

國立臺灣師範大學教育學院教育心理與輔導學系

碩士在職專班

碩士論文

Continuing Education Master's Program of Educational Psychology and Counseling

Department of Educational Psychology and Counseling

College of Education

National Taiwan Normal University

Master's Thesis

成人童年逆境經驗者人格特質、心理韌性

與生涯自我效能之相關研究

A Relational Research on Personality traits, Resilience,

and Career Self-Efficacy among Adult with

Adverse Childhood Experiences

廖建銘

Liao, Chien-Ming

指導教授：田秀蘭 博士

Advisor: Tien, Hsiu-Lan, Ph.D.

中華民國 111 年 5 月

May 2022

謝詞

終於來到最後一哩路，回頭遠望選擇在職進修這條路，沿途一把辛酸，但實有滿滿甜蜜在心頭。感謝有這樣難得機會認識童年逆境經驗，也重新認識我自己。

在學術養成的苦行上感謝秀蘭老師一路提燈相伴，在每一個論文撰寫的環節都細心提點；感謝大學肉腳團好夥伴黃旻與櫛欣，妳們在我終於開始動筆寫論文的那個暑假給予我無敵的支持與動力，尤其感謝旻在初期每次論文諮詢時間，除了給予我專業的建議，也支撐起那時因題目而感到脆弱的自己；在論文口試時感謝坪中好同事Mo與絲渝前來力挺，也感謝創業好夥伴柏誠在當天協助口試錄影，並發揮專業媒體人的能力剪輯出精美而值得留念的影像紀錄。

在生涯之路總有落入迷惘不自信的時候，但我身旁總有一群天使給予我滿滿的溫暖力量。感謝遇到這群在職專班的同學能一起在專業上成長，妳們曾為我解惑也曾傾聽過我的心事；感謝坪中好夥伴林璫、筑瑋、思緣、秀雯、琇佳與佳虹，妳們是我的心靈加油站，在我焦慮與低落時給予我滿滿的力量。

感謝親愛的爺爺、奶奶、弟弟、妹妹與微糖，你們是我最重要的家人，在我有需要時總能提供溫暖的支持，尤其感謝微糖在這段時間陪伴不安焦慮的自己，你是我最強大的後盾，相信未來面對所有挑戰都能彼此支持相伴。

最後感謝我自己，謝謝你一路選擇並且堅持，曾在童年經驗裡受過傷，療癒過傷，才知道如何溫暖與強大，永遠記得帶著生命綻放的花朵，芬芳人間。

建銘 2022 春

中文摘要

本研究旨在探討童年逆境經驗 (adverse childhood experiences) 的成年人於人格特質、心理韌性與生涯自我效能之現況，同時比較其與無童年逆境經驗者之間的差異，並驗證心理韌性在人格特質與生涯自我效能之間所扮演的中介角色。研究以 18 歲以上之成人，且符合個人在 18 歲以前經驗任一項童年逆境經驗問卷上的描述者為對象。本研究使用「童年逆境經驗量表」、「中文版簡式五大人格量表」、「Conner-Davidson 復原力量表」、「成人生涯認知量表之生涯自我效能分測驗」為研究工具，採取網路問卷之便利取樣方式，再將研究資料以 SPSS 23.0 進行描述性統計、卡方檢定、獨立樣本 *t* 檢定、單因子變異數分析、皮爾森積差相關以及線性迴歸等統計方法進行處理與分析。

本研究分析結果如下：第一，有效問卷合計 739 份。無童年逆境經驗為 406 份 (55%)、至少一項童年逆境經驗者為 333 份 (45%)、四項以上童年逆境經驗者為 43 份 (5.8%)、完全童年逆境經驗者 2 份 (0.27%)。第二，成人童年逆境經驗者除了神經質，在外向性、嚴謹性、友善性、開放性、心理韌性以及生涯自我效能之得分皆低於無童年逆境經驗者。第三，成人童年逆境經驗之有無在性別、職業類型以及自覺健康 (身體健康、情緒、失眠困擾、自殺念頭) 上有顯著差異；在年齡、教育程度、工作性質、工作任職時間以及宗教信仰上則無顯著差異。而再探究成人童年逆境經驗者之性別在不同背景變項上的現況，其於職業類型與自覺健康 (身體健康、情緒、失眠困擾、自殺念頭) 有顯著差異，在工作任職時間上則無顯著差異。第四，在成人童年逆境經驗之有無方面，在外向性、友善性、嚴謹性、神經質、心理韌性以及生涯自我效能有顯著差異。在至少一項成人童年逆境經驗者之性別方面，在外向性、神經質、心理韌性與生涯自我效能有顯著差異。在四項以上成人童年逆境經驗者之性別方面，僅在神經質人格上有顯著差異。在至少一項成人童年逆境經驗者之自覺健康方面，除了自覺身體健康與所有向度皆達顯著差異；在自覺情緒困擾、自覺失眠困擾，以及曾有自殺念頭上，僅有開放性無顯著差異，其餘向度

皆有顯著差異。第五，不同年齡層的成人童年逆境經驗者，僅在開放性沒有顯著差異；不同職業類型的成人童年逆境經驗者在外向性與友善性上沒有顯著差異；不同工作性質的成人童年逆境經驗者在嚴謹性與神經質有顯著差異；不同工作任職時間的成人童年逆境經驗者在嚴謹性、心理韌性以及生涯自我效能上有顯著差異。第六，成人童年逆境經驗者之心理韌性與生涯自我效能在外向性、友善性、嚴謹性、開放性上呈現中度正相關，在神經質上呈顯中度負相關。而心理韌性與生涯自我效能之間則呈現高度正相關。第七，成人童年逆境經驗者之心理韌性完全中介於友善性與生涯自我效能之間，部分中介於外向性、嚴謹性、神經質、開放性與生涯自我效能之間。

最後，研究將根據上述研究結果進行討論，並提出具體的學術研究與建議，作為未來相關研究及實務工作場域參考。

關鍵詞：童年逆境經驗、五大人格特質、心理韌性、生涯自我效能



A Relational Research on Personality traits, Resilience, and Career Self-Efficacy among Adult with Adverse Childhood Experiences

Liao, Chien-Ming

Abstract

The main purpose of this study was to explore the status of adults with adverse childhood experiences in terms of Big Five Personality traits, Resilience, and Career self-efficacy, and meanwhile it also compared the differences between adults with adverse childhood experiences and those without adverse childhood experiences, and verified the mediating role of Resilience in the relationship between Big Five Personality traits and Career self-efficacy. The study included 18-year-old adults and above who matched any description of the adverse childhood experiences questionnaires before age 18. Using the Adverse Childhood Experiences Questionnaires, the Chinese Shortened Version of the Big Five Inventory, the Conner-Davidson Resilience Scale, and the Career Self-efficacy Sub-test of the Adult Career Cognitive Scale as the tools. The questionnaires were conducted through the Internet surveys, and those data in the quantitative investigation had been analyzed by statistical methods such as descriptive statistics, Chi-square test, independent sample T test, One-Way ANOVA, Pearson's Product-Moment Correlation, and linear regression with SPSS 23.0.

The analysis results are as follows: First, a total of 739 valid questionnaires. 406 cases (55%) had no adverse childhood experiences, 333 cases (45%) had at least one adverse childhood experience, 43 cases (5.8%) had more than four adverse childhood experiences, and 2 cases (0.27%) had complete adverse childhood experiences. Second, in addition to Neuroticism, the scores of Extraversion, Agreeableness, Conscientiousness,

Openness, Resilience and Career self-efficacy in these adults with adverse childhood experiences were all lower than those without adverse childhood experiences. Third, there are significant differences in gender, occupations and conscious health (physical health, mood, insomnia and suicide thoughts) between the adults with adverse childhood experiences. There were no significant differences in age, education level, nature of work, term of office and religions. Further study of the gender of those with adverse childhood experiences in different background variables, there are significant differences in the occupations and conscious health (physical health, mood, insomnia, suicide thoughts), however there were no significant differences in the term of office. Fourth, there were significant differences in Extraversion, Agreeableness, Conscientiousness, Neuroticism, Resilience and Career self-efficacy in adults with adverse childhood experiences. There were significant differences in Extraversion, Neuroticism, Resilience and Career self-efficacy in at least one aspect of adverse childhood experiences. There were significant difference only in Neuroticism between the gender of the four or more adverse childhood experiences. In at least one of adult childhood adverse experiences conscious health. All dimensions were significant except for physical health; Only Openness was not significant in conscious emotional distress, conscious insomnia and suicidal thoughts, while the other dimensions were significant. Fifth, there was no significant difference only in Openness among adults of different ages with adverse childhood experiences, There was no significant difference in Extraversion and Agreeableness among adults with different occupations of adverse childhood experiences. There were significant differences in Conscientiousness and Neuroticism among adults with different work nature. There were significant differences in Conscientiousness, Resilience and Career self-efficacy among adults with different term of office. Sixth, the personality traits of Extraversion, Agreeableness, Conscientiousness, Openness were significantly

positive correlated with Resilience and Career self-efficacy. The personality trait of Neuroticism were significantly negative correlated with Resilience and Career self-efficacy. Resilience was significantly positive correlated with Career self-efficacy. Seventh, resilience can completely mediate Agreeableness and Career self-efficacy of adults with adverse childhood experiences. It can partially mediate Extraversion, Conscientiousness, Neuroticism, Openness and Career self-efficacy of adults with adverse childhood experiences.

Finally, according to the above results, this study provided some academic and practical suggestions.

Keywords: adverse childhood experiences, big five personality traits, resilience, career self-efficacy





目次

謝詞	i
中文摘要	iii
英文摘要	v
目次	ix
表次	xiii
圖次	xvii
第一章 緒論	1
第一節 研究動機	1
第二節 研究目的與問題	6
第三節 研究假設與研究架構	7
第四節 名詞釋義	13
第二章 文獻探討	17
第一節 童年逆境經驗之理論內涵與相關研究	17
第二節 人格特質之理論內涵與相關研究	30
第三節 心理韌性之理論內涵與相關研究	40
第四節 生涯自我效能之理論內涵與相關研究	50
第五節 人格特質、心理韌性與生涯自我效能之相關研究	56
第三章 研究方法	61

第一節	研究對象	61
第二節	研究工具	68
第三節	研究程序	81
第四節	資料分析	83
第四章	結果與討論	85
第一節	人格特質、心理韌性與生涯自我效能之現況分析	85
第二節	成人童年逆境經驗之有無在不同背景變項之差異分析	90
第三節	不同童年逆境經驗程度成人之背景變項在人格特質、心理韌性與 生涯自我效能之差異分析	110
第四節	成人童年逆境經驗者之不同背景變項在人格特質、心理韌性與生 涯自我效能之差異分析	131
第五節	人格特質、心理韌性與生涯自我效能之相關	157
第六節	人格特質、心理韌性與生涯自我效能之中介	164
第五章	結論與建議	177
第一節	結論	178
第二節	實務意涵與建議	195
第三節	研究限制與未來研究之建議	204
參考文獻	207
中文部分	207

西文部分.....	214
附錄	243
附錄 1 中文版簡式五大人格量表授權使用同意.....	243
附錄 2 Connor-Davidson 心理韌性量表授權使用同意	244
附錄 3 研究問卷.....	246





表次

表 3-1-1	正式樣本背景資料摘要表.....	62
表 3-1-2	童年逆境經驗問卷題項人數百分比摘要表.....	66
表 3-1-3	成人童年逆境經驗相關人數摘要表.....	68
表 4-1-1	童年逆境經驗程度人數百分比摘要.....	86
表 4-1-2	無童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之平均數 及標準差	87
表 4-2-1	「有無童年逆境經驗×性別」列聯表	81
表 4-2-2	「有無童年逆境經驗×年齡」列聯表	92
表 4-2-3	「有無童年逆境經驗×教育程度」列聯表	93
表 4-2-4	「有無童年逆境經驗×職業類型」列聯表	94
表 4-2-5	「有無童年逆境經驗×工作性質」列聯表	95
表 4-2-6	「有無童年逆境經驗×工作任職時間」列聯表	96
表 4-2-7	「有無童年逆境經驗×宗教信仰」列聯表	97
表 4-2-8	「有無童年逆境經驗×自覺健康（身體健康）」列聯表	99
表 4-2-9	「有無童年逆境經驗×自覺健康（情緒困擾）」列聯表	99
表 4-2-10	「有無童年逆境經驗×自覺健康（失眠困擾）」列聯表	99
表 4-2-11	「有無童年逆境經驗×自覺健康（自殺念頭）」列聯表	100
表 4-2-12	「童年逆境經驗之性別×職業類型」列聯表	101

表 4-2-13	「童年逆境經驗之性別×工作任職時間」列聯表	102
表 4-2-14	「童年逆境經驗之性別×自覺健康（身體健康）」列聯表	104
表 4-2-15	「童年逆境經驗之性別×自覺健康（情緒困擾）」列聯表	104
表 4-2-16	「童年逆境經驗之性別×自覺健康（失眠困擾）」列聯表	104
表 4-2-17	「童年逆境經驗之性別×自覺健康（自殺念頭）」列聯表	104
表 4-3-1	童年逆境經驗（至少一項）之性別在各變項上之 <i>t</i> 檢定	111
表 4-3-2	童年逆境經驗（四項以上）之性別在各變項上之 <i>t</i> 檢定	113
表 4-3-3	有無童年逆境經驗在各變項上之 <i>t</i> 檢定	114
表 4-3-4	童年逆境經驗者之自覺健康（身體健康）在各變項上之 <i>t</i> 檢定	116
表 4-3-5	童年逆境經驗者之自覺健康（情緒困擾）在各變項上之 <i>t</i> 檢定	117
表 4-3-6	童年逆境經驗者之自覺健康（失眠困擾）在各變項上之 <i>t</i> 檢定	119
表 4-3-7	童年逆境經驗者之自覺健康（自殺念頭）在各變項上之 <i>t</i> 檢定	121
表 4-4-1	不同年齡之童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能 之差異分析摘要表	135
表 4-4-2	不同年齡之童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能 之差異分析結果	136
表 4-4-3	不同職業類型之童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我 效能之差異分析摘要表	139

表 4-4-4	不同職業類型之童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異分析結果	140
表 4-4-5	不同工作性質之童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異分析摘要表	145
表 4-4-6	不同工作性質之童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異分析結果	146
表 4-4-7	不同工作任職時間之童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異分析摘要表	149
表 4-4-8	不同工作任職時間之童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異分析結果	150
表 4-5-1	成人童年逆境經驗者人格特質、心理韌性與生涯自我效能之相關矩陣	158
表 4-5-2	成人無童年逆境經驗者人格特質、心理韌性與生涯自我效能之相關矩陣	159
表 4-6-1	外向性人格 (E) → 心理韌性 → 生涯自我效能之中介效果迴歸分析	165
表 4-6-2	友善性人格 (A) → 心理韌性 → 生涯自我效能之中介效果迴歸分析	166

表 4-6-3	嚴謹性人格 (C) → 心理韌性 → 生涯自我效能之中介效果迴歸分析	167
表 4-6-4	神經質人格 (N) → 心理韌性 → 生涯自我效能之中介效果迴歸分析	168
表 4-6-5	開放性人格 (O) → 心理韌性 → 生涯自我效能之中介效果迴歸分析	169
表 5-1-1	整體獨立樣本 <i>t</i> 檢定顯著差異內容摘要表.....	187
表 5-1-2	整體單因子變異數分析顯著差異內容摘要表.....	191



圖次

圖 1-3-1	研究架構圖	12
圖 3-1-1	成人童年逆境經驗題項人數分佈圖	67
圖 4-6-1	人格特質各向度、心理韌性與生涯自我效能之中介模式路徑分析圖 .	170





第一章 緒論

本研究旨在探討成人童年逆境經驗者性格類型、心理韌性與生涯自我效能之關係，將基於性格類型、心理韌性與生涯自我效能等相關理論之文獻，採用具有良好信度與效度之研究工具，探討成人童年逆境經驗者在生涯中之自我效能如何受到性格類型與心理韌性影響。本章分別就研究動機與目的、研究問題與名詞釋義進行說明。

第一節 研究動機

近年來大眾媒體逐漸關注童年逆境經驗這個議題，探討各式各樣的家庭動力與逆境經驗如何形塑對孩童及青少年的影響，如臺灣出版的書籍：《房思琪的初戀樂園》（林奕含，2017）、《深井效應：治療童年逆境傷害的長期影響》（哈里斯，2018/2018）、《童年情感忽視：為何我們總是渴望親密，卻又難以承受？》（韋伯，2017/2018）、《遍體鱗傷長大的孩子，會自己恢復正常嗎？》（培理、薩拉維茲，2017/2018）、《第一本複雜性創傷後壓力症候群》（沃克，2013/2020）；電影《野雀之詩》（2019）探討家庭失功能對小孩的影響；以及戲劇《你的孩子不是你的孩子》（2018）。

此一現象可以與近年來相關統計數據相互解釋與比對：臺灣出生率逐年下降，內政部人口統計資料於民國 109 年新生兒數為 165,249 人，民國 89 年新生兒數為

305,312 人，即目前臺灣新生兒數幾乎為二十年前新生兒數的一半；但近年來關於童年逆境經驗如兒少保護事件、家暴與目睹家暴、性侵害、性剝削等通報案件量卻是逐年上升，如兒少保護事件的案件通報人數，於民國 109 年為 100,741 人，但在民國 104 年為 42,822 人；家暴事件中被害人為 18 歲以下的案件通報人數，於民國 109 年為 21,432 人，但在民國 104 年為 17,690 人；性侵害事件中被害人為 18 歲以下的案件通報人數，於民國 109 年為 5,978 人，但在民國 104 年為 2,540 人；兒少性剝削事件中的通報案件量，於民國 109 年為 1,696 人，但在民國 106 年為 1,117 人。在現今少子化的社會中，童年逆境經驗之案件卻逐年上升，探究此現象發生的原因及其所帶來的影響，不只是關乎當事人身心健康的範疇，在某些層面上更是深遠地影響社會價值、社會環境乃至國家政策。

研究者本人正是家暴事件的被害人，仔細回想成長過程確實辛苦，身為家中長子被祖父母寄予照顧弟弟妹妹的厚望，在日常壓抑滿腔憤怒、絕望、挫折與哀傷的情緒下，打點好自己在學校的課業與人際關係，還必須分神看顧弟弟妹妹的課業與偏差行為，在親職化的過程中小心翼翼不能犯錯，以免被大人拋棄與嫌棄，在極具高壓卻又壓抑的情境下，維繫自己「正常」表現，同時還得注意周遭人事物的變化以「保護」自己與弟弟妹妹，時常深深感到無助與疲憊。過去發生的事情歷歷在目恍如昨日，而當時間拉回此時此刻，我清楚明白自己有能力好好將自己安頓在安全的環境之中，卻發現哪裡還是不對勁，如：自己聽到電鈴、手機鈴聲、機車發動的聲音就會感到緊張胃痛、對身形似家暴行為人的路人感到緊覺、情緒不易放鬆、身

體常常感覺僵硬與痠痛、人際交往之間有時內在深處會陷落自卑、孤獨、隔閡等不適應的心理感受、追求完美主義、過去在高職與大學時科系搖擺不定，以及出社會後明明從事自己喜歡的工作，卻一遇到挫敗就很快投入另一個領域專研並且創業，但內心深處依舊搖擺不安。而研究者也觀察到弟弟妹妹在目前職涯發展上，似乎也像自己的處境一樣，受到某種「透明天花板」的影響，呈現的形式可能有不斷換工作、僅只承接臨時或鐘點工作、內心有個固執的目標但因遲遲無法達成，而心有不甘卻又不願改變現狀的矛盾、日常生活可能有些層面不切實際、當工作上承接需要負責的業務或稍微困難的挑戰就想辭職逃之夭夭等現象。這不禁使學習過心理學的自己開始好奇：「究竟童年遇到的負向事件有沒有可能持續影響到成年？」、「哪些事情算是童年負向事件？」、「童年負向事件是如何影響一個人？」、「其影響層面有哪些？」、「童年負面事件會不會影響人的特質發展？」、「人格特質跟職涯選擇與工作信心有沒有關係？」、「如果人格特質跟職涯有某種關係，有哪些事物的加入可以促進職涯有好的發展」等。

目前國內在「童年逆境經驗」相關的研究又新又少，截至 2022 年 4 月以關鍵字在碩博士論文網進行文獻查詢，在「童年逆境經驗」有 3 篇、「童年負面經驗」有 1 篇、「兒時逆境經驗」有 1 篇、「adverse childhood experience」有 1 篇、「adverse childhood experiences」有 7 篇，其中最早文獻來自 2012，最新則來自 2020；而以「童年逆境經驗」為關鍵字在華藝線上圖書館查詢則僅 1 篇來自 2021 的相關期刊。而國外文獻之中以 Felitti 等人 (1998) 在「童年逆境經驗」的研

究最具代表性，其根據當時學者在衝突情境與性虐待的研究結果以及全國健康調查結果，發展出十項童年逆境經驗問卷，並定義童年逆境經驗為 18 歲以前經歷至少一項童年逆境經驗者。而此研究除了發展出便利使用的問卷外，另一項最大的貢獻在於發現童年逆境經驗的程度似乎與身心健康狀況存有關聯，在大數據病患樣本之中，發現擁有一項童年逆境經驗以上的人高達 67%，且進一步發現比起完全沒有童年逆境經驗的人，當個體擁有四項以上童年逆境經驗，則在罹癌、各種慢性疾病、自殺風險、憂鬱、PTSD、肥胖、絕望感、生涯不確定、物質濫用，甚至學習或行為問題……都會遭遇更大的風險(哈里斯, 2018/2018; Agid et al., 1999; Anda et al., 2002; Dube et al., 2001; Felitti et al., 1998; Haatainen et al., 2003; Kendler et al., 1992; Kessler et al., 2010; Yuan & Li, 2020)。

根據 Felitti 等人 (1998) 等人的研究可以瞭解到童年逆境經驗的影響層面很廣，甚至累計變項越多所造成的身心危機就越強 (Brockie et al., 2015; Grusnick, 2020)。研究者亦發現在人格特質上，有許多文獻透過五大人格特質來進行相關研究，如五大人格與童年逆境經驗的關係 (Cobb-Clark & Schurer, 2012)、五大人格特質與生涯選擇或生涯自我效能的關係 (Barrick & Mount, 1991; Brown & Hirschi, 2013; Hartman & Betz, 2007; Penn & Lent, 2019)，以及五大人格特質與心理韌性之間的關係 (Djourova et al., 2020; Grusnick et al., 2020)。在心理韌性與童年逆境經驗有豐富的相關研究 (Ding et al., 2017; Gao et al., 2019; Hartley & Casey, 2013; Hartley & Phelps, 2012; Holdsworth et al., 2018; Johnson et al., 2015; Kelifa et al., 2021;

Mello, 2016; Stratta et al., 2013; Theron & Theron, 2014; Youssef et al., 2017) 、心理韌性與生涯適應或自我效能或生涯自我效能之相關研究 (Chan, 2018; Developmental & Bozkus, 2018; Djourova et al., 2020; Ghasemi et al., 2017; Wang et al., 2018; Xu et al., 2020) 。而探究人格特質、心理韌性與生涯自我效能三者關係研究幾乎難以找尋，僅有找到一篇類似的相關研究 (Lyons et al., 2015) 。

接著，更深入於不同研究中發現童年逆境經驗者在不同逆境程度、性別、年齡、職業選擇與身心健康之背景變項有差異情形 (Brockie et al., 2015; Felitti et al., 1998; Grusnick, 2020) ，且其職業選擇多為保守與職涯發展穩定之公家單位或助人相關工作 (Bryce et al., 2021; Yuan & Li, 2020) ，因此研究者猜測教育程度可能也會有差異情形；心理韌性在不同性別、童年逆境經驗與心理健康上有差異情形 (Kelifa et al., 2021; Meng et al., 2018; Stratta et al., 2013; Sun & Stewart, 2007) ，且同時與靈性影響有關 (Connor & Davidson, 2003) ，而宗教信仰可能作為一種靈性提升的方式；人格特質與生涯自我效能可能在不同職業類型、工作性質、工作任職時間有差異情形 (Barrick & Mount, 1991; Barrick et al., 2001; Brown & Hirschi, 2013; Chan, 2018; Jiang et al., 2018; Martincin & Stead, 2015) 。綜上所述，研究者整理出與本研究相關之背景變項為性別、年齡、教育程度、職業類型、工作性質、工作任職時間、宗教信仰、自覺健康。

本研究經過社會現象、統計數據與個人童年負向經驗的探究歷程，並透過文獻回顧確立本研究之重要變項，以及與重要變項相關之背景變項。研究者認為國內近

年漸在「童年逆境經驗」的學術議題上有所關注，而本研究最大的價值為有機會觀察到本土童年逆境經驗者在自覺身心健康、其他背景變項、人格特質、心理韌性與生涯自我效能上的現況差異與相關情形，並將於下一節列出本研究之目的與問題。

第二節 研究目的與問題

依據研究動機，確立本研究之目的如下：

- 一、探討臺灣成人童年逆境經驗者人格特質、心理韌性與生涯自我效能之現況。
- 二、探討有無童年逆境經驗者在不同背景變項（性別、年齡、教育程度、職業類型、工作性質、工作任職時間、宗教信仰、自覺健康）之差異情形。
- 三、探討不同童年逆境經驗程度（無、至少一項、四項以上之童年逆境經驗者）之不同背景變項（性別、自覺健康）在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異情形。
- 四、探討不同年齡、職業類型、工作性質、任職工作時間之成人童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異。
- 五、探討成人童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之相關情形。
- 六、探討成人童年逆境經驗者心理韌性對人格特質與生涯自我效能之中介效果。

根據上述研究目的，本研究將探討下列問題：

- 一、臺灣成人童年逆境經驗者人格特質、心理韌性與生涯自我效能之現況為何？

- 二、有無童年逆境經驗者在不同背景變項（性別、年齡、教育程度、職業類型、工作性質、工作任職時間、宗教信仰、自覺健康）是否有顯差異。
- 三、不同童年逆境經驗程度（無、至少一項、四項以上之童年逆境經驗者）之不同背景變項（性別、自覺健康）在人格特質、心理韌性與生涯自我效能是否有顯著差異？
- 四、不同年齡、職業類型、工作性質、任職工作時間之成人童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能是否有顯著差異？
- 五、成人童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能是否有顯著相關？
- 六、成人童年逆境經驗者之心理韌性在人格特質與生涯自我效能間是否具有中介效果？

第三節 研究假設與研究架構

本研究對於人格特質、心理韌性及生涯自我效能進行文獻回顧後，依據研究架構，提出本研究的五項假設：

首先，回顧過往文獻，發現性別、職業類型、自覺健康等三項背景變項與童年逆境經驗有關，研究者亦好奇年齡、教育程度、工作性質、工作任職時間、宗教信仰等背景變項於有無童年逆境經驗者中是否也有關聯性，因此，形成假設一如下。

假設一：成人童年逆境經驗之有無在不同背景變項（性別、年齡、教育程度、職業類型、工作性質、工作任職時間、宗教信仰、自覺健康）具有顯著差異。

- 1-1：成人童年逆境經驗者之有無在不同性別上具有顯著差異。
- 1-2：成人童年逆境經驗者之有無在不同年齡上具有顯著差異。
- 1-3：成人童年逆境經驗者之有無在不同教育程度上具有顯著差異。
- 1-4：成人童年逆境經驗者之有無在不同職業類型上具有顯著差異。
- 1-5：成人童年逆境經驗者之有無在不同工作性質上具有顯著差異。
- 1-6：成人童年逆境經驗者之有無在不同工作任職時間上具有顯著差異。
- 1-7：成人童年逆境經驗者之有無在不同宗教信仰上具有顯著差異。
- 1-8：成人童年逆境經驗者之有無在自覺身體健康上具有顯著差異。
- 1-9：成人童年逆境經驗者之有無在自覺情緒困擾上具有顯著差異。
- 1-10：成人童年逆境經驗者之有無在自覺失眠困擾上具有顯著差異。
- 1-11：成人童年逆境經驗者之有無在曾有自殺念頭上具有顯著差異。

根據文獻回顧瞭解童年逆境經驗與人格特質、心理韌性與生涯發展選擇有一定程度的關係，同時也有研究發現更多的逆境程度可能導致更嚴重的身心健康問題，因此研究者嘗試以三種不同童年逆境程度者於不同性別與自覺健康上探究其間的關係與差異，形成假設二如下。

假設二：不同童年逆境經驗程度（無、至少一項、四項以上之童年逆境經驗者）之不同背景變項（性別、自覺健康）在人格特質、心理韌性與生涯自我效能具有顯著差異。

2-1：成人童年逆境經驗之有無在人格特質、心理韌性與生涯自我效能具有顯著差異。

2-2：至少一項成人童年逆境經驗者之性別在人格特質、心理韌性與生涯自我效能具有顯著差異。

2-3：四項以上成人童年逆境經驗者之性別在人格特質、心理韌性與生涯自我效能具有顯著差異。

2-4：至少一項成人童年逆境經驗者之自覺身體健康在人格特質、心理韌性與生涯自我效能具有顯著差異。

2-5：至少一項成人童年逆境經驗者之自覺情緒困擾在人格特質、心理韌性與生涯自我效能具有顯著差異。

2-6：至少一項成人童年逆境經驗者之自覺失眠困擾在人格特質、心理韌性與生涯自我效能具有顯著差異。

2-7：至少一項成人童年逆境經驗者之自殺念頭在人格特質、心理韌性與生涯自我效能具有顯著差異。

根據文獻回顧瞭解年齡與職業類型於人格特質有顯著差異，工作任職時間亦與生涯自我效能有相關性。另外研究者亦好奇工作性質於人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異情形，故形成假設三如下：

假設三：不同背景變項（年齡、職業類型、工作性質、工作任職時間）的成人童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能具有顯著差異。

3-1：不同年齡的成人童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能具有顯著差異。

3-2：不同職業類型的成人童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能具有顯著差異。

3-3：不同工作性質的成人童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能具有顯著差異。

3-4：不同工作任職時間的成人童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能具有顯著差異。

基於過去文獻回顧，發現人格特質、心理韌性與生涯發展選擇或自我效能間存有關聯，故形成假設四，如下所述。

假設四：成人童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能顯著相關。

4-1：成人童年逆境經驗者之外向性人格與心理韌性顯著相關。

4-2：成人童年逆境經驗者之友善性人格與心理韌性顯著相關。

4-3：成人童年逆境經驗者之嚴謹性人格與心理韌性顯著相關。

4-4：成人童年逆境經驗者之神經質人格與心理韌性顯著相關。

4-5：成人童年逆境經驗者之開放性人格與心理韌性顯著相關。

4-6：成人童年逆境經驗者之外向性人格與生涯自我效能顯著相關。

4-7：成人童年逆境經驗者之友善性人格與生涯自我效能顯著相關。

4-8：成人童年逆境經驗者之嚴謹性人格與生涯自我效能顯著相關。

4-9：成人童年逆境經驗者之神經質人格與生涯自我效能顯著相關。

4-10：成人童年逆境經驗者之開放性人格與生涯自我效能顯著相關。

4-11：成人童年逆境經驗者之心理韌性與生涯自我效能顯著相關。

最後，整合過往文獻，發現人格特質對心理韌性與生涯自我效能皆有所影響，且心理韌性對生涯自我效能亦存在某種程度的關聯，故研究者推論出假設五，如下所示。

假設五：成人童年逆境經驗者之心理韌性在人格特質與生涯自我效能間具有中介效果。

5-1：成人童年逆境經驗者之心理韌性在外向性人格與生涯自我效能有中介效果。

5-2：成人童年逆境經驗者之心理韌性在友善性人格與生涯自我效能有中介效果。

5-3：成人童年逆境經驗者之心理韌性在嚴謹性人格與生涯自我效能有中介效果。

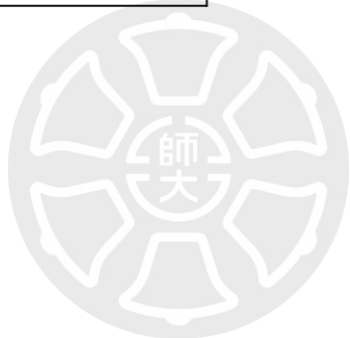
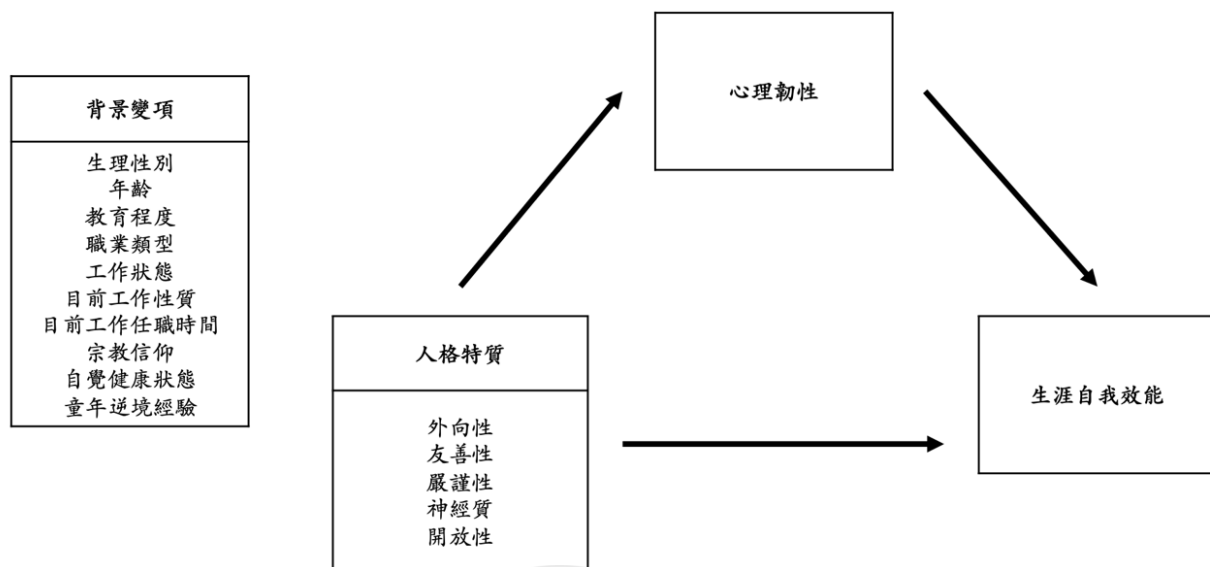
5-4：成人童年逆境經驗者之心理韌性在神經質人格與生涯自我效能有中介效果。

5-5：成人童年逆境經驗者之心理韌性在開放性人格與生涯自我效能有中介效果。

綜合上述，可形成研究架構圖。如圖 1-3-1 所示：

圖 1-3-1

研究架構圖



第四節 名詞釋義

為使本研究所提出之變項定義更為明確，此節針對所採用變項之進行之名詞釋義：

一、童年逆境經驗 (Adverse Childhood Experiences)

童年逆境經驗是指個體於 18 歲以前被照顧者、家庭成員或者其他人的不當對待所造成在主觀上負向感受、想法與行為的經驗。本研究以 Felitti 等人 (1998) 所編製的「童年逆境經驗問卷」進行樣本身份的界定。問卷題目涵蓋語言暴力、肢體暴力、性暴力、忽視、是否有足夠的生活照顧、是否處於高風險情境 (與家族自殺與精神疾病史、物質濫用者、犯罪入獄者同住)，整份問卷為十題之陳述性是非題，題目勾選「是」即得一分，受試者若勾選至少一項 (含以上) 即為童年逆境經驗者；若完全沒有勾選則為無童年逆境經驗者。

二、五大人格特質 (Big Five Personality Traits)

五大人格特質分類是其中一種人類性格類型分類的理論，將人的性格特質區分為外向性、友善性、嚴謹性、神經質以及開放性等五個向度。本研究以李仁豪與鍾芯瑜 (2020) 所發展的中文版簡式「五大人格量表」 (Big Five Inventory, BFI-15) 進行測量。此量表為針對 John 等人 (1991) 所發展的五大人格量表 (BFI-44) 進

行中文簡式版的發展，並以心理幸福感、生活滿意度、正負向情感、及自尊作為校標參照，具有良好效度與穩定性。

三、心理韌性 (Resilience)

心理韌性，又可稱作復原力。本研究以 Connor 與 Davidson (2003) 視心理韌性為個體壓力因應的一種特質或能力為觀點，瞭解個人在堅忍力、情緒控管能力、正向接納的人際關係、控制感與靈性影響等五個向度的程度。並以 Connor 與 Davidson (2003) 所發展的「Connor-Davidson 復原力量表」(Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC) 作為測驗工具。測驗總分為 0 至 100 分，越高的分數代表有著越高的心理韌性。

四、生涯自我效能 (Career Self-efficacy)

生涯自我效能係指將 Bandura (1977) 於社會學習理論中自我效能的概念移植至個體生涯相關行為的應用，認為個體在生涯行為中的表現，受到環境、個體主觀認知與個體行為的交互影響。高生涯自我效能者面對生涯選擇較為彈性且能展現出個人興趣，以及在面對生涯困境時較能有正向的適應、挫折容忍高；低生涯自我效能者在面對生涯選擇時則多呈現窄化與自我懷疑、面對生涯困境時通常較不自信，而擔心無法勝任或以逃避的方式作回應。本研究以田秀蘭與郭乃文 (2005) 「成人生涯認知量表」之「自我效能」分量表作為測驗工具，瞭解個體在生涯信心、難

度知覺與推論性等三個面向的程度。測驗總分介於 15 至 90 分之間。分數越高代表生涯自我效能越高；反之，則代表生涯自我效能越低。





第二章 文獻探討

本章探討此研究的重要變項之研究發現，以形成研究模型。共分為五節，分別為童年逆境經驗之理論內涵、人格特質之理論內涵、心理韌性之理論內涵、生涯自我效能之理論內涵以及童年逆境經驗、人格特質、心理韌性與生涯自我效能等變項之相關研究。

第一節 童年逆境經驗之理論內涵與相關研究

本節中，研究者將相關文獻資料做整理，說明童年逆境經驗之內涵與發展以及童年逆境經驗之相關研究。

一、童年逆境經驗之理論與內涵

由美國大型醫療機構凱薩 (Kaiser Permanente) 的內科醫師 Vincent Felitti 與疾病局流行病學家 Robert Anda 於 1998 提出童年逆境經驗、負向健康行為與身心健康的相關研究：發現當患者有童年逆境經驗時，可能伴隨個人有身體疾病、情緒低落與焦慮、物質濫用、對生活不滿、對工作容易倦怠等行為特徵，且當患者於童年逆境經驗問卷中得分越高者，與童年逆境經驗問卷中沒有得分者，在罹患癌症、慢性病、嚴重肥胖、嚴重心情憂鬱、曾經嘗試自殺與物質濫用等機率高出數倍以上。

以下研究者將針對何謂逆境、逆境經驗相關研究以及童年逆境經驗相關研究做更進一步的探討。

(一) 何謂逆境

在「逆境 (adversity)」的字詞釋義上，我國教育部國語辭典 (逆境, 2021) 說明為：「不順利的境遇」；而韋氏辭典 (adversity, 2021) 針對字義上的解釋則偏向為「面對反抗或者負向的情境，造成嚴重的或者持續性利益傷損的情況。」Lazarus (1983) 對於逆境的定義為，依照個人主觀認知，解讀與評斷生活之中所發生的經驗歷程，將會決定逆境本身的產生與形塑。Waller (2001) 認為逆境為感受到壓力負面經驗時的主觀感受。Resick (2001) 則主張逆境是突然發生、意想不到的事件，會對生活造成困擾及威脅，且事件也可能會帶來一連串反應及持續性的情況。其實人的一生不可能總是一帆風順，從出生到死亡的生命之中，總是會遇到或大或小的挑戰，當我們順利通過這些挑戰，會使我們的生命變得更加強壯且有韌性，我們會因此變得更有自信；然而當我們困在某個挑戰或者境遇太久，則相對形成一種逆境，將對我們個人的身心狀態、人際關係乃至於生涯發展造成不良的影響。

(二) 逆境經驗

根據 Holmes 與 Rache (1967) 的研究顯示，使人們遭受逆境衝擊的重大事件依時間順序為配偶死亡、離婚、分居、入獄拘留、親人死亡、個人損傷、結婚、工作解僱、婚姻和解、退休、家人健康狀況、懷孕、性問題與家庭成員增加等 14 項。

孤草 (2001) 提出逆境經驗的來源包含：事業失敗、不良人際關係、社會適應出現問題、戀情或婚姻失敗、重大疾病或天災等。

(三) 童年逆境經驗

Felitti 等人 (1998) 定義所謂童年逆境經驗為 18 歲以前遭遇過以下經驗者：家中父母或家中其他的成人經常語言攻擊（罵髒話、侮辱、蔑視或羞辱）、肢體攻擊（推、拉、掌摑或朝你丟東西）、性意圖的身體接觸（愛撫或試圖想要發生口部、肛門或陰道的性行為）、情感疏離（感到家中沒人愛你或者家人間互不關照、親近與支持）、父母分居或離異、生活沒有被好好照顧（沒有足夠的食物、時常穿著髒衣服或者沒能在需要時立即協助就醫）、與物質濫用者同住（酗酒或使用娛樂藥物）、家中有人罹患憂鬱症其他心理疾病、家中有試圖自殺者、以及家中有人入獄者的經驗等十項童年逆境經驗。在 Felitti 等人的研究中收集 17421 病患作為受試者，發現受試者在 18 歲以前至少有一項童年逆境經驗者占 67%，而遭遇四項以上童年逆境經驗者占 12.6%，而再進一步將研究發現與健康狀況做相關分析，研究結

果顯示個體遭逢四項以上童年逆境經驗者比起完全沒有童年逆境經驗者，罹患冠狀心臟病的機率為 2.2 倍、罹患任何癌症的機率為 1.9 倍、罹患中風的機率為 2.4 倍、罹患慢性支氣管炎或肺氣腫（慢性阻塞性肺病）的機率為 3.9 倍、罹患糖尿病的機率為 1.6 倍、試圖嘗試自殺者的可能性為 12.2 倍、嚴重肥胖的機率為 1.6 倍、曾使用非法藥物的機率為 4.7 倍、曾注射藥物的機率為 10.3 倍、過去一年有兩週以上心情憂鬱的機率為 4.6 倍、目前有抽菸習慣的機率為 2.2 倍、曾罹患性病的機率為 2.5 倍。而哈里斯（2018/2018）在其針對 702 位孩童病患的研究中使用十項童年逆境經驗問卷，發現病童若有四種以上的童年逆境經驗，其遇到學習或行為問題的機率為一般人的 32 倍。

此外另有多數學者也陸續指出其他常見或者不同型態的童年逆境經驗，其他常見的型態如經濟的困頓、校園暴力、社區暴力；不同型態的童年逆境經驗如失去親人、突然或頻繁地重新安置、嚴重事故、危及生命的疾病或傷害、色情暴露或參與、從事性交易、綁架、酷刑、戰爭、難民營和經歷恐怖主義。無論如何這些在我們生命早期所經歷的負面經驗都有可能成為我們成年後情緒適應不良和焦慮症的主要風險來源，如 McCauley 等人於 1997 年的研究回收近兩千份女性樣本發現童年遭受過肢體暴力或性虐待的女性，除了更容易出現抑鬱和焦慮的症狀，也比童年沒有遭受過虐待的女性更容易嘗試自殺。而多數研究者也發現，除了童年遭受虐待行為之外，因為童年遭受忽視沒受到良好的照顧，甚至童年喪親，也與往後成年期得到抑鬱和焦慮障礙的情況有所相關（Agid et al., 1999; Kendler et al., 1992; Kessler

et al., 2010)。童年負向的經驗不只是影響成年後有更高機率的抑鬱和焦慮情緒，也發現這些童年負向經驗容易導致成年後有壓力後創傷症候群(posttraumatic stress disorder, PTSD)的出現(Bremner et al., 1993; Zaidi & Foy, 1994)。Felitti 等人(1998)的研究發現兒童逆境經驗與在成年時發病率與死亡率的增加之間有很強的相關，Anda 等人(2002)與 Dube 等人(2001, 2002a, 2002b, 2003)更進一步指出有著這些童年逆境經驗，也增加成年後有如酗酒、酒後暴力、憂鬱症、使用非法藥物與親密暴力的風險。綜合上列研究發現，在最早以前認為成年後任何情緒不適應症狀與負向行為都與近來生活重大事件有關，但於此同時，我們也漸漸發現童年逆境經驗也是導致成年後情緒不適應症狀與創傷後壓力症候群的一項重要因素。以下筆者將針對童年逆境經驗的各項研究方法作討論。

二、童年逆境經驗之測量

(一) 累積風險分數取向 (Cumulative risk scores)

此取向將各個逆境單一分類，每一項逆境都會造成某種對身心健康的危害，最後以加總的方式呈現個體受到危害或危機的程度；優點為計算簡易，能很快能掌握個體目前狀況；但缺點就是每一項逆境所帶來的影響程度不見得相同，如家人曾入監服刑對比曾遭受性虐待，兩者所帶來的身心影響程度明顯有所不同。以下筆者將針對童年逆境經驗研究常用的兩個測量工具作介紹：

1. 受虐待兒童篩檢工具 (ICAST)

國際受虐待及疏忽兒童保護會 (ISPCAN) 所發展的問卷工具「受虐待兒童篩檢工具 (ICAST)」，目前為由 100 多位來自不同國家的專家學者使用德爾菲法 (Delphi process) 評審驗證，在 8 個國家當地進行測驗且持續改進，已被翻譯至少 20 種語言，且其信效度頗佳 (Cronbach's $\alpha = .61$ 至 $.82$)。目前根據三種不同的族群評估而有不同版本：分別為 ICAST-P (Parent)、ICAST-R (Retrospective)、ICAST-C (Children)。其中 ICAST-C (Children) 又分為 ICAST-CH (Children's Home) 與 ICAST-CI (Children's Institution)。我國林秋蘭等人 (2011) 將 ICAST-CI 翻譯為中文版，進行收容少年受虐待及疏忽經驗的相關研究，發現各類型受虐經驗越多者，於學校或工作場合之安全感也越低，並且身體受虐待及疏忽者與知覺校規公正性有顯著相關；楊珮瑄 (2015) 在一項兒時受虐經驗對機構少女罹患愛滋病/性病高風險行為與憂鬱的相關研究中，使用 Chang 等人 (2013) 翻譯 ICAST-CH 的中文版 ICAST-CH-C 為使用工具，研究結果顯示有受到暴力暴露、精神虐待、及性虐待之機構少女與不安全性行為有關。

2. 童年逆境分數 (ACE score)

Felitti 等人 (1998) 集中在美國最常見的 10 項童年逆境類型：虐待兒童 (情感、生理或性行為)、忽視兒童 (情感或身體) 和家庭功能障礙 (家庭暴力、藥物濫用、精神疾病、犯罪活動或父母缺席) 為十題自我陳述的兩點量表，答「是」為

1 分，答「否」為 0 分，最後得分加總為童年逆境分數 (ACE score)，問卷有好的信度 (Cronbach's $\alpha = .78$)。

Schalinski 等人 (2016) 針對 18 歲以下 129 位曾暴露於童年逆境經驗的精神病院患者，利用虐待與虐待暴露時間表 (MACE)、十項童年逆境經驗分類 (內含) 與國際疾病傷害及死因分類標準第十版 (ICD-10) 作了相關研究。發現童年逆境類型與特定時間發生有著更強的預測力，如於 5 歲時生理需求的忽視、4 至 5 歲時情緒的忽視與未來解離症狀的增加有關；8 至 9 歲時的情緒忽視則可能加重抑鬱的症狀；PTSD 與事件發生的年齡無關，但卻與童年逆境經驗的數量有正相關。透過研究可以幫助我們理解童年逆境經驗的類型與發生時間對一個人所可能造成的影響。

3. 童年逆境經驗國際問卷 (ACE-IQ)

由世界衛生組織 (WHO) 於 2018 發展出來的問卷，共 29 題，涉及 13 種逆境經驗：情感虐待、身體虐待、性侵害、情感忽視、生理需求忽視、家庭暴力、與藥物濫用者居住在一起、與精神疾病或曾自殺者居住在一起、與曾入監服刑者居住在一起、單親 (喪親或父母不詳者)、父母分居或離婚、霸凌經驗、社區暴力、集體暴力的經驗。根據 WHO 的調查，有 5.5% 的大學生表示曾受到生理需求的忽視與身體虐待。

(二) 單一逆境深入探討 (Single adversities)

為改善累積風險分數取向的缺點，研究者開始針對自己有興趣的議題，將之與不同逆境經驗去作相關分析，並進一步解釋各種有關程度背後可能的原因。如探討各項逆境經驗對人體發炎反應所帶來的影響，如 Baumeister 等人 (2016) 的研究指出受試者為有童年逆境經驗的成人，受過性虐待及身體虐待者與 Alpha 型腫瘤壞死因子 (TNF- α) 和白血球介素-6 (IL-6) 的升高有相關，但心理上的虐待沒有相關；而父母缺席與 C 反應蛋白 (CPR) 的升高有關，但虐待經驗卻沒有相關。

(三) 以理論為主的研究 (Theoretically driven adversity models)

在以理論為主的研究中，研究者可能會透過幾種方式來驗證童年逆境經驗的模型。比如說以文獻回顧的方式推理出一個結論、透過在某一個主題中的大量文獻回顧來歸納出一個顯而易見的結論，或者驗證某一個理論的信效度。如 Bryce 等人 (2021) 透過選擇童年逆境經驗、職業選擇與專業助人者三項主題，並收集於 1990 年 2 月至 2019 年 2 月的相關文獻共 208 篇，再進一步條件篩選到剩 28 篇後進行相關分析研究，得出家庭功能障礙、親子關係、個體特徵、逆境經驗後的特質發展及經驗動機和未來從事助人工作有關的結論。

(四) 以實證為主的研究 (Empirically driven methods)

為一種基於實驗、系統觀察及測量的科學方法，透過嚴謹的實驗設計：發展與陳述問題、研究方法、研究結果與討論。可以分為以變項為主的量化研究、以人為主的質化研究，以及量化質化相輔相成的混合研究。在量化研究中除了一般變項的相關研究，近年來也越來越多研究者使用潛在類型分析 (LCA) 在童年逆境經驗上應用，以標示出童年逆境經驗中的不同類別與身心健康之間的關係，如 Witt 等人 (2016) 在一項 4 至 17 歲的德國兒童樣本中，使用 LCA 確定出三種虐待類別：性虐待、包括性虐待的多種類型虐待，以及不包括性虐待的多種類型虐待，發現包括性虐待的多種類型虐待在精神障礙症及健康生活行為的表現最差；。在質化研究上，如 Larkin 等人 (2012) 便針對美國一處於 1988 年創立專為無家可歸者提供協助的社福機構進行個案研究 (case study)，檢視其機構運用恢復性整合支持 (Restorative Integral Support, RIS) 模式來協助童年逆境經驗高分者的情形。在混合研究上，如 Lee 等人 (2017) 便透過混合研究來瞭解兒童福利專業人員的童年逆境經驗和他們用來緩解壓力的策略，在量化數據上發現 ACE 分數與職業選擇及不健康的因應策略之間的關係可以預測工作壓力，而質化數據則進一步顯示受試者在面對工作壓力下的自我照護可能面臨到怎樣的挑戰。

三、童年逆境經驗之相關研究

(一) 性別

Duke 等人 (2010) 研究發現同時有著多種童年逆境經驗的青少年，在自殺意念與自殺企圖的風險提高有關，且在性別上有顯著差異。Koss 等人 (2003) 針對 7 個美國原住民部落收集 1660 個樣本研究中發現，根據童年逆境經驗的不同，約莫有 74% 至 100% 的男性與 83% 至 93% 的女性從小遭遇過童年逆境經驗，且發現其中有遭受身體虐待、性虐待以及有在住宿學校就讀的情況與酒精成癮有很高的相關；Haatainen 等人 (2003) 在研究中透過貝克絕望感量表 (BHS) 這項測驗工具發現童年逆境經驗可能增加絕望感，而這樣的絕望感會增加未來負向行為的風險，在童年逆境分數得分 3 或以上的男性與女性都會有絕望感，而其中女性比男性更容易有絕望的感受。Grigsby 等人 (2020) 收集 2017 至 2018 年在加州、明尼蘇達及德克斯州的大學生 (18 至 29 歲) 共 12039 份的總體健康量表，並將 ACE 分類為七項：心理虐待、身體虐待、性虐待、父母間家暴、與物質濫用者同居、與精神病患者同居及與曾入獄的家庭成員者同居，結果發現有 51.7% 的人有至少一項 ACE，其中女性的心理健康比男性差，而男性物質使用的情況比女性更多，而其他則不因性別有差異。

在罹癌風險上，Alcalá 等人 (2017) 以 2011 年美國的行為風險因子調查數據進行大規模分析，對象為 18 歲以上的成年人樣本共 111964 份，其中 ACE 被細分

為 8 項，研究結果發現女性童年經歷過身體虐待、性虐待、情感虐待、與精神病患者同住、與酗酒者同住、與吸毒者同住及與成人相互暴力對待的家庭中，都會有更高機率罹癌；而男性僅有在情感虐待上與更高機率罹癌相關。

(二) 創傷反應

1. 創傷後壓力症候群 (posttraumatic stress disorder, PTSD)

Brockie 等人 (2015) 收集 15 至 24 歲美國原住民共 288 份樣本，研究結果發現在六種 ACEs 分類 (身體虐待、情感虐待、性虐待、情感忽視、目睹親密關係暴力及感受到被歧視)，有 78% 的人有過至少一次的 ACE，有 40% 的人有過兩次以上的 ACE，且每增加一次逆境經驗，會增加憂鬱症狀 (57%)、PTSD (55%)、物質濫用 (51%) 及嘗試自殺 (37%)。而 PTSD 的症狀會使人的健康有負面的影響，如有學者在研究中發現其給人帶來的負面影響包括：過度驚嚇、社會疏離、久坐行為增加、易怒與失眠 (Hall et al., 2015; Wolf & Schnurr, 2016)。

在亞洲方面，Ho 等人 (2020) 以香港、臺灣、日本及中國等地的大學生共 1346 份樣本，進行 13 項 ACEs 的潛在類型分析 (LCA) 研究，顯示三種不同分類：低 ACE (76%)、家庭暴力 (20.6%) 及家庭功能障礙 (3.4%)。其中第三類比第一類與第二類有更多項的童年逆境經驗。且第二類及第三類被診斷出焦慮症與 PTSD 標準的機率明顯高於第一類。

2. 複雜性創傷後壓力症候群 (complex posttraumatic stress disorder, CPTSD)

近年來 Cloitre 等人 (2019) 與 Hyland 等人 (2021) 更皆在研究中指出 PTSD 和 CPTSD 與童年逆境經驗存在強烈的相關性。Guo 等人 (2021) 從中國 130 多所大學得到 1361 個樣本，研究顯示 ACEs 對中國大學生 CPTSD (PTSD 症狀加上自我組織障礙) 有著顯著相關，且此研究以自我仁慈與自我批判作為中介變項，發現若對自己更友善便能夠減少童年逆境經驗所帶來的負面影響，透過更健康的壓力管理，減少威脅系統所帶來的影響，以間接減少 CPTSD 的發生；另一方面，也發現 ACEs 若帶有更多的自我批判，則與 CPTSD (PTSD 症狀加上自我組織障礙) 的發現有正相關。



(三) 自我概念

Dube 等人 (2003) 發現一個人所經歷的逆境經驗越多，其所造成的傷害就越嚴重。而這樣的傷害會影響到許多層面，包含神經發育、社會、情感、行為和認知，進而影響到個體成年後的身心健康 (Felitti et al., 1998; Kendall-Tackett, 2002; Weiss & Wangner, 1998)。而 Schwartz 等人 (2011) 及 Habermas 與 Reese (2015) 提及自我概念通常於青春期左右形成，也有多數學者發現個體早期與父母和家庭的關係也會影響到自我概念，如 Howe (2005) 發現缺乏反應回饋與疏忽的照顧會導致嬰兒自我概念不發達；Wu (2009) 發現被良好照顧的嬰兒在情緒調節與自我概念上都有正向的關聯表現；培理與薩拉維茲 (2017/2018) 則提出個體在青春前期經

歷低關愛或過度保護的家庭與低度自我概念相關。另外也有許多研究者發現自我概念與家庭壓力、家庭功能障礙、關係衝突、情感虐待、身體虐待、性虐待和忽視呈現負相關 (Evans et al., 2015; Vartanian et al., 2016)。

Wong 等人 (2019) 針對自我概念對心理健康之間的影响擴大研究，延續過去其他學者對神經質、憂鬱、焦慮、感知壓力與人際關係問題的研究，再加入自殺行為、孤獨感和生活痛苦事件以找到其與自我概念的關聯，進一步得知較低的自我概念與生活中較高的痛苦有關 (生活滿意度、社會功能、財務、就業與婚姻生活)，而這些結果除了和環境背景有關係，可能也和較低自我概念者處事方式有關係，如難以找到自己感興趣的工作、行事較為守成、回應方式較沒有彈性、親密關係較少或時常陷落擔心焦慮的狀態。

(四) 生涯選擇

Yuan 與 Li (2020) 以大規模分層隨機抽樣調查中國 28 個省份地區的生活史調查數據，發現童年經驗素質較低 (童年家中經濟條件、童年社區環境、童年學校環境、家庭氛圍) 會增加成年後選擇公部門工作的可能，此外男性通常比女性對童年經歷更為敏感。而童年逆境經驗影響未來職業選擇似乎是有跡可循，過去就有研究者發現童年家庭環境會影響個體的職業選擇，因為它塑造一個人應對不利生活經歷的能力 (Hui et al., 2004; Walsh & Zhu, 2007)。童年時期經歷負向的家庭環境也與生涯效能的缺乏有關 (Coleman, 2003; Davies & Woitach, 2008; Pan et al., 2011)。


他們可能會覺得難以在壓力下工作 (Mann & Gilliom, 2004) ，並且會規避風險 (Dulebohn, 2002) 。而更願意選擇薪酬固定或者職涯發展穩定的職位 (Turban et al., 2001) 。

第二節 人格特質之理論內涵與相關研究

本節中，研究者將相關文獻資料做整理，說明人格特質之內涵與發展以及人格特質之相關研究。

一、人格特質之理論與內涵

(一) 何為人格



Allport (1937) 提出：人格為個人在心理與生理上的動態構成，其能夠針對環境作調適。Costa 與 McCrae (1992) 則認為人格特徵 (personality characteristic) 乃個人的行為反應，而當這些特徵持續在某些情境中持續出現時，則可稱為人格特質 (personality characteristic) 。我國學者張春興 (2013) 加以生理因素補充說明：人格為個人對於自己、他人乃至適應環境事物的一種獨特個性，而此獨特個性正是由個人於遺傳、環境、成熟及學習等交互作用下，表現於身心各方面具有統整性與持久性的特徵。因此在人格特質的理論中，心理學家會提出一些假設或構念以將人的性格做分類，試圖解釋或者預測人在不同情境中感受、認知、行為、價值信念、學

習態度及生涯適應與選擇的狀態。研究者們以嚴謹的科學方式建構出多元的人格理論，以及具有良好信效度的測量工具在實務上幫助受試者瞭解個人性格。筆者在研究中主要挑選五大人格特質理論（Big Five personality traits）作為本研究討論方向，以下將針對五大人格特質理論的理論內涵、測量工具及相關文獻作介紹。

（二）五大人格特質理論（Big Five personality traits）

五大人格特質，又稱大五人格模型或者人格五因素模型（The Five Factor Model, FFM）。五大人格特質理論最早可以溯源自 Galton(1884)所提出的詞彙假設 (lexical hypothesis)，由 Allport 與 Odbert (1936) 延續 Galton 的概念透過韋氏新國際辭典 (Webster's new international dictionary)，最終收集 4504 個描述人格特質的字詞，並將之分為四大特質分類：個人特質、描述心情或狀態的特質、社會性評價的特質、雜類。隨著後來測量統計方法與工具日漸進步，Cattell (1946) 進一步將 Allport 與 Odbert 所整理的 4504 個人格特質字詞分群篩選，以因素分析的方式得出十六種人格特質，將特質簡單化約的方式漸漸為日後人格五因素奠定基礎。Fiske (1949) 由許多臨床實習生的自陳量表結果，將 Cattell 的十六人格特質化約為五項因素，Tupes 與 Christal (1961) 透過研究分析出五種人格因素為：友愛 (agreeable)、可靠性 (dependability)、外向性 (surgency)、情緒穩定 (emotional stability) 及文化因素 (culture)。Norman (1963) 亦針對密西根大學生為樣本進行分析得出另外一種

五項人格因素：友善 (agreeableness)、良知 (conscientiousness)、外向性 (surgency or extraversion)、情緒穩定 (emotional stability) 及文化因素 (culture)。

從 1940 至 1960 年代，特質的研究者獲得一個相似的結果：即特質涵蓋五大類型。直至 1980 年代後期，Costa 與 McCrae (1986) 提出最被廣為接受的五大人格特質：開放性 (openness)、嚴謹性 (conscientiousness)、外向性 (extraversion)、親和性 (agreeableness) 及神經質 (neuroticism)。以下分別簡述之：

1. 開放性 (openness)

主要衡量個體傾向尋求新的體驗和探索新的想法的程度。開放性高的個體被描述為有創造力的、創新的、想像力豐富的、反思的及非傳統的；開放性低的個體則被描述為傳統的、興趣狹隘的及沒有分析能力的。開放性與智力呈正相關，尤其是在與創造力相關的智力方面，如發散性思維。

2. 嚴謹性 (conscientiousness)

主要衡量個體在追求目標成就時的組織力、毅力、專注、努力及動機的程度。嚴謹性高的個體被描述為有企圖心、願意負責、自我要求、守時、有組織能力及細心；嚴謹性低的個體則被描述為漫無目的、不可信賴、懶惰、粗心、散漫及意志薄弱等。

3. 外向性 (extraversion)

為個體自信、支配、精力充沛、積極、健談及熱情的程度。外向性得分高的個體特質總是開朗，喜歡跟人相處，喜歡群體活動，也喜歡尋求刺激和刺激。外向性得分低的個體則喜歡花時間與自己獨處，且有明顯保守、安靜及獨立的特質。

4. 友善性 (agreeableness)

主要橫量個體的人際取向。親和性高的個體可以被描述為信任、給予、關心、利他及容易受騙，友善性高的個體代表具有合作價值觀和偏好人際關係；友善性低的個體低則被描述為控制慾強、以自我為中心、多疑及無情。

5. 神經質 (neuroticism)

主要衡量個體在調節和情緒穩定方面的差異。神經質得分高的個體傾向經歷負面情緒，包括焦慮、敵意、抑鬱、自我意識、衝動和脆弱。神經質得分低的個體則可能表現較為自信、冷靜、溫和及放鬆。

二、人格特質之測量

(一) 五大人格量表 (Trait Descriptive Adjectives, TDA)

由 Thompson (2008) 發展，共 40 題。包含開放性、嚴謹性、外向性、友善性及情緒穩定性等五項人格。採用五點量尺，1 至 5 分依序為非常不精確、有些不精確、普通、有些精確及非常精確。我國鄧景宜於 2011 將 TDA 翻譯為中文版本，內部一致性信度係數 α 介於 .79 至 .91，五項人格分數與各種成績間的效標關聯效度落於 .14 至 .51，複本相關介於 .91 至 .95。TDA 雖然已有國內學者翻譯為中文版，但仍須考量題數過多可能導致受試者做題疲勞而影響測驗結果。

(二) NEO 五大人格量表 (NEO-Five Factor Inventory, NEO-FFI)

由 Costa 與 McCrae (1992) 根據美國五大人格特質為基礎編製的五大人格因素量表 (NEO-PI-R) 而來，其五個人格向度為外向性、開放性、親和性、嚴謹性及神經質，而每個人格特質向度皆有 6 個次向度，每個次向度中包含 8 個題項，共 240 題。而 NEO-FFI 正是 NEO-PI-R 的簡版，五項人格特質向度各留下 12 題，共 60 題，採用 6 點量尺，分數越高越符合該項目。Chen 與 Piedmont (1999) 將 NEO-FFI 翻譯為中文版，內部一致性信度係數 α 介於 .7 至 .8；但總題數為 60 題，龐大的測驗題目仍容易對受試者造成施測上的疲勞，可能間接導致測驗結果不盡理想。

(三) 五大人格量表 (Big Five Inventory, BFI-44)

由 John 等人 (1991) 開發的五大人格量表 (BFI) ，共有 44 題。外向性及神經質各 8 題，親和性及嚴謹性各 9 題，開放性 10 題。採用五點量尺，1 至 5 分依序為非常不精確、有些不精確、普通、有些精確及非常精確。能夠對五個人格特質向度進行有效與靈活的評估，題目皆為從五大人格特質定義中挑選，再經過專家評分和因素分析驗證。題目非以單純的特徵形容詞描述，而是有有脈絡的一段訊息但盡可能同時保持題項的簡明。BFI-44 的內部一致性信度 α 介於 .79 至 .87，間隔 6 至 8 週的在測信度平均為 .84。

(四) 簡式五大人格量表 (Big Five Inventory, BFI-10)

隨著 NEO-PI-R 與 BFI-44 測量工具的發展，雖然這些工具都有不錯的信效度，但研究者們開始思考如何避免受試者因為做題冗長導致的無聊與疲累感影響測驗後的結果，試圖將題項化簡。Gosling 等人 (2003) 開發出十項人格量表 (Ten Item Personality Inventory, TIPI) ，每個五大人格特質向度選出兩個題項，顯示出不錯的信效度，並翻譯為多國語言版本。Rammstedt 與 John (2007) 直接取自 BFI-44 篩選出每個人格特質向度各 2 題開發而成簡式五大人格量表 (BFI-10) ，BFI-10 顯示出良好的重測信度、收斂效度 (NEO-PI-R) 、外部效度 (同儕評分) ，且 Thalmayer 等人 (2011) 發現 BFI-10 與 BFI-44 相比具有相等甚至更高的預測效度，比如以嚴

謹性得分預測學業成績平均點數 (Grade Point Average, GPA) 的分數，此外研究也將 BFI-10 的選題和其他 BFI-44 隨機選題的替代版本進行交叉比較，發現仍是 BFI-10 具有最好的預測，也就是 BFI-10 的版本是 BFI-44 五項人格特質向度的最佳選題。但雖然 BFI-10 信效度不錯，也能避免測驗題目冗長，但這樣的選題可能還需要跨文化的驗證，才能確保這樣的工具亦適合於不同國家使用。

(五) 中文版簡式五大人格量表 (Big Five Inventory, BFI-15)

國內學者李仁豪與鍾芯瑜 (2020) 嘗試翻譯 BFI-44 為中文版並透過嚴謹的科學過程以本土樣本資料將題項化簡。以生活滿意度、心理幸福感、正負向情感及自尊作為效標，收集兩群大學生樣本，在第一群樣本包含 730 名大學生檢視 BFI-44 信效度及簡版的選題；間隔三年後，在第二群不同樣本包含 732 名大學生驗證簡版 BFI-15 的適配度。研究結果發現 BFI-15 與 BFI-44 在對應五項人格特質上的相關為 .80 至 .90。驗證性因素分析模型適配度佳，因素負荷量除兩題為 .44 及 .48 外，其餘落在 .64 至 .87 之間，聚合效度佳，內部一致性信度 α 介於 .67 至 .81，組合效度介於 .69 至 .81。

綜合以上關於五大人格測量的理論，考量適當題數及本土文化適配性，本研究最後選用 BFI-15 作為本研究測量人格的量表。

三、人格特質之相關研究

(一) 性別

Rantanen 等人 (2007) 在一項長期研究中收集 33 歲至 42 歲的成人樣本，其中男性有 89 名、女性有 103，調查在 9 年間大五人格特質的穩定性，結果發現在這個年齡區間的成人神經質的平均分數下降，而外向性、開放性、親和性及嚴謹性平均分數上升。而其中男性的神經質和外向性比女性穩定，在開放性、親和性及嚴謹性則沒有性別差異。而在此縱貫性研究中九年間不論男性或女性的大五人格特質穩定係數皆上升，其中不論性別穩定上升最多是開放性，最低的則是嚴謹性。

我國陳惠玉 (2005) 則透過一項採取分層隨機抽樣的方式收集 9 所學校共 12 個科系之 653 位大學生樣本，想要瞭解大五人格特質與職業興趣之間的關係，研究結果發現女性在親和性和嚴謹性上的得分高於男性。

Carciofo 等人 (2016) 在中國收集年齡介於 18 至 82 歲的 2496 個樣本，以評估中文版 BFI-44 與 BFI-10 的效果與其與作息時間、正念及心智神遊的相關性，在性別差異上發現女性親和性與神經質的分數普遍高於男性。

(二) 童年逆境經驗

Cobb-Clark 與 Schurer (2012) 在研究中發現大五人格特質是穩定的，且在不同年齡組之間沒有顯著差異，另外也發現個體特質變化與個體在過去就業、健康及家庭事件遭逢的逆境僅有微小的關聯程度。

(三) 自我效能

Zhang (2015) 收集 318 份中國大學生樣本資料，探究五大人格特質、自我效能、正向和負向情感及生活滿意度之間的關係。結果發現自我效能在外向性、開放性、嚴謹性及神經質對正向情感的影響引起中介的效果，且自我效能與生活滿意度的關係完全受正向情感的影響；但自我效能對消極情感及主觀幸福感的預測則有所限制。

(四) 職涯發展

有許多研究者針對五大人格特質，去探究其與各種生涯發展間的影響，比如工作能力、工作績效及職涯選擇等等的議題 (Barrick & Mount, 1991; Barrick et al., 2001; Brown & Hirschi, 2013; Martincin & Stead, 2015; McClelland & Boyatzis, 1982; Page et al., 2008)。

在生涯抉擇上學者發現神經質、外向性及嚴謹性這三項人格特質與職業抉擇的程度有關 (Brown & Hirschi, 2013)，以及決策問題及優柔寡斷有關 (Martincin

& Stead, 2015; Page et al., 2008) ;但親和性與開放性特質則與決策結果沒有太大的關係 (Brown & Hirschi, 2013; Martincin & Stead, 2015) 。在工作能力方面，Barrick 與 Mount (1991) 指出嚴謹性特質是個體在追求目標成就時的組織程度、毅力、努力程度及動機，可以將這樣的構念作為個體努力工作的意願或者工作能力的指標，嚴謹性是一個廣泛的人格特質，它由兩個層面組成：成就動機與可靠性 (Mount & Barrick, 1995) ，也是最能有效預測在不同職業上的工作表現的人格特質向度 (Barrick et al., 2001) ;而親和性雖然被看作是正向合作關係與值得被信賴的特質，但高分的親和性可能也意味著個體會壓抑自己內心真實的聲音以求全團體關係，導致個人與團體之間的利益矛盾衝突。McClelland 與 Boyatzis (1982) 研究發現當一位管理職務者親和性特質較高時，可能會過度在意從屬關係而導致損害個人的職業生涯，因為親和性特質可能會因為人情壓力而干擾管理者對下屬或同事的工作指派以及專業判斷能力，Seibert 與 Kraimer (2001) 在樣本研究中，還發現親和性與薪酬水平和職業滿意度呈現負相關。

在工作績效上，我國學者池進通等人 (2008) 以藥劑師為例，探究五大人格特質與任務績效以及脈絡績效之間的關係，最終收集到 205 份樣本透過皮爾森相關及多元迴歸進行探討，發現人格特質與整體工作績效有相關，而其中嚴謹性特質與任務績效相關最高；親和性特質與脈絡績效相關最高。

第三節 心理韌性之理論內涵與相關研究

本節主要說明心理韌性之定義與內涵，並探討心理韌性與人格特質、生涯自我效能之相關研究。心理韌性之定義及相關研究說明如下。

一、心理韌性之定義與內涵

(一) 心理韌性之定義

心理韌性 (resilience)，又稱作復原力，其拉丁字源自於「resilire」，為跳回與彈回的意思，在韋伯辭典 (Webster's dictionary) 中蘊含兩種字義：一為應變體在壓應力作用之後能夠恢復其大小與形狀的能力；二為從不幸或改變中恢復或適應的能力。

追溯最早提及心理韌性概念的研究，為 Werner 與 Smith (1982) 針對夏威夷 Kauai 島上雙親有離異、家庭關係不佳、精神疾病及經濟貧窮的孩子進行的長期追蹤研究，結果發現即便這些孩子皆有童年逆境經驗，但成年後仍有三分之一的人能夠發展良好，能有健康的人際關係、穩定工作及適應的社會關係，研究人員於是提出心理韌性的概念：「心理韌性是個體所擁有的特質或能力，能夠幫助個體於逆境危機中發展正向因應策略以順利適應困境」。Rutter (2012) 則在定義中加入環境影響的概念加以補充：「心理韌性為降低危害個體發展的影響力，使個體可以克服困境或壓力，並在困境中達到相對良善的發展結果」。綜合上述內容，研究者歸結

心理韌性為：「一種使個體在逆境中能夠適應、恢復及回彈的特質或能力，且這樣的影響並不限定個體本身的狀態，亦可透過環境支持來降低危害風險，是一種動態調整與累積的過程」。

(二) 心理韌性之內涵

隨著時間演變，心理韌性的概念與觀點越來越多元，如 Grotberg (1995) 針對心理韌性的保護因子歸納整理為外部支持和資源 (external support & resources)、個人內在力量 (inner & personal strength) 及社會人際技巧 (social & interpersonal skills)。蕭文 (1999) 曾試圖整合不同學者對心理韌性的觀點，整理出以下七點關於個體如何運用內外資源以解決或解緩逆境的影響：1. 能以幽默與彈性的觀點思考事件；2. 具有自我認同、獨立及控制環境的能力；3. 即便身處困境仍能將自我從環境適度分離；4. 對自我和生活有目標和未來規劃的特質；5. 面對困境而勇於挺進的能力；6. 擁有良好的社會適應技巧；7. 甚少強調個人的挫折、不幸、無價值感及無力感。根據上列七項個體如何增進心理韌性的觀點，學者林清文 (2003) 也在這個基礎上提出十項增進心理韌性更具體的建議：1. 協助找出個人優勢；2. 協助個體與他人建立互動的人際關係；3. 協助個體訂定成就動機的目標；4. 協助個體學習正向的社交技巧；5. 協助個體學習問題解決的技巧；6. 協助個體至少有一至兩位知心好友；7. 協助個體與家人建立正向的互動關係；8. 協助個體發展健康的休閒活動；9. 協助個體與社區有歸屬感；10. 學習幽默的生活態度。

學者們試圖探究心理韌性的保護因子，發現其可區分為二類：一為「內在保護因子」：屬於個人心理情緒、認知、行為及特質的應變能力；二為「外在保護因子」其包含家庭、學校及社區三個面向（楊毅、歐陽娜，2006；陶歡歡，2009）。Murray（2003）亦曾針對保護因子的四個面向做更細微的說明：1. 人格特質：正向樂觀、內在控制、高自尊、希望感、中等智力以上；2. 家庭層面：至少雙親其中一方有情緒正向溫暖的支持；3. 學校層面：良好的同儕關係、在學校有歸屬感、校園氛圍溫暖與安全；4. 社區層面：參與地區團體組織、有成人的社會支持。

直到當代對心理韌性有更深更廣的研究，Herrmann 等人（2011）將生物遺傳的概念加入影響心理韌性的因素之中：1. 個人因子；2. 生物因子；3. 環境——系統因子；4. 個人、遺傳及環境因子的交互作用。Lee 等人（2013）透過心理韌性相關研究的資料收集，特別針對個人層面的心理韌性因子分為兩大類：一為人口統計變項如性別和年齡；二為心理變項，其中又分成危險因子：憂鬱、壓力、焦慮、負面情緒及創傷後壓力症候群，以及保護因子：自尊、樂觀、正向情緒、自我效能及生活滿意度。

綜上所述，心理韌性受到個體特質與能力、外部環境資源及生物遺傳作用的影響，若個體能發展與掌握關鍵能力、建構良善的社會支持系統、友善且溫暖環境的營造、以藥物或輔具調適或補償生物遺傳所帶來的限制，便能強化個體本身面對逆境的調適能力。

二、心理韌性之測量

根據不同的研究對象、目的及心理韌性的定義，學者們發展出不同的測量工具。研究者列出較常使用之量表，分別摘述如下。

(一) 復原力量表 (Resilience Scale, RS)

Wagnild 與 Young (1990) 透過與 24 名女性質性訪談的內容編製而成，此量定義心理韌性為增進個人適應力的人個特質，其包含個人能力 (personal competence) 與對自我和生命接納 (acceptance of self and life) 兩個面向，為七點量表，共 25 題。Wagnild 與 Young (1993) 曾經透過樣本施測後進行量表修正，修正後整份量表信度 Cronbach's α 為 .91。Wagnild (2009) 嘗試為降低受試者負擔而發展簡短版本，從原量表 25 題中挑選其中 14 題 (RS-14)，簡短版本量表的信度 Cronbach's α 為 .93，與原版本量表之間相關性達 $r = .97$ 。RS 量表被翻譯成多國語言的版本，但也發現使用於不同國家時此量表分析出二至六種因素 (Girtler et al., 2010; Lei et al., 2012; Losoi et al., 2013; Nishi et al., 2010; Oladipo & Idemudia, 2015; Portzky et al., 2010)，且有些題目不一定能應用到不同文化 (Callegari et al., 2016; Girtler et al., 2010; Oladipo & Idemudia, 2015)。因此，這也顯示 RS 量表在不同文化中的穩定性有待驗證。

(二) 成人復原力量表 (Resilience Scale for Adults, RSA)

由 Hjemdal 等人 (2001) 編製，此量表對復原力的定義為抵抗精神困擾和對生活壓力健康調適的保護資源。量表包含個人能力、個人建構、社會能力、社會支持及家庭凝聚力等五大面向，為五點量表，原題數為 45 題，經過修正後改為 37 題，其各向度內部一致性 Cronbach's α 為：個人能力 .90、個人建構 .67、社會能力 .83、社會支持 .83 及家庭凝聚力 .87 (Friborg et al., 2003)，RSA 量表被翻譯成多國語言的版本，且發現使用於不同國家時此量表大多分析出五或六種因素 (王紹穎，2007；Basim & Cetin, 2011; Capanna et al., 2015; Hilbig et al., 2015)。此外，RSA 題數偏多但沒有發展出簡短的版本。

(三) Connor-Davidson 復原力量表 (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)

由 Connor 與 Davidson (2003) 編製而成，此量表定義復原力為視個體的特質為成功因應壓力的指標。其樣本涵蓋一般社區民眾、日間照護病人、精神疾病患者、焦慮症患者及 PTSD 患者，量表包含五個面向：1. 個人能力、高標準與堅韌 (personal competence, high standards, and tenacity)；2. 相信自我本能、負向情緒忍受度與壓力強化作用 (trust in one's instincts, tolerance of negative affect, and strengthening effects of stress)；3. 對改變的正向接納與安全的人際關係 (positive acceptance of change, and secure relationships)；4. 控制感 (control)；5. 靈性的影響 (spiritual

influences)。為五點量表，題數為 25 題。量表之信度 Cronbach's α 為 .89。隨後有發展出 10 題版本的 CD-RISC，量表之信度 Cronbach's α 為 .85；2 題版本的 CD-RISC，量表之信度 Cronbach's α 為 .79。CD-RISC 量表被翻譯成多國語言的版本，但也發現使用於不同國家時此量表分析出二至五種因素結構 (Fu et al., 2014; Green et al., 2014; Karairmak, 2010; Murtaza et al., 2016; Singh & Yu, 2010; Yu & Zhang, 2007)，而有些題目不一定適用於土耳其文化 (Karairmak, 2010)，以及肝癌病患者的施測對象 (Fernandez et al., 2015)，雖然 CD-RISC 在少數文化與施測對象上有所限制，但此量表仍於多國之間有廣泛的使用。

(四) 簡版復原力量表 (The Brief Resilience Scale, BRS)

由 Smith 等人 (2008) 編製，其對復原力的定為從壓力中回彈的能力。其樣本涵蓋兩所不同學校的大學生、心臟病患者及慢性疾病患者。為五點量表，題數為 6 題。量表之信度 Cronbach's α 為 .80 至 .91，一個月後再測信度為 .69。BRS 量表被翻譯成多國語言的版本，但也發現此量表似乎不適用於某些文化 (de Holanda Coelho et al., 2016)。

(五) 青少年復原力量表 (Inventory of Adolescent Resilience, IAR)

由詹雨臻等人 (2009) 發展而來，其對復原力的定義為因應生命困境的特質與能力。樣本涵蓋 904 位國中七年級至九年級的學生，量表包含四個面向，分別為希

望與樂觀、情緒調節、同理心與人際互動、問題解決與認知成熟。為四點量表，題數為 28 題。整體量表之信度 Cronbach's α 為 .94，各分量表 Cronbach's α ：希望與樂觀為 .81、情緒調節為 .66、同理心與人際互動為 .89、問題解決與認知成熟為 .87。

(六) 國小學生復原力量表 (Scale of Resilience for Primary School Students)

由王琬茶等人(2010)編製，其對復原力的定義為因應生命困境的特質與能力，樣本涵蓋國小三年級至六年級的國小生共 980 位。量表包含內在優勢與外在資源兩個層面，內在優勢：自我效能、樂觀、人際溝通、問題解決能力；外在資源：父母、師長、朋友、鄰居、社會典範。為四點量表，題數為 42 題。整體量表為之信度 Cronbach's α 為 .96。分量表之內在優勢 Cronbach's α 為 .94；外在資源為 Cronbach's α .91，表示測驗分數具有良好的內部一致性。

(七) 大學生心理資本復原力分量表

由余民寧等人(2012)根據 Luthans 等人(2007)所提出的心理資本理論編製而成。樣本涵蓋大學生共 1126 位。量表包含四個面向：樂觀、希望、自我效能及復原力分量表，其中復原力分量表的題數為 6 題，Cronbach's α 為 .71。

綜上所述，各家心理韌性量表對心理韌性的定義不同，發展量表時所涵蓋的樣本皆不完全相同。本研究對象為成人童年逆境經驗者，考量研究樣本所涵蓋的年齡

層為 18 歲以上、不限定單一性別、根據文獻探討童年逆境經驗所對成人造成的影響：如身體疾病、物質濫用、焦慮及 PTSD 等，因此不考慮 RS 量表、青少年復原力量表、國小學生復原力量表。

在量表題數方面，RSA 為 37 題；CD-RISC 有 25 題、10 題及 2 題的版本；BRS 為 6 題；大學生心理資本復原力分量表為 6 題。因為 RSA 整體題數偏多，本研究決定不使用。CD-RISC 隨著題數減少也會影響測驗的內部一致性，因此不考量 CD-RISC 之 10 題與 2 題的版本。BRS 雖然僅有 6 題且信度表現不錯，但研究發現似乎在文化適應上不太適用，因此本研究亦決定不使用。

全面考量到本研究對樣本涵蓋的範圍、適當的題數、良好的信效度及跨文化的考驗，研究者最後選用 CD-RISC 之 25 題的繁體中文版作為心理韌性的測量工具。

三、心理韌性之相關研究

(一) 性別

Stratta 等人 (2013) 針對一群歷經 2009 年義大利拉奎拉大地震且經過兩年時間因應重建的高中生共 471 名，以青少年韌性量表進行研究，其結果發現男性在韌性分數高於女性，且韌性的保護機制主要為問題解決模式，而非以情緒為中心的因應樣態。

Sun 與 Stewart (2007) 於澳洲的布里斯本進行一項橫斷型研究，追蹤學齡兒童於心理健康恢復力和保護因素的影響，蒐集 1109 名男學生與 1163 名女學生，共 2492 名進行調查。研究結果發現女學生表現出更高水平的溝通能力、同理心、尋求幫助以及對未來的目標抱負。

(二) 童年逆境經驗

Werner (2012) 認為心理韌性是在童年逆境經驗的有毒壓力下其中一個重要的保護因子。Kelifa 等人 (2021) 以分層隨機抽樣的方式得到全國 507 名大學生樣本，進行童年逆境經驗、心理韌性、憂鬱症及主觀幸福感的相關研究，採用結構方程式模型 (SEM) 檢驗中介效應和調節效應，結果顯示童年逆境經驗和心理韌性呈現負相關；童年逆境經驗與憂鬱呈現正相關；心理韌性和較低分的憂鬱及較高的主觀幸福感有關，此外，心理韌性和憂鬱皆獨立中介了童年逆境經驗對個體主觀幸福感的影響。而 Gao 等人 (2019) 探究青少年孤兒的心理韌性與自我效能於負向生活事件與正向社會適應間的中介作用，從中國山東、河南及四川地區招募共 4716 名收容機構的青少年作為研究對象，研究結果發現負向生活事件對心理韌性、自尊與正向社會適應具有顯著相關，心理韌性和自尊直接影響正向社會適應，即心理韌性和自尊在負向生活事件對正向社會適應的影響關係裡起中介作用。

(三) 心理健康

Meng 等人 (2018) 的研究發現適應力強的個體都有比較好的幸福感 (Well-being) , 同時也會有較低的風險得到心理疾患。在一些學者的研究中也發現心理韌性與憂鬱呈顯負相關 (Min et al., 2013) , 並與幸福感呈現正相關 (Satici, 2016) 。許多研究以大學生為樣本, 探究心理韌性與幸福感之間的關係, 漸漸發現心理韌性能有效提高幸福感, 並避免個體受到童年逆境經驗的負向影響 (Hartley & Casey, 2013; Hartley & Phelps, 2012; Holdsworth et al., 2018; Johnson et al., 2015; Mello, 2016; Theron & Theron, 2014) 。除此之外, 另外有學者發現心理韌性在童年逆境經驗對憂鬱情緒具有和緩的作用 (Ding et al., 2017; Youssef et al., 2017) 。

(四) 生涯適應

Xu 等人 (2020) 針對中國大陸的青少年之生涯適應與其心理健康間的關係進行研究, 收集中國地區 14 至 19 歲的高中生共 372 位。研究結果發現生涯適應對心理健康問題具有負向的預測作用, 且心理韌性於生涯適應與心理健康問題之間具有中介作用。

第四節 生涯自我效能之理論內涵與相關研究

本節主要說明生涯自我效能之定義與內涵，並探研究生涯自我效能與人格特質、心理韌性之相關研究。生涯自我效能之定義，以及相關研究說明如下。

一、生涯自我效能之定義與內涵

(一) 生涯自我效能之定義

生涯自我效能為個體於生涯行為中確信自己能夠完成任務的能力或者信念。生涯自我效能係指將 Bandura (1977) 於社會學習理論中自我效能的概念移植至個體生涯相關行為的應用，認為個體在生涯行為中的表現，受到環境、個體主觀認知與個體行為的交互影響。高生涯自我效能者面對生涯選擇較為彈性且能展現出個人興趣，以及在面對生涯困境時較能有正向的適應、挫折容忍高；低生涯自我效能者在面對生涯選擇時則多呈現窄化與自我懷疑、面對生涯困境時通常較不自信，而擔心無法勝任或以逃避的方式作回應。

(二) 生涯自我效能之內涵

自我效能最初由 Bandura (1977) 提出為個體以個人的能力成功執行某項特定行為的信念，其與個人擁有的技能無關，而與所擁有的能力的自我評估有關，作為個體對自我能力評估的信念，自我效能會影響個體於特定情境中的行為、認知方式

以及情緒反應。而效能主要可以透過四項途徑來獲得：自身經驗、增加替代性（vicarious）經驗、言語勸說與情緒 / 生理因素。Bandura (1982) 更將自我效能以三個維度來作評估：1. 程度（magnitude）：為任務行為的困難度。個體於困難度不同的行為中呈現不同的自我效能；2. 強度（strength）：指個體確信完成某特定行為的能力。其與個體遭遇壓力挫敗、疼痛或者其他障礙時能否堅持下去有關；3. 類化（generality）：指個體對於某情境所評估的自我效能，類化至其他相似情境的狀況。

Hackett 與 Betz (1981) 最早將 Bandura 於社會認知理論中的自我效能概念，運用於女性的職涯發展，從 Bandura 的理論模型假設去探究在整個社會化歷程中，女性在職業行為上被極少化關注個人效能，以致無法充分實現她們在職涯上對個人天賦與能力的追求，研究結果發現自我效能於生涯議題具有顯著的性別差異與影響，如男性與女性在不同程度的自我效能上影響著不同的生涯決策與成就表現。同年，Betz 與 Hackett (1981) 試著透過生涯自我效能的研究去理解女性鮮少任職於專門職業與管理職業的原因，研究對象為 134 名女性與 101 名男性的大學生，其被要求針對十項傳統職業與十樣非傳統職業的教育要求與工作職責提出看法、興趣以及個人考量，最後再提取研究對象於美國大學測驗中的數學與英文的成績做相關研究，結果發現男性在傳統與非傳統職業上自我效能的水平相當，女性則於非傳統職業上低於傳統職業，且自我效能和考量職業類型的數量與個人興趣具有相關。

二、生涯自我效能之測量

(一) 生涯決策自我效能簡式量表 (Career Decision Making Self-efficacy Scale-Short Form, CDSE-SF)

由 Betz 等人於 1996 年編製而成，目的為評估大學運動員對生涯決策能力的信念。量表涵蓋五個向度：自我評估、職業訊息、目標選擇、計畫以及問題解決，共 25 題。效度良好，且 Cronbach's α 介於 .78 至 .87。CDSE-SF 透過其他相關研究亦發現，生涯自我效能量表的效度與生涯興趣 (Chan et al., 2016) 與生涯承諾 (Betz et al., 1996) 呈現正相關。

(二) 成人生涯認知量表之自我效能分測驗

由田秀蘭與郭乃文於 2005 所編製「成人生涯認知量表」之「自我效能」分測驗，針對初臨就業市場或畢業但尚未就業之社會新鮮人之生涯評估需求編製而成。分測驗涵蓋三個向度：信心強度、難度知覺、推論性。每個向度有 5 題，共 15 題，題目為六點量表計分，1 分為完全不同意或者完全沒有影響；6 分為十分同意或影響相當嚴重。受試者選擇 1 得一分，選擇 2 則得兩分，依此類推，但反向題計分題需反向計分，反向計分題為自我效能中的「難度知覺」分量表。測驗總分介於 15 至 90 分之間。分數越高代表生涯自我效能越高；反之，則代表生涯自我效能越低。成人生涯認知量表經過三個研究階段編製：預試、正式量表初試建立、正式量表之

信效度研究。最終收集 606 位成人有效樣本，內部一致性信度方面全量表為.81，「自我效能」分量表之 α 係數介於 .74 至 .83 之間。效度考驗方面，發現「自我效能」分數在性別上有顯著差異，以及若將工作滿意度作為指標，考驗不同滿意程度在各分量表的得分差異，發現自我效能會因為不同工作滿意度而有不同。就教育程度此背景變項，學歷越高自我效能分量表之信心強度與難度知覺越好。

三、生涯自我效能之相關研究

(一) 性別

Stickel 與 Bonett (1991) 在編製職業態度量表 (Career Attitude Scale, CAS) 的同時，透過研究檢驗性別與生涯自我效能之間的關係，研究對象為 71 名女性與 59 名男性大學生，研究結果發現：女性與男性相比，擁有更大的自信得以處理傳統與非傳統職業；女性與男性相比，選擇傳統職業的機率高於非傳統職業；在傳統職業方面，女性與男性相比更能夠同時兼顧工作與家庭責任。

(二) 童年逆境經驗

Sachs-Ericsson 等人 (2011) 針對具有童年逆境經驗的老年人研究其健康問題與自我效能之間的關係，研究對象共 1369 人且平均年齡為 67 歲，透過身體健康與殘疾調查資料 (physical health and disability study) 與一份七個題項的自我效能

量表 (pearlin mastery scale) 進行研究，研究結果發現具有童年逆境經驗的老年人除現階段身體有較多健康問題或殘疾，也與自我效能的低落有關，同時自我效能也可作為童年逆境經驗與身體健康問題之間關係影響的解釋。

(三) 心理健康

Zhou 等人 (2021) 探究 Covid-19 疫情下健康信念與行為對心理健康的影響，於 2020 年 2 月 7 日至 4 月 10 日，共蒐集 618 名 17 至 52 歲的研究對象，運用健康信念模式 (Health Belief Model, HBM) 檢驗危機感知和因應策略於自我效能與心理健康問題間的中介作用。研究結果發現危機感知在自我效能與心理健康問題關係間起中介作用，積極因應策略在自我效能與心理健康問題關係間起中介作用，危機感知和消極因應策略在自我效能與心理健康問題關係間起一系列的中介作用，危機感知與消極因應策略呈現正相關，危機感知與積極因應策略無顯著相關。即一般自我效能越高，風險感知越低，消極因應策略越少，積極因應策略越多，心理健康問題越少。

Ghasemi 等人 (2017) 於伊朗之克爾曼沙赫 (Kermanshah) 地區進行社會支持、自我效能、心理健康以及生活滿意度之間的關係研究。於 2015 夏季招募 438 名研究對象，並運用感知社會支持量表 (Perceived Social Support Scale, PSSS)、一般自我效能量表 (General Self-efficacy Scale, GSE)、生活滿意度量表 (Satisfaction with Life Scale, SWLS)、一般健康問卷 (General Health Questionnaire, GHQ) 進行

數據分析。研究結果呈現自我效能於社會支持、生活滿意度以及一般健康狀況關係裡起中介作用，即當自我效能較高時，社會支持的程度越高，越能增進個體生活滿意度，同時減少精神疾患的發生。

(四) 生涯調適

Jiang 等人 (2018) 研究職業適應和工作內容型停滯 (job content plateau) 間的關係，重點探究工作任期和工作自我效能的調節作用。研究結果指出工作任期長的員工比工作任期短的員工於職業適應和工作內容型停滯的調節作用更強；工作任期對自我效能低的員工調節作用強於自我效能高的員工。即當個體任職期間較長、工作自我效能較低時，職業適應和工作內容型停滯的關係最強。

Marcionetti 與 Rossier (2019) 探究自尊、一般自我效能與職業適應如何於青少年身上隨著時間發展，以及其對生活滿意度的影響，在 17 個月中，針對 357 名瑞士青少年進行 3 次評估。研究結果呈現職業適應與自我效能有相關，自尊對生活滿意度具有單向性的影響。即個體職業適應性較好越有可能擁有越高的自我效能，而高自尊可能也使生活滿意度跟著提高。McLennan 等人 (2017) 則針對職前教師進行自我效能、工作滿意度與工作承諾的相關研究，結果發現自我效能感能直接預測職涯熱情，且在生涯調適對職涯熱情的影響關係中起中介作用。自我效能、生涯適應與職涯熱情可以透過經驗學習而提升，建議職前教師的專業學習活動可以自我效能感的發展為主，以間接提升職前教師之生涯適應與職涯熱情。

(五) 生涯決策

Chan (2018) 於研究中探討社會支持、生涯自我效能以及生涯探索對臺灣大學生運動員生涯選擇的影響，招募 703 名大學運動員，透過量表研究得出結果為社會支持、生涯自我效能以及生涯探索對職業選擇具有顯著正相關。

第五節 人格特質、心理韌性與生涯自我效能之相關研究

本節整理人格特質、心理韌性、生涯自我效能之國內外相關研究，統整與本研究相關之文獻，說明三個變項間之相互關聯，作為本研究之理論基礎。

一、人格特質與心理韌性之相關研究

Cobb-Clark 與 Schurer (2012) 在研究中發現大五人格特質是穩定的，且在不同年齡組之間沒有顯著差異，另外也發現個體特質變化與個體在過去就業、健康及家庭事件遭逢的逆境僅有微小的關聯程度。Grusnick 等人 (2020) 進行逆境經驗、人格、情緒及成人心理狀態之間的相關研究，在 6323 名成人樣本中，47% 為男性、53% 為女性，整體樣本中 56% 有童年逆境經驗。童年逆境經驗的題項與神經質及嚴謹性有顯著相關，所有童年逆境經驗的題項與神經質呈現正相關，並與嚴謹性呈現負相關。而國內張越翔 (2013) 在霸凌因應的相關研究結果中，發現人格外向性、友善性、嚴謹性與開放性對心理韌性有正向影響，而人格神經質則對心理韌性有負

向影響，此外，人格外向性與開放性，與霸凌因應之「能力成長」與「自我瞭解」有正相關。

二、人格特質與生涯自我效能之相關研究

Hartman 與 Betz (2007) 於研究中探索大五人格與生涯自我效能之間的關係，使用 NEO 五大人格問卷探究其與 6 個荷倫 (Holland) 興趣類別、17 項職業活動中拓展技能之信心問卷，以及職業決策自我效能之間的關係。結果發現嚴謹性和外向性普遍上與自我效能呈現正相關，而神經質和所有生涯自我效能的向度呈現顯著的負相關；研究內容上則呈現出開放性和創造力與智力追求的自我效能有顯著相關。

Penn 與 Lent (2019) 收集 182 份大學生樣本，試圖聚焦在人個特質與生涯決策自我效能之間的關係，其假設人格特質與生涯抉擇及承諾焦慮之間受到自我效能的中介。研究結果發現神經質、外向性及嚴謹性人格都與自我效能相關，而自我效能可以預測生涯選擇及承諾焦慮，此外，嚴謹性及外向性人格對生涯決策自我效能有顯著的影響。嚴謹性特質也被發現與目標導向、持久、自律、細心、深思熟慮及有組織規劃的行為有關 (Brown & Hirschi, 2013) ，而優柔寡斷則被發現與神經質特質呈現正相關 (Di Fabio et al., 2015; Feldt et al., 2011; Hirschi & Hermann, 2013 ; Tokar et al., 1998) ，與外向性特質呈現負相關 (Di Fabio et al., 2015; Feldt et al., 2011; Hirschi & Hermann, 2013) ，以及與嚴謹性呈現負相關 (Feldt et al., 2011; Hirschi &

Hermann, 2013)。換言之，一個人神經質特質越高、外向性特質越低及嚴謹性特質越低，就越有可能在生涯選擇上猶豫不決。

三、心理韌性與生涯自我效能之相關研究

Develos-Sacdalan 與 Bozkus (2018) 於研究中試著理解心理韌性於自我決定與自我效能的中介作用。共招募 302 位大學生，並以一般自我效能量表 (General Self-efficacy Scale, GSE)、簡版復原力量表 (Brief Resilience Scale, BRS)、自我決定量表 (Self-Determination Scale, SDS) 進行數據分析，研究結果發現雖然自我決定與自我效能兩者間關係較弱，但心理韌性卻於自我決定與自我效能間起了完全中介作用。Djourova 等人 (2020) 的研究檢驗自我效能和心理韌性於變革型領導的四個維度與幸福感間的中介作用，招募西班牙 225 名社會服務人員作為研究對象，研究結果發現在變革領導方面，激勵動機和個性化思考對自我效能有直接影響，但後者對自我效能有負向影響；在間接影響方面，自我效能在領導面向和幸福感間沒有中介作用，心理韌性則在自我效能和幸福感間發生連續中介作用。

然而也有自我效能作為主要中介變相的研究，Wang 等人 (2018) 在研究中於 2015 年 8 月至 11 月間招募 747 名早期職業註冊的護士作為研究對象，探索社會支持、自我效能與心理韌性間的關係。研究發現自我效能感在同事支持對心理韌性的影響關係裡起中介作用；朋友支持對自我效能感有直接且顯著的正向影響，且對心理韌性有正向的間接影響。

四、人格特質、心理韌性與生涯自我效能之相關研究

Lyons 等人 (2015) 在研究中探索生涯韌性 (career resilience) 在人格因素、生涯自我評估 (career self-evaluations)、現代生涯取向 (modern career orientation) 與生涯滿意度間 (career satisfaction) 的關係作用，其假設生涯韌性和五大人格特質、生涯評估包含自我效能 (self-efficacy) 與外部控制源 (external locus of control)、現代生涯取向包含多變性職業生涯 (protean career) 與無疆界職業生涯 (boundaryless career) 呈正相關，並且在人格、生涯評估與現代生涯取向對生涯滿意度的關係裡起中介作用。研究工具使用 Carson 與 Bedeia (1994) 的生涯承諾量測 (Career Commitment Measure, CCM) 之心理韌性分測驗、Gosling 等人 (2003) 的簡式五大人格量表 (Big Five Inventory, BFI-10)、Briscoe 等人 (2006a) 的無疆界職業生涯態度量表 (Boundaryless Career Attitudes Scale, BCAS)、Briscoe 等人 (2006b) 的多變性職業生涯量表 (Protean Career Attitudes Scale, PCAS)、Spector (1998) 的工作內外控量表 (Work Locus of Control Scale, WLCS)、Chen 等人 (2001) 的一般自我效能量表 (General Self-efficacy Scale, GSE)、Greenhaus 等人 (1990) 的生涯滿意量表 (Career Satisfaction Scale, CSS)，並招募 1988 名在職的經理和專家進行數據分析。研究結果發現生涯心理韌性在生涯滿意度與情緒穩定、嚴謹性人格、開放經驗人格、內部工作控制源、生涯自我效能以及多變性職業生涯態度有中介作用，即個體越能擁有穩定情緒、自我效能、在工作中有內控傾向、願意對自己生涯

目標規劃與責任，心理韌性也就越強；然而在現代生涯取向方面，卻發現由價值驅動的生涯目標、偏好流動性的組織與無疆界職業生涯心態的個體，在生涯心理韌性與生涯滿意度表現越不佳，呈現生涯適應的脆弱性。



第三章 研究方法

本章說明本研究所採取之研究設計與實施流程，包含研究對象、研究工具、研究程序及資料分析等四節。

第一節 研究對象

本研究之目的為探討成人童年逆境經驗者人格特質、心理韌性及生涯自我效能之關聯性。研究者以便利抽樣方式，以臺灣地區 18 歲以上成人為研究對象，樣本涵蓋有童年逆境經驗者與沒有童年逆境經驗者，以便利取樣的方式，透過 Facebook、Dcard 以及 PPT 等網路平台發放線上問卷，並以「禮券抽獎」作為填問卷之增強物，鼓勵潛在樣本填答。問卷共計回收 740 份，扣除無效問卷 1 份後，有效樣本為 739 份，問卷回收率為 99.8%。

本研究分析受試者的背景資訊，結果如表 3-1-1。包括性別比例生理男性 276 人 (37.3%)，生理女性 463 人 (62.7%)；年齡比例 18 到 30 歲 (51%)、31 到 40 歲 (24.5%)、41 到 50 歲 (7.7%)、51 到 60 歲 (13.9%)、60 歲以上 (2.8%)。教育程度比例國小畢業 (0.1%)、國中畢業 (0.5%)、高中 (職) 畢業 (10.7%)、大學 (專) 畢業 (62.8%)、碩士班畢業 (24.8%)、博士班畢業 (1.1%)；職業類型比例金融 / 保險業 (2.2%)、觀光 / 旅宿業 (1.4%)、服務業 (13.4%)、餐飲業 (1.9%)、軍公教 (19.9%)、科技 / 製造業 (12.2%)、運輸 / 倉儲業 (0.7%)、

資訊 / 通訊業 (3.4%)、醫療 / 保健業 (6.6%)、營造 / 建築業 (1.1%)、廣告 / 行銷業 (2.2%)、學生 (18.3%)、家管 (2.4%)、退休 (4.6%)、無 (3.5%)、其他 (6.4%)；工作性質比例全職工作 (65.4%)、兼職工作 (9.5%)、臨時工作 (0.9%)、鐘點工作 (1.4%)、實習 (3.8%)、無 (19.1%)；工作任職時間比例待業中 (20.3%)、未滿 3 個月 (8.3%)、3 個月至 1 年 (未滿) (7.6%)、1 年至 3 (未滿) 年 (18.1%)、3 年至 6 (未滿) 年 (16.4%)、6 年至 9 (未滿) 年 (8.9%)、9 年至 12 (未滿) 年 (5.8%)、12 年以上 (14.6%)；宗教信仰比例基督教 (5.2%)、天主教 (1.2%)、佛教 (13.9%)、道教 (12.6%)、一貫道 (1.1%)、民間信仰 (17.2%)、無 (47.1%)、其他 (1.6%)；在自覺健康狀況方面之答題比例，與同年齡層的人相比較為是否身體健康：答是 (55.8%) 答否 (44.2%)、與同年齡層的人相比是否有情緒困擾：答是 (40.6%) 答否 (59.4%)、與同年齡層的人相比是否有失眠的狀況：答是 (34.9%) 答否 (65.1%)、是否曾有自殺的念頭：答是 (32.5%) 答否 (67.5%)。而童年逆境經驗相關統計資料如表 3-1-2、表 3-1-3，童年逆境經驗題項人數分佈如圖 3-1-1。

表 3-1-1

正式樣本背景資料摘要表

背景變項	類別	人數 (人)	百分比 (%)
性別	生理男性	276	37.3%
	生理女性	463	62.7%

(續下頁)

表 3-1-1

正式樣本背景資料摘要表 (續)

背景變項	類別	人數 (人)	百分比 (%)
年齡	18 到 30 歲	377	51.0%
	31 到 40 歲	181	24.5%
	41 到 50 歲	57	7.7%
	51 到 60 歲	103	13.9%
	60 歲以上	21	2.8%
教育程度	國小畢業	1	0.1%
	國中畢業	4	0.5%
	高中 (職) 畢業	79	10.7%
	大學 (專) 畢業	464	62.8%
	碩士班畢業	183	24.8%
	博士班畢業	8	1.1%
職業類型	金融 / 保險業	16	2.2%
	觀光 / 旅宿業	10	1.4%
	服務業	99	13.4%
	餐飲業	14	1.9%
	軍公教	147	19.9%
	科技 / 製造業	90	12.2%
	運輸 / 倉儲業	5	0.7%
	資訊 / 通訊業	25	3.4%
	醫療 / 保健業	49	6.6%
	營造 / 建築業	8	1.1%

(續下頁)

表 3-1-1

正式樣本背景資料摘要表 (續)

背景變項	類別	人數 (人)	百分比 (%)
職業類型	廣告 / 行銷業	16	2.2%
	學生	135	18.3%
	家管	18	2.4%
	退休	34	4.6%
	無	26	3.5%
	其他	47	6.4%
工作性質	全職工作	483	65.4%
	兼職工作	70	9.5%
	臨時工作	7	0.9%
	鐘點工作	10	1.4%
	實習	28	3.8%
	無	141	19.1%
工作	待業中	150	20.3%
任職時間	未滿 3 個月	61	8.3%
	3 個月至 1 年 (未滿)	56	7.6%
	1 年至 3 (未滿) 年	134	18.1%
	3 年至 6 (未滿) 年	121	16.4%
	6 年至 9 (未滿) 年	66	8.9%
	9 年至 12 (未滿) 年	43	5.8%
	12 年以上	108	14.6%

(續下頁)

表 3-1-1

正式樣本背景資料摘要表 (續)

背景變項	類別	人數 (人)	百分比 (%)
宗教信仰	基督教	39	5.3%
	天主教	9	1.2%
	佛教	103	13.9%
	道教	93	12.6%
	一貫道	8	1.1%
	民間信仰	127	17.2%
	無	348	47.1%
	其他	12	1.6%
自覺健康狀況	1. 自覺身體健康	是 (412)	55.8%
		否 (327)	44.2%
	2. 自覺情緒困擾	是 (300)	40.6%
		否 (439)	59.4%
	3. 自覺失眠困擾	是 (258)	34.9%
		否 (481)	65.1%
	4. 曾有自殺念頭	是 (240)	32.5%
		否 (499)	67.5%

表 3-1-2

童年逆境經驗問卷題項人數百分比摘要表

題項	人數 (人)	百分比 (%)
1. 你的父或母或其他住在家裡的大人，時常（或常常）對你咒罵、羞辱、侮辱、說輕蔑的話、或做任何行為讓你覺得你可能會有任何肢體上的傷害？	是 (135)	18.3%
	否 (604)	81.7%
2. 你的父或母或其他住在家裡的大人，時（或常常）推你、抓你、摑掌、朝你丟東西、或甚至是打你讓你身上有傷痕瘀血或嚴重受傷？	是 (35)	4.7%
	否 (704)	95.3%
3. 你的父或母或其他住在家裡的大人，時常（或常常）以你不喜歡的方式碰觸你的身體，或是要你碰觸他 / 她的身體，或是要你做任何性相關的行為像是口交、肛交、或是性交？	是 (10)	1.4%
	否 (729)	98.6%
4. 你覺得家庭裡沒有一個人愛你、認為你是重要或特別的，或是你覺得家裡的人並不彼此照料、彼此間並不親密或是支持對方？	是 (118)	16.0%
	否 (621)	84.0%
5. 你沒有足夠的食物吃、需要穿髒衣服、覺得沒有人會保護你，或是你的父母因為喝太醉了或是濫用藥物毒品導致疏忽對於你的照顧，像是你生病時沒有帶你看醫生？	是 (15)	2.0%
	否 (724)	98.0%

(續下頁)

表 3-1-2

童年逆境經驗問卷題項人數百分比摘要表 (續)

題項	人數 (人)	百分比 (%)
6. 你是否失去一位親生父親或親生母親因為離婚、棄養、或其他原因？	是 (99)	13.4%
	否 (640)	86.6%
7. 你的母親 (或是繼母) 是否時常被推、抓、打、踢踹、被丟東西、或甚至是被人拿刀子威脅？	是 (24)	3.2%
	否 (715)	96.8%
8. 你是否有和有酒癮問題或是藥物毒品問題的人一起住過？	是 (42)	5.7%
	否 (697)	94.3%
9. 和你住在一起的人是否有憂鬱症或其他心理健康疾病、或是否有人曾經嘗試自殺？	是 (151)	20.4%
	否 (588)	79.6%
10. 你的家庭 (或和你一起住的人) 是否有人曾經入獄？	是 (34)	4.6%
	否 (705)	95.4%

圖 3-1-1

成人童年逆境經驗題項人數分佈圖

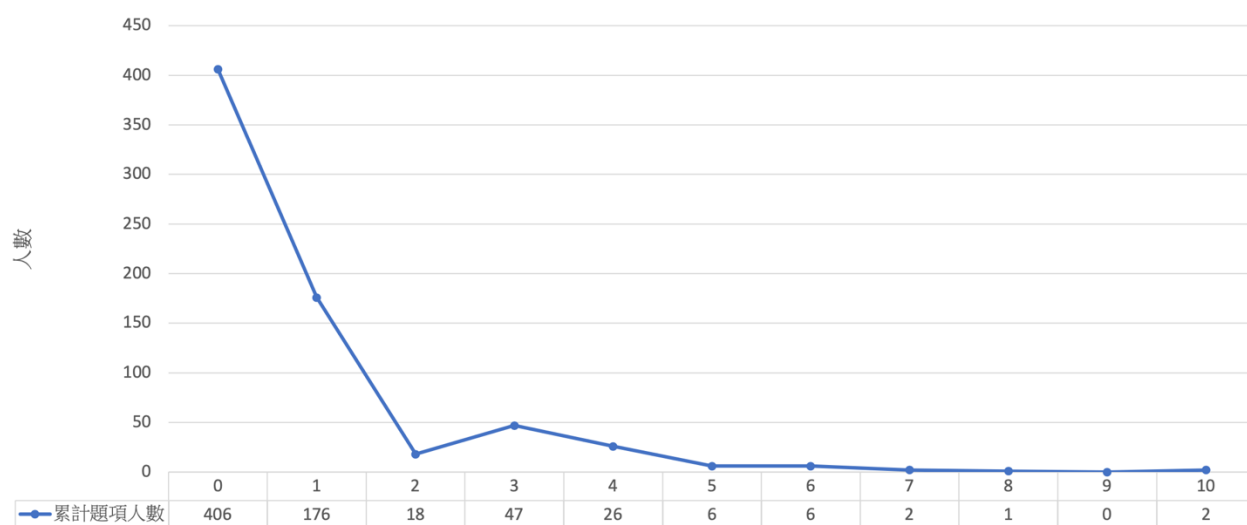


表 3-1-3

童年逆境經驗程度人數百分比摘要表

	人數 (人)	百分比 (%)
無童年逆境經驗者	406	55.0%
至少一項童年逆境經驗者	333	45.0%
四項以上童年逆境經驗者	43	5.8%
完全童年逆境經驗者	2	0.27%

第二節 研究工具

本研究之研究工具分別為「童年逆境經驗問卷」、「中文版簡式五大人格量表」、「Conner-Davidson 復原力量表」、「成人生涯認知量表之生涯自我效能分量表」。研究者針對此四項工具之內容與心理計量資訊做說明。

一、童年逆境經驗問卷 (Adverse Childhood Experiences Questionnaires)

(一) 量表內容與計分說明

童年逆境經驗問卷主要由 Felitti 等人 (1998) 發展編製而成。其參考 Straus (1990) 的衝突策略量表 (Conflicts Tactics Scale) 的題目以定義兒童時期遭受生理虐待、心理虐待以及被母親或繼母暴力對待的情況；參考 Wyatt (1985) 針對美國地區童年性虐待經驗的研究整理出 4 項關於童年遭受性虐待經驗的問題；參考 1988 年的物質濫用的全國健康訪問調查 (National Health Interview Survey) 以

編制出關於童年暴露於酒精或藥物濫用環境的問題。而問卷裡所有關於童年逆境經驗的問題皆被定義為：「在你 18 歲生日以前（你是否曾經遭遇過……）」（While you were growing up during your first 18 years of life...）。

童年逆境經驗問卷使用了三種兒童時期的虐待定義問題：心理虐待、身體虐待、接觸性虐待，共 8 道題目；以及四項兒童時期家庭功能障礙定義問題：暴露於物質濫用環境、暴露於精神疾患環境、暴露於母親或繼母的暴力處遇中、暴露於家庭內犯罪行為者的環境，共 9 道題目。最終從七個探討向度共 17 道題目中挑選出關鍵的十道問題：「你的父或母或其他住在家裡的大人，時常（或常常）對你咒罵、羞辱、侮辱、說輕蔑的話、或做任何行為讓你覺得你可能會有任何肢體上的傷害？」、「你的父或母或其他住在家裡的大人，時常（或常常）推你、抓你、摑掌、朝你丟東西、或甚至是打你讓你身上有傷痕瘀血或嚴重受傷？」、「你的父或母或其他住在家裡的大人，時常（或常常）以你不喜歡的方式碰觸你的身體，或是要你碰觸他 / 她的身體，或是要求你做任何性相關的行為像是口交、肛交、或是性交？」、「你覺得家庭裡沒有一個人愛你、認為你是重要或特別的，或是你覺得家裡的人並不彼此照料、彼此間並不親密或是支持對方？」、「你沒有足夠的食物吃、需要穿髒衣服、覺得沒有人會保護你，或是你的父母因為喝太醉了或是濫用藥物毒品導致疏忽對於你的照顧，像是你生病時沒有帶你去看醫生？」、「你是否失去一位親生父親或親生母親因為離婚、棄養、或其他原因？」、「你的母親（或是繼母）是否時常被推、抓、打、踢踹、被丟東西、或甚至是被人拿刀子威脅？」、「你是

否有和有酒癮問題或是藥物毒品問題的人一起住過？」、「和你住在一起的人是否有憂鬱症或其他心理健康疾病、或是否有人曾經嘗試自殺？」、「你的家庭（或和你一起住的人）是否有人曾經入獄？」。計分方式方面，整份問卷為十題之陳述性是非題，題目勾選「是」即得 1 分，勾選「否」即得 0 分。總分介於 0 至 10 之間。

童年逆境經驗問卷被翻譯成多國語言公開使用，亦因其便利性被大量使用在檢驗個人之童年逆境經驗狀態。本研究所使用童年逆境經驗問卷之繁體中文版出處為社團法人臺灣憂鬱症防治協會（2020）在第十九卷第四期之協會通訊。

（二）量表信效度分析

設計問卷的最初樣本來自美國凱薩醫療機構聖地牙哥醫療中心（Kaiser Permanente's San Diego Health Appraisal Clinic），為 1995 年 8 月至 11 月和 1996 年 1 月至 3 月就診的病患共 13494 名，因考量新年假期可能會影響問卷調查的回覆率而不考慮 1995 年 12 月份的病患。當這些病患在醫療中心完成標準化醫療程序後過一週，透過電子郵件發出 ACE 調查問卷，1997 年 6 月至 10 月份會再發出同樣一份 ACE 調查問卷以調整相關分析的精確度，第二次問卷回收率約 70.5%，共回收 9508 份，其中排除 51 名未填寫種族者、34 名未填寫教育程度者，以及沒有完全填寫某些童年逆境經驗者 1367 者（家庭內物質濫用者 125 名、家庭內有精神疾病者 181 名、曾遭受母親家暴者 148 名、家庭內有入獄服刑的成員者 7 名、童年曾遭受精神虐待者 109 名、童年曾遭受身體虐待者 44 名、童年曾遭受性虐待

者 753 名)，最終得到 8056 名研究樣本進入分析程序，其中平均年齡 56.1 歲（範圍從 19 歲至 92 歲）；52.1% 為女性、47.9% 為男性；79.4% 為白人；43% 的人有大學畢業，只有 6% 的人沒有高中畢業。

此問卷截至目前為止較缺乏心理方面的信效度評估，大多作為機構篩選與評估個案風險或創傷知情照護 (Trauma-Informed Care) 使用。但 Felitti 等人 (1998) 將其七種童年逆境分類累積風險因素（範圍為 0 至 7）與疾病狀況做回歸分析研究，如：吸菸行為、嚴重肥胖、缺乏運動、情緒低落、企圖自殺、酗酒、藥物濫用、終生性伴侶數量高（ ≥ 50 ）、性傳播疾病史、缺血性心臟病、癌症、中鋒、慢性支氣管炎或肺氣腫、糖尿病、肝炎、黃疸及任何骨折等。研究結果發現，最常見的童年逆境為暴露於物質濫用的環境 (25.6%)，最不常見則為暴露於家庭有犯罪入獄者的環境 (3.4%)，超過半數的受訪者 (52%) 有至少 1 項童年逆境經驗分類，有約莫四分之一的受訪者至少有 2 項童年逆境經驗分類，6.2% 的受訪者則有高達至少 4 項童年逆境經驗分類。而將完全沒有童年逆境經驗者與童年逆境經驗分類包含 4 項及 4 項以上者在健康狀況方面作比較，則發現後者於酒精中毒、藥物濫用、憂鬱、企圖自殺方面的風險增加 4 至 12 倍；吸菸行為、自覺健康狀況差、性伴侶 ≥ 50 和性傳播疾病增加 2 至 4 倍；缺乏運動和嚴重肥胖的人數則高於 1.4 至 1.6 倍。童年逆境經驗分類的累積數量與成人疾病（包含心臟疾病、癌症、慢性肺病、肝病和骨折）呈現等級關係。

綜上所述，本研究將使用此十項題目的童年逆境經驗問卷作為背景變項，以瞭解臺灣地區童年逆境經驗成人的現況以及其與人格特質、心理韌性與生涯自我效能之間的關係。

二、中文版簡式五大人格量表 (Big Five Inventory, BFI-15)

(一) 量表內容與計分說明

由國內學者李仁豪與鍾芯瑜 (2020) 針對 John (1991) 所發展的 44 題之五大人格量表 (BFI-44) 進行中文簡版的翻譯與選題。其以 Costa 與 McCrae (2008) 提出的五大人格特質理論 (five factor theory) 中適應特徵 (characteristic adaptations) 的內涵，提出自尊、心理幸福感、生活感滿意度、正向情緒、負向情緒作為校標考驗。校標方面的研究工具：自尊使用楊中方 (1997) 翻譯自 Rosenberg (1965) 所編製的「自尊量表」(Self-Esteem Scale) 共 10 題、心裡幸福感使用李仁豪與余民寧(2016)翻譯並縮減自 Ryff 等人(1994)所發展的「心理幸福感量表」(Psychological Well-Being Scale) 共 18 題、生活滿意度使用翻譯自 Diener 等人 (1985) 所發展的「生活滿意度量表」(Satisfaction with Life Scale) 共 5 題、正負向情感量表使用楊中方 (1997) 翻譯自 Bradburn (1969) 所編製的「平衡式情感量表」(Affect Balance Scale) 共 10 題；並就測量同樣構念、根據語彙形容詞衍生發展以及題數相當等因

素，考量使用鄧景宜等人（2011）所翻譯自 Thompson（2008）的 40 題之五大人格量表（Trait Descriptive Adjectives, TDA）以作為提供聚合效度的研究工具。

該量表的發展經過兩次橫斷面調查：第一次施測樣本來自李仁豪任教的大學共 730 名學生，施測 BFI-44 檢定信效度、篩選題目成為簡式版，並分別使用自尊量表及 TDA 與 BFI-44 及 BFI-15 建立校標關聯效度和聚合效度。三年後進行第二次施測樣本來自臺灣北中南三區的 7 所公立大學共 732 名大學生，驗證 BFI-15 之模型適配度，並與心理幸福感量表、生活滿意度量表、正負向情感量表求相關，以提供更多標標關聯效度的證據。

BFI-15 於五大人格因素層面各留下三道試題，例題為「充滿活力」（外向性）、「樂於助人且無私的」（友善性）、「會堅持到工作完成」（嚴謹性）、「容易感到緊張的」（神經質）、「有創造力的」（開放性）。1-3 題為外向性、4-6 題為友善性、7-9 題為嚴謹性、10-12 題為神經質、13-15 題為開放性。計分方式採李克特式五點量尺，由「非常不精確」、「有些不精確」、「普通」、「有些精確」、「非常精確」構成，依序為 1 分至 5 分。

（二）量表信效度分析

在內部一致性信度上，BFI-15 的 α 介於 .67 至 .81，驗證性因素分析模型顯現出五大人格之組合信度皆大於 .60。校標關聯效度上，BFI-15 及 BFI-44 與各校標（自尊、生活滿意度、心理幸福感及正負向前高）的相關組型一致，相似於過去研

究結果，且發現外向性人格與生活滿意度、正向情感、自尊及心理幸福感相關最高；神經質人格與負向情感及自尊相關最高；嚴謹性人格與心理幸福感相關較高。建構效度方面驗證性因素分析之模型適配度佳，除了神經質：情緒不穩定的（.44）、開放性：重視藝術及美學經驗（.48）在因素負荷量稍低，其餘題目因素負荷量介於.64至.87，顯示有良好的聚合效度。BFI-15與BFI-44相關係數介於.80至.90，顯示兩者間非常高的聚合性。除此之外，亦將BFI-15與其他簡式版測驗如15題之BFI-S及10題之BFI-10作比較，發現兩者模型適配度差很多，如BFI-S雖然與BFI-15的相關係數高達.83至.92，但內部一致性不良， α 僅介於.56至.77，因素負荷量也不佳，許多題目低於.60，另外，BFI-S及BFI-10皆選有反向題，而成為其中一項使因素分析結果不符預期的原因。

綜上所述，BFI-15經過多層考驗確立良好信效度，與其他簡氏版本相比呈現絕佳優勢，且BFI-15在發展過程中以間隔三年的不同樣本各別進行驗證性因素分析，說明其具有一定的生態效度與穩定度，因此本研究使用BFI-15作為測量五大人格特質的研究工具。而關於BFI-15之授權使用，研究者透過電子郵件聯繫原作者之一的李仁豪教授取得量表以及授權使用同意（如附錄1）。

三、Conner-Davidson 心理韌性量表 (Conner-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)

(一) 量表內容與計分說明

由美國學者 Connor 與 Davidson (2003) 編製而成，此量表定義復原力為視個體的特質為成功因應壓力的指標。其樣本涵蓋一般社區民眾、日間照護病人、精神疾病患者、焦慮症患者及 PTSD 患者，量表題目包含五個因素層面。因素一：個人能力、高標準與堅韌 (personal competence, high standards, and tenacity)，題項為 10、11、12、16、17、23、24、25；因素二：相信自我本能、負向情緒忍受度與壓力強化作用 (trust in one's instincts, tolerance of negative affect, and strengthening effects of stress)，題項為 6、7、14、15、18、19、20；因素三：對改變的正向接納與安全的人際關係 (positive acceptance of change, and secure relationships)，題項為 1、2、4、5、8；因素四：控制感 (control)，題項為 13、21、22；因素五：靈性的影響 (spiritual influences) 題項為 3、9。量表總計 25 題，計分採用李克特式五點量尺，由「從不」、「很少」、「有時」、「經常」、「總是」構成，依序為 0 分至 4 分，總分為 0 至 100 分。量表評量基礎在於受試者以過去一個月感受如何，量表得分越高代表有越高的復原力。

(二) 量表信效度分析

最初發展 CD-RISC 的樣本來自於社區樣本、基礎照顧門診病患、私人精神科門診病患、廣泛性焦慮症及創傷後壓力症後群。量表內部一致性 Cronbach's α 為 .89，再測信度為 .87，呈現良好信度。該量表目前有許多語言版本的翻譯，並漸漸廣泛應用於精神疾病患者、PTSD、青少年、成人及老人，如王松輝等人 (2017) 在草屯療養院日間病房及其附設草屯社區復健中心、生活旗艦店社區復健中心，取樣 116 名 20 至 60 歲之慢性精神疾病患者，進行繁體中文版 CD-RISC 的信效度分析，結果呈現內部一致性 Cronbach's α 為 .95，且兩週後針對其中 47 名研究對象再進行一次施測，得出相關係數為近 .80，顯示再測信度良好。效度方面以校標關聯效度進行效度分析，以中文版簡式疾病接受量表、臺灣簡明版世界衛生組織生活品質問卷以及社會支持量表的分數作為校標檢定中文版 CD-RISC。結果發現繁體中文版 CD-RISC 與「中文版簡式疾病接受量表」呈現正相關（皮爾森相關係數為近 .43， $p < .01$ ；與「臺灣簡明版世界衛生組織生活品質問卷」之生理健康（.41）、心理（.46）、社會關係（.33）與環境（.39）呈現顯著正相關（ $p < .01$ ）；與「社會支持量表」具有顯著正相關，其相關係數為近 .34。（ $p < .01$ ），唯社會支持量表之「接受與尊重」因素與中文版 CD-RISC 各因素並無顯著相關。

綜上所述，CD-RISC 除具有良好信效度外，其內涵之五大因素亦與本研究探究之人格特質有一定程度的關聯性，故本研究以使用 25 題之中文版 CD-RISC 作

為測量心理韌性的研究工具。關於 CD-RISC 之授權使用，研究者經過電子郵件聯繫量表作者之一的 Jonathan Davidson 教授，在填寫完用途申請書以及付費後取得量表的授權使用同意（如附錄 2），並由 Jonathan Davidson 教授確認本研究繁體中文之需求，親自提供由我國張家銘醫師等人經授權翻譯之繁體中文版 CD-RISC 作為本研究工具。

四、成人生涯認知量表之自我效能分測驗

（一）量表內容與計分說明

成人生涯認知量表由田秀蘭與郭乃文(2002)特別針對初臨就業市場或畢業但尚未就業之社會新鮮人之生涯評估需求編製而成。回顧過往生涯諮商的評估工具，有些為評估個別差異，如個人性向、興趣、能力及人格特質等；有些關注在個體生涯議題，如價值觀念、生涯信念、對生涯所重視的態度、生涯阻礙、工作壓力及個人工作風格等。然而「成人生涯認知量表」則特別側重於個人認知態度，以認知觀點檢視個認知態度與生涯適應之間的關係。成人生涯認知量表合計 80 道題目，平均作答時間為 30 至 40 分鐘。整份量表共有四個分測驗：分別為探討個體認知方式的兩個分測驗：「自我效能」包含信心強度、難度知覺、推論性等三項分量表共 15 題，「認知複雜度」共 15 題，且另有發展認知不一致的指標參照；以及另外探討個體認知內容的兩個分測驗：「生涯阻礙」包含自我認識、性別差遇、他人支持、

多重角色、競爭條件、非傳統職業等六項分量表共 30 題，「工作投入」包含心力投入、投入價值、投入阻礙等三項分量表共 20 題。

計分方面，量表於「自我效能」、「生涯阻礙」、「工作投入」皆為六點量表計分，1 分為完全不同意或者完全沒有影響；6 分為十分同意或影響相當嚴重。受試者選擇 1 得一分，選擇 2 則得兩分，依此類推，但反向題計分題需反向計分。反向計分題包括工作投入中的「投入阻礙」分量表，以及自我效能中的「難度知覺」分量表。「認知複雜度」則依據給分標準表的分數轉換，將受試者於每一情境題所選的兩個題項分數加總，即為此分量表之得分，分數越高則表示受試者在工作方面的認知層次越高，而除了認知複雜外，另外也發展「認知不一致」的指標，為受試者於情境題中同時選則 1 與 3 的題數，題數越多則分數越高，表示個體認知不一致的情形越明顯。

本研究主要以成人生涯認知量表之「自我效能」分測驗作為測驗工具，其各分量表有不同測量意涵與評估方式。「信心強度」為第 36 到 40 題共五題，主要指個體相信自己能達成工作任務的信心程度，如相信自己擁有問題解決的能力、相信努力比運氣來得重要、相信透過學習能激發潛能等，該分量表分數越高代表自我效能越強；「難度知覺」為第 41 到 45 題共五題，反向計分，指個體在接到一項工作任務時，對這項任務在難度上的感覺，通常自我效能較高之人，不會覺得工作任務太難，反之則感覺困難，如擔心無法勝任上級主管交辦的任務、覺得個人條件不好、覺得工作總有許多難題等，此分量表經過反向計分後，分數越高越不覺得工作困

難，也就是分數越高則自我效能越高。「推論性」為第 46 到 50 題共五題，指個體對於自我能力能夠推論到相類似任務上的看法。如認為自己適應能力不錯、自覺能勝任很多工作、相信自己能夠轉業、覺得自己各方面皆不錯等。分數越高則代表個體自我效能越高。綜合以上，自我效能分測驗，總分介於 15 至 90 之間，分數越高則表示個人得自我效能越高，越有信心能夠完成所被交付的工作任務。

(二) 量表信效度分析

成人生涯認知量表之發展經過三個研究階段，第一階段為預試量表的發展，以四項職業類別中以立意抽樣方式各邀請 6 名成人，合計訪談 24 名在職成人，透過半結構訪談和開放問卷以收集量表之預試題庫。第二階段為正式量表之初步建立過程，以四項職業類別為抽樣架構，每組發出 130 份、共有 520 份問卷發出，最終回收 315 份，回收率 60.6%，並執行相關數據分析與刪題步驟以發展正式量表。最後一個階段為則進行正式量表之信度及效度研究，有效樣本為 606 名成人，常模建立樣本為 928 人。

內部一致性信度方面，「工作投入」分量表之 α 係數介於 .64 至 .84 之間，全量表為 .81；「自我效能」分量表之 α 係數介於 .74 至 .83 之間，全量表為 .81；「生涯阻礙」分量表之 α 係數介於 .76 至 .93 之間；「認知複雜度」此一分量表之係數則為 .79。

效度考驗方面，經過驗證性因素分析與區辨效度考驗，得知幾乎所有分量表皆為可接受的程度，唯「工作投入」分量表之建構校度有待進一步驗證。另外，發現「自我效能」及「生涯阻礙」分數在性別上有顯著差異，以及若將工作滿意度作為指標，考驗不同滿意程度在各分量表的得分差異，發現個人的工作投入、自我效能、所知覺到的生涯阻礙會因為不同工作滿意度而有不同。就教育程度此背景變項，學歷越高自我效能分量表之信心強度與難度知覺越好。

綜上所述，可知本研究所使用成人生涯認知量表之自我效能分測驗，皆具有良好的信度與效度。

五、基本資料問卷

個人資料共八題，包含受試者之性別（生理男、生理女）、年齡（18 到 30 歲、31 到 40 歲、41 到 50 歲、51 到 60 歲、60 歲以上）、教育程度（國小畢業、國中畢業、高中（職）畢業、大學（專）畢業、碩士班畢業、博士班畢業）、職業類型（金融／保險業、觀光／旅宿業、服務業、餐飲業、軍公教、科技／製造業、運輸／倉儲業、資訊／通訊業、醫療／保健業、營造／建築業、廣告／行銷業、學生、家管、退休、無、其他）、工作性質（全職工作、兼職工作、臨時工作、鐘點工作、實習、無）、工作任職時間（待業中、未滿 3 個月、3 個月至 1 年（未滿）、1 年至 3（未滿）年、3 年至 6（未滿）年、6 年至 9（未滿）年、9 年至 12（未滿）年、12 年以上）、宗教信仰（基督教、天主教、佛教、道教、一貫道、民間信仰、無、

其他)、自覺健康狀態(與同年齡的人相比較為是否身體健康、是否有情緒困擾、是否有失眠的狀況、是否有過自殺的念頭)。

第三節 研究程序

一、文獻回顧與確定研究主題

研究者與指導教授討論論文方向與題目，探討成人童年逆境經驗可能遇到的生涯問題，決定研究成人童年逆境經驗者心理韌性與生涯自我效能之關聯，而在文獻閱讀過程中檢視相關之研究變項，顯示人格特質、心理韌性及生涯自我效能之間似乎有所關聯，因此，最後決定以成人童年逆境經驗者人格特質、心理韌性及生涯自我效能為研究主題，並透過文獻閱讀與整理，釐清本研究的架構。

二、研究工具之選定

研究者依據研究目的與文獻探討結果，最後決定採取 Felitti 等人 (1998) 所編製的童年逆境經驗問卷 (ACEs Questionnaires) 調查樣本的背景資料；李仁豪與鍾芯瑜 (2020) 所編修的中文版簡式「五大人格量表」(Big Five Inventory, BFI-15)，測量成人 ACEs 的五大人格特質；Connor 與 Davidson (2003) 所發展 25 題版本的「Connor-Davidson 復原力量表」，以瞭解成人 ACEs 的心理韌性程度；以及田秀

蘭與郭乃文(2005)發展的「成人生涯認知量表」之「自我效能」分量表，作為測量成人 ACEs 生涯自我效能的程度。

三、正式問卷施測

研究者以臺灣地區 18 歲以上成人為研究對象，以便利取樣方式發放電子問卷，問卷發放時間為期一個月。問卷發放透過親朋好友以及同事協助於社群網站或個人通訊軟體轉發網路問卷，並轉貼問卷資訊於 PTT 問卷版、Facebook 問卷互助社團及 Dcard 之社群平台。總共收到 740 份問卷，在剔除一份無效問卷後，最終獲得 739 份有效問卷資料。

四、資料處理與分析

研究者回收正式問卷後，刪除不符合研究對象之問卷，以及明顯反應心向或填答不完整者之問卷，再以 SPSS 23.0 版進行統計分析與處理。

五、撰寫研究結果、討論與建議

研究者針對統計分析結果，以及相關文獻進行討論並撰寫研究結果，並依據研究的發現，提出相關的研究建議。

第四節 資料分析

一、描述統計分析 (Descriptive Statistics)

以描述統計分析受試者樣本，得知其平均數與標準差，以瞭解臺灣成人童年逆境經驗者和無童年逆境經驗者之人格特質、心理韌性及生涯自我效能之現況。

二、卡方檢定、獨立樣本 t 檢定、單因子變異數分析 (ANOVA)

為驗證假設一，研究者以卡方檢定瞭解童年逆境經驗之有無，於性別、年齡、教育程度、職業類型、工作性質、工作任職時間、宗教信仰以及自覺健康等變項之差異情形，並同時以童年逆境經驗之性別，探討職業類型、工作任職時間以及自覺健康等變項之差異情形；為驗證假設二，以獨立樣本 t 檢定，瞭解不同童年逆境經驗程度（無、至少一項、四項以上童年逆境經驗者）於人格特質、心理韌性及生涯自我效能之差異情形；為驗證假設三，最後再以單因子變異數分析，瞭解年齡、職業類型、工作性質、工作任職時間等四個背景變項在人格特質、心理韌性及生涯自我效能之差異情形。

三、皮爾森積差相關分析

為驗證假設四，以皮爾森積差相關考驗成人童年逆境經驗人格特質、心理韌性與生涯自我效能的相關性。

四、階層迴歸分析 (Hierarchical Regression)

為驗證假設五，以四步驟法的迴歸分析考驗人格特質是否分別能有預測心理韌性與生涯自我效能，以及心理韌性是否能有效預測生涯自我效能，以探索三變項間的關係。考量本研究中介效果的驗證為主軸，另以 Sobel test 的方式驗證心理韌性在成人童年逆境經驗者人格特質與生涯自我效能間是否具有中介效果。



第四章 結果與討論

依據研究假設，本章分為四節，第一節為人格特質、心理韌性與生涯自我效能上之現況；第二節探討不同背景變項童年逆境成人在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異情形；第三節探討人格特質、心理韌性與生涯自我效能之相關分析；第四節為心理韌性在人格特質與生涯自我效能之中介分析。

第一節 人格特質、心理韌性與生涯自我效能之現況分析

本節目的為瞭解童年逆境經驗者（至少一項童年逆境經驗者）與無童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之現況，以平均數和標準差說明變項得分與離散情形。

一、研究結果

（一）受試者之人格特質現況

人格特質分為「外向性 (E)、友善性 (A)、嚴謹性 (C)、神經質 (N)、開放性 (O)」一共五個向度，透過量表內各題項之分別加總，可得五項個別分數；中文版簡式五大人格量表第 1 至 3 題之加總為外向性 (E) 之分數，第 4 至 6 題之加總為友善性 (A) 之分數，第 7 至 9 題之加總為嚴謹性 (C) 之分數，第 10 至 12

題之加總為神經質 (N) 之分數，第 13 至 15 題之加總為開放性 (O) 之分數。各向度分數與量表總分之平均值、標準差如表 4-1-1、4-1-2 所示。

表 4-1-1

童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之平均數及標準差
($N = 333$)

變項名稱	量表分數 範圍	題數	題平均數	平均值	標準差
1. 人格特質	1—5	15			
(1) 外向性 (E)	1—5	3	2.95	8.85	2.78
(2) 友善性 (A)	1—5	3	3.57	10.71	2.42
(3) 嚴謹性 (C)	1—5	3	3.81	11.44	2.42
(4) 神經質 (N)	1—5	3	3.63	10.89	2.69
(5) 開放性 (O)	1—5	3	3.33	10.00	2.53
2. 心理韌性	1—5	25	3.30	82.62	16.11
3. 生涯自我效能	1—6	15	3.88	58.20	9.86

在人格特質部分，如表 4-1-1 所示，童年逆境經驗者之外向性 (O) 平均數為 8.85 分 ($SD=2.78$)、單題平均數為 2.95 分；友善性 (A) 之平均數為 10.71 分 ($SD=2.42$)、單題平均數為 3.57 分；嚴謹性 (C) 之平均數為 11.44 分 ($SD=2.42$)、單題平均數為 3.81 分；神經質 (N) 之平均數為 10.89 分 ($SD=2.69$)、單題平均數為 3.63 分；開放性 (O) 之平均數為 10.00 分 ($SD=2.53$)、單題平均數為 3.33 分。前三高程度的人格特質依序為嚴謹性、神經質、友善性，最低程度為外向性。

而於表 4-1-2 所示，無童年逆境經驗者之外向性 (O) 平均數為 9.85 分 ($SD=2.45$)、單題平均數為 3.28 分；友善性 (A) 之平均數為 11.27 分 ($SD=2.10$)、

單題平均數為 3.76 分；嚴謹性 (C) 之平均數為 12.10 分 ($SD=2.12$)、單題平均數為 4.03 分；神經質 (N) 之平均數為 9.24 分 ($SD = 2.57$)、單題平均數為 3.08 分；開放性 (O) 之平均數為 10.10 分 ($SD=2.33$)、單題平均數為 3.37 分。前三高程度的人格特質依序為嚴謹性、外向性、開放性，最低程度為神經質。

若相互比較有無童年逆境經驗者於各人格向度平均數之差異，顯示童年逆境經驗者在外向性 (O)、友善性 (A)、嚴謹性 (C)、開放性 (O) 之平均數皆低於無童年逆境經驗者；而童年逆境經驗者在神經質 (N) 之平均數則高於無童年逆境經驗者。

表 4-1-2

無童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之平均數及標準差 ($N = 406$)

變項名稱	量表分數 範圍	題數	題平均數	平均值	標準差
1. 人格特質	1—5	15			
(1) 外向性 (E)	1—5	3	3.28	9.85	2.45
(2) 友善性 (A)	1—5	3	3.76	11.27	2.10
(3) 嚴謹性 (C)	1—5	3	4.03	12.10	2.12
(4) 神經質 (N)	1—5	3	3.08	9.24	2.57
(5) 開放性 (O)	1—5	3	3.37	10.10	2.33
2. 心理韌性	1—5	25	3.56	88.98	14.19
3. 生涯自我效能	1—6	15	4.15	62.23	9.06

(二) 受試者之心理韌性現況

在心理韌性的部分，如表 4-1-1 所示，本研究於童年逆境經驗者之心理韌性的平均數為 82.62 分 ($SD = 16.11$)，以每題中間得分 3 分而言，此結果高於中間值 75 分，由此可知童年逆境經驗者之心理韌性的平均值略高於量表中間值。

而於表 4-1-2 所示，無童年逆境經驗者心理韌性的平均數為 88.98 分 ($SD = 14.19$)，以每題中間得分 3 分而言，此結果高於中間值 75 分，由此可知無童年逆境經驗者之心理韌性的平均值亦略高於量表中間值。

若相互比較有無童年逆境經驗者於心理韌性之平均數的差異，顯示為童年逆境經驗者在心理韌性之平均數低於無童年逆境經驗者。

(三) 受試者之生涯自我效能現況

在生涯自我效能的部分，如表 4-1-1 所示，本研究於童年逆境經驗者之生涯自我效能的平均數為 58.20 分 ($SD = 9.86$)，以每題中位數得分 3.5 分而言，此結果高於中間值 52.5 分，由此可知童年逆境經驗者之生涯自我效能的平均值略高於量表中間值。

而於表 4-1-2 所示，無童年逆境經驗者之生涯自我效能的平均數為 62.23 分 ($SD = 9.06$)，以每題中位數得分 3.5 分而言，此結果高於中間值 52.5 分，由此可知無童年逆境經驗者之生涯自我效能的平均值亦略高於量表中間值。

若相互比較有無童年逆境經驗者於生涯自我效能之平均數的差異，顯示為童年逆境經驗者在生涯自我效能之平均數低於無童年逆境經驗者。

二、研究討論

在人格特質方面，若相互比較成人童年逆境經驗之有無於各人格向度平均數之差異，顯示成人童年逆境經驗者在外向性 (E)、友向性 (A)、嚴謹性 (C)、開放性 (O) 之平均數皆低於成人無童年逆境經驗者；而成人童年逆境經驗者在神經質 (N) 之平均數則高於成人無童年逆境經驗者。在心理韌性方面，若相互比較有無童年逆境經驗者於心理韌性之平均數的差異，顯示為童年逆境經驗者在心理韌性之平均數低於無童年逆境經驗者。最後，在生涯自我效能方面，若相互比較有無童年逆境經驗者於生涯自我效能之平均數的差異，顯示為童年逆境經驗者在生涯自我效能之平均數低於無童年逆境經驗者。

此外本研究回收有效問卷合計 739 份。無童年逆境經驗為 406 份 (55%)、至少一項童年逆境經驗者為 333 份 (45%)、四項以上童年逆境經驗者為 43 份 (5.8%)、完全童年逆境經驗者 2 份 (0.27%)。研究發現低於 Felitti 等人 (1998) 樣本數為 17421 的研究結果，其在研究中至少有一項童年逆境經驗者占 67%，而四項以上童年逆境經驗者占 12.6%，推估原因可能為該研究對象為病患，病患通常在一般自覺健康的狀態較一般健康人差，而本研究發現童年逆境經驗與自覺健康狀態有顯著差異之相關，童年逆境者除了神經質人格高於無童年逆境者，在心理韌性、生涯自

我效能低於無童年逆境經驗者外，在自覺身體健康、自覺情緒困擾、自覺失眠困擾、曾有自殺念頭的狀態都比無童年逆境經驗者還差。

此外，值得注意的是本研究在至少一項童年逆境經驗者幾乎為整體的半數（45%），此結果接近 Grigsby 等人（2020）收集 2017 至 2018 年在加州、明尼蘇達及德克斯州的大學生（18 至 29 歲）共 12039 份的總體健康量表的研究結果（51.7%），以及 Grusnick 等人（2020）在將一般成人作為受試者共 6323 位的研究結果（56%）。然而目前已有越來越多研究發現童年逆境經驗與罹癌、各種慢性疾病、自殺風險、憂鬱、PTSD、肥胖、物質濫用，甚至遇到學習或行為問題有關（哈里斯，2018/2018；Agid et al., 1999; Anda et al., 2002; Dube et al., 2001; Felitti et al., 1998; Kendler et al., 1992; Kessler et al., 2010），近半數童年逆境經驗者透過不同的路徑作用可能被預測對生活適應與身心健康產生不良之影響，此研究發現顯然成為目前需要被好好重視的議題之一。

第二節 成人童年逆境經驗之有無在不同背景變項之差異分析

本節在探討童年逆境經驗的有無於各背景變項的差異情形，分別將童年逆境經驗之有無與性別、年齡、教育程度、職業類型、工作性質、工作任職時間、宗教信仰、自覺健康（與同年齡的人相比較為是否身體健康、是否有情緒困擾、是否有失眠的狀況、是否有過自殺的念頭）作卡方檢定，並同時探究童年逆境經驗者之性

別與職業類型、工作任職時間、自覺健康（與同年齡的人相比較為是否身體健康、是否有情緒困擾、是否有失眠的狀況、是否有過自殺的念頭）間的差異情形。

一、研究結果

（一）童年逆境經驗之有無與性別

以卡方檢定分析檢驗：童年逆境經驗之有無於不同性別的分佈情形是否顯著差異，分析結果如表 4-2-1。分析結果顯示，童年逆境經驗之有無於不同性別的分佈情形有顯著差異， $\chi^2(1, N=739)=11.69$ ， $p=.001$ ， $Phi=.13$ ，其研究結果支持研究假設 1-1：成人童年逆境經驗者之有無在不同性別上具有顯著差異。男性在無童年逆境經驗者的比率（64.0%）明顯高於有年逆境經驗者（37.0%），另一方面，若以有童年逆境經驗者的角度來看，女性的比率（69.4%）則明顯高於男性（30.6%）。

表 4-2-1

「有無童年逆境經驗×性別」列聯表

性別 / 童年逆境經驗	無		有	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
男	174	63.0/42.9	102	37.0/30.6
女	232	50.1/57.1	231	50.1/57.1

註： $\chi^2(1, N=739)=11.69$ 。
 $p=.001$.

(二) 童年逆境經驗之有無與年齡

以卡方檢定分析檢驗：童年逆境經驗之有無於不同年齡的分佈情形是否顯著差異，分析結果如表 4-2-2。分析結果顯示，童年逆境經驗之有無於不同年齡的分佈情形沒有顯著差異， $\chi^2(4, N=739)=8.781$ ， $p=.067$ ， $Phi=.11$ ，其研究結果不支持研究假設 1-2：成人童年逆境經驗者之有無在不同年齡上具有顯著差異。

表 4-2-2

「有無童年逆境經驗×年齡」列聯表

年齡 / 童年逆境經驗	無		有	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
18 到 30 歲	200	53.1	177	46.9
31 至 40 歲	93	51.4	88	48.6
41 至 50 歲	31	54.4	26	45.6
51 至 60 歲	66	64.1	37	35.9
60 歲以上	16	76.2	5	23.8

註： $\chi^2(4, N=739)=8.781$ 。
 $p=.067$.

(三) 童年逆境經驗之有無與教育程度

以卡方檢定分析檢驗：有無童年逆境經驗於不同教育程度的分佈情形是否顯著差異，分析結果如表 4-2-3。結果顯示，童年逆境經驗之有無於不同教育程度的分佈情形沒有顯著差異， $\chi^2(5, N=739)=5.183$ ， $p=.394$ ， $Phi=.08$ 。其研究結果不

支持研究假設 1-3：成人童年逆境經驗者之有無在不同教育程度上具有顯著差異。

但在博士的教育程度上，顯示童年逆境經驗者的比率（12.5%）明顯低於無童年逆境經驗者（87.5%）。

表 4-2-3

「有無童年逆境經驗×教育程度」列聯表

教育程度 / 童年逆境經驗	無		有	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
國小	0	0.0	1	100.0
國中	2	50.0	2	50.0
高中職	42	53.2	37	46.8
大學（專）	251	54.1	213	45.9
碩士	104	56.8	79	43.2
博士	7	87.5	1	12.5

註： $\chi^2(5, N=739) = 5.183$ 。
 $p = .394$.

（四）童年逆境經驗之有無與職業類型

以卡方檢定分析檢驗：童年逆境經驗之有無於不同職業類型的分佈情形是否顯著差異，分析結果如表 4-2-4。分析結果顯示，童年逆境經驗之有無於不同職業類型的分佈情形有顯著差異， $\chi^2(15, N=739) = 33.006$ ， $p = .005$ ， $Phi = .21$ ，其研究結果支持研究假設 1-4：成人童年逆境經驗者之有無在不同職業類型上具有顯著差異。選擇觀光旅宿業（70.0%）、餐飲業（71.4%）以及廣告行銷業（75.0%）的童年逆境經驗者遠高於無童年逆境經驗者（30.0%, 28.6%, 25.0%）。而在童年逆境經

驗者中，前五高比率的職業選擇為軍公教(20.1%)、學生(18.6%)、服務業(12.6%)、科技製造業(9.6%)以及醫療保健類(8.7%)。

表 4-2-4

「有無童年逆境經驗×職業類型」列聯表

職業類型 / 童年逆境經驗	無		有	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
金融保險	12	75.0	4	25.0
觀光旅宿	3	30.0	7	70.0
服務	57	57.6	42	42.4
餐飲	4	28.6	10	71.4
軍公教	80	54.4	67	45.6
科技製造	58	54.4	32	45.6
運輸倉儲	4	80.0	1	20.0
資訊通訊	15	60.0	10	40.0
醫療保健	20	40.8	29	59.2
營建製造	7	87.5	1	12.5
廣告行銷	4	25.0	12	75.0
學生	73	54.1	62	45.9
家管	11	61.1	7	38.9
退休	24	46.2	10	53.8
無	12	46.2	14	53.8
其他	22	46.8	25	53.2

註： $\chi^2(15, N = 739) = 33.006$ 。
 $p = .005$ 。

(五) 有無童年逆境經驗與工作性質

以卡方檢定分析檢驗：有無童年逆境經驗於工作性質的分佈情形是否顯著差異，分析結果如表 4-2-5。分析結果顯示，有無童年逆境經驗於工作性質的分佈情形沒有顯著差異， $\chi^2(5, N=739)=3.284$ ， $p=.656$ ， $Phi=.07$ 。其研究結果不支持研究假設 1-5：成人童年逆境經驗者之有無在不同工作性質上具有顯著差異。

表 4-2-5

「有無童年逆境經驗×工作性質」列聯表

工作性質 / 童年逆境經驗	無		有	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
全職工作	271	56.1	212	43.9
兼職工作	33	47.1	37	52.9
臨時工作	4	57.1	3	42.9
鐘點工作	4	40.0	6	60.0
實習	17	60.7	11	39.3
無	77	54.6	64	45.4

註： $\chi^2(5, N=739)=3.284$ 。
 $p=.656$ 。

(六) 童年逆境經驗之有無與工作任職時間

以卡方檢定分析檢驗：童年逆境經驗之有無於工作任職時間的分佈情形是否顯著差異，分析結果如表 4-2-6。分析結果顯示，童年逆境經驗之有無於工作任職時間的分佈情形沒有顯著差異， $\chi^2(7, N=739)=5.536$ ， $p=.595$ ， $Phi=.09$ 。其研究結果不支持研究假設 1-6：成人童年逆境經驗者之有無在不同工作任職時間上具有顯著差異。

表 4-2-6

「有無童年逆境經驗×工作任職時間」列聯表

工作任職時間 / 童年逆境經驗	無		有	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
待業中	81	54.0	69	46.0
未滿 3 個月	31	50.8	30	49.2
3 個月至 1 年未滿	31	55.4	25	44.6
1 至 3 年未滿	70	52.2	64	47.8
3 至 6 年未滿	69	57.0	52	43.0
6 至 9 年未滿	34	51.5	32	48.5
9 至 12 年未滿	21	48.8	22	51.2
12 年以上	69	63.9	39	36.1

註： $\chi^2(7, N=739)=5.536$ 。
 $p=.595$ 。

(七) 童年逆境經驗之有無與宗教信仰

以卡方檢定分析檢驗：童年逆境經驗之有無於宗教信仰之有無分佈情形是否顯著差異，分析結果如表 4-2-7。分析結果顯示，童年逆境經驗之有無和宗教信仰之有無的分佈情形沒有顯著差異， $\chi^2(1, N = 739) = .001$ ， $p = .978$ ， $Phi = -.001$ 。其研究結果不支持研究假設 1-7：成人童年逆境經驗者之有無在不同宗教信仰上具有顯著差異。

表 4-2-7

「有無童年逆境經驗×宗教信仰」列聯表

宗教信仰 / 童年逆境經驗	無		有	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
無	191	54.9	157	45.1
有	215	55.0	176	45.0

註： $\chi^2(1, N = 739) = .001$ 。
 $p = .978$ 。

(八) 童年逆境經驗之有無與自覺健康

以卡方檢定分析檢驗：童年逆境經驗之有無於不同自覺健康的分佈情形是否顯著差異，分析結果如表 4-2-8 至表 4-2-11。於表 4-2-8 的分析結果顯示，童年逆境經驗之有無於個人自覺身體健康是否比同齡層者良好的分佈情形有顯著差異， $\chi^2(1, N = 739) = 6.903$ ， $p = .009$ ， $Phi = .08$ ，其研究結果支持研究假設 1-8：成人童年逆境經驗者之有無在自覺身體健康上具有顯著差異，在自覺身體健康的人當中，

無童年逆境經驗者的比率 (59.2%) 高於童年逆境經驗者 (40.8%)，且另於兩個群組中比較自覺身體健康的比率，發現童年逆境經驗者的比率 (50.5%) 低於無童年逆境經驗者的比率 (60.1%)；於表 4-2-9 的分析結果顯示，童年逆境經驗之有無於個人自覺與同齡曾者相比是否有情緒困擾的分佈情形有顯著差異， $\chi^2(1, N=739) = 37.763, p < .001, Phi = -.23$ ，其研究結果支持研究假設 1-9：成人童年逆境經驗者之有無在自覺情緒困擾上具有顯著差異，在自覺有情緒困擾的人當中，有童年逆境經驗者的比率 (58.7%) 高於無童年逆境經驗者 (41.3%)，且另於兩個群組中比較自覺有情緒困擾的比率，發現童年逆境經驗者的比率 (52.9%) 遠高於無童年逆境經驗者的比率 (30.5%)；於表 4-2-10 的分析結果顯示，童年逆境經驗之有無於自覺是否有失眠困擾的分佈情形有顯著差異， $\chi^2(1, N=739) = 46.027, p < .001, Phi = -.25$ ，其研究結果支持研究假設 1-10：成人童年逆境經驗者之有無在自覺失眠困擾上具有顯著差異，在自覺有失眠困擾的人當中，童年逆境經驗者的比率 (62.0%) 高於無童年逆境經驗者 (38.0%)，且另於兩個群組中比較自覺有失眠困擾的比率，發現童年逆境經驗者的比率 (48.0%) 遠高於無童年逆境經驗者的比率 (24.1%)；於表 4-2-11 的分析結果顯示，童年逆境經驗之有無於是否曾有自殺念頭的分佈情形有顯著差異， $\chi^2(1, N=739) = 57.080, p < .001, Phi = -.28$ ，其研究結果支持研究假設 1-11：成人童年逆境經驗者之有無在曾有自殺念頭上具有顯著差異，在自覺有失眠困擾的人當中，童年逆境經驗者的比率 (65.0%) 高於無童年逆境經驗者

(35.0%)，且另於兩個群組中比較曾有自殺念頭的比率，發現童年逆境經驗者的比率 (46.8%) 遠高於無童年逆境經驗者的比率 (20.7%)。

表 4-2-8

「有無童年逆境經驗×自覺健康（身體健康）」列聯表

自覺健康（身體健康） / 童年逆境經驗	無		有	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
自認身體健康	244	59.2/60.1	168	40.8/50.5
自認沒有身體健康	162	49.5/39.9	165	50.5/49.5

註： $\chi^2(1, N=739) = 6.903$ 。
 $p = .009$.

表 4-2-9

「有無童年逆境經驗×自覺健康（情緒困擾）」列聯表

自覺健康（情緒困擾） / 童年逆境經驗	無		有	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
有情緒困擾	124	41.3/30.5	176	58.7/52.9
沒有情緒困擾	282	64.2/69.5	157	35.8/47.1

註： $\chi^2(1, N=739) = 37.763$ 。
 $p < .001$.

表 4-2-10

「有無童年逆境經驗×自覺健康（失眠困擾）」列聯表

自覺健康（失眠困擾） / 童年逆境經驗	無		有	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
有失眠困擾	98	38.0/24.1	160	62.0/48.0
沒有失眠困擾	308	64.0/75.9	173	36.0/52.0

註： $\chi^2(1, N=739) = 46.027$ 。
 $p < .001$.

表 4-2-11

「有無童年逆境經驗×自覺健康（自殺念頭）」列聯表

自覺健康（自殺困擾） / 童年逆境經驗	無		有	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
曾有自殺念頭	84	35.0/20.7	156	65.0/46.8
不曾有自殺念頭	322	64.5/79.3	177	35.5/53.2

註： $\chi^2(1, N = 739) = 57.080$ 。
 $p < .001$.

（九）不同性別童年逆境經驗者與職業類型

以卡方檢定分析檢驗：童年逆境經驗之性別於不同職業類型的分佈情形是否顯著差異，分析結果如表 4-2-12。分析結果顯示，童年逆境經驗之性別於不同職業類型的分佈情形有顯著差異， $\chi^2(15, N = 333) = 32.843$ ， $p = .005$ ， $Phi = .31$ ，選擇金融保險業（75.0%）、服務業（66.7%）、餐飲業（80.0%）、軍公教（73.1%）、醫療保健業（69.0%）、廣告行銷業（66.7%）、學生（85.5%）、家管（85.7%）、無（71.4%）以及其他行業（76.0%）的女性遠高於男性（25.0%、33.3%、20.0%、26.9%、31%、33.3%、14.5%、14.3%、28.6%、5.9%）。而在童年逆境經驗者中，男性前五高比率的職業類型為軍公教（17.6%）、科技製造業（17.6%）、服務業（13.7%）、學生（8.8%）、醫療保健類（8.8%），女性前五高比率的職業類型為學生（22.9%）、軍公教（21.2%）、服務業（12.1%）、醫療保健業（8.7%）以及其他（8.2%）。

表 4-2-12

「童年逆境經驗之性別×職業類型」列聯表

職業類型 / 性別	男		女	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
金融保險	1	25.0	3	75.0
觀光旅宿	3	42.9	4	57.1
服務	14	33.3	28	66.7
餐飲	2	20.0	8	80.0
軍公教	18	26.9	49	73.1
科技製造	18	56.3	14	43.8
運輸倉儲	1	100.0	0	0.0
資訊通訊	4	40.0	6	60.0
醫療保健	9	31.0	20	69.0
營建製造	1	100.0	0	0.0
廣告行銷	4	33.3	8	66.7
學生	9	14.5	53	85.5
家管	1	14.3	6	85.7
退休	7	70.0	3	30.0
無	4	28.6	10	71.4
其他	6	5.9	19	76.0

註： $\chi^2(15, N = 333) = 32.843$ 。
 $p = .005$ 。

(十) 不同性別童年逆境經驗者與工作任職時間

以卡方檢定分析檢驗：童年逆境經驗之性別於工作任職時間的分佈情形是否顯著差異，分析結果如表 4-2-13。分析結果顯示，童年逆境經驗之性別於工作任職時間的分佈情形沒有顯著差異， $\chi^2(7, N = 333) = 8.558$ ， $p = .286$ ， $Phi = .16$ 。

表 4-2-13

「童年逆境經驗者之性別×工作任職時間」列聯表

工作任職時間 / 性別	男		女	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
待業中	17	24.6	52	75.4
未滿 3 個月	6	20.0	24	80.0
3 個月至 1 年未滿	10	40.0	15	60.0
1 至 3 年未滿	17	26.6	47	73.4
3 至 6 年未滿	16	30.8	36	69.2
6 至 9 年未滿	10	31.3	22	68.8
9 至 12 年未滿	10	45.5	12	54.5
12 年以上	16	41.0	23	59.0

註： $\chi^2(7, N = 333) = 8.558$ 。
 $p = .286$ 。

(十一) 不同性別童年逆境經驗者與自覺健康

以卡方檢定分析檢驗：有無童年逆境經驗於不同自覺健康的分佈情形是否顯著差異，分析結果如表 4-2-14 至表 4-2-17。於表 4-2-14 的分析結果顯示，童年逆境經驗之性別於個人自覺身體健康是否比同齡層者良好的分佈情形有顯著差異， $\chi^2(1, N = 333) = 12.608, p < .001, Phi = .19$ ，在自覺沒有身體健康的人當中，女性的比率 (78.2%) 遠高於男性 (21.8%)，而另於性別群組中比較自覺沒有身體健康的比率，發現女性的比率 (55.8%) 仍高於男性的比率 (35.3%)；於表 4-2-15 的分析結果顯示，童年逆境經驗之性別於個人自覺與同齡者相比是否有情緒困擾的分佈情形有顯著差異， $\chi^2(1, N = 333) = 12.608, p < .001, Phi = -.20$ ，在自覺有情緒困擾的人當中，有女性的比率 (77.8%) 遠高於男性 (22.2%)，而另於性別群組中比較自覺有情緒困擾的比率，發現女性的比率 (59.3%) 仍高於男性的比率 (38.2%)；於表 4-2-16 的分析結果顯示，童年逆境經驗之性別於自覺是否有失眠困擾的分佈情形有顯著差異， $\chi^2(1, N = 333) = 2.044, p = .153, Phi = -.08$ ，在自覺有失眠困擾的人當中，女性的比率 (73.1%) 遠高於男性 (26.9%)，而另於性別群組中比較自覺有失眠困擾的比率，發現女性的比率 (50.6%) 仍高於男性的比率 (42.2%)；於表 4-2-17 的分析結果顯示，童年逆境經驗之性別於是否曾有自殺念頭的分佈情形有顯著差異， $\chi^2(1, N = 333) = 10.783, p = .001, Phi = -.18$ ，在曾有自殺念頭的人當中，女性的比率 (78.2%) 遠高於男性 (21.8%)，而另於性別群組中比較曾有自殺念頭的比率，發現女性的比率 (52.8%) 仍高於男性的比率 (33.3%)。

表 4-2-14

「童年逆境經驗之性別×自覺健康（身體健康）」列聯表

自覺健康（身體健康） / 性別	男		女	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
自覺身體健康	66	39.3/64.7	102	60.7/44.2
自覺沒有身體健康	36	21.8/35.3	129	78.2/55.8

註： $\chi^2(1, N = 333) = 11.953$ 。
 $p = .001$.

表 4-2-15

「童年逆境經驗之性別×自覺健康（情緒困擾）」列聯表

自覺健康（情緒困擾） / 性別	男		女	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
有情緒困擾	39	22.2/38.2	137	77.8/59.3
沒有情緒困擾	63	40.1/61.8	94	59.9/40.7

註： $\chi^2(1, N = 333) = 12.608$ 。
 $p < .001$ 。

表 4-2-16

「童年逆境經驗之性別×自覺健康（失眠困擾）」列聯表

自覺健康（失眠困擾） / 性別	男		女	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
有失眠困擾	43	26.9/42.2	117	73.1/50.6
沒有失眠困擾	59	34.1/57.8	114	65.9/49.4

註： $\chi^2(1, N = 333) = 2.044$ 。
 $p = .153$ 。

表 4-2-17

「童年逆境經驗之性別×自覺健康（自殺念頭）」列聯表

自覺健康（失眠困擾） / 性別	男		女	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
曾有自殺念頭	34	21.8/33.3	122	78.2/52.8
不曾有自殺念頭	68	38.4/66.7	109	61.6/47.2

註： $\chi^2(1, N = 333) = 10.783$ 。
 $p = .001$ 。

二、研究討論

總結而言，成人童年逆境經驗之有無在性別、職業類型以及自覺健康（身體健康、情緒、失眠困擾、自殺念頭）上有顯著差異；在年齡、教育程度、工作性質、工作任職時間以及宗教信仰上則無顯著差異，因此本研究之假設 1-1、1-4、1-8、1-9、1-10、1-11 均成立；假設 1-2、1-3、1-5、1-6、1-7 則均不成立。而進一步細探成人童年逆境經驗者（至少一項童年逆境經驗）之性別在不同背景變項上的現況，其於職業類型與自覺健康（身體健康、情緒困擾、失眠困擾、自殺念頭）有顯著差異，在工作任職時間時間上則無顯著差異。

（一）童年逆境經驗之有無與不同性別的分佈情形有顯著差異

男性在無童年逆境經驗者的比率明顯高於有童年逆境經驗者，另一方面，若以有童年逆境經驗者的角度來看，女性的比率明顯高於男性。

除了 Koss 等人（2003）在收集美國原住民部落 1660 個樣本研究中發現童年逆境經驗中男性高於女性外，多數童年逆境研究在性別上沒有顯著差異（Grigsby, 2020; Haatainen, 2003）。但在本研究中整體樣本收集為男性佔 37.3%，而女性佔 62.7%，男女比為 4：6，由於樣本在性別上的不平均，也是造成此顯著差異的可能原因。

(二) 童年逆境經驗之有無與職業類型的分佈情形有顯著差異

分析結果顯示，選擇觀光旅宿業、餐飲業以及廣告行銷業的成人童年逆境經驗者遠高於成人無童年逆境經驗者，且在成人童年逆境經驗者中，前五高比率的職業選擇為軍公教、學生、服務業、科技製造以及醫療保健類。

在本研究發現童年逆境經驗者在職業選擇上偏向保守與職涯發展穩定的職業，與 Yuan 與 Li (2020) 在中國的童年逆境經驗與職業選擇的研究結果相同，發現由於童年家庭環境影響個體職業選擇，增加成年後選擇在公部門工作的可能。因為它塑造一個人應對不利生活經歷的能力 (Hui et al., 2004; Walsh & Zhu, 2007) 。童年時期經歷負向的家庭環境也與生涯效能的缺乏有關 (Coleman, 2003; Davies & Woitach, 2008; Pan et al., 2011) 。他們可能會覺得難以在壓力下工作 (Mann & Gilliom, 2004) ，並且會規避風險 (Dulebohn, 2002) 。而更願意選擇薪酬固定或者職涯發展穩定的職位 (Turban et al., 2001) 。

(三) 童年逆境經驗之有無與四項自覺健康的分佈情形皆有顯著差異

在自覺身體健康方面，自覺身體健康的人當中，無童年逆境經驗者的比率高於童年逆境經驗者，且另於兩個群組中比較自覺身體健康的比率，發現童年逆境經驗者的比率低於無童年逆境經驗者的比率。在自覺情緒困擾方面，自覺有情緒困擾的人當中，有童年逆境經驗者的比率高於無童年逆境經驗者，且另於兩個群組中比較

自覺有情緒困擾的比率，發現童年逆境經驗者的比率遠高於無童年逆境經驗者的比率。在自覺失眠困擾方面，自覺有失眠困擾的人當中，童年逆境經驗者的比率高於無童年逆境經驗者，且另於兩個群組中比較自覺有失眠困擾的比率，發現童年逆境經驗者的比率遠高於無童年逆境經驗者的比率。在是否曾有自殺念頭方面，曾有自殺念頭的人當中，童年逆境經驗者的比率高於無童年逆境經驗者，且另於兩個群組中比較曾有自殺念頭的比率，發現童年逆境經驗者的比率遠高於無童年逆境經驗者的比率。

整體研究結果在自覺健康上，不論自覺身體健康、情緒困擾、失眠困擾以及曾有自殺念頭上，皆為有童年逆境經驗者情況不良於無童年逆境者。Alcalá 等人 (2017) 的研究發現童年逆境經驗者有更高機率罹患癌症；Brockie 等人 (2015) 更在一份關於美國原住民的童年逆境經驗研究中發現，有 78% 的人有過至少一次的童年逆境經驗，有 40% 的人有過兩次以上的童年逆境經驗，且每增加一次逆境經驗，會增加憂鬱症狀 (57%)、PTSD (55%)、物質濫用 (51%) 及嘗試自殺 (37%)。其中逆境經驗若為家庭功能障礙與家暴相關者罹患憂鬱與 PTSD 的機率高於其他逆境經驗 (Ho, 2019)，Witt 等人 (2016) 也在研究中發現若逆境經驗包含性虐待加上其他不同的虐待類型，將比起其他逆境經驗類型，更容易發生精神障礙症及健康生活行為方面的不良適應。

(四) 不同性別成人童年逆境經驗者與不同職業類型的分佈情形有顯著差異

在成人童年逆境經驗者之中選擇金融保險業、服務業、餐飲業、軍公教、醫療保健業、廣告行銷業、學生、家管、無職業以及其他行業的女性遠高於男性。而男性前五高比率的職業類型為軍公教、科技製造業、服務業、學生、醫療保健業；女性前五高比率的職業類型為學生、軍公教、服務業、醫療保健業以及其他行業。

Stickel 與 Bonett (1991) 在編製職業態度量表的研究中發現女性與男性相比，更傾向選擇傳統職業，這可能是在童年逆境經驗者中，女性在商業、軍公教、醫療保健、廣告行銷、家管……高於男性的原因。然而，我們也能從男女選擇的前五職業中發現皆有軍公教、服務業、醫療保健業，推測童年逆境經驗者之職業興趣選擇之何倫碼類型 (Holland code) 可能最多為實際型 (realistic)、社會型 (social)、事務型 (conventional)；一般為研究型 (investigative) 與藝術型 (artistic)；企業型 (enterprising) 則最少。除了整體有偏穩定保守的傾向，在 Bryce 等人 (2021) 的研究中也發現童年逆境經驗與未來從事助人工作有相關。

(五) 不同性別成人童年逆境經驗者與四項自覺健康的分佈情形皆有顯著差異

在自覺身體健康方面，自覺沒有身體健康的人當中，女性的比率遠高於男性，而另於性別群組中比較自覺沒有身體健康的比率，發現女性的比率仍高於男性的比率。在自覺情緒困擾方面，自覺有情緒困擾的人當中，女性的比率遠高於男性，

而另於性別群組中比較自覺有情緒困擾的比率，發現女性的比率仍高於男性的比率。在自覺失眠困擾方面，自覺有失眠困擾的人當中，女性的比率遠高於男性，而另於性別群組中比較自覺有失眠困擾的比率，發現女性的比率仍高於男性的比率。在曾有自殺念頭方面，自覺曾有自殺念頭的人當中，女性的比率遠高於男性，而另於性別群組中比較曾有自殺念頭的比率，發現女性的比率仍高於男性的比率。

在整體研究中發現在童年逆境經驗者當中，女性在自覺健康的各面向（身體健康、情緒困擾、失眠困擾、曾有自殺念頭）皆差於男性，此研究結果與許多童年逆境經驗相關研究相同，如 Duke 等人（2010）的研究發現於女性的自殺意念與企圖上高於男性；Haatainen 等人（2003）在研究中透過貝克絕望感量表（BHS）發現童年逆境經驗可能增加絕望感，而這樣的絕望感會增加未來負向行為的風險，在童年逆境分數得分 3 或以上的男性與女性都會有絕望感，而其中女性比男性更容易有絕望的感受；女性的心理健康比男性差，而男性物質使用的情況比女性更多，而其他則不因性別有差異（Grigsby et al., 2020）；Alcalá 等人（2017）發現女性童年經歷過身體虐待、性虐待、情感虐待、與精神病患者同住、與酗酒者同住、與吸毒者同住及與成人相互暴力對待的家庭中，都會有更高機率罹癌；而男性僅有在情感虐待上與更高機率罹癌相關。

第三節 不同童年逆境經驗程度成人之背景變項在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異分析

本節在探討不同童年逆境經驗程度（如無童年逆境經驗、至少一項童年逆境經驗、四項童年逆境經驗以上）之背景變項在人格特質、心理韌性與生涯自我效能的差異情形。分別以至少一項童年逆境經驗之性別、四項童年逆境經驗以上之性別、有無童年逆境經驗、至少一項童年逆境經驗之四項自覺健康狀況（與同齡層相比自覺身體健康、與同齡層相比自覺情緒困擾、與同齡層相比自覺失眠困擾、曾有自殺念頭）與人格特質、心理韌性與生涯自我效能作獨立樣本 t 檢定，以進一步瞭解不同條件下的背景變項於人格特質、心理韌性與生涯自我效能之關係與變化。

一、研究結果

（一）不同性別至少一項童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異分析結果

以獨立樣本 t 檢定分析結果如表 4-3-1，結果發現：至少一項童年逆境經驗者之不同性別於外向程度上有顯著差異， $t(331)=3.61$ ， $p<.001$ ， $d=0.43$ ，男性的外向程度（ $M=9.67$ ， $SD=2.79$ ）大於女性的外向程度（ $M=9.67$ ， $SD=2.79$ ）；於友善程度上並無顯著差異， $t(331)=1.83$ ， $p<.069$ ， $d=0.22$ ，男性的友善程度（ $M=11.07$ ， $SD=2.73$ ）與女性的友善程度（ $M=10.55$ ， $SD=2.26$ ）沒有顯著差異；於嚴

謹程度上並無顯著差異， $t(331) = 1.23$ ， $p < .221$ ， $d = 0.15$ ，男性的嚴謹程度 ($M = 11.69$, $SD = 2.43$) 與女性的嚴謹程度 ($M = 11.33$, $SD = 2.42$) 沒有顯著差異；於神經質程度上有顯著差異， $t(331) = -4.64$ ， $p < .001$ ， $d = 0.55$ 。男性的神經質程度 ($M = 9.89$, $SD = 2.77$) 小於女性的神經質程度 ($M = 11.33$, $SD = 2.54$)。於開放程度上並無顯著差異， $t(331) = 1.86$ ， $p < .064$ ， $d = 0.22$ ，男性的開放程度 ($M = 10.38$, $SD = 2.63$) 與女性的開放程度 ($M = 9.83$, $SD = 2.47$) 沒有顯著差異；於心理韌性程度上有顯著差異， $t(331) = 4.96$ ， $p < .001$ ， $d = 0.59$ 。男性的心理韌性程度 ($M = 88.98$, $SD = 16.63$) 小於女性的心理韌性程度 ($M = 79.81$, $SD = 15.08$)；於生涯自我效能程度上有顯著差異， $t(331) = 3.99$ ， $p < .001$ ， $d = 0.48$ 。男性的生涯自我效能程度 ($M = 61.37$, $SD = 9.69$) 小於女性的生涯自我效能程度 ($M = 56.79$, $SD = 9.63$)。其研究結果部分支持研究假設 2-2：至少一項成人童年逆境經驗者之性別在人格特質、心理韌性與生涯自我效能具有顯著差異。

表 4-3-1

童年逆境經驗（至少一項）之性別在各變項上之 t 檢定

	男性 ($n = 102$)		女性 ($n = 231$)		自由度	t 值	p	效果量 (d)	
	M	SD	M	SD					
人格 特質	外向性	9.67	2.79	8.49	2.71	331	3.61	<.001	0.43
	友善性	11.07	2.73	10.55	2.26	331	1.83	.069	0.22
	嚴謹性	11.69	2.43	11.33	2.42	331	1.23	.221	0.15
	神經質	9.89	2.77	11.33	2.54	331	-4.64	<.001	0.55
	開放性	10.38	2.63	9.83	2.47	331	1.86	.064	0.22
心理韌性	88.98	16.63	79.81	15.08	331	4.96	<.001	0.59	
生涯自我效能	61.37	9.69	56.79	9.63	331	3.99	<.001	0.48	

(二) 不同性別四項以上童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異分析結果

以獨立樣本 t 檢定分析結果如表 4-3-2，結果發現：四項以上童年逆境經驗者之不同性別於外向程度上無顯著差異， $t(41) = 0.99$ ， $p < .327$ ， $d = 0.35$ 。男性的外向程度 ($M = 9.55$, $SD = 3.11$) 與女性的外向程度 ($M = 8.47$, $SD = 3.10$)；於友善程度上並無顯著差異， $t(41) = 1.10$ ， $p < .279$ ， $d = 0.38$ ，男性的友善程度 ($M = 11.45$, $SD = 3.45$) 與女性的友善程度 ($M = 10.31$, $SD = 2.81$) 沒有顯著差異；於嚴謹程度上並無顯著差異， $t(41) = 0.76$ ， $p < .449$ ， $d = 0.27$ ，男性的嚴謹程度 ($M = 11.27$, $SD = 3.32$) 與女性的嚴謹程度 ($M = 10.56$, $SD = 2.41$) 沒有顯著差異；於神經質程度上有顯著差異， $t(41) = -2.40$ ， $p < .021$ ， $d = 0.84$ 。男性的神經質程度 ($M = 10.00$, $SD = 3.92$) 小於女性的神經質程度 ($M = 12.47$, $SD = 2.55$)。於開放程度上並無顯著差異， $t(41) = 0.84$ ， $p < .404$ ， $d = 0.29$ ，男性的開放程度 ($M = 11.09$, $SD = 3.30$) 與女性的開放程度 ($M = 10.19$, $SD = 2.99$) 沒有顯著差異；於心理韌性程度上並無顯著差異， $t(41) = 1.11$ ， $p < .273$ ， $d = 0.39$ 。男性的心理韌性程度 ($M = 81.45$, $SD = 19.74$) 與女性的心理韌性程度 ($M = 75.00$, $SD = 15.47$) 沒有顯著差異；於生涯自我效能程度上沒有顯著差異， $t(41) = 1.83$ ， $p < .074$ ， $d = 0.64$ 。男性的生涯自我效能程度 ($M = 60.73$, $SD = 8.19$) 與女性的生涯自我效能程度 ($M = 54.28$, $SD =$

10.60)。其研究結果部分支持研究假設 2-3：四項以上成人童年逆境經驗者之性別在人格特質、心理韌性與生涯自我效能具有顯著差異。

表 4-3-2

童年逆境經驗（四項以上）之性別在各變項上之 t 檢定

	男性 ($n=11$)		女性 ($n=32$)		自由度	t 值	p	效果量 (d)	
	M	SD	M	SD					
人格特質	外向性	9.55	3.11	8.47	3.10	41	0.99	.327	0.35
	友善性	11.45	3.45	10.31	2.81	41	1.10	.279	0.38
	嚴謹性	11.27	3.32	10.56	2.41	41	0.76	.449	0.27
	神經質	10.00	3.92	12.47	2.55	41	-2.40	.021	0.84
	開放性	11.09	3.30	10.19	2.99	41	0.84	.404	0.29
心理韌性	81.45	19.74	75.00	15.47	41	1.11	.273	0.39	
生涯自我效能	60.73	8.19	54.28	10.60	41	1.83	.074	0.64	

(三) 童年逆境經驗之有無在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異分析結果

童年逆境經驗為至少一項童年逆境經驗者。以獨立樣本 t 檢定分析結果如表 4-3-3，結果發現：童年逆境經驗者之有無於外向程度上有顯著差異， $t(737) = 5.17$ ， $p < .001$ ， $d = 0.38$ 。童年逆境經驗者的外向程度 ($M = 8.85, SD = 2.78$) 小於無童年逆境經驗者的外向程度 ($M = 9.85, SD = 2.45$)；於友善程度上有顯著差異， $t(737) = 3.37$ ， $p = .001$ ， $d = 0.25$ ，童年逆境經驗者的友善程度 ($M = 10.71, SD = 2.42$) 小於無童年逆境經驗者的友善程度 ($M = 11.27, SD = 2.10$)；於嚴謹程度上有顯著差異， $t(737) = 3.91$ ， $p < .001$ ， $d = 0.29$ ，童年逆境經驗者的嚴謹程度 ($M = 11.44, SD = 2.42$) 小於無童年逆境經驗者的嚴謹程度 ($M = 12.10, SD = 2.12$)；於神經質程度上有顯著差異， $t(737) = -8.51$ ， $p < .001$ ， $d = 0.63$ 。童年逆境經驗者的神經質程

度 ($M = 10.89, SD = 2.69$) 大於無童年逆境經驗者的神經質程度 ($M = 9.24, SD = 2.57$)。於開放程度上並無顯著差異, $t(737) = 0.60, p < .552, d = 0.04$, 童年逆境經驗者的開放程度 ($M = 10.00, SD = 2.53$) 與無童年逆境經驗者的開放程度 ($M = 10.10, SD = 2.33$) 沒有顯著差異; 於心理韌性程度上有顯著差異, $t(737) = 5.71, p < .001, d = 0.42$, 童年逆境經驗者的心理韌性程度 ($M = 82.62, SD = 16.11$) 小於無童年逆境經驗者的心理韌性程度 ($M = 88.98, SD = 14.16$) ; 於生涯自我效能程度上有顯著差異, $t(737) = 5.79, p < .001, d = 0.43$ 。童年逆境經驗者的生涯自我效能程度 ($M = 58.20, SD = 9.86$) 小於無童年逆境經驗者的生涯自我效能程度 ($M = 62.23, SD = 9.06$)。其研究結果部分支持研究假設 2-1: 成人童年逆境經驗之有無在人格特質、心理韌性與生涯自我效能具有顯著差異。

表 4-3-3

有無童年逆境經驗在各變項上之 t 檢定

	無 ($n = 406$)		有 ($n = 333$)		自由度	t 值	p	效果量 (d)	
	M	SD	M	SD					
人格 特質	外向性	9.85	2.45	8.85	2.78	737	5.17	<.001	0.38
	友善性	11.27	2.10	10.71	2.42	737	3.37	.001	0.25
	嚴謹性	12.10	2.12	11.44	2.42	737	3.91	<.001	0.29
	神經質	9.24	2.57	10.89	2.69	737	-8.51	<.001	0.63
	開放性	10.10	2.33	10.00	2.53	737	0.60	.552	0.04
心理韌性	88.98	14.16	82.62	16.11	737	5.71	<.001	0.42	
生涯自我效能	62.23	9.06	58.20	9.86	737	5.79	<.001	0.43	

(四) 童年逆境經驗者之自覺健康 (身體健康) 在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異分析結果

童年逆境經驗為至少一項童年逆境經驗者，自覺身體健康為受試者自覺個人與同齡層的人相比是否具有身體健康。以獨立樣本 t 檢定分析結果如表 4-3-4，結果發現：童年逆境經驗者之自覺健康 (身體健康) 於外向程度上有顯著差異， $t(331) = 7.13$ ， $p < .001$ ， $d = 0.78$ 。自覺身體健康者的外向程度 ($M = 9.86$, $SD = 2.43$) 大於自覺沒有身體健康者的外向程度 ($M = 7.83$, $SD = 2.75$)；於友善程度上有顯著差異， $t(331) = 2.44$ ， $p = .015$ ， $d = 0.27$ ，自覺身體健康者的友善程度 ($M = 11.02$, $SD = 2.33$) 大於自覺沒有身體健康者的友善程度 ($M = 10.38$, $SD = 2.47$)；於嚴謹程度上有顯著差異， $t(331) = 3.68$ ， $p < .001$ ， $d = 0.40$ ，自覺身體健康者的嚴謹程度 ($M = 11.92$, $SD = 2.37$) 小於自覺沒有身體健康者的嚴謹程度 ($M = 19.96$, $SD = 2.39$)；於神經質程度上有顯著差異， $t(331) = -7.67$ ， $p < .001$ ， $d = 0.84$ 。自覺身體健康者的神經質程度 ($M = 9.86$, $SD = 2.71$) 小於自覺沒有身體健康者的神經質程度 ($M = 11.95$, $SD = 2.24$)。於開放程度上有顯著差異， $t(331) = 1.98$ ， $p < .048$ ， $d = 0.22$ ，自覺身體健康者的開放程度 ($M = 10.27$, $SD = 2.34$) 大於自覺沒有身體健康者的開放程度 ($M = 9.72$, $SD = 2.68$)；於心理韌性程度上有顯著差異， $t(331) = 6.90$ ， $p < .001$ ， $d = 0.76$ ，自覺身體健康者的心理韌性程度 ($M = 88.27$, $SD = 15.17$) 大於自覺沒有身體健康者的心理韌性程度 ($M = 76.86$, $SD = 15.01$)；於生涯自我

效能程度上有顯著差異， $t(331)=6.44$ ， $p<.001$ ， $d=0.71$ 。自覺身體健康者的生涯自我效能程度（ $M=61.45$ ， $SD=8.68$ ）與自覺沒有身體健康者的生涯自我效能程度（ $M=54.88$ ， $SD=9.91$ ）。其研究結果部分支持研究假設 2-4：至少一項成人童年逆境經驗者之自覺身體健康在人格特質、心理韌性與生涯自我效能具有顯著差異。

表 4-3-4

童年逆境經驗者之自覺健康（身體健康）在各變項上之 t 檢定

	有 ($n=168$)		無 ($n=165$)		自由度	t 值	p	效果量 (d)	
	M	SD	M	SD					
人格 特質	外向性	9.86	2.43	7.83	2.75	331	7.13	<.001	0.78
	友善性	11.02	2.33	10.38	2.47	331	2.44	.015	0.27
	嚴謹性	11.92	2.37	19.96	2.39	331	3.68	<.001	0.40
	神經質	9.86	2.71	11.95	2.24	331	-7.67	<.001	0.84
	開放性	10.27	2.34	9.72	2.68	331	1.98	.048	0.22
心理韌性	88.27	15.17	76.86	15.01	331	6.90	<.001	0.76	
生涯自我效能	61.45	8.68	54.88	9.91	331	6.44	<.001	0.71	

(五) 童年逆境經驗者之自覺健康（情緒困擾）在人格特質、心理韌性與生涯自我

效能之差異分析結果

童年逆境經驗者為至少一項童年逆境經驗者，自覺情緒困擾為受試者自覺個人與同齡層的人相比是否具有情緒困擾。以獨立樣本 t 檢定分析結果如表 4-3-5，結果發現：童年逆境經驗者之自覺健康（情緒困擾）於外向程度上有顯著差異， $t(331)=-7.65$ ， $p<.001$ ， $d=0.84$ 。自覺有情緒困擾者的外向程度（ $M=7.84$ ， $SD=2.67$ ）小於自覺沒有情緒困擾者的外向程度（ $M=9.99$ ， $SD=2.45$ ）；於友善程度上有顯著差異， $t(331)=-3.23$ ， $p=.001$ ， $d=0.35$ ，自覺有情緒困擾者的友善程度（ $M=$

10.31, $SD = 2.58$) 小於自覺沒有情緒困擾者的友善程度 ($M = 11.15, SD = 2.15$) ; 於嚴謹程度上有顯著差異, $t(331) = -4.65, p < .001, d = 0.51$, 自覺有情緒困擾者的嚴謹程度 ($M = 10.88, SD = 2.55$) 小於自覺沒有情緒困擾者的嚴謹程度 ($M = 12.08, SD = 2.11$) ; 於神經質程度上有顯著差異, $t(331) = 12.94, p < .001, d = 1.42$ 。自覺有情緒困擾者的神經質程度 ($M = 12.36, SD = 2.15$) 大於自覺沒有情緒困擾者的神經質程度 ($M = 9.24, SD = 2.25$)。於開放程度上無顯著差異, $t(331) = -1.11, p < .269, d = 0.12$, 自覺有情緒困擾者的開放程度 ($M = 9.85, SD = 2.67$) 與自覺沒有情緒困擾者的開放程度 ($M = 10.16, SD = 2.36$) 沒有顯著差異; 於心理韌性程度上有顯著差異, $t(331) = -8.37, p < .001, d = 0.92$, 自覺有情緒困擾者的心理韌性程度 ($M = 76.27, SD = 15.34$) 遠小於自覺沒有情緒困擾者的心理韌性程度 ($M = 89.73, SD = 13.87$) ; 於生涯自我效能程度上有顯著差異, $t(331) = -8.26, p < .001, d = 0.91$ 。自覺有情緒困擾者的生涯自我效能程度 ($M = 54.35, SD = 9.93$) 小於自覺沒有情緒困擾者的生涯自我效能程度 ($M = 62.50, SD = 7.82$)。其研究結果部分支持研究架設 2-5: 至少一項成人童年逆境經驗者之自覺情緒困擾在人格特質、心理韌性與生涯自我效能具有顯著差異。

表 4-3-5

童年逆境經驗者之自覺健康（情緒困擾）在各變項上之 t 檢定

	有 ($n=176$)		無 ($n=157$)		自由度	t 值	p	效果量 (d)	
	M	SD	M	SD					
人格 特質	外向性	7.84	2.67	9.99	2.45	331	-7.65	<.001	0.84
	友善性	10.31	2.58	11.15	2.15	331	-3.23	.001	0.35
	嚴謹性	10.88	2.55	12.08	2.11	331	-4.65	<.001	0.51
	神經質	12.36	2.15	9.24	2.25	331	12.94	<.001	1.42
	開放性	9.85	2.67	10.16	2.36	331	-1.11	.269	0.12
心理韌性	76.27	15.34	89.73	13.87	331	-8.37	<.001	0.92	
生涯自我效能	54.35	9.93	62.50	7.82	331	-8.26	<.001	0.91	

(六) 童年逆境經驗者之自覺健康（失眠困擾）在人格特質、心理韌性與生涯自我

效能之差異分析結果

童年逆境經驗為至少一項童年逆境經驗者，自覺失眠困擾為受試者自覺個人與同齡層的人相比是否具有失眠困擾。以獨立樣本 t 檢定分析結果如表 4-3-6，結果發現：童年逆境經驗者之自覺健康（失眠困擾）於外向程度上有顯著差異， $t(331) = -6.40$ ， $p < .001$ ， $d = 0.7$ 。自覺有失眠困擾者的外向程度 ($M = 7.89$, $SD = 2.64$) 小於自覺沒有失眠困擾者的外向程度 ($M = 9.74$, $SD = 2.62$)；於友善程度上有顯著差異， $t(331) = -3.07$ ， $p = .002$ ， $d = 0.34$ ，自覺有失眠困擾者的友善程度 ($M = 10.29$, $SD = 2.57$) 小於自覺沒有失眠困擾者的友善程度 ($M = 11.09$, $SD = 2.20$)；於嚴謹程度上有顯著差異， $t(331) = -4.55$ ， $p < .001$ ， $d = 0.50$ ，自覺有失眠困擾者的嚴謹程度 ($M = 10.83$, $SD = 2.58$) 小於自覺沒有失眠困擾者的嚴謹程度 ($M = 12.01$, $SD = 2.12$)；於神經質程度上有顯著差異， $t(331) = 8.01$ ， $p < .001$ ， $d = 0.88$ ，自覺

有失眠困擾者的神經質程度 ($M=12.02, SD=2.38$) 大於自覺沒有失眠困擾者的神經質程度 ($M=9.85, SD=2.55$)。於開放程度上無顯著差異, $t(331)=-.54, p<.588, d=0.06$, 自覺有失眠困擾者的開放程度 ($M=9.92, SD=2.59$) 與自覺沒有情緒困擾者的開放程度 ($M=10.07, SD=2.48$) 沒有顯著差異; 於心理韌性程度上有顯著差異, $t(331)=-6.32, p<.001, d=0.69$, 自覺有失眠困擾者的心理韌性程度 ($M=77.13, SD=15.64$) 小於自覺沒有失眠困擾者的心理韌性程度 ($M=87.69, SD=14.87$); 於生涯自我效能程度上有顯著差異, $t(331)=-5.40, p<.001, d=0.59$ 。自覺有失眠困擾者的生涯自我效能程度 ($M=55.28, SD=9.95$) 小於自覺沒有失眠困擾者的生涯自我效能程度 ($M=60.89, SD=9.00$)。其研究結果部分支持研究假設 2-6: 至少一項成人童年逆境經驗者之自覺失眠困擾在人格特質、心理韌性與生涯自我效能具有顯著差異。

表 4-3-6

童年逆境經驗者之自覺健康 (失眠困擾) 在各變項上之 t 檢定

	有 ($n=160$)		無 ($n=173$)		自由度	t 值	p	效果量 (d)	
	M	SD	M	SD					
人格特質	外向性	7.89	2.64	9.74	2.62	331	-6.40	<.001	0.70
	友善性	10.29	2.57	11.09	2.20	331	-3.07	.002	0.34
	嚴謹性	10.83	2.58	12.01	2.12	331	-4.55	<.001	0.50
	神經質	12.02	2.38	9.85	2.55	331	8.01	<.001	0.88
	開放性	9.92	2.59	10.07	2.48	331	-.54	.588	0.06
心理韌性	77.13	15.64	87.69	14.87	331	-6.32	<.001	0.69	
生涯自我效能	55.28	9.95	60.89	9.00	331	-5.40	<.001	0.59	

(七) 童年逆境經驗者之自覺健康 (曾有自殺念頭) 在人格特質、心理韌性與生涯

自我效能之差異分析結果

童年逆境經驗為至少一項童年逆境經驗者，曾有自殺念頭為受試者在過去是否曾有過自殺的想法。以獨立樣本 t 檢定分析結果如表 4-3-7，結果發現：童年逆境經驗者之自覺健康 (曾有自殺念頭) 於外向程度上有顯著差異， $t(331) = .34$ ， $p < .001$ ， $d = 0.58$ 。曾有自殺念頭者的外向程度 ($M = 8.03$, $SD = 2.75$) 小於不曾有自殺念頭者的外向程度 ($M = 9.58$, $SD = 2.61$)；於友善程度上有顯著差異， $t(331) = -3.04$ ， $p = .003$ ， $d = 0.33$ ，曾有自殺念頭者的友善程度 ($M = 10.28$, $SD = 2.62$) 小於不曾有自殺念頭者的友善程度 ($M = 11.08$, $SD = 2.16$)；於嚴謹程度上有顯著差異， $t(331) = -5.42$ ， $p < .001$ ， $d = 0.59$ ，曾有自殺念頭者的嚴謹程度 ($M = 10.71$, $SD = 2.58$) 小於不曾有自殺念頭者的嚴謹程度 ($M = 12.09$, $SD = 2.08$)；於神經質程度上有顯著差異， $t(331) = 8.21$ ， $p < .001$ ， $d = 0.90$ ，曾有自殺念頭者的神經質程度 ($M = 12.07$, $SD = 2.40$) 大於不曾有自殺念頭者的神經質程度 ($M = 9.85$, $SD = 2.31$)。於開放程度上無顯著差異， $t(331) = .41$ ， $p < .681$ ， $d = 0.05$ ，曾有自殺念頭者的開放程度 ($M = 10.06$, $SD = 2.76$) 與不曾有自殺念頭者的開放程度 ($M = 9.94$, $SD = 2.31$) 沒有顯著差異；於心理韌性程度上有顯著差異， $t(331) = -7.48$ ， $p < .001$ ， $d = 0.82$ ，曾有自殺念頭者的心理韌性程度 ($M = 76.10$, $SD = 16.32$) 小於不曾有自殺念頭者的心理韌性程度 ($M = 88.36$, $SD = 13.58$)；於生涯自我效能程度上有顯

著差異， $t(331) = -5.65$ ， $p < .001$ ， $d = 0.62$ 。曾有自殺念頭者的生涯自我效能程度 ($M = 55.08$, $SD = 10.19$) 小於不曾有自殺念頭者的生涯自我效能程度 ($M = 60.94$, $SD = 8.71$)。其研究結果部分支持研究假設 2-7：至少一項成人童年逆境經驗者之自殺念頭在人格特質、心理韌性與生涯自我效能具有顯著差異。

表 4-3-7

童年逆境經驗者之自覺健康（曾有自殺念頭）在各變項上之 t 檢定

	有 ($n = 156$)		無 ($n = 177$)		自由度	t 值	p	效果量 (d)	
	M	SD	M	SD					
人格 特質	外向性	8.03	2.75	9.58	2.61	331	.34	< .001	0.58
	友善性	10.28	2.62	11.08	2.16	331	-3.04	.003	0.33
	嚴謹性	10.71	2.58	12.09	2.08	331	-5.42	< .001	0.59
	神經質	12.07	2.40	9.85	2.51	331	8.21	< .001	0.90
	開放性	10.06	2.76	9.94	2.31	331	.41	.681	0.05
心理韌性	76.10	16.32	88.36	13.58	331	-7.48	< .001	0.82	
生涯自我效能	55.08	10.19	60.94	8.71	331	-5.65	< .001	0.62	

二、研究討論

為不同童年逆境程度之背景變項在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異分析討論。在成年逆境經驗之有無方面，在外向性人格、友善性人格、嚴謹性人格、神經質人格、心理韌性與生涯自我效能等六向度上有顯著差異。在至少一項成人童年逆境經驗者之性別方面，在外向性人格、神經質人格、心理韌性與生涯自我效能等四向度上有顯著差異。在四項以上成人童年逆境經驗者之性別方面，僅在神經質人格一向度上有顯著差異。在至少一項成人童年逆境經驗者之自覺健康方面，

於自覺身體健康中，在外向性人格、友善性人格、嚴謹性人格、神經質人格、開放性人格、心理韌性與生涯自我效能等所有向度上有顯著差異；於自覺情緒困擾中，在外向性人格、友善性人格、嚴謹性人格、神經質人格、心理韌性與生涯自我效能等六向度上有顯著差異；於自覺失眠困擾上，在外向性人格、友善性人格、嚴謹性人格、神經質人格、心理韌性與生涯自我效能等六向度上有顯著差異；在曾有自殺念頭上，在外向性人格、友善性人格、嚴謹性人格、神經質人格、心理韌性與生涯自我效能等六向度上有顯著差異。綜上所述，如統整摘要表 5-1-1，本研究之假設 2-1、2-2、2-3、2-4、2-5、2-6、2-7 皆為部分成立。

(一) 不同性別至少一項童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異情形討論

不同性別至少一項童年逆境經驗者在人格外向性、神經質、心理韌性與生涯自我效能有顯著差異。其中男性的外向程度大於女性的外向程度；男性的神經質程度小於女性的神經質程度；男性的心理韌性程度小於女性的心理韌性程度；男性的生涯自我效能程度小於女性的生涯自我效能程度。也就是說研究結果發現成人童年逆境經驗之女性在外向特質、神經質特質、心理韌性、生涯自我效能、自覺健康（不論自覺身體健康、自覺情緒困擾、自覺失眠困擾、曾有自殺念頭）皆顯著差於男性。

人格特質方面，研究結果同 Rantanen 等人（2007）一項長期的研究發現，男性外向性與情緒穩定度高於女性，而在開放性、友善性與嚴謹性上則沒有性別差

異。但也有其他研究發現女性在友善性、嚴謹性與神經質程度上均高於男性（陳惠玉，2005；Carciofo et al., 2016）。研究者推測人格特質在性別上的差異情形可能為不同文化影響，尤其以東方國家長時間以「男兒有淚不輕彈」、「男人的肩膀要有擔當」、「男主外、女主內」等無形的規戒默默影響男性角色的覺知，在性別文化脈絡當中，男性被鼓勵或者擁有主動、不拘小節的大方、向外發展的自由、問題解決的形象，而可能影響男性在特質的養成上更偏向外向性與情緒穩定。而在女性神經質程度高於男性方面，可以從各項研究發現女性比起男性更容易有憂鬱、PTSD、精神疾患與自殺意等方面推測與解釋（Alcalá et al., 2017; Duke et al., 2010; Grigsby et al., 2020; Haatainen et al., 2003）。

心理韌性方面，研究結果同 Stratta 等人（2013）針對震災後的青少年韌性研究發現，男性在心理韌性的分數高於女性，但其中韌性的保護機制多以問題解決模式，而非以情緒為中心的因應樣態；不同於 Sun 與 Stewart（2007）在橫斷研究中發現女性比男性有更好的心理韌性，其展現的樣態多為高水平的溝通能力、同理心、尋求幫助以及對未來的目標抱負。研究者推測造成研究結果的原因可能為以成人童年逆境者為對象的研究中，男性在外向性與嚴謹性得分高於女性，女性則在神經質得分上高於男性，這使得男性可能擁有良好的社交技巧、主動把握機會、規劃計畫與按部就班地行動、追求更高的成就以對人生有心理滿足感與控制感，無意間提升心理韌性的表現；而女性則可能在情感上較為敏感脆弱、較常獨自相處、習慣

依賴、較常以個人為中心、耐受力較低，導致在生活中的主控感與信心較低，社交範圍較小，而間接導致心理韌性低落。

生涯自我效能方面，研究結果不同於 Stickel 與 Bonett (1991) 針對大學生的研究發現，女性比起男性，更能在傳統職業選擇上的信心，以及能夠肩負起一邊工作一邊照顧家庭責任的重擔。研究者推測可能原因為童年逆境經驗族群的特殊性，童年逆境經驗中的女性比起一般沒有童年逆境經驗的女性，在神經質得分上顯著偏高，纖細脆弱的情緒特質，結合逆境中 PTSD 的後遺症以及對身心健康覺知的低落，造成有著童年逆境經驗的女性可能在職業選擇上較無信心，面對工作任務可能有更多的焦慮不安，而無力統整與覺察工作中掌握的技能與策略，亦不易將適應的職能移轉到下一份工作，陷入焦慮不安的迴圈，最終在生涯或職場情境中可能常呈現手足無措的狀態。

(二) 不同性別四項以上童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異情形討論

不同性別四項以上童年逆境經驗者僅與人格神經質有顯著差異，其中男性的神經質程度小於女性的神經質程度。當篩選經歷四項以上童年逆境經驗者時，女性特別在神經質特質上顯著高於男性，除了驗證童年逆境經驗有累計加成的負向影響外 (Brockie et al., 2015)，也更加證實逆境經驗程度較高的女性在絕望感上高於男性的研究發現 (Haatainen et al., 2003)。這呈現出女性比起男性，可能更喜歡花

時間與自己獨處、保守、安靜、獨立、易猜忌、以個人為中心以及控制欲較強，由於創傷經驗、高敏感情緒、社會性別框架與歧視、對人際關係的不信任，使得女性可能有更多身心狀況不良的狀況，間接影響其於心理韌性與生涯自我效能的程度低落，導致童年逆境經驗的成人女性比起男性可能在生活上有更多的不適應現象。

(三) 童年逆境經驗之有無在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異情形討論

童年逆境經驗之有無在外向性、友善性、嚴謹性、神經質、心理韌性與生涯自我效能上有顯著差異，在開放性上則無顯著差異。童年逆境經驗者的外向程度小於無童年逆境經驗者的外向程度；童年逆境經驗者的友善程度，小於無童年逆境經驗者的友善程度；嚴謹程度上有顯著差異，童年逆境經驗者的嚴謹程度小於無童年逆境經驗者的嚴謹程度；童年逆境經驗者的神經質程度大於無童年逆境經驗者的神經質程度；童年逆境經驗者的心理韌性程度小於無童年逆境經驗者的心理韌性程度；童年逆境經驗者的生涯自我效能程度與無童年逆境經驗者的生涯自我效能程度。

童年逆境經驗者之人格特質除神經質程度之外，在外向性程度、友善性程度、嚴謹性程度、心理韌性、生涯自我效能之分數皆低於無童年逆境經驗者。在 Grusnick 等人 (2020) 的研究中發現童年逆境經驗到題項與神經質呈現正相關，與嚴謹性呈現負相關；此外由於過去負向的逆境經驗可能造成個體對人際關係的不信任，而可能影響友善性程度較低；Kelifa 等人 (2021) 在以大學生為研究對象的相關研究中，

發現童年逆境經驗和心理韌性呈現負相關，可以解釋為本研究心理韌性較無童年逆境者低分的原因；童年時期經歷負向的家庭環境也與生涯效能的缺乏有關（Coleman, 2003; Davies & Woitach, 2008; Pan et al., 2011），童年逆境經驗者可能會覺得難以在壓力下工作（Mann & Gilliom, 2004），並且會規避風險（Dulebohn, 2002），則可能為童年逆境經驗者在生涯自我效能低分的原因。

（四）童年逆境經驗者之自覺健康（身體健康）在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異情形討論

童年逆境經驗者之自覺身體健康在外向性、友善性、嚴謹性、神經質、開放性、心理韌性與生涯自我效能等所有向度皆有顯著差異。自覺身體健康者的外向程度，大於自覺沒有身體健康者的外向程度；自覺身體健康者的友善程度，大於自覺沒有身體健康者的友善程度；自覺身體健康者的嚴謹程度小於自覺沒有身體健康者的嚴謹程度；自覺身體健康者的神經質程度小於自覺沒有身體健康者的神經質程度；自覺身體健康者的開放程度大於自覺沒有身體健康者的開放程度；自覺身體健康者的心理韌性程度大於自覺沒有身體健康者的心理韌性程度；自覺身體健康者的生涯自我效能程度與自覺沒有身體健康者的生涯自我效能程度。

Felitti 等人（1998）在童年逆境經驗與身心健康的研究中發現，擁有四項以上童年逆境經驗的人比起完全沒有童年逆境經驗的人，在心臟病機率高出 2.2 倍、任何癌症高出 1.9 倍、中風高出 2.4 倍、支氣管炎高出 3.9 倍、糖尿病高出 1.6 倍、

試圖自殺高出 12.2 倍、嚴重肥胖高出 1.6 倍、使用非法藥物高出 10.3 倍、抽菸高出 2.2 倍、性病高出 2.5 倍、過去一年有兩週以上心情憂鬱高出 4.6 倍。而在 Koss 等人 (2003) 的研究中發現童年逆境經驗與負向的健康行為有很高的相關，尤其遭受身體虐待、性虐待之童年逆境經驗者有很高機率成癮於酒精，甚至 Grigsby 等人 (2020) 亦在大數據調查的研究發現中加強童年逆境經驗與物質濫用行為有相關的說法，另外，在罹癌風險上，Alcalá 等人 (2017) 針對行為風險的大規模調查分析研究則發現，經歷過身體虐待、性虐待、情感虐待、與精神病患者同住、與酗酒者同住、與吸毒者同住及與成人相互暴力對待的家庭中，都會有更高機率罹癌。我們可以知道個體的身體健康管理很可能跟日常飲食、就診與回診計畫、體重管理、主動積極的醫療處置、日常保健營養、保持開放與好奇地吸收醫療新知、社會支持鼓勵、個人信念與信仰、情緒穩定、職業適應等有相關，已知特質可能影響一個人的行為，如積極主動、謹慎規劃、保持好奇開放的態度，而心理韌性與一個人堅忍、正向觀念、控制感與社會支持有關，又生涯自我效能除了與個人對工作任務的信心、難度知覺與情境推論有關，也在 Sachs-Ericsson 等人 (2011) 針對童年逆境經驗老年人的研究中發現：具有童年逆境經驗的老年人除現階段身體有較多健康問題或殘疾，也與自我效能的低落有關，同時自我效能也可作為童年逆境經驗與身體健康問題之間關係影響的解釋。因此研究者可以推測一個自覺個人身體健康的成人童年逆境經驗者在外向性、友善性、嚴謹性、開放性、心理韌性與生涯自我效能的得分偏高，而在神經質的得分則偏低。

(五) 童年逆境經驗者之自覺健康 (情緒困擾) 在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異情形討論

童年逆境經驗者之自覺情緒困擾在外向性、友善性、嚴謹性、神經質、心理韌性與生涯自我效能上有顯著差異，在開放性上則無顯著差異。自覺有情緒困擾者的外向程度小於沒有情緒困擾者的外向程度；自覺有情緒困擾者的友善程度小於沒有情緒困擾者的友善程度；自覺有情緒困擾者的嚴謹程度小於沒有情緒困擾者的嚴謹程度；自覺有情緒困擾者的神經質程度大於沒有情緒困擾者的神經質程度。自覺有情緒困擾者的心理韌性程度遠小於沒有情緒困擾者的心理韌性程度。自覺有情緒困擾者的生涯自我效能程度小於沒有情緒困擾者的生涯自我效能程度。

從研究結果我們可以得知一個成人童年逆境經驗者，極有可能在個性上較內向、情緒敏感、保守、多疑、以個人為中心、控制欲較強、散漫、漫無目的、粗心與意志薄弱等 (Costa & McCrae, 1986)，而人格特質與童年時期的創傷有關 (Cobb-Clark & Schurer, 2012)，且這些特質直接影響一個人在生理、認知、情緒、行為上有負面的表現與感受，嚴重影響一個人的身心健康 (哈里斯，2018/2018；Agid et al., 1999; Anda et al., 2002; Dube et al., 2001; Felitti et al., 1998; Kendler et al., 1992; Kessler et al., 2010)。在 Haatainen 等人 (2003) 的研究中發現童年逆境分數得分 3 或以上的男性與女性都會有絕望感，而這樣的絕望感會增加未來負向行為的風險。Brockie 等人 (2015) 針對美國原住民的研究也發現每增加一次童年逆境經驗，會增加憂鬱症狀 (57%)、PTSD (55%)、物質濫用 (51%) 及嘗試自殺 (37%)。

而因為童年逆境經驗所造成 PTSD 的風險使人的健康可能有負面的影響，如過度驚嚇、社會疏離、久坐行為增加、易怒與失眠 (Hall et al, 2015; Wolf & Schnurr, 2016)。因此研究者由此推測自覺有情緒困擾的成人童年逆境經驗者可能在人格外向性、友善性、嚴謹性、心理韌性與生涯自我效能的得分較低，而在人格神經質的得分較高。

(六) 童年逆境經驗者之自覺健康 (失眠困擾) 在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異情形討論

童年逆境經驗者之自覺失眠困擾在外向性、友善性、嚴謹性、神經質、心理韌性與生涯自我效能上有顯著差異，在開放性上則無顯著差異。自覺有失眠困擾者的外向程度小於自覺沒有失眠困擾者的外向程度；自覺有失眠困擾者的友善程度小於自覺沒有失眠困擾者的友善程度；自覺有失眠困擾者的嚴謹程度小於自覺沒有失眠困擾者的嚴謹程度；自覺有失眠困擾者的神經質程度大於自覺沒有失眠困擾者的神經質程度。自覺有失眠困擾者的心理韌性程度小於自覺沒有失眠困擾者的心理韌性程度；自覺有失眠困擾者的生涯自我效能程度小於自覺沒有失眠困擾者的生涯自我效能程度。

目前已有許多研究發現童年逆境經驗與一個人的身心健康有相關 (哈里斯, 2018/2018 ; Agid et al., 1999; Anda et al., 2002; Dube et al., 2001; Felitti et al., 1998; Kendler et al., 1992; Kessler et al., 2010) ，尤其在 Felitti 等人 (1998) 的研究中我們

得知四項以上童年逆境經驗者比起完全沒有童年逆境經驗的人，在使用非法藥物高出 10.3 倍、過去一年有兩週以上心情憂鬱高出 4.6 倍，Brockie 等人 (2015) 現每增加一次童年逆境經驗，會增加憂鬱症狀 (57%)，童年逆境經驗會造成程度不一的 PTSD 症狀，而其中 PTSD 可能會造成一個人會有過度驚嚇、社會疏離、久坐行為增加、易怒與失眠的情況 (Hall et al., 2015; Wolf & Schnurr, 2016)

個體的失眠很常與負向情緒、身體健康狀態、精神疾病、創傷經驗、物質濫用有關，因此研究者可以推測有失眠困擾的成人童年逆境經驗者，也與個人情緒困擾的狀態有極高的相關，因此自覺失眠困擾的研究結果也如自覺情緒困擾的研究結果，其在人格外向性、友善性、嚴謹性、心理韌性與生涯自我效能的得分較低，而在人格神經質的得分較高。

(七) 童年逆境經驗者之自覺健康 (曾有自殺念頭) 在人格特質、心理韌性與生涯

自我效能之差異情形討論

童年逆境經驗者之自覺失眠困擾在外向性、友善性、嚴謹性、神經質、心理韌性與生涯自我效能上有顯著差異，在開放性上則無顯著差異。曾有自殺念頭者的外向程度小於不曾有自殺念頭者的外向程度；曾有自殺念頭者的友善程度小於不曾有自殺念頭者的友善程度；曾有自殺念頭者的嚴謹程度小於不曾有自殺念頭者的嚴謹程度；曾有自殺念頭者的神經質程度大於不曾有自殺念頭者的神經質程度；曾

有自殺念頭者的心理韌性程度小於不曾有自殺念頭者的心理韌性程度；曾有自殺念頭者的生涯自我效能程度小於不曾有自殺念頭者的生涯自我效能程度。

個體的自殺念頭很有可能與憂鬱、絕望等情緒困擾有關，最早除了 Felitti (1998) 在關於童年逆境經驗的研究中發現，四項以上童年逆境經驗者比起完全沒有童年逆境經驗的人，在試圖自殺的比率中高出 12.2 倍。而後在 Duke 等人 (2010) 的研究也發現同時有著多種童年逆境經驗的青少年，在自殺意念與自殺企圖的風險提高有關。Brockie 等人 (2015) 更發現每增加一次童年逆境經驗，會增加憂鬱症狀 (57%)、PTSD (55%)、物質濫用 (51%) 及嘗試自殺 (37%)。在絕望感方面，發現童年逆境經驗與絕望感的產生有關，且絕望感會增加未來負向行為的風險 (Haatainen et al., 2003)。因此研究者可以推測有曾有自殺念頭的成人童年逆境經驗者，也與個人情緒困擾的狀態有極高的相關，因此曾有自殺念頭的研究結果也如自覺情緒困擾的研究結果，其在人格外向性、友善性、嚴謹性、心理韌性與生涯自我效能的得分較低，而在人格神經質的得分較高。

第四節 成人童年逆境經驗者之不同背景變項在人格特質、心理韌性 與生涯自我效能之差異分析

本節在探討成人童年逆境經驗者 (至少一項逆境經驗) 之人格特質、心理韌性與生涯自我效能三變項之差異情形，分別以年齡、職業類型、工作性質、工作任職時間為自變項，以人格特質之五向度、心理韌性與生涯自我效能為依變項，進行單

因子變異數分析，並根據 levene's 同質性變異數檢定結果與樣本數情形，以 Tukey HSD、Dunnett T3 與 Games-Howell 等事後考驗法進行分析與討論。

一、研究結果

(一) 不同年齡之成人童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異分析結果

以單因子獨立樣本 ANOVA 分析年齡對人格特質、心理韌性、生涯自我效能之效果，結果如表 4-4-1，顯示成人童年逆境經驗者中不同的年齡僅在人格特質之開放性 (O) ($F(4, 328) = 1.45, p > .05$) 上無顯著差異。在人格特質之外向性 (E) ($F(4, 328) = 5.16, p < .001$)、友善性 (A) ($F(4, 328) = 2.93, p < .05$)、嚴謹性 (C) ($F(4, 328) = 3.82, p < .01$)、神經質 (N) ($F(4, 328) = 19.74, p < .001$)、心理韌性 ($F(4, 328) = 6.82, p < .001$) 以及生涯自我效能 ($F(4, 328) = 7.24, p < .001$) 上則有顯著差異。其研究結果部分支持研究假設 3-1：不同年齡的成人童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能具有顯著差異。

為檢驗各年齡層間之差異情形，根據 levene's 同質性變異數檢定結果，將嚴謹性 (C)、神經質 (N) 心理韌性進行 Tukey HSD 事後比較，將外向性 (E)、友善性 (A)、生涯自我效能進行 Games-Howell 事後比較，結果如表 4-4-2 所顯示：在外向程度 (E) 方面，18 至 30 歲組別 ($M = 8.59, SD = 2.75$) 顯著小於 51 歲至

60 歲組別 ($M = 10.30, SD = 2.21$) ($p = .001$)、31 至 40 歲組別 ($M = 8.58, SD = 2.96$) 顯著小於 51 歲至 60 歲組別 ($M = 10.30, SD = 2.21$) ($p < .01$)；在友善程度 (A) 方面，18 至 30 歲組別 ($M = 10.55, SD = 2.49$) 顯著小於 51 歲至 60 歲組別 ($M = 11.78, SD = 1.62$) ($p < .01$)、31 至 40 歲組別 ($M = 8.58, SD = 2.96$) 顯著小於 51 歲至 60 歲組別 ($M = 10.30, SD = 2.21$) ($p < .05$)；在嚴謹程度 (C) 方面，18 至 30 歲組別 ($M = 11.13, SD = 2.53$) 顯著小於 60 歲以上組別 ($M = 14.20, SD = 1.30$) ($p < .05$)；在神經質程度 (N) 方面，18 至 30 歲組別 ($M = 11.56, SD = 2.50$) 顯著大於 41 歲至 50 歲組別 ($M = 9.77, SD = 2.58$) ($p < .01$)、18 至 30 歲組別 ($M = 11.56, SD = 2.50$) 顯著大於 51 歲至 60 歲組別 ($M = 9.05, SD = 2.71$) ($p < .001$)、18 至 30 歲組別 ($M = 11.56, SD = 2.50$) 顯著大於 60 歲以上組別 ($M = 8.00, SD = 1.87$) ($p < .05$)、31 至 40 歲組別 ($M = 10.82, SD = 2.59$) 顯著大於 51 歲至 60 歲組別 ($M = 9.05, SD = 2.71$) ($p < .01$)；在開放程度 (O) 方面，各組間並無顯著差異；在心理韌性方面，18 至 30 歲組別 ($M = 80.09, SD = 14.93$) 顯著小於 51 至 60 歲組別 ($M = 90.49, SD = 12.11$) ($p < .01$)、18 至 30 歲組別 ($M = 80.09, SD = 14.93$) 顯著小於 60 歲以上組別 ($M = 107.00, SD = 9.77$) ($p < .01$)、31 歲至 40 歲組別 ($M = 82.17, SD = 17.12$) 顯著小於 60 歲以上組別 ($M = 107.00, SD = 9.77$) ($p < .01$)、41 歲至 50 歲組別 ($M = 85.42, SD = 19.15$) 顯著小於 60 歲以上組別 ($M = 107.00, SD = 9.77$) ($p < .05$)；在生涯自我效能方面，18 至 30 歲組別 ($M = 56.62, SD = 10.05$) 顯著小於 51 至 60 歲組別 ($M = 63.92, SD = 6.01$)

($p < .001$)、18 至 30 歲組別 ($M = 56.62, SD = 10.05$) 顯著小於 60 歲以上組別 ($M = 70.80, SD = 3.56$) ($p = .001$)、31 歲至 40 歲組別 ($M = 57.56, SD = 9.88$) 顯著小於 51 至 60 歲組別 ($M = 63.92, SD = 6.01$) ($p < .001$)、31 歲至 40 歲組別 ($M = 57.56, SD = 9.88$) 顯著小於 60 歲以上組別 ($M = 70.80, SD = 3.56$) ($p = .001$)、41 至 50 歲組別 ($M = 60.50, SD = 9.07$) 顯著小於 60 歲以上組別 ($M = 70.80, SD = 3.56$) ($p < .01$)、51 至 60 歲組別 ($M = 63.92, SD = 6.01$) 顯著小於 60 歲以上組別 ($M = 70.80, SD = 3.56$) ($p < .05$)。



表 4-4-1

不同年齡之童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異分析摘要表

依變項	變異來源	整體 平均值	整體 標準差	SS	df	MS	F	p	η_p^2
外向性 (E)	年齡	8.85	2.78	152.27	4	38.07	5.16	<.001	.059
	誤差			2419.52	328	7.38			
	總和			2571.79	332				
友善性 (A)	年齡	10.71	2.42	66.97	4	16.74	2.93	.021	.034
	誤差			1874.19	328	5.71			
	總和			1941.16	332				
嚴謹性 (C)	年齡	11.44	2.42	86.71	4	21.68	3.82	.005	.044
	誤差			1863.40	328	5.68			
	總和			1950.11	332				
神經質 (N)	年齡	10.89	2.69	278.88	4	69.72	19.74	<.001	.116
	誤差			2129.23	328	6.49			
	總和			2408.11	332				
開放性 (O)	年齡	10.00	2.53	36.94	4	9.23	1.45	.216	.017
	誤差			2084.06	328	6.35			
	總和			2121.00	332				
心理 韌性	年齡	82.62	16.11	6616.21	4	1654.05	6.82	<.001	.077
	誤差			79578.59	328	242.62			
	總和			86194.80	332				
生涯 自我 效能	年齡	58.20	9.86	2618.90	4	654.73	7.24	<.001	.081
	誤差			29669.41	328	90.46			
	總和			32288.31	332				

表 4-4-2

不同年齡之童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異分析結果

	年齡	平均值	標準差	F 值	事後比較
外向性	1. 18 至 30 歲	8.59	2.75	5.16***	4 > 1, 2
	2. 31 至 40 歲	8.58	2.96		
	3. 41 至 50 歲	8.88	2.30		
	4. 51 至 60 歲	10.30	2.21		
	5. 60 歲以上	12.20	1.92		
友善性	1. 18 至 30 歲	10.55	2.49	2.93*	4 > 1, 2
	2. 31 至 40 歲	10.58	2.35		
	3. 41 至 50 歲	10.31	2.77		
	4. 51 至 60 歲	11.78	1.62		
	5. 60 歲以上	12.40	2.19		
嚴謹性	1. 18 至 30 歲	11.13	2.53	3.82**	5 > 1
	2. 31 至 40 歲	11.42	2.26		
	3. 41 至 50 歲	11.92	2.45		
	4. 51 至 60 歲	12.27	1.94		
	5. 60 歲以上	14.20	1.30		
神經質	1. 18 至 30 歲	11.56	2.50	10.74***	1 > 3, 4, 5 2 > 4
	2. 31 至 40 歲	10.82	2.59		
	3. 41 至 50 歲	9.77	2.58		
	4. 51 至 60 歲	9.05	2.71		
	5. 60 歲以上	8.00	1.87		
開放性	1. 18 至 30 歲	10.15	2.54	1.45	
	2. 31 至 40 歲	9.72	2.76		
	3. 41 至 50 歲	9.19	2.33		
	4. 51 至 60 歲	10.49	1.84		
	5. 60 歲以上	10.00	2.74		

(續下頁)

表 4-4-2

不同年齡之童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異分析結果 (續)

	年齡	平均值	標準差	F 值	事後比較
心理 韌性	1. 18 至 30 歲	80.09	14.93	6.82***	4 > 1 5 > 1, 2, 3
	2. 31 至 40 歲	82.17	17.12		
	3. 41 至 50 歲	85.42	19.15		
	4. 51 至 60 歲	90.49	12.11		
	5. 60 歲以上	107.00	9.77		
生涯 自我 效能	1. 18 至 30 歲	56.62	10.05	7.24***	4 > 1, 2 5 > 1, 2, 3, 4
	2. 31 至 40 歲	57.56	9.88		
	3. 41 至 50 歲	60.50	9.07		
	4. 51 至 60 歲	63.92	6.01		
	5. 60 歲以上	70.80	3.56		

$n_1 = 177$; $n_2 = 88$; $n_3 = 26$; $n_4 = 37$; $n_5 = 5$ 。

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

(二) 不同職業類型之成人童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異分析結果

以單因子獨立樣本 ANOVA 分析不同職業類型對人格特質、心理韌性、生涯自我效能之效果，並刪除兩項樣本數為 2 以下之職業類型（運輸倉儲業、營建製造類），結果如表 4-4-3，顯示成人童年逆境經驗者中不同的職業類型在人格特質之外向性 (E) ($F(13, 317) = 1.46, p > .05$) 與友善性 (A) ($F(13, 317) = 1.07, p > .05$) 上無顯著差異。在人格特質之嚴謹性 (C) ($F(13, 317) = 2.18, p = .01$)、神經質 (N) ($F(13, 317) = 2.99, p < .001$)、開放性 (O) ($F(13, 317) = 1.98, p < .05$)、心理韌性 ($F(13, 317) = 1.99, p < .05$) 以及生涯自我效能 ($F(13, 317) = 2.18, p = .01$)

上則有顯著差異。其研究結果部分支持研究假設 3-2：不同職業類型的成人童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能具有顯著差異。

為檢驗各職業類型間之差異情形，根據 levene's 同質性變異數檢定結果，將開放性 (O)、心理韌性與生涯自我效能進行 Tukey HSD 事後比較，將嚴謹性 (C)、神經質 (N) 進行 Dunnett T3 事後比較。結果如表 4-4-4 所顯示：在嚴謹程度 (C) 方面，觀光旅宿業 ($M = 12.86, SD = 0.69$) 顯著大於無職業 ($M = 8.79, SD = 2.64$) ($p < .01$)；在神經質程度 (N) 方面，學生 ($M = 12.10, SD = 2.83$) 顯著大於退休 ($M = 7.70, SD = 2.26$) ($p < .01$)、學生 ($M = 12.10, SD = 2.83$) 顯著大於科技製造業 ($M = 10.03, SD = 2.22$) ($p < .05$)；在開放程度 (O) 方面，廣告行銷業 ($M = 11.17, SD = 2.26$) 顯著大於餐飲業 ($M = 7.40, SD = 2.59$) ($p < .05$)，學生 ($M = 12.10, SD = 2.83$) 顯著大於餐飲業 ($M = 7.40, SD = 2.59$) ($p < .05$)；在心理韌性方面，退休 ($M = 94.70, SD = 15.03$) 顯著大於無職業 ($M = 70.64, SD = 16.63$) ($p < .05$)；在生涯自我效能方面，軍公教 ($M = 59.01, SD = 7.57$) 顯著大於無職業 ($M = 49.07, SD = 8.06$) ($p < .05$)、科技製造業 ($M = 60.41, SD = 8.75$) 顯著大於無職業 ($M = 49.07, SD = 8.06$) ($p < .05$)、退休 ($M = 64.40, SD = 8.25$) 顯著大於無職業 ($M = 49.07, SD = 8.06$) ($p < .05$)。

表 4-4-3

不同職業類型之童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異分析摘要表

依變項	變異來源	整體 平均值	整體 標準差	<i>SS</i>	<i>df</i>	<i>MS</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	η_p^2
外向性 (E)	職業 類型	8.85	2.79	145.09	13	11.16	1.46	.129	.057
	誤差			2416.05	317	7.62			
	總和			2561.14	330				
友善性 (A)	職業 類型	10.70	2.42	81.44	13	6.26	1.07	.382	.042
	誤差			1851.55	317	5.84			
	總和			1932.99	330				
嚴謹性 (C)	職業 類型	11.44	2.43	159.78	13	12.29	2.18	.010	.082
	誤差			1789.83	317	5.65			
	總和			1949.60	330				
神經質 (N)	職業 類型	10.90	2.70	262.29	13	20.18	2.99	< .001	.109
	誤差			2142.21	317	6.76			
	總和			2404.51	330				
開放性 (O)	職業 類型	9.99	2.53	159.12	13	12.24	1.98	.022	.075
	誤差			1956.87	317	6.17			
	總和			2115.99	330				
心理 韌性	職業 類型	82.53	16.13	6468.53	13	497.58	1.99	.021	.075
	誤差			79333.89	317	250.27			
	總和			85802.42	330				
生涯 自我 效能	職業 類型	58.18	9.89	2643.99	13	203.38	2.18	.010	.082
	誤差			29609.14	317	93.40			
	總和			32253.12	330				

表 4-4-4

不同職業類型之童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異分析結果

	工作類型	平均值	標準差	F 值	事後比較
外向性	1. 金融 / 保險業	7.25	3.86	1.36	
	2. 觀光 / 旅宿業	10.29	.76		
	3. 服務業	8.69	2.87		
	4. 餐飲業	8.20	2.35		
	5. 軍公教	9.00	2.49		
	6. 科技 / 製造業	9.22	2.72		
	7. 運輸 / 倉儲業	8.00			
	8. 資訊 / 通訊業	9.20	2.44		
	9. 醫療 / 保健業	8.14	2.76		
	10. 營造 / 建築業	12.00			
	11. 廣告 / 行銷業	10.08	3.00		
	12. 學生	8.82	3.17		
	13. 家管	9.86	2.12		
	14. 退休	10.70	2.41		
	15. 無	7.64	2.65		
	16. 其他	8.12	2.85		
友善性	1. 金融 / 保險業	9.00	4.24	1.02	
	2. 觀光 / 旅宿業	12.00	2.52		
	3. 服務業	10.12	2.78		
	4. 餐飲業	11.40	1.65		
	5. 軍公教	10.73	2.07		
	6. 科技 / 製造業	10.91	2.45		
	7. 運輸 / 倉儲業	9.00			
	8. 資訊 / 通訊業	9.60	1.71		
	9. 醫療 / 保健業	10.93	2.05		
	10. 營造 / 建築業	13.00			
	11. 廣告 / 行銷業	10.58	2.94		
	12. 學生	10.98	2.81		
	13. 家管	10.00	2.16		
	14. 退休	11.80	1.99		
	15. 無	10.29	2.40		
	16. 其他	10.52	1.94		

(續下頁)

表 4-4-4

不同職業類型之童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異分析結果 (續)

	工作類型	平均值	標準差	F 值	事後比較
嚴謹性	1. 金融 / 保險業	10.50	5.45	1.89*	2 > 15
	2. 觀光 / 旅宿業	12.86	.69		
	3. 服務業	11.33	2.22		
	4. 餐飲業	12.20	3.33		
	5. 軍公教	11.69	2.14		
	6. 科技 / 製造業	11.94	2.26		
	7. 運輸 / 倉儲業	11.00			
	8. 資訊 / 通訊業	11.60	1.27		
	9. 醫療 / 保健業	11.83	1.79		
	10. 營造 / 建築業	12.00			
	11. 廣告 / 行銷業	11.58	2.97		
	12. 學生	10.94	2.61		
	13. 家管	11.71	2.69		
	14. 退休	12.00	2.54		
	15. 無	8.79	2.64		
	16. 其他	11.64	2.31		
神經質	1. 金融 / 保險業	9.75	4.72	2.62***	12 > 6, 14
	2. 觀光 / 旅宿業	9.43	2.76		
	3. 服務業	11.14	2.88		
	4. 餐飲業	10.60	3.41		
	5. 軍公教	11.00	2.16		
	6. 科技 / 製造業	10.03	2.22		
	7. 運輸 / 倉儲業	9.00			
	8. 資訊 / 通訊業	10.50	1.84		
	9. 醫療 / 保健業	10.79	2.43		
	10. 營造 / 建築業	11.00			
	11. 廣告 / 行銷業	10.00	3.08		
	12. 學生	12.10	2.83		
	13. 家管	10.00	2.08		
	14. 退休	7.70	2.26		
	15. 無	11.50	3.28		
	16. 其他	10.96	2.28		

(續下頁)

表 4-4-4

不同職業類型之童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異分析結果 (續)

	工作類型	平均值	標準差	F 值	事後比較
開放性	1. 金融 / 保險業	9.25	4.92	1.77*	11 > 4 12 > 4
	2. 觀光 / 旅宿業	11.14	1.86		
	3. 服務業	10.14	2.56		
	4. 餐飲業	7.40	2.59		
	5. 軍公教	9.75	2.29		
	6. 科技 / 製造業	10.22	2.45		
	7. 運輸 / 倉儲業	9.00			
	8. 資訊 / 通訊業	10.20	1.23		
	9. 醫療 / 保健業	9.24	2.71		
	10. 營造 / 建築業	12.00			
	11. 廣告 / 行銷業	11.17	2.33		
	12. 學生	10.56	2.64		
	13. 家管	8.71	2.29		
	14. 退休	9.90	2.13		
	15. 無	10.71	2.87		
	16. 其他	9.76	2.22		
心理 韌性	1. 金融 / 保險業	71.25	35.51	1.83*	14 > 15
	2. 觀光 / 旅宿業	91.43	17.44		
	3. 服務業	81.33	16.79		
	4. 餐飲業	71.80	19.70		
	5. 軍公教	83.42	13.25		
	6. 科技 / 製造業	85.63	16.24		
	7. 運輸 / 倉儲業	95.00			
	8. 資訊 / 通訊業	87.00	8.49		
	9. 醫療 / 保健業	82.69	15.23		
	10. 營造 / 建築業	98.00			
	11. 廣告 / 行銷業	84.92	21.60		
	12. 學生	81.42	15.41		
	13. 家管	84.57	16.85		
	14. 退休	94.70	15.03		
	15. 無	70.64	16.63		
	16. 其他	82.68	14.78		

(續下頁)

表 4-4-4

不同職業類型之童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異分析結果 (續)

	工作類型	平均值	標準差	F 值	事後比較
生涯 自我 效能	1. 金融 / 保險業	59.50	12.45	1.91*	5 > 15 6 > 15 14 > 15
	2. 觀光 / 旅宿業	64.00	9.24		
	3. 服務業	57.19	9.87		
	4. 餐飲業	53.60	13.01		
	5. 軍公教	59.01	7.57		
	6. 科技 / 製造業	61.40	8.75		
	7. 運輸 / 倉儲業	64.00			
	8. 資訊 / 通訊業	61.40	6.96		
	9. 醫療 / 保健業	57.90	10.81		
	10. 營造 / 建築業	57.00			
	11. 廣告 / 行銷業	58.92	11.78		
	12. 學生	56.63	11.16		
	13. 家管	62.43	9.69		
	14. 退休	64.40	8.25		
	15. 無	49.07	8.06		
	16. 其他	58.72	9.38		

$n_1 = 4$; $n_2 = 7$; $n_3 = 42$; $n_4 = 10$; $n_5 = 67$; $n_6 = 32$; $n_7 = 1$; $n_8 = 10$; $n_9 = 29$;
 $n_{10} = 1$; $n_{11} = 12$; $n_{12} = 62$; $n_{13} = 7$; $n_{14} = 10$; $n_{15} = 14$; $n_{16} = 25$ 。

註：運輸 / 倉儲業與營造 / 建築業因樣本數僅為 1 而無統計意義。

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

(三) 不同工作性質之成人童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異分析結果

以單因子獨立樣本 ANOVA 分析工作性質對人格特質、心理韌性、生涯自我效能之效果，結果如表 4-4-5，顯示成人童年逆境經驗者中不同的工作性質在人格特質之外向性 (E) ($F(5, 327) = 0.49, p > .05$)、友善性 (A) ($F(5, 327) = 1.15, p > .05$)、開放性 (O) ($F(5, 327) = 0.26, p > .05$)、心理韌性 ($F(5, 327) = 1.95, p > .05$) 以及生涯自我效能 ($F(5, 327) = 2.08, p > .05$) 上無顯著差異。在人格特質之嚴謹性 (C) ($F(5, 327) = 4.27, p = .001$) 與神經質 (N) ($F(5, 327) = 2.48, p = .032$) 上則有顯著差異。其研究結果部分支持研究假設 3-3：不同工作性質的成人童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能具有顯著差異。

為檢驗各不同工作性質間是否有差異，根據 levene's 同質性變異數檢定結果，將嚴謹性 (C) 進行 Tukey HSD 事後比較，將神經質 (N) 進行 Games-Howell 事後比較，結果如表 4-4-6 所顯示：在嚴謹程度 (C) 方面，全職工作組別 ($M = 11.67, SD = 2.20$) 顯著大於無工作組別 ($M = 10.61, SD = 2.68$) ($p < .05$)、鐘點工作組別 ($M = 13.67, SD = 1.37$) 顯著大於臨時工作組別 ($M = 8.67, SD = 3.22$) ($p < .05$)；在神經質程度 (N) 方面，各組間則並無顯著差異。

表 4-4-5

不同工作性質之童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異分析摘要表

依變項	變異來源	整體 平均值	整體 標準差	SS	df	MS	F	p	η_p^2
外向性 (E)	工作性質	8.85	2.78	19.01	5	3.80	0.49	.786	.007
	誤差			2552.78	327	7.80			
	總和			2571.79	332				
友善性 (A)	工作性質	10.71	2.42	33.52	5	6.71	1.15	.334	.017
	誤差			1907.64	327	5.83			
	總和			1941.16	332				
嚴謹性 (C)	工作性質	11.44	2.42	119.53	5	23.91	4.27	.001	.061
	誤差			1830.58	327	5.60			
	總和			1950.11	332				
神經質 (N)	工作性質	10.89	2.69	88.02	5	17.60	2.48	.032	.037
	誤差			2320.09	327	7.10			
	總和			2408.11	332				
開放性 (O)	工作性質	10.00	2.53	8.24	5	1.65	0.26	.937	.004
	誤差			2112.76	327	6.46			
	總和			2121.00	332				
心理韌性	工作性質	82.62	16.11	2491.70	5	498.34	1.95	.086	.029
	誤差			83703.10	327	255.97			
	總和			86194.80	332				
生涯自我效能	工作性質	58.20	9.86	996.35	5	199.27	2.08	.067	.031
	誤差			31291.96	327	95.69			
	總和			32288.31	332				

表 4-4-6

不同工作性質之童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異分析結果

	工作性質	平均值	標準差	F 值	事後比較
外向性	1. 全職工作	8.94	2.65	0.49	
	2. 兼職工作	8.76	3.61		
	3. 臨時工作	8.67	2.08		
	4. 鐘點工作	9.83	3.60		
	5. 實習	7.91	2.63		
	6. 無	8.70	2.71		
友善性	1. 全職工作	10.63	2.24	1.15	
	2. 兼職工作	11.00	2.93		
	3. 臨時工作	9.33	3.79		
	4. 鐘點工作	12.67	2.34		
	5. 實習	10.82	2.75		
	6. 無	10.66	2.55		
嚴謹性	1. 全職工作	11.67	2.20	4.27***	1 > 6 4 > 3
	2. 兼職工作	11.70	2.49		
	3. 臨時工作	8.67	3.22		
	4. 鐘點工作	13.67	1.37		
	5. 實習	10.55	3.17		
	6. 無	10.61	2.68		
神經質	1. 全職工作	10.62	2.47	2.48*	NS
	2. 兼職工作	11.32	3.18		
	3. 臨時工作	12.00	2.00		
	4. 鐘點工作	9.00	3.63		
	5. 實習	12.27	2.01		
	6. 無	11.44	2.96		
開放性	1. 全職工作	9.89	2.46	0.26	
	2. 兼職工作	10.14	2.70		
	3. 臨時工作	10.00	3.61		
	4. 鐘點工作	10.50	2.26		
	5. 實習	10.36	3.47		
	6. 無	10.17	2.53		

(續下頁)

表 4-4-6

不同工作性質之童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異分析結果 (續)

	工作性質	平均值	標準差	F 值	事後比較
心理 韌性	1. 全職工作	83.77	15.36	1.95	
	2. 兼職工作	82.46	19.67		
	3. 臨時工作	68.67	16.01		
	4. 鐘點工作	92.83	9.02		
	5. 實習	76.36	16.51		
	6. 無	79.64	16.11		
生涯 自我 效能	1. 全職工作	59.04	8.67	2.08	
	2. 兼職工作	58.22	14.46		
	3. 臨時工作	50.33	11.06		
	4. 鐘點工作	63.17	7.36		
	5. 實習	53.82	9.65		
	6. 無	56.03	10.12		

$n_1 = 212 ; n_2 = 37 ; n_3 = 3 ; n_4 = 6 ; n_5 = 11 ; n_6 = 64$ 。

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

(四) 不同工作任職時間之成人童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異分析結果

以單因子獨立樣本 ANOVA 分析工作任職時間對人格特質、心理韌性、生涯自我效能之效果，結果如表 4-4-7，顯示成人童年逆境經驗者中不同的工作任職時間在人格特質之外向性 (E) ($F(7, 325) = 1.73, p > .05$)、友善性 (A) ($F(7, 325) = 1.02, p > .05$)、神經質 (N) ($F(7, 325) = 1.76, p > .05$)、開放性 (O) ($F(7, 325) = 0.52, p > .05$) 上無顯著差異。在人格特質之嚴謹性 (C) ($F(7, 325) = 4.26, p < .001$)、心理韌性 ($F(7, 325) = 2.63, p > .05$) 以及生涯自我效能 ($F(7, 325) = 3.00, p < .01$) 上則有顯著差異。其研究結果部分支持研究假設 3-4：不同工作任職時間的成人童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能具有顯著差異。

為檢驗各不同工作任職時間是否有差異，根據 levene's 同質性變異數檢定結果，將嚴謹性 (C)、心理韌性以及生涯自我效能進行 Tukey HSD 事後比較，結果如表 4-4-8 所顯示：在嚴謹程度 (C) 方面，各組間則並無顯著差異；在心理韌性方面，待業中組別 ($M = 77.91, SD = 17.51$) 顯著小於任職 9 至 12 年組別 ($M = 90.14, SD = 14.28$) ($p < .05$)、待業中組別 ($M = 77.91, SD = 17.51$) 顯著小於任職 12 年以上組別 ($M = 87.59, SD = 14.50$) ($p = .05$)；在生涯自我效能方面，待業中組別 ($M = 54.80, SD = 10.64$) 顯著小於任職 9 至 12 年組別 ($M = 62.50, SD = 8.22$) ($p < .05$)、待業中組別 ($M = 54.80, SD = 10.64$) 顯著小於任職 12 年以上組別 ($M = 61.62, SD = 8.20$) ($p = .05$)。

表 4-4-7

不同工作任職時間之童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異分析摘要表

依變項	變異來源	整體 平均值	整體 標準差	SS	df	MS	F	p	η_p^2
外向性 (E)	工作任職時間	8.85	2.78	92.50	7	13.22	1.73	.101	.036
	誤差			2479.29	325	7.63			
	總和			2571.79	332				
友善性 (A)	工作任職時間	10.71	2.42	41.51	7	5.93	1.02	.421	.021
	誤差			1899.65	325	5.85			
	總和			1941.16	332				
嚴謹性 (C)	工作任職時間	11.44	2.42	181.32	7	25.90	4.76	< .001	.093
	誤差			1768.79	325	5.44			
	總和			1950.11	332				
神經質 (N)	工作任職時間	10.89	2.69	87.78	7	12.54	1.76	.095	.036
	誤差			2320.33	325	7.14			
	總和			2408.11	332				
開放性 (O)	工作任職時間	10.00	2.53	23.28	7	3.33	0.52	.823	.011
	誤差			2097.71	325	6.46			
	總和			2121.00	332				
心理 韌性	工作任職時間	82.62	16.11	4614.16	7	659.17	2.63	.012	.054
	誤差			81580.64	325	251.02			
	總和			86194.80	332				
生涯 自我 效能	工作任職時間	58.20	9.86	1959.42	7	279.92	3.00	.005	.061
	誤差			30328.90	325	93.32			
	總和			32288.31	332				

表 4-4-8

不同工作任職時間之童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異分析結果

	工作任職時間	平均值	標準差	F 值	事後比較
外向性	1. 待業中	8.43	2.80	1.73	
	2. 未滿 3 個月	8.40	3.22		
	3. 3 個月至 1 年 (未滿)	9.36	2.89		
	4. 1 年至 3 (未滿) 年	8.25	2.95		
	5. 3 年至 6 (未滿) 年	9.25	2.33		
	6. 6 年至 9 (未滿) 年	8.88	2.61		
	7. 9 年至 12 (未滿) 年	9.55	2.99		
	8. 12 年以上	9.67	2.42		
友善性	1. 待業中	10.26	2.89	1.02	
	2. 未滿 3 個月	10.33	2.43		
	3. 3 個月至 1 年 (未滿)	11.16	1.95		
	4. 1 年至 3 (未滿) 年	10.61	2.67		
	5. 3 年至 6 (未滿) 年	11.27	1.72		
	6. 6 年至 9 (未滿) 年	10.66	1.95		
	7. 9 年至 12 (未滿) 年	10.82	2.97		
	8. 12 年以上	10.87	2.09		
嚴謹性	1. 待業中	10.16	2.82	4.76***	NS
	2. 未滿 3 個月	10.97	2.57		
	3. 3 個月至 1 年 (未滿)	11.76	2.45		
	4. 1 年至 3 (未滿) 年	11.92	2.04		
	5. 3 年至 6 (未滿) 年	11.73	2.16		
	6. 6 年至 9 (未滿) 年	11.56	1.98		
	7. 9 年至 12 (未滿) 年	11.77	2.22		
	8. 12 年以上	12.41	2.10		
神經質	1. 待業中	11.42	3.05	1.76	
	2. 未滿 3 個月	11.07	2.91		
	3. 3 個月至 1 年 (未滿)	11.16	2.14		
	4. 1 年至 3 (未滿) 年	11.13	2.76		
	5. 3 年至 6 (未滿) 年	11.06	2.30		
	6. 6 年至 9 (未滿) 年	10.44	2.61		
	7. 9 年至 12 (未滿) 年	9.86	2.98		
	8. 12 年以上	10.00	2.21		

(續下頁)

表 4-4-8

不同工作任職時間之童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異分析結果 (續)

	工作任職時間	平均值	標準差	F 值	事後比較
開放性	1. 待業中	10.00	2.88	0.52	
	2. 未滿 3 個月	10.33	3.01		
	3. 3 個月至 1 年 (未滿)	10.28	2.30		
	4. 1 年至 3 (未滿) 年	9.97	2.25		
	5. 3 年至 6 (未滿) 年	10.08	2.55		
	6. 6 年至 9 (未滿) 年	9.78	2.17		
	7. 9 年至 12 (未滿) 年	10.41	2.68		
	8. 12 年以上	9.44	2.29		
心理韌性	1. 待業中	77.91	17.51	2.63*	
	2. 未滿 3 個月	78.47	19.61		
	3. 3 個月至 1 年 (未滿)	83.44	16.25		
	4. 1 年至 3 (未滿) 年	81.47	16.08		7 > 1
	5. 3 年至 6 (未滿) 年	83.92	12.55		8 > 1
	6. 6 年至 9 (未滿) 年	84.94	14.63		
	7. 9 年至 12 (未滿) 年	90.14	14.28		
	8. 12 年以上	87.59	14.50		
生涯自我效能	1. 待業中	54.80	10.64	3.00**	
	2. 未滿 3 個月	55.80	13.14		
	3. 3 個月至 1 年 (未滿)	58.76	8.98		
	4. 1 年至 3 (未滿) 年	58.61	9.45		7 > 1
	5. 3 年至 6 (未滿) 年	57.83	8.25		8 > 1
	6. 6 年至 9 (未滿) 年	59.97	9.20		
	7. 9 年至 12 (未滿) 年	62.50	8.22		
	8. 12 年以上	61.62	8.20		

$n1 = 69$; $n2 = 30$; $n3 = 25$; $n4 = 64$; $n5 = 52$; $n6 = 32$; $n7 = 22$; $n8 = 39$ 。

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

二、研究討論

(一) 不同年齡之成人童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異情形討論

不同年齡層的成人童年逆境經驗者在外向性人格、友善性人格、嚴謹性人格、神經質人格、心理韌性以及生涯自我效能等六向度上有顯著差異；僅在開放性人格沒有顯著差異。因此本研究之假設 3-1 為部分成立。

在外向程度 (E) 方面，18 至 30 歲組別顯著小於 51 歲至 60 歲組別、31 至 40 歲組別顯著小於 51 歲至 60 歲組別；在友善程度 (A) 方面，18 至 30 歲組別顯著小於 51 歲至 60 歲組別、31 至 40 歲組別顯著小於 51 歲至 60 歲組別；在嚴謹程度 (C) 方面，18 至 30 歲組別顯著小於 60 歲以上組別；在神經質程度 (N) 方面，18 至 30 歲組別顯著大於 41 歲至 50 歲組別、18 至 30 歲組別顯著大於 51 歲至 60 歲組別、18 至 30 歲組別顯著大於 60 歲以上組別、31 至 40 歲組別顯著大於 51 歲至 60 歲組別；在心理韌性方面，18 至 30 歲組別顯著小於 51 至 60 歲組別、18 至 30 歲組別顯著小於 60 歲以上組別、31 歲至 40 歲組別顯著小於 60 歲以上組別、41 歲至 50 歲組別顯著小於 60 歲以上組別；在生涯自我效能方面，18 至 30 歲組別顯著小於 51 至 60 歲組別、18 至 30 歲組別顯著小於 60 歲以上組別、31 歲至 40 歲組別顯著小於 51 至 60 歲組別、31 歲至 40 歲組別顯著小於 60 歲以上組別、41 至 50 歲組別顯著小於 60 歲以上組別、51 至 60 歲組別顯著小於 60 歲以上組別。

在年齡為背景的整体研究結果趨勢上，雖然在 Cobb-Clark 與 Schurer (2012) 的研究中大五人格特質在不同年齡組間沒有顯著差異。但在本研究中可以看出在外向性程度、友善性程度、嚴謹性程度、心理韌性以及生涯自我效能上，為年齡較成熟者的分數高於年齡較年輕者；在神經質程度上，則為年齡較年輕者的分數高於年齡較成熟者。可以發現即便是童年逆境經驗者，大多數人隨著年齡的增長成熟，也會提升自己在待人接物上的能力，而神經質程度落在最高分的年齡層組別為 18 至 30 歲，此階段也正為青年危機的階段，可以推測原因為此階段為人生中最徬徨迷惘與不安焦慮的時候，個體在資源經濟相對限縮的狀態必須做大量的生涯決策，如考大學選科系、參加社團、選修課程、繼續進修學位、參加國家考試、工作實習、服兵役、尋覓工作、結婚、離鄉背井以及工作磨合期等，而成人童年逆境經驗者經歷著創傷事件，在人格特質的樣態上呈現較內向、情緒敏感、保守、多疑、以個人為中心、控制欲較強、散漫、漫無目的、粗心與意志薄弱等 (Costa & McCrae, 1986)，可以想見成年初期至初入社會的青年人，在面臨上述生涯情境更容易陷落困境之中。在心理韌性與生涯自我效能方面，則更有可能隨著生命歷程中的增廣見聞與經驗的累積，有持續成長的狀態，因此隨著年紀的增長，在心理韌性與生涯自我效能上皆漸有明顯而穩定的提升。

(二) 不同職業類型之成人童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能

之差異情形討論

不同職業類型的成人童年逆境經驗者在嚴謹性人格、神經質人格、開放性人格、心理韌性以及生涯自我效能等五向度上有顯著差異；在外向性人格、友善性人格上沒有顯著差異。因此本研究之假設 3-2 為部分成立。

在嚴謹程度 (C) 方面，觀光旅宿業顯著大於無職業；在神經質程度 (N) 方面，學生顯著大於退休、學生顯著大於科技製造業；在開放程度 (O) 方面，廣告行銷業顯著大於餐飲業，學生顯著大於餐飲業；在心理韌性方面，退休顯著大於無職業；在生涯自我效能方面，軍公教顯著大於無職業、科技製造業顯著大於無職業、退休顯著大於無職業。

在職業類型為背景的整体研究結果趨勢上，無職業在嚴謹性程度、心理韌性與生涯自我效能上顯著低分於多種職業類型；可以預估學生可能於 18 至 30 歲階段，為生涯最迷惘焦慮的階段，因此在神經質程度上顯著高於退休人士與需要高度理性穩定與專注的科技製造業。

(三) 不同工作性質之成人童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異情形討論

不同工作性質的成人童年逆境經驗者在嚴謹性人格、神經質人格等兩向度上有顯著差異；在外向性人格、友善性人格、開放性人格、心理韌性以及生涯自我效能上沒有顯著差異。因此本研究之假設 3-3 為部分成立。

在嚴謹程度 (C) 方面，全職工作組別顯著大於無工作組別、鐘點工作組別顯著大於臨時工作組別；在神經質程度 (N) 方面，各組間則並無顯著差異。

在生涯抉擇上學者發現神經質、外向性及嚴謹性這三項人格特質與職業抉擇的程度有關 (Brown & Hirschi, 2013)，在工作能力方面，Barrick 與 Mount (1991) 指出嚴謹性特質是個體在追求目標成就時的組織程度、毅力、努力程度及動機，是最能有效預測在不同職業上的工作表現的人格特質向度 (Barrick et al., 2001)。因此可以合理推估嚴謹性在全職工作與鐘點工作顯著大於無工作與臨時工作的原因，全職工作與鐘點工作可能多少受工作契約、個人期待、任務績效、組織規模與氣氛、個人生涯目標、勞動福利、薪酬、相關法律規定與雇主期待影響。

(四) 不同任職工作時間之成人童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異情形討論

不同工作任職時間的成人童年逆境經驗者在嚴謹性人格、心理韌性以及生涯自我效能等三向度上有顯著差異；在外向性人格、友善性人格、神經質人格、開放性人格上沒有顯著差異。如統整摘要表 5-1-2，因此本研究之假設 3-4 為部分成立。

在嚴謹程度 (C) 方面，各組間則並無顯著差異；在心理韌性方面，待業中組別顯著小於任職 9 至 12 年組別、待業中組別顯著小於任職 12 年以上組別；在生涯自我效能方面，待業中組別顯著小於任職 9 至 12 年組別、待業中組別顯著小於任職 12 年以上組別。

在工作任職時間為背景的整体研究結果趨勢上，在心理韌性與生涯自能方面，其在工作任職 9 年以上之組別皆顯著大於待業中的組別，顯示在穩定任職的童年逆境經驗者身上，比起職場經驗為零或仍在職場轉換的人，有更良好的心理韌性與生涯自我效能，此研究結果與 Jiang 等人 (2018) 的研究發現相同：工作任期長的員工比工作任期短的員工於職業適應和工作內容型停滯的調節作用更強；工作任期對自我效能低的員工調節作用強於自我效能高的員工。即當個體任職時間越長，越能夠影響工作自我效能、職業適應以及工作內容停滯的程度。且當職業適應有機會增加時個體也會擁有越高的自我效能，以間接提升生活滿意度 (Marcionetti & Rossier, 2019)。

第五節 人格特質、心理韌性與生涯自我效能之相關

本節主要在探討各變項的相關程度，敘述童年逆境經驗者（擁有一項以上童年逆境經驗者）和無童年逆境經驗者於「人格特質」、「心理韌性」與「生涯自我效能」三者兩兩之間的 Pearson's 積差相關分析之統計結果。

一、研究結果

（一）受試者在人格特質與心理韌性之相關分析結果

如表 4-5-1 相關分析結果所示，童年逆境經驗者人格特質之外向性 (E) ($r = .68, p < .01$)、友善性 (A) ($r = .45, p < .01$)、嚴謹性 (C) ($r = .58, p < .01$) 以及開放性 (O) ($r = .34, p < .01$) 與心理韌性有中度顯著的正相關，其中心理韌性與外向性 (E) 及嚴謹性 (C) 之相關係數高於其與友善性 (A) 及開放性 (O) 之相關係數；而僅有神經質 (N) ($r = -.48, p < .01$) 與心理韌性有中度顯著的負相關。

表 4-5-1

成人童年逆境經驗者人格特質、心理韌性與生涯自我效能之相關矩陣 ($N=333$)

	1	2	3	4	5	6	7
1. 外向性 (E)	—						
2. 友善性 (A)	.46**	—					
3. 嚴謹性 (C)	.37**	.48**	—				
4. 神經質 (N)	-.39**	-.19**	-.28**	—			
5. 開放性 (O)	.38**	.25**	.18**	-.02	—		
6. 心理韌性	.68**	.45**	.58**	-.48**	.34**	—	
7. 生涯自我效能	.49**	.41**	.51**	-.27**	.29**	.70**	—

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

在無童年逆境經驗者方面，如表 4-5-2 相關分析結果所示，人格特質之外向性 (E) ($r = .64, p < .01$)、友善性 (A) ($r = .44, p < .01$)、嚴謹性 (C) ($r = .53, p < .01$) 以及開放性 (O) ($r = .37, p < .01$) 與心理韌性皆有中度顯著的正相關，其中心理韌性與外向性 (E) 及嚴謹性 (C) 之相關係數高於其與友善性 (A) 及開放性 (O) 之相關係數；而僅有神經質 (N) ($r = -.37, p < .01$) 與心理韌性有中度顯著的負相關。

表 4-5-2

成人無童年逆境經驗者人格特質、心理韌性與生涯自我效能之相關矩陣

($N = 406$)

	1	2	3	4	5	6	7
1. 外向性 (E)	—						
2. 友善性 (A)	.45**	—					
3. 嚴謹性 (C)	.42**	.46**	—				
4. 神經質 (N)	-.33**	-.16**	-.20**	—			
5. 開放性 (O)	.40**	.23**	.23**	.08	—		
6. 心理韌性	.64**	.44**	.53**	-.35**	.37**	—	
7. 生涯自我效能	.55**	.29**	.48**	-.44**	.36**	.72**	—

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

將童年逆境經驗者與無童年逆境經驗者在人格特質各向度與心理韌性之相關數據作比較，發現兩組數據在外向性 (E)、嚴謹性 (C)、友善性 (A) 以及開放性 (O) 的人格特質對心理韌性的影響差距不大 ($|r| \leq .05$)，而兩組數據在神經質 (N) 對心理韌性的影響則差異較大，彼此差距具有小效果程度 ($|r| \geq .1$)，表示童年逆境經驗者之神經質 (N) 人格特質比起無童年逆境經驗者之神經質 (N) 人格特質，對心理韌性有更強的負向影響。

(二) 受試者在人格特質與生涯自我效能之相關分析結果

如表 4-5-1 相關分析結果所示，童年逆境經驗者人格特質之外向性 (E) ($r = .49$, $p < .01$)、友善性 (A) ($r = .41$, $p < .01$)、嚴謹性 (C) ($r = .51$, $p < .01$) 以及開放性 (O) ($r = .29$, $p < .01$) 與生涯自我效能皆有中度顯著的正相關，其中生涯

自我效能與外向性 (E) 及嚴謹性 (C) 之相關係數高於其與友善性 (A) 及開放性 (O) 之相關係數；而僅有神經質 (N) ($r = -.27, p < .01$) 與生涯自我效能有中度顯著的負相關。

在無童年逆境經驗者方面，如表 4-5-2 相關分析結果所示，人格特質之外向性 (E) ($r = .55, p < .01$)、友善性 (A) ($r = .29, p < .01$)、嚴謹性 (C) ($r = .48, p < .01$) 以及開放性 (O) ($r = .36, p < .01$) 與心理韌性皆有中度顯著的正相關，其中心理韌性與外向性 (E) 及嚴謹性 (C) 之相關係數高於其與友善性 (A) 及開放性 (O) 之相關係數；而僅有神經質 (N) ($r = -.48, p < .01$) 與心理韌性有中度顯著的負相關。

將童年逆境經驗者與無童年逆境經驗者在人格特質各向度與生涯自我效能之相關數據作比較，發現兩組數據在外向性 (E)、嚴謹性 (C) 以及開放性 (O) 的人格特質對生涯自我效能的影響差距不大 ($|r| < .1$)，而兩組數據在友善性 (A) 及神經質 (N) 對生涯自我效能的影響則差異較大，彼此差距具有小效果程度 ($|r| \geq .1$)，表示童年逆境經驗者之友善性 (A) 人格特質比起無童年逆境經驗者之友善性 (A) 人格特質，對生涯自我效能有更強的正向影響；而無童年逆境經驗者之神經質 (N) 人格特質比起童年逆境經驗者之神經質 (N) 人格特質，對生涯自我效能有更強的負向影響。

(三) 受試者在心理韌性與生涯自我效能之相關分析結果

如表 4-5-1 相關分析結果所示，童年逆境經驗者之心理韌性與生涯自我效能呈現中度顯著的正相關 ($r=.70, p<.01$)；在無童年逆境經驗者方面，如表 4-5-2 相關分析結果所示，心理韌性與生涯自我效能呈現中度顯著的正相關 ($r=.72, p<.01$)。

將童年逆境經驗者與無童年逆境經驗者在心理韌性與生涯自我效能之相關數據比較，顯著彼此差距不大 ($|r|<.1$)，但各自達到大效果正相關。 ($|r| \geq .5$)

二、研究討論

(一) 成人童年逆境經驗者在人格特質與心理韌性之相關分析結果討論

本研究之相關分析結果顯示，成人童年逆境經驗者（至少一項逆境經驗）之人格特質中的每一個人格向度皆與心理韌性有中度顯著的相關，與外向性 (E)、友善性 (A)、嚴謹性 (C) 以及開放性 (O) 為中度顯著之正相關，與神經質 (N) 則為中度顯著的負相關，其中心理韌性與外向性 (E) 及嚴謹性 (C) 之相關係數高於其與友善性 (A) 及開放性 (O) 之相關係數。本研究之假設 4-1、4-2、4-3、4-4、4-5 均成立。

在人格特質與心理韌性的相關上，研究結果同國內張越翔 (2013) 在霸凌因應之研究，其結果亦為人格外向性、友善性、嚴謹性與開放性對心理韌性有正向影響，

而人格神經質則對心理韌性有負向影響。可能原因為個體在外向性、友善性以及開放性的人格特質有助於當面對壓力時，能夠以正向積極的態度面對，如外向性與友善性的個人特質可能使個體發展正向的社交技巧，以拓展人際關係來得到社會支持，讓生活中的壓力能藉此紓緩或擴展資源以解決困境；嚴謹性與組織規劃能力有關，促使個體在生活中能有控制感；開放性與視野與創意有關，促使個體具有彈性與接納的態度或觀點面對生活中各種人事物，進而在困境上展現重新框架的能力。

(二) 成人童年逆境經驗者在人格特質與生涯自我效能之相關分析結果討論

成人童年逆境經驗者之人格特質當中的每一個人格向度亦與生涯自我效能有中度顯著的相關，與外向性 (E)、友善性 (A)、嚴謹性 (C) 以及開放性 (O) 為中度顯著之正相關，與神經質 (N) 則為中度顯著的負相關，其中生涯自我效能與外向性 (E) 及嚴謹性 (C) 之相關係數高於其與友善性 (A) 及開放性 (O) 之相關係數。本研究之假設 4-6、4-7、4-8、4-9、4-10 均成立。

在人格特質與生涯自我效能的相關上，別於 Hartman 與 Betz (2007) 在研究中發現嚴謹性、神經質以及開放性有顯著相關，本研究在外向性 (E)、友善性 (A)、嚴謹性 (C) 以及開放性 (O) 為中度顯著之正相關，與神經質 (N) 則為中度顯著的負相關，且其中生涯自我效能比起友善性與開放性，在外向性與嚴謹性的相關程度更強。

(三) 成人童年逆境經驗者在心理韌性與生涯自我效能之相關分析結果討論

心理韌性與生涯自我效能亦呈現中度顯著的正相關。本研究之假設 4-11 成立。在心理韌性與生涯自我效能的相關上，與大多數研究相同，皆有中度顯著的正相關 (Develos-Sacdalan & Bozkus, 2018; Djourova et al., 2020; Wang et al., 2018)。

(四) 童年逆境經驗之有無在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之相關分析結果討論

進一步將成人童年逆境經驗者之相關分析結果，與成人無童年逆境經驗者之相關分析結果作對比，在人格特質與心理韌性之相關分析方面，兩組數據在外向性 (E)、嚴謹性 (C)、友善性 (A) 以及開放性 (O) 的人格特質對心理韌性的影響差距不大，而兩組數據在神經質 (N) 對心理韌性的影響則差異較大，彼此差距具有小效果程度，表示童年逆境經驗者之神經質 (N) 人格特質比起無童年逆境經驗者之神經質 (N) 人格特質，對心理韌性有更強的負向影響。同時，在人格特質與生涯自我效能之相關分析方面，發現兩組數據在外向性 (E)、嚴謹性 (C) 以及開放性 (O) 的人格特質對生涯自我效能的影響差距不大，而兩組數據在友善性 (A) 及神經質 (N) 對生涯自我效能的影響則差異較大，彼此差距具有小效果程度，表示童年逆境經驗者之友善性 (A) 人格特質比起無童年逆境經驗者之友善性 (A) 人格特質，對生涯自我效能有更強的正向影響；而無年逆境經驗者之神經質 (N)

人格特質比起童年逆境經驗者之神經質 (N) 人格特質，對生涯自我效能有更強的負向影響。最後，在心理韌性與生涯自我效能之相關分析方面，兩組數據顯示彼此相關差距不大，但各自達到大效果之正相關。

第六節 人格特質、心理韌性與生涯自我效能之中介

此節主要針對成人童年逆境經驗者 ($N = 333$) 檢驗心理韌性是否在人格特質與生涯自我效能間起中介效果作用，並總分為六個部分，第一至五部分分別以人格特質中的各向度為自變項，驗證心理韌性是否為外向性 (E)、友善性 (A)、嚴謹性 (C)、神經質 (N)、開放性 (O) 與生涯自我效能之中介變項，第六部分則針對四步驟法之中介效果作小結，並以 Sobel test 再另外進行一次更嚴謹的檢驗，使整體中介效果的驗證能更加周延而準確。

研究者依據 Baron 與 Kenny (1986) 提出之中介考驗前提：要件一為「自變項能顯著預測依變項」；要件二為「自變項能顯著預測中介變項」；要件三為「中介變項能顯著預測依變項」；要件四為「中介變項納入自變項與依變項後，自變項對依變項無預測能力，此為完全變中介，若仍保有預測力則為部分中介」。

然而四步驟法雖然有操作簡單的優勢，但其在檢驗能力上受到不少質疑，因此研究者另外以考驗能力較佳的 Sobel test 進行更嚴謹的驗證。Sobel test 之檢驗方式較為直接，直接檢驗「自變項對依變項之預測效果」，以及「考量中介變項納入自變項後整體對依變項之預測效果」，並進一步比較兩者之間的差異。

一、研究結果

(一) 「外向性人格 (E) → 心理韌性 → 生涯自我效能」之中介效果迴歸分析

以迴歸分析檢驗心理韌性對外向性人格 (E) 和生涯自我效能的中介效果，結果如表 4-6-1，顯示外向性人格 (E) 對心理韌性具顯著解釋力 ($\beta = .676, p < .001$)，外向性人格 (E) 對生涯自我效能具顯著解釋力 ($\beta = .601, p < .001$)，心理韌性對生涯自我效能具顯著解釋力 ($\beta = .790, p < .001$)，然而同時考量外向性人格 (E)、心理韌性對生涯自我效能之解釋力時，外向性人格 (E) ($\beta = .123, p < .01$) 與心理韌性 ($\beta = .706, p < .001$) 的解釋力依然顯著。根據 Baron 與 Kenny 所提出的四要件之判準，中介效果成立，心理韌性部分中介於外向性人格 (E) 和生涯自我效能之間的關係。

表 4-6-1

「外向性人格 (E) → 心理韌性 → 生涯自我效能」之中介效果迴歸分析

	心理韌性	生涯自我效能		
	Model 1	Model 2	Model 3	Model 4
人格外向性	.676***	.601***		.123**
心理韌性			.790***	.706***
R^2	.457	.361	.624	.632
Adj R^2	.456	.359	.622	.630
F	278.791***	187.044***	548.333***	283.166***
自由度	(1, 331)	(1, 331)	(1, 331)	(2, 330)

註：表中數值為標準化迴歸係數 (β)

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

(二) 「友善性人格 (A) → 心理韌性 → 生涯自我效能」之中介效果迴歸分析

以迴歸分析檢驗心理韌性對友善性人格 (A) 和生涯自我效能的中介效果，結果如表 4-6-2，顯示友善性人格 (A) 對心理韌性具顯著解釋力 ($\beta = .452, p < .001$)，友善性人格 (A) 對生涯自我效能具顯著解釋力 ($\beta = .365, p < .001$)，心理韌性對生涯自我效能具顯著解釋力 ($\beta = .790, p < .001$)，然而同時考量友善性人格 (A)、心理韌性對生涯自我效能之解釋力時，友善性人格 (A) 的解釋力不顯著 ($\beta = .010, p > .05$)，而心理韌性的解釋力仍顯著 ($\beta = .785, p < .001$)。根據 Baron 與 Kenny 所提出的四要件之判準，中介效果成立，心理韌性完全中介於友善性人格 (A) 和生涯自我效能之間的關係。

表 4-6-2

「友善性人格 (A) → 心理韌性 → 生涯自我效能」之中介效果迴歸分析

	心理韌性		生涯自我效能	
	Model 1	Model 2	Model 3	Model 4
友善性人格	.452***	.365***		.010
心理韌性			.790***	.785***
R^2	.204	.133	.624	.624
Adj R^2	.202	.130	.622	.621
F	84.866***	50.773***	548.333***	273.431***
自由度	(1, 331)	(1, 331)	(1, 331)	(2, 330)

註：表中數值為標準化迴歸係數 (β)

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

(三) 「嚴謹性人格 (C) → 心理韌性 → 生涯自我效能」之中介效果迴歸分析

以迴歸分析檢驗心理韌性對嚴謹性人格 (C) 和生涯自我效能的中介效果，結果如表 4-6-3，顯示嚴謹性人格 (C) 對心理韌性具顯著解釋力 ($\beta = .584, p < .001$)，嚴謹性人格 (C) 對生涯自我效能具顯著解釋力 ($\beta = .543, p < .001$)，心理韌性對生涯自我效能具顯著解釋力 ($\beta = .790, p < .001$)，然而同時考量嚴謹性人格 (C)、心理韌性對生涯自我效能之解釋力時，嚴謹性人格 (C) ($\beta = .125, p < .01$) 與心理韌性 ($\beta = .717, p < .001$) 的解釋力依然顯著。根據 Baron 與 Kenny 所提出的四要件之判準，中介效果成立，心理韌性部分中介於嚴謹性人格 (C) 和生涯自我效能之間的關係。

表 4-6-3

「嚴謹性人格 (C) → 心理韌性 → 生涯自我效能」之中介效果迴歸分析

	心理韌性		生涯自我效能	
	Model 1	Model 2	Model 3	Model 4
嚴謹性人格	.584***	.543***		.125**
心理韌性			.790***	.717***
R^2	.341	.295	.624	.634
Adj R^2	.339	.293	.622	.632
F	171.318***	138.727***	548.333***	285.638***
自由度	(1, 331)	(1, 331)	(1, 331)	(2, 330)

註：表中數值為標準化迴歸係數 (β)

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

(四) 「人格神經質 (N) → 心理韌性 → 生涯自我效能」之中介效果迴歸分析

以迴歸分析檢驗心理韌性對神經質人格 (N) 和生涯自我效能的中介效果，結果如表 4-6-4，顯示神經質人格 (N) 對心理韌性具顯著解釋力 ($\beta = -.467, p < .001$)，神經質人格 (N) 對生涯自我效能具顯著解釋力 ($\beta = -.535, p < .001$)，心理韌性對生涯自我效能具顯著解釋力 ($\beta = .790, p < .001$)，然而同時考量神經質人格 (N)、心理韌性對生涯自我效能之解釋力時，神經質人格 (N) ($\beta = -.213, p < .001$) 與心理韌性 ($\beta = .690, p < .001$) 的解釋力依然顯著。根據 Baron 與 Kenny 所提出的四要件之判準，中介效果成立，心理韌性部分中介於神經質人格 (N) 和生涯自我效能之間的關係。

表 4-6-4

「神經質人格 (N) → 心理韌性 → 生涯自我效能」之中介效果迴歸分析

	心理韌性	生涯自我效能		
	Model 1	Model 2	Model 3	Model 4
神經質人格	-.467***	-.535***		-.213***
心理韌性			.790***	.690***
R^2	.218	.286	.624	.659
Adj R^2	.215	.284	.622	.657
F	92.101***	132.846***	548.333***	319.033***
自由度	(1, 331)	(1, 331)	(1, 331)	(2, 330)

註：表中數值為標準化迴歸係數 (β)

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

(五) 「開放性人格 (O) → 心理韌性 → 生涯自我效能」之中介效果迴歸分析

以迴歸分析檢驗心理韌性對開放性人格 (O) 和生涯自我效能的中介效果，結果如表 4-6-5，顯示開放性人格 (O) 對心理韌性具顯著解釋力 ($\beta = .340, p < .001$)，開放性人格 (O) 對生涯自我效能具顯著解釋力 ($\beta = .342, p < .001$)，心理韌性對生涯自我效能具顯著解釋力 ($\beta = .790, p < .001$)，然而同時考量開放性人格 (O)、心理韌性對生涯自我效能之解釋力時，開放性人格 (O) ($\beta = .083, p < .01$) 與心理韌性 ($\beta = .762, p < .001$) 的解釋力依然顯著。根據 Baron 與 Kenny 所提出的四要件之判準，中介效果成立，心理韌性部分中介於開放性人格 (O) 和生涯自我效能之間的關係。

表 4-6-5

「開放性人格 (O) → 心理韌性 → 生涯自我效能」之中介效果迴歸分析

	心理韌性		生涯自我效能	
	Model 1	Model 2	Model 3	Model 4
開放性人格	.340***	.342***		.083**
心理韌性			.790***	.762***
R^2	.116	.117	.624	.630
Adj R^2	.113	.114	.622	.627
F	43.296***	43.772***	548.333***	280.506***
自由度	(1, 331)	(1, 331)	(1, 331)	(2, 330)

註：表中數值為標準化迴歸係數 (β)

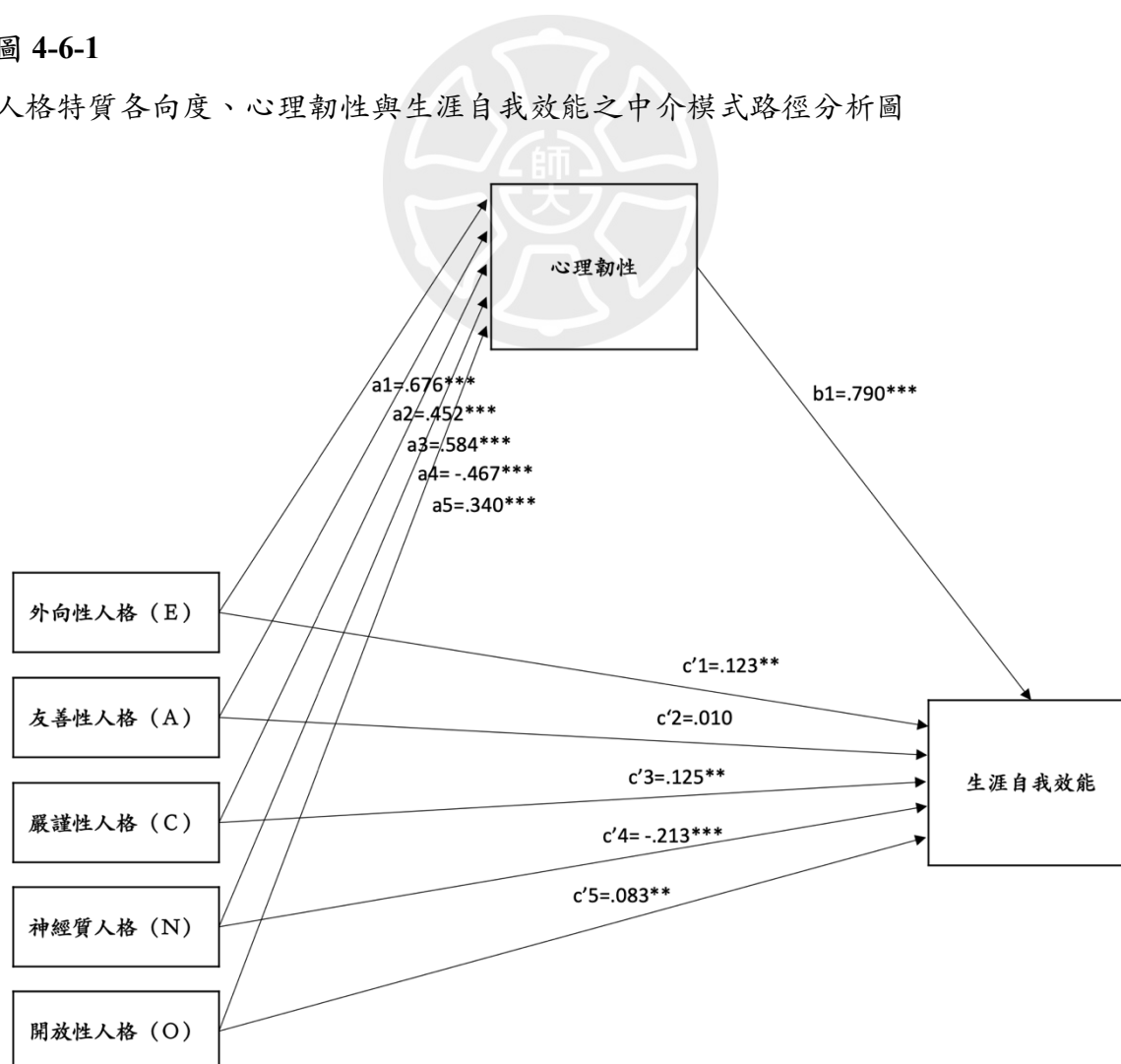
* $p < .05$. ** $p < .01$. *** $p < .001$.

(六) 心理韌性在成人童年逆境經驗者的人格特質與生涯自我效能間之中介效果

綜上所述，根據迴歸分析結果可知五種不同的人格特質，包含外向性人格(E)、友善性人格(A)、嚴謹性人格(C)、神經質人格(N)、開放性人格(O)，皆能顯著預測心理韌性以及生涯自我效能，唯同時考量單一向度與心理韌性對生涯自我效能之解釋力時，顯示心理韌性在友善性人格(A)與生涯自我效能間產生影響，具有完全中介效果；心理韌性在外向性人格(E)、嚴謹性人格(C)、神經質人格(N)以及開放性人格(O)與生涯自我效能間產生影響，具有部分中介效果。

圖 4-6-1

人格特質各向度、心理韌性與生涯自我效能之中介模式路徑分析圖



為再次檢驗中介效果，研究者另以 Sobel test 檢驗心理韌性對五種人格特質和生涯自我效能的中介效果，相較於四步驟法的層層檢定，Sobel test 的檢定方法較為直接，其為透過觀察「間接效果是否達到顯著」，即自變項的效果是否於中介變項加入後顯著降低，從而確定中介效應是否具有統計顯著性。

Sobel test 結果顯示，心理韌性對外向性人格 (E) 和生涯自我效能的中介效果顯著 ($z=16.629, p<.001$)，顯示外向性人格 (E) 影響心理韌性，進而影響生涯自我效能。中介效果的標準化效果量則為 $d=0.477$ ，亦即外向性人格 (E) 每增加一個標準差，會透過影響心理韌性，進而讓生涯自我效能增加 0.477 個標準差；心理韌性對友善性人格 (A) 和生涯自我效能的中介效果顯著 ($z=8.425, p<.001$)，顯示友善性人格 (A) 影響心理韌性，進而影響生涯自我效能。中介效果的標準化效果量則為 $d=0.355$ ，亦即友善性人格 (A) 每增加一個標準差，會透過影響心理韌性，進而讓生涯自我效能增加 0.355 個標準差；心理韌性對嚴謹性人格 (C) 和生涯自我效能的中介效果顯著 ($z=10.487, p<.001$)，顯示嚴謹性人格 (C) 影響心理韌性，進而影響生涯自我效能。中介效果的標準化效果量則為 $d=0.419$ ，亦即嚴謹性人格 (C) 每增加一個標準差，會透過影響心理韌性，進而讓生涯自我效能增加 0.419 個標準差；心理韌性對神經質人格 (N) 和生涯自我效能的中介效果顯著 ($z=-8.578, p<.001$)，顯示神經質人格 (N) 影響心理韌性，進而影響生涯自我效能。中介效果的標準化效果量則為 $d=-0.322$ ，亦即神經質人格 (N) 每增加一個標準差，會透過影響心理韌性，進而讓生涯自我效能減少 0.322 個標準差；心理

韌性對開放性人格 (O) 和生涯自我效能的中介效果顯著 ($z = 6.275, p < .001$)，顯示開放性人格 (O) 影響心理韌性，進而影響生涯自我效能。中介效果的標準化效果量則為 $d = 0.259$ ，亦即開放性人格 (O) 每增加一個標準差，會透過影響心理韌性，進而讓生涯自我效能增加 0.259 個標準差。

二、研究討論

本研究之迴歸分析結果顯示，心理韌性可完全中介成人童年逆境經驗者的人格特質之友善性 (A) 與生涯自我效能；可部分中介成人童年逆境經驗者的人格特質之外向性 (E)、嚴謹性 (C)、神經質 (N)、開放性 (O) 四者與生涯自我效能。本研究之假設 5-1、5-2、5-3、5-4、5-5 均成立。

首先，在人格外向性、友善性、嚴謹性與開放性上皆能正向影響心理韌性，而人格神經質則為負向影響心理韌性，此結果與 Lyons 等人 (2015) 的研究部分符合，人格嚴謹性、開放性與心理韌性間有正相關；但與國內研究者張越翔 (2013) 在霸凌因應相關研究中完全符合：人格外向性、友善性、嚴謹性與開放性對心理韌性有正向影響，而人格神經質則對心理韌性有負向影響，原因為個體在外向性、友善性以及開放性的人格特質有助於當面對壓力時，能夠以較為正向積極的態度面對，如外向性與友善性的人格特質可能使個體建立與擁有正向的社交技巧，以拓展人際關係來得到社會支持，讓生活中的壓力能藉此紓緩或擴展資源以解決困境，且張越翔 (2013) 亦發現人格外向性與開放性，與霸凌因應之「能力成長」與「自我

瞭解」有正相關，人格嚴謹性影響著個體面對一件事情懂得負責、規劃、有條理與按部就班去執行的價值觀與行動力，因此當面對生活壓力時能發展更積極的問題解決策略或模式，而非以消極逃避的方式去面對壓力困境（Campbell-Sills et al., 2006; Gifford-Smith & Brownell, 2003）；而人格神經質易使個體產生緊張與焦慮不安的情緒、鑽牛角尖、情緒起伏大等情況，導致面對生活壓力時的不良反應，不利於心理韌性的發展或發揮（王濬楷，2013；Diener et al., 2003; Lahey, 2009; Liu et al., 2012; Waugh et al., 2008）。

其次，人格外向性、嚴謹性、神經質與開放性皆能有效預測生涯自我效能，其中人格外向性、嚴謹性與開放性與生涯自我效能有正向影響，人格神經質與生涯自我效能則為負向影響；另外發現人格友善性的解釋量則不足以預測生涯自我效能。在 Hartman 與 Betz（2007）研究結果中指出人格嚴謹性、外向性與自我效能呈現正相關，人格神經質與自我效能呈現負相關，而開放性則與創造力與智力追求的自我效能有顯著相關，另外 Penn 與 Lent（2019）聚焦人格特質與生涯決策自我效能的研究結果中，亦發現人格外向性、嚴謹性、神經質與生涯決策自我效能相關，而生涯決策自我效能則可以預測生涯選擇與承諾焦慮。人格嚴謹性與目標導向、持久、自律、細心、深思熟慮及有組織規劃的行為有關（Brown & Hirschi, 2013），而優柔寡斷則被發現與神經質特質呈現正相關（Di Fabio et al., 2015; Feldt et al., 2011; Hirschi & Hermann, 2013; Tokar et al., 1998），與外向性特質呈現負相關（Di Fabio et al., 2015; Feldt et al., 2011; Hirschi & Hermann, 2013），以及與嚴謹性呈現

負相關 (Feldt et al., 2011; Hirschi & Hermann, 2013)。換言之，一個人神經質特質越高、外向性特質越低及嚴謹性特質越低，就越有可能在生涯選擇上猶豫不決。而在友善性方面，友善性雖然被看作是正向合作關係與值得被信賴的特質，但高分的友善性可能也意味著個體會壓抑自己內心真實的聲音以求全團體關係，導致個人與團體之間的利益矛盾衝突。McClelland 與 Boyatzis (1982) 的研究發現當一位管理職務者友善性特質較高時，可能會過度在意從屬關係而導致損害個人的職業生涯，因為友善性特質可能會因為人情壓力而干擾管理者對下屬或同事的工作指派以及專業判斷能力，甚至在 Seibert 與 Kraimer (2001) 的樣本研究中，還發現友善性與薪酬水平和職業滿意度呈現負相關。因此研究者推測人格友善性在心理韌性的中介模式中無法預測生涯自我效能的原因，除了上述研究結果發現個體友善特質可能某方面為求組織氣氛和諧而壓抑內心真實需求，而增加個人在生涯活動中感知遭遇的困難與其能夠發揮的影響力，又過度關注環境和諧的結果，可能也導致個體因忽略個人需求而錯失自我覺察的機會；另一方面，當以本研究使用的生涯自我效能的量表意涵來看，成人生涯認知量表中的生涯自我效能分測驗著重測量個體在認知層面的程度，並將其分為信心強度、難度知覺與推論性，題項內容多為個體在信心、問題解決能力、感覺工作任務的困難或者個體深知自己的內外優勢而能進一步相信自己在生涯上的適應程度，而友善程度高的人普遍關注外在人事物的和諧多過覺察自我適應能力與工作狀態的關係，因而錯失正確瞭解與回答個人

狀態的機會，導致友善性在心理韌性的中介模式無法預測生涯自我效能，但是親和友善的個體能透過心理韌性的增加，間接提升生涯自我效能的程度。

接著，本研究結果發現心理韌性可以有效預測生涯自我效能，其為正向影響，當心理韌性的程度越高時生涯自我效能的程度也較越高，反之亦然。心理韌性與生涯自我效能為正相關的研究結果與國內許多研究發現相符合（王淑女，2011；邱雅琴，2020；吳伯軒，2017；陳錦錫，2017；鄭佳琳，2017），尤其在邱雅琴（2020）關於國中專任輔導教師在生涯自我效能、專業承諾與復原力的相關研究中，亦指出當專任輔導教師在難度知覺、信心強度、推論性之程度較高時，其情緒調節與正向觀感表現也會較佳。因此當個體具備比較高的心理韌性時，代表其在個人信心能力、堅忍程度、情緒調節、社會支持以及控制感等皆有比較高的水平，以能在經驗生活挫折時能夠良好適應，逐步在生涯發展中建立較正向的能力信心與問題解決策略；相反，當個體有比較良好的生涯自我效能時，其在生涯上的自我信心與情境推論，將有助於個人有更好的情緒調節與控制感，而有機會在職涯中發揮良好的社交技巧以建置正向的人際關係，逐漸穩健個人的社會支持系統，以提升個人心理韌性的程度。

最後，綜上所述，各別確立人格特質與心理韌性的關係，人格特質與生涯自我效能的關係，以及心理韌性與生涯自我效能的關係。在中介效果上，本研究發現心理韌性可完全中介成人童年逆境經驗者的人格友善性與生涯自我效能；可部分中介成人童年逆境經驗者的人格外向性、嚴謹性、神經質以及開放性與生涯自我效

能。可得知人格外向性、嚴謹性、神經質以及開放性與生涯自我效能有一定相關，而人格友善性與生涯自我效能沒有相關，但所有人格特質皆能透過其對心理韌性的影響，或者藉由本身提升心理韌性程度，以有機會間接提升個人的生涯自我效能，最終增進個人在生涯上的能力信心與問題解決模式。



第五章 結論與建議

本研究目的在探討成人童年逆境經驗之有無在各背景變項上的差異情形，以及不同程度童年逆境經驗者於人格特質、心理韌性與生涯自我效能之現況與關聯性，採用「童年逆境經驗問卷」、「中文版簡式五大人格量表」、「Conner-Davidson 心理韌性量表」、「成人生涯認知量表之自我效能分測驗」為研究工具，運用網路平台抽樣臺灣地區 18 歲以上之成人為研究對象，進行線上問卷之填寫。可供研究使用之有效問卷共 739 份。所收集之資料透過 SPSS 23.0 進行描述統計、卡方檢定、獨立樣本 t 檢定、單因子變異數分析、皮爾森相關分析與多元迴歸分析等統計方法進行資料分析與處理。

本章將針對研究結果規劃出結論，以回應研究之目的與問題，並進一步提出實務建議討論，供國內不同場域之實務工作者參考，最後也列舉研究限制，以提供未來研究建議。本章共分為三節，包含結論、實務意涵與貢獻以及研究限制與建議。

第一節 結論

一、成人童年逆境經驗之有無於人格特質、心理韌性與生涯自我效能之現況

(一) 童年逆境經驗之現況

本研究回收有效問卷合計 739 份。無童年逆境經驗為 406 份 (55%)、至少一項童年逆境經驗者為 333 份 (45%)、四項以上童年逆境經驗者為 43 份 (5.8%)、完全童年逆境經驗者 2 份 (0.27%)。

(二) 受試者人格特質之現況

成人童年逆境經驗者前三高程度的人格特質依序為「嚴謹性」、「神經質」、「友善性」，最低程度為「外向性」；成人無童年逆境經驗者前三高程度的人格特質依序為「嚴謹性」、「外向性」、「開放性」，最低程度為「神經質」。將成人童年逆境經驗組別與成人無童年逆境經驗組別相互比較，發現成人童年逆境經驗者僅在「神經質」高於成人無童年逆境經驗者，其餘人格特質程度則低於成人無童年逆境經驗者。

(三) 受試者心理韌性之現況

成人童年逆境經驗者之心理韌性的平均值略高於量表中間值；成人無童年逆境經驗者之心理韌性的平均值遠高於量表中間值。將成人童年逆境經驗組別與成人無童年逆境經驗組別相互比較，發現成人童年逆境經驗者之心理韌性程度低於成人無童年逆境經驗者。

(四) 受試者生涯自我效能之現況

成人童年逆境經驗者之生涯自我效能的平均值略高於量表中間值；成人無童年逆境經驗者之生涯自我效能的平均值遠高於量表中間值。將成人童年逆境經驗組別與成人無童年逆境經驗組別相互比較，發現成人童年逆境經驗者之生涯自我效能程度低於成人無童年逆境經驗者。

二、成人童年逆境經驗之有無在不同背景變項之差異情形

(一) 童年逆境經驗之有無與不同性別有顯著差異

童年逆境經驗之有無於不同性別的分佈情形有顯著差異。男性在無童年逆境經驗者的比率明顯高於童年逆境經驗者，另一方面，若以整體為童年逆境經驗者的角度來看，女性的比率則明顯高於男性。

(二) 童年逆境經驗之有無與不同職業類型有顯著差異

童年逆境經驗之有無於不同職業類型的分佈情形有顯著差異。選擇觀光旅宿業、餐飲業以及廣告行銷業的成人童年逆境經驗者遠高於成人無童年逆境經驗者。而在成人童年逆境經驗者中，前五高比率的職業選擇為軍公教、學生、服務業、科技製造業以及醫療保健類。

(三) 童年逆境經驗之有無與自覺健康有顯著差異

童年逆境經驗之有無在整體自覺健康上有顯著差異：童年逆境經驗之有無於個人自覺身體健康是否比同齡層者良好的分佈情形有顯著差異、童年逆境經驗之有無於個人自覺與同齡者相比是否有情緒困擾的分佈情形有顯著差異、童年逆境經驗之有無於自覺是否有失眠困擾的分佈情形有顯著差異、童年逆境經驗之有無於是否曾有自殺念頭的分佈情形有顯著差異。

在自覺身體健康方面，成人無童年逆境經驗者自認為身體健康的比率高於成人童年逆境經驗者，而從整體自覺身體健康者來看，其中成人童年逆境經驗者所佔比率依然低於成人無童年逆境經驗者。在自覺情緒困擾方面，成人童年逆境經驗者自認為有情緒困擾的比率高於成人無童年逆境經驗者，而從整體自覺情緒困擾者來看，其中成人童年逆境經驗者所佔比率遠高於成人無童年逆境經驗者。在自覺失眠困擾方面，成人童年逆境經驗者自認為有失眠困擾的比率高於成人無童年逆境

經驗者，而從整體自覺失眠困擾者來看，其中成人童年逆境經驗者所佔比率遠高於成人無童年逆境經驗者。在曾有自殺念頭方面，成人童年逆境經驗者曾有自殺念頭的比率高於成人無童年逆境經驗者，而從整體曾有自殺念頭者來看，其中成人童年逆境經驗者所佔比率遠高於成人無童年逆境經驗者。

(四) 童年逆境經驗之有無與其他背景變項無顯著差異

童年逆境經驗之有無在不同年齡、不同教育程度、不同工作性質、不同工作任職時間以及宗教信仰上無顯著差異。但值得一提的是雖然童年逆境經驗之有無與不同教育程度並無顯著差異，但發現具有博士學位的成人童年逆境經驗者的比率明顯低於成人無童年逆境經驗者。

(五) 不同性別童年逆境經驗者與不同職業類型有顯著差異

不同性別童年逆境經驗者於不同職業類型的分佈情形有顯著差異。選擇金融保險業、服務業、餐飲業、軍公教、醫療保健業、廣告行銷業、學生、家管、無職業以及其他行業的女性遠高於男性。男性成人童年逆境經驗者前五高比率的職業類型為軍公教、科技製造業、服務業、學生、醫療保健類；而女性成人童年逆境經驗者前五高比率的職業類型為學生、軍公教、服務業、醫療保健業以及其他行業。

(六) 不同性別童年逆境經驗者與自覺健康有顯著差異

不同性別童年逆境經驗者在整體自覺健康上有顯著差異：不同性別童年逆境經驗者於個人自覺身體健康是否比同齡層者良好的分佈情形有顯著差異、不同性別童年逆境經驗者於個人自覺與同齡者相比是否有情緒困擾的分佈情形有顯著差異、不同性別童年逆境經驗者於自覺是否有失眠困擾的分佈情形有顯著差異、不同性別童年逆境經驗者於是否曾有自殺念頭的分佈情形有顯著差異。

在自覺身體健康方面，女性在自認為沒有身體健康的比率高於男性，而從整體自覺身體不健康者來看，其中女性所佔比率遠高於男性。在自覺情緒困擾方面，女性在自認為有情緒困擾的比率高於男性，而從整體自覺情緒困擾者來看，其中女性所佔比率遠高於男性。在自覺失眠困擾方面，女性在自認為有失眠困擾的比率高於男性，而從整體自覺失眠困擾者來看，其中女性所佔比率遠高於男性。在曾有自殺念頭方面，女性在曾有自殺念頭的比率高於男性，而從整體曾有自殺念頭者來看，其中女性所佔比率遠高於男性。

(七) 不同性別童年逆境經驗者與其他背景變項無顯著差異

不同性別童年逆境經驗者在不同工作任職時間上無顯著差異。

三、不同童年逆境經驗程度成人之背景變項在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異情形

(一) 不同性別至少一項童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異情形

不同性別至少一項童年逆境經驗者在外向性、神經質、心理韌性以及生涯自我效能上有顯著差異；而不同性別至少一項童年逆境經驗者在友善性、嚴謹性、開放性上則無顯著差異。如表 5-1-1 摘要所示：在外向性方面，男性的程度比女性高；在神經質方面，女性的程度比男性高；在心理韌性方面，男性的程度比女性高；在生涯自我效能方面，男性的程度比女性高。

(二) 不同性別四項以上童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異情形

不同性別四項以上童年逆境經驗者僅有在神經質有顯著差異；而不同性別四項以上童年逆境經驗者在外向性、友善性、嚴謹性、開放性、心理韌性以及生涯自我效能上則無顯著差異。如表 5-1-1 摘要表所示：在神經質程度方面，女性的程度比男性高。

(三) 童年逆境經驗之有無在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異情形

童年逆境經驗者之有無在外向性、友善性、嚴謹性、神經質、心理韌性以及生涯自我效能上有顯著差異；而童年逆境經驗者之有無在開放性上則無顯著差異。如表 5-1-1 摘要所示：在外向性方面，無童年逆境經驗者的程度高於童年逆境經驗者；在友善性方面，無童年逆境經驗者的程度高於童年逆境經驗者；在嚴謹性方面，無童年逆境經驗者的程度高於童年逆境經驗者；在神經質方面，童年逆境經驗者的程度高於無童年逆境經驗者；在心理韌性方面，無童年逆境經驗者的程度高於童年逆境經驗者；在生涯自我效能方面，無童年逆境經驗者的程度高於童年逆境經驗者。

(四) 童年逆境經驗者之自覺健康（身體健康）在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異情形

童年逆境經驗者之自覺身體健康狀態與整體人格特質達顯著，在外向性、友善性、嚴謹性、神經質以及開放性上皆達顯著差異，另外童年逆境經驗者之自覺身體健康狀態也與心理韌性與生涯自我效能有顯著差異。如表 5-1-1 摘要所示：在外向性方面，自覺身體健康者的程度高於自覺身體不健康者；在友善性方面，自覺身體健康者的程度高於自覺身體不健康者；在嚴謹性方面，自覺身體健康者的程度高於自覺身體不健康者；在神經質方面，自覺身體不健康者的程度高於自覺身體健康者；開放性方面，自覺身體健康者的程度高於自覺身體不健康者；在心理韌性方面，

自覺身體健康者的程度高於自覺身體不健康者；在生涯自我效能方面，自覺身體健康者的程度高於自覺身體不健康者。

(五) 童年逆境經驗者之自覺健康（情緒困擾）在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異情形

童年逆境經驗者之自覺情緒困擾在外向性、友善性、嚴謹性、神經質、心理韌性以及生涯自我效能上有顯著差異，而童年逆境經驗者之自覺情緒困擾在開放性上則無顯著差異。如表 5-1-1 摘要所示：在外向性方面，自覺情緒無困擾者的程度高於自覺情緒困擾者；在友善性方面，自覺情緒無困擾者的程度高於自覺情緒困擾者；在嚴謹性方面，自覺情緒無困擾者的程度高於自覺情緒困擾者；在神經質方面，自覺情緒無困擾者的程度高於自覺情緒困擾者；在心理韌性方面，自覺情緒無困擾者的程度高於自覺情緒困擾者；在生涯自我效能方面，自覺情緒無困擾者的程度高於自覺情緒困擾者。

(六) 童年逆境經驗者之自覺健康（失眠困擾）在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異情形

童年逆境經驗者之自覺失眠困擾在外向性、友善性、嚴謹性、神經質、心理韌性以及生涯自我效能上有顯著差異，而童年逆境經驗者之自覺失眠困擾在開放性上則無顯著差異。如表 5-1-1 摘要所示：在外向性方面，自覺失眠無困擾者的程度

高於自覺失眠困擾者；在友善性方面，自覺失眠無困擾者的程度高於自覺失眠困擾者；在嚴謹性方面，自覺失眠無困擾者的程度高於自覺失眠困擾者；在神經質方面，自覺失眠無困擾者的程度高於自覺失眠無困擾者；在心理韌性方面，自覺失眠無困擾者的程度高於自覺失眠困擾者；在生涯自我效能方面，自覺失眠無困擾者的程度高於自覺失眠困擾者。

(七) 童年逆境經驗者之自覺健康（曾有自殺念頭）在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異情形

童年逆境經驗者之曾有自殺念頭在外向性、友善性、嚴謹性、神經質、心理韌性以及生涯自我效能上有顯著差異，而童年逆境經驗者之曾有自殺念頭在開放性上則無顯著差異。如表 5-1-1 摘要所示：在外向性方面，不曾有自殺念頭者的程度高於曾有自殺念頭者；在友善性方面，不曾有自殺念頭者的程度高於曾有自殺念頭者；在嚴謹性方面，不曾有自殺念頭者的程度高於曾有自殺念頭者；在神經質方面，曾有自殺念頭者的程度高於不曾有自殺念頭者；在心理韌性方面，不曾有自殺念頭者的程度高於曾有自殺念頭者；在生涯自我效能方面，不曾有自殺念頭者的程度高於曾有自殺念頭者。

表 5-1-1

整體獨立樣本 *t* 檢定顯著差異內容摘要表

	外向性	友善性	嚴謹質	神經質	開放性	心理韌性	生涯自我效能
ACEs or not	None > ACEs	None > ACEs	None > ACEs	ACEs > None		None > ACEs	None > ACEs
至少一項 ACEs	男性 > 女性			女性 > 男性		男性 > 女性	男性 > 女性
(自覺健康)	健康 > 不健康	健康 > 不健康	健康 > 不健康	不健康 > 健康	健康 > 不健康	健康 > 不健康	健康 > 不健康
(情緒困擾)	無困擾 > 困擾	無困擾 > 困擾	無困擾 > 困擾	困擾 > 無困擾		無困擾 > 困擾	無困擾 > 困擾
(失眠困擾)	無困擾 > 困擾	無困擾 > 困擾	無困擾 > 困擾	困擾 > 無困擾		無困擾 > 困擾	無困擾 > 困擾
(自殺念頭)	不曾 > 曾有	不曾 > 曾有	不曾 > 曾有	曾有 > 不曾		不曾 > 曾有	不曾 > 曾有
四項以上 ACEs				女性 > 男性			

註：ACEs 為童年逆境經驗者；None 為無童年逆境經驗者。

四、成人童年逆境經驗者之不同背景變項在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之 差異分析

(一) 不同年齡之成人童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差 異情形

不同年齡之成人童年逆境經驗者在外向性、友善性、嚴謹性、神經質、心理韌性以及生涯自我效能等六向度上有顯著差異，不同年齡之成人童年逆境經驗者則僅在開放性上沒有顯著差異。如表 5-1-2 摘要所示。

在外向性方面，18 至 30 歲組別顯著小於 51 歲至 60 歲組別、31 至 40 歲組別顯著小於 51 歲至 60 歲組別；在友善性方面，18 至 30 歲組別顯著小於 51 歲至 60 歲組別、31 至 40 歲組別顯著小於 51 歲至 60 歲組別；在嚴謹性方面，18 至 30 歲組別顯著小於 60 歲以上組別；在神經質方面，18 至 30 歲組別顯著大於 41 歲至 50 歲組別、18 至 30 歲組別顯著大於 51 歲至 60 歲組別、18 至 30 歲組別顯著大於 60 歲以上組別、31 至 40 歲組別顯著大於 51 歲至 60 歲組別；在心理韌性方面，18 至 30 歲組別顯著小於 51 至 60 歲組別、18 至 30 歲組別顯著小於 60 歲以上組別、31 歲至 40 歲組別顯著小於 60 歲以上組別、41 歲至 50 歲組別顯著小於 60 歲以上組別；在生涯自我效能方面，18 至 30 歲組別顯著小於 51 至 60 歲組別、18 至 30 歲組別顯著小於 60 歲以上組別、31 歲至 40 歲組別顯著小於 51 至 60 歲組別、31 歲

至 40 歲組別顯著小於 60 歲以上組別、41 至 50 歲組別顯著小於 60 歲以上組別、51 至 60 歲組別顯著小於 60 歲以上組別。

(二) 不同職業類型之成人童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異情形

不同職業類型之成人童年逆境經驗者在嚴謹性、神經質、開放性、心理韌性以及生涯自我效能等五向度上有顯著差異；不同職業類型之成人童年逆境經驗者在外向性、友善性上則沒有顯著差異。如表 5-1-2 摘要所示。

在嚴謹性方面，觀光旅宿業顯著大於無職業；在神經質方面，學生顯著大於退休、學生顯著大於科技製造業；在開放性方面，廣告行銷業顯著大於餐飲業，學生顯著大於餐飲業；在心理韌性方面，退休顯著大於無職業；在生涯自我效能方面，軍公教顯著大於無職業、科技製造業顯著大於無職業、退休顯著大於無職業。

(三) 不同工作性質之成人童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異情形

不同工作性質之成人童年逆境經驗者在嚴謹性、神經質等兩向度上有顯著差異；不同工作性質之成人童年逆境經驗者在外向性、友善性、開放性、心理韌性以及生涯自我效能上則沒有顯著差異。如表 5-1-2 摘要所示：在嚴謹性方面，全職工作組別顯著大於無工作組別、鐘點工作組別顯著大於臨時工作組別；在神經質方

面，雖然 F 考驗達顯著差異的水準，但經過事後考驗後，發現各組間則並無顯著差異。

(四) 不同工作任職時間之成人童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之差異情形

不同工作任職時間之成人童年逆境經驗者在嚴謹性、心理韌性以及生涯自我效能等三向度上有顯著差異；不同工作任職時間之成人童年逆境經驗者在外向性、友善性、神經質、開放性上則沒有顯著差異。如表 5-1-2 摘要所示：在嚴謹性方面，雖然 F 考驗達顯著差異的水準，但經過事後考驗後，發現各組間則並無顯著差異；在心理韌性方面，待業中組別顯著小於任職 9 至 12 年組別、待業中組別顯著小於任職 12 年以上組別；在生涯自我效能方面，待業中組別顯著小於任職 9 至 12 年組別、待業中組別顯著小於任職 12 年以上組別。

表 5-1-2

整體單因子變異數分析顯著差異內容摘要表

至少一項 ACEs	外向性	友善性	嚴謹質	神經質	開放性	心理韌性	生涯自我效能
年齡	51-60 歲 > 18-30 歲	51-60 歲 > 18-30 歲	60 歲以上 > 18-30 歲	18-30 歲 > 41-50 歲		51-60 歲 > 18-30 歲	51-60 歲 > 18-30 歲
	51-60 歲 > 31-40 歲	51-60 歲 > 31-40 歲		18-30 歲 > 51-60 歲		60 歲以上 > 18-30 歲	60 歲以上 > 18-30 歲
				18-30 歲 > 60 歲以上		60 歲以上 > 31-40 歲	60 歲以上 > 31-40 歲
				31-40 歲 > 51-60 歲		60 歲以上 > 41-50 歲	60 歲以上 > 41-50 歲
職業 類型			觀光旅宿 > 無職業	學生 > 退休 學生 > 科技製造業	廣告行銷 > 餐飲業 學生 > 餐飲業	退休 > 無職業	軍公教 > 無職業 科技製造業 > 無職業 退休 > 無職業
	工作 性質		全職工作 > 無工作 鐘點工作 > 臨時工作	*各組間無顯著差異			
工作 任職 時間			*各組間無顯著差異			9-12 年 > 待業中 12 年以上 > 待業中	9-12 年 > 待業中 12 年以上 > 待業中

五、人格特質、心理韌性與生涯自我效能之相關

(一) 成人童年逆境經驗者在人格特質與心理韌性之相關分析結果

成人童年逆境經驗者之人格特質中的每一個人格向度皆與心理韌性有中度顯著的相關。心理韌性與外向性、友善性、嚴謹性以及開放性為中度顯著之正相關，即當成人童年逆境經驗者之外向性程度、友善性程度、嚴謹性程度或是開放性程度越高時，其對心理韌性的程度也就越高；心理韌性與神經質則為中度顯著的負相關，即當成人童年逆境經驗者之神經質程度越高時，其對心理韌性的程度則越低。其中心理韌性與外向性及嚴謹性之相關係數高於其與友善性及開放性之相關係數。

(二) 成人童年逆境經驗者在人格特質與生涯自我效能之相關分析結果

成人童年逆境經驗者之人格特質當中的每一個人格向度亦與生涯自我效能有中度顯著的相關，生涯自我效能與外向性、友善性、嚴謹性以及開放性為中度顯著之正相關，即當成人童年逆境經驗者之外向性程度、友善性程度、嚴謹性程度或是開放性程度越高時，其對生涯自我效能的程度也就越高；生涯自我效能與神經質則為中度顯著的負相關，即當成人童年逆境經驗者之神經質程度越高時，其對生涯自

我效能的程度則越低。其中生涯自我效能與外向性及嚴謹性之相關係數高於其與友善性及開放性之相關係數。

(三) 成人童年逆境經驗者在心理韌性與生涯自我效能之相關分析結果

心理韌性與生涯自我效能亦呈現中度顯著的正相關，其相關係數為 .70。即當成人童年逆境經驗者之心裡韌性程度越高時，其對生涯自我效能的程度也就越高。

(四) 童年逆境經驗之有無在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之相關分析結果

果討論

首先將成人童年逆境經驗者之相關分析結果，與成人無童年逆境經驗者之相關分析結果作對比，在人格特質與心理韌性之相關分析方面，兩組數據在外向性、嚴謹性、友善性以及開放性的人格特質對心理韌性的影響差距不大，而兩組數據在神經質對心理韌性的影響則差異較大，彼此差距具有小效果程度，表示童年逆境經驗者之神經質人格特質比起無童年逆境經驗者之神經質人格特質，對心理韌性有更強的負向影響。其次，在人格特質與生涯自我效能之相關分析方面，發現兩組數據在外向性、嚴謹性以及開放性的人格特質對生涯自我效能的影響差距不大，而兩組數據在友善性及神經質對生涯自我效能的影響則差異較大，彼此差距具有小效果程度，表示童年逆境經驗者之友善性人格特質比起無童年逆境經驗者之友善性人格特質，對生涯自我效能有更強的正向影響；而無童年逆境經驗者之神經質人格特

質比起童年逆境經驗者之神經質人格特質，對生涯自我效能有更強的負向影響。最後，在心理韌性與生涯自我效能之相關分析方面，兩組數據顯示彼此相關差距不大，但各自達到大效果之正相關。

六、人格特質、心理韌性與生涯自我效能之中介

本研究之迴歸分析結果顯示。因此，心理韌性完全中介成人童年逆境經驗者的人格特質之友善性與生涯自我效能；心理韌性部分中介成人童年逆境經驗者的人格特質之外向性、嚴謹性、神經質、開放性四者與生涯自我效能。

在中介效果方面，心理韌性可完全中介成人童年逆境經驗者的人格特質之友善性與生涯自我效能，也就是說成人童年逆境經驗者的友善性之人格特質，並不會直接影響成人童年逆境經驗者的生涯自我效能，但是當成人童年逆境經驗者擁有較高程度的友善特質或者試圖發展友善性特質時，也就愈能夠激發個人心理韌性，進而提高其對生涯自我效能的程度。心理韌性可部分中介成人童年逆境經驗者的人格特質之外向性、嚴謹性、神經質、開放性與生涯自我效能，也就是說成人童年逆境經驗者是否有外向性、嚴謹性、神經質與開放性之人格特質的特質，皆會影響其與生涯自我效能的程度，且兩者之間的關聯性受到心理韌性的影響。

第二節 實務意涵與建議

一、研究之實務意涵

(一) 整體樣本分析結果

本研究採取便利取樣的方式透過網路平台收集研究樣本，盡力收集各年齡組間的樣本，以及趨近相同的性別比例，最後收集到 739 份有效樣本，其中男女比例約為 4：6。值得注意的是，透過童年逆境經驗問卷可知至少一項童年逆境經驗者佔 45%，四項以上童年逆境經驗者佔 5.8%，此結果與大多數國外文獻相比，發現在成人至少一項童年逆境經驗者，以及成人四項以上童年逆境經驗者的比例皆稍少（Brockie et al., 2015; Felitti et al., 1998; Grigsby et al., 2020）。但推測得知臺灣可能有接近半數的成人有過至少一項童年逆境經驗，有接近 5 至 6% 的成人曾經歷四項以上童年逆境經驗：得知這樣的結果會是相當重要的訊息，因為這使我們可以想像整體臺灣成人的身心健康狀況，且綜合近十年來的出生率、兒少保通報案以及其他層面的社會變遷來看，臺灣未來在成人童年逆境經驗者的比例亦可能會越來越趨近國外的研究結果，也就是不論任何童年逆境程度皆可能有上升的趨勢。

(二) 勾勒成人童年逆境經驗者之樣貌

童年逆境經驗者與完全沒有童年逆境經驗者在本研究中最大的差異在神經質特質程度較高，在外向特質、友善特質、嚴謹程度、心理韌性與生涯自我效能程度皆低，以及自覺健康方面（不論自覺身體健康、自覺情緒困擾、自覺失眠困擾、曾有自殺念頭）皆差。此結果讓我們可以想像一個成人童年逆境經驗者，極有可能在個性上較內向、情緒敏感、保守、多疑、以個人為中心、控制欲較強、散漫、漫無目的、粗心與意志薄弱等（Costa & McCrae, 1986），而這很有可能為童年時期的創傷有關（Cobb-Clark & Schurer, 2012），且這些特質直接影響一個人在生理、認知、情緒、行為上有負面的表現與感受，嚴重影響一個人的身心健康（哈里斯，2018/2018；Agid et al., 1999; Anda et al., 2002; Dube et al., 2001; Felitti et al., 1998; Kendler et al., 1992; Kessler et al., 2010）；由於特質與身心狀況不佳的關係，間接可能影響個體堅忍的狀態較差、對人際關係感到不安全、情緒管理欠佳與喪失生活上的控制感，導致個體在心理韌性的程度比完全沒有童年逆境經驗的人還差；而童年創傷經驗以及童年逆境經驗者的特質也同時會導致一個人在生涯上的發展與選擇，優柔寡斷則被發現與神經質特質呈現正相關（Di Fabio et al., 2015; Feldt et al., 2011; Hirschi & Hermann, 2013; Tokar et al., 1998），與外向性特質呈現負相關（Di Fabio et al., 2015; Feldt et al., 2011; Hirschi & Hermann, 2013），以及與嚴謹性呈現負相關（Feldt et al., 2011; Hirschi & Hermann, 2013）。即一個人神經質特質越高、

外向性特質越低及嚴謹性特質越低，就越有可能在生涯選擇上猶豫不決，這也連帶影響在生涯自我效能的程度越低，導致個體在生涯上可能有較不適應的情況發生。

(三) 童年逆境經驗之性別差異

本研究結果發現成人童年逆境經驗之女性在外向特質、神經質特質、心理韌性、生涯自我效能、自覺健康（不論自覺身體健康、自覺情緒困擾、自覺失眠困擾、曾有自殺念頭）皆顯著差於男性，且當篩選經歷四項以上童年逆境經驗者時，女性特別在神經質特質上顯著低於男性，除了驗證童年逆境經驗有累計加成的負向影響外（Brockie et al., 2015），也更加證實逆境經驗程度較高的女性在絕望感上高於男性的研究發現（Haatainen et al., 2003）。這呈現出女性比起男性，可能更喜歡花時間與自己獨處、保守、安靜、獨立、易猜忌、以個人為中心以及控制欲較強，由於創傷經驗、高敏感情緒、社會性別框架與歧視、對人際關係的不信任，使得女性可能有更多身心狀況不良的狀況，間接影響其於心理韌性與生涯自我效能的程度低落，導致童年逆境經驗的成人女性比起男性可能在生活上有更多的不適應現象。

(四) 童年逆境經驗者的背景變項在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之影響

本研究發現在年齡、職業類型、工作性質以及工作任職時間等背景變項上皆有部分顯著差異。在年齡上可以發現年紀越大的人在嚴謹性、外向性以及友善性的特質程度皆高於年紀越低的人，而年紀越低的人在神經質的特質程度則顯著高於年

紀越大的人。由於嚴謹性與外向性越高能夠預測個體在生涯選擇與工作能力越適應 (Kelifa et al., 2021) ，且隨著年齡的增長經歷過更深更廣的視野，待人接物的智慧也隨之提升，整體呈現神經質程度更低，而外向性、友善性、嚴謹性與開放性上升的情況 (Rantanen et al., 2007) ，本研究之相關研究亦發現心理韌性與生涯自我效能在人格特質之外向性、友善性、嚴謹性與開放性皆有正相關，與神經質則有負相關，因此年紀越大的人在心理韌性與生涯自我效能的程度皆也比年紀越小的人高。而職業類型上發現成人童年逆境經驗者有傾向選擇保守、薪資與職涯發展穩定 (Yuan & Li, 2020) ，以及可能偏向助人相關的職業 (Bryce et al., 2021) ，如軍公教、服務業、醫療保健業。工作性質上發現從事全職工作與鐘點工作之嚴謹性皆顯著高於無工作與臨時工作。而在工作任職時間則發現任職 9 至 12 年以及 12 年以上的組別在心理韌性與生涯自我效能上皆顯著大於待業人士。整體而言，從背景變項於人格特質、心理韌性與生涯自我效能的影響，可以想像童年逆境經驗貫穿人的一生，在成人童年逆境經驗者的生涯中，從童年遭受到創傷事件，成年後在高等教育求學期間或社會新鮮人階段，由於職涯面臨許多選擇與轉換，職能與經濟上面臨更高一層的挑戰，此時神經質程度最高，之後隨著就業與生活的穩定、人際關係與生命智慧的建立與正向發展，可能在人格特質上有調適的效果，使個體變得更加成熟、負責、對有人生目標與規劃、有精力、熱情、自信以及願意信任他人，進而可能增加個體的心理韌性與生涯自我效能。

(五) 童年逆境經驗者在人格特質、心理韌性與生涯自我效能之相關

本研究發現心理韌性和外向特質、友善特質、嚴謹特質與開放性有正相關，與神經質特質有負相關；生涯自我效能和外向特質、友善特質、嚴謹特質與開放性有正相關，與神經質特質有負相關；心理韌性與生涯自我效能有高度正相關。而心理韌性於友善性和生涯自我效能間起完全中介作用，於外向性、嚴謹性、開放性以及神經質和生涯自我效能間起部分中介作用。雖然童年逆境經驗可能影響個體神經質程度較高，而導致心理韌性與生涯自我效能的程度被拉低；但其他中度正相關的特質還有外向性、友善性與嚴謹性，仍可以期待透過不同教育、輔導、治療、關係連結、設定目標與完成、從事志願服務工作等方式去增加自己在外向性、友善性與嚴謹性的特質程度，進而提升心理韌性與生涯自我效能的可能，除此之外，心理韌性作為人格特質與生涯自我效能的中介，已證實可透過訓練或轉化正向特質，促使個體在生活中有更好的適應，以介入提升心理韌性，來達到更好的生涯自我效能。

二、各層面之實務建議

(一) 針對社會大眾

在研究結果當中可以看見童年逆境經驗者佔約半數，且在自覺健康四項層面：身體健康、情緒困擾、失眠困擾與曾有自殺念頭皆有顯著影響，以及神經質人格特質較高、心理韌性較低、生涯自我效能較低，也就是說一個人的童年逆境經驗，除

了可以預測未來的身心狀況，也可能影響個體未來職涯發展。我國行政院已於民國 107 年 2 月 26 日核定「強化社會安全網計畫」，該計畫為結合政府各部門力量，建構一張綿密的安全防護網，以扶持社會中的弱勢族群，「強化社會安全網」就像是堅韌的骨架，在預防勝於治療的觀點之下，該政策以系統合作的模式預防脆弱家庭的危機，但在骨架之上，本研究認為仍需更積極結合民間團體、社區以及一般大眾的力量，才能共同縫製真正可以遮風避雨的傘布，如以充實童年逆境經驗、創傷知情與創傷療癒等相關知識為縱，以發揮個人影響力如營造正向家庭氣氛、跨系統溝通或實際參與志工活動為橫，才能將社會上童年逆境經驗者的創傷衝擊減緩到最小，進而達到減少社會醫療成本與安全風險，且增加社會和諧與競爭力的目的。

(二) 針對專業輔導人員

本研究可以增進專業輔導人員對成人童年逆境經驗者的理解，也提供其對該族群心理評估的參考架構。從心理韌性的結果發現中老年比初入社會的人高，生涯自我效能的結果也發現任職一項工作越久甚至退休比完全沒有工作者高，所有人格特質皆透過心理韌性以更好地提升生涯自我效能，本研究心理韌性之面向包括：個人能力、相信自我本能（情緒管理）、正向接納改變與安全人際關係、控制感與靈性影響。因此透過本研究結果，除了可以重新省思介入的理論架構，也能夠提醒避免輕忽有童年逆境經驗的當事人，特別是 18 至 30 歲於神經質程度為高峰的族群，在身心健康與複雜性壓力創傷症候群上的影響，在一般情況下 18 至 30 歲原

本就容易產生成年危機的情況，但從研究結果發現童年逆境經驗者在神經質、心理韌性、生涯自我效能與自覺健康的狀態皆差於完全沒有童年逆境經驗的人，因此可以推測童年逆境經驗者比起一般人，更有可能承受負向身心健康的高風險，而間接損害其心理韌性與生涯自我效能，造成職能上的傷害。

(三) 針對教育工作者

於個體成長的過程中，校園為家庭外另一個重要的場域。本研究結果可以發現童年逆境經驗並不少見，在校園之中可能接近半數的孩子都有這樣負面的經驗，而這樣的經驗會不利於孩子的成長，乃至成年之後仍可能有身心狀況的不良影響，因此，在面對有童年逆境經驗的孩子應該看到他（她）的一生，而非只是現階段的狀態。建議現場教育工作者以「創傷知情」、「及早介入」、「替代性滋養」的方式協助有負向經驗的孩子，在知悉這些負向經驗對孩子未來的影響層面，提供安全、信任以及賦能的理解，再配合系統合作（學務處、教務處、輔導室、各科教師、專輔老師、心理師、醫療人員、警政、社政、家人等）來協助有逆境經驗的孩子。

(四) 針對人力資源工作者

研究結果可以發現，近半數成人有童年逆境經驗，而這樣的經驗默默影響了一個人的身心健康，以及在生涯上的自我效能。因此人資在「選、用、育、留」的工作管理中，必需考量到這是一個龐大且無可避免的問題，如同國家一般，工作組織

也會面臨人員所帶來的隱形成本，因此發展「員工協助方案（Employee Assistance Program, EAP）」是一個勢在必行的任務，在組織中重視員工身心健康的福祉，除例行身體健康檢查，引入心理專業資源，到透過宣導與活動改善整體組織正向和諧的氣氛，都有助於組織的向上發展。

（五）針對成人童年逆境經驗者

本研究樣本回收有近半數的人有至少一項童年逆境經驗，而四項以上童年逆境經驗者佔 6% 左右，且推估此比率在未來仍有增加的趨勢。研究者本人正是在童年逆境經驗問卷中得分四分以上的當事人，回想童年的成長經驗與生涯發展跌宕的心情，藉由本次完整的研究過程進行沈澱與省思，研究者認為對於成人童年逆境經驗者而言，直面過去負向經驗與感受，並於此同時理解與統整會是最重要的事情，如透過本研究脈絡理解童年逆境經驗可能帶來的影響，或者在身心皆安全的情境下進行早期創傷的統整書寫或藝術創作，促進個人發自內心接納已然的事實與自身的感受，允許自己有任何情緒的流動與需要休息的時候，並鼓勵自己嘗試透過如接受與承諾療法（Acceptance and Commitment Therapy, ACT）、辯證行為治療（Dialectical Behavior Therapy, DBT）、眼動減敏與歷程更新療法（Eye Movement Desensitization and Reprocessing, EMDR）、內在家庭系統療法（The Internal Family Systems, IFS）、藝術治療、園藝治療、正念冥想等多元且正向的方式療癒自己。

而根據本研究結果，提升心理韌性有助於增進生涯自我效能，且心理韌性中介於人格特質與生涯自我效能。因此除了嘗試經營一些溫暖且正向的人際關係外，透過人格特質在外向性、友善性、嚴謹性、開放性上的培養與刻意訓練，如在日常生活中觀察各種人事物、閱讀人物傳記書籍或者欣賞電影紀錄片等，向歷史偉人、時代傑出人物以及自己欣賞與尊敬的對象學習，尤其以外向性、友善性與嚴謹性的培養，有助於提高成就動機與社交技巧，開放性則能提升個人創造力與擴展問題解決的思維，以能間接提升個體在心理韌性與生涯自我效能的程度。

背負童年傷痛的過程難免挫折與辛苦，調適與改變的過程更是需要比一般人勞費心力，此時更要溫柔地提醒自己運用改變的三個小原則：「一次處理一個問題」、「從小步開始」、「慢慢前進」（吉伯特—艾略特，2021/2020）。同時，讓自己在面對生涯迷惘、挫敗與不自信的時候，受用於「曾經走過的路都不會白費」、「困難是礁石，海水敢於進擊才能激起美麗的浪花」、「做事不怕難，自無難人事」等自我肯定的佳句，鼓勵自己選擇適合個人性向和興趣的工作領域，爭取有穩定職業發展的正職工作為主，並且持之以恆累積個人工作資歷，將有助於提升個人整體的生涯自我效能。歌德說：「大自然把人們困在黑暗之中，迫使人們永遠嚮往光明」，很多時候我們的童年逆境經驗無法選擇，但相信這些可怕與灰暗的經驗都會在某處盛放美麗的花朵，如曾有研究指出童年逆境經驗與助人工作的關聯性(Bryce et al., 2021)，這樣的生涯召喚，又如詩人 Leonard Cohen 在《Anthem》的歌詞中

唱出：「萬物皆有裂痕，那是光進來的地方」一般，相信在每一位童年逆境經驗者的生命裡都能盛放既溫暖又獨特的個人天賦。

第三節 研究限制與未來研究之建議

一、關於研究對象

在研究中共收集 739 份有效問卷，其中童年逆境經驗者占 45%，無童年逆境經驗占 55%。而童年逆境經驗者當中男性占 37.3%，女性占 62.7%，性別比例稍嫌不均衡的狀態，可能導致統計結果受到資料收集程序上的缺失而有不準確的可能。未來若有機會在樣本收集上兼顧性別的平衡，將可得到較為準確的性別差異內容。

二、關於童年逆境經驗的異質性

本研究透過 Felitti 等人 (1998) 的童年逆境經驗問卷來篩選出童年逆境經驗者，該問卷最初以透過大數據歸納出最為影響身心健康的童年逆境面向來設計，然而每一項童年逆境經驗的嚴重程度可能都不一樣。如：「你覺得家庭裡沒有一個人愛你、認為你是重要或特別的，或是你覺得家裡的人並不彼此照料、彼此間並不親密或是支持對方？」與「你的父或母或其他住在家裡的大人，時常（或常常）推你、抓你、摑掌、朝你丟東西、或甚至是打你讓你身上有傷痕瘀血或嚴重受傷？」的程度可能不一樣，甚至一道題目中會有兩種不同程度的描述，如：「你的父或母或其

他住在家裡的大人，時常（或常常）以你不喜歡的方式碰觸你的身體，或是要你碰觸他／她的身體，或是要求你做任何性相關的行為像是口交、肛交、或是性交？」，性騷擾與性猥褻和性侵害是不同程度的侵害。因此童年逆境經驗問卷的評分可能簡化了風險，或忽略經驗可能同時發生（Lacey & Minnis, 2020），近期有越來越多研究以潛在類型分析（LCA）的方式探究逆境經驗間的關聯（Ho, 2019; Lin, 2021; Witt et al., 2016），因此研究者認為未來可以嘗試以潛在類型分析相關逆境經驗分類，並進一步探究其與人格特質、心理韌性以及生涯自我效能之間的關係。

三、關於研究工具的選擇

本研究在人格特質方面選用僅十五題的中文版簡式五大人格量表作為測驗工具，雖然能夠增加受試者填答意願與便利性，但因為該量表總共五個向度，每個向度只回答三題，又每個題幹的敘述反映為各別五大人格描述的部分特質，在本研究中 BFI-15 之信度分析 Cronbach's α 達到 .74，但在神經質第十題「擔心很多的」之相關 < 0.2 ，且統計結果呈現刪除其餘兩道神經質之題目 Cronbach's α 都會有提升的現象。最後考量整體測驗信度尚佳，且單一面向僅只有三道題目的緣故而不刪任何一道題目。因此該量表雖已有編修作者在信效度上的背書，但研究者仍認為有機會能以原始的 44 題版本進行測量會較為適當。



參考文獻

- Robinson, J. P., & Shaver, P. R. (1997) : 《性格與社會心理測驗總覽》(楊中芳譯)。遠流出版社。(原著出版年:1973) [Robinson, J. P., & Shaver, P. R. (1997). *Measures of social psychological attitudes* (Z.-F. Yang, Trans.). Yuan-Liou Publishing. (Original word published 1973)]
- 內政部戶政司 (2021) : 〈各縣市鄉鎮市區出生數、死亡數、結婚數及離婚數統計表〉。 <https://www.ris.gov.tw/app/portal/346>。 [Department of Household Registration, MOI. (2021). *Statistics on births, deaths, marriages and divorces by county, city, and town*. <https://www.ris.gov.tw/app/portal/346>]
- 王松輝、王作仁、徐淑婷、王敏行 (2017) : 〈中文版 Connor-Davidson 復原力量表之信效度分析〉。《復健諮商》, 8, 47-71。 [Wang, S.-H., Wang, T.-J., Hsu, S.-T., & Wang, M.-H. (2017). Reliability and validity of the Chinese version of the Connor-Davidson Resilience Scale. *Rehabilitation Counseling*, 8, 47-71.]
- 王淑女 (2011) : 《國中教師自我復原力、教師效能感與幸福感關係之研究》(未出版之碩士論文)。國立彰化師範大學。 [Wang, S.-N. (2011). *A study of the relationships among ego-resiliency, teacher efficacy and well-being* (Unpublished master's thesis). National Changhua University of Education.]
- 王紹穎 (2007) : 《自我感、復原力與創傷後症狀之關聯性研究:以燒傷病人為例》(未出版之碩士論文)。國立臺灣大學。 [Wang, S.-Y. (2007). *Associations of sense of self, resilience and posttraumatic stress symptoms among burn patients* (Unpublished master's thesis). National Taiwan University.] <https://doi.org/10.6342/NTU.2007.00229>

- 王琬茶、盧台華、吳裕益（2010）：〈國小學生復原力量表之信效度及測量恆等性檢定〉。《測驗統計年刊》，18，23–45。[Wang, S.-F., Lu, T.-H., & Wu, Y.-Y. (2010). Evaluating the measurement invariance of the scale of resilience for primary school students. *Journal of Research on Measurement and Statistics*, 18, 23–45.] <https://doi.org/10.6773/JRMS.201006.0023>
- 王濬楷（2013）。《國中生人格特質、網路成癮和復原力之研究》（未出版之碩士論文）。國立雲林科技大學。[Wang, J.-K. (2013). *The study of personality traits, internet addiction and resilience among junior high school students* (Unpublished master's thesis). National Yunlin University of Science and Technology.]
- 田秀蘭、郭乃文（2002）：〈「成人生涯認知量表」之發展及其效度研究〉。《測驗年刊》，49，19–38。[Tien, H.-L. S., & Kao, N.-W. (2002). The development and validation of the adult career cognitive scale. *Psychological Testing*, 49, 19–38.]
- 吉伯特—艾略特（2021）：《療癒次級創傷：助人工作者的自我療癒指南》（陳映廷、陳怡君譯）。遠流出版社。（原著出版年：2020）[Gilbert-Eliot, T. (2021). *Healing secondary trauma: proven strategies for caregivers and professionals to manage stress, anxiety, and compassion fatigue* (Y.-T. Chen & Y.-J. Chen, Trans.). Yuan-Liou Publishing. (Original word published 2020)]
- 池進通、李鴻文、陳芬儀（2008）：〈五大人格特質與工作績效關係之研究〉。《經營管理論叢》，4（2），1–9。[Chih, J.-T., Lee, H.-W., & Chen F.-Y. (2008). The relationship between big the relationship between big five model and job performance. *Operating Management Reviews*, 4(2), 1–9.] [https://doi.org/10.6872/OMR.200812_4\(2\).0001](https://doi.org/10.6872/OMR.200812_4(2).0001)

- 余民寧、陳柏霖、湯雅芬（2012）：〈大學生心理資本量表編製及其相關因素之研究〉。《教育研究與發展期刊》，8（4），19–52。[Yu, M.-N., Chen, P.-L., & Tang Y.-F. (2012). The construction and application of psychological capital scale for college students. *Journal of Educational Research and Development*, 8(4), 19–52.] [https://doi.org/10.6925/SCJ.201212_8\(4\).0002](https://doi.org/10.6925/SCJ.201212_8(4).0002)
- 吳伯軒（2017）：《生涯決策自我效能對生涯敬業之影響—以生涯調適力與生涯復原力為中介變項》（未出版之碩士論文）。國立臺灣師範大學。[Wu, B.-X. (2017). *The relationships between career decision making self-efficacy and career engagement: The mediating role of career adaptability and career resilience* (Unpublished master's thesis). National Taiwan Normal University.]
- 李仁豪、鍾芯瑜（2020）：〈中文版簡式「五大人格量表」BFI的發展〉。《測驗學刊》，67，271–299。[Li, R.-H., & Chung, H.-Y. (2020). The development of a chinese shortened version of the big five inventory (BFI). *Psychological Testing*, 67, 271–299.]
- 沃克（2020）：《第一本複雜性創傷後壓力症候群自我療癒聖經：在童年創傷中求生到茁壯的恢復指南》（陳思含譯）。柿子文化出版社。（原著出版年：2013）[Walker, P. (2020). *Complex PTSD: From surviving to thriving: A guide and map for recovering from childhood trauma* (S.-H. Chen, Trans.). Persimmon Cultural Enterprise. (Original word published 2013)]
- 孤草（2001）：《逆境心理學》。大眾文藝出版社。[Gu, C. (2001). *Ni jing xin li xue*. Popular Literature and Art Publishing House.]
- 林奕含（2017）：《房思琪的初戀樂園》。游擊文化出版社。[Lin, Y.-H. (2017). *Fang Si-Qi's first love paradise*. Guerrilla Publishing.]
- 林秋蘭、鍾秀梅、潘韋齊（2011）：〈收容少年受虐待及疏忽經驗研究——以桃園少輔院為例〉。《矯政期刊》，創刊號，101–152。[Lin, C.-L., Chung,

H.-M., & Pan W.-C. (2011). Study on child abuse and neglect experiences among the juvenile criminals in the Taoyuan reform school. *Journal of Corrections, Initial Issue*, 101–152.]

[https://doi.org/10.6905/JC.201107_0\(0\).0004](https://doi.org/10.6905/JC.201107_0(0).0004)

林清文（2003）：〈復原力〉。《教育研究月刊》，112，149–150。[Lin, C.-W. (2003). Resilience. *Journal of Education Research*, 112, 149–150.]

社團法人臺灣憂鬱症防治協會（2020）：〈負面童年經驗量表〉。《協會通訊》，19（4），14。

<https://www.depression.org.tw/files/communication/paper.pdf/19-04-pro.pdf>

[Taiwan Association Against Depression. (2020). Adverse childhood experiences questionnaires. *Newsletter of Taiwan Association Against Depression*, 19(4), 14.

<https://www.depression.org.tw/files/communication/paper.pdf/19-04-pro.pdf>

邱雅琴（2020）：《國中專任輔導教師的生涯自我效能，專業承諾與復原力之相關研究》（未出版之碩士論文）。國立臺中教育大學。[Chiu, Y.-C. (2020). *A study on the relationships among career self-efficacy, professional commitment and resilience of junior high school counselors* (Unpublished master's thesis). National Taichung University of Education.]

哈里斯（2018）：《深井效應：治療童年逆境傷害的長期影響》（朱崇旻譯）。究竟出版社。（原著出版年：2018）[Harris, N. B. (2018). *The deepest well: Healing the long-term effects of childhood adversity* (C.-M. Zhu, Trans.). Athena Press. (Original word published 2018)]

韋伯（2018）：《童年情感忽視：為何我們總是渴望親密，卻又難以承受？》（張佳茶譯）。橡實文化出版社。（原著出版年：2017）[Webb, J. (2018).

Running on empty: Overcome your childhood emotional neglect (J.-F. Zhang, Trans.). Acorn International Publishing. (Original word published 2017)]

逆境 (2021) : 《教育部重編國語辭典修訂本》。國家教育研究院教育部國語編國語辭典修訂本網站。

<https://dict.revised.moe.edu.tw/dictView.jsp?ID=57518&q=1&word=逆境> [Ni Jing. (2021). In *the nature of the mandarin chinese dictionary*. The website of National Academy for Educational Research.

<https://dict.revised.moe.edu.tw/dictView.jsp?ID=57518&q=1&word=逆境>]

培理、薩拉維茲 (2018) : 《遍體鱗傷長大的孩子，會自己恢復正常嗎？：兒童精神科醫師與那些絕望、受傷童年的真實面對面；關係為何不可或缺，又何以讓人奄奄一息！》 (張馨方譯)。柿子文化出版社。(原著出版年：2017) [Perry, B. D., & Szalavitz M. (2018). *The boy who was raised as a dog* (X.-F. Zhang, Trans.). Persimmon Cultural Enterprise. (Original word published 2017)]

張春興 (2013) : 《現代心理學》 (重修版)。東華書局。[Chang, C.-H. (2013). *Modern psychology* (Revised Version). Tung-Hua.]

張越翔 (2013) : 《人格特質、復原力、霸凌經驗對霸凌因應之研究》。國立中正大學。[Chang, Y.-H. (2013). *A study on the influence of personality traits, resilience and bullying experience on life adaptation ability*. National Chung Cheng University.]

陳惠玉 (2005) : 《大學生人格特質與職業興趣關係之研究》 (未出版之碩士論文)。大葉大學。[Chen, H.-Y. (2005). *The relationship between personality traits and vocational interests for college students* (Unpublished master's thesis). Dayeh University.]

- 陳慧翎（導演）、吳曉樂（原作）（2018）：《你的孩子不是你的孩子》（電視劇）。移動小姐文字光影創作室。[Chen, H.-L. (Director), & Wu, X.-L. (Writer). (2018). *On children* (Television series episode). TimeLine Studio.]
- 陳錦錫（2017）：《大專生生涯自我效能、復原力與幸福感之相關研究》（未出版之碩士論文）。國立高雄師範大學。[Chen, J.-S. (2017). *A study on the relationships among career self-efficacy, resilience, and well-being of college students* (Unpublished master's thesis). National Kaohsiung Normal University.]
- 陶歡歡（2009）：〈復原力（Resilience）研究的回顧〉。《襄樊職業技術學院學報》，8（5），80–84。[Tao, H.-H. (2009). The evolution of the research on resilience. *Journal of Xiang fan vocational and Technical College*, 8(5), 80–84.]
- 楊佩瑄、馮瑞鶯、馮明珠、盧巧庭、黃弘暄（2015）：〈兒時受虐經驗對機構少女罹患愛滋病／性病高風險行為與憂鬱之影響〉。《護理暨健康照護研究》，11，224–233。[Yang, P.-H., Feng, J.-Y., Feng, M.-C., Lu, C.-T., & Huang, H.-S. (2015). The impact of child abuse experience on the AIDS/STD-related risk behaviors and depression of adolescent girls in a halfway house. *Journal of Nursing & Healthcare Research*, 11, 224–233.]
<https://doi.org/10.6225/JNHR.11.3.224>
- 楊毅、歐陽娜（2006）：〈國外關於復原力的研究綜述〉。《中國臨床心理學雜誌》，14，539–541。[Yang, Y., & Ouyang, N. (2006). A review on researches on resiliency abroad. *Chinese Journal of Clinical Psychology*, 14, 539–541.]
- 詹雨臻、葉玉珠、彭月茵、葉碧玲（2009）：〈「青少年復原力量表」之發展〉。《測驗學刊》，56，491–518。[Chan, Y.-C., Yeh, Y.-C., Peng Y.-Y., & Yeh B.-L. (2009). The development of the "inventory of adolescent resilience". *Psychological Testing*, 56, 491–518.]
<https://doi.org/10.7108/PT.200912.0491>

衛生福利部保護服務司（2021）：〈兒少保護通報案件來源及分流處理情形〉。

<https://dep.mohw.gov.tw/dops/lp-1303-105-xCat-cat04.html> [Department of Protective Services, MHW. (2021). *Child protection report case source and triage treatment situation*. <https://dep.mohw.gov.tw/dops/lp-1303-105-xCat-cat04.html>]

鄧景宜、曾旭民、李怡禎、游朝舜（2011）：〈"International English Big-Five

Mini-Markers"之繁體中文版量表發展〉。《管理學報》，28，579–615。

[Teng, C.-I., Tseng, H.-M., Li, I.-C., & Yu, C.-S. (2011). International English big-five mini-markers: Development of the traditional Chinese version. *Journal of Management*, 28, 579–615.] <http://doi.org/10.6504/JOM.2011.28.06.04>

鄭佳琳（2017）：《醫院志工的心理復原力與自我效能之相關研究——以高雄市

為例》（未出版之碩士論文）。樹德科技大學。[Cheng, C.-L. (2017). *A study on the relationship between psychological resilience and self-efficacy of hospital volunteers-taking kaohsiung city as an example* (Unpublished master's thesis). Shu-Te University.]

蕭文（1999）：〈災變事件的前置因素對心理復健的影響——復原力的探討與建

構〉。《測驗與輔導》，156，3249–3253。[Hsiao, W. (1999). The influence

of antecedent factors before catastrophic events on psychological recovery:

Discussion and construction of resilience. *Ce Yan Yu Fu Dao*. 156, 3249–3253.]

賴珍琳（監製）、施立（導演）（2019）：《野雀之詩》（電影）。一顆星工作

室有限公司。[Lai, Z.-L. (Producer), & Shi, L. (Director). (2019). *Wild sparrow* (Movie). Dot Connect Studio.]

譚子文、董旭英（2009）：〈目睹婚姻暴力和臺灣都會區國中生受虐程度關聯性

之研〉《青少年犯罪防治研究期刊》，1（2），101–137。[Tan, T.-W., &

Tung, Y.-Y. (2000). The relationship between experiences of spousal violence

and exposed to child abuse for junior high school students in the taiwanese metropolitans. *Journal of Research in Delinquency and Prevention*, 1(2), 101–137.] <https://doi.org/10.29751/JRDP.200912.0005>

Adversity. (2021). In *Merriam-Webster online dictionary*. Merriam-Webster.

<https://www.merriam-webster.com/dictionary/adversity>

Agid, O., Shapira, B., Zislin, J., Ritsner, M., Hanin, B., Murad, H., Troudart, T., Bloch, M., Heresco-Levy, U., & Lerer, B. (1999). Environment and vulnerability to major psychiatric illness: A case control study of early parental loss in major depression, bipolar disorder and schizophrenia. *Molecular Psychiatry*, 4, 163–172. <https://doi.org/10.1038/sj.mp.4000473>

Alcalá, H. E., Tomiyama, A. J., & von Ehrenstein, O. S. (2017). Gender differences in the association between adverse childhood experiences and cancer. *Women's Health Issues*, 27, 625–631. <https://doi.org/10.1016/j.whi.2017.06.002>

Allport, G. W. (1937). Personality: A psychological interpretation. *Sociometry*, 1, 420–425. <https://doi.org/10.2307/2785590>

Allport, G. W., & Odbert, H. S. (1936). Trait-names: A psycho-lexical study.

Psychological Monographs, 47(1), i–171. <https://doi.org/10.1037/h0093360>

Anda, R. F., Whitfield, C. L., Felitti, V. J., Chapman, D., Edwards, V. J., Dube, S. R., & Williamson, D. F. (2002). Adverse childhood experiences, alcoholic parents, and later risk of alcoholism and depression. *Psychiatric Services*, 53, 1001–1009. <https://doi.org/10.1176/appi.ps.53.8.1001>

Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84, 191–215. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>

- Bandura, A. (1982). Self-efficacy mechanism in human agency. *American Psychologist*, 37, 122–147. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.37.2.122>
- Bandura, A., Freeman, W. H., & Lightsey, R. (1999). Self-efficacy: The exercise of control. Henry Holt. <https://doi.org/10.1891/0889-8391.13.2.158>
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator–mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1173–1182. <http://doi.org/10.1037/0022-3514.51.6.1173>
- Barrick, M. R., & Mount, M. K. (1991). The big five personality dimensions and job performance: a meta-analysis. *Personnel Psychology*, 44, 1–26. <https://doi.org/10.1111/j.1744-6570.1991.tb00688.x>
- Barrick, M. R., Mount, M. K., & Judge, T. A. (2001). Personality and performance at the beginning of the new millennium: What do we know and where do we go next? *International Journal of Selection and Assessment*, 9(1–2), 9–30. <https://doi.org/10.1111/1468-2389.00160>
- Basim, H. N., & Cetin, F. (2011). The reliability and validity of the Resilience Scale for Adults-Turkish Version. *Turk Psikiyatri Derg*, 22, 104–114.
- Baumeister, D., Akhtar, R., Ciufolini, S., Pariante, C. M., & Mondelli, V. (2016). Childhood trauma and adulthood inflammation: A meta-analysis of peripheral C-reactive protein, interleukin-6 and tumour necrosis factor- α . *Molecular Psychiatry*, 21, 642–649. <https://doi.org/10.1038/mp.2015.67>
- Betz, N. E., & Hackett, G. (1981). The relationship of career-related self-efficacy expectations to perceived career options in college women and men. *Journal of Counseling Psychology*, 28, 399–410. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.28.5.399>

- Betz, N. E., Klein, K. L., & Taylor, K. M. (1996). Evaluation of a short form of the career decision-making self-efficacy scale. *Journal of Career Assessment, 4*, 47–57. <https://doi.org/10.1177/106907279600400103>
- Boyle, G. J., Matthews, G., & Saklofske, D. H. (Eds.). (2008). *The SAGE Handbook of Personality theory and assessment: Personality measurement and testing* (vol. 2). SAGE Publications. <https://doi.org/10.4135/9781849200479.n15>
- Bradburn, N. M. (1969). *The structure of psychological well-being*. ALDINE Press.
- Bremner, J. D., Southwick, S. M., Johnson, D. R., Yehuda, R., & Charney, D. S. (1993). Childhood physical abuse and combat-related posttraumatic stress disorder in Vietnam veterans. *The American Journal of Psychiatry, 150*, 235–239. <https://doi.org/10.1176/ajp.150.2.235>
- Briscoe, J. P., & Hall, D. T. (2006a). The interplay of boundaryless and protean careers: Combinations and implications. *Journal of Vocational Behavior, 69*, 4–18. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2005.09.002>
- Briscoe, J. P., Hall, D. T., & DeMuth, R. L. F. (2006b). Protean and boundaryless careers: An empirical exploration. *Journal of Vocational Behavior, 69*, 30–47. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2005.09.003>
- Brockie, T. N., Dana-Sacco, G., Wallen, G. R., Wilcox, H. C., & Campbell, J. C. (2015). The relationship of adverse childhood experiences to PTSD, depression, poly-drug use and suicide attempt in reservation-based native American adolescents and young adults. *American Journal of Community Psychology, 55*, 411–421. <https://doi.org/10.1007/s10464-015-9721-3>
- Brown, D. W., Anda, R. F., Tiemeier, H., Felitti, V. J., Edwards, V. J., Croft, J. B., & Giles, W. H. (2009). Adverse childhood experiences and the risk of premature

mortality. *American Journal of Preventive Medicine*, 37, 389–396.

<https://doi.org/10.1016/j.amepre.2009.06.021>

Brown, S. D., & Hirschi, A. (2013). Personality, career development, and occupational attainment. In S. D. Brown & A. Hirschi (Eds), *Career development and counseling: Putting theory and research to work* (pp. 299–328). John Wiley & Sons.

Bryce, I., Pye, D., Beccaria, G., McIlveen, P., & Du Preez, J. (2021). A systematic literature review of the career choice of helping professionals who have experienced cumulative harm as a result of adverse childhood experiences. *Trauma, Violence, & Abuse*, Article 15248380211016016.

<https://doi.org/10.1177/15248380211016016>

Callegari, C., Bertù, L., Lucano, M., Ielmini, M., Braggio, E., & Vender, S. (2016). Reliability and validity of the Italian version of the 14-item Resilience Scale. *Psychology Research and Behavior Management*, 9, 277–284.

<https://doi.org/10.2147/PRBM.S115657>

Campbell-Sills, L., Cohan, S. L., & Stein, M. B. (2006). Relationship of resilience to personality, coping, & psychiatric symptoms in young adults. *Behaviour Research & Therapy*, 44, 585–599. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2005.05.001>

Capanna, C., Stratta, P., Hjemdal, O., Collazzoni, A., & Rossi, A. (2015). The Italian validation study of the Resilience scale for Adults (RSA). *BPA-Applied Psychology Bulletin (Bollettino di Psicologia Applicata)*, 63, 16–24.

Carciofo, R., Yang, J., Song, N., Du, F., & Zhang, K. (2016). Psychometric evaluation of Chinese-language 44-item and 10-item big five personality inventories, including correlations with chronotype, mindfulness and mind wandering. *PLOS ONE*, 11(2), Article e0149963. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0149963>

- Carson, K. D., & Bedeian, A. G. (1994). Career commitment: Construction of a measure and examination of its psychometric properties. *Journal of Vocational Behavior, 44*, 237–262. <https://doi.org/10.1006/jvbe.1994.1017>
- Cattell, R. B. (1946). *Description and measurement of personality*. World Book Company. <https://doi.org/10.2307/2263917>
- Center for the Study of Traumatic Stress. (2022). *The impact of kidnapping, shooting and torture on children*. Uniformed Services University of the Health Sciences. https://www.cstsonline.org/assets/media/documents/CSTS_impact_kidnapping_shooting_torture_children.pdf
- Chan, C. C. (2018). The relationship among social support, career self-efficacy, career exploration, and career choices of Taiwanese college athletes. *Journal of Hospitality, Leisure, Sport & Tourism education, 22*, 105–109. <https://doi.org/10.1016/j.jhlste.2017.09.004>
- Chan, C. C., Chen, S. C., Lin, Y. W., Liao, T. Y., & Lin, Y. E. (2018). Social cognitive perspective on factors influencing Taiwanese sport management students' career intentions. *Journal of Career Development, 45*(3), 239–252. <https://doi.org/10.1177/0894845316681643>
- Chang, H. Y., Lin, C. L., Chang, Y. T., Tsai, M. C., & Feng, J. Y. (2013). Psychometric testing of the Chinese version of ISPCAN Child Abuse Screening Tools Children's Home Version (ICAST-CH-C). *Children and Youth Services Review, 35*, 2135–2139. <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2013.10.020>
- Chartier, M. J., Walker, J. R., & Naimark, B. (2010). Separate and cumulative effects of adverse childhood experiences in predicting adult health and health care utilization. *Child Abuse & Neglect, 34*, 454–464. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2009.09.020>

- Chen, G., Gully, S. M., & Eden, D. (2001). Validation of a new general self-efficacy scale. *Organizational Research Methods, 4*, 62–83.
<https://doi.org/10.1177/109442810141004>
- Cloitre, M., Hyland, P., Bisson, J. I., Brewin, C. R., Roberts, N. P., Karatzias, T., & Shevlin, M. (2019). ICD-11 posttraumatic stress disorder and complex posttraumatic stress disorder in the United States: A population-based study. *Journal of Traumatic Stress, 32*, 833–842.
<https://doi.org/10.1002/jts.22454>
- Cobb-Clark, D. A., & Schurer, S. (2012). The stability of big-five personality traits. *Economics Letters, 115*, 11–15.
- Coleman, P. K. (2003). Perceptions of parent-child attachment, social self-efficacy, and peer relationships in middle childhood. *Infant and Child Development: An International Journal of Research and Practice, 12*, 351–368.
<https://doi.org/10.1002/icd.316>
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression Anxiety, 18*, 76–82.
<https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Costa Jr, P. T., & McCrae, R. R. (1992). The five-factor model of personality and its relevance to personality disorders. *Journal of Personality Disorders, 6*, 343–359.
<https://doi.org/10.1521/pedi.1992.6.4.343>
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1986). Cross-sectional studies of personality in a national sample: I. development and validation of survey measures. *Psychology and Aging, 1*, 140–143. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.1.2.140>
- Crespo, C. J., Keteyian, S. J., Heath, G. W., & Sempos, C. T. (1996). Leisure-time physical activity among US adults: results from the Third National Health and

- Nutrition Examination Survey. *Archives of Internal Medicine*, *156*, 93–98.
<https://doi.org/10.1001/archinte.156.1.93>
- Davies, P. T., & Woitach, M. J. (2008). Children's emotional security in the interparental relationship. *Current Directions in Psychological Science*, *17*, 269–274. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2008.00588.x>
- Davies, P. T., Forman, E. M., Rasi, J. A., & Stevens, K. I. (2002). Assessing children's emotional security in the interparental relationship: The security in the interparental subsystem scales. *Child Development*, *73*, 544–562.
<https://doi.org/10.1111/1467-8624.00423>
- de Holanda Coelho, G. L., Hanel, P. H., Medeiros Cavalcanti, T., Teixeira Rezende, A., & Veloso Gouveia, V. (2016). Brief Resilience Scale: Testing its factorial structure and invariance in Brazil. *Universitas Psychologica*, *15*, 397–408.
<https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy15-2.brst>
- Develos-Sacdalan, K., & Bozkus, K. (2018). The mediator role of resilience between self-determination and self-efficacy. *GESJ: Education Science and Psychology*, *4*(50), 49–60.
- Di Fabio, A., Palazzeschi, L., Levin, N., & Gati, I. (2015). The role of personality in the career decision-making difficulties of Italian young adults. *Journal of Career Assessment*, *23*, 281–293. <https://doi.org/10.1177/1069072714535031>
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, *49*, 71–75.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, *54*, 403–425.
<https://doi.org/10.1146/annurev.psych.54.101601.145056>

- Digman, J. M. (1990). Personality structure: Emergence of the five-factor model. *Annual Review of Psychology, 41*, 417–440.
<https://doi.org/10.1146/annurev.ps.41.020190.002221>
- Ding, H., Han, J., Zhang, M., Wang, K., Gong, J., & Yang, S. (2017). Moderating and mediating effects of resilience between childhood trauma and depressive symptoms in Chinese children. *Journal of Affective Disorders, 211*, 130–135.
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.12.056>
- Djourova, N. P., Rodríguez Molina, I., Tordera Santamatilde, N., & Abate, G. (2020). Self-efficacy and resilience: Mediating mechanisms in the relationship between the transformational leadership dimensions and well-being. *Journal of Leadership & Organizational Studies, 27*, 256–270.
<https://doi.org/10.1177/1548051819849002>
- Dube, S. R., Anda, R. F., Felitti, V. J., Chapman, D. P., Williamson, D. F., & Giles, W. H. (2001). Childhood abuse, household dysfunction, and the risk of attempted suicide throughout the life span: Findings from the adverse childhood experiences Study. *Jama, 286*, 3089–3096.
<https://doi.org/10.1001/jama.286.24.3089>
- Dube, S. R., Anda, R. F., Felitti, V. J., Edwards, V. J., & Croft, J. B. (2002a). Adverse childhood experiences and personal alcohol abuse as an adult. *Addictive Behaviors, 27*, 713–725. [https://doi.org/10.1016/S0306-4603\(01\)00204-0](https://doi.org/10.1016/S0306-4603(01)00204-0)
- Dube, S. R., Anda, R. F., Felitti, V. J., Edwards, V. J., & Williamson, D. F. (2002b). Exposure to abuse, neglect, and household dysfunction among adults who witnessed intimate partner violence as children: Implications for health and social services. *Violence and Victims, 17*, 3–17.
<https://doi.org/10.1891/vivi.17.1.3.33635>

- Dube, S. R., Cook, M. L., & Edwards, V. J. (2010). Peer reviewed: Health-related outcomes of adverse childhood experiences in Texas, 2002. *Preventing Chronic Disease, 7*, A52.
- Dube, S. R., Felitti, V. J., Dong, M., Chapman, D. P., Giles, W. H., & Anda, R. F. (2003). Childhood abuse, neglect, and household dysfunction and the risk of illicit drug use: the adverse childhood experiences study. *Pediatrics, 111*, 564–572. <https://doi.org/10.1542/peds.111.3.564>
- Duke, N. N., Pettingell, S. L., McMorris, B. J., & Borowsky, I. W. (2010). Adolescent violence perpetration: Associations with multiple types of adverse childhood experiences. *Pediatrics, 125*, e778–e786. <https://doi.org/10.1542/peds.2009-0597>
- Dulebohn, J. H. (2002). An investigation of the determinants of investment risk behavior in employer-sponsored retirement plans. *Journal of Management, 28*, 3–26. <https://doi.org/10.1177/014920630202800102>
- Evans, G. J., Reid, G., Preston, P., Palmier-Claus, J., & Sellwood, W. (2015). Trauma and psychosis: The mediating role of self-concept clarity and dissociation. *Psychiatry Research, 228*, 626–632. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2015.04.053>
- Feldt, R. C., Ferry, A., Bullock, M., Camarotti-Carvalho, A., Collingwood, M., Eilers, S., Meyer, L., & Nurre, E. (2011). Personality, career indecision, and college adjustment in the first semester. *Individual Differences Research, 9*, 107–114.
- Felitti, V. J., Anda, R. F., Nordenberg, D., Williamson, D. F., Spitz, A. M., Edwards, V., & Marks, J. S. (1998). Relationship of childhood abuse and household dysfunction to many of the leading causes of death in adults: The Adverse

- Childhood Experiences (ACE) Study. *American Journal of Preventive Medicine*, 14, 245–258. [https://doi.org/10.1016/S0749-3797\(98\)00017-8](https://doi.org/10.1016/S0749-3797(98)00017-8)
- Fernandez, A. C., Fehon, D. C., Treloar, H., Ng, R., & Sledge, W. H. (2015). Resilience in organ transplantation: An application of the Connor–Davidson Resilience Scale (CD–RISC) with liver transplant candidates. *Journal of Personality Assessment*, 97, 487–493. <https://doi.org/10.1080/00223891.2015.1029620>
- Fiske, D. W. (1949). Consistency of the factorial structures of personality ratings from different sources. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 44, 329–344. <https://doi.org/10.1037/h0057198>
- Fornieris, C. A., Gartlehner, G., Brownley, K. A., Gaynes, B. N., Sonis, J., Coker-Schwimmer, E., Jonas, D. E., Greenblatt, A., Wilkins, T. M., Woodell, C. L., & Lohr, K. N. (2013). Interventions to prevent post-traumatic stress disorder: A systematic review. *American Journal of Preventive Medicine*, 44, 635–650.
- Friborg, O., Hjemdal, O., Rosenvinge, J. H., & Martinussen, M. (2003). A new rating scale for adult resilience: What are the central protective resources behind healthy adjustment? *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 12, 65–76. <https://doi.org/10.1002/mpr.143>
- Fu, C., Leoutsakos, J. M., & Underwood, C. (2014). An examination of resilience cross-culturally in child and adolescent survivors of the 2008 China earthquake using the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Journal of Affective Disorders*, 155, 149–153. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2013.10.041>
- Gao, F., Yao, Y., Yao, C., Xiong, Y., Ma, H., & Liu, H. (2019). The mediating role of resilience and self-esteem between negative life events and positive social adjustment among left-behind adolescents in China: A cross-sectional study. *BMC psychiatry*, 19, 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12888-019-2219-z>

- Ghasemi, R., Rajabi-Gilan, N., Reshadat, S., Zakiei, A., Zangeneh, A., & Saedi, S. (2017). The relationship of social support and self-efficacy with mental health and life satisfaction. *Journal of Mazandaran University of Medical Sciences*, *27*, 228–239.
- Gifford-Smith, M. E., & Brownell, C. A. (2003). Childhood peer relationships: Social acceptance, friendships, and peer networks. *Journal of School Psychology*, *41*, 235–284. [https://doi.org/10.1016/S0022-4405\(03\)00048-7](https://doi.org/10.1016/S0022-4405(03)00048-7)
- Girtler, N., Casari, E.-F., Brugnolo, A., Cutolo, M., Dessi, B., Guasco, S., Olmi, C., & De Carli, F. (2010). Italian validation of the Wagnild and Young Resilience Scale: A perspective to rheumatic diseases. *Clinical & Experimental Rheumatology*, *28*, 669–678.
- Gosling, S. D., Rentfrow, P. J., & Swann Jr, W. B. (2003). A very brief measure of the Big-Five personality domains. *Journal of Research in Personality*, *37*, 504–528. [https://doi.org/10.1016/S0092-6566\(03\)00046-1](https://doi.org/10.1016/S0092-6566(03)00046-1)
- Green, K. T., Hayward, L. C., Williams, A. M., Dennis, P. A., Bryan, B. C., Taber, K. H., Davidson, J. R. T., Beckham, J. C., & Calhoun, P. S. (2014). Examining the factor structure of the Connor–Davidson Resilience Scale (CD-RISC) in a post-9/11 US military veteran sample. *Assessment*, *21*, 443–451. <https://doi.org/10.1177/1073191114524014>
- Greenhaus, J. H., Parasuraman, S., & Wormley, W. M. (1990). Effects of race on organizational experiences, job performance evaluations, and career outcomes. *Academy of Management Journal*, *33*, 64–86. <https://doi.org/10.2307/256352>
- Grigsby, T. J., Rogers, C. J., Albers, L. D., Benjamin, S. M., Lust, K., Eisenberg, M. E., & Forster, M. (2020). Adverse childhood experiences and health indicators in a

young adult, college student sample: Differences by gender. *International Journal of Behavioral Medicine*, 27, 660–667. <https://doi.org/10.1007/s12529-020-09913-5>

Grotberg, E. H. (1995). *The International Resilience Project: Promoting resilience in children*. Alabama Univ., Birmingham. Civitan International Research Center.

Grusnick, J. M., Garacci, E., Eiler, C., Williams, J. S., & Egede, L. E. (2020). The association between adverse childhood experiences and personality, emotions and affect: Does number and type of experiences matter? *Journal of Research in Personality*, 85, Article 103908. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2019.103908>

Guo, T., Huang, L., Hall, D. L., Jiao, C., Chen, S. T., Yu, Q., Yeung A., Chi, X., & Zou, L. (2021). The relationship between childhood adversities and complex posttraumatic stress symptoms: A multiple mediation model. *European Journal of Psychotraumatology*, 12, Article 1936921. <https://doi.org/10.1080/20008198.2021.1936921>

Haatainen, K. M., Tanskanen, A., Kylmä, J., Honkalampi, K., Koivumaa-Honkanen, H., Hintikka, J., Antikainen R., & Viinamäki, H. (2003). Gender differences in the association of adult hopelessness with adverse childhood experiences. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 38, 12–17. <https://doi.org/10.1007/s00127-003-0598-3>

Habermas, T., & Reese, E. (2015). Getting a life takes time: The development of the life story in adolescence, its precursors and consequences. *Human Development*, 58, 172–201. <https://doi.org/10.1159/000437245>

Hackett, G., & Betz, N. E. (1981). A self-efficacy approach to the career development of women. *Journal of Vocational Behavior*, 18, 326–339.

- Hall, K. S., Hoerster, K. D., & Yancy Jr, W. S. (2015). Post-traumatic stress disorder, physical activity, and eating behaviors. *Epidemiologic Reviews*, *37*, 103–115.
<https://doi.org/10.1093/epirev/mxu011>
- Hartley, C. A., & Casey, B. J. (2013). Risk for anxiety and implications for treatment: Developmental, environmental, and genetic factors governing fear regulation. *Annals of the New York Academy of Sciences*, *1304*, 1–13.
<https://doi.org/10.1111/nyas.12287>
- Hartley, C. A., & Phelps, E. A. (2012). Anxiety and decision-making. *Biological Psychiatry*, *72*, 113–118. <https://doi.org/10.1016/j.biopsych.2011.12.027>
- Hartley, M. T. (2011). Examining the relationships between resilience, mental health, and academic persistence in undergraduate college students. *Journal of American College Health*, *59*, 596–604.
<https://doi.org/10.1080/07448481.2010.515632>
- Hartley, M. T. (2012). Assessing and promoting resilience: An additional tool to address the increasing number of college students with psychological problems. *Journal of College Counseling*, *15*, 37–51.
<https://doi.org/10.1002/j.2161-1882.2012.00004.x>
- Hartman, R. O., & Betz, N. E. (2007). The five-factor model and career self-efficacy: General and domain-specific relationships. *Journal of Career Assessment*, *15*, 145–161.
- Herrman, H., Stewart, D. E., Diaz-Granados, N., Berger, E. L., Jackson, B., & Yuen, T. (2011). What is resilience? *The Canadian Journal of Psychiatry*, *56*, 258–265.
- Herrmann, D., Scherg, H., Verres, R., Von Hagens, C., Strowitzki, T., & Wischmann, T. (2011). Resilience in infertile couples acts as a protective factor against

infertility-specific distress and impaired quality of life. *Journal of Assisted Reproduction and Genetics*, 28, 1111–1117.

Hilbig, J., Viliūnienė, R., Friberg, O., Pakalniškienė, V., & Danilevičiūtė, V. (2015). Resilience in a reborn nation: Validation of the Lithuanian Resilience Scale for Adults (RSA). *Comprehensive Psychiatry*, 60, 126–133.

<https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2015.02.003>

Hillis, S. D., Anda, R. F., Dube, S. R., Felitti, V. J., Marchbanks, P. A., & Marks, J. S. (2004). The association between adverse childhood experiences and adolescent pregnancy, long-term psychosocial consequences, and fetal

death. *Pediatrics*, 113, 320–327. <https://doi.org/10.1542/peds.113.2.320>

Hirschi, A., & Herrmann, A. (2013). Calling and career preparation: Investigating developmental patterns and temporal precedence. *Journal of Vocational Behavior*, 83, 51–60. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2013.02.008>

Hjemdal, O., Friberg, O., Martinussen, M., & Rosenvinge, J. H. (2001). Preliminary results from the development and validation of a Norwegian scale for measuring adult resilience. *Journal of the Norwegian Psychological Association*, 38, 310–317.

Ho, G. W., Bressington, D., Karatzias, T., Chien, W. T., Inoue, S., Yang, P. J., Chen A. C. Y., & Hyland, P. (2020). Patterns of exposure to adverse childhood experiences and their associations with mental health: A survey of 1346 university students in East Asia. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 55, 339–349. <https://doi.org/10.1007/s00127-019-01768-w>

Holdsworth, S., Turner, M., & Scott-Young, C. M. (2018). ... Not drowning, waving. Resilience and university: A student perspective. *Studies in Higher Education*, 43, 1837–1853. <https://doi.org/10.1080/03075079.2017.1284193>

- Holmes, T. H., & Rahe, R. H. (1967). The social readjustment rating scale. *Journal of Psychosomatic Research, 11*, 213–218. [https://doi.org/10.1016/0022-3999\(67\)90010-4](https://doi.org/10.1016/0022-3999(67)90010-4)
- Howe, D. (2005). *Child abuse and neglect: Attachment, development and intervention*. Red Globe Press.
<https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2011.08.007>
- Hui, C., Lee, C., & Rousseau, D. M. (2004). Employment relationships in China: Do workers relate to the organization or to people? *Organization Science, 15*, 232–240. <https://doi.org/10.1287/orsc.1030.0050>
- Hyland, P., Karatzias, T., Shevlin, M., McElroy, E., Ben-Ezra, M., Cloitre, M., & Brewin, C. R. (2021). Does requiring trauma exposure affect rates of ICD-11 PTSD and complex PTSD? Implications for DSM-5. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy, 13*, 133–141.
<https://doi.org/10.1037/tra0000908>
- Jiang, Z., Hu, X., & Wang, Z. (2018). Career adaptability and plateaus: The moderating effects of tenure and job self-efficacy. *Journal of Vocational Behavior, 104*, 59–71. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2017.10.006>
- John, O. P., Donahue, E. M., & Kentle, R. L. (1991). *Big Five Inventory (BFI)* [Database record]. APA PsycTests. <https://doi.org/10.1037/t07550-000>
- Johnson, M. L., Taasoobshirazi, G., Kestler, J. L., & Cordova, J. R. (2015). Models and messengers of resilience: A theoretical model of college students' resilience, regulatory strategy use, and academic achievement. *Educational Psychology, 35*, 869–885. <https://doi.org/10.1080/01443410.2014.893560>
- Kararımak, Ö. (2010). Establishing the psychometric qualities of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) using exploratory and confirmatory factor analysis

in a trauma survivor sample. *Psychiatry Research*, 179, 350–356.

<https://doi.org/10.1016/j.psychres.2009.09.012>

Karatzias, T., Shevlin, M., Fyvie, C., Grandison, G., Garozi, M., Latham, E., Sinclair, M., Ho, G. W. K., McAnee, G., Ford, J. D., & Hyland, P. (2020). Adverse and benevolent childhood experiences in Posttraumatic Stress Disorder (PTSD) and Complex PTSD (CPTSD): Implications for trauma-focused therapies. *European Journal of Psychotraumatology*, 11, Article 793599.

<https://doi.org/10.1080/20008198.2020.1793599>

Kelifa, M. O., Yang, Y., Carly, H., Bo, W., & Wang, P. (2021). How adverse childhood experiences relate to subjective wellbeing in college students: The role of resilience and depression. *Journal of Happiness Studies*, 22, 2103–2123.

<https://doi.org/10.1007/s10902-020-00308-7>

Kendall-Tackett, K. (2002). The health effects of childhood abuse: Four pathways by which abuse can influence health. *Child Abuse & Neglect*, 26, 715–729.

[https://doi.org/10.1016/S0145-2134\(02\)00343-5](https://doi.org/10.1016/S0145-2134(02)00343-5)

Kendler, K. S., Neale, M. C., Kessler, R. C., Heath, A. C., & Eaves, L. J. (1992). Major depression and generalized anxiety disorder: Same genes, (partly) different environments? *Archives of General Psychiatry*, 49, 716–722.

<https://doi.org/10.1001/archpsyc.1992.01820090044008>

Kessler, R. C., McLaughlin, K. A., Green, J. G., Gruber, M. J., Sampson, N. A., Zaslavsky, A. M., Aguilar-Gaxiola, S., Alhamzawi, A. O., Alonso, J., Angermeyer, M., Benjet, C., Bromet, E., Chatterji, S., De Girolamo, G., Demyttenaere, K., Fayyad, J., Florescu, S., Gal, G., Gureje, O., ... Williams, D. R. (2010). Childhood adversities and adult psychopathology in the WHO World

- Mental Health Surveys. *The British Journal of Psychiatry*, 197, 378–385.
<https://doi.org/10.1192/bjp.bp.110.080499>
- Koss, M. P., Yuan, N. P., Dightman, D., Prince, R. J., Polacca, M., Sanderson, B., & Goldman, D. (2003). Adverse childhood exposures and alcohol dependence among seven Native American tribes. *American Journal of Preventive medicine*, 25, 238–244. [https://doi.org/10.1016/S0749-3797\(03\)00195-8](https://doi.org/10.1016/S0749-3797(03)00195-8)
- Lacey, R. E., & Minnis, H. (2020). Practitioner review: Twenty years of research with adverse childhood experience scores—advantages, disadvantages and applications to practice. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 61, 116–130.
<https://doi.org/10.1111/jcpp.13135>
- Lacey, R. E., Pereira, S. M. P., Li, L., & Danese, A. (2020). Adverse childhood experiences and adult inflammation: Single adversity, cumulative risk and latent class approaches. *Brain, Behavior, and Immunity*, 87, 820–830.
<https://doi.org/10.1016/j.psyneuen.2019.07.001>
- Lahey, B. B. (2009). Public health significance of neuroticism. *American Psychologist*, 64, 241–256. <https://doi.org/10.1037/a0015309>
- Larkin, H., Beckos, B. A., & Shields, J. J. (2012). Mobilizing resilience and recovery in response to Adverse Childhood Experiences (ACE): A restorative integral support (RIS) case study. *Journal of Prevention & Intervention in the Community*, 40, 335–346. <https://doi.org/10.1080/10852352.2012.707466>
- Lazarus, R. S., & DeLongis, A. (1983). Psychological stress and coping in aging. *American Psychologist*, 38, 245–254. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.38.3.245>

- Lee, J. H., Nam, S. K., Kim, A. R., Kim, B., Lee, M. Y., & Lee, S. M. (2013). Resilience: A meta-analytic approach. *Journal of Counseling & Development, 91*, 269–279. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.2013.00095.x>
- Lee, K., Pang, Y. C., Lee, J. A. L., & Melby, J. N. (2017). A study of adverse childhood experiences, coping strategies, work stress, and self-care in the child welfare profession. *Human Service Organizations: Management, Leadership & Governance, 41*, 389–402. <https://doi.org/10.1080/23303131.2017.1302898>
- Lei, M., Li, C., Xiao, X., Qiu, J., Dai, Y., & Zhang, Q. (2012). Evaluation of the psychometric properties of the Chinese version of the Resilience Scale in Wenchuan earthquake survivors. *Comprehensive Psychiatry, 53*, 616–622.
- Liu, Y., Wang, Z. H., & Li, Z. G. (2012). Affective mediators of the influence of neuroticism and resilience on life satisfaction. *Personality and Individual Differences, 52*, 833–838. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2012.01.017>
- Losoi, H., Turunen, S., Wäljas, M., Helminen, M., Öhman, J., Julkunen, J., & Rosti-Otajärvi, E. (2013). Psychometric properties of the Finnish version of the resilience scale and its short version. *Psychology, Community & Health, 2*, 1–10. <https://doi.org/10.23668/psycharchives.2244>
- Luthans, F., Youssef, C. M., & Avolio, B. J. (2007). *Psychological capital: Developing the human competitive edge* (Vol. 198). Oxford University Press.
- Lyons, S. T., Schweitzer, L., & Ng, E. S. (2015). Resilience in the modern career. *Career Development International, 20*, 363–383. <https://doi.org/10.1108/CDI-02-2015-0024>
- Macovei, C. M. (2015). The Brief Resilience Scale-a Romanian-Language Adaptation. *Agora Psycho-Pragmatica, 9*(1), 70–87.

- Mann, B. J., & Gilliom, L. A. (2004). Emotional security and cognitive appraisals mediate the relationship between parents' marital conflict and adjustment in older adolescents. *Journal of Genetic Psychology, 165*, 250–271.
<https://doi.org/10.3200/GNTP.165.3.250-271>
- Marcionetti, J., & Rossier, J. (2021). A longitudinal study of relations among adolescents' self-esteem, general self-efficacy, career adaptability, and life satisfaction. *Journal of Career Development, 48*, 475–490.
<https://doi.org/10.1177/0894845319861691>
- Martincin, K. M., & Stead, G. B. (2015). Five-factor model and difficulties in career decision making: A meta-analysis. *Journal of Career Assessment, 23*, 3–19.
<https://doi.org/10.1177/1069072714523081>
- Mc Elroy, S., & Hevey, D. (2014). Relationship between adverse early experiences, stressors, psychosocial resources and wellbeing. *Child Abuse & Neglect, 38*, 65–75. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2013.07.017>
- McCauley, J., Kern, D. E., Kolodner, K., Dill, L., Schroeder, A. F., DeChant, H. K., Ryden, J., & Bass, E. B. (1997). Clinical characteristics of women with a history of childhood abuse: Unhealed wounds. *Jama, 277*, 1362–1368.
<https://doi.org/10.1001/jama.277.17.1362>
- McClelland, D. C., & Boyatzis, R. E. (1982). Leadership motive pattern and long-term success in management. *Journal of Applied Psychology, 67*, 737–743.
<https://doi.org/10.1037/0021-9010.67.6.737>
- McLennan, B., McIlveen, P., & Perera, H. N. (2017). Pre-service teachers' self-efficacy mediates the relationship between career adaptability and career optimism. *Teaching and Teacher Education, 63*, 176–185.
<https://doi.org/10.1016/j.tate.2016.12.022>

- Mello, J. (2016). *Life adversity, social support, resilience, and college student mental health*. Central Washington University.
- Meng, X., Fleury, M. J., Xiang, Y. T., Li, M., & D'arcy, C. (2018). Resilience and protective factors among people with a history of child maltreatment: A systematic review. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, *53*, 453–475. <https://doi.org/10.1007/s00127-018-1485-2>
- Min, J. A., Jung, Y. E., Kim, D. J., Yim, H. W., Kim, J. J., Kim, T. S., Lee, C. U., Lee, C., & Chae, J. H. (2013). Characteristics associated with low resilience in patients with depression and/or anxiety disorders. *Quality of Life Research*, *22*, 231–241. <https://doi.org/10.1007/s11136-012-0153-3>
- Mount, M. K., & Barrick, M. R. (1995). The Big Five Personality dimensions: Implications for research and practice in human resources management. *Research in Personnel and Human Resources Management*, *13*, 153–200.
- Murray, C. (2003). Risk factors, protective factors, vulnerability, and resilience: A framework for understanding and supporting the adult transitions of youth with high-incidence disabilities. *Remedial and Special Education*, *24*, 16–26. <https://doi.org/10.1177/074193250302400102>
- Murtaza, G., Sultan, S., Ahmed, F., & Mustafa, G. (2016). Exploring construct validity of resilience scale in Pakistani youth. *Journal of Applied Environmental and Biological Sciences*, *6*, 79–83.
- National Child Traumatic Stress Network. (2022, February 15). *Types of Traumatic Stress*. <https://www.nctsn.org/trauma-types>.

- Nishi, D., Uehara, R., Kondo, M., & Matsuoka, Y. (2010). Reliability and validity of the Japanese version of the Resilience Scale and its short version. *Bmc Research Notes, 3*, 1–6. <https://doi.org/10.1186/1756-0500-3-310>
- Norman, W. T. (1963). Toward an adequate taxonomy of personality attributes: Replicated factor structure in peer nomination personality ratings. *The Journal of Abnormal and Social Psychology, 66*, 574–583. <https://doi.org/10.1037/h0040291>
- Oladipo, S. E., & Idemudia, E. S. (2015). Reliability and validity testing of Wagnild and Young's resilience scale in a sample of Nigerian youth. *Journal of Psychology, 6*, 57–65. <https://doi.org/10.1080/09764224.2015.11885524>
- Page, J., Bruch, M. A., & Haase, R. F. (2008). Role of perfectionism and five-factor model traits in career indecision. *Personality and Individual Differences, 45*, 811–815. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2008.08.013>
- Pan, W., Sun, L. Y., & Chow, I. H. S. (2011). The impact of supervisory mentoring on personal learning and career outcomes: The dual moderating effect of self-efficacy. *Journal of Vocational Behavior, 78*, 264–273. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2010.05.00>
- Penn, L. T., & Lent, R. W. (2019). The joint roles of career decision self-efficacy and personality traits in the prediction of career decidedness and decisional difficulty. *Journal of Career Assessment, 27*, 457–470. <https://doi.org/10.1177/1069072718758296>
- Portzky, M., Wagnild, G., De Bacquer, D., & Audenaert, K. (2010). Psychometric evaluation of the Dutch Resilience Scale RS-nl on 3265 healthy participants: A confirmation of the association between age and resilience found with the

- Swedish version. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 24, 86–92.
<https://doi.org/10.1111/j.1471-6712.2010.00841.x>
- Rammstedt, B., & John, O. P. (2007). Measuring personality in one minute or less: A 10-item short version of the Big Five Inventory in English and German. *Journal of Research in Personality*, 41, 203–212.
<https://doi.org/10.1016/j.jrp.2006.02.001>
- Rantanen, J., Metsäpelto, R. L., Feldt, T., Pulkkinen, L. E. A., & Kokko, K. (2007). Long-term stability in the Big Five personality traits in adulthood. *Scandinavian Journal of Psychology*, 48, 511–518. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9450.2007.00609.x>
- Resick, P. A. (2001). Cognitive therapy for posttraumatic stress disorder. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 15, 321–329. <https://doi.org/10.1891/0889-8391.15.4.321>
- Rosenberg, M. (2015). *Society and the adolescent self-image*. Princeton university Press.
- Rutter, M. (2012). Resilience as a dynamic concept. *Development and Psychopathology*, 24, 335–344. <https://doi.org/10.1017/S0954579412000028>
- Ryff, C. D., Lee, Y. H., Essex, M. J., & Schmutte, P. S. (1994). My children and me: Midlife evaluations of grown children and of self. *Psychology and Aging*, 9, 195–205. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.9.2.195>
- Sachs-Ericsson, N., Medley, A. N., Kendall-Tackett, K., & Taylor, J. (2011). Childhood abuse and current health problems among older adults: The mediating role of self-efficacy. *Psychology of Violence*, 1, 106–120.
<https://doi.org/10.1037/a0023139>

- Satici, S. A. (2016). Psychological vulnerability, resilience, and subjective well-being: The mediating role of hope. *Personality and Individual Differences, 102*, 68–73. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.06.057>
- Schalinski, I., Teicher, M. H., Nischk, D., Hinderer, E., Müller, O., & Rockstroh, B. (2016). Type and timing of adverse childhood experiences differentially affect severity of PTSD, dissociative and depressive symptoms in adult inpatients. *BMC Psychiatry, 16*, Article 295. <https://doi.org/10.1186/s12888-016-1004-5>
- Schwartz, S. J., Klimstra, T. A., Luyckx, K., Hale III, W. W., Frijns, T., Oosterwegel, A., van Lier, P. A. C., Koot, H. M., & Meeus, W. H. (2011). Daily dynamics of personal identity and self-concept clarity. *European Journal of Personality, 25*, 373–385. <https://doi.org/10.1002/per.798>
- Seibert, S. E., & Kraimer, M. L. (2001). The five-factor model of personality and career success. *Journal of Vocational Behavior, 58*, 1–21.
- Singh, K., & Yu, X. N. (2010). Psychometric evaluation of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) in a sample of Indian students. *Journal of Psychology, 1*, 23–30. <https://doi.org/10.1080/09764224.2010.11885442>
- Smith, B. W., Dalen, J., Wiggins, K., Tooley, E., Christopher, P., & Bernard, J. (2008). The brief resilience scale: assessing the ability to bounce back. *International Journal of Behavioral Medicine, 15*, 194–200. <https://doi.org/10.1080/10705500802222972>
- Spector, P. E. (1988). Development of the work locus of control scale. *Journal of Occupational Psychology, 61*, 335–340. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8325.1988.tb00470.x>

- Stickel, S. A., & Bonett, R. M. (1991). Gender differences in career self-efficacy: Combining a career with home and family. *Journal of College Student Development, 32*, 297–301.
- Stratta, P., Capanna, C., Patriarca, S., de Cataldo, S., Bonanni, R. L., Riccardi, I., & Rossi, A. (2013). Resilience in adolescence: Gender differences two years after the earthquake of L'Aquila. *Personality and Individual Differences, 54*, 327–331. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2012.09.016>
- Straus, M. A., Gelles, R. J., & Asplund, L. M. (1990). Physical violence in American families: Risk factors and adaptations to violence in 8,145 families. *Contemporary Sociology, 19*, 871–872. <https://doi.org/10.2307/2073234>
- Sun, J., & Stewart, D. (2007). Age and gender effects on resilience in children and adolescents. *International Journal of Mental Health Promotion, 9*, 16–25. <https://doi.org/10.1080/14623730.2007.9721845>
- Thalmayer, A. G., Saucier, G., & Eigenhuis, A. (2011). Comparative validity of brief to medium-length Big Five and Big Six Personality Questionnaires. *Psychological Assessment, 23*, 995–1009. <https://doi.org/10.1037/a0024165>
- Theron, L. C., & Theron, A. M. (2014). Education services and resilience processes: Resilient Black South African students' experiences. *Children and Youth Services Review, 47*, 297–306. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2014.10.003>
- Thompson, E. R. (2008). Development and validation of an international English big-five mini-markers. *Personality and Individual Differences, 45*, 542–548. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2008.06.013>
- Tokar, D. M., Fischer, A. R., & Subich, L. M. (1998). Personality and vocational behavior: A selective review of the literature, 1993–1997. *Journal of Vocational Behavior, 53*, 115–153. <https://doi.org/10.1006/jvbe.1998.1660>

- Tupes, E. C., & Christal, R. E. (1992). Recurrent personality factors based on trait ratings. *Journal of Personality, 60*, 225–251. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1992.tb00972.x>
- Turban, D. B., Lau, C.-M., Ngo, H.-Y., Chow, I. H., & Si, S. X. (2001). Organizational attractiveness of firms in the People's Republic of China: A person–organization fit perspective. *Journal of Applied Psychology, 86*, 194–206. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.86.2.194>
- Vartanian, L. R., Froreich, F. V., & Smyth, J. M. (2016). A serial mediation model testing early adversity, self-concept clarity, and thin-ideal internalization as predictors of body dissatisfaction. *Body Image, 19*, 98–103. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2016.08.013>
- Wagnild, G. (2009). A review of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement, 17*, 105–113. <https://doi.org/10.1891/1061-3749.17.2.105>
- Wagnild, G. M., & Young, H. M. (1993). Development and psychometric evaluation of the resiliences scale. *Journal of Nursing Measurement, 1*, 165–178.
- Wagnild, G., & Young, H. M. (1990). Resilience among older women. *Image: The Journal of Nursing Scholarship, 22*, 252–255. <https://doi.org/10.1111/j.1547-5069.1990.tb00224.x>
- Waller, M. A. (2001). Resilience in ecosystemic context: Evolution of the concept. *American Journal of Orthopsychiatry, 71*, 290–297. <https://doi.org/10.1037/0002-9432.71.3.290>
- Walsh, J., & Zhu, Y. (2007). Local complexities and global uncertainties: A study of foreign ownership and human resource management in China. *The International Journal of Human Resource Management, 18*, 249–267. <https://doi.org/10.1080/09585190601102430>

- Wang, L., Tao, H., Bowers, B. J., Brown, R., & Zhang, Y. (2018). Influence of social support and self-efficacy on resilience of early career registered nurses. *Western Journal of Nursing Research, 40*, 648–664.
<https://doi.org/10.1177/0193945916685712>
- Waugh, C. E., Fredrickson, B. L., & Taylor, S. F. (2008). Adapting to life's slings and arrows: Individual differences in resilience when recovering from an anticipated threat. *Journal of Research in Personality, 42*, 1031-1046.
<https://doi.org/10.1016/j.jrp.2008.02.005>
- Weiss, M. J. S., & Wagner, S. H. (1998). What explains the negative consequences of adverse childhood experiences on adult health. *American Journal of Preventive Medicine, 14*, 356–360.
- Werner, E. E. (1993). Risk, resilience, and recovery: Perspectives from the Kauai Longitudinal Study. *Development and Psychopathology, 5*, 503–515.
<https://doi.org/10.1017/S095457940000612X>
- Werner, E. E. (2012). Children and war: Risk, resilience, and recovery. *Development and Psychopathology, 24*, 553–558.
<https://doi.org/10.1017/S0954579412000156>
- Werner, E., & Smith, R. (1982). *Vulnerable brit invincible: A longitudinal study of resilient children and youth*. Adams, Bannister, and Cox.
- Witt, A., Münzer, A., Ganser, H. G., Fegert, J. M., Goldbeck, L., & Plener, P. L. (2016). Experience by children and adolescents of more than one type of maltreatment: Association of different classes of maltreatment profiles with clinical outcome variables. *Child Abuse & Neglect, 57*, 1–11.
<https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2016.05.001>

- Wolf, E. J., & Schnurr, P. P. (2016). Posttraumatic stress disorder-related cardiovascular disease and accelerated cellular aging. *Psychiatric Annals*, *46*, 527–532.
<https://doi.org/10.3928/00485713-20160729-01>
- Wong, A. E., Dirghangi, S. R., & Hart, S. R. (2019). Self-concept clarity mediates the effects of adverse childhood experiences on adult suicide behavior, depression, loneliness, perceived stress, and life distress. *Self and Identity*, *18*, 247–266.
<https://doi.org/10.1080/15298868.2018.1439096>
- World Health Organization. (2018). *Adverse childhood experiences international questionnaire*. WHO. [https://www.who.int/publications/m/item/adverse-childhood-experiences-international-questionnaire-\(ace-iq\)](https://www.who.int/publications/m/item/adverse-childhood-experiences-international-questionnaire-(ace-iq))
- Wu, C.-H. (2009). The relationship between attachment style and self-concept clarity: The mediation effect of self-esteem. *Personality and Individual Differences*, *47*, 42–46. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2009.01.043>
- Wyatt, G. E. (1985). The sexual abuse of Afro-American and White-American women in childhood. *Child Abuse & Neglect*, *9*, 507–519.
- Xu, C., Gong, X., Fu, W., Xu, Y., Xu, H., Chen, W., & Li, M. (2020). The role of career adaptability and resilience in mental health problems in Chinese adolescents. *Children and Youth Services Review*, *112*, Article 104893.
<https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2020.104893>
- Youssef, N. A., Belew, D., Hao, G., Wang, X., Treiber, F. A., Stefanek, M., Yassa, M., Boswell, E., McCall W. V., & Su, S. (2017). Racial/ethnic differences in the association of childhood adversities with depression and the role of resilience. *Journal of Affective Disorders*, *208*, 577–581.
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.10.024>

- Yu, X., & Zhang, J. (2007). Factor analysis and psychometric evaluation of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) with Chinese people. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, *35*, 19–30.
<https://doi.org/10.2224/sbp.2007.35.1.19>
- Yuan, B., & Li, J. (2020). Social-economics, community, campus and family: A nationwide empirical investigation on the association between adverse childhood experiences and early career choice of youths and adolescents. *International Journal of Adolescence and Youth*, *25*, 221–239.
<https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1608274>
- Zaidi, L. Y., & Foy, D. W. (1994). Childhood abuse experiences and combat-related PTSD. *Journal of Traumatic Stress*, *7*, 33–42.
<https://doi.org/10.1002/jts.2490070105>
- Zhang, R. P. (2016). Positive affect and self-efficacy as mediators between personality and life satisfaction in Chinese college freshmen. *Journal of Happiness Studies*, *17*, 2007–2021. <https://doi.org/10.1007/s10902-015-9682-0>
- Zhou, C., Yue, X. D., Zhang, X., Shangguan, F., & Zhang, X. Y. (2021). Self-efficacy and mental health problems during COVID-19 pandemic: A multiple mediation model based on the Health Belief Model. *Personality and Individual Differences*, *179*, Article 110893. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.110893>



附錄

附錄 1 中文版簡式五大人格量表授權使用同意

詢問「中文版簡式五大人格量表」研究使用一事 收件匣 x



[Redacted name]
[Redacted name]

李老師：

我是目前就讀於臺師大 教育心理與輔導學系碩士在職專班的研究生 廖建銘
目前正在進行論文的相關事項
量表需要使用到老師與鍾芯瑜一起編修的「中文版簡式五大人格量表」

因此來信詢問老師是否同意我使用中文版簡式五大人格量表
若老師同意是否能跟老師拿此量表的檔案

謝謝老師！再麻煩您回覆了！

研究生 廖建銘



[Redacted name]

寄給 我 ▾

建銘你好

歡迎使用這份BFI量表
如附件
祝研究順利

李仁豪敬上



附錄 2 Connor-Davidson 心理韌性量表授權使用同意

Asking for obtaining the CD-RISC scale > 收件匣 x



廖建銘

(2 天前)



寄給 mail

Hello,

My name is Chien-ming Liao from Taiwan. I am a graduate student of Educational Psychology and Counseling in National Taiwan Normal University. I'm currently doing research about adverse childhood experiences (ACEs) and need to use CD-RISC scale.

I wrote this for asking the permission of obtaining the scale.

If you require any further information, feel free to contact me. I'm looking forward to your reply.

Sincerely yours,
Chien-ming Liao

Jonathan Davidson, M.D.

Good morning Chien-ming:

Thank you for your interest in the RISC. Can you please complete and return the attached and a user agreement will be sent.

Sincerely,
Jonathan Davidson

From: 廖建銘

To: Jonathan Davidson, M.D.

Subject: Re: Asking for obtaining the CD-RISC scale

Dear Dr. Davidson:

I try to finish it as complete as possible.

Please let me know if which item doesn't describe clearly.

I look forward to hearing from you.

Have a wonderful day.

Sincerely,
Chien-ming Liao

Jonathan Davidson, M.D. [redacted]

Dear Chien-ming:

Thank you for your reply. Please kindly sign and return the attached agreement with payment of the \$30 student fee, and the RISC-25 will be sent.

Kind regards,

Jonathan Davidson



廖建銘 [redacted]

寄給 M.D. ▾

Dear Dr. Davidson:

I have just finished the attachment, and please check payment from your PayPal account.

Best regards,
Chien-ming Liao



Jonathan Davidson, M.D. [redacted]

寄給我 ▾

文A 英文 ▾ > 中文 (繁體) ▾ 翻譯郵件

關閉下列語言的翻譯功能: 英文 ×

Dear Chien-ming:

Thank you for sending payment. Please find attached the RISC-25 and other materials.

Wishing you all the best,

Jonathan Davidson

附錄 3 研究問卷

本研究透過 SurveyCake 設計線上問卷以收集資料。書面問卷內容如下所示：

成人童年逆境經驗者人格特質、心理韌性與生涯自我效能之相關研究調查問卷

親愛的受試者 您好：

感謝您百忙之中參與本次的研究，本研究主要為瞭解成人童年逆境經驗者之現況，並探究其人格特質、心理韌性以及生涯自我效能之間的關聯與差異。誠摯邀請目前為「18 歲以上之成人」填寫本問卷。本研究題目皆無對錯之分，僅需完整填寫您的回答即可。整份問卷預計花費您 10 至 15 分鐘的時間，感謝您的耐心填答！

*隱私聲明：本研究為匿名填答，問卷內容僅作學術研究使用，嚴格的內容保密，電子郵件僅作為抽獎、寄發中獎通知以及本研究相關通知之用，請放心填答。

*問卷抽獎：待本次問卷截止填寫後，本問卷將會進行抽獎，如欲參加，請務必填寫您的電子郵件。

*您的參與對本研究有莫大的幫助，如您剛好有時間，煩請協助轉發本問卷給予合適的受試者，由衷的感謝您本次的填答以及相關協助。

敬祝您 事事順心、身體健康

國立臺灣師範大學 教育心理與輔導學系 碩士在職專班
指導教授 田秀蘭 博士
研究生 廖建銘 敬上

閱讀第一頁的施測說明後，請您確認是否同意繼續進行研究問卷的填答。

同意 不同意

一、基本資料

1. 性別

生理男性 生理女性

2. 年齡

18 至 30 歲 31 至 40 歲 41 至 50 歲 51 至 60 歲 60 歲以上

3. 教育程度

國小畢業 高中（職）畢業 碩士班畢業

國中畢業 大學（專）畢業 博士班畢業

4. 職業類型

金融/保險業 觀光/旅宿業 服務業 餐飲業 軍公教 科技/製造業

運輸/倉儲業 資訊/通訊業 醫療/保健業 營造/建築業 廣告/行銷業

學生 家管 退休 無 其他

5. 目前工作性質

全職工作 兼職工作 臨時工作

鐘點工作 實習 無

6. 目前工作任職時間

待業中 未滿 3 個月 3 個月至 1 年（未滿） 1 年至 3（未滿）年

3 年至 6（未滿）年 6 年至 9（未滿）年 9 年至 12（未滿）年

12 年以上

7. 宗教信仰

基督教 天主教 佛教 道教 一貫道

民間信仰 無 其他

二、自覺健康狀況

此題組共 4 題。請根據回想過去一個月以來的自身狀況，並與同年齡層的人相比較。請以「是」或「否」回答之。

1. 與同年齡層的人相比是否身體比較健康？

是 否

2. 與同年齡層的人相比是否比較有情緒困擾？

是 否

3. 與同年齡層的人相比是否比較有失眠的狀況？

是 否

4. 是否曾有自殺的念頭？

是 否



三、童年逆境經驗

此題組共 10 題。請根據回想 18 歲以前，你是否覺得/感覺/認為有以下狀況？請以「是」或「否」回答之。

	是	否
1. 你的父或母或其他住在家裡的大人，時常(或常常)對你咒罵、羞辱、侮辱、說輕蔑的話、或做任何行為讓你覺得你可能會有任何肢體上的傷害？		
2. 你的父或母或其他住在家裡的大人，時常(或常常)推你、抓你、摑掌、朝你丟東西、或甚至是打你讓你身上有傷痕瘀血或嚴重受傷？		
3. 你的父或母或其他住在家裡的大人，時常(或常常)以你不喜歡的方式碰觸你的身體，或是要你碰觸他/她的身體，或是要求你做任何性相關的行為像是口交、肛交、或是性交？		
4. 你覺得家庭裡沒有一個人愛你、認為你是重要或特別的，或是你覺得家裡的人並不彼此照料、彼此間並不親密或是支持對方？		
5. 你沒有足夠的食物吃、需要穿髒衣服、覺得沒有人會保護你，或是你的父母因為喝太醉了或是濫用藥物毒品導致疏忽對於你的照顧，像是你生病時沒有帶你去看醫生？		
6. 你是否失去一位親生父親或親生母親因為離婚、棄養、或其他原因？		
7. 你的母親(或是繼母)是否時常被推、抓、打、踢踹、被丟東西、或甚至是被人拿刀子威脅？		
8. 你是否有和有酒癮問題或是藥物毒品問題的人一起住過？		
9. 和你住在一起的人是否有憂鬱症或其他心理健康疾病、或是否有人曾經嘗試自殺？		
10. 你的家庭(或和你一起住的人)是否有人曾經入獄？		

四、人格特質

人格特質共 15 題。這裡有一些特徵可能適合用來描述你狀況，量尺上「精確」一詞代表您同意此描述的程度。請在每一題選出最符合您的描述。

	非常不精準	有些不精準	普通	有些精準	非常精準
1. 充滿活力					
2. 有非常多熱情					
3. 喜歡外出、好社交的					
4. 樂於助人且無私的					
5. 有寬容本質					
6. 幾乎對所有人體貼且仁慈的					
7. 可信賴的工作者					
8. 會堅持到工作完成					
9. 做事有效率的					
10. 擔心很多的					
11. 情緒不穩定的					
12. 容易感到緊張的					
13. 具有生動想像力					
14. 有創造力的					
15. 重視藝術及美學經驗					

五、心理韌性

心理韌性題組共 25 題。請指出從過去一個月以來您對以下之陳述的同意程度，如果有些情境沒有在最近發生，那麼就依照你認為你會怎麼做來回答。請將最能描述您的感覺的選項選起來。

	從不	很少	有時	經常	總是
1. 當改變發生時，我能適應。					
2. 面臨壓力時，我至少有一個親近且安全的人際關係可以幫助我。					
3. 當我的問題沒有清楚的答案時，命運或神有時會幫助我。					
4. 不管發生什麼事情，我都能處理。					
5. 過去的成功讓我有信心去處理新的挑戰和困難。					
6. 當我面對問題時，我試著去看事情幽默的一面。					
7. 克服壓力而使我更堅強。					
8. 生病、受傷或苦難之後，我很容易就能恢復過來。					
9. 不管好事或壞事，我相信事出必有因。					
10. 不管結果如何，我都會盡最大的努力。					
11. 即使有阻礙，我相信我能達成我的目標。					
12. 即使看起來沒有希望了，我仍然不放棄。					
13. 壓力或危機來時，我知道去哪裡尋求幫助。					
14. 在壓力之下，我可以專注並且能清楚地思考。					
15. 我寧願自己主導去解決問題，而不是全由別人做決定。					
16. 我不會因失敗而很容易氣餒。					

(續下頁)

五、心理韌性（續）

心理韌性題組共 25 題。請指出從過去一個月以來您對以下之陳述的同意程度，如果有些情境沒有在最近發生，那麼就依照你認為你會怎麼做來回答。請將最能描述您的感覺的選項選起來。

	從不	很少	有時	經常	總是
17. 處理生命中的挑戰和困難時，我認為我是一個堅強的人。					
18. 如果有必要，我可以做一個不受歡迎或困難的決定而去影響別人。					
19. 我能處理一些不愉快或痛苦的感覺，例如：悲傷、害怕和生氣。					
20. 處理生活問題時，有時您必須憑直覺，而不知道為什麼要這樣做。					
21. 我非常清楚我生命的意義。					
22. 我覺得我可以掌握我的人生。					
23. 我喜歡挑戰。					
24. 不管人生的路途中遇到什麼阻礙，我會努力達成我的目標。					
25. 我為我的成就而得意。					

六、生涯自我效能

您是否同意以下陳述句，請就 1 到 6 選擇一個選項。如果非常同意，就選擇選項「6」，如果完全不同意，則請選擇選項「1」。

	完全不同意	不同意	稍微不同意	稍微同意	同意	完全同意
1. 學習及適應能力可以協助我完成工作上的任務。						
2. 找工作時，我會積極主動地投履歷至相關單位。						
3. 工作中遇到不會的問題，向人請教即可解決問題。						
4. 雖然運氣重要，但是事實上個人的努力還是比較重要的。						
5. 我相信自己有不錯的學習潛力，未來還會找機會作進一步的進修。						
6. 選擇工作時，我擔心自己不能勝任老闆對我的要求。						
7. 我覺得自己的條件不是很好，所以找工作時大概會問題重重。						
8. 我常常覺得自己負責的工作難度很高。						
9. 雖然對所學有興趣，但我覺得自己在所學領域裡還有許多的難題。						
10. 求學時代，我一直都覺得很多科目對我而言是很難的。						
11. 當我不滿意自己所從事的職業時，我相信自己有轉業或是換工作的能力。						
12. 長久以來我對自己都很有信心。						

(續下頁)

六、生涯自我效能（續）

您是否同意以下陳述句，請就 1 到 6 選擇一個選項。如果非常同意，就選擇選項「6」，如果完全不同意，則請選擇選項「1」。

	完全不同意	不同意	稍微不同意	稍微同意	同意	完全同意
13. 我覺得自己在各方面的能力都還不錯。						
14. 我覺得自己的適應能力不錯。這對完成工作任務是很有幫助的。						
15. 我覺得自己的基本能力可以完成很多方面的任務，即使是與工作無密切關係的事，也沒什麼大的困難。						

若您想參加抽獎活動，請在下列空格處填上您的 E-mail。若您沒有想參加抽獎活動，請直接點選下一頁。

E-mail : _____。