

本文章已註冊DOI數位物件識別碼

▶ 一位女性美容督導敘說其生涯發展與困境

A Beautician Supervisor Narrative Her Career Development and Barriers

doi:10.6308/JCG.19.03

諮商輔導學報：高師輔導所刊, (19), 2008

Journal of Counseling & Guidance, (19), 2008

作者/Author：黃馥珍(Fu-Chen Huang);丁原郁(Yuen-Yu Ting);黃姝文(Shu-Wen Huang);洪菁惠(Ching-Hui Hong)

頁數/Page：69-104

出版日期/Publication Date：2008/12

引用本篇文獻時，請提供DOI資訊，並透過DOI永久網址取得最正確的書目資訊。

To cite this Article, please include the DOI name in your reference data.

請使用本篇文獻DOI永久網址進行連結:

To link to this Article:

<http://dx.doi.org/10.6308/JCG.19.03>



DOI Enhanced

DOI是數位物件識別碼（Digital Object Identifier, DOI）的簡稱，是這篇文章在網路上的唯一識別碼，用於永久連結及引用該篇文章。

若想得知更多DOI使用資訊，

請參考 <http://doi.airiti.com>

For more information,

Please see: <http://doi.airiti.com>

請往下捲動至下一頁，開始閱讀本篇文獻

PLEASE SCROLL DOWN FOR ARTICLE



國立高雄師範大學輔導與諮商研究所
諮商輔導學報—高師輔導所刊
民97，19期，69-104頁

一位女性美容督導敘說其生涯發展 與困境

黃馥珍

丁原郁

黃姝文

洪菁惠

高師大輔導
與諮商研究所
博士班

高師大輔導
與諮商研究所
助理教授

高師大輔導
與諮商研究所
博士班

高師大輔導
與諮商研究所
博士班

本研究目的在了解在女性行業中女性的生涯發展，研究者以一位三十九歲的美容督導為研究參與者，經由兩次共七小時的深度訪談，收集研究對象的敘說資料，並以整體的理解方式，從敘說者的立場來看故事的內容及分析資料。本研究根據參與者的敘說將美容督導的生涯發展歷程分成五個階段：成長階段、探索階段、建立階段、轉折階段及穩定階段。成長階段是有關她小時候有關死亡的記憶及孤單的中學生活；探索階段是她在大學時的多方嘗試，及發現從事教書生涯的不合適；建立階段描述她開始接觸美容課程及之後開始創業；轉折階段則為她在事業上遭受挫折後重新省思；之後從信仰中找到力量，進入穩定階段。研究中並分析出五種影響研究對象生涯發展的因素，包括：貴人、原生家庭的力量、個性因素、家人的支持與包容和信仰的力量。最後研究者針對研究結果加以討論並提出建議。

關鍵字：女性、生涯發展、敘說



壹、緒論

女性受教育機會的增加及平等意識的抬頭後，改變了財富、權力、性、家庭、科技，也使性別角色漸走出傳統模式。職場上，女性憑著對行銷、服務、顧客想法的敏銳度，及關懷別人的特質，轉化為商場上的優勢（劉玉玲，2007），逐漸發展出不同於男性的生涯方向。以女性為消費訴求的美容業在此種型態下讓許多女人闖出自己的生涯夢想。

美容產業近幾年成為大受歡迎的明星產業（104人力銀行）。根據市場分析指出，全球美容產業總產值達950億美元，且每年以7%的比例持續成長，比世界平均國民生產毛額（GDP）高出兩倍以上；台灣休閒美容業的年產值在九十五年超過250億元，每年以25%的速度成長，創造出龐大的商機（全國就業e網）。因這個市場的發展潛力驚人，提供許多的就業機會，就吸引許多的求職者投入，尤其是女性。

女性在美容就業市場上有一定的優勢。一則因美容業需接觸人體，因此，消費者對服務品質評價及再次消費意願的關鍵，在於從業者的技術、能力與態度。二來，由於消費者以女性為主力，溫柔、體貼、細心、耐心特質的需求更加強調，消費者自然也較傾向由女性從業者來提供服務。

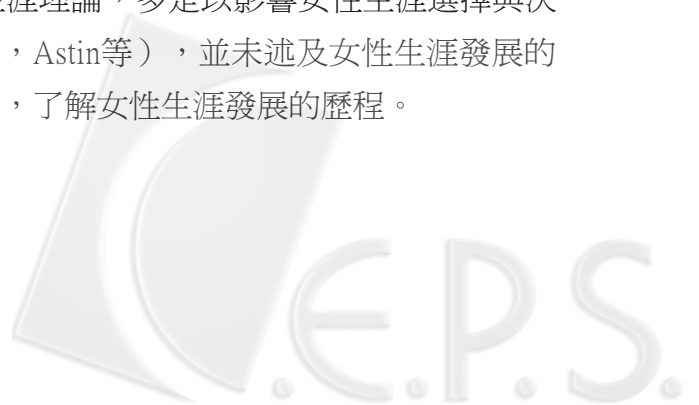
在主要以女性從業人員的行業，其所建構的女性生涯發展，不同於男女共同競爭的職場，他們如何發展生涯這一問題是研究者所關心的。國內在女性生涯發展的研究中，多數以與教師相關的行業為對象（林靜宜，2000；卓韋瑩，2004；劉玉玲，2007；鄭茱月，2001；戴素珍，2000），其他行業如高科技女性員工（鐘珠蓮，2002）、女性主管（薛怡君，2005）或女性軍官（劉莉娣，2004）或教官（楊櫻華，2003），並未針對女性行業的從業者進行研究。美容產業有其銷售的業績制度與同為女性員工的便利與困擾，應該會與其他行業的女性生涯發展不同。是故，本研究透過女性經驗的闡述與發聲，及基於對女性生涯的關懷，希望能深入探究從事美容業的女性其生涯發展的歷程、內涵、困境與調適，藉以更理解女性生涯。以下將對相關的理論作探討。

一、生涯發展的理論

Super的生涯發展理論以時間及空間兩個向度來建構，使其理論包含了生命的深度與廣度。在空間上，包含個人生命中所扮演的各種角色，如兒童、學生、休閒者、公民、工作者、家庭照顧者，隨著年齡的增長，個人扮演的角色也越多，當一個新角色的出現就會減低其他角色的參與。各種角色可以豐富生命，也可以造成過度負擔，角色的改變與轉換，形成一系列的生命階段。

在時間上，過去塑造現在，現在是未來的基礎，這樣的觀念塑造生涯發展的五個階段：成長、探索、建立、維持和衰退。成長階段在發展自我概念及個人對職業世界的了解；探索階段在蒐集更多自己及工作世界的訊息；建立階段會進一步選擇職業及與建立穩定的工作環境，也涉及轉業與否的問題；衰退階段是個體從工作中分離與獨立的歷程（Giannantonio & Hurley-Hanson, 2006；Super, 1990）。這五階段持續進展並形成一個循環，在大循環中又有小循環，進入一個新的階段會有新的循環，重新探索和建立。從時間與空間的觀點來看，職業選擇是一系列不同重要程度的小決定所確定的，這小決定才成爲一個大決定，亦即生涯是一個不斷發展與決定的歷程。

另外，有學者對super的生涯發展理論提出一些補充或建議。Murphy和Burch注意到生涯目標的變動性，建議在建立和維持階段中加入更新階段（renewal stage），他們認爲更新階段是個體重新考慮早期的目標和計畫，及決定是否朝此目標發展或改變方向的時期（Gies, 1990）。因Super的研究只以男性受試者，所以在應用到女性時要考量女性的特質與成長因素，小心應用此理論。目前有關女性的生涯理論，多是以影響女性生涯選擇與決定的因子作探討（如Hackett和Betz，Astin等），並未述及女性生涯發展的歷程，本研究欲從女性的故事出發，了解女性生涯發展的歷程。



二、影響女性生涯發展的相關因素

從學者的文獻或研究中，認為影響女性生涯發展的主要因素為職業性別刻板印象（翟智怡，2003；簡文英，2001；繆敏志，1992）。職業性別刻板印象認為男女生各自適合不同的職業，Hackett 及Betz(1981, 1997)的理論提到女性在有關傳統女性角色及職業中有較高的自我效能，在非傳統的職業中有較低的自我效能。職業性別刻板印象不只影響女性職業的選擇，進而影響之後女性在生涯上的發展與是否會害怕成功及角色衝突等心理因素（繆敏志，1992），許多研究的結果也都證實性別刻板化是阻礙生涯發展的因素（邱筱琪，2003；姜瑀青，2004；張艾潔，2003；馮秋桂，2004）。另外，家庭因素、個人成就動機、及組織文化也是影響女性的生涯發展的因子。

性別刻板化也影響到許多女性生涯發展的相關因子。工作與家庭的平衡或衝突是女性在生涯發展上重要因素，女性除了工作上的角色外、還兼妻職、母職、及家務的負荷，在職場上要維持穩定的職場生涯，需要藉由家庭系統的支持協助（馮秋桂，2004；張艾潔，2003；楊櫻華，2003；劉筱惠，2004；鐘珠蓮，2002）。女性的成就動機因素也受性別角色刻板印象的影響，Farmer（1985）認為女性害怕成功後的污名的壓力，易降低其成就動機，阻礙其自我發展，國內張艾潔（2002）和楊櫻華（2003）的研究也發現相同的結果；組織文化因素則因對男女成就的設限，對女性能力也較質疑，使女性在升遷上較不易，因此女性必須要有追求成功的人生觀，及高度的自我期許，並加倍努力，才能獲得肯定（吳淑敏，2003；馮秋桂，2004）。

三、國內有關女性生涯發展的研究

從國內在女性生涯發展的研究中，因研究對象不同所呈現的發展階段也有異。馮秋桂（2004）以三位國小校長為對象，將其生涯發展歷程分成八個階段：成長、學習探索、生涯抉擇、工作能力成長、婚姻母職、

在職進修、女性主管及女性校長階段。鐘珠蓮（2002）探討高科技女性員工的生涯發展，研究結果分成探索成長、成熟發展和停滯階段。薛怡君（2005）研究雙生涯女性企業主管生涯發展，將其發展歷程分成：自主培養與建立、生涯初探與嘗試、工作嘗試與轉換、生命角色的轉換、成為女性主管及持續成長與拓展階段。

此外，尚有學者以類型來說明女性生涯發展的型態。劉玉玲（2007）研究三位國小女教師生涯發展，提出以下的生涯形貌：一步一腳印地實現自己的理想、重要他人適時給於牽引和鼓勵、關鍵事件引領不同的機緣、水到渠成的行政歷練和職務升遷、承載家庭與工作多元角色的責任、積極尋求後援協助生涯自我實現。卓韋瑩（2004）探討國小已婚教師的生涯發展，發現其生涯觀有：盡人事聽天命、賣力地在教職舞臺演出、媽媽老師的教職與母職重疊、及自我的隱形。薛怡君（2005）研究雙生涯女性企業主管生涯發展，其生涯組型包括：成就追尋、順其自然、與逐步投入等。

四、靈性與生涯發展

精神及宗教信仰對生涯發展的重要近年來常被提到，但是相關的實證研究卻極少（Duffy, 2006；Lews & Hardin, 2002；Robert, Young, & Kelly, 2006；Scott, 2007），然而從一些模式和研究上卻顯示靈性與生涯發展有相關。阿德勒學派認為靈性是個人整體的中心，由此導向生命的三大任務，工作即是其中之一，宗教與靈性還影響價值觀的發展，並對工作中的行為產生引導的作用（Sweeney, 2006）。一些學者也認為精神因子越強者越能知道如何處理工作上的挫折及壓力（Mohamed, Wisnieski, Askar, & Syed, 2004），及導引工作生活的發展（Gockel, 2004）。研究顯示生涯價值和宗教價值有關聯（Lews & Hardin, 2002）；工作滿意度和精神及宗教信仰間有正相關（Robert, Young, & Kelly, 2006）；有宗教信仰者對自己的生涯抉擇能力更有自信，也更願意開放自己去探索各種生涯選擇（Duffy & Blustein, 2005）。可見，在生涯發展中，精神和宗教信仰是極重要的影響因子。

本研究希望能深入探究從事女性行業的女性其生涯發展的歷程、內

涵、困境與調適，藉以更理解女性生涯，Super的理論描述縱貫一生的生涯發展歷程，正適合用來對照女性生涯的發展。對從事女性行業的從業人員而言，在沒有男人競爭的組織環境中，女性在升遷上的設限因素也消失，對女性的生涯發展較其他行業有利，在生涯發展上就有別於一般職業者的女性，但職業及性別刻板化印象、家庭因素及成就動機因素仍有影響，而靈性領域則會影響整體的生命態度，包括生涯上的觀點，在研究中仍需去關注。國內目前對女性生涯發展的研究主要以發展階段或類型來呈現，這些研究結果因研究對象的工作類型之差異產生不同的結果，從兩性皆可從事的工作環境中的研究結果，無法呈現只單一性別的工作環境的女性生涯發展，本研究試圖從女性從業者的美容業來探索女性生涯發展，期待能對女性的研究提供不同的視野與觀點。

貳、研究方法

本研究採用敘說分析的方式，請研究參與者敘說自己的生命故事，再根據敘說資料作為分析的文本進行分析。在解析文本時，研究者從敘說者的立場來看故事的內容，理解事件發生的脈絡及情境，及體驗敘說者的心境與情緒。過程中研究者以敘說者的生命脈絡為主，透過不斷的閱讀文本，理解每一個段落的內容，以整合出對故事的整體意義之詮釋，來呈現出一個有血有肉的生命之發展歷程。

一、研究參與者與研究者

本研究之研究參與者紫蔓為39歲的女性美容督導，大學輔導相關科系畢業，已婚育有一女，曾在國中任教6年，期間兼任美容顧問4年，之後離開教職專心致力於美容業務的推動，到各地推廣美容事業及訓練學員，持續至今有十三、四年。紫蔓任職的公司皆為女性員工，新進人員由美容顧問訓練基礎的美容知識，包含保養、清潔、彩妝、膚質改善及調理等，之後晉升為美容顧問，自行招生教導美容課程、銷售美容產品及培養基礎的

美容顧問，個人培養美容顧問後至一段人數後，晉升為美容督導，其所屬的美容顧問逐漸成為美容督導後，就成為全國督導，為公司中業務上最高的職務，紫蔓曾為公司最年輕的全國督導。

研究者在大學時與紫蔓認識，但於大學畢業後十多年後未曾連絡。一年前在某個場合中碰面，閒談中研究者了解紫蔓已離開教職，投身於美容事業，並有不錯的成績，研究者相當欽佩紫蔓轉業的決心與勇氣。之後，研究者因對女性生涯發展的興趣，為能更深入了解，也對紫蔓從教師的職業轉換到美容事業的歷程相當好奇，興起探究的心。另外，研究者也想了解紫蔓在美容事業中，遭遇過哪些挫折與困境，她如何度過，有哪些因素促使她在這一行業中堅持下去，這些原因成為研究者進一步探討的動力。

研究者與紫蔓為朋友的角色雖在研究中為雙重關係，但因研究者與紫蔓十多年未聯絡，這十多年的間隔，讓研究者可以從研究的角度來與紫蔓做另外的接觸，而舊時的情誼反而讓紫蔓更能信任研究者，願意碰觸生涯過程中的傷痛。在訪談過程中，研究者也以朋友的身分，融入自然的關懷及研究者的覺察與紫蔓互動，傾聽、感受及理解其生命故事。

在整個研究過程中，研究者扮演訪談者、資料謄寫者、資料分析者及詮釋者的角色，這些角色在研究中對研究者是具有相輔相成的功效。訪談的過程有助於研究者之後對訪談錄音與逐字稿的理解時的重返現場，再次體會、閱讀、分析及不斷的思考發酵中形成詮釋。

二、 資料蒐集方法

本研究共花一個月進行二次的訪談，一次約四小時，一次約三小時。研究者在與紫蔓連絡訪談及相關事宜時，紫蔓即表示目前也正在整理個人的生命故事，訪談正好能讓自己再重新審視這一段生命。兩次的訪談地點是在紫蔓家中進行，紫蔓以自己的客廳兼工作室，研究者因此也可以了解紫蔓的工作情形，而紫蔓在談到某一段故事時，同時也有相關的資料、物件或文件向研究者說明。第一次的訪談後，研究者先謄寫逐字稿，由此分析及理解紫蔓的故事，並在分析時寫下研究者的疑問及需補充資料的地

方。在第二次進行訪談時，研究者先將第一次訪談結果做概要說明，與紫蔓核對研究者的理解，釐清疑惑及補足資料。

三、 研究程序與資料分析

資料分析時，研究者來回檢視文本資料，並請研究對象檢視研究者所敘說的文本，以期能達到貼近敘說者的內在。相關的進程序如下。

- (一) 進行訪談並謄寫成逐字稿。
- (二) 反覆聆聽訪談錄音及閱讀逐字稿，以求不同層次的體會，在研究者有不理解的地方註記，作為下次訪談時的理解。訪談逐字稿的理解與分析是以故事情節為有意義的單元，將其劃記，並紀錄摘要與理解詮釋。
- (三) 在撰寫的過程包括訪談札記、訪談逐字稿、研究者逐次閱讀的心得，統整這些資料以進行詮釋及敘說。
- (四) 分析時將分散的片段與所粹取的意義做連結並重新賦予意義，繪製故事脈絡圖，撰寫初次文本；之後，再回到逐字稿上重新理解與詮釋，重新繪製脈絡圖及修改初次文本。
- (五) 在文本呈現上，研究者以段落方式敘事紫蔓的心理歷程，將訪談文本節錄或穿插在研究者敘說中，以更忠實的呈現原貌。節錄紫蔓敘說的部分以標楷體呈現，敘說中【】中的內文為研究者加入的說明及表達研究對象在訪談中的現場情景。
- (六) 請研究參與者針對文本進行閱讀，並依其理解與相關意見進行討論、更動及修改，達多次檢核確認，成為閱讀文本。
- (七) 請一位讀者針對閱讀文本，依其對文本的理解與相關意見進行討論及修改，確認文本的通暢與合理性，成為最後文本。



參、結果與詮釋

一、生涯信念與生涯態度的影響

紫蔓生涯奮鬥的目標是為父母的和諧而努力，家是她「心中很大的痛」，也是她一直無法解決的問題。小時父母親不斷爭吵，她無能為力，只能以乖和聽話來減少父母的負擔；工作後，她認為覺得「父母親的問題是錢的問題」，因此她努力賺錢；結婚後，她知道父母喜歡小孩，就生一個女兒給父母帶，期望緩和父母的衝突；每星期從中部到南部去探望父母親，期待她在家可以減少父母親吵架的次數。儘管做了這些努力卻無法解決問題，直到她信仰上帝，從信仰中「學習用禱告來包容他們」，她才放下要幫父母解決問題的心，並且明白父母的任何行為不都是對的，要引導他們用正面的眼光來看事情。

紫蔓的生涯方向是依循重要他人的建議，努力達成對方的期望。從小父親的引導，她努力讀書，並為了公費而以師專及師大為第一志願；高中老師希望她大學時學習輔導，並輔修英文，她因為「尊敬這個老師」，所以到大二時轉入輔導系；畢業後，偶然機會踏入美容業，主管很照顧她，讓她找到衝刺的理由，成為當時業績最好的皇后。這過程中她並無自己的方向，只因答應了他人就很積極，努力的達成他人對自己的期望，再加上她具有很強的行動力，「遇到問題時就往前看」，抱持著做實驗的嘗試的精神，因此她能在多次事業從高處跌下來後，很快的又重新站起來。事業的起伏雖然對紫蔓產生一些困擾，但最大困擾是紫蔓長期以來無法找到自己的價值與定位，同時發現「生命中再多的成就無法填補心中的空」，這些問題在她信仰上帝後，找到了答案與方向，「人會錯、環境會錯、但是上帝永遠不會錯」，逐漸事事將上帝擺第一，重新學習人際相處，陪伴孩子成長，認真經營家庭，學習處理錢及分配時間，現在她的工作時間減少，但生活比以前輕鬆快樂。

二、生涯發展歷程中重要事件的影響

首先研究者將紫蔓的生涯發展分成幾個階段來理解與詮釋，並在其中歸納出此階段背後所呈現的意義。

(一) 成長階段

此階段包含紫蔓的童年到高中時期的求學階段，這一段時期紫蔓有許多印象深刻的畫面，然而大都為不愉快的情境。

1. 多次與死亡接觸

紫蔓從小對水的記憶非常深刻，她曾有三次溺水事件，及看到他人溺死的經驗。第一次是在很小的時候，他們「全家坐計程車，要下車，計程車剛好停在地下水道旁邊，地下水道剛好有一個圓的蓋子，那個蓋子沒蓋，我整個人就掉進去」，媽媽發現後趕快拉她起來。第二次發生在國小時，紫蔓平時都走路到車站搭車上學，可是「有一次就下很大雨，我爸爸還是叫我們去坐車。沒想到那一天是台灣有史以來好像是颱風非常大的，【路上都】淹水，……那個路面淹水的時候已經看不到水溝，……【水溝】就有點像在灌農田的那種，【當時】已經看不到路面了。有一個聲音就告訴我，走路要靠右邊走，我就走進去，就越走越進去的時候，……，只是覺得慘了，我的書都濕了，【當時我】也不知道害怕，我的手就這樣撥，這樣撥，我也不知道這樣叫溺水，只覺得呼吸快受不了。【後來】就有一個人把我拉起來，他問我住在哪裡，然後把我帶到我們家。」第三次是國中時的游泳課，紫蔓那時才開始學游泳，「那一次也有點怕，學游泳爬不起來，差一點溺斃，旁邊的人都看不到我，我不知道怎麼掙扎起來，哪一次也喝不少水。」除了這三次瀕死經驗，紫蔓很小的時候，有一次在住家附近「看到有一個人地下水道，坐在那邊，有一個女的蹲著，就在那邊，竟然跌進去，死了，溺斃了」。這些與死亡接觸的經驗，種下她對生命不解與疑惑

的種子，導致她在未來的生命中持續的尋找自己的定位及生命的價值。

2. 孤單的中學生活

中學時紫蔓成績很好，但父親仍怕她在公立國中的成績趕不上其他同學，二年級時就將她轉到私立學校，過著獨立的住宿生活。紫蔓因為是轉學生，班上又只有九個女生，讓紫蔓覺得孤單，當時常常發生的狀況是「我很想去做【的事】，但是其他女生不想去做，【因為】他們都喜歡文學，而我比較喜歡理工」，所以「那時候過很悶的，大部分的時間都在唸書」。因為這樣，紫蔓國高中的成績都很好，但是也造成紫蔓與同學的距離，人際關係不佳。

那一段時間自己人際關係有問題，其實沒有人教你這個問題，只有笨笨的讀書而已，所以就很好的同學不是那麼親密。那時候的想法比較孤僻，沒有跟他們溝通，也不知道要跟他們聊什麼。

(二) 探索階段

1. 多方嘗試與學習

大學時期紫蔓從鄉下到大都市求學，她覺得自己與同學相差一大截，而感到自卑，所以她藉由學習東西來提升自己。

大學都跑社團童軍社、吉他社，還有張老師、伊甸.....輔導相關的【活動】。認識我大學一年級的同學，他教我吉他，我那時候就跟他去空教室練了幾年，他會帶我去聽音樂會，看戲劇、看畫。……大學時自己也常常去看藝文的，花展，因為那時候要畫國畫，哪邊有花展就去看，有一段時間很迷蘭花。

這段時間是紫蔓探索的時期，探索「我到底自己要什麼，所以做了很多的嘗試」，就讀輔導系反而成了她整合自己的一個管道。

2. 孤單的大學生

中學時孤僻的個性，也延伸到大學時與同學的交往上，紫蔓大二時又成了轉系生，要重新與另一群團體中的人建立關係，然而

她並未積極的與班上同學建立關係，而是以班級外的活動為主，是故，此段時期她仍相當孤單。

大學時，我很孤僻、孤單啦，【因為】我不知道怎麼跟人溝通，……在大學每次分組就是我最痛苦的時候，因為好像是友情大考驗，每次都找不到人搭配，你知道嗎，所以【有很大的】失落感，【常常】我就是落單的那一個，【所以】我還蠻習慣一個人這樣子，獨行俠。

3.兩難的教書生涯

紫蔓從大學畢業後進入國中教書，在學校當輔導組長，行政業務相當忙碌，卻也讓她覺得工作枯燥無味，心中興起了難道要一輩子過這種生活的懷疑。之後，她轉到另一所學校教授英文課程，面臨要求學生好成績的壓力，引起內心的衝突。

因為【學校】那個環境不是你能掌控的，而且像我們教英文，如果你要讓孩子有英文興趣，跟她們一般要的考試是不一樣的，你就常常覺得很兩難【很】痛苦，就會開始覺得說我實在不想做那種良心不安的事情，【同時】我也不想做那個非常有經驗的老師，【因為】禮拜天還要來加班，我也不想這麼做，那時候我面對很多的衝突。

英文科教了一陣子，她覺得「那種日子會讓我覺得我很老，你會發覺很慢啦，而且非常非常的規律，沒有什麼變化。如果去接觸輔導那一塊，又覺得自己沒什麼能力可以改變他，會常常覺得矛盾。」

另外，紫蔓當時也因為校長常常干涉老師在校的時間而心生不滿，因她感受到「我事情都做完了，你還叫我耗在那裡，我又融不入他們的小團體，很辛苦耶。然後【我】跟老的又談不來，跟小的還沒什麼話講，就這樣啊。其實我最大的問題是我的人際關係本來就問題了。」這也讓她想往學校以外的地方跑。這時，她人際關係的問題又出現，而且影響到她的生涯及與同事間的關係。

(三) 建立階段

1. 接觸美容課程

在當組長的那一年，有學校同事請了一位美容講師免費到學校教學，那位同事邀請她一起學習，紫蔓剛好時間許可就去上課，上完課後她覺得不錯，就留下來繼續學。當時，從學美容的條件而言，她並不好，所以並沒有人想到她會在這裡領域中持續。

剛開始去學【時】，其實我那時候條件並不好，我那時候皮膚也不好啊，……那時候我只是改變一個想法說，我剛好不想做一輩子的老師，……其實我不是那時候條件很好的，因為我那時候督導覺得我黑黑胖胖的，那時候有點水腫水腫的，有點胖胖的……那時候真的是沒有人想的到我可以做。

因為紫蔓當初學習美容並非考慮到轉業，而是覺得好玩及督導對他很好。從接觸美容課的過程中，她覺得女人對女人沒有戒心，同時也發現這過程與輔導很像，所以就把它當作輔導的課程去學。之後她利用輔導所學的溝通技巧，督導教導的美容技巧與訓練學員的方式，及個人的勤勞特質開始她的美容教學生活。

2. 創業

在美容的教學與學校教學最大的差異是學生的來源，美容教學課程的學生是要自己去開發的，紫蔓有一段辛苦的招生過程。為了邀請別人來上美容課程，紫蔓在學校下班後，並未直接回家，而是「在機車坐位下放一套套裝，還有彩妝，【下班後】我就跑去加油站弄一弄，弄好後去買東西，認識人，拿了幾張名單再回家」。紫蔓怕一回家她就懶的出門，就想出這個方式讓自己可以每天持續去認識一些人。除此之外，她也隨時把握機會，當她買便當、買菜、甚至問路、逛街、加油等，都利用機會認識人，得到對方的電話或資料，這些就成為她邀請的對象。

回家之後，她就打電話邀請對方來上美容課。在邀請對方的過程中並非每一次的都能成功，但她本著實驗的精神，嘗試又嘗試，終於

讓她找到一套最能吸引對方的方式。

我學什麼都很用心，所以那時候我都抄逐字稿啊，其實講話我有點口吃，我會很緊張會口吃，所以我就寫下來好了，就照著這樣打電話。……我就告訴我自己啊，就好像在做實驗你知道嗎，我就把實驗的精神帶來，我就開始寫逐字稿，寫怎麼講話，我就對這個媽媽型的我講一遍，她說YES，這個就代表可以；跟那個人講不行，這個話不行就再修……，我那時候是把實驗心理學放在裡面，反正就有這一套可能針對這個族群行，針對這個族群不行，我那時候就把他分類。

除此之外，紫蔓也會自我推薦，她到各個機構，拿著自己設計的課程，請他們幫忙招生，免費教美容課程。

我那時候去翻電話簿，像民眾服務社，社教館，我就自己拿我設計好的課程去說我能教什麼，請他們幫我招生，所以我就大型課小型課都教。……我覺得這個方法很簡單，為什麼很簡單，因為第一堂課上保養，第二堂課要上彩妝的時候，告訴請他招待他朋友，是不是又認識她朋友。

從一次認識客戶與教學的經驗中，她發現這個行業她很適合，因為發現在這個行業中，只要對客戶真誠，照實講對方反而能接受的，所以她不用戴一層面具，不用找很多理由，可以很真實。

那時候剛上課然後皮膚不好，我住的房子剛好有對面一家幼稚園，我跟房東太太講說房東太太你兒子借我一下，帶著到對面去玩，【就】認識園長，我就跟她聊，【提到】我在教美容，可以免費教你們，她看了我一眼【說】：「老師你自己都長痘痘」。……【我】就說對啊，就因為皮膚不好才要學美容，所以他叫我禮拜六去上課，我第二次要去彩妝的時候她就說：「老師你的痘痘少了」，我才明白原來對顧客真誠就好了，我就覺得這個我適合。

因為紫蔓這樣的努力，使她的業績相當優異，她曾破公司的紀錄，及做到最好的皇后，而且還曾經是最年輕的全國督導。從中她慢慢的培養出自信，但也因太有自信，變成了自傲，埋下她之後遭遇多次挫折種子。



(四) 轉折階段

1. 事業中的四次跌倒

在事業達到最高峰時，紫蔓的自信和驕傲也到達了頂點，「我的信心一直被提升起來的就覺得我很大，我的能力是真的蠻大的，就自大起來了，有一些就看不慣底下怎麼那麼笨，真的教不來，【且】金錢管理你也不會，不會理【財】最起碼就多賺一點。」因為這一股驕傲，未能注意底下的人的感受和想法，也對他們沒有耐心，讓她從事業的高峰跌下來，給她很大的打擊。

【當時】最大的衝突就是我自己的前大嫂，……我大嫂她是一個很多事情都是非常細膩的、都要講很多的，所以他反而跟我帶的人都很熟，所以我帶的人都聽她的，覺得我沒有去關心他們。可是我覺得作事業幹麻講那麼多，……跟他們關係就越來越疏遠，後來就是公司發生一些事情，結果他們那些人就離開我了，整批ㄟ。

這一次事件後，有一段時間紫蔓很恨的這些人的自私及忘恩負義。但她並不被這件事打倒，她很有骨氣、很有魄力的告訴自己：「你們不要也罷，我重新再栽培一群。」就在紫蔓又栽培一群人後，同樣事情又發生，又有一批人被另一個紫蔓對她非常好的人帶走。

【一個】比我小兩歲，她因為老公也沒什麼經濟，有卡債，也沒什麼收入，她在養她全家，我對她非常非常好，像自己家人，該有的都給她了，或是錢有時候有需要我也會幫忙她，但是可能她承受的壓力她沒辦法承受，也就這樣突然又垮了，……她就走人了，又帶了一批人。

這次的事件讓她開始思考，為何自己這麼倒楣，為何同樣的事情會再發生，暫時她還未找到答案。之後，她還是積極培養一批人，心中想著「應該不會一直這麼倒楣都遇到這樣的人」，然而同樣情形又發生，這一次「遇到一個單親媽媽，也因為可憐她帶三個孩子，也是【我】有的我都支援他，我就想說沒有那麼倒楣每次都會遇到這樣的人，結果同樣情形又發生，就是她，你平常對她最好

的人就是她，在最關鍵的時刻她反而把你扯下來。」

這件事讓紫蔓從公司最高的職位跌了下來，心中的困惑及不解與日俱增，心中的恨也持續的加溫中。接著，一個國高中的同學，紫蔓已經將她帶到當督導了，可是她也中途又走了，她說：「同一所國中高中的同學，…因為她做國小流浪教師，一直沒什飯碗，最辛苦的是他嫁給一個老公，是非常大男人，然後家裡有問題，媽媽是乩童，大姑處的不好，甚至拿菜刀要殺她，那時候我幫他帶到xx【公司】，我覺得反正你願意學，你學得一技之長，我也把她提到督導了，…但是她就中途又走了，那時候最讓我傷心的是，她傳了一封簡訊給我，說我利用了她，我就想說怎麼這樣，又重演了。」

紫蔓對這些人相當的好，借錢給他們、請他們吃飯、招待她們去玩，花費相當多的時間和金錢來帶領她們，因此這些人的離開，讓她相當生氣，並產生恨意，她一邊做事一邊恨，心中很不舒服，同時也一直想要找答案，了解為何自己在這一關過不去，何以事情一再重演。

從最高的職位跌下來後，她相當茫然，不知道自己的定位在哪，起起浮浮的事業並不穩固，這些她對他們好的人也不可靠，那她未來要如何走心才會安了？

2. 長期的心中空虛

紫蔓在事業上努力的動力是因為他人對她的好，一方面想賺很多錢給父母，希望可以解決他們的問題。一方面因為公司的行政主管對她很照顧，她就可以努力的付出，因此當這些人離開後，她就呈現了很大的失落感，失去了動力，也不知為誰而活。

公司有行政主管，還支援我們，因為我們是一起這樣上來，所以感情特別好……後來公司發生一些事情，人事的調換，那一批人換走了。我突然很大的失落感，就是我不知道是在為誰活，這個工作好像少了一點力，現在好像可做可不做這樣子，因為沒有一個人值得你為他付出這樣子。……真的在那一陣子我才覺得真的還蠻惶恐的，啊是為了什麼而做的，我也不知道，那

時候每天睡好晚，就一直昏睡，昏睡到大概快中午，中午起來吃個飯再睡個覺。

爲他人而活的日子很空虛，沒有方向感與安定的感覺，儘管事業成就很大，可是卻覺得那個成就是空的，「很奇妙的是你事業已經很大，應該是很有成就感，可是你自己還是覺得那個成就，……我自己很明白那是空的。因爲你知道嗎，當我自己跟人的關係不能心很黏在一起的時候，你知道那是假象，因爲這種經驗太多次了，你會發覺沒辦法。」

這樣子的空讓她無法感到「安心」，而事物一直在變動，人也在變動，如何能定下來，也是她生命的課題。

其實我人生就這樣，一直在變動，其實很想找一個定下來的點啦，真的，包含心中也缺了一塊什麼東西都找不到，這樣子，人生很多疑惑。……我常常在想說我活著幹麻呢？就像那個船在海上，不曉得去哪裡，看到爸媽的情況很灰心，我很尊重高中的老師他引導我很多，可是還是很多茫然，…我很茫然。

當她不斷的思索這些問題時，並非馬上就能有答案，但是經由不斷的思索，機緣成熟時，總能找到適合自己的答案或方向。

（五）穩定階段

1. 釋放心中的壓力

認識上帝讓紫蔓的生活徹底的改變，經由牧師的幫忙，紫蔓釋放掉沉積已久的壓力。紫蔓與上帝的因緣在於公司的創辦人是基督徒，後來又遇到一位姊妹，堅持假日要上教堂而不能上美容課，她工作時間並未很長，收入卻可以很好，令紫蔓相當好奇。真正參加教會活動是紫蔓看到一位久未見面顧問改變很多，經由她的帶領之下接觸了教會，才開始參與教會的活動。起初，紫蔓是希望接觸教會是能給女兒有好的觀念及接近比較正面的人，當時紫蔓參加另一間教會的活動，後來，因一位姊妹不斷的邀約，她參加了其他教會

的聖誕節活動，認識另一個牧師，開啓了他人生的另一條路。聖誕節當天牧師一一為每個人禱告，輪到紫蔓時，發生一些她覺得不可思議的事，她說：

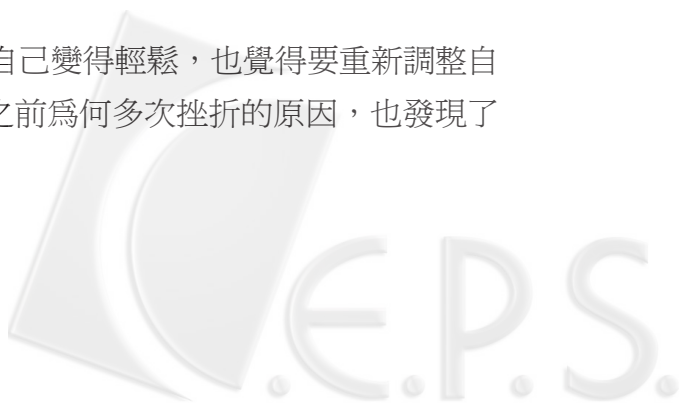
【牧師】為我禱告的時候，……其實牧師對我們都不了解，可是講出來的話會讓你很驚訝就是，怎麼都會知道。…然後那時候她幫我按手禱告的時候我的感覺，就像那種觸電的感覺一樣，我是很嚴重的乾眼症，……然後一按頭禱告的時候就整個電流好像通暢一樣，……然後我發現我的眼睛可以流出淚水，以前流不出來，……就一直流，流淚水，我整個人倒下去……。

【想】要爬起來，但爬不起來，大概躺了十分鐘左右，起來之後我突然發覺我這個肩膀鬆了，突然就鬆了，眼睛也覺得突然沒那麼乾澀。

牧師的禱告讓她驚覺到有一種神奇的力量，是上帝用它的手在幫忙，因此她更有信心依靠上帝的愛，積極的投入教會的活動。過一陣子，牧師問她是否要內在醫治，她並不了解內在醫治，但也隨口答應，這一次內在醫治，她經由嘔吐的方式，將平時的壓力、情緒與對自己的壓抑全都釋放掉，不再勉強的嚥下。釋放完後，牧師對她說了一些話，再次確立了她的方向。

上帝透過牧師來對我們，然後把以前受傷過的，它全部讓你傷口慢慢癒合，在【內在醫治】那一天牧師…他講一句話是說：雖然我不知道上帝為什麼叫我講這些話，但是他說你聽的懂，他就說它【上帝】要我放下假重擔，假擔子。因為其實那時候我正為我爸媽的事，還有工作的事，很茫然，覺得還年輕也不曉得要幹嘛，…要衝嘛好像覺得沒那個勁，爸媽的事情好像也不是錢能解決的，…聽到牧師講：我不知道上帝為什麼要對你說，但是你聽的懂。那時候眼淚就飆下來，就說對啊，我都聽的懂。因為我的個性非常喜歡旅遊，上帝知道我的個性，牧師告訴我，上帝會讓我到各國服事，我就更確定那是我喜歡的，我就往下走。

壓力釋放完後，紫蔓覺得自己變得輕鬆，也覺得要重新調整自己的生活，因此她學著去探索之前為何多次挫折的原因，也發現了答案。



2. 發現問題的根源

當紫蔓逐漸去尋找答案時，她發現問題的根源是因為「上帝出的功課我都沒有做，所以它會重複讓我跌倒。…【我主要的問題】其實是一個人的驕傲，我最大的【問題】是驕傲，從一個自卑之後就變的驕傲，驕傲就沒有耐心跟人家談，造成自己的人際關係很不好，然後帶人的看法我是可以很拼命付出的那一種人，可是這些的姿態放不下去的時候，就常常造成摩擦。」因她並未從挫折中發現意義及對自己啓發，所以一直遭遇挫折。

她也發現「同樣的問題會一直的發生，直到你開始改變態度的時候」，所以她從改變自己做起，調整與人相處的方式，不再責怪別人，放下怨恨。

另一方面，他也發現「我一直在找尋人生的一個愛，……父母那一方面雖然給我們的愛很多，但是我覺得說那種愛，他們兩個不好的時候對我來講是很大的負擔，是一種很大的重擔。如果他對我不好就算的，就拋開，但是他偏偏又對我好，那兩個又不好，會很累耶。甚至感情上會希望老公可以浪漫一點的，但是偏偏又不是，真的你會覺得要的都不是，然後你再去找朋友好了，啊同事也到最後都變成這個，就找不到一個真正的愛。我後來也才明白就是所有人的愛有都會變，因為他們是肉體的會有情緒，只有上帝的愛不變，所以從這樣去明白道理的時候，我才是釋懷很多，也越能包容別人。」在信仰上帝之後她才找到唯一不變的愛，讓紫蔓的心從此安定下來的。

3. 生活與事業的調整

經過幾次挫折與職位調整後，紫蔓發覺這些事對她是一個祝福，是給她的學習，所以她重新安排自己的重心。對於自己，學著調整一點時間花在自己身上，並跟一些人聯絡。

在金錢上，以前她「雖然賺很多，可是都不曉得流到哪裡去，

很快就沒有」，現在她學著不帶太多錢在身上，也開始學著記帳。

其實到現在我賺的錢我真的沒概念，我只是學到我老公開始我不讓自己身上有很多錢，就是領到錢就去存，我以前【錢往】皮包放一放，就很奇怪【錢很快】沒有了。我現在為了訓練底下的人金錢概念，我從自己做，開始學會記帳，開始學會錢跑去哪。

對人的部分以前需要別人做事時，她不要求別人，能自己做就自己做，做不來就「讓它爛爛的擺那邊」，雖然對他人這種行為有時她會很生氣，但又說不出口。現在能「直接跟他們溝通這個問題，不會因為說怕她們對這麼直接的指導就離開了。」

以前我自律性作的很好，像規劃、一些我的作業，可是我沒辦法去要求別人，…我的個性是像以前我會很生氣，但是我講不出來，可是現在我就會引導她們說，你的觀念應該是怎麼，我跟你之間的關係應該是什麼，比如說你應該學會尊重，我們常常打電話不回電話，我以前很生氣，就覺得很沒禮貌竟然不回電話，這怎麼賺的到錢。可是現在我就直接跟他們溝通這個問題，……我現在做了蠻大的調整是這部分，我能針對她們的癥結去面對面。

同時紫蔓也調整家中的順序，她發現因為自己先生的耐心與包容，才能讓自己在婚姻中持續走下去，因此她開始尊重這個先生，不再以自我為主，也將女兒接回家，在女兒下課的時間陪她。調整後的婚姻關係與家庭也讓她穩定下來，有安全感。

有時候想一想對我老公也會不公平，我沒有把心放在這個家，尤其那時候孩子也不再身邊就只有他，其實有時候我晚上去工作就只有他一個人在家，…最近的話我其實工作量比以前少了三分之一，真的，因為一方面我覺得孩子成長可能要陪他，另外一個我也想要轉換一下已經好多年沒有認真去經營我這個家，所以大概少了三分之一。

在這個過程中她獲得一個結論：如果自己都沒有去整理，去檢討，都會覺得都是她們的問題，後來發現自己也是要負一部份責任，【因為我】沒有真正去找到他們的需要，可能是以我的需要去做的。同時她也發現：挫折跟拒絕未必不好，就你走在當下你會不喜歡，在事後看的感覺又會不一樣。經過這樣的歷程，工作對她而不

再是生命的重心，或是尋求成就感或愛的來源，工作就只是工作，是生存下去的工具，而她找回了生命的重心後，所有事情都不一樣了。

我生命在這一段時間做蠻大的轉換，我就慢慢發覺找回生命的重心，慢慢發覺很多東西對我來講都不是最重要的，工作對我只是工作，就是我在接觸每個人的時候那個心已經不一樣了，也比較找到解答。

三、影響生涯發展的因子

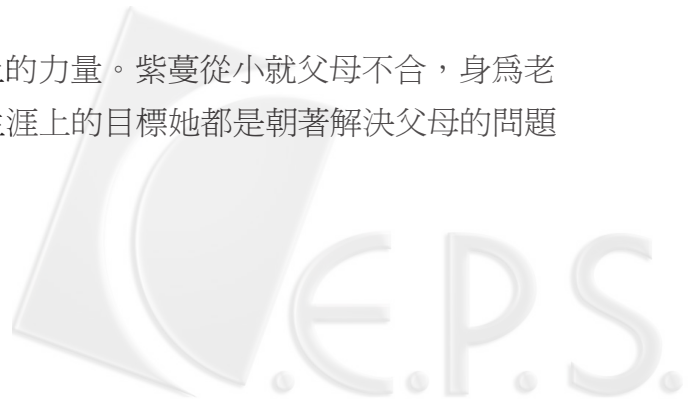
（一）貴人

紫蔓覺得自己一生有許多貴人的扶持，她才能有今天的成就。小時候是爸爸鼓勵她唸書，她順著他。「我的人如果沒有我爸爸叫我唸書，我可能也不一定會唸書，我像一艘船在海上沒有方向，我覺得我都可以，除非有人出來告訴我你就這樣走，我就乖乖的走。」那時爸爸希望她考師專，但未能考上。

到高中時導師對紫蔓相當好，他鼓勵紫蔓就讀輔導科系，紫蔓也就乖乖的選擇輔導系就讀。大學時一位好同學教紫蔓吉他，帶著紫蔓去欣賞畫展、聽音樂會，擴展紫蔓的視野。大學畢業後在同事的邀請下，開始學習美容並成為美容行業中的一員。這些轉折都不是紫蔓所規劃的，而是跟隨著自己環境中所遇到的人事的指引，她努力的去完成，「我真的想說這一切都是蠻幸運的，我也真的蠻幸運的遇到這一些人，不然我也是笨笨的不知道會被帶到哪裡去，因為我那時候沒有目標。」也因為這些貴人的指引，紫蔓才慢慢走出自己的路。

（二）原生家庭的力量

原生家庭是支持紫蔓努力向上的力量。紫蔓從小就父母不合，身為老大的紫蔓總希望他們能合好，在生涯上的目標她都是朝著解決父母的問題而發展的關係。



我都一直環繞這個，就一直想要解決我爸媽的問題，所以我就拼命賺錢，有機會就很努力這樣去做，直到我結婚生完這個女兒。其實生這個女兒我也是要給我爸媽的，是為了爸媽的，因為我知道他們兩個焦點都很愛孩子，彼此因為愛孩子，孩子在中間就比較不會有什麼事。所以那時候真的那時候也在這邊賺到錢，所以一個月大概都給我爸×萬塊，然後就養我這個女兒。….

【那時】我每個禮拜跑回家，我跑回××去看我爸媽，其實美其名是要看孩子，其實是要看到爸媽最起碼看到我不會打架。

【父母親】是我活著的理由吧，所以我一直為這個我願意花很多的代價去找，所以其實我進××的原因是為我爸媽做的，那時候想的是錢能解決一切，而且那時候真的咬緊牙根去走過，所以我覺得一邊走一邊看。

起初覺得父母親的問題是錢的問題，所以她拼命賺錢給父母親，這樣他們就不會因為錢的問題而吵架，而拼命的賺錢也讓自己很快的爬到事業的頂端。

（三）個性因素

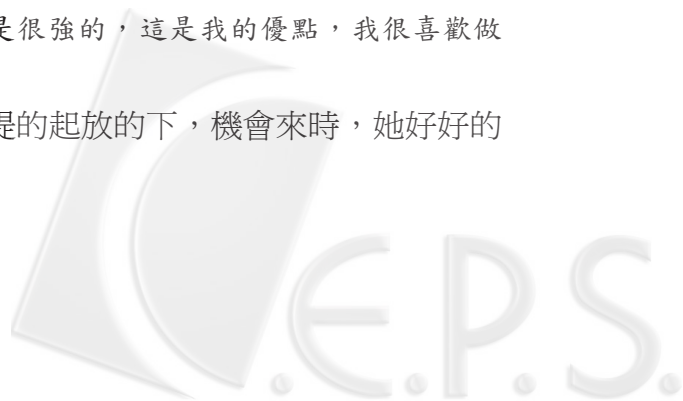
紫蔓的個性也是影響他生涯發展的一大因素。首先、紫蔓覺得自己對朋友很用情很深，只要有一個人對她很好，她就乖乖的聽話，不計代價的依對方的話做。

我只要一個人的影響力很大我就跟去的人，我像一把黏土，只要有人願意拉你我就跟他了，我不會去瞻前顧後的人，我不會去考慮後果很多的人。

其次，紫蔓有很強的行動力，說做就做，讓她不會陷於情緒中來猶豫或擔心，反而從行動中得到收穫和成就。

行動方面對我來講我覺得已經OK了，我本來就已經習慣是想到就做的人，…我【是】不會在腦中轉很久的人，我大概【腦中】想到腳就出去的，我是一個比較急性子的人。…我的衝力是很強的，這是我的優點，我很喜歡做事，無聊時很難過。

第三，紫蔓無所求的個性，讓她提的起放的下，機會來時，她好好的把握住。



我的個性是無所求的，我不會說刻意去求什麼，就是這一些人跑到我生命中。

第四，紫蔓追求成就感的個性，讓她不斷的克服工作上的障礙，從工作中獲得成就及滿足自己的成就感。

「我後來發現我很喜歡有成就感的事情，就是讓我覺得我做得好像進步或是我克服了這個問題，我覺得我是成就感在引導我，所以我就不斷的往上爬。」

這些特質成爲紫蔓在事業衝刺時的助力。

（四）家人的支持與包容

婚後先生成爲紫蔓生涯發展上很大的支持力量。紫蔓的先生對紫蔓相當的包容，及接納紫蔓的決定與行爲，所以即使紫蔓三更半夜回家，或是無理取鬧，他仍爲無怨言的守候著紫蔓，這可以從以下的故事了解：

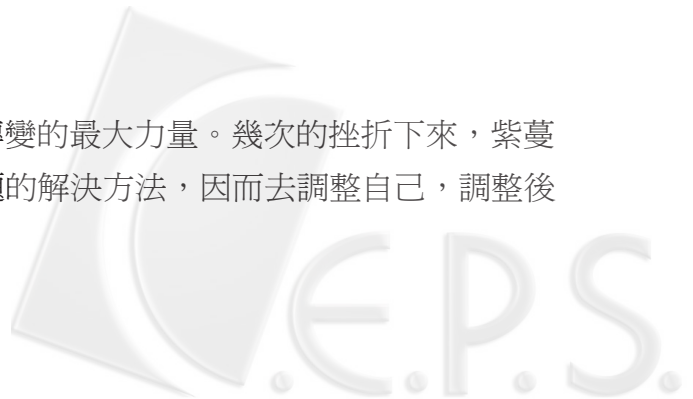
有時候我回到家裡一兩點吧，從外地回來，然後，我就很累就不想先洗澡，然後，我就跟我老公說老公你站著，你再半個小時之後叫我起床，因為他會很容易睡著的人，…我就說窩你一躺下去大概我們兩個都睡著了，我不能不洗澡，你就站著站半個小時，我就想說不行臉這樣沒有卸妝會很糟糕，又已經很累了，我就說你站著好了，他真的是很百般不願意，可是還是站著半個小時。

我想跟我先生的相處就一路上走來，好的時候他跟我再一起，不好的時候他還是陪在我身邊，就那麼不合理的要求他也都會接受，所以我慢慢才會發現他有他的優點。

也是這種先生的這種耐性，及對紫蔓的支持與安全的屏障，才能讓紫蔓有自由的工作時間及依自己的來做事。

（五）信仰的力量

信仰是紫蔓事業上及生活上轉變的最大力量。幾次的挫折下來，紫蔓從向養中發現自己的問題及對問題的解決方法，因而去調整自己，調整後



重新出發，她發現客戶有不一樣的反應，讓她深受感動。

有時候開車的時候，就會突然接到電話，說你很久沒有來讓我看了。平常都是我主動去找顧客，現在顧客會主動說你很久沒有來讓我看，就很感動。

我還算在這個年紀去懂的這一些認識上帝，我有一些疑問就解決了，就像我才慢慢明白我有一些事情得發生都不是偶然的，都是有一個安排有計畫好的，直到現在我才明白，我就是來這邊××【公司】之後才去教會，所以我人生也做了一個很大的改變。

四、認識與省思

在紫蔓的生涯發展中，死亡與孤獨是其主要的二個生涯議題，也是生命的課題，死亡看到人的有限性，因而尋求永恆或是無限的力量。孤獨則讓我們了解不論我們有多親近，還是有一道無法跨越的鴻溝，也發現人因為孤獨也渴望接觸、渴望保護（易之新，2003）。紫蔓童年時的死亡經驗，在研究者開始分析時覺得與生涯議題扯不上關係的，然而在多次的反覆閱讀逐字稿及分析與整理當中，也逐漸了解紫蔓所說的：「最近有一些畫面一直浮到腦海中，以前都不明白為什麼，現在我明白了，」這一句話的意思。研究者發現因紫蔓經歷過這些死亡經驗，讓她逐漸走向探索生命方向及意義的歷程，先認識了人的脆弱與必死的狀態，而去問活著的目的。之後，生命成長與發展的歷程就是她在探索生命的歷程，包括我是怎樣的人、我要過怎樣的生活、我未來要怎麼走等，這些成為她之後尋找生涯方向時的基礎。

紫蔓在信仰上帝後，早期生命中的瀕死經驗逐漸的浮出腦海，這些經驗讓她知道死亡不只出現在老年，而是在生命的任何時間點，這種強烈的生命短暫感，讓她更珍惜生命。Yalom也提到人面對死亡時，許多人會重新評估優先順序（易之新，2003），紫蔓的敘說中也說明這一點。

在紫蔓的生涯過程中，一直都為他人而活，尋求他人的認同與愛，包括父母、老師、督導等，只要是對她好她就甘願為他努力及付出，那時沒有自己的目標與方向，也沒有安全感，所以心中是空虛與不安的。因為她

所尋求的都是外在的評價及他人的價值觀，由別人來肯定自己，直到信奉上帝後，發現人的有限性，生命的有限，別人無法滿足自己的所有期望，而全能的上帝卻有無限的愛，讓她心有所依歸，不再擔心被離棄，反而感受到完全的被包容及無止境的愛，也才發現不需再汲汲營營的追求什麼，心可以很安。

孤獨的議題與人際關係有關，人際關係需要經營，也需要花時間來認識與關心對方，找到彼此共通的話題，紫蔓並未做這些努力，讓她在所屬的團體中找不到相互支持的力量。紫蔓中學生活的孤單，早期她認為是轉學後班上只有少數幾位女同學，而她又與這些與同學興趣不同的原因，之後發現其實是從來未被教導如何建立良好的人際關係，未學習到如何對待人與人之間的相異性。人存在的孤獨性加上缺乏人際關係建立的技巧，益加突顯出孤獨的議題。由Erikson的發展階段中各種議題來看，中學生面對自我認同與同儕歸屬感的壓力（張慧芝，2004），此議題未能度過就成為之後生命中的課題。

在大學時期、教書生涯及美容督導的工作中，人際關係的議題成為生涯發展的阻礙因子。在班上沒有歸屬感，她找班上以外的團體或活動；在任教學校無法融入同事的團體，她授課完就離開學校，這樣的方式在從事美容的職場上，就變成其事業的阻力，紫蔓從信仰中逐漸發現自己對人的驕傲，使她不斷的在事業上跌倒，而後學習調整與人相處的方式，在職場上重新出發，與同事有了更穩定與親密的關係。通過了前一階段的課題，才能面對下一階段的挑戰，在夫妻親密關係的建立上，紫蔓也才有心力來面對與學習。

在訪談的過程中，研究者相當佩服紫蔓轉業的勇氣，及創業時的嘗試精神。從穩定的職場轉換到不穩定及多變的職場，走進一條他人都不贊成的道路，與無法確定的未來和前途，是需要極大的勇氣。爲了要找學生來上美容課，紫蔓嘗試各種能認識人的方式，不斷的去認識人；她也不讓自己的缺點限制住，下班後先去認識一些人再回家，以免自己回家後就不想出門；之後又將輔導所學與實驗的精神應用於邀請學生上課的過程中，紀

錄可行與不可行的邀請方法，不斷的嘗試之後找到一套有效的方式。這一段過程，讓研究者產生了很多讚嘆，一方面讚嘆她擴展學生的管道是如此多元，而自己如溫室中的花從未去擔心這類事情，相形之下自覺不如；一方面也感受成就是從一點一滴累積成的，她為此工作經常南北奔波，三更半夜才回家，面對問題時就積極克服、不怕挫折及永不放棄的嘗試，也才有今日的是事業成就；研究者也看到只要自己有一顆開放的心，把握機會學習與嘗試，就可能為生命開創出一條新的路。

這過程中研究者也看到紫蔓在生涯態度轉變後，心境所感受到的差異。這讓研究者去思考價值觀在生涯上所扮演的角色，面對同一份工作時，心境不同所呈現的工作樣貌就不同，面對工作時的處理態度與方式也跟著改變，若工作成為生命的志業時，樂在工作感受就會出現。當我去思考自己面對工作時的態度及自己所採取的價值觀時，我看到自己對教學工作的態度只是由父母內射而來的「穩定」之價值觀底下的產物，這影響我的工作熱忱，長久以來並非認真的看待教學工作，並未思考如何引導學生的成長，而當我去思考其實我可以做很多事時，考慮到教學工作對學生之後的影響，就開始覺得要認真對待自己的工作，我想這樣的方式面對工作，將會重新體會教學的各種滋味，看到原先自己所沒注意的，也會有不同的心情。

肆、討論與建議

一、討論

從生涯發展的理論來看，Super的理論從生命長期的觀點，看到個人生涯的改變與生涯角色的轉換與調整，研究者試圖從紫蔓的敘說中來對照Super的理論，提出一些觀點。



(一)女性的生涯發展階段大致循著Super的階段前進

紫蔓的生涯發展階段包括成長階段、探索階段、建立階段、轉折階段到穩定階段大致上與Super模式中的發展階段相符合，其中轉折階段是經歷挫折之後的再出發，也是重新再定向，確認自己適合這個方向的轉折點，以Super的理論來看，在建立期會有一些挫折，才能達到進階，對紫蔓是先達到事業的高峰，才經歷一些挫折，而後調整心態，達到穩定的發展，此階段與Murphy和Burch所提到的更新階段相似。紫蔓的發展歷程與許多女性的發展不同，主因是女性在職場上會因性別刻板印象的影響而使升遷困難，但紫蔓在全為女性從業者的行業中，少了性別刻板印象的影響，因此只要她努力就能達到高的職位；另一方面，許多女性因結婚為家務及養育小孩而影響工作，紫蔓因有家人及先生的包容與支持，使她能專心的在事業上闖蕩，使她在發展的階段上，少了女性生涯發展上的阻礙，而呈持續發展的歷程。

(二)境脈絡因子是影響女性生涯發展的因子

在環境脈絡因子的影響上，Super理論中主要提到成長期在自我概念建立時，父母、老師及媒體所獲的職業訊息，但在建立期及維持期就未再提及。在其拱門模式中提及個人是在社會環境因子對生涯發展的影響，但並未詳述。紫蔓在生涯發展上兩個重要的因素是貴人的提攜，及家人的支持，這兩因子在紫蔓生涯發展上是相當重要，在Super理論只能籠統的納入家庭、學校及社會因子。

1. 貴人或重要他人

許多的研究顯示良師（mentors）和人際網絡（networks）是促進女性生涯發展的重要因子之一（Cook, Heppner, O'Brien, 2005；Johnson-Baily & Tisdell, 1998；Knorr, 2005；Mattis, 2001）。因為女性生涯發展的多元性，不同時期有不同的導師或貴人對女性的生涯發展是有必要的（Johnson-Baily & Tisdell, 1998），從紫蔓的發展中也看到這一點，良師的關係協助他更有自信，同時也減低壓力。

Lent, Brown和Hackett (2000)的社會認知生涯理論也提到人際網絡 (career networks contacts) 是影響生涯興趣、目標與選擇的因子。這些人也許提供角色楷模，也許提供訊息或機會，也許協助她們度過難關，以紫蔓的例子來說，在其生涯的路上因這些人的指引，使她在面臨抉擇時有了方向及向前走的勇氣。然而良師或貴人的出現並非事先能預計或安排的，總是個人在回顧與反思後，發現某個人對自己生涯有著重大的影響，才成爲自己的貴人。所以，唯有不設限的與身邊的每一個人接觸，才有可能成爲生涯中的貴人。

2. 家庭因素

在原生家庭對女性生涯發展的影響上，多數的研究或文獻所提到的多爲人口學變項、如父母教育、職業、社經地位或家庭的期待、父母的支持與家庭互動方式 (Douglas & Guttman, 2000; Lindstrom, Doren, Metheny, Johnson, & Zane, 2007)，鮮少研究提到當事人與父母在情感上的過度涉入。紫蔓因爲對父母親與對原生家庭的情感黏結，促使她努力的賺錢，以金錢來協助父母關係的和諧及原生家庭的穩定，也因其身爲長女，承擔著家庭的責任及安撫父母親的橋樑，使其更與原生家庭難以分離，解決父母親不和的目的成爲紫蔓努力的動力，這樣的動機因素在Super理論中未出現的。

在女性生涯中另一個常被提及的是另一半，許多的研究顯示女性能夠順利追求職業生涯的因素之一是配偶的支持 (吳淑敏, 2004; 張艾潔, 2003; 簡維君、郭靜姿、林美和, 2005)，紫蔓的配偶一直都「很有耐性」的陪在紫蔓身邊，照顧與尊重紫蔓的決定，她也甘願做個「無聲音的人」，「不與紫蔓爭吵」，使她能在事業上盡情的衝刺，發展自我。

(三)生命早期未完成的生涯發展任務會持續的出現

人際中的孤獨一直是紫蔓生涯發展上的主要課題。從成長階段、探索階段到建立階段都持續出現在其生涯發展的過程中，而後進入轉折階段時

成爲其生涯困境的主要因子。Havighurst指出在正常的循環中跳過某個階段會使之後的階段產生困擾（Super, 1990），Super理論中提到在建立階段中的成長任務是要學習與他人的關係，這項任務的成長後才能繼續探索的任務，紫蔓要建立事業之初並未學習與人建立良好的關係，未發展的任務就影響生涯的建立與穩定，直至紫蔓重新學習與人的相處方式後，生涯發展上才轉而穩定。

(四)生涯是生活方式與生命的展現

如同Super所提到生涯發展中的各種角色彼此互動，當紫蔓在工作者及女兒的角色佔了絕大部分時，其在妻子及母親角色的扮演上相對的減少。當紫蔓從信仰中找到生命的方向時，她不只確立目前的工作是她「所要走的路」，也從聖經的學習中開始調整自己在家庭中的位置，讓「家中的頭起來」，「多陪女兒成長」，並且「減少回娘家的次數」，將重心逐漸回轉到自己所建立的家庭上，而「感受到安全感」與踏實。工作時間與方式的調整，讓她重新體認生活中各種事務及安排生命的次序，不只是工作時心態的轉變，也是整體生活的轉變，這過程呈現信仰對她的力量，這一部分因是Super的理論只能從角色過程來看，無法說明內在心理的轉變所帶來意義上的差異。

二、建議

從本研究的結果與研究過程，研究者提出以下幾點建議：

（一）對諮商與輔導上的建議

1. 重視精神與宗教在生涯諮商上的影響

本研究的結果發現精神與宗教信仰的力量改變了女性的生涯發展，及對生命意義的發現，轉變了對生活與工作的態度，及心理的安全與滿足。從研究也發現工作滿意度、生涯價值、生涯發展都

與精神及宗教信仰間有關（Lews & Hardin, 2002； Robert, Young, & Kelly, 2006），故而，諮商師需了解當事人所喜愛的精神或宗教，對其生涯型態、生涯需求及生涯決定與自我效能的影響，才有助於當事人建立穩定的生活，找到工作的意義。

2. 了解生涯發展上的不確定性，積極面對各種環境脈絡中的因素

重要他人或貴人的提攜可能成為女性生涯發展上的轉捩點，而貴人的出現並無法預期，因此在生涯輔導上，抱持著可計畫卻非確定的心態，以Gelatt 的積極不確定（positive uncertainty）的哲學思維與態度，來面對不確定的環境脈絡及生活中的各種可能，尤其在這種資訊發達瞬息萬變的社會中，所有的資訊和改變都會是一個機會，因此諮商過程中重要的是讓當事人能整合自己，協助其更具廣度的看待生涯決定的歷程。

（二）對未來研究的建議

本研究為單一個案的敘說研究，雖可協助我們深入了解研究參與者的生涯發展歷程，然每一位個體都是獨特的，生命故事也都不同，因此若能增加其他相異女性行業從業者或不同年齡者的發展，可補充對女性行業生涯發展的理解和體驗。在方法上也可藉多從其他的資料來輔助，如檔案資料、訪談親友或實際參與觀察，使敘說的資料更豐富，詮釋的角度更多元。另外，因本研究參與者為研究者大學時認識的友人，雖多年未連絡，但如此的雙重關係在研究上也可能會有主觀瞭解及認定的部分，未來研究可盡量避免雙重關係。

參考文獻

- 104人力銀行（2008）。104人力銀行，2008年1月19日。取自 <http://www.104.com.tw>。
- 全國就業e網（2007）。全國就業e網，2007年7月24日。取自 <http://www.ejob>

.gov.tw/news。

- 吳淑敏（2003）。傑出女科學家生涯發展歷程及其成功因素之探討。國立台灣師範大學特殊教育研究所碩士論文，未出版，台北。
- 林靜宜（2000）。國小女性教師的生涯阻礙及其因應方式之研究。台中師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版，台中。
- 邱筱琪（2003）。高等教育中的沉沒耕耘者—女性大學學生事務行政人員生涯發展之職性探究。國立台灣師範大學公民教育與活動領導學研究所碩士論文，未出版，台北。
- 卓韋瑩（2004）。國小教師的生涯發展—已婚女性教師的觀點。東海大學教育研究所碩士論文，未出版，台中。
- 易之新（譯）（2003）。Irvin D. Yalom著。存在心理治療（Existential Psychotherapy）。台北：張老師文化。
- 姜瑀青（2004）。大學資管系女性畢業生生涯規劃與發展之研究—以南部某大學資管系為例。義守大學資管理學研究所碩士論文，未出版，高雄。
- 唐子俊、唐慧芳、孫肇玢、陳聿潔、黃詩殷（譯）（2006）。Sweeney, T. J. 著。阿德勒諮商。台北：五南。
- 張艾潔（2003）。影響銀行女性管職場生涯因素之研究。國立台灣師範大學工業科技教育研究所碩士論文，未出版，台北。
- 張慧芝（譯）（2004）。Diane E. Papalia, Wendkos Olds, & Ruth Duskin Feldman（2001）。人類發展兒童心理學（Human development, 8nd ed.）。台北：久大/桂冠。
- 馮秋桂（2004）。三位女性國小校長生涯發展歷程之研究—傾聽生命長河的真摯告白。國立屏東師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版，屏東。
- 薛怡君（2005）。雙生涯家庭女性企業主官生涯發展歷程之研究。國立嘉義大學家庭教育研究所碩士論文，未出版，嘉義。
- 楊櫻華（2003）。女性軍訓教官職產經驗與生涯發展之研究。國立高雄師

- 範大學性別教育研究所碩士論文，未出版，高雄。
- 劉玉玲（2007）。生涯發展與心理輔導。台北，心理出版社。
- 劉莉娣（2004）。南台灣女性軍官生涯發展及影響因素之研究。國立中正大學成人及繼續教育研究所碩士論文，未出版，嘉義。
- 劉筱惠（2004）。我聽見花開的聲音—國小女性教師生涯發展歷程之敘說研究。銘傳大學教育研究所碩士論文，未出版，台北。
- 翟智怡（2003）。影響女性生涯發展的相關因素。諮商與輔導，214，2-4。
- 鄭茱月（2001）。台北市國小女校長生涯發展歷程中重要他人及關鍵事件之研究。台北市立師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版，台北。
- 簡文英（2001）。生涯發展中的性別議題—女性生涯選擇中之社會設限與自我設限。中等教育，52（5），54-72。
- 簡維君、郭靜姿、林美和（2005）。婚姻與家庭的影響：高中美術資優班畢業女性生涯發展之助力與阻力。資優教育研究，5（1），1-21
- 鐘珠蓮（2002）。女性員工生涯發展影響因素之探討—以高科技產業為例。國立中央大學人力資源管理研究所碩士論文，未出版，桃園
- 繆敏志（1992）。女性生涯發展之探討。國立台北護專學報，81，271-314。
- 戴素珍（2000）。女性教師生涯的詮釋研究—以一位在職進修教師為例。國立嘉義國民教育研究所碩士論文，未出版，嘉義。
- Cook, E. P., Heppner, M. J., & O'Brien, K. M. (2005). Multicultural and gender influence in women's career development: an ecological perspective. *Journal of Multicultural Counseling and Development*, 33,165-179.
- Douglas, K A., & Guttman, M. A. (2000). Women's stories of parental influence in the career. *Guidance and Counseling*, 16(1),18-24.
- Duffy, R. D. (2006). Spirituality, religion, and career development: Current status and future directions. *The Career Development Quarterly*, 55,

52-56.

- Duffy, R. D., & Blustein, D. L. (2005). The relationship between spirituality, religiousness, and career adaptability. *Journal of Vocational Behavior, 67*(3), 429-440.
- Famer, H. (1985). Model of career and achievement motivation for women and men. *Journal of Counseling Psychology, 32*, 363-390.
- Hachett. G., & Betz. N. E. (1981). A self-efficacy approach to the career development of women. *Journal of Career Assessment, 18*(3) · 326-339.
- Hachett. G., & Betz. N. E. (1997). Applications of self-efficacy theory to the career assessment of women. *Journal of Career Assessment, 5*(4), 383-402.
- Giannantonio, C. M., & Hurley-Hanson, A. E. (2006). Applying image norms across Super's career development stages. *The Career Development Quarterly, 54*, 318-330.
- Gies, V. (1990). Developing a personal career counseling therapy: An overview of the theories of Donald Super and David Tiedemann. *Guidance & Counseling, 6*(1), 54-62.
- Gockel, A. (2004). The trend toward spirituality in the workplace: Overview and implications for career counseling. *Journal of Employment Counseling, 41*, 156-167.
- Johnson-Baily, J., & Tisdell, E. J. (1998). Diversity issue in women's career development. *New Directions for Adult and Continuing Education, 80*, 83-93.
- Knorr, H. (2005). *Factor that contribute to women's career development in organizations: A review of literature*. Paper presented at the Academy of Human Resource Development International Conference (AHRD), Estes Park.(ERIC Document Reproduction Service No. ED 492334).
- Lent, R. W., Brown, S. D., & Hackett, G., (2000). Contextual supports and barriers to career choices: A social cognition analysis. *Journal of*

- Counseling Psychology*, 47(1), 36-49.
- Lewis, M. M., & Hardin, S. I. (2002). Relations among and between career values and Christian religious values. *Counseling and Values*, 46, 96-107.
- Lindstrom, L., Doren, B., Metheny, J., Johnson, P., & Zane, C. (2007). Transition to employment: Role of the family in career development. *Council for Exceptional Children*, 73(3), 348-366.
- Mattis, M. (2001). Advancing women in business organizations. *Journal of Management Development*, 20(4), 371-389.
- Mohamed, A. A., Wisnieski, J., Askar, M., & Syed, I. (2004). Towards a theory of spirituality in the workplace. *Competitiveness Review*, 14(1/2), 102-106.
- Robert, T. E., Young, S. & Kelly, V. A. (2006). Relations between adult works' spiritual well-being and job satisfaction: A preliminary study. *Counseling and Values*, 50, 165-174.
- Scott, J. A. (2007). Our callings, our selves: repositioning religious and entrepreneurial discourses in career theory and practice. *Communication Studies*, 58(3), 261-279.
- Super, D. E. (1990). A life-span, life-space approach to career development. In D. Brown., L. Brooks, & Associates (Eds.), *Career choice and development* (2nd ed). San Francisco, CA: Jossey-Bass.



A Beautician Supervisor Narrative her Career Development and Barriers

Fu-chen Huang	Yuen-yu Ting	Shu-wen Huang	Ching-hui Hong
Graduate Institute of Guidance and Counseling National Kaohsiung Normal Universit	Assistant Professor of Graduate Institute of Guidance and Counseling National Kaohsiung Normal Universit	Graduate Institute of Guidance and Counseling National Kaohsiung Normal Universit	Graduate Institute of Guidance and Counseling National Kaohsiung Normal Universit

Abstract

This article aims to explore women's career development among cosmetician by narrative analysis of qualitative research method. The participant was a 39-year-old beautician supervisor who was deeply interviewed by the author twice through seven hours. The narrative analysis in this research emphasized the subjective experiences of first-person accounts and the holistic understanding relative to the participant's life course. We divided the participant's career development process to five stages including growth stage, exploration stage, establishment stage, turning stage, and maintenance stage. For the growth stage, the participant reported her experiencing death issue and lonesome during her high-school period. For exploration stage, the participant described how she tasted varied jobs and realized that she was not suitable for teaching during undergraduate. For establishment stage, she participated in some courses on

cosmetology and then started her personal enterprise. For turning stage, she was empowered by her religious belief after suffering a great deal in those running-personal-enterprise days. In addition, the narrative analysis in this research resulted in the five impacts on the participant's career development. They were significant person in career net, native family, personality, the support from family, and the impact of religion on her. Finally, this article provides some limitations and suggestions for the future.

Key Words : women, career development, narratives



本文章已註冊DOI數位物件識別碼

▶ 技職院校女大學生生涯發展歷程模式之研究

A Qualitative Study of the Pattern of Career Development Process of Female College Students

doi:10.6308/JCG.19.04

諮商輔導學報：高師輔導所刊, (19), 2008

Journal of Counseling & Guidance, (19), 2008

作者/Author：毛菁華(Ching-Hua Mao);周富美(Fu-Mei Chou);許鶯珠(Ying-Chu Hsu)

頁數/Page：105-139

出版日期/Publication Date：2008/12

引用本篇文獻時，請提供DOI資訊，並透過DOI永久網址取得最正確的書目資訊。

To cite this Article, please include the DOI name in your reference data.

請使用本篇文獻DOI永久網址進行連結:

To link to this Article:

<http://dx.doi.org/10.6308/JCG.19.04>



DOI Enhanced

DOI是數位物件識別碼（Digital Object Identifier, DOI）的簡稱，是這篇文章在網路上的唯一識別碼，用於永久連結及引用該篇文章。

若想得知更多DOI使用資訊，

請參考 <http://doi.airiti.com>

For more information,

Please see: <http://doi.airiti.com>

請往下捲動至下一頁，開始閱讀本篇文獻

PLEASE SCROLL DOWN FOR ARTICLE



國立高雄師範大學輔導與諮商研究所
諮商輔導學報—高師輔導所刊
民97，19期，105-139頁

技職院校女大學生生涯發展 歷程模式之研究

毛菁華

周富美

許鶯珠

致理技術學院
通識教育中心講師

致理技術學院
通識教育中心講師

國立交通大學
教育研究所
助理教授

本研究的主要目的在探究技職院校女大學生生涯發展的影響因素，以提供學校生涯輔導工作的參考及應用。研究乃透過焦點團體訪談20名北部技職院校四技三、四年級或二技一、二年級的女學生，並參考紮根理論的資料分析程序，而建立一假設性的女學生生涯發展歷程之階層模式，模式最頂端為人我關係及體驗學習二因素。本研究的重要結論如下：一、實務體驗經驗在面對生涯疑惑或生涯未定向狀態時，幫助甚多；二、角色楷模對女學生生涯發展有正向影響；三、女學生之生涯發展歷程中，與周遭重要人的互動關係影響頗大，這關係包括母女、父女、手足、同儕等。因此，本研究結果支持關係取向的生涯理論，主張人際關係的連結對女大學生生涯發展的正向影響。

關鍵詞：技職院校、生涯發展、女性生涯、關係取向生涯諮商



壹、緒論

一、研究動機

研究者對女性生涯發展的研究興趣，來自於與女學生進行生涯諮商時，發現個案的生涯目標雖明確，但因其為女生而父母干涉她的生涯發展方向，個案非常挫折並衍生憂鬱的情緒。事實上，在一九八〇年代一些女性生涯學者發展的學說理論，性別角色社會化（sex role socialization）就是一個很重要的主軸，如Hackett和Betz（1981）的生涯自我效能學說，闡述性別角色社會化導致女性在某些非傳統女性工作領域的低自我效能，而限制女性的生涯選擇與發展，Astin（1984）的社會心理模式中，性別角色社會化與工作機會結構是兩個重要的構念，且彼此互相影響也共同影響了生涯期望，而Farmer（1985）女性生涯動機模式中，影響生涯動機的家庭角色與工作角色、女性工作的支持等變項，亦是反映性別角色社會化對生涯的影響。惟上述以性別角色社會化為核心的學說理論，至今已二、三十年，時代轉變已趨向性別平等，尤其，近十年來台灣性別相關法令公佈實施，形塑了性別平等的社會氛圍，不知性別角色社會化這個議題，對現今台灣的女大學生生涯發展是否仍有影響？

如同上述個案未得到家庭父母的支持，在女性生涯議題中，家庭因素是很重要的因素，因此Farmer（1985）女性生涯動機模式中，父母支持是生涯動機的一個要素。Blustein、Prezioso和Schultheiss（1995）更是將與父母的依附關係放入生涯發展的研究議題，發現穩定安全的依附關係能促進當事人的生涯探索。而O'Brien和Fassinger（1993）也強調女性是否看重他們的生涯與工作，除與女性的自由之性別角色態度、數學自我效能外，適度與母親依附以及心理分離也有關。所以家庭中的支持關係與女性生涯發展有正向且重要的影響。近來，一些生涯的研究學者更將此支持關係從家庭中的父母、手足，擴充到同儕、角色楷模等家庭外的人際關

係 (Schultheiss, 2003)，他們強調關係的品質與生涯發展有互相連結的關係。惟如Schultheiss、Kress、Manzi和Glasscock (2001) 所言，應將此關係取向 (relational approach) 的新興趨勢，針對不同性別、族群來研究其在關係資源上是否存著差異，因此聚焦於台灣技職院校女大學生的本項研究，就更凸顯其需要性。尤其，搜尋近年台灣女性生涯議題的研究，以關係脈絡為主軸的，只見張雅鈴 (2006) 的三位未婚年輕女性生涯決策歷程之敘事探討，因此，在集體主義著重群體關係的台灣文化下，後續的相關研究有其必要性。

此外，Lent等人 (2002) 以一般大學及科技學院兩所大學為樣本的質性訪談研究，發現學校環境因素，未被一般大學受訪對象提到卻被科技學院受訪對象重視。而學校環境因素包含課程架構、學校的教職員及就業安置之協助等，因此Lent等人強調生涯發展的情境脈絡之支持與阻礙因素，其對當事人的影響有不同的比重，不同性別、族群、文化、社群，應有其特殊的情境影響變項。而目前台灣的大學教育區分成一般大學及技職大學，兩者的教學目標有異，技職大學著重實務，強調專業證照。是否不同的教學環境或教學目標，導致大學生的生涯發展、生涯抉擇歷程中，有不同的情境脈絡影響因素？尤其，依據台灣高等教育資料庫針對全國大專院校大一新生分層隨機抽樣的統計資料，94年度公立大學之大一新生的父親學歷為大專以上者佔45.8%，私立技職院校的父親學歷為大專以上者只佔19.8%，而公立大學之大一新生的母親學歷為大專以上者佔34.9%，私立技職院校的母親學歷為大專以上者只佔13.6%。再者，根據該資料庫大三學生每周打工時數，亦呈現一般大學及技職大學的差異，公立、私立大學分別為10.22及15.80小時，公立、私立技職院校則分別為17.64與20.93小時，技職院校學生每周打工時數明顯偏高。因此研究者假設技職院校與一般大學的不同課程架構、社經背景及大學生活型態，必定有其特殊的生涯發展歷程，故研究者以技職院校女大學生為特定的對象，瞭解其生涯發展的影響因素。

二、研究目的

根據上述研究動機與參閱相關文獻，本研究主要的目的：

- (一) 探究技職院校的女大學生生涯發展歷程中，影響的因素為何？
- (二) 歷經時代演變，早期女性生涯理論對現今女大學生的生涯發展之適用情況？
- (三) 家庭（或其他關係脈絡）對女大學生生涯發展之影響為何？

貳、文獻探討

一、女性生涯理論

(一) Hackett和Betz的生涯自我效能理論

生涯自我效能 (career self-efficacy) 是指個人對解決未來生涯相關議題的信心程度，此概念是學者Hackett和Betz (1981) 引用Bandura (1977) 社會學習理論中的自我效能觀點，並將其應用於生涯輔導議題中。尤其Betz和Hackett (1981) 發現，性別因素造成的自我效能差異明顯反映在生涯選擇上，男性在傳統男性職業與非傳統男性職業的自我效能並無差異，但女性在傳統女性職業其自我效能顯著高於非傳統女性職業的自我效能。因此，他們認為生涯自我效能可解釋女性在專業工作領域及管理職位的低性別比例，而限制了女性對生涯發展領域的選擇範圍，同時也導致無法在工作領域中發揮潛能 (田秀蘭，1996)。

自我效能的形成受到成功的表現經驗 (performance accomplishment)、替代性經驗 (vicarious experience)、語言說服 (verbal persuasion)、情緒的激發 (emotional arousal) 等四個訊息的影響。其中成功的表現經驗是指過去的成功經驗，替代性經驗是指觀察學習楷模人物，以激發信心，認為別人做得到自己也做得到，語言說服是指經由重要他人或同儕語言的肯定與鼓勵而得到增強，情緒的激發是指情緒方面的穩定度，當焦慮感提高，自

我效能便會降低。

上述四個訊息的來源，以替代性經驗（vicarious experience）最得到近來相關議題研究的青睞。Nauta、Epperson和Kahn（1998）的研究就證實，藉由角色楷模人物的正向影響，可提升非傳統領域女學生達成學業目標的自我效能，而正向的角色楷模影響，也與女學生的高生涯抱負和角色衝突（女人的婚姻家庭責任與生涯抵觸之想法）的降低顯著相關。而國內宋珮綺（2004）的研究，探討角色楷模對研究參與者生涯歷程的影響，訪談6名專業教師得到理論模式最頂端為自我認同、專業認同及人我關係因素，因此角色楷模將有助於自我及專業的「認同」發展，也有助於人我關係的連結。

（二）Astin的社會心理模式

Astin（1984）的生涯選擇「社會心理模式」（sociopsychological model），強調除了個人的內在心理會影響生涯抉擇外，社會環境亦是重要影響因素。此模式具有四個重要構念：工作動機（work motivation）、性別角色社會化（sex role socialization）、工作機會結構（structure of opportunity）及生涯期望（expectations）。其中，工作動機（包含生存、快樂及奉獻三個趨力）及生涯期望是影響生涯選擇的個人心理因素，而性別角色社會化及工作機會結構的變化則是影響生涯選擇的社會環境因素。Astin認為工作動機並無性別差異，然而工作期望及工作結果的性別差異是導因於，男生女生性別角色社會化和工作機會結構的不同，性別角色社會化過程包括兒時的遊戲、家庭、學校的學習經驗、打工經驗，工作世界中的機會結構包含工作的分配、工作的性別區分、歧視、工作條件、經濟情況等因素。在模式中，性別角色社會化和工作機會結構是交互的作用，同時對生涯期望產生影響。

（三）Farmer的女性生涯動機模式

Farmer（1985）的女性生涯動機模式主要是以Bandura（1977）社會學習理論為基礎，而將影響女性生涯發展的因素分為背景、心理及環境

三大類，背景因素包含種族、數學能力、性別、年齡等，心理因素包含獨立性、表達能力、價值觀念、合作競爭、學業自尊、努力歸因等，環境因素包含父母、教師的支持態度及個人對支持女性從業的態度。而生涯動機可從以下三方面來解釋：（1）生涯抱負（career aspiration）：個人對自我在教育及職業水準方面的期許或抱負。（2）精熟動機（mastery motivation）：個人選擇困難任務並努力完成該任務的傾向，此部分強調的是短期內接受挑戰的意願。（3）生涯投入（career commitment）：個人以工作為其生活重心之態度，此部分強調的是長期的生涯發展計畫。

父母的支持、老師的支持是Farmer（1985）生涯動機模式中的環境影響因素，許鶯珠（2001）針對非傳統職業女性的抉擇因素及適應歷程之研究，發現原生家庭是影響女性選擇非傳統職業的初始因素，而結婚之後，家庭的責任及母親的角色會限制女性在事業上的發展，此時先生的態度及婆家的支持態度是關鍵因素。因此，似乎女性的生涯與周遭重要人的支持有關，尚在求學時，父母及學校的老師影響甚大，但走入婚姻中，先生的支持或婆家的態度就是主要的影響因素。

上述的三位女性生涯學者的論說，因都深受Bandura社會學習理論影響，強調社會環境對女性生涯的衝擊，並都以性別角色社會化（sex role socialization）的概念為理論架構的核心，而具有很高的同質性。但女性生涯的研究應尚其他的素材，來整合女性的特質及其生涯的發展。

二、社會認知生涯理論

Lent、Brown和Hackett（1994）的「社會認知生涯理論」（Social Cognitive Career Theory；SCCT）主要源自Bandura的社會認知論（Social Cognitive Theory），也深受Krumboltz的生涯決定歷程中之認知取向觀點，和Hackett及Betz（1981）生涯自我效能概念的影響。而自我效能是「社會認知生涯理論」模式的核心概念，它除了直接影響模式中三個彼此相關、有交互作用的分段模式，分別是興趣發展模式（interest development model）、生涯選擇模式（model of career choice）及表現模式（model of

performance），也直接對「結果預期」（outcome expectation）產生作用，並與「結果預期」共同直接影響興趣的形成。

在「社會認知生涯理論」中，情境脈絡因素（contextual determinants）依其對生涯選擇歷程的直接或間接影響，而分別有兩個不同的作用路徑，一是間接影響的「背景情境因素」（background contextual affordances），包含工作的機會、角色楷模的接觸、財力支援、文化及性別角色的支持及衝擊等，另一個是直接影響的「最接近選擇行為的情境影響因素」（contextual influences proximal to choice behavior），例如個人生涯網絡互動情況、就業歧視等結構性障礙等，此因素直接對目標與行動造成影響，且影響著興趣是否能轉換成生涯目標，目標是否能轉換成行動。

三、關係取向生涯理論與相關研究

關係取向的生涯理論起源於女性主義學者的主張，他們認為女性的自我是「關係中的自我」（Surrey, 1991），女性需要感覺與他人的連結是她們自我認同的重要要素，這打破了以往強調獨立與成熟發展的必然等同性，而重新省察關係在女性發展上的重要意義。後來Josselson（1992）的學說更奠定關係取向的生涯理論基礎，她強調個人與人際網絡的連結才可以創造個人生命的意義。所以一些生涯的研究學者，將焦點移向了人際互動關係的品質與生涯發展的互相連結性，他們認為個人在生涯決策的過程中，重要他人是資源，且對決策結果有重大影響。

早期關係理論的研究趨勢是結合依附理論，來探究青少年父母與子女的依附關係、母親與女兒的依附關係或同儕的依附關係，其對當事人的生涯發展影響。Blustein等人（1995）就認為安全的依附關係提供了情緒的支持，讓青少年可對自我及周遭環境進行生涯探索，此情感的連結也可讓當事人有信心而願意去冒險，對重要的人生抉擇做出承諾。Blustein、Walbridge、Friedlander和Palladino（1991）並以父母的依附關係和心理分離變項瞭解大學生的生涯發展，其研究結果是，對女學生而言，與父母有依附關係及對父母沒有負向情緒者（衝突獨立），較能做出生涯承諾。

鎖定在青少年女生為研究對象，O'Brien（1996）發現研究對象與母親有適度的依附關係、依賴母親處理日常生活事物、與母親有親密之情緒感受，及女學生和母親及父親有相同的信念及態度，與生涯自我效能有高度的相關，對生涯定向和現實感有中度的影響力。而這些研究似乎應證了關係取向的論說，在家庭中與父母有好的關係品質，對女學生的生涯發展有正向影響力。

一些研究更深入聚焦在母女的關係，如O'Brien 和 Fassinger（1993）的女性生涯選擇模式顯示，母女關係可預測女學生的生涯導向（career orientation）和生涯選擇，且適度依附又獨立於母親的女性，會重視生涯的追求。Rainey 和 Borders（1997）的研究結果更驗證母女關係（心理的分離與依附）是早期青少年生涯抱負中的重要影響因素。擺脫前述西方研究皆以量性為工具，國內郭美吟（2005）的質性深度訪談研究結果，對母女關係與女學生的生涯連結提供一個很好的解釋角度，因為母女關係對面臨生涯焦慮的女學生而言，是一種穩定又安全的支持系統，母女間的「情感連結」與「相互同理」可以降低女兒面對生涯選擇與分離的焦慮和不確定感，也幫助其擁有較健康正向的自我價值。而同為東方文化體系的韓國 Song（2001），以大學女生為研究對象的研究結果，也發現有親密和滿意母女關係之女學生，產生了正向自我概念，更直接影響其生涯導向。郭美吟和Song的研究肯定了關係取向的生涯理論在東方文化下的適用性，應證了母女關係對女學生的自我概念及生涯發展的影響。

然而有些學者認為，依照青少年的發展理論，其對關係的重心應已從父母轉向同儕，同儕可提供情緒的支持、角色楷模、資源的協助及自尊感的支持。Felsman和Blustein（1999）就以同儕的關係來探究青少年生涯發展中的探索和承諾，結果發現與同儕有依附和親密關係者，較能進行環境的探索和生涯抉擇的承諾，且與母親的依附關係（非與父親的依附關係）雖也能達成探索和承諾任務，惟與同儕關係的比重多於與母親的關係，似乎應證了關係的主軸已從父母轉向同儕。但是，平輩的支持關係不只是同儕，Schultheiss等人（2001）以及Schultheiss、Palma、Predragovich和

Glasscock (2002) 的研究就發現，手足提供了生涯抉擇過程中的支持及角色楷模功能。

除了家庭內父母及手足的支持關係，關係取向的生涯學者也將關係的觸角延伸至家庭外的重要他人，如Schultheiss等人(2001)的研究檢核了大學生與父母、手足及重要他人的關係，在其生涯探索及生涯抉擇歷程中所扮演的角色。研究中最重要結果是「關係是一種多向度的支持來源」，包含情緒、社會、自尊、資訊及實質的支持，此外，關係也牽涉了角色楷模影響、人格特質與意識形態、童年經驗、關係的中斷、與其他手足的情緒距離及手足具父母的象徵意涵等層面。國內黃慧森及廖鳳池(2008)針對高中生的敘事取向生涯探索團體之研究，亦發現重要他人影響指引了生涯探索方向，是高中生個人生涯脈絡的影響因子，重要他人可能為學校的師長或同學、朋友。

上述Schultheiss等人(2001)和Schultheiss等人(2002)以及Phillips、Christopher-Sisk和Gravino(2001)都以質性訪談的研究來瞭解個體周遭的支持關係，並呈現了類別及主題的分析結果。研究者認為在此新興議題的生涯研究中，未來的研究方法可以再突破，以從不同的面向來了解關係與生涯發展的相關性。再者，關係取向的論說源自女性主義，能適切的從女性特質角度來闡述女性的生涯，事實上關係在生涯議題的重要性，早在Bandura的自我效能覺知模式(自我效能之形成)中的角色楷模，和Farmer的女性生涯動機模式中，環境因素所包含父母、教師的支持態度，及社會認知生涯理論的直接及間接情境脈絡因素，所提到的角色楷模的接觸和個人生涯網絡的互動，就已顯示了周遭重要的人際關係對生涯的正向影響。但上述的這些理論都只是片段零星的涵蓋關係之角色功能，不如關係取向的理論將關係納為主軸，作一完整的闡述。



參、研究方法

一、研究程序

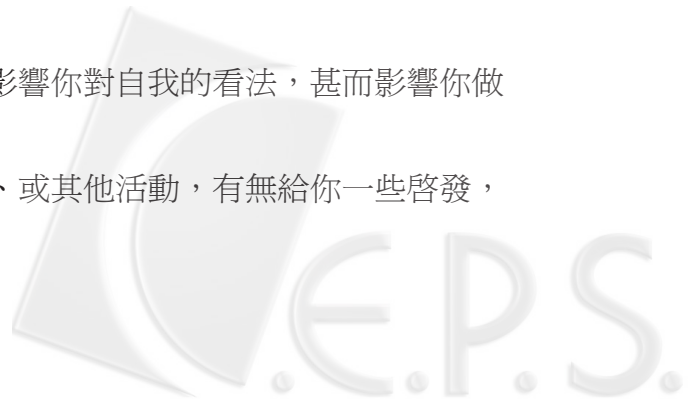
近來女性生涯研究的質性方法多採深度訪談，研究者認為可突破過去研究的樣式，而運用焦點團體訪談，以結合個別訪談及團體互動的激盪，讓參與成員的陳述，能啟動其他成員的評術與反應（王文科、王智弘譯，1999）。

爲了讓樣本涵蓋不同學校、不同科系，研究者透過北區技職院校的學生輔導中心徵詢有意願參與的學生，另參酌Betz 和 Hackett（1981）所提女性在傳統及非傳統的女性職業領域有不同程度的生涯自我效能，因而在邀請學校時，儘可能平衡商科爲主及工科爲主學校的數量，經邀請後共有7所學校20位女大學生。

本研究在2次焦點團體訪談皆採半結構（semi-structure）晤談方式進行，期能以生涯發展議題爲主軸，又能兼顧參與者主觀經驗分享。所使用的研究工具包括研究參與者之同意書、訪談大綱、訪談札記及逐字稿。

本訪談大綱主要參考前述文獻探討所提的相關理論：Bandura的自我效能覺知模式（自我效能之形成）、Betz 和Hackett的生涯自我效能、Farmer的女性生涯動機模式、Astin的女性生涯選擇「社會心理模式」及關係取向生涯理論。有關訪談大綱內容如下：

- （一）過去在你做生涯規劃時，你的父母（兄弟姊妹、好友、同學、男友）曾說些什麼而影響你？
- （二）在你的周遭有無任何人（或你曾知悉的生涯人物），你知道他的生命故事後，曾對你有些啓發？
- （三）從小到大，有無發生任何事，影響你對自我的看法，甚而影響你做的生涯決定？
- （四）從小到大，學校的課程、社團、或其他活動，有無給你一些啓發，



進而影響你做的生涯決定？

(五) 你過去的(或現在的)打工，是否有影響你規劃未來生涯？

二、研究參與者

(一) 受訪者

本研究採立意取樣的精神，邀請北部技職院校高年級女學生（多為四技三、四年級或二技一、二年級）共20位，分別參與2次的焦點團體訪談，每次團體進行約2.5小時，為方便不同地區受訪者前來，皆利用周六下午時間。多數參與者為商學科系就讀學生，女學生比例較高，而資訊管理系為男女性別比例各半，且工科商科兼顧的學系，為了能納進非女性傳統就學科系的生涯發展資料，另加入一名剛自技職院校畢業，現為技職院校機電所碩士班一年級的學生。二次參與者的基本背景資料如表1所示。

表1 焦點團體參與者背景資料

參與者就讀學系	人數
國際貿易系	7
老人服務事業與管理系	2
資訊管理系	2
會計資訊系	4
保險金融系	2
應用外語系	2
機電所	1
參與者就讀年級	人數
四技四年級及二技二年級	11
四技三年級	8
機電所碩士班一年級	1

(二) 研究者與協同研究者

本研究者（第一作者）擔任技職院校「生涯規劃」課程近十年，並具備學校學生輔導中心生涯輔導教師及行政工作經驗，過去亦從事生涯相關研究，對技職院校學生生涯發展有相當程度的瞭解。研究者在本研究的角色為「焦點團體訪談主持人」、「資料分析者」。

研究者另徵求一位「生涯規劃」課程資深教師及學校生涯輔導老師做為協同研究者（第二作者），協助資料的分析與檢核。

四、資料處理與分析

兩次焦點團體的訪談均徵求參與者的同意進行全程錄音，錄音後逐字謄稿。資料的分析參考紮根理論的資料分析程序，其過程包含以下六個步驟：

（一）逐字稿的謄寫及檢核

訪談錄音整理謄寫為逐字稿，並反覆閱讀。另由訪談札記檢核或補足相關意義訊息。

（二）由逐字稿分辨與研究主題相關及無關之資料

反覆閱讀逐字稿，分辨與研究主題相關及無關之資料，挑選與研究主題相關之敘述句，作為後續資料分析之基礎。

（三）對有意義的單元進行編碼—開放編碼

由上述敘述句找出研究參與女學生所要表達之意義與主題，作成摘要性敘述，再依序進行下去。

（四）將相關的內容進一步歸納為概念類別—主軸編碼

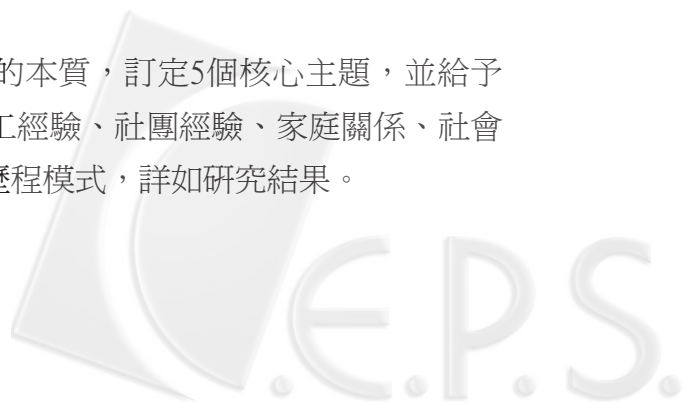
將上述的意義單元依同一概念類別加以分類、比較與歸納，共得28項概念類別（例如：服務工作體驗、生涯探索、實習經驗、同儕建議、母女互動、學姊建議等）

（五）依概念類別關係形成階層性的分類架構

研究者依據28項概念類別之關係，及其之間的從屬特質找出10個主要類別（例如：角色楷模、母女關係、打工經驗等）

（六）發展核心主題

研究者從主要類別擇取其間共通的本質，訂定5個核心主題，並給予主題命名，分別如下：學校課程、打工經驗、社團經驗、家庭關係、社會互動。有關階層性的女學生生涯發展歷程模式，詳如研究結果。



肆、研究結果與討論

研究者依據Frontman和Kunkel（1994）所提出的階層性觀念，將質化資料分析所得28項概念類別歸為10大類，並依據10大類間的共通本質，訂定5個核心主題，再繼續依其所屬關係歸為體驗學習及人我關係兩大因素，為階層模式最頂端之主要架構，詳如圖1。

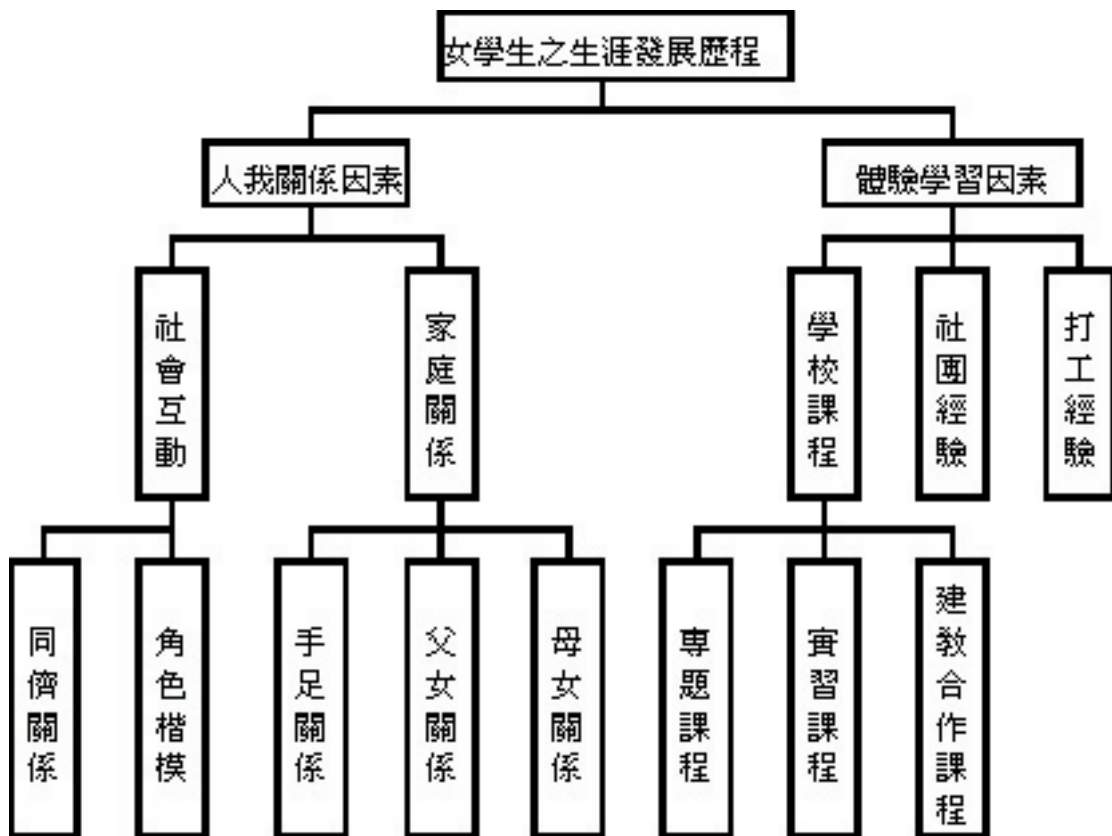


圖1 女大學生生涯發展歷程之階層模式

以下說明此一階層模式之主要概念：

一、體驗學習因素

體驗學習因素主要是指學校課程、打工經驗及社團經驗，此三類類別的共通性為實務的（親身的）體驗學習活動，而非制式化的或課堂的理論學習。

（一）學校課程

對女學生有幫助之體驗式的課程學習，主要為建教合作課程、實習課程、專題課程。技職院校高年級女學生面臨未來畢業後的生涯方向，部分學生尚處在未定向的狀態，但系上安排的建教合作課程、實習課程、專題製作有助他們銜接專業課程和實務層面的差距，強化生涯探索功效。

1. 建教合作課程

受訪者O為保險金融系學生，她提到系主任之前的工作歷練而認識很多保險業者，因此會積極找人壽業從業人員到校演講，

「可能讓我們和那些現在的社會人士來接觸，可能就慢慢跟他們接觸，然後再了解保險業的情況，再就業。（0020936）」。

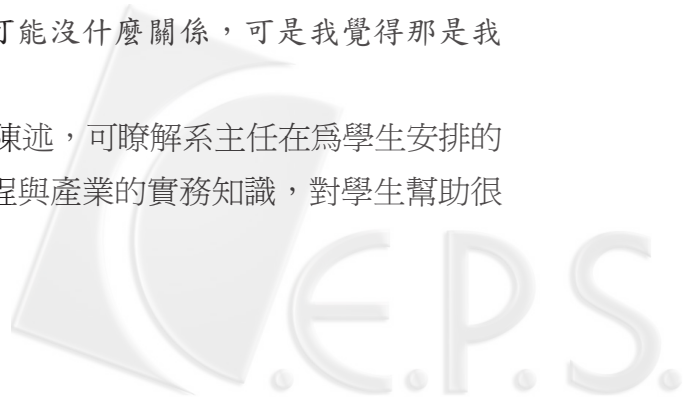
受訪者E也提到新的系主任安排很多活動

「包括他會幫我們想一些建教合作的一些方案，所以就是我們三年級的同學在負責這個合作案的一些籌備工作，……………。（E010606）」。

受訪者F認為透過建校合作課程引進的專業人員，提供了證照考試資訊，對其幫助很大

「因為是由專業的人來領導我們，然後我覺得走得還蠻好的，我還是會繼續考證照，雖然跟以後可能沒什麼關係，可是我覺得那是我應該要做的。（F010839）」。

因此根據受訪者O、E、F的陳述，可瞭解系主任在為學生安排的建教合作課程中，結合專業課程與產業的實務知識，對學生幫助很大。



2. 專題課程

受訪者D藉由課業上的專題製作 深入瞭解家族事業 以致可接受未來將接管家族事業。

「就是會想要接管家裡的事業，也並不是說媽媽或爸爸的期許，.....，因為我們家是做葬儀業、葬儀社。然後我們現在專題也就是在幫我們家做葬儀社的網頁，.....本身是還好也不會很排斥，然後藉由這次的專題，更進一步了解我爸在做什麼？（D010514）」。

受訪者F因系上的專題課程，被迫與廠商有接觸機會，而磨練自己與人互動的自信。

「因為專題每個人負責的部分不一樣，有人可能是找資料呀!或者是聯絡廠商呀!廠商是我連絡的，因為我以前真的是連講電話都會覺得緊張那種，.....剛開始就是很失敗，講話講到斷掉，要不然就是不知道自己在講什麼，但是多聊幾次以後，而且跟廠商面對面談的時候，會發現自己會越來越有自信，.....，然後我覺得這個方面讓我成長很多，.....，就是因為這件事情讓我覺得要有自信會比較好一點。」（F010926）

3. 實習課程

受訪者G提到本來想念旅館系，因考試分數差2分而進入老人服務事業與管理系，

「其實剛開始不太喜歡老服，然後去實習完才覺得老人家他們很可愛，會想要接近他們跟他們聊天（G011018）」，因此這個實習經驗讓她喜歡目前就讀學系的服務對象。而受訪者H 則是經由實習經驗來思考未來的生涯方向。

「去實習其實剛開始會有點害怕，.....，可是在那個機構要待一個多月的時間，所以你不能跟老人家只是很表面的那樣子講話，.....有跟幾個阿公、阿媽有接觸，覺得那些阿公、阿媽只是希望人家能去聽他們講話，你不能講，要聽他們講，.....，就覺得實習完就

知道以後到底要走什麼路（H0114411）」。

受訪者E提到大二下的一次實習心得，

「保險就是要賺到那個佣金，那段期間我真的有這樣子的感受，可是我會顧慮到的感受是客戶的感受，像我...同學他的方向就是會找學弟妹，就是他熟悉的人，但是我會考慮到學弟妹真的有經濟能力嗎？我會考慮到這個問題，但是他不會。我會想到說業務員是不是適合我未來走的路？……或者是那種不顧別人感受才會賺大錢，……。所以我在這個方面會考慮到自己的未來（E010721）」。

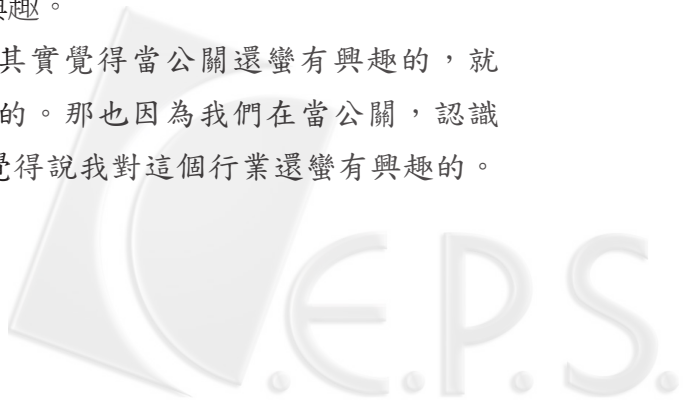
這個思考過程有助於釐清她的個性特質與工作環境之關係。

建教合作課程、專題製作及實習課程是重視實務應用的技職院校課程之特色，在本研究也被訪談對象認同。Lent、Brown和Hackett（1994）的「社會認知生涯理論」即強調情境脈絡中的支持因素與阻礙因素，會因不同性別、族群、文化、社群，而有其特殊的情境變項及不同的影響比重（Lent et al., 2001）。而如同毛菁華（2001）發現，技職院校學生在生涯輔導需求的具體措施中，高達六成學生勾選「工作實習」項目，其亦是排名第一的需求項目，另，有四成的學生勾選「校外參觀」項目，因此可看出學生期待多些實務的體驗經驗，而非只是課本知識的學習。因此在以實務導向為教學目標的技職院校來說，建教合作課程、專題製作及實習課程之推動，應是協助學生生涯發展的重要影響因素。

（二）社團經驗

社團活動經驗能擴大女學生的生活體驗，如受訪者T擔任社團的公關，因接觸媒體業，而對傳播行業有興趣。

「在校內很多的社團，……我其實覺得當公關還蠻有興趣的，就是對於大眾這方面還蠻有興趣的。那也因為我們在當公關，認識一些大眾媒體業，……，那就覺得說我對這個行業還蠻有興趣的。（T022034）」。



受訪者P的爸爸認為她較難與人相處，所以讓她去參與童軍活動，期待能改變個性，

「像童軍這樣的活動，也是要去服務別人，我也是要去付出、去服務，去互相合作，所以久了以後會有一種很奇怪的習慣性，服務、服務、服務，我就這樣一路走過來。(P021307)」。

顯然的，兒時童軍團的活動經驗，使P對服務工作感興趣。除受訪者P外，受訪者M的社團經驗同樣促使M喜歡服務業。

「我會比較喜歡.....實務。而且又加上自己本身的社團經驗，幾乎都是服務的性質，所以可能會比較嚮往服務業(M020516)」。

更甚者，受訪者G高職參加服務性社團的經驗，讓G選擇目前的科系

「我高職的時候是讀xx商工國貿科，就參加了服務隊，就是學校的糾察隊，其實我以前從國小開始就是一個很內向的人，但是就是因為那個社團，他是屬於必須要面對人群，.....，就讓我瞬間變得比較有自信而且比較敢講話，而且那個社團讓我發覺我其實很喜歡服務」，因此在報名考試的時候，G看到了老人服務事業與管理系這個名字，覺得很特別，就捨棄商學科系，而去報名就讀(G011141)。

上述的多位受訪者都是經由社團各種體驗活動的經驗，而瞭解自己的興趣，確立未來發展方向。

(三) 打工經驗

打工提供學生職場生活的實際體驗，對女學生而言，此體驗有助於釐清未來想要的工作型態。如受訪者B在補習班打工，雖然工讀費很高，但是很辛苦，

「正職的老師聽說一個月有十幾萬，.....可是他很辛苦，每天回家都要一直做考卷，要想好幫他們複習的東西，.....。我不會想出來要去做老師那類的工作，因為你回家的時間，雖然不是在補習班，也是在學校，回家還要繼續去想那些問題，所以我還是比較

喜歡國貿這類的。(B010310)」。

受訪者E提到

「阿姨有在xx設櫃，他就會請我暑假去幫她，.....，因為站在那裡沒有很多客人，就會覺得上班族真的好累，因為沒有客人進來，那你就一個人一直坐在那邊，雖然薪水一個月是兩萬五，很高，.....然後我就會覺得自己是不是比較適合靜的一些工作，像文書方面。(E010734)」。

由焦點團體參與者的回饋，可知女學生經由打工、社團、專題課程、實習課程、產學合作課程，帶給她們的實務體驗經驗，在面對生涯疑惑或生涯未定向狀態時，幫助甚多。Lent等人(2002)的大學生生涯選擇之支持因素、阻礙因素與因應策略研究，亦看到經驗學習對澄清工作領域中的興趣、價值觀和技能之重要影響。

二、人我關係因素

人我關係因素主要是家庭關係及社會互動二類別，包括母女、父女、手足、同儕等互動關係及角色楷模的影響。

(一) 家庭關係

1. 母女關係

母親對女兒生涯發展的關心，是多位「焦點團體訪談」的參與者提到的。尤其這份關心，常常是母女親密互動中的一部分，而多位受訪者提到，仰賴母親對其生涯的建議。但，若因母親的辭世或其他原因而無法如願時，女兒會失望甚而無所適從。

受訪者A的母親為家庭主婦，因此放學回家時媽媽就在家，也習慣將學校生活中的點點滴滴與媽媽分享，媽媽也很關心其未來發展「本來剛開始是有想到要升學，可是媽媽又說...多讀兩年研究所好像沒什麼差，.....要讀書還有機會，希望先去外面看看、工作看看，然後想讀的話再回來讀也不遲.....。就是要升學...然後就

是因為補習的時候，可能補習時間啦！因為還是在大三、大四的時候補，然後學校課也上不完，所以媽媽就怕說到時候是蠟燭兩頭燒，……特別關心這方面的問題，然後後來想一想好像也對。」
(A010123)。

受訪者A認為自己較會聽媽媽的話，雖然一開始不太能馬上接受她的建議，可是最後還是會接受，只是時間早晚的問題。

受訪者G的媽媽過世前與她很親密，給他很多建議，因此媽媽的辭世，讓她對自己的未來不知所措。

「最近我媽媽過世，所以自己是屬於比較混亂的時候。……其實在媽媽還在的時候，媽媽他會一直督促我，因為我讀的是老服系，就比如說我這次實習是在屏東，結果媽媽就罵我說你應該選台北，他就說你以後有可能去屏東工作嗎？就是那時候媽媽還在的時候她會一直督促我，說你開始要去找你的興趣呀！然後你要去看專業科目什麼的，然後你有機會就要去機構趕快上班這樣子，可是現在就瞬間大家就各自顧各自的，然後我就開始沒有人在後面給意見，然後也沒有人跟我講說我該怎麼走？就覺得好像忽然間亂掉這樣。」
(G011026) 」

受訪者N因聽聽媽媽之建議而唸會資系。

「因為媽媽覺得女生學商比較好，所以我高職時念會計，所以乾脆大學也就跟著念會資 (N020920) 」

受訪者P期望同為女人的媽媽能提供一些建議，但媽媽無法發揮此功能而讓P頗為失望。

「造成蠻大的困擾是...它可能是一件小事情，可是我們希望...媽媽因為是女孩子，所以希望媽媽可以以女生的立場來跟我們做個討論，……，問爸爸可能就會覺得，你很煩，走開，這我不懂...可能就是沒有辦法得到一個比較好，對女生這方面來解答。」
(P021712) 」

受訪者H的媽媽對H的性別教育觀念會影響H對自己性別角色的想法。

「我爸爸以前也是很反對我媽媽工作，是因為我媽媽自己很堅持才可以出去，.....然後我媽媽會灌輸我很多觀念，就是女人當自強，他覺得女生不要靠男生，然後她就說她在年輕的時候，.....，是因為我爸爸...會寵，就是能讓媽媽不要工作就不要工作，我媽媽...後來就發覺，如果她自己不踏出去這個社會，就會跟這個社會脫節，然後自己...都要靠爸爸的話，有很多事情她不能夠自己去做，她還是會覺得女人要把家顧好，但是不要靠男人，就是會給我這種觀念。」、「我覺得有時候當我媽媽叫我去拖地或什麼的時候，其實我蠻反感的，我會說為什麼女生就一定要做這些，其實有時候會有點不認輸」（H011525、H011542）。

受訪者H強調未來對自己有興趣的事務，她會堅持而不認輸，也不會承認自己和男生是不對等的。

受訪者O的媽媽會因為旁人的話而給O不適當之生涯建議。

「可能是我媽很容易聽別人的意見，你應該去那裡補那一科，....因為我媽很容易就是那邊聽來什麼東西，就告訴我們應該去讀那一科，不應該去讀這一科」「就事實已經定了，媽媽為什麼還要提那種事」（0021027）

上述的受訪對象都提到和媽媽有親密良好的互動，此互動也會由生活上的照顧，延伸到對女兒生涯議題的關注，當面臨生涯疑惑時，媽媽是諮詢的對象。所以當受訪者G母親的辭世讓G頓然失去依靠，徬徨不知方向，同樣的受訪者P期望同為女人的媽媽，可以為她指點迷津，但媽媽無法擔任此角色，而讓P覺得失望與困擾。國外相關的研究（Rainey & Borders, 1997；O'Brien, 1996；O'Brien & Fassinger, 1993；Blustein, Walbridge, Friedlander, & Palladino, 1991；Richie, Fassinger, Prosser, & Robinson, 1997）多發現母女關係（心

理分離和依附)和女學生的生涯發展有正向關係,因此O'Brien和Fassinger(1993)認為適度依附且獨立於母親之女性較看重他們的生涯。國內林惠瑜(2004)的研究發現大學女生知覺到愈多的母女親密關係,其生涯自我效能較高,與本論點的討論有一致的結果。

2. 父女關係

父女關係的互動和上述的母女關係不相同。除受訪者Q因母親無法給予Q有建設性的建議,使得Q的生涯計畫都與父親商談。而受訪者J的父親較強勢,主導女兒的生涯抉擇。受訪者N的父親雖給女兒支持,但也不同於媽媽對女兒的保守建議,期待女兒多嘗試冒險的計畫。

受訪者Q的生涯計畫都與爸爸商量,因為媽媽不太能提供有用的意見。

「其實我們家蠻特別的是我們所有的事情都會和爸爸談,比較少跟媽媽談,因為媽媽...她都會和你說,隨便你啊!你決定就好,那相對的,你發生任何問題請不要來找她,那是你的決定。...所以我們要如何解決,其實比較少跟媽媽談這樣的事情。」(Q021712)

受訪者N的父母對N的生涯計畫都支持,但爸爸會希望N能多冒險嘗試些。

「媽媽和爸爸態度是一致的。他們兩個都支持我去繼續讀書,而且會非常支持,他們覺得,如果你選擇唸書的話,他會一直一直供我唸書」、「媽媽希望可以重考,就不要經過外面太多的壓力」、「爸爸他覺得有一方面認同媽媽,另一方面他又覺得說,其實去闖闖看,還是有所成長」(N020820、N020825、N020829)

受訪者J陳述爸爸強勢主導要J唸不喜歡的商科,卻因媽媽沒主見,都聽爸爸的,而無法發揮影響力。

「像我因為對語文比較有興趣,...就是想讀應用外語系,...可是爸爸不同意我唸,.....,就是去唸高職,高職就是選擇商科方面,

之後走過來就是唸xx，可是我對商方面並沒有很大的興趣，還是對語文比較有興趣。」、「媽媽就是聽爸爸的，因為在家裡是爸爸掌權。」(J011815、J011827)

父母支持是Farmer (1985) 女性生涯動機模式中的環境影響因素，但本研究中受訪對象提到的父女關係較是父親強勢主導、鼓勵女兒冒險嘗試(相對母親的保守建議)或只是母親的替代角色，似都不是女學生喜歡接受的風格。而國外的量化研究(O'Brien, 1996; Blustein, Walbridge, Friedlander, & Palladino, 1991) 結果發現，和父親有相同的信念及態度、與父親的依附關係，分別對大學女生的生涯定向、青少年女生的生涯承諾，有正向之影響。因此本研究質性訪談的分析結果，呈現了與國外量化研究結果不一樣的面貌。

3. 手足關係

受訪者K、E、G咸認為同年齡的手足可以彌補父母無法給予的諮詢功能。

受訪者K有生涯疑惑時會詢問姐姐的意見。

「有些問題需要討論的時候，我的對象通常會是姐姐，他們是社會人士，然後每個人都結婚也有小孩了，就會找他們討論，然後他們給我的意見都滿中肯的，.....，我是覺得如果他們給我的意見都滿適合我的，那我就會聽，我就會接受，那如果跟我的想法是有出入的話，我就會稍微聽一下，會參考他們說的啦!!但下決定還是在自己。」(K020230)

受訪者E認為家裡哥哥姐姐就讀的科系，其實也會給他一些刺激跟想法。

「有時候是他的一些行為或者是他所讀的科系，你就會想這個科系是不是我適合的路」(E010708)

受訪者G認為媽媽過世後，有關未來的生涯方向會詢問爸爸及哥哥，他們的參考意見讓他較沒有恐慌。

「就是最近我媽媽過世，所以自己是屬於比較混亂的時候，我的

兩個哥哥他們年紀都比我還要大，所以他們都已經有經濟基礎，……，像我到大四其實很緊張，然後去找他們詢問，……，因為他們完全都沒有給我壓力說我以後畢業後要怎樣怎樣，他們都是給我很自由，而且如果我有什麼想法，我哥哥他們可能在金錢上和意見上會給我支持」（G011026）

Schultheiss等人（2001）以及Schultheiss等人（2002）的研究發現，手足提供了生涯抉擇過程中的支持及角色楷模功能。而上述受訪者K、E、G都提到了哥哥姐姐在她們抉擇過程中，不但提供支持的角色，更是資訊的提供者。

（二）社會互動

1. 角色楷模

角色楷模提供女學生學習的典範，讓他們想要仿效之，而激起前進的動力。或是如受訪者G所言，處在生涯疑惑階段時，會想要請求他們協助。

受訪者T在校內兩岸中心打工，接觸到學術界的有名人士，激起想念研究所的想法。加上學校之專題老師引領T進入感興趣之領域。

「我去年在兩岸中心打工，然後在那邊當一位老師的助理，他是做兩岸交流的，我是跟陸委會合作，就是每年會定期邀請一些海外的學者來台灣，……因為接觸到的都是學者，可能都是一流名校，哈佛、耶魯等，就是比較學術的學者，我覺得其實他們會影響我們想念研究所，因為其實透過跟他們談話、一些聊天，之後就會想說繼續念研究所、繼續升學也不錯」、「當然也有遇到滿不錯的老師，就這方面的老師，也會跟他一起念書，就覺得這樣還不錯。……他是學校的算是專題老師」（T022018、T022009）

受訪者H曾在打工時遇到目前就讀學校的學姊，因景仰他而在填志願時填目前的學校，甚至還因此選修學姊就讀的旅館系之課程。

「就是有遇過一個學姊，打工的時候認識他，然後也是因為他才會去報XX學校的，那學姊也蠻優秀的，現在在福華工作，做的就有點類似像櫃檯招待的那種，不過我實在語言方面很差……」、「我本來就想讀旅館系，剛好知道他也是讀XX學校，所以我才報XX學校，……，那時候我問他很多關於他們科系上的問題，像我現在還有去選旅館系的課，就是想說過個乾癮也好，……」（H011321、H011404）

受訪者G與國中時的老師通信，對他處在生涯徬徨中的協助很大。

「像我跟國中老師有連絡，從大一就開始寫信說怎麼辦不知道未來要從事什麼，可是每次老師都會回信跟我說，出社會不可能一次就找到自己的興趣，……，老師就一直說不要緊慢慢來。」（G011101）

Bandura自我效能覺知模式中的「替代性經驗」（vicarious experience），即是指觀察學習楷模人物，以激發信心，認為別人做得到自己也做得到，Bandura（1986）亦建議楷模人物的影響，能降低生涯發展過程中的焦慮，以增加自我效能感。多位學者（田秀蘭，1996；Betz & Fitzgerald, 1987；Richie, Fassinger, Robinson & Prosser, 1997；Gianakos, 2001）咸認為角色楷模對女性生涯尤其重要，在以男性為主的領域中，若有開路先鋒之女性典範，更能鼓勵女學生突破性別角色刻板印象，充分發揮長才。Nauta等人（1998）的研究更證實，正向的角色楷模與女學生的高生涯抱負和生涯及婚姻家庭角色衝突之降低顯著相關。國內宋珮綺（2004）探討角色楷模對專業教師生涯歷程之影響，結果理論模式最頂端為自我認同、專業認同及人我關係因素，因此角色楷模帶給年輕學子的「認同」發展，將有助於他們在自我及專業中找到方向。

2. 同儕關係

同儕關係包含同學、學姊、朋友、打工同事，他們提供之資訊對女學生面臨生涯抉擇時，深具影響力。

受訪者I因是單親家庭，家人較不參與其生涯抉擇，I的生涯資訊多來自同學或打工的同事。

「我媽還好，不太會給我意見，都是我自己做決定的，然後我對未來的規劃通常都是由同學或是打工的同事給的，就是看朋友還有學長學姊他們走的路，就覺得應該還蠻順，就會想跟他們一樣。」

(I011623)

受訪者B認識的朋友，都是二專畢業後直接去工作，建議B職場中學歷不重要，而讓B改變繼續升學的決定。

「我是原本打算要升學，因為我有很多認識的跟我差不多大的畢業以後，就是二專就畢業，因為他們都唸二專，畢業以後就直接就業，他們說其實在職場上學歷很不重要，所以我原本打算是升學.....」(B010229)

受訪者M做重大決定前會先與同學討論，再告知媽媽，較少主動告知爸爸。且目前就讀會資系，是因參考高職社團學姊的建議。

「我會先找別人討論，自己心裡有個譜之後才會去跟媽媽說。」、「跟媽媽講，不太會跟爸爸講。」、「是說很茫然，其實有問以前的大姐姐，她是說你唸了會計，接觸其他科就比較簡單容易，所以反過來就比較辛苦。」、「這個姐姐是社團的」(M020705、M020709、M020712、M020715)

受訪者E升四技選科系時，沒有接受爸爸的意見，但參考了學姊的建議。

「高職到進入XX這一段，父母親其實沒給我很多的意見，那在填志願的時候爸爸有給我一些意見，可是他給我的意見是說去讀電子科，.....，但是那對一個女生來講我是比較不喜歡那種科系，所以在這段求學路上，其實自己的意見還有一些學姊的意

見，.....，是學姊還有自己的意見比較多」、「包括我有去請問國小到國中的學姊，他是讀銀保科，所以他也蠻支持的。」
(E010624、E010705)

受訪者M、I、E主要是參酌同儕的意見，做出生涯抉擇後，再告知家人。多位學者提到，親密的朋友（同儕）能提供情感支持、楷模的角色、資源的協助及自尊感的支持（Felsman & Blustein, 1999）。本研究的确發現，同儕的人際網絡，在女學生生涯發展的過程中，亦是一重要的推手。

人我關係因素的著重，似可推論出女學生與重要他人的連結關係，在其生涯發展中扮演重要的角色。Richie、Fassinger、Robinson、Prosser和Gianakos（1997）深度訪談18名成功女性，得到的理論模型中，最內層「核心故事」（core story）的成分之一，即是關係傾向（relational orientation），不論是與他人的關係或是與她們工作的關係。因此，女性主義學者（Jordan, Kaplan, Miller, Stiver, & Surrey, 1991）提出關係中自我（self-in-relation）理論來解釋女性重視與人的關係，此關係提供的情緒支持，能讓女性有效的面對生活適應及發展議題的困擾。關係取向的生涯理論就採納了這個觀點，認為人際互動關係的品質與生涯發展有必然的連結性，並且將個體周遭的重要他人視為生涯發展的資源，會對生涯決策有重大影響。本研究的兩次團體訪談，很明顯應證了關係取向的論說。

伍、結論及建議

一、結論

（一）體驗經驗的重要

由兩次的焦點團體可發現，女學生由打工、社團、建教合作課程（實習或專題研究課程）所帶來的體驗經驗，增進其對未來生涯的規劃能力。

而這個體驗經驗就是一種生涯探索活動，亦是Super生涯發展論中的探索階段，藉由各式各樣的活動，瞭解自我。這些直接的體驗經驗可協助女學生從模糊未明的生涯未定向狀態中，進而勾勒出未來發展方向，因此多位受訪的女學生皆強調體驗學習經驗的重要。

（二）與重要他人之連結關係影響女學生的生涯發展

女學生之生涯發展歷程中，與周遭重要人的互動關係影響頗大。這關係包括母女、父女、手足、同儕等，其中，又以母女及同儕關係最被女學生看重。因此本研究結果支持關係取向的生涯理論，主張人際連結關係的品質與生涯發展有必然的連結性。

（三）角色楷模對女學生生涯發展具正向影響

由焦點團體訪談發現，透過與角色楷模的接觸經驗或其奮鬥歷程的啟發，能鼓舞女學生勇於追求生涯目標，或影響其生涯抉擇。

二、建議

（一）對生涯諮商實務工作的建議

1. 協助女學生省察她們與重要他人的連結關係

本研究發現與重要他人的連結關係，在女學生生涯發展中扮演重要的角色。因此，輔導人員在協助女學生面對生涯發展任務時，鼓勵她們省察周遭重要人給予的支持，強化這層親密關係，能增強她們的生涯自我效能，尤其是當她們較屬疏離人際互動的類型時，教育工作人員付出的關心，就相對重要了。

2. 融入角色楷模之生命故事於生涯輔導活動課程

由焦點團體訪談發現，角色楷模對女學生的生涯發展有正向之影響，這個見賢思齊之效果，讓女學生勇於開拓生涯之路。因此，

學校之教師及輔導人員，可於課堂或活動中設計多元的學習方案，讓女學生透過實際的接觸、互動，或經由閱讀（聆聽）楷模人物生命故事而產生啟發，感受此奮鬥過程的力量，而勇敢的追求美好的未來，以一展長才。

3. 從不同的面向強化學生實務體驗的經驗

本研究受訪女學生從不同的面向（打工、社團、專題課程、實習課程、建教合作課程）提到實務體驗經驗的重要。因此，在目前眾多大學生不知所讀課程與未來有何關係，或尚困在生涯未定向狀態下，各學系在規劃課程時，就應與業界合作，安排些非傳統課堂學習的課程，如專業實習、校外參觀、建教合作課程等。學校就業輔導室或學務處，也應提供多元的探索（學習）活動，增加學生生活體驗的機會。金樹人（1997）認為諮商師應鼓勵個案走出諮商室，朝向生涯目標的方向進行探索活動，再將探索的經驗帶到諮商室與諮商師討論，所以生涯不只是一個靜態的過程，更是一個動態的體驗過程。

（二）對未來學術研究的建議

1. 採用深度訪談或量性研究來探研究生涯發展中的個人心理要素

Lent等人（2002）認為生涯選擇中的支持及阻礙因素可區分成個人及情境脈絡（contextual）變項，個人變項如環境調適的困難或能力的限制，以致阻礙他們生涯目標的追求。Farmer（1985）的女性生涯動機模式中，個人心理因素是影響女性生涯發展的三大因素之一，包含獨立性、表達能力、價值觀念、合作競爭、學業自尊、努力歸因等。本研究結果並未得到上述二研究理論所提個人心理的類別因素，推測其原因為，本研究採焦點訪談，在團體分享又多不認識彼此的情況下，較不易說出屬於內心深層次的個人狀況，建議未來研究可採深度訪談或量性研究，來瞭解個人心理的因素和生涯發

展、抉擇之相關性。

2. 性別角色社會化與女性生涯發展的新意涵

性別角色社會化是一些女性生涯理論的重要主軸，而並未明顯的在本研究結果中出現，推測原因是一九八〇年代的理論距今已二十多年，時代觀念趨向性別平等，再者，未踏出校園的本研究受訪者，尚未感受到職場工作的機會結構不平等（Astin, 1984）。在本研究中，受訪者H的媽媽努力掙脫女性傳統角色的束縛，並因而影響H對自己性別角色的想法，相對於韓國Song（2001）發現有親密和滿意母女關係之女學生，卻較有傳統性別角色態度，反而有疏遠、不滿意母女關係之女學生，能持有非傳統及自由的性別角色態度，不知是否因性別態度類似台灣的韓國母親，仍持有傳統的性別角色觀念。所以研究者推測，在探討性別角色社會化對女性生涯之影響議題時，母親的性別角色觀念可能是一重要的中介變項，尤其本研究發現親密的母女關係對女兒生涯的重要影響，是否母親傳統的女性性別角色反而會透過母女親密的連結，對女兒形成不良的影響，而若是具備非傳統的女性性別角色之母親，就能鼓勵女兒積極的追求生涯的發展，此推論值得後續的研究進一步探討。

參考文獻

- 王文科、王智弘（譯）（1999）。S. Vaughn, J. S. Schumm, & J. Sinagub著。
焦點團體訪談－教育與心理學適用。台北市：五南。
- 毛菁華（2001）：致理技術學院學生生涯輔導需求調查。致理學報，15，
33-59。
- 田秀蘭（1996）。自我效能預期與女性之生涯發展。諮商與輔導，123，
32-33。
- 宋珮綺（2004）。角色楷模對專業教師生涯歷程之影響研究。國立台灣師
範大學教育心理與輔導研究所碩士論文，未出版，台北市。

- 金樹人 (1997)。生涯諮商與輔導。台北：東華書局。
- 林惠瑜 (2004)。大學生知覺之家庭親子界限與其生涯自我效能的關係。國立政治大學心理學研究所碩士論文，未出版，台北市。
- 許鶯珠 (2001)。選擇非傳統職業女性之生涯抉擇因素及其適應歷程之研究。國立彰化師範大學輔導與諮商研究所博士論文，未出版，彰化。
- 郭美吟 (2005)。母女關係中自我的探索歷程－以二個生涯未定向女學生為例。中國文化大學心理輔導所碩士論文，未出版，台北市。
- 張雅鈴 (2006)。未婚年輕女性生涯決策歷程的關係脈絡之敘事探討。國立政治大學心理學研究所碩士論文，未出版，台北市。
- 黃慧森、廖鳳池 (2008)。高中生共許生涯願景的故事－敘事取向生涯探索團體之研究。諮商輔導學報，18，55-88。
- Astin, H. S. (1984). The meaning of work in women life: A sociopsychological model of career choice and work behavior. *The Counseling Psychologist*, 12, 117-126.
- Bandura, A. (1977). Social learning theory. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Betz, N. E., & Fitzgerald, L. F. (1987). *The career psychology of women*. New York : Academic Press.
- Betz, N. E., & Haclett, G. (1981). The relationship of career-related self-efficacy expectations to perceived career option in college women and men. *Journal of Counseling Psychology*, 28(5), 399-410.
- Blustein, D. L., Walbridge, M. M., & Friedlander, M. L., & Palladino, D. E. (1991). Contributions of psychological separation and parental attachment to the career development process. *Journal of Counseling Psychology*, 38(1), 39-50.
- Blustein, D.L., Prezioso, M. S., & Schultheiss, D. P. (1995). Attachment theory and career development: current status and future directions. *The Counseling Psychologist*, 23(3), 416-432.
- Farmer, H. S. (1985). Model of career and achievement motivation for women

- and men. *Journal of Counseling Psychology*, 32, 363-390.
- Felsman, D., & Blustein, D. L. (1999). The role of peer relatedness in late adolescent career development. *Journal of Vocational Behavior*, 54, 279-295.
- Frontman, K. C., Kunkel, M. A. (1994). A grounded theory of counselors' construal success in the initial session. *Journal of Counseling Psychology*, 41(4), 492-499.
- Gianakos, I. (2001). Predictors of career decision-making self-efficacy. *Journal of Career Assessment*, 9(2), 101-114.
- Hackett, G., & Betz, N. E. (1981). A self-efficacy approach to the career development of women. *Journal of Vocational Behavior*, 18, 326-339.
- Jordan, J. V., Kaplan, A. G., Miller, J. B., Stiver, I. P., & Surrey, J. L. (1991). *Women's growth in connection: Writings from Stone Center*. New York: Guildford.
- Josselson, R. (1992). *The space between us. Exploring the dimensions of human relationships*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Lent, R.W., Brown, S. D., & Hackett, G. (1994). Toward a unifying cognitive theory of career and academic interest, choice, and performance. *Journal of Vocational Behavior*, 45, 79-122.
- Lent, R. W., Brown, S. D., Brenner, B., Chopra, S. B., Davis, T., Talleyrand, R., et al. (2001). The role of contextual supports and barriers in the choice of math/science educational options: A test of social cognitive hypotheses. *Journal of Counseling Psychology*, 48(4), 474-483.
- Lent, R. W., Brown, S. D., Talleyrand, R., Mcpartland, E. B., Davis, T., Chopra, S. B., et al. (2002). Career choice barriers, supports, and coping strategies: college students' experiences. *Journal of Vocational Behavior*, 60, 61-72.
- Nauta, M. M., Epperson, D. L., & Kahn, J. H. (1998). A multiple-groups analysis of predictors of higher level career aspirations among women

- in mathematics, science, and engineering majors. *Journal of Counseling Psychology*, 45(4), 483-496.
- O'Brien, K. M., & Fassinger, R. E. (1993). A causal model of the career orientation and career choice of adolescent women. *Journal of Counseling Psychology*, 40(4), 456-469.
- O'Brien, K. M. (1996). The influence of psychological separation and parental attachment on the career development of adolescent women. *Journal of Vocational Behavior*, 48, 257-274.
- Phillips, S. D., Christopher-Sisk, E. K., & Gravino, K. L. (2001). Making career decisions in a relational context. *The Counseling Psychologist*, 29, 193-213.
- Rainey, L. M., & Borders, L. D. (1997). Influential factors in career orientation and aspiration of early adolescent girls. *Journal of Counseling Psychology*, 44(2), 160-172.
- Richie, B. S., Fassinger, R. E., Linn, Prosser, J. & Robinson, S. (1997). Persistence, connection, and passion: A qualitative study of the career development of highly achieving african american-black and white women. *Journal of Counseling Psychology*, 44(2), 133-148.
- Schultheiss, D. E. P., Kress, H. M., Manzi, A. J., & Glasscock, J. M. (2001). Relational influences in career development: A qualitative inquiry. *The Counseling Psychologist*, 29, 214-239.
- Schultheiss, D. E. P., Palma, T. V., Predragovich, K. S., & Glasscock, J. M. (2002). Relational influences on career paths: siblings in context. *Journal of Counseling Psychology*, 49(3), 302-310.
- Schultheiss, D. E. P. (2003). A relational approach to career counseling : theoretical integration and practical application. *Journal of Counseling Development*, 81, 301-310.
- Song, H. (2001). The mother-daughter relationship as a resource for Korean

women's career aspirations. *Sex Roles*, 44(1/2), 79-97.

Surrey, J. L. (1991). The self-in-relation: A theory of women's development. In J. V. Jordan, A. G. Kaplan, J. B., Miller, I. P. Stiver, & J. L. Surrey, (1991). *Women's growth in connection: Writings from the Stone Center* (pp. 51-66). New York: Guilford.



A Qualitative Study of the Pattern of Career Development Process of Female College Students

Ching-Hua Mao

Instructor Center of
General Education
Chihlee Institute of
Technology

Fu-Mei Chou

Instructor Center of
General Education
Chihlee Institute of
Technology

Ying-Chu Hsu

Assistant Professor
Counseling Center
National Chiao-Tung
University

Abstract

The purpose of the study was to examine the influence factors of female college students' career development, which could provide career counseling and guidance for practical application. This study was carried out by the focusing interviews to the groups, including 20 female students. The grounded theory methodology was used as a reference to analyze the interview data. At the top of the model there are two broad categories: (1) experience of experiential learning, and (2) family and social relationship. According to the analysis, the conclusion is as follows: (1) In facing the career disturbance or career undecided, the experience of experiential learning helps female students a lot. (2) The role model has a positive influence on female students. (3) For female students' career development, the interaction with important people is a key point. The

important people included their mothers, fathers, sibling, and peer. Therefore, these findings support relational approach to female career development. The researcher advocates the interpersonal relationship linking to career development of female college students.

Key words: technology and vocational college, female college students, career development, female career development, relational approach to career counseling



本文章已註冊DOI數位物件識別碼

► 為什麼要上學？－三位國中瀕臨中輟的改變歷程

Why go to School?-The Changing Process of Three Junior High Students Who Claimed about to Drop out of School

doi:10.6308/JCG.19.01

諮商輔導學報：高師輔導所刊, (19), 2008

Journal of Counseling & Guidance, (19), 2008

作者/Author：汪敏慧(Min-Hui Wang);鍾思嘉(Shi-Kai Chung)

頁數/Page：1-29

出版日期/Publication Date：2008/12

引用本篇文獻時，請提供DOI資訊，並透過DOI永久網址取得最正確的書目資訊。

To cite this Article, please include the DOI name in your reference data.

請使用本篇文獻DOI永久網址進行連結:

To link to this Article:

<http://dx.doi.org/10.6308/JCG.19.01>



DOI Enhanced

DOI是數位物件識別碼（Digital Object Identifier, DOI）的簡稱，是這篇文章在網路上的唯一識別碼，用於永久連結及引用該篇文章。

若想得知更多DOI使用資訊，

請參考 <http://doi.airiti.com>

For more information,

Please see: <http://doi.airiti.com>

請往下捲動至下一頁，開始閱讀本篇文獻

PLEASE SCROLL DOWN FOR ARTICLE



國立高雄師範大學輔導與諮商研究所

諮商輔導學報－高師輔導所刊

民97，19期，1-29頁

為什麼要上學？－三位國中瀕臨中輟生的 改變歷程

汪慧敏

鍾思嘉

國立政治大學心理系

國立政治大學心理系

本研究的目的為針對曾經瀕臨輟學的國中學生，在後來穩定就學的改變歷程中之心理探討。研究方法採用敘說的分析，深入訪談三位有此正向轉變經驗的學生。研究結果發現：受訪的瀕臨中輟生與他人產生連結，使得他們原先造成瀕臨中輟的問題得以正視和解決，負向情緒較為抒發。在與他人連結的歷程裡，他們不斷地自我思考、覺察和反省自己的作為和處境，進而產生交互影響的持續改變動力，並持續在他人的督促和鼓勵中嘗試就學，逐漸形成穩定的就學行為。這種改變的形成，是一種漸進、螺旋的過程，他們雖然仍會出現一些不上學的想法或行為，但在情感連結的重要他人支持，以及自我省思的交互影響下，形成持續穩定就學的正向改變。

關鍵字：瀕臨輟學、改變歷程、敘說分析



壹、緒論

多年來，中輟生觸法犯案的報導時有所聞，如偷竊、搶劫、加入幫派犯案，甚至傷害他人的生命安全等。他們青春的歲月本應在學校裡成長，卻因中途輟學而影響到自己的課業、生活技能等各方面的學習，也容易產生不良適應的行為（李冠蓉，2002；金俊佑、何振宇，2005；鄭煌發，2001；Brook, 2001；Davies & Lee, 2006），甚至影響到家庭氣氛、其他在校者就讀的意願和社會安全（王伯頌、吳芝儀，2004；葉亞寧，2000）。因此，如能在學生有中輟的徵兆但還未成為事實之前，及時給予協助，避免中輟後產生的種種負向影響，相信是社會大眾和教育工作者所關心的重要議題。

從現有的中輟傾向和曠課學生研究，發現學生不到校的行為是一種徵兆，可能反映學生在學校或生活，產生了挫折、壓力和困難等（林正文，2002；Davies & Lee, 2006；Reid, 2006）。當問題解決後，個人便無需再以不到校的行為來因應，而恢復正常的就學（吳武典，1985）。一些研究也發現學生對自我、學校和他人的內心感受，會影響到他的就學行為（章勝傑，2003；Sanchez, Colon & Esparza, 2005；Swaim, 2005）。而中學生對於自我（Gail, 2007）、學校及教室環境的正向感受（Martin, 1989），以及與學校、老師和同儕的連結和歸屬感（Reid, 2006；Swaim, 2005），都會影響其就學的行為。

此外，從參與預防中輟方案後，繼續到校的學生描述中，發現他們感受到：（1）老師、父母的關心和支持（張美英，2004），跟老師和同學產生連結（Davies & Lee, 2006；Zuba, 1990）。尤其與同儕之間的關係，對青少年早期者的學生而言，是格外重要的（Sanchez, Colon, & Esparza, 2005）。而父母的管教和約束（Reid, 2006），也能幫助學生減少不到校的行為。（2）情緒獲得抒發，原先困擾的情緒問題獲得改善（Callison, 1994；Martin, 1989）。（3）自我覺察和思考的增加（Callison, 1994），像是思考到目前就學與未來就業的關連（Alpert & Dunham, 1986）也是他們內心所

經驗到的。(4)減少因爲課業低落所帶來的挫折感，感到較有成就感和勝任感(Callison, 1994; Delaney & Corbett, 1994)。

國內外相關文獻中，發現多數的研究是在瞭解中輟傾向學生的行爲、類型，以及採取預防中輟方案等(台北市政府教育局，2004a；李坤崇、王鍾和，2000；Dumas, Prinz, Smith, & Laughlin, 1999)，但對於學生面臨瀕臨中輟邊緣而回轉穩定就學的研究闕如。Davies 和 Lee (2006)曾對於出席狀況不佳而仍持續到校的學生加以研究，他們認爲忽略這類學生持續到校的原因，是研究上重大的疏失，而且瞭解這類學生到校的原因，將有助於輔導學生的就學行爲。因此，深入了解這些出席狀況不佳仍然到校就學的學生的心理，有其重要的研究價值。

最近幾年，教育主管機關的公文中出現以「瀕臨中輟」的字眼，來表示具有中輟傾向或中輟之虞的學生(台北市政府教育局，2004b)，但對於「瀕臨中輟」的內涵並沒有具體的界定或說明。然而，從中輟傾向學生的研究中發現，中學生在輟學前，即有曠課、逃學等不到校就讀的行爲(張美英，2004；鄭煌發，2001；Davies & Lee, 2006；Reid, 2006)，且曠課的節數愈多，發生中輟的機會也愈高(陳恆霖，2005；Lewis, 1999)。雖然這些研究沒有給「不在校就讀的行爲」或「曠課的節數」清楚的界定，但至少給瀕臨中輟一個簡略的描述，即是曠課多但還不到中輟的標準。

在瀕臨中輟學生中，多數不是持續瀕臨中輟就是持續中輟，然而，發現卻有少數學生在瀕臨中輟一段時間後，曠課的節數減少，出席的行爲也趨向穩定。這種正向的改變不禁令人好奇，是什麼或發生什麼形成了這種改變。因此，本研究訪談穩定就學的三位曾經瀕臨中輟的國中學生，以敘說分析深入探討他們改變的歷程，期以了解他們爲什麼上學的改變的內心動力，做爲學校輔導預防中輟生的輔導策略參考。



貳、研究方法

本研究採取敘說分析法，探討三位國中生從瀕臨中輟到穩定就學的改變歷程。敘說分析適合瞭解個人對事件的解釋，並對受訪者的經驗和意義作系統性的理解（Bruner, 1990）。敘說的內容是行動者所建構的（Riessman, 1993），包含行動的內容，如與行動有關的人事物，以及故事的內在意涵，像是意義、需求、動機等（Monk, Winslade, Croket, & Epston, 1997）。本研究的結果採取敘說分析中的「整體－內容」法，以整體的觀點來理解敘說者的生命故事，藉由對各片段的內容理解，整合出對故事整體意義之理解；希望在此重視故事發展和脈絡的方法中，能對受訪者敘說的改變歷程，有較深入和整體的理解。

一、研究對象

本研究選取的受訪者，需符合：（1）在學期間曾經一學期有一次（含）以上，一週曠課累計達7節以上的情形；（2）後來曾經持續一個月（含）以上，未有一週曠課累計達7節（含）以上的情形；（3）受訪者需有意願接受訪談，願意敘說自己就學經驗，並接受錄音。經學校老師推介，邀請到符合選取條件的三位國中瀕臨中輟生。研究者以同理、傾聽和摘要的技巧，參考訪談大綱，在學校輔導室進行訪談。在訪談結束後，將錄音整理成逐字稿，作為下次訪談的參考。受訪者就學情形及訪談時間如表一。

二、資料分析

以McAdams（1993）的敘事分析方法為主，透過研究者投入於和逐字稿間的詮釋關係，來獲得這些意義，包含（1）閱讀與熟悉：反覆閱讀逐字稿，使之能熟悉文本資料，對逐漸顯現的重要主題，能掌握大致的要義，其中分別以A、B、C代表受訪者猴子、阿中和小珮，用訪談次數和意

義單元進行編碼，例如猴子第一次訪談的第一個意義單元，編碼為A-1-1；
 (2) 找出待探尋的重要概念：了解敘說中所具有敘事基調、表徵意象和主題之要素；
 (3) 區辨出敘事基調：仔細檢視敘說中所提到的經驗及敘說方式，尋找敘事基調；
 (4) 區辨表徵意象和主題：研究者有系統的處理逐字稿，整理出表徵意象和主題，以對訪談資料中有一大概的草圖；
 (5) 交織成一篇脈絡連貫的故事並撰寫成研究的報告：透過對訪談資料的詮釋、整理每個部分的表徵意象和主題後，將這些資料交織成一篇脈絡連貫的故事。

表1 受訪者的就學情形及訪談時間

受訪者	性別	瀕臨中輟情形	穩定就學情形	訪談時間
猴子	男	九年級第一學期9至12月初，有3次一週曠課達7節以上。	該學期12月中至學期末，每週曠課平均低於2節。	九年級第二學期訪談6次，計190分鐘。
小珮	女	七年級第二學期4月下旬，一週曠課達7節以上。 八年級第一學期9至12月初，二週曠課各達7節以上。	七年級第二學期5月至學期末，0曠課。 八年級第一學期12月初至第二學期，0曠課。 九年級第一學期，七週各曠課1節。	九年級第二學期訪談5次，計160分鐘。
阿中	男	七年級第一學期10至11月中旬，四週各曠課7節以上。 七年級第二學期2月下旬，一週曠課達7節以上。 八年級第一學期9至10月初，二週各曠課7節以上。	七年級第一學期11月中至學期末，曠課2節。 七年級第二學期2月底至學期末，0曠課。 八年級第一學期10月～期末，有5次曠課1節。	八年級第二學期訪談7次，計190分鐘。



三、效度檢核

敘說研究的有效性非如傳統實在論者之觀點，敘說並不是對過去所發生的事件作一個正確的記錄，或作為反映外在世界的一面鏡子。Riessman（1993）認為敘說的有效性是我們宣稱的解釋是否具有信賴度的一種過程。以下用Riessman所提出的四個方式來探究敘說研究的有效性：

（一）說服力

指此解釋是否為有道理或是能讓人信服。當其他的解釋都已經加以考量後，而理論的宣稱又能受到受訪者陳述的支持與證明，這時的說服力會增加。這個標準使我們可以從具有質疑的局外人獲得裨益，而發展出解釋性的陳述。本研究在整理出研究結果後，反覆的檢核其中分析的合理性，並對照受訪者相關的描述，尋找其中的關聯性強度來提高說服力，也請指導教授和具有質性研究經驗的同儕來看此研究結果，是否同意其具有合理的說服力。經由不斷地討論，他們均同意本研究結果分析具有合理性。

（二）符合度

研究者可將結果帶回受訪者來加以檢視，當研究者的再建構被視為適切的再呈現時，則符合度將會提高。本研究運用效度檢核表，將研究者所撰寫的敘說故事帶給受訪者，請其評估該故事與其經驗符合的程度，作為本研究符合度的參考指標。本研究三位受訪者在閱讀資料文本後，評量研究者撰寫的故事與其經驗符合的程度，分別為猴子90%、阿中95%和小珮95%。換言之，三位受訪者都認為研究者所撰寫的故事，大多符合其所敘說的經驗。

（三）連貫性

在敘事研究中，文本的連貫性應盡可能地深厚。理想上應該包涵三個層級：總體、局部和主題。總體的連貫性是指敘說者藉敘說達到其整體欲表達的目的，而在過程的局部裡，敘說者會嘗試用影響敘說結構本身來達到某些目的。此外，在訪談中會有一些特定的主題不斷地出現，有其重要性，此為主題的連貫性。如果某個說法在這三種連貫性裏，都顯得可以被

理解，則這樣的解釋就加強了。

研究者必須持續地修改對敘說者信念與目的（總體連貫性）的最初假設，以啓發對特定敘說結構（局部連貫性）及統整文本中反覆性主題（主題連貫性）的理解（Riessman, 1993）。本研究在資料分析時，不斷地修改對於敘說者最主要的信念與目的的假設，並反覆地來回閱讀資料，以求其假設可以連貫整體資料，並與局部敘說的目的相符合，此中會與受訪者不斷出現的敘說主題互相驗證，以求總體的、局部的、主題的三方面的連貫性，此外也與指導教授與同儕一同檢視與討論研究結果的連貫性，以此過程來提高本研究的連貫性。

（四）實用性

實用性是一個研究最後能變成其他研究基礎的程度，是一個具有未來導向、集體性質和具有社會建構特性的標準。研究者可以提供相關的訊息，讓其他人能夠決定研究成果的信賴程度，如：描述解釋是如何形成的、呈現進行的過程、說明研究是達到轉換再呈現的過程以及提供基本資料給其他研究者。本研究將收集到的資料與分析的過程，加以描述與紀錄，使閱讀者能夠清楚地看到資料的原貌、轉換再呈現的過程、分析的方式，並使研究中重要的步驟透明化，成爲文本中的公開討論與對話。利用這樣的過程使研究結果可以提供給其他研究者作爲研究的基礎，以豐厚本研究的實用性。

參、研究結果與討論

一、猴子的故事

猴子是受訪者自取的名字，清瘦的他經常駝著背四處走動，一雙骨碌碌的眼睛不時轉動，小心翼翼地打探周遭環境，眼神透露的是濃濃的不安全感。

猴子有一個會打人的爸爸，打從有記憶以來就常遭受父親的毒打，他

害怕爸爸棍子猛力揮下來的痛楚，他說：「我的爸爸 會打我，就像打動物一樣地打我，他會拿球棍打我，一點也不留情，特別是他喝醉酒時，更是會打人。（A-3-1）」

生長在這樣的家庭，猴子時時感覺到不安。所幸，還有媽媽可以依靠，每當爸爸打人時，媽媽的擁抱和照顧，常能撫慰他受傷的心靈，讓恐懼不安的猴子有個暫時的依靠。然而，這樣的依靠，發生了變化…。

迷失方向

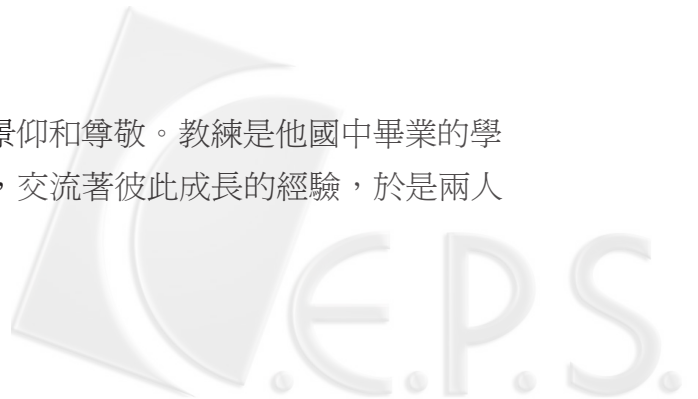
媽媽離家後，是猴子不常來上學的開始。猴子說：「如果沒有家裡這段事情，我就不會不常來了。（A-4-1）」在猴子剛上九年級時，猴子的媽媽出走了。頓失依靠的他，沮喪宛若暴風雨席捲而來，不知道該如何是好的猴子，漸漸地不願意去上學。然而，猴子並不怨恨媽媽，他想到媽媽也有不得已的苦衷。他低聲哽咽地說：「我覺得很難過…捨不得她走，想念她…。我也希望媽媽出去，因為這樣對她比較好，她繼續再待下去，爸爸還是會打她。（A-3-1）」

沒有媽媽的家，對猴子來說已然沒有什麼意義。猴子不愛回家，盡可能地往外跑，甚至離家出走，然而會打人的爸爸總是有辦法找到他。此時「家」給猴子的感覺是：「家裡變得不溫暖，感覺沒有必要回家。感覺家，只是一個可以住的地方，回家就只是洗澡、睡覺而已。我後來，變得不喜歡回家，不喜歡家人管，也不願再讓家人管。（A-1-7）」

他開始藉由玩樂來逃避這一切，覺得什麼事情都不重要，也不在乎去不去上學。經常流連在撞球場的他，早把課業拋到九霄雲外。直到遇到有類似家庭經驗的學長，他的生命之路才開始有了轉彎。

過來人的關心

說起撞球教練，猴子的眼神充滿景仰和尊敬。教練是他國中畢業的學長，常一邊教猴子打撞球，一邊聊天，交流著彼此成長的經驗，於是兩人



的關係也從點頭之交，逐漸成為心靈交流的莫逆之交。談話中，他知道教練學長以前也常被哥哥打。在某一次被哥哥打過後，忍無可忍的教練學長痛下決心要獨立生活，就這樣，當時只是個國中生的教練學長就自己搬出來住，掙脫家庭的枷鎖，過自己的生活。當教練學長知道猴子被爸爸打的情形，他靜靜地聽著只有過來人才能理解的痛苦，默默地接納猴子害怕不安的心情。猴子感受到來自教練學長關心的暖流，不斷地流向他的心：「我感覺學長像哥哥，會關心和建議我和幫忙我（A-1-3）；學長是真的朋友，是真的為我好的那種朋友，跟他是能夠互相相信，他會給我真心、好的建議，不會帶我去做壞事。他講的話，我比較會去想，想他講的意思，比較聽得進去。（A-1-5）」

猴子特別記得教練學長跟他說：「命運是自己可以改變，要靠自己去改變。不要由上天去安排。…改變命運的那個地方，就是轉捩點。只要一轉，命運就轉過來了。…你就改變自己不好的命運。這些是要靠自己，靠自己是最重要的。（A-2-1）」這種想法是被動等待命運改變的猴子所沒想過的。原來自己也可以像教練學長一樣，靠自己力量脫離家庭的陰影，這過來人的經驗如明燈般點亮他心中的希望。

其實，這些勸猴子的話家人也曾說過。然而，家人的話聽在猴子的耳裡令他感到不耐煩：「我不喜歡家裡的長輩，他們會硬要把以前時代的老想法，套用在我身上，硬要把我變成他們以前那樣。他們要求我好，還要再好。我感覺到被拘束，像是被關在一個小的空間、沒有自由，回家就像被關起來。我不喜歡這樣，我會反抗、不理會他們，他們說我怎樣不好，我就變得愈像那樣。我不喜歡他們，不喜歡回家，也不會聽家裡的話。（A-1-6）」

同樣是勸他去上學的話，撞球場的一些學長說的在猴子耳中，並不像家人說的那些難以入耳。他說：「學長他們要求我至少有做到就好。跟家裡一直要求、再要求是不一樣的。家裡那種好、還要更好的要求，讓我感覺有壓力、不耐煩和不好。…學長他們是一直提醒我來上學，我會聽進去他們的話。（A-1-3）」學校裡對他關心的老師所說的，也是猴子願意去

聽的，他說：「在我不常來的時候，年輕老師很關心我，導師王老師很照顧我，這兩個老師很照顧我，我很聽年輕老師的話，王老師講的話我也會聽。（A-4-1）」然而，這些關心他的人所說的話，並不是一下子就被猴子接受的，直到…。

轉變的關鍵

「這是一定要自己親身體會過，才会有那種感覺。不然家裡和學長再怎麼勸，都是沒有用的（A-1-1）。…剛開始講時都沒有用，後來我有在想，想開以後，才體會到那種感覺。（A-1-2）」猴子篤定地說著。

「我自己親身體會到，至少要國中畢業，才能找到工作，也才能生活下去。這種體會是感覺到自己不能再這樣混下去，不能再覺得沒來上學也沒關係，如果自己沒畢業，以後要幹嘛！有了這種體會後，還要隨時提醒自己，才會想改變。（A-1-1）」

他想到自己的家庭就是這樣，爸爸會打人，媽媽不在了，如果自己一味地等待、到處玩、什麼都不管的話，絕對無法脫離悲慘的家庭環境。如果自己能像教練學長那樣獨立生活，他的生命是可以有轉機的：「若我不常來學校，就等於是跟著上天的命運，會一直掉下去、掉下去，最後可能變成混混。所以我要改變，改變之後，才能走出自己的路。這就像是個轉捩點，是可以得到自己的命運，走出自己的命運。（A-2-1）」

猴子除了想到可以靠自己改變命運外，他還看到自己過去的心態：「我感覺自己以前是比較幼稚的，常常都是等在那裡看，看會發生什麼事，是被動等在那邊。其實，那是沒有用的。…而且，我以前做事，都沒有顧慮到以後，會想說什麼事情都不重要啊！…只想顧到自己當時的感覺，先做了再說。於是，就整天玩，什麼事情都不做，也沒顧到事情做完後，會發生什麼事。…後來，會想到如果我做了這件事，會有什麼事情發生，然後自己再去做。不是在那邊發呆、停留，浪費時光，會想到做事的後果。像是如果我想要畢業，就一定要去上學才可以。（A-2-3）」猴子想要改變，要創造自己的命運，終於下定決心要去上學。然而，上學對

他而言是很大的挑戰。

自我的省思

已經過慣玩樂生活的猴子，一下子要收拾玩心去上學，著實經過一番掙扎。像是早上還想繼續睡時，一想到：「學長他以前也是覺得很無聊啊，…那是還是沒辦法，最少要國中也要拿到畢業證書啊，就覺得來學校再睡也沒差啊，就頂多睡一下下，就趕快來學校了。（A-1-4）」這是猴子以前從沒想過的，而且只要不想上學的念頭一起，腦海馬上浮現學長的經驗、自己想脫離家庭的期盼，都促使著猴子克服不想上學的惰性。

除了自我提醒外，撞球場的教練學長和學長們會以提醒和催促的方式趕他。最初從撞球場被趕到學校去時，猴子心裡還是有些掙扎和不情願：「進去打球啊，不想去學校，啊！去學校很無聊的，先去打球比較好。（A-3-4）」可是，當他回頭想要進撞球場時，學長們又會持續地逼迫他去上學。學長們更會從各方面的理由來說服他，像是功課不好沒關係，至少要國中畢業；現在外面工作不好找，沒有學歷，就等於沒有工作等等。這些他人提醒，即使有千百個不願意，即使有強烈的玩心，猴子開始上學。

回想這一路轉變的歷程，猴子說：「回頭看到自己變得比較有來學校時，覺得自己是有照著自己的想法去做，而且真的有在改變命運（A-3-6）。…我覺得有轉變的生活，是比較有變化，會變得好或者壞，不會都是單調的；會是彩色，不會像是黑白的。（A-2-3）」

心靈的新版圖

原來受制於家庭的小猴子長大了，他充滿信心地說：「轉變過來後，看到了自己以前的幼稚，然後，就去改變，心情變得比較穩定（A-2-3）。…現在的自己，當有想法時，能做的會想辦法去作；對於沒辦法的，也會試試看，想辦法去作。我以後也是想這樣繼續做下去。因爲

自己生長在這種家庭環境裡，只好自己想辦法了。(A-3-6) 」

從此，猴子的心靈疆界開拓了一個新版圖，帶著充滿光采的眼神，跨出步伐向前走，因為他清楚地知道：「命運有轉和沒轉過來，是有差別的。有轉變，是往上；沒轉變，是往下、變爛。有轉變時，生活會有起伏，是較彩色的過程；沒轉變的話，就是一條直線，是比較無趣的。(A-2-6) 」

故事的分析

與教練學長的相識和連結，開啓猴子轉變的大門。教練學長滿足他內心的需求並回應他家庭的問題，令猴子感到被關心與深度地被理解。教練學長尊重地說理和建議，讓正值青春期的猴子有自主的空間，使他有機會思考和接納這些話。與教練學長建立的新連結和互動，讓猴子不想上學的想法，出現改變的曙光。

猴子拓展了看事情的角度，思考到就學與否的後果和影響，使他的眼光看得較遠，從過去、現在和未來的整體上去檢視自己的就學行為。他省思到過去不就學的錯誤，看到現在沈溺玩樂的後果，並瞭解畢業對未來的重要。這些回歸自身的思考與認清自己及處境的覺察，讓他體會到就學對自己解決家庭問題的重要性，較願意自我約束，開始持續的就學。

在改變形成的過程裡，他人與猴子的連結是不曾間斷。在學長們持續的關心和勸說中，猴子不斷地感到被關心，情緒變得較穩定，並更深入地評估自身的處境；從實際就學的行為裡，他更相信和體會教練學長所說的內涵，對其愈來愈看重，彼此間的連結變得緊密和頻繁，猴子聽從和受其影響的程度也增加。這股重要他人的影響，以及自我的省思和體會，是猴子抵擋不想上學念頭的最佳力量。他不想上學的惰性，在與教練學長持續連結裡，漸有機會鬆動和克服，轉而培養出穩定的就學。這次成功改變的經驗，開啓他創造自己命運的信心和力量。



二、小珮的故事

小珮是位熱情、開朗、喜歡新奇事物的國中九年級女生，隨和活潑的態度讓人很容易親近。大而化之的外表其實包藏著纖細的心思，敏感地察覺很多細微事物的變化。

從小和媽媽感情特別好，喜歡黏著媽媽做家事、聊聊心裡話；濃厚的母女情誼，卻在兩個弟弟相繼出生後，逐漸轉淡。甚至後來媽媽開始出去打麻將，小珮和媽媽的相處時間也就寥寥無幾，更遑論恢復從前母女倆無所不談的深厚感情。

心往外飛

上國中後，爸媽對小珮的管教越來越嚴，學校老師的管教更讓小珮覺得不自由，她說：「爸媽管我很嚴，我在家就是看電視、打電腦，覺得很悶、也很無聊，不想待在家裡，一天到晚只想往外跑。…覺得自己在家被管得很煩、沒有自由；學校老師也在管，也覺得很煩，總感覺在限制我自由一樣。（B-1-9）」隨著爸媽吵架的頻率增加，小珮益發感覺不到家庭的溫暖。

七年級下學期，她開始流連外頭形形色色的世界，網咖、八家將的陣頭都是她經常駐足的地方。玩心越來越重的小珮，以爲只要到處飛翔就可以掙脫家裡和學校所帶來的不自由。然而，在小珮八年級上學期的某一天，事情發生了。

那天，小珮約了朋友碰面，而且悄悄地帶著家中最小的弟弟同行。顧著跟朋友聊天的她，絲毫沒有察覺已然昏黃的夜色，而憂心忡忡的媽媽在打了好幾通電話都找不到小珮後，騎著機車在大街小巷尋找小珮和弟弟的蹤影，當媽媽找到他們時，氣急敗壞的媽媽當著朋友的面打了小珮一巴掌，小珮描述當初的情況：「那時候，我想應該是太晚吧！所以，媽媽發現了，就生氣。然後，媽媽跑來，就直接在那邊打我！我回到家的時候，她還是打，我記得是那個原因，我才曉家的！她在外面打我，我覺得沒有

面子，朋友在旁邊那邊看，就是不高興媽媽打我，被氣到了，打完隔天我就蹺家了。（B-2-4）」這一蹺家曠課了好幾天，跟外面的朋友們打電動、聊天和遊玩，直到接到媽媽的電話。

母愛的呼喚

儘管小珮蹺家後刻意更換手機號碼，然而尋女心切的父母依舊透過各種管道，四處打聽到小珮的新手機號碼。媽媽在電話裡說著，忽然聲音哽咽，哭了起來，哀求小珮回去。很少看到媽媽哭的小珮，想起那時愧疚地說：「聽到媽媽哭，我感覺就有點痛，感覺好心疼。以前很少看到媽媽哭，她算是蠻堅強。…我覺得，讓媽媽求我，是一件蠻丟臉的事情，不應該這樣，我覺得好愧疚，我已經哭了，然後講講，我也想回家，就答應媽媽隔天一定回家，以後不要再蹺家了。（B-1-11）」

媽媽的眼淚讓小珮感受到媽媽的愛：「媽媽的哭，讓我會想她，她沒哭時，就覺得，她一定不在意我啦！其實，我是想被關心的，那個時候才有被關心的感覺。（B-2-5）」重新感受母愛的小珮說：「媽媽對我來說是蠻重要，不能因為一些人在旁邊講一些甚麼話，就把辛辛苦苦把你養大的媽媽的苦心就抹煞掉了，以前跟自己玩的，有些人會說不要回家啦！不要因為別人這樣講就被拉走。（B-3-5）」

曾經幫嬸嬸帶小孩，又出去打工貼補家用的小珮，其實心裡是蠻能體會為人父母的箇中辛酸，她說：「養一個小孩，真的很辛苦！要懂得哄一個小孩開心，要懂得他哭是什麼意思，是餓了、還是不舒服。自己帶過孩子以後，才更體會到媽媽是怎麼帶自己。媽媽也跟我說過，她以前是如何帶大我的，她是自己煮菜、做事，帶大三個小孩的。（B-1-11）」

說起自己這次的轉變經驗，小珮說：「會回來，媽媽這方面佔八九成，對朋友那邊灰心只有一二成，我覺得媽媽的部分是比較多，可以講說八九成。（B-3-6）」重回家庭懷抱的小珮，在媽媽減少外出打麻將和持續陪伴下，不僅拉近跟爸媽之間的距離，也持續乖巧地去上學。

自我的省思

原本對外面世界有些好奇的小珮，在實際經歷過之後，開始認清事實也學會思考：「當時覺得好奇，好像很好玩。玩心一起時，都忘記想的事情，也不會去想。…現在覺得參加（廟會）陣頭那個很無聊，而且又熱、又累、又沒錢拿。覺得好不值得！寧願把時間拿去看電影，也不要浪費在那上面。（B-1-6）」看到別人的執迷不悟，她也會提出自己過來人的經驗：「現在看清外面世界，有點想開了，看到一些中輟去玩的學妹，然後跟她們講，叫她們不要那麼笨。就想拉她們一把，她們卻不聽，我覺得，等妳長大會想的時候，就覺得自己怎麼這麼笨。（B-1-6）」

回過頭去檢視自己的少不更事，小珮滿心懊悔，屢屢說著自己以前很笨，都不會想。反省自己過去的錯誤，小珮變得比較聽得進去爸媽的教導，也比較會多想一些，她想到爸爸常跟她說的：「以後人生好壞，是看妳自己。…會覺得爸爸這樣講，其實也沒錯，因為所有人生都是自己的，爸爸總不可能會陪妳到永遠吧，然後，就覺得說以後的日子還是要靠自己。（B-1-16）」

負責任的成長

意識到要對自己人生負責時，小珮漸漸地會用比較成熟的態度面對事情，像是斷絕與外面朋友的聯繫，有朋友吆喝她去打架時，她會想：「覺得打人、吵架、那邊喬（台語：喬事情）來喬去，是沒有什麼用，大家還不都學校的人，有什麼好吵的，還不都一樣。而且大家越吵，也就越不會解釋，只是越吵越凶，最後事情也沒有解決。（B-2-9）」她也開始會顧慮別人的眼光，希望能給別人好印象，她說：「現在比較懂事，會給人家的印象比較好。因為之前在學校打架給一些老師印象不好，而且想到現在九年級，就快要畢業了，我就想說如果給老師不好的印象，那畢業後要找回來老師也會不好意思。那不如在畢業前給老師一點好印象。（B-2-9）」經過一番省思後，小珮的內心有了轉變，也開始思考和規劃國中畢業後的種

種生活。

故事的分析

在小珮成長過程裡，媽媽一直是她看重的人。雖然兩人的感情曾轉為平淡，然而濃密相連的親情，在媽媽表達關愛和小珮接納到被關心裡，重新恢復連結。她們彼此的情感和想法恢復交流，溫柔的母愛流入小珮的心扉，不僅消除她生氣、負面的情緒，親情的力量在她身上也開始發揮作用。

她憶起媽媽的養育之恩，省思到自己居然是以貪玩離家來回報之，對比兩人用心付出的差異，她感到慚愧不已。這股慚愧懊悔的力量，讓她開始反省自己過去的錯誤和無知，成為她內心裡最佳的守護。她戰戰兢兢地檢視和約束自己的玩心，不願再犯同樣的錯誤，認真地想要做個好孩子。她的姿態變得較低，較願意接收和思考爸媽的意見，瞭解到自己終究要長大，需要學習為成長負責的事實，她變得持續去上學，也懂得約束自己的行為。

在這改變的過程裡，媽媽不斷地關愛和教導她，不僅減少外出打麻將的時間，也花時間陪她成長；這不僅滿足小珮想被關心的需求，也讓她有機會思考自己和父母的教導，她開始規劃未來。這樣雙方彼此的配合，使互動不斷地持續，讓小珮的自我思考和覺察持續增加，發展出抵擋朋友玩樂的邀約和約束自己的內在力量，她的就學行為趨向穩定。

三、阿中的故事

阿中是位身材矮小消瘦的男生，在人群中經常是沈默寡言，或用微小、模糊的語氣說話，讓人很容易忽略他的存在。他的爸爸很早就過世，自小跟著媽媽和大他多歲的兩位哥哥一起生活，家人間很少分享內心的想法及感受。哥哥們經常跟他吵架或作弄他，職業婦女的媽媽，工作之餘還要照顧家裡，很少跟他互動，更談不上聊到心裡的話，阿中只能跟學校認

識的女朋友說。待在這樣無聊的家庭裡，他經常是在房間裡睡覺、打電動或想事情，特別在假期時，他更是徹夜不眠地打電玩。這種極端無聊的家庭生活，讓他格外期盼到學校，與朋友聊天和玩樂。然而，學校的生活一開始，並沒有他想像的順利。

交友的挫折

喜歡到學校與朋友玩樂的阿中，在國中剛入學時，就遇到交朋友上的挫折。這對重視朋友的他而言，是一件重大的挫折，心裡的痛苦不知要如何排解，也不知該跟誰說；有時很難捱的時候，他會拿美工刀自虐、傷害自己，彷彿想忘卻內心的痛苦。

遭遇到班上的同學不知何故的冷落，阿中一時間也想不出任何因應之道。他決定逃離這個令自己挫折和難過的地方，但又擔心媽媽知道後會罵他，於是每天早上起床後，就把出門穿的鞋子藏在自己房間裡，來躲過媽媽的發現。等媽媽出門後，他就放心地待在自己的房間裡睡覺、看武俠小說、玩電動和上網聊天。而當網路上的朋友都去上學了，沒人可以跟他聊天時，他又陷入無聊、孤單的日子裡。終於，阿中這個欺騙媽媽的舉動，被媽媽發現了……

被發現的秘密

一天，阿中的媽媽到他的房間去拿東西，竟然發現原本該去上學的阿中仍待在房間裡，他欺瞞不上學的行爲被拆穿了。接著，媽媽接二連三的責罵使他幾乎招架不住。到了第二天時，阿中的媽媽就把他房間的鑰匙沒收回去，並且定期到房間裡檢查他有沒有去上學。

不得已之下，阿中只好離開房間，從家裡到學校去上學。到了學校，知道他沒來上學的老師詢問他沒來上學的原因，並要他趕快來上學，不然是要記曠課；而班上的風紀股長更是關心加威脅他若再沒來上課，就叫家長來學校。這是他很擔心的事情，他害怕再被媽媽發現後的責罵。於是，他

開始想辦法回到不被同學認同的教室裡。

主動的連結

就這樣，在家裡媽媽的責罵、學校老師要求和管風紀同學的要脅下，對學習沒興趣、成績也不佳的阿中，被半推半就地到學校去了。然而，原先不被同學理睬的情形仍然存在，那種不被理會的孤寂和挫折感依然在心中縈繞。在很難過和苦惱之中，他思索著：「我自己去認識他們啊，不要讓他們來認識我。而且，如果我自己不來學校的話，他們也不知道我在幹什麼。（C-2-1）」

於是，他開始主動認識班上的同學，像是帶東西去請同學吃、主動找同學聊天等。剛開始時先認識坐在周圍附近的同學們，後來漸漸地認識全班的同學，交到一群可以一起玩樂，討論作業和聊天的好朋友。

談到朋友，阿中神采飛揚地說：「朋友對我來說是第一位的，比家人還重要。朋友是交幾個有幾個，比較可以隨時隨地找他們玩，而家人只有固定那幾個，也沒有人跟我玩。…有朋友的感覺比較歡樂、開心和有趣。有朋友的生活是彩色的；沒有朋友的自己，待在家裡時，感覺比較孤單和無聊。我覺得比較常來學校的自己，變得漸漸開心起來了。（C-3-3）」有了朋友的學校彷彿是個快樂天堂，一個人獨處的孤單和無聊感逐漸消失無蹤，阿中開始經常上學。

假期後的緊張

雖然阿中克服交友的挫折，然而還有一個上學的難題，就是假期後的緊張。因為每當阿中開始放暑假或寒假時，他常整個晚上都在打電玩、上網或看電視，一直到清晨才睡，過著生活作息顛倒的生活。這樣的作息讓他早上爬不起來去上學，就算勉強被媽媽叫起來去上學，睡眠不足的他常會犯錯，例如他說：「當媽媽早上叫我起床時，我有時是一夜沒睡，有時是茫茫然地去上學。常常在快走到教室時，就會擔心自己會不會穿錯衣

服。自己變得茫去（台語）了，有時明明腦袋裡想的是穿這種衣服，實際上卻穿到另一種衣服。有時候到了教室後，看到同學身上穿的制服，才發現自己穿錯衣服。（C-6-1）」這種情形讓他有時就乾脆回家繼續睡覺。因此，每當假期過後剛開學的前幾週，他仍有曠課的紀錄。要等到把這種生活作息調整過來了，他才恢復正常上學的日子。

自我的省思

在校園學習的環境裡，阿中除了找到朋友外，他也逐漸能聽進去老師講的道理，並且有了新的體認，他反省說：「之前七年級時，思想還不成熟，會叛逆，別人講的，自己其實是不聽的；到八年級時，才比較會想要聽一些老師講的人生大道理，會反省自己。（C-5-1）」

他覺得自己要去思考是很重要的，他說：「要不要聽別人講的話，還是要看自己；這是要自己去想的。（C-5-3）」他還說：「八年級下後，老師在訓話時，有時候就會講些比較有道理的話，我就會坐在那邊聽；以前我是不會這樣的，他在講話，我就在玩。最近，就自己想聽了，也比較開始會聽進去，聽了之後，就比較不會想要自虐、割自己的手，心裡比較不會去煩朋友的事。而且，自己也在想如果曠課再變多，國中就沒辦法畢業，以後要怎麼辦。（C-5-3）」即將邁入九年級的阿中，篤定地這麼說著。

彩色的世界

阿中克服初進國中時的交友挫折，減少了孤單和無聊感。雖然每當一段長假後需要有一段生活作息的調整，但是他了解畢業對自己未來的重要性，上學變得更加重要。當阿中回想自己這段經歷時說：「我想如果當時沒有被媽媽發現，自己可能會繼續待在家裡；而如果學校裡沒有朋友的話，上學也不會那麼有趣，想來上學。（C-3-4）」阿中從原先認爲的灰暗校園生活，開創出另一個彩色的世界。雖然，想到還有一年多要畢業、與

同學分離的情景，阿忠感到不捨和難過，但他給自己的期許是：好好珍惜跟朋友在一起的日子，好好過完國中生活。

故事的分析

與朋友交往和互動，是吸引阿中就學的重要力量。剛進國中時的交友挫折，讓他難過地躲回家裡，甚至痛苦到自我虐待。這樣不上學的情形，在被媽媽發現後開始有了轉機。他在媽媽持續督促的推動裡，開始就學，也想出主動交友的辦法，使他與同學間建立起連結。同儕的回應與關懷，消除他生活的無聊和難過的情緒，彼此友誼的交流，滿足他與人親近的需求，他變得喜歡到學校與同儕互動。

阿中減少了負面情緒，內心裡有了一些空間可以思考；學校老師持續教導和薰陶，開啓他思考的發展。他接收和思考老師的教誨，用較整體和寬廣的視野來看自己的所為，反省到過去不上學的錯誤，評估到現在的就學是有助於畢業，他對就學的意義有了自己的領悟，多些自我的約束和管理，也更珍惜畢業前能跟同儕相處的機會。

在親師督促的推力與同學情誼的吸力下，阿中就學的行爲趨於穩定，然而，假期時作息顛倒帶來的影響，仍左右他的就學行爲。所幸，媽媽和老師的督促和管教是不會放鬆，而同學的關心與接納也未消失，他們不斷地回應他與人親近的需求，彼此間的互動得以持續。在這當中，阿中有了支持的力量，面對就學的障礙，將顛倒的作息調整過來，同時，也更認清自己的處境。這些與他人不斷的互動是他持續改變的動力，讓他的自我省思有繼續發展的機會，進而鞏固他穩定就學的行爲。



肆、結論與建議

在上述研究結果中，看到三位受訪者改變的歷程有如火車的行駛，從與重要他人連結的點火、經由自我省思的燃煤能量，達到自我與他人不斷互動所產生的持續動力。這種改變的啓動、形成、繼續往前行之歷程進一步討論如下：

一、與他人連結是改變的火種

本研究發現受訪者感受到和接納他人的關心（即使是督促和管教），較會出現就學的行爲，這與許多研究的發現是一致的（如Davies & Lee, 2006；Reid, 2006；Swaim, 2005；Zuba, 1990；張美英，2004）。而個體需要被看到、察覺和重視，並與他人產生關係；當自己不被他人看到和重視時，那是相當不舒服的經驗，個體會去尋找或創造方法，來因應這種不被注意的情況（Rayle, 2006），如本研究受訪者以沈溺撞球場、逃家玩樂、躲在家裡等行爲來因應。

在與他人連結的關係裡，他人回應受訪者的需求，理解其內心的感受和想法；受訪者感覺被瞭解和同理，彼此間的情感互相交流，建立起彼此的連結。Bateman和Holmes（1995）稱此情感的相連爲「情感共融」（affective attunement），意指一方讀出他方的行爲和反應，並以互補的方式做反應，他方也以同樣方式回應，彼此在互動中感受到相互的溝通，且都有被瞭解的感受。在此被理解的氛圍中，個人較容易接納他人給予的回饋或意見，修飾內在、內化並產生新的經驗（林玉華、樊雪梅譯，1997）。因此，無論如猴子與教練學長的新連結、小珮恢復與母親的連結、阿中與同學的重新連結，與他人連結都是他們啓動改變的開始。

本研究也發現受訪者與他人產生連結的關鍵，都與他們原先發生瀕臨中輟行爲的原因有關。這種解決個人所遭遇的問題，進而改善就學情形的發現，與吳武典（1985）和章勝傑（2003）的觀點一致。Maslow（1968）

在動機理論中提到，當個體主要的動機處於匱乏時，例如：缺少安全感、愛與歸屬等，他是需要向外界索求這些東西以填補自己的不足；因此，在與外在世界互動時，很容易向外搜尋自己所欠缺而外界擁有的東西來填補自己。當其能夠充分接納和滿足自己的匱乏性動機後，才較能跳脫自我的立場，從別人的觀點來看事情。

二、自我的省思是改變的能量

研究發現在受訪者與人產生連結中，他原先負向的情緒得以抒解，思考和覺察能力漸萌芽，產生自我的省思，這與許多研究的發現相呼應（如 Callison, 1994；Martin, 1989；何紀瑩，2004；顏郁心，2002）。當個人的情緒得以抒發，其能量較能恢復平衡，較容易進入開放思考的狀態，接收到他人較成熟和客觀的看法，繼而對自己的老問題產生新的看法，修正個人的觀點（何長珠，1996）。

在與他人連結的互動裡，個人有機會聽到有別於自己參考架構的新觀點，然而，唯有透過自己的思考，自己和他人的觀點有辯證的機會，在此對話的空間中，各方的利弊得失彰明較著，他人的觀點才較有機會被相信和接納（Baker, Jensen, & Kolb, 2005）。因此，自我省思是產生改變的能量，若只有與他人連結而缺乏自我省思，改變也不可能發生。

本研究也發現受訪者的思考從原本較侷限、主觀的自身處境，逐漸轉變成較開闊、客觀，並考慮到他人看法和未來整體的觀點，如從檢討過去、珍惜現在和展望未來的觀點上去檢視自己的就學行為。這種跳脫以自我為中心的思考方式，與金樹人（2005）的研究相一致，個人在回頭觀照自己的過程中，會撼動已經僵化的自我中心思考。對同一件事件或情境，發展出與原先不同的看法和視野（黃素菲，2001）。這種從過於固著於個人和內在的觀點，轉變成人際、關係和系統性的思考，正如Coulehan（1995）所說，是改變發生的特徵。它能使個體對自己和所處情境，有較深入的評估，有助於形成和維持行為的改變（Kearney & O'Sullivan, 2003）。

三、與他人不斷互動是改變的動力

本研究發現當他人能夠理解受訪者內心的動機和需要，給予其所需的；而受訪者也有意願接納他人所給予的，彼此的反應是互補的，雙方的互動得以持續。如同人際互動的研究指出，當人際間彼此的需求是互補和配合時，彼此的互動較能流暢地進行下去（Horowitz, Wilson, Turan, Zolotsev, Constantino & Henderson, 2006）。本研究受訪者在此正向的人際網路中，不斷調整和改變自己，以因應回到學校的壓力和挑戰，這與彭俐華（2006）發現復學環境中的正向人際網路有助學生的復學是相一致的。因此，與他人的不斷的互動是改變的動力，如此受訪者與他人連結和自我省思才可能持續產生交互影響，進而鞏固了受訪者穩定就學的行爲。

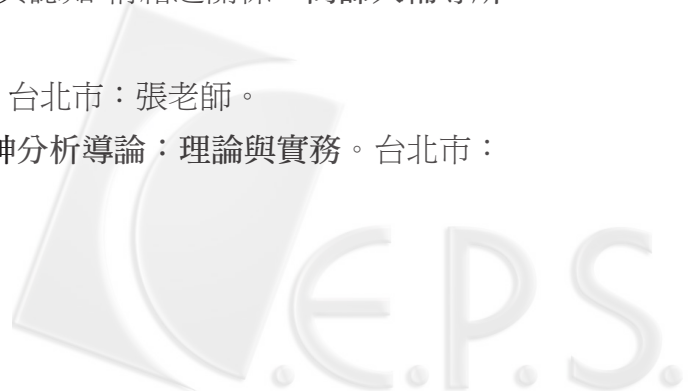
本研究也發現受訪者從瀕臨中輟到穩定就學的過程中，經常面臨一些掙扎和考驗，正如同諮商改變歷程的研究指出，改變是一種漸進、螺旋的過程（Malotte, Jarvis, Fishbein & Kamb, 2000）。因此，本研究受訪者雖仍會出現一些不上學的想法或行爲，但在自己在乎的重要他人之支持以及自我提醒和約束的交互影響下，逐漸形成穩定就學的正向改變。如同Baker, Jensen 和 Kolb（2005）提到：在形成意義中，逐步地採取行動，將會對之前的思考，有新的和具體的體會。這些漸增的自我覺察和體會，都是形成持續改變的重要因素（Kearney & O'Sullivan, 2003）。

綜合上述，三位從瀕臨中輟到穩定就學的受訪者之改變歷程，關鍵是受訪者碰到一些真正關心他們的人，受訪者接納這些人的關心，進而這些人的言行，如教導、鼓勵、勸說、督促等，對受訪者產生了影響，受訪者也樂於接受關心他們的人之影響。在此有益於成長的連結關係裡，個人感受到被注意、尊重和回應，啟動了內在的熱情、價值感和生產力，使人有能量和堅強地尋求成長與連結之發現，與近年來Jordan（2005）認爲良好的關係有益於啟動個人復原力的觀點相一致；而當他人給予關心、建議能滿足個人的內在動機或需求時，個人較能感受並接納此關心與影響之發現，也呼應Horowitz（2006）等人的觀點。未來研究可從上述觀點作進一

步探討，以瞭解青少年與他人連結中促動個人突破困境產生正向改變的機制，以作為增進青少年福祉的參考。此外，本研究也建議學校在預防中輟生的輔導工作上，輔導者（如輔導教師、班級導師等）應運用瀕臨中輟學生周遭的重要他人資源，協助重要他人瞭解並提供瀕臨輟學者所需的關心和建議，與其建立有益成長的連結關係，以協助瀕臨輟學者減少瀕臨中輟行為，發展出穩定就學的積極行為，此亦可作為輔導者本身與他們互動的輔導策略。

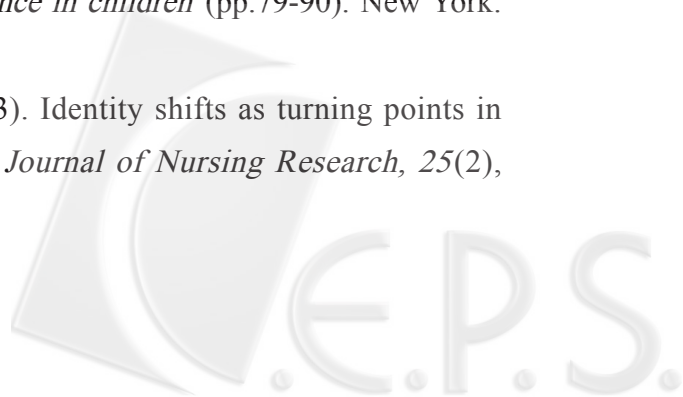
參考文獻

- 王伯頌、吳芝儀（2004）。社會變遷中危機中學生中輟防治策略及選替教育方案之初探。中央警察大學警學叢刊，34(5)，47-64。
- 台北市政府教育局（2004a）。不一樣的感動－陪伴中輟生心情寫實。台北市：教育局。
- 台北市政府教育局（2004b）。台北市中途輟學學生通報及復學輔導工作實務手冊。台北市：教育局。
- 何紀瑩（2004）。中輟生整合服務方案立即與延宕效果研究。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所博士論文，未出版，台北市。
- 李坤崇、王鍾和（2000）。國民教育階段具有中輟傾向學生之適性課程規劃研究報告(快樂學習適性課程手冊)。臺北市：教育部國民教育司。
- 李冠蓉（2002）。個案管理中輟預防方案對於國中一年級高危險群中輟傾向的影響。國立台東師範學院教育研究所碩士論文，未出版，台東。
- 何長珠（1996）。諮商歷程中之改變與認知-情緒之關係。高師大輔導所刊，1，51-78。
- 吳武典（1985）。青少年問題與對策。台北市：張老師。
- 林玉華、樊雪梅譯（1997）。當代精神分析導論：理論與實務。台北市：五南。

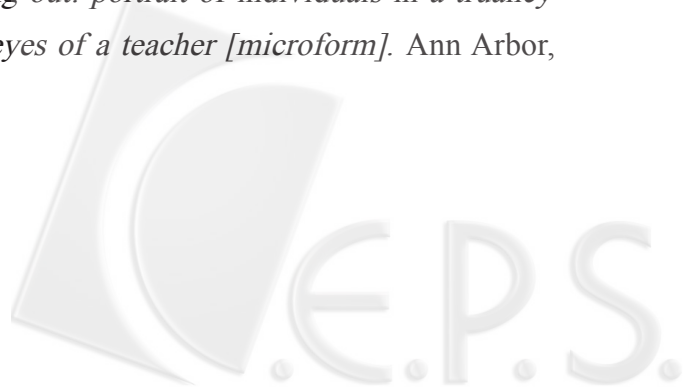


- 林正文編著（2002）。**青少年問題與輔導**。台北市：五南。
- 金俊佑、何振宇（2005）。檢視支持青少年正向發展的力量－以台中市中輟生追蹤輔導方案為例。**社區發展季刊**，112，63-71。
- 金樹人（2005）。心理位移辯證效果之敘事分析。行政院國科會補助專案研究計畫，國立台灣師範大學教育心理與輔導系。台北市。
- 黃素菲（2001）。當事人之人生目標在諮商改變歷程之詮釋研究-論文摘要。發表於中國輔導學會2001舉辦之「2001諮商心理與輔導專業學術研討會」。未出版，台北市。
- 陳恆霖（2005）。中輟復學生生態系統觀輟學成因及歷程之質性研究。高雄師範大學輔導與諮商所博士論文，未出版，高雄市。
- 章勝傑（2003）。中輟現象的真實與建構：一些討論與反省。台北市：心理。
- 張美英（2004）。技專院校學生曠課行為之研究--以桃竹苗地區為例。台灣師範大學公民教育與領導學系碩士論文，未出版，台北市。
- 彭俐華（2006）。國中復學生中輟、復學與人際互動經驗之質性研究。中國文化大學心理輔導研究所碩士論文，未出版，台北市。
- 葉亞寧（2000）。中輟生問題輔導。台北市：師大書苑。
- 鄭煌發（2001）。國中生輟學成因及其與偏差行為相關性之研究。中央警察大學犯罪防治研究所博士論文，未出版，桃園。
- 顏郁心（2002）。中輟復學生復原力建構歷程之分析研究。國立彰化師範大學輔導研究所碩士論文，未出版，彰化。
- Alpert, G., & Dunham, R. (1986). Keeping academically marginal youths in school: A prediction model. *Youth & Society*, 17 (4), 346-361.
- Bateman, A. & Holmes, J. (1995). *Introduction to Psychoanalysis: Contemporary Theory and Practice*. Routledge.
- Baker, A. C., Jensen, P. J. & Kolb, D. A. (2005). Conversation as Experiential Learning. *Management Learning*, 36(4), 411-428.
- Brook, B. D. (2001). Contingency management as a mean of reducing school

- truancy. *Education*, 93 (3), 206-211.
- Bruner, J. (1990). *Acts of meaning*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Callison, W. L. (1994). *Dropout prevention handbook*. Lancaster, PA: Technomic Pub.
- Coulehan, R. (1995). *The transformation of client constructions as a therapeutic change event*, Dissertation abstract, State University of New York at Albany.
- Davies, J. D., & Lee, J. (2006). To attend or not to attend? Why some students chose school and others reject it. *Support for learning*, 21 (4), 204-209.
- Delaney, B., & Corbett, W. T. (1994). Student serving students: A dropout-prevention program. *Clearing House*, 68 (1), 12-14.
- Dumas, J. E., Prinz, R. J., Smith, E. P., & Laughlin, J. (1999). The early alliance prevention trial: An integrated set of interventions to promote competence and reduce risk for conduct disorder, substance abuse, and school failure. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 2 (1), 37-53.
- Gail, S. A. (2007). *High school will concentrate on at-risk students: Program's goal is to give potential dropouts chance to succeed*. Charlotte Observer, The (NC); 01/28/2007
- Horowitz, L.M., Wilson, K.R., Turan, B., Zolotsev, P., Constantino, M. J. & Henderson, L. (2006). How interpersonal motives clarify the meaning of interpersonal behavior : A revised circumplex model. *Personality and Social Psychology Review*, 10, 1, 67-86.
- Jordan, J. V. (2005). Relational resilience in girls. In S. Goldstein & R. B. Brooks (Eds.) *Handbook of resilience in children* (pp.79-90). New York: Kluwer Academic / Plenum.
- Kearney, M. H., & O'Sullivan, J. (2003). Identity shifts as turning points in health behavior change. *Western Journal of Nursing Research*, 25(2), 134-153.



- Lewis, A. C. (1999). Dropout prevention. *The Education Digest*, 65 (3), 73-74.
- Malotte, C. K., Jarvis, B., Fishbein, M., & Kamb, M. (2000). Stage of change versus an integrated psychosocial theory as a basis for developing . *AIDS Care*, 12(3), 357-364.
- Maslow, A. H. (1968). *Toward of psychology of being*. NY: Van Nostrand.
- Martin, J. F. (1989). *A multitheoretical model toward understanding and reducing high school truancy*. Ann Arbor, Mich.: UMI, 1989.
- McAdams, D. (1993). *The Stories we live by : Personal myths and the making of the self*. New York; Morrow.
- Monk, G., Winslade, J., Croket, K., & Epston, D. (1997) . *Narrative therapy in practice: The archaeology of hope*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Rayle, A. D. (2006). Mattering to others: Implications for the counseling relationship. *Journal of counseling & Development*, 84, 483-487.
- Reid, K. (2006). Raising school attendance: a case study of good practice in monitoring and raising standards. *Quality Assurance in Education*, 14 (3), 199-216.
- Riessman, C. K. (1993). *Narrative analysis*. CA : Sage.
- Sanchez, B., Colon, Y., & Esparza, P. (2005). The role of sense belonging and gender in th academic adjustment of latino adolescents. *Journal o f Youth and Adolescence*, 34 (6), 619-625.
- Swaim, F. B. (2005). *The dynamic nature of adolescent peer networks and sense of classroom belonging*. *Dissertation abstract*, The University of North Carolina at Chapel Hill.
- Zuba, M. T. (1990). *Almost dropping out: portrait of individuals in a truancy program as seen through the eyes of a teacher [microform]*. Ann Arbor, Mich.: UMI.



Why go to school ? — The changing process of three junior high students who claimed about to drop out of school

Min-Hui Wang

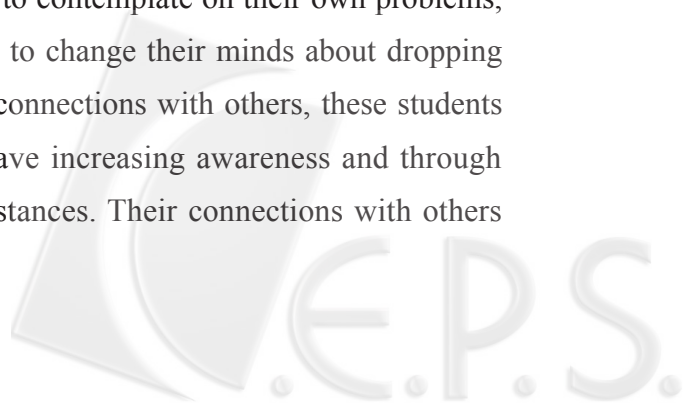
National Chengchi
University Department
of Psychology

Shi-Kai Chung

National Chengchi
University Department
of Psychology

Abstract

The purpose of this study was to investigate the changing process of three junior high students who were once on the verge of dropping out. The research method of this study based upon the principles of narrative approach. These three students told their stories of moving from the verge of dropping out to having good attendance, including their feelings and thinking in this changing process. The results of this study showed that having connected with those around them helped the students solve their problems which caused them thinking about dropping out of school and expressed their negative mood. Due to the fact that these students having people who were concerned about them in their lives, the students were encouraged to contemplate on their own problems, which increased the probability for them to change their minds about dropping out of school. In the process of making connections with others, these students were able to think more in-depth and have increasing awareness and through evaluation of their conducts and circumstances. Their connections with others



combined with their self-reflections generated long-lasting motives of change which prompted them keep trying going to school under the others' supervision and support. Then gradually they went to school regularly. This changing process was a gradual and spiral progression. Despite the fact that these students sometimes still present old thought and behavior of not wanting to go to school, the interaction of significant others whom they made connections and their self-reflections consolidated the positive change of go to school continually.

Key Words : about to drop out of school ; change process ; narrative analysis



本文章已註冊DOI數位物件識別碼

▶ 浴火鳳凰：一位喪子母親的哀傷調適與意義重建歷程研究

A Study of the Bereavement Adjustment and the Meaning Reconstruction of a Bereaved Mother

doi:10.6308/JCG.19.02

諮商輔導學報：高師輔導所刊, (19), 2008

Journal of Counseling & Guidance, (19), 2008

作者/Author：林秀玲(Hsu-Ling Lin);戴嘉南(Chia-Nan Tai);黃瑛琪(Ying-Chi Huang)

頁數/Page：31-68

出版日期/Publication Date：2008/12

引用本篇文獻時，請提供DOI資訊，並透過DOI永久網址取得最正確的書目資訊。

To cite this Article, please include the DOI name in your reference data.

請使用本篇文獻DOI永久網址進行連結:

To link to this Article:

<http://dx.doi.org/10.6308/JCG.19.02>



DOI Enhanced

DOI是數位物件識別碼（Digital Object Identifier, DOI）的簡稱，是這篇文章在網路上的唯一識別碼，用於永久連結及引用該篇文章。

若想得知更多DOI使用資訊，

請參考 <http://doi.airiti.com>

For more information,

Please see: <http://doi.airiti.com>

請往下捲動至下一頁，開始閱讀本篇文獻

PLEASE SCROLL DOWN FOR ARTICLE



國立高雄師範大學輔導與諮商研究所
諮商輔導學報—高師輔導所刊
民97，19期，31-68頁

浴火鳳凰：一位喪子母親的哀傷調適 與意義重建歷程研究

林秀玲

戴嘉南

黃瑛琪

勤益科技大學
諮輔中心

高雄師範大學
輔導與諮商所

高雄市立小港高中
輔導中心

本研究旨在探討一位喪子母親在孩子猝死變故後，其哀傷調適與意義重建歷程，採個案研究法，研究發現如下：受訪者的意義重建歷程共有五個階段：喪子前期、意義斷裂期、意義困住期、意義追尋與尋獲期、與意義印證與深化期。在這五個階段中，因孩子突然猝死，及家人對孩子喪事的冷漠態度，原本信以為真的意義結構(如生命具有可控制本質、家人是生命依靠)，無法解釋失落的殘酷事實，受到重創。受訪者於哀傷調適的過程中，逐漸領悟到原有意義結構的限制，重新追尋活下去的意義，並在佛法中，重建經得起考驗的新意義結構，包括：「生死無常與必然現象」、「人生是苦」、「付出不求回報」，以因果業力來重新詮釋受苦原因，放下對孩子死亡責任追究，而接受不幸命運。隨著這些觀點的轉變，對死亡的態度從陌生，轉變為關切人死後去處，建構出孩子死後與佛菩薩學佛的景象，生活中積極落實「福禍自造」的自我拯救方法，對死亡賦予新的意義。新的意義結構持續在生命過程中印證和深化。最後研究者針對上述研究結果加以討論，並對未來研究及諮商實務提出建議。

關鍵詞：哀傷調適、意義重建、個案研究



壹、緒論

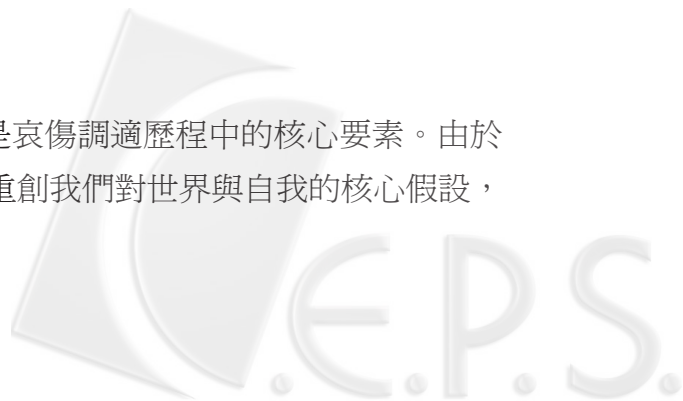
死亡與喪親是生命中無法逃避的存在議題，也是一生中最難以忍受的傷痛。在所有的喪親經驗中，又以喪子(女)最讓人心碎（Rando, 1995；Sanders, 1992）；Sanders（1992）將此令人難以撫平的傷痛稱為「生命的終極悲劇」。對喪子的父母而言，孩子的死亡不僅失去難以取代的親密關係，由於許多父母的生存意義與子女緊密相連，視孩子是自己生命的延續，投注孩子身上的希望與夢想，在孩子猝死後隨之破滅（Braun & Berg, 1994；Sanders, 1992）。

對許多喪子(女)父母而言，孩子的死亡是違反「生死有序」的自然規律，他們認為孩子不該比自己早死，孩子的死亡是違背公平正義的悲劇，重創原本對自我和世界的認識，挑戰個人存在的價值與哲學信念，使得個體原本對世界的假設觀點變得脫序和混亂。父母因無法阻止孩子死亡悲劇的發生，認為自己失職，以致失去對生命的掌控感，進而對自我產生強烈質疑（Malkison & Bar-Tur, 2005；Sanders, 1992）；因此，對喪子(女)的父母來說，孩子的死亡是生命的烙印，將喪失生存的意義，面臨嚴重的意義危機（張淑芬，1996；Braun & Berg, 1994；Wheeler, 2001），陷入強烈、持久且複雜的哀傷調適歷程，這一歷程不僅重創個人的生活功能，造成夫妻、親子、與人際間的退縮、惡化，甚至失去活著的意義與力量，形成複雜性哀傷與自殺高危險群，值得哀傷輔導專業人員的關切。

貳、文獻探討

一、Neimeyer的意義重建理論

Neimeyer（1999）指出意義重建是哀傷調適歷程中的核心要素。由於創傷性失落（如子女死亡）會侵蝕與重創我們對世界與自我的核心假設，



原有的假設觀點變得脫序、混亂，產生意義斷裂的危機（Gillies & Neimeyer, 2006；Neimeyer, 1998, 2001）。因此，喪親者在哀傷調適過程中，需在已經改變的新環境中，對失落事件有所理解，重新尋求自我定位，並賦予意義（Neimeyer & Anderson, 2002），才能降低原來世界觀無法有效解釋現實所遭遇的困境。Neimeyer（2001）認為這樣的斷裂與分歧經驗，可提供生命的滋養與活力；正因為特殊的經驗無法符合生命的主流敘說，而挑戰與解構原本主流假設的權威地位，擴展故事的內涵，加入嶄新、複雜的故事情節（Kelley, 2003），並在重新撰寫哀傷調適的敘說歷程中，探究自己與社會的潛在資源，不斷地修正和重新定位自我認同（Neimeyer & Anderson, 2002）。換言之，對父母而言，孩子的死亡是生命的烙印與危機，但若將痛苦的斷裂經驗轉化為成長的契機，重新省思對世界和自我的假設觀點，重建具抗壓力與韌性的意義結構，將重獲生活希望，使其更有勇氣面對未來生活的挑戰。因此，哀傷調適的任務，需關注個體如何改變其對世界運作的基本假設，及其失落理解方式（Neimeyer, 1998, 2001；Neimeyer & Anderson, 2002）。

二、Mezirow的轉化學習理論

Mezirow（1991）主張每個人都有一套看待世界的參考架構，作為詮釋生活經驗的視框和生活指引，是由價值、信念、基本假設或期待等觀點所組成，Mezirow將之稱為意義結構。轉化學習的發生始於：所持意義結構和當下現實經驗不一致，產生矛盾、混亂的兩難困境，當個體開始省思這些重要經驗，覺察自己對事件反應背後所蘊含的假設觀點有所偏差，藉由批判思考，開始質疑所持的信念系統，並進行修正、調整或改寫工作，解構習以為常的基本假設並重構新觀點，包括重新認識個體所處的世界，重塑更內在、多元、具滲透性的整合性觀點，並產生行動力（黃富順主編，2002）。



三、喪子父母的意義重建相關研究

在創傷失落領域中，意義重建是美國近二十年來備受矚目的研究主題（Davis, Wortman, Lehman, & Silver, 2000；Matthews, & Marwit, 2004），國外已有學者以喪子女父母為對象，探究其哀傷調適中意義重建的歷程。Braun與Berg（1994）以現象學探討10位喪子(女)母親的哀傷調適的歷程，結果發現：意義重建歷程分三階段：經驗的斷裂、困住與找不到出口、及適應期。其中孩子死亡前，父母所持的先前意義結構是哀傷調適的關鍵要素，當先前意義結構無法解釋孩子的死亡事件時，就會變得混亂、脫序。因此，哀傷調適歷程的重要任務在於：協助父母重新解釋孩子的死亡事件，重拾對生命的目標與意義，是一段存在哲學的意義結構修正、與重建過程。針對176名喪子父母的研究也發現：許多父母面對孩子死亡，會面臨嚴重的意義危機。哀傷調適歷程中，兩個意義重建的關鍵要素是：對生命控制感的重新解讀、以及重新設定新的生命目標。

然綜觀國內文獻，有關喪子(女)的研究仍在起步中，多以胎兒與新生兒死亡的母親哀傷經驗為主(略)，並以護理照顧的角度出發。其次是針對已故癌症病童的父母（李雅玲，1989；黃淑姿、湯玉英，1996；高維菁，1998；蔡佳玲、葉昭幸、李淑珠，2000）、已故青少年子女的父母（王純娟，2006b；何美蓮，2005）、以及子女混齡的父母（林家瑩，1999；葉何賢文，2002）。這些研究的焦點多著重於父母對孩子死亡的反應、影響哀傷調適因素以及調適策略等。探討喪子(女)對生命意義的影響有兩篇（葉何賢文，2002；黃菊珍，2005），研究焦點放在喪子帶來的學習與成長，但均未觸及喪子(女)經驗對其核心世界觀的衝擊及意義結構如何改變的脈絡與歷程。

由於死亡與喪親是生命中無法逃避的存在議題，研究者相信將危機轉化為成長契機的心路歷程，將是協助其他哀慟父母的智慧來源。有鑑於國內尚未有研究從脈絡與歷程的角度，探討喪子母親的意義結構改變的歷程，以致無法窺探意義重建過程中，何以造成改變的細緻轉折與脈絡。是

以，本研究企圖探討一位獨子猝死的母親，其如何面對與轉化喪子的悲慟經驗為成長契機，重建意義結構的歷程，藉此研究結果，提供哀傷諮商等助人工作者參考。根據上述研究目的，本研究欲探討的問題如下：

- (一) 瞭解喪子母親的哀傷調適與意義重建歷程為何？
- (二) 瞭解喪子母親意義重建的脈絡為何？

參、研究方法

本研究旨在探討遭逢喪子變故母親哀傷調適與意義重建歷程，以下依研究取向、研究者、研究對象、研究工具、資料收集、資料分析、研究倫理以及信度檢核等八方面，逐一說明。

一、研究取向

本研究為初探性階段研究，探討一位母親在遭逢喪子變故後的成長與改變，作為日後探究其他個案經驗的工具。為能掌握受訪者在意義結構改變歷程中精緻與細微動態變化過程，並顧及其獨特性與全貌性，本研究採質性研究之個案研究取向，進行資料收集與分析。所謂個案研究，係指搜集有關個案的資料，按時間順序系統整理，並詳細分析其間的相關關係或因果關係（張春興，2000）。

個案研究的工具繁多，本研究以深度訪談進行之。深度訪談的目的在透析訪談的真正內幕、真實意涵、衝擊影響及未來發展與解決之道（文崇一、楊國樞，2000）。因此在訪談之前訪談者即做好預備工作，以半結構式的訪談大綱作為訪談的依據，在過程深入受訪者的內心深處，獲得有意義及多元的訊息，並抽絲剝繭地一層層往內在深入探索，以理解其真正感受與經驗。

本研究期盼能透過喪子母親對其調適傷痛歷程的回溯及其主觀的解釋，以深度訪談及其他次級資料的搜集、組織及分析，探究個案內在綜合性、深度性的資訊，以發覺重要的概念並提出可能的建議。

二、研究者

本研究的研究者有三位，在研究進行過程需要在介入的參與及對資料觀察分析的過程，保持不斷的自我審視，留意角色轉換時各角色間客觀、獨立的立場，減少「主觀」的障礙，以釐清研究者在介入過程中產生的認知與情緒涉入，並避免影響所收集到研究對象資料的效度。

本研究第一作者，同時也是訪談員、資料分析者及研究的主要撰寫者。第二及第三位作者擔任資料分析、研究方向討論、共同撰寫與修改等角色。三位作者均接受過質性研究訓練並參與過質性研究。其中一位擔任諮商輔導相關課程老師，另兩位具有諮商心理師證照，從事諮商輔導實務工作近10年。

三、研究對象

本研究對象以立意取樣進行選取，以公開宣傳招募方式，選取本研究之篩選標準者，篩選標準為：（1）子女死於預期或非預期死亡；（2）死亡期限超過一年以上；（3）父母主觀認為，哀傷調適過程中，從失落中有所學習與成長者。

符合在徵得研究對象之同意後參與本研究，進行訪談，訪談過程全程錄音。

本研究的訪談對象化名為子涵，畢業於某大學社會科學研究所。在教育界服務二十餘年，長期擔任主管職位。十六年前，放在娘家照顧的獨子，在感冒高燒不退，送醫急救後過世，當時孩子十五歲。邀請的方式是透過蓮花臨終關懷基金會舉辦之志工訓練課程宣傳，受訪者主動表達願意參與研究。

四、研究工具

本研究採用的研究工具，除了研究者外，主要還有訪談大綱、田野日誌、研究札記以及受訪者的日誌等。以半結構式訪談大綱作為訪談指引，

內容包括基本資料（受訪者性別、婚姻狀態、已故孩子的年齡、性別、排行、去世時間、死亡原因）、孩子的死亡相關情境、對喪子的哀傷反應、喪子前後的自我認同與造成其改變的影響因素、對喪子的詮釋方式、喪子經驗對生活目標的影響、哀傷調適的方法、有助於哀傷調適的要素（例如宗教、重要他人）。

五、資料收集

本研究以四次訪談稿、田野日誌、研究札記、受訪者提供的日誌等資料作為分析文本，前兩次訪談主要在收集資料，並於訪談結束後將訪談錄音帶轉謄成逐字稿，含口語及非口語歷程之轉謄。受訪者編號由英文字母代表，如「A」代表受訪者A；訪談次數則以「1」代表第一次；「001」則為訪談的第一次對話；故受訪者A第一次訪談的第三段對話為「A1003」。並於第三次訪談時，除就訪談資料做釐清外，並就初步分析結果邀請受訪者做效度檢核，符合受訪者自我描述達95%；不符合部分，根據受訪者的說明修正之，然後根據三次訪談等分析文本，進行資料編碼與分析；第四次訪談主要目的在於邀請受訪者就分析結果進行效度檢核，並就意義重建的歷程與脈絡予以確認，全部訪談總時數約6小時。

六、資料分析

本研究的編碼歸類主要以受訪者陳述的內容為主，另以研究者之田野日誌、研究札記、受訪者提供的日誌為輔。在分析編碼的過程中，研究者反覆閱讀文稿，浸淫於資料中，特別注意受訪者之口語及非口語的溝通，如聲音、語調、停頓等處，並能區分受訪者所表達之獨特的訊息，以協助單位意義及主題的顯現。研究者詳閱訪談的逐字稿資料，進行開放式編碼及逐字檢視資料分析內容，找出資料的內容所涵蓋的概念或因素，予以命名，俟全部編碼工作結束後，將所得資料加以分類、比較、歸納，將屬性相近的編碼歸類，發展核心編碼，此群聚之意義單元為「概念」；後再經

過歸納統整，仔細推敲其中之意義及內涵，屬性相近的「概念」再與以歸類，發展出一個或多個能表達這些群聚本質的「主題」。

最後研究者在反覆閱讀、反芻訪談資料之逐字稿歷程中，融合所發現的主題，找出現象發展之脈絡，各主題之間彼此的關係及可能的脈絡，完成脈絡架構。並進一步將受訪者所經歷之脈絡架構撰寫成描述文，請受訪者進行確認，理解研究者對受訪者資料的掌握符合受訪者的經驗，以進行效度檢核。

七、研究倫理

在倫理的考量上，由於失去孩子的失落經驗，為難以撫平的傷痛。為避免訪談過程中，可能對受訪者造成的傷害，本研究採取「過程同意」(process consent)的形式。將「知後同意權」視為一個過程，隨著情境改變，或研究者與被研究者關係的改變，同意權也可重新約定，提供受訪者瞭解自己可能涉及的風險和收穫，評估自己在研究中的舒服程度，以確保於訪談過程中，受訪者的自主性與相關權益受到保障(鈕文英，2007)。在執行細節上包括：(1)正式訪談前，說明與遵守受訪者的權益與保密原則。(2)在訪談過程中，受訪者可能再度觸動悲傷情緒，研究者將暫停訪談，待其情緒平復後，尊重受訪者是否願意持續表達。(3)訪談過程中，研究者隨時檢核受訪者的情緒狀態，若遇到仍處意義危機狀態，尚未尋獲存在意義的受訪者；則告知訪談可能的風險，視受訪者的意願，提供必要的資源或協助。

八、信度檢核

為增加研究的客觀性，降低資料分析者的主觀見解，並提高資料分析的信度，在資料分析時，研究者邀請兩位具質性研究經驗，取得諮商心理師證照之諮商輔導博士及諮商輔導碩士生，擔任協同分析者，主要工作在於就資料文本進行歸類後，在看法或觀點差異處進行溝通討論，逐步釐

清編碼之意義與內涵，直至三人的歸類取得一致性以獲共識，並藉此提供研究者對資料分析與歸類原則的多元觀點，促使研究的過程與結果的可靠性與可被驗證的。

實際進行方式，資料分析者先就資料分析與歸類原則進行討論，研究者並舉例說明。採兩階段信度檢核，每一階段都是獨立判斷部分歸類文本，討論達共識後，再就其他文本歸類討論，協同分析範圍各為文本的48%至52%，重疊文本約14%，其餘文本由第一研究者獨立分析。

肆、研究結果與討論

本研究目的在探討一位喪子母親的哀傷調適與意義重建歷程，研究發現有五個階段：喪子前期、意義斷裂期、意義困住期、意義追尋與尋獲期以及意義印證與深化期。茲就研究結果說明如下：

一、喪子前期

喪子前，子涵係以家庭與社會的價值規範，來建構對世界的基本假設，包括家人是生命依靠、及生命可控制本質等假設。

(一) 習得「家人是生命依靠」的觀點

子涵從社會化的過程中，學習到「家人是生命依靠」的觀點，反映在『為家人而活』、「結婚尋找依靠」、及「孩子是生命的寄託與希望」等觀點上。

1. 「為家人而活」的生活形態

子涵成長於傳統文化家庭，身為長女角色的成長經驗，從小被期待負起照顧弟妹責任，養成「忽略自己需求、為家人而活」的生活型態。她提到：

「我出生在很多兄弟姐妹的家庭，家裡沒有什麼溫暖，好像帶著一個宿命（A1027），老大就是要幫忙養弟妹，是天經地義的

(A1022)。十八歲就去小學代課，賺錢到三十八歲，賺的錢都要養家，身上幾乎沒（留）什麼錢（A1009、A1011）。」

這樣「無私為家人而活」的生活方式，背後蘊含著期待自己努力的付出，能獲得家人的肯定與關愛。

2. 結婚尋找依靠

當子涵到了適婚年齡，希望透過結婚，找到可以依靠一生的丈夫，獲得生活保障；但事與願違，婚姻關係從親密逐漸走向疏離，先生事業有成後，夫妻共同交集逐漸減少，兩人漸形漸遠，直至先生不再負擔家庭經濟，子涵體會到生命無法依靠先生，仍需仰賴自己。

3. 孩子是生命的寄託與希望

子涵瞭解到先生無法依靠後，將生命希望與未來依靠，全部寄託在孩子身上，視孩子是生命的全部，並將夢想寄望孩子實現。她提到：

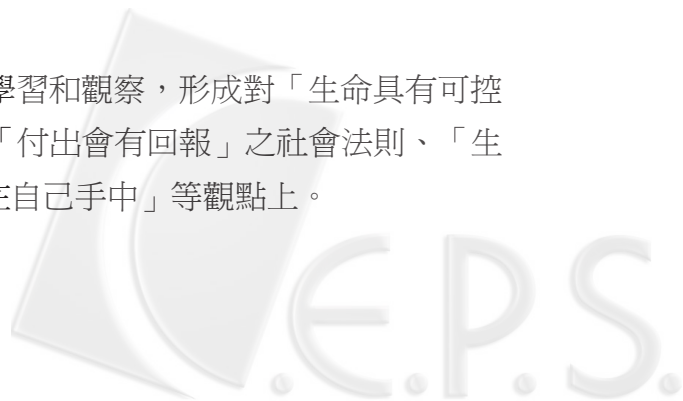
我都跟我朋友說：「我愛他勝過自己，他是我的全部。想把（這）一生最美好的都給他（A1027-1、A1027-3），讓他出人頭地！」在我們那個年代，當醫生是最好的職業（A1280），一心一意要栽培孩子成為醫生（A1022、A1080）。

為了栽培孩子有所成就，平時省吃儉用、努力賺錢，寄望自己年老時，孩子可以反哺報恩，自己能安養晚年。她描述這樣的規劃：

「生命目標著重物質享受，省吃儉用，努力存錢，可以給孩子娶老婆、讀書、上大學、出國。有朝一日，他可以回報時，我就可以養老、舒舒服服的過日子，可以吃好、穿好（A1227、A1280）。」

（二）「生命可控制本質」假設

在學校與成長過程中，子涵透過學習和觀察，形成對「生命具有可控制本質」的假設，具體的思維反應在「付出會有回報」之社會法則、「生死有序」之自然規律、及「命運掌握在自己手中」等觀點上。



1. 「付出會有回報」之社會法則

喪子前，子涵相信社會存在著「付出多少，就可以得到多少（A3023）」的公平正義法則，透過盡心為家人付出，期待可以獲得相對等的回饋。

2. 「生死有序」之自然規律

隨著醫療科技的進步，孩子死亡率減少，使得子涵觀察到「生老病死」的自然規律，不預期孩子會有早逝的可能，對孩子的未來有許多規劃，無論是「賺錢給他，還有未來...以後他會長大，送他出國留學（A1280）。」或「存錢給小孩，自己死了，要給孩子（A1022）」，均蘊含著生死有序的觀點。

3. 相信「命運掌握在自己手中」

子涵受到老師教導影響，深信「命運掌握在自己手（A1281）」，也將此信念落實於生活中，她提到：

「我要靠自己，家裡不給我唸書，我白天工作、晚上上夜間部，我就拼命靠自己讀書；先生不拿錢回來，沒關係，我就工作賺錢，養小孩（A1022、A1285~ A1287）。」

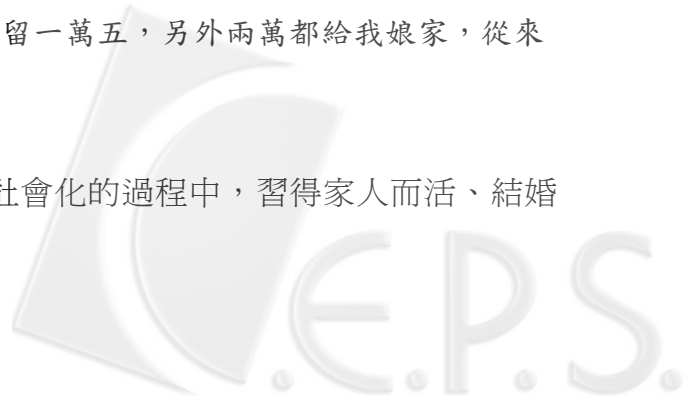
靠自己的成功經驗，逐漸養成「事在人為和人定勝天」的信念。

（三）小愛形式的自我認同

在自我認同上，子涵是「以家人為主」的小愛形式，生命重心放在照顧家人，無怨無悔為家人付出。她提到：

「只要我家好就好了。我給我們家是沒有怨言（A1300），都是以別人為主。我爸爸、媽媽帶孩子，我很感激我家人，就無怨無悔付出。我領三萬五，租房子八千，我留一萬五，另外兩萬都給我娘家，從來沒有看見我自己（A1080）。」

綜合上述，喪子前，子涵從社會化的過程中，習得家人而活、結婚



尋找依靠、及孩子是生命的寄託與希望，建構出家人是生命依靠的意義結構；也透過「付出會有回報」社會法則、「生死有序」自然規律、及命運掌握自己手中之信念，歸納出生命可控制本質核心假設。這樣的發現和 Braun與Berg（1994）研究發現相類似，Braun與Berg發現母親在喪子前的意義結構包括：孩子是父母生命重心與意義來源、個人對結果具有掌控能力、自己對悲劇免疫的獨特性、以及生死有序等。

二、意義斷裂期

從接獲孩子病危通知，到孩子死亡、火化和喪葬儀式等過程，雖然只有一週。但這一週的經驗，完全不在子涵原本預期中，重創子涵喪子前所持的意義結構，也開始關切「人死後何去何從」的問題。

（一）相信「生命可控制本質」，卻「無法挽救孩子」

子涵原本相信命運掌握自己手中，對孩子的未來有許多規劃，也盡全力提供孩子最好的成長環境；然而非預期地，孩子十五歲時因感冒高燒不退送醫急救，醫院堅持先交保證金才願意急救，延遲醫治黃金時機而猝死，子涵從得知孩子病危到死亡只有兩、三個小時。

對子涵而言，孩子死亡等於希望的破滅，同時喪失未來生命依靠，哀傷的初始反應極為痛苦與難熬，她提到：

「他突然過世，我整個人都傻住了，像行屍走肉（A1027），很震驚，沒有心理準備（A1029），哭到不能自己、眼睛腫腫（A1171）。」

（二）自己為人良善，為何會遭遇喪子變故

子涵未曾想過自己會是悲劇的主角，不瞭解

「自己一生很善良，怎麼會遇到這樣，丈夫不要孩子，小孩又這樣...（A1003）。」



對生命產生許多質疑，怨天尤人，她說：

「有段時間，想到我的命運，我會哭；看到別人夫妻恩愛，我又沒做壞事，為什麼我先生對我不好，我也會哭（A2110）。」

不解為什麼自己遇到這樣事？為何要受這種痛苦？不懂為何自己沒辦法對悲劇免疫？這也是子涵內心深處痛楚的根源。

（三）相信「家人是生命依靠」，卻得不到家人的幫助

孩子的死亡固然是難以承受的悲痛，娘家與先生對孩子死亡反應則讓子涵更為心寒。由於娘家和先生深受傳統文化習俗影響，主張夭折孩子的大體不能回家或列入祖先牌位、簡單處理喪葬儀式、母親不能送已故孩子、拒絕姪子代拿神主牌位（旁斗（台語）等。基於對孩子的疼愛與不捨，子涵無法認同傳統習俗的作法，全心想要辦好孩子喪事，因此，不惜孤身對抗文化習俗的壓力，親自處理喪葬儀式的每一細節。過程中，只感受到弟弟的幫忙，其他重要親人的冷漠態度，嚴重違背原本相信「家人是生命依靠」的觀點，子涵感嘆地說：

「自己遇到困難時，娘家母親都沒有伸出援手（A1009）。那段時間會想：『為什麼別人隨便嫁，就嫁的比你還好？以前結婚是想要找依靠，不但沒有，結果在你最重要的時候，他沒有給你精神上幫助（A1310）！』」

這樣的怨嘆，埋下了日後與娘家關係改變、夫妻關係破裂的種子。

（四）盡心為家人付出，卻沒有獲得應有回報

最讓子涵無法釋懷的是，過去無怨無悔為娘家和妹妹的付出，原本期待家人在自己困難時可以伸出援手，因此，請妹妹的孩子幫忙拿已故兒子的神主牌位，以免其死後無人奉養，淪為「孤魂野鬼（A1012）」。結果卻與預期不符，母親與妹妹的拒絕，嚴重違反「付出會有回報」的期待，子涵深感被利用和被虧待的怨恨。

那時候，我很怨恨我母親，也怨恨自己（擤鼻涕）（A1011），

想：「拿那麼多錢回去，母親怎麼這麼冷漠（A1310），以前對妹妹那麼好（A1081），為什麼在最需要家人幫助的時候，只是幫你『旁斗（台語）』，她在怕什麼（A1310）？我跟我妹妹說：「我栽培妳，真的很後悔！連這樣都不肯幫忙（A1082）。那時候會覺得自己的利用價值是（語氣難過、哽咽），家裡跟我們要錢而已，有困難找不到人幫忙（A2110），我開始會不甘心（A1301）。

綜合上述，摯愛的非預期往生，原本相信的意義結構與經驗到的殘酷現實嚴重落差。相信命運掌握自己手中，卻無法挽救孩子；認為社會具有公平正義法則（如付出會有回報、善有善報等），或生死有序之自然規律，不懂自己為人良善，為何會遭遇喪子變故；相信「家人是生命依靠」，盡心為家人的付出，在自己困難時，卻沒有獲得應有回報，對所持意義結構造成重大打擊。這樣結果和國外學者（Braun & Berg, 1994；Mezirow, 1991；Neimeyer, 1998, 2001；Rosenblatt, 2000）的主張一致，顯見：孩子的死亡將衝擊個體對世界的核心假設，意義結構變得混亂、失序，產生意義危機。孩子的死亡不僅意味著失去所愛的人、自己的夢想、寄託、與未來的依靠，還重創原本對世界的認識與觀點。

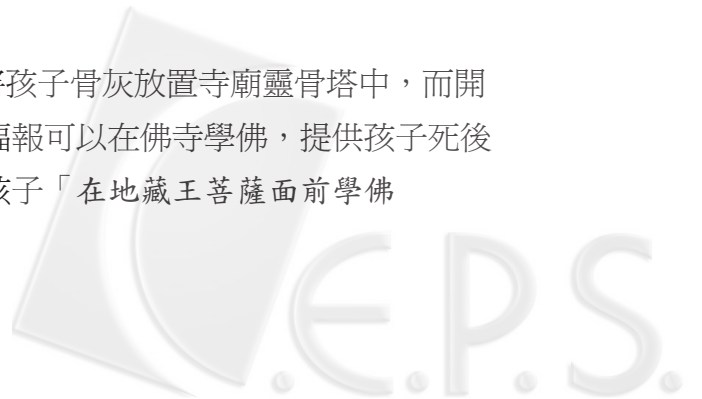
三、意義困住期

子涵在辦完孩子喪事後，立即投入工作。因孩子死亡因緣而開始關切孩子死亡去處；此外，以舊有意義結構和哀傷因應模式，來面對悲劇發生後的新環境。

（一）失落初步理解

1. 孩子死後跟隨菩薩學佛

為辦好孩子後事，子涵選擇將孩子骨灰放置寺廟靈骨塔中，而開始接觸佛教道場。師父以孩子有福報可以在佛寺學佛，提供孩子死後去處的可能資訊。助子涵建構出孩子「在地藏王菩薩面前學佛



(A1118)」的景象，對孩子死後去處感到安心。此外，爲了幫助孩子死後過的更好，以彌補對孩子的愧疚，盡心爲孩子布施，成爲子涵日後不間斷的功課，希望孩子能夠離苦得樂，早日投胎。

2. 死亡責任歸咎於醫療延誤

子涵將孩子猝死責任歸咎於醫療延誤，怨恨醫生錯失治療黃金時機，斷送孩子性命。她說孩子：

「死的莫名奇妙，就是保證金沒有帶在身上，只是晚一點送到，沒有把握黃金時機，發燒的人很怕燒到腦膜，我想我小孩是燒到腦膜，沒有趕快跟他處理 (A1020)。」

3. 自責未能即時繳交保證金

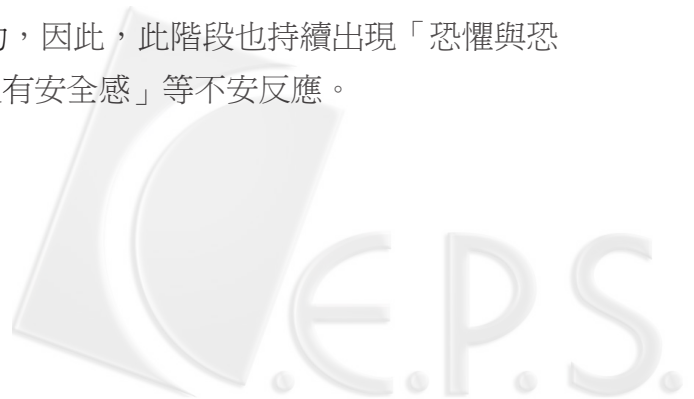
子涵以「世界具可控制本質」的假設來詮釋孩子猝死事件，除了怨恨他人之外，也苛責自己無法「保護孩子性命」，對孩子充滿愧疚，不斷懊悔

「如果我們有繳保證金，小孩就可以救起來了 (A1255)！」。

(二) 複雜的哀傷痛反應

子涵辦完孩子的喪事後，帶著悲傷、憤怒不甘、後悔、和恐不安懼等情緒回到工作崗位。強烈的思念與觸景傷情，不斷地勾起對孩子的渴念與傷痛。生活中也被憤怒、不甘、懊悔所佔據，陷在責怪他人、苛責自己的思緒中。延伸這種想法，不斷檢視自己未做到盡善盡美的事項，對未能辦好孩子後事充滿自責，也後悔「還有未來」的想法，使得自己都在工作，沒有把孩子帶在身邊、或把握和孩子相處時光，成爲內心對自己的苛責。

此外，目睹摯愛死亡與火化的恐怖景象，子涵出現了替代性創傷，對生命的無常與不確定性，深感無助，因此，此階段也持續出現「恐懼與恐慌」、「失眠與惡夢驚醒」、「沒有安全感」等不安反應。



（三）貶抑的自我認同

孩子原本是子涵的生命重心與希望，「給孩子最好的未來」是自己努力的目標。然而一連串無法改變的事實，包括無法阻止悲劇的發生、無法改變家人對早夭孩子的態度、無法辦好孩子的後事等，都讓子涵覺得自己「一無是處」。她提到：

「怎麼會生這樣的孩子？孩子生了以後，為什麼沒有能力給他更好的？那時候覺得真的很無能！什麼都不會！什麼也不是！沒有人願意幫你（A2110）！」

這和Davis、Wortman、Lehman 與Silver（2000）的觀察一致，他們指出：喪親者將存在的價值寄望在往生者身上時，親人的死亡將重創其自我認同。

（四）逃避的因應策略，只能暫時麻痺痛苦

在現實生活中，子涵以忙碌來轉移注意力，她提到：

「當我工作時，可以全然忘記別的（A1295）」。

藉由日以繼夜的工作，讓身體疲憊，來克服失眠，暫時忘掉失去孩子的痛苦。她指出：

「如果沒有工作，可能要去死了（A1181），要去瘋人院了（A3127）！」

爲了填補下班或假日的空閒時間，子涵會接受朋友的關心和邀約，參加收驚、拜拜或各項娛樂方式（如唱歌、跳舞、下午茶或打麻將），企圖以常見的因應方式來調適哀傷經驗。然而一次又一次的親身體驗，發現這些方法只有短暫的麻痺效果，甚至帶來更多的痛苦。她提到：

「開始跟他們去收驚、接觸宗教，也嘗試跟同事去唱歌、跳舞、喝下午茶。（對自己來說）只是麻痺而已。有時候，我跟他們開玩笑時，心理也很痛（A1191、A1284）。」



（五）新的生活經驗，逐漸解構與修正意義結構

隨著時間流逝，接觸到的人、事、物開始不同，新的生活經驗提供不同的觀點，催化其對存在議題的關切，逐漸修正其對世界的假設觀點。

1. 接觸佛教師父，提供新的觀點與感受

因孩子骨灰入塔與做七因緣而接觸佛教師父，子涵孤單的身影引起師父的主動關心與開導，正向解讀孩子死亡可能的意義，諸如

「這是冥冥中註定，小孩是你的逆增上緣，孩子的過世也許有重大意義存在（A1014）」。

子涵從中解讀到到：「雖然看起來我失去很多，我是很有福氣的（A3076）」。

三個月後，等子涵心情較為平靜時，開始和師父詳談，師父則提供佛法輪迴、因果等觀點。由於子涵堅信「命運掌握自己手中」，不曾思考輪迴與因果觀點，對於佛法仍屬初信階段，因此，佛法對子涵內在信念的衝擊有限，不過佛法種子已進入子涵的思維中。她提到：

「（過去人家講三世）也不去理他，不去想那些事情，就是一個信念-『命運掌握在自己的手掌上』，我要靠自己（A1285）」。

此外，師父針對子涵的恐懼不安，教導誦經、唸佛法門，協助其安定身心。雖然當時子涵並未深信佛法教理，但憑藉著對師父的信心，每當自己感到恐慌或感嘆自己坎坷命運，專注誦經或唸佛號，觀想佛祖在身旁保護自己，有助於心情逐漸平靜，於是恐慌頻率逐漸減少，這樣的體驗有助於加深子涵對佛祖菩薩庇佑的信心。子涵事後回顧此療效，體會到「掌握心念」不可思議的力量。

2. 日本「養護中心之旅」衝擊與省思，修正意義結構

喪子後三個月，子涵到日本參觀老人養護中心的運作狀況，看到院內醫療人員對植物人的細心呵護，有很深刻的觸動和體會。其一：促化子涵思考到：

「我孩子沒有了，丈夫也沒有，萬一有天我身上沒錢，又生病？很怕自己躺在那邊，全身插滿管子（A1290~A1293），死也不是只有老年人，自己終究也要死（聲音微弱，有點無奈）！開始思考自己的存在（A1022）。」

這樣的體會讓子涵感受到死亡的切身感，開始認真面對自己的生死議題。其二：子涵對「生命可控制本質」的意義結構處於矛盾、混亂狀態，一方面相信「如果小孩遇到他們，絕對可以救回來（A1014）！」；另一方面領悟到「死不是自己能去掌控，孩子都可以死（A1022）。」

顯示了對生命可控制的觀點，開始出現鬆動現象。

3. 他人無條件接納與協助的典範

相較於家人給子涵的冷漠感覺，非親非故的師父和陳爸，提供無條件接納與無所求的關懷，成為自己身心困頓的心靈導師，猶如黑暗中的燈塔般，指引子涵出口的方向。回顧哀傷調適的歷程中，子涵慶幸自己在生命低潮時，

「適時遇到心靈導師指點，引開悲傷的情境，給我心靈上鼓舞，才有辦法一路走過來（A3131、A3053）。」

（六）生死掙扎：「困住與尋找出口」間的拉距

子涵以原意義結構來詮釋喪子苦難，產生許多負面情緒，陷在「一無所有」的絕望與孤獨感中，她細緻描繪此刻心情：

「本來孩子活下去的力量，孩子走了，丈夫沒有了（A1135），娘家也讓我很心寒，會認為：『什麼都沒有了！只剩下自己一個（A1080）。』」

為了掙脫「被困住與茫然、無意義」的無奈情境，子涵數次想以自殺來中斷這些痛苦。每次自殺企圖都是「困在舊意義結構與尋找出口」間的拉距，之前師父告知子涵自殺「將永世不得超生（A1316）」的嚴重後果，發揮了部分嚇阻效果，雖然對自殺後果仍抱持存疑態度，但每次自殺

企圖，內心都會感應到孩子無辜眼神的注視，頓時清醒而打消自殺念頭。

（七）曙光乍現：放棄原有模式與尋找生命出口

子涵在「困住與尋找出口」之間不斷猶豫徘徊，持續拉距半年左右。當新的生活經驗激盪出新的生命體驗，開始質疑原有意義結構對問題解決的有效性，鬆動與解構原有意義結構對生命敘說的主控權。最後一次自殺的失敗，讓子涵重新省思：

「是不是（每個）人都有使命。是不是自己的任務還沒有完成，或賦予更大的重任，要自己去完成（A1001）？一個轉念『乾脆活下來吧！（A1328），好好工作，重新開始（A1001）。』

對子涵而言，轉念活下去代表著：願意放棄原有意義結構，尋找其他的可能性。

此階段，子涵從辦完孩子喪事到放棄自殺念頭，約半年期間，均處於意義困住的絕望、與尋找出口的希望之間，反覆拉距和掙扎，在這過程中，從過去不關心死亡問題，轉變為關切孩子死亡去處，並在生活中追尋與建構出「孩子死後跟隨菩薩學佛」的意義。然而以「生命可控制本質」的意義結構，來詮釋死亡事件，相信「如果即時繳交保證金、或醫護人員不要延誤醫治的黃金時間，小孩就可以救起來了」，將孩子死亡責任歸咎於醫療延誤，苛責自己未能阻止悲劇的發生，出現強烈的怨恨、不甘心、懊悔、和自責情緒，形成貶抑的自我認同。顯見「生命可控制本質」的意義結構，傾向將死亡視為「原來可以預防的悲劇」，而出現強烈的憤怒與自責感，這樣情緒反應和許多研究結果（林家瑩，1998；黃菊珍，1995；葉何賢文，2003；Murphy, et al., 1999；Sanders, 1992）一致，他們也發現：憤怒和罪惡感是喪子父母常見的哀傷反應。

此外，子涵發現以逃避因應策略來調適哀傷，只能暫時麻痺痛苦，內心深處的痛楚並未消失；而新的生活經驗帶來新的正向感受，他人的苦難經驗也催化子涵思索與面對自己的存在議題，並擴展其意義結構的視野，

開始質疑原有意義結構的限制，決定放棄原意義結構對生命敘說的主控權，尋找其他的可能性。這樣改變的路徑和Mezirow（1991）對轉化學習的觀察，可以相呼應。Mezirow指出：轉化學習的關鍵在於個體經由批判性反思，覺察到扭曲的假設觀點，才能產生改變觀點的動力。本研究則發現：痛苦的情緒回饋，幫助個體反思到原意義結構對哀傷調適的限制；相對地，新的經驗帶來正向感受，增強其放棄原意義結構，尋找其他可能的動力。而批判性的反思能力，就在其中進行評估與選擇工作。

四、意義追尋與尋獲期

經歷原意義結構無法解釋現實悲劇之混亂與矛盾狀態，子涵嘗試各種因應策略的方式，企圖尋找生命出口。誠如子涵所說：

「（孩子）死了，自己要怎麼活下去？找尋自己活下去的力量和精神支撐（A1020~21）。」

此階段子涵在宗教中尋找共鳴，並在生活中反覆印證與修正意義結構，是一段「尋找修正、重組與改寫意義結構」的歷程。

（一）接觸各種宗教，尋找存在意義

在尋求活下去的意義裡，子涵嘗試去接觸各種宗教（白蓮教、一貫道、基督教、佛教），企圖解答內心深處的存在困惑，但是對她而言，

「到處廟宇、宗教遊走，都沒有震撼我的心，只是讓我心理比較平靜一點（A1215），只是表面好過，內心還是很痛啊（A1216）！」

於是繼續展開意義追尋之旅。

（二）深入佛法，重建意義結構

接觸各種宗教之後，子涵選擇深入佛法書籍，尋找內心深處哀慟的療癒藥方。特別是精研西藏生死書，對子涵的意義重建有關鍵性影響。她提到：

「自己心理很空虛，嘗試看書。看到西藏生死書後，內心有點震撼，用了一年半到兩年的時間看完（A1216-2~A1217、），開始思考「生

跟死」的問題，心理好像找到一顆石頭，很踏實，（這本書）讓我看透生跟死（A1238）。」

換言之，從西藏生死書中，子涵對世界的本質有新的認識，隨著意義結構的改變，連帶對「為何歹命」、「如何自我拯救」有新的解讀。

1. 領悟「生死是無常與必然」的現象

子涵深入精研西藏生死書後，對生死有新的體悟，她說：「最透徹的是『生和死都不是妳自己控制的』，再來就是『有生就有死』（A1222）」，

這樣的領悟覺察到外界存在著龐大的無形勢力，非個人的能力就能改變現況，修改了「如果…，就可以拯救孩子」之「人定勝天」思維方式。承認死亡是自然現象，藉由普同化，有效打破孩子夭折是「異常現象」的迷思。

2. 「付出不求回報」

子涵體會到執著於「付出會有回報」的觀點，讓自己陷入怨恨與失望的困境中，學習心靈導師無所求的助人行爲，跳出「付出會有回報」的思維框架，反能獲得釋懷與自在，進而原諒家人，放掉仇恨。

像他們擔任神職，生命好像無我。我想：「同樣都是人，他們能夠這樣，我又何苦斤斤計較孩子的過世，何必計較我對家人的付出，應該相對得到回饋。怎麼都在框框裡，把自己弄得那麼難受；跳脫那個框框，學他們神職人員，普天下都是他們的子民，不就是快樂的心（A3054）？」

3. 以「前世做不好」來解釋受苦原因

透過閱讀佛書、不斷思維與生活印證，子涵逐漸內化佛法「輪迴轉世與因果業力」的觀點，開始相信「真有前生！不然同樣都是人，為什麼人家過的那麼好，我們為什麼這樣歹命（（A1284、A1086）？」對為何自己坎坷命運的解釋為：

「是我前世做不好，所以『沒子命（台語）』，跟孩子緣分就幾年（A1278），自己業障很深，還在還帳，沒有福報（A1215），」

對受苦原因的解釋產生質變。過去運用「人定勝天」的思維方式，將死亡視為可預防的悲劇，透過追究死亡責任來探究自己受苦的原因。然而，以「因緣果報」的觀點來理解為何受苦，理解到影響際遇變化的因素是錯綜複雜，不再探究死亡的責任歸屬，而是以跨越三世（前世、今世、來世）的宏觀角度，將今生喪子的命運，歸因於過去世的錯誤作為，而願意認命，並甘願承擔自己今生的苦難，被虧待的心理才獲得撫慰和平靜。她提到：

「自己的命就是這樣，只好自己承擔，心就靜下來。現在我很認命，認為這是自己的命，趕快把它走完，該盡的義務都盡完，該負的責任都完成，知天命讓自己走過這15年（A1001、A1014）。」

4. 體會「福禍自造」的自我拯救方向

隨著對受苦原因的重新解讀，同時也對「如何了苦」有新的理解，她提到：

「以前會遇到那麼絕望的事情，是因為我沒有功德、福報（A1214）？」

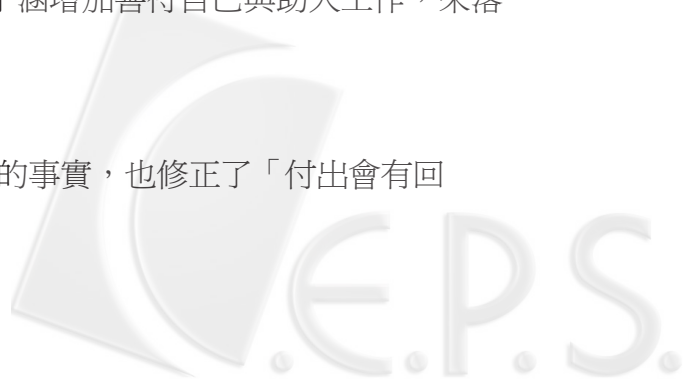
子涵理解到「幫助別人（A1214）」是累積無形福德的重要管道之一，為了改變自己的命運，生活中「非常努力工作（A1001）」，也在自己能力範圍內，諸惡莫作，眾善奉行，來累積福德資糧。這樣的理解將過去「生命依靠家人」的幸福來源，改變為「福禍自造」的自我拯救方向。

（四）新意義結構落實於助人工作中

子涵領悟到過去盡心為家人付出，並未能獲得生命依靠的保證；為了改變自己的命運，除了認真工作外，子涵增加善待自己與助人工作，來落實「福禍自造」的自我拯救目標：

1. 開始善待自己

子涵領悟到生命無法依靠家人的事實，也修正了「付出會有回



報」的意義結構，她提到：

「當我親身體驗到生命無常，不只人情薄如紙，有時親情也是，慢慢覺得：不見得我付多少，就可以得到多少。與其這樣，要給別人的，為什麼不給自己（A3023）？如果不挽救自己，誰理妳啊（A1310）！」

因著這樣思維的改變，子涵開始修正「為家人而活」的生活目標，開始在食、衣、住等生活層面善待自己。

2. 助人善行來累積精神財富

為了累積自己的精神財富，子涵決定行有餘力時，能盡量幫助別人。

（1）善行的立即回報，增強助人意願

首先，子涵到育幼院當義工，並開始捐款，這些善行獲得意想不到的回饋，特別是受助人的感激與肯定，和「家人將自己的付出視為應該」的態度，形成強烈對比，子涵感嘆地說：

「自己捨不得吃穿，所有錢都拿來家用，結果得不到一點謝謝。只要拿這些去幫助外面的人，世界就那麼美好，所有家裡得不到的溫暖，在其他地方非常容易得到（A1023）！」

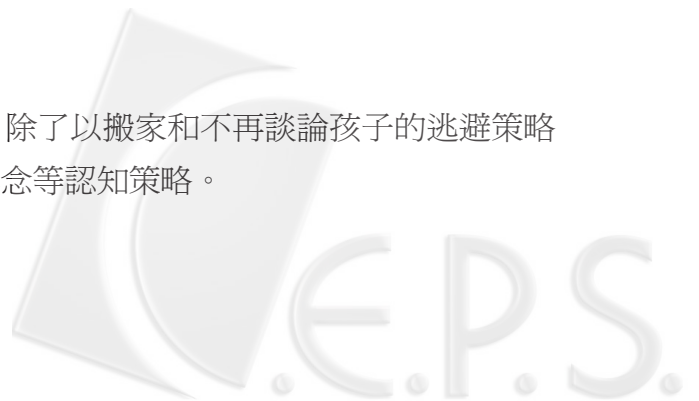
這樣經驗，逐漸改變生活重心與照顧對象，將小愛化為大愛。

（2）助人善行能夠庇佑孩子

除了捐款外，也透過中輟生輔導之志願服務，把別人孩子當成自己小孩。一方面累積自己的福德資糧；另一方面希望已故孩子能得到庇佑，在天上同樣獲得貴人的相助，這樣的經驗有助於子涵跳脫悲傷情緒並擴大心量。

（五）哀傷因應策略

此時期子涵採用的因應策略，除了以搬家和不再談論孩子的逃避策略外，也會採用向上比較和座右銘轉念等認知策略。



1. 搬家與不再談論孩子

他人無法瞭解的安慰方式（如節哀順變、不要再難過），讓子涵十分不舒服，因此，約兩年半後，子涵以搬家和不再談論已故孩子等方式，來改變生活環境，開展新的人生。

2. 向上比較

和心靈導師犧牲奉獻的菩提大愛行徑相比較下，子涵省思到自己陷在喪子悲傷的「自私」舉動，升起懺悔心，願意學習與實踐師父渡眾的精神，更擴展子涵意義結構的廣度。

師父拋下七情六慾出家，都是要幫助我們凡夫俗子。假設自己有力量，為什麼不學他們（A1213）？自己實在渺小，一點點生命打擊算什麼！再多的人為佛法的延續努力，自己怎麼不跟著他們的腳步？本來覺得自己真是苦，那算什麼（A3144）？

3. 座右銘的轉念

另一個常用的哀傷策略是：以法師的話語作為座右銘，做為轉念的素材。例如子涵以「星雲大師的『人生就像行雲如水（A1015）』，提醒自己「不要執著」，心境「像雲一飄就過了（A1015）」，來放下對他人的負面情緒。

此階段，子涵選擇接觸各種宗教，並精研佛法相關書籍，來調適哀傷。在不斷思索、與生活經驗的印證回饋中，對世界的核心假設有全新認識，領會到「生死無常與必然現象」、「付出不求回報」，重新以「前世做不好」來解釋自己的受苦原因，體會到福禍自造的自我拯救方向。將新的意義結構落實在生活中，除了認真工作外，從過去為家人而活，轉變為善待自己，並盡量幫助他人。此時期，子涵採用的因應策略包括：搬家和不再談論孩子的逃避策略、及向上比較和轉念等認知策略。



五、意義印證與深化期

日後，子涵將新的意義結構落實在生活當中。透過生活的體會與對佛法的領悟內涵，持續就意義結構進行修正與深化工作。

（一）新的意義結構深化與實踐

此時期持續對在尋獲的意義結構上，進行的微調修正。

1. 「生命無常」再體驗

妹妹的車禍意外往生，讓子涵再次深刻認知到生命無常的可怕，對「生命無法控制本質」的體悟更深，感受到「生命很短，隨時喊停（A1155）」，警惕自己要身體力行，把握當下，即時行善與完成該盡本分，她常督促自己：「不要想這麼多，做自己該做的，多餘的能力就盡量幫助人家（A1034、A1125）。

2. 放下對孩子死亡責任的追究

近年，子涵持續對生死議題的關注，參加安寧志工訓練課程，某次某護理師分享在病房的觀察經驗：「有的（人）你不救他，他又活了好幾年（A1030）。」這樣觀點激發子涵的共鳴：

「真的！生命不是你可以控制，不是我拿五萬塊，就可以救起來（A1031），那時候救他，也不一定就能夠救起來（A1030）。」

放下對孩子死亡責任的追究，並釋放對醫療人員的怨恨及對自己的苛責。

3. 領悟「人生是苦」道理

經歷喪子之苦，深刻領悟到「生為人也不見得會比較好（A1164）」，對「人生是苦」有了切身感，瞭解到痛苦是生命的常態，提高對生命苦難的接受度。生命的重心不再著重於人生的享受，生活形態從過去重視物質生活保障，逐漸轉移至精神生活，生活盡量簡單、儉樸。



4. 「死亡是重擔卸下」的意義建構

喪子前，因事不關己，子涵並未認真思索生死問題；而孩子往生迫使子涵面對自己也終將一死的宿命。生活中，透過對佛法的學習與體會，領悟到福禍自造的自我拯救方向，相信

「即早做準備，當死亡來臨時，是使命的完成，重擔可以放下來。死可以去更好的地方，開始去享福，要輕鬆了，因此，死不可怕（A1223）。」

透過建構理想死後世界的目標，積極承擔今生的重責大任與勞苦使命，更能坦然面對死亡的議題。

（二）特定情境的哀傷反應

從孩子過世迄今已逾16年，子涵對孩子的悲傷情緒已逐漸減緩，平時也「不太想他，不會流眼淚了（A1105）」。然而，對已故孩子的不捨與難過，並未隨著時間而消逝，轉變為情境式，在特定節日（如清明節），悲傷情緒易再度湧現，想到「我們給他做的不夠完善，那時候真的不會（A1105）」，仍感到愧疚。

（三）正向轉念的哀傷因應策略

此次為了幫助研究者與其他喪子父母，子涵主動願意參與本研究。訪談過程中，再度勾起許多傷痛記憶，子涵很快以正向觀點（如做好事、無須傷口灑鹽），來跳離悲傷情緒，顯見新的意義結構有助於子涵對悲傷的免疫力。

（四）新的自我認同

1. 大愛型態的自我認同

過去生活重心以照顧家人和孩子為主，較少關心他人苦難。喪子經驗讓子涵體會到遭逢生命苦難的心歷路程，不僅對喪親者具有深層同理能力，也有強烈動機想要幫助其他受苦的人，並將此心願化為行

動，把握因緣予以落實。特別是經歷喪子事件所累積的經驗與心得，讓子涵自信「比週遭的人更冷靜，能幫他們出意見、解決問題，也有能力安慰他們（A3177、A3181）。」

2. 肯定自我價值

新的自我認同能看到自己的優勢，並肯定自我價值，子涵回顧自己的生命歷程，肯定自己在事業、生活、與志工服務等層面的貢獻與重要性。她提到：

「自己是很重要的，有能力經營一家幼稚園，養那麼多員工，還可以做社會服務（A1001）。」

3. 經得起考驗的自我認同

新的自我認同建立「佛性」的認知上，有助於子涵坦然接受生命的考驗，渡過生命低潮與困境。例如子涵在遭遇先生外遇、妹妹車禍去世等考驗時，不同於以往處理方式，子涵採取忍耐與自我反省方式，不以困境來評價或貶低自我價值，也不以外在際遇等同於自我認同，經常以此座右銘：「我有明珠一顆，久被塵勞封鎖，今朝塵盡光生，照破山河萬朵」（A2079）及「安時處順」（A2077），提醒自己佛性常在，無須和他人比較，只要依教奉行，盡心活在當下，生命仍存有希望。

綜合上述，新的意義結構持續在生活中印證，每次的生命低潮與重大考驗，再次修正與深化新意義結構。轉化後的觀點包括體會「生命無常」、「放下對孩子死亡責任的追究」、「領悟人生是苦的道理」、及「死亡是重擔卸下的意義建構」，此時期更能珍惜與感恩現有生活，哀傷的反應為情境式，只有在特定節日易被勾起對孩子的心疼與不捨。因應策略則善用「正向轉念」的策略。自我認同則從喪子前的小愛形式，轉變為「能自我肯定，也能經得起考驗的大愛形式」，對挫敗更具抗壓性。顯見，新的意義結構可以幫助受訪者承受生命的挫敗與苦難經驗，並從中獲得智慧與成長。

六、綜合討論

綜合上述研究發現，受訪者哀傷調適與意義重建歷程共分五個階段：喪子前期、意義斷裂期、意義困住期、意義追尋與尋獲期、與意義印證與深化期，茲將不同階段出現的意義結構與失落理解內涵，以圖1表示並討論如下。

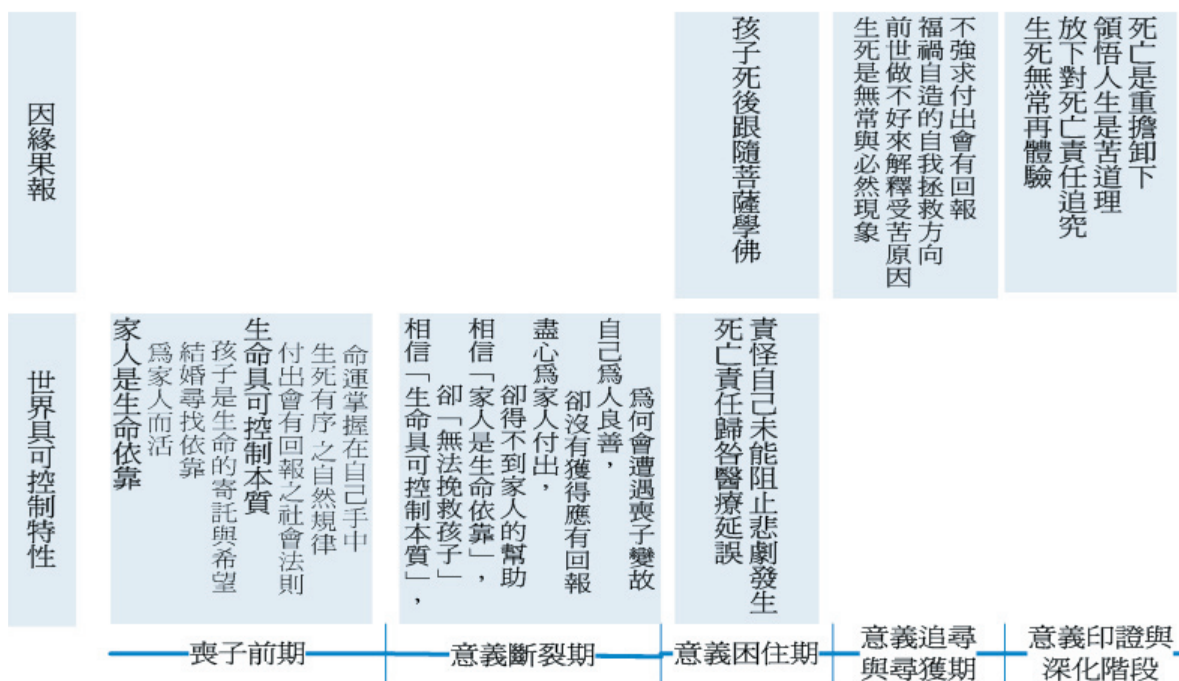


圖1 意義結構與失落理解的改變歷程

(一) 意義結構的改變

子涵從「生命可控制」的意義結構轉化為「因緣果報」的意義結構，是一種思維典範的轉移，意義結構包括對生命本質的認識、及對生命的感受兩個向度。

1. 對生命本質的認識

喪子前，子涵從「付出會有回報」社會法則、「生死有序」自然規律、及命運掌握自己手中等信念中，歸納出生命可控制本質核心假設。喪子後，精研佛法觀點，並在生活中印證，對生命的重新認識為「生死無常」、「死亡是自然現象」、「付出不求回報」等觀點。

2. 對生命的感受

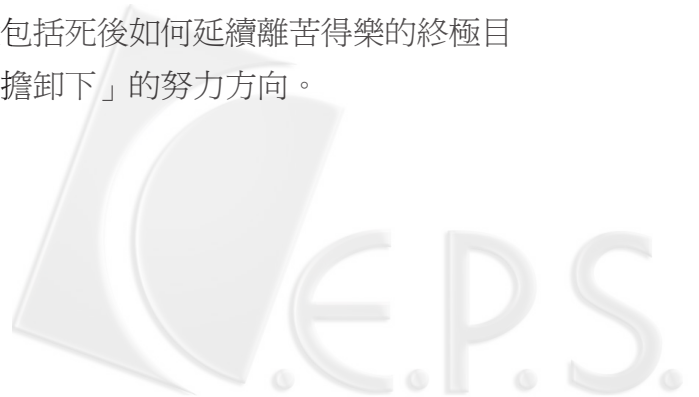
喪子前，子涵在傳統家庭的長女成長經驗，被期待「忽略自己需求、為家人全心付出」，對於未能從家裡獲得足夠關愛，相當認命，認真生活，將「幸福的希望」，寄望孩子實現；喪子時，深刻體驗到人類的限制與作不了主的無奈，瞭解到痛苦也是生命的常態，及「人生是苦」的道理，更能坦然接受生命起伏的變化。

（二）失落理解

意義結構是觀看世界的視框，作為解釋和評估生活經驗的準則（Mezirow, 1991），因此，隨著意義結構的改變，受訪者理解失落事件的內涵也隨之不同。本研究發現失落理解的三的重點為死亡去處、為何受苦、以及如何了苦。

1. 死後去處

喪子前，子涵對死亡態度相當陌生；因孩子的死亡，死亡不再是遙不可及或事不關己，開始從關切孩子死後去處，以及如何幫助孩子死後過的更好的過程中，建構出「孩子死後與佛菩薩學佛」的景象，同時也在建構死後世界的意象。特別是佛法從無限生命的觀點來理解生死議題，因此，死亡只是轉換形體的過渡狀態，如何了苦的意義，不僅提供當下解脫的方法，還包括死後如何延續離苦得樂的終極目標，為自己建構出「死亡是重擔卸下」的努力方向。



2. 為何受苦

運用「生命具有可控制本質」的意義結構來理解死亡事件，以亡責任歸屬來解釋自己受苦的原因，易因死亡責任歸咎於醫療延誤、或自責自己未能即時挽救孩子性命，而產生怨恨、和自責情緒。隨著「因緣果報」意義結構的改變，在受苦原因上，發現宇宙存在龐大的無形力量，並非當下的個人力量就能扭轉，重新詮釋自己的受苦原因，改以「前世做不好」重新詮釋喪子命運，放下對孩子死亡責任的追究，並重新建構「福禍自造的自我拯救方向」。

3. 生命依靠

喪子前，子涵透過家人而活、結婚尋找依靠、及孩子是生命的寄託與希望等觀點，建構出「家人是生命依靠」的意義結構；喪子後，相信「因果業力」的觀點，只有透過諸惡莫作，眾善奉行方式，來創造善業、斷除惡業，並累積自己的福德資糧，就能改變自己的命運，這是一種「福禍自造」的自我拯救方向。

心念是業力源頭，因此掌握起心動念，透過正向轉念、禪定功夫，不僅可以改變自己面對困境的態度與心境，降低心理苦惱；在因緣具足時，也能改變自己的命運。

由上分析發現，子涵在深入佛法觀點後，轉化後新的意義結構，領悟到生命不全然可以被掌控，跳脫出「人定勝天」的迷思。以輪迴與因果業力的思維架構下，重新思維「命運掌握在自己手中」的新意義。體會到無常的現象中，蘊含著因緣果報的運行法則。子涵內化這些道理後，重新以「前世因、今生果」，來理解今生的受苦原因，業力的主體回歸自己，而能甘願接受坎坷的命運；更重要的是，子涵同時也領會到「今生因、未來果」的希望感。由於自己是業力的造作者，因此，「善業、惡業」均繫於一念之間，生命主控權重新回歸自己。這樣發現和Wheeler（2001）的研究有異曲同工之妙。Wheeler（2001）指出：喪子女父母哀傷調適歷程中，生命主控感會從「對無常現實的無力感」轉變到「尋回認知的主控權」。顯

見，新的意義觀點讓子涵在面對無常的現象當中，不是茫然無助，而是對自己的生命重獲著力點，並懷抱希望。

（三）宗教在哀傷調適中的角色

本研究也發現：佛法提供受訪者對世界本質的重新認識，以及對「為何受苦」、「如何了苦」、及「死後去處」的詮釋架構，對受訪者接受喪子命運、重建意義結構，具有關鍵性角色。這和McIntosh, Silver與Wortman (1993)的觀點一致，他們認為：宗教的觀點蘊含著對世界和死亡的基本假設，提供宇宙運行的法則，影響信徒理解事物的方式。因此，信徒可以運用宗教觀點來理解親人的死亡，並賦予意義，將有助於接受和調適死亡的衝擊。

（四）意義重建的脈絡

綜合上述，本研究發現意義重建的脈絡要素包括以下幾點：

1. 經驗到的殘酷事實與所持的意義結構差距極大。
2. 運用原意義結構來解釋死亡事件，產生兩難困境，一方面，原意義結構無法說明喪子事件的發生，感到震驚、困惑；另一方面，以死亡責任歸咎來解釋受苦的原因，產生強烈憤怒與愧疚感，出現貶抑的自我認同。此外，過去對死亡的陌生，為孩子死後去處感到擔心。
3. 覺察到所採取的逃避因應方式，無法有效解決內心深層的痛楚。
4. 新的生活經驗擴展自己對生死經驗的認識，鬆動對世界本質的核心假設。
5. 受訪者覺察到原意義結構的限制，開始質疑並削弱原意義結構對生命敘說的主控權。
6. 在眾多資訊與經驗中，選擇與修正原意義結構。

7. 透過接觸佛法代言人（法師與書籍），探究佛法觀點，逐漸修正自己對世界的核心假設。
8. 以新的意義結構，重新解讀「為何歹命」、「如何了苦」、及「死亡去處」。
9. 新的意義結構落實於生活中。
10. 因應策略從逃避與正向的認知策略的交錯運用，逐漸轉變為正向轉念的方法。
11. 改變後的自我認同，除可肯定自我價值外，以「佛性」作為自我本質的認同對象，不以外在際遇來等同於自我認同或自我貶抑，因此對困境更具抗壓性。

伍、結論與建議

一、研究結論

受訪者的意義重建歷程共有五個階段：喪子前期、意義斷裂期、意義困住期、意義追尋與尋獲期、與意義印證與深化期。在這五個階段中，因孩子突然猝死，及家人對孩子喪事的冷漠態度，原本信以為真的意義結構(如生命具有可控制本質、家人是生命依靠)，無法解釋殘酷的失落事實，受到重創。受訪者於哀傷調適的過程中，逐漸領悟到原有意義結構的限制，重新追尋活下去的意義，並在佛教中，重建經得起考驗的新意義結構，包括：「生死無常與必然現象」、「人生是苦」、「付出不求回報」，以因果業力來重新詮釋受苦原因，放下對孩子死亡責任追究，而接受不幸命運。隨著這些觀點的轉變，對死亡的態度從陌生，轉變為關切人死後去處，建構出孩子死後與佛菩薩學佛的景象，生活中積極落實「福禍自造」的自我拯救方法，對死亡賦予新的意義。新的意義結構持續在生命過程中印證和深化。

二、研究限制

- (一) 本研究採個案研究取向，僅從受訪者個人觀點出發，研究結果有雖助於掌握受訪者之悲痛意義結構改變的心理機轉與脈絡因素，但研究結果無法類推到其他群體，此乃本研究限制。
- (二) 本研究採取事後回溯法，訪談喪子時間較為久遠的受訪者，雖有助於其檢視長期意義結構改變的轉折與脈絡，然而意義結構的轉變是一段精緻、細微的變化過程，事後回顧僅能捕捉令受訪者印象深刻的體悟，確切的影響內涵與細節可能會受記憶影響而出現偏誤狀態。

三、建議

- (一) 對研究建議
 1. 本研究係針對喪失子女的父母為研究對象，未來可針對不同失落對象（如，喪父母、喪偶、喪手足、喪子女等），對意義結構影響層面進行探討，並比較不同失落對象對意義結構影響的差異性。
 2. 未來研究可以與安寧病房合作，招募自願參與研究者，採取縱貫性研究方式，長期追蹤喪子前後的意義結構改變的歷程與脈絡，將有助於捕捉不同哀傷調適階段之意義轉化細緻變化歷程。
 3. 未來可以採取家族系統的角度，招募其他家族成員的參與，更可瞭解不同家庭成員的角色對親人死亡的觀點與意義轉化進展的交互影響，以多元角度，捕捉家庭哀傷意義結構轉變的全貌性動態經驗。
 4. 研究發現佛教教義對受訪者在療傷止痛與意義重建，具有關鍵性影響，未來可探討宗教對不同死亡原因之喪子父母的意義重建影響。

（二）對諮商實務之建議

本研究發現意義結構改變是哀傷調適的關鍵要素，因此，哀傷心理治療師需協助當事人檢視與整理喪子經驗對意義結構的衝擊情形，整理其如何理解「為何受苦」及「如何了苦」的意義，將有助於其重建新的意義結構與人生目標。

（三）對相關實務工作之建議

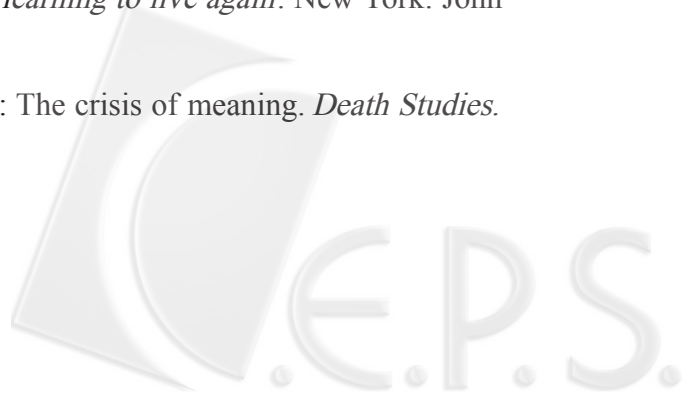
本研究發現，宗教是影響喪子母親意義結構改變的關鍵因素，建議接觸喪親者第一線之喪葬服務與宗教人士，能對喪子母親的心歷路程有所瞭解，方能有效協助其哀傷調適結果。

參考文獻

- 王純娟（2006b）。一位喪兒父親的蛻變。中華輔導學報，20，1-50。
- 文崇一、楊國樞（2000）。訪問調查法。社會及行為科學研究法下冊。台北：東華。
- 何美蓮（2005）。失去青少年子女哀傷現象之探究-母親觀點之敘說。國立彰化師範大學輔導與諮商學系所碩士論文，未出版，彰化。
- 李雅玲（1989）。癌症死亡兒童的母親期哀傷反應及調適行為之研究。國立台灣大學護理研究所碩士論文，未出版，台北市。
- 林家瑩（1999）。喪失子女的父母失落與悲傷反應及復原歷程之研究。國立高雄師範大學輔導研究所碩士論文，未出版，高雄市。
- 高維菁（1998）。癌末病童病逝後父母的生活調適。安寧療護雜誌，10，12-20。
- 黃富順主編（2002）。成人學習。台北市：五南。
- 黃菊珍（2005）。週產期新生兒死亡父母親悲傷調適歷程之研究。國立台北護理學院生死教育與輔導研究所碩士論文，未出版，台北市。

- 黃淑姿、湯玉英（1996）。罹患腦瘤死亡兒童母親所面臨的失落哀傷反應及調適行爲。《護理雜誌》，43（4），34-41。
- 張春興（2000）。《張氏心理學辭典》。台北：東華。
- 張淑芬（1996）。喪子悲傷反應及意義治療的應用。《諮商與輔導》，127，24-27。
- 鈕文英（2007）。《教育研究方法與論文寫作》。台北：雙葉。
- 葉何賢文（2002）。《悲傷調適歷程及生命意義展現之研究—以喪子（女）父母為例》。南華大學生死學研究所碩士，未出版，雲林。
- 蔡佳玲、葉昭幸、李淑珠（2000）。母親經歷癌症兒童死亡後之情緒調適。《長庚護理》，11（1），22-32。
- Braun, M. L., & Berg, D. H. (1994). Meaning reconstruction in the experience of bereavement. *Death Studies, 18*, 105-129.
- Davis, C. G., Wortman, C. B., Lehman, D. R., & Silver, R. C. (2000). Searching for meaning in loss: Are clinical assumptions correct? *Death Studies, 24*(6), 497-540.
- Gillies, J., & Neimeyer, R. A. (2006). Loss, grief, and the search for significance: Toward a model of meaning reconstruction in bereavement. *Journal of Constructivist Psychology, 19*, 31-65.
- Kelley, M. M. (2003). *Bereavement and grief related to a significant death: A psychological and theological study of attachment styles and religious coping*. Unpublished doctoral dissertation, University of Boston, Boston, MA.
- Malkinson, R., & Bar-Tur, L. (2005). Long term bereavement processes of older parents: The three phases of grief. *Omega, 50*(2), 103-129.
- Matthews, L., & Marwit, S. J. (2004). Examining the assumptive world views of parents bereaved by accident, murder, and illness. *Omega: Journal of Death & Dying, 48*(2), 115-136.
- Murphy, S. A., Das Gupta, A., Cain, K. C., Johnson, L. C., Lohan, J., Wu, L.,

- & Mekwa, J. (1999). Changes in parents' mental distress after the violent death of an adolescent or young adult child: A longitudinal, prospective analysis. *Death Studies*, 23(2), 129-159.
- McIntosh, D. N., Silver, R. C., & Wortman, C. B. (1993). Religion's role in adjustment to a negative life event: Coping with the loss of a child. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65(4), 812-821.
- Mezirow, J. (1991). *Transformative dimensions of adult learning*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Neimeyer, R. A. (1998). Social constructionism in the counseling context. *Counselling Psychology Quarterly*, 11, 135-149.
- Neimeyer, R. A. (1999). Narrative strategies in grief therapy. *Journal of Constructivist Psychology*, 12, 65-85.
- Neimeyer, R. A. (2001). The language of loss: Grief therapy as a process of meaning reconstruction. In R. A. Neimeyer (Ed.), *Meaning reconstruction & the experience of loss* (pp. 261-292). Washington, DC: American Psychological Association.
- Neimeyer, R. A., & Anderson, A. (2002). Meaning reconstruction theory. In N. Thompson (Ed.), *Loss and grief: A guide for human service practitioners* (pp. 45-64). New York: Palgrave.
- Rando, T. A. (1985). Bereaved parents: Particular difficulties, unique factors, and treatment issues. *National Association of Social Workers*, 19-23.
- Rosenblatt, P. C. (2000). *Parent grief: Narratives of loss and relationship*. Philadelphia : Brunner/Mazel.
- Sanders, C. M. (1992). *Surviving grief and learning to live again*. New York: John Wiley & Sons. Inc.
- Wheeler, I. (2001). Parental bereavement: The crisis of meaning. *Death Studies*, 25(1), 51-66.



A Study of the Bereavement Adjustment And the Meaning Reconstruction of a Bereaved Mother

Hsu-Ling Lin

National Chin-Yi
University
of Technology

Chia-Nan Tai

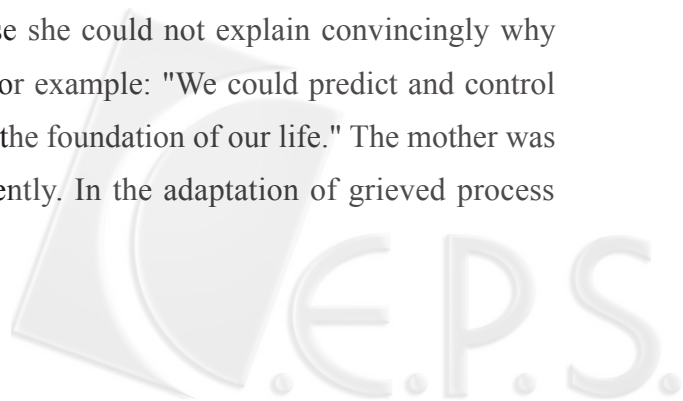
Graduate Institute of
Guidance and Counseling
National Kaoshiung
Normal University

Ying-chi Huang

Kaohsiung Municipal
Siao Gang
Senior High School

Abstract

This study was designed to explore how the mother faces the significant change of the child-death crisis and converts growth opportunity for life moment. The study was based on qualitative case study as the methodology. This result of study found the followings: The converting process on the meaning of life was inclusive of five stages : the stage before the child died, the fracture stage of meaning, the trapped stage of meaning, the relocating stage of meaning, and the fixation-stage of meaning. In these five stages, the change process began at the sudden death of the child. The mother had changed her beliefs in the meaning of life because she could not explain convincingly why she had suffered in the real world. For example: "We could predict and control the world." , " Family (members) are the foundation of our life." The mother was battered and deconstructed consequently. In the adaptation of grieved process



of the interviewee gradually learned that the original worldview could not answer the suffering she encountered, the significance of re-locating live, and life experience reconstruction. she sought for the meaning of survival anew. The significance of the restructure include: "We can not control our lives.", "Death is a natural phenomenon.", " Give without expectation. ", "Suffering is part of life.", " and expand understanding of the meaning of death. ", "The new meaning of life continued in the course of life and to the further deepening of the certification. Finally, according to research conclusions, some comments were offered for future research and counseling practice.

Keywords: bereavement adjustment, meaning reconstruction, case study

