧。可是我覺得我這方面沒有很好啊。就是說沒有非常自動自發的唸書，就是常常到期中考到了才開始唸書，我覺得這是差異啦。(秀霞，2-f)

(高中和大學)也是有不同，不同的地方就是上課，可以不用去上課。可是我覺得這樣對我的學習就會有影響。因為高中的時候你還是要乖乖坐在教室裡，那你還是不能做其他事，可能就自己看課本，或聽老師上課，你在教室裡能做的事情就是這樣子。可是你在大學就是說，你根本不一定要去教室，那你就有太多事情可以做了，你就不一定會把看書當成最重要的事情。對，我覺得這對我的影響還滿大的。我覺得這對我的學習成果(負面)影響還滿大的。(志達，2-f)

上大學比較好的就是，不用天天早上起來都趕著去上學，也不用穿制服，可以翹課啊。這很正常啊，翹課應該是每個大學生的天性吧。負面因素就是讓自己變得不想唸書啊，期中期末考才在臨時抱佛腳。……你今天在一個校風比較自由的學校，那你會被比較自由的學風所影響，你整個人就會變得，好聽一點說會變得比較有自主性，難聽一點說就會變得比較懶散。(小陳，2-f)

小陳認為，大學自由的學風帶給學生的影響，好聽一點說是變得比較有自主性，難聽一點說是變得比較懶散。不過，懶散與自主性其實是截然不同的兩件事。應該說，有人在大學自由的學習環境中提高了自主學習，而有人則因為失去外在的要求變得懶散。秀霞則提到，大學的環境是要訓練學生的自我學習能力，而自己不能自動自發的唸書，所以學習成果才會不如從前。

### (三) 科系差異對學生學習經驗的影響

每個科系都有自己獨特的思維方式，所學的專業不同、接受的訓練也不同，導致學生進入學校後的學習經驗有很大差異。在科系對學生的影響上，研究者有幾點有趣的發現。首先，提到科系所學對自己的認同發展有影響的同學，除了一位心理系以外幾乎沒有理工或電資學院的學生，而比較多是文組學生。他們認為科系訓練對自己思考事情的方式影響很大，使自己看待事情比較多元。而有兩位理學院的同學則提到，理工科系所傳授的多半是說一不二的事實答案，由於缺乏與老師討論、提出自己想法的機會，對於思考訓練上比較吃虧。因此通適教育很重要。不過，文組學生雖然在思考訓練上能夠接受到學科視野的薰陶，在大學生涯接近尾聲的時候，卻會因為求職過程的碰壁或未來方向的不確定感而無法肯定自己的價值，這部分也是學校教育機構應該協助的部分。

#### 1. 多數文組科系對學生思考方式產生影響

談到科系對於自我認同的發展，有的學生認為科系所學對於自己的價值觀與思考方式影響很大，這些多半是人文或社會學院的學生，或是所學能夠接觸到比較多「人」的面向的科系。

我覺得唸法律系最大的好處是訓練你的邏輯思考。因為他是需要融會貫通，有技巧去唸書的科系。不管今天我考不考的上，至少我覺得他有在幫助我，訓練我的邏輯，去推理。我會想當我如果是一個法官，去評斷的時候，我會用什麼角度去切入。還有唸了法律之後，看事情比較不會衝動。你會想，事

情是不是真的是像表面上這樣看的。你會去思考，他背後會有什麼原因，他的因果關係是什麼，他所造成的結果有哪些，你會比較去分析。我覺得這是這個科系的好處。壞處是，你會變得比較自私自利，假如你唸得走火入魔的話。……我覺得比較不能忍受就是說，法律系的人真的動不動就講權利，非常明顯。一開始就是認為說，我們要有這種權利。唸書唸到最後真的就是變成說，這是我應該有的權利，我應該這麼做，這是我應得的。本來就是我應得的權利啊，為什麼學校不給我，為什麼，為什麼，為什麼。(伊帆，4-d)

我的科系對我來說，是相當有幫助我自我認同的發展。因為，其實唸心理學大部份自省都會很高。然後這個科系又是訓練你去看一個人他內在的思想。然後有時候，像我們唸臨床，看一些比較病態的人，我們就會去看他為什麼這樣想，然後就會自省啊。其實很多唸心理學或是醫生，都會覺得，怎麼每個病我都有，你可能就會這樣。那你看人家怎麼分析這個原因，像我覺得以前那種不適應環境的認知或是思考模式，我覺得我都有。可是看到之後你有覺知，就可以改變。(佳樺，4-d)

研究者：那怎麼會開始想別人心裡在想什麼，然後變得比較開放？

佳樺：一方面是因為跟別人接觸聊天的機會比較多，因為以前都在唸書啊。然後一方面的話，可能跟我唸的比較有關係。我們會很強調個別差異啊，就一定要更包容，就是更多元，唸這個你一定要很多元，不然怎麼能接受你的個案。所以覺得這影響也滿大的。(佳樺，4-d)

研究者：那你唸的東西，對你自己、對別人的想法有什麼影響？

小陳：當然有啊，很深。譬如說，因為我唸的東西跟思想是比較有關係的。任何思想的東西，都會對你的價值觀造成很大的影響。像我們老師會講一些他的生活方式、思想觀念。有時候，當你跟他相處的時候，你就會比較用對方的模式來思考事情。你可能會知道他的生活方式，他的信仰跟你不同，就感覺到你應該站在他的角度去思考事情。有些事情你會覺得很不解為什麼他會這樣子做，但是你去用他的價值觀來想，會覺得這一切都很正常。

(小陳，4-d)

很大的影響。我覺得我現在思考方式，很大部分是來自我對念歷史之後的訓練。就是我看事情變得比較有一種歷史的思維。就比如說妳會把他的背景，把他的前因後果，他的種種因素合起來考量一件事情的價值，跟他的發生原因，不會直接去指責。(小慧，4-d)

唸企業管理對我滿重要的。因為我每科都很專注學習，所以我對這個領域能窺全貌，廣度很夠。也許大一沒辦法完全知道整個企業管理在學什麼，但一

步一步踏實去學。……管理學知識會看人看自己都看的比較透徹。快到畢業才體認到科系真的對自己有滿大影響，之前還沒那麼大感覺。(冠群 4-d)

小慧及佳樺都指出，科系的訓練看待人事變得比較寬容、多元，不會直接去指責對方。而小陳則提到，跟系上不同宗教信仰、不同價值觀的老師相處，久了就會站在對方的角度來想事情。大學科系訓練對學生的主要影響之一，可能是在於破除自我中心的思考方式，建立多元的價值觀。

## 2. 理組的訓練傾向接受固定答案

研究發現，文、法、商及社會科學院的訓練，比較容易影響到一個人的思考方式。而理、工、農、電資學院的知識，則較難與生活產生關聯，不容易產生這樣的影響。除了比較特殊的是心理系，因為它雖然屬於理學院，卻能夠接觸到「人」的面向與內在。有兩位理組的同學並且提到，理工學院的所學以固定答案為主，與自我的課題關聯較小。老師與學生之間在課堂上很難產生互動，不像文學院、社會科學院的上課可以討論，從不同的角度去看同一個問題，訓練學生的多元思考。因此，大學的通識教育相當重要而且必要。

我後來有問他為什麼你會不想上化工的課，他說他覺得化工就只是個賺錢的工具而已，其實並不能對你的生活有什麼幫助。其實我也會這樣覺得啊。化工其實應用的很廣，但就僅止於生產的部份而已。……其實我覺得像哲學系啊，就是在思想方面你多少會有點獲得吧。那如果像商學院那種，可能你在生活上就可以有很多實際上的應用。可是你唸化工系的話，就只是為了以後好找工作啊。工作好找是好找，可是我覺得對你的生活來說，可能不會有很大的改變。(志達，4-f)

志達：文學院的課，很多都是想法啊。然後理工學院的話，可能久了你反而習慣了，就是你去上文學院的課，可能上一些其他的課，要發表自己的意見你都會不太敢發表。我覺得會吧，就是你已經沒有那個習慣了，你就不會想要去發表了。

研究者：沒有想法嗎？

志達：可能會有啊，可是你就是不會想要去講，就是因為你平常上課都是老師講你聽，一直都是老師講你聽，理工學院很少是討論的課啊，很少很少，有的只是大一國文課這樣。(志達，4-f)

我覺得每個科系都有他們的特性。像理工科系就是老師在上面傳授知識，同學根本很少討論的機會，所以我覺得這是理工科系很吃虧的地方。都是老師講我們抄。可是我有修哲學系的課，就會看到極度討論，老師問問題要學生回答，一直給他問一直給他問，學生不回答就不能給他下課。我覺得在有討論的情況下學生才能顯示自己的主見吧。(又婷，4-f)

通常唸法律或政治系的人會對社會比較會有不滿，這是正常的。因為他們會比較看到社會需要改革的那一面，他們會比較從問題切入。這跟自然科學的人不一樣。社會科學，尤其是法政科目的人比較會提出一些批評或建言。(伊帆，4-a)

院系有差。尤其在事業發展，文理差異很大。硬體設備也差很多。理工科比較容易接受固定答案，有一次修同一堂課，老師要我們討論發言，他們不懂為何要有不同的答案。學院不同對學生個性想法出來會不太一樣，所以通識課很重要。(秀霞，4-f)

### 3. 文組學生的職業認同弱勢

文學院及社會科學院的上課方式，固然對訓練學生的思考較有幫助，但是畢業以後的出路較窄。因此學生在面臨找工作的關口，會發現自己所學專長在職場上競爭力較弱，可取代性很高，而難免因此影響其自我價值感，產生徬徨與自我貶低的情況。

你去參加那種大學博覽會走一圈下來，你就會發現真的都是商院、工院的天下，什麼電子的。然後像我那時候去看，最後就只有那種調查局啊，可以去考考看。或是當個軍官啊，就這類的。多多少少會有點矮化耶。就會覺得說，會什麼社會環境真的都是理工在主導。然後文科的方面，除了商跟法律，會比較有出頭的機會，其他你就會覺得說很難發展。所以科系真的影響很大。我大學這四年，一直在想說如果繼續唸，以後要做什麼。……那我覺得在這四年當中，就是一直有一個困惑，就是說我以後要幹麻。然後一直到現在，因為我現在也還沒有工作嘛，也還在準備考試，就是說我的困惑應該是在這

裡吧。(秀霞, 4-g)

伊帆：雖然出路很廣，但是現在走這條路的人也很多，所以競爭就很激烈。像我現在薪水一個月兩萬五，比一個專科生還少耶。

研究者：那你會後悔選這個科系嗎？

伊帆：其實會有一點耶。……像法務都還要去拉生意，跟檳榔西施一樣。然後如果有人過世了，殯葬社和律師都會來。殯葬社問你要不要買棺材，律師問你要不要打官司，其實真的很沒尊嚴。(伊帆, 4-g)

#### 4. 學生按分數填志願，進入科系前不了解所學

最後，研究者發現，幾乎所有受訪者進入大學以前，對自己的科系所學都沒有概念。選科系不是因為興趣，主要是因為分數落點所在，或是科系比較有出路。我國教育高中、大學所學科目存在落差，高中生尚不了解大學科系所學內容，便要求其決定科系，對其未來發展方向無疑是有相當風險的。

一開始是不是唸對科系很難講，選得時候不知道會不會唸的好，你是不是真的有興趣。台灣的高中跟大學有很大的缺口，像美國高中可以選修很多大學的課程，就是那種綜合高中。台灣體制很怪，高中完全沒有大學的訊息，現在可能好一些，有些系所可能會跟當地的高中合作開課。(冠群 4-e)

研究者：那你當初為什麼會填這個科系？

佳樺：填到的填到的，他是我的第三十三個志願，謝謝。

研究者：那你進這個科系以前，你知道你之後會怎麼發展嗎？

佳樺：其實完全不耶。我覺得大部份唸心理學的人，你唸的時候都完全不知道你之後會變幹麻耶。因為我覺得大部份的人對心理的概念都是錯誤的啊。以前唸心理學是因為不用去醫院，三類裡面唯一不用去醫院的系，以前就這樣以為。所以就不要填醫技，不填醫技就可以不要去醫院。可是誰知道還是要去醫院哪，你怎麼知道唸完心理系以後還是要去醫院工作啊。(佳樺, 4-e)

我覺得，可能是在我高中升大學填志願的時候。因為那時候，就不知道自己要什麼，覺得好像什麼都可以，所以我那時候填志願也是就照分數填。……我是唸政治系的啊，可是後來我發現因為我剛剛也有講到，我那時候也只是按分數填，那其實我覺得自己唸完覺得自己不是那麼適合的。就是如果將來

要考研究所，要唸政研所，我覺得自己也不是那麼適合的。(秀霞，4-e)

研究者：現在你覺得有哪裡不好嗎？

志達：我其實沒有學到什麼東西。其實我真是浪費國家的錢在這邊。

研究者：你是不喜歡你現在讀的科系？

志達：其實我對我讀的東西沒什麼興趣，沒有很強烈喜歡他。其實一開始也不知道化工在幹麻。(志達，4-e)

學校科系喔，我是讀電子科系的，老實說我對這個系是沒興趣，是我老爸為我選的，他說為我好，但是我就相信他。對，我就相信他，爸我相信你。所以就一直讀下去啊，而且人家也說讀電子不錯，以後發展還不錯，就不至於找不到工作。(小峰，4-e)

雖然教育改革以多元入學制度取代聯考，有心革除選校不選系、按分數填志願的風氣，但是以多元入學制度進入大學的志達認為，多元入學制度不過就是比聯考多一次機會，大部份同學還是按照分數選志願。

多元入學他本來是說要減輕你考試的負擔，然後讓有各式各樣才能的人能夠去適合他的性向，適合他的興趣去就學。可是多元入學，其實還好耶。因為他就是高三上先考一次學測，然後高三下考一次指定考科。可是指定考科，和聯考啊，是一樣的。指定考科可能有些學校是只要你國英數，可是大家還是把他當成聯考，就全考，因為大家並不是依興趣去唸書的啊，大部份還是以分數去決定學校。(志達，4-e)

#### (四) 好老師帶給學生的啟發性

很多同學都提到，授課老師好不好很重要，遇到好的老師可以得到的東西很多。老師的智慧，能夠將學問與生活結合，啟發學生的思考。反之，如果教的只是課本的知識，學生可能上完課、考完試就忘了，除非學生自己在課堂上的表現特別傑出，否則不容易留下特別深刻的印象。

我覺得老師，我覺得我會很尊敬他們，每個老師都有自己的智慧囉，但是他們能不能用行動證明他們說的是這樣，我比較喜歡講道理的人。他們很好，

他們把他們知道的都告訴我們，讓我們知道說，化學不只是化學而已，化學跟政治社會經濟都牽扯到關係，讓我們覺得化學跟生活是結合在一起的。甚至可以從化學聯想說，現在我們的社會是怎麼了。(又婷，2-h)

老師也有影響。遇到一些教的滿不錯的，要求的很嚴，整個環境綜合因素加起來。(冠群，2-h)

我覺得，我那時候在課堂上可以學到非常多東西。就是每個人都一套論述，而且他們的論述都非常的生動有力，而且非常的體系完整，然後他們感覺都在追求他們心目中理想的東西。……我有很多重要的觀念是透過某些老師的啟發。向我對東、西有很深刻的感覺到不同，應該是大三的時候吳老師啟發我的吧。然後我很明確的發現到自己是有一個資本主義籠罩下的事界，是王老師的啟發。就每個老師擔任的角色不同，可是我後來只會選擇一種。就一直這樣子慢慢上去。(小慧，2-h)

#### (五) 報告與討論課激發思考

此外，大學的上課方式有比較多討論和報告的機會，討論和報告都能訓練學生多方面的能力。給學生做分組報告的機會，能夠訓練學生蒐集資料、和別人合作、上台的膽量等，學到的可能比聽課更多。討論也是很好的方式，能夠訓練學生獨立思考，並且聽別人的想法刺激多元思考。

高中和大學的差別，我覺得首先是上課的方式。高中時上課有明確目標，老師上課都用固定的教材，都是規定好的，可能就是講課本。大學可以自己選擇要上什麼課，而且上課方式是開放性的討論，可以講自己的心得，不像以前都是老師講。(秀霞，2-g)

我覺得在有討論的情況下學生才能顯示自己的主見吧。然後我覺得寫報告也是一個不錯的方法，而不是考試。寫報告的話，你看的不只是課本的東西，你會上圖書館，看到更多東西。有些人不是很喜歡報告，因為他會覺得很麻煩，而且人際關係很難喬得好。所以我會覺得寫報告可以學到的東西比考試還要多，而且有些報告還要上台，還可以訓練學生的應對能力，我覺得這樣更好。因為出社會以後你要面對的都是人，你在大學就要接受這種訓練。學校是一個知識的東西，你要想辦法把學生的這種東西挖出來。(又婷，2-g)

#### 四、人際經驗的影響

大學的人際型態是開放式的，這對學生的影響有兩方面。首先，大學生可能來自各地不同的背景與文化，價值觀念與習性上都可能有很大的差異。學生和不同的文化背景的同儕產生對話，在思想上價值觀上產生衝擊，變得比較多元而開放。

其次，有將近半數的受訪者，都認為班上同學的感情不如高中密切。大學的人際型態過於開放，很多學生認為自己不擅長主動認識別人，需要一個比較封閉的空間來建立關係和信任，大學這樣的人際模式對於自己是不利的。

##### (一) 廣闊的人際經驗，有助於多元價值觀發展

高中時代，同班同學整天在一起，接觸的人只有身邊的好友。而大學的人際互動範圍很大，透過社團、營隊、修課、住宿等方式，有機會接觸到來各地不同文化、不同環境的人，甚至還有在國外生長的僑生。學生和許多不同背景、不同主修領域、不同價值觀的人的對談，會從更多元的角度思考事情。

我覺得主要是因為，上大學以後你會跟很多的朋友在一起。可能透過交談哪，或者是生活在一起看別人，知道別人不同想法、不同的經驗，我覺得思想啊，各方面都會比較開闊一點。(佳樺，2-a)

我覺得大學認識人和以前差很多，因為像小學的時候，就只有住在學校附近的學生，國中也是一樣，高中的話就稍微有一點偏遠的人去讀那個學校，到大學的話就是北中南，就認識南部的學生，就感覺到文化的不同。明明都是台灣人，就覺得真的差很多。覺得能認識不同地區的人感覺還不錯，就有新的體驗，你也會比較了解他們的想法。(小峰，2-a)

呃，就是遇到不同環境裡的人吧。譬如說，你會遇到僑生啊，不同國家來的啊。你可以去了解更多不同人的一些想法，各種不同人的想法、觀念之類的，這會對自己的想法也有一些改變。(小陳，2-a)

## （二）開放的人際交往型態，對部份學生而言是不利的

然而，大學的人際交往型態不盡然都是正面的影響。由於大學人際互動型態和國高中以前的封閉性不同，學生失去了國高中「被迫」和班上同學互動的機會，可能會感到孤立。高達五位的受訪者對大學的人際相處形式感到不適應，認為大學的友伴關係不如高中密切。

負面的經驗應該就是說，人際關係上和自己的同學變得非常不熟。就是因為有課的時候才會見面，彼此之間都沒有什麼交集，所以覺得自己大學的人際關係會和高中差非常多。……那是因為（高中）上課的時間一樣，每天在學校的時間很固定，所以同學間培養感情都比較容易一點。上了大學之後，因為每個人有課的時間都不一樣，很難遇到，所以同學彼此之間的感情就比較淡。（小陳，2-b）

再來就是，比較不容易有要好的朋友，這還滿明顯的。上大學以後會比較難啦，而且會越來越難找到那種志同道合的。大學交的朋友很多都是因為靠近啊。就是同系，或者是辦活動或是什麼的，你們就會在一起，可是未必是因為你們很相像。（佳樺，2-b）

人際關係也是上大學的一個衝擊。高中的時候大家感情都不錯，滿有凝聚力的，會在一起做很多事情。大學的人際比較表面，很多同學根本沒見過幾次。（小宇，2-b）

阿雄：班上就是小群體，我到現在我大一班上同學，比較熟的就只有兩個，還有三分之一的只知道名字，沒講過話。

研究者：可是高中你不是也沒跟班上講話嗎？

阿雄：可是高中就一起吃便當啊，一起夜自習啊，高中就是強迫在一個班上啊，你活動都在一起，對於不善交朋友的人高中比較好。大學你要交朋友更難，因為各自有各自的生活。（阿雄 2-b）

就是我不是很積極參與班上活動，我修課完就走，我不會去班遊班聚，我不會去參加什麼什麼之夜，就是班上活動對我來說是零。然後我會覺得，因為以前高中同學就是每天生活在一起，你可以比較快的建立一種信任感，然後對我來說那種信任感非常重要，他是我生活的基礎。因為我就是一開始對人

必須要有時間去克服我的疏離感，但是大學完全沒有提供我那種東西，所以讓我感到非常無所適從。(小慧，2-b)

由於大學的同班同學情感不容易凝聚，而社團的規模多半沒有一班那麼大，在社團中學長姐通常比較會主動、熱情的對待新生，因此許多大學生是從社團中找到歸屬感及參與感。不過，小慧雖轉而從社團及球隊中找到歸屬感，她仍然認為大學時代同班同學的感情很重要，在所學領域中遇到瓶頸時才不會無人可以討論。系上如果能多提供同學凝聚情感的機會，例如定期的討論會、導生會、演講等等，也許可以降低學生對系上的這種疏離感。

## 五、高中先前經驗的影響

研究者發現，三位高中就有參加社團經驗、認識外校同學的男性受訪者都相當懷念高中生活，甚為自己產生比較大自我認同轉變的時候是在高中。而高中若是學校管得比較嚴、較少在學業以外參加活動者，都相當肯定大學環境的自由以及參與社團活動可以帶給學生的正面影響。研究者反省這樣差異的結果，認為學生「第一次」的體驗會帶給自我較大的衝擊。反之，則影響力減弱。

志達：上大學以後，我覺得比較不明顯（指自我的改變）。

研究者：你覺得你比較多的改變是在高中？

志達：高中比較明顯。可能因為高中就已經跟大學生活很像了，因為學校就是真的管的很鬆了，然後反正在學校就都會去玩。我們到夏天到學校都會換成短褲，然後就穿拖鞋，然後把制服也脫掉，只穿一件T恤，就到學校就換成便服。就是很自由這樣子。就是建中那時候就很開放，然後我覺得在這裡其實第一次體驗到跟以前完全不同的感覺。(志達，2-i)

其實，我自己真的很喜歡唸大學。我覺得如果有必要，我很想再回去考一次台大的企管系，看能不能夠考的上。因為我第一次可以感覺到，沒有人管我。也許是我唸的高中不自由，所以會這樣。因為我聽說像建中是三點五十分放學，也不用打掃。(伊帆，2-i)

在生活上以前高中只知道念書，參加一個日文社也不投入，D大可以利用的資源很多，有很多演講可以自由去聽，社團也能深入去參與，還當到了幹部。很多第一次經驗都是在大學發生的。(秀霞，2-i)

志達提到，他所在的高中因為學校已經管得很鬆了，他在高中就參加社團、跟同學出去玩，所以他在高中是第一次體驗到跟過去不同的感覺。至於伊帆，則說她很喜歡過大學生活，可能是因為自己唸的高中不自由。巧的是，伊帆口中「管得很鬆」的學校，正是志達所唸的建中。如此看來，真正明星學校並不像我們一般所想像的，用升學壓力壓得學生喘不過氣來。反而給學生比較多自由選擇的空間，讓他們能夠自主去調配。

## 第二節 學校環境對大學生學校經驗及自我認同發展的影響

研究者所探討的主要為學校經驗對大學生自我認同發展的影響，但是也希望了解學校環境在其中產生什麼作用。透過訪談，研究者發現學校的大環境能夠主導學生的學校經驗，進而影響學生的自我認同發展。

在學校環境方面，又可分為整體的大學教育環境，以及個別的學校環境差異對學生的影響兩個部分來探討。本節第一部分綜論整體大學教育環境對學生的影響，第二部分則探討不同的學校環境如何主導學生的學校經驗，並間接影響學生自我認同的發展。

### 一、整體大學教育環境的影響

大學教育環境的自由、開放，就像串起葡萄的枝子一樣，學生的學校經驗乃是個別的葡萄，而背後則有著整體的大學教育環境機制造就這些經驗的產生。以社團及住宿經驗而言，大學時代有比較多的機會給學生深入參與社團活動，或是

離家住宿。以學習經驗而言，自主的學習方式對不同學生分別產生了主動學習和懶散的兩極化影響。以人際經驗而言，則大多數學生都同時體驗到了人際交往範圍的擴大，造成自己想法、價值觀的多元化，但也同時感受到了班上同學情感的不易凝聚。

大多數受訪者都肯定大學的自由，提供自我較好的發展空間。國高中時代，學生的階段性任務就是讀書考試，學校會以考試、晚自息等方式為學生安排進度，學生可以自己決定的空間很小。大學時代，在時間的分配上必須自己調控，也能夠選擇自己想參加的活動、課程、生涯目標等等，有助於學生的自我探索及自主性發展。整體大學教育環境對學生的影響，由於在大學生自我認同發展的特色及學校經驗部分都有深入的探討，在此不再引用受訪者的論述。

## 二、個別學校環境的影響

每所學校還是有自己獨特的風氣、環境。學校環境是否能夠對學生認同產生影響？怎麼樣的大學環境比較有利於學生的發展？這是研究者特別關心的問題。經過訪談後，研究者發現學校整體的環境，能夠主導學生的學校經驗，進而影響學生的認同發展。學校舉辦活動、演講的豐富性，以及校園空間的大小，是影響學生發展最關鍵的兩個因素。其次，學校的位置最好不要太偏僻，比較容易取得良好的師資及豐富的資訊。此外，在修課的規定上，學校科系對學生選課的限制多少，這也是影響到學生學習經驗的因素。

### （一）學校活動與社團的豐富性

許多學生認為，學校多舉辦演講、活動及鼓勵社團發展能，夠刺激學生多參與學校的活動。固然學生本身的主動性才是關鍵，但學校如果能提供學生豐富的活動及資訊，的確能夠提升學生參與社團等各項活動的人數與程度。而學生在參與活動的過程中，常能形成刺激改變的動力。

今年我覺得 B 大有進步囉，你會覺得 B 大好像活了起來。因為我以前假日一走出去，會覺得為什麼都沒有人。我去成大，假日人比平常還多。可是我在 B 大，就覺得為什麼我學校都沒有人。今年學校是舉辦很多活動吧，活動一個接一個，沒有停下來時候。我會覺得這樣子很好囉。因為你會覺得，我們學校是這樣子一個活潑的學校，我會想要去參加，看他們到底有哪些活動。這樣子可以讓你去接觸到更多不同的東西吧。(又婷，3-b)

學校好跟不好是真的會影響到學生的發展。他辦的活動多，參加的人至少會從少變到多。因為如果你不辦活動的話，人永遠都是這樣子。(又婷，3-b)

學校要肯要肯資助課後活動的空間，讓學生有自由發揮的機會。學生參不參與是他的問題，但一個不開放社團活動的學校根本沒有生氣。(小宇，3-b)

我覺得(學校)要有開放的氣氛，不要限制學生。社團多一點，選課開放一點，接觸的東西多了，就比較有機會開竅。常辦一些展覽或演講，有空間給學生活動。(秀霞，3-b)

又婷及小宇都提到，學校雖然不能強迫學生去參加活動，但是學校的活動多了，參加的人自然就會增加。而學生在參加活動的過程中，有機會接觸到更多的東西，自我認同才有更大的發展可能。

## (二) 校園空間的大小

大學要有足夠的空間，讓學生休閒、散步、冥思，甚至交友、聊天、互動。許多學生都認為大學不能只是一棟棟可以上課的大樓而以，大學要有大樹，要空間大，才像大學的樣子。學校若沒有足夠的空間給學生活動，會造成學生對學校失去向心力，下課後不願意待在這個地方，減少同學之間互動的機會，也降低學校對學生的影響力。對校園空間小的學生而言，這種負面因素的影響更為明顯。

只要待過我們學校的都會說這根本不是一個大學。城區部從前門走到後門只有五分鐘，感覺很悶，一點大學的感覺都沒有。同學不會留戀這個環境，沒有什麼校園的角落可供回憶。……所以坦白說，區部是一個非常不好的大學

校園。因為他讓很多學生感受不到大學生活，大學不應該是這樣子。(伊帆，3-a)

所以在那邊，就感覺只是像 A 大補習班，這四年除非你玩社團跟社團同學感情非常好，或者是跟班上同學感情很好，不然你對學校只有一種感覺，就是我只是去上課，上完課我不知道要去哪裡，沒有地方可以聊天，沒有地方可以坐下來休息，沒有地方可以看夕陽，看星星。我覺得一個人需要有這樣子的時間去沉澱，可是區部沒有這樣子的環境。(伊帆，3-a)

學校因為以前是工專改制的，所以就會比較小，感覺不像一般的大學。就沒有那種可以散步的地方啊，或者是騎腳踏車的地方。就是都走路很快就到了，就還滿爛的，說穿了真的還滿爛的。影響就是不想待了，想去報考轉學考，大概就是這樣吧。(小峰，3-a)

我們學校還算大，有大學的感覺，可以坐在樹下看書。我覺得學校要大吧，考不到國立也要唸大一點的學校，就算考到國立也不要唸小學校。(小宇，3-a)

大學比較有關的是校園環境很美，整個空氣視野、住宿環境讓我有不一樣的感覺，讓我很喜歡在這樣的環境裡唸書。(冠群 3-a)

環境來講的話，就是很大啊。其實我覺得要唸學校就是要大一點，這樣心胸才會比較開闊，不要擠在小小的地方。(佳樺，3-a)

從訪談中可以發現，小峰及伊帆對於學校校園太小這一點相當不能認同。他們認為，在學校中沒有可以散步、休息、騎腳踏車的地方。伊帆則進一步提到，學校空間小，沒有地方給同學聚會、聊天，同學不會留戀這個環境。在這種狀況下，不利於同儕情誼的發展，也降低了學校對學生產生影響的機會。

此外，志達還提到學校中每個科系配置的資源不同。他認為學校雖然寬廣，但自己的科系活動空間不足，這也可能影響班上同學的互動機會。

而且像化工系其實很小，化工系那棟樓其實很小，而且因為都是實驗室，就給學生的空間其實很小。就那一棟化工系館只有兩間教室可以給學生上課而已。(研究者：那你們有那種可以給學生聚在一起聊天的地方嗎?)有啊，可

是很小，可是一個地下室而已。我覺得化工系學生可以分配到的資源其實還滿少，像電機系就滿多的。(志達，3-a)

### (三) 學校的位置

學校的位置最好能靠近市區，至少不能太偏僻，才容易請到比較好的師資。此外，在交通方便的市區各種演講、研討會等各方面學術活動較多，有利於學生吸收各方面的資訊。

A 大在那邊叫做佔地利之便，因為所有的行政機關包括財政部，外交部，還有所有的法院都在博愛特區，找老師非常的方便。不管是商學院還是法學院。……外縣市很多大學環境雖然幽美，有好山好水，但會讓學生太放鬆以致不想上課。所以不是只要找一塊很大的地就可以，太偏僻的地方沒有好的師資。(伊帆，3-f)

滿意的地方就是他離台北市中心不遠啊，吸收資訊比較方便。(小陳，3-f)

除了學校交通方便比較容易請到優秀的師資，學習不是只限於校內，學生出了學校有沒有研討會、圖書館、演講等各方面的學習資源可供利用，也是需要考量的因素。

### (四) 學校選課的多元開放

學校風氣自由、開放，能夠提供學生多方面的資訊，並且不對學生的選課做太多限制是較有利於學生發展的。學校科系若對學生選課做太多限制，雖然能某種程度提高學生對專業科目的瞭解，但卻也失去了接觸其他學門知識的機會。秀霞與小慧都是 D 大的學生，她們認為，學校風氣的自由開放以及科系健全，使她們有機會接觸其他領域的課程，對於拓寬眼界很有幫助。

我覺得學校環境的不一樣一定有影響耶。就是有些學校可能風氣比較封閉啊，那你可能接受新知，或者是參加社團的限制會比較多嘛。那其實，D 大

算是一個風氣還滿自由的啊，就是什麼東西都還滿開放的，所以我覺得會讓我，假如我待過 D 大這個環境，然後我如果到一個比較封閉的環境，可能會去批判啊，因為會覺得說，學風自由、對學生沒有限制，學生是比較能發揮他的才能。選課方面也是很自由，你可能只是唸甲科系，可是對其他科系如果有興趣的話，你也可以去接觸。這是我覺得學校環境對我的一些影響。

(秀霞，3-c)

小慧：而且因為 D 大是所有的科系都很健全的，文、理、法、農、工、醫，就所有科系都非常健全，他的選課非常自由，就變成你有非常多的機會跟各種科系的人相處、對話、交流，我覺得那對我非常重要。因為我這樣才知道說，我這樣的科系，或我這樣的人是處於什麼位置，那這個位置有什麼優點，然後他是不是真的是我要的。不然的話我就會，我也不知道也。

研究者：就是跟其他的人交流你會比較瞭解其他人有其他的想法。

小慧：對。我覺得就是，因為你看到其他人，你才知道你自己所在的位置是不是你想像的那樣。(小慧，3-c)

小慧還進一步提到，每個人對於自己的人生都不一樣的規劃，學校的課程規定能夠適度彈性，有利於學生達到自己的生涯目標。

而且我覺得每個人的規劃都不一樣吧。也許我想要先鬆一點，然後我這學期想要學英文，或去某個社團好好做一些事之類的。然後我後來發現我去跟其他學校的人講說，你可以有自己的規劃啊，你可以先規劃什麼什麼的。就我的思考方式裡，你當然可以規劃你自己要的進程。可是我後來發現其他學校的狀況全部都是那種，即使連清交、政大、師大他們的狀況都一樣，他們都是那種我們只有什麼什麼課可以選，我們可以選擇的很少。然後我非常 Shock。其實我很慶幸，我最後是到 D 大。(小慧，3-c)

### 第三節 分析與討論

本研究關心大學生的學校經驗如何影響其自我認同的發展，也希望了解學校環境在其中所扮演的角色。學生透過與環境互動所獲取的學校經驗能夠直接影響

到其自我認同的發展，而學校環境雖然不能直接對學生的自我產生作用，卻可以透過整體的制度、風氣、對學生的要求等，主導學生的學校經驗，進而影響其自我認同發展。

在大學環境影響模式中，對於學校環境如何影響學生發展所秉持的是「互動」的觀點。從本章研究內容中，也支持學校環境對於學生影響是「互動」產生的觀點。例如，學校可透過豐富的社團活動、經常性的演講等來增加參與的學生人數，而學生透過主動的參與產生經驗，進而能夠產生改變。在 Astin (1993) 的研究中，提出了解環境對於學生的影響，可透過「投入-環境-結果」的模式，分辨從投入至結果之間個體有哪些改變，而這些改變可視為環境的影響。研究者以為，在「投入-環境-結果」的模式之中，可以加入學生個人的體驗，更能顯示出學生在環境中主體性參與的影響。

Chickering (1993) 曾經提出七項有利學生發展的學校因素假設，分別為：  
(1) 明確的目標。(2) 適當的規模。(3) 學生與科系間的互動。(4) 多元的課程。(5) 啟發式教學。(6) 鼓勵學生社群的發展。(7) 推動學生發展計畫。在研究中，這七項假設基本上都獲得支持，不過研究者發現，學校的物理空間是否寬廣，有沒有提供學生休閒活動、思考的場地，也能夠影響學生對學校的認同、參與，以及學生社群的發展。也許國外大學的空間普遍寬廣，因此學生感受不到這方面的差異。

在本章中，研究者發現大學生都認為大學的環境比較自由，不論是整體時間的規劃，人際相處的空間，還是課業學習方面，學校都不再像國、高中時代強力的介入，而需要學生主動去安排自己的生活。許多受訪者很喜歡這樣的自由，但不見得對每個學生而言，這樣自由所產生的結果都是好的。

值得一提的是，學校的屬性如學校排名、學校的公私立也是研究者所定義的學校環境之一部份。在一般的認知裡，學生進入明星學校就讀，自尊心及社會大眾的評價都會提高，理當對學生的自我認同產生提升作用。然而在張春興與黃淑芬(1982)所做的研究中，卻發現公私立大學的學生自我認同發展沒有顯著差異，

而本研究的訪談中，也沒有發現學校排名對學生自我認同發展的影響，與研究者一開始所預期得到的結果有所出入。

在學校經驗方面，張春興與黃淑芬（1982）探討大學教育環境與青年其自我認同形成的關係，發現參與社團活動者、學業成績較優者及有工作經驗者，其自我認同發展較成熟，本研究支持這項看法。

在人際方面，有五位受訪者提到大學的友伴關係不容易密切，班上同學各忙各的、聚少離多。因此，很多同學從參加社團中找到歸屬感。而課業方面，有的學生認為自己的自律能力不錯，會自己掌控時間唸書，而且比高中時代更願意去學習。但同樣的，許多學生在大學只有期中、期末考才會唸書，在學習方面沒有什麼收穫。因此，同樣的學校環境對不同個體而言，也會產生相異的影響。大學生要有好的認同發展，其本身願意積極參與大學生活的意願相當重要。否則在一個開放式的自由環境中，可能更加容易感到孤立無援。

## 第七章 性別及家庭對大學生自我認同發展的影響

本章回應研究目的四。在本研究中，研究者特別關注的是大學教育對於大學生自我認同發展的影響。不過誠如 Pascarella & Terenzini (1991) 所一再強調的，每個學生來自不同的文化與成長背景，接受不同的價值觀薰陶，他們有著相異的性別、進入不同的科系，我們不可能期望這些人不同背景的人，進入大學以後有著相同的發展。

因此，了解學生的個人因素如何影響著他們進入大學後的學校經驗及自我認同的發展，這是有其必要的。在經過一番文獻的閱讀後，決定性別與家庭是在此議題中必須提出來的問題。不過研究發現性別與家庭因素對學生自我認同發展的影響以直接影響為多，透過學生學校經驗的影響並不顯著。

### 第一節 性別的影響

在訪談之後，研究者相當訝異在看似兩性平等的社會中，竟然有高達三位的女性受訪者感受到性別角色帶來的束縛，以及自身性別角色期待與自己個性不符合所產生的內心衝突感。至於男性受訪者，僅有一位認為自己的個性較為女性化，因而感到人際上缺乏支持的感受。其餘的五位男性受訪者則全數對自己的性別角色感到自在。不過，性別差異在學生時代的影響尚不如踏出社會後來得明顯。

#### 一、社會價值觀引導兩性朝不同方向發展

社會對兩性有不同的規範與期待，深刻影響家庭教育及兩性的自我認同與價值觀發展。父母及社會會因男女性別的不同而給予有差別的期待，灌輸不同的價值觀，主導兩性朝此不同的期待方向發展。

那我是覺得整個社會其實，是並沒有完全改善男女差異的價值觀啦。大家還是會認為說，女孩子就是要該有原本女孩子的樣子。現在很多人是已經爭取到男女有一點平等，甚至現在男生也有一點需要被扶植的地步，因為很多婦女都什麼保障權嘛。那我覺得，畢竟這是一個父系的社會，所以不管你怎麼做，整個社會環境賦予你的認同呢，就是會跟以前傳統社會一樣。今天你如果超過三十歲還沒結婚，第一個他們就會叫你老處女。可是好像沒有一個人會叫一個四十歲黃金單身漢叫老處男。(伊帆，5-a)

當然有啊。他們覺得女生是需要被保護的，男生是應該很堅強吧。社會普遍上對男女就有差別了吧。所以造成家長，甚至是自己，不能夠對自己是男生或女生有平等的待遇。像男生多晚回家都沒關係，可是女生就不能超過幾點。他們就會覺得男生沒關係啊。然後男生就不應該哭啊，男生的角色就是要保護一個女生，不管怎樣都不能像現實低頭。可是女生面對問題解決不了，就哭摟。什麼都不用做就哭就好了，就會有人來幫你。(又婷，5-a)

研究者：你認為性別會不會影響你自我認同的發展？

小陳：這我就不是很了解。因為不同性別想法應該不一樣吧。女生的話，我也不知道要怎樣去解釋。

研究者：你覺得你的性別會不會影響到你如何去想事情？

小陳：一定會。就是會有那種一般男性都會有的價值觀去思考事情，這是一定會的。(小陳，5-a)

研究者：你覺得不同的性別對自我的發展有什麼影響？

志達：我覺得多少都會有吧，因為社會給男生和女生的期待和規範都不太一樣，男生和女生從小受到的教育都不一樣。

研究者：那對你有影響嗎？

志達：我覺得喔，會有耶，還是會有。就是你自己可能也會有這種，你自己已經被社會賦予這種規範，你自己心裡已經被這種規範規範住了，平常可能沒有發現，可是有時候看到一些事情，你的反應就是會跟大家一樣。

研究者：譬如？

志達：可能就會要求男生要比較堅強啊，要忍耐啊，平常可能不覺得啊，可是遇到就是會這樣，我覺得是會。(志達，5-a)

男生女生各有優劣吧，我對自己的性別滿自在的啊。會不會影響自我認同發展的話，我覺得會影響吧。一些社會文化的觀念，會影響自己往社會認可的方向發展。(小宇，5-a)

值得注意的是，社會價值觀雖然對男女兩性都有所期待與要求，但伊帆及又婷都感受到，社會價值觀對於女性發展有特別不利的限制。

## 二、兩性差異在踏出社會後的影響，比學生時代更為顯著

性別對於學生的自我認同發展有直接的影響，但是對學生的學校經驗影響則不明顯。伊帆及秀霞都提到，性別的不平等在學生時代尚不明顯，但是到出社會以後會愈加顯著。

你想要男女平等，但很多東西就是沒辦法。那如果說是學生時代，我覺得是還好啦。因為在學校，很多女生是表現比男生好。可是我覺得很奇怪，男生出社會的表現都比女生好。那我覺得這跟幾個有關係。第一個就是，男孩子比較沒有家累啦。因為男孩子在應酬，在應對進退上比較能夠有自己的空間。像女孩子呀，如果跟客戶去酒店，去 PUB 喝個半醉，好像就不太好。所以，就法律系來講，女孩子比較會喜歡當司法官，就法官或檢察官，比較不適合當律師。這也是我最近才慢慢體認到的。……有時候律師跟當事人的關係非常信任，非常親密，甚至可能會杯酒吐真言這樣。可是你女孩子做不到啊。那其實，這樣子性別當然會影響發展啊。那女生當然比較會去選擇法官，比較不需要跟當事人去打交道這樣。可是坦白說，現在有一些企業的主管也是女孩子。有一些企業認為女孩子比較適合是因為女孩子比較細膩，比較細心。那其實，有些女孩子帶的也是不錯，脾氣也不會很暴躁。可是，畢竟也還是少數啦。一般女孩子可能要在商場撐起一片天，還是需要毅力啦。有時候，我們自己也會去畫地自限。因為假如突破這一層的話，你會背負很多壓力。(伊帆，5-a)

秀霞：嗯，覺得男生要當個女上司的部屬，可能就……，而且在公司裡要升遷的話，就是男生比較容易啊。

研究者：其實這可能也跟他們會比較想要積極的升遷有關。因為女生可能，社會不會看你有沒有升遷到高位，而是看你家庭好不好啊，丈夫怎麼樣之類的。所以女生如果沒有格外的企圖心的話，她可能也不會想要爭取到一直往上爬這樣。她可能會比較重視家庭。

秀霞：而且，比如說你兩個夫妻，犧牲工作的真的還是女生比較多。所以我剛剛會覺得性別角色沒有影響到認同，可能因為我們家裡都是女生，就我跟我妹妹。還有在大學，學生時代比較不會有那種性別不平等的情況。可是到了職場，那種情況可能就跑出來了吧。可能還是會有。(秀霞，5-a)

### 三、較多女性受訪者感受到性別角色的衝突

對女性而言，多數女性受訪者認為社會的價值觀對女性有較多的束縛，不自由，且要求女性要「像個女生」。這部份對於個性較強、較有主見的女性感受更為強烈。其中有高達三位的女性受訪者認為自己的個性不像「女生」，而因此感到內心的衝突，她們比較希望自己是個男生。

因為我是一個，個性比較像男孩子的人。我比較粗枝大葉，然後比較沒有像傳統女孩子那樣溫良恭謙儉的。所以我就是常常會被人家認為說，嗓門很大啦，比較不像女孩子這樣。因為我是一個，個性比較像男孩子的人。我比較粗枝大葉，然後比較沒有像傳統女孩子那樣溫良恭謙儉的。所以我就是常常會被人家認為說，嗓門很大啦，比較不像女孩子這樣。一開始我也會覺得不高興啊，因為我會覺得難道每個女孩子都要像林志玲，講話很嗲那樣。她其實是一個很謙虛的人啦。那我是覺得整個社會其實，是並沒有完全改善男女差異的價值觀啦。大家還是會認為說，女孩子就是要該有原本女孩子的樣子。(伊帆，5-b)

可是我會覺得我爸媽對我的教養方式好像是養個男人似的，所以我自己的特質比較不那麼女性化，同學也把我當個男人來看。其實是沒什麼不好啦，只是，其實是還好啦。……有時候會希望自己比較女性化耶。因為我覺得女生女性化有時候滿吃香的。其實有時候會覺得自己比較沒有異性緣，可能跟，除了長相之外，我覺得跟不夠女性化我覺得也有關係耶。(佳樺，5-b)

我會覺得很懊惱，因為就算一開始我是一個很堅強的人，我會一直給人家碎碎唸碎碎唸。他們還是比較希望女生是屬於被保護的。然後我會覺得，我會比較希望自己是一個男生啊。因為男生他可以保護女生，然後男生他可以做很多事不用顧忌太多。女生細心，女生的房間一定是整齊的，女生房間不整齊你會覺得怎麼可以這樣子，可是男生房間不乾淨是正常的啊。(又婷，5-b)

社會期待「女生就該有女生的樣子」，使個性不符合傳統女性角色的伊帆與又婷感到不滿。女生就一定要怎樣嗎？為什麼我不可以活得像自己？這是她們心中的無奈。

#### 四、女性化特質的男性受訪者之「兩難」

在六位男性受訪者中，有五位男性對自己的性別角色認同，認為當男生比較好。不過，仍然有一位男性受訪者指出，他的個性比較接近女生，較為敏感、多愁善感，需要朋友的支持。但是男生之間會有「競爭」存在，比較難發展出很親密的友誼。但是他又不是女生，也沒辦法跟女性成為很好的「姊妹」。

研究者：就是你身為男生這個性別角色，你有沒有因為你的這個性別角色受到什麼影響或是限制還是怎樣？

阿雄：我覺得影響很大耶。因為我覺得男生之間，比較會互相競爭，跟女性不同。然後我的女性特質比較多，就是屬於比較多愁善感啊，這種個性。所以我覺得我當男生，跟男生相處方面就會比較受到一些影響。就會比較不容易融入男生的團體，再來就是我又不是女性，女生有自己的團體，我要融入女生的團體可是我自己又不是女性。就會變得說沒有辦法在兩方面取得。就是說，有點兩方面為難。(阿雄，5-e)

阿雄的例子使研究者想到寫「懺悔錄」的盧騷，他的個性非常纖細、敏感，而內心一直充滿著衝突與矛盾。當時授課老師曾經問道，盧騷既然是那麼善良的一個人，為什麼他的一生過得那麼痛苦，而且沒有一個持久的朋友？那時候我回答，因為盧騷是男生。因為他是男生，當他內心情感豐富，需要與人分享、傾訴時，男性無法了解他內心的世界。可是他與女性之間的友誼又不是那麼純粹的，很容易變質，因此他找不到一個真正的好朋友。

阿雄對於性別角色的衝突感，來自於他特別可望同儕的友誼，但是男性之間的相處比較競爭，不容易有支持、關懷的親密互動。這與反傳統女性角色的女性受訪者，對於社會價值觀加諸自己身上的束縛，所產生的「不平之鳴」有所不同。

#### 五、外貌在女性認同中扮演的角色

此外，對女性而言，外表在自我認同中扮演更重要的角色。外表好看與否對

男性與女性的自信心都有影響，但對女性的影響卻更重要。

男生比較喜歡漂亮的女生，女生比較喜歡有錢的男生，所以男生會想讓自己成為有錢的人，女生會想讓自己變漂亮，這都是吧。(小宇，5-c)

可是我覺得在外表上，其實也是需要一番自我認同。(研究者：你是覺得自己不夠漂亮嗎?)本來就是呀。所以，聽到恐龍就很敏感呀。非常討厭人家說恐龍什麼的。就會覺得說，自己不看看自己長得像五大郎，就會當街在那邊評論女生很像恐龍，那些男生不照照鏡子看自己長得也沒多帥好不好。就算長得帥也沒屁用啊，每天就會在那邊閒晃不事生產，還敢說人家像恐龍，我最討厭這種人了。(佳樺，5-c)

## 第二節 家庭的影響

家庭對於學生自我認同發展的影響，主要表現在幾個方面：第一，幾位受訪者感受到內心的沮喪、沒有信心，都可以追溯到家庭中不良的氣氛，如父母親感情不睦，或是缺乏家庭的情感支持。第二，父母親尤其是母親可能對子女過度保護，而無形中阻礙了他們向外探索，發展自我的空間。第三，父母親對子女的期待，會主導子女朝此期待方向發展。這種期待不一定是好的，子女可能因此得到更好的發展，只是負面影響是否形成學生的他主型認同值得探究。第四，父母親對子女偏向負面的言語，可能降低他們的自我價值感。第五，家中其他兄弟姊妹的表現，會與子女產生比較，而影響個體自我價值感。第六，不管父母親對子女的管教如何，其自身的生活習慣與言語表達方式，都可能對子女產生「身教」的作用，許多受訪者認為自己與父母親中的一方某部份特別相像。

### 一、家庭氣氛不良，對子女的自我認同產生負面影響

家庭對學生自我認同發展是極為重要的。家庭中的氣氛不良、父母感情不

睦，則可能讓學童感到自己與他人不一樣，而嚴重影響子女小時後的心理健康或人際發展。

不過我媽是說，我小時候會很自卑這樣。我是不知道有沒有，就自己那時候沒感覺。可是後來想想可能會有吧。因為家裡的關係吧。因為那時候他們感情就不好啦，而且我爸又沒有在工作，可能小時候就會覺得跟別人好像不太一樣。(志達，6-d)

接受自己來講，最主要觀念是家庭。就像現在的我，我還是不能接受自己吧。我小學就想尋死了，我覺得我在不在都沒有差別。我覺得離婚是可以接受的。他們從小就一直吵架，我都會跟他們講，你們乾脆就離婚算了。可能他們離婚了，關係還會變好也說不定。因為相處很難吧。(又婷，6-d)

家裡常吵架。小時後我媽跟我阿媽跟我爸在吵架。我媽就是那種個性很激烈的，破口大罵啊，摔杯子什麼的。反正就是婆媳之間的問題。反正個性就不合嘛。然後不合就造成我現在個性這樣。(研究者：為什麼?) 小時候就是緊張啊，什麼的。反正就是讓我很沒安全感這樣。(阿雄 6-d)

我家如果我阿媽在廚房的話，我媽一定是在客廳。我媽如果在客廳的話，我阿媽一定也是在房間。反正她們不會在同一個客廳，吃飯也不是全家一起吃。我們全家一起吃飯只有過年的時候。不然就是我跟我媽吃，不然就是我跟我阿媽吃，不然就是每個人各自吃這樣。……就是覺得很空虛啊。因為我媽都在賺錢啊，那我阿媽也不會跟我講話，所以我也不太會跟人家講話。所以我從小到大都是覺得講話就講話啊，幹麻開玩笑。就是很正經啊，有必要的話才講，沒有必要的話就不要講。就覺得同學那樣玩來玩去很無聊，因為家裡氣氛就很嚴肅。(阿雄 6-d)

## 二、過度的保護阻礙子女向外發展的機會

其次，父母對於子女（尤其母親對女兒）的管教若是過於保護，可能某方面能夠提升子女的課業表現，但也無形中限制了子女向外拓展的機會，以及同儕互動的空間。

我覺得我爸爸媽媽的教養方式還算正面，不會說太嚴厲或是怎樣，可是比較影響到的是，我覺得我媽媽是不敢讓小孩去嘗試什麼事，或參加什麼活動，就是為了保護小孩而限制他去幹麻，出去玩什麼的。可是我覺得，這會影響到小孩以後變的不夠獨立，或你比較沒有參加那麼多活動的經驗，然後你的生活範圍比較小。我是除了這點以外，我覺得我的家庭環境是還算正面，可是就這點比較吃虧。(秀霞，6-e)

就是，會過度保護吧，不會讓我出去玩。所以我覺得，其實上大學之後，在人際方面一直在努力吧。因為在上大學之前，很少跟同學出去玩，因為我媽不肯，他覺得很危險。(佳樺，6-e)

### 三、父母對子女的看法影響其自我認知

此外，父母對子女的態度、言語、期望都會對子女的自我認同有非常深刻的影響。父母如何看待子女，會潛移默化孩童對自我的認知。

我覺得我爸爸是一個很自卑的人，因為他的成長背景吧。我們那邊的人，現在的中年人以前都很窮，他們是貧過來的。我覺得他們很在乎別人的看法，所以他們相對的就會貶低他們自己。當他們貶低他們自己的時候，他也會貶低他自己的小孩。所以有時候我們在家裡坐一坐，然後他就會罵我們，就會用那種，雖然沒有用粗話，可是會用更讓人傷心的話還刺傷我們。他罵過我你是廢物啊，就是廢物，當你聽到廢物的時候，就是你根本沒有用啊。當你一而再再而三被他這樣子罵的時後，你會覺得，我是不是真的是這樣的人。(又婷，6-a)

### 四、子女朝向父母的期待方向發展

父母對子女的期望，也會無形中左右子女的發展方向。這可能無形中限制了其自由發展的空間，但同時也有可能是使子女提高自我要求與向上發展的有利因素，只是這種認同是否為 Marcia 所謂的「他主定向型」值得探討。

因為家中只有我一個男孩，所以我爸對我的要求就非常高，對我就比較嚴厲一點，他會安排我要做什麼做什麼，就會事先規劃，讓我比較少受挫折。他

也常常說，要多聽聽老人言，不然會吃虧。就過的還算平靜，因為越長越大就越聽爸媽的話，果然真的好處很多。(小峰，6-b)

我覺得最明顯的是，我們家庭是很重視學業表現的。因為我的爸媽都是原本家庭環境不是很好，可是因為書唸的不錯，所以才有後來比較好的物質生活。所以對他們來講，其實就是像以前早期的人認為出頭的方法，我們比較不會，他們比較不會鼓勵小孩子去做其他的事情。所以，學業表現在我上大學以前，是我生活中最重要的一件事情。(佳樺，6-b)

我覺得反倒是家庭因素比較大。家裡的排行吧。因為我排行最小，我會比較隨興，沒有什麼太大壓力，像我哥他們可能就有比較大壓力，人家對他期望比較高，他就要朝人家的期望走。他的路要走的比較明確比較狹窄，他就是一直會去唸書，沒有其他的好奇心。我就比較沒有侷限性，可以往自己想走的方向發展。(冠群，6-b)

## 五、兄弟姊妹的表現影響自我認同

家中其他兄弟姊妹的表現，也會使個體及長輩產生比較而影響學生的自我認同。佳樺雖然成績非常優異，也考上理想的學校，然而由於哥哥是某大醫學院的學生，使她一直覺得自己表現不佳。

受訪者：因為我哥哥的成績非常好，然後我覺得，以前在高中以前都還好，因為我高中成績一直都很好啊。可是後來，因為我媽媽會一直逼我唸書，所以我後來，反正我大學聯考考不是很好啊。考完聯考之後便成我自我調適，就是對自我長期抗戰的一個過程。

研究者：為什麼？你覺得你考得太差了？

受訪者：對啊。所以，其實我大學四年都是在跟這個想法抗爭。

研究者：是因為有上面的比較，所以你才會覺得自己考得很差？

受訪者：我覺得也會，我覺得應該是。(佳樺，6-c)

## 六、與雙親或父母其中一方的相似

子女在家中從小與父母朝夕相處，耳濡目染父母的待人處事、生活形態、思考方式等等，無形中受到潛移默化，而在某些方面變得與父母相當接近，不管他

本身喜不喜歡這樣的相似。這也是很多受訪者提到的一點重要影響。如果受訪者有意識到這樣的問題，而提醒自己去改變，則能夠使影響減弱，但還是不會完全化解。

受訪者：應該說，他怎麼樣跟我分析事情，我後來就習慣怎樣去分析事情。或是我爸媽從小，我爸媽的情緒是怎麼樣表達，我後來就習慣怎麼樣表達情緒。可是長到更大像現在啊，我就看得出來他們情緒表達裡面有一些不是很正面的東西，就是比較負面的東西，我就一直提醒自己說，不可以去傳承到那種負面的情緒表達。

研究者：那你覺得比較主導你的，是你父母的情緒表達方式，還是你提醒自己的方式？

受訪者：越大應該越是自己的方式。因為我每次在處理我媽的情緒，或是我姐的情緒，因為我姐也有類似的狀況。就在處理他們的情況的時候，我都會想說，我自己一定要小心，我千萬要改變那種思考模式的慣性。然後偶爾在那種情緒很糟，你沒有辦法清楚你的情緒狀態的時候，你就會沿著那種慣性發展。(小慧，6-f)

呃，我是覺得我被我爸影響到比較少，我受我媽影響比較大。因為從小都是我媽在帶我跟我弟啊。……我覺得就是生活習慣上，還有待人處事上就會跟我媽比較接近，因為我媽就是那種早睡早起的人，雖然我沒有早睡早起啦，但是我會跟她的生活步調比較接近，就是比較規律吧。(志達，6-f)

可是以前國高中的時候，就是跟我媽黏在一起啊。所以我跟我媽非常像，好可怕啊。長到現在我回去，我都忽然覺得我跟我媽好像。還有就是呢，我們家人非常神經質，非常容易緊張，那我也是這樣子。(佳樺，6-f)

### 第三節 分析與討論

在學生的個別因素影響進入大學後自我認同發展方面，主要有性別以及家庭背景因素。他們對於學生自我認同發展的影響，以直接的影響居多，不似學校環境乃透過學校經驗對學生產生影響。以下分別討論：

## 一、性別的影響

在學生的性別認同上，研究者發現多數的男性都對自己的性別感到自在，而女性受訪者中五位卻有高達三位的受訪者對自己的性別角色不認同，希望自己是男生。更有趣的是，她們全數認為自己的個性比較不符合社會價值觀的女性個性，因而對自己的性別角色感到內心的衝突。

由此可知，儘管兩性平等的觀念逐漸成為主流，社會價值對於女性角色還是有較多的框架存在。因此，想要突破框架的女性會感受到性別角色的衝突，而符合框架規範的女性則相對不容易有這種切身經驗。

研究者發現，符合傳統性別角色的男性及女性，在性別認同上都比較少經驗內心的衝突。國內學者何英奇（1981）曾有對性別角色與自我概念的研究，他發現反傳統角色的女性在各方面的分數都不如傳統角色的女性，本研究支持這項研究結果。不過，何英奇發現反傳統角色的男性與符合傳統角色的男性在分數表現上並無顯著差異，且反傳統角色的男性在道德倫理、自我滿意上均稍優於符合傳統男性角色者，儘自我確認一項分數稍有不如下。

研究者從阿雄身上，似乎看到在此研究中沒有反應出的現象。阿雄的性別衝突本質上是來自於他內心近似女性的纖細、敏感。而在同性當中，他找不到可以分享的對象。在異性當中，他還是有身為不同性別的壓力而無法完全融入女生的群體。類似阿雄這樣的兩難，是否在其他具有女性特質的男性身上也同樣存在，也許是個有趣的問題。

## 二、家庭的影響

在家庭的影響方面，研究者發現家中不良的氣氛，例如父母感情不睦或家人情感淡薄，對學生的心理健康有極負面的影響。這支持了 Marcia（1994）的研究，認為自我迷失者多半家庭經驗較為悲慘。此外，家中兄弟姊妹的表現可能使學生

產生比較，而影響自我價值感的高低，這是在文獻中很少提及的，一般對於家庭影響的探討著重在父母親教養方式的層面上。不過，Minuchin（1985）則提出除了父母與子女的關係外，家中其他成員包括兄弟姊妹間的關係也會影響學生認同發展。本研究發現支持了這項看法。此外，很多受訪者提到與雙親或者其中任何一方的相似，這可能也是量化研究很難看出的一點。不過，這種影響到底是基於「身教」的影響，還是遺傳基因的因素，便不是本研究所能得出的答案了。

## 第八章 結論與建議

本章分為兩節，第一節綜合歸納研究發現做出結論，第二節則根據研究發現，提出對高等教育機構如何幫助大學生發展自我認同的建議。

### 第一節 結論

#### 一、大學生的認同發展方向—自主性的提升與多元價值觀的發展

研究發現，大學生主要的轉變方向有二：一為獨立自主性的提升，二為價值觀由絕對走向相對，一元走向多元。在獨立自主性的提升上，主要原因有三：第一，大學的課程不像國高中以前是學校安排好的，大學生必須學會安排自己的時間，也有更多空間為自己做規劃與選擇。其次，大學的課程會訓練學生獨立思考，這也有助於學生的自主性發展。第三，大學有較多的外宿機會，無論是住校或校外租屋，都必須脫離家庭的依賴，學習打點自己的生活。這些因素，都使大學生的獨立自主性提高，懂得為自己的生活做規劃，對自己的人生負責。

大學生另一個普遍而重要的轉變，是價值觀走向多元，不會用一個單一標準衡量事情。造成這樣的轉變主要因素有二，一為大學中的學生來自北、中、南各地，甚至有僑生、外籍生，文化差異較國、高中來的大，學生有機會與不同文化的人產生對話，能夠瞭解不同立場的人有不同的價值觀。其次，許多大學的課程會訓練批判思考，要求學生從不同的角度看待事情，這也有助於學生理解他人的立場，判斷事情變得比較包容。

#### 二、自由的雙面刃—大學生的發展有賴自己的積極主動性

普遍來說，大學是一個自由而開放的環境。學校可以提供學生發展的機會，

但是卻無法強迫學生的參與。因此，學生願不願意主動尋求各項資源，參加社團活動、聽演講、加入讀書會、積極學習、參與系上活動等等，就是在大學中發展良窳的關鍵。

舉例而言，大學開放的人際交往型態及自主的學習方式，對不同學生的影響便是兩極的。大學的人際互動範圍很大，但是同班同學不像國高中時代朝夕相處，同學感情容易淡薄。然而學生如果時常參與班上活動，或是參加社團、球隊，尋求其他地方的友伴情誼，也可以認識很多朋友，擴大自己的眼界。否則，在沒有主動參與的情況下，很容易感到孤單，與學校疏離。

至於學習方面，大學時代的老師不會要求學生，也不像國高中有許多大大小小的考試，學習的進度要靠自己安排。如果不善於自己規劃時間，則可能在學習上相當吃虧。反之，如果願意主動學習，大學的課程安排比較彈性，也有許多的演講活動及各方面資訊，學生可以學到許多新知。

### 三、學校活動的豐富性影響學生的參與機會

一個學校的環境雖然不能直接影響學生的認同發展，但是透過學校的資源、制度、對學生的要求等等，卻能夠主導學生在這個環境中的經驗，進而影響學生的認同。

學校若能多舉辦各項演講、比賽甚至演唱會等各項活動提供學生參加，並且鼓勵學生社團的設立，給予社團經費贊助，使學生社團能蓬勃發展，這對學生的發展是非常有幫助的。即使最後選擇參不參與還是要看學生自己，但是學校若能提供各項豐富的活動及社團讓學生選擇，則自然能夠吸引較多的學生前來參加。在參加活動的過程中，人才有更多刺激改變的可能。

### 四、校園空間的大小影響學生對學校的參與度

一個學校的物理環境是寬闊或狹小，不但會影響學生的身心健康，更會影響

學生對學校的參與及認同感。在訪談中，許多校園空間較小的學生都對這一點非常不滿意。他們認為，一個大學不只是有上課的地方就夠了。一個大學還要提供學生能夠在校園中散步、思考，與同學坐著聊天、看夕陽的空間。否則，學生下了課沒有地方可去，同學間互動的機會相對減低，對學校不容易產生認同感，也減少了學校對學生產生影響的機會。

## 五、開放的選課制度有利學生的生涯規劃與全人發展

大體上說來，大學的教育體制較國、高中開放許多，學生有更多自由選擇課程的機會。然而，每個學校、系所對於課程制度的規劃仍然不一樣。有些校系會對學生的選課設比較多的限制，學生自由修課的彈性空間較小。事實上，對於專業課程的設限絕對有其必要，並且也不可能廢除。然而，適度的開放學生修課空間，除了有利學生安排自己的規劃，達到自己所欲的生涯目標外，也有利於通識教育、全人教育的發展。學生能夠在不棄守自己專業學分的前提下，更廣泛的接觸到其他領域的知識，與不同領域的人進行對話，拓展自己的眼界，認識到這個世界的更多面向。這對於學生的發展來說，相信是利多於弊的。

## 六、學校靠近市區有利學生學習及聘請師資

學習不限於校內，學生走出校外，有沒有豐富的學術演討會、演講活動可以參加，有沒有大型的圖書館可以尋找資料而不用困守校內，都是學習環境的一部份。學校的所在位置若是過於偏僻孤立，則不容易接收最新的資訊，也不利於聘請師資。靠近市區或交通便利的學校，比較容易聘請到優秀的講師，而學生走出校外也能吸收到比較豐富的資訊。

## 第二節 建議

本篇研究發現，學校的環境能夠透過學校目標、學校風氣、對社團活動的贊助等方式影響學生的認同發展。那麼，高等教育在可行的範圍內，應該如何促進學生的認同發展？當然，有些條件如學校校地的大小，位置的偏遠與否，受限於許多現實考量，台灣地狹人稠，實在很難改變。不過，研究者還是根據研究發現，對我國的高等教育提出幾點建議，希望學校及教育單位能在可行的範圍內做一些改進，提升學生的認同發展。

## 一、鼓勵社團發展，並支持各項活動的舉辦

研究發現，多數有深入參與社團經驗的同學，都認為社團參與是影響自己上大學後認同發展的主要因素。在社團中必須學習與人合作，在人際互動中能夠更清楚自己的面貌。擴大交友空間，可增進學生的自我價值感與學校生活的滿意度。此外，社團中必須籌畫各種營隊，學生可從中學習到企畫教案、溝通協調、統籌經費等做事情的能力。

除了社團活動，各項學術演講、研討會、校際競賽、校園演唱會等各種活動，都能使學生感覺到這是一個有生氣的校園，而願意參與學校的各種活動。從中不但能獲得豐富的體驗，並且也容易透過呼朋引伴的參加來增進同儕的情誼。

因此，學校若能對學生社團及各類活動提供經費補助，簡化社團成立的繁複手續，有利於促進校內社團及活動的蓬勃發展。如此一來，學生參與活動、融入同儕群體的機會也相對提高，從而在人群互動及處理事情中提升自我認同的發展。

## 二、適度開放選課限制，以利於學生的生涯規劃與全人發展

學校宜在專業素養及全人發展之間取得一個平衡點，對學分選課不做太多的限制，學生有機會接觸到不同領域的課程，與不同領域的人產生交流與對話，有

利於啓發思考，也更明瞭自己專業領域以外的世界。這對於調和理工學院與人文社會學院之間的差異相當有幫助。

此外，學生有自己的生涯規劃，他們可能必須準備轉系，或是學習第二專長，或是打算出國唸書。因此彈性的選課空間，有利於學生按照一定的時程表達成目標。對於專業知識與未來職場需要有一段落差的文組學生而言，第二專長的培養尤其必要。學校讓學生有更多自由選擇、安排的空間，也能夠提升學生的自主性發展。

### 三、重視通識教育的發展

從訪談中發現，不同學院的學生的確存在很大差異。理工學院的學生，習慣接受固定答案的上課方式，對於獨立與批判思考的訓練較為缺乏。而文組學生對於想法有許多機會受到啓發，但是卻對於科學及世界組成的事實缺乏認識。因此，通識教育不應被視為「營養學分」，而有必要受到相當的重視。校方應該注意通識教育的師資素質，課程選擇的豐富性，妥善規劃課程內容，使通識課程的存在達到培育全人發展的目標。

### 四、提供高中生了解大學課程的機會，或行大一不分系制度

我國的高中教育相當奇怪，學校課程對學生只有知識的灌輸，而對於學科背後不同思考方式的陶冶卻全然忽略。導致高中生從自己有限的經驗裡，對各個學科產生很大的誤解。例如，以為歷史就是一堆事實的背誦，卻不知道大學的「史學方法」完全不是這麼一回事。至於社會、社工、心理、教育等在高中沒有接觸過的學門，更是一無所知。在如此無知的情況下，學生便必須面臨選系的抉擇，將自己接下來的四年青春投入一個還不知道在學些什麼的科系當中，結果是多少學生走上轉系一途，或是到了研究所再轉換領域。

許多受訪者都認為，我國教育對於高中生提供大學課程的資訊少得離譜。在

美國，高中生可以選修很多大學的課程。現在的台灣比過去有進步，有些大學與當地的高中合作開課，但仍有許多高中生接觸不到大學的資訊。

在國外有所謂大一不分系的制度，只要求某些必修的學分，學生可以在大一選修有興趣的課程，更了解自己想走的領域是否真正適合自己，等到大二或大三再決定科系。研究者相信，如此一來選錯科系的學生必然會大幅減少。這也符合 Marcia (1994) 指出教育單位應該避免過早要求學生定向，以免妨礙其自我探索空間的說法。

目前國內如元智大學管理學院，銘傳大學傳播、觀光學院也實行大一不分系制度，如此一來學生探索的空間可望增加。不過，學生如何在高中沒有商科、傳播觀光學方面知識的情況下知道自己應該進入哪一個學院，還依然是一個問題。

## 五、善規劃校園空間，提供學生適當的休憩場所

多數學生認為，學校空間要大，才能陶冶寬闊的心胸，並且讓同學喜歡待在這個環境中。否則，學生下了課沒有地方可去，沒有辦法和同學在校園中聊天、散步，他們不會對學校產生認同感，也失去很多與同儕互動的機會。

學校的校地固然侷於種種現實條件的限制而很難改變，但是學校可盡量在有限的空間內，妥善的利用、規劃，增加學生活動的場所。例如設置咖啡座、小涼椅、庭園、步道等等，讓學生可以在課餘時間有休閒、冥思、和同學聚會的地方，有利於增加同學對學校的認同，學校生活的滿意度，以及和同學互動的機會。

## 六、重視教師的教學品質

在大學的卓越發展計畫中，我國大學教育似乎越來越要求教授的研究成果，卻相對忽視了教師的教學品質，甚至使教師為了研究疲於奔命而無暇兼顧教學。在訪談中，多位學生提到好老師的重要性與啟發性。授課教師教學認不認真，不能將知識與人生價值結合，對於學生在課堂上的收穫多少影響非常大。因此，

學校似乎應該在研究與教學之間取得一個平衡點，了解教師教學品質對於學生發展的重要性。如果一味要求教授的研究成果，卻不重視教學的品質，這對於學生的受教權無異是一大損失。

## 七、協助學生建立適當的就業規劃

對於專業訓練的職場競爭力較低的學術性的科系學生而言，畢業後假使不打算走研究路線，他們可能會陷入一種對未來方向的迷惘，甚至在求職碰壁的過程中貶低自己的價值。因此，學校系所有必要主動提供學生豐富而具體的職場資訊，並針對個別科系的專業所長來協助同學進行就業規劃，從大學時代開始做好求職的準備，必定能夠減低同學踏出社會後面臨的挫折。學校必須主動提供不同科系同學詳盡的就業管道，而非被動的等待企業舉辦「說明會」。因為在企業主導的說明會當中，會發現幾乎都是商管、電資相關的天下，而無競爭力較弱的科系立足之地。

## 八、提供學生更密切互動的機會

在人際交往方面，有的受訪者認為在大學自由開放的人際空間中，如果抱持著主動積極的態度可以擴大自己的人際圈，也不用被迫和不喜歡的人相處，自己比較喜歡這樣的人際型態。但是同樣的，也有受訪者認為，大學少了同學之間被迫相處的封閉空間，對於自己的個性而言是很不利的，他們在大學很難交到要好的朋友。

通常，學生內部會有自發性的迎新宿營、班遊、班聚等等，藉以連絡班上同學的情感，但是卻極少由系所單位所提供的活動。而學生會熱中於舉辦活動也通常僅限於大一、大二以前，又容易因總是由某一群的學生主導而形成所謂的主流與非主流問題，使得班上同學情感不容易凝聚，大四的學生感到孤立無援。因此，系所單位或班級導師如果能更關心學生的互動，提供學生各種形式的聚會，不論

是定期的研討會，小組討論，演講，聚餐等等，增加系上同學的互動機會，相信無論對增進同學的友伴情誼，或是提升同學對系所的認同感與向心力，都是極有幫助的。

## 九、協助被動的學生建立自我導向的學習

從訪談中，研究者發現同樣的一個學校環境，對不同學生的影響確實有差異。最明顯的一點，就是大學的學習、人際空間都比較自由，而在這樣自由的環境下，對學生所產生的影響卻是兩極化的。

有的受訪者認為自己比較適合大學開放的教育環境。在別人的逼迫下唸書，自己會產生反抗心理，而給予他一個自由的環境，他反而會願意為自己唸書。但是，也有許多受訪者認為，大學的學習環境過於自由，老師不會要求學生唸書，因此在學習上變得很不積極，在大學沒有學到什麼東西。大學的學習環境，對於自律性不同的個體，會產生兩極化的影響。

因此，教育者應注意觀察學生的個別差異，了解學生成績不佳的原因，是出於課業的困難或是自己的懶散。若學生感到學習上有困難，則幫助他們了解自己的障礙所在，協助其克服障礙甚至輔導轉系。若學生是出於自己的散漫、不用功，則老師則應在開始時對其課業有所要求，引導他們規劃自己的時間，並逐步建立自我導向學習的能力，了解對自己負責的重要性。

## 後記

一件事情，往往在實際進行之後才會知道它還可以做得更好。在研究結束之後，研究者回顧整個研究的過程，加上師長的從旁提醒，發現了自己研究的某些不足之處。不過，在經過了碩士論文的試煉之後，對於如何進行一項研究更加熟悉。「如果重新來過，我一定會做得更好！」這是許多人有過的心聲，也是我寫完論文後內心的吶喊。在此，我想將一些反省與讀者分享，或者幫助相關研究者得以減少不必要的試誤歷程。

首先，研究者的架構主要是希望了解學生進入大學後的自我認同發展，主要是受到哪些學校因素的影響，而個別差異如家庭、性別又如何左右學生在進入學校環境後的發展。換言之，研究者探討家庭及性別對學生自我認同發展的目的，主要是希望了解它們是否影響學生進入大學後的學校經驗。然而在研究發現中，他們透過學校經驗來影響學生自我認同發展的部份很薄弱，而是直接對學生自我認同產生影響。經過研究者的反思與老師提醒，發現問題是出在訪談大綱中的提問方式。如果將問題改為「請問性別因素是否影響你在學校參與中的體驗」得出的結果應該會更加切合所欲答案。

其次，研究者發現女性受訪者的訪談明顯比男性要長，並且分享內容觸及自我的層面要深入許多。許多男性受訪者的訪談資料，完全觸及不到自我感受的部份。在六位男性受訪者當中，只有兩位能夠分享內心的矛盾與沮喪，其餘都以三言兩語帶過。男性受訪者的訪談資料，明顯比女性受訪者簡短許多。這是否與社會價值觀要求男性要堅強，不可輕易顯示自己的軟弱有關？還是本質上，男性就比女性不容易感到內在的衝突？或者，研究者自身女性的性別，是否可能使男性受訪者產生防備心？Davis 曾經提到，男性面對同性比面對異性更不願分享自己，那麼如果是一位男性訪談者來進行訪談，結果會如何？還有，研究者在面對男性與女性受訪者時，是不是有以同等的開放傾聽與理解包容的態度進行訪談，

是否因為研究者本身對男性受訪者的「同理心」與關懷不足，而影響了受訪者的經驗分享，這也是研究者需要反省之處。

最後，研究者從研究所一年級開始對學校環境之於學生自我認同的影響感到興趣，並且對幾位同學進行先前訪談，到現在前後歷經兩年的時間。研究者發現幾位受訪者對於學校經驗對於自己的影響看法有所轉變。舉例而言，秀霞大三時認為影響自己最大的學校經驗是社團，但是畢業後歷經求職的過程，則顯著提高科系對自己認同的影響的比重。因此，自我認同的發展如果能針對幾位固定受訪者做縱貫性研究，或許比透過回憶的方式更能深入了解自我認同漸進發展的歷程。

## 參考文獻

中文部分：

- Bogdan, R. C. (1998/2001). *Qualitative Research for Education: An Introduction to Theory and Methods*. 黃光雄（主譯/校閱），李奉儒等（譯）。**質性教育研究—理論與方法**。嘉義：濤石文化。
- Cooley, C. H. (1964/1992). *Human nature and the social order*. 包凡一、王媛（譯）。**人類本性與社會秩序**。台北：桂冠。
- Gillian, C. (1982/2002). *In a different voice—Psychological theory and women's development*. 王雅各（譯）。**不同的語音—心理理論與女性的發展**。台北：心理出版社。
- Kohlberg, L. (1984/1986). *The psychology of moral development : the nature and validity of moral stages*. 單文經（譯）。**道德發展的哲學**。台北：黎明文化。
- Mead, G. H. (1962/1992). *Min, Self and Society*. 趙月瑟（譯）。**心靈、自我與社會**。上海：譯文出版社。
- Strauss, A & Corbin, J. (1997/1998). *Basics of qualitative research: grounded theory procedures and techniques*. 徐宗國（譯）。**質性研究概論**。台北：巨流。
- 井敏珠（1982）。**我國大學生社團參與、人格特質及其相關研究**。國立政治大學教育研究所碩士論文，未出版，台北。
- 朱慧萍、饒夢霞（2000）。大學轉變科系學生生涯決定歷程。**教育心理學報**，32（1），41-66。
- 何英奇（1990）。大學生自我認證與次文化近五年間的轉變。**教育心理學報**，23，119-142。
- 何英奇（1986）。大學生自我認證之發展及其相關因素之研究。**師大學報**，31，169-200。
- 何英奇（1985）。**我國大學生次文化及其相關因素之研究**。國立台灣師範大學教

- 育研究所博士論文，未出版，台北。
- 何英奇(1981)。大學生性別角色與自我概念的關係。**教育心理學報**，**14**，221-230。
- 李柏超(1998)。大學生心理社會發展需求評估量表的信度與效度研究。**教育心理學報**，**30**(1)，169-175。
- 邱文彬、林美珍(1999)。大學生發展成熟的人際關係中親密性能力的發展：自我揭露與自主性之年級與性別差異的探討。**教育心理學報**，**31**，37-62。
- 時蓉華(1996)。**社會心理學**。台北：東華。
- 陳向明(2002)。**教師如何做質的研究**。台北：紅葉文化。
- 陳李綢(1983)。大專男女生自我統整程度與職業選擇、學習滿意度及父母養育方式之比較研究。**教育心理學報**，**16**，89-98。
- 陳李綢、郭妙雪(1998)。**教育心理學**。台北：五南。
- 陳秉華(1996)。自我統合諮商改變歷程個案研究。**教育心理學報**，**29**，77-116。
- 張春興編著(1989)。**張氏心理學辭典**。台北：東華。
- 張春興等(1985)。**大學生與校園文化**。台北：嵩山。
- 張春興(1984a)。**青年的認同與迷失**。台北：台灣東華。
- 張春興(1984b)。**成長中的自我探索**。台北：台灣東華。
- 張春興、黃淑芬(1982)。大學教育環境與青年期自我統整關係的初步研究。**教育心理學報**，**15**，31-46。
- 郭為藩(1996)。**自我心理學**。台北：師大書苑。
- 梁雲霞(1987)。**大學生自我統整、成就動機、性別角色與事業發展之相關研究**。國立政治大學教育研究所碩士論文，未出版，台北。
- 黃玉(2002)。**大學生發展理論與應用再探**。載於林至善(主編)，**學生事務與社團輔導**(第二輯，頁4-29)。台北：東吳大學課外活動組。
- 楊智馨、林世華(1998)。大學生生涯發展狀況與自我認定狀態之關係。**教育心理學報**，**30**(2)，1-16。
- 蔡秀玲、吳麗娟(1998)。不同性別大學生的依附關係、個體化與適應之探討。

教育心理學報，30（1），73-90。

賴保禎、張欣戊、幸曼玲編著（1990）。發展心理學。台北：空大。

戴慧珊（2003）。大學生父親依附、母親依附、同儕依附與自我認同風格之關係研究。彰化師大教育學報，5，253-280。

顏映馨（1999）。大學生的生活風格、人際親密和幸福感關係之研究。國立高雄師範大學教育學系碩士論文，未出版，高雄。

蘇富美（1979）。尋找自己的旅程—談大學生的自我認同。健康教育，43，58-60。

英文部分：

- Adams, G. R. & Fitch, S. A. (1982). Ego stage and identity status development: A cross-sequential analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 43(3), 574-583.
- Adams, G. R. & Fitch, S. A. (1983). Psychology environments of university departments: Effects on college students' identity status and ego stage development. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44(6), 1266-1275.
- Adelson, J. (Ed.) (1980). *Handbook of Adolescent Psychology*. New York: John Wiley.
- Astin, A. (1977). *Four critical years: Effects of college on believes, attitudes, and knowledge*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Astin, A. (1993). *What matters in college?* San Francisco: Jossey-Bass.
- Bannin, J. H. (1989). Impact of College Environments on Freshman Students. In Upcraft, M. L. & Gardner, J. N.(Eds.) *The Freshman Year Experience* (pp53-62). San Francisco: Jossey-Bass.
- Berzonsky, M. D. (1988). Self-Theorists, Identity Status, and Social Cognition. In Lapsley, D. K. & Power, F. C. (Eds.). *Self, Ego, and Identity* (pp243-262). New York: Springer-Verlag.
- Blasi, A (1988). Identity and the Development of the Self. In Lapsley, D. K. & Power, F. C. (Eds.). *Self, Ego, and Identity* (pp226-242). New York: Springer-Verlag.
- Blinne, W. & Johnston, J. (1998). Assessing the relationships between vocational identity, academic achievement, and persistence in college. *Journal of College Student Development*, 39(6), 569-577.
- Bosma H. A. & Graafsma T. G. & Grotevant, H. D. & Levita, D. J. (Eds.) (1994). *Identity and Development*. London: Sage.
- Boyd, V. & Hunt, P. & Kandell, J. & Lucas, M. (2003). Relationship between identity processing style and academic success in undergraduate students. *Journal of*

- College Student Development*, 44(2), 155-164.
- Buley-Meissner, M. L. (1993). Reclaiming personal knowledge: Investigations of identity, difference, and community in college Education. *College English*, 55(2), 211-221.
- Berg, B. L. (1989). *Qualitative research methods for the social sciences*. Needham Heights, MA: Allyn and Bacon.
- Burns, R.B. (1979). *The self concept--in theory, measure, development and behavior*. New York: Longman.
- Chickering, A.W. & Reisser, L. (1993). *Education and identity*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Davis, T.L. (2002). Voices of gender role conflict: the social construction of college men's identity. *Journal of college student development*, 43(4), 508-523.
- Dignan, Sister M. Howard. (1965). Ego identity and maternal identification. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1(5), 476-483.
- Douvan, E (1976). The Role of Models in Women's Professional Development. *Psychology of Women Quarterly*, 1(1), 5-21.
- Douvan, E & Adelson, J. (1966). *The Adolescent Experience*. New York: Wiley.
- Erikson, E.H. (1980). *Identity and the Life Cycle*. New York: Norton.
- Erikson, E.H. (1968). *Identity: youth and crisis*. Canada: George J. McLeod Limited.
- Erikson, E.H. (1963). *Childhood and Society*. New York: Norton Company.
- Eisenstadt, D. & Leippe, M. R. & Rivers, J. A. (2002). Asymmetry and Defense in Self-Comparison: Differential Reactions to Feedback About the Rejected and Ideal Selves. *Self & Identity*, 1(4), 289-302.
- Evans, N.J., & Forney, D.S., & Guido-Dibrito, F. (1998). *Student development in college*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Feldman, K.A. & Newcomb, T.M. (1994). *The impact of college on students*. New

- Brunswick, NJ: Rutgers-The State University.
- Gillander, G. & Anne, H. (2003). Do changes in the psychosocial school environment influence pupils' health development? Results from a three-year follow-up study. *Scandinavian Journal of Public Health*, 31 (3), 169-178.
- Gillian, C. (1982). *In a different voice: Psychological theory and women's development*. Cambridge, Massachusetts: Harvard University.
- Graafsma, T. G. (1994). A Psychoanalytic Perspective on Concept of Identity. In Bosma H. A. & Graafsma T. G. & Grotevant, H. D. & Levita, D. J. (Eds.), *Identity and Development* (pp.41-62). London: Sage.
- Harter Susan (1999). *The Construction of the Self*. New York: A Division of Guilford.
- Harris, H. (1995). *Identity*. New York: Oxford University.
- Hetherington, K. (1998). *Expressions of identity*. Thousand Oaks, California: SAGE.
- Hostein, J. A. & Gubrium, J. (2000). *The Self We Live By—Narrative Identity in a Postmodern World*. New York: Oxford University.
- Jordyn, M. & Byrd, M. (2003). The relationship between the living arrangements of university students and their identity development. *Adolescence*, 38 (150), 267.
- Josselson, R. (1994). Identity and Relatedness in the Life Cycle. In Bosma H. A. & Graafsma T. G. & Grotevant, H. D. & Levita, D. J. (Eds.), *Identity and Development* (pp.81-102). London: Sage.
- Josselson, R. & Lieblich, A. (Eds.) (1993). *The narrative study of lives*. California: Sage Publications.
- Josselson, R. (1987). *Finding herself: pathways to identity development in women*. San Francisco : Jossey-Bass.
- Kroger, J. (2000). Ego identity status research in the new millennium. *International Journal of Behavioral Development*, 24(2), 145-149.
- Kroger, J. (1997). *Gender and Identity: The intersection of Structure, Content, and*

- Context. *Sex Roles*, 36, 747-770.
- Lapsley, D. K. & Power, F. C. (Eds.). (1988). *Self, Ego, and Identity*. New York: Springer-Verlag.
- Lesko, W. A. (Eds.) (1994). *Readings in Social Psychology—General, Classic, and Contemporary Selections*. Needham Heights, Massachusetts: Allyn and Bacon.
- Lewis, H. L. (2003). Differences in ego identity among college students across age, ethnicity, and gender. *Identity*, 3(2), 159-190.
- Loevinger, J. (1976). *Ego development: conceptions and theories*. San Francisco : Jossey-Bass.
- Marcia, J. E.(1994). The Empirical Study of Ego Identity. In Bosma H. A. & Graafsma T. G. & Grotevant, H. D. & Levita, D. J. (Eds.), *Identity and Development* (pp.67-80). London: Sage.
- Marcia, J. E. (1988). Common Processes Underlying Ego Identity, Cognitive/ Moral Development, and Individuation. In Lapsley, D. K. & Power, F. C. (Eds.). *Self, Ego, and Identity* (pp211-225). New York: Springer-Verlag.
- Marcia, J. E. & Friedman, M. L. (1970). Ego identity status in college women. *Journal of Personality*, 38, 249-263.
- Marcia, J. E. (1966). Development and validation of ego-identity status. *Journal of Personality and Social Psychology*, 3(5), 551-558.
- Merriam, S. B. (2001). *Qualitative research and case study applications in education*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Miller, J. B. (1978). *Toward a new psychology of women*. Harmondsworth: Penguin Books
- Minuchin, P. (1985). Families and Individual Development: Provocations from the Field of Family Therapy. *Child Development*, 56(2), 289-302.
- Pascarella, E.T., & Terenzini, P.T. (1991). *How college affects students*. San Francisco:

- Jossey-Bass.
- Patton, M. Q. (2001). *Qualitative research & evaluation methods*. California: Sage.
- Pearson, F. & Bruess, B. (2001). Students's perceptions of factors which impact their identity and moral development. *College Student Affairs Journal*, 20 (2), 22-37.
- Perosa L. M. & Perosa, S. L. & Tam, H. P. (1996). The contribution of family and differentiation to identity development in females. *Journal of Youth and Adolescence*, 25(6), 817-838.
- Perry, W.G. (1999). *Forms of ethical and intellectual development in the college years*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Rangell, L. (1994). Identity and the Human Core: The View From Psychoanalytic Theory. In Bosma H. A. & Graafsma T. G. & Grotevant, H. D. & Levita, D. J. (Eds.), *Identity and Development* (pp.25-40). London: Sage.
- Rowley, S. J. & Chavous, T. M. & Cooke, D. Y. (2003) A Person-Centered Approach to African-American Gender Differences in Racial Ideology. *Self & Identity*. 2, 287-306.
- Samuolis, J., & Layburn, K., & Schiaffino, K.M. (2001). Identity development and attachment to parents in college students. *Journal of Youth and Adolescence*, 30 (2), 373-384.
- Schultheiss & Palladino, D. & Blustein & David, L. (1994). Contributions of family relationship factors to the identity formation process. *Journal of Counseling and Development*, 73(2), 159-167.
- Schwartz, S. (2002). Convergent validity in objective measures of identity status: Implications for identity status theory. *Adolescence*. 37(147), 609-626.
- Upcraft, M.L. & Gardner, J. N.(Eds.) (1989). *The freshman year experience*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Waterman, C. K. & Nevid, J. S. (1976). *Sex Differences in the Resolution of the*

- Identity Crisis. *Journal of Youth and Adolescence*, 6(4), 337-342.
- Waterman, A. S. & Geary, P. S. (1974). Longitudinal Study of Changes in Ego Identity Status from the Freshman to the Senior Year at College. *Developmental Psychology*, 10(3), 387-392.
- Weigert, A. J. (1988). To Be or Not: Self and Authenticity, Identity and Ambivalence. In Lapsley, D. K. & Power, F. C. (Eds.). *Self, Ego, and Identity* (pp263-281). New York: Springer-Verlag.
- Whitaker, L. & Slimak, R. (Eds.) (1992). *College student development*. New York : Haworth.
- White, S. L. (1991). *The Unity of the Self*. Cambridge, London: the MIT.
- Widdershoven, G. M. Identity and Development: A Narrative Perspective. Bosma H. A. & Graafsma T. G. & Grotevant, H. D. & Levita, D. J. (Eds.), *Identity and Development* (pp.103-118). London: Sage.

## 附錄一

### 訪談大綱

1. 請您稍微描述自己的成長環境，這樣的成長背景對您的自我認同發展有什麼影響？
2. 您是否曾有迷失自我的感受？那是怎樣的一種感覺，在什麼因素與環境下使您產生這樣的困惑？
3. 您的人生中是否曾有較為重大的轉變？是什麼因素使您有這樣的轉變？
4. 請回想您從高中剛踏上大學這個新環境的時候，您感覺大學環境和過去的學校環境有何不同之處？這些環境上的差異，是否影響您自我認同的發展？
5. 從大一到現在，您在每個階段是否跟過去有些不同？是哪些人、事、物使您有了這樣的轉變？無論正面或負面，請盡可能描述當時的感受。
6. 您認為學校環境對學生自我認同的發展有何影響？您的學校環境如何，這樣的環境是否影響您的發展？
7. 您所選擇的科系是否影響您自我認同發展？您認為不同科系是否會影響學生自我認同的發展？
8. 您個人的性別角色是否影響您自我的發展？您認為不同的性別是否會影響學生自我認同的發展？
9. 您對未來有怎樣的規劃，您打算如何實現這些目標？

## 附錄二

### 編碼方式

#### 一、大學生的自我認同如何發展？

1. 「自我價值感」的多半先有其外緣的因素，如成績進步、師長的肯定等，然後再加以內化成自我肯定。(1-a)
2. 「改變」的產生許多是遭遇困境，走到近乎絕境的狀態下，覺察到自己的問題，乃開始決定改變。(1-b)或是換新環境時，原先阻礙認同發展的一些環境因素消失而能有所改變。(1-c)
3. 學生的課業表現不佳，常連帶影響到自我價值感低落。(1-e)
4. 開始重視外表的整齊，常常是提升個體自我認同的第一步。(1-f)
5. 大學生主要而普遍的轉變，是價值觀更多元，由絕對走向相對。(1-g)
6. 透過閱讀，從別人的故事、別人的經歷中，個體能意識到自己是不是也有一樣的狀況，而開始反省。(1-h)
7. 自我認同感低落的原因，常常是比較心作祟，總是看到別人光鮮亮麗的一面，覺得自己比不過別人。(1-i)
8. 大學生的另一項轉變，為自主性的提升，開始懂得獨立思考，並且為自己的人生作規劃，對自己的人生負責。(1-j)
9. 學生在成長過程中，曾有被朋友背叛的負向人際經驗，將使其往後與人相處時失去信任感，甚至長期封閉自己。(1-h)
10. 被旁人否定，而否定自己的價值。(1-i)

#### 二、大學生的自我認同是受到哪些學校經驗的影響？

1. 社團經驗，一方面交到更多朋友，拓展生活圈，另一方面學習做事情的方法，如何解決問題。(2-c)
2. 住宿經驗，脫離家庭的保護，許多事情要自己處理，變得更獨立，也會

重新珍惜與家人的關係。(2-d)此外，跟室友同住，有更近距離與人接觸的機會，需要學習彼此適應，並且更深入了解其他人。(2-e)同儕間的潛移默化，也能對學生產生影響。(2-f)

3. 學習經驗，較為自由，有人更願意自己去學習。(2-e)也有人變得放縱。(2-f)
4. 上課方式，討論和報告都能訓練學生多方面的能力。給學生做分組報告的機會，能夠訓練學生蒐集資料、和別人合作、上台的膽量等，學到的可能比聽課更多。討論也是很好的方式，能夠訓練學生獨立思考，並且聽別人的想法刺激多元思考。(2-g)
5. 很多學生提到老師的智慧，能夠將學問與生活結合，啟發學生的思考。(2-h)
6. 大學的人際互動型態較為多元、寬廣，若抱持開放的態度，可以認識很多來自不同背景的人，拓展自己的眼界。(2-a)但大學這種開放的人際型態，並非所有人都能適應。少了國高中必須「被迫」與同儕相處的情形，對於許多人來說是相當不利的。不少受訪者表示，在大學的朋友沒有國、高中來得的深入。(2-b)
7. 高中時代先前經驗的影響。學生若在高中以前有社團體驗，則大學產生的影響不那麼強烈。反之，高中時代學校較為封閉，而學生直到上大學才深入參與社團者，大學經驗對其自我衝擊較大。(2-i)

### 三、學校環境會對學生的學校經驗及自我認同產生哪些影響？

1. 校園大小對學生而言相當重要。學校大的學生多半就這一點而言相當滿意，而校園小的學生則往往因為這一點否定學校，認為不像大學的感覺，沒有地方可以聊天、散步、思考，下課就不會想留在學校，因為不知道要去哪裡，對學校不容易產生認同。(3-a)
2. 學校鼓勵及舉辦各種豐富、多元的活動，使學生有機會參與。不管是娛

樂性質的社團活動、演唱會、各類比賽，或學術性質的研討會、演講等。豐富的活動能夠吸引學生參與，而學生在參與的過程中，常能形成刺激改變的動力。(3-b)

3. 學校風氣較為自由，對於選課的拘束較少，使學生能有機會接觸其他領域的課程，吸收自己有興趣的知識，有利於全人發展。(3-c)
4. 靠近市區。(3-f)

#### 四、科系

1. 認為不同科系的學生會有不同的特質。(4-a)
2. 認為自己的科系訓練對自己沒有很大的影響。(4-b)
3. 成績不好或跟系上同學、老師互動較少，對系上比較沒有參與感。(4-c)
4. 認為自己的科系訓練對自己的想法影響很大。(4-d)
5. 多數的人進科系時並不知道自己將來要做什麼，也不完全了解所學內容，而是分數到了，選校不選系。(4-e)
6. 文組科系訓練比較能與老師產生互動，對思考方式會產生啟發。而理組的則較少課堂上的討論機會，答案是固定的，與自我的課題關聯較小。(通識教育的重要)(4-f)
7. 文學院及社會學院的非熱門科系，會因為專業訓練在職場上吃虧，而在面臨求職的時候有徬徨與自我貶低的情況。(4-g)

#### 五、性別

1. 社會對兩性有不同的規範與期待，深刻影響家庭教育及兩性的自我認同與價值觀發展。(5-a)
2. 若無法達到社會期待的性別角色，個體會對於自己的性別角色叫無法認同。尤其對女性而言，多數女性受訪者認為社會的價值觀對女性有較多的束縛，不自由，且要求女性要「像個女生」。(5-b)
3. 對女性而言，外表在自我認同中扮演更重要的角色。(5-c)

4. 有些受訪者認為社會價值觀在轉變，兩性逐漸平等，性別的影響不那麼重要。(5-d)
5. 女性特質多的男性受訪者內在的衝突。(5-e)

## 六、家庭

1. 父母對子女的態度、言語會影響子女的自我價值感。(6-a)
2. 父母對子女的期望會左右子女的發展。(6-b)
3. 家中其他的兄弟姊妹的表現會產生比較而影響自我認同。(6-c)
4. 父母感情不合睦，或是家中的氣氛不良，可能會嚴重影響小時候的自我觀念或人際發展。(6-d)
5. 父母（尤其是母親）有時候會因為過於保護子女，而無形中限制了子女向外發展的機會。(6-e)
6. 在家中從小與父母朝夕相處，耳濡目染父母的待人處事、生活形態、思考方式等等，無形中受到潛移默化，而在某些方面變得與父母相當接近。(6-f)