

國防大學政治作戰學院心理及社會工作學系社會工作碩士班
碩士論文

自我分化觀點看陸戰隊士官兵適應與人際關係之研究
A Study on the Adaptation and Interpersonal Relationship of
Marine Corps Officers and Soldiers : An Self-differentiation
Perspective

研究生：楊仁傑 撰

指導教授：郭盛哲 博士

中 華 民 國 一 〇 七 年 六 月

國防大學政治作戰學院心理及社會工作學系碩士學位論文

口試委員會審定書

自我分化觀點看陸戰隊士官兵適應與人際關係之研究

A Study on the Adaptation and Interpersonal
Relationship of Marine Corps Officers and Soldiers :
An Self-differentiation Perspective

本論文係 楊仁傑 君（學號1070720314）在國防
大學政治作戰學院心理及社會工作學系完成之碩士學
位論文，於民國107年5月28日承下列考試委員審查通
過及口試及格，特此證明

委員兼召集人	周玲玲
指導教授	郭盛哲
委員	錢淑芬
組長	周海娟
學系主任	丁華

中華民國107年5月28日

謝誌

憶起當時背著復興崗大背包，裡面裝著學校兩年以來對我們的養成教育，掛上軍階抱持著忐忑不安的心情到了新單位報到，眨眼間已過了十餘年，在部隊推展助人工作同時，難免因同時身兼助人者及單位管理者的相斥角色中拉扯，導致自身陷入情境兩難的困頓之中，深刻讓自己體會自我充實的必要性，也再次開啟了踏入「復興崗」大門之路。

首先，我要感謝海軍王國文及李明倫主任在工作指導之餘，不斷鼓勵我持續充實自我，也因此啟發了自己求知若渴的決心。當然還有在碩士論文撰寫期間，郭盛哲老師悉心的指導帶領著我探究數字間的深層奧義；張淑英老師課程的指導，開啟我論文研究發展的一盞明燈；丁華老師、周海娟老師、錢淑芬老師、鄭致道老師及虞莉莉課程的教導，讓我對事情的邏輯思考及思考能更上一層樓。以及口試委員周玲玲老師及錢淑芬老師在論文無私的指導及建議，讓我得以安穩地走在論文寫作的康莊大道。

研究所中，我要感謝最佳室友修身的精神糧食，泓信學長的相互調侃激勵，昱辰在我寫作毫無靈感之餘邀請我加入籃球隊，再次燃燒生命，重寬的麵線，吉成學長的勵志短句（快樂不是擁有的多，而是計較的少），還有班上筑蓋、鈺婷、璟安、昱絜、歐敏及仔鉸在論文寫作上相互鼓舞及支持，有你們的陪伴，讓我渡過兩年的歡樂時光。還有協助發放問卷的徐振珉、林志龍、吳冠勳學長及林坤慶，因為有你們熱心的協助，才能讓我完成人生的第一篇著作。

最後，我要感謝我的父母及姊姊，你們的支持讓我化想法為前進的動力；女友郁雯的陪伴及扶持，謝謝你選擇在這一刻走進我的人生，未來的道路即使艱難，我們也會攜手一起走過。

中文摘要

本研究旨在探討陸戰隊士官兵「自我分化」程度對於軍隊「生活適應」及「人際關係」之關聯性。本研究採取問卷調查法，係以北部及南部之陸戰隊聯兵旅之志願役士官及士兵，合計 700 位官兵為研究對象，並以「自我分化問卷」、「軍隊適應問卷」與「軍隊人際關係問卷」為研究工具收集資料。回收問卷後，剔除作答不完全及一致性過高者，共得有效樣本 651 份。本研究以 SPSS 23 統計軟體進行 t 檢定、單因子變異數分析、相關分析及線性迴歸分析等統計分析。最後，本研究主要發現如下：(一) 部分背景變項在「自我分化」、「生活適應」及「人際關係」有顯著差異。(二)「自我分化」各構面對「生活適應」各構面具有正相關。(三)「自我分化」各構面對「人際關係」各構面具有正相關。(四)「生活適應」各構面對「人際關係」各構面具有正相關。(五)「自我分化」對「生活適應」具有顯著預測力。(六)「自我分化」對「人際關係」具有顯著預測力。

關鍵字：自我分化、情緒、思維、調適、適應、人際互動

國防大學
National Defense University

Abstract

This study aims to explore the relevance of the "self-differentiation" of officers and soldiers of marine corps to the "accommodation of life" and "interpersonal relations" of the military. This study adopts a questionnaire survey, which is based on the volunteer corps officers and soldiers of the Marine Corps Brigade in the north and south of R.O.C. A total of 700 officers and soldiers are selected as the research object, and they use the "Self-differentiation Questionnaire", "Armed Forces Adaptation Questionnaire" and "Army The Interpersonal Questionnaire" collects data for research tools. After retrieving the questionnaire, 651 valid samples were obtained, excluding incomplete answers and high consistency. In this study, SPSS 23 statistical software was used for statistical analysis of t-test, single-factor analysis of variance, correlation analysis, and linear regression analysis. Finally, the main findings of this study are as follows: (1) There are significant differences in some of the background variables in "self-differentiation", "adaptation in life" and "interpersonal relationships". (2) There is a positive correlation between various aspects of "self-differentiation" and "comfortable adaptation". (3) The "self-differentiating" structures have a positive correlation with each aspect of "personal relations." (4) There is a positive correlation between various aspects of "personal relations" and various aspects of "personal relations". (5) "Self-differentiation" has significant predictive power for "adaptation of life." (6) "Self-differentiation" has a significant predictive power on "personal relationships."

Key word : differentiation of self, emotion, intelligent, acclimatization, adaptation, human interaction

目錄

謝誌	II
中文摘要	III
ABSTRACT	IV
第一章 緒論	1
第一節 研究背景	1
第二節 研究動機及研究目的	4
第三節 名詞解釋	5
第二章 文獻探討	7
第一節 自我分化及其研究現況	7
第二節 生活適應之相關研究	16
第三節 人際關係之相關研究	28
第三章 研究方法	36
第一節 研究架構	36
第二節 研究對象及抽樣方法	40
第三節 研究工具	41
第四節 研究分析及研究程序	48
第四章 研究結果與分析	50
第一節 陸戰隊聯兵旅士官基本特性描述	50
第二節 陸戰隊聯兵旅士官自我分化、生活適應與人際關係之描述	55
第三節 陸戰隊聯兵旅士官自我分化、生活適應與人際關係之差異分析	64
第四節 陸戰隊聯兵旅士官之背景變項、自我分化、生活適應、人際關係 各量表因素間之相關分析	83
第五節 陸戰隊聯兵旅士官自我分化對生活適應與人際關係之迴歸分析	85
第五章 結論與建議	99
第一節 研究摘述	99
第二節 研究結果與討論	105
第三節 研究限制與建議	109
第四節 結論	112
參考文獻	113
附錄一	121

附錄二	125
附錄三	129



國防大學

National Defense University

表目錄

表 2-1-1 自我分化水準比較表	11
表 2-1-2 國外自我分化相關量表彙整表	12
表 2-1-3 國內自我分化相關量表彙整表	13
表 2-2-1 國內外學者適應定義彙整表	16
表 3-2-1 研究參與者統計彙整表	40
表 4-1-1 陸戰隊士官兵基本資料之次數分配與百分比統計表 (N=651)	51
表 4-1-2 陸戰隊士官兵家庭背景之次數分配與百分比統計表 (N=651)	52
表 4-1-3 陸戰隊士官兵軍事背景之次數分配與百分比統計表 (N=651)	53
表 4-2-1 陸戰隊聯兵旅士官兵自我分化程度次數分配與百分比統計表 (N=651)	56
表 4-2-2 陸戰隊聯兵旅士官兵生活適應程度次數分配與百分比統計表 (N=651)	59
表 4-2-3 陸戰隊聯兵旅士官兵人際關係程度次數分配與百分比統計表 (N=651)	61
表 4-3-1 陸戰隊聯兵旅士官兵背景變項在自我分化程度個構面之 t 檢定分析	64
表 4-3-2 年齡在自我分化各構面單因子變異數分析與 Scheffe 事後檢定	65
表 4-3-3 宗教信仰在自我分化各構面單因子變異數分析與 Scheffe 事後檢定	66
表 4-3-4 階級在自我分化各構面單因子變異數分析與 Scheffe 事後檢定	67
表 4-3-5 到部時間在自我分化各構面單因子變異數分析與 Scheffe 事後檢定	69
表 4-3-6 感情狀況在自我分化各構面單因子變異數分析與 Scheffe 事後檢定	70
表 4-3-7 父母婚姻關係在自我分化各構面單因子變異數分析與 Scheffe 事後檢定	70
表 4-3-8 與原生家庭互動在自我分化各構面單因子變異數分析與 Scheffe 事後檢定	71
表 4-3-9 陸戰隊聯兵旅士官兵背景變項在生活適應程各構面之 t 檢定分析	72
表 4-3-10 年齡在生活適應各構面單因子變異數分析與 Scheffe 事後檢定	73
表 4-3-11 宗教在生活適應各構面單因子變異數分析與 Scheffe 事後檢定	74
表 4-3-12 階級在生活適應各構面單因子變異數分析與 Scheffe 事後檢定	75
表 4-3-13 到部時間在生活適應各構面單因子變異數分析與 Scheffe 事後檢定	75
表 4-3-14 原生家庭互動在生活適應各構面單因子變異數分析與 Scheffe 事後檢定	77
表 4-3-15 陸戰隊聯兵旅士官兵背景變項在人際關係各構面之 t 檢定分析	77
表 4-3-16 年齡在人際關係各構面單因子變異數分析與 Scheffe 事後檢定	78
表 4-3-17 宗教信仰在人際關係各構面單因子變異數分析與 Scheffe 事後檢定	79
表 4-3-18 階級在人際關係各構面單因子變異數分析與 Scheffe 事後檢定	80
表 4-3-19 到部時間在人關係各構面單因子變異數分析與 Scheffe 事後檢定	81
表 4-3-20 感情狀態在人關係各構面單因子變異數分析與 Scheffe 事後檢定	82
表 4-3-21 父母婚姻關係在人關係各構面單因子變異數分析與 Scheffe 事後檢定	82
表 4-3-22 與原生家庭互動在人關係各構面單因子變異數分析與 Scheffe 事後檢定	83
表 4-4-1 自我分化與生活適應之相關矩陣 (N = 651)	84

表 4-4-2 自我分化與人際關係之相關矩陣 (N=651)	84
表 4-4-3 生活適應與人際關係之相關矩陣 (N=651)	85
表 4-5-1 生活適應與背景變項、自我分化及「我位置」、「情緒主導」、「受他人影響」、「理智為主」之迴歸分析表	87
表 4-5-2 生活適應各構面與背景變項、自我分化及「我位置」、「情緒主導」、「受他人影響」、「理智為主」之迴歸分析表	90
表 4-5-3 人際關係與背景變項、自我分化及「我位置」、「情緒主導」、「受他人影響」、「理智為主」之迴歸分析表	93
表 4-5-4 人際關係與背景變項、自我分化及「我位置」、「情緒主導」、「受他人影響」、「理智為主」之迴歸分析表	96
表 5-1-1 研究假設檢驗結果	104



圖目錄

圖 2-1-1 自我分化概念與理論性量尺示意圖	10
圖 3-1-1 研究架構圖	36
圖 3-3-1 研究架構圖（修正後）	48





國防大學

National Defense University

第一章 緒論

本研究旨在以美國心理治療師鮑恩自我分化觀點 (Bowen, 1978) 探討海軍陸戰隊士官部隊人際關係與適應之研究。本章共分四節，第一節說明本研究之背景；第二節提出研究動機及目的；第三節進一步說明重要變項之定義。

第一節 研究背景

因應國防轉型，我國於 2011 年三讀通過修訂相關法令推動全募兵制度遂行，以建立「量少、質精、戰力強」的現代化專業部隊，服兵役制度開始有了轉變，迄 2018 年元旦起不再徵召一年制義務役，民視新聞於 2017 年 9 月 15 日「全募兵制將上路 國軍兵力怎麼解？」報導指出：從數據來看國軍兵力現況，107 年度預估的總兵力，是近 4 年最低。而前 3 年，義務役人數都在 3 萬以上，2018 年只剩以往的 1/3，募來的志願役，明顯補不上缺口。從上述數據可以了解，募兵的成效仍就趕不上離退的人數，國軍兵力結構上已出現人力不足的現象，此外國內學者針對志願役士兵留營情形進行研究，發現志願役士兵歷年平均續約率低於五成，而當中未待約滿即提早離退的比率為 5%—6%，如 2003—2008 年統計，計畫招募人數為 47133 人，實際招募數 52239 人，但實際結訓分發至各部隊者為 41812 人，不少人在受訓階段便已放棄；又如第一批結訓分發之志願役士兵（2003—2005 年，當時最低服役契約期間為 3 年）為 4920 人，至 2009 年 5 月底已退伍 3575 人，續約率僅 27.33%，顯示其約滿後不願意續約的比率相當高，致使國軍兵力缺口逐年擴大（陳正鏞、陳君愷，2011）；研究者於 2015 至 2017 年擔任基層部隊心輔官期間，也觀察部隊招募的數據雖逐年提升，然留營續服比例卻一樣低迷的現象。因此國防部為擴大留營效益，更於 104 年 4 月 1 日起祭出志願役士兵「留營慰助金」計 2 億 457 萬，以鼓勵志願士兵續服現役，維繫部隊專長，穩固基層單位人力（聯合新聞網，2017）。近年來國內學者開始以志願役士兵研究對象，使用問卷施測方式對其留營意願進行調查研究，研究發現志願役士兵的「部隊適應」及「軍隊人際

互動」程度與其「留營意願」程度呈現高度相關，意謂著當士兵在部隊適應程度越高及人際互動關係越佳，其留營意願將越高，反之亦然（程禹欽，2013；沈詠樺，2015）。

另外監察院 102 國調 009 號調查報告：96 至 100 年，近 5 年國軍官兵自傷已遂分別為 27、21、11、22、19 人，合計 100 人，其中士兵、士官、軍官分別為 55、25、19 人次；役別區分為義務役為 36、志願役 64 人次；自傷原因，依序為感情因素 29 人、家庭婚姻 17 人、工作壓力 12 人及適應不良 10 人，從上述統計數據中，除了可以發現因國軍人口結構的轉變志願役自傷比例已超過義務役士兵，更顯示個體倘若在軍隊「人際關係」及「適應」議題上，無法處置得當、找出適當應對方式，將可能走向絕路；研究者在基層部隊擔任心輔官處遇個案過程中，志願役轉介的比例也逐年提升，從中訪談過程中曾有新進志願役士兵表示：「剛到部隊很多人對於自己是投注著期盼的眼神，對於自己的標準也不一樣，但是自己也是第一次接觸軍中的環境，很像要逼著自己學會所有東西一樣，一點喘息空間都沒有。」種種來自單位對於志願役新血投入的重視及培育的期待、部隊充滿階級(學長學弟)的制度致無法適應軍中生活環境、工作要求及人際互動等、事事求統一、服從、缺乏彈性，更何況缺乏自由等因素，均直接或間接對於部隊生活適應產生了衝擊，進而考慮轉換跑道選擇退場、退伍，更嚴重者甚至無法調節自我身心系統而罹患精神疾病。對於當初懷抱著信心投入軍職生活的他們，肯定是自己所無法想像！

由於社會少子化改變人口結構，致國軍兵源制度的轉變，不再像以往兵力綿延不絕的流出、流入，如何將人才招募進入軍隊，並將人才留任，儼然已是必須正視的重大課題之一。從上述學者研究中，可以看出國軍志願役人員續留情形與其在軍隊適應及人際關係有著直接顯著的影響，也就是說越多人無法適應軍隊的環境、生活常規及人際關係等，將嚴重影響人才的留任、戰力的發揮，甚至當個體在適應及人際關係議題受挫，恐驅使其邁向自我傷害一途，因而打擊部隊士氣、斷傷部隊戰力。部隊是一個文化大熔爐，充斥著社會上各階層的官兵弟兄，且來自各式各樣不

同的家庭環境，每個官兵因從小經歷及受教化的程度均不同，而衍生異同環境適應及人際互動能力。因家庭環境是培養一個人生活的知識、技能、學習方式與適應的場所，也是社會組織的基本單位，父母更是孩子第一個及最重要的指導者(陳英豪，2009)，鮑恩也認為最重要的關係系統莫過於家庭，並以「自我分化」概念表示一個人於生活中掌握個別化與親密的程度，並認為自我分化可以用以衡量一個人的基本自我，而基本自我來自於個人與其原生家庭的個別化過程，而反映在其情緒的成熟及情緒與理性經驗分化的不同程度中(Bowen, 1978)。詹寓婷(2010)表示當個體離開原生家庭，建立屬於自己的生活時，是發展自我分化的良好時機，此時期充滿壓力，最能看出個體自我分化程度，有關國內自我分化研究顯示，陳靜宜(2001)「自我分化」程度對於個體在身心健康、人際、婚姻等調適有很大的影響；家庭系統的分化程度與個體的人際關係、個體勝任感、情緒處理及未來目標的發展有相關影響，而且家庭系統分化較為良好之大學生，其心理社會發展也較佳(王大維，1996)；相同地，Bartle 與 Sabatelli (1995) 指出當個體具備自主性、擁有自己的價值觀，能妥善地解決情緒化的情境與問題時，也就是自我分化程度越是高者，心理健康狀態較佳，並具備良好的適應能力。上述均說明了具有高度自我分化的個體，對於適應能力及人際關係狀況也較良好，探究志願役士官及士兵的從軍背景，都是經歷家庭及學校生活的洗禮，直接進入部隊服役，是故研究者認為，原生家庭的教育、環境等影響，對於志願役士官兵自我人格發展、進入軍隊適應及人際關係均影響甚大。

研究者以「自我分化」、「Bowen 家庭系統」作為關鍵字，使用「Airiti Library 華藝線上圖書館」、「Google Scholar」、「臺灣碩博士論文知識加值系統」及「國防大學碩博士論文查詢系統」等平台搜尋相關研究，從國小孩童到老年人均有相關研究，但多半以學校情境為主，尤其以大學生的研究為最多。歸究大學生因其年齡介於青少年晚期邁向成年前期的轉換階段，在這個過渡時期中，個體似乎無可避免地要經歷生理及心理的急遽變化。這些變化或許是危機，卻也可能是轉機，若個體能

順利度過，則可以成為統整、適應良好的人;若否，則可能面臨發展危機，產生適應上的困難（蘇建文等人，1998）。但國內在軍隊場域均無相關研究，研究者評估國軍志願役士官平均年齡介於青少年晚期與青壯年時期，與大學生年齡層相近，且鮑溫自我分化概念已運用在各年齡層關於適應及人際關係議題的研究上，又軍隊工作性質特殊，個體被迫離開原生家庭，需面對失去自由及高壓的軍旅生活。鮑恩表示個體處在低焦慮期間很難評估其真正自我分化程度，然當個體在面臨壓力更能準確測量其自我分化水準與個體運作功能(王鑾襄、賈紅鶯，2013)。參照過去研究文獻，期盼能透過量化研究探討國軍志願役士官們的自我分化程度，再進一步探究部隊適應及人際關係之關連性。

第二節 研究動機及研究目的

「一樣米養百種人」，說明同樣是人，彼此因經歷不一樣文化背景的洗禮，而衍生出不一樣的性格。然而對於研究者工作的場域，軍隊環境，卻對於每個人來說產生不一樣的效應，軍隊的場域中，從整齊劃一、協調一致的內務之中，已透漏把各式各樣來自於不同家庭背景的個人，塑造成「一個口令、一個動作」的模式。軍隊就像是個大熔爐，有著來自各種不同文化及家庭背景的個體，就算是來自於同個家庭，每個人也會衍生出不一樣的性格，然而由於軍隊存在的目的是保家衛國，在戰場上有著瞬息萬變的因子，於是「貫徹命令」在軍事背景，有著不可撼動的地位。記得在軍校兩年的薰陶之下，同學之中 140 人總算期盼到了畢業典禮，肩膀上從實習幹部的肩飾換上了「少尉」軍階，背上裝著個人行囊的復興崗大背包，滿懷熱血帶著軍校給予我們的養成教育，抬頭挺胸走出校門，接著展開每個人不一樣的軍旅生涯。記得不到一個月的時間，我接到了來自學校指揮官來電，電話中聽聞了某位同學，自我傷害的訊息，又依稀過了一個月，聽聞某位同學逃官的消息，這不禁讓我開始去思考，這之中的差異性及原因到底為何?是因為同學在部隊遭受到霸凌?還是來自於部隊外的壓力?還是遇到了不平等的待遇?後來研究者無論擔任連隊輔導長，以及心輔官期間，經常遭遇因對於部隊無法適應，或者在部隊中無法拓展人

際關係，又長期得在部隊中生活，導致壓力不斷堆疊，而影響身心功能正常運作。直到就讀研究所重新充電，在某次上課中聽聞老師提起「鮑恩自我分化觀點」，激發研究者閱讀「自我分化」的文獻，然許多學者在研究發現「自我分化」是維持健康人際關係的關鍵，亦是個人發展的基石，且是影響環境適應及人格發展的重要歸因（蔡金蓮，2009），也讓研究者重新接上這條探索歸因的接頭。

沈詠樺（2016）表示陸戰隊除操練標準高，身為陸戰隊隊員，仍得背負社會高度期待，伴隨而來的高壓力也值得關注，因鮑恩（1978）所提出自我分化觀點，指出越是在高壓狀態之下，自我分化程度高者越是能夠以理智取代自動化情緒歷程去思考，相對自我分化程度低者越是以自動化情緒歷程取代理智思考，換句話說，在壓力情境下，越是能區辨個體間自我分化的程度，也導致研究者以海軍陸戰隊聯兵旅單位士官為研究對象，藉此了解其自我分化程度對於軍隊適應及人際關係是否具有關聯性，並希望藉由此研究結果，達到以下幾個目的：

- 一、探究陸戰隊志願役士官的背景因素對於自我分化影響程度。
- 二、探討陸戰隊志願役士官自我分化程度對於軍隊適應情形及影響因素。
- 三、從陸戰隊志願役士官自我分化程度對於軍隊人際關係及影響因素。
- 四、探討陸戰隊士兵軍隊人際關係及軍隊適應程度之相關性。

第三節 名詞解釋

為使本研究之變項意義明確，故將本研究之變項「國軍士官」、「Bowen 自我分化觀點」、「生活適應」與「人際關係」之意義闡述如下：

一、國軍士官

本研究界定的國軍士官，為現役海軍陸戰隊聯兵旅之志願役士官及士兵。

二、鮑恩自我分化觀點

本研究採用鮑恩觀點自我分化概念為研究基礎，本研究所指的是個人內在觀點的「自我分化」，人區辨情緒和思維的程度，分化程度高的人，面對壓力較有彈性、適應力較佳、較不受情緒控制，較少發生問題；分化程度在混淆狀態的人，面

對壓力容易被自動化情緒系統支配，較少彈性與適應力，有較多問題的程度（Bowen, 1978；王鑾襄、賈紅鶯，2013）。

三、部隊適應

本研究適應定義為個體與軍隊環境互動的一種過程，亦即個體為了身心兩方面的滿足，必須在軍中有所作為與取捨；同時得因應軍中環境的壓力與限制做對等的調整。

四、部隊人際關係

本研究人際關係定義為在軍隊場域中，人與人之間的互動關係，包含與上司、同僚及下屬間的互動關係。



第二章 文獻探討

本章主要就自我分化、適應及人際關係進行相關議題之文獻探討。共分為四節：第一節探討自我分化及其研究現況，說明本研究自我分化之內涵及其測量方式；第二、三節分別闡述適應及人際關係議題及其相關研究，先說明其相關定義及內涵，並探討當前研究對於適應及人際關係相關研究，最後再說明在軍隊環境適應及人際關係議題之研究。

第一節 自我分化及其研究現況

鮑恩表示過往看待事情的方式，多是以「因果」的方式去思考及理解，而在鮑恩家庭系統理論中，從個人為一個情緒單位轉變為核心家庭為一個情緒單位，改變了看待每一件事情，使我們得以使用更宏寬的角度去看待事件的發生（Bowen, 1978），然而鮑恩家庭系統理論由自我分化、三角關係、核心家庭之情感歷程、家庭投射歷程、多代傳遞歷程、手足位置、情感截斷及社會性之情感歷程等八大核心概念所組成，其基本概念源自於：家庭是一個情緒單位，其中以「自我分化」概念為該理論的重要基石（江文賢等人譯，2013），接下來本節旨在介紹自我分化的觀點及其研究現況。首先介紹自我分化的定義，以個人內在層面及系統層面的角度闡述，並接著介紹自我分化的測量方式，並分析國外及國內運用概況，最後摘述當前自我分化在各場域背景的研究成果。

壹、自我分化的定義

鮑恩的自我分化觀點的概念是源自於生物學的「細胞分化(differentiation of cells from each other)」而來，與有機體的細胞發展相關，指的是當相同的細胞分化、分離後，仍然可以保有有機體的相關功能。在家庭背景中，個體致力於自主能力的培養與發展，仍對於家庭有著情感上的接觸（陳靜宜，2001）。自我分化概念說明個人內在情緒與理智分化的程度，以及個人在家庭中的發展情形（詹寓婷，2010），薛鈞芳（2007）將自我分化定義為三個涵意，(1)個體與家人間的黏著程度。(2)個

體自我情感與理智功能的融合程度。(3)自我成熟的程度。自我分化在家族治療理論中，具有兩個面向：第一為個人內在層面，係評估個體在情感與理智之間，融合或分化的程度，另一為從系統互動層面，評估個體的個別與一體性之程度(馬承逸，2011；詹寓婷，2010)。以下針對兩者之間的定義分述如下：

一、個人內在層面：情感、理智分化程度

個人的分化程度從高到低均不相同，取決於當下有多少基本自我(basic self)，分化程度越高，就會存在越多的基本自我，越不需要將自我依附在他人身上，並且與個體之社經地位或者智力無關聯性，然而基本自我受到兩個內在引導系統影響，一個植根於大腦的情緒部分，是維持生命的自動化、情緒歷程，另一個是引導系統大部分於大腦皮質層運作，透過思考、推理和邏輯的處理達到智人的發展(江文賢等人，2013)。鮑恩認為情緒系統在演化過程中，是最早出現的，屬於較低層次的本能；而理智系統是屬於人類所獨有的，代表著邏輯推理的客觀能力，因此個體充滿壓力時，越是能以理智系統與外界連結，表示個人的自我分化越高，反之情緒與理智糾結的程度越高，則個體的功能運作會越差(Bowen, 1978)。

馬承逸(2011)表示當壓力來臨時，自我分化高的個體因自身的長期焦慮程度並不高，較能覺察自身的情緒，進而使理智系統運作較為順利，故能理性地去解決及應對壓力，而非以憑「感覺正確(feel right)」的情緒化反應行事，因此對於環境能有較良好的適應性；然而自我分化低的個體，時常無法冷靜去因應外在壓力而尋求情緒系統處置，因此無法保有自身的信念及想法，常採取情緒化反應或者情緒截斷的態度處理事情，反而缺乏以多元的思考去解決問題，恐影響及惡化個人的身心健康(Bowen, 1978; Kerr & Bowen, 1988)。值得關切的是，高度自我分化的個體並非壓抑情緒表達或是情緒疏離，而能以自己的信念及想法去行事並察覺自身的情緒，絕非為一個冷血動物(Bowen, 1978)。

二、系統互動層面：關係的混淆程度

鮑恩將家庭視為一個情緒單位，在家庭系統與個人之間，有兩股力量在相互抗

衡，分別為：(1)個別性(individuality)或自主性(autonomy)，此為個體希望獨立自主的力量，促使個體與家人在心理上有所分離；(2)一體性(togetherness)或親密性(intimacy)，此為個體希望能與他人保持接觸的驅力，促使個體和家人在心理上有所連結。個體在成長過程中不斷受這兩股力量影響，兩股力量間應保持平衡（蘇慧娟，2010；詹寓婷，2010；石芳朋，2007）。

在系統互動層面，高自我分化則是傾向追求個體性的力量，而低自我分化的個體傾向追求一體性的力量。高自我分化的個體，追求著個人的自主性，而擁有一個堅定的真實我(solid self)，將大部分的精力投注在個人運作上，並依自我價值觀行事，因而不易受外界影響，與他人互動時能站在客觀、理性的角度，即使雙方關係發生變化，也較不感受到要脅，且並非代表著個體與家庭的情感截斷，而是保持與他人維持親密，又不失自我的彈性空間；然而自我分化低的個體，傾向追求一體化的個體，不斷追求著與他人的親密感，甚至會為了維持家庭和諧而選擇改變自身的立場，容易在認知、情感和行為上為了迎合他人而失去真實自我，而形成一個虛假我(pseudo-self)，缺乏自身的察覺和堅定的信念，因此容易感到焦慮，進而投注更多精力去追求親密關係，以獲得自我的價值，在這樣狀況之下，當雙方的關係產生變化，個體容易覺察到要脅，迫使個體會採取切斷與家庭的連結方式，脫離與原生家庭的互動，轉投入職場之中（Bowen, 1978; Kerr & Bowen, 1988）。

綜合上述可知，鮑恩將生物學上「分化」一詞應用在家庭治療之中，並以「系統觀點」取代過往的「因果論」，使在處遇過程中能得以更全面、客觀地去看待個體所發生的問題，鮑恩家庭系統理論其中以「自我分化」概念為其核心價值，其定義具有兩個面向，一為個人內在層面，指的是個人在面對壓力情境時，能區別情緒與理智的程度；另一為系統層面，指的是個人在與他人互動時，能夠保有自我且又不失與他人情感連結的程度。然本研究因考量東方文化因深受儒家思想影響，人與人相處注重以和為貴，追求人際間的和諧，也就是說倫理規範人與人之間的互動關係，在家庭互動上傾向以追求和諧一致取代個人自主性（嚴奇峰，1998），是故本

研究僅以個人內在層面的自我分化定義探討國軍官兵適應及人際關係之影響，以下針對自我分化測量及國內外自我分化測量工具實施研討。

貳、自我分化的測量

鮑恩雖然發展自我分化量尺，但僅用來說明其家庭系統理論概念，並未衍生實際可測量的工具，以致於無法應用於臨床的實際測量 (Bowen, 1978)，因而許多學者依據其自我分化觀點基礎發展出相關測量工具，以下就針對鮑恩自我分化量尺及國內、外學者發展自我分化測量工具說明之。

一、自我分化量尺

鮑恩將人的情緒(emotion)與思維(intellect)區辨程度以單一向度的自我分化量尺(如圖 2-1)表示之，主要是將人類功能用單一向度來分類最低到最高潛能，不受情緒健康、生病或病理症狀的影響，且與智力與社經地位高低並不影響自我分化量尺高低程度 (Bowen, 1978)。



圖 2-1-1 自我分化概念與理論性量尺示意圖

資料來源：王鑾襄、賈紅鶯 (2013)。Bowen 自我分化理論與研究：近十年文獻分析初探。輔導季刊，49 (4)，28。

分化程度較佳者在右端，能清楚區辨思維和情緒；分化程度較低者為左端，為「混淆(fusion)」狀態，無法清楚區辨情緒和思維，且被自動化情緒系統(automatic emotional system)支配 (王鑾襄、賈紅鶯，2013)。以 0 至 100 評估個體情緒與思維融合或分化的程度，此量尺的數字越大代表擁有越多堅定自我，即自我分化程度越

高；數字越小代表情緒與思維的混淆程度越高，即自我分化程度越高，並藉以說明高低分化者的特性及適應功能上的差異（詹寓婷，2010）。自我分化介於 0 至 25 分之間，代表個體情緒與家庭及他人融合，受到自動化情緒系統所支配；介於 25 至 50 分之間，個體導向為得到他人讚賞，仍容易放棄關係中的自我，而與他人融合；得分在 50 至 75 分之間之個體，已擁有合理的自我，具有自主思考能力，面臨壓力時較不受情緒系統所影響；然而得分在 75 至 100 分之間，個體則能清楚地把情緒及理智分開，面臨壓力時能依據理性做出抉擇，同時在與他人及家人親密關係中，能保有自我且保有和諧關係（薛鈞芳，2007）。針對上述自我分化程度，國內已有學者進一步做出分化程度差異之整理，如表 2-1-1：

表 2-1-1 自我分化水準比較表

分化水準	低分化	中等分化	中等至良好分化	良好分化
量尺分數	0-25	25-50	50-75	75-100
支配力量	全部由感覺支配 由思維系統	大多由情緒 系統引導	學著焦慮時由 思維系統支配	掌握大局
生活取向	完全關係取向	大多為關係導向	多能依循 生活目標	獨立生活目標
自我的樣貌	虛偽自我	大部分是 虛偽自我	發展出理性的 堅定自我	堅定自我
情緒和思維 系統關係	完全混淆	開始分化	有足夠基本分化 且相互合作	平時允許情緒系 統領航，在思維系 統掌控內；焦慮時 由思維系統接管

資料來源：修改自王鑾襄、賈紅鶯（2013）；馬承逸（2010）；詹寓婷（2010）。

二、國內外自我分化測量分析

自我分化的測量，無論國內或是國外都已許有相關研究，並且發展出多樣的測

量工具，不同的測量工具都有其特定適用的對象及測驗內涵，以下由研究者參考相關文獻後，將國外測量自我分化的相關工具予以彙整，如下表 2-1-2：

表 2-1-2 國外自我分化相關量表彙整表

年代	研究者	量表名稱	對象	測量內涵
1978	Bowen	自我分化量尺		將個體自我分化程度歸類為 0-100 分。
1978	Kear	自我分化量表	已婚成人	測量「配偶與原生家庭父母的分化」、「配偶間的分化」以及「情緒或理性的態度」。
1984	Bray Williamson & Malone	家庭系統中的個人主權問卷(A、B 版)	成人(已婚、有子女)	測量家庭成員所知覺家庭系統中之代間家庭互動模式。
1984	Hoffman	心理分離量表	青少年	測量晚期青少年的個體化歷程程度(能放棄自我對父母的心理依賴)。
1987	Bray & Harvey	家庭系統中的個人主權問卷 C 版	大學生	測量個體知覺家庭系統的代間家庭互動。
1990	Haber	自我分化程度量表	青少年	測量個體的理性與情感系統功能。
1992	Anderson & Sabatelli	家庭系統分化量表	青少年	適用於青少年家庭，測量家庭的次系統分化情形。
1993	Chabot	情緒分化量表		區分情緒與理智的程度。
1995	Bartle & Sabatelli	行為情緒自主量表	青少年	根據 Bowen 自我分化概念，測量個體處於壓力情境下，採取各種反應程度。

(續下頁)

1998	Skowron & Friedlander	自我分化量表	成人	測量理性與情感(個人內)的分化及個體及重要他人關係(人際間)的分化程度。
2003	Skowron & Schmitt	自我分化量表(修訂版)	成人	測量個體內心與人際關係兩個構面。

資料來源：修改自粟珍鳳(1999)；石芳萌(2007)；劉紀谷(2007)；馬承逸(2010)；詹寓婷(2010)；黃慧玲(2011)；陳例伶(2012)。

由表 2-1-2 可得知，國外自我分化測量對象，可區分學生、青少年、成人及已婚成人，顯見鮑恩自我分化概念適用年齡相當廣泛，且從測量內涵可得知，國外自我分化測量可分為三種取向，第一為測量個人內在層面的自我分化，如：1993 年 Chabot 編製「情緒分化量表」及 1995 年 Bartle & Sabatelli 編製「行為情緒自主量表」等；第二為測量系統互動層面的自我分化，如：1984 年 Bray Williamson & Malone 編製「家庭系統中的個人主權量表」；最後為兼具個人內在及系統互動層面的自我分化，如：1998 年 Skowron & Friedlander 所編製「自我分化量表」及 2003 年 Skowron & Schmitt 編製「自我分化量表(修訂版)」等。近期國內亦有不少學者將相關量表翻譯修訂，運用在國內研究中，以下研究者引用詹寓婷(2010)及詹寓婷(2010)國內自我分化量表相關量表彙整表(如下表 2-1-3)：

表 2-1-3 國內自我分化相關量表彙整表

年代	研究者	量表名稱	對象	測量內涵
1991	賈紅鷺	子女及父母自我分化量表	國小學生及其父母	測量家庭成員所知覺家庭系統中之代間家庭互動模式
1994	劉姿君	家庭系統中個人主權量表	大學生	包括六個分量表：代間親密、代間混淆-個別化、代間脅迫、涉入三角關係、同儕親密、同儕混淆-個別化。

(續下頁)

1996	高明薇	自我分化量表	高中職	包括四個分量表：代間親密、代間脅迫、同儕親密與三角關係，測量系統互動層面自我分化。
1996	王大維	家庭系統分化量表	大學生	試題以雙人組合互動，做為自我分化的程度測試。
1999	粟珍鳳	自我分化量表	大學生	含七個分量表：與父親密、與父個體化、與母親密、與母個體化、去三角關係、與長輩親密、與長輩個體化。主要測量系統互動層面自我分化。
2000	張貝萍	自我分化量表	國中生	包括四個分量表：代間親密、與父個體化、與母親親密、三角關係
2002	黃慧雯	自我分化量表	大學生	測量系統層面自我分化，涵蓋五個分量表：與父親密、與父個體化、與母親
2008	劉紀谷	自我分化量表	大學生	包含四個分量表：情感反應、採取我立場的能力、與父母融合、情感切斷。
2009	修慧蘭	Chabot 情緒分化量表	大學生	測量個體情緒及理智區分程度之個人內在層面之自我分化，其內涵包含：無壓力、長期壓力、滿意的關係及困難的關係。
2009	歐陽儀	自我分化量表 (父親版) 自我分化量表 (母親版)	國中生 父親 國中生 母親	測量個人內在層面及系統觀的自我分化。包括四個分量表：情緒化反應、情緒截斷、與他人融合、我位置

(續下頁)

		自我分化量表 (學生版)	國中生	
2010	馬承逸	大學生自我分化 量表	大學生	測量個體情緒及理智區分程度之個人內在層面之自我分化。包括四個分量表：我位置、情緒為主、受他人影響、理智為主

資料來源：修改自馬承逸（2010）；詹寓婷（2010）。

從表 2-1-3 可得知，國內學者早年對於自我分化觀點研究，多數參照國外學者量表編製而成，其研究面向多與系統互動層面為主軸，如賈紅鶯（1991）父母及子女自我分化量表、劉姿君（1994）家庭系統中個人主權量表及王大維（1996）家庭系統分化量表等。直到近幾年對於自我分化研究量表的使用，逐漸涵蓋能同時測量個人內在及系統互動層面的自我分化，如歐陽儀（2009）所編製之自我分化量表(學生版)能同時測得個人內在層面及系統互動層面的自我分化。近年來國內學者也發展出以測量個體情緒及理智區分程度之個人內在層面之自我分化量表，如修慧蘭（2009）翻譯並修訂自 Chabot（1993）情緒分化量表，其測量內涵「無壓力」、「長期壓力」、「滿意的關係」及「困難的關係」等四面向，但信度均僅達.75；以及馬承逸（2009）大學生自我分化量表，其信度達.881，並分為四個向度，分別為「我位置」、「情緒主導」、「受他人影響」及「理智為主」，其定義內容如下：

- (一)我位置：個體處於壓力或非壓力情境中，仍能自在表達自己想法。
- (二)情緒主導：個體容易受到情緒的影響。
- (三)受他人影響：個體與人相處時特別敏感他人的行為，而產生情緒起伏。
- (四)理智為主：個體由理智系統控制，較具備思考及邏輯推理能力。

綜合上述，本研究考量東方文化深受儒家思想薰陶，與人互動上追求以和為貴，較缺乏個人自主性，是故研究內所提及之自我分化，係以鮑恩個人內在層面之自我分化，個體區分情緒與理智的程度為主（Bowen, 1978），並考量國內測量內在層面之自我分化量表計有如修慧蘭（2009）情緒分化量表及馬承逸（2011）大學生自我

分化量表，因後者具較高信效度，因此本研究以參考馬承逸（2011）大學生自我分化量表作為測量官兵自我分化程度之施測工具。

第二節 生活適應之相關研究

本節次旨在說明生活適應相關性之研究，首先說明本研究中適應的定義，接著針對國內外學者對於「生活適應」的內涵及相關研究實施說明，以了解適應所涵蓋之面向，接續說明就自我分化觀點在適應議題上之相關性研究，更進一步探討自我分化觀點在不同文化背景下之影響，最後在針對我國部隊環境中，生活適應之相關研究闡述，以了解當前部隊生活適應之相關性研究。

壹、適應的定義

「適應」一詞緣起於達爾文在 1859 年所提出進化論中「物競天擇、適者生存」的概念，生物為了生存必須做出相對的改變以配合環境的變遷。隨後才被運用於心理衛生領域，把人們面對壓力或問題的心理過程或實際作為稱之適應（何宜純，2010）。研究者綜合整理國內、外學者對於「適應」的定義，如表 2-2-1：

表 2-2-1 國內外學者適應定義彙整表

年代	作者	定義
1976	Arkoff	個人與環境間的交互作用。個人需不斷尋求滿足自身之需要與目標之達成，同時也承受來自環境中的壓力，而環境也相對地因個人作為而有所改變，將環境視為雙向的歷程。
1978	Tallent	人生得面對不間斷的適應過程，包括生物、社會及自我的適應。
1981	賴保禎、	有機體想滿足自己的需求，而與環境發生調和作用的過

（續下頁）

	簡仁育	程。
1984	Kaplan、Stein	個人利用各種技巧與策略來掌握因應人生中的不同衝擊。
1986	洪冬桂	適應的含意，有五種面向：(1)強調交互作用。(2)強調歷程。(3)強調和諧狀態或關係。(4)強調品質能力或方法。(5)強調壓力和因應行為。
1990	遠之琦	心理適應是指個體的態度、情感或性特徵對社會環境的一種適應過程。
1999	孫敏華	個體在環境的互動過程中，遭遇困擾或壓力時，為了解決問題或去除壓力，採取適宜的因應方式，以達到身心平衡結果。
2000	社會工作辭典	內心的自己與外在環境交互作用的和諧狀態。
2003	吳珮蒨	能夠順利度過發展危機，達成發展任務的歷程，且在此過程是動態而不斷改變的。

資料來源：修改自陳文輝（2013）。

綜合上述學者之定義，關於「適應」一詞國內外學者分別以不同層面詮釋：

- 一、個體與環境的互動關係：Akoff（1968）認為適應為個體與環境之間的交互作用；社會工作辭典（2000）適應為內心的自己與外在環境交互作用的和諧狀態；楊正誠（2003）認為適應是個體嘗試與環境形成的平衡狀態。
- 二、因應行為：Kaplan 與 Stein（1984）個人利用各種技巧與策略來掌握因應人生中的不同衝擊；張春興（1989）則說明適應是個體為克服障礙、排除困難，以滿足其需求所表現的反應。
- 三、需求滿足的歷程：賴保禎（1981）有機體想滿足自己的需求，而與環境發生調和作用的過程；簡茂發（1986）則說明適應為個體在環境中，妥善地解決困難，以滿足生理、心理及社會的基本需求，進而邁向自我實現的過程。

因此本研究對於生活適應係包含上述三個層面之觀點，定義為：個體與他所處環境的互動關係。個體為了身心兩方面的滿足，必須在環境中有所作為與取捨；同時得因應環境壓力與限制做對等的調整。適應的過程便是個人及環境雙方面求得一致和諧過程。

貳、生活適應理論、內涵及其相關研究

一、生活適應內涵

對於不同環境背景及研究對象不同學者所衍生出的生活適應所包含的向度抱持著不同的觀點，Arkoff (1968) 將人的生活適應分為家庭適應、學校適應、職業適應與婚姻適應，並歸納出 4 個衡量指標，分別為：

1. 生活特質：包含快樂和諧的狀態，快樂指個人對目前的情境有幸福、滿足的感覺；和諧指個人與環境之間能夠維持平衡的狀態。
2. 自我關心：包括自我頓悟、自我認定、自我接受、自我尊重及自我開放。
3. 自我實現：包括個人成長，對個人潛能的了解；個人成熟，個人如何配合年齡而達到某些既定目標；個人統整，行為的協調一致與統合性。
4. 現實環境適應：包括與環境的接觸，即指個人有正確覺知外界的能力；有效參與周圍環境，使自己在其中不僅能自由快樂，且能達到社會的期望，能獨立自主而不受團體的行為模式所限制。

Roy 和 Andrews (1999) 提出個體是一個開放性的適應系統，由生理、心理、社會各層面所組合而成的，個體與週遭環境為維持一個動態的平衡狀態境，將不斷的產生互動，此一過程是個體為了促使個體達到有效的適應，以順應週遭多變的環境應運而生的。Roy 將人視為一個適應系統，能夠以生理調節和心理調節的活動，以維持生理功能、自我概念、角色功能與相互依賴等四個適應型態；林奕欣(2016)彙整 2007 至 2014 年期間與學校生活適應相關論文 17 篇，發現學校生活適應變項可分成師生關係、同僚關係、學習適應、常規適應、自我適應、學校適應、人際關係適應、勤學適應、自我概念、心理適應、課業學習及環境適應等面向作為探討；

吳銜禎(2011)將警察主管的生活適應分為工作生活適應、家庭生活適應及休閒生活適應，並採半結構式深度訪談了解12位現階警察主管在生活適應上與工作壓力的互動過程及因應關係；吳岳秀、蔡宗晃(2014)對藥物濫用役男之生活適應研究採用行政院青年輔導委員會所發展之「生活適應量表」，其目的在探討青少年的適應問題及解決的能力，及投入社會後對工作與生涯決定時，解決問題的自我認知能力，及人格發展的成熟度，包含兩種測量層面：

1. 適應能力指標：分為自我決之及決策力、工作技能、家庭及社會適應能力、個人技能、工作適應力。
2. 適應行為特質：分為二方面人格特質的評定，一為工作定向，包括：自主定向、追尋方向、他主定向、迷失方向四類別；二為個人價值觀，包括內外斂兩種傾向。

綜合上述，研究者認為生活適應依不同研究背景及對象，各學者均抱持不同觀點進行研究，主要可區分生理、心理、社會及靈性等四個層面因應方式進行探討：

- (一)生理層面：對所處環境空間、作息等生理層面的適應情形。
- (二)心理層面：對於所處環境的接納與情緒的感受和表達等心理層面的適應情形。
- (三)社會層面：包括與同袍相處、接納的人際關係以及和幹部間的互動情形。
- (四)靈性層面：個人具有生活信念、信仰，且瞭解自己存在意義、明白與社會互動下產生的人生價值(楊均典，2010)。

因社會層面之互動，本研究歸納為人際互動關係，納入「人際關係」變項深入探討；另靈性層面之互動，目前主要運用於醫療場域，因部隊生活適應尚無對於靈性層面之相關探討，本研究對於適應定義，以個體生理及心理層面的因應作為深入探討。

二、生活適應相關研究

「自我分化」為鮑恩所提出家庭系統理論中的主要架構，係個人能區辨自己理智與情緒的歷程，可保有自我獨立並同時與他人保持親密關係(Kerr & Bowen, 1988; 阮琳雅, 2017)。以下就研究者綜整國內外學者從自我分化觀點對適應議題之探究。

(一) 跨文化適應

由於東西文化差異，西方被視為個人與獨立的文化價值觀，相較於東方向來以儒家思想為其核心價值，趨向以集體主義價值體系，強調家庭關係中的連繫性和一致性，Chung 與 Gale (2006) 在跨文化角度審視東西方在自我分化水平對於心理健康之差異，並以量化實驗法對韓裔(427 名)和歐美(375 名)大學生進行比較，研究結果發現歐美學生自我分化程度高於韓國，韓國大學生自我分化較低，並且歐美大學生在憂鬱情緒或低潮情緒的指數上較韓國大學生偏低。Chung 與 Gale (2009) 於三年後再度執行相關研究，發現在家庭功能指數上歐美大學生優於韓國大學生。當使用「我」態度預估兩種文化家庭的健康度時，意外發現兩者間無顯著差異。經預測為韓國社會受西方化影響，讓家庭中的成員更願意去尋找自我的位置（阮琳雅，2017；王鑾襄、賈紅鶯，2013）；O'Hara 與 Meteyard (2011) 認為跨文化間的自我分化概念可能略有不同，特別是圍繞著如何定義自我與家人關係的內涵上，因集體文化相較於個人文化，有更多對於團體的義務感（劉玉玲，2015）。

(二) 職業適應

黃儀婷 (2016) 以問卷調查法針對 728 位大學生進行自我分化對生涯因應策略之研究，發現自我分化與生涯定向有顯著正相關，表示大學生自我分化程度越高時，其生涯越趨於定向，反之當自我分化程度越低時，其生涯越不趨於定向；陳怡樺 (2007) 研究大學生自我分化、親子衝突對生涯決定狀態的影響，發現個體在自我分化的各層面的分化程度越高時，在生涯焦慮猶豫、缺乏個人知識、缺乏教育及職業的知識、決定時機以及外在阻礙這五個面向的程度會越低；張華甄 (2012) 針對高中職學生為研究對象，發現當個體與父、與母分化程度越高，其生涯確定與生涯滿意的程度會越高，且受生涯不確定程因影響的程度越低。

(三) 學校適應

石芳萌、吳麗娟、林世華 (2010) 以問卷調查法對臺灣地區高一及高二計 423 名學生為研究對象，發現高中職學生自我分化越高時，身心健康狀況越佳，若自我

分化程度較低則較易出現身體症狀、焦慮、失眠及社會行為功能障礙有關；詹寓婷（2010）以立意取樣針對全台灣 18 所公私立大學共計 753 名大學生進行自我分化對生活適應之研究，發現當個體自我分化程度高時，其學校生活適應的情況也越好，且面對校園生活壓力較具彈性、有較高自主性及較佳的適應力，並能區辨個體之理智與情緒。

(四) 親密關係適應

陳俐伶（2012）針對北部地區 627 名大學生以問卷調查法進行自我分化對於親密關係之研究，發現個體自我分化程度可以有效預測部分友情親密關係與愛情親密關係，藉此可瞭解自我分化對大學生親密關係適應上有所影響；楊康臨（2005）則以滾雪球方式選取 180 位已婚女性及 178 位已婚男性來測量自我分化程度與婚姻滿意度的關係，研究發現當個人自我分化程度越高其婚姻滿意度越高，反之自我分化程度越低其婚姻滿意度越低；劉玉玲（2015）以敘事研究對三名台灣已婚女性進行自我分化與婚姻關係之探討，發現女性自我分化是在性別文化下生命歷程與個人經驗的交互影響下，呈現曲線或螺旋式的上升。受訪女性在原生家庭及婚姻關係中，當感受到自身「生命的重量」才能促進自我意識及分化歷程。另外夫妻衝突雖然對於關係造成負面傷害，卻使女性學習在痛苦中體驗自我，促成分化以重新感受親密。

(五) 家庭系統與生活適應

歐陽儀、吳麗娟（2012）對 1,010 組父母親及國中青少年以問卷調查法實施研究，發現父母各自自我分化，會經由青少年子女自我分化，影響青少年子女身心健康，而且父親及母親對於青少年自我分化的影響力是相同的。個體的自我分化會受到其父母在原生家庭中的分化程度所影響，父母也可能複製與原生父母的互動關係模式到自己與孩子的互動上（王鑾襄、賈紅鶯，2013；林淳頤，2016）；鄧筑霞（2017）對於父母自我分化程度與家庭空巢期適應之研究，發現當父母的自我分化程度低，則較易因自我價值感與角色認同的源頭來自於子女，對於家庭成員的掌控

企圖較大，而產生共依附的現象。然當子女獨立成長離開原生家庭，父母須面對家庭空巢期的衝擊，子女的獨立對於父母將成為威脅，相對若父母自我分化程度較高，與家庭間互動的界線能夠較為清楚，關係上可以既親密又維持獨立自主。

綜合以上研究發現，自我分化與生活適應具有相關性，且當個體自我分化程度越高時，對於生活能力越好，相對當個體自我分化程度較低時，其生活適應能力受到阻礙，且自我分化對於生活適應之研究，因青少年得面臨與原生家庭分離、尋找自我定位、與他人建立親密關係及職涯抉擇等生活適應問題，故研究族群以高中職及大學生為主，研究者因考量國軍基層部隊士官及士兵，年齡介於青少年至青壯年之間，且部隊屬於封閉、缺乏自由的生活外，得被迫離開原生家庭及面對高結構化的階級制度等壓力源，是故想藉由個體自我分化程度來探討對於軍隊適應之影響，以下將針對軍隊生活適應定義、內涵及其相關研究進行探討。

參、軍隊生活適應

一、軍隊生活適應的定義

人終其一身在各階段都有需要適應的課題，如家庭適應、學校適應、工作適應、社區適應及婚姻適應等（Arkoff, 1968; 黃思穎, 2007）。本研究對於生活適應研究之背景，係指部隊生活適應，由於部隊為一求團隊精神、紀律嚴明、命令貫徹、階級分明等極具高結構性質之團隊生活，且在自由遭受剝奪、缺乏隱私及生活單調之情境下，對於投入軍旅仕途的國軍志願役官兵們來說，生活適應是其首當其衝所面臨的課題之一，以下研究者整理國內外學者針對部隊官兵在生活適應上所面臨之壓力進行闡述：

(一) 國外學者：

Backer 與 Orasanu (1992) 針對美軍軍隊壓力源的研究中，將部隊壓力區分為生理、心理、社會三大類（孫敏華, 2000）：

1. 生理的壓力：

(1) 疲勞：睡眠剝奪的影響視任務的種類、剝奪時間長短以及個人的生理時鐘而

定。一般而言，需要頭腦清楚的任務，睡眠不足的效果愈明顯。工作負荷與睡眠不足成交互作用，產生的影響則更嚴重。

- (2) 環境壓力源：包括惡劣的氣候與生活條件等，尤其軍人長期戶外訓練，酷熱的天氣或寒冷的夜晚，都對軍人的身體產生巨大的刺激，加上野外生活資源缺乏，如水、食物等，這些都是軍人需要長期適應的課題。

2. 心理的壓力：

- (1) 戰場壓力：戰場壓力有別於其他情境，它是多種壓力的結合。
- (2) 時間壓力：時間壓力會減少參與決策過程的人數和決策的品質。此外，心理壓力還有單調、無聊、孤立及擁擠等。

3. 軍中的社會壓力：

包括家庭關係、與長官及其他人際關係。軍中的社會壓力將焦點集中放在凝聚力上。認為軍隊凝聚力包括四個主要成分：同儕平行的關係；長官部屬間上下垂直關係。

(二) 國內學者：

孫敏華、陳洋州(2002)於研究役男適應問題時，提出影響適應四大因素：

1. 在個人因素方面：涵蓋個人特質、背景因素及態度意願，在個人特質方面則包含個性、獨立、自我照顧能力、主動參與別人幫忙；背景因素包含個人社會工作經驗、團隊生活經驗及身體健康狀況；態度意願上包含學習意願、服役認同感及服役態度。
2. 環境因素方面：涵蓋管教方式、部隊特性、部隊生活設施及生活方式，在管教方面包含主官領導統御及管理方式、幹部及資深弟兄關心輔導及責罵教育方式；部隊特性方面包括組成成員多元複雜、組織嚴謹、懲處規定、學習機會、休假、薪資待遇、兵力不足、紀律約束、臨時性任務；在部隊生活設施方面則包括硬體設施、居住品質、駐地天候狀況；則在部隊生活方式含括隱私多寡、作息方式及時間限制。

3. 個人及環境互動：涵蓋人際互動及工作表現，在人際互動上包括相互尊重、人際關係、融入團體及支援網絡；在工作表現上含括長官同儕評價及標籤化。
4. 個人因應方式：跟著團隊共同行動、想法轉變、發洩情緒、解決遭遇問題即主動尋求協助。

黃霽（1998）針對役男適應問題將軍隊環境與社會環境作為比較：

1. 軍階嚴謹、強調階級服從：

軍隊要求每個成員都遵守階級上的角色與職位，絕對服從由上而下的命令系統，以為維持有效運作；一般的社會組織較不具備如此的服從特質，也少有如此的隸屬關係。

2. 以任務為導向、不重視個人感受：

軍隊的主要目標在圓滿達成任務，爭取勝利，無論是救援或戰鬥，舉凡視為任務均須戮力達成，顯見軍隊存在立即性的壓力狀態。

3. 團體生活為主，個人空間狹隘：

部隊的團體生活方式，可以稱為「個別化到群體化的困境」，一是隱私權的失去，二是個人生活空間的狹隘。也就是個人時間與空間壓縮，且時時刻刻必須面對團體壓力，與社會組織明顯不同。

4. 部隊訓練密集、生活刻板單調：

軍隊以為求勝利需時時訓練與操課，以達到熟練與精實，反覆的操作成為不二法門，也造就生活模式單調刻板。

5. 自我價值消失，一切團體至上：

軍隊中凡事以團隊為主，個人之於團體之後，個人的表現不容許妨礙團體利益，因此需完成團體價值且體現自我價值，成為社會中不會遇到的狀態。

綜合上述研究，得知無論在國內或者國外官兵在部隊環境得面臨的壓力是多元且複雜的，故國內許多學者對於軍隊環境適應定義為：

當個體進入軍事情境時，面對軍事要求、生活特性、不確定感、壓力等時，所

引起心理及行為的狀態從不和諧逐漸轉為和諧的歷程，並且對軍事任務、常規要求等能夠勝任（卓淑玲、邱發忠，1999；孫敏華，2000）。

本研究定義適應為個體與軍隊環境互動的一種過程，亦即個體為了身心兩方面的滿足，必須在軍中有所作為與取捨；同時得因應軍中環境的壓力與限制作對等的調整。換言之，適應的過程便是個人及軍中環境雙方面求得一致和諧過程，接下來針對軍隊適應的內涵及相關性研究進行探討。

二、軍隊生活適應的內涵

江茂坤（2003）參考楊錦登（1998）、高千雲（1999）、陳淑芬（1993）等量表，選取適切題目並結合外島軍事情境與文字修改後，自編「國軍駐防外島地區士官官兵生活適應量表」，以生理適應、心理適應及社會適應等三個層面來作為外島地區士官官兵的適應指標，分述如下：

1. 生理適應：以受試者對外島氣候、部隊任務、作息、及其他生理適應。
2. 心理適應：包括對於到外島服役的接納與情緒的感受和表達等心理層面。
3. 社會適應：包括與同袍相處、接納的人際關係和與幹部間的互動情形。

謝汎儀（2008）參考楊錦登（1998）、高千雲（1999）、陳淑芬（1993）等量表，選取適切題目並結合艦隊生活軍事情境與文字上之修改，自編「生活適應量表」，以生理適應、心理適應及社會適應等三個層面來作為艦艇士官官兵的適應指標，分述如下：

1. 生理適應：包括受試者對艦艇空間、部隊任務、作息、及其他生理適應。
2. 心理適應：包括對於到艦艇服役的接納與情緒的感受和表達等心理層面的適應情形。
3. 社會適應：包括與同袍相處、接納的人際關係和與幹部間的互動情形。

賴秋樺（2009）則抽取海軍陸戰隊、艦艇單位及陸岸等三個單位義務役士兵共計 629 人為樣本，參考卓淑玲（2008）等學者設計之國軍身心狀況評量表（士官官兵版）、李小芸（2003）、江茂坤（2003）、鍾明均（2000）等國內學者所設計之問卷，

加以統整修定，自編「義務役士兵軍中適應情形量表」，將士兵適應問題分為身心症狀與偏差行為，其中身心狀況區分為生理症狀與心理症狀、偏差行為區分為違紀行為與違法行為，以此四個構面進行問卷調查；黃耀宏(2012)參考 Lamber Nicloo (1976)、賈馥茗(1968)、郭為籥(1970)等學者的量表，因應憲兵部隊的特性做些許修正，自編「生活適應量表」，並以生活狀況、情緒掌握及人際關係等三個構面作為志願役士兵適應指標；沈詠樺(2016)參考柯永河(2001)、卓淑玲及邱發忠(1999)等量表，選取適切題目並結合陸戰隊士兵軍事情境與文字修改後，自編「海軍陸戰隊志願役士兵生活適應量表」，以身心感受、單位管理、壓力反應、自我調適等四個構面作為研究指標。

綜合上述，國內學者研究對象從早期的義務役士兵，伴隨著近年來兵役制度的改變，逐漸以志願役士兵為主要研究對象；另外可以發現各學者因研究對象、單位性質差異，所採取的衡量層面均不一致，而對軍中生活適應良窳的指標也有所差異，但主要均著重在軍中環境與制度的適應、長官與同袍人際之間的相處及生理、心理狀況等調適，亦即涵蓋生理、心理及社會適應等三個層面作為軍隊生活適應測量指標，因從上述研究中發現許多學者對於社會適應層面定義均以長官與同袍之間的人際相處為主，納入本研究「人際關係」變項深入討論，因此本研究「生活適應」內涵主要探討個體在軍隊環境中生理及心理兩層面之因應作為，沈詠樺(2016)以身心感受、單位管理、壓力反應、自我調適等四因素作為測量海軍陸戰隊志願役士兵生活適應程度，因同時具備生理、心理適應層面，且其研究對象單位背景與本研究相仿，是故參考並修改其量表作為本研究對軍隊生活適應測量之工具。

三、軍隊生活適應的相關研究

軍隊環境因單位屬性、任務性質不同，大致可區分為戰鬥部隊、戰鬥支援部隊、勤務部隊及學校單位，以下分別就國內學者針對不同性質單位官兵生活適應研究情形進行闡述。

(一)軍校生活適應

朱美珍(1998)針對軍校生自編「生活適應問卷」施測，研究發現軍校生能採取正向因應措施，如具有獨立性格、有勇氣面對問題、遇問題能積極處理、對於挫折與困難具有包容性等，在軍校生活面臨對單位生活管理不滿意、賞罰不公獎罰不合理、與學長隊職幹部關係上等問題時，適應狀況較為良好。

(二)軍隊生活適應

卓淑玲、邱發忠(1999)研究士兵適應問題發現，士兵在部隊主要適應問題來自於「不適應長官領導統御」、「與外界絕緣切斷」、「擔憂訓練工作」、「軍中人際關係」、「伙食不好」及「擔憂資深弟兄」等。沈詠華(2016)針對海軍陸戰隊 300 位志願役士兵研究發現，士兵在工作滿意度較高的情況下，也越能適應部隊生活。

四、小結

進入國軍部隊的志願役士兵來自社會的不同階層及環境，不同的成長背景與心路歷程，互異的人格產生了不同程度的調適能力，在軍中若是個人觀念不健全、抗壓性不足，面對軍事情境與外界的高度落差，以及緊密團體生活的考驗，很容易在個體的身、心方面產生不適應感，進而引發負向因應策略。然而對於官兵來說，家庭為塑造個體社會化第一個場合，從自我分化觀點來看，個體自我分化會受到其父母在原生家庭中的分化程度所影響，且多項研究數據顯現自我分化程度對於個體無論在職場、學校及生活等適應上都有顯著性影響，惟在軍隊環境中仍無以自我分化觀點探究軍隊適應之研究，故將以相關議題進行研究。

綜合文獻後發現國內外學者因應研究對象及目的不同，對於生活適應具有不同的界定，本研究將生活適應定義：「個體與軍隊環境互動的一種過程，亦即個體為了身心兩方面的滿足，必須在軍中有所作為與取捨；同時得因應軍中環境的壓力與限制作對等的調整。」研究者認為沈詠樺（2016）「海軍陸戰隊志願役士兵生活適應量表」以「身心感受」、「單位管理」、「壓力反應」與「自我調適」作為生活適應測量指標，其具備生理及心理等二層面內涵之因應作為，且研究對象均設定為現

役海軍陸戰隊志願役人員，與本研究對象之任務性質及其背景相同，是故參考其量表並修正為本研究測量官兵軍隊生活適應之施測工具。

第三節 人際關係之相關研究

本節次旨在說明人際關係相關性之研究，首先定義其的內涵，以說明本研究對於「人際關係」的定義，接著說明國內外就自我分化觀點在人際關係議題上之相關性研究，分別就國外及國內不同文化背景下，自我分化觀點對於人際關係之影響是否有異同，最後在針對我國部隊環境中，人際關係之相關研究闡述，以了解當前相關性研究。

壹、人際關係的定義及其特性

一、人際關係的定義：

林國煌（1988）表示人與人的互動關係，稱為人際關係。陳育傑(1995)表示人際關係是發生人與人之間的互動關係，且是無所不在的，諸如：親子、朋友、從屬、同學及夫妻等互動關係均屬人際關係的一環；徐西森、連廷嘉、陳仙子及劉雅瑩（2002）將人際關係定義為人之間的相互交往影響的的相互交往影響的社會影響歷程，其目的在於透過交互作用來影響對方的態度、行為，以符合自己的需求和組織目的。陳皎眉（2004）將人際關係定義為兩個人之間維持彼此較長的互動，並且互相影響、相互依賴著。張為善、林旻良及葉淑文（2010）將人際關係定義為，人對其親人、朋友及同儕間等透過語言、思想、感情的社會互動；陳奕陵等人（2011）認為人際關係又可稱之為社交，指的是人在社會中因互動交往而構成的社會關聯性。

綜合上述學者對於人際關係，可定義為人與人之間的互動關係，其範圍可區分廣義及狹義，廣義而言包括親子關係、兩性關係、手足關係及師生關係等，狹義而言指的是友伴、同僚之間的互動關係，如職場、親子、朋友等，本研究以探究志願役士官在軍隊場域的人際關係為主，因軍隊人際關係具階級的枷鎖，有其獨特性，

故本研究中對於人際關係定義為：在軍隊場域中，人與人之間的互動關係，包含與上司、同僚及下屬間的互動關係。

二、人際關係的特性：

徐西森等人(2002)表示人際關係可以透過觀察評量、學習訓練，而獲得人際關係的改變，所以人際關係是一種社會化歷程、一種影響力作用，也是一種行為模式。然而，每一種人際關係具有其獨特性、一致性及複雜性。陳皎眉(2004)認為並非所有人與人之間的互動，如：陌生人與陌生人之間的交談，都屬於人際關係，因其須符合下列特性：

- (一) 發展具階段性：陳皎眉(2004)將人際關係的發展分為六個階段：接觸期、涉入期、親密期、惡化期、修復期及和解期，通常不同的人際關係，也擁有不同的發展階段。
- (二) 深度和廣度上的不同：人際關係的發展具有不同的發展階段，不同階段的人際關係互動，彼此情感及話題等涉及廣度及深度均有所不同。
- (三) 具獨特性和不斷改變的特質：人際關係絕不會靜止不動、不改變，因為它是關係的發展而不斷的變動，可能會變更好，相對也會變更壞；同時我們每一段人際關係都是獨特的。
- (四) 多向度的：人際關係具有不同類型，例如感情上的愛，可以指對家人、朋友或者家人的愛；同時人際關係也擁有不同層次，如我們所結交的人際關係，可區分為情感的、實體的或者智能的情感，是故人際關係是具多向度的特質。
- (五) 複雜的：人際關係是兩個獨特的個體，因各自具有不同的經驗、想法及價值觀等，相互影響及彼此不斷改變，故人際關係具複雜性質。
- (六) 經由溝通來建立和維持：溝通是人際關係的基礎，無論是肢體或者言語溝通，所有人際關係的發展都仰賴溝通而成形及維繫。

貳、人際關係的內涵及其相關研究

一、人際關係的內涵

蘇逸珊(2002)年針對大學生人際關係進行研究，參考其他學者所編製之量表，將人際關係區分為「社會接納」、「與家人關係」、「幽默感」、「同儕關係」及「親密友誼」等五個向度；陳育傑(1995)表示根據心理學研究，良好的人際關係具有包容、控制及情感等有三方面需求：

- (一) 包容：人們透過彼此包容，而建立與人和諧度高的社會關係。
- (二) 控制：與人們保持良好的權力關係，包含支配及服從他人的角色定位。
- (三) 情感：透過感情的經營，與人們建立人際互動關係，如：親密、喜愛、同情及義氣等互動關係。

二、人際關係的相關研究

(一) 華人文化人際關係研究：

嚴奇峰(1998)透過西方宗教價值觀與中國儒家思想所影響的本土價值觀來比較，表示西方深受預選說影響，亦即上帝已事先決定人們被選定為救贖者與否，人在救贖的途徑中是孤獨的，因為任何人都無法取代他人的靈魂獲得拯救，由此價值觀漸而發展上帝之下人人獨立而平等的價值理念，型塑西方文化個人主義、平權主義及理性經濟主義等觀點；東方文化則深受儒家思想影響，儒家思想本質是以人為中心，並非如同西方文化以上帝為核心，儒家思想講求人，不重在個別的個人，而是看中人與人之間的關係，也就是說用倫理規範人與人之間的互動，也導致東方文化在人際相處上，習以和為貴，追求人際間的和諧。李吳澤(2015)針對華人職場人際關係進行研究，發現研究參與者在職場上與同事意見不合或主管提出不合理要求時，因考量未來彼此間仍會相處，選擇不直接面對衝突，呼應華人文化脈絡，在人際關係中追求人際和諧，無論在任何場域的人際關係中，以和為貴已深植華人為基本交往準則。

上述研究可發現東方人深受儒家倫理道德教育薰陶，在人際交往互動上，秉持

以和為貴觀點與人交往，研究者從自我分化觀點來看，東方人為求人際間的和諧，常犧牲堅實自我，發展出虛偽我，以追求團體一致性目標，從文化價值觀來觀察，東方人自我分化程度低於西方追求個人主義的個體，呼應 Chung & Gale (2006) 並以量化實驗法對韓裔(427 名)和歐美(375 名)大學生進行比較，研究結果發現歐美學生自我分化程度高於韓國，韓國大學生自我分化較低，並且歐美大學生在憂鬱情緒或低潮情緒的指數上較韓國大學生偏低。

(二) 家庭人際關係：

劉玉玲(2015)針對3名育有子女已婚女性進行生命經驗及自我的敘事，並以自我分化觀點進行解析，研究參與者皆在婚後生活受集體文化影響，難保有自我，而常屈就於家庭妥協的虛假自我中，然而經歷痛苦事件後，重新察覺「自我」，漸能以堅實自我取代虛假自我參與婚姻中的人際互動，學習為自己的人生經驗及感受負責，整理負向事件，找到正向詮釋的意義，自我分化程度提升，婚姻人際互動也獲得改善。

(三) 親密人際關係

陳俐伶(2012)以分層抽樣法針對國內共627名大學生進行自我分化與親密人際行為關係之研究，發現自我分化越低者，在親密關係中個體越具有攻擊傾向，印證了自我分化程度低者，與家人相處難保有個體，亦即缺少堅定自我，個體容易產生不適當的情緒介入，分不清自己與他人的界限。

(四) 校園人際關係

胡雅婷(2005)研究高職女生其自我分化、人際互動與憂鬱傾向的相關，研究結果發現自我分化的程度愈高，在人際互動愈好，自我分化的程度愈高，在憂鬱傾向越低。游淑華、吳麗雲、蔡金蓮(2012)對針對12所高中職學校計1,501位學生，以自我分化觀點對人際衝突解決策略進行研究，發現自我分化較高的個體傾向以理智策略處理人際衝突；反之分化較低者習慣以情緒性策略解決人際衝突。相關研究也呼應林季儀(2006)以自我分化概念對新北市高中職472為學生的校園

人際適應進行研究，發現個體分化狀況越好者，其人際因應策略越能使用問題解決、尋求社會支持等較理智方式處理問題，校園人際適應能力也越佳；相對自我分化程度越低之個體，在人際因應策略傾向以負面情緒及自責等方式處理，其人際適應能力也越差。

(五) 青少年人際關係

彭思蓉(2011)以自我分化觀點觀察兒童及青少年在社交焦慮成因之研究，表示青少年面臨個體脫離家庭、邁向社會化的關鍵時期，若在此階段罹患社交焦慮症，將對身心發展及社會化造成嚴重影響，已有許多研究顯示，自我分化程度與社交焦慮息息相關，並表示父母的焦慮程度與子女焦慮程度呈正相關，亦有研究證實父母分化程度與子女分化程度也呈現正相關，並與子女社交焦慮程度呈現負相關。也就是說，當父母分化程度越高，子女自我分化程度也高，其社交焦慮程度將越低，反之，父母分化程度越低，子女分化程度也低，其社交焦慮程度則越高。黃慧玲(2011)以臺灣北、中、南地區 1,317 為青少年進行自我分化與人際互動之調查，研究發現青少年的人際關係對其人際互動呈現正相關，且其影響達顯著水準，表示青少年自我分化程度越高，其與人在人際互動上之表現越佳。

三、小結

從上述研究，可發現個體自我分化的程度對於人際關係呈現正相關，當個體自我分化程度越高，在人際互動、人際關係維持及人際策略的因應，均能以較理智態度去面對，使個體能保有堅實自我，在人際關係維持也越好；相對於自我分化較低者，在人際互動上，常為維持團體一致性，不面失去真實自我，導致常以虛假自我去配合團體需求，在人際互動上常失去自我價值，因而容易以負面情緒去處理人際議題，在人際關係維持上相對差強人意。

參、軍隊人際關係

一、軍隊人際關係的定義

胡正申(1998)將共同生活在軍隊場域中兩個或兩個以上的成員，彼此在相同

規範中的互動而產生共同的心理與行為模式，如：知覺、評價、學習及溝通反應等，所形成交流互動的歷程，定義為軍隊人際關係；蔣治邦（2009）研究國軍義務役士兵人際關係，將其定義為，與學長、同儕間的關係，並表示在軍中最重要的準則便是階級，軍中一切的指揮、決策、任務的達成均建立在對階級的絕對遵從；錢淑芬、廖帝涵（2009）表示軍隊環境為配合作戰需求，形成一套階級制度，以確保穩固領導威信及命令貫徹，要求成員須具備高度服從及團隊性。軍隊成員受限於階級枷鎖的約束，直接反映在彼此間人際關係互動。

綜合上述文獻，軍隊為因應作戰的需求，軍隊的訓練及生活等無不講求階級，強調服從，除此之外軍隊是社會的一小縮影，軍隊社會由社會上每一角落階層人員所組成。成員的組成以教育程度來說，有碩士畢業轉而從軍，也有國中畢業士兵；以社會歷練來看，有許多工作經驗的士兵，也有父母過度保護、從未離開過家門的士兵。在軍中的環境中，生活都是以團隊生活為主，大多也共同居住在所謂的「大通鋪」，身旁的對象是自己無法選擇，對於軍中的成員來說，在人際關係為第一道須面對關卡。本研究對於軍隊人際關係，定義為在軍隊中，人與人之間的互動關係，包含與上司、同僚及下屬間的互動關係。

二、軍隊人際關係內涵

楊錦登（1998）研究軍事院校學生的人際關係情形，參考朱美珍（1998）「人際關係量表」加以修訂編制而成，區分五個向度「學弟(妹)關係」、「學長(姊)關係」、「同學關係」、「師長關係」及「社會關係」，共 36 題型均採用李克特氏（Likert）五點量表的方式計分；胡正申（1998）表示構成軍隊人際關係須具備下列條件：

- (一) 規範：共同生活在軍隊規範下的群體。
- (二) 互動：彼此間在共同時間點內以口語或非口語方式互動。
- (三) 反應：彼此間能相互滿足彼此某些知覺、評價、學習及溝通反應。
- (四) 歷程：彼此間能建立心理或行為的互動歷程。

蔣治邦（2009）針對義務役士兵人際關係進行研究，參考張閔樹（2006）所設

計「人際關係量表」共 28 題，採用李克特氏（Likert）四點量表的計分方式，並以「受歡迎程度」、「負向人際關係」、「正向人際關係」及「人際焦慮」等四因素，作為軍隊人際關係測量之依據。

三、軍隊人際關係相關研究

朱美珍（1998）以分層抽樣法對政戰學校 569 位學生，實施人際關係相關研究，經次數分配統計發現大多數學生人際關係以同學的關係為較喜歡的，並且有超過一半以上學生不喜愛與隊職幹部談話、與學長(姐)及學弟(妹)出公差及討論功課，反映軍中階級制度約束了人際關係的發展。同年楊錦登以陸軍軍官學校、海軍軍官學校、政治作戰學校及國防醫學院共 532 員學生為對象，進行人際關係之相關研究，結果顯示研究參與者人格特質與人際關係有顯著性影響，且在與「同學關係」及「師長關係」所得平均數較高、「學長(姊)」關係不佳，可得知軍中人際關係深受階級(學長學弟)制度影響；另雙親感情狀況良好的學生，在人際關係各面向所獲得分數也越高；蔣治邦（2009）以陸軍十軍團義務役士兵共 207 人作為研究對象，發現在軍中人際關係中，服役態度越好、報到時間越長、軍中結交到知心朋友時，其軍中的人際關係越好，其中又以服役態度對在軍中人際關係影響最大。

四、小結

軍隊時時備戰演訓並充斥高強度訓練，隨時因情勢發展得臨危受命出動任務，階級制度在軍隊場域中具有其必要性，以確保命令貫徹及領導威信，導致階級的枷鎖在軍隊人際互動無所遁形地存在，即使在同階軍士官或者士兵中，都存在著「學長學弟」不成文的劃分，平時為確保戰時戰力有效發揮，要求個體服從命令外，更需要集體行動，從軍隊獨特文化中，不難發現成員彼此間缺乏自由，並具有高密度的接觸，因此人際互動良窳深深影響軍隊著每一個成員。然而從鮑恩自我分化的觀點，個體在與人交際互動時，能保有更多的基本自我，而非一味為順從他人發展出虛假自我，也就是說越是能以理智與人連結，而非將情緒依附在他人身上，在人際關係的表現上也將越良好，且多項研究數據顯現自我分化程度對於個體無論在職

場、學校及親密關係等人際互動上具有著顯著性影響，惟獨研究者尚未發現在軍隊場域使用自我分化觀點探究人際關係之研究，故研究者將以相關議題進行研究。

綜合文獻後發現國內外學者因應研究對象及目的不同，對於人際關係具有不同的界定，本研究以軍隊環境中人際關係為主，指的是軍隊中人與人之間的互動關係，並包含與上司、同僚及下屬間的互動關係。從上述文獻中，研究者發現軍隊人際關係相關研究多數以軍事學校為主，直到近期蔣治邦（2009）設計「軍隊人際關係量表」測量陸軍十軍團士兵軍隊人際互動，研究者考量軍事院校與部隊任務性質有著明顯差異，故將參考蔣治邦（2009）設計「軍隊人際關係量表」作為本研究測量人際關係之施測工具。



第三章 研究方法

本章主要說明本研究使用的方法，共分為四節，第一節研究架構，說明本研究架構、研究問題及假設外，並說明各變項操作型定義；第二節研究對象，說明本研究取樣方式及研究對象分布情形；第三節研究測量工具，說明本研究所使用之測量工具及其預測之信、效度；第四節研究分析及程序，說明本研究使用統計方法及施測程序步驟。

第一節 研究架構

壹、研究架構

本研究採取量化研究進行實證研究，並根據研究動機、目的及文獻探討的所得，建立本研究之研究架構如圖 3-1 所示：

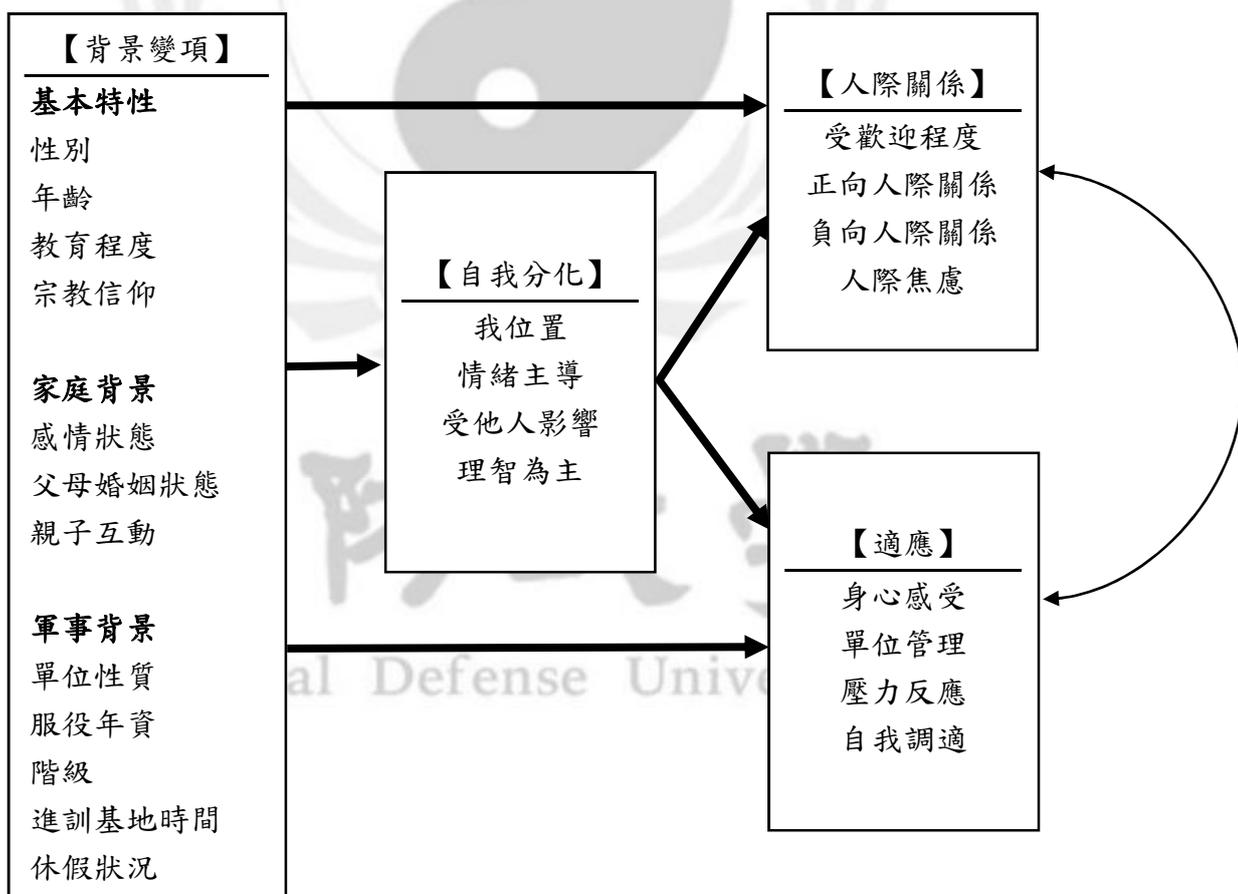


圖 3-1-1 研究架構圖

註：弧形箭頭表示相關性；線性箭頭表示因果方向。

貳、研究問題與假設

根據研究架構(圖 3-1)與文獻探討，提出以下研究問題與研究假設：

一、陸戰隊士官兵自我分化、生活適應與人際關係程度是否因背景變項不同而有差異？

研究假設一：陸戰隊士官兵背景變項不同，在自我分化、生活適應與人際關係程度具有差異。

二、陸戰隊士官兵自我分化程度與人際關係情形是否有相關？

研究假設二：陸戰隊士官兵自我分化程度與人際關係情形具顯著正相關。

三、陸戰隊士官兵自我分化程度與適應情形是否有相關？

研究假設三：陸戰隊士官兵自我分化程度與適應情形具顯著正相關。

四、陸戰隊士官兵人際關係與生活適應情形是否具有相關性？

研究假設四：陸戰隊士官兵人際關係與生活適應情形具顯著正相關。

五、陸戰隊士官兵的基本資料、自我分化程度對生活適應程度是否有預測力？

研究假設五：陸戰隊士官兵的基本資料、自我分化程度對生活適應程度具有顯著預測力。

六、陸戰隊士官兵的基本資料、自我分化程度對人際關係程度是否有預測力？

研究假設六：陸戰隊士官兵的基本資料、自我分化程度對人際關係程度具有顯著預測力。

參、研究變項操作型定義

本研究之研究變項包括陸戰隊士官兵的背景變項、自我分化、人際關係及適應等四類，以下逐一對各變項進行具體操作型定義：

一、陸戰隊士官兵背景變項

此變項係指參與研究之陸戰隊士官兵的背景變項，區分為基本特性、家庭背景及軍事背景三類，其中基本特性包括性別、年齡兩項；其家庭背景包括出生序列、婚姻及家庭情感三項；軍事背景包括單位性質、服役年資及階級三項，說明如下：

(一)基本特性：

1. 性別：參與研究者的性別，分為男、女 2 類。
2. 年齡：參與研究者的年齡，分為 20 歲(含)以下、21-25、26-30 歲、31-35 歲、36-40 歲及 41 歲(含)以上 6 類。
3. 教育程度：研究參與者的最高學歷，分為國中(含)以下、高中(職)、大學(含專科)、研究所以上 4 類。
4. 宗教信仰：參與研究者個人信仰宗教，分為佛教、道教、回教、基督教、天主教及其他 6 類。

(二)家庭背景：

1. 感情狀態：研究參與者的感情狀態，分為未婚單身、未婚有交往對象、已婚及其他 4 類。
2. 父母婚姻狀態：研究參與者原生家庭父母的婚姻狀態，分為結婚並同住、分居、離婚及其他 4 類。
3. 親子互動：研究參與者與原生家庭的互動關係，區分融洽、普通、不融洽及其他 4 類。

(三)軍事背景：

1. 單位性質：研究參與者現服役單位屬性，分為戰鬥單位、戰鬥支援單位及勤務支援單位 3 類。
2. 服役年資：研究參與者入伍年資，分為未滿 3 個月、4-12 個月、1-3 年、4 年(含)以上 4 類。
3. 階級：研究參與者的官銜，分為二兵、一兵、上兵、下士、中士、上士及士官長 7 類。
4. 進訓基地時間，分為未滿一個月、1-3 個月、4-6 個月、7 個月以上及不知道 5 類。
5. 休假狀況：研究者在單位休假情形，區分正常及不正常 2 類。

二、自我分化變項

本研究所提及自我分化，係指鮑恩個人觀之自我分化，為個體區分情緒與理智的程度（Bowen,1978），參考馬承逸（2011）自編之大學生自我分化量表作為測量工具，可分為四個分量表，分別為「我位置」、「情緒主導」、「受他人影響」及「理智為主」，以下針對其定義內容說明之：

(一)我位置：個體處於壓力或非壓力情境中，仍能自在表達自己想法。

(二)情緒主導：個體容易受到情緒的影響。

(三)受他人影響：個體與人相處時特別敏感他人的行為，而產生情緒起伏。

(四)理智為主：個體由理智系統控制，較具備思考及邏輯推理能力。

三、適應變項

本研究生活適應，為個體與軍隊環境互動的一種過程，亦即個體為了身心兩方面的滿足，必須在軍中有所作為與取捨；同時得因應軍中環境的壓力與限制作對等的調整。參考沈詠樺（2016）「軍隊生活適應量表」包含為四個分量表，分別為「身心感受」、「單位管理」、「壓力反應」與「自我調適」，以下針對其定義內容說明之：

(一)身心感受：個體內心所承受的感覺、知覺。

(二)單位管理：個體對於單位運作模式能接受的程度。

(三)壓力反應：個體在單位所感受到壓力程度。

(四)自我調適：個體面臨壓力狀態時之因應策略。

四、人際關係變項

本研究以軍隊環境中人際關係為主，指的是軍隊中人與人之間的互動關係，並包含與上司、同僚及下屬間的互動關係。參考蔣治邦（2009）設計「軍隊人際關係量表」作為本研究測量人際關係之施測工具，共計四個分量表，分別為「受歡迎程度」、「正向人際關係」、「負向人際關係」及「人際焦慮」，以下針對其定義內容說明之：

(一)受歡迎程度：個體具有的特質受人喜歡、欣賞的程度。

- (二)正向人際關係：個體與人互動正面的感受程度。
- (三)負向人際關係：個體與人互動感到負面的程度。
- (四)人際焦慮：個體與人互動感到恐懼或憂慮的程度。

第二節 研究對象及抽樣方法

本研究所稱陸戰隊士官兵，係指於海軍陸戰隊旅級單位服役之現役志願役士官及士兵為研究對象，因國軍志願役人員編制及總人數屬國防機密，詳細數字無法取得，以國軍「精粹案」組織架構及兵力結構調整後之陸戰隊旅級單位為研究母群體進而推估。國防報告書（2013）指出，國防組織為朝「精、強、巧」方向發展，強化三軍聯戰效能，推動執行「精粹案」，海軍司令部陸戰隊指揮部所屬陸戰隊基地警衛旅降編為防空警衛群，下轄旅級單位計陸戰 66 旅及陸戰 99 旅。

本研究將以陸戰隊聯兵旅級為單位母群體樣本，並區分戰鬥部隊、戰鬥支援部隊實施抽樣，因考量鮑恩認為當事人在低焦慮期間很難評估真正分化程度，建議評估以個體在壓力到平靜期間的自我分化水準與個體運作功能（王鑾襄、賈紅鶯，2013）。是故本研究蒐集資料以野戰基層單位官兵為研究對象，為求取樣之標準性、便利性、問卷回收可用性及代表性，故採取集羣取樣方式針對全田野戰單位之陸戰隊志願士官兵發放問卷施測，抽樣人數分配如表 3-2-1 所示：

表 3-2-1 研究參與者統計彙整表

地區	單位	單位性質	單位	人數
			步四連、步五連	
		戰鬥單位	步六連、步七連	250
北部	陸戰 66 旅		步八連、步九連	
			步二營支援連	
		戰鬥支援單位	步三營支援連	100

（續下頁）

		旅部連	
		步四連、步五連	
	戰鬥單位	步六連、步七連	250
		步八連、步九連	
南部	陸戰 99 旅	步二營支援連	
	戰鬥支援單位	步三營支援連	100
		旅部連	

資料來源：研究者自行整理

第三節 研究工具

本研究主要透過問卷調查法實施，研究者根據研究目的、文獻探討及個人實務經驗整理出研究架構，再將架構中各變項進行操作化定義，參考國內部分學者相關問卷後而自行編製問卷作為研究工具，問卷主要內容分為四部分，包括「基本資料」、「自我分化量表」、「生活適應量表」及「人際關係量表」等四個部分。本研究所使用之各量表均採用 Likert 五點量表的計分方式，依受試者對每一問題的感受，在五點量表中選與自己看法最相近的選項，得分 5 代表「完全符合」，得分 4 代表「大部分符合」，得分 3 代表「尚可」，得分 2 代表「少部分符合」，得分 1 代表「完全不符合」。

在問卷設計完成後，為使問卷內容及語句能符合研究目的，除與指導教授進行討論外，並於問卷正式施測前與 3 名曾歷練一年以上部隊基層心輔幹部針對問卷題目之題意進行表面效度檢測，針對題意不清及填答格式完成修訂；另為使施測工具更加符合研究目的，選擇海軍陸戰隊六六旅步二營步六連（戰鬥單位）為及海軍陸戰隊六六旅步二營支援連（戰鬥支援單位）共計 50 位志願役士官兵實問題卷預試，以確認量表題目堪用程度，並針對量表的內容進行修改刪減，以提升問卷信、效度，以下針對信、效度分析情形進行說明。

壹、自我分化量表

一、問卷編制

本研究使用之自我分化量表，主要測量個人理智與情緒之反應程度，係屬內在層面之自我分化，參考馬承逸（2011）修訂自修慧蘭（2009）情緒分化量表及劉紀谷（2007）的自我分化量表編製而成大學生自我分化量表，是以個人觀點自我分化為其編製基礎，並將語句修改符合國軍官兵使用之語意及配合本研究的需要予以刪減題型，而整理歸納修編成「自我分化量表」之研究調查問卷共計 20 題，其中 10 題為反向題，在計算分數時進行反向計分，亦即研究參與者在該量表的總得分越高，表示個人自我分化程度越好；反之，得分越低，則在自我分化程度越低。

二、項目分析

為了掌握測量的穩定性，本研究參考邱皓政（2010）著「量化研究與統計分析」利用遺漏值檢驗、平均數、標準差、偏態、極端組比較及同質性檢驗進行項目分析，其中檢測標準以遺漏值大於 3.5%、平均數未介於 4.99 至 2.34、標準差小於 .75、偏態接近 1 或 -1、極端檢定之顯著值大於 .05 及同質性檢驗之相關係數小於 .3 之題型屬未達標準題型，且具三項以上未達檢驗標準之題目予以刪除題目，以提升量表信度。從預試樣本進行項目分析結果顯示(如附錄三)，自我分化量表題號 9 經檢驗偏態及極端檢定等兩項檢測項目未達標準，但其相關性仍達 .346（接近檢測標準 .3），故將該題予以保留。

三、信度及效度分析

本次預試問卷回收樣本經項目分析檢驗刪題後，共計 20 題，其中 10 題為反向題，並採用 Cronbach's α 係數測量，各層面所測得信度值分別為：我位置 .935、情緒主導 .873、受他人影響 .966、理智為主 .957，總量表所得信度值為 .966，可看出本量表具有高度信度；另因考量預試問卷之樣本數少於 100，因素分析的結果可能不具代表性，因此研究者將於正式問卷收回後再檢驗效度。

四、正式問卷之因素分析及效度

本研究於 2017 年 11 月 20 日至 2018 年 1 月 20 日止，共計 61 天時間蒐集問卷共寄發 700 份，回收 680 份，回收率達 97%，其中無效問卷為 29 份，有效問卷 651 份，有效回收率為 96%。

(一) 因素分析

經過因素分析測量其構面下之建構效度，本量表 KMO 球形檢定值為 0.903，且顯著性達.000，並藉主成分分析法，以最大變異法作為因素分析，檢驗本量表的效度，四個共同因素分別解釋 36.67%、21.05%、8.64%、6.01%的變異數變異量，解釋總變異量為 72.37%，並採用旋轉後成分矩陣進行分析後(如附錄三)，考量陡坡圖及題目代表性後歸類分別為：「我位置」為 1、2、3、4、5 等 5 題組成；「情緒主導」為 6、7、8、9、10 等 5 題組成；「受他人影響」為 11、12、13、14、15 等 5 題組成；「理智為主」由 16、17、18、19、20 題所組成。

(二) 信度分析

自我分化量表藉由 Cronbach' s α 檢驗量表各向度之信度。正式問卷回收樣本，採用 Cronbach' s α 係數測量，各層面所測得信度值分別為：我位置.874、情緒主導.869、受他人影響.925、理智為主.922，總量表所得信度值為.803，據此可知本量表具高度信度。

貳、生活適應量表

一、問卷編制

「生活適應量表」參考沈詠樺(2016)修訂自「人際、思考、情緒、行為量表」(柯永河, 2001)及卓淑玲、邱發忠(1999)等國內學者所設計之「身心狀況評量表(士官兵版)」而成的陸戰隊志願役士兵生活適應量表，並加以統整修訂，及依據其他文獻資料，自行設計題目使其更符合本研究目的而成，共計 18 題，其中第 8 及 12 題因語意恐造成誤解，經專家表現效度檢驗後予以刪除題型，本量表共計 16 題，其中 9 題為反向題在計算採反向計分，亦即研究參與者在該量表的總得分

越高，表示其在軍中生活適應越好；反之，得分越低，則在軍中生活適應越差。

二、項目分析

為了掌握測量的穩定性，本研究參考邱皓政（2010）著「量化研究與統計分析」利用遺漏值檢驗、平均數、標準差、偏態、極端組比較及同質性檢驗進行項目分析，其中檢測標準以遺漏值大於 3.5%、平均數未介於 5 至 2.49、標準差小於.75、偏態接近 1 或-1、極端檢定之顯著值大於.05 及同質性檢驗之相關係數小於.3 之題型屬未達標準題型，且具三項以上未達檢驗標準之題目予以刪除題目，以提升量表信度。從預試樣本進行項目分析結果顯示(如附錄三)，生活適應量表題型經檢驗後，僅題號 3、4、5、6、13、14 及 15 等 7 題之偏態偏高，但均未符合三項以上未達檢測標準之題型，故本量表經檢驗後不予以刪題。

三、信度及效度分析

本次預試問卷回收樣本經項目分析檢驗後，共計採用 Cronbach' s α 係數測量，各層面所測得信度值分別為：身心感受.946、單位管理.908、壓力反應.965、自我調適.942，總量表所得信度值為.974，顯示看出本量表具有高度信度；另因考量預試問卷之樣本數少於 100，因素分析的結果可能不具代表性，因此研究者將於正式問卷收回後再檢驗效度。

四、正式問卷之因素分析及信度

本研究於 2017 年 11 月 20 日至 2018 年 1 月 20 日止，共計 61 天時間蒐集問卷共寄發 700 份，回收 680 份，回收率達 97%，其中無效問卷為 29 份，有效問卷 651 份，有效回收率為 96%。

(一) 因素分析

經過因素分析測量其構面下之建構效度，本量表 KMO 球型檢定值為 0.922，且顯著性為.000，數據顯示適合進行因素分析。因此藉主成分分析法，以最大變異法作為因素分析，檢驗本量表的效度，考量陡坡圖及題目代表性後，由原本四個共同因素更改為兩個共同因素，分別解釋 41.33%、23.36%的變異數變異量，解釋總

變異量為 64.69%，並採用旋轉後成分矩陣進行分析後(如附錄三)，歸類分別為：「身心反應」為 1、2、3、4、5、6、11、12、13 等 9 題組成；「外在環境」為 7、8、9、10、14、15、16 等 7 題組成。

(二) 信度分析

修正後的自我分化量表藉由 Cronbach' s α 檢驗量表各向度之信度。正式問卷回收樣本，採用 Cronbach' s α 係數測量，各層面所測得信度值分別為：「身心反應」層面為.955、「外在環境」層面為.796，總量表所得信度值為.905，據此可知本量表具高度信度。

參、人際關係量表

一、問卷編制

本量表乃參考蔣治邦（2009）修訂張閔樹（2006）所設計「人際關係量表」，並將語句修改符合研究對象使用之語意及配合本研究的需要予以刪減題型，而整理歸納修編成「人際關係量表」之研究調查問卷共計 21 題，其中 9 題為反向題，在計算分數時進行反向計分，亦即，受試者在該量表的總得分越高，表示其在軍中人際關係越好；反之，得分越低，則在軍中人際關係越差。

二、項目分析

為了掌握測量的穩定性，本研究參考邱皓政（2010）著「量化研究與統計分析」利用遺漏值檢驗、平均數、標準差、偏態、極端組比較及同質性檢驗進行項目分析，其中檢測標準以遺漏值大於 3.5%、平均數未介於 5 至 2.43、標準差小於.75、偏態接近 1 或-1、極端檢定之顯著值大於.05 及同質性檢驗之相關係數小於.3 之題型屬未達標準題型，且具三項以上未達檢驗標準之題目予以刪除題目，以提升量表信度。從預試樣本進行項目分析結果顯示(如附錄三)，人際適應量表題號 3、4、5、6、7、8、9、10、12、13、14、18、19、20 及 21 題等 15 題偏態均未達標準，但其餘檢測項目均符合標準值，故不予以刪除題目。

三、信度及效度分析

本次預試問卷回收樣本經項目分析檢驗刪題後，採用 Cronbach' s α 係數測量，各層面所測得信度值分別為：人際焦慮.932、受歡迎程度.959、正向人際.972、負向人際.980，總量表所得信度值為.978，顯示本量表具高度信度；另因考量預試問卷之樣本數少於 100，因素分析的結果可能不具代表性，因此研究者將於正式問卷收回後再檢驗效度。

四、正式問卷之因素分析及信度

本研究於 2017 年 11 月 20 日至 2018 年 1 月 20 日止，共計 61 天時間蒐集問卷共寄發 700 份，回收 680 份，回收率達 97%，其中無效問卷為 29 份，有效問卷 651 份，有效回收率為 96%。

(一) 因素分析

經過因素分析測量其構面下之建構效度，本量表 KMO 球型檢定值為 0.943，且顯著性達.000，顯示資料適合進行因素分析，檢驗本量表的效度，考量陡坡圖及題目代表性後，由原本四個因素更改為三個共同因素，分別解釋 34.61%、33.19%、5.89%的變異數變異量，解釋總變異量為 73.69%，並採用旋轉後成分矩陣進行分析後(如附錄三)，歸類及命名分別為：「正向人際」為 5、6、7、8、9、10、11、12、13、14、15、16 等 12 題組成；「負向人際」由 17、18、19、20、21 題等 5 題所組成；「人際焦慮」為 1、2、3、4 等 4 題組成。

(二) 信度分析

修正後的自我分化量表藉由 Cronbach' s α 檢驗量表各向度之信度。正式問卷回收樣本，採用 Cronbach' s α 係數測量，各層面所測得信度值分別為：正向人際.907、負向人際.975、人際焦慮.937，總量表所得信度值為.908，據此可知本量表具高度信度。

肆、量表修正後個變項重新定義

根據因素分析結果，研究者針對研究各變項的構面及其意義實施修正，並重新繪製本研究之研究架構圖，如圖 3-3-1。

一、自我分化中的四個變項

(一)我位置：個體處於壓力或非壓力情境中，仍能自在表達自己想法。

(二)情緒主導：個體容易受到情緒的影響。

(三)受他人影響：個體與人相處時特別敏感他人的行為，而產生情緒起伏。

(四)理智為主：個體由理智系統控制，較具備思考及邏輯推理能力。

二、生活適應的兩個變項

(一)身心反應：個體內心所承受的感覺、知覺，以及個體在單位所感受到壓力程度。

(二)外在環境：個體對於單位運作模式能接受的程度，以及個體面臨壓力狀態時之因應策略。

三、人際關係的三個變項

(一)正向人際關係：個體與人互動正面的感受程度。

(二)負向人際關係：個體與人互動感到負面的程度。

(三)人際焦慮：個體與人互動感到恐懼或憂慮的程度。



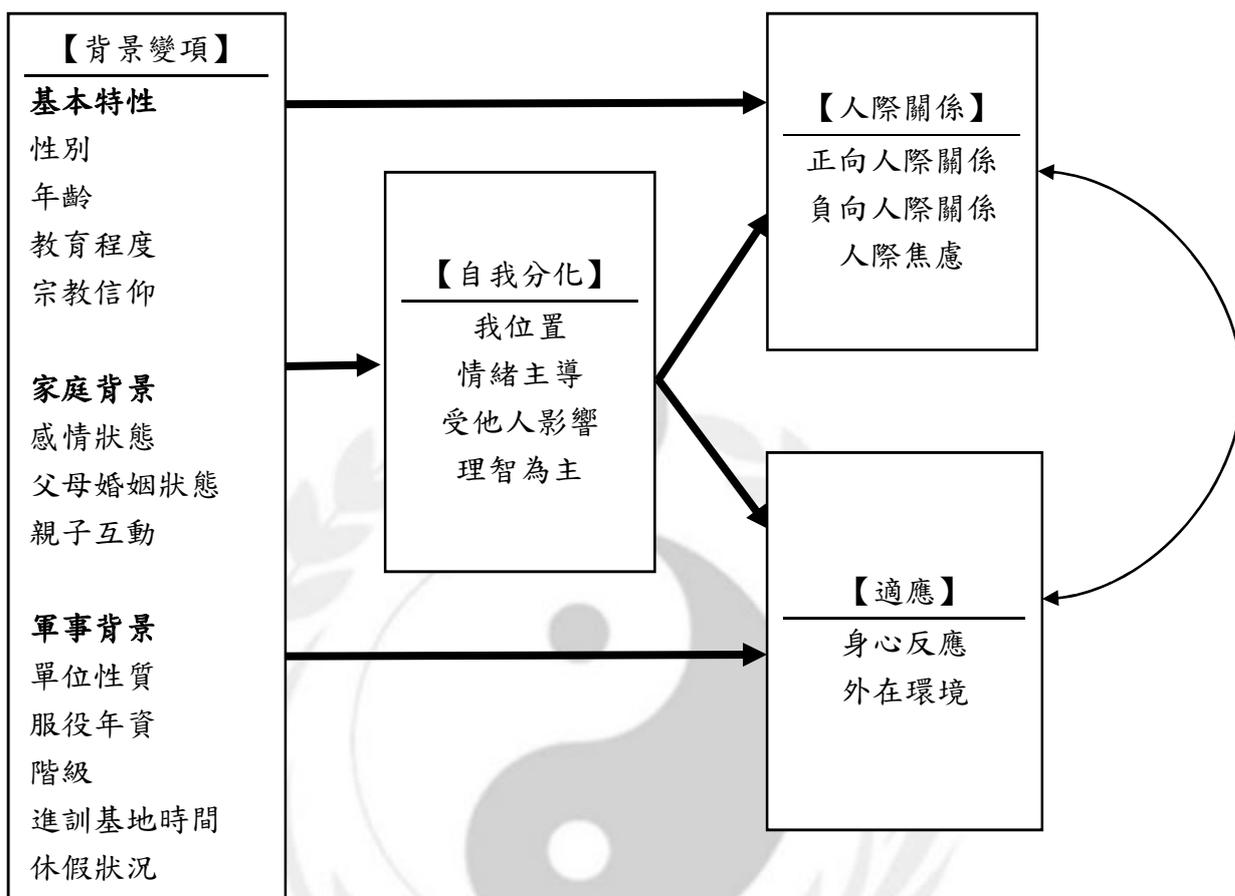


圖 3-3-1 研究架構圖（修正後）

註：弧形箭頭表示相關性；線性箭頭表示因果方向。

第四節 研究分析及研究程序

壹、研究分析

一、描述性統計分析：

運用次數分配、百分比、平均數與標準差來描述研究參與者的基本特性、自我分化程度、活適應程度及人際關係等各分變項資料，以瞭解樣本整體的分布情形。

二、T 檢定及單因子變異數分析：

T 檢定用來檢視二分類別變項的平均數之間有無顯著差異；單因子變異數用以

比較一類別中，三組合以上不同樣本間之平均數有無顯著差異。若 f 值達.05 有顯著差異存在，再進一步採用雪非法 (Scheffe method) 進行事後檢定，以檢驗各組平均數之間的差異顯著性。本研究將採上述兩種分析方式探討背景變項 (基本特性、家庭背景及軍事背景) 在「自我分化」、「生活適應」、「人際關係」間是否有顯著差異，以說明研究假設一。

三、相關分析

本研究以 Pearson 積差相關分析，驗證陸戰隊士官兵自我分化變項及其分變項、生活適應變項及其分變項與人際關係變項及其分變項是否具有相關性，以驗證本研究假設二、三及四。

四、線性迴歸分析 (Multiple regression analysis)

迴歸分析係利用變項間的線性關聯強度來進行解釋與預測的作用。本研究主要目的在解釋與預測陸戰隊士官兵自我分化程度對生活適應、人際關係的影響情形，故以強迫輸入法迴歸分析法找出陸戰隊士官兵基本資料、自我分化程度等自變項中對於生活適應、人際關係有高度相關因素，探討其對生活適應、人際關係的預測力，找出影響生活適應、人際關係的重要因素，以驗證研究假設五、六。

貳、研究程序

本研究經徵得海軍陸戰隊指揮部心理衛生中心同意後，始由研究者自行前往相關單位實施測驗，過程中由單位心輔官選擇適當時機邀請研究參與者於安靜不受打擾之禮堂或餐廳進行集體施測。測驗一開始告知參與者這是一份關於自我分化對部隊人際關係及適應的研究及說明此問卷題數有 57 題，本次問卷作答時間約 15 分鐘並採取不具名方式作答及相關保密原則，研究結果僅供學術研究之用。

第四章 研究結果與分析

本研究係以目前服務於海軍陸戰隊聯兵旅單位之志願役士官及士兵為研究樣本，進行問卷調查。研究中共計發放 700 份，回收 680 份，扣除 29 份答題一致性過高之問卷，有效問卷為 651 份納入統計分析。

本章根據所蒐集之問卷資料，運用 SPSS 進行統計分析，並依據所提之研究問題，將研究結果區分五個部分，分述如下：

- 一、陸戰隊聯兵旅士官兵不同背景變項，包含基本特性、家庭背景及軍事背景等分布情形之描述。
- 二、陸戰隊聯兵旅士官兵自我分化程度、生活適應及人際關係量表分部情形之描述。
- 三、陸戰隊聯兵旅士官兵不同背景變項在自我分化程度、生活適應及人際關係上差異之分析。
- 四、陸戰隊聯兵旅士官兵不同背景變項之自我分化程度與生活適應及人際關係個構面間之相關分析。
- 五、陸戰隊聯兵旅士官兵不同背景變項之自我分化程度與生活適應及人際關係各構面之回歸分析。

第一節 陸戰隊聯兵旅士官兵基本特性描述

本節將針對參與本研究調查之 651 位陸戰隊聯兵旅士官兵之基本特性、家庭背景及軍事背景等 12 個變項，進行平均數、百分比、標準差等描述性統計方法，以了解研究樣本之人口在不同背景變項之分布情形。

壹、陸戰隊聯兵旅士官兵個人基本資料描述統計

本研究個人基本資料變項包含：性別、年齡、教育程度及宗教信仰等四項，經統計分析各變項分布狀況如下表 4-1-1。

表 4-1-1 陸戰隊士官兵基本資料之次數分配與百分比統計表 (N=651)

變項	類別	次數	百分比%	說明
性別	男性	574	88.2	
	女性	77	11.8	
年齡	20 歲 (含) 以下	197	30.3	
	21-25 歲	318	48.8	
	26-30 歲	90	13.8	
	31-35 歲	38	5.8	
	36-40 歲	8	1.2	
教育程度	國中 (含) 以下	47	7.2	
	高中職	385	59.1	
	大學 (含專科)	216	33.1	
	研究所以上	3	0.5	
宗教信仰	佛教	143	22.0	
	道教	197	30.3	
	回教	9	1.4	
	基督教	115	17.7	
	天主教	41	6.3	
	其他	146	22.4	

資料來源：研究者自行整理

由表 4-1-1 可得知，參與研究 651 位陸戰隊士官兵中，男性有 574 人 (88.2%)，佔所有參與者近九成，女性有 77 人 (11.8%)，約一成，女性官兵人口比例略低於自由時報 2017 年報導國防部所公布女性官兵比例 (占志願役現員數的 13.6%)。

年齡分布以 25 歲 (含) 以下共計 515 人，佔全部研究參與者 79.1%，並以 36

歲（含）以上僅 8 位（1.2%）為最少。由數據可知，陸戰隊聯兵旅士官兵人口比例隨年齡增加人口比例越少，可得知陸戰隊聯兵旅士官兵組成有年輕化趨勢。

教育程度以高中職 385 人，佔 59.1% 為最多；大學（含專科）216 人次，33.1% 次之；以研究所（含以上）僅 3 人次，佔 0.5% 為最少。由上述數據可知，本研究參與者主要以高中職及大學（含專科）學歷為主，佔全部研究參與者 92.9%。

宗教信仰以道教 143 人次（佔 30.3%）為最多；其他（無神論）146 人次（佔 22.4%）次之；佛教 143 人次（佔 22.0%）再次之。由上述數據可知，本研究參與者宗教信仰以道教及佛教為最多，與普遍台灣社會宗教普世價值相似，但也可察覺研究參與者因趨年輕化，無特定宗教信仰人數比例也趨高。

貳、陸戰隊聯兵旅士官兵家庭背景描述統計

本研究個人家庭背景變項包含：個人感情狀況、父母婚姻關係及與原生家庭互動關係等三項，經統計分析各變項分布狀況如下表 4-1-2。

表 4-1-2 陸戰隊士官兵家庭背景之次數分配與百分比統計表（N=651）

變項	類別	次數	百分比%	說明
個人感情狀況	未婚單身	349	53.6	
	未婚有交往對象	242	37.2	
	已婚	59	9.1	
	其他	1	0.2	
父母婚姻關係	結婚並同居	409	62.8	
	分居	43	6.6	
	離婚	144	22.1	
	其他	55	8.4	
與原生家庭	融洽	437	67.1	

（續下頁）

互動關係	普通	183	28.1
	不融洽	27	4.1
	其他	4	0.6

資料來源：研究者自行整理

由表 4-1-2 可得知，本研究參與者在個人感情狀況分布情形，以未婚單身 349 人次（佔 53.6%）為最多，未婚有交往對象 242 人次（37.2%）次之，已婚 59 人次（9.1%）再次之，其他 1 人次（0.2%）為最少。由此可見，研究參與者以未婚人員佔大多數（90.8%）。

在父母婚姻關係方面，研究參與者父母結婚並同居 409 人次（62.8%）為最多，父母離婚 144 人次（22.1%）次之，其他 55 人次（8.4%）再次之，父母分居 43 人次（6.6%）為最少。

與原生家庭互動分布，研究參與者 437 人次（67.1%）均與原生家庭互動融洽，佔整體研究參與者大多數，與原生家庭互動程度普通 183 人次（28.1%），與原生家庭不融洽 27 人次（4.1%），其他 4 人次（0.6%）。由此可知，近七成研究參與者與原生家庭互動融洽，僅少部分人員與原生家庭互動不佳。

參、陸戰隊聯兵旅士官兵軍事背景描述統計

本研究軍事背景變項包含：單位性質、階級、到部時間、休假狀況及與單位即將進訓基地時間等五項，經統計分析各變項分布狀況如下表 4-1-3。

表 4-1-3 陸戰隊士官兵軍事背景之次數分配與百分比統計表（N=651）

變項	類別	次數	百分比%	說明
單位性質	戰鬥部隊	406	62.4	
	戰鬥支援部隊	198	30.4	
	勤務支援部隊	47	7.2	

（續下頁）

階級	二兵	189	29.0
	一兵	117	18.0
	上兵	138	21.2
	下士	52	8.0
	中士	93	14.3
	上士	41	6.3
	士官長	21	3.2
到部時間	未滿三個月	199	30.6
	4-12 個月	81	12.4
	1-3 年	237	36.4
	4 年（含）以上	134	20.6
休假是否正常	是	622	95.5
	否	24	3.7
	其他	5	0.8
單位即將進訓 基地時間	未滿一個月	58	8.9
	1-3 個月	170	26.1
	4-6 個月	101	15.5
	7 個月以上	173	26.6
	不知道	149	22.9

資料來源：研究者自行整理

由表 4-1-3 得知，研究參與者有 406 人(62.4%)於戰鬥部隊服役，198 人(30.4%)服役於戰鬥支援單位，其餘 47 人(7.2%)服役於勤務支援部隊，由上述數據可知，研究參與者有超過半數於戰鬥部隊服務，三成人員服務於戰鬥支援部隊，勤務支援部隊人員僅佔少數。

研究參與者階級分布狀況，二兵 189 人（29%）最多，上兵 138 人（21.2%）次之，一兵 138 人（21.2%）再次之，以士官長 21 人（3.2%）為最少。由本研究階級分布狀況，可發現士兵比例佔 7 成，士官比例僅佔 3 成，且上士以上階級人數為最少。

到部時間方面，到部 1-3 年 237 人（36.4%）為最多，到部未滿三個月 199 人（30.6%）次之，到部 4 年（含）以上 134 人（20.6%）再次之，到部 4-12 個月 81 人（12.4%）為最少。

休假情形方面，休假正常者 622 人次（95.5%）佔絕大多數為最多，休假不正常者僅 24 人次（3.7%），其他則 5 人次（0.8%）。從數據可看出，研究參與者普遍休假正常均正常，僅少部分人員休假狀況不正常。

單位即將進訓基地時間，未滿一個月即將進訓基地人員 58 人（8.9%），1-3 個月將進訓基地人員 170 員（26.1%），4-6 個月將進訓基地人員 101 人（15.5%），尚有 7 個月以上將進訓基地人員 173 人（26.6%），不知道何時將進訓基地人員 149 人（22.9%）。從數據可發現，研究參與者於半年內將進訓基地人員共計 329 人次，佔一半以上。

第二節 陸戰隊聯兵旅士官兵自我分化、生活適應與人際關係之描述

本節旨在探討陸戰隊聯兵旅級士官兵之「自我分化」、「生活適應」與「人際關係」等三個量表進行描述性統計分析，三個量表設計均採李克氏五點量尺（Likert 5-point scale）計算，以下分別就三個量表之測量結果做一描述。

壹、陸戰隊聯兵旅士官兵的自我分化程度現況

本研究中，自我分化程度的構面包括：我位置、情緒主導、受他人影響及理智為主等四個分量表，其中情緒主導（6-10 題）及受他人影響（11-15 題）分量表均屬反向題，均採反向陳述及計分，總分越高表示士官兵自我分化程度越高。

由表 4-2-1 可得知，自我分化量表之四個構面，以「情緒主導」平均數均為 3.68

均為分數最高，構面標準差為 0.76，其中七成一左右研究參與者「能以理性的方式與父母相處」，且該題平均數達 4.08 為最高。而題目「希望自己能理智看待事情」，平均數為 3.31 為最低；另以「受他人影響」構面為最低，平均分數為 3.50，標準差為 0.87，其中近五成七參與者於「當別人對我不滿時，我能坦然以對」，該題平均數達 3.67 為最高，其中題目「我不會因一些事情而導致心情起伏不定」平均數均 3.46 為最低。

「我位置」構面平均數為 3.53，標準差為 0.80。其中近五成八研究參與者「我能接受自己的思考與行為模式」，在該題平均數 3.72 為最高；而題目「我不會去管別人怎麼說，我會去做自己認為是對的事情。」，平均數 3.26 為最低。

表 4-2-1 陸戰隊聯兵旅士官兵自我分化程度次數分配與百分比統計表 (N=651)

構面一：我位置	標準差=0.80 標準化平均數=3.53					
1.我不會去管別人怎麼說，我會去做自己認為是對的事情。	22 3.4%	117 18.0%	261 40.1%	173 26.6%	78 12.0%	3.26 (0.99)
2.無論發生了什麼事，我不會失去做「自己」的感覺。	17 2.6%	73 11.2%	241 37.0%	208 32.0%	112 17.2%	3.50 (0.98)
3.面臨壓力時，我清楚知道自己的感受及信念。	14 2.2%	57 8.8%	222 34.1%	226 34.7%	132 20.3%	3.62 (0.97)
4.我不會為了討好他人而改變自己的行為。	15 2.3%	70 10.8%	226 34.7%	207 31.8%	133 20.4%	3.57 (1.00)
5.我能接受自己的思考與行為為模式。	14 2.2%	45 6.9%	211 32.4%	221 33.9%	160 24.6%	3.72 (0.98)

(續下頁)

構面二：情緒主導		標準差=0.76 標準化平均數=3.68				
6.周遭的人都認為我是一個比較理智的人。	18	54	243	196	140	3.59 (1.002)
7.處在危機時，我能理性處置。	11	48	210	218	164	3.73 (0.975)
8.長期的壓力之下，我能理智處置事情。	8	52	215	221	150	3.71 (0.957)
9.希望自己能理智看待事情。	55	79	249	146	122	3.31 (1.158)
10.我能以理性的方式與父母相處。	5	29	152	186	279	4.08 (0.951)
構面三：受他人影響		標準差=0.87 標準化平均數=3.50				
11.當別人對我不滿時，我能坦然以對。	10	64	202	228	147	3.67 (0.981)
12.我對別人的批評不以為意。	17	95	232	186	121	3.46 (1.035)
13.對別人傷害，不容易影響我的情緒。	18	87	247	176	123	3.46 (1.030)
14.跟別人發生爭執時，我不放在心上。	25	81	230	198	117	3.46 (1.044)
15.我不會因一些事情而導致心情起伏不定。	14	91	242	192	112	3.46 (1.001)

(續下頁)

構面四：理智為主	標準差=0.79 標準化平均數=3.53					
16.在親密關係中，我仍然能夠做自己。	8	54	282	196	111	3.53 (0.911)
17.親密關係中我能清楚區分感情和責任。	8	37	237	226	143	3.71 (0.914)
18.在面臨壓力時，我可以保持冷靜。	10	64	277	195	106	3.51 (0.930)
19.在面臨壓力時，我能保持穩定。	9	64	277	195	106	3.50 (0.925)
20.在大部分的情形中，我所做出的決斷，不會被情緒所左右。	9	65	294	194	89	3.44 (0.897)
自我分化量表整體平均數	標準化平均數 3.56					

貳、陸戰隊聯兵旅士官兵的生活適應程度現況

本研究中，生活適應的構面包括：身心反應及外在環境為主等兩個分量表，其中身心反應分量表（1、2、3、4、5、6、11、12、13 題）均屬反向題，均採反向陳述及計分，總分越高表示士官兵適應程度越高。

由表 4-2-2 可得知，生活適應量表之兩個構面，以「身心反應」平均數為 4.01 為分數最高，其標準差為 0.73。且在身心反應構面，可發現高達八成三的研究參與者「面對長官給的壓力，不曾想過要自我傷害」，該題平均數 4.49 為最高。七成七的參與者「我不因為想家，而在軍中能夠專心服役」，該題平均數為 4.25 為第二高；另參與者對於「對於軍中的過多限制，我不會感到不舒服」，在該題平均數為 3.73 為最低。參與者在「我的睡眠品質很好」題目上，平均數為 3.73 為次低。

另「外在環境」構面上，平均數為 3.44，標準差為 0.80。其中五成一研究參與者「覺得部隊訓練讓人成長」，平均數為 3.59 為最高。在「當我有困難向幹部報告

時,會得到協助或回應」題目上,平均數為 3.54 為次高;另僅三成二參與者在「單位考核機制讓我感到公平滿意」題目上感到滿意,平均數為 3.18 為最低。題目「我覺得幹部與學長的領導統馭是可以接受的」平均數為 3.36 為次低。

表 4-2-2 陸戰隊聯兵旅士官兵生活適應程度次數分配與百分比統計表 (N=651)

題目	完全 不符合	少部分符 合	尚可	大部分符 合	完全 符合	均數 (標準差)
	次數%	次數%	次數%	次數%	次數%	
構面一：身心反應	標準差=0.73 標準化平均數=4.01					
1.我的睡眠品質很好。	13 2.0%	58 8.9%	197 30.3%	200 30.7%	183 28.1%	3.74 (1.02)
2.我覺得在軍中做什麼事都 很快樂。	8 1.2%	36 5.5%	165 25.3%	242 37.2%	200 30.7%	3.91 (0.941)
3.對於軍中的過多限制,我不 會感到不舒服	24 3.7%	43 6.6%	186 28.6%	225 34.6%	173 26.6%	3.74 (1.039)
4.我常感覺放鬆。	12 1.8%	38 5.8%	169 26.0%	243 37.3%	189 29.0%	3.86 (0.965)
5.我常常覺得心情愉悅。	13 2.0%	42 6.5%	168 25.8%	223 34.3%	205 31.5%	3.87 (0.997)
6.我覺得自己在軍中是不孤 單的。	12 1.8%	21 3.2%	148 22.7%	169 16.0%	301 46.2%	4.12 (0.986)
11.我不會用盡任何方法讓自 己能離開部隊。	13 2.0%	24 3.7%	129 19.8%	133 20.4%	352 54.1%	4.21 (1.012)

(續下頁)

12.面對長官給我的壓力，我 不曾想過要自我傷害。	3	20	86	91	451	4.49 (0.869)
13.我不因為想家，而在軍中 能夠專心服役。	4	31	109	162	345	4.25 (0.939)
構面二：外在環境 標準差=0.80 標準化平均數=3.44						
7.與同僚間的相處融洽讓我 感到滿意。	21	84	226	187	133	3.50 (1.05)
8.我覺得幹部與學長的領導 統馭是可以接受的。	23	94	253	185	96	3.36 (1.01)
9.單位考核機制讓我感到公 平滿意。	34	97	306	147	67	3.18 (0.98)
10.當我有困難向幹部報告 時,會得到協助或回應。	13	70	247	197	124	3.54 (0.98)
14.我習慣部隊的生活作息。	30	69	262	153	137	3.46 (1.07)
15.幹部交付給我的任務，會 給予我高度的信任與支持。	10	69	297	173	102	3.44 (0.93)
16.我覺得部隊訓練讓我成 長。	17	79	221	168	166	3.59 (1.07)
生活適應量表整體平均數 標準化平均數 3.76						

參、陸戰隊聯兵旅士官兵的人際關係程度現況

本研究中，生活適應的構面包括：人際焦慮、正向人際及負向人際等三個分量表，其中人際焦慮分量表（1、2、3、4題）及負向人際（17、18、19、20、21題）等9題均屬反向題，採反向陳述及計分，總分越高表示士官兵人際關係越良好。

由表 4-2-3 可知，人際關係量表之三個構面，以「負向人際」平均數為 4.26 為分數最高，其標準差為 0.81。且在「負向人際」構面，可發現高達八成二的研究參與者「覺得不常受到連上弟兄的欺負」，該題平均數 4.44 為最高；另參與者對於「我覺得自己不常與連上弟兄吵架」，在該題平均數為 4.18 為最低。

「人際焦慮」構面上，平均數為 4.00，標準差 0.84，近七成五參與者「不害怕連上學長」，該題平均數 4.16 為該構面之最高；另參與者對於「不怕得罪連上其他弟兄」，該題平均數 3.75 為該構面之最低。

而在「正向人際」構面上，平均數為 3.36，標準差為 0.76。近五成參與者「覺得自己和連上弟兄能保持良好的關係」，平均數 3.58 為該構面之最高；另研究參與者「當連上弟兄有困難時，喜歡找我幫忙」，在該題目平均數僅 3.02 為該構面之最低。

表 4-2-3 陸戰隊聯兵旅士官兵人際關係程度次數分配與百分比統計表 (N=651)

題目	完全 不符合	少部分符 合	尚可	大部分符 合	完全 符合	均數 (標準差)
	次數%	次數%	次數%	次數%	次數%	
構面一：人際焦慮 標準差=0.84 標準化平均數=4.00						
1.我不怕得罪連上其他弟兄。	20 3.1%	55 8.4%	179 27.5%	210 32.3%	187 28.7%	3.75 (1.057)
2.對於不熟悉的連上弟兄，我 不會逃避他們。	6 0.9%	18 2.8%	176 27.0%	189 29.0%	262 40.2%	4.05 (0.930)
3.我不害怕連上學長。	8 1.2%	18 2.8%	138 21.2%	182 28.0%	305 46.9%	4.46 (0.936)
4.我不害怕連上弟兄會嘲笑 我的行為。	6 0.9%	36 5.5%	149 22.9%	179 27.5%	281 43.2%	4.06 (0.981)

(續下頁)

構面二：正向人際		標準差=0.76 標準化平均數=3.36				
5.當連上弟兄有困難時，喜歡 找我幫忙。	39 6.0%	131 20.1%	313 48.1%	113 17.4%	55 8.4%	3.02 (0.976)
6.我覺得連上弟兄重視我。	26 4.0%	95 14.6%	344 52.8%	128 19.7%	58 8.9%	3.15 (0.915)
7.我覺得自己和連上弟兄相 處很好。	8 1.2%	68 10.4%	308 47.3%	176 27.0%	91 14.0%	3.42 (0.898)
8.我覺得自己積極主動和連 上弟兄交往。	19 2.9%	86 13.2%	299 45.9%	163 25.0%	84 12.9%	3.32 (0.957)
9.我覺得自己在軍中人緣很 好。	13 2.0%	95 14.6%	348 53.5%	140 21.5%	55 8.4%	3.20 (0.861)
10.當我需要幫忙並提出需求 時，連上弟兄會幫助我。	10 1.5%	66 10.1%	294 45.2%	189 29.0%	92 14.1%	3.44 (0.908)
11.我和連上弟兄常互開玩 笑。	9 1.4%	63 9.7%	276 42.4%	186 28.6%	117 18.0%	3.52 0.94
12.連上弟兄會主動與我分享 他的感覺以及想法。	12 1.8%	70 10.8%	299 45.9%	179 27.5%	91 14.0%	3.41 0.92
13.我覺得連上弟兄都喜歡 我。	15 2.3%	105 16.1%	349 53.6%	126 19.4%	56 8.6%	3.16 0.87
14.我覺得自己對待連上弟兄 友善親切。	8 1.2%	54 8.3%	298 45.8%	190 29.2%	101 15.5%	3.49 0.89
15.我喜歡和連上弟兄一起出 公差勤務。	7 1.1%	55 8.4%	281 43.2%	194 29.8%	114 17.5%	3.54 0.91

(續下頁)

16.我覺得自己和連上弟兄能	12	42	282	184	131	3.58
保持良好的關係。	1.8%	6.5%	43.3%	28.3%	20.1%	0.94
構面三：負向人際		標準差=0.81 標準化平均數=4.26				
17.我覺得自己不常與連上弟	9	25	110	203	304	4.18
兄吵架。	1.4%	3.8%	16.9%	31.2%	46.7%	(0.940)
18.我覺得自己與連上弟兄交	5	23	131	182	310	4.18
往順利。	0.8%	3.5%	20.1%	28.0%	47.6%	(0.925)
19.我覺得自己不常對連上弟	5	27	108	177	334	4.24
兄發脾氣。	0.8%	4.1%	16.6%	27.2%	51.3%	(0.926)
20.我覺得連上弟兄不常找我	6	20	115	149	361	4.29
麻煩。	0.9%	3.1%	17.7%	22.9%	55.5%	(0.925)
21.我覺得不常受到連上弟兄	4	16	95	110	426	4.44
的欺負。	0.6%	2.5%	14.6%	16.9%	65.4%	(0.872)
人際關係量表整體平均數		標準化平均數 3.69				

第三節 陸戰隊聯兵旅士官兵自我分化、生活適應與人際關係之差異分析

本節將以 t 檢定與單因子變異數分析方法，分別瞭解不同「背景變項」特性在「自我分化」、「生活適應」與「人際關係」程度之間的差異性分析。

壹、「背景變項」與「自我分化」之差異分析

為瞭解陸戰隊聯兵旅士官兵背景變項在自我分化程度總量表及各構面上是否有差異產生，因此針對背景變項中的基本特性、家庭背景及軍事背景，屬於類別變項者，分別進行平均數之差異性分析，其中類別因子僅 2 項者，進行 t 檢定，類別因子為 3 項或以上者進行單因子變異數分析，並採用 Scheffe 事後檢定，分析結果如下：

由表 4-3-1 結果發現：在不同性別下，自我分化程度總量表及各構面均無顯著差異存在；另外在休假是否正常狀況下，與自我分化總量表有差異性存在，休假正常者平均數為 3.57，休假不正常者平均數為 3.33，t 值為 2.05， $p < 0.05$ ，顯示休假正常者自我分化程度明顯高於休假不正常者之自我分化程度。

表 4-3-1 陸戰隊聯兵旅士官兵背景變項在自我分化程度個構面之 t 檢定分析

變數名稱	自我分化程度		我位置		情緒主導		受他人影響		理智為主	
	平均數	t 值	平均數	t 值	平均數	t 值	平均數	t 值	平均數	t 值
性別	男	3.57	3.53		3.69		3.51		3.55	
	女	3.50	0.95	3.54	-0.10	3.64	0.53	3.42	0.78	3.41

(續下頁)

休	是	3.57		3.54		3.69		3.51		3.54
假			2.05*		0.42		0.07		0.24*	0.44
狀	否	3.33		3.29		3.42		3.20		3.40
況										

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

以單因子獨立樣本 ANOVA 分析年齡對自我分化程度及其各構面之效果，結果如表 4-3-2 發現：不同年齡層在自我分化總量表無顯著性差異存在，不過在理智為主構面上具有顯著性差異，F 值為 4.717，p 值<.001，經 Scheffe 事後檢定可發現 36-40 歲 (M=4.55) 顯著大於 20 歲 (含) 以下 (M=3.41)；36-40 歲 (M=4.55) 顯著大於 21-25 歲 (M=3.56)；36-40 歲 (M=4.55) 顯著大於 26-30 歲 (M=3.56)。並且在受他人影響構面上也具有顯著性差異，F 值為 3.97，p 值<.05，經 Scheffe 事後檢定可發現 36-40 歲 (M=4.65) 顯著大於 20 歲 (含) 以下 (M=3.52)；36-40 歲 (M=4.65) 顯著大於 21-25 歲 (含) 以下 (M=3.44)；36-40 歲 (M=4.65) 顯著大於 26-30 歲 (M=3.56)；36-40 歲 (M=4.65) 顯著大於 31-35 歲 (M=3.48)。

表 4-3-2 年齡在自我分化各構面單因子變異數分析與 Scheffe 事後檢定

變數名稱	自我分化程度		我位置		情緒主導		受他人影響		理智為主	
	平均數	F 值	平均數	F 值	平均數	F 值	平均數	F 值	平均數	F 值
1.20 歲 (含) 以下	3.45	2.29	3.54	.531	3.70	1.513	3.52	3.97*	3.41	4.717***
2.21-25 歲	3.55		3.54		3.65		3.44		3.56	

(續下頁)

3.26-30 歲	3.56	3.48	3.66	3.56	3.56
4.31-35 歲	3.62	3.55	3.82	3.48	3.62
5.36-40 歲	4.15	3.17	4.22	4.65	4.55
事後 檢定				5>1、5>2 5>3、5>4	5>1、5>2 5>3

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

以單因子獨立樣本 ANOVA 分析教育程度對自我分化程度及其各構面之效果，結果發現：不同教育程度在自我分化總量表及其各構面均無顯著性差異存在。

以單因子獨立樣本 ANOVA 分析宗教信仰對自我分化程度及其各構面之效果，結果如表 4-3-3 發現：不同宗教信仰在自我分化總量表有顯著性差異存在，F 值為 3.91，p 值<.05，回教（M=2.81）顯著低於其他宗教（M=3.55）。而且在我位置構面上也具有顯著性差異，F 值為 3.97，p 值<.05，經 Scheffe 事後檢定可發現佛教（M=3.58）顯著高於回教（M=2.81）；基督教（M=3.57）顯著高於回教（M=2.81）；及其他宗教（M=3.65）顯著高於回教（M=2.81）。

表 4-3-3 宗教信仰在自我分化各構面單因子變異數分析與 Scheffe 事後檢定

變數 名稱	自我分化程度		我位置		情緒主導		受他人影響		理智為主	
	平均 數	F 值	平均 數	F 值	平均 數	F 值	平均 數	F 值	平均數	F 值
1.佛教	3.45	3.91*	3.58	3.97*	3.72	1.99	3.34	1.59	3.58	1.98

（續下頁）

2.道教	3.35	3.42	3.64	3.20	3.35
3.回教	2.81	2.60	3.35	2.66	3.33
4.基督教	3.48	3.57	3.58	3.42	3.61
5.天主教	3.36	3.53	3.68	3.31	3.63
6.其他	3.55	3.65	3.79	3.40	3.50
事後檢定	3<6	1>3 4>3 6>3			

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

以單因子獨立樣本 ANOVA 分析單位性質對自我分化程度及其各構面之效果，結果發現：不同單位性質在自我分化總量表及其各構面均無顯著性差異存在。

以單因子獨立樣本 ANOVA 分析階級對自我分化程度及其各構面之效果，結果如表 4-3-4 發現：不同階級在自我分化總量表無顯著性差異存在，不過在理智為主構面上具有顯著性差異，F 值為 3.50，p 值<.01，經 Scheffe 事後檢定可發現士官長階級（M=4.13）顯著大於一兵階級（M=3.44）；士官長階級（M=4.13）顯著大於下士階級（M=3.39）。

表 4-3-4 階級在自我分化各構面單因子變異數分析與 Scheffe 事後檢定

變數	自我分化程度	我位置	情緒主導	受他人影響	理智為主
----	--------	-----	------	-------	------

（續下頁）

名稱	平均 數	F 值								
1.二兵	3.62		3.60		3.81		3.49		3.56	
2.一兵	3.52		3.56		3.60		3.47		3.44	
3.上兵	3.53		3.53		3.56		3.51		3.51	
4.下士	3.49	3.30	3.42	1.71	3.65	3.41	3.51	0.88	3.39	3.50**
5.中士	3.43		3.32		3.55		3.39		3.46	
6.上士	3.79		3.64		3.99		3.72		3.80	
7.士官長	3.83		3.64		3.84		3.69		4.13	
事後 檢定										7>2、7>4

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

以單因子獨立樣本 ANOVA 分析到部時間對自我分化程度及其各構面之效果，結果如表 4-3-5 發現：到部時間在自我分化總量表具有顯著性差異存在，F 值為 5.51，p 值<.001，經 Scheffe 事後檢定可發現到部未滿三個月（M=3.63）顯著大於到部 4-12 個月（M=3.39）；到部四年（含）以上（M=3.66）自我分化程度顯著大於到部 4-12 個月（M=3.39）。並且在我位置及情緒主導等構面上均具有顯著性差異，詳如表格事後檢定所述。

表 4-3-5 到部時間在自我分化各構面單因子變異數分析與 Scheffe 事後檢定

變數 名稱	自我分化程度		我位置		情緒主導		受他人影響		理智為主	
	平均 數	F 值	平均 數	F 值	平均 數	F 值	平均 數	F 值	平均 數	F 值
1.未滿 三個月	3.63		3.62		3.79		3.52		3.58	
2.4-12 個月	3.39		3.29		3.47		3.42		3.39	
		5.51***		3.73*		4.98**		1.32		2.58
3.1-3 年	3.50		3.49		3.60		3.44		3.47	
4.4 年 (含)以上	3.66		3.60		3.78		3.61		3.65	
事後 檢定	1>2、4>2		1>2		1>2、4>2					

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

以單因子獨立樣本 ANOVA 分析即將進訓基地時間對自我分化程度及其各構面之效果，結果發現：即將進訓基地時間在自我分化總量表及其各構面上無顯著性差異存在。

以單因子獨立樣本 ANOVA 分析個人感情狀況對自我分化程度及其各構面之效果，結果如表 4-3-6 發現：個人感情狀況在自我分化總量表具顯著性差異存在，F 值為 6.16，p 值<.01，經 Scheffe 事後檢定可發現已婚（M=3.80）顯著大於未婚單身（M=3.52；已婚（M=3.80）顯著大於未婚有交往對象（M=3.56）。並且在受他人影響及理智為主構面上均具有顯著性差異，詳如附表事後檢定所陳述。

表 4-3-6 感情狀況在自我分化各構面單因子變異數分析與 Scheffe 事後檢定

變數 名稱	自我分化程度		我位置		情緒主導		受他人影響		理智為主	
	平均 數	F 值	平均 數	F 值	平均 數	F 值	平均 數	F 值	平均 數	F 值
1.未婚 單身	3.52		3.48		3.68		3.48		3.44	
2.未婚 有交往 對象	3.56	6.16**	3.57	1.34	3.65	1.01	3.45	4.01*	3.56	11.33***
3.已婚	3.80		3.63		3.81		3.80		3.96	
事後 檢定	3>1、3>2						3>1、3>2		3>1、3>2	

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

以單因子獨立樣本 ANOVA 分析父母婚姻關係對自我分化程度及其各構面之效果，結果如表 4-3-7 發現：父母婚姻關係在自我分化總量表具有顯著性差異存在，F 值為 6.21，p 值<.01，經 Scheffe 事後檢定可發現父母結婚並同居（M=3.60）顯著大於父母分居（M=3.29）。並且在我位置、受他人影響及理智為主等構面均具有顯著性差異，詳如表格事後檢定所陳述。

表 4-3-7 父母婚姻關係在自我分化各構面單因子變異數分析與 Scheffe 事後檢定

變數 名稱	自我分化程度		我位置		情緒主導		受他人影響		理智為主	
	平均 數	F 值								

（續下頁）

1.結婚並同居	3.60		3.53		3.72		3.57		3.56	
2.分居	3.29	6.21**	3.18	4.70**	3.49	2.64	3.25	5.04**	3.23	3.51*
3.離婚	3.52		3.61		3.60		3.37		3.49	
事後檢定	1>2		1>2 3>2				1>3		1>2	

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

以單因子獨立樣本 ANOVA 分析與原生家庭互動關係對自我分化程度及其各構面之效果，結果如表 4-3-8 發現：與原生家庭互動關係在自我分化總量表具有顯著性差異存在，F 值為 24.23，p 值<.001，經 Scheffe 事後檢定可發現父母感情融洽（M=3.66）顯著大於父母感情普通（M=3.16）；父母感情融洽（M=3.66）也顯著大於父母感情失和（M=3.16）。並且在情緒主導、受他人影響及理智為主等構面均具有顯著性差異，經 Scheffe 事後檢定亦可發現父母感情融洽顯著大於父母感情普通及不融洽的現象。

表 4-3-8 與原生家庭互動在自我分化各構面單因子變異數分析與 Scheffe 事後檢定

變數名稱	自我分化程度		我位置		情緒主導		受他人影響		理智為主	
	平均數	F 值	平均數	F 值	平均數	F 值	平均數	F 值	平均數	F 值
1.融洽	3.66		3.58		3.81		3.62		3.64	
		24.23***		2.82		19.04***		15.50***		14.17***
2.普通	3.38		3.43		3.46		3.30		3.33	

(續下頁)

3.不融 洽	3.16	3.38	3.25	2.93	3.10
事後 檢定	1>2、1>3		1>2、1>3	1>2、1>3	1>2、1>3

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

貳、「背景變項」與「生活適應」之差異分析

為瞭解陸戰隊聯兵旅士官背景變項在生活適應程度總量表及各構面上是否有差異產生，因此針對背景變項中的基本特性、家庭背景及軍事背景，屬於類別變項者，分別進行平均數之差異性分析，其中類別因子僅 2 項者，進行 t 檢定，類別因子為 3 項或以上者進行單因子變異數分析，並採用 Scheffe 事後檢定，分析結果如下：

由表 4-3-9 結果發現：在不同性別下，生活適應程度總量表及其各構面上均不具有顯著差異存在。另外在休假是否正常狀況下，與生活適應總量表存在顯著性差異，t 值為 2.57，p 值小於.05，可發現休假正常者為 3.78，休假不正常者為 3.44，表示在生活適應程度上，休假正常者顯著高於不正常者。並且在外在環境構面上也有顯著差異，休假正常者平均數為 3.46，休假不正常者為 2.98，t 值為 3.05，p 值小於.01，顯示休假正常者在適應外在環境程度明顯高於休假不正常者。

表 4-3-9 陸戰隊聯兵旅士官背景變項在生活適應程各構面之 t 檢定分析

變數 名稱	生活適應程度		身心反應		外在環境	
	平均數	t 值	平均數	t 值	平均數	t 值
性別	男	3.77	4.01		3.45	
	女	3.71		4.04		3.29
休假	是	3.78	4.03	1.49	3.46	3.05**
						0.72

(續下頁)

是否				
否	3.44		3.80	2.98
正常				

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

以單因子獨立樣本 ANOVA 分析年齡對生活適應及其各構面之效果，結果如表 4-3-10 發現：不同年齡層在生活適應總量表具顯著性差異存在，F 值為 6.22，p 值<.001，經 Scheffe 事後檢定可發現 20 歲（含）以下（M=3.87）顯著大於 21-25 歲（含）以下（M=3.68）；36-40 歲（M=4.59）顯著大於 20 歲（含）以下（M=3.87）、21-25 歲（M=3.68）、26-30 歲（M=3.72）及 31-35 歲（M=3.79）。並且在身心反應及外在環境等構面上也具有顯著性差異，詳如附表事後分析所陳述。

表 4-3-10 年齡在生活適應各構面單因子變異數分析與 Scheffe 事後檢定

變數 名稱	生活適應程度		身心反應		外在環境	
	平均數	F 值	平均數	F 值	平均數	F 值
1.20 歲(含) 以下	3.87		4.13		3.53	
2.21-25 歲	3.68		3.92		3.37	
3.26-30 歲	3.72	6.22***	4.00	4.86***	3.36	4.231**
4.31-35 歲	3.79		4.04		3.47	
5.36-40 歲	4.59		4.80		4.32	
事後 檢定	1>2、5>1 5>2、5>3 5>4		1>2、5>2		2<5 3<5	

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

以單因子獨立樣本 ANOVA 分析教育程度對生活適應程度及其各構面之效果，結果發現：不同教育程度在生活適應總量表及其各構面均無顯著性差異存在。

以單因子獨立樣本 ANOVA 分析宗教信仰對生活適應及其各構面之效果，結果如表 4-3-11 發現：不同宗教信仰在生活適應總量表無顯著性差異存在，不過在外在環境構面上具有顯著性差異，F 值為 2.40，p 值<.05，經 Scheffe 事後檢定可發現其他宗教（M=3.51）顯著大於回教（M=2.63）。

表 4-3-11 宗教在生活適應各構面單因子變異數分析與 Scheffe 事後檢定

變數 名稱	生活適應程度		身心反應		外在環境	
	平均數	F 值	平均數	F 值	平均數	F 值
1.佛教	3.74		3.99		3.42	
2.道教	3.71		3.94		3.42	
3.回教	3.34		3.90		2.63	
4.基督教	3.78	1.56	4.03	1.02	3.47	2.40*
5.天主教	3.80		4.12		3.40	
6.其他	3.84		4.10		3.51	
事後 檢定	6>3					

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

以單因子獨立樣本 ANOVA 分析單位性質對生活適應程度及其各構面之效果，結果發現：單位性質在生活適應總量表及其各構面均無顯著性差異存在。

以單因子獨立樣本 ANOVA 分析階級對生活適應及其各構面之效果，結果如表 4-3-12 發現：不同階級在生活適應總量表有顯著性差異存在，F 值為 4.54，p 值<.001，經 Scheffe 事後檢定可發現二兵（M=3.85）顯著大於中士（M=3.52）；士官長（M

=4.17) 顯著大於中士 (M=3.52)。並且在身心反應構面上也具有顯著性差異，詳如附表事後檢定所陳述。

表 4-3-12 階級在生活適應各構面單因子變異數分析與 Scheffe 事後檢定

變數 名稱	生活適應程度		身心反應		外在環境	
	平均數	F 值	平均數	F 值	平均數	F 值
1. 二兵	3.85		4.08		3.55	
2. 一兵	3.72		3.97		3.41	
3. 上兵	3.76		4.06		3.37	
4. 下士	3.81	4.54***	4.00	3.59**	3.56	3.69
5. 中士	3.52		3.75		3.21	
6. 上士	3.77		4.11		3.33	
7. 士官長	4.17		4.41		3.85	
事後 檢定	1>5、7>5		7>5			

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

以單因子獨立樣本 ANOVA 分析到部時間對生活適應及其各構面之效果，結果如表 4-3-13 發現：到部時間在生活適應總量表有顯著性差異存在，F 值為 4.13，p 值<.01，經 Scheffe 事後檢定可發現到部未滿三個月 (M=3.85) 顯著到部 4-12 個月 (M=3.59)。並且在外在環境構面上也具有顯著性差異，詳如附表事後檢定所述。

表 4-3-13 到部時間在生活適應各構面單因子變異數分析與 Scheffe 事後檢定

變數	生活適應程度	身心反應	外在環境
----	--------	------	------

(續下頁)

名稱	平均數	F 值	平均數	F 值	平均數	F 值
1.未滿三個月	3.85		4.07		3.57	
2.4-12 個月	3.59	4.13**	3.87	2.94	3.23	4.26**
3.1-3 年	3.71		3.95		3.40	
4.4 年(含)以上	3.81		4.12		3.42	
事後 檢定	1>2				1>2	

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

以單因子獨立樣本 ANOVA 分析即將進訓基地時間對生活適應程度及其各構面之效果，結果發現：即將進訓時間在生活適應總量表及其各構面均無顯著性差異存在。

以單因子獨立樣本 ANOVA 分析個人感情狀況對生活適應程度及其各構面之效果，結果發現：個人感情狀況在生活適應總量表及其各構面均無顯著性差異存在。

以單因子獨立樣本 ANOVA 分析父母婚姻關係對生活適應程度及其各構面之效果，結果發現：父母婚姻關係在生活適應總量表及其各構面均無顯著性差異存在。

以單因子獨立樣本 ANOVA 分析與原生家庭互動對生活適應及其各構面之效果，結果如表 4-3-14 發現：與原生家庭互動關係在生活適應總量表具有顯著性差異，F 值為 14.49，p 值<.001，經 Scheffe 事後檢定可發現與原生家庭感情融洽 (M=3.85) 顯著大於與原生家庭感情普通 (M=3.62) 及不融洽 (M=3.36)。並且在身心反應及構面上也具有顯著性差異，經 Scheffe 事後檢定均可發現與原生家庭感情融洽均顯著大於與原生家庭感情普通及不融洽。

表 4-3-14 原生家庭互動在生活適應各構面單因子變異數分析與 Scheffe 事後檢定

變數	生活適應程度		身心反應		外在環境	
	平均數	F 值	平均數	F 值	平均數	F 值
1.融洽	3.85		4.09		3.53	
2.普通	3.62	14.49***	3.90	10.00***	3.26	11.37***
3.不融洽	3.36		3.57		3.08	
事後檢定	1>2、1>3		1>2、1>3		1>2、1>3	

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

參、「背景變項」與「人際關係」之差異分析

為瞭解陸戰隊聯兵旅士官背景變項在人際關係程度總量表及各構面上是否有差異產生，因此針對背景變項中的基本特性、家庭背景及軍事背景，屬於類別變項者，分別進行平均數之差異性分析，其中類別因子僅 2 項者，進行 t 檢定，類別因子為 3 項或以上者進行單因子變異數分析，並採用 Scheffe 事後檢定，分析結果如下：

由表 4-3-15 結果發現：在不同性別下，人際關係程度總量表具有顯著差異存在，男性平均數為 3.71，女性為 3.56，t 值為 2.08，p<.05，顯示男性人際關係相較女性人際關係較好。另在正向人際構面上也具有顯著性差異，詳如附表所述。但在休假是否正常下，休假正常與不正常者在人際關係程度總量表及其構面，不具有顯著性差異。

表 4-3-15 陸戰隊聯兵旅士官背景變項在人際關係各構面之 t 檢定分析

變數	人際關係程度	人際焦慮	正向人際	負向人際
----	--------	------	------	------

(續下頁)

名稱		平均數	t 值	平均數	t 值	平均數	t 值	平均數	t 值
性別	男	3.71	2.08*	4.00	-0.42	3.39	3.44***	4.25	-0.54
	女	3.56		4.04		3.08		4.31	
休假	是	3.70		4.01		3.35		4.27	
是否正常	是		0.57		0.31		.09		1.33
	否	3.62		3.95		3.34		4.05	

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

以單因子獨立樣本 ANOVA 分析年齡對人際關係程度及其各構面之效果，結果如表 4-3-16 發現：不同年齡層在人際關係總量表有顯著性差異存在，F 值為 5.48，p 值<.001，經 Scheffe 事後檢定可發現 36-40 歲 (M=4.61) 顯著大於 20 歲 (含) 以下 (M=3.67)；36-40 歲 (M=4.61) 顯著大於 21-25 歲 (M=3.67)；36-40 歲 (M=4.61) 顯著大於 26-30 歲 (M=3.65)；36-40 歲 (M=4.61) 顯著大於 31-35 歲 (M=3.83)。並且在正向人際構面上也有顯著性差異，詳如附表陳述。

表 4-3-16 年齡在人際關係各構面單因子變異數分析與 Scheffe 事後檢定

變數	人際關係程度		人際焦慮		正向人際		負向人際	
	平均數	F 值	平均數	F 值	平均數	F 值	平均數	F 值
1.20 歲(含)以下	3.67		4.03		3.28		4.34	
2.21-25 歲	3.67		3.95		3.34		4.24	
3.26-30 歲	3.65	5.48***	3.98	1.87	3.36	5.89***	4.09	3.03
4.31-35 歲	3.83		4.17		3.56		4.23	
5.36-40 歲	4.61		4.65		4.44		4.97	
事後檢定	1<5、2<5				1<5、2<5			
	3<5、4<5				3<5、4<5			

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

以單因子獨立樣本 ANOVA 分析教育程度對人際關係程度及其各構面之效果，結果發現：不同教育程度在人際關係總量表及其各構面均無顯著性差異存在。

以單因子獨立樣本 ANOVA 分析宗教信仰對人際關係程度及其各構面之效果，結果發現（如表 4-3-17）：不同宗教信仰在人際關係總量表並無顯著性差異存在。不過在負向人際構面上有顯著性差異產生，F 值為 5.13，p 值小於.001，經 Scheffe 事後檢定可發現佛教（M=4.29）顯著大於回教（M=3.08）；道教（M=4.20）顯著大於回教（M=3.08）；基督教（M=3.70）顯著大於回教（M=3.08）；天主教（M=3.64）顯著大於回教（M=3.08）；其他宗教（M=3.74）顯著大於回教（M=3.08）。

表 4-3-17 宗教信仰在人際關係各構面單因子變異數分析與 Scheffe 事後檢定

變數 名稱	人際關係程度		人際焦慮		正向人際		負向人際	
	平均數	F 值	平均數	F 值	平均數	F 值	平均數	F 值
1.佛教	3.70		4.06		3.34		4.29	
2.道教	3.68		3.90		3.40		4.20	
3.回教	3.05		3.61		2.86		3.08	
4.基督教	3.70	2.28	4.00	1.55	3.33	1.11	4.28	5.13***
5.天主教	3.64		4.10		3.26		4.18	
6.其他	3.74		4.09		3.34		4.40	
事後檢定							1>3、2>3	
							4>3、5>3	
							6>3	

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

以單因子獨立樣本 ANOVA 分析單位性質對人際關係程度及其各構面之效果，結果發現：不同單位性質在人際關係總量表及其各構面均無顯著性差異存在。

以單因子獨立樣本 ANOVA 分析階級對人際關係程度及其各構面之效果，結果如表 4-3-18 發現：不同階級在人際關係總量表具顯著性差異存在，F 值為 3.07，p 值<.01，經 Scheffe 事後檢定可發現士官長階(M=4.15)顯著大於中士(M=3.60)。並在正向人際構面上也具有顯著性差異，F 值為 3.28，p 值<.01，經 Scheffe 事後檢定可發現士官長階(M=3.45)皆顯著大於上兵(M=3.28)及下士階(M=3.24)。且在負向人際構面上亦具有顯著性差異，F 值為 5.61，p 值<.001，經 Scheffe 事後檢定可發現二兵階(M=4.43)顯著大於中士階(M=3.88)；下士階(M=4.41)顯著大於中士階(M=3.88)。

表 4-3-18 階級在人際關係各構面單因子變異數分析與 Scheffe 事後檢定

變數 名稱	人際關係程度		人際焦慮		正向人際		負向人際	
	平均數	F 值	平均數	F 值	平均數	F 值	平均數	F 值
1.二兵	3.68		3.84		3.31		4.43	
2.一兵	3.67		4.03		3.33		4.22	
3.上兵	3.38		4.15		3.28		4.25	
4.下士	3.66	3.07**	3.97	3.89	3.24	3.28**	4.41	5.61***
5.中士	3.60		3.90		3.38		3.88	
6.上士	3.86		4.22		3.58		4.22	
7.士官長	4.15		4.50		3.91		4.47	
事後檢定	7>5				7>3		1>5、4>5	
					7>4			

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

以單因子獨立樣本 ANOVA 分析到部時間對人際關係程度及其各構面之效果，結果如表 4-3-19 發現：到部時間不同在人際關係總量表具顯著性差異存在，F 值為 4.68，p 值<.01，經 Scheffe 事後檢定可發現到部 4 年（含）以上（M=3.83）顯著大於到部 4-12 個月（M=3.52）；且在人際焦慮及負向人際構面上也具有顯著性差異，詳如附表事後檢定陳述。

表 4-3-19 到部時間在人關係各構面單因子變異數分析與 Scheffe 事後檢定

變數 名稱	人際關係程度		人際焦慮		正向人際		負向人際	
	平均數	F 值	平均數	F 值	平均數	F 值	平均數	F 值
1.未滿三個月	3.96		3.87		3.32		4.44	
2.4-12 個月	3.52	4.68**	3.80	7.02***	3.30	2.34	3.84	11.07***
3.1-3 年	3.67		4.04		3.31		4.23	
4.4 年(含)以上	3.83		4.24		3.50		4.31	
事後檢定	4>2		4>1、4>2				1>2、3>2	
							4>2	

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

以單因子獨立樣本 ANOVA 分析單位即將進訓基地時間對人際關係程度及其各構面之效果，結果發現：不同將進訓基地時間在人際關係總量表及其各構面均無顯著性差異存在。

以單因子獨立樣本 ANOVA 分析個人感情狀態對人際關係程度及其各構面之效果，結果如表 4-3-20 發現：感情狀態不同在人際關係總量表具顯著性差異存在，F 值為 6.87，p 值<.01，經 Scheffe 事後檢定可發現已婚（M=3.94）顯著大於未婚單身（M=3.64）及未婚有交往對象（M=3.71）。並在人際焦慮構面上亦存在顯著性差異，F 值為 4.29，p 值<.01，經 Scheffe 事後檢定可發現已婚（M=4.28）顯著大於未婚單身（M=3.94）。且在正向人際構面上也具有顯著性差異，F 值為 7.22，p 值

<.001，經 Scheffe 事後檢定可發現已婚（M=3.66）顯著大於未婚單身（M=3.28）及未婚有交往對象（M=3.38）。

表 4-3-20 感情狀態在人關係各構面單因子變異數分析與 Scheffe 事後檢定

變數 名稱	人際關係程度		人際焦慮		正向人際		負向人際	
	平均數	F 值	平均數	F 值	平均數	F 值	平均數	F 值
1.未婚單身	3.64		3.94		3.28		4.25	
2.未婚有交往 對象	3.71	6.87**	4.03	4.29**	3.38	7.22***	4.25	0.50
3.已婚	3.94		4.28		3.66		4.39	
事後檢定	3>1、3>2		3>1		3>1、3>2			

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

以單因子獨立樣本 ANOVA 分析父母婚姻關係對人際關係程度及其各構面之效果，從表 4-3-21 結果發現：父母婚姻關係在人際關係總量表上無顯著性差異存在。不過在負向人際構面上，F 值為 6.36，p 值小於.01，經 Scheffe 事後檢定可發現父母結婚並同居（M=4.27）顯著大於父母分居（M=3.82）；父母離婚（M=4.30）顯著大於父母分居（M=3.82）。

表 4-3-21 父母婚姻關係在人關係各構面單因子變異數分析與 Scheffe 事後檢定

變數 名稱	人際關係程度		人際焦慮		正向人際		負向人際	
	平均數	F 值	平均數	F 值	平均數	F 值	平均數	F 值
1.結婚並同居	3.71		4.01		3.38		4.27	
2.分居	3.53	2.08	4.03	0.05	3.25	1.63	3.82	6.36**
3.離婚	3.65		3.99		3.27		4.30	

（續下頁）

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

以單因子獨立樣本 ANOVA 分析與原生家庭互動關係對人際關係程度及其各構面之效果，結果如表 4-3-22 發現：原生家庭互動關係不同在人際關係總量表具顯著性差異存在，F 值為 21.13，p 值<.001，經 Scheffe 事後檢定可發現與原生家庭感情融洽（M=3.79）顯著大於與原生家庭感情普通（M=3.50）；與原生家庭感情融洽（M=3.79）顯著大於與原生家庭感情不融洽（M=3.34）。並且在人際焦慮、正向人際及負向人際等構面上均具有顯著性差異，詳如附表事後檢定所陳述。

表 4-3-22 與原生家庭互動在人關係各構面單因子變異數分析與 Scheffe 事後檢定

變數 名稱	人際關係程度		人際焦慮		正向人際		負向人際	
	平均數	F 值	平均數	F 值	平均數	F 值	平均數	F 值
1.融洽	3.79		4.07		3.46		4.38	
2.普通	3.50	21.13***	3.87	5.14**	3.13	14.94***	4.08	16.80***
3.不融洽	3.34		3.73		3.08		3.67	
事後檢定	1>2、1>3		1>2		1>2、1>3		1>2、1>3 2>3	

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

第四節 陸戰隊聯兵旅士官兵之背景變項、自我分化、生活適應、人際關係各量表因素間之相關分析

為瞭解陸戰隊聯兵旅士官兵「自我分化」、「生活適應」與「人際關係」間是否具有相關性存在，本研究將採取皮爾森（Pearson）差積相關係數來衡量變項與變項間之關係，分析結果陳述如下：

壹、「自我分化」與「生活適應」間之相關分析

以 Pearson 相關分析結果如表 4-4-1，可發現：陸戰隊聯兵旅士官自我分和生活適應有顯著之中度正相關〔 $r(649) = .60, p < .01$ 〕，表示陸戰隊聯兵旅士官自我分化程度越好，其在單位生活適應狀況越佳。在自我分化總量表各構面間與生活適應總量表各構面間也均呈現顯著之中、低度正相關性存在。

表 4-4-1 自我分化與生活適應之相關矩陣 (N = 651)

變數名稱	自我分化	我位置	情緒主導	受他人影響	理智為主
生活適應	0.60**	0.36**	0.42**	0.48**	0.44**
身心反應	0.51**	0.22**	0.43**	0.49**	0.28**
外在環境	0.52**	0.41**	0.27**	0.31**	0.49**

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

貳、「自我分化」與「人際關係」間之相關分析

以 Pearson 相關分析結果如表 4-4-2，可發現：陸戰隊聯兵旅士官自我分和人際關係有顯著之中度正相關〔 $r(649) = .60, p < .01$ 〕，表示陸戰隊聯兵旅士官自我分化程度越好，其在單位人際關係狀況越佳。在自我分化總量表各構面間與人際關係總量表各構面間也均呈現顯著之中、低度正相關性存在。

表 4-4-2 自我分化與人際關係之相關矩陣 (N = 651)

變數名稱	自我分化	我位置	情緒主導	受他人影響	理智為主
人際關係	0.60**	0.39**	0.37**	0.40**	0.52**
人際焦慮	0.49**	0.24**	0.37**	0.46**	0.29**
正向人際	0.45**	0.34**	0.20**	0.24**	0.49**
負向人際	0.48**	0.27**	0.41**	0.36**	0.36**

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

參、「生活適應」與「人際關係」間之相關分析

以 Pearson 相關分析結果如表 4-4-3，可發現：陸戰隊聯兵旅士官生活適應

和人際關係有顯著之中度正相關〔 $r(649) = .69, p < .01$ 〕，表示士官兵生活適應程度越好，其在單位人際關係狀況越佳。在生活適應總量表各構面間與人際關係總量表各構面間也均呈現顯著之中度正相關性存在。

表 4-4-3 生活適應與人際關係之相關矩陣（ $N = 651$ ）

變數名稱	生活適應	身心反應	外在環境
人際關係	0.69**	0.52**	0.67**
人際焦慮	0.57**	0.55**	0.31**
正向人際	0.54**	0.30**	0.66**
負向人際	0.55**	0.53**	0.40**

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

第五節 陸戰隊聯兵旅士官兵自我分化對生活適應與人際關係之迴歸分析

本節次依據上述統計結果進一步探究變項間之預測關係，以作為陸戰隊協助了解士官兵在軍隊生活適應及人際相處上之參考。本研究採迴歸分析法，探究陸戰隊聯兵旅士官兵的背景變項、自我分化變項對軍隊生活適應及人際關係之預測力。由第四節各因素間之相關分析可發現，陸戰隊聯兵旅士官兵的背景、自我分化、生活適應與人際關係等變項間具有顯著性差異或相關性存在，惟兩者變項間顯著的相關性僅僅能說明兩者之間具有一定程度的關聯性，卻無法推測兩個變項之間的因果關係。然本研究的研究假設及目的之一，在於了解自我分化程度對於生活適應與人際關係之預測力，故採取迴歸分析法，藉由迴歸模型建立，來檢驗變項間的因果關係。

研究者以「背景變項」、「自我分化變項」及其「我位置」、「情緒主導」、「受他人影響」、「理智為主」等四個構面作為自變項，並以「生活適應」及其「身心反應」、

「外在環境」等兩個構面與「人際關係」及其「人際焦慮」、「正向人際」、「負向人際」等三個構面作為依變項，來進行迴歸統計分析。分析步驟將區分四個模型：

模型一：生活適應與背景變項、自我分化之迴歸分析。

模型二：生活適應與背景變項、「我位置」、「情緒主導」、「受他人影響」、「理智為主」之迴歸分析。

模型三：「身心反應」與背景變項、「我位置」、「情緒主導」、「受他人影響」、「理智為主」之迴歸分析。

模型四：「外在環境」與背景變項、「我位置」、「情緒主導」、「受他人影響」、「理智為主」之迴歸分析。

模型五：人際關係與背景變項、自我分化之迴歸分析。

模型六：人際關係與背景變項、「我位置」、「情緒主導」、「受他人影響」、「理智為主」之迴歸分析。

模型七：「人際焦慮」與背景變項、「我位置」、「情緒主導」、「受他人影響」、「理智為主」之迴歸分析。

模型八：「正向人際」與背景變項、「我位置」、「情緒主導」、「受他人影響」、「理智為主」之迴歸分析。

模型九：「負向人際」與背景變項、「我位置」、「情緒主導」、「受他人影響」、「理智為主」之迴歸分析。

壹、「自我分化」對「生活適應」之迴歸分析

一、「整體自我分化」對整體「生活適應」之迴歸模型

由表 4-5-1 得知，模型一是在控制所有背景變項的情境下，分析整體自我分化對整體生活適應的預測結果，經迴歸分析發現，模型一可解釋整體生活適應變異量中的 39%， F 值 = 13.90, $p < .001$ 。表示整體自我分化對於整體生活適應程度具有顯著解釋力 ($\beta = .06, p < .001$)。也就是說，若提升陸戰隊聯兵旅士官兵自我分化程度，則其在軍隊生活適應程度也將相對提升；另外，控制變項方面，生活適應程度

除階級外，在各變項上均無顯著性差異存在。從階級變項來看，僅中士階級與二兵階級具有顯著差異存在 ($\beta = -.26, p < .05$)，代表階級為二兵者在軍隊生活適應上，比階級為中士者更好。

二、「自我分化」各構面對整體「生活適應」之迴歸模型

由表 4-5-1 得知，模型二是在控制所有背景變項的情境下，分析自我分化各構面對整體生活適應的預測結果，經迴歸分析發現，模型二可解釋整體生活適應變異量中的 39%，F 值 = 12.47, $p < .001$ 。「我位置」、「情緒主導」、「受他人影響」及「理智為主」等自我分化各構面均對於整體生活適應程度具有顯著解釋力。其中以「受他人影響」構面解釋力最高 ($\beta = .26, p < .001$)。由於「受他人影響」為負向指標，經計分調整後以轉向陳述，也就是說，陸戰隊聯兵旅士官兵越是不受他人影響，那麼個人在軍隊生活適應程度也越高。因此，若降低個人受他人影響程度，將提升其在生活適應的程度；另外，控制變項方面，生活適應程度除階級外，在各變項上均無顯著性差異存在。從階級變項來看，中士階級與二兵階級具有顯著差異存在 ($\beta = -.26, p < .05$)，代表階級為二兵者在軍隊生活適應上，比階級為中士者更好。以及一兵階級與二兵階級具有顯著性差異存在 ($\beta = -.17, p < .05$)，代表階級為二兵者在軍隊適應上，比階級為一兵者更好。

表 4-5-1 生活適應與背景變項、自我分化及「我位置」、「情緒主導」、「受他人影響」、「理智為主」之迴歸分析表

自變項	生活適應	
	模型一	模型二
自我分化	.64 (.59) ***	
我位置	.11 (.15) ***	
情緒主導	.15 (.18) ***	

(續下頁)

	受他人影響		.18 (.26) ***
	理智為主		.18 (.23) ***
控制變項	性別	-.03 (-.01)	-.03 (-.02)
	年齡	-.01 (-.01)	-.01 (-.02)
	教育程度	-.04 (-.04)	-.04 (-.04)
	道教	.002 (.001)	.001 (.001)
宗教	回教	-.03 (-.01)	-.07 (-.01)
信仰	基督教	-.02 (-.01)	-.03 (-.01)
	天主教	.05 (.02)	.05 (-.02)
單位	戰鬥支援	.01 (.01)	.01 (.004)
性質	勤務支援	.06 (.02)	.07 (.03)
	一兵	-.16 (-.10)	-.17 (-.10) *
	上兵	-.10 (-.07)	-.11 (-.07)
	下士	-.04 (-.02)	-.05 (-.02)
階級	中士	-.26 (-.14) *	-.26 (-.15) *
	上士	-.25 (-.10)	-.24 (-.10)
	士官長	.15 (.04)	.16 (.05)
	到部時間	.02 (.03)	.02 (.03)
	休假是否正常	-.19 (-.06)	-.20 (-.06)
	將進訓基地時間	.01 (.03)	.01 (.02)
個人感情	未婚有對象	.02 (.01)	.02 (.01)
狀況	已婚	.04 (.02)	.03 (.01)

(續下頁)

父母婚姻	分居	-0.02 (-0.01)	-0.02 (-0.01)
關係	離婚	.01 (.01)	.02 (.01)
與原生家	普通	-0.07 (-0.05)	-0.06 (-0.04)
庭互動	不融洽	-0.07 (-0.02)	-0.06 (-0.02)
常數項		1.66	1.70
R ²		.42	.42
調整後 R ²		.39	.39
F 值		13.90***	12.47***
N		651	651

註：係數為原始 β 值，括號中之數值為標準化係數。

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

1. 性別以男生為比較組，係數代表女性與男性之差異。
2. 宗教信仰以佛教為比較組，係數代表道教、回教、基督教及天主教之差異。
3. 單位性質以戰鬥單位為比較組，係數代表戰鬥支援及勤務支援單位之差異。
4. 階級以二兵為比較組，係數代表一兵、上兵、下士、中士、上士及士官長之差異。
5. 休假是否正常以休假正常為比較組，係數代表與休假不正常者之差異。
6. 感情狀況以未婚單身為比較組，係數代表未婚有交往對象及已婚之差異。
7. 父母婚姻關係以結婚並同居為比較組，係數代表父母分居及離婚之差異。
8. 與原生家庭關係以感情融洽為比較組，係數代表感情普通及不融洽之差異。

三、「自我分化」各構面對「生活適應」各構面之迴歸模型

由表 4-5-2 可得知，模型三是在控制所有背景變項的情境下，分析自我分化各構面對生活適應「身心反應」構面的預測結果，經迴歸分析發現，模型三可解釋生活適應的「身心反應」構面變異量中的 30%，F 值 = 8.91。其中自我分化中「情緒主導」及「受他人影響」構面均對於生活適應「身心反應」之程度具有顯著解釋力，且 p 值均小於 .001。對於陸戰隊聯兵旅士官兵來說，在軍隊中所承受的感覺、知覺

以及壓力感受程度容易受到自身以及與人相處時對於他人的敏感行為而產生情緒所影響；模型四是在控制所有背景變項的情境下，分析自我分化各構面對生活適應「外在環境」構面的預測結果，經迴歸分析發現，模型四可解釋生活適應的「外在環境」構面變異量中的 32%，F 值=9.68。其中自我分化中「我位置」、「受他人影響」及「理智為主」等構面均對於生活適應「外在環境」之程度具有顯著解釋力，尤以「我位置」及「理智為主」最為顯著，其 p 值均小於.001。對於陸戰隊聯兵旅士官兵來說，對於單位運作模式能接受的程度以及所採取的因應策略，深受自己在處於壓力情境時仍能清楚明白自己的想法，以及個人較具有冷靜思考及邏輯推理能力所影響。

表 4-5-2 生活適應各構面與背景變項、自我分化及「我位置」、「情緒主導」、「受他人影響」、「理智為主」之迴歸分析表

		模型三	模型四
		身心反應	外在環境
自變項			
自我分化			
	我位置	.07 (.07)	.17 (.18) ***
	情緒主導	.21 (.22) ***	.07 (.07)
	受他人影響	.24 (.30) ***	.10 (.12) *
	理智為主	.07 (.08)	.31 (.33) ***
控制變項			
	性別	-.13 (-.06)	.09 (.04)
	年齡	-.04 (-.05)	.02 (.02)
	教育程度	-.07 (-.05)	-.01 (-.01)
	宗教 道教	-.04 (-.02)	.06 (.03)

(續下頁)

信仰	回教	.02 (.004)	-.21 (-.02)
	基督教	-.08 (-.04)	.03 (.01)
	天主教	.064 (.02)	.03 (.01)
單位	戰鬥支援	-.02 (-.01)	.04 (.02)
性質	勤務支援	.10 (.03)	.04 (.01)
階級	一兵	-.24 (-.13) *	-.07 (-.03)
	上兵	-.11 (-.06)	-.10 (-.05)
	下士	-.17 (-.07)	.10 (.04)
	中士	-.29 (-.14)	-.21 (-.10)
	上士	-.14 (-.05)	-.37 (-.13) *
	士官長	.15 (.04)	.16 (.04)
到部時間		.05 (.07)	-.01 (-.01)
休假是否正常		-.08 (-.02)	-.36 (-.09) *
將進訓基地時間		.005 (.006)	.03 (.04)
個人感情	未婚有對象	.008 (.005)	.04 (.03)
狀況	已婚	.03 (.01)	.04 (.01)
父母婚姻	分居	-.11 (-.03)	.09 (.02)
關係	離婚	-.009 (-.005)	.05 (.03)
與原生家	普通	-.03 (-.02)	-.11 (-.06)
庭互動	不融洽	-.10 (-.02)	-.01 (-.004)

(續下頁)

常數項		
R ²	.34	.36
調整後 R ²	.30	.32
F 值	8.91***	9.68***
N	651	651

註：係數為原始 β 值，括號中之數值為標準化係數。

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

- 1.性別以男生為比較組，係數代表女性與男性之差異。
- 2.宗教信仰以佛教為比較組，係數代表道教、回教、基督教及天主教之差異。
- 3.單位性質以戰鬥單位為比較組，係數代表戰鬥支援及勤務支援單位之差異。
- 4.階級以二兵為比較組，係數代表一兵、上兵、下士、中士、上士及士官長之差異。
- 5.休假是否正常以休假正常為比較組，係數代表與休假不正常者之差異。
- 6.感情狀況以未婚單身為比較組，係數代表未婚有交往對象及已婚之差異。
- 7.父母婚姻關係以結婚並同居為比較組，係數代表父母分居及離婚之差異。
- 8.與原生家庭關係以感情融洽為比較組，係數代表感情普通及不融洽之差異。

貳、「自我分化」對「人際關係」之迴歸分析

一、「整體自我分化」對整體「人際關係」之迴歸模型

由表 4-5-3 得知，模型五是在控制所有背景變項的情境下，分析整體自我分化面對整體人際關係的預測結果，經迴歸分析發現，模型五可解釋整體人際關係變異量中的 39%， F 值 = 14.05, $p < .001$ 。表示整體自我分化對於整體人際關係程度具有顯著解釋力 ($\beta = .59, p < .001$)。也就是說，若提升陸戰隊聯兵旅士官兵自我分化程度，則其在軍隊人際關係也將相對提升；另外，在控制變項方面，僅在個人感情狀況及與原生家庭互動具有顯著性差異存在。個人感情狀況，未婚有交往對象與未婚無交往對象具顯著性差異 ($\beta = .09, p < .05$)；與原生家庭互動上，感情融洽與普

通具有顯著性差異 ($\beta = -.12, p < .05$)，以上之差異代表個人有無交往對象及與原生家庭互動上之差異，均影響軍隊中的人際關係。

二、「自我分化」各構面對整體「人際關係」之迴歸模型

由表 4-5-3 得知，模型六是在控制所有背景變項的情境下，分析自我分化各構面對整體人際關係的預測結果，經迴歸分析發現，模型六可解釋整體生活適應變異量中的 39%， F 值 = 12.85, $p < .001$ 。「我位置」、「情緒主導」、「受他人影響」及「理智為主」等自我分化各構面均對於整體生活適應程度具有顯著解釋力。其中以「理智為主」構面解釋力最高 ($\beta = .29, p < .001$)。也就是說，陸戰隊聯兵旅士官兵理智程度越高，那麼個人在軍隊人際關係程度也將越高。因此，若提升個人理智程度，將提升其在人際關係的程度；另外，在控制變項方面，僅在與原生家庭互動具有顯著性差異存在，感情融洽與普通具有顯著性差異 ($\beta = -.12, p < .05$)，代表個人與原生家庭互動上之差異，對於軍隊中的人際關係有著不同影響。

表 4-5-3 人際關係與背景變項、自我分化及「我位置」、「情緒主導」、「受他人影響」、「理智為主」之迴歸分析表

		人際關係	
		模型五	模型六
自變項			
自我分化		.64 (.59) ***	
	我位置		.12 (.16) ***
	情緒主導		.14 (.17) ***
	受他人影響		.10 (.15) ***
	理智為主		.22 (.29) ***
控制變項			
	性別	.59 (.57)	.07 (.04)
	年齡	.02 (.03)	.02 (.03)

(續下頁)

教育程度		-0.02 (-0.02)	-0.03 (-0.02)
宗教 信仰	道教	-0.01 (-0.01)	-0.01 (-0.01)
	回教	-0.35 (-0.05)	-0.36 (-0.06)
	基督教	-0.02 (-0.01)	-0.02 (-0.01)
	天主教	-0.06 (-0.02)	-0.05 (-0.02)
單位 性質	戰鬥支援	.01 (.01)	.01 (.01)
	勤務支援	-0.06 (-0.03)	-0.07 (-0.03)
階級	一兵	.08 (.05)	.07 (.04)
	上兵	.01 (.01)	.006 (.004)
	下士	.04 (.02)	.03 (.01)
	中士	-0.03 (-0.02)	-0.04 (-0.02)
	上士	-0.06 (-0.02)	-0.07 (-0.03)
	士官長	.23 (.07)	.20 (.06)
到部時間		.04 (.08)	.05 (.08)
休假是否正常		-0.01 (-0.01)	-0.01 (-0.006)
將進訓基地時間		-0.001 (-0.001)	-0.001 (-0.002)
個人感情 狀況	未婚有對象	.09 (.07) *	.09 (.07)
	已婚	.07 (.03)	.05 (.02)
父母婚姻 關係	分居	.07 (.02)	.07 (.02)
	離婚	.003 (.002)	.001 (.001)
與原生家 庭互動	普通	-0.12 (-0.09) *	-0.12 (-0.08) *
	不融洽	-0.17 (-0.05)	-0.16 (-0.05)

(續下頁)

常數項	1.39	1.41
R ²	.42	.43
調整後 R ²	.39	.39
F 值	14.05***	12.85***
N	651	651

註：係數為原始β值，括號中之數值為標準化係數。

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

- 1.性別以男生為比較組，係數代表女性與男性之差異。
- 2.宗教信仰以佛教為比較組，係數代表道教、回教、基督教及天主教之差異。
- 3.單位性質以戰鬥單位為比較組，係數代表戰鬥支援及勤務支援單位之差異。
- 4.階級以二兵為比較組，係數代表一兵、上兵、下士、中士、上士及士官長之差異。
- 5.休假是否正常以休假正常為比較組，係數代表與休假不正常者之差異。
- 6.感情狀況以未婚單身為比較組，係數代表未婚有交往對象及已婚之差異。
- 7.父母婚姻關係以結婚並同居為比較組，係數代表父母分居及離婚之差異。
- 8.與原生家庭關係以感情融洽為比較組，係數代表感情普通及不融洽之差異。

三、「自我分化」各構面對「人際關係」各構面之迴歸模型

由表 4-5-4 可得知，模型七是在控制所有背景變項的情境下，分析自我分化各構面對人際關係「人際焦慮」構面的預測結果，經迴歸分析發現，模型七可解釋人際關係的「人際焦慮」構面變異量中的 31%，F 值=9.37。其中自我分化中「我位置」、「情緒主導」及「受他人影響」構面均對於人際關係「人際焦慮」之程度具有顯著解釋力，且 p 值均小於.01。對於陸戰隊聯兵旅士官兵來說，在軍隊中與人互動感受到焦慮或恐懼程度容易受到自身處於壓力情境時仍能清楚明白自己的想法以及自己或與人相處時產生情緒所影響；模型八是在控制所有背景變項的情境下，分析自我分化各構面對人際關係「正向人際」構面的預測結果，經迴歸分析發現，模型八可解釋人際關係「正向人際」構面變異量中的 29%，F 值=8.30。其中自我

分化中「我位置」及「理智為主」等構面均對於人際關係「正向人際」之程度具有顯著解釋力，其 p 值均小於.01。對於陸戰隊聯兵旅士官兵來說，與人相處正向感受程度，深受自己在處於壓力情境時仍能清楚明白自己的想法，以及個人較具有冷靜思考及邏輯推理能力所影響；另外模型九是在控制所有背景變項的情境下，分析自我分化各構面對人際關係「負向人際」構面的預測結果，經迴歸分析發現，模型九可解釋人際關係的「負向人際」構面變異量中的 30%，F 值=8.93。其中自我分化中「我位置」、「情緒主導」、「受他人影響」及「理智為主」等構面均對於人際關係「負向人際」之程度具有顯著解釋力，且 p 值均小於.05。對於陸戰隊聯兵旅士官兵來說，在軍隊中與人互動負面感受程度容易深受個體自我分化程度所影響。

表 4-5-4 人際關係與背景變項、自我分化及「我位置」、「情緒主導」、「受他人影響」、「理智為主」之迴歸分析表

		模型七	模型八	模型九
		人際焦慮	正向人際	負向人際
自變項				
自我分化				
	我位置	.14 (.13) **	.12 (.13) **	.12 (.12) **
	情緒主導	.23 (.21) ***	.03 (.03)	.31 (.30) ***
	受他人影響	.29 (.30) ***	.05 (.06)	.09 (.10) *
	理智為主	.06 (.05)	.32 (.35) ***	.10 (.10) *
控制變項				
	性別	-.11 (-.04)	.21 (.10) **	-.11 (-.04)
	年齡	-.12 (-.13) *	.07 (.09)	.004 (.005)
	教育程度	-.11 (-.07)	.01 (.008)	-.06 (-.04)
	宗教 道教	-.10 (-.05)	.06 (.03)	-.11 (-.06)

(續下頁)

信仰	回教	-0.44 (-0.05)	-0.27 (-0.03)	-0.51 (-0.06)
	基督教	-0.12 (-0.06)	.006 (.003)	-0.008 (-0.004)
	天主教	-0.04 (-0.01)	-0.004 (-.001)	-0.16 (-0.05)
單位	戰鬥			
	支援	.02 (.01)	.001 (.001)	.02 (.01)
性質	勤務			
	支援	.05 (.01)	-0.16 (-0.06)	.04 (.01)
階級	一兵	.20 (.09)	.15 (.08)	-0.21 (-0.10)
	上兵	.33 (.16) *	.01 (.006)	-0.27 (-0.14) *
	下士	.21 (.07)	.009 (.004)	-0.03 (-0.01)
	中士	.24 (.10)	.08 (.03)	-.59 (-.26) ***
	上士	.36 (.11)	-0.05 (-0.01)	-0.46 (.15) *
	士官長	.68 (.15) **	.18 (.04)	-0.14 (-0.03)
	到部時間	.07 (.09)	.02 (.04)	.08 (.10)
休假是否正常		.01 (.003)	-0.05 (-.01)	.04 (.01)
將進訓基地時間		-0.02 (-0.03)	.01 (.02)	-0.02 (-0.03)
個人感情 狀況	未婚有對象	.075 (.04)	.12 (.08) *	.02 (.01)
	已婚	.10 (.03)	.06 (.02)	-0.004 (-0.001)
父母婚姻 關係	分居	.29 (.07)	.09 (.02)	-0.12 (-0.03)
	離婚	-0.05 (-0.02)	.006 (.004)	.03 (.02)

(續下頁)

與原生家	普通	-0.02 (-0.01)	-0.14 (-0.08) *	-0.13 (-0.07)
庭互動	不融洽	-0.08 (-0.01)	-0.07 (-0.02)	-0.46 (-0.11)
常數項				
R ²		.35	.32	.34
調整後 R ²		.31	.29	.30
F 值		9.37	8.30	8.93
N		651	651	651

註：係數為原始β值，括號中之數值為標準化係數。

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

- 1.性別以男生為比較組，係數代表女性與男性之差異。
- 2.宗教信仰以佛教為比較組，係數代表道教、回教、基督教及天主教之差異。
- 3.單位性質以戰鬥單位為比較組，係數代表戰鬥支援及勤務支援單位之差異。
- 4.階級以二兵為比較組，係數代表一兵、上兵、下士、中士、上士及士官長之差異。
- 5.休假是否正常以休假正常為比較組，係數代表與休假不正常者之差異。
- 6.感情狀況以未婚單身為比較組，係數代表未婚有交往對象及已婚之差異。
- 7.父母婚姻關係以結婚並同居為比較組，係數代表父母分居及離婚之差異。
- 8.與原生家庭關係以感情融洽為比較組，係數代表感情普通及不融洽之差異。

第五章 結論與建議

本章節依據第四章統計分析的結果針對研究假設進行檢驗，並依據研究之發現提出具體建議。本章共區分三節：第一節為研究摘述；第二節研究結果與討論；第三節為本研究之建議與限制；第四節為結論。

第一節 研究摘述

本研究旨在瞭解陸戰隊聯兵旅士官兵不同背景下(基本特性、軍事背景及家庭背景等)之自我分化程度，對於軍隊生活適應程度及人際關係的影響，期能透過本研究，開啟新面向對於軍隊生活適應及人際互動之探討，以提供未來我國軍隊心理衛生工作推動之參考，相關研究假設驗證結果如下：

壹、陸戰隊士官兵背景變項不同，在自我分化、生活適應與人際關係程度有差異。

從第四章第三節差異分析中，可發現不同背景變項對於「自我分化」、「生活適應」及「人際關係」之變項及其分變項均具有顯著性差異，以下研究者將背景變項分為「個人基本特性」、「家庭背景」及「軍事背景」實施進一步說明。

一、個人基本特性

在性別方面，「人際關係」構面及其「負向人際」分構面具有顯著性差異，男性在表現上明顯優於女性，表示對於陸戰隊聯兵旅志願役士官兵來說，男性在「人際關係」及「負向人際」表現上顯著優於女性。

年齡方面，自我分化之「受他人影響」分構面、「人際關係」構面及其「正向人際」分構面，「36-40 歲」顯著大於「20 歲以下」、「21-25 歲」、「26-30 歲」及「31-35 歲」。自我分化之「理智為主」分構面表現上，「36-40 歲」顯著大於「20 歲以下」、「21-25 歲」及「26-30 歲」；「生活適應」構面表現上，「20 歲以下」顯著大於「21-25 歲」、「36-40 歲」顯著大於「20 歲以下」、「21-25 歲」、「26-30 歲」及「31-35 歲」；在生活適應之「身心反應」分構面表現上，「20 歲以下」及「36-40 歲」皆顯著大於「21-25 歲」；在生活適應之「外在環境」分構面表現上，「36-40 歲」顯著大於「21-

25 歲」及「26-30 歲」。

在宗教方面，「自我分化」構面上信仰「其他宗教」顯著大於「佛教」；自我分化之「我位置」分構面上，信仰「佛教」、「基督教」及「其他宗教」皆顯著大於信仰「回教」者；在生活適應之「外在環境」分構面上，信仰「其他宗教」顯著大於信仰「回教」者；在人際關係之「負向人際」分構面上，信仰「佛教」、「道教」、「基督教」、「天主教」及「其他宗教」皆顯著大於信仰「回教」者。

二、軍事背景

在休假狀況方面，自我分化之「受他人影響」分構面上、「生活適應」構面及其「外在環境」分構面上，休假正常者皆顯著大於休假部正常者。

在階級方面，自我分化之「理智為主」分構面上，「士官長」階級者顯著大於「一兵」及「下士」階級者；在「生活適應」構面上，「二兵」及「士官長」階級者皆顯著大於「中士」階級者；在生活適應之「身心反應」分構面上及「人際關係」構面上，「士官長」階級顯著大於「中士」階級者；人際關係之「正向人際」分構面上，「士官長」階級顯著大於「上兵」及「下士」階級者；人際關係之「負向人際」分構面上，「二兵」及「下士」階級者皆顯著大於「中士」階級者。

到部時間方面，在「自我分化」構面及其「情緒主導」分構面上，「未滿三個月」及「4 年（含）以上」皆顯著大於到部「4-12 個月」者；在自我分化之「我位置」、「生活適應」構面及其「外在環境」分構面上，到部「未滿三個月」皆顯著大於「4-12 個月」者；在「人際關係」構面上，到部「未滿三個月」顯著大於「4-12 個月」；在人際關係之「負向人際」構面上，到部時間「未滿三個月」、「1-3 年」及「4 年（含）以上」皆顯著大於到部「4-12 個月」者。

三、家庭背景

個人感情狀況方面，在「自我分化」構面及其「受他人影響」、「理智為主」等分構面上、「人際關係」構面及其「正向人際」分構面上，個人感情狀況為「已婚」者皆顯著大於「未婚單身」及「未婚有交往對象」者；在人際關係之「人際焦

慮」構面上，個人感情狀況為「已婚」者皆顯著大於「未婚單身」者。

父母婚姻關係方面，在「自我分化」構面及其「理智為主」分構面上，父母婚姻關係為「結婚並同居」顯著大於父母婚姻關係為「分居」者；在自我分化之「受他人影響」分構面上，父母婚姻關係為「結婚並同居」者顯著大於父母婚姻關係為「離婚」者；在人際關係之「負向人際」分構面上，父母婚姻關係為「結婚並同居」及「離婚」者皆顯著大於父母婚姻關係為「分居」者。

與原生家庭互動方面，在「自我分化」構面及其「受他人影響」、「理智為主」、「情緒主導」等分構面上、「生活適應」構面及其「身心反應」、「外在環境」等分構面上、「人際關係」構面及其「正向人際」分構面上，均可發現與原生家庭感情「融洽」者顯著大於感情「普通」及「不融洽」者；在人際關係之「負向人際」分構面上，可發現與原生家庭互動「融洽」顯著大於「普通」及「不融洽」者；在人際關係之「人際焦慮」分構面上，與原生家庭互動「融洽」者顯著大於與原生家庭互動「普通」者。

從上述研究發現，部分「背景變項」對於「自我分化」、「生活適應」及「人際關係」等變項具有顯著性差異，可得知研究假設一獲得部分支持。

貳、陸戰隊士官兵自我分化程度與生活適應情形有相關性存在。

「自我分化」與「生活適應」彼此間互為中度正相關，也就是說陸戰隊聯兵旅士官兵「自我分化」越高者，其軍隊「生活適應」程度也越高；反之，士官兵「自我分化」程度越低時，其軍隊「生活適應」程度也越低。由此可知，研究假設二獲得支持。

參、陸戰隊士官兵自我分化程度與人際關係有相關性存在。

「自我分化」與「人際關係」彼此間互為中度正相關，也就是說陸戰隊聯兵旅士官兵「自我分化」越高者，其軍隊「人際關係」也越好；反之，士官兵「自我分化」程度越低時，其軍隊「人際關係」也越低。由此可知，研究假設三獲得支持。

肆、陸戰隊士官兵人際關係與生活適應情形有相關性存在。

「生活適應」與「人際關係」彼此間互為中度正相關，也就是說陸戰隊聯兵旅士官「生活適應」程度越高者，其軍隊「人際關係」也越好；反之，士官「生活適應」程度越低時，其軍隊「人際關係」也越差。由此可知，研究假設四獲得支持。

伍、陸戰隊士官的基本資料、自我分化程度對生活適應程度具有顯著預測力。

由第四章第五節迴歸分析模型一可得知，陸戰隊聯兵旅士官之「自我分化」對「生活適應」之預測性迴歸模式達到顯著標準 ($p < .001$)。模型二可發現，陸戰隊聯兵旅士官之「我位置」(β 係數=.15, $p < 0.01$)、「情緒主導」(β 係數=.18, $p < 0.01$)、「受他人影響」(β 係數=.26, $p < 0.01$)及「理智為主」(β 係數=.23, $p < 0.01$)等四構面對「生活適應」之預測性迴歸模式均達顯著標準 ($p < .001$)；另可從第四章第五節迴歸模型三發現，自我分化中「情緒主導」及「受他人影響」構面均對於生活適應「身心反應」之程度具有顯著解釋力，且 p 值均小於.001。也就是說對於陸戰隊聯兵旅士官來說，在軍隊中所承受的感覺、知覺以及壓力感受程度容易受到自身以及與人相處時對於他人的敏感行為而產生情緒所影響；模型四中可發現，自我分化的「我位置」及「理智為主」構面對於生活適應「外在環境」之程度具有顯著解釋力，且 p 值均小於.001。對於陸戰隊聯兵旅士官來說，對於單位運作模式能接受的程度以及所採取的因應策略，深受自己在處於壓力情境時仍能清楚明白自己的想法，以及個人較具有冷靜思考及邏輯推理能力所影響。

綜合上述，可發現陸戰隊聯兵旅士官「自我分化」變項及其「我位置」、「情緒主導」、「受他人影響」及「理智為主」等四構面，皆有助於提升部隊「生活適應」，其中以自我分化中的「情緒主導」及「受他人影響」構面對於生活適應中的「身心反應」構面具有顯著預測力，自我分化中的「我位置」及「理智為主」構面對於生活適應中的「外在環境」構面具有顯著預測力，是故本研究假設五可獲得支持。

陸、陸戰隊士官的基本資料、自我分化程度對人際關係程度具有顯著預測力。

由第四章第五節迴歸分析模型三可得知，陸戰隊聯兵旅士官之「自我分化」

對「人際關係」之預測性迴歸模式達到顯著標準 ($p < .001$)。模型四可發現，陸戰隊聯兵旅士官之「我位置」(β 係數=.16, $p < 0.01$)、「情緒主導」(β 係數=.17, $p < 0.01$)、「受他人影響」(β 係數=.15, $p < 0.01$)及「理智為主」(β 係數=.29, $p < 0.01$)等四構面對「人際關係」之預測性迴歸模式均達顯著標準 ($p < .001$)；另可從迴歸分析模型七發現，自我分化中「情緒主導」及「受他人影響」構面均對於人際關係「人際焦慮」之程度具有顯著解釋力，且 p 值均小於.001。對於陸戰隊聯兵旅士官來說，在軍隊中與人互動感受到焦慮或恐懼程度容易受到自身處於壓力情境時自己內心所產生或與人相處時產生情緒所影響；迴歸模型八可發現，自我分化中「我位置」及「理智為主」等構面均對於人際關係「正向人際」之程度具有顯著解釋力，其 p 值均小於.01。對於陸戰隊聯兵旅士官來說，與人相處正向感受程度，深受自己在處於壓力情境時仍能清楚明白自己的想法，以及個人較具有冷靜思考及邏輯推理能力所影響；而從迴歸分析模型九發現，自我分化中「情緒主導」構面對於人際關係之「負向人際」構面具有顯著解釋力，且 p 值小於.001。也代表著對於陸戰隊聯兵旅士官來說，在軍隊中負面人際關係的感受程度深受自己在軍隊中受到自身情緒所影響。

綜合上述，可發現陸戰隊聯兵旅士官「自我分化」變項及其「我位置」、「情緒主導」、「受他人影響」及「理智為主」等四構面，皆有助於提升士官軍隊「人際關係」發展。其中以自我分化中的「情緒主導」及「受他人影響」構面對於人際關係中的「人際焦慮」構面具有顯著預測力，自我分化中的「我位置」及「理智為主」構面對於人際關係中的「正向人際」構面具有顯著預測力，也就是本研究假設六可獲得支持。

表 5-1-1 研究假設檢驗結果

研究假設	統計分析方法	驗證結果		
		全部支持	部分支持	未獲支持
研究假設一：陸戰隊士官兵背景變項不同，在自我分化、生活適應與人際關係程度具有差異。	t 檢定 單因子變異數分析		◎	
研究假設二：陸戰隊士官兵自我分化程度與生活適應情形有相關性存在。	皮爾森積差相關		◎	
研究假設三：陸戰隊士官兵自我分化程度與人際關係有相關性存在。	皮爾森積差相關		◎	
研究假設四：陸戰隊士官兵人際關係與生活適應情形有相關性存在。	皮爾森積差相關		◎	
研究假設五：陸戰隊士官兵自我分化程度對生活適應程度具有顯著預測力。	迴歸分析		◎	
研究假設六：陸戰隊士官兵自我分化程度對人際關係程度具有顯著預測力。	迴歸分析		◎	

資料來源：研究者自行整理

第二節 研究結果與討論

壹、研究參與者在各量表構面表現之結論

一、自我分化量表

由描述性分析可得知，「自我分化」總量表平均數為 3.56，介於三分量表「尚可」與四分所表示的「大部分符合」之間，並傾向「大部分符合」選項。其中以「情緒主導」構面的分數為最高，因該構面題目均為反向題型，經反向陳述及計分後，表示陸戰隊聯兵旅士官在面對事情或者壓力情境時，較不容易受自身情緒影響；不過在「受他人影響」構面（平均值為 3.50）低於總量表平均數 3.56 為最低，因該構面題型均為反向題型，經反向陳述及計分後，代表對於陸戰隊聯兵旅士官來說，在與人相處時較不易因他人敏感的行為，而產生情緒起伏。

綜合上述可發現，研究參與者普遍自我分化程度在各構面平均分數均稍微偏高的狀況，亦即陸戰隊聯兵旅士官在表達自我的想法、較不容易受到情緒或他人的影響，且能較理智應對，但各構面中以「受他人影響」分數為最低。研究結果與馬承逸（2011）針對國內大學生進行自我分化測量之程度相似，各構面分數均低於 4 分，但高於 3.5 分，且均以「受他人影響」構面分數為最低。研究者認為可能在東方文化中，受儒家倫理道德教育薰陶，傾向追求人際間的和諧，是故對於他人行為難免影響自身情緒，這呼應劉玉玲（2015）表示跨文化間自我分化，東方集體文化相較於西方個人文化，將擁有更多的團體義務。

二、生活適應量表

由描述性分析可以發現，「生活適應」總量表平均數為 3.76，介於三分量表「尚可」與四分所表示的「大部分符合」之間，並傾向「大部分符合」選項。其中以「身心反應」構面分數平均數 4.01 為最高，代表陸戰隊聯兵旅士官在面對軍隊所存在影響生理或心理層面的壓力時，較能做對等的調整、調適；然而在「外在環境」構面平均數 3.44 為最低，意謂著陸戰隊聯兵旅士官在面對軍隊制度、管理所產生的壓力，較能調適自我。

承上所述，陸戰隊聯兵旅士官普遍在面對軍隊生活，所產生無論是在單位管理，或是在生心理層面所產生的壓力，都能夠自行調適並消弭壓力。本研究結果相近於沈詠樺（2016）針對陸戰隊志願役士兵所進行生活適應之研究，也發現普遍陸戰隊士兵在面對部隊壓力時，均能自我調整心境去應對。研究者認為海軍陸戰隊志願役士官在進入部隊服役前，基於社會對於陸戰隊訓練嚴苛之既有框架而選擇加入陸戰隊，因而無論在心理或者生理上已預先完成準備，也因為如此陸戰隊志願役士官對於軍隊環境、訓練以及所產生的壓力，均較能調整自我身心去應對。

三、人際關係量表

由描述性分析可以發現，「人際關係」總量表平均數為 3.69，介於三分量表「尚可」與四分所表示的「大部分符合」之間，並傾向「大部分符合」選項。其中以「負向人際」構面分數平均數 4.26 為最高，因該構面題型均為反向題型，經反向陳述及計分後，說明大部分陸戰隊聯兵旅士官在軍隊與同僚交往，較少出現衝突、爭執等負面人際互動的情形；然而在「正向人際」構面平均數 3.36 為最低，意謂著陸戰隊聯兵旅士官在軍隊與人交流互動時，認為自己能感受到正面的程度。

貳、研究參與者「背景變項」與研究各構面之結論

研究參與者「背景變項」與「自我分化」、「生活適應」及「人際關係」差異分析之重要發現，說明如下：

一、年齡較長者，在自我分化、生活適應及人際關係表現越好：

本研究結果顯示，年齡在自我分化、生活適應及人際關係上存在顯著差異。尤其在自我分化的表現上為最明顯，隨著年紀越大，其自我分化程度也越高，研究者認為陸戰隊士官隨著年齡的增長，所經歷遭遇的人生歷練相較於年紀較輕者多，在自我內心的成熟度展現也將越高，也表示越能以理智取代自動化的情緒思考，也呼應薛鈞芳（2007）將自我分化定義為自我成熟的程度。

二、西方宗教信仰相較於東方在自我分化及我位置表現無顯著差異存在：

本研究結果在自我分化、我位置、外在環境及負向人際等構面上，回教較不如

與其他宗教且具有顯著差異，因本研究回教參與者僅 9 人次，較不具有實質代表性存在，但可以發現東西方宗教來看，嚴奇峰（1998）表示西方深受預選說影響，西方人認為任何人都無法取代他人的靈魂而獲救，漸由此價值理念發展出個人主義觀點，相較於東方文化受儒家思想影響，傾向以何為貴，也因此發展集體主義的價值觀。但在本研究結果顯示，東西方宗教信仰在本研究自我分化及我位置構面上，佛教、基督教及天主教信徒平均分數均達 3.5 以上，並無明顯差異存在，研究者與 Chung 與 Gale（2009）研究發現相似，認為東方文化漸漸受西方化影響，在我位置表現上已漸提升。

三、自我分化、生活適應及人際關係程度，不全然受階級及到部時間所限制：

本研究結果發現，到部時間為「3 個月以下」者，在自我分化、生活適應及人際關係表現上皆明顯高於到部「4-6 個月者」；在階級方面，生活適應程度「二兵」明顯優於「中士」階級者。由此可見，自我分化、生活適應及人際關係程度並不全然受階級及到部時間所影響。黃霽（1998）表示軍隊環境為軍階嚴謹，強調階級服從。因此研究者認為軍階在軍隊文化中足以表示官兵在軍隊之社經地位，然而鮑恩（1978）表示自我分化程度取決於當下有多少基本自我，而與社經地位或者智力無明顯關聯，則間接呼應本研究之發現。

四、已婚者在自我分化及人際關係上表現較佳：

研究參與者婚姻狀況為已婚者，在自我分化、受他人影響、理智為主、人際關係、正向人際及人際焦慮的表現上，均較未婚之陸戰隊聯兵旅士官兵高。研究者推斷現代社會以小家庭為主，大部分已婚者會選擇脫離原生家庭，而與親密另一半建構新生活，也間接導致個體不容易情緒依附於原生家庭中，相對較少的情緒依附，也存在越多的基本自我，代表著自我分化程度相對較高。但若要深入了解其中的因素，或許未來在研究上可透過質性訪談法來窺探。

五、參與者雙親結婚並同居者在自我分化表現較佳：

研究結果顯示，研究參與者雙親結婚並同居者，在自我分化表現上較高於雙親

離婚及分居者。因歐陽儀、吳麗娟(2012)、王鑾襄、賈紅鶯(2013)及林淳頤(2016)研究均發現，個體自我分化程度受到父母親在其原生家庭分化程度所影響。惟本研究僅得知參與者父母婚姻狀況為結婚並同居者在自我分化程度表現較佳，但未獲得陸戰隊聯兵旅士官父母對其原生家庭之自我分化程度，但若深入探討其中自我分化影響因素，未來可透過更深入質性訪談探究。

六、與原生家庭互動融洽者在自我分化、生活適應及人際關係表現上均較佳：

研究結果發現，研究參與者與原生家庭相處融洽者，在自我分化、情緒主導、受他人影響、理智為主、生活適應、身心反應、外在環境、人際關係、正向人際、負向人際及人際焦慮等構面的表現上，均優於與原生家庭關係普通及不融洽者。楊康臨(2005)及劉玉玲(2015)研究發現，當個體在家庭或親密關係中，能保有較多的自我，並多以理智取代自動化情緒系統，將有助於提升婚姻、互動關係。研究者認為，有較高自我分化程度的陸戰隊士官，較能理智並分化堅定自我，而非情緒依附在家庭成員上，是故在與家人相處上也較為融洽，相對地也會將家庭中學習到的生活知識、技能，複製到軍旅生活之中，其在軍隊生活適應及人際關係表現也相對較佳。

參、研究參與者「自我分化」、「生活適應」及「人際關係」綜合分析

本研究結果發現，陸戰隊聯兵旅士官的自我分化與生活適應、人際關係有正向顯著相關，也就是說士官自我分化程度越高，其在部隊生活適應程度也越高，在軍隊人際關係發展也越好。在石芳萌、吳麗娟、林世華(2010)、詹寓婷(2010)及陳俐伶(2012)研究中均發現，當個體自我分化越高時，無論是在學校、職場或者在親密關係相處上，均較分化程度低者更容易理智解決及應對壓力，而非單憑情緒化反應處置。然而胡雅婷(2005)、林季儀(2006)、黃慧玲(2011)及游淑華、吳麗雲、蔡金蓮(2012)研究結果顯示，自我分化程度越高者，在面對人際壓力時較能使用問題解決、尋求社會支持等較理智方式處置，而非以負面及自責等情緒化反應方式看待。

本研究透過線性迴歸分析，發現陸戰隊士官兵「自我分化」變項及其「我位置」、「受他人影響」、「情緒主導」、「理智為主」各構面對於「生活適應」與「人際關係」變項均具有顯著性預測力，且 p 值均小於.001。由上述可知，既有研究已知在家庭、校園及職場上，個體自我分化程度提升均有助於適應及人際關係的發展，透過本研究也可發現，在軍隊場域中也獲得驗證，是故提升官兵個人自我分化程度，將有助於其在軍隊生活適應及人際關係的推展。

由於陸戰隊聯兵旅士官兵皆來自於不同的家庭，且家庭是是培養個體生活知識、技能及適應的場所，且是社會組織基本的單位（陳英豪，2009）。鮑恩以自我分化概念來衡量一個人的基本自我，而基本自我源自於個體與其原生家庭化過程（Bowen,1978）。國內外研究均發現當個體具備自主性、擁有自己的價值觀，較能妥善地解決情緒化的情境與問題，也可以說是自我分化程度越高，心理健康狀態較佳，並具備良好的適應能力（Bowen,1978；Bartle & Sabatelli,1995；Chung & Gale,2006；王大維，1996；陳靜宜，2001；陳怡樺，2007；詹寓婷，2010；張華甄，2012；劉玉玲，2015），本研究與上述國內外研究結果相同，當個體自我分化程度，對於進入軍隊場域生活適應及人際關係發展有明顯的影響，也就是說當個體自我分化程度高時，在軍隊生活適應及人際關係也較良好。因此，有效提升官兵個體自我分化的程度，將有助於幫助其在軍隊生活適應及人際關係的發展，進一步助長國軍留營率及降低自我傷害案件肇生，以提振國軍士氣及提升戰力。

第三節 研究限制與建議

本節次將依據研究發現結果，對於實務及研究上之限制與建議進行研討，以提供未來在實務推展或是研究發展參考之依據。

壹、研究限制方面：

一、研究對象

本研究對象主要陸戰隊聯兵旅士官兵為主，研究參與士官兵已超過五成到部長達乙年（含）以上，研究者認為可能受到軍事社會化影響，絕大多數官兵在部隊

儼然已發展良好適應性及人際關係，因詹寓婷（2010）表示當個體離開原生家庭，是發展自我分化的良好時機，此時期充滿壓力，最能看出個體自我分化程度。建議未來在自我分化觀點探討上，研究對象可針對新訓單位之官兵為主，因新訓單位官兵剛脫離家庭或者學校環境，剛進入軍隊高壓且缺乏自由的場域，研究者認為倘若能以新訓單位官兵為研究對象，將更進一步了解自我分化程度實際對於軍隊適應及人際關係的關聯性。

二、問卷施測

本研究採問卷調查方式針對陸戰隊聯兵旅士官進行施測，因自我分化觀點在家族治療理論中，具有兩個面向：一為個人內在層面，另一為系統互動層面（馬承逸，2011；詹寓婷，2010）。本研究僅採取個人內在層面，以測量參與者在面臨壓力時理智與情緒的區別程度，然未納入系統互動層面，因本研究之人際關係定義為軍隊中人與人之間的互動關係，存在軍事系統的互動關係，建議爾後在設計上可納入考量，使研究更趨完整。

三、研究方法之限制

本研究對象僅以士官兵單一個體為主，因諸多研究均可得知個體自我分化程度深受其父母親在其原生家庭分化程度所影響（歐陽儀、吳麗娟，2012；王鑾襄、賈紅鶯，2013；林淳頤，2016）。本研究採取問卷調查方式，僅能獲得研究參與者主觀的態度想法，因無法得知研究參與者真實的行為表現，亦即未必能精準呈現實際狀況，建議未來在研究上，可採取質化（如：深度訪談方式），或者倘若運用問卷施測方法可納入官兵及其父母為研究對象進行驗證，以期能更深入了解士官兵在自我分化程度之差異影響因素及其真實樣貌。

貳、建議

一、從事輔導工作人員可透過自我分化觀點來瞭解軍職人員生活適應與人際關係之關聯性

研究者在第二章節中提出已有許多文獻研究顯示個體自我分化程度，與生

活適應及人際關係具有關聯性存在，且本研究係以軍隊環境來探究，也發現個體自我分化程度可預測其在軍隊生活適應程度及人際關係之發展。因此，建議從事輔導工作人員，無論是擔任一級（單位班、排長及輔導長）、二級（擔任心輔官人員）或者三級防處人員均可以著眼於個案自我分化的觀點，以期能獲得更多的訊息協助預防及改善個案所面對的困境。

二、透過教育訓練，增進輔導工作人員對於自我分化觀點的認知及運用

配合各項集會或者在職訓練時機，安排自我分化觀點課程，期能透過平日的教育訓練，增進軍隊助人工作者在面對案主時，可將其部隊適應或人際發展的困擾，納入個體家庭生長脈絡背景作為考量，期能以更全面、宏寬的角度看待案主的身心發展，使案主得以獲得良好的身心狀況。

三、強化官兵自我情緒覺察能力，並鼓勵適切表達自己的感受

本研究係以個人內在層面的自我分化觀點來作為測量工具，因個人自我分化程度取決於當下擁有多少基本自我，而基本自我受到維持生命的情緒歷程以及透過思考、推理和邏輯處理的理智系統所影響。當個體面臨壓力時，自我分化高者越能以理智系統與外界連結，相對於自我分化程度低者，則情緒與理智的糾結程度將越高，個體功能運作也越差（Bowen, 1978）。是故對於在軍隊高壓環境服役的官兵來說，增進其情緒覺察能力，並得以使用邏輯推理的客觀能力看待壓力來源，將使其越能區辨自我理智與情緒的能力，也就是說自我分化程度相對較高，將有助於提升部隊適應及人際處理上的壓力來源，並進一步提升部隊留營率，得以提升部隊戰力。

四、配合家屬聯繫，呼籲家庭關係對官兵在自我分化、生活適應及人際關係發展之影響性

本研究結果發現，研究參與者與原生家庭相處融洽者，在自我分化、生活適應、及人際關係之表現上，均優於與原生家庭關係普通及不融洽者。面對在軍隊生活適應及人際關係不良之個案，可透過家屬聯繫關切其家庭狀況，並從旁協助家庭關係

之改善，幫助家庭成員提升自我情緒覺察能力，得以在面對家庭衝突議題時採取理智性態度看待，以提升官兵個體自我分化之能力。

第四節 結論

本研究是探討陸戰隊聯兵旅士官自我分化程度是否對於軍隊生活適應及人際關係有所影響，並透過量化研究的方法，使用問卷調查針對陸戰隊聯兵旅士官進行施測。

本研究結果發現，自我分化程度確實影響陸戰隊士官部隊生活適應程度。因此，當士官自我分化程度越好，在部隊生活適應也將越良好。其中以「受他人影響」與「身心反應」及「理智為主」與「外在環境」的影響層面最大。也就是對於陸戰隊士官來說，不易因他人對於自己的敏感行為而影響自身情緒者，在軍隊中壓力感受程度也相對較小，並且具有冷靜思考及邏輯推理能力之特質，也較能接受及因應軍隊生活的運作模式；研究中也顯示，自我分化程度的良窳顯著影響著陸戰隊士官軍隊人際關係的發展。因此，當士官自我分化程度越高時，在部隊人際關係發展也越好。其中以「受他人影響」與「人際焦慮」、「理智為主」與「正向人際」及「情緒主導」與「負向人際」的影響層面最大。表示對於陸戰隊士官來說，不易受到他人的敏感行為而影響自身情緒者，在軍隊中與人互動感受到焦慮程度相對較低，並當個人具備冷靜思考及邏輯推理之特質，在軍隊中與人相處較容易有正向感受，並且不易受到情緒所左右者，在軍隊人際互動上負向感受將越少。

另外，研究中也發現，「家庭背景」因素對於個人自我分化程度影響程度甚大，研究參與者中發現，「已婚者」、「與原生家庭感情融洽者」及「原生父母親結婚並同居者」在自我分化程度表現也相對較佳。部隊中每一位官兵均來自於不同的家庭背景，每個人都有著專屬於自己的一本成長故事書，期待透過本研究讓從事部隊輔導工作人員，在咀嚼官兵人生遊歷之時，能切入自我分化觀點來深入了解其中脈絡，期能以更宏寬、全面的角度協助解決部隊生活適應及人際關係發展之問題，進而提升部隊戰力。

參考文獻

中文文獻：

- 王大維 (1996)。家庭系統分化與大學生的心理社會發展之相關研究(未出版碩士論文)。國立彰化師範大學輔導研究所碩士論文，彰化。
- 王鑾襄、賈紅鶯 (2013)。Bowen 自我分化理論與研究：近十年文獻分析初探。輔導季刊，49 (4)，27-39。
- 王慧玲、連雅慧(合譯) (2002)。家庭治療的理論與方法。台北:洪葉文化。
- 王志弘、許妍飛(合譯) (2006)。社會認同。台北：巨流。
- 石芳萌 (2007)。高中職學生親職化、自我分化與身心健康之相關研究(出版碩士論文)。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文，台北市。
- 石芳萌、吳麗娟、林世華 (2010)。高中職學生親職化、自我分化與身心健康之相關研究。教育心理學報，41(4)，823-846。
- 江茂坤 (2004)。國軍駐防外島地區士官生活適應相關之研究 (未出版之碩士論文)。政治作戰學校軍事社會行為科學研究所碩士論文，台北市。
- 江文賢、田育慈(譯) (2016)。解決關係焦慮-Bowen 家庭系統理論的理想關係藍圖 (原作者：Roberta M. Gilbert)。台北市：張老師。
- 江文賢等 (譯) (2013)。Bowen 家庭系統理論之八大概念：一種思考個人與團體的新方式 (原作者：Roberta M. Gilbert)。台北市：秀威資訊科技。
- 朱振衣 (2004)。工作社會支持、家庭社會支持、工作-家庭衝突與生涯滿意度關聯性之研究(未出版碩士論文)。國防大學國防管理學院資源管理研究所碩士論文，台北。
- 朱美珍 (1998)。軍校學生人際關係與生活適應之研究－以政戰學校為例。復興崗學報，63，149-165。
- 阮琳雅 (2017)。Bowen 自我分化概念應用在華人文化脈絡中之初探。諮商與輔導，375，40-44。

- 李秉倫 (2013)。Bowen 式家庭系統自我分化運用與誇文化上適用的省思。諮商與輔導，330，9-11。
- 李吳澤 (2015)。職場如後宮：華人的職場壓力與人際關係。諮商與輔導，356，47-49。
- 沈詠樺 (2016)。海軍陸戰隊志願役士兵生活適應、工作滿意度與留營意願相關性之研究(未出版碩士論文)。國防大學政治作戰學院社會工作研究所碩士論文，台北。
- 何宜純 (2010)。論後期中等學校學生學校適應之相關因素。網路社會學通訊期刊，84。
- 吳銜禎 (2011)。警察主管工作壓力與生活適應之研究(未出版之碩士論文)。國立政治大學社會科學學院碩士論文，台北。
- 吳麗娟 (1998)。父母自我分化、教養態度對青少年子女自我分化、因應策略及適應影響之研究。教育心理學報，30 (1)，91-132。
- 吳岳秀、蔡宗晃 (2014)。藥物濫用役男之情緒、生活適應及輔導策略之研究。青少年犯罪防治研究期刊，6 (1)，81-120。
- 邱秀燕 (1999)。青少年家庭系統分化、心理分離-個體化、自我發展及情緒適應之相關研究(未出版碩士論文)。臺灣師範大學教育心理與輔導學系研究所碩士論文，台北。
- 邱皓政 (2010)。量化研究與統計分析。台北：五南。
- 林季儀 (2006)。青少年知覺之家庭系統分化、人際因應策略與學校人際適應之相關研究(未出版碩士論文)。國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系碩士論文，台北。
- 林季儀 (2006)。青少年知覺之家庭系統分化、人際因應策略與學校人際適應之相關研究(未出版之碩士論文)。國立臺灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文，台北。

- 林淳頤 (2016)。父母自我分化程度對獨生子女自我分化、生活適應之影響。諮商與輔導，371，31-34。
- 林國煌 (1988)。人際關係。健康世界，146，3-3。
- 卓淑玲、邱發忠 (1999)。士兵生活適應問題、因應策略及相關變項關係之初探。復興崗學報，68，165-202。
- 胡雅婷 (2005)。高職女生自我分化、人際互動與憂鬱傾向之相關研究—以台北市某高職為例(未出版之碩士論文)。中國文化大學，台北。
- 胡正申 (1998)。軍中人際關係之探討與輔導策略的運用，復興崗學報，63，187-214。
- 施蕙華、曾麗娟 (2008)。工作壓力感受、社會支持、工作滿意與離職傾向之關連性研究-以職業軍官為例。復興崗學報，79，37-53。
- 馬承逸 (2010)。大學生自我分化、壓力感受與身心健康之關係(未出版碩士論文)。國立政治大學商業及管理學門所碩士論文，台北。
- 高淑貴 (1998)。家庭社會學。台北：黎明文化。
- 栗珍鳳 (1999)。大學生自我分化和心理社會發展之相關研究(未出版碩士論文)。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文，台北市。
- 翁樹樹、王大維(合譯) (1999)。家族治療理論與技術。台北:揚智出版社。
- 孫敏華 (2000)。役男壓力來源、因應方式與軍中適應關係之研究。「第三屆軍事社會科學學術研討會」論文。國防大學政治作戰學院，台北市。
- 孫敏華、陳洋洲 (2002)。役男軍中適應量表預測效果及其軍中適應之縱貫研究。復興崗學報，76，141-174。
- 徐西森、連廷嘉、陳仙子、劉雅瑩 (2002)。人際關係的理論與實務。台北市：心理。
- 陳例伶 (2012)。大學生自我分化與不同親密關係情境下人際行為之關係研究(未出版碩士論文)。臺北市立教育大學心理與諮商學系碩士論文，台北。

- 陳俊伶 (2006)。害羞、社交自我效能以及主觀幸福感之相關研究—以軍校生為例(未出版碩士論文)。國防大學政治作戰學院社會工作研究所碩士論文,台北。
- 陳文輝 (2013)。國軍人際溝通能力與軍中生活適應之研究—以陸軍士兵為例(未出版之碩士論文)。政治作戰學校政治新聞所碩士論文,台北。
- 陳怡樺 (2007)。大學生自我分化、親子衝突與生涯決定狀態關係之研究(未出版之碩士論文)。國立臺中教育大學碩士論文,台中市。
- 陳俐伶 (2012)。大學生自我分化與不同親密關係情境下人際行為之關係研究(未出版碩士論文)。臺北市立教育大學,臺北市。
- 陳靜宜 (2001)。自我分化在家庭治療理論中的意義。諮商與輔導, 191, 17-20。
- 陳思帆、張高賓 (2013)。國中生知覺家庭功能、社會支持與憂鬱傾向之相關研究。家庭教育與諮商學刊, 14, 83-110。
- 陳英豪 (2009)。家庭環境對孩子的影響之初探。家庭教育雙月刊, 18, 91-100。
- 陳苑茹、馬于雯 (2008)。社會支持與國軍士兵自傷行為傾向之關係分析-復原力之調節效果。復興崗學報, 79, 1-25。
- 陳育傑 (1995)。人際關係的壓力。新使者, 26, 12-14。
- 陳正鏞、陳君愷 (2011)。國軍募兵制規劃及執行情形之探討。政府審計季刊, 31 (2), 39。
- 陳奕陵 ; 洪培馨 ; 盧貞伶 ; 梁鳳瑋 ; 梁宗鑾 ; 韓豐年 (2011)。Facebook 社群網站的涉入程度與人際關係研究。圖文傳播藝術學報, 2011, 97-103。
- 陳皎眉 (2004)。人際關係與人際溝通。台北市: 雙葉書廊。
- 張華甄 (2012)。高中職學生自我分化、家人關係與生涯定向之相關研究—以台南市為例(未出版之碩士論文)。國立嘉義大學碩士論文, 嘉義市。
- 張學善、林昱良、葉淑文 (2010)。大學生情緒智慧、人際關係與自我概念之關係探究。輔導與諮商學報, 32 (2), 1-25。
- 張春興 (1989)。張氏心理學辭典。台北市: 東華書局。

- 國防部 (2013)。中華民國 102 年國防報告書。台北：國防部。
- 程禹欽 (2013)。國軍志願役官兵工作認知、部隊適應、工作承諾與留營意願相關性研究(未出版碩士論文)。國防大學政治作戰學院社會工作研究所碩士論文，台北。
- 黃霽 (1988)。認知與適應部隊生活—做個快樂的大兵。軍事社會科學半年刊，2，14-41。
- 黃儀婷 (2016)。大學生自我分化、生涯因應策略與生涯定向之相關研究 (未出版之碩士論文)。淡江大學教育心理與諮商研究所碩士論文，新北市。
- 黃思穎 (2007)。家長親職態度與幼兒生活適應相關研究(未出版碩士論文)。政治大學幼兒教育所碩士論文，台北市。
- 黃慧玲 (2011)。青少年自我分化、人際互動與幸福感關係之研究(未出版碩士論文)。國立彰化師範大學教育研究所碩士論文，彰化。
- 黃耀宏 (2012)。憲兵軍官對志願役士兵生活適應、工作態度與認同感之調查分析 (未出版之碩士論文)。國防大學政治作戰學院心理及社會工作學系社會工作組碩士論文，台北市。
- 游淑華、吳麗雲、蔡金蓮 (2012)。高中職學生家庭系統分化，自我概念對其人際衝突解決策略的預測研究—自我概念的中介效果。中華輔導與諮商學報，34，113-141。
- 彭思蓉 (2011)。以分化觀點看兒童及青少年社交焦慮症之成因。諮商與輔導，308，27-30。
- 詹寓婷 (2010)。大學生自我分化、社會支持與生活適應之相關研究(未出版碩士論文)。國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系碩士論文，台北。
- 楊錦登 (1998)。國軍軍事院校學生生活適應與人際關係之研究(未出版碩士論文)。政治作戰學校政治研究所碩士論文，台北。
- 楊正誠 (2003)。大學生網路成癮，社會支持與生活適應關係之研究(未出版之碩士

- 論文)。東海大學教育研究所碩士論文，台中。
- 楊康臨(2005)。家庭分化、自我分化與婚姻滿意度-Bowen 家庭系統理論之驗證。行政院國家科學委員會專題研究計畫成果報告(編號：NSC93-2413-H-030-005)。台北縣：私立天主教輔仁大學心理學系。
- 楊均典(2010)。靈性安適之概念分析。護理雜誌，57(3)，99-104。
- 鄧筑霞(2017)。父母自我分化程度與家庭空巢期適應。諮商與輔導，377，35-38。
- 劉紀谷(2007)自我分化與社交焦慮之相關研究(未出版碩士論文)。國立政治大學教育研究所碩士論文，台北。
- 劉玉玲(2015)。台灣女性自我分化與婚姻關係(未出版之博士論文)。國立暨南國際大學社會政策與社會工作學所博士論文，南投。
- 鄭佩芬、王淑例(2008)。人際關係與溝通技巧。新北市：揚智文化。
- 蔡金蓮(2009)。高中職學生家庭系統分化、自我概念與人際衝突解決策略之關係研究(未出版碩士論文)。台南應用科技大學生活應用科學研究所碩士論文，台南。
- 蔣治邦(2009)。國軍義務役士兵服役態度、軍中人際對生活適應影響之研究(未出之碩士論文)。國立中正大學犯罪防治研究所碩士論文，嘉義。
- 歐妙苓(2010)。Bowen 家庭系統理論與個體的開展:以一個生命故事為例。教師論壇，51(1)，104-111。
- 歐陽儀、吳麗娟(2012)。父母自我分化對青少年子女身心健康影響模式探討。教育心理學報，43(3)，567-589。
- 賴秋樺(2009)。軍隊領導管理模式與海軍義務役士兵適應問題之關係(未出版之碩士論文)。臺北大學犯罪學研究所學位論文，台北。
- 賴保禎(1981)。父母管教態度測驗指導手冊。台北：中國行為科學社。
- 錢淑芬、廖帝涵(2009)。軍隊的階級倫理如何框住人際互動：憲兵義務役士兵的軍事社會化經驗。復興崗學報，96，79-105。

- 薛鈞芳 (2007)。大學生自我分化、愛情態度與其愛情關係中衝突因應方式之關係研究(未出版碩士論文)。國立暨南國際大學，南投。
- 謝汎儀 (2008)。海軍艦隊士官兵生活壓力、社會支持及生活適應之研究(未出版之碩士論文)。屏東科技大學技術及職業教育研究所學位論文，屏東。
- 簡茂發 (1986)。大學生適應問題及其相關因素之探討研究。師大教育研究所集刊，28，1-90。
- 顏志龍 (2015)。傻瓜也會寫論文。台北：五南。
- 蘇慧娟 (2010)。國中學生自我分化、情緒自覺與身心健康之相關研究(未出版碩士論文)。國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系碩士論文，台北。
- 蘇逸珊 (2002)。大學生依附風格、情緒智力與人際關係之相關研究 (未出版之碩士論文)。屏東師範學院教育心理與輔導研究所碩士論文，屏東。
- 蘇建文、林美珍、陳李綢、程小危、吳敏而、林惠雅、柯華崑、幸曼玲、陳淑美合著 (1998)。發展心理學。台北市：心理。
- 嚴奇峰 (1998)。本土人際互動之描述模型-從文化價值影響與世俗化行為觀點探討。中原學報，26 (2)，21-29。

英文文獻

- Schwartz, J. P., Thigpen, S. E., & Montgomery, J. K. (2006). Examination of parenting styles of processing emotions and differentiation of self. *The Family Journal, 14(1)*, 41-48.
- Adams, A. M. (2004). Perceived influences of differentiation of self on marital and sexual satisfaction. *Dissertation Abstracts International Section A: Humanities and Social Sciences, 64(7-A)*, 2391.
- Arkoff, A.(1968). *Adjustment and Mental Health*. New York : McGraw-Hill.
- Bowen, M. (1978).*Family Therapy in Clinical Practice*. New York, NY: Jason Aronson

- Chung, H., & Gale, J. (2006). Comparing self-differentiation and psychological well-being between Korean and European American students. *Contemporary Family Therapy, 28*(3),367-381.
- Chung, H., & Gale, J. (2009). Family functioning and self-differentiation: A cross-cultural examination. *Contemporary Family Therapy, 31*(1), 19-33.
- Kerr, M. E., & Bowen, M. (1988). *Family Evaluation*. WW Norton & Company.
- Kaplan, P.S., & Stein, J. (1984). *Psychology of Adjustment*. Belmont, CA:Wadsworth.
- O'Hara, D. J., & Meteyard, J. (2011). The differentiation of self and the capacity to tolerate interpersonal difference and societal expectations: an exploratory study. *Asia Pacific Journal of Counselling and Psychotherapy, 2*(2), 126-137.
- Roy, C. & Andrews, H.A. (1999). *The Roy Adaptation Model*. Appleton & Lange, Stamford.
- Sabatelli, R. M., & Bartle, S. E. (1995). Survey approaches to the assessment of family functioning: Conceptual, operational, and analytical issues. *Journal of Marriage and the Family, 1025-1039*.

網路資料：

- 監察院 (2013)。102 國調 009 號調查報告。未出版之統計數據。取自 <http://www.cy.gov.tw/mp.asp?mp=1>
- 葉郁甫、謝政霖 (2017)。全募兵制將上路 國軍兵力怎麼解？取自民視新聞 <https://news.ftv.com.tw/news/detail/2017915P01M1>
- 洪政哲 (2017)。基層沒人...國防部研究留營慰助金擴及尉官及士官。取自聯合新聞網 <https://udn.com/news/story/6656/2454326>
- 羅添斌 (2017)。國軍女性官兵人數大爆發 即將突破 2 萬人！取自自由時報 <http://news.ltn.com.tw/news/politics/breakingnews/2210374>

附錄一

從自我分化觀點看陸戰隊士官兵適應及人際關係之研 調查問卷（預試問卷）

敬愛的士官、士兵您好：

首先，十分感謝您協助撥冗填答本問卷，由於您的協助，將使本研究獲得寶貴的資訊，俾利我們對問題的瞭解。

這份問卷主要是針對您個人自我分化程度在軍隊適應及人際關係相關程度的問卷調查；另本問卷區分四部分，採匿名方式填寫，所有內容僅供學術研究之用，您所提供的資料絕對保密，敬請安心作答，再一次由衷感謝您的參與。

敬祝

健康 順心

國防大學政治作戰學院 心理及社會工作學系

研究生：楊仁傑

指導教授：郭盛哲 博士

中華民國 106 年 11 月

第一部分：基本資料（以下題目請於□內打勾）

01. 請問您的性別：男性；女性。
02. 請問您的年齡：20 歲(含)以下；21-25 歲；26-30 歲；31-35 歲；36-40 歲；41 歲(含)以上。
03. 請問您的教育程度：國中(含)以下；高中職；大學(含專科)；研究所以上。
04. 請問您所在的單位性質為：戰鬥單位；戰鬥支援單位；勤務支援單位。
05. 請問您的階級：二兵；一兵；上兵；下士；中士；上士；士官長。
06. 請問您到部時間：未滿 3 個月；4-12 個月；1-3 年；4 年(含)以上。
07. 請問您所服務的單位，有多久即將進訓基地：未滿一個月；1-3 個月；4-6 個月；7 個月以上；不知道。
08. 請問您目前的感情狀況：未婚單身；未婚有交往對象；已婚；其他：_____。
09. 請問您父母的婚姻關係：結婚並同住；分居；離婚；其他：_____。

National Defense University

《第二部分》自我分化問卷

請仔細閱讀每題敘述後，依據您真實的情形選出符合自己的選項，作答時不必做過多的考慮，並盡可能誠實回答。
請從「1 完全不符合」至「5 完全符合」，選出一個符合您的答案。

	完全 不符合	少 部分 符合	尚 可	大 部 分 符 合	完 全 符 合
1. 我不會去管別人怎麼說，我會去做自己認為是對的事情。	1	2	3	4	5
2. 無論發生了什麼事，我不會失去做「自己」的感覺。	1	2	3	4	5
3. 面臨壓力時，我清楚知道自己的感受及信念。	1	2	3	4	5
4. 我不會為了討好他人而改變自己的行為。	1	2	3	4	5
5. 我能接受自己的思考與行為模式。	1	2	3	4	5
6. 周遭的人都認為我是一個比較情緒化的人。	1	2	3	4	5
7. 處在危機時，我的行為會因為情緒和理智會相互衝突而無法正常運作。	1	2	3	4	5
8. 當處在長期的壓力之下，我的行為會被情緒主導，而不是被理智主導。	1	2	3	4	5
9. 我希望自己不要這麼情緒化。	1	2	3	4	5
10. 我很難以理性的方式與父母相處。	1	2	3	4	5
11. 當別人對我不滿時，我無法輕易釋懷。	1	2	3	4	5
12. 我對別人的批評感到敏感。	1	2	3	4	5
13. 我對別人傷害感到敏感。	1	2	3	4	5
14. 跟別人發生爭執時，我會整天放在心上。	1	2	3	4	5
15. 我的心情很容易因為一些事情而起伏不定。	1	2	3	4	5
16. 在親密關係中，我仍然能夠做自己。	1	2	3	4	5
17. 親密關係中我能清楚區分感情和責任。	1	2	3	4	5
18. 在面臨壓力時，我可以保持冷靜。	1	2	3	4	5
19. 在面臨壓力時，我能保持穩定。	1	2	3	4	5
20. 在大部分的情形中，我所做出的決斷，不會被情緒所左右。	1	2	3	4	5

請翻次頁

《第三部分》軍隊適應問卷

請仔細閱讀每題敘述後，依據您真實的情形選出符合自己的選項，作答時不必做過多的考慮，並盡可能誠實回答。

請從「1 完全不符合」至「5 完全符合」，選出一個符合您的答案。

	完全 不符合	少 部分 符合	尚 可	大 部 分 符 合	完 全 符 合
1. 我的睡眠品質不好（睡不著、作惡夢、頻醒）。	1	2	3	4	5
2. 我覺得在軍中做什麼事都很痛苦。	1	2	3	4	5
3. 軍中限制太多,讓我感到不舒服。	1	2	3	4	5
4. 我常常感到緊張。	1	2	3	4	5
5. 我常常覺得心情不好。	1	2	3	4	5
6. 我覺得自己在軍中是孤單的。	1	2	3	4	5
7. 與同僚間的相處融洽讓我感到滿意。	1	2	3	4	5
8. 單位內發生不合理的事情時,幹部從未詳加了解與處理。	1	2	3	4	5
9. 我覺得幹部與學長的領導統馭是可以接受的。	1	2	3	4	5
10. 單位考核機制讓我感到公平滿意。	1	2	3	4	5
11. 當我有困難向幹部報告時,會得到協助或回應。	1	2	3	4	5
12. 弟兄犯錯時,連上幹部不會糾正或協助改過。	1	2	3	4	5
13. 我會不惜採用任何方法離開部隊。	1	2	3	4	5
14. 面對長官給我的壓力,我曾想過要自我傷害。	1	2	3	4	5
15. 我在軍中因時常想家無法專心服役。	1	2	3	4	5
16. 我習慣部隊的生活作息。	1	2	3	4	5
17. 幹部交付給我的任務,會給予我高度的信任與支持。	1	2	3	4	5
18. 我覺得部隊訓練讓我成長。	1	2	3	4	5

請翻次頁

《第四部分》軍隊人際關係問卷

請仔細閱讀每題敘述後，依據您真實的情形選出符合自己的選項，作答時不必做過多的考慮，並盡可能誠實回答。

請從「1 完全不符合」至「5 完全符合」，選出一個符合您的答案。

	完全不符合	少部分符合	尚可	大部分符合	完全符合
1. 我怕得罪連上其他弟兄。	1	2	3	4	5
2. 對於不熟悉的連上弟兄，我會逃避他們。	1	2	3	4	5
3. 我害怕連上學長。	1	2	3	4	5
4. 我害怕連上弟兄會嘲笑我的行為。	1	2	3	4	5
5. 當連上弟兄有困難時，喜歡找我幫忙。	1	2	3	4	5
6. 我覺得連上弟兄重視我。	1	2	3	4	5
7. 我覺得自己和連上弟兄相處很好。	1	2	3	4	5
8. 我覺得自己積極主動和連上弟兄交往。	1	2	3	4	5
9. 我覺得自己在軍中人緣很好。	1	2	3	4	5
10. 當我需要幫忙並提出需求時，連上弟兄會幫助我。	1	2	3	4	5
11. 我和連上弟兄常互開玩笑。	1	2	3	4	5
12. 連上弟兄會主動與我分享他的感覺以及想法。	1	2	3	4	5
13. 我覺得連上弟兄都喜歡我。	1	2	3	4	5
14. 我覺得自己對待連上弟兄友善親切。	1	2	3	4	5
15. 我喜歡和連上弟兄一起出公差勤務。	1	2	3	4	5
16. 我覺得自己和連上弟兄能保持良好的關係。	1	2	3	4	5
17. 我覺得自己常與連上弟兄吵架。	1	2	3	4	5
18. 我覺得自己與連上弟兄交往困難。	1	2	3	4	5
19. 我覺得自己常對連上弟兄發脾氣。	1	2	3	4	5
20. 我覺得連上弟兄常找我麻煩。	1	2	3	4	5
21. 我覺得常受到連上弟兄的欺負。	1	2	3	4	5

問卷到此結束。非常感謝您的耐心填寫！
煩請檢查有無漏答的題目，避免成為無效問卷，再次謝謝您的協助。

附錄二

從自我分化觀點看陸戰隊士官兵適應及人際關係之研究調查問卷（正式問卷）

敬愛的士官、士兵您好：

首先，十分感謝您協助撥冗填答本問卷，由於您的協助，將使本研究獲得寶貴的資訊，俾利我們對問題的瞭解。

這份問卷主要是針對您個人自我分化程度在軍隊適應及人際關係相關程度的問卷調查；另本問卷區分四部分，採匿名方式填寫，所有內容僅供學術研究之用，您所提供的資料絕對保密，敬請安心作答，再一次由衷感謝您的參與。

敬祝

健康 順心

國防大學政治作戰學院 心理及社會工作學系

研究生：楊仁傑

指導教授：郭盛哲 博士

中華民國 106 年 11 月

第一部分：基本資料（以下題目請於□內打勾）

01. 請問您的性別：男性；女性。
02. 請問您的年齡：20 歲(含)以下；21-25 歲；26-30 歲；31-35 歲；36-40 歲；41 歲(含)以上。
03. 請問您的教育程度：國中(含)以下；高中職；大學(含專科)；研究所以上。
04. 請問您的宗教信仰：佛教；道教；回教；基督教；天主教；其他：_____。
05. 請問您所在的單位性質為：戰鬥單位；戰鬥支援單位；勤務支援單位。
06. 請問您的階級：二兵；一兵；上兵；下士；中士；上士；士官長。
07. 請問您到部時間：未滿 3 個月；4-12 個月；1-3 年；4 年(含)以上。
08. 請問您的休假狀況是否正常：是；否；其他：_____。
09. 請問您所服務的單位，有多久即將進訓基地：未滿一個月；1-3 個月；4-6 個月；7 個月以上；不知道。
10. 請問您目前的感情狀況：未婚單身；未婚有交往對象；已婚；其他：_____。
11. 請問您父母的婚姻關係：結婚並同住；分居；離婚；其他：_____。
12. 請問您與原生家庭的互動關係：融洽；普通；不融洽；其他：_____。

《第二部分》自我分化問卷

請仔細閱讀每題敘述後，依據您真實的情形選出符合自己的選項，作答時不必做過多的考慮，並盡可能誠實回答。

請從「1 完成不符合」至「5 完全符合」，選出一個符合您的答案。

	完全不符合	少部分符合	尚可	大部分符合	完全符合
1. 我不會去管別人怎麼說，我會去做自己認為是對的事情。	1	2	3	4	5
2. 無論發生了什麼事，我不會失去做「自己」的感覺。	1	2	3	4	5
3. 面臨壓力時，我清楚知道自己的感受及信念。	1	2	3	4	5
4. 我不會為了討好他人而改變自己的行為。	1	2	3	4	5
5. 我能接受自己的思考與行為模式。	1	2	3	4	5
6. 周遭的人都認為我是一個比較情緒化的人。	1	2	3	4	5
7. 處在危機時，我的行為會因為情緒和理智會相互衝突而無法正常運作。	1	2	3	4	5
8. 當處在長期的壓力之下，我的行為會被情緒主導，而不是被理智主導。	1	2	3	4	5
9. 我希望自己不要那麼情緒化。	1	2	3	4	5
10. 我很難以理性的方式與父母相處。	1	2	3	4	5
11. 當別人對我不滿時，我無法輕易釋懷。	1	2	3	4	5
12. 我對別人批評感到敏感。	1	2	3	4	5
13. 我對別人傷害感到敏感。	1	2	3	4	5
14. 跟別人發生爭執時，我會整天放在心上。	1	2	3	4	5
15. 我的心情很容易因為一些事情而起伏不定。	1	2	3	4	5
16. 在親密關係中，我仍然能夠做自己。	1	2	3	4	5
17. 在親密關係中我能區分感情和責任。	1	2	3	4	5
18. 在面臨壓力時，我可以保持冷靜。	1	2	3	4	5
19. 在面臨壓力時，我能保持穩定。	1	2	3	4	5
20. 在大部分的情形中，我所做出的決斷，不會被情緒所左右。	1	2	3	4	5

請翻次頁

《第三部分》軍隊適應問卷

請仔細閱讀每題敘述後，依據您真實的情形選出符合自己的選項，作答時不必做過多的考慮，並盡可能誠實回答。

請從「1 完成不符合」至「5 完全符合」，選出一個符合您的答案。

	完全不符合	少部分符合	尚可	大部分符合	完全符合
1. 我的睡眠品質不好（睡不著、作惡夢、頻醒）。	1	2	3	4	5
2. 我覺得在軍中做什麼事都很痛苦。	1	2	3	4	5
3. 軍中限制太多,讓我感到不舒服。	1	2	3	4	5
4. 我常常感到緊張。	1	2	3	4	5
5. 我常常覺得心情不好。	1	2	3	4	5
6. 我覺得自己在軍中是孤單的。	1	2	3	4	5
7. 與同僚間的相處融洽讓我感到滿意。	1	2	3	4	5
8. 我覺得幹部與學長的領導統馭是可以接受的。	1	2	3	4	5
9. 單位考核機制讓我感到公平滿意。					
10. 當我有困難向幹部報告時,會得到協助或回應。	1	2	3	4	5
11. 我會不惜採用任何方法離開部隊。	1	2	3	4	5
12. 面對長官給我的壓力,我曾想過要自我傷害。	1	2	3	4	5
13. 我在軍中因時常想家無法專心服役。	1	2	3	4	5
14. 我習慣部隊的生活作息。	1	2	3	4	5
15. 幹部交付給我的任務,會給予我高度的信任與支持。	1	2	3	4	5
16. 我覺得部隊訓練讓我成長。	1	2	3	4	5

請翻次頁

NATIONAL DEFENSE UNIVERSITY

《第四部分》軍隊人際關係問卷

請仔細閱讀每題敘述後，依據您真實的情形選出符合自己的選項，作答時不必做過多的考慮，並盡可能誠實回答。

請從「1 完成不符合」至「5 完全符合」，選出一個符合您的答案。

	完全不符合	少部分符合	尚可	大部分符合	完全符合
1. 我怕得罪連上其他弟兄。	1	2	3	4	5
2. 對於不熟悉的連上弟兄，我會逃避他們。	1	2	3	4	5
3. 我害怕連上學長。	1	2	3	4	5
4. 我害怕連上弟兄會嘲笑我的行為。	1	2	3	4	5
5. 當連上弟兄有困難時，喜歡找我幫忙。	1	2	3	4	5
6. 我覺得連上弟兄重視我。	1	2	3	4	5
7. 我覺得自己和連上弟兄相處很好。	1	2	3	4	5
8. 我覺得自己積極主動和連上弟兄交往。	1	2	3	4	5
9. 我覺得自己在軍中人緣很好。	1	2	3	4	5
10. 當我需要幫忙並提出需求時，連上弟兄會幫助我。	1	2	3	4	5
11. 我和連上弟兄常互開玩笑。	1	2	3	4	5
12. 連上弟兄會主動與我分享他的感覺以及想法。	1	2	3	4	5
13. 我覺得連上弟兄都喜歡我。	1	2	3	4	5
14. 我覺得自己對待連上弟兄友善親切。	1	2	3	4	5
15. 我喜歡和連上弟兄一起出公差勤務。	1	2	3	4	5
16. 我覺得自己和連上弟兄能保持良好的關係。	1	2	3	4	5
17. 我覺得自己常與連上弟兄吵架。	1	2	3	4	5
18. 我覺得自己與連上弟兄交往困難。	1	2	3	4	5
19. 我覺得自己常對連上弟兄發脾氣。	1	2	3	4	5
20. 我覺得連上弟兄常找我麻煩。	1	2	3	4	5
21. 我覺得常受到連上弟兄的欺負。	1	2	3	4	5

問卷到此結束。非常感謝您的耐心填寫！

煩請檢查有無漏答的題目，避免成為無效問卷，再次謝謝您的協助。

附錄三

自我分化量表項目分析

構面	題號	遺漏 檢驗	平均數	標準差	偏態	極端 檢定	相關	刪題
我 位置	1	無	3.55	1.083	-.180*	.000	.798	
	2	無	3.67	1.108	-.211*	.000	.782	
	3	無	3.84	1.065	-.604	.000	.808	
	4	無	3.92	1.093	-.701*	.000	.760	
	5	無	4.00	1.000	-.874*	.000	.738	
情緒 主導	6	無	3.51	1.271	-.449	.000	.728	
	7	無	3.75	1.129	-.600	.000	.805	
	8	無	3.71	1.171	-.560	.000	.776	
	9	無	3.14	1.400	-.209*	.119*	.346	
	10	無	3.90	1.100	-.737*	.000	.782	
受 他人 影響	11	無	3.65	1.163	-.531	.000	.778	
	12	無	3.59	1.236	-.542	.000	.755	
	13	無	3.45	1.238	-.410	.000	.685	
	14	無	3.65	1.180	-.481	.000	.803	
	15	無	3.49	1.189	-.236*	.000	.827	
理智 為主	16	無	3.67	1.071	-.403	.000	.735	
	17	無	3.78	1.064	-.377*	.000	.806	
	18	無	3.67	1.033	-.185*	.000	.828	
	19	無	3.69	.990	-.222*	.000	.866	
	20	無	3.75	1.036	-.357*	.000	.804	

資料來源：研究者自行整理

自我分化量表因素分析結果

自我分化量表因素分析結果		我	情緒主	受	理智為
項次	題目內容	位置	導	他人影 響	主
1	我不會去管別人怎麼說，我會去做自己認為是對的事情。	.711			
2	無論發生了什麼事，我不會失去做「自己」的感覺。	.828			
3	面臨壓力時，我清楚知道自己的感受及信念。	.805			
4	我不會為了討好他人而改變自己的行為。	.747			
5	我能接受自己的思考與行為模式。	.786			
6	周遭的人都認為我是一個比較情緒化的人。		.769		
7	處在危機時，我的行為會因為情緒和理智會相互衝突而無法正常運作。		.804		
8	當處在長期的壓力之下，我的行為會被情緒主導，而不是被理智主導。		.789		
9	我希望自己不要這麼情緒化。		.654		
10	我很難以理性的方式與父母相處。		.752		
11	當別人對我不滿時，我無法輕易釋懷。			.705	
12	我對別人的批評感到敏感。			.858	
13	我對別人傷害感到敏感。			.839	
14	跟別人發生爭執時，我會整天放在心上。			.833	
15	我的心情很容易因為一些事情而起伏不定。			.803	
16	在親密關係中，我仍然能夠做自己。				.741
17	親密關係中我能清楚區分感情和責任。				.778
18	在面臨壓力時，我可以保持冷靜。				.894
19	在面臨壓力時，我能保持穩定。				.893
20	在大部分的情形中，我所做出的決斷，不會被情緒所左右。				.858

註：數字代表因素負荷量

資料來源：研究者自行整理

生活適應構面項目分析量表

構面	題號	遺漏 檢驗	平均數	標準差	偏態	極端 檢定	相關	刪題
身心 感受	1	無	3.82	1.108	-.737	.000	.785	
	2	無	4.00	1.039	-.779	.000	.905	
	3	無	4.04	1.058	-.820*	.000	.909	
	4	無	3.94	1.121	-.856*	.000	.748	
	5	無	4.00	1.020	-.824*	.000	.842	
	6	無	4.10	1.044	-.971*	.000	.894	
	7	無	3.65	1.197	-.654	.000	.636	
單位 管理	8	無	3.88	1.194	-.718	.000	.772	v
	9	無	3.61	1.185	-.305	.000	.711	
	10	無	3.69	1.175	-.430	.000	.725	
	11	無	3.90	1.063	-.525	.000	.856	
	12	無	3.90	1.153	-.616	.000	.854	v
壓力 反應	13	無	4.04	1.232	-1.078*	.000	.794	
	14	無	4.20	1.167	-1.264*	.000	.889	
	15	無	4.16	1.173	-1.169*	.000	.889	
自我 調適	16	無	3.86	1.114	-.532	.000	.888	
	17	無	3.80	1.114	-.408	.000	.804	
	18	無	3.78	1.154	-.370	.000	.795	

附註：*表示未達標準

資料來源：研究者自行整理

生活適應量表因素分析結果

生活適應量表因素分析結果			
項次	題目內容	身心反應	外在環境
1	我的睡眠品質不好(睡不著、作惡夢、頻醒)。	.744	
2	我覺得在軍中做什麼事都很痛苦。	.890	
3	軍中限制太多,讓我感到不舒服。	.813	
4	我常常感到緊張。	.870	
5	我常常覺得心情不好。	.888	
6	我覺得自己在軍中是孤單的。	.873	
11	我會不惜採用任何方法離開部隊。	.842	
12	面對長官給我的壓力,我曾想過要自我傷害。	.870	
13	我在軍中因時常想家無法專心服役。	.863	
7	與同僚間的相處融洽讓我感到滿意。		.461
8	我覺得幹部與學長的領導統馭是可以接受的。		.788
9	單位考核機制讓我感到公平滿意。		.732
10	當我有困難向幹部報告時,會得到協助或回應。		.799
14	我習慣部隊的生活作息。		.670
15	幹部交付給我的任務,會給予我高度的信任與支持。		.754
16	我覺得部隊訓練讓我成長。		.739

註：數字代表因素負荷量

資料來源：研究者自行整理

人際關係構面項目分析量表

構面	題號	遺漏 檢驗	平均數	標準差	偏態	極端 檢定	相關	刪題
人際 焦慮	1	無	3.76	1.210	-.584	.000	.760	
	2	無	4.00	1.039	-.779	.000	.870	
	3	無	4.04	1.199	-1.164*	.000	.745	
	4	無	3.94	1.156	-.851*	.000	.798	
受 歡迎 程度	5	無	3.20	1.233	-.190*	.003	.524	
	6	無	3.49	1.065	-.180*	.000	.789	
	7	無	3.71	1.026	-.295*	.000	.868	
	8	無	3.49	1.084	-.219*	.000	.743	
	9	無	3.45	1.026	.137*	.000	.796	
	10	無	3.75	1.055	-.205*	.000	.892	
	11	無	3.78	1.064	-.377	.000	.840	
	12	無	3.59	1.043	-.079*	.000	.844	
	13	無	3.49	.987	.028*	.000	.858	
正向 人際	14	無	3.71	1.026	-.179*	.000	.898	
	15	無	3.76	1.031	-.300	.000	.896	
	16	無	3.84	.987	-.581	.000	.908	
負向 人際	17	無	3.98	1.068	-.781	.000	.841	
	18	無	4.06	1.103	-.865*	.000	.853	
	19	無	4.08	1.093	-.927*	.000	.832	
	20	無	4.16	1.046	-1.089*	.000	.838	
	21	無	4.20	1.096	-1.166*	.000	.811	

附註：*表示未達標準

資料來源：研究者自行整理

人際關係量表因素分析結果

人際關係量表因素分析結果				
項次	題目內容	人際焦慮	正向人際	負向人際
1	我怕得罪連上其他弟兄。	.577		
2	對於不熟悉的連上弟兄，我會逃避他們。	.378		
3	我害怕連上學長。	.307		
4	我害怕連上弟兄會嘲笑我的行為。	.375		
5	當連上弟兄有困難時，喜歡找我幫忙。		.474	
6	我覺得連上弟兄重視我。		.749	
7	我覺得自己和連上弟兄相處很好。		.844	
8	我覺得自己積極主動和連上弟兄交往。		.804	
9	我覺得自己在軍中人緣很好。		.831	
10	當我需要幫忙並提出需求時，連上弟兄會幫助我。		.843	
11	我和連上弟兄常互開玩笑。		.433	
12	連上弟兄會主動與我分享他的感覺以及想法。		.827	
13	我覺得連上弟兄都喜歡我。		.843	
14	我覺得自己對待連上弟兄友善親切。		.859	
15	我喜歡和連上弟兄一起出公差勤務。		.869	
16	我覺得自己和連上弟兄能保持良好的關係。		.785	
17	我覺得自己常與連上弟兄吵架。			.913
18	我覺得自己與連上弟兄交往困難。			.936
19	我覺得自己常對連上弟兄發脾氣。			.939
20	我覺得連上弟兄常找我麻煩。			.945
21	我覺得常受到連上弟兄的欺負。			.936

註：數字代表因素負荷量

資料來源：研究者自行整理