

# 教育與家庭學刊

Journal of Education and Family

第十四期 中華民國一一二年



漢英對比分析與華語文教學設計  
—以《紅樓夢》中的顏色詞為例  
胡瑞雪

1

代理／代課教師的熱情與無奈：  
Burawoy製造甘願理論適用性的實證分析  
陳展宇

37

單身者的人格特質、獨處能力與身心健康之研究  
謝伊恬、黃郁婷

69

親職壓力的預測因素：  
父母對幼兒3C產品使用態度與親職自我效能的交互作用  
曾琳舒、許建中

99



中國文化大學教育學系 印行



# 教育與家庭學刊

---

## 第十四期 目錄

---

- 漢英對比分析與華語文教學設計—以《紅樓夢》中的顏色詞為例  
胡瑞雪.....1
- 代理／代課教師的熱情與無奈：Burawoy製造甘願理論適用性的實證分析  
陳展宇.....37
- 單身者的人格特質、獨處能力與身心健康之研究  
謝伊恬、黃郁婷.....69
- 親職壓力的預測因素：  
父母對幼兒3C產品使用態度與親職自我效能的交互作用  
曾琳舒、許建中.....99



# Journal of Education and Family

No. 14

---

---

## Contents

---

---

**The Design of Mandarin Chinese Teaching and Chinese-English Contrastive Analysis - Taking Color Terms in “Dream of the Red Chamber” as an Example**

Jui-Hsueh Hu.....1

**Passion and Helplessness of Substitute Teachers: An Empirical Investigation of the Applicability of Burawoy’s Manufacturing Consent**

Chan-Yu Chen.....37

**Personality Traits and Solitude Capacity toward Physical and Mental Health of Single People**

Yi-Tien Hsieh, Yu-Ting Huang.....69

**Predictors of Parenting Stress: The Role of Attitude toward the Use of 3C Products and Their Interaction with Parenting Self-Efficacy**

Lin-Shu Tseng, Chien-Chung Hsu .....99





## 漢英對比分析與華語文教學設計 —以《紅樓夢》中的顏色詞為例

胡瑞雪<sup>1</sup>

### 摘要

關於顏色詞對比分析的文獻雖然不勝枚舉，多是以兩種語言進行對比分析，但仍鮮少從華語經典文學作品當中，以顏色詞作為主題比較原著與英文譯本之異同。

由於《紅樓夢》的色彩學尤為著名，故選擇華語經典文學作品《紅樓夢》。中文版選擇紅學名家馮其庸校注之《紅樓夢》作為基礎，英文版則選擇 David Hawkes 的版本。然而，第 49 回大觀園眾人齊聚稻香村商議去蘆雪庵作詩，由於該回相關情境描述與人物的服飾色彩有豐富的顏色詞表述，故以該回作為研究之文本。

本文以顏色詞漢英對比分析為主題，採用內容分析法作為研究方法，將中文文本與英文翻譯本的顏色詞進行對比分析，並探討英文版本中是否準確使用相同顏色的詞彙描述或出現使用不同顏色詞表述。值得注意的是，不同之顏色詞表述才是本研究探討內容最具價值之處。因為透過不同之顏色詞表述，可以探究兩者不同文化對於顏色的聯想意義及其文化意涵。

經由分析、統整內容進行教學設計，由於本教學乃藉由混成學習（Blended Learning；以下簡稱 BL）結合數位化教學（e-learning），增加視覺效果以提升學習動機和學習趣味性，使學習更佳便利。希冀此初步的研究能在華語文教學領域提供些許貢獻。

**關鍵字：**顏色詞、漢英對比分析、《紅樓夢》、文化意涵、教學設計

---

<sup>1</sup> 胡瑞雪：銘傳大學華語文教學學系 副教授

## **The Design of Mandarin Chinese Teaching and Chinese-English Contrastive Analysis - Taking Color Terms in “Dream of the Red Chamber” as an Example**

**Jui-Hsueh Hu<sup>1</sup>**

### **Abstract**

Color term contrast analysis has been extensively studied in the literature, mostly comparing two languages. However, there has been little research on comparing original Chinese literature works with their English translations using color terms as the main theme. The novel "Dream of the Red Chamber" was chosen for this study due to its famous use of color symbolism. The Chinese version selected for this study is the edition by Feng Qiyong, a well-known scholar of Redology, and the English version chosen is David Hawkes' translation. Chapter 49, where the characters gather to compose poetry, was chosen as the text for analysis due to its rich description of colors in the scene and the characters' clothing.

This study used content analysis as the research method to compare the color terms used in the Chinese and English versions of the text, with a focus on exploring whether the English version accurately uses the same color terms or uses different ones. It is worth noting that the use of different color terms is the most valuable aspect of this study. Through the analysis of different color terms, we can explore the cultural associations and meanings of colors in different cultures.

Based on the analysis and integration of the content, the present instruction utilizes blended learning (BL) combined with e-learning to enhance learning motivation and engagement through visual effects, thereby making learning more convenient and enjoyable. This study aims to contribute to the field of teaching Chinese as a second language.

**Keywords: color terms, Chinese-English contrast analysis, Dream of the Red Chamber, cultural implications, teaching design.**

## 壹、研究背景、動機與研究問題

### 一、研究背景、動機與目的

中國文學博大精深，大部分的華語經典文學作品裡會提及許多成語與典故。而在英譯本裡，並無法精準地翻譯其中想表達的意義，其辭藻相較於現代文學的用詞，在翻譯上較有難度。顏色詞對比是對比語言學中的常見話題，網路及市面上關於對比顏色詞的內容眾多，較多是以兩種語言對同一顏色進行文化對比，較少有從華語經典文學作品考察其中的顏色詞比較原文與英文翻譯版本有何差異。

故研究者以此為目的選擇華語經典文學作品，四大名著之一《紅樓夢》中的第 49 回作為研究的文本。英文版選擇 David Hawkes (1973) 的版本，因 David Hawkes 在翻譯時會翻譯地更加貼近原文的意思，讓沒有中文基礎的讀者也可以理解其想表達的含義，中文版選擇里仁書局出版的內容作為基礎，由紅學名家馮其庸 (1993) 校注，校注詳細，被認定為最佳版本，較適當作華語文教材。之所以選擇《紅樓夢》作為分析的文本，其原因在於《紅樓夢》的色彩學探究尤為著名。作者運用六十多種不同的顏色，調配出四十多種不同的色調，來描繪、刻畫《紅樓夢》中二十多種不同性別、性格、地位和不同思維的個性人物，以及各種室內陳設和園林景致。據統計，在《紅樓夢》的色彩描述中，主要的顏色紅、赤、朱、絳，分別為 629 次、28 次、29 次、24 次，共 700 次，其它的顏色諸如黃、白、綠、青等等更是穿插全書始末 (謝清果、楊芳，2012)。《紅樓夢》作者當時所用的詞彙有別於現代文學，若翻譯成英文會出現使用不同顏色詞表述。

本文以顏色詞翻譯對比為主題，將中文文本與英文翻譯本的內容互相比較，對比同一個顏色，並探討英文版本中是否準確使用相同顏色的詞彙描述。若中英版本對同一內容使用不同的顏色詞表述，那就是學習者應當要學習的內容，瞭解中英顏色詞翻譯之異同，必定可以更加瞭解原著作者所要表達的內容及意涵，此差異則為研究之目的，亦可以凸顯本研究之價值。

因中英文之翻譯本因文化而有所差異，《紅樓夢》的原作或是英文翻譯本中的顏色詞就可以幾種不同的手法呈現，像是直接以顏色詞描述，例如以紅、綠、黃表現；或是以其它實物代替所表示的顏色，例如以血代替紅色，雪代替白色；亦可在顏色詞的前面加入表示程度的詞彙，例如淺藍即表示顏色較淡。本文將研究在兩種不同的語言中，對於同一個顏色詞使用同一手法或是不同的手法描述，

是否會因不同的呈現方式其所蘊含的文化含義會有所不同，因此將著手進行此議題的探討，並將研究結果彙整後提出建議以應用至華語文教學之中

## 二、研究問題

本研究主要探討的問題為《紅樓夢》第49回中的顏色詞，藉由對比原文及David Hawkes版本的英譯本兩者翻譯有何差異，不同之處即為本研究探討的內容。希望可以探究不同文化對於顏色的聯想意義和涉及到的文化意涵。讓非中文母語的讀者在閱讀英譯本時更明白原文中顏色詞表達的文化含義，透過閱讀文字更能體會此經典名著所賦予的精神意義。詳細的研究問題分述如下：

- (一)《紅樓夢》第49回中，顏色詞在中文文本與英譯本中是否有不對應的情形？有哪些是不對應的？
- (二)在中英文內容中，文化意涵不對等的顏色詞，譯者如何翻譯，使其字面意思不同而意義卻相同？
- (三)在中英文詞彙中，不對應的翻譯內容所蘊含的文化意義為何？
- (四)針對《紅樓夢》第49回中之顏色詞如何進行教學設計？

## 貳、文獻探討

### 一、漢英顏色詞

李揚 (2010) 認為通過對《紅樓夢》中顏色翻譯，瞭解到英語顏色詞與漢語顏色詞一樣，也包含了豐富的文化底蘊。因此，在翻譯的時候不能單純地從字面意思去理解。我們應該從顏色詞所包含的不同文化背景和內涵及引申義來理解和選擇詞義。漢英顏色詞體現了漢英民族豐富的文化內涵和迥異的文化心理。通過這樣的研究對促進文化交流和漢英翻譯研究具有積極的意義。

于夢婷 (2013) 曾對比中文版《紅樓夢》與 David Hawkes 的英譯版本中的「紅」，從語境的角度出發，分析「紅」的語意特徵，她認為顏色詞在《紅樓夢》中起著尤為關鍵的作用，使《紅樓夢》大放異彩。從 David Hawkes 對於“紅”的翻譯處理方式來看，他設法再現原文的語義和內涵時，兼顧了顏色詞在讀者文化背景下的聯想意義，進而可以瞭解到顏色詞在不同語言裡孕育著各自濃厚的文化內涵。語言和文化相輔相成，密不可分。其中，顏色詞是一條色彩斑斕的錦帶，為語言加入了豐富的文化內涵。每個民族都有自己獨特的文化，這種文化的每一個方面都會透過其語言體現出來。因此想要掌握顏色詞，必須學習、瞭解其所反映的文化。

楊秀中 (2012) 認為語言使人類的溝通變得便捷，也豐富了文化的內涵。漢語和英語雖大相徑庭，但受到一些因素如地理環境，宗教信仰，社會習俗等的影響，顏色在不同文化中的表達方式也不盡相同，同時各種顏色不同民族的視覺及心理上造成的引申義也有所差別。

王珩 (2016) 則認為華語詞彙教學是華語教學的基礎。學生透過學習詞彙不僅能擴充各層面的知識，在學習詞彙的同時，也是在學習一個語言背後의思想和價值觀念。文化詞語是華語教學裡重要的一環，可以利用文化詞語提高華語學習者對學習華語的興趣，促進學生對詞彙的認識及語言能力提升，更能讓學生深入掌握中華文化的精髓，懂得融合語言、知識以和文化，因此華語詞語的學習是建構語言發展過程當中很重要的一項基礎。

張淑琦 (2006) 認為有時候想要理解隱藏在語言背後的社會文化，光靠字面上的意思是不足夠的。雖然人類對於顏色詞的文化差異不是那麼的敏感，但是受到不同的文化因素影響，相同的顏色詞隱含的意義會根據文化背景有所差異。也

因此在與不同文化的人交流時可能會出現理解和溝通上的困難。

孫丹 (2007) 通過比較楊憲益、戴乃迭的譯本《A Dream of Red Mansions》和 David Hawkes 的譯本《The Story of the Stone》，首先討論了顏色詞在文學作品中的地位及其美學價值，然後分析顏色詞的類別和構成特點及其翻譯策略，最後探討顏色詞所蘊含的文化資訊以及文化差異和譯者風格對翻譯策略的影響。他認為語言是人類社會進行交流的重要工具，同時也是文化的重要組成部分。漢英這兩種語言大相逕庭、各具特色，在表達方式與文化習慣上存在一定的差異。受地理環境、風俗民情、思維方式、宗教信仰、歷史背景等因素的影響，不同文化對顏色的表示方法也不盡相同。顏色詞在《紅樓夢》中出現的頻率較高，從人物的容貌、服飾，居家的擺設，園中景物的描寫，四季的更替變化到詩詞，俗語成語，甚至人物心理活動、表情變化等方面都離不開顏色詞的應用。顏色詞的巧妙應用，一方面體現了作者曹雪芹的才華，另一方面也揭示了當時的社會文化心理和審美標準等；而如何對顏色詞進行巧妙的翻譯則是對譯者語言和文化功底的一個考驗。同時，由於譯者有著不同的文化背景，又有不同的翻譯目的，他們對顏色詞的翻譯所採取的策略自然不盡相同。

肖家燕 (2007) 用了在《紅樓夢》裡最具代表性的「紅」色來分析色彩隱喻的概念以及漢英之間的文化差異。人們對於色彩以及抽象的範疇會產生某種相似聯想，利用具體的色彩去表達一些抽象的概念、真實的感受或感情，形成了色彩隱喻。在其研究裡也提及《紅樓夢》被認為是運用顏色詞最多的文學作品，文中也舉出了許多的範例證實作者所說的色彩隱喻和文化差異；例如，David Hawkes 認為，英文文化背景下，紅色不會使英文讀者聯想到春天、吉祥、富貴，所以他在翻譯《紅樓夢》時選擇了金色和綠色來代替「紅」色。寶玉居住的「怡紅院」被翻譯成“The House of Green Delights”；第三十七回寶玉的別號「怡紅公子」被譯成“Happy Green Boy”；第五回「紅樓夢曲」被譯為“A Dream of Golden Days”，David Hawkes 將「紅」改譯為「綠」、「金」，因為他認為英語的 green 和 gold 與漢語中的 red 對等。

研究者自行整合以上觀點及相關定義，如下：

(一) 顏色詞的文化內涵：

顏色詞在不同文化中具有豐富的文化內涵，其意義可以根據文化背景和語境有所差異。顏色詞反映了不同民族的文化特色和心理差異。舉例來說，在西方文化中，紅色通常象徵血光、凶兆、災難，而在東方文化中，紅色則代表喜慶、吉祥和幸運。

(二) 顏色詞的翻譯策略：

在翻譯顏色詞時，不能僅僅從字面意思理解，而應該考慮其所包含的文化背景、內涵和引申義。翻譯者應該選擇合適的詞義，使翻譯文本在目標語言中能夠傳達原文的語義和文化內涵。例如，將紅色翻譯成"red"是直譯，但如果想要表達中國傳統的喜慶和吉祥的意義，亦可考慮使用"auspicious red"。

(三) 顏色詞的文化差異：

由於不同文化因素的影響，同一顏色詞在不同文化中可能具有不同的語意和文化意義。地理環境、風俗民情、思維方式、宗教信仰等因素都可以導致顏色詞在不同文化中的表達方式和意義有所差異。舉例來說，白色在西方文化中常常象徵純潔和無辜，但在東方一些文化中則代表喪禮和哀悼。

(四) 語言與文化的關係：

語言和文化相互影響，密不可分。顏色詞是語言中的一個重要方面，它們蘊含著特定文化的價值觀和觀念，反映了民族的文化特色。人們對於顏色的理解和詮釋往往受到所處文化的影響。因此，研究語言中的顏色詞可以幫助我們更好地理解 and 欣賞不同文化間的差異和共通之處。

(五) 華語詞彙教學的重要性：

華語詞彙教學是華語教學的基礎，通過學習詞彙可以擴充知識，理解華語背後思想和價值觀念。文化詞語是華語教學中重要的一部分，可以提高學習者對學習華語的興趣，促進語言能力和文化素養的提升。

(六) 色彩隱喻和文化差異：

色彩隱喻是利用具體的色彩表達抽象的概念、真實的感受或感情的一種方式。不同的民族和個體對於色彩隱喻會因為其文化體驗的不同而產生不同的感受和文化意義。

## 二、「語言學」與「認知心理學」在顏色文化意涵和分類上的啟示

在「語言學」和「認知心理學」中，有一些相關的理論基礎可以提供顏色文化意涵和分類方面的理論啟示。以下是一些常見的理論：

(一) 色彩感知和分類理論：

在認知心理學中，有一些理論探討人類如何感知和分類色彩。其中一個重要的理論是「顏色類別知覺效應 (Category Perception, CP) 效應理論」，它指出人們區分不同類別的顏色比區分同一類別的顏色的感知更敏感 (謝書書、張積家，2019)。這對於顏色的分類和界定在不同文化中可能存在差異具有重要意義。

(二) 語言相對論 (Sapir-Whorf 假說)：

語言學中的著名理論之一是語言相對論，也被稱為 Sapir-Whorf 假說。該假說認為語言可以影響人們的思維方式和知覺 (Boroditsky, 2003; Boroditsky & Liberman, 2010, 2019)。在顏色文化意涵方面，這意味著不同語言中的詞彙和概念可以影響人們對顏色的認知和理解，並可能產生文化差異。

(三) 基本色彩理論：

人類對顏色的認知是基於一組基本色彩的分類。這些基本色彩在認知心理學中被認為是普遍存在的，並且跨越了不同文化和語言 (戴孟宗，2015)。然而，具體的基本色彩的數量和分類在不同文化中可能存在差異。

(四) 概念結構和語義網絡：

認知心理學中的概念結構和語義網絡理論提供了關於語言和思維中的概念分類和關聯的解釋 (Collins & Quillian, 1969)。這些理論認為，我們對顏色的分類和文化意涵是基於我們對相關概念的認知結構和聯繫。

總體而言，這些理論提供了關於顏色文化意涵和分類的理論基礎。它們指出了語言、認知和文化之間的相互關係。

以上提到的理論基礎確實對於理解顏色文化意涵和分類方面具有重要的啟示作用。以下是研究者對這些理論的看法和見解：

(一) 色彩感知和分類理論：

顏色類別知覺效應表明，在顏色之間物理差異距離相等的前提下，個體區分不同類別的顏色比區分同一類別的顏色更快、更準確。這可能解釋了不同文化中對於顏色分類的差異。不同文化可能將不同的重點放在不同的色彩邊界上，從而影響他們對顏色的分類方式。

(二) 語言相對論 (Sapir-Whorf 假說)：

語言相對論指出語言對於思維方式和知覺的影響。在顏色文化意涵方面，不同語言中的詞彙和概念可以影響人們對顏色的認知和理解。例如，一些語言可能具有更細緻的色彩詞彙，因此其使用者可能更容易分辨和描述不同的顏色。這也可能解釋了為什麼某些文化中對於顏色的分類方式與其他文化有所不同。

(三) 基本色彩理論：

基本色彩理論認為人類對顏色的認知基於一組基本色彩的分類。雖然這些基本色彩在認知心理學中被認為是普遍存在的，但具體的基本色彩的數量和分類在不同文化中可能存在差異。這可能是由於文化和語言對於色彩分類的影響。

(四) 概念結構和語義網絡：

概念結構和語義網絡理論提供了關於語言和思維中的概念分類和關聯的解釋。這些理論強調我們對顏色的分類和文化意涵是基於我們對相關概念的認知結構和聯繫。例如，某些文化可能將特定的顏色與特定的概念或象徵意義聯繫起來，進一步影響他們對顏色的認知和使用方式。

### 三、教學設計

#### (一) BL 教學設計

教學設計 (instructional design; 以下簡稱 ID), 是一種以一致和可靠的方式系統地設計、開發和提供教學材料和體驗的實踐, 以實現有果效的、吸引人且引人入勝而鼓舞人心的知識獲取 (Merrill et al., 1996, Suzuki, 2006, Wagner 2011)。然而, 語文教學在 BL 的實踐方面有如下的前人研究。例如, 鍾世潤、黃博聖 (2022) 在比較以面對面、Moodle、Office 365 進行課後活動, 對學生英文的學習動機、學習成效與同儕互動之影響。又如華語教學在 BL 的實踐方面相關的文獻: Li (2008) 在學習管理系統 (LMS) 上提供與課堂講義相關的資料, 同時利用公佈欄提供學習指示和注意事項。而 Hino 和 Shen (2007) 提議預先準備許多不依存特定內容的模塊化教材, 然後利用這些教材由教學助手們配合課堂進度準備課後預習和複習的內容。Guo 和 Kobayashi (2006) 則利用 Podcast 於每次課後發佈當天的學習重點, 以此引導學生複習。

針對本教學, 首先根據 ID 的基礎理論“加涅的九大教學事件”(Gagne et al., 2005), 提出了 BL 的“學習過程三步驟”。其次為了在 BL 中進一步提高學生的學習動機, 根據 ID 的動機設計理論 ARCS 模式 (Keller & Suzuki, 1988; Keller, 2010), 提出 BL 的“e-Learning 教材的學習動機設計”。

#### (二) 學習過程三步驟

研究者的“學習過程三步驟”如表 1 所示。首先第一階段: 在面授課上學習並練習新內容。其次第二階段: 課後以 e-Learning 的方式進行複習, 在此, 主要通過注重聽力和會話的問答式練習以及反覆練習, 鞏固單詞和句型。最後第三階段: 在下次課上開始的一段時間, 針對 e-Learning 中複習的單詞、例句和聽力內容, 進行小測驗, 並且進行語言交際活動等應用學習。

其中, 第二階段的 e-Learning 利用學習管理系統 (Learning Management System, LMS) 中的 Moodle 學習平台記錄自習狀況, 並將其結果反映到學習成績。之後第三階段小測驗的結果也反映到學習成績, 以此作為促進學生持續自習的外在動機。本教學亦系統地設計各階段的具體的學習活動及教學策略, 通過各階段學習活動的相互連接, 提供系統的學習內容, 並且通過這種包括課外自習在

內的學習過程，亦可以開展聽力、會話練習和語言交際活動，從而鞏固學習以提高華語交際能力。

**表 1 學習過程三步驟**

第一步驟 (事件 1-7)	第二步驟 (事件 6-7)	第三步驟 (事件 8-9)
在面授課中學習新內容	課後的 e-Learning (由 LMS 中的 Moodle 學習平台提供管理)	下次上課進行測驗評量和應用學習

**表 2 e-Learning 教材的學習動機設計重點**

(A)注意	重點 1 視覺效果	選用合適的插圖或影片，讓學生印象深刻。
(R)相關	重點 2 與生活相關的顏色詞	採用與生活相關的顏色詞，讓學生感到學習內容與自己密切相關。
(C)自信	重點 3 學習標準	作為學習參照標準，顯示練習所需時間和練習題數量。
(S)滿意	重點 4 表揚和鼓勵	對正確答案給予表揚，對錯誤答案給予啟示和勉勵。

### (三) e-Learning 教材的學習動機設計重點

為了使 BL 中的 e-Learning 教材也能激發學生的學習動機，研究者以 ARCS 模式中的四種激發學習動機的因素“注意(Attention)、相關(Relevance)、自信(C Confidence)、滿意(S Satisfaction)”為基礎架構，提出了 4 項“e-Learning 教材的學習動機設計重點”(表 2)。透過此設計重點，可以明確開發提高學習動機的 e-Learning 教材的必要基準 (Zhao et al., 2014)。

#### 四、教學設計的六項指導原則

本教學設計參考了前人論述，期望符合華語教學設計的六項指導原則：實用性、交際性、知識性、趣味性、科學性、針對性（崔永華，2008）。以下就以此六原則說明本教學的設計理念與特色：

##### （一）實用性原則：

教材的內容應具有實用性的內涵和實用性的實施，並能夠在現實生活中運用。學生學習顏色詞之後，可將此實用性知識活用於真實生活中，因此本教學具備實用性的意義。

##### （二）交際性原則：

意指教學內容能有助於學生培養在真實生活的語言能力。本教學設計除增進學生的顏色詞之外，還強調跨文化知識的介紹。教學內容中的顏色詞也能讓學習者在與他人談論此顏色詞文化相關論點時能使用更多相關的詞彙，有助於更深入的跨文化理解與交際。

##### （三）知識性原則：

本教學內容除了顏色詞語文的學習之外，本教學內容亦包含相關的跨文化知識。既能夠使中高級以上的華語學習者獲得額外的知識，還能夠提高其學習動機。

##### （四）趣味性原則：

此一原則指教學內容和形式能引起學習者的興趣。透過顏色詞教學，結合跨文化，引起華語學者的學習興趣。此外，利用多媒體教學方式，提升趣味性及便利性，以求達到教學的趣味性原則。

##### （五）科學性原則：

此一原則指教材內容的組織方法必須符合語言規律與語言學習的規律。由於學習者程度是中高級華語學習者，當有生難字詞，會以漢字拼音及英文解釋輔助。把教學內容輸入 TOCFL 華語詞彙通網站上的斷詞系統，藉此與國家華語測驗工作推動委員會之〈華語八千詞〉進行比對，以符合科學性原則。

(六) 針對性原則：

意指根據教材的使用對象和編寫目的，確定編寫教材各個環節應採用的措施。我們針對 TOCFL 為 B1-B2 級數的進階級和高階級以上的華語學習者作為教學對象，可充分進行學習者之背景分析，並掌握第二語言教學之性質、特點與教學需注意之次序。

## 參、研究方法及步驟

### 一、文本研究範圍

本研究探討《紅樓夢》中的顏色詞，並與英譯本進行對比。探討顏色詞在英譯本是否表達出和原文中的顏色詞有類似的概念。《紅樓夢》一共有 120 回，其中研究者將研究範圍定在第 49 回「琉璃世界白雪紅梅脂粉香娃割腥啖膾」的精采片段，這一回的內容提到大量的服飾色彩，例如“只見眾姊妹都在那邊，都是一色大紅猩猩氈與羽毛緞斗篷”中的大紅猩猩，或是“只見她裡頭穿著一件半新的靠色三廂領袖秋香色盤金五色繡龍窄袖小袖掩衿銀鼠短襖”中的秋香色等。本研究除了進行顏色詞的對比分析，之後也將分析結果應用於華語文教學，以提升華語高階學習者的中國古典文學閱讀能力。

《紅樓夢》的英譯版本眾多，除了 David Hawkes 的版本，較有名的版本還有楊憲益及戴乃迭的版本。選擇 David Hawkes 是經過考量。以標題為例，David Hawkes 譯成「The story of the stone」使用《紅樓夢》的本名石頭記為本，楊憲益以直譯的方式翻成「A Dream of Red Mansions」。余健明 (2007) 認為直譯的方式，能保留文化形象，有利於向西方讀者傳遞「紅」這個重要的中華文化意象。然而李積嫻 (2011) 則提出不同看法，她認為如果將「紅」簡單地譯為「red」，英語國家的人們很難理解其背後含意，尤其在西方文化中，紅色是一個貶抑相當強的詞彙，象徵殘暴、流血等。David Hawkes 注意到了漢語和英語的顏色詞在中英文有不同的聯想意義。David Hawkes 盡量避免對“紅色”進行直譯，設法再現原文的語義及文化內涵，兼顧顏色詞在讀者背景文化中的聯想意義。

## 二、研究方法及步驟

本研究採用內容分析法 (Content Analysis) 對比《紅樓夢》中英版本顏色詞的使用情形。探討《紅樓夢》中文文本與英文譯本中顏色詞的是否使用同一顏色詞來表達。若有不同就從相異的顏色詞中進行分析對比，觀察兩者在中文及英文中的文化意涵。

內容分析法也可稱文獻分析法，是一種對於傳播媒介如：報章雜誌、書籍、電視節目、廣播內容等資料來做有系統的整理和客觀的分析的一種研究方法；在範圍上能有系統的整理並且推論文獻學術的傳播並造成影響；是研究者尚未進入研究之前，必須針對論文所需的論點蒐集相關之中英文專書、期刊論文或網路資料等，閱讀後篩選所需的資料。

研究步驟如下：首先，搜尋《紅樓夢》第 49 回中的顏色詞，將其與《紅樓夢》英譯版 (David Hawkes 版) 進行比對，找出其兩者之間的不同之處，如：以中文版為基礎，英譯版中是否按照中文原意呈現對應之顏色，或是中文版中沒有以顏色呈現，英譯版中卻有以顏色詞呈現之內容；接著將兩者進行對比，分析中英版本對於顏色詞翻譯的不同呈現出中西文化中其代表的象徵意義及文化意涵。如表 3 所示：

表 3 《紅樓夢》(The Story of the Stone) 顏色詞漢英差異之對比

中文版	英文版
以《紅樓夢》為標題	以《石頭記》為翻譯書名
以顏色詞「紅」來描述	無顏色詞
「紅」代表正面意義且在中華文化中表示喜慶、吉祥和幸福。	在西方文化中，「紅」則代表流血、暴力和危險。

## 三、內容分析法的效度與信度

在進行本研究時，確實需要考慮內容分析法的效度與信度。效度 (Validity) 是指研究所測量的變數是否真實地反映出研究目標，以及所做的推論是否合理、準確 (吳明隆，2009)。對於本研究而言，效度可以關注以下幾個方面：

(一) 內容效度：

研究者需要確保所選取的《紅樓夢》中英版本是真實反映原文的，以及所分析的顏色詞是否與原文的詞彙使用相符。

(二) 構念效度：

研究者需要確定所選取的顏色詞是否恰當地反映出文化意涵，並且能夠將其應用於對《紅樓夢》中英版本的比較分析。

信度 (Reliability) 則是在不同時間或由不同研究者進行相同研究時，所得到的結果是否具有一致性 (吳明隆, 2009)。對於本研究而言，信度可以關注內部一致性：研究者需要確保在進行內容分析時，對於顏色詞的選取、歸類和評估等方面的操作是一致的，以確保結果的一致性。

為了確保效度和信度，研究者採取以下一些方法：

(一) 進行詞彙選取：

確保研究者對顏色詞的選取、歸類和評估具有一致的理解。

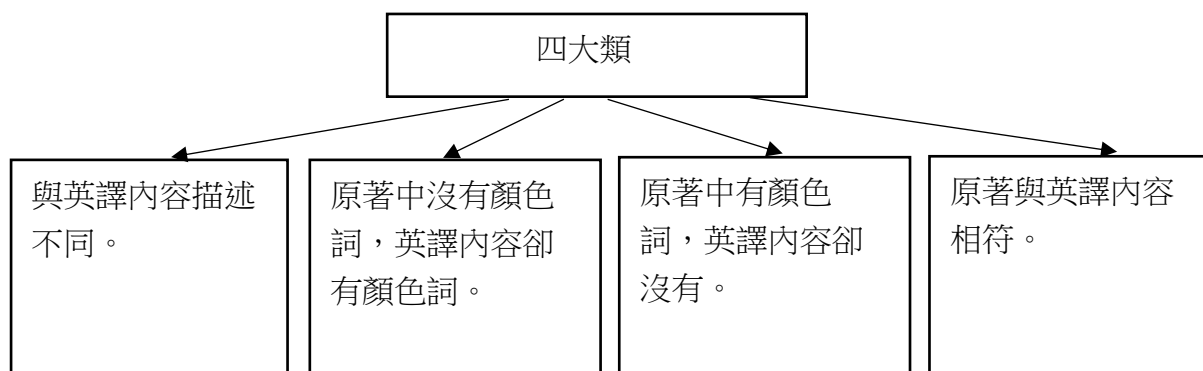
(二) 建立評估標準：

建立明確的評估標準，以指導研究者在詞彙分析中的操作，減少主觀判斷的差異性。

## 肆、分析與討論

漢語的顏色詞和英語的顏色詞所表達的意義不一定相同，第四十九回提到的顏色詞與其對應之英文翻譯，可分成四大類進行分析，如圖 1 所示依序為：

圖 1 分析對比的四大類



華語學習者需要去深入瞭解中華文化與其自身國家文化的差異性，從華語中學習文化，從文化中理解華語，再從中進行顏色詞對比，也能讓華語學習者在比較有何差異的同時，進而將文化與語言融入學習中。

## 一、原著與英譯的內容描述不同：

### (一) 琉璃世界「白雪」紅梅。

—Red flowers bloom brighter in dazzling snow.

關於琉璃世界白雪紅梅有兩個解釋：“在一片白雪皚皚的大地上，中原百姓被清兵屠殺而流淌的鮮血，似紅梅盛開于梅園一般”。其二為“將世間的一切都淨化如初，潔白也覆蓋了汙濁，潔白喻品。紅字一表寶琴寶玉的鮮豔的大紅色披襖。二表折下的梅花其生命在盛開時放入瓶中，慢慢走入生命的下坡以此喻人，雖漸入生命的枯槁，但其精神卻不會凋謝。梅字：梅喻品性，紅梅本身也有抗爭之含義。dazzling 在中文有耀眼的意思，David Hawkes 在這裡省略顏色詞 white，利用 dazzling 去示意耀眼的白雪。張蘭豔 (2012) 淺析了中西顏色在文化上的差異，紅色在中國代表著喜慶，也是人們崇尚的顏色；在西方紅色則變成了貶義詞，其象徵著殘暴、流血以及危險等負面意思。David Hawkes 將流淌的鮮血翻譯成 red flowers bloom，如同紅梅盛開之感。

### (二) 罩了一件「大紅」羽縐面白狐狸皮的鶴氅，繫一條「青金閃綠」雙環四合如意條。

—a pelisse of heavy, dark-red bombasine lined with white fox-fur, a complicated woven belt made out of silvery green shot silk.

大紅，在中國古代，「大紅」是「正紅」，有尊貴身份和喜慶吉祥的象徵。《現代漢語八百詞》中，指出「大」可以表示為程度深的意思。英語中還可以通過複合構詞來表達複雜的顏色概念，張敏 (2010) 例如為表示顏色深，可以在基本顏色詞之前加 deep, dark 等詞，在這裡大紅被譯為 dark red 能詮釋出原著所想表達的尊貴色彩。

盛妮佳、余笑 (2018) 指出青金閃綠，是用金線和綠色絲線分別做經緯紗織成的閃色面料，以金色和綠色為主色。若把青金和閃綠分開來解釋，青金是青金石又稱天青石，是一種不透明或半透明的藍色、藍紫色或藍綠色的準寶石，主要由天藍石和方解石組成，是一種深藍夾雜金色的顏色，「閃綠」是一種明亮的綠色或是形容具有閃爍光澤的綠色，與青金搭配的效果是藍綠之間閃耀著奪目的光澤。綜合以上各種說法，對青金閃綠有不

同的定義。David Hawkes 所翻譯的 *silvery green* 中譯為銀綠色，楊春花 (2012) 認為是對原文的誤解，似乎只有解釋了閃綠的部分，而省略青金色，也就少了金色所代表著富貴的感覺。金色所屬黃色，在中國古代是一種尊貴的顏色，只有帝王才能使用，流傳至今，金黃色即有富貴的象徵。

(三) 都是一色「大紅猩猩」氈與羽毛緞斗篷。

—mostly in red felt or camlet snow-cloaks.

大紅猩猩氈，龔麗坤 (2019) 認為“猩猩血”可能是指紅花所製成的染料，之所以稱作猩猩血，很大機會是賣紅花的商人為了銷售而編造的傳說。陳明 (2007) 的書中提到胡商想賺取高額利潤，透過製造傳聞讓外來物品的價格提升。第 49 回中還有一處「大紅猩猩氈昭君套」David Hawkes 譯為 *dark red*，猩紅色的英譯應為 *scarlet*，但這個字在英文中除了是紅色以外，還有罪孽深重的意思，張敏 (2010) 表示顏色詞因為其具有的文化背景和聯想意義，在不同的文化背景中具有不同的含義和用途，David Hawkes 只使用 *red* 來翻譯，雖然保守卻也可避免在西方文化中對於「紅」的其它誤解。

(四) 薛寶釵穿一件「蓮青」鬥紋錦上添花洋線番氈絲的鶴氅。

—Xue Bao-chai in a pelisse of ivy-green whorl-patterned brocade trimmed with some sort of exotic lamb's wool.

蓮青色，偏紫的藍色，是一種中國傳統顏色，在紅樓夢裡只有一例，而西方沒有此色的對應翻譯，David Hawkes 翻譯成 *ivy-green* 長春藤綠，因為綠色在西方國家帶有青春、希望還有財富的意思，與原著表達的人物個性不同，*ivy-green* 能使讀者理解寶釵高貴的身分，卻沒辦法讓讀者瞭解此中國傳統顏色。

(五) 只見她裏頭穿著一件半新的「靠色」三廂領袖「秋香色」盤金五色繡龍窄袖小袖掩襟銀鼠短襖。

—She had on a short, narrow-sleeved, ermine-lined tunic jacket of russet green, edge-fastened down the center front, purpled at neck and cuffs with a triple band of braiding in contrasting colors, and patterned all over with dragon-roundels embroidered in gold and colored silks.

靠色，可以指三種相近的顏色，也可以另指一種淺青色，介於淺藍與淺灰之間的顏色，此說法是來自河北省豐潤區的土語。此色源自於染色技藝，藍色是青變化而來的，靠在缸邊最不容易氧化的部分有一點淡淡的月白就成為靠色。但是殷安妮 (2013) 透過文中所說的靠色應是指淺青色。

David Hawkes 將其翻譯為 *contrasting colors*，中文意思是對比色。David Hawkes 如此翻譯或許是因為土語是只有特定地區的少部分人才會使用的，並不是人人皆知。或許是衣服上存在了很多顏色鮮明對比，所以他才會將靠色直接翻譯成對比色。

關於秋香色，闕潔、丁婷 (2009) 針對《紅樓夢》中表綠色的顏色詞做了研究，他們提到「秋香」原為淺黃綠色的植物。是介於綠色和土黃色之間的顏色。周麗艷 (2013) 認為蔥黃色再淺一點就是秋香色。但是張清常 (1991) 特別提到研究漢語的顏色詞並不容易，秋香色是他特別研究的顏色之一，他根據自己的研究結果認為秋香色其實是古銅色。綜上所述，秋香色存在許多爭議。David Hawkes 將秋香色翻譯為 *russet green*，*russet* 在中文中表示赤褐色、枯葉色。殷優娜 (2018) 認為 David Hawkes 的翻譯在中國讀者看來是一種相對冷的色調。與原文中以色彩隱喻人物當時的愉快心境不相符但是英美人通常會使用 *russet* 修飾物品，這個詞對於英語讀者畫面感比較有美感。外國人對於秋香這個植物比較陌生，無法想像秋香色是什麼顏色，所以 David Hawkes 他以合體詞 *russet* 加 *green* 的方式來呈現較難表達的秋香色。

(六) 裡面短短的一件「水紅」妝緞狐賺褶子。

—Under this she was wearing a short riding-skirt of pale-red satin damask lined with white fox belly-fur.

最後是水紅色。謝晨露、丁愛俠 (2014) 研究紅樓夢人物服飾中的顏色詞語，得知水紅色是形容比粉紅略深而更加鮮艷的顏色，紅樓夢裡的水紅色服飾表年輕女性的青春亮麗。“水”是由不含色名詞性語素加上“紅”表色形容詞性語素所組合成的偏正式複合顏色詞。梁書恒 (2009) 認為所有中英顏色語碼詞可以劃分為四種：基礎顏色詞、修飾基礎顏色詞、基礎顏色詞和解釋性語匯。在紅樓夢中提到水紅總共出現四例，David Hawkes 分別譯為 pale-red 以及 strawberry-colored。

(七) 出了院門，四顧一望，並無二色，遠遠的是「青松翠竹」。

—Once outside tile courtyard gate, the Garden stretched out on every hand in uniform whiteness, uninterrupted except for the “dark green of a pine-tree or the lighter green of some bamboos” here and there in the distance.

青色若指顏色可以是綠色，藍色，灰、黑等色本身具模糊意義，翻譯者須根據語境在譯文中正確地傳達。翠，青綠色，表綠意的顏色詞。在英語中“青”“翠”並無相對應的顏色詞，Hawks 將青松翻譯 dark green of a pine-tree 翠竹則翻譯成 the lighter green of some bamboos 而從西方的應用 green 和樹木等有很大的關係代表活力以及青春，這點和西方的象徵意義是相一致的。Hawks 運用 dark, light 修飾樹木的色彩在後補充 pine-tress, some bamboos 使讀者更能聯想其顏色。

## 二、原著中沒有顏色詞，英譯內容卻有顏色詞：

(一) 只見她裏頭穿著一件半新的靠色三廂領袖秋香色盤金「五色」繡龍窄褶小袖掩襟銀鼠短襖。

—She had on a short, narrow-sleeved, ermine-lined tunic jacket of russet green, edge-fastened down the center front, purred at neck and cuffs with a triple band of braiding in contrasting colors, and patterned all over with dragon-roundels embroidered in “gold and colored” silks.

五色，泛指各種顏色，因此「五」表示多的意思，並不是指五種顏色。而在 David Hawkes 的翻譯 gold and colored 卻出現了顏色詞 gold。在第 40 回中也有出現相同的例子，雖然不大認得，只見「五彩閃灼」，各有奇妙。此處的「五」也有表示多的意思，David Hawkes 將其翻譯為 the dull gleam of gold, the rich glow of colored，也有出現顏色詞 gold。殷優娜，李彬彬 (2017) 認為不論在東方還是西方，金色容易讓人聯想到黃金，也就是權利、財富的象徵這可能與金黃色代表富貴之意有關。因此可以認為 David Hawkes 想使用 gold 一詞引申出賈府的興盛與榮華富貴。

### 三、原著中有顏色詞，英譯內容卻沒有：

(一) 一片砧敲千里白，半輪雞唱五更殘。「綠蓑江上秋聞笛，紅袖樓頭夜倚欄」。

—From a white world the washer's dull thud sounds, till in the last watch cocks begin to cry. While, "by a fisherman's sad flute entranced, a lady leans out from her casement light".

在漢語詞語裡有其一詞為“綠蓑青笠”，“綠蓑”即綠色草蓑編織成的防雨蓑衣，“青笠”為青竹編的斗笠，形容漁翁的打扮。在詩中多暗指浪跡戶外的野客愁悵，David Hawkes 將其翻譯為“a fisherman”，省去掉顏色的翻譯，直接取用其中文意思。“紅袖”在最初的意思是古代女子襦裙長袖，後來則為女子的代名詞。David Hawkes 一樣取其中文意思，英譯為“a lady”。

(二) 大家來至王夫人上房，只見「黑壓壓」的一地。

—When she and the cousins entered Lady Wang's main reception room, they found it "packed with people".

“黑壓壓”一詞在中文有三種意思，第一種為被許多黑色物體覆蓋或遮暗；第二種為缺乏陽光、沒有日照的。在紅樓夢裡這段為第三種意思，形容人、動物或東西眾多，密集在一起的，David Hawkes 將人物眾多直接翻譯為“packed with people”表示黑壓壓一詞。

#### 四、原著與英譯內容相符：

(一) 黛玉換上描金挖雲紅香羊皮小靴。

—She put on a pair of “ little red-leather boots which had a gilded cloud pattern” cut into their surface.

描金一詞有為使器物美觀而在其上用金銀粉勾圖、描繪作為裝飾。gilded 在中文是有鍍金、金色塗層的意思，紅香羊皮是染作紅色的香羊皮，挖雲則是指挖成雲狀的吉祥花紋，貼面為鏤穿成雲頭形的邊飾。David Hawkes 將此顏色詞直譯，在羊皮的地方用 leather 一詞，用皮革做為統稱。

(二) 只穿一件「茄色」哆囉泥狐狸皮襖。

—dressed himself in an aubergine-colored gown lined with fox.

茄色，形容茄子般的深紫色。紅樓夢僅一例。趙靜 (1999) 指出英漢顏色詞數量都極為豐富。顏色詞可分為兩大類：基本顏色詞和實物顏色詞。茄色屬於實物顏色詞，除了有具體名稱還有醒目色彩，較基本顏色詞更能生動地表達顏色。David Hawks 譯為 aubergine-colored 英漢顏色詞意對等。

(三) 後面一個婦人打著一把「青」綉(綢)油傘。

— A woman-servant walked behind her carrying a “green” oiled-silk umbrella.

綉，通綢，紡織品的通稱。Hawks 將青綢油傘譯為 green oiled-silk umbrella。紅、綠是紅樓夢中最顯著的色彩，而紅綠搭配不僅展現色彩之妙，David Hawks 將“青”譯為 green 也帶出紅樓夢中繁華盛世以及日漸蕭索的意象。

因作者了解其中西方文化的差異，利用自身文化更合適的詞彙來表達，造成兩者翻譯上的不對等。

綜上所述，表 4 為分析後整理之表格：

表 4 中英顏色詞翻譯對比分析統整

<p>白雪 dazzling snow</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 原著與英譯的內容描述不同。</li> <li>2. 原著有顏色詞，英譯則以 <b>dazzling</b> 詮釋。</li> <li>3. <b>David Hawkes</b> 在這裡省略顏色詞 <b>white</b>，利用 <b>dazzling snow</b> 去示意耀眼的白雪，同時也有潔白喻品、耀眼之意。</li> </ol>
<p>大紅 dark-red</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 原著與英譯的內容描述相同。</li> <li>2. 英語中可以透過複合構詞來表達複雜的顏色概念，例如表示顏色深，可以在基本顏色詞之前加 <b>deep, dark</b> 等詞。</li> <li>3. 大紅在此被譯為 <b>dark-red</b> 能傳達出原著所表達的尊貴。</li> </ol>
<p>青金閃綠 silvery green</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 原著與英譯的內容描述不完全相同。</li> <li>2. 青金閃綠在中文有一種以上的色彩定義。</li> <li>3. <b>David Hawkes</b> 所翻譯的 <b>silvery green</b>，似乎只有解釋了閃綠的部分，而青金色中的「金」表達的尊貴感被省略了。</li> </ol>
<p>大紅猩猩 red</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 原著與英譯的顏色詞描述不同。</li> <li>2. 猩紅色的英譯應為 <b>scarlet</b>，但這個字在英文中除了是紅色以外，還有罪孽深重的意思。</li> <li>3. <b>David Hawkes</b> 使用 <b>red</b> 來翻譯，可避免西方國家中對「紅」的其他誤解。</li> </ol>

表 4 中英顏色詞翻譯對比分析統整 (續)

<p>蓮青  ivy-green</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 原著與英譯的顏色詞描述不同。</li> <li>2. 蓮青色，是一種中國傳統顏色，David Hawkes 用 ivy green 來表達。</li> <li>3. 綠色在西方國家帶有青春、希望，還有財富的意思， ivy-green 能使讀者理解寶釵高貴的身分。</li> </ol>
<p>靠色  contrasting colors</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 原著與英譯的內容描述不同。</li> <li>2. 原著中沒有顏色詞，英譯版中以 contrasting colors 呈現。</li> <li>3. 靠色可以指三種相近的顏色，也可以另指一種淺青色，是來自河北省豐潤區的土語。David Hawkes 認為土語鮮為人知，將其翻譯為 contrasting colors，中文意思是對比色，或許是衣服上存在了很多顏色鮮明對比。</li> </ol>
<p>秋香色  russet green</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 原著與英譯的內容描述不同。</li> <li>2. 原著中以植物「秋香」呈現顏色，David Hawkes 認為外國人對於秋香這個植物比較陌生，因此英譯版中翻譯為 russet green。</li> <li>3. 原著與英譯版中並無特殊文化意涵。</li> </ol>
<p>水紅  pale-red</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 原著與英譯的內容描述不同。</li> <li>2. 原著使用不含色名詞性語素“水”表達，英譯內容則是使用修飾詞 pale 呈現水紅色。</li> <li>3. 水紅妝緞指得是淡紅的緞面，David Hawkes 使用 pale 修飾服飾的點綴色彩。</li> </ol>

表 4 中英顏色詞翻譯對比分析統整（續）

<p>青松翠竹</p> <p>dark green of a pine-tree or the lighter green of some bamboos</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 原著與英譯的內容描述不同。</li> <li>2. 原著青色若指顏色具模糊意義，須根據語境判斷。翠，青綠色。英譯的青、翠，並無對應的顏色詞，英譯使用修飾詞 dark, light green。</li> <li>3. 原著與英譯皆在顏色詞後加上實物語素如：松、竹修飾，使讀者能更自然地聯想色彩。</li> </ol>
<p>五色</p> <p>gold and colored</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 原著中沒有顏色詞，英譯內容卻有顏色詞。</li> <li>2. 原著中沒有顏色詞，英譯版則使用 gold 呈現。</li> <li>3. 原著中「五」有表示多的意思，David Hawkes 想使用 gold 一詞引申出賈府的興盛與榮華富貴。</li> </ol>
<p>綠蓑和紅袖</p> <p>a fisherman and a lady</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 原著中有顏色詞，英譯內容卻沒有。</li> <li>2. 綠蓑為綠色草蓑編織成的防雨蓑衣，以此形容漁翁的打扮，David Hawkes 將其翻譯為“a fisherman”，省略顏色翻譯，取其中文意思。</li> </ol> <p>“紅袖”在最初意思文古代女子的襦裙長袖，後來則是女子的代名詞，David Hawkes 也取其中文意思，英譯為“a lady”。</p>
<p>黑壓壓</p> <p>packed with people</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 原著中有顏色詞，英譯內容卻有。</li> <li>2. 在此“黑壓壓”的意思為人或東西眾多，密集在一起的。</li> </ol> <p>David Hawkes 直接省略了顏色詞，將人物眾多直接翻譯為“packed with people”表示黑壓壓一詞。</p>

表 4 中英顏色詞翻譯對比分析統整（續）

<p>描金挖雲紅香 gilded cloud pattern</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 原著與英譯內容相符。</li> <li>2. 描金一詞有為使器物美觀而在其上用金銀粉勾圖、描繪作為裝飾，gilded 在中文是有鍍金、金色塗層的意思。</li> <li>3. David Hawkes 將“描金”直接翻譯成“gilded”，其中文意思不變。</li> </ol>
<p>茄色 aubergine-colored</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 原著與英譯內容相符。</li> <li>2. 原著的茄色是以實物顏色詞作為顏色，「茄」並不是顏色詞，但可透過實物本身所具有的色彩進行聯想。</li> </ol> <p>英譯的實物顏色詞大多可在漢語找到對應詞語，David Hawkes 譯為 aubergine-colored，英漢詞意對等。</p>
<p>青緞(綢)油傘 green oiled-silk umbrella</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 原著與英譯的內容描述不同。</li> <li>2. 原著青色若指顏色具模糊意義，須根據語境判斷。英譯青色並無對應的顏色詞。</li> </ol> <p>David Hawks 將“青”譯為 green，綠色在東方和西方的文化象徵意義相同，充滿活力及蓬勃的生命力。</p>

## 五、研究問題之回應

(一) 《紅樓夢》第 49 回中，顏色詞在中文文本與英譯本中是否有不對應的情形？有哪些是不對應的？

根據上述內容，可以確定在《紅樓夢》第 49 回中，有一些顏色詞在中文文本和英譯本中存在不對應的情況。以下是不對應的情況：

1. 在第 18 頁 (六) 中，中文文本提到“水紅妝緞”，而英譯本中將其翻譯為“pale-red satin damask”。中文文本中的“水紅”指的是比粉紅略深而更加鮮艷的顏色，但英譯本中的“pale-red”並不能完全表達這種顏色的特徵。

2. 在第 18 頁 (七) 中, 中文文本中使用了“青松翠竹”來形容環境的顏色, 而英譯本將其翻譯為“the dark green of a pine-tree or the lighter green of some bamboos”。中文文本中的“青松翠竹”指的是綠色和藍色的樹木, 但英譯本中只使用了“green”來表示, 沒有將“翠”這一顏色詞翻譯出來。

3. 在第 18 頁 (一) 中, 中文文本提到“五色”, 而英譯本將其翻譯為“contrasting colors”。中文文本中的“五色”是指各種顏色的總稱, 但英譯本中使用了“contrasting colors”來表示, 並沒有直接表達其中的多種顏色。

總結來說, 在一些情況下, 中文文本中的顏色詞在英譯本中沒有完全對應的翻譯, 這可能是由於不同語言和文化背景對顏色的認知和表達方式不同所導致的。

(二) 在中英文內容中, 文化意涵不對等的顏色詞, 譯者如何翻譯, 使其字面意思不同而意義卻相同?

《紅樓夢》第 49 回中有許多文化意涵不對等的顏色詞。翻譯這些詞時, 譯者可以運用一些技巧, 使其字面意思不同但意義相同。以下是一些可能的翻譯策略:

1. 同類詞替代: 如果一個顏色詞在中文中具有特定的文化象徵意義, 但在英文中無法找到相應的象徵意義, 譯者可以選擇一個在英文中有類似象徵意義的詞語來替代。例如, 如果中文中使用了紅色作為吉祥、繁榮的象徵, 而在英文中無法找到類似的顏色詞, 譯者可以選擇用“auspicious”(吉祥的)或“prosperous”(繁榮的)等詞語來替代。

2. 描述意義: 如果一個顏色詞在中文中隱含了某種情感或象徵意義, 而在英文中無法直接表達, 譯者可以通過描述來傳達相同的意義。例如, 如果中文中使用了藍色來表示清新、寧靜的意象, 而在英文中無法找到類似的象徵意義, 譯者可以使用描述性的詞語如“fresh”(清新的)、“calm”(寧靜的)來表達相同的意義。

3. 引用文化背景: 有時, 譯者可以藉助讀者對文化背景的了解來傳達特定的象徵意義。例如, 如果中文中使用了黃色作為財富、尊貴的象徵, 而在英文中無法找到直接對應的詞語, 譯者可以選擇使用“the color of gold”(黃金的顏色)來引用黃金在西方文化中的象徵意義。

總之, 譯者在翻譯文化意涵不對等的顏色詞時, 可以根據上述策略進行靈活處理, 通過選擇合適的詞語或描述來傳達相同的意義, 確保讀者能夠理解並體會

到原文的文化內涵。

(三) 在中英文詞彙中，不對應的翻譯內容所蘊含的文化意義為何？

對於《紅樓夢》第49回中原文和 David Hawkes 版本的英譯本之間存在不對應的翻譯內容，其中蘊含的文化意義可能有以下幾個方面：

1. 原文中的傳統文化象徵：《紅樓夢》作為一部中國古典文學作品，充滿了豐富的傳統文化象徵和隱喻。這些象徵和隱喻在原文中常常通過顏色詞來表達，但在英文中可能無法直接傳達相同的意義。因此，翻譯過程中可能存在一些難以對應的文化意義，比如紅色的吉祥、黃色的尊貴、藍色的寧靜等。這些意義在英文譯本中可能會有所喪失或變化。

2. 文化背景和觀念的差異：中文和英文的文化背景和觀念存在差異，因此翻譯過程中難免會有一些不對應的內容。比如，某些中文詞語可能具有特定的歷史、宗教或哲學背景，在英文中無法找到直接對應的詞彙或概念，因此譯者可能需要做出一些調整或解釋。

3. 文學風格和修辭手法的差異：《紅樓夢》作為一部古典文學作品，採用了豐富的修辭手法和文學風格，其中包括比喻、借代、排比等。在翻譯過程中，這些修辭手法和文學風格可能無法完全保留或在英文中找到相應的表達方式，導致譯文與原文在詞彙和表達上存在不對應的情況。

總之，由於語言和文化的差異，中文原文與 David Hawkes 版本的英譯本之間存在不對應的翻譯內容，這些內容所蘊含的文化意義主要涉及傳統文化象徵、文化背景和觀念差異以及文學風格和修辭手法的差異等方面。

(四) 針對《紅樓夢》第49回中之顏色詞如何進行教學設計？

以下是研究者針對《紅樓夢》第49回中的顏色詞進行教學設計的建議：

1. 教學目標：確保學生能夠理解和運用《紅樓夢》中的顏色詞，並理解其中的文化意義。

2. 學習過程三步驟：

(1) 第一步驟：在面授課中學習新內容。教師可以通過講解和討論的方式介紹《紅樓夢》第49回中的關鍵顏色詞，解釋其文化意義，並提供相關的例句和情境。

(2)第二步驟：利用 e-Learning 的方式進行複習和練習。在學習管理系統 (LMS) 的平台上，教師可以設計針對顏色詞的聽力、會話和填空練習，以及相關的互動問題。通過這些練習，學生可以鞏固詞彙和句型，並提高語言的運用能力。

(3)第三步驟：在下次課上進行測驗評估和應用學習。教師可以設計小測驗，測試學生對前一次 e-Learning 複習內容中的詞彙、例句和聽力的掌握情況。此外，還可以進行語言交際活動，讓學生運用顏色詞進行真實對話和交流。

### 3. e-Learning 教材的學習動機設計重點：

(1)注意 (Attention)：使用合適的插圖、影片等視覺效果來吸引學生的注意力，讓他們對學習內容印象深刻。

(2)相關 (Relevance)：選擇與學生生活相關的顏色詞，讓學生感到學習內容與自身密切相關，增加學習動機。

(3)自信 (Confidence)：提供學習參照標準，顯示練習所需時間和數量，讓學生建立學習的自信心。

(4)滿意 (Satisfaction)：對正確答案給予表揚，對錯誤答案給予指導和鼓勵，確保學生的滿意度和成就感。

### 4. 教學設計的六項指導原則：

(1)實用性：教材內容具有實用性，能在真實生活中應用。

(2)交際性：教學內容能培養學生在真實生活中的語言能力和跨文化交際能力。

(3)知識性：教材內容包含相關的跨文化知識，擴充學生的知識面。

(4)趣味性：通過顏色詞教學和多媒體教學方式提供趣味性，激發學生的興趣。

(5)科學性：教材內容符合語言規律和語言學習規律，科學合理。

(6)針對性：根據學習對象和教學目的，確定適用的教學措施，滿足學生的需求。

通過以上教學設計的步驟和原則，可以幫助學生深入理解和運用《紅樓夢》第 49 回中的顏色詞，同時提高他們的跨文化交際能力和語言運用能力。

## 伍、結論

### 一、研究結果與貢獻

根據研究結果，可以確定在《紅樓夢》第49回中，中文文本和英譯本存在一些顏色詞的不對應情況。這些不對應主要涉及顏色詞的具體描述和文化意涵方面。這一研究結果提供了對於中文和英文之間顏色詞翻譯的重要洞察，尤其是在跨文化翻譯和文學翻譯領域。

### 二、研究限制與未來研究議題

在進行研究時，可能存在以下限制：

#### (一) 研究範圍的限制：

本研究僅針對《紅樓夢》第49回中的顏色詞進行分析，未涵蓋全書。未來研究可以擴大範圍，對其他章回進行相似的研究，以更全面地了解顏色詞在整個作品中的翻譯情況。

#### (二) 翻譯版本的限制：

本研究僅針對 David Hawkes 版本的英譯本進行分析，未考慮其他版本的翻譯。不同的譯者可能採用不同的策略和方法進行翻譯，進一步比較不同版本的翻譯可以提供更多有價值的結果。

#### (三) 文化差異的限制：

本研究主要關注中文和英文之間的文化差異對顏色詞翻譯的影響，但未深入探討其他文化背景的影響。未來的研究可以比較更多不同文化背景下的翻譯情況，以增進對文化差異的理解。

未來的研究可以從以下方面展開：

(一) 探索其他作品的顏色詞翻譯：對於其他中文文學作品或跨文化文學作品中的顏色詞進行類似的研究，擴大對於顏色詞在翻譯中的理解。

(二) 跨文化語義研究：進一步深入研究不同語言和文化背景對顏色詞語義的差異，並探討如何在翻譯中處理這些差異。

(三) 翻譯策略和方法的研究：研究和比較不同的翻譯策略和方法，特別是針對顏色詞翻譯的特點和難點，以提供更有效和準確的翻譯指導。

總之，本研究的結果貢獻了對於《紅樓夢》中顏色詞在中英翻譯中不對應情況的認識，並提出了未來研究的方向和議題。這將有助於提高跨文化翻譯的質量和效果，並豐富相關領域的研究成果。

此外，透過紅樓夢第 49 回中英顏色詞對比分析及教學設計，在教學實踐中發現華語學習者不僅在顏色詞以及中西文化上的差異有更深的瞭解，使他們對顏色的認知不再只有彩度上的差異，而是真正認識隱藏在色彩背後的多層涵義。同一顏色詞會因生活環境、歷史背景等等的差異，引起不同的聯想及文化意涵。譯者必須了解其中西方文化的差異，能夠釐清顏色詞在中西方表達的方法，才能使用更適合的詞彙來表達。

除了上述研究，因應時代的改變，同時也設計了現在教學經常使用的混成學習結合數位化教學，增加視覺效果以提升學習動機和學習趣味性，使學習更佳便利。透過教學目標、學習過程三步驟、e-Learning 教材的學習動機設計重點和教學設計的六項指導原則，除了能達成教學的目標，也讓教學不只僅限於紙本之間，無時無刻不論身處何處都能學習，透過教學應用，讓學習者有更深刻的印象，並活用於生活之中。

期待未來在華語文教學界有更多新血加入，將紅樓夢作更多元化的研究及探討，更期待有其他豐富的教學應用可以讓此經典在華語文教學領域大放異彩。

## 參考文獻

于夢婷 (2013年1月11日)。從《紅樓夢》中“紅色”的翻譯品讀英漢顏色詞的聯想意義。

<https://wenku.baidu.com/view/9e9f2062af1ffc4ffe47acb5.html?from=search>

王珩 (2016)。華語文化詞語教學原則與方法。《語言教育論壇》，8，16-18。

李揚 (2010)《紅樓夢》中的顏色詞與翻譯。《考試週刊》，12，36。

李積姍 (2011)。論《紅樓夢》中的顏色詞翻譯。《安徽文學》，3，78-79。

肖家燕 (2007)。《紅樓夢》概念隱喻的英譯研究〔未出版之博士論文〕。浙江大學。

吳明隆 (2009)。SPSS 操作與應用：問卷統計分析實務 (第二版)。臺北市：五南圖書出版公司。

周麗艷 (2013)。《紅樓夢》人物服飾的色彩探討〔未出版之博士論文〕。瀋陽航空航天大學。

孫丹 (2007)。《紅樓夢》英譯本顏色詞翻譯研究策略〔未出版之碩士論文〕。上海外國語大學。

殷安妮 (2013)。清宮后妃的吉服。《文史知識》，2，58-66。

張敏 (2010)。從《紅樓夢》英譯本看顏色詞的翻譯方法。《文學教育(上)》，3，110-111。

張淑琦 (2006)。俄漢語顏色詞之對比研究〔未出版之碩士論文〕。國立政治大學。

張清常 (1991)。漢語的顏色詞(大綱)。《語言教學與研究》，3，63-80。

張蘭豔 (2012)。淺析中西文化中顏色詞的象徵意義。《時代報告》，8，173。

梁書恒 (2009)。《紅樓夢》中的服飾文化與翻譯。《湖南人文科技學院學報》，6，110。

盛妮佳、余笑 (2018)。功能對等理論指導下《紅樓夢》主角服飾翻譯研究。《青年文學家》，32，134-135。

陳明 (2007)。商胡輒自誇：中古胡商的藥材貿易與作偽。《歷史研究》，4，4-426。

馮其庸 (1993)。《紅樓夢校注》(原作者：曹雪芹)。臺北市：里仁書局。

崔永華 (2008)。對外漢語教學設計導論。北京：北京語言大學出版社。

- 楊秀中 (2012)。異化歸化與英漢顏色詞翻譯。福建師範大學，福建省。
- 楊春花 (2012)。不同的譯者，不同的服飾美——以《紅樓夢》第四十九回為例。通化師範學院學報，7，102。
- 趙靜 (1999)。英漢顏色詞的比較與翻譯。解放軍外國語學院學報，6，91-93。
- 鍾世潤、黃博聖 (2022)。以面對面, Moodle, Office 365 進行課後活動對英文學習動機, 學習成效及同儕互動之影響。教育科學研究期刊，67(4)，1-34。
- 謝書書、張積家 (2019)。顏色類別知覺效應的機制: 語言的作用。心理科學進展，27(8)，1384。
- 謝晨露、丁愛俠 (2014)。《紅樓夢》人物服飾中的顏色詞語研究。現代語文(語言研究版)，5，35-38。
- 戴孟宗 (2015)。現代色彩學：色彩理論、感知與應用。新北市：全華圖書。
- 闕潔、丁婷 (2009)。《紅樓夢》中表綠色調顏色詞研究。伊犁師範學院學報(社會科學版)，2，105-109。
- 龔麗坤 (2019)。紅藍與猩猩——中古時期紅色染料名稱小考。敦煌寫本研究年報，13，258-262。
- Boroditsky, L. (2003). Linguistic relativity//*Encyclopaedia of cognitive science*/L. Nadel.
- Boroditsky, L., & Liberman, M. (13–23 December 2010, 19 September 2019). For and against linguistic relativity. *The Economist*. <https://www.economist.com>
- Collins, A. M., & Ross M. Q. (1969). Retrieval time from semantic memory. *Journal of Verbal Learning and Verbal Behavior*, 8(2):240–247.
- Hawkes, D. (1973). *The story of the stone*. London, UK: Penguin.
- Gagne, R. M., Wager, W. W., Golas, K. C., & Keller, J. M. (2005). *Principles of instructional design* (5th ed.). Belmont, CA: Wadsworth/ Thompson Learning.
- Guo, X. J., & Kobayashi, H. (2006). Podcasting for Chinese education: Developing pronunciation teaching materials at Osaka Jogakuin College. *Journal of Osaka Jogakuin 4year College*, 3, 79-91 (in Japanese).
- Hino, Y., & Shen, G. W. (2007). Introduce of LMS to Chinese education: Look for qualitative change of learning support with the computer. *Kansai University Audio-Visual Education*, 30, 1-11 (in Japanese).

- Keller, J. M., & Suzuki, K. (1988). Use of the ARCS motivation model in courseware design, In D. H. Jonassen (Ed.), *Instructional designs for microcomputer courseware* (pp. 401-434). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Keller, J. M. (2010). *Motivational design for learning and performance*. New York, NY: Springer.
- Li, W. (2008). E-learning による外国語教育の展開: Blackboard learning system による中国語教育の事例を中心に. *Bulletin of the Institute of Foreign Language Education Kurume University*, 15, 37-61.
- Merrill, M. D.; Drake, L.; Lacy, M. J.; Pratt, J. (1996). Reclaiming instructional design . *Educational Technology*, 36 (5): 5-7.
- Wagner, E. (2011). Essay: In Search of the Secret Handshakes of ID . *The Journal of Applied Instructional Design*, 1 (1): 33-37.
- Suzuki, K. (2006). Instructional design for e-learning practices. *Japan Journal of Educational Technology Research*, 29(3), 197-205.
- Zhao, X. M., Tomita, N., Konno, F., Zhu, J. Q., Inagaki, T., Ohkawa, Y., & Mitsuishi, T. (2014). Development and practice of design guidelines for e-learning materials in blended learning for Chinese as a second foreign language. *The Journal of Information and Systems in Education*, 31(1), 132-146.

## 代理／代課教師的熱情與無奈： Burawoy 製造甘願理論適用性的實證分析

陳展宇<sup>1</sup>

### 摘要

臺灣的代理／代課教師處於低薪低階、沒有退休金及社會安全保障的窘境，為什麼他們寧願忍受也要長期代理／代課、有些甚至直到退休前也不願意放棄代理／代課工作？究竟有甚麼特殊緣由、又說明了現實中甚麼特殊狀況？本文參考 Burawoy「製造甘願」理論觀點，也延續陳展宇與劉正（2019）之質性研究成果，將諸多概念轉化成統計變項，依此設計適宜之問卷題目，針對臺南市 23 所公立國中的正式教師與代理／代課教師進行調查，以利將過往的重要理論觀點進行實證分析。

研究結果發現，教師的工作成就感與工作歸屬感，皆會促成甘願勞動；至於性別的影響並不全面，僅在工作參與部份有顯著的正向影響；還值得注意的是，代理／代課教師隨著年資累積，會投入更多的工作熱情。換句話說，代理／代課教師即使勞動條件不佳，但因工作的特性與內容，仍能使他們對教育工作感到甘之如飴。

**關鍵字：**代理／代課教師、製造甘願、志願性順從

---

<sup>1</sup> 陳展宇：臺南市海佃國中 輔導主任

## **Passion and Helplessness of Substitute Teachers: An Empirical Investigation of the Applicability of Burawoy's Manufacturing Consent**

**Chan-Yu Chen**

### **Abstract**

Substitute teachers in Taiwan are confronted with many difficulties such as relatively minuscule salary, inferior social status, no pension or other social security benefits; however, many of them dedicate themselves to a long-term or even a lifetime substitute teaching career. Thus, this research aims to investigate the reasons behind this phenomenon and the implications of it. Based on Burawoy's "Manufacturing Consent," we followed Chen and Liu's (2019) work, and conducted an empirical research by transforming previous qualitative findings into questionnaires and quantitative variables for data collection survey. The respondents of this survey are both regular teachers and substitute teachers from 23 municipal junior high schools in Tainan.

According to the results of our research, both the senses of accomplishment and belonging would reinforce the mechanisms of manufacturing consent, whereas the effect of gender is not stable. Moreover, it is worth noting that the more senior the substitute teachers are, the more enthusiasm they show. In other words, regardless of inferior working conditions, substitute teachers are still committed to their job and strive for their job fulfillment.

**Keywords: substitute teacher, manufacturing consent, voluntary servitude**

## 壹、研究動機與目的

長久以來代理／代課教師有著低薪、低階、沒有退休金及社會安全保障的窘境（王百合，2003），他們的勞動處境是這麼樣的嚴峻，工作地位也備受打壓，為什麼他們寧願忍受屈辱也要長期代理／代課，有些甚至直到退休前，說什麼也不願意放棄代理／代課工作，這其中真實原因到底是什麼？

可能如洪雅苓(2011)所說，代理／代課教師之所以在工作上投入極大心力，是為求往後教職的延續，時時刻刻神經上緊發條，一刻也不得閒，或許也與臺灣社會對於教師的傳統價值有關，臺灣社會對於教師賦予較高的社會地位，在工作條件上，教師工作穩定性高，薪資收入與退休金又比其他行業高出許多（林俊賢、黃毅志，2008），林生傳（2000）的研究亦指出教職在華人社會的地位仍舊崇高，這個普遍的社會認知並未改變。

除了教師的個人因素與世俗的傳統原因以外，還有什麼樣的群體制約、組織特性或社會力量讓代理／代課教師能夠一直堅持？甘願為教育工作持續付出？

Burawoy（林宗弘譯，2005）在《製造甘願》中的核心關懷，啟發了我們對上述問題的合理解釋。Burawoy 的基本提問包括：為什麼工人會驅使自己去達成公司的利益？為什麼要去迎合那些只會不擇手段壓榨你的頂頭上司，甚至做得比他們的期望還要多？Burawoy 認為在特定的條件下，勞資雙方的利益可能經由工作現場的制度安排與運作而得到調和，進而達成勞動者的「志願性順從」（voluntary servitude），而驅動他們投入生產。Burawoy 的理論觀點值得好好思考，因為這樣的志願性順從也發生在代理／代課教師身上。George (2009)觀察教師的工作，教師能從教學中獲得的樂趣和滿足感，即使過程中教師可能需要花費很大的努力，但只要有利於學生學習，就是他們最大的滿足(George, 2009)，這樣的滿足會願意讓教師持續努力下去，也印證了 Burawoy 製造甘願理論可說明教師工作的特質。

陳展宇與劉正（2019）參考 Burawoy 的研究，以質性研究的角度，探究代理／代課教師這是否也發生甘願勞動現象，研究結果發現：在代理／代課教師進入教育市場之後，受到三種機制的束縛，這三大機制分別為「教人遊戲」、「內部勞動市場」與「內部國家」，讓代理／代課教師不知不覺走入甘願的牢籠，讓他們無止盡的犧牲奉獻，一旦當了代理／代課教師，就很難不繼續下去。總而言之，許多代理／代課教師的教職生涯如同一部被製造甘願的歷程。

然而，Burawoy（林宗弘譯，2005）的製造甘願以及陳展宇與劉正（2019）所提出之三大機制是否能真實應用於教師的甘願勞動，皆未經過量化研究之檢驗，本研究設計結構化的問卷，以量化分析的取徑測量製造甘願歷程中的諸多概念，再進行資料分析與統計假設檢定，以檢証他們的觀點是否適宜應用於教師甘願勞動，使研究結果能更具說服力，並累積相關研究成果，供未來研究持續發展。

## 貳、教師甘願勞動的研究成果

Burawoy (林宗弘譯, 2005) 詮釋了工人同意被剝削的過程, 在其分析中, 工人的團結被破壞, 資本家透過三大機制讓工人習慣於資本主義的生產關係: 趕工遊戲、內部勞動市場與內部國家, 工人們在抵制管理權威追求自己的利益過程, 似乎總是強化資本的力量, 工人在有限範圍的自主性, 行使對資本主義的生產同意(Leidner, 2001)。而工人有可能去掌握一部分的勞動過程, 又能建立威望、成就感與榮耀, 因此趕工除了實質金錢報酬, 也得到了社會報酬(Clawson and Fantasia, 1983)

代理／代課教師同樣面臨著相當多的工作上的不平等, 包括專業不被認同、代課負面的刻板印象、待遇與制度的不平等、工作負擔過多、不合理的工作要求、社會給予的壓力、家長不友善的態度等 (Dain, 1994, 李倩慧, 2015; 林燕琇, 2016; 段菀翠, 2014; 陳展宇、劉正, 2017; 張民杰, 2012; 張晏華, 2011; 楊嘉雯、李麗日, 2013; 蔡燕瑾, 2010; 賴韋婷, 2014; 段菀翠, 2014; 洪立敏, 2022), 即便如此, 許多代理／代課教師仍不惜耗費青春年華, 堅持長期代理／代課。

代理／代課教師所遭遇的處境, 如同 Heck and Williams(1984)提到, 一般新任教師會經歷一次難以承受的事業打擊, 因為資淺受到他人所輕視, 代理／代課教師卻是重複體驗這種感覺。然而, 代理／代課教師為了做好口碑, 也只能摸著頭努力苦撐下去了, 甚至恐懼可能隨時因不適任而被解雇(Campbell, 1994)。即便如此, 許多代理／代課教師仍不惜耗費青春年華, 甘願長期代理／代課。

陳展宇與劉正 (2019) 對相當數量的代理／代課教師進行過深入訪談, 從其工作態度、工作投入等諸多面向, 整理出代理／代課老師們的一般特徵, 並將之與 Burawoy 的工人勞動進行了比較分析。教師所處的工作環境, 面對的不是冷冰冰的工廠機械, 而是擁有溫度的莘莘學子, 學生所給予的教學回饋、熱情回應與正向成長都是教師甘願付出的最大原動力, 會深植在代理／代課教師的心中, 當工作上遇到瓶頸這些成就感會化成一股動力克服困境 (林雪玲, 2020), 教師也能從教學中獲得的樂趣和滿足感, 即使過程中教師可能需要花費很大的努力而且相當辛苦, 但只要有利於學生學習, 就是他們最大的滿足(George, 2009), 這也使得代理／代課教師不會輕易放棄代理／代課工作, 即使有些人心中早已放棄成為

正式教師，也想繼續堅持下去（林昭仁，2008；張晏華，2011；劉欣宜，2007；蔡燕瑾，2010）。這種美好經驗使教師更專注於師生關係的經營，著眼於如何讓眼下的學子變得比以前更好，陳展宇與劉正（2019）將教師這樣的工作特性命名為「教人遊戲」。

Burawoy 的趕工遊戲必須搭配內部勞動市場的輔助運作，讓趕工遊戲搭配薪資福利與職位升級之遊戲機制，促使工人甘願長期為企業效忠服務，一旦工人的長期薪酬、利潤和地位與公司的績效有所連結，工人將會為公司更加賣力 (Freeland, 2001; Seidman, 2001)；反觀代理／代課教師是學校的非核心人員，年資對於職位的提昇或薪資福利的成長沒有實質意義，代理教師只能眼看著正式教師的薪水隨著年資一年比一年調升，而自己的薪水卻原地踏步，只能暗自心酸（蕭雅菁，2021）。但是年資是教學經驗與專業的積累象徵，也是學校對其專業信任之依據，代理教師為了能有再聘機會，聘期期間往往致力於做好自己的工作（楊佳倫，2020），另一方面，學校透過再聘機制讓代理教師能因工作安定對學校產生認同感與歸屬感，增加工作投入意願，並持續留在教學現場，鞏固其教學承諾（劉宜芳，2020），因此他們會傾向在同一間學校當代理／代課，直到學校不要他們為止（林雪玲，2019）。

Burawoy 的內部國家則是透過工會的運作幫助工人調整勞動權益，然而，臺灣的工會發展較短，實力遠不如美國的工會制度（張晉芬，2015）。這樣的現象在中小學更是如此，教師有組織教師會或教師工會的權利，社會大眾認為兩種組織的成立目的皆是為了保障教師的權益，卻忽略這些組織團體的成立，教師的教學角色任務並沒有太大的變動，教師工會的訴求仍需以學生的受教權保障為優先（楊雅婷，2012），這也讓教師工會的能動性受到限制。而「代理代課教師」這份職業的出現，起初是為了符應校內正式教師因請長期的假期，而學校只得請其他的「替代性人力」來補充教師人力不足的狀況（陳婉琦，2021），代理／代課教師有參加工會者實屬少數，代理／代課教師就如同不被保護的學校邊緣人。

Burawoy 製造甘願的理論核心在於「階級」層面的探討，但是製造甘願可能還有其它不同的影響因素，正如女權主義學者和後殖民理論家所觀察到的那樣，勞動條件不僅是由 Burawoy 認定的階級所構成，可能也是由性別、種族或新移民等其它因素所構成 (Pierce, 2001; Salzinger, 2001)，特定工作的女性如何構成勞動過程，以及女性工作者在男性霸權理解下產生什麼樣的意義和身份？這些問題都

會讓製造甘願的概念複雜化(Pierce, 2001)。

代理／代課教師之所以能達成甘願勞動，「性別」可能是一個重要關鍵（王采薇，2015；劉欣宜，2007；王百合、游美惠，2003；洪雅苓，2011；張民杰，2010，2012；張秀娟、賴念華，2011；梁金都，2010；游美惠、王百合，2007；楊家瑜，2013；楊嘉雯、李麗日，2013；葉偉崧，2007；陳展宇、劉正，2019），目前的代理／代課教師性別比例，女性至少佔八成（教育部，2011），年輕的女性教師主要是期待自己有朝一日成為真正的正式，在考上正式以前，暫時代理／代課是一條必經之路；而資深已婚女性教師的考量點則有所不同，他們可能對考上正式教師已不抱太大期望，他們多半並非一家之主，沒有太多支撐家計的隱憂，代理／代課的工作彈性優勢，讓他們可以兼顧家庭，在這樣的條件下足夠讓他們毫無後顧之憂投入代理／代課工作之中，另一方面，他們也想從中尋得社會認同感與存在價值（陳展宇、劉正，2019）。

## 參、研究設計

### 一、樣本資料

本研究樣本蒐集對象是臺南市公立國中教師，包含正式教師與代理／代課教師，之所以將正式教師也列為研究範疇，主要是欲透過與代理／代課教師的分析比較，以突顯代理／代課教師是否有更高程度的甘願勞動，在2018年6月針對臺南市23所公立國中教師發放問卷（彙整如表1），本研究根據臺南市教育統計（2018）資料所顯示的臺南市教師資料特徵，例如性別、年資、科目比例等，估計所需之樣本再進行抽樣調查。8月完成問卷回收，收到的有效問卷計294份，其中正式教師有160份，代理／代課教師有134份，針對台南市不同行政區、市區／偏鄉做樣本蒐集。樣本資料來源詳如表1所示。

表1 樣本資料來源

行政區	中西區	東區	南區	北區	安平區	安南區	東山區	七股區	山上區
校數	2	3	1	2	1	3	1	1	1
行政區	麻豆區	南化區	仁德區	大內區	七股區	北門區	將軍區	安定區	
校數	1	1	1	1	1	1	1	1	

本研究所蒐集的教師樣本背景資料，呈現如表2。問卷搜集過程，代理／代課教師的樣本蒐集是本研究的一大難題，根據師資培育統計年報（2016）資料顯示，目前在國中服務的合格代理／代課教師，全國共有4,253人，其中臺南市僅有168人，每間學校都僅有零星少量的代理／代課教師，本研究透過有限的人際管道做樣本搜集，根據台南市不同行政區、市區／偏鄉為劃分基準做樣本資料蒐集。另外，師資培育統計年報（2016）或臺南市教育統計（2018）沒有對代理／代課教師做細部分析，尤其在非合格代理／代課教師的部分更是有所闕漏，難以呈現完整代理／代課教師的統計特徵。

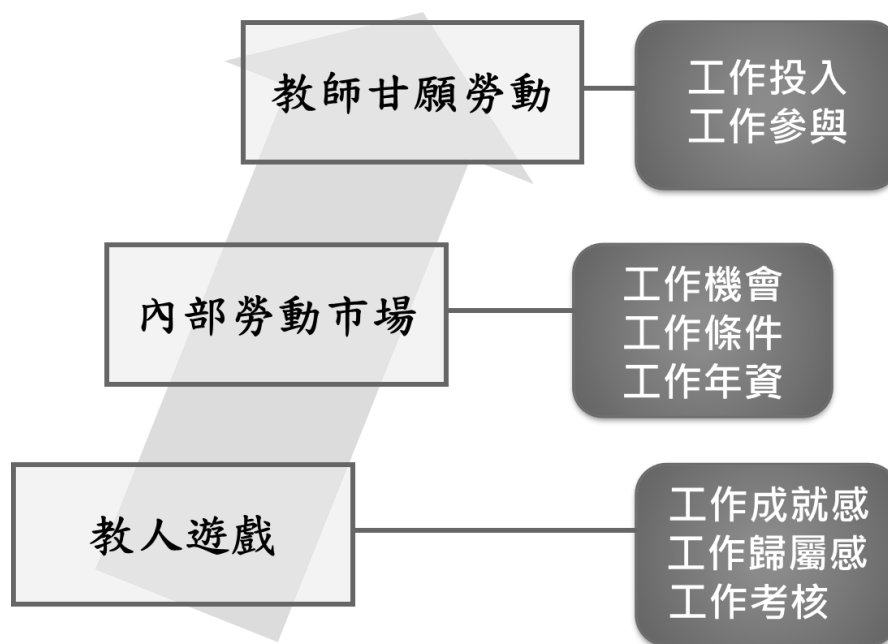
表 2 教師有效樣本背景資料 (N=294)

背景項目	類別	正式教師	代理／代課
性別	男	45(28.1%)	36(26.9%)
	女	115(71.9%)	98(73.1%)
婚姻	未婚	46(28.8%)	83(61.9%)
	已婚	114(71.2%)	51(38.1%)
年齡	30 歲以下	8(5.0%)	36(26.9%)
	31-40 歲	75(46.9%)	55(41.0%)
	41-50 歲	67(41.9%)	30(22.4%)
	51 歲以上	10(6.3%)	10(7.5%)
	未答	0(0%)	3(2.2%)
教育程度	大學	37(23.1%)	89(66.4%)
	碩士	121(75.6%)	42(31.3%)
	博士	2(1.3%)	3(2.2%)
任教領域	英文	28(18.7%)	25(18.7%)
	數學	19(13.4%)	18(13.4%)
	國文	30(23.9%)	32(23.9%)
	自然	24(14.2%)	19(14.2%)
	社會	20(11.9%)	16(11.9%)
	藝術	6(7.5%)	10(4.5%)
	健體	15(4.5%)	6(4.5%)
	綜合	15(4.5%)	6(4.5%)
	科技	3(1.5%)	2(1.5%)
任教年資	5 年以下	14(8.8%)	58(43.3%)
	6-10 年	26(16.3%)	32(23.9%)
	11-15 年	49(30.6%)	21(15.7%)
	16-20 年	33(20.6%)	14(10.4%)
	21 年以上	38(23.8%)	5(3.7%)
	未答	0(0%)	4(3.0%)
服務地區	原台南市	97(60.9%)	82(61.2%)
	原台南縣	63(39.4%)	52(38.2%)
職稱	教師兼行政	51(31.9%)	
	導師	75(46.9%)	
	專任教師	34(21.3%)	
	代理教師		52(38.8%)
	代課教師		82(61.2%)
教師證照	有		87(64.9%)
	無		47(35.1%)
教職以外 工作經驗	有		21(15.7%)
	無		113(84.3%)

## 二、研究變項

本研究以 Burawoy (林宗弘譯, 2005) 及陳展宇與劉正 (2019) 為理論參考架構, 探討教師是否有發生類似工人的甘願勞動, 本研究轉化成量化研究變項做進一步分析, 如圖 1 所示, 說明如下:

圖 1 質量變項轉化操作圖



### (一) 教人遊戲

陳展宇與劉正 (2019) 認為教師工作有類似趕工遊戲的勞動特質, 將之命名為「教人遊戲」, 教師如果在工作過程中獲得高度的「工作成就感」, 並得到被學校組織成員看重的「工作歸屬感」, 將能有效啟動教師的教人遊戲, 對於工作更會甘願付出, 甚至樂此不疲。在此同時, 教師在工作過程當中, 也受到「工作考核」的壓力, 這也是不得不努力付出的原因之一, 但是這種類型的甘願比較偏向被迫甘願。

綜上所述，本研究將教師的教人遊戲分成三種變項作詮釋，分別為工作成就感、工作歸屬感與工作考核。

## （二）內部勞動市場

Burawoy 的內部勞動市場，主要論點是企業經常以年資作為掌握人力資源的手段，陳展宇與劉正（2019）認為「年資」雖然對於代理／代課教師不具有意義，但年資所代表的是教學經驗的累積，教學經驗愈豐富，應聘成功機會也會相對提昇，因此在其研究中將「年資」視為重要的背景變項。

代理／代課教師雖非學校的核心人員，但依然是學校不可或缺的支援人員，因此也將之列為內部勞動市場的一員，代理／代課教師所提供的「工作條件」雖無法與正式教師相比，還是比其他行業好上許多。同時，每間學校都能提供一定數量的代理／代課的「工作機會」，表現良好還能在同一間學校長期續聘，代理／代課工作已如同是變相穩定。綜上所述，無論是正式教師或代理／代課教師，年資都將作為重要背景變項，而代理／代課教師再加入兩種變項做討論，分成工作條件與工作機會。

陳展宇與劉正（2019）認為內部國家對於教師甘願勞動也有一定程度影響力，但本研究的代理／代課教師受訪者普遍缺參與工會之經驗，在問卷的回收過程，受訪者有許多未填答之狀況，因此內部國家部分較難進行量化探討。

## （三）教師甘願勞動

教師甘願勞動來自於教育本身就一種良心事業，這種志願性順從可能是自發性的，也是對教育工作無私的犧牲奉獻，本研究透過兩種變項做詮釋，其一是「工作投入」，工作投入如同是一位教師對教育工作的熱情，熱情的程度愈高，將會更有意願對教育工作做出犧牲奉獻。其二是「工作參與」，工作投入比較偏向分內工作的投入，而工作參與比較強調教師對於職責本份工作之外，對於其他額外工作還能主動參與程度，這種自願性的主動參與，正可說明代理／代課教師的甘願不見得全然出於被迫。

### 三、問卷說明

本研究採取自編式問卷設計，以陳展宇與劉正(2019)質性研究所歸納之結果為題型設計主要依據，並參考過去學者的研究問卷為輔助，例如臺灣社會變遷基本調查七期一次(2015)的「工作與生活」、工作滿意度量表(Weiss., Dawis., England and Lofquist, 1967)、工作投入量表(Schaufeli and Bakker, 2002)等，並且兼顧教師工作的特殊性，初步問卷預先提供教師做前測評估，再經篩選潤飾後，形成正式問卷，問卷分成「工作投入量表」<sup>2</sup>與「工作參與量表」<sup>3</sup>

由於工作型態的差異，有必要為「代理／代課教師」與「正式教師」設計不同版本之問卷，兩種版本題目大部分都相同，只有少數不一致，主因是兩種教師所面對的情境有些差異，因而有不同的題型設計。

問卷填答採取 Likert 五點量表，其選項分別為「相當不同意」、「不同意」、「無意見」、「同意」、「相當同意」，計分時依序給予 1、2、3、4、5 分。

### 四、研究架構

#### (一) 變項說明

1. 背景變項：年資、性別、身分、科目、志向、證照
2. 依變項：工作投入、工作參與
3. 解釋變項：工作成就感、工作歸屬感、工作考核、工作條件、工作機會

#### (二) 研究假設

1. 背景變項研究假設：教師不同的背景變項，對於教師甘願勞動的影響性。
2. 工作成就感假設：當教師在工作歷程中感受到的成就感愈高，所付出的甘願勞動將會增加。

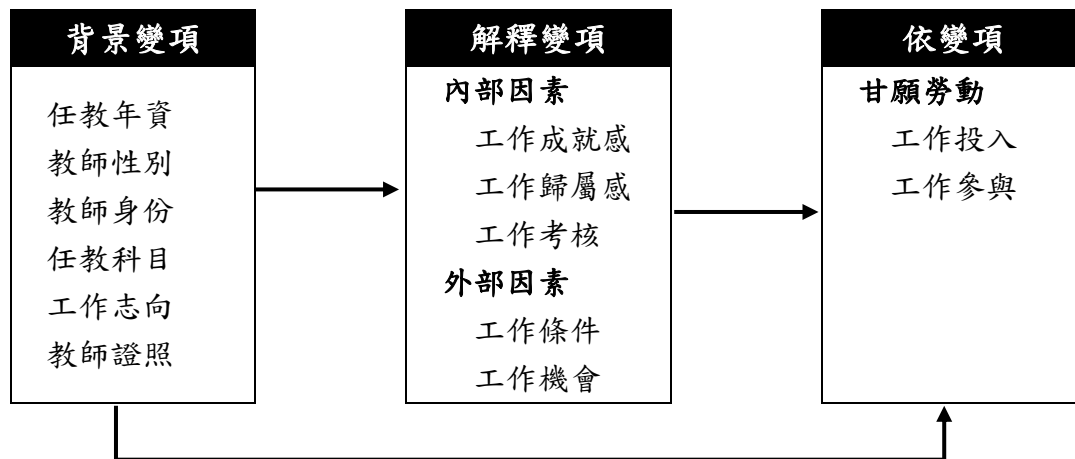
---

<sup>2</sup> 工作投入量表，經探索性因素分析後，KMO 取樣適切性量數達 0.781，球形檢定值為 547.364，達 0.001 顯著性水準，屬尚可進行因素分析，後採用主軸因子分析法，選擇特徵值大於 1 的因素，並以最大變異法作為入選標準進行分析，計抽取出 1 個因素，累積解釋變異量為 58.931，Cronbach's  $\alpha$  內部一致性顯示為 0.813。

<sup>3</sup> 工作參與量表，經探索性因素分析後，KMO 取樣適切性量數達 0.762，球形檢定值為 352.515，達 0.001 顯著性水準，屬尚可進行因素分析，後採用主軸因子分析法，選擇特徵值大於 1 的因素，並以最大變異法作為入選標準進行分析，計抽取出 1 個因素，累積解釋變異量為 61.560，Cronbach's  $\alpha$  內部一致性顯示為 0.789。

3. 工作歸屬感假設：當教師在工作歷程中感受到的歸屬感愈強，所付出的甘願程度將會增加。
4. 工作考核假設：當教師感受到工作考核的程度愈高，甘願程度將會提昇
5. 工作條件假設：當代理／代課教師認為代理／代課的工作條件比其他工作要好，甘願程度將會提高。
6. 工作機會假設：當代理／代課教師認為代理／代課的工作機會很多，甘願程度會愈高。

圖 2 量化研究架構



## 肆、研究分析

### 一、變項分析

#### (一) 差異分析

表3為研究變項的差異分析表。首先測量兩種教師甘願勞動付出程度差異，本研究發現除了「工作投入」有顯著差異 ( $p < 0.01$ )，而「工作參與」差異更為顯著 ( $p < 0.001$ )，在平均分數上的表現皆為代理／代課教師高於正式老師，也就是說代理／代課教師比正式教師有更高的甘願勞動，此部分將於後續的迴歸分析再做進一步探究。

解釋變項分析顯示，本研究發現正式教師與代理／代課教師在工作成就感的差異較為明顯 ( $p$  值為 0.09)，代理／代課教師比正式教師高出一些。而在「工作歸屬感」方面，兩種教師差異不大。

最後，背景變項分析顯示「工作志向」有顯著差異 ( $p < 0.001$ )，代理／代課教師比正式教師有較高比例以當老師作為工作志向，這也說明即使目前教甄錄取率低、工作條件不好的嚴峻環境下，可能有許多代理／代課教師憑著對教育工作的熱情，以當老師作為人生最大目標，否則難以支撐到現在。

表 3 背景變項之差異性分析

變項	職稱	人數	平均數	標準差	檢定值	p 值
<b>依變項</b>						
工作投入**	正式	160	4.023	0.654	3.516	0.001
	代理／代課	133	4.270	0.532		
工作參與***	正式	160	3.169	0.714	3.694	0.000
	代理／代課	134	3.478	0.715		
<b>解釋變項</b>						
工作成就感+	正式	160	4.240	0.558	1.701	0.090
	代理／代課	133	4.353	0.585		
工作歸屬感	正式	160	3.673	0.603	0.070	0.944
	代理／代課	133	3.679	0.645		
<b>背景變項</b>						
女性	正式	160	0.719	0.451	0.058	0.896
	代理／代課	134	0.731	0.445		
任教主科	正式	160	0.756	0.431	1.810	0.200
	代理／代課	134	0.821	0.385		
工作志向***	正式	160	0.338	0.474	18.710	0.000
	代理／代課	134	0.590	0.494		
任教年資***	正式	160	14.944	6.625	102.735	0.000
	代理／代課	131	8.237	6.340		

註：+ p<0.1；\* p<0.05；\*\* p<0.01；\*\*\* p<0.001

平均數使用 T-檢定，比例使用卡方檢定

## 二、迴歸分析

### (一) 代理／代課教師甘願勞動之影響因素

#### 1. 工作投入分析

表 4 前半部針對代理／代課教師的「工作投入」做探討<sup>4</sup>，模型一討論工作內部因素有關的解釋變項，分析結果顯示背景變項「工作志向」、「有教師證」與「年資」對工作投入發揮影響力，而解釋變項的「工作成就感」有高度正向顯著。

附表 1 顯示「工作志向」對「工作成就感」有顯著影響，也就是說「工作成就感」有部分中介效果，這說明教人遊戲中的「工作成就感」可能才是影響代理／代課教師「工作投入」的關鍵，與其說想要當老師，不如說是喜歡這份工作，享受「教人遊戲」過程中所得到的工作成就感，這也證實了 George(2009)的論點，教師確實能在教學中獲得的樂趣和滿足感，只要有利於學生學習，就是他們最大的滿足(George, 2009)，即使心中早已放棄成為正式教師，也想繼續堅持下去(林昭仁，2008；張晏華，2011；劉欣宜，2007；蔡燕瑾，2010)

而「年資」也具有重要的影響力，這也說明代理／代課教師會隨著年資的增加，有愈來愈高的「工作投入」意願，驗證了「一旦當了代理／代課教師就很難不繼續努力下去，一年比一年更加甘願勞動，或許誠如楊佳倫(2020)所說，代理／代課教師聘期期間往往致力於做好自己的工作，以求得下次續聘機會。

表 4 的模型二加入工作外部因素有關的解釋變項，也就是內部勞動市場的討論，模型二與模型一的分析結果頗為相似，唯一的差別是「有教師證」已不具有顯著影響，而工作外部因素有關的「工作條件」與「工作機會」也不具有明顯的影響，可能的解釋代理／代課教師認真投入工作，外部的情況可能並非他們考量的主要重點，這幾年的陳情抗爭行動對於工作條件與工作機會的改善相當有限，他們除了感到無奈也只能認份，外界對他們的工作表現評價、工作條件好壞、工作機會多寡等這些外部因素是他們所無法控制的，唯一能做的就是認真盡好自己的本份，以熱情的心與正向的態度去面對這份工作，對於代理／代課工作雖然不

---

<sup>4</sup> 受限於篇幅限制補充說明，代理／代課教師的工作投入若單以背景變項進行迴歸，分析發現「工作志向」、「有教師證」與「年資」對於工作投入有顯著影響。其中「工作志向」( $p < 0.001$ )與「年資」( $p < 0.05$ )對於工作投入有正向顯著影響，「當老師為志向者」比「非當老師為志向者」高出 0.368 分；「年資」每增加一年，將增加 0.017 分的「工作投入」；而「有教師證」( $p < 0.05$ )則呈現負向顯著影響，「沒有教師證」的教師比「有教師證」的教師高出 0.210 分。

滿意，但至少生活還過得去，勉強能接受。

然而，代理／代課教師之所以能達成甘願勞動，「性別」可能是一個重要關鍵（王采薇，2015；劉欣宜，2007；王百合、游美惠，2003；洪雅苓，2011；張民杰，2010，2012；張秀娟、賴念華，2011；梁金都，2010；游美惠、王百合，2007；楊家瑜，2013；楊嘉雯、李麗日，2013；葉偉崧，2007；陳展宇、劉正，2019），代理／代課教師的「工作條件」會因為性別的不同，而有所差異（附表 1），代理／代課教師所提供的「工作條件」，相較男性來說，女性認為代理／代課工作條件不夠好，女性可能為了同時兼顧家庭與工作，因而有較高意願長期從事代理／代課，但是另一種角度來說，也正因為家務牽絆，限制了他們尋找更好工作之可能，家務勞動造成了許多已婚婦女的就業阻礙，女性擔任代理／代課教師可能只是在能兼顧家庭狀況下較好的工作選擇，但是並不能代表代理／代課是他們認定最好的工作。

值得補充的是，代理／代課教師的「工作歸屬感」也會因為性別的不同而有所差異（附表 1），女性代理／代課教師的工作歸屬感低於男性，女性願意從事代理／代課教師，多半以是否能兼顧家庭因素為最大利益考量，女性重視家庭更甚於工作，一旦家庭需要他們付出更多時間，他們可能就無法承擔額外工作的可能，在這樣的情況下，有較少的工作歸屬感是可以理解的。

表 4 代理／代課教師之迴歸分析

自變項	工作投入(N=120)		工作參與(N=121)	
	模型一	模型二	模型一	模型二
<b>背景變項</b>				
女性 (=1)	-0.021 (0.088)	-0.004 (0.090)	-0.058 (0.130)	-0.057 (0.134)
任教主科 (對照副科)	-0.090 (0.095)	-0.062 (0.098)	-0.147 (0.141)	-0.150 (0.146)
工作志向 (對照非志向)	0.181* (0.080)	0.187* (0.082)	0.142 (0.118)	0.144 (0.121)
有教師證 (對照無教師證)	-0.151+ (0.086)	-0.132 (0.089)	-0.041 (0.127)	-0.045 (0.132)
任教年資	0.016* (0.007)	0.013+ (0.007)	0.005 (0.010)	0.006 (0.010)
<b>解釋變項</b>				
工作成就感	0.484*** (0.073)	0.479*** (0.073)	0.282* (0.107)	0.283+ (0.108)
工作歸屬感	0.089 (0.061)	0.073 (0.063)	0.517*** (0.091)	0.519*** (0.094)
工作考核 (代)	-0.056 (0.057)	-0.055 (0.058)	0.169* (0.084)	0.171* (0.086)
工作條件 (代)		0.057 (0.052)		0.002 (0.077)
工作機會 (代)		0.025 (0.056)		-0.012 (0.083)
常數項	1.986*** (0.376)	1.783*** (0.410)	-0.127 (0.555)	-0.106 (0.609)
<b>R<sup>2</sup></b>	0.466	0.474	0.390	0.390

註：+ p<0.1；\* p<0.05；\*\* p<0.01；\*\*\* p<0.001；括號內的數字為標準誤

## 2、工作參與分析

表 4 後半部針對代理／代課教師的「工作參與」做探討<sup>5</sup>。模型一主要以工作內部因素為討論重點，有關教人遊戲的三個解釋變項「工作成就感」( $p < 0.05$ )、「工作歸屬感」( $p < 0.001$ )與「工作考核」( $p < 0.05$ )皆呈現顯著正向影響。

我們對照附表 1 的分析發現，「工作志向」對「工作成就感」與「工作歸屬感」皆具有顯著影響，這表示「工作成就感」與「工作歸屬感」有完全中介效果，這說明影響代理／代課教師的工作參與，不能單純僅以志向因素就足以充分解釋，教人遊戲可能才是主要關鍵。

從上述結果可以得知，擁有成就歸屬的代理／代課教師，除了能全心投入工作，他們在思想上、心理上與情感上可能對學校產生了認同使命感，渴望成為組織的一份子，會樂於參與學校的工作，甘願為了學校而付出額外的努力。然而，工作參與過程也不見得全然正向，許多代理／代課老師確實受制工作考核的強大壓力，這說明代理／代課教師之所以會參與額外工作，有些恐怕是出於無奈，為了博取學校的好印象，不得不積極追求表現，以提昇下年度續聘的可能機會，因此「工作考核」感受愈強烈的代理／代課老師，會有比較高的「工作參與」。這也說明了學校得以透過工作考核的再聘機制，讓代理教師能因工作安定對學校產生認同感與歸屬感，增加工作投入意願，並持續留在教學現場，鞏固其教學承諾（劉宜芳，2020）。

表 4 的模型二為工作外部因素討論，加入內部勞動市場的解釋變項，結果顯示「工作條件」與「工作機會」對於「工作參與」皆不具有顯著影響，這與前述「工作投入」分析結果相似，這說明內部勞動市場的相關因素對於教師甘願勞動並非主要考量項目。

綜上所述，「工作成就感」、「工作歸屬感」與「工作考核」所構成的教人遊戲是影響代理／代課教師工作參與的重要關鍵，其中又以「工作歸屬感」最具有顯著影響。

<sup>5</sup> 受限於篇幅限制補充說明，代理／代課教師的工作參與若單以背景變項進行迴歸，分析發現「工作志向」有正向顯著影響 ( $p < 0.01$ )，「當老師為志向者」比「非當老師為志向者」高出 0.379 分，這與前述的工作投入模型相似，而年資部份則不具有顯著影響。

### (三) 正式教師甘願勞動之影響因素

#### 1. 工作投入分析

有關正式教師甘願勞動之影響因素，分析結果見表 5。表 5 前半部針對正式教師的「工作投入」做探討，模型一只選擇背景變項進行迴歸，分析發現「工作志向」( $p < 0.001$ )與「代理／代課經驗」( $p < 0.05$ )對工作投入有顯著正向影響，綜合前述代理／代課教師的分析，無論是正式教師或代理／代課教師，若一開始就以當老師為志向者，基於對教師工作的熱愛，理當會有所投入。而有代理／代課經驗也是重要影響關鍵，曾有過「代理／代課經驗」的正式教師會有較高的工作投入，過去的代理／代課甘苦經驗可能對能當老師會更加珍惜，對「工作投入」會有正向影響。

表 5 的模型二加入解釋變項做探討，「工作志向」依然有顯著影響，但是影響程度略有縮減，對照附表 2 可以得知，「工作志向」對於「工作成就感」與「工作歸屬感」都有顯著影響，這說明「工作成就感」與「工作歸屬感」有部分中介效果。比較值得關注是，教人遊戲的三大核心要素「工作成就感」( $p < 0.001$ )、「工作歸屬感」( $p < 0.001$ )與「工作考核」( $p < 0.1$ )皆有顯著影響，前兩者呈現正向顯著影響。

整體來說，無論是何種教師身份，只要教師愈能擁有工作成就感，對教育工作會更甘願付出；工作歸屬感則是有被他人看重、被當成組織一份子的重視感，歸屬感愈高將對學校愈有向心力，對於工作投入程度理當會有提升效果。比較值得注意的是，正式教師的「工作考核」對工作投入反而呈現負向影響，也就是說當正式教師感受到的工作考核愈強烈，反而愈無助於工作投入，如果學校主管單位過於嚴格執行考核，欲透過考核作為管理控制教師的手段，反而容易引發教師的激烈反彈，他們可能會不願意對工作有積極投入。

表 5 正式教師之迴歸分析

自變項	工作投入(N=157)		工作參與(N=157)	
	模型一	模型二	模型一	模型二
<b>背景變項</b>				
女性 (=1)	-0.115 (0.113)	-0.055 (0.098)	0.110 (0.131)	0.201+ (0.109)
任教主科 (對照副科)	-0.051 (0.121)	0.004 (0.105)	-0.099 (0.140)	-0.050 (0.117)
工作志向 (對照非志向)	0.511*** (0.104)	0.238* (0.097)	0.309* (0.121)	-0.010 (0.109)
職稱 (對照專任)				
導師	-0.154 (0.134)	-0.095 (0.115)	-0.139 (0.155)	-0.097 (0.129)
兼任行政	0.013 (0.148)	0.040 (0.130)	0.051 (0.172)	0.014 (0.146)
代理代課經驗 (對照無經驗)	0.244* (0.106)	0.192* (0.092)	0.221+ (0.123)	0.169 (0.103)
年資	0.007 (0.008)	0.002 (0.007)	0.013 (0.009)	0.010 (0.008)
<b>解釋變項</b>				
工作成就感		0.339*** (0.089)		0.269** (0.100)
工作歸屬感		0.339*** (0.078)		0.567*** (0.087)
工作考核 (正)		-0.094+ (0.053)		0.095 (0.059)
常數項	3.845*** (0.223)	1.480** (0.461)	2.826*** (0.258)	-0.580 (0.514)
<b>R<sup>2</sup></b>	0.178	0.406	0.078	0.381

註：+ p<0.1；\* p<0.05；\*\* p<0.01；\*\*\* p<0.001；括號內的數字為標準誤

## 2. 工作參與分析

表5後半部主要針對正式教師的「工作參與」做探討，模型一以背景變項進行迴歸分析，本研究發現「工作志向」與「代理／代課經驗」對工作參與具有顯著正向影響。

模型二再加入解釋變項以後，教人遊戲有關的「工作成就感」與「工作歸屬感」對於「工作參與」皆呈現顯著正向影響性。

另外，模型二的背景變項則不再具有顯著性，搭配附表2可以得知，「工作志向」對於「工作成就感」與「工作歸屬感」皆具有顯著影響，這說明「工作成就感」與「工作歸屬感」有完全中介效果，也就是說，促成正式教師「工作參與」真正的關鍵可能還是跟教人遊戲的「工作成就感」與「工作歸屬感」有關，這樣的分析結果與前述代理／代課教師的工作參與分析結果相似，也再次說明無論是何種教師身份，教人遊戲皆能有助於教師甘願為學校做額外的付出。

## 伍、研究結論

### (一) 研究結果

#### 1. 工作志向是影響教師甘願勞動的初始關鍵

本研究將兩種教師的甘願勞動做了綜合比較，表 6 是教師甘願勞動的比較摘錄表，兩種教師有其相似的特質，教師之所以能維持良好的工作動能，「工作志向」是一個重要關鍵，想當教師必須仰賴長期的興趣培養，因為想當老師而促成教師的甘願勞動，即使有數次教師甄試失敗經驗也不屈不撓，為了一圓教師夢而不甘輕易放棄。

表 6 各研究變項對教師甘願勞動之影響摘錄表

面向	工作投入		工作參與	
	正式	代理／代課	正式	代理／代課
<b>背景變項</b>				
性別	×	×	+	×
任教主科	×	×	×	×
工作志向	+	+	×	×
任教年資	×	+	×	×
<b>教人遊戲</b>				
工作成就感	+	+	+	+
工作歸屬感	+	×	+	+
工作考核	—	×	×	+
<b>內部勞動市場</b>				
工作條件		×		×
工作機會		×		×

註：「+」代表有正向顯著；「—」代表負向顯著；「×」代表沒有顯著影響

## 2. 「教人遊戲」使教師長久保持對教育的熱情

教師在工作過程中，得到教人遊戲所賦予的工作成就感，學生溫情回饋是教師最大的動力泉源，教人遊戲可能與同仁的互動所產生的工作歸屬感，更是一大助力。值得注意的是，隨著年資的提昇，代理／代課教師投入教人遊戲的程度也不見得會遞減，反而是隨著年資累積，會願意投入更多的工作熱情，這說明教人遊戲很難讓人感到厭倦，代理／代課教師即使勞動條件不佳，但是對於教育工作依舊能甘之如飴。

## 3. 「工作考核」使代理／代課教師在壓力下努力向前

代理／代課教師的甘願勞動可能來自某些壓力，一年一聘的考核的壓力，逼使他們不得不賣力付出，這種付出表現在工作參與最為明顯，他們盡可能表現對學校活動的積極參與感，讓學校看到好的一面，以增加下一年度的續聘機會。至於工作的外部因素，偏向內部勞動市場的討論部份，像是工作條件與工作機會，對於代理／代課教師的甘願勞動沒有顯著影響，這可能跟代理／代課教師對這份工作的認知態度有關，正如同陳展宇與劉正（2019）所說，他們對於工作條件好壞或工作機會多寡並沒有能力去控制，也只能認份，另外，即使代理／代課多年薪資福利都維持固定，無法對工作產生激勵效果，整體來說，雖然對目前工作現狀不滿意，但至少還能接受，因此內部勞動市場所產生的影響有限，難以對教師甘願勞動起太大漣漪。

### （二）分析驗證

#### 1. 內部勞動市場對於教師甘願勞動的影響程度有限

陳展宇與劉正（2019）的研究指出，代理／代課教師教師的甘願勞動乃由教人遊戲與內部勞動市場的有利條件所構成，但是實際的量化分析驗證只有教人遊戲有關解釋變項構成顯著影響，而內部勞動市場有關的解釋變項影響程度相當有限，但值得注意的是，代理／代課教師確實有隨著年資累積，有更高的工作投入意願，這獲得本研究量化分析的驗證，也就是說，代理／代課教師一旦開始就任，就很難不繼續擔任，其教職生涯如同一部被製造甘願的歷程，令人無奈的是代理／代課教師為了能有再聘機會，聘期期間往往致力於做好自己的工作(楊佳倫，2020)，一直努力到學校不要他們為止（林雪玲，2019）。

## 2. 性別因素對於教師甘願勞動的影響並不顯著

過去文獻性別的影響可能是教師甘願勞動的重要關鍵(王采薇，2015；劉欣宜，2007；王百合、游美惠，2003；洪雅苓，2011；張民杰，2010，2012；張秀娟、賴念華，2011；梁金都，2010；游美惠、王百合，2007；楊家瑜，2013；楊嘉雯、李麗日，2013；葉偉崧，2007；陳展宇、劉正，2019)，量化分析卻沒有明顯證實。陳展宇、劉正(2019)的質性論述認為女性比男性更甘願長期代理／代課，這必須是在符合一定的社會基礎條件下，包含女性當代理／代課教師比較能被社會傳統價值所接受，而相較於男性，女承擔較少的養家責任有些已婚的女性之所以代理／課教師目的是追求一分自我存在價值，有些則純粹是消磨時間，很少是出於經濟考量，即使沒有代理／代課在生活上也不會造成太大的困難，但這些質性研究觀點並不足以說明女性會比男有較高的甘願勞動表現，僅能解釋何以女性有比較高的比例從事代理／代課的工作。

## 參考文獻

- 中央研究院 (2015)。臺灣社會變遷基本調查七期一次工作與生活。取自：  
<https://www.ios.sinica.edu.tw/sc/cht/datafile/tscs152.pdf>
- 王百合 (2003)。高雄縣市已婚女性代課教師不連續就業之歷程探究 (未出版碩士論文)。國立高雄師範大學，高雄市。
- 王百合、游美惠 (2003)。教育界的勞動後備軍—已婚女性代課教師之初探性研究。教育研究集刊，49 (4)，61-92。
- 王采薇 (2015)。也談代理／代課教師：性別角度的檢視與反思。臺灣教育評論月刊，4 (6)，17-22。
- 李倩慧 (2015)。國民小學代理／代課教師的工作價值觀和工作壓力 (未出版之碩士論文)。國立臺北教育大學，臺北市。
- 林俊賢、黃毅志 (2008)。臺灣地區中小學教師客觀階級位置、文化資本與主觀階級認同：與其他職業做比較。教育研究集刊，54 (3)，99-136。
- 林生傳 (2000)。教育社會學 (三版)。巨流。
- 林宗弘 (譯) (2005)。Burawoy, M. 著。製造甘願(Manufacturing Consent)。群學 (原著出版年：1979)。
- 林雪玲 (2019)。國小非合格代理教師之職涯經驗—以台中市國小為例 (未出版之碩士論文)。國立臺中教育大學，台中市。
- 林燕琇 (2016)。教育教學環境對代理／代課教師角色認同影響之研究—以新北市一所國小為例 (未出版之碩士論文)。聖約翰科技大學，新北市。
- 林昭仁 (2008)。教育界的遊牧民族，逐教缺而居—國民小學代理教師處境與適應之研究 (未出版之碩士論文)。國立新竹教育大學，新竹市。
- 洪立敏 (2022)。特教代理教師壓力與生涯抉擇之探究 (未出版之碩士論文)。國立台北教育大學，台北市。

- 洪雅苓 (2011)。代理代課教師工作滿意度與組織公民行為之研究。資訊科學應用期刊，7 (1)，39-48。
- 段菟翠 (2014)。國小代理教師對烙印覺知與其因應策略之研究 (未出版之碩士論文)。國立聯合大學，苗栗市。
- 梁金都 (2010)。國小代課教師文化之研究。屏東教育大學學報-教育類，34，1-34。
- 張民杰 (2010)。臺北市教學輔導教師的功能--代理教師觀點。新竹教育大學教育學報，27 (1)，33-60。
- 張民杰 (2012)。過渡的日子—代理教師生涯發展困擾之分析權。臺中教育大學學報：教育類，26 (2)，1-24。
- 張秀娟、賴念華 (2011)。「出走」與「走出」：從困頓於代課教師到走出一條自我實現的旅程。應用心理研究，50，217-244。
- 張晉芬 (2015)。勞動社會學。政大出版社。
- 張晏華 (2011)。小學長期代理／代課教師生涯抉擇之研究 (未出版之碩士論文)。國立台中教育大學，台中市。
- 教育部 (2011)。中華民國師資培育統計年報。取自：  
<https://ws.moe.edu.tw/Download.ashx?u=C099358C81D4876CAB2A505317883859B802FD41A3A5BD4C4FAFE99CF9F73C19743F0A598A5C72AC2A2FA60FCADDAEAB&n=8FCED0C537BA76E9&icon=..pdf>
- 教育部 (2016)。中華民國師資培育統計年報。取自：  
<https://ws.moe.edu.tw/001/Upload/8/relfile/7805/56140/af507524-07e1-4fe1-b06d-3bd278ef9a2e.pdf>
- 陳宥云 (2022)。新北市國小代理教師工作現況之研究 (未出版之碩士論文)。臺北市立大學，臺北市。
- 陳婉琦 (2021)。是教育工作者還是教育勞工?—從異化和壓迫的觀點看代理代課

- 教師的困境（未出版之碩士論文）。國立臺灣師範大學，臺北市。
- 陳展宇、劉正（2017）。專業的迷思？「正式」與「代課」教師二元分立的社會實踐。《學校行政雙月刊》，111，107-124。
- 陳展宇、劉正（2019）。代理／代課教師「製造甘願」之形塑經驗：臺南市某國中之個案研究。《臺灣教育社會學研究》，19（1），43-89。
- 游美惠、王百合（2007）。已婚女性代課教師不連續就業之歷程探究。《教育與社會研究》，14，119-152。
- 葉偉崧（2007）。不確定職場—代課教師之經驗與心路歷程（未出版之碩士論文）。國立臺灣科技大學，臺北市。
- 楊佳倫（2020）。國小代理代課教師之潛在問題。《嘉大體育健康休閒期刊》，19（2），81-89。
- 楊家瑜（2013）。國小代理教師情緒勞務之研究。《臺中教育大學學報：教育類》，27（1），39-55。
- 楊嘉雯、李麗日（2013）。國小代理／代課教師壓力與壓力影響之研究。《區域與社會發展研究》，4，137-165。
- 楊雅婷（2012）。論教師會與教師工會之法律爭議。《學校行政雙月刊》，80，138-155。
- 臺南市政府教育局（2018）。106學年度臺南市教育統計。取自：  
<http://boe.tn.edu.tw/boe/wSite/public/Attachment/f1533170947219.pdf>
- 蔡燕瑾（2010）。國中代理／代課教師的困境、未來發展與因應之道之研究（未出版之碩士論文）。國立彰化師範大學，彰化市。
- 蕭雅菁（2021）。校園內的長期臨時工—公立國民小學長期代理教師職場經驗之研究（未出版之碩士論文）。佛光大學，宜蘭縣。
- 劉欣宜（2007）。流浪教師的夢與現實—師資培育政策變革後準教師的困境（未出版之博士論文）。國立臺灣師範大學教育研究所，臺北市。

- 劉宜芳 (2020)。代理教師再聘機制之研究—以臺南市公立國民小學為例 (未出版之博士論文)。國立台南大學，臺南市。
- 賴韋婷(2014)。**國民小學代理／代課教師專業認同之研究**(未出版之碩士論文)。國立中正大學，嘉義市。
- Campbell, S. (1994). Being dismissed: The politics of emotional experience. *Hepatica*, 9, 46-66.
- Clawson, D and Fantasia, R. (1983). Beyond Burawoy; The Dialectics of Conflict and Consent on the Shop Floor. *Theory and Society*, 12, 671-680.
- Dain, N. (1994). Reflection on antipsychiatry and stigma in the history of American psychiatry. *Hospital and Community Psychiatry*, 45, 1010-1014.
- Leidner, R. (2001). "Manufacturing Consent" Reexamined. *Contemporary Sociology*, 30(5), 439-442.
- Freeland, R. F. (2001). Consent and Rational Choice. *Contemporary Sociology*, 30(5), 446-448.
- Pierce, J. L. (2001) "Manufacturing Consent" in the "New" Global Economy. *Contemporary Sociology*, 30(5), 445-446.
- George, R. (2009). Establishing Control and Manufacturing Consent in Teachers' Work. *New Zealand Journal of Teachers' Work*, 6(1), 47-64.
- Heck, S. F and Williams, C. R. (1984). *The Complex Roles of the Teacher: An Ecological Perspective*. New York: Teachers College Press.
- Salzinger, L. (2001). Manufacturing the Ungendered Subject. *Contemporary Sociology*, 30(5), 451-453.
- Schaufeli, W. B and Bakker, A. B. (2004). Job demands, job resources, and their relationship with burnout and engagement: A multi-sample study. *Journal of Organizational Behavior*, 25(3), 293-315.

Seidman, G. (2001). The Other Michael Burawoy. *Contemporary Sociology*, 30(5), 449-451.

Weiss, D., Dawis, R., Lofquist, L and England, G. (1967). *Manual for the Minnesota Satisfaction questionnaire*. Minneapolis: Industrial Relations Center, University of Minnesota.

## 附錄 1

### 代理／代課教師解釋變項之迴歸分析

自變項	工作成就	工作歸屬	工作考核	工作機會	工作條件
<b>背景變項</b>					
女性 (=1)	0.042 (0.113)	-0.264** (0.126)	0.198 (0.149)	-0.028 (0.144)	-0.390* (0.151)
任教主科 (對照副科)	-0.193 (0.127)	-0.256+ (0.142)	0.034 (0.165)	-0.376* (0.164)	-0.411* (0.168)
工作志向 (對照非志向)	0.312** (0.101)	0.296+ (0.113)	-0.033 (0.131)	-0.033 (0.131)	-0.116 (0.133)
有教師證 (對照無教師證)	-0.093 (0.106)	0.067 (0.119)	0.411 (0.140)	-0.286* (0.138)	-0.168 (0.141)
任教年資	0.007 (0.008)	-0.006 (0.009)	0.017 (0.010)	0.033** (0.011)	0.026* (0.011)
常數項	3.903*** (0.197)	3.903*** (0.197)	2.786*** (0.228)	3.864*** (0.228)	3.280*** (0.233)
<b>R<sup>2</sup></b>	0.099	0.111	0.117	0.157	0.148
<b>N</b>	131	130	127	127	129

註：+ p<0.1；\* p<0.05；\*\* p<0.01；\*\*\* p<0.001；括號內的數字為標準誤

## 附錄 2

### 正式教師解釋變項之迴歸分析

自變項	工作成就	工作歸屬	工作考核
<b>背景變項</b>			
女性 (=1)	-0.078 (0.095)	-0.114 (0.109)	-0.051 (0.150)
任教主科 (對照副科)	-0.153 (0.102)	-0.012 (0.116)	-0.005 (0.116)
工作志向 (對照非志向)	0.417*** (0.088)	0.374*** (0.100)	0.055 (0.139)
職稱 (對照專任)			
導師	-0.075 (0.113)	-0.062 (0.129)	0.135 (0.178)
兼任行政	-0.225+ (0.125)	0.161 (0.143)	0.063 (0.197)
代理代課經驗 (對照無經驗)	0.136 (0.090)	0.023 (0.102)	0.023 (0.141)
年資	0.004 (0.007)	0.007 (0.008)	-0.014 (0.011)
常數項	3.845*** (0.223)	3.498*** (0.214)	2.877*** (0.296)
<b>R<sup>2</sup></b>	0.178	0.113	0.020
<b>N</b>	157	157	157

註：+ p<0.1；\* p<0.05；\*\* p<0.01；\*\*\* p<0.001；括號內的數字為標準誤

## 單身者的人格特質、獨處能力與身心健康之研究

謝伊恬<sup>1</sup>黃郁婷<sup>2</sup>

### 中文摘要

學習如何與自己相處為單身者切身之重要課題。單身者之獨處能力是否與人格特質有關；人格特質是否影響其身心健康？基於此，本研究旨在瞭解單身者不同背景變項在人格特質、獨處能力與身心健康之差異、人格特質與獨處能力之關係，以及個人背景變項、人格特質與獨處能力對身心健康之影響。本研究採問卷調查法，以北北基 25 歲以上，60 歲以下之單身者為研究對象，包括：從未結婚、離婚與喪偶者，以配額取樣法得有效樣本 470 份。研究工具包含：個人背景資料表、人格特質量表、獨處能力量表與身心健康量表。所得資料以描述性統計、單一樣本 t 檢定、獨立樣本 t 檢定、單因子變異數分析、雪費事後比較、皮爾森積差相關，以及多元迴歸進行分析。本研究發現單身者之「性別」、「年齡」與「婚姻經驗」在「人格特質」上有顯著差異；「婚姻經驗」在「獨處能力」上有顯著差異。外向性人格特質與獨處能力呈顯著負相關。「女性」、「神經質人格」、「外向性人格」與「嚴謹自律性人格」對單身者身心健康達 44% 之預測力。本研究建議單身男性以及神經質人格特質傾向之單身者宜多重視個人身心健康狀況。建議家庭教育中心或成長團體將人格特質與獨處能力列為方案設計或活動重點，以增進單身者之身心健康。

**關鍵詞：**單身者、人格特質、獨處能力、身心健康

<sup>1</sup> 謝伊恬：中國文化大學生活應用科學系 碩士生

<sup>2</sup> 黃郁婷：中國文化大學生活應用科學系 助理教授

## **Personality Traits and Solitude Capacity toward Physical and Mental Health of Single People**

**Yi-Tien Hsieh, Yu-Ting Huang**

### **Abstract**

Solitude is an important issue for single people. However, is single people's solitude capacity associated with their personality traits? Moreover, do personality traits influence on single people's physical and mental health? Therefore, the purpose of this study is to analyze the difference of single people's personal background on personality traits, solitude capacity, and physical and mental health; the relationships between personality traits and solitude capacity, and the influence of personal background, personality traits and solitude capacity on physical and mental health. By quota sampling, single people between 25 and 60 years old in Taipei City, New Taipei City and Keelung City were surveyed, and a total of 470 effective samples were obtained. Instruments include Demographic Backgrounds, Personality Traits Scale, Solitude Capacity Scale, and Physical and Mental Health Scale. Data were analyzed by descriptive statistics, one-sample t-tests, independent t-tests, One-Way ANOVA, Scheffe, Pearsons' product-moment correlation, and multiple regression. The main findings show that there are significant differences of gender, age and marriage experience on single people's personality traits. There are significantly negative relationships between Extraversion and solitude capacity. Those who have higher scores on "Extraversion" leads to lower solitude capacity. "Female", "Neuroticism", "Extraversion", and "Conscientiousness" predict 44% variance of single people's physical and mental health. The result indicates that females, low "Neuroticism", high "Extraversion", and high "Conscientiousness" have better physical and mental health. Based on the findings, it is suggested that males and single people with high neuroticism should pay more attention to personal physical and mental health. In addition, family education centers and related organizations can address the topics such as personality traits and solitude capacity while developing programs and activities, in order to promote single people's physical and mental health.

**Keywords: Single, personality traits, solitude capacity, physical and mental health**

## 壹、緒論

根據內政部戶政司（2022a）統計資料顯示，15 歲以上未婚人口從 2003 年的 1,938,497 人增加至 2021 年的 6,980,709 人。再者，截至 2021 年底，臺灣男性結婚平均年齡從 1975 年之 27.1 歲上升至 34.4 歲，女性則從 22.7 歲提升至 32.3 歲（內政部戶政司，2022b），顯示社會中單身人口之成長，以及晚婚與不婚之現象。

綜觀社會上之「單身商機」，如：一人化的小包裝商品規格與設計、餐廳中的單人座、精巧的廚具、單身公寓與小套房等，在在凸顯單身議題之多樣性。除了生活議題外，單身者之心理層面亦值得重視。在單身生活中，學習獨立自主並懂得與自己相處，為單身者切身之重要課題。根據 Buchholz (1997) 之需求觀點，在人的一生中，從年幼到老年都有獨處之需求，成年人可藉由獨處來沈澱人際與工作上之壓力。Lin et al. (2020) 亦指出，每個人都需具備獨處能力，且獨處經驗會隨人生階段而有差異，從小到大會逐漸累積獨處經驗，隨著年齡增長，獨處時間也會隨之增加。Larson et al. (1982) 指出，成年人一天約花 29% 的時間與自己相處，甚至渴望更多；且成年人花在獨處的時間更甚於青少年，其中未婚者之比例又高於已婚者。可見獨處為單身成年人日常生活中之一部分。Winnicott (1958) 認為個體可藉由獨處增強自我能量，不易感到寂寞與焦慮。反觀，獨處能力較差時，則會顯著提升憂鬱程度（廖鈺琪，2021）。Long 與 Averill (2003) 亦認為獨處的正面意義與好處大於獨處所帶來的負面影響，且強調大部分的人期望生活能有更多的獨處時光。然而，亦有研究指出獨處會帶來生理與心理之負面影響 (Larson, 1990; Larson & Lee, 1996)。國內研究發現，國中生的獨處能力能有效減緩生活壓力對於健康的衝擊（吳麗娟、陳淑芬，2006），並認為擁有良好獨處能力的大專生其健康方面的失調較少（林淑惠、黃韞臻，2009）。然而，國內有關獨處能力之研究較少以成年單身者為主。單身者是否喜歡獨處、是否具備因應獨處之能力，以及獨處能力與單身者身心健康之關連，為研究所欲探究之重點。

再者，研究亦發現不同之人格特質亦與獨處能力有關 (Burger, 1995; Lin et al., 2020; Long et al., 2003)；人格特質也與身心健康有關，Lamers et al. (2012) 認為，成年人之人格特質與其心理健康有關。Kotov et al. (2010) 之研究指出，憂

鬱與個體之人格特質存在顯著相關性。且根據相關研究，性別、年齡及婚姻狀況也與身心健康有關，男性的健康狀況較差且有心理疾病之風險；未與配偶同住之中年人，健康狀況較差；已婚者較未婚者健康，未婚者有較多心理健康方面之問題；離婚及喪偶者也因經歷了婚姻中之壓力事件，健康較差且有較高之死亡率 (Kim et al., 2017)。顯示未婚單身者之身心健康議題值得關注，故本研究試圖從單身者之「人格特質」與「獨處能力」之角度切入，探討這兩者與身心健康之關連，並列入與身心健康有關之個人背景因素，如單身者之性別、年齡與婚姻經驗進行分析。根據上述研究動機，本研究之目的如下：

- 一、瞭解單身者人格特質、獨處能力與身心健康之現況。
- 二、分析不同背景變項的單身者，其人格特質、獨處能力與身心健康之差異性。
- 三、探討單身者之人格特質與獨處能力之相關性。
- 四、探究單身者個人背景變項、人格特質與獨處能力對身心健康之預測力。
- 五、歸納研究結果提出具體建議，以供家庭教育與相關輔導單位之參考。

## 貳、文獻探討

### 一、人格特質

人格特質 (personality traits) 為先天因素與後天環境交互作用後所顯現出之獨特個性，呈現穩定與持續之狀態，並在與外界互動後產生新思維與不同情緒(廖芝青，2013)；且人格特質為個體人格組成之基本單位，對於個體之行為模式具有支配性、穩定性與持久性 (林秀燕，2013)。縱觀上述，本研究將人格特質定義為個體在各種環境中所呈現之獨特性格，並具有穩定等特質。人格特質理論以 McCrae 與 Costa (1990) 提出之「五大人格特質理論」 (Big-Five model)，又稱為五因子模式 (five factor model)，最廣為人知與廣泛應用，茲分述如下：

#### (一) 神經質 (Neuroticism)

係指個體情緒之穩定性、適應性與憂慮傾向。得分高者易有焦慮、敏感、內疚與易怒等特質；得分低者則較為放鬆、平靜與自我滿足，以及能客觀看待事物。

#### (二) 外向性 (Extraversion)

係指個體在人際互動上之特質。得分高者較為健談、合群，且做決策較為果斷；得分低者之人際情感表達較為平淡，避免與他人有親密互動，性格也較為服從。

#### (三) 開放性 (Openness)

係指個體對於經驗開放之表現程度，以及面對陌生事物之行為反應。得分高者時常跳脫一般日常生活之思維模式，呈現出叛逆與難以掌控之特質；得分低者則較守舊，遵循傳統之道德規範。

#### (四) 和善性 (Agreeableness)

係指個體在人際互動與溝通，以及面對事物時所展現之情感態度，為同理到反對之連續向度。得分高者在面對人事物時較具有體貼、溫暖、同理心與慈悲等特質；得分低者則不易相處，較善於批判與多疑，易與他人意見相歧，處事上也較為吹毛求疵。

### (五) 嚴謹自律性 (Conscientiousness)

係指個體對於追求目標與成就之專注程度，包含個人之組織能力、操守與紀律。得分高者具有負責任與可靠等特質，行為表現遵循道德規範，有較高之理想、抱負與生產力；得分低者則較任性、放縱，以及有不切實際之幻想等。

與人格特質有關之背景變項，本研究著重於性別、年齡與婚姻經驗，茲詳述如下：

#### (一) 性別

研究發現，女性在和善性人格（簡玉惠等人，2013；黃開義等人，2011）、嚴謹自律性人格（黃開義等人，2011）與神經質人格（陳昭亨，2011）之程度高於男性，而男性則在開放性人格上高於女性（黃識勳，2013）。然而，亦有研究指出五大人格特質並不會因性別之不同而有差異（陳蘭杏，2013；黃雅琪，2010），顯示性別在人格特質的相關研究上尚無一致定論，故本研究欲探討之。

#### (二) 年齡

研究指出，年長者在神經質人格（黃識勳，2013；簡玉惠等人，2013）、開放性人格（簡玉惠等人，2013）與外向性人格（陳蘭杏，2013）的程度較年輕者低，但在嚴謹自律性人格的程度則較高（許蕙鈞等人，2013）。然而，陳昭亨（2011）之研究則發現五大人格特質不因年齡之不同而有差異，綜合上述，年齡在人格特質的相關研究上尚無一致定論，故本研究欲探討之。

#### (三) 婚姻經驗

簡玉惠等人（2013）之研究指出，已婚者在嚴謹自律性與和善性特質上皆高於單身者，陳蘭杏（2013）則指出單身者在神經質人格方面的特質程度高於已婚者。國內相關研究多著重於已婚與未婚者之比較，較少針對單身者中有過婚姻經驗與從未結婚者之比較，故本研究欲探討之。

## 二、獨處能力

Winnicott (1958) 最早將獨處視為一種必須能力，並將獨處能力定義為情緒發展成熟之指標，係指個體能藉由獨處時光增強自我能量，而不感到寂寞與焦慮。Storr (1988) 認為獨處能力能使個人檢視內心的情感與需求，有助於學習思

考與撫平傷痛。Burger (1995) 認為獨處係指沒有社會互動之狀態。而陳珮君 (2008) 則將獨處定義為個體主觀上一個人或未與他人互動之狀態。許薰月 (2012) 更解釋獨處為心理上與他人有隔離、不親密或不相往來之情形，以及在物理環境上獨立或疏離之狀態。綜合上述，本研究認為不論個體身處於何處，只要在不與他人互動之狀況下，能夠發揮檢視自我及激發正向思考之力量，並調節舒緩個人之負向情緒與壓力，即稱為獨處能力。

獨處能力可分為「獨處因應」與「獨處舒適」兩層面來探討 (吳麗娟、陳淑芬, 2006)。獨處因應 (solitary coping) 係指個體能否在獨處時有效利用時間沉澱個人思緒，審視自我；而獨處舒適 (solitary comfort) 意指個體在獨處的過程中是否感到愉悅、自在，並享受獨處時光。

Buchholz (1997) 指出，人終其一生從幼到老都有獨處之需求，當人與人處於過於緊密的關係中，容易造成個體之壓力，此時若能適當的運用獨處，使個體有喘息之空間，將能獲得緩解，並重拾能量去面對未來之生活。與獨處能力相關之背景變項，包括性別、年齡與婚姻經驗，茲分述如下：

### (一) 性別

研究發現，性別在獨處能力之差異各有論述，黃于芬 (2007) 針對 379 位大學生進行問卷調查，發現男大學生對於獨處之偏好勝於女大學生。Larson 與 Lee (1996) 以十八歲以上之美國成年人進行探討，發現成年男性較成年女性更能舒適的運用獨處時光。由上顯示，「男性」較喜歡獨處，且在獨處中感到舒適與自在。然而廖秀娟 (2009) 對 765 位大學生之研究卻發現女大學生在「獨處因應」上優於男大學生。綜合上述，目前有關性別與對獨處能力之研究尚無一致定論，故本研究欲探討單身者之性別在獨處能力上是否有差異。

### (二) 年齡

研究顯示，成年人之獨處舒適與年齡呈正相關，年齡越大越能舒適的享受獨處 (Larson & Lee, 1996)。國內研究方面，陳珮君 (2008) 在青少年之研究中發現年齡與獨處能力無關。陳靜怡 (2005) 之研究也顯示年齡在大專生的獨處狀態上無差別。綜觀上述，國外研究發現年齡越大越能享受獨處時光，而國內研究則尚無一致定論，且較缺乏以未婚單身者為研究對象，故本研究欲進一步探討單身者之年齡在獨處能力上是否有差異性。

### (三) 婚姻經驗

Larson et al. (1982) 針對美國成年人的研究發現，成年人在獨處需求的比例上，未婚者高於已婚者，顯示未婚者較已婚者喜愛個人獨處時光，更能愉悅、悠然自得的過。然而，國內較缺乏婚姻經驗對於獨處能力之相關論述，故本研究欲探討單身者的婚姻經驗與獨處能力之關連。

## 三、身心健康

根據世界衛生組織 (World Health Organization, WHO) 於 2022 年對健康之定義，係指一個人在生理、心理和社會上之完全健康狀態，不僅僅是沒有疾病。蘇國興 (2003) 認為身心健康不單指沒有生病的狀態，還包括心理與社會各個向度之安適狀態。洪玉珊 (2009) 亦指出個體能因應環境的不同而加以調適，並在生、心理和社會各種層面達到安適狀態，即為身心健康的概念。綜觀上述，身心健康不單是身體沒有疾病，亦包含心理與社會適應三方面的平衡調適，且在社會關係中得到滿足感。

本研究依據張珣 (1987) 及相關研究將身心健康分為身體症狀、焦慮與失眠症、社會功能障礙和嚴重憂鬱症四個構面，茲分述如下：

### (一) 身體症狀 (somatic symptoms)

係指當壓力過大、身心難以負荷時，自覺身體上的疼痛與不適 (游家玫, 2011)，如：偏頭痛、慢性疼痛、排汗不正常、疲勞感、高血壓、肌肉緊張等症狀。

### (二) 焦慮與失眠症 (anxiety & insomnia)

係指焦慮可能造成個體生活失序、功能減退、精神失控、空虛感與悲觀退縮等負面狀態 (李星謙, 2006)，且容易產生情緒上的不安、睡眠狀況不佳等症狀。

### (三) 嚴重憂鬱症 (severe depression)

係指常出現悲哀、愁苦、煩躁不安與易怒等情緒，並容易對生活感到無望、無助，甚至產生自殺意念 (張珣, 1987)。

#### (四) 社會功能障礙 (social dysfunction)

係指個體對於一般日常所需處理之事務感到無法勝任與不滿意(陳慧珊、吳麗娟, 2013), 並在人際社交、職場工作上較缺乏適應力。

而在身心健康的相關研究中, 以下針對性別、年齡與婚姻經驗等個人背景變項進行探討。

##### (一) 性別

林家鈺(2009)之研究發現, 男性教師在身心健康中的焦慮反應低於女性教師, 李天惠(2010)之研究也提到, 男性上班族在生理與心理兩方面較女性上班族佳。黃韞臻與林淑惠(2009)更指出男性大學生在整體心理健康上優於女性大學生。然而, 吳水丕與呂佩珊(2011)在國小教師的研究中發現男性的身心健康較女性差, 再者, 侯明玉(2012)之研究結果則顯示不同性別的大學生在整體心理健康上未達顯著差異。綜合上述, 目前有關性別與身心健康之研究尚無一致定論, 故本研究欲探討單身者的性別與其身心健康之關連。

##### (二) 年齡

吳水丕與呂佩珊(2011)在329位國小教師的研究中發現, 年長者的身心健康狀況較年輕者差。國內針對1,639名大學生的研究則發現, 年級高者較年級低者較少有憂鬱症狀(黃韞臻、林淑惠, 2009), 並提到年長的大學生其整體心理健康優於年輕的大學生(侯明玉, 2012)。然而洪玉珊(2009)在桃園縣540位國小教師的研究中發現, 年齡在身心健康上未達顯著差異, 蘇國興(2003)更指出國小教師的身心健康不因年齡而有差別。綜合上述, 年齡與身心健康的研究尚無一致定論, 故本研究欲探討單身者的年齡與其身心健康之關連。

##### (三) 婚姻經驗

陸洛等人(2005)針對164位牙醫師之研究發現, 已婚者其身心健康狀況優於未婚者, 但林春豪(2008)和洪玉珊(2009)之研究則指出, 成年人之身心健康狀況不因婚姻經驗的不同而有差異。再者, 國內研究較少針對單身者的婚姻經驗進行探討, 故本研究欲瞭解單身者的婚姻經驗與其身心健康之關連。

#### 四、人格特質、獨處能力與身心健康之關連

目前有關人格特質與獨處能力之研究，大多以大專學生為研究對象，鮮少從單身者之人格特質來探究獨處能力。Burger (1995) 在獨處偏好之研究中發現，除了具有幸福感的人喜歡獨處外，擁有神經質人格特質的高度社會焦慮者亦有獨處之偏好，但 Long et al. (2003) 針對 320 名大學生進行調查，指出內向性人格特質者易在獨處中產生負向情緒並感到寂寞。Lin et al. (2020) 以 562 位臺灣之專科學校學生為研究對象，發現「獨處能力」和五大人格特質中之「神經質」和「外向性」呈顯著負相關，和「開放性」和「嚴謹自律性」則呈顯著正相關，亦即具神經質與外向性人格特質者之獨處能力較差；而開放性與嚴謹自律性人格特質者之獨處能力較佳。由上顯示，一個人的獨處能力與其個人之人格特質有關；有些研究雖發現具「神經質人格特質」者喜歡獨處，但有些研究卻發現具這類人格特質者之獨處能力較差；再者，「外向性」方面亦有不同之研究結果，有些研究發現外向的人獨處能力較差，但亦有研究發現反而是內向的人在獨處時亦有負面情緒，這些都是值得進一步探究的地方。

Kotov et al. (2010) 指出，高神經質人格與低嚴謹自律性人格皆和重度憂鬱症有關，且低外向性人格經常伴隨著社交恐懼症。Lamers et al. (2012) 以 1,161 名荷蘭成年人為研究對象，發現外向性人格與和善性人格兩者皆與正向心理健康有關。國內針對大專院校學生之研究顯示，低外向性人格有較高的憂鬱反應，高神經質人格其整體身心健康狀況較差（黃開義等人，2011）。綜觀上述，高外向性人格特質者具有較佳之身心健康狀況，而高神經質人格特質者則較差。鑒於國內針對成年單身者人格特質與身心健康之研究較少，故本研究欲探討成年單身者的人格特質與其身心健康之關係。

獨處能力對於身心健康有正負向影響。研究指出，獨處常被視為一種社會隔離，且與寂寞感有關；花大量時間獨處的人其適應能力較差，在心理與社會環境的調節上較無法適應 (Larson, 1990)。Burger (1995) 認為，當個體的獨處是因社會焦慮或憂鬱而躲避人群時，會帶來負面的效果，造成社會脫離與退縮，形成一種負向影響。Larson 與 Lee (1996) 更指出過量的獨處與憂鬱症和暴食症兩種疾病有關。由上可知，獨處與寂寞感、憂鬱、社會退縮有關，身心健康狀態較差。

Chua 與 Koestner (2008) 認為獨處除了負面影響亦有正向影響，其研究顯

示，個體透過個人意志自主性的選擇獨處時，能享受個人的獨處時光，且寂寞感較低且幸福感較高。適當的獨處不但能幫助個體舒緩負面情緒 (Larson, 1990)，且能排解生活上的憂愁與不安，更能將個體從社會紛擾與人際壓力中釋放 (謝宛軒, 2010)，同時還可促使個體恢復精神並重新振作 (Cacioppo & William, 2009)，亦即個體可利用獨處機會審視自我內心，獲得心理狀態之平衡。此外，獨處在精神分析治療上亦具療效作用，有助於病患之復原 (Winnicott, 1958)。Morrison (1986) 指出獨處對於治癒健康有正向的幫助。

進一步從獨處能力之兩個分構面「獨處因應」與「獨處舒適」來看，黃韞臻與林淑惠 (2009) 以臺中 1,583 名大學生為研究對象，發現「獨處舒適」和「獨處因應」皆與身心健康有關，亦即獨處時感到舒適自在與愉快，且知道如何因應獨處時光，在獨處時檢視自我與沉澱個人思緒，則較少身心失調狀況，如：生理異狀、焦慮、憂鬱、失眠，以及社會功能障礙等；反之，越不喜歡獨處以及越不知如何運用獨處時間，則越有生理、心理與社會功能方面之問題。綜合上述，自願性的獨處有助於個體之正向感受，且適當的獨處能使個體達到自我更新、釋放壓力之效果，對於身心健康有正面的影響。鑑於國內有關獨處能力與身心健康之研究多以青少年與大學生為研究對象，較少探討單身者，故綜合上述，本研究欲進一步探討單身者之人格特質、獨處能力與身心健康之關連。

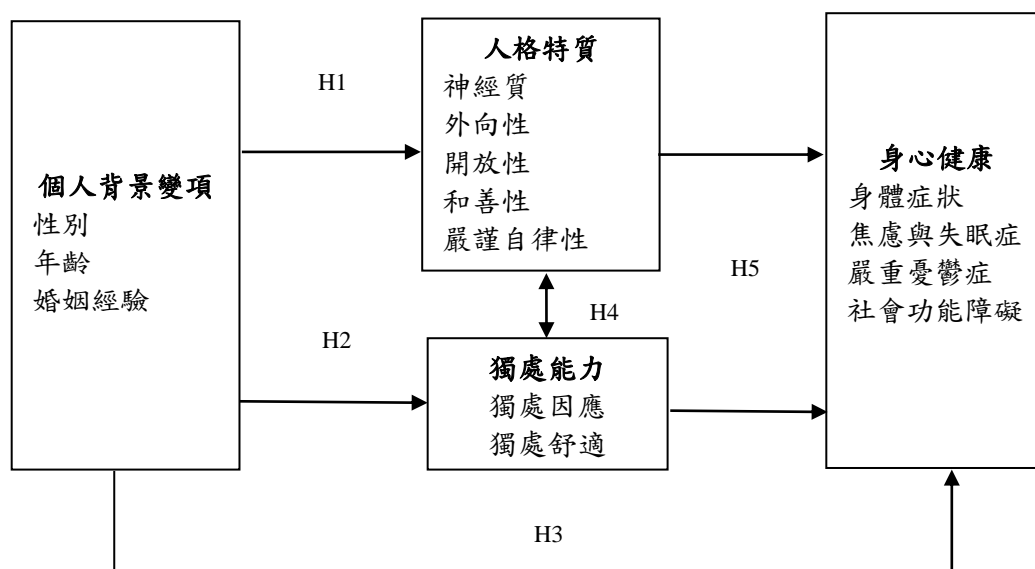
## 參、研究方法

### 一、研究架構

本研究採量化研究之問卷調查法。根據國內外相關文獻，建構出以下之研究架構。

圖 1

研究架構圖



### 二、研究假設

- H1：不同性別之單身者，其人格特質、獨處能力與身心健康有顯著差異。
- H2：不同年齡之單身者，其人格特質、獨處能力與身心健康有顯著差異。
- H3：不同婚姻經驗之單身者，其人格特質、獨處能力與身心健康有顯著差異。
- H4：單身者之人格特質與獨處能力有顯著相關性。
- H5：單身者之背景變項、人格特質與獨處能力對其身心健康有顯著預測力。

### 三、研究對象

本研究基於地緣關係，以北北基（臺北市、新北市、基隆市）為研究範圍，並以 25 歲以上，60 歲以下之單身者為研究對象，包含：從未結婚，以及曾有婚姻經驗之離婚與喪偶者。內政部戶政司（2022a）統計數據顯示，截至 2021 年底北北基 15 歲以上之單身人口數（含：從未結婚、離婚、喪偶）共有 3,024,322 人；進一步從年齡層來看，25 至 59 歲之單身人口數總計 5,735,804 人。本研究於 2014 年完成正式問卷施測，根據行政院主計總處（2014）統計，截至 2013 年底，北北基十五歲以上未婚人口共計 2,151,758 人。根據 Krejcie 與 Morgan (1970) 之樣本推估法，當母群體達 1,000,000 時，抽取樣本數 384 即足夠。本研究採「配額取樣法」，依區域人口比例發放問卷，共發放 501 人，回收有效樣本 470 份（表 1）。

表1

本研究樣本人數分布

區域	單身人口	比例 (%)	抽取樣本數	有效樣本數
臺北市	784,622	36.46	183	171
新北市	1,247,924	58.00	290	273
基隆市	119,212	5.54	28	26
合計	2,151,758	100	501	470

### 四、研究工具

#### （一）個人背景資料表

本調查表包括：性別、年齡與婚姻經驗。「年齡」採開放式填答。

#### （二）人格特質量表

本研究採用黃郁婷（2006）授權之「個性自評量表」，由於此量表係根據 McCrae 與 Costa (1990) 之五大人格特質理論編製，符合本研究欲探討之重點，故以此量表測量單身者之人格特質，題目共計 36 題，包含五個分構面，神經質（9 題）、外向性（6 題）、開放性（7 題）、和善性（6 題），以及嚴謹自律性（8 題），以 Likert 四點式量尺計分，依「非常不同意」、「不同意」、「同意」和「非

常同意」分別給予 1、2、3、4 分，分數越高，代表此一人格特質強度越強。正式問卷各分構面之內部一致性 Cronbach'  $\alpha$  介於 .58 至 .90 之間。

### (三) 獨處能力量表

目前國內「獨處能力量表」大多採用陳淑芬(2003)翻譯之「青少年獨處經驗量表」測量，分構面包含「獨處因應」(能否利用獨處時光沉澱思緒、審視自我)與「獨處舒適」(獨處時是否感到愉快)，與本研究欲探討之概念相符。故本研究採用陳淑芬(2003)授權之「青少年獨處經驗量表」，以測量單身者之獨處能力，每個分構面各 10 題，共計 20 題；題目以 Likert 四點式量尺計分，依「非常不符合」、「不符合」、「符合」和「非常符合」分別給予 1、2、3、4 分，分數越高，表示獨處能力越佳。正式問卷總量表與分構面之內部一致性 Cronbach'  $\alpha$  介於 .82 至 .89 之間。

### (四) 身心健康量表

目前國內身心健康量表之使用，多以「負向指標量表」為主，陳淑芳(2006)認為造成心理與生活困擾之問題，主要為負向之健康概念。再者，洪玉珊(2009)亦指出負向之健康概念較正向之健康概念更具威脅性，感受也較顯著，故本研究採用張珏(1987)授權之「一般健康量表」測量單身者之身心健康狀況，共計 28 題，包含四個分構面：身體症狀(6 題)、焦慮與失眠症(8 題)、社會功能障礙(6 題)，以及嚴重憂鬱症(8 題)，以 Likert 五點式量尺計分，依「完全沒有」、「比往常少」、「與往常一樣」、「比往常多」和「比往常較多」分別給予 1、2、3、4、5 分，分數越高，表示身心健康狀況越差。正式問卷總量表與分構面之內部一致性 Cronbach'  $\alpha$  介於 .92 至 .97 之間。

## 五、資料處理與分析

本研究之統計方法如下：

1. 描述性統計：用以瞭解單身者之個人背景、人格特質、獨處能力與身心健康之現況。
2. 單一樣本  $t$  檢定：用以考驗「人格特質」、「獨處能力」與「身心健康」是否與中間值有顯著差異。
3. 獨立樣本  $t$  檢定：本研究之「性別」與「婚姻經驗」皆為二分變項，故以獨

立樣本  $t$  檢定考驗研究假設 H1 與假設 H3，不同「性別」與「婚姻經驗」之單身者，其人格特質、獨處能力與身心健康有顯著差異。

4. 單因子變異數分析、雪費事後比較：本研究將年齡分為四類，故以單因子變異數分析檢定研究假設 H2「不同年齡之單身者，其人格特質、獨處能力與身心健康有顯著差異」。當單因子變異數分析達顯著水準 ( $p < 0.05$ )，以雪費事後比較法進行檢定。
5. 皮爾森積差相關：本研究之「人格特質」與「獨處能力」皆為連續變項，且本研究欲探討兩者之相關性，故以皮爾森積差相關檢定研究假設 H4「單身者之人格特質與獨處能力有顯著相關性」。
6. 強迫進入法多元迴歸分析：本研究欲探討「單身者之背景變項、人格特質與獨處能力對身心健康之預測力」，故以多元迴歸檢定研究假設 H5，並將性別（男性為 0，女性為 1）和婚姻經驗（從未結婚為 0，離婚與喪偶為 1）轉換為虛擬變項。

## 肆、研究結果與討論

本研究針對 470 位單身者進行調查，受試者以女性（61.9%）略多於男性（38.1%），平均年齡為 32 歲，以 25 至 29 歲占多數（45.3），婚姻經驗以從未結婚（92.1%）占多數（表 2）。

表 2

樣本結構分布情形 (N = 470)

變項	分類	n	%
性別	男性	179	38.1
	女性	291	61.9
年齡(平均 32 歲)	25 至 29 歲	213	45.3
	30 至 34 歲	140	29.8
	35 至 39 歲	50	10.6
	40 至 59 歲	67	14.3
婚姻經驗	從未結婚	433	92.1
	離婚與喪偶	37	7.9

### 一、單身者之人格特質

根據表 3 之單一樣本 t 檢定結果，除了「神經質」特質顯著低於中間值外，「嚴謹自律性」、「和善性」、「開放性」與「外向性」四個分構面皆顯著高於中間值，顯示本研究之單身者具正面、樂觀、開放與和善等特質，處事上也較為可靠、負責任，神經質特質傾向並不高。黃郁婷、陳金真（2021）以臺灣 30 至 64 歲之單身者所做之研究亦有同樣之發現。

### 二、單身者之獨處能力

根據表 3，單身者之獨處能力在四點式量表中，「獨處因應」、「獨處舒適」與整體「獨處能力」之平均數皆為 2.84，介於「符合」與「不符合」之間。進一步進行單一樣本 t 檢定，結果發現「獨處能力」及兩個分構面皆顯著高於中間值，顯示單身者之獨處能力傾向於良好，能因應個人獨處的時光，並感到愉悅與平靜。

進一步將各題項「非常符合」與「符合」，以及「非常不符合」與「不符合」之百分比相加，在「獨處因應」方面，有 90.7% 的單身者認為偶爾獨自做事是為

了能讓心情更加沉澱；84.2%的人認為獨處能幫助個人好好思考，且 77.9%的單身者表示獨處能使他們舒緩壓力，顯示單身者認為獨處有正向功效。「獨處舒適」方面，81.9%的單身者認為無他人陪伴亦能感到快樂，且在獨處過程中，有 83.2%的單身者感到愉快，86.4%的人覺得內心平靜，顯示本研究之單身者能愉悅、舒適的適應獨處時光。

綜合上述，本研究相符於王俐雯（2012）針對 822 名成年前期男女之研究，成年前期之男女對於獨處的益處與需求有高度認知。本研究亦驗證 Buchholz (1997) 之觀點，獨處能使個體有喘息空間，並重拾能量面對未來。

### 三、單身者之身心健康

根據表 3，單身者身心健康總量表及各分構面在五點式量表中之得分，介於「完全沒有」和「與往常一樣」之間，進一步進行單一樣本 t 檢定，各分構面皆顯著低於中間值，顯示本研究單身者之整體身心健康狀況傾向於良好，無明顯的生理病痛、焦慮、失眠或嚴重憂鬱症等狀況，個人在社會適應上亦能平衡調適。

表3

單身者人格特質、獨處能力與身心健康之單一樣本t檢定 (N = 470)

構面	平均數	標準差	中間值	t
<b>人格特質</b>				
神經質	2.41	0.61	2.5	-3.17*
外向性	2.83	0.48	2.5	14.55**
開放性	2.87	0.40	2.5	20.00**
和善性	2.92	0.37	2.5	24.95**
嚴謹自律性	3.01	0.40	2.5	27.41**
<b>獨處能力</b>	<b>2.84</b>	<b>0.40</b>	<b>2.5</b>	<b>18.50**</b>
獨處因應	2.84	0.46	2.5	16.22**
獨處舒適	2.84	0.43	2.5	17.38**
<b>身心健康</b>	<b>2.03</b>	<b>0.82</b>	<b>3.0</b>	<b>-25.57**</b>
身體症狀	1.90	0.96	3.0	-24.78**
焦慮與失眠症	2.28	0.96	3.0	-16.36**
嚴重憂鬱症	1.64	0.84	3.0	-35.03**
社會功能障礙	2.34	1.03	3.0	-13.98**

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$

### 四、單身者個人背景變項在人格特質、獨處能力與身心健康之差異分析

### (一)「性別」在人格特質、獨處能力與身心健康之差異性

根據表 4 至表 6，本研究發現「性別」在「神經質」人格特質達顯著差異，「單身女性」在「神經質」構面 ( $t = -3.50, p < .01$ ) 顯著高於「單身男性」，研究者推測單身女性在性格、處事上可能較為敏感細膩，比起男性可能較易有情緒產生，相符於陳昭亨 (2011) 之研究。而單身男性在「開放性」構面 ( $t = 1.97, p < .05$ )、「和善性」面 ( $t = 2.30, p < .05$ ) 與「嚴謹自律性」構面 ( $t = 0.80, p < .05$ ) 皆顯著高於「女性」，推測單身男性在社交場合中較友善、健談，並具有同理心，且在工作上認真負責較具有生產力。「獨處能力」方面，「性別」在「獨處舒適」 ( $t = -2.03, p < .05$ ) 上達顯著水準，「女性」之「獨處舒適」能力優於「男性」，相異於 Larson 與 Lee (1996) 針對美國成年人發現男性優於女性的研究，顯示單身女性在獨處中較能感到愉悅與自在，且享受獨自一人的時光。然而，本研究發現「性別」在單身者之「身心健康」上則無顯著差異 ( $t = -0.24, p > .05$ )，推測單身男性與女性皆能重視個人身心健康，在生理、心理與社會三方面取得平衡。研究假設 H1 獲得部分支持。

### (二)「年齡」在人格特質、獨處能力與身心健康之差異性

根據表 4 至表 6，本研究發現，單身者之「年齡」在「神經質」人格特質達顯著差異，「25 至 29 歲者」在「神經質」構面 ( $F = 5.53, p < .01$ ) 顯著高於「40 至 59 歲者」，顯示年齡越小其情緒較不安定，易有過於敏感、憤怒等特徵，此結果與黃識勳 (2013) 針對國小教師的研究相符。研究者推測隨著年齡的變化，單身者的社會歷練與人生經驗隨之增加，在情緒控制與思想上也較為成熟穩定，故導致年齡越大，「神經質」特質程度較低。「獨處能力」方面，「年齡」在「獨處舒適」分構面達顯著差異，「35 至 39 歲者」在「獨處舒適」 ( $F = 2.69, p < .05$ ) 顯著高於「40 至 59 歲者」，此結果相異於 Larson 與 Lee (1996) 針對美國成年人之研究，年齡越大者獨處舒適越佳。林淑惠與黃韞臻 (2009) 以大學生為研究對象，也發現大三、大四學生在「獨處舒適」方面之能力較大一與大二學生好，可能與學生漸趨成熟與獨立有關。本研究發現 35 至 39 歲之單身者，在獨處時較感到舒適與自在，且能享受獨處時光，推測可能因此年齡階段剛好處於成年初期，大多忙於工作，故可能較需要獨處的時間沉澱心靈，且也可能較懂得安排時間或是習慣與自己相處有關；反觀隨著年齡越大，40 至 59 歲正處於中年期，在獨處時可能難免會感到寂寞與孤單。Pauly et al. (2017) 即指出，年齡越大時，若花大

量時間獨處，可能對健康與幸福感帶來負面影響。「身心健康」方面，「年齡」在「身心健康」上達顯著差異 ( $F = 4.72, p < .05$ )，「30 至 34 歲者」優於「25 到 29 歲者」，顯示年齡較大之單身者在人際、社交場合中有較佳之適應力，且出現較少的焦慮與睡眠狀況不好等症狀。侯明玉 (2012) 之研究也發現，年齡越大其身心健康狀況越佳，與本研究相符。研究假設 H2 獲得部分支持。

### (三)「婚姻經驗」在人格特質、獨處能力與身心健康之差異性

本研究發現，不同「婚姻經驗」之單身者在「神經質」人格特質構面中達顯著差異 ( $t = 2.39, p < .05$ )，「從未結婚者」在「神經質」構面上顯著高於「離婚與喪偶者」，顯示從未結婚的單身者較具有敏感、不安全等負面情緒狀態。陳蘭杏 (2013) 針對國小教師的研究也發現，未婚國小教師情緒較不穩定，且容易發脾氣。「獨處能力」方面，「從未結婚者」在「獨處舒適」( $t = 2.31, p < .05$ ) 與「獨處能力」( $t = 2.07, p < .05$ ) 皆優於「離婚與喪偶者」，此結果相符於 Larson et al. (1982) 針對成年人之研究，未婚者每日花在獨處的時間甚於已婚者，且享受獨處時光。然而，曾于庭 (2016) 以 462 位國小教師為研究對象，卻發現獨處能力與婚姻狀態無關。本研究發現從未結婚之單身者者的獨處能力較佳，推測可能因從未結婚之單身者已習慣個人獨立生活，故在獨處時可能較感到舒適與自在，且會安排個人的獨處時間；而離婚或喪偶者，因曾經在婚姻生活中，可能較習慣有伴侶陪伴之兩人生活。「身心健康」方面，本研究發現「婚姻經驗」在「身心健康」( $t = -0.25, p > .05$ ) 上未達顯著差異，顯示本研究之單身者，無論已婚或未婚，都能重視個人身心健康，有不錯之健康狀況。研究假設 H3 獲得部分支持。

表 4

單身者個人背景變項對「人格特質」之獨立樣本 t 檢定與單因子變異數分析 ( $N = 470$ )

變項	n	神經質			外向性			開放性			和善性			嚴謹自律性		
		M	SD	t/F	M	SD	t/F	M	SD	t/F	M	SD	t/F	M	SD	t/F
<b>性別</b>																
男性	179	2.28	0.68		2.86	0.52		2.92	0.45		2.97	0.42		3.03	0.46	
女性	291	2.48	0.54	-3.50**	2.80	0.45	1.20	2.84	0.37	1.97*	2.89	0.33	2.30*	3.00	0.37	0.80*
<b>年齡</b>																
25 至 29 歲	213	2.53	0.61		2.81	0.51		2.85	0.40		2.90	0.37		2.97	0.39	
30 至 34 歲	140	2.36	0.58		2.90	0.48		2.91	0.41		2.96	0.36		3.06	0.39	
35 至 39 歲	50	2.27	0.63	5.53**	2.78	0.44	1.48	2.93	0.43	1.75	2.92	0.41	0.66	3.06	0.46	1.61
40 至 59 歲	67	2.26	0.58		2.78	0.46		2.79	0.36		2.92	0.39		3.02	0.44	
<b>婚姻經驗</b>																
從未結婚	433	2.43	0.61		2.82	0.48		2.87	0.39		2.92	0.36		3.02	0.40	
離婚與喪偶	37	2.18	0.55	2.39*	2.84	0.54	-0.17	2.86	0.49	0.19	2.95	0.43	-0.40	2.94	0.49	1.17

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$

表5

單身者個人背景變項對「獨處能力」之獨立樣本t檢定與單因子變異數分析 (N = 470)

變項	n	獨處能力			獨處因應			獨處舒適		
		M	SD	t/F	M	SD	t/F	M	SD	t/F
<b>性別</b>										
男性	179	2.82	0.43	-1.00	2.85	0.48	0.12	2.79	0.43	-2.03*
女性	291	2.86	0.39		2.84	0.45		2.87	0.42	
<b>年齡</b>										
25至29歲	213	2.84	0.40	1.63	2.84	0.45	0.67	2.84	0.42	2.69*
30至34歲	140	2.84	0.39		2.83	0.45		2.84	0.43	
35至39歲	50	2.95	0.50		2.93	0.57		2.97	0.50	
40至59歲	67	2.79	0.34		2.84	0.42		2.75	0.34	
<b>婚姻經驗</b>										
從未結婚	433	2.85	0.40	2.07*	2.85	0.45	1.47	2.85	0.42	2.31*
離婚與喪偶	37	2.71	0.43		2.74	0.53		2.69	0.41	

\*p < .05

表6

單身者個人背景變項對「身心健康」之獨立樣本t檢定與單因子變異數分析 (N = 470)

變項	n	身心健康		
		M	SD	t/F
<b>性別</b>				
男性	179	2.02	0.87	-0.24
女性	291	2.04	0.79	
<b>年齡</b>				
25至29歲	213	2.17	0.84	4.72*
30至34歲	140	1.87	0.79	
35至39歲	50	1.86	0.75	
40至59歲	67	2.06	0.82	
<b>婚姻經驗</b>				
從未結婚	433	2.02	0.82	-0.25
離婚與喪偶	37	2.07	0.88	

\*p < .05

## 五、單身者人格特質與獨處能力之相關性

本研究發現，單身者在「外向性」(r = -0.12, p < .05)、「開放性」(r = 0.18, p < .01)和「嚴謹自律性」構面 (r = 0.14, p < .01) 中與「獨處能力」有顯著相關性 (表 7)。研究假設 H4 獲得部分支持。「外向性」人格程度越高者其獨處能力越差，研究者推測，外向性人格特質者在社會中多喜愛結交朋友，擁有良好的社會網絡支持，當一旦失去外在連結只剩個體獨處時，則較可能無法適應沒有他人在旁陪伴，易表現出失落、憂鬱等狀態，而「開放性」與「嚴謹自律性」人格程度越高者其獨處能力則越佳，顯示出擁有不同思維、高理想抱負者較能享受個人空閒時間，Rokach (2011) 的研究也提到獨處能夠有效提升個人創造力，並能利用獨處來檢視過去、思索未來。

表7

單身者「人格特質」與「獨處能力」之皮爾森積差相關分析 (N = 470)

特質層面	整體獨處能力	獨處因應	獨處舒適
神經質	-0.03	0.03	-0.08
外向性	-0.12*	-0.13**	-0.08
開放性	0.18**	0.15**	0.19**
和善性	0.01	-0.03	0.04
嚴謹自律性	0.14**	0.08	0.18**

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$

## 六、單身者個人背景因素、人格特質與獨處能力對身心健康之預測

為避免自變項間產生共線性問題，先以變異數膨脹因素 (variance inflation factor, VIF) 來檢驗自變項間之相關性，考驗後發現其 VIF 值皆小於 5，並介於 1.0 至 1.9 間，故無共線性疑慮。本研究發現，「單身女性」、「神經質」、「外向性」與「嚴謹自律性」在身心健康上達顯著水準，決定係數 R<sup>2</sup> 為 0.44，顯示此四個變項對單身者身心健康達 44% 之預測力。研究假設 H5 獲得部分支持。

根據表 8，「人格特質 - 神經質」( $\beta = 0.57, p < .01$ ) 在身心健康上達顯著正相關；「女性」( $\beta = -0.08, p < .05$ )、「人格特質 - 外向性」( $\beta = -0.18, p < .01$ ) 與「人格特質 - 嚴謹自律性」( $\beta = -0.14, p < .01$ ) 在身心健康上皆達顯著負相關。顯示單身者神經質特質越高時，容易在日常生活中出現憂鬱、焦慮、不安全感等負面情緒，較常以悲觀的人生態度來面對生活，導致其身心健康狀況較差，此結果與 Kotov et al. (2010) 之研究相符。相較於單身男性，單身女性之身心健康較佳，研究者推測，單身女性可能有較佳之自我調適能力，注重個人養生保健與內在靈性修習，積極拓展各式社交生活與參與團體聚會活動，有效的平衡個人在生理、心理與社會三方面之狀況，故身心健康較佳，此與吳水丕與呂佩珊 (2011) 針對 329 位國小教師之研究結果相同。再者，本研究亦發現擁有高嚴謹自律性與高外向性特質之單身者，其身心健康狀況較佳，推測單身者在行為表現中若具有嚴謹負責之態度，較容易產生正向思維，有助於個人的實踐能力與生產成效，增添生活的充實感與能量，故有較佳的身心健康。而具有活潑、外向特質之單身者，在社交場合中能輕易的融入群體活動，並以健談、幽默等方式與他人相處，建立良好的人際互動，在行為思考上具有正向的態度與想法，故易有較佳之身心健康

狀況。

然而，本研究發現單身者之「獨處能力」對「身心健康」無顯著預測力。此結果呼應近幾年之相關研究，劉碧雲（2018）之研究發現，未婚單身女性之「獨處能力」與人際親密能力以及幸福感無關。林志哲（2019）以中年人為研究對象，亦發現中年人獨處時間與心理幸福感無顯著相關。國外研究方面，Pauly et al. (2017) 亦指出，獨處如同雙面刃，對個體之幸福感有正負面影響。研究者推測，根據獨處之相關文獻，獨處同時具有正負面影響，故可能抵銷其影響力。再者，獨處狀態也可能牽涉到是出於個人之意願與偏好，抑或是不得不面對之現實狀況等諸多因素，這些都值得後續進一步探究。

表8

單身者個人背景因素、人格特質與獨處能力對身心健康之多元迴歸 ( $N = 470$ )

預測變項	身心健康	
	Beta ( $\beta$ )	<i>t</i>
性別：女性（參照組：男性）	-0.08	-2.13*
年齡	-0.00	-0.07
婚姻經驗：離婚與喪偶（參照組：從未結婚）	0.07	1.58
人格特質：		
神經質	0.57	13.79**
外向性	-0.18	-3.89**
開放性	0.07	1.55
和善性	0.07	1.44
嚴謹自律性	-0.14	-3.14**
獨處能力：		
獨處因應	-0.03	-0.54
獨處舒適	0.01	0.13
常數		33.73
<i>F</i> 值		35.49
$R^2$		0.44

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$

## 伍、結論與建議

本研究發現單身者之獨處能力與身心健康皆為中上程度，單身男女能妥善運用獨處時光，並調適其身心狀態。單身者外向性人格特質傾向越高者，獨處能力越差。「單身女性」、「神經質」、「外向性」與「嚴謹自律性」此四個變項對單身者身心健康達 44% 之預測力；高神經質特質之單身者，容易因負面情緒之影響而引發較差之身心健康狀態；反觀單身女性、高嚴謹自律性與高外向性人格特質傾向之單身者，在面對生活事務的處理上多呈現樂觀與正向之態度，能平衡調適身體、心理與社會三部分，達到良好之身心健康狀況。

### 一、給單身者之建議

本研究發現，具有神經質人格特質傾向之單身者之身心健康較差，在生活中易有不安、憂鬱與焦慮等情緒狀態，故建議有此人格特質傾向之單身者宜學習適度放鬆自我、減緩緊張情緒，並避免承受過大壓力，亦可尋求家人或朋友等社會支持，建立良好之社會支持網絡。本研究發現單身男性之身心健康較差，故建議單身男性應留意個人身心健康狀況，在生理、心理與社會層面取得平衡。

本研究發現單身男性在「獨處舒適」方面之能力較單身女性差，故建議男性單身者在社交與工作忙碌之餘，宜學習與自己相處。再者，本研究發現外向性人格特質傾向之單身者其獨處能力較差，故建議外向性人格之單身者除了重視社會互動與人際相處之外，可多關注個人內心世界與審視自我，得以在忙碌生活擁有喘息機會，並練習與自己相處，提升個人獨處能力，降低失落感。

再者，根據本研究在「婚姻經驗」對單身者「獨處能力」之差異分析結果，發現曾有婚姻經驗之單身者，亦即離婚及喪偶者之獨處能力較從未為結婚者差，故建議曾有婚姻經驗之單身者學習重新面對與適應一個人的生活，在情緒與生活上學習獨立與尋求內心之平靜。

### 二、給家庭教育與相關輔導單位之建議

本研究發現單身者之「人格特質」與其身心健康有關，人格特質也與「獨處能力」有關，故建議家庭教育中心、諮商輔導單位與單身成長團體能多重視此議

題，並將「人格特質」、「獨處能力」與「身心健康」等主題納入方案或輔導重點，讓單身者瞭解自身的人格特質，關懷單身男性，並給予神經質人格特質傾向之單身者幫助，協助其學習如何在生活中平衡調適，改善不安全感、憂鬱、焦慮等負面情緒，增進其身心健康。

### 三、給後續研究之建議

#### (一) 研究對象

本研究限於時間、人力與地緣關係，僅以北北基之單身男女為研究對象，建議未來可擴大研究範圍，進行城鄉比較。此外，由於人口高齡化之趨勢，後續研究亦可針對中高齡者之人格特質、獨處能力與身心健康進行深入調查，以探究不同生命階段之單身者。

#### (二) 研究方法

本研究採量化之問卷調查法，較無法深入瞭解單身者之內心感受，深究其想法與身心健康狀況，建議後續研究可配合深度訪談法、焦點團體法等質性研究進行探討，以探究其他因素是否也與單身者之身心健康有關。

#### (三) 研究變項

本研究在「獨處能力」方面單就「獨處因應」與「獨處舒適」兩構面來探討，較無法針對受試者獨處偏好與獨處時間的長短做進一步探討，故建議未來可加入「自願獨處」與「非自願獨處」兩個構面，或是將「獨處時間長短」加入探討，以提升研究之廣度與深度。

#### (四) 研究工具

本研究所選取之人格特質量表在「和善性」構面之信度較低，建議後續研究在題目上可再進行編修，以增加研究工具之穩定性及可靠性。

## 參考文獻

- 內政部戶政司 (2014)。人口統計資料。2014 年 6 月 16 日，取自  
[http://www.ris.gov.tw/zh\\_TW/346](http://www.ris.gov.tw/zh_TW/346)。
- 內政部戶政司 (2022a)。年度縣市及全國統計資料 - 人口數按年齡及婚姻狀況。  
2022 年 7 月 11 日，取自 <https://www.ris.gov.tw/app/portal/346>
- 內政部戶政司 (2022b)。年度縣市及全國統計資料 - 結婚年齡中位數及平均數。  
2022 年 7 月 11 日，取自 <https://www.ris.gov.tw/app/portal/346>
- 王俐雯 (2012)。成年前期男女孤獨感與幸福感之相關研究 - 網路使用者為例  
[未出版之碩士論文]。國立臺北教育大學。
- 行政院主計總處 (2014)。人口靜態統計。2014 年 6 月 16 日，取自  
<http://www.dgbas.gov.tw/ct.asp?xItem=15408&CtNode=4594&mp=1>。
- 吳水丕、呂佩珊 (2011)。大臺北地區國小教師休閒參與與身心健康之關係研究。  
*工作與休閒學刊*，2 (2)，113-124。  
[https://doi.org/10.6848/JWL.201107\\_2\(2\).0002](https://doi.org/10.6848/JWL.201107_2(2).0002)
- 吳麗娟、陳淑芬 (2006)。國中生獨處能力與主觀生活壓力，身心健康之關係研  
究。*教育心理學報*，38 (2)，85-104。<https://doi.org/10.6251/BEP.20060508.2>
- 李天惠 (2010)。上班族飼養寵物狀況和生活壓力及身心健康之研究 - 以臺北地  
區為例 [未出版之碩士論文]。國立體育大學。
- 李星謙 (2006)。大學生網路沉迷現象與焦慮症狀關係及評量研究。*國民教育研  
究集刊*，14，1-26。<https://doi.org/10.7038/BREE.200606.0001>
- 林志哲 (2019)。中年人獨處時間與心理幸福感之關係：孤獨動機之調節效果 [未  
出版之碩士論文]。私立銘傳大學。
- 林秀燕 (2013)。國小教師人格特質、親職壓力與教養方式之研究 [未出版之碩  
士論文]。臺北市立教育大學。
- 林春豪 (2008)。宜蘭地區高齡婦女晨間休閒運動涉入與身心健康之研究 [未出  
版之碩士論文]。國立臺灣師範大學。
- 林家鈺 (2009)。桃園縣國中教師工作壓力與自覺身心健康之相關研究 [未出版  
之碩士論文]。國立臺灣師範大學。

林淑惠、黃韞臻 (2009)。臺灣中部地區大學生獨處能力、生活壓力與身心健康之相關研究。新竹教育大學教育學報，26 (1)，33-62。

<https://doi.org/10.7044/NHCUEA.200906.0033>

侯明玉 (2012)。大學生身心困擾與心理健康之關係研究 - 以師大學生為例 [未出版之碩士論文]。國立臺灣師範大學。

洪玉珊 (2009)。桃園縣國民小學兼任行政職務教師工作壓力與身心健康之研究 [未出版之碩士論文]。國立臺北教育大學教。

張珏 (1987)。大專聯考壓力症候群的探討。中華民國公共衛生學會雜誌，6(3)，43-55。 <https://doi.org/10.6288/JNPHARC1986-06-03-04>

許蕙鈞、朱婉婷、許天維 (2013)。以五大人格理論探討臺中市幼兒園教師。大葉大學通識教育學報，12，67-81。

[https://doi.org/10.6158/JLTIR.201012\\_5\(1\\_2\).0002](https://doi.org/10.6158/JLTIR.201012_5(1_2).0002)

許薰月 (2012)。青少年獨處經驗之研究 [未出版之碩士論文]。私立淡江大學。

陳佩君 (2008)。青少年依附關係、自我認同、獨處能力與情緒調節之關係 [未出版之碩士論文]。國立臺灣師範大學。

陳昭亨 (2011)。國中生人格特質與休閒參與之相關研究 [未出版之碩士論文]。國立臺灣師範大學。

陳淑芬 (2003)。國中生獨處能力與主觀生活壓力、身心健康之關係研 [究未出版之碩士論文]。國立臺灣師範大學。

陳淑芳 (2006)。合格非正式國小教師面對教師甄試壓力的因應方式與身心健康之研究 [未出版之碩士論文]。國立花蓮教育大學。

陳慧珊、吳麗娟 (2013)。大學生親職化現象、個體化程度與身心健康指標之相關研究。教育心理學報，45(1)，103-120。 <https://doi.org/10.6251/BEP.20130121>

陳靜怡 (2005)。大專生獨處狀態及其與身心健康之關係 [未出版之碩士論文]。國立政治大學。

陳蘭杏 (2013)。澎湖縣國小教師人格特質、職家衝突與工作壓力關係之研究 [未出版之碩士論文]。國立澎湖科技大學。

陸洛、李惠美、謝天渝 (2005)。牙醫師職業壓力與身心健康及職業倦怠之關係：以高雄市牙醫為例，應用心理研究，27，59-80。

- 曾于庭 (2016)。國小教師成人依附風格、獨處能力與愛情關係滿意度之相關研究 [未出版之碩士論文]。國立臺灣師範大學。
- 游家玫 (2011)。澎湖縣國小教師社會支持與身心健康之研究 [未出版之碩士論文]。國立臺北教育大學。
- 黃于芬 (2007)。大學生人際壓力、自我壓力、獨處偏好、獨處經驗與憂鬱傾向關係之研究 [未出版之碩士論文]。國立新竹教育大學。
- 黃郁婷 (2006)。教師人格特質影響組織公民行為之研究 - 以南投縣國民中學為例 [未出版之碩士論文]。國立臺灣師範大學。
- 黃郁婷、陳金真 (2021)。單身·寂寞?! 單身者的人格特質、知己好友數對寂寞感之影響。教育與家庭學刊, 12, 76-101。
- 黃開義、戴伯芬、林昭銘 (2011)。中區技職院校學生人格特質對身心健康之影響研究。修平人文社會學報, 16, 57-88。  
<https://doi.org/10.29547/ZHWHGX.201103.0003>
- 黃雅琪 (2010)。桃園縣國中教師人格特質、社會支持與幸福感之相關研究 [未出版之碩士論文]。私立銘傳大學。
- 黃識勳 (2013)。國民小學教師人格特質、學校組織氣氛與專業學習社群關係之研究 [未出版之碩士論文]。國立屏東教育大學。
- 黃韞臻、林淑惠 (2009)。大學生的生活壓力與身心健康之研究 - 以中部五所大學為例。國立虎尾科技大學學報, 28 (1), 41-56。  
<https://doi.org/10.6425/JNHUST.200903.0041>
- 廖秀娟 (2009)。親子互動關係與大學生獨處能力之研究 [未出版之碩士論文]。國立政治大學。
- 廖芝青 (2013)。臺中市國中社會領域教師人格特質、工作壓力、教學效能之關係研究 [未出版之碩士論文]。國立臺中教育大學。
- 廖鈺琪 (2021)。大學生人際困擾與憂鬱程度之關連 - 探討獨處能力之調節效果 [未出版之碩士論文]。私立東吳大學。
- 劉碧雲 (2018)。獨處能力、人際親密能力與幸福感之關係：以未婚單身女性為例 [未出版之碩士論文]。國立東華大學。

- 謝宛軒 (2010)。青少年獨處經驗及其相關因素之研究 [未出版之碩士論文]。國立政治大學。
- 簡玉惠、黃于庭、許志賢 (2013)。國民小學教師人格特質和休閒活動參與相關之研究。《運動休閒餐旅研究》，8 (3)，142-167。
- 蘇國興 (2003)。臺北市國小教師工作壓力、運動行為與身心健康之相關研究 [未出版之碩士論文]。臺北市立師範學院。
- Buchholz, E. S. (1997). *The call of solitude: Alonetime in a world of attachment*. Simon & Schuster. <http://doi.org/10.1037//0736-9735.17.3.614>
- Burger, J. M. (1995). Individual differences in preference for solitude. *Journal of Research in Personality*, 29, 85-108. <https://doi.org/10.1006/jrpe.1995.1005>
- Cacioppo, J. T., & William, P. (2009). *Loneliness: Human nature and the need for social connection*. W. W. Norton. <http://doi.org/10.1176/appi.ajp.2008.08091320>
- Chua, S. N., & Koestner, R. (2008). A self-determination theory perspective on the role of autonomy in solitary behavior. *The Journal of Social Psychology*, 148(5), 645-647. <https://doi.org/10.3200/socp.148.5.645-648>
- Kim, A., Lee, J. A., & Park, H. S. (2017). Health behaviors and illness according to marital status in middle-aged Koreans. *Journal of Public Health*, 40(2), 99-106. <http://doi.org/10.1093/pubmed/fox071>
- Kotov, R., Gamez, W., Schmidt, F., & Watson, D. (2010). Linking “Big” personality traits to anxiety, depressive, and substance use disorders: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 136, 768-821. <http://doi.org/10.1037/a0020327>
- Krejcie, R. V., & Morgan, D. W. (1970). Determining sample size for research activities. *Educational and Psychological Measurement*, 30, 607-610. <https://doi.org/10.1177%2F001316447003000308>
- Lamers, S. M. A., Westerhof, G. J., Kovács, V., & Bohlmeijer, E. T. (2012). Differential relationships in the association of the Big Five personality traits with positive mental health and psychopathology. *Journal of Research in Personality*, 46, 517-524. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2012.05.012>
- Larson, R. W. (1990). The solitary side of life: An examination of the time people spend alone from childhood to old age. *Developmental Review*, 10, 155-183. [https://doi.org/10.1016/0273-2297\(90\)90008-R](https://doi.org/10.1016/0273-2297(90)90008-R)

- Larson, R. W., & Lee, M. (1996). The capacity to be alone as a stress buffer. *Journal of Social Psychology, 136*(1), 5-16.  
<https://doi.org/10.1080/00224545.1996.9923024>
- Larson, R. W., Csikszentmihalyi, M., & Graef, R. (1982). Time alone in daily experience: Loneliness or renewal? In L. A. Peplau, & D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A Sourcebook of Current Theory, Research and Therapy*. (pp. 40-53). Wiley.
- Lin, P. H., Wang, P. Y., Lin, Y. L., & Yang, S. Y. (2020). Is it weird to enjoy solitude? Relationship of solitude capacity with personality traits and physical and mental health in junior college students. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 17*, 5060. <http://doi.org/10.3390/ijerph17145060>
- Long, C. R., & Averill, J. R. (2003). Solitude: An exploration of benefits of being alone. *Journal for the Theory of Social Behavior, 33*, 21-44.  
<https://doi.org/10.1111/1468-5914.00204>
- Long, C. R., Seburn, M., Averill, J. R., & More, T. A. (2003). Solitude experiences: Varieties, settings, and individual differences. *Personality and Social Psychology Bulletin, 29*, 578-583. <https://doi.org/10.1177/0146167203029005003>
- McCrae, R. R., & Costa, P. T., Jr. (1990). *Personality in adulthood*. Guilford Press.
- Morrison, J. (1986). *The wilderness solo: Solitude and recreation* [Unpublished master's thesis]. University of Alberta.
- Pauly, T., Lay, J. C., Nater, U. M., Scott, S. B. (2017). How we experience being alone: Age differences in affective and biological correlates of momentary solitude. *Gerontology, 63*, 55-66. <https://doi.org/10.1159/000450608>
- Rokach, A. (2011). From loneliness to belonging: A review. *Psychology Journal, 8*(2), 70-81.
- Storr, A. (1988). *Solitude: A return to the self*. Free Press.
- Winnicott, D. W. (1958). The capacity to be alone. *International Journal of Psychoanalysis, 39*, 416-420.
- World Health Organization. (2022). *WHO remains firmly committed to the principles set out in the preamble to the Constitution*. Retrieved July 15, 2022, from <https://www.who.int/about/governance/constitution>



## 親職壓力的預測因素： 父母對幼兒 3C 產品使用態度與親職自我效能的交互作用

曾琳舒<sup>1</sup>許建中<sup>2</sup>

### 摘要

本研究旨在探討父母對幼兒使用 3C 產品的態度與親職自我效能的交互作用，作為親職壓力的預測指標。在資料收集方面，以臺中市和高雄市育有 0 至 6 歲幼童的父母為主要對象，透過立意取樣共招募了 426 名家長，並使用三份問卷進行評估，分別是「父母對孩子使用 3C 產品態度問卷」、「幼兒 3C 產品使用親職自我效能問卷」、「親職壓力量表」。研究結果發現，父母對幼兒使用 3C 產品的態度與親職自我效能的交互作用會對親職壓力產生顯著干擾效果。意即，若父母有較高的親職自我效能，父母對幼兒使用 3C 產品的態度越開放則會有較低的親職壓力。最後，本研究建議，面對數位化時代，對於 0-6 歲兒童的養育，父母應以開放和正向的態度考慮使用 3C 產品的必要性。此外，在考量使用 3C 產品做為親子互動媒介時，也需要同步提升父母在 3C 產品使用的親職自我效能，以降低親職壓力。

**關鍵字：**0 至 6 歲幼兒、3C 產品、3C 產品使用態度、親職自我效能、親職壓力

---

<sup>1</sup> 曾琳舒：美光科技 GPS 人資專員

<sup>2</sup> 許建中：國立臺中教育大學諮商與應用心理學系 助理教授

## **Predictors of Parenting Stress: The Role of Attitude toward the Use of 3C Products and Their Interaction with Parenting Self-Efficacy**

### **Abstract**

The study examined parents' attitude toward the use of 3C products and its interaction with parenting self-efficacy as predictors of parenting stress. The sample consisted of 426 parents with children aged 0 to 6 from Taichung city and Kaohsiung city. Three questionnaires were administered to parents, including the "Parents' Attitude Chart Toward Children's Use of 3C Products," the "Parenting Self-Efficacy Questionnaire for 3C Product Use of Young Children," and the "Parenting Stress Scale." The results showed that higher levels of parents' attitude toward the use of 3C products were associated with less parenting stress, especially when parents had high levels of parenting self-efficacy. The results suggest that having an open and positive attitude toward the use of 3C products for children aged 0 to 6 is important for parents, as well as increasing their parenting self-efficacy in relation to parent-child interactions involving the use of 3C products.

**Keywords: 3C product, attitude toward the use of 3C product, children aged 0 to 6, parenting self-efficacy, parenting stress**

## 壹、前言

近二十多年來，3C 產品（如：智慧型手機、平板、攜帶型電腦等）已逐漸成為生活中的一部份，隨著 3C 產品的使用普及化，越來越多國內外學者或基金會針對幼兒或兒童使用 3C 產品的情況與影響進行探討。兒童福利聯盟在 2012 年及 2015 年分別以網路問卷調查「國小五、六年級使用 3C 產品現況」，針對 3C 擁有率、使用時間、使用時機、使用用途、親子互動等面向進行調查，結果顯示，兒童使用 3C 產品的依賴程度並沒有減緩，反而是日漸升高，一直存在著「3C 低齡化」、「3C 保母化」、「3C 成癮化」和「親職空窗化」四大危機（兒童福利聯盟，2012;2015）。國外的 3C 產品使用調查也有相類似的發現，英國通訊管理局(Office of Communication; Ofcom) (2018) 指出，幼兒及兒童已逐漸由過去的桌上型電腦、電視，轉向平板電腦或手機觀看影片或是玩遊戲。從現況調查可知，兒童使用 3C 產品的年紀下降，逐漸轉為使用平板和智慧型手機，且使用時間越來越長。

相關研究指出，過度使用 3C 產品可能會對幼兒或兒童的身心發展產生負面影響（楊婧、張鑑如，2021）。Hutton 等人針對 47 組家庭的學齡前兒童進行研究，得出關指標性的結果，當學齡前兒童使用螢幕時間越長，兒童的大腦白質完整性會越差，意旨兒童的大腦認知功能越差（Hutton et al, 2020）。螢幕的使用也可能會影響兒童的睡眠品質（Garrison & Christakis, 2012; Garrison et al., 2011），增加近視的度數（謝之華等人，2017），並降低親子互動品質（Anderson & Hanson, 2017）。

國內學者針對學齡前兒童使用 3C 產品的研究大多聚焦在 3C 產品對幼兒的影響，以及家長如何看待和教養兒童使用 3C 產品（謝佩芳，2019；魏美惠、莊淑媛，2016）。有些父母對兒童使用 3C 產品抱持正面的態度，支持兒童應該早點接觸平板，認為平板對於兒童發展有助益，只是在使用上傾向以陪伴引導、強制管教的方式來進行（邱莉雯，2013）。魏美惠、莊淑媛（2016）則指出，父母對兒童使用 3C 產品呈現中性的態度，然而兒童和父母在使用 3C 產品互動會容易出現負向的現象，例如：無法專心聆聽父母的叮嚀、對該完成的事情拖拖拉拉、以及父母擔心兒童 3C 使用過量影響其視力。兒童和父母在使用 3C 產品時的互動時出現的總總跡象，有可能已造成父母在教養上的困擾和挑戰。

國外的相關研究也指出，當兒童使用 3C 產品時間越長，越容易出現攻擊、不服從、過動、衝動等行為問題，使得父母需要花費更多精力去處理，進而讓父母產生較高的親職壓力 (McDaniel & Radesky, 2020)。當父母自己在使用 3C 產品時，容易分散掉對孩子應有的注意力，使得親子互動的質與量失調，甚至會讓親子衝突增加，若父母在 3C 產品教養上沒有適切的策略與管道，更容易產生較高程度的親職壓力 (Kildare & Middlemiss, 2017; Matthes et al., 2021)。反觀國內，目前關於父母對幼兒使用 3C 產品與親職壓力之關連性研究仍相對較少，此一議題值得再繼續探究。

自我效能是個人對其因應特定事件所持有的能力和信念之主觀性評估結果，並進而影響個人的行為結果與態度 (Bandura, 1977)。當父母評估自身在親職教養議題上所擁有的成功經驗以及應對方法，形成其信念及能力的判斷，即是親職自我效能，或稱為親職效能 (Jones & Prinz, 2005)。劉百純、陳若琳 (2010) 表示親職效能感能夠預測親職壓力，Shin (2018) 則將自我效能運用於父母教養孩子使用 3C 產品上，發現父母對自身 3C 產品使用的自我效能以及父母介入孩子使用 3C 產品的自我效能，能有效降低親子間在 3C 產品使用上的衝突，父母也更傾向以共同使用、監督的方式和孩子一起使用 3C 產品。

綜合上述，本研究聚焦在探討父母對幼兒使用 3C 產品態度、父母對幼兒使用 3C 產品的親職自我效能、親職壓力三者之間的關係，以及父母對幼兒使用 3C 產品態與親職自我效能的交互作用對親職壓力之影響。並依據研究結果提供幼兒家長及助人工作者可行之建議，以面對幼兒使用 3C 產品之相關議題，並降低在處理該議題之親職壓力。

本研究之研究目的如下：

- 一、瞭解父母對幼兒使用 3C 產品態度、親職自我效能、親職壓力三者之間的關係。
- 二、探討父母對幼兒使用 3C 產品態與親職自我效能的交互作用對親職壓力之影響。

## 貳、父母對幼兒 3C 產品使用態度及對親職壓力之影響

「3C 產品」泛指「電腦及其周邊 (Computer)」、「消費性電子 (Consumer Electronics)」、「通訊 (Communication)」三大類的產品，常見的產品有桌上型電腦、筆記型電腦、智慧型手機、平板等裝置。在現今社會中，每個人或多或少都會接觸與使用 3C 產品，例如：透過手機訂餐、使用平板寫筆記、利用筆記型電腦進行視訊會議或上課。總總跡象皆顯示，個人的日常生活與 3C 產品的使用已密不可分 (教育部全民資安素養網，2020)。

對幼兒來說，家庭是其最早接觸的環境，透過父母所提供的學習鷹架，以及與家人的互動，對身心發展有著直接或間接的影響 (羅逸平、許建中，2020)。而 3C 產品已成為不少家庭讓兒童用來學習或是使用的產物，甚至，3C 產品的使用亦已成為父母教養幼兒不可忽視的一環 (Elias & Sulkin, 2019; Shin et al., 2021)。兒童福利聯盟 (2012; 2015) 調查家長對於孩童使用 3C 產品態度，結果發現近五成 (52.6%) 家長認為孩子至少要 6 歲以上才可以，卻有近七成 (67.7%) 的孩子在 6 歲前，就開始使用 3C 產品。儘管如此，研究也發現家長在此議題上處於兩難的狀態，一方面，家長認同幼兒使用 3C 產品，同意 3C 產品中的應用程式可以做為幼兒學習的輔助，用來提升孩子的能力，成為安撫孩子情緒的幫手。另一方面，家長同時擔心 3C 產品影響孩子視力、專注力、閱讀時間、作息等等，因而對 3C 產品有負向的態度 (Elias & Sulkin, 2019; Shin et al., 2021)。也因此，這些因素皆會影響家長對幼兒使用 3C 產品的態度。

國內有學者針對父母進行質性訪談，探究家長如何看待兒童使用 3C 產品的看法，結果發現，家長雖然知道兒童若過量的使用 3C 產品，會對其身心造成嚴重負面影響，但受訪的家長表示即使知道兒童似乎超時使用 3C 產品，但仍未去禁止，此研究也點出很多家長在教養兒童使用 3C 產品的困境：家長不清楚兒童合理使用 3C 產品時間的規範，也不清楚當面臨兒童使用 3C 產品超出合理時間時，該如何制止以及安撫後續兒童產生的不良反應 (李玉惠，2016; 李玉惠、黃莉雯，2017)。由此可知，目前家長對於幼兒使用 3C 產品呈現兩極的看法，有些認同，有些則是擔心在使用過程中會對幼兒造成負面影響。

國外的大型研究曾針對 2300 對擁有 0-8 歲的兒童父母進行調查，結果顯示，父母對科技產品的態度和兒童使用特定科技產品的狀況呈顯著正相關，研究也發現，父母使用 3C 產品的時間、科技媒體的使用態度，可以顯著預測兒童使用科技媒體的總量 (Lauricella et al., 2015)。Marciano 等人 (2022) 也獲得相似的結果，指出父母 3C 產品的使用頻率、孩童年齡和父母對 3C 產品態度會影響兒童 3C 產品的使用。此外，若父母對 3C 產品有強烈教育動機，傾向會和兒童一起使用 3C 產品，同時，較不會讓兒童單獨使用 3C 產品；至於父母對 3C 產品態度為非教育動機，可以預測父母更傾向把 3C 產品當作兒童單獨一人時的安撫工具。意即，父母時常以教育為由將 3C 產品交給孩子使用，但實際上是有更多時間讓父母去處理自身的事務 (Kabali et al., 2015; Teichert, 2020)。

國外研究發現，父母對 3C 產品的使用態度以及認知，會影響兒童使用 3C 產品的情形，當父母對 3C 產品保持正向態度和認知時，父母在育兒時會更加允許或是鼓勵兒童使用 3C 產品 (Konok et al., 2020)。態度同時也會影響行為，當父母認為使用 3C 產品有正向影響時，父母會傾向採用積極正向的介入策略以及陪同兒童一起使用 3C 產品；反之，若父母認為 3C 產品會帶給兒童更多負向影響時，父母採取的策略為嚴格限制兒童使用 3C 產品 (Nikken & Schols, 2015)。在兒童使用 3C 產品上，若父母採取限制的教養模式，與親職壓力成正相關，意即，在教養兒童使用 3C 產品上常採取限制教養模式，父母的親職壓力較大 (Warren & Aloia, 2019)。

綜上所述，家長對於幼兒使用 3C 產品的態度並沒有隨著市面上 3C 產品的普及率，而穩定的提升幼兒使用 3C 產品的態度，然而，當 3C 產品的普及率不斷上升，幼兒生活中充斥著接觸 3C 產品的機會，家長對於幼兒使用 3C 產品抱持著警覺、負向的態度，可能造成家長在育兒時的另一種教養壓力及挑戰。然而，目前國內外並無直接探討父母對兒童 3C 產品使用態度和親職壓力間關係的直接研究，僅能從目前已有研究結果推論，當父母對兒童使 3C 產品抱持著負向認知，父母會展現出負向態度以及行為，來限制兒童使用 3C 產品，這可能會提升雙親在教養上的壓力。因此，父母對幼兒使用 3C 產品態度對於親職壓力之影響需要進一步再探究。

### 參、親職自我效能對親職壓力的影響

「自我效能」一詞是由 Bandura (1977) 提出，其定義為個人對其因應和處理某些特定事件的能力和信念，而這些對能力和信念的主觀性評估對於個人行為結果和態度具有決定性的影響力。個體判斷自我效能感可從四種途徑產生 (Bandura, 1977) 分別為：成就表現 (performance accomplishments)、替代經驗 (vicarious experience)、言語說服 (verbal persuasion)、情緒激發 (emotional arousal)。

在成就表現方面，個人的成功經驗會增加其自我效能，過去的成功經驗和精熟度會改變對自身能力的預期，因此，個人會依憑過去經驗，增強對自己能力的信念，從而增加自我效能。在替代經驗方面，個人會透過觀察他人的經驗，而形成對自己自我效能感的判斷，當對方的背景和自己越相像，其成功經驗更能增加自己的自我效能。在言語說服方面，個人會透過他人建議與勸說，更願意相信過去令自己棘手的事件是能成功應付的，進而改變自我效能。在情緒激發方面，個人會利用身心狀態來評估自己對於特定事件的自我效能程度，當個人容易處在緊張、焦慮、無助等身心反應狀態，就容易削弱自己的自我效能 (Bandura, 1982; 1997)。

Coleman 與 Karraker (1998) 將 Bandura 的自我效能概念延伸至親職教養層面，並提出「親職自我效能」的概念，也就是指父母自覺能夠以較有效能的方式勝任教養子女的工作，家長評斷自身親職自我效能可以兩個不同概念進行探究，一是信念部份：父母藉由自身信念，判定能否承擔起照顧者的角色；二是具備實際的教養能力：父母藉由教養知識、行為以判定在親職教養中是否能發揮足夠的影響力 (劉百純、陳若琳, 2010)。Shin 將自我效能聚焦於父母對於兒童使用 3C 產品相關的自我效能 (Shin, 2018)，包含：媒體使用自我效能、父母教養自我效能、父母知覺介入行為自我效能。

自我效能的概念被廣泛應用於不同領域，針對學齡前幼兒，大多探究父母對學齡前幼兒之教養自我效能 (Jones & Prinz, 2005)，然而，較少針對父母處理幼兒使用 3C 產品相關議題的親職自我效能。Coleman 和 Karraker (1998) 的研究發現，高親職效能感和正向的教養策略以及正向教養行為有高度相關，也就是說當父母自覺有能力能夠勝任父母角色時，他們便能行使有效的教養行為，促使兒童產生正向發展結果 (Bloomfield et al., 2005)，父母的親職壓力也會較低。因此，本研究假設這樣的結果也可以適用在 3C 產品使用議題上，亦即，在面對幼兒使用 3C 產品的議題，父母的親職自我效能可以降低父母的親職壓力。

#### 肆、父母對幼兒 3C 產品使用態度、親職自我效能對親職壓力之影響

父母在幼兒是否能夠使用 3C 產品扮演著關鍵性的角色 (兒童福利聯盟, 2012), 而其本身對於幼兒使用 3C 產品的態度, 更是影響著幼兒與 3C 產品接觸的時間與內容 (李鴻章、謝義勇, 2007)。然而, 父母對於幼兒使用 3C 產品仍存在著一定的疑慮, 擔心幼兒使用 3C 產品所帶來的負向影響, 例如: 視力問題、睡眠問題、發展問題等等 (楊婧、張鑑如, 2021; 謝之華等人, 2017; Garrison & Christakis, 2012), 進而影響家長讓孩子接觸 3C 產品的意願。國外的研究也顯示, 學齡前幼兒頻繁使用電子行動裝置容易出現睡眠、餵養、情緒、行為自我調整等問題 (Cannoni et al, 2018; Nathanson & Beyens, 2018)。綜合上述, 可推測父母在教育孩子使用 3C 產品若抱持著擔憂、顧慮, 容易引發父母親的負向情緒, 進而影響父母的親職壓力。

目前探討幼兒 3C 產品使用態度與親職自我效能之關係的研究並不多, 相關研究主要是以學齡期以上的兒童、青少年或大學生, 研究主題也多聚焦在學習態度、學習成效等方面的探討。Nikolopoulou 和 Gialamas (2017) 以高中生為對象, 探討使用手機的態度與自我效能之關係, 發現手機使用態度與手機使用自我效能之間呈現正相關。而 Pan (2020) 以大學生為對象, 探討技術接受度、技術自我效能、自主學習的態度與學習動機之關係, 結果也發現技術接受度與技術自我效能之間有正向的關係。爰此, 可以推測若父母對孩子使用 3C 產品的態度若較開放, 也可能會增強父母在處理孩子使用 3C 產品相關議題的信心, 也就是會產生較高的親職自我效能。

自我效能能夠增加父母對自己能力的肯定, 也視自己為有效能的父母能夠去處理困難和棘手的問題, 而如此態度和信念會影響父母在行使親職時的自責和擔憂情緒降低, 劉百純和陳若琳 (2010) 研究指出, 在執行教養上, 新手媽媽的親職效能感能顯著預測其親職壓力感受, 親職效能強的母親, 會更堅信自己有能力解決養育上的困難, 可預測在養育兒女的親職壓力較低。國外的研究也發現, 親職自我效能與親職壓力呈現負相關, 若父母在親職上有高自我效能, 則會減低親職壓力, 若父母有負向的親職效能感, 會使父母不認為自己有好的能力去行使親職而易產生負向情緒, 進而提高親職壓力 (Bloomfield & Kendall, 2012)。

因此，本研究推論，父母對於兒童 3C 產品使用態度與自我效能的交互作用會對親職壓力產生干擾效果。亦即，當父母擁有較高自我效能，會增強父母對兒童 3C 產品使用態度和親職壓力關係。

綜合上述，本研究提出之研究假設如下：

假設一：3C 產品使用態度與親職壓力之間為負相關。

假設二：3C 產品使用態度與親職自我效能之間為正相關。

假設三：親職自我效能與親職壓力之間為負相關。

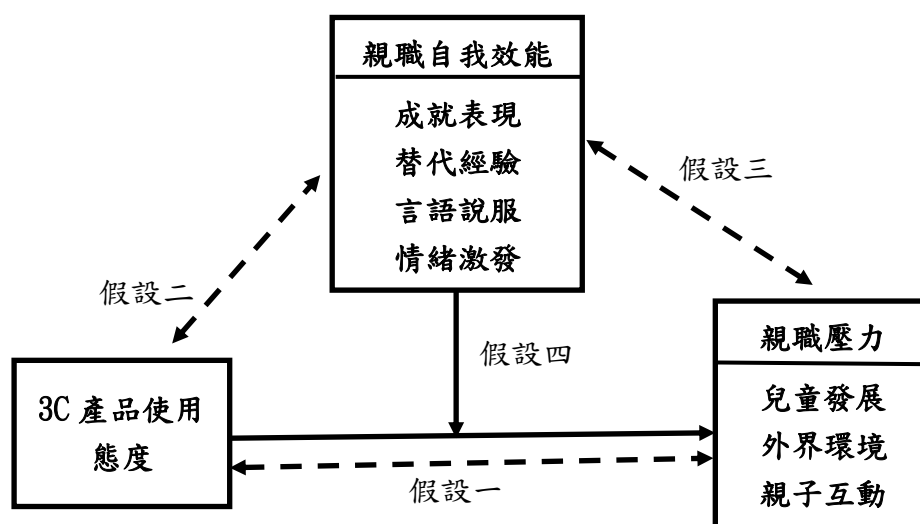
假設四：親職自我效能在 3C 產品使用態度與親職壓力之間有干擾效果。

## 伍、研究方法

### 一、研究架構

本研究之研究架構圖如圖 1 所示。

圖1 研究架構圖



### 二、研究對象

本研究欲了解父母對學齡前幼兒使用 3C 產品之態度、親職自我效能與親職壓力之關連性，以臺中市、高雄市育有 6 歲以下幼兒之家長為主要研究對象，採用問卷調查法，透過立意取樣方式，先致電臺中市與高雄市之幼兒園徵詢研究問卷發放事宜，在獲得同意後，寄出紙本問卷，並由幼兒園協助發放與回收寄回。本研究共發放紙本問卷 500 份，回收 447 份，紙本問卷回收率為 89.4%，扣除幼兒年紀超過 6 歲、漏答、反應過於一致等無效問卷後，有效問卷共 426 份，問卷之有效回收率為 85.2%。

### 三、研究工具

#### (一) 3C 產品使用態度問卷

在瞭解家長對幼兒使用 3C 產品之態度方面，本研究使用魏美惠、莊淑媛 (2016) 所編制之「家長對於幼兒使用 3C 產品態度量表」，該量表為單一構面，共 16 題 (包含 4 題反向題)，採用 Likert's 四點量表計分，所得分數越高，代表父母越同意讓幼兒使用 3C 產品，即父母對幼兒 3C 產品使用的態度越開放；反之，所得分數越低，則表示父母越不同意讓幼兒使用 3C 產品，其 3C 產品使用態度越不開放。

在信效度方面，為了確認問卷之結構及適配性，本研究以研究樣本重新進行驗證性因素分析 (如附錄 1 所示)，最後共選出 8 題。在適配度方面，問卷的  $\chi^2/df = 3.452$ ,  $p < .000$ , CFI = .97, GFI = .96, AGFI = .93, PNFI = .68, RMSEA = .076, SRMR = .031, 除了  $\chi^2/df$  略大於 3 外，CFI、GFI、AGFI 均大於 .90，PNFI 大於 .50，RMSEA 小於 .08，SRMR 小於 .05，顯示問卷有相當不錯的適配性，具有良好的建構效度 (邱皓政, 2012)。在平均變異抽取量 (Average Variance Extracted, AVE) 方面，整體的 AVE 為 .51，AVE 大於 .36，顯示問卷具有良好的聚斂效度。在內部一致性信度方面，整體的 Cronbach  $\alpha$  為 .891，顯示問卷具有良好的內部一致性信度。此外，在組合信度 (composite reliability, CR) 方面，整體的 CR 為 .89，CR 大於 .60，顯示問卷具有良好的組合信度 (Fornell & Larcker, 1981)。

#### (二) 3C 產品使用親職自我效能問卷

本研究使用自編之 3C 產品使用親職自我效能問卷，該問卷是以 Bandura (1977) 所提出產生自我效能的四大途徑為主要架構，分別為成就表現、替代經驗、言語說服、情緒激發，採用 Likert's 四點量表計分，所得分數越高，代表父母在該面向的親職自我效能越高，即父母有較高的信心去處理幼兒使用 3C 產品的相關議題；反之，所得分數越低，代表父母在該面向的親職自我效能越低，越沒有信心去處理幼兒使用 3C 產品的相關議題。

透過驗證性因素分析 (如附錄 2 所示)，最後共選出 14 題，其中，成就表現 4 題、替代經驗 4 題、言語說服 4 題、情緒激發 2 題。在適配度方面，整體問卷的  $\chi^2/df = 3.161$ ,  $p < .000$ , CFI = .97, GFI = .93, AGFI = .90, PNFI = .76, RMSEA = .071, SRMR = .028, 除了  $\chi^2/df$  略大於 3 外，CFI、GFI、AGFI 均大於 .90，PNFI

大於.50，RMSEA 小於.08，SRMR 小於.05，顯示問卷有相當不錯的適配性，具有良好的建構效度(邱皓政,2012)。在平均變異抽取量(Average Variance Extracted, AVE)方面，整體的 AVE 為.68，各因素之 AVE 介於.50 至.76，均大於.36，顯示問卷具有良好的聚斂效度。在內部一致性信度方面，整體的 Cronbach  $\alpha$  為 .945，各因素 Cronbach  $\alpha$  介於.791 到.925，顯示問卷具有良好的內部一致性信度。此外，在組合信度 (composite reliability, CR) 方面，整體的 CR 為.97，各因素之 CR 介於.80 至.93，均大於.60，顯示問卷具有良好的組合信度(Fornell & Larcker, 1981)。

### (三) 親職壓力量表

本研究使用改編之親職壓力問卷，該問卷是以劉百純、陳若琳(2010)針對新手媽媽所建構的親職壓力量表為基礎，再加入 3C 產品使用之情境和脈絡來加以改編，內容分為三個構面，分別為兒童發展壓力、外界環境壓力、親子互動壓力，採用 Likert's 四點量表計分，所得分數越高，代表父母在該面向所面臨的親職壓力越高；反之，所得分數越低，代表父母在該面向所面臨的親職壓力越低。

透過驗證性因素分析(如附錄 3 所示)，最後共選出 13 題，其中，兒童發展壓力 5 題、外界環境壓力 4 題、親子互動壓力 4 題。在適配度方面，整體問卷的  $\chi^2/df = 2.228$ ， $p < .000$ ，CFI = .98，GFI = .96，AGFI = .93，PNFI = .77，RMSEA = .054，SRMR = .035，其中， $\chi^2/df$  小於 3，CFI、GFI、AGFI 均大於.90，PNFI 大於.50，RMSEA 小於.08，SRMR 小於.05，顯示問卷有相當不錯的適配性，具有良好的建構效度(邱皓政,2012)。在平均變異抽取量(Average Variance Extracted, AVE)方面，整體的 AVE 為.73，各因素之 AVE 介於.67 至.79，均大於.36，顯示問卷具有良好的聚斂效度。在內部一致性信度方面，整體的 Cronbach  $\alpha$  為 .938，各因素 Cronbach  $\alpha$  介於.906 到.937，顯示問卷具有良好的內部一致性信度。此外，在組合信度 (composite reliability, CR) 方面，整體的 CR 為.97，各因素之 CR 介於.91 至.94，均大於.60，顯示問卷具有良好的組合信度(Fornell & Larcker, 1981)。

## 陸、研究結果

### 一、研究對象之基本資料

在有效的 426 位填答者中，身份為「母親」者佔多數（286 人，67.1%），而身份為「父親」者共計 140 人（32.9%）。在年齡方面，「36-40 歲」者佔最多數（180 人，42.3%），其次依序為「34-35 歲」者（107 人，25.1%）、「41 歲以上」者（97 人，22.8%）及「30 歲以下」者（42 人，9.9%）。在教育程度方面，填答者最高學歷為「專科或大學」者佔最多數，有 265 人（62.2%），其次是最高學歷為「高中職（含）以下」者，有 91 人（21.4%），最高學歷為「研究所」者人數最少，有 70 人（16.4%）。在家中幼童年齡方面，「未滿 3 歲」者有 92 人（21.6%），「3 至 6 歲」者有 334 人（78.4%），如表 1 所示。

表 1

研究對象之基本資料 (N = 426)

變項名稱	類別	人數	百分比 (%)
身份	父親	140	32.9
	母親	286	67.1
年齡	30 歲以下	42	9.9
	34-35 歲	107	25.1
	36-40 歲	180	42.3
	41 歲以上	97	22.8
	教育程度	高中職（含）以下	91
	專科或大學	265	62.2
	研究所	70	16.4
幼兒年齡	未滿 3 歲	92	21.6
	3 至 6 歲	334	78.4

### 二、3C 產品使用態度、親職自我效能、親職壓力之現況

由於三份問卷之計分皆為 1 至 4 分，依據吳明隆和張毓仁（2018）之建議，將分數區分成「低（1-1.6）」、「中低（1.6-2.2）」、「中等（2.2-2.8）」、「中高（2.8-3.4）」、「高（3.4-4）」五種程度。

在 3C 產品使用態度方面，分析結果顯示研究對象對幼兒 3C 產品使用態度處於中低的開放程度（ $M=2.13$ ； $SD=0.57$ ）。在親職自我效能方面，整體親職自

我效能處於中高程度 ( $M=2.83$ ;  $SD=0.54$ )，在各個構面上，「成就表現」處於中高程度 ( $M=2.88$ ;  $SD=0.57$ )；「替代經驗」處於中高程度 ( $M=2.91$ ;  $SD=0.63$ )；「言語說服」處於中等程度 ( $M=2.66$ ;  $SD=0.64$ )；「情緒激發」處於中高程度 ( $M=2.90$ ;  $SD=0.65$ )。在親職壓力方面，整體親職壓力屬於中高程度 ( $M=3.06$ ;  $SD=0.58$ )，在各個構面上，「兒童發展壓力」屬於中高壓力程度 ( $M=2.91$ ;  $SD=0.70$ )；「外界環境壓力」屬於高壓力程度 ( $M=3.41$ ;  $SD=0.58$ )；「親子互動壓力」屬於中高壓力程度 ( $M=2.90$ ;  $SD=0.71$ )，如表 2 所示。

表2

研究對象之3C產品使用態度、親職自我效能、親職壓力之現況 ( $N=426$ )

變項	平均數	標準差	程度
3C 產品使用態度	2.13	0.57	中低
親職自我效能	2.83	0.54	中高
成就表現	2.88	0.57	中高
替代經驗	2.91	0.63	中高
言語說服	2.66	0.64	中等
情緒激發	2.90	0.65	中高
親職壓力	3.06	0.58	中高
兒童發展壓力	2.91	0.70	中高
外界環境壓力	3.41	0.58	高
親子互動壓力	2.90	0.71	中高

### 三、3C 產品使用態度、親職自我效能、親職壓力之相關分析

在 3C 產品使用態度與親職壓力之關係方面，3C 產品使用態度與親職壓力之間呈現顯著負相關 ( $r=-.468, p<.001$ )，因此，假設一成立。其中，3C 產品使用態度與兒童發展壓力之負相關最高 ( $r=-.478, p<.01$ )，其次是與親子互動壓力之相關 ( $r=-.384, p<.01$ )。

在 3C 產品使用態度與親職自我效能之關係方面，3C 產品使用態度與親職自我效能之間呈現顯著負相關 ( $r=-.136, p<.01$ )，因此，假設二不成立。其中，3C 產品使用態度與替代經驗之負相關最高 ( $r=-.145, p<.01$ )。

在親職自我效能與親職壓力之關係方面，親職自我效能與親職壓力之間呈現正相關 ( $r=.032$ )，然而，並未達顯著，因此，假設三並不成立。進一步探討各因子之間的關係發現，親職自我效能的成就表現及情緒激發與親職壓力的親子互

動壓力之間呈現顯著負相關（相關係數分別為-.107 及-.150），然而，在親職自我效能的言語說服與親職壓力的兒童發展壓力及外界環境壓力之間呈現顯著正相關（相關係數分別為.096 及.097），如表 3 所示。

表3

3C 產品使用態度、3C 產品使用親職自我效能、親職壓力之相關表 (N = 426)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	M	SE
<b>1</b>	1										<b>2.13</b>	<b>0.57</b>
2	-.113*	1									2.88	0.57
3	-.145**	.790**	1								2.91	0.63
4	-.114*	.695**	.665**	1							2.66	0.64
5	-.091	.640**	.666**	.571**	1						2.90	0.65
<b>6</b>	<b>-.136**</b>	<b>.908**</b>	<b>.908**</b>	<b>.865**</b>	<b>.778**</b>	1					<b>2.83</b>	<b>0.54</b>
7	-.478**	-.016	.071	.096*	.000	.051	1				2.91	0.70
8	-.320**	.077	.076	.097*	.048	.089	.551**	1			3.41	0.58
9	-.384**	-.107*	-.022	.041	-.150**	-.051	.704**	.564**	1		2.90	0.71
<b>10</b>	<b>-.468**</b>	<b>-.024</b>	<b>.049</b>	<b>.091</b>	<b>-.042</b>	<b>.032</b>	<b>.905**</b>	<b>.781**</b>	<b>.883**</b>	<b>1</b>	<b>3.06</b>	<b>0.58</b>

註：1：3C 產品使用態度；2：成就表現；3：替代經驗；4：言語說服；5：情緒激發；6：3C 產品使用親職自我效能；7：兒童發展；8：外界環境；9：親子互動；10：親職壓力；\* $p < .05$ ；\*\* $p < .01$

#### 四、3C 產品使用態度與親職自我效能交互作用對親職壓力之影響分析

本研究透過階層迴歸來檢驗 3C 產品使用態度與親職自我效能交互作用對親職壓力之影響，為了避免背景變項之干擾，亦同時控制幼兒年齡及父母年齡兩個背景變項，如表 4 所示。

在主要效果方面，結果顯示，3C 產品使用態度與親職自我效能的主效果可以解釋親職壓力變異中的 25.1%， $F(5, 420) = 28.21$ ， $p < .001$ 。其中，3C 產品使用態度對親職壓力的解釋力  $\beta = -.462$ ，已達顯著水準 ( $p < .001$ )，而親職自我效能對親職壓力的解釋力  $\beta = -.085$ ，並未達顯著。顯示父母對幼兒的 3C 產品使用態度越開放，其親職壓力越低。

在交互作用方面，結果顯示，控制了主效果後，3C 產品使用態度與親職自我效能交互作用可以增加 2.9% 的心理變異， $F(5, 420) = 28.21$ ， $p < .01$ 。交互作用的解釋力  $\beta = -.180$ ，已達顯著水準 ( $p < .001$ )，顯示 3C 產品使用態度與親

職自我效能的交互作用會對親職壓力產生顯著干擾效果。

表4

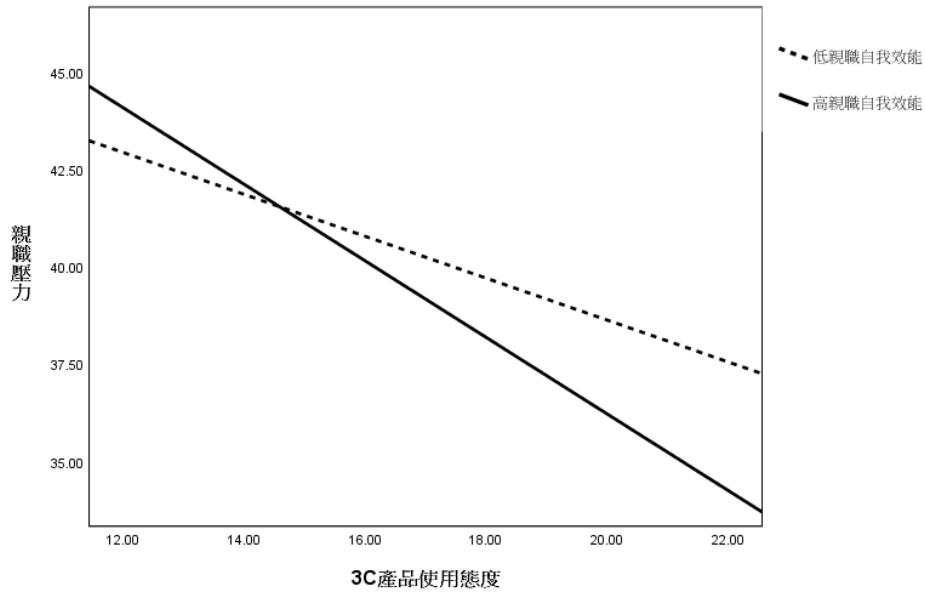
3C產品使用態度與親職自我效能交互作用對親職壓力之影響分析

變項名稱	model 1	model 2	model 3	model 4
幼兒年齡	.027	.034	.034	.032
父母年齡	.056	.021	.020	.023
3C 產品使用態度		-.467***	-.471***	-.462***
親職自我效能			-.032	-.085
3C 產品使用態度 X 自我效能				-.180***
R <sup>2</sup>	.004	.221***	.222	.251***
△R <sup>2</sup>		.217***	.001	.029***
F	.916	39.950***	30.065***	28.211***
自由度	2,423	3,422	4,421	5,420

註：model 1：僅控制變項；model 2：控制變項+獨變項；model 3：控制變項+獨變項+調節變項；model 4：控制變項+獨變項+調節變項+交互作用變項；\*\*\* $p < .001$

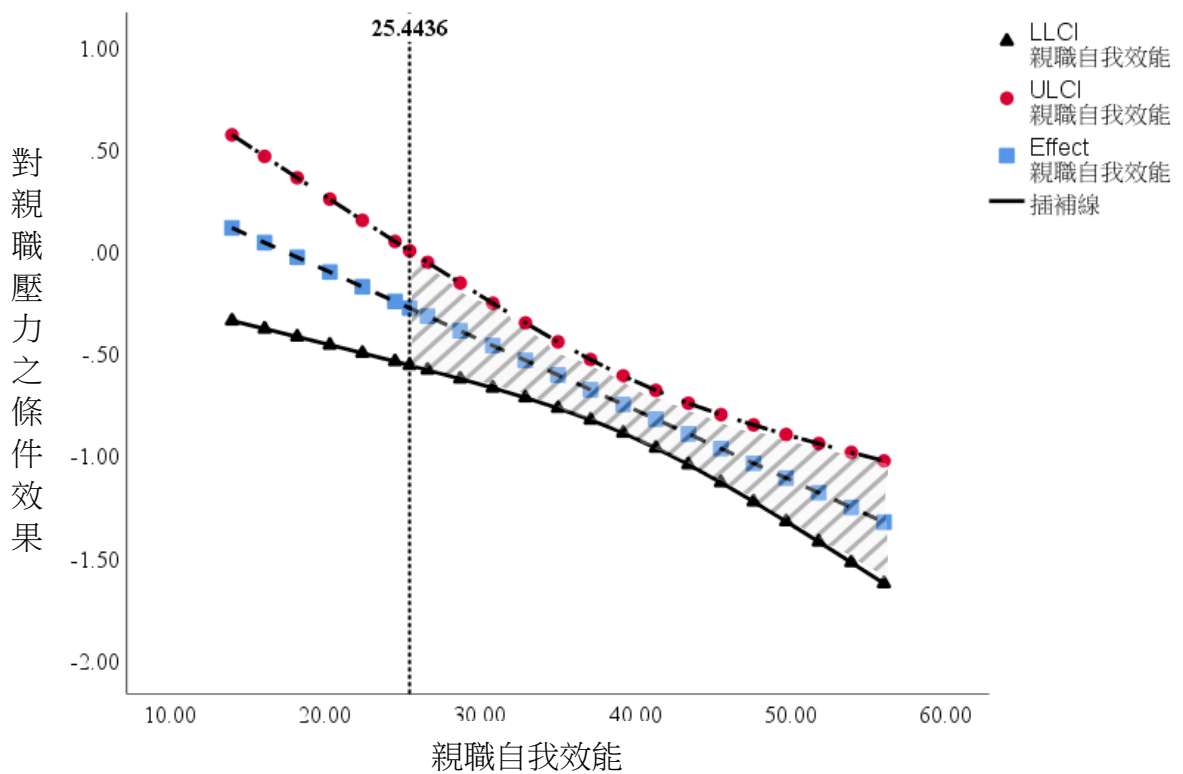
由於3C產品使用態度與親職自我效能的交互作用對親職壓力有顯著的干擾效果，進一步進行單純斜率（simple slope）檢定，結果顯示，對親職自我效能高分組而言，3C產品使用態度對親職壓力的單純斜率 $b = -1.022$ ，已達顯著水準（ $p < .001$ ）。對親職自我效能低分組而言，3C產品使用態度對親職壓力的單純斜率 $b = -0.508$ ，已達顯著水準（ $p < .001$ ）。意即，相較於低親職自我效能父母而言，高親職自我效能父母對幼兒的3C產品使用態度越開放，其親職壓力會越低（交互作用如圖2所示）。因此，假設四成立。

圖 2 3C 產品使用態度與親職自我效能交互作用圖



本研究進一步以 Johnson-Neyman 技術 (J-N technique) 探討親職自我效能的效果 (D'Alonzo, 2004; Hayes, 2022)，結果發現，當親職自我效能的總分高於 25.44 分時，交互作用對親職壓力才會有顯著的負向效果 (如圖 3 之斜線區域所示)。

圖 3 親職自我效能及對親職壓力之條件效果



## 柒、討論

### 一、3C 產品使用態度與親職壓力呈顯著負相關

父母對幼兒使用 3C 產品態度與親職壓力之間有顯著負相關，特別是對兒童發展壓力的負相關最強，此一結果意涵著，相對於其他壓力構面，父母對幼兒使用 3C 產品的態度越負向，越會擔心幼兒因為使用 3C 產品可能影響其發展，因此使得父母感受到高度的親職壓力。

過去研究發現，父母對孩子的態度會影響其教養行為，也會與親職壓力有關係 (Nikken & Schols, 2015; Warren & Aloia, 2019)，本研究將父母對孩子的態度延伸至「3C 產品使用態度」，也獲得相類似的結果，亦即，在面對幼兒使用 3C 產品的態度上，若父母對此一態度越趨於負向，認為幼兒使用 3C 產品可能會帶來負向的影響，父母的親職壓力就會增加；相反的，若父母對 3C 產品使用態度越開放，則其親職壓力就會較低。

此外，本研究發現父母對幼兒使用 3C 產品態度與兒童發展壓力的負相關最強，這也反映了一般父母較擔心幼兒若使用 3C 產品的時間過長，可能會影響了幼兒的各項發展，這樣的擔心想法與國內的研究結果相符，當兒童使用 3C 產品的時間越多，會對兒童的發展有負向的影響，特別是在語言、注意力、執行功能、情緒表達等方面的發展 (楊婧、張鑑如, 2021)。

### 二、3C 產品使用態度與親職自我效能呈現顯著負相關

本研究原先假設幼兒 3C 產品使用態度與親職自我效能之間具有正相關，但研究結果呈現相反的結果，與 Nikolopoulou 和 Gialamas (2017) 針對高中生，以及 Pan (2020) 以大學生為對象的研究結果不同。

推估可能的原因有二，其一是父母對是否讓幼兒使用 3C 產品的態度趨於保守，禁止或不讓幼兒接觸、使用 3C 產品，因而讓父母認為自己有能力及信心可以處理孩子有關 3C 產品使用的議題。對於學齡期的兒童，父母基於學習、管教、休閒等原因較能接受讓孩子使用 3C 產品，但是對於學齡前的幼兒，相關研究則表示使用 3C 產品時間過長，可能會對孩子的身體發展有負面的影響，因此，較多數的父母對於讓幼兒使用 3C 產品持保守的態度，而當父母禁止孩子接觸 3C 產品，或是對孩子使用 3C 產品的限制較多，可能會讓父母認為自身處理孩子議

題的掌控感也隨之提升，進而覺得自己有能力、有信心可以處理孩子的相關議題，因此，對幼兒使用 3C 產品較為保守的父母，其親職自我效能感也會較高。其二是父母的親職自我效能可能受到社會規範或他人的回應而影響。例如，當父母對幼兒 3C 產品使用態度越開放，可能會引發其他家長或社會對他們育兒方式的評價，進而讓家長對自己的態度或能力產生懷疑，降低他們的親職自我效能。

### 三、親職自我效能與親職壓力的相關性不一致

在本研究中，親職自我效能與親職壓力有正相關，但並未達顯著，此外，四個構面的親職自我效能與親職壓力之間也呈現不一致的相關性，此一結果與過去研究不相符。探討親職自我效能的研究多顯示親職自我效能具有調節或間接的效果，可以降低照顧孩子的親職壓力（劉百純、陳若琳，2010；孫怡，2015）。意即，當父母在育兒相關議題上獲得更多正向的經驗，或是技巧時，可以提升父母的自信心，也更覺得自己可以勝任、有效處理孩子的狀況，在這樣的情況下，父母的照護壓力就可能下降。

然而，當父母有較高的親職自我效能時，一方面對自己的育兒能力和信心感到肯定，另一方面也可能會期望自己或孩子可以做到更多、更好的事情，或是為了嘗試處理更多複雜的育兒問題，因此投入了更多的時間與精力去解決，反而可能會提升父母在育兒上的壓力。此外，本研究所聚焦的「3C 產品使用」議題是目前新興的議題之一，當父母在面對及處理此一議題時，可能對自己的親職自我效能產生錯覺，過度限制或放任幼兒使用 3C 產品，也需要考量自身對 3C 產品使用的態度，因此，在本研究中，親職自我效能與親職壓力之間的相關性才會出現不一致的情形。

### 四、3C 產品使用態度與親職自我效能交互作用對親職壓力具有干擾效果

由研究結果發現，親職自我效能確實可以負向調節 3C 產品使用態度與親職壓力之間的關係，意即，父母親對於幼兒使用 3C 產品的態度越開放，其親職壓力的程度會越低，然而，此一關係確實會受到親職自我效能的干擾，進而擴大負向調節的程度，降低親職壓力的程度。其次，相較於低親職自我效能的父母，高親職自我效能的父母更能降低其所面臨的親職壓力，特別是當這群父母對幼兒使用 3C 產品的態度越開放時，負向調節效果越強。

除此之外，本研究也發現，親職自我效能的交互作用影響並非是全面性的，

而是當親職自我效能的分數高於 25.44 時，3C 產品使用態度與親職自我效能交互作用對親職壓力的負向干擾效果才達到顯著。這也意味著，需要提升父母的親職自我效能達到一定之程度後，親職自我效能才能有顯著的交互作用效果來降低親職壓力的程度。

### 捌、結論與建議

本研究以臺中市及高雄市育有 6 歲以下幼兒之家長為對象，瞭解父母對幼兒 3C 產品使用態度、3C 產品親職自我效能、親職壓力三者之間的關係，並同時探討父母對幼兒 3C 產品使用態度與 3C 產品親職自我效能之交互作用對親職壓力之影響。研究結果發現，父母對幼兒 3C 產品使用態度與親職壓力之間呈現顯著負相關，然而，3C 產品親職自我效能與親職壓力之間的負相關並未達顯著。最後，3C 產品親職自我效能確實會在父母對幼兒 3C 產品使用態度與親職壓力之間產生負向的調節效果。

3C 產品本身是中性的物品，對幼兒家長而言，建議先釐清自己給幼兒使用 3C 產品的目地，並檢視自己給予幼兒使用 3C 產品是否達到原先所預期的結果，以降低 3C 產品使用可能產生的正負面衝突，進而適時調整自身對幼兒使用 3C 產品的態度。此外，也建議家長增強使用 3C 產品協助教養幼兒的相關知識及親職教養技能，培養自身在 3C 產品上的知識、能力、經驗以及正面思考的能力，提升對於教養兒童使用 3C 產品的信心。對助人工作者而言，可以協助幼兒的父母提升對 3C 產品使用的正向態度，以及提供適切的教養策略。在現今社會中，3C 產品是普及且隨處可及的，無法全然的禁止幼兒使用，因此，助人工作者可以陪同父母共同釐清對 3C 產品的擔憂和顧慮，提供父母運用 3C 產品教養的相關知識及教養策略，將 3C 產品轉化為協助教養及幼兒發展的輔助工具，增進親子之間的良性互動與正向關係，進而降低親職壓力。

## 參考文獻

- 吳明隆、張毓仁 (2018)。SPSS 問卷統計分析快速上手密笈 (初版)。五南。
- 李玉惠 (2016)。家長對兒童使用 3C 產品看法與態度之研究。學校行政, 103, 118-139。https://doi.org/10.3966/160683002016050103007
- 李玉惠、黃莉雯 (2017)。兒童使用 3C 產品合理時間之研究。學校行政, 112, 28-58。https://doi.org/10.3966/160683002017110112003
- 李鴻章、謝義勇 (2007)。電腦遊戲對幼兒可能影響之分析及其引發之教育思考。幼教研究彙刊, 1 (1), 101-115。
- 兒童福利聯盟 (2012)。2012 年兒童使用 3C 產品現況調查報告。2021 年 6 月 10 日, 取自 https://www.children.org.tw/news/advocacy\_detail/346
- 兒童福利聯盟 (2015)。2015 年兒童 3C 產品使用與上網行為大調查。2021 年 6 月 10 日, 取自 https://www.children.org.tw/research/detail/68/1364
- 邱莉雯 (2013)。父母對幼兒使用平板電腦的教養態度-以公教人員為例 [未發表之碩士論文]。國立聯合大學。
- 邱皓政 (2012)。結構方程式：LISEL/SIMPLIS 原理與應用 (第二版)。雙葉。
- 孫怡 (2015)。探討發展遲緩幼兒之父母親職壓力與生活品質之相關—以親職效能為中介變項 [未發表之碩士論文]。國立臺北護理健康大學。
- 教育部全民資安素養網 (2020/8/14)。我過度使用 3C 產品了嗎? 教育部全民資安素養網。https://isafe.moe.edu.tw/article/1839?user\_type=4&topic=5
- 楊婧、張鑑如 (2021)。臺灣幼兒電子產品的使用及對幼兒發展的影響：臺灣幼兒發展調查資料庫之運用。教育心理學報, 52 (2), 257-284。https://doi.org/10.6251/BEP.202112\_53(2).0001
- 劉百純、陳若琳 (2010)。新手媽媽的配偶支持、親職效能與親職壓力之相關研究。幼兒教育, 297, 22-40。https://doi.org/10.6367/ECE.201003.0022

- 謝之華、張鳳琴、邱瓊慧 (2017)。臺北市國小五年級學童 3C 產品使用的視力保健行為。《學校衛生》，**70**，81-97。https://doi.org/10.30026/CJSH.201706\_(70).0005
- 謝佩芳 (2019)。家有 3C 寶貝——「陪」塑比 Say No 更重要。《臺灣教育評論月刊》，**8** (3)，268-271。
- 魏美惠、莊淑媛 (2016)。滑世代幼兒使用 3C 產品及其行為表現與學習態度之研究。《資訊科學應用期刊》，**8** (2)，47-69。
- 羅逸平、許建中 (2020)。及早為兒童搭建形成概念的鷹架：臺灣幼兒認知發展調查資料的解讀。《教育研究月刊》，**310**，4-19。
- Anderson, D. R., & Hanson, K. G. (2017). Screen media and parent-child interactions. In R. Barr & D. N. Linebarger (Eds.), *Media exposure during infancy and early childhood: The effects of content and context on learning and development* (pp. 173-194). Springer.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, *84*(2), 191-215. https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191
- Bandura, A. (1982). Self-efficacy mechanism in human agency. *American Psychologist*, *37*(2), 122-147. https://doi.org/10.1037/0003-066X.37.2.122
- Bloomfield, L., & Kendall, S. (2012). Parenting self-efficacy, parenting stress and child behaviour before and after a parenting programme. *Primary Health Care Research & Development*, *13*(4), 364-372. https://doi.org/10.1017/S1463423612000060
- Bloomfield, L., Kendall, S., Applin, L., Attarzadeh, V., Dearnley, K., Edwards, L., & Newcombe, T. (2005). A qualitative study exploring the experiences and views of mothers, health visitors and family support centre workers on the challenges and difficulties of parenting. *Health and Social Care in the Community*, *13*(1),

- 46-55. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2524.2005.00527.x>
- Cannoni, E., Scalisi, T. G., & Giangrande, A. (2018). A survey of children aged 5-6 who use mobile devices on a daily basis at home: Personal and contextual characteristics and cognitive and emotional problems. *Rassegna di Psicologia*, 35(1), 41-56. <https://doi.org/10.4458/0135-04>
- Coleman, P. K., & Karraker, K. H. (1998). Self-efficacy and parenting quality: Findings and future applications. *Developmental Review*, 18(1), 47-85. <https://doi.org/10.1006/drev.1997.0448>
- D'Alonzo, K. T. (2004). The Johnson-Neyman procedure as an alternative to ANCOVA. *Western Journal of Nursing Research*, 26(7), 804-812. <https://doi.org/10.1177/0193945904266733>
- Elias, N., & Sulkin, I. (2019). Screen-assisted parenting: The relationship between toddlers' screen time and parents' use of media as a parenting tool. *Journal of Family Issues*, 40(18), 2801-2822. <https://doi.org/10.1177/0192513X19864983>
- Fornell, C., & Larcker, D. F. (1981). Evaluating structural equation models with unobservable variables and measurement error. *Journal of Marketing Research*, 18(1), 39-50. <https://doi.org/10.2307/3151312>
- Garrison, M. M., & Christakis, D. A. (2012). The impact of healthy media use intervention on sleep in preschool children. *Pediatrics*, 130(3), 492-499. <https://doi.org/10.1542/peds.2011-3153>
- Garrison, M. M., Liekweg, K., & Christakis, D. A. (2011). Media use and child sleep: The impact of content, timing, and environment. *Pediatrics*, 128(1), 29-35. <https://doi.org/10.1542/peds.2010-3304>
- Hayes, A. F. (2022). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach* (3<sup>rd</sup> ed.). Guilford.

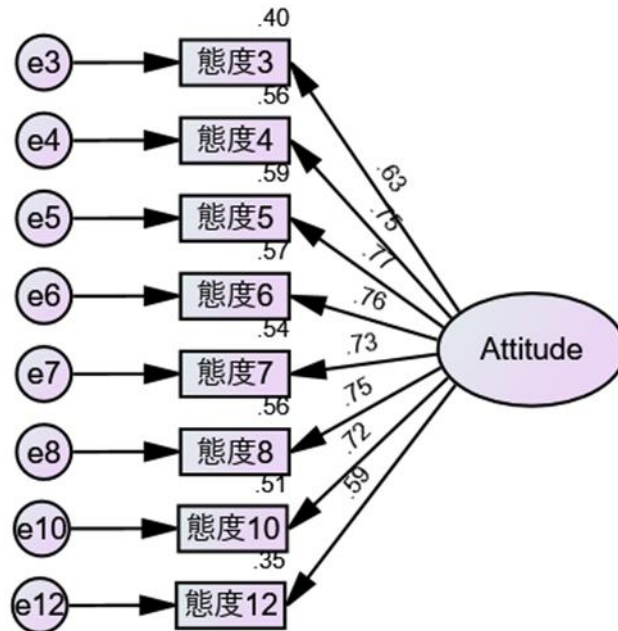
- Hutton, J. S., Dudley, J., Horowitz-Kraus, T., DeWitt, T., Holland, S. K. (2020). Associations between screen-based media use and brain white matter integrity in preschool-aged children. *JAMA Pediatrics*, *174*(5), e193869. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2019.3869>
- Jones, T. L., & Prinz, R. J. (2005). Potential roles of parental self-efficacy in parent and child adjustment: a review. *Clinical Psychology Review*, *25*(3), 341-363. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2004.12.004>
- Kabali, H. K., Irigoyen, M. M., Nunez-Davis, R., Budacki, J. G., Mohanty S. H., Leister, K. P., & Bonner, R. L. (2015). Exposure and use of mobile media devices by young children. *American Academy of Pediatrics*, *136*(6), 1044-1050. <https://doi.org/10.1542/peds.2015-2151>
- Kildare, C. A., & Middlemiss, W. (2017). Impact of parents mobile device use on parent-child interaction: A literature review. *Computers in Human Behavior*, *75*, 579-593. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.06.003>
- Konok, V., Bunford, N., & Miklósi, A. (2020). Associations between child mobile use and digital parenting style in Hungarian families. *Journal of Children and Media*, *14*(1), 91-109. <https://doi.org/10.1080/17482798.2019.1684332>
- Lauricella, R. A., Wartella, E., & Rideout, J. V. (2015). Young children's screen time: The complex role of parent and child factors. *Journal of Applied Developmental Psychology*, *36*, 11-17. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2014.12.001>
- Marciano, L., Petrocchi, S., & Camerini, A.-L. (2022). Parental Knowledge of Children's Screen Time: The Role of Parent-Child Relationship and Communication. *Communication Research*, *49*(6), 792-815. <https://doi.org/10.1177/0093650220952227>

- Mattes, J., Thomas, M. F., Steric, A., & Schmuck, D. (2021). Fighting over smartphones? Parents' excessive smartphone use, lack of control over children's use, and conflict. *Computers in Human Behavior, 116*.  
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106618>
- McDaniel, B. T., Radesky, J. S. (2020). Longitudinal associations between early childhood externalizing behavior, parenting stress, and child media use. *Cyberpsychology Behavior, and Social Networking, 23*(6), 210-218.  
<https://doi.org/10.1089/cyber.2019.0478>
- Nathanson, A. I., & Beyens, I. (2018). The role of sleep in the relation between young children's mobile media use and effortful control. *British Journal of Developmental Psychology, 36*(1), 1-21. <https://doi.org/10.1111/bjdp.12196>
- Nikken, P., & Schols, M. (2015). How and why parents guide the media use of young children. *Journal of Child and Family Studies, 24*(11), 3423-3435.  
<https://doi.org/10.1007/s10826-015-0144-4>
- Nikolopoulou, K., & Gialamas, V., (2017). High school pupils' attitudes and self-efficacy of using mobile devices. *Themes in Science & Technology Education, 10*(2), 53-67.
- Office of Communication (2018). *Children and Parents: Media Use and Attitudes Report*. OFCOM Publishing.
- Pan, X. (2020). Technology acceptance, technological self-efficacy, and attitude toward technology-based self-directed learning: Learning motivation as a mediator. *Frontiers in psychology, 11*, 564294.  
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.564294>

- Shin, E., Choi, K., Resor, J., & Smith, C. L. (2021). Why do parents use screen media with toddlers? The role of child temperament and parenting stress in early screen use. *Infant behavior & development, 64*, 101595.  
<https://doi.org/10.1016/j.infbeh.2021.101595>
- Shin, W. (2018). Empowered parents: The role of self-efficacy in parental mediation of children's smartphone use in the United States. *Journal of Children and Media, 12*, 465-477. <https://doi.org/10.1080/17482798.2018.1486331>
- Teichert, L. (2020). Negotiating screen time: A mother's struggle over 'no screen time' with her infant son. *Journal of Early Childhood Literacy, 20*(3), 524-550.  
<https://doi.org/10.1177/1468798420926623>
- Warren, R., & Aloia, L. (2019). Parenting style, parental stress, and mediation of children's media use. *Western Journal of Communication, 83*, 483-500.  
<https://doi.org/10.1080/10570314.2019.1582087>

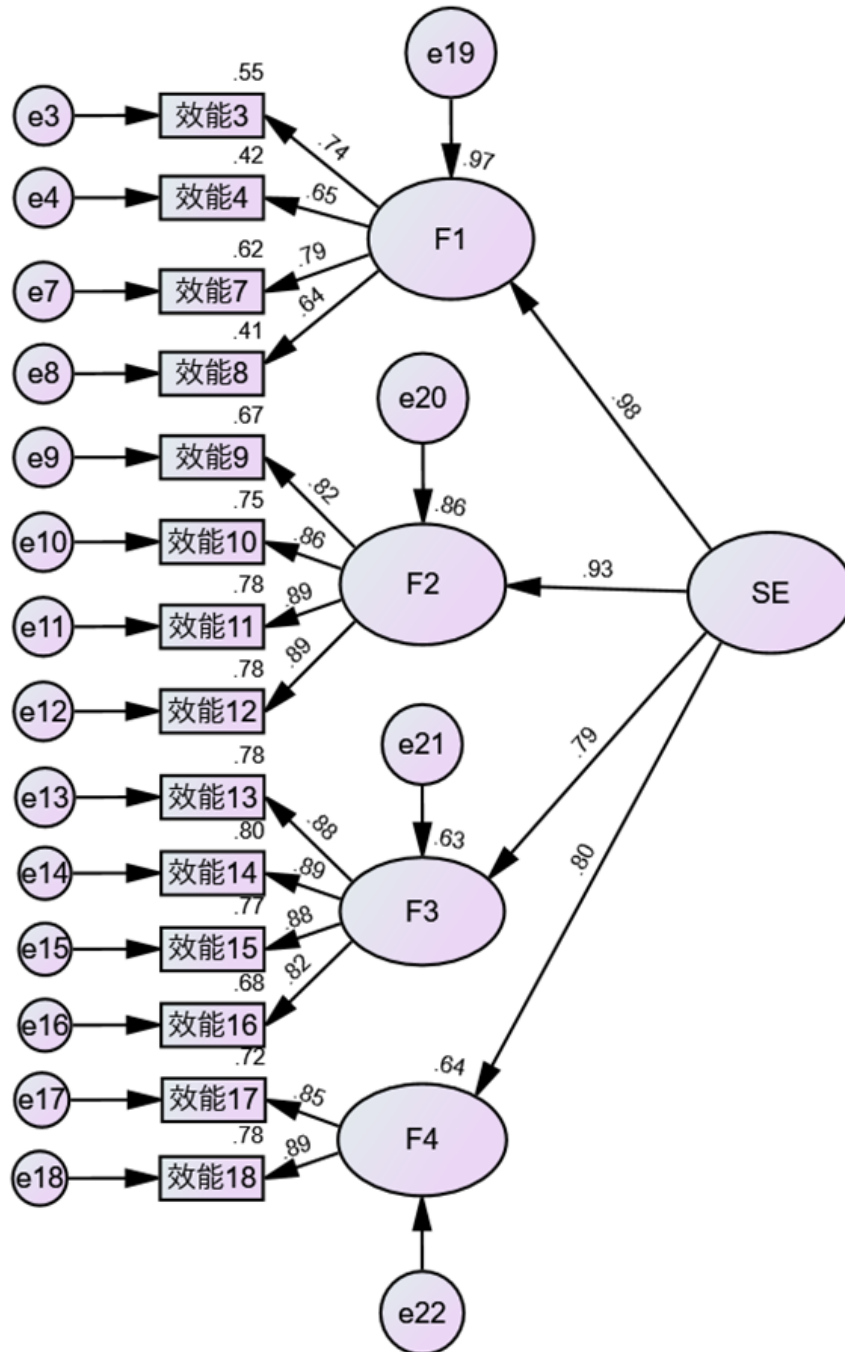
## 附錄 1

### 3C 產品使用態度問卷驗證性因素分析



## 附錄 2

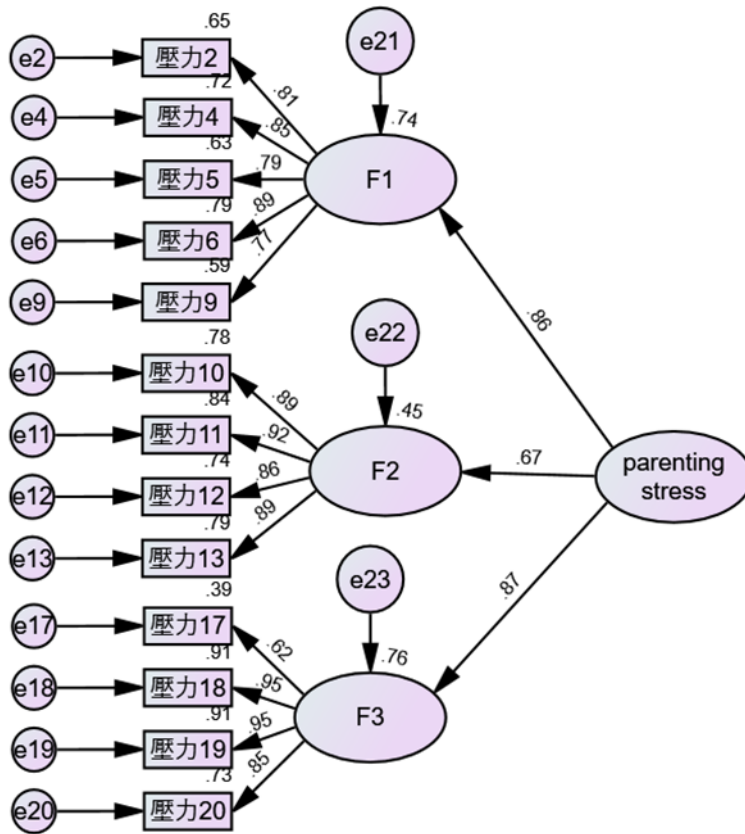
### 3C 產品使用親職自我效能問卷驗證性因素分析



註：F1：成就表現；F2：替代經驗；F3：言語說服；F4：情緒激發

### 附錄 3

#### 親職壓力問卷驗證性因素分析



註：F1：兒童發展壓力；F2：外界環境壓力；F3：親子互動壓力



## 中國文化大學教育學系「教育與家庭」學刊徵稿辦法

- 一、本學刊為教育學術刊物，旨在促進學術交流、傳播教育研究成果、提升教育研究水準。凡與教育與家庭有關之國內外學術性、實徵性、原創性、評論性之研究，均歡迎來稿。
  - 二、本學刊每年出版一期，全年收稿，隨到隨審，出版日期為每年七月。
  - 三、撰稿原則如下：
    - 1.來稿(限中英文)請由左至右橫式書寫，全文(含所有圖表、註釋、附錄、中英文摘要及參考書目等)以一萬字至二萬字為原則，英文以一萬字為上限。
    - 2.請附中、英文摘要，依序為中文摘要(500字以內)與關鍵詞(3-5個)、英文摘要(300字以內)與關鍵詞(3-5個)。
    - 3.來稿請附上「投稿者基本資料表」，所有作者均需填寫本表(如附件)，並請勿在文稿中出現任何得以辨識作者之基本資料，以利審查之進行。
    - 4.來稿正文與中英文摘要請自行印出一式二份，連同「投稿者基本資料表」，並請附光碟片(以Word檔儲存)，寄交編輯委員會。
    - 5.文獻引註及參考書目格式，請依APA格式第七版。
  - 四、來稿如有一稿多投，或侵犯他人著作權者，除由作者自負相關的法律責任外，兩年內本刊不再接受該位作者投稿。所謂一稿多投，包括題目不同，但內容大同小異，且已在其他刊物發表，或同時投稿本刊及其他刊物者。
  - 五、本學刊採匿名審稿制度，由相關學者專家審查之。經審查委員要求修改之文章，於作者修改後再由編輯委員決定是否刊登。
  - 六、來稿若經錄用，本刊因編輯需要，保有刪修權。
  - 七、來稿一經採用，本刊有權以紙本、光碟或上網形式全文發行。
  - 八、原稿請自留備份，經審查未獲通過者，一律不退還文稿。
  - 九、來稿(含紙本及光碟片)請以掛號郵寄(郵遞區號11114)臺北市陽明山華岡路55號「中國文化大學教育學系」收。
  - 十、本辦法經本學刊編輯委員會通過後實施，修正時亦同。
- 

### 教育與家庭學刊 第十四期

發行者：廖遠光、游振鵬

總編輯：侯雅雯、羅逸平

編輯：王等元、陳信助、陳琦媛、武佳澄、陳盈宏、陳玉樺

出版者：中國文化大學教育學系

地址：臺北市士林區華岡路55號

電話：02-28610511 # 43105

出版年月：中華民國112年7月

# Journal of Education and Family

No.14 JUL.2023

1

**The Design of Mandarin Chinese Teaching and Chinese-English Contrastive Analysis - Taking Color Terms in “Dream of the Red Chamber” as an Example**

Jui-Hsueh Hu

37

**Passion and Helplessness of Substitute Teachers: An Empirical Investigation of the Applicability of Burawoy’s Manufacturing Consent**

Chan-Yu Chen

69

**Personality Traits and Solitude Capacity toward Physical and Mental Health of Single People**

Yi-Tien Hsieh, Yu-Ting Huang

99

**Predictors of Parenting Stress: The Role of Attitude toward the Use of 3C Products and Their Interaction with Parenting Self-Efficacy**

Lin-Shu Tseng, Chien-Chung Hsu



Published by Department of Education,  
Chinese Culture University