

教育科學研究期刊 第六十一卷第一期
2016 年，61 (1)，169-199
doi:10.6209/JORIES.2016.61(1).07



我如何知道我關心什麼？ —不同背景大學生的自身技術之分析

郭丁熒

國立臺南大學
教育學系

摘要

本研究旨在探討大學生運用自身技術之現況，並比較不同背景變項大學生的自身技術之差異情形。先根據文獻探討及 40 位大學生訪談資料所編製之「大學生自身技術量表」，針對 452 位大學生進行預試，再以修訂後之量表調查 1,361 位大學生，調查資料經以 SPSS for Windows 21.0 版套裝軟體中次數分配、單因子多變項分析、薛費事後多重比較分析法來進行資料處理與分析。研究結果發現：(一) 大學生的自身技術包括鍛鍊、告解坦白、問題化、自我檢查、對話辯證、說真話、越界體驗、節制、觀察等九類，運用情形大都為中高程度；(二) 大學生最常採用的自身技術是鍛鍊，而最不常採用的是告解坦白；(三) 大學生採用的自身技術因其背景之不同而呈現多樣性，其中以有宗教信仰者最為多元。本研究反映出大學生可透過自身技術來治理自我之可能性，而最常使用鍛鍊可能與大學生的學習角色有關，最不常使用告解坦白則可能與教育或文化有關。

關鍵字：大學生、自身、自身技術

壹、前言

一、研究動機與目的

大學生鄭捷的捷運殺人事件，引起相當大的震撼與恐懼，精神科醫師王浩威（2014）指出：「來自內心世界從沒有真正被注意到，孩子自身，屬於人最重要的部分，不知不覺地不存在於我們的世界中，成了『透明的存在』。」面對這種將人視為「透明的存在」，令人不得不去正視家庭與學校教育出了什麼問題？

近 70 年來，臺灣大學教育目標向來重視專才優於通才（郭丁熒，2013, p. 23），強調專業知能的培養；然因大學院校數從 1950 年代的四所，增加到 101 學年度的 148 所（教育部統計處，2014），大學之門廣開，資源分散，為求生存，教育品質很難堅持（陳一姍，2010）。致使教育被認為是風險產業且需要被管理，因此風險管理、指引的發展與使用、不同標準作業流程以及治理（例如成套的方案、測驗與專業發展）被運用至教育，這些企業模式被運用到治理教育後，造成教育商品化，教育人員表現得如同商品盲從者（Hardy, 2015, p. 377），從陳震遠論文遭國際知名期刊撤銷案，也凸顯大學在注重績效評鑑制度下，將知識份子弱化了（夏學理，2014）。而大學生在強調專業知能與績效的大學教育培育下，也成了「失去靈魂的優秀」（Lewis, 2006/2007, p. 311），這與「透明的存在」異曲同工，直指對大學生自身的主體之忽視。為解決此問題，哈佛大學哈佛學院院長 Lewis（2006/2007, p. 311）呼籲大學要回歸教育的本質，讓教育的過程為自我發現的過程。在臺灣有心人士也發起成立「還孩子做自己的行動聯盟」（2014）。

不管孩子或大學生，要如何自我發現與做自己呢？早在希臘，「關懷自身」(to be concerned with oneself) 便是社會和個人的行為，以及生命藝術的主要規則之一（Foucault, 1988a, p. 19），關懷自身不是要關照肉體或是身外之物，而是要關照自身的幸福、心靈的寧靜、身體健康或自我的改變（黃瑞祺，2003, p. 16）。而近來，反身性社會學（sociology of reflexivity）也著重在探索自我意識和反省建構身分認同的能力，並確定自我意識的價值（Warin, 2015, p. 690）。

至於要如何關照自身？則可透過自身技術（technologies of self）。Foucault（1988a, p. 18）指出：「自身技術是讓個體藉由他們自己的方法或是別人的幫助，來對他們自己的身體、靈魂、思想、行為和存有方式進行一些操作；以致於能夠轉化他們自己，使達到快樂、純真、智慧、完美或不朽的狀態」，更通俗地說，自身技術就是做人的藝術（高宣揚，2004, p. 5）或修養論（何乏筆，2003, p. 76）。可見自身技術強調主體性與主動性，不但是追求自我創造，也是自我的意識覺察與深思熟慮的轉化，是涉及治理自我的美學工作，將有助於個人或大學生做自己。

人從出生到死亡的過程中，發生無數的重要事件，而對日後人生影響最廣的事件，大都發生在 20-29 歲之間，可見此一階段是人生發展的關鍵時期（Jay, 2012/2014, pp. 17, 31）。而大

學生正處於此關鍵階段之始，他們關心什麼？運用哪些自身技術？則關係自己未來人生的開創。有關大學生關懷自身之探討，郭丁熒（2014, p. 1）分析提出大學生關心、在意的事項相當多元且全面，從微觀個人內在信念到鉅觀生態環境，並可歸納為身體、精神、學習、出路¹、休閒²等五個向度，惟該研究只針對關心事項（what）、關心時間（when）、關心原因（why）進行瞭解，尚未對如何覺察（how）之自身技術進行探討。至於自身技術之探討，以哲學的論述性分析較多，實證研究不但為數較少，且多為國外文獻（Birnbaum, 2008; Britton & Baxter, 1999; Cahill, 2012; Hodges, 2004; Infinito, 2003; Slifkin, 2001）。郭丁熒（2015）曾以大學生的自身技術為焦點，透過發展評量大學生自身技術的研究工具，對自身技術之內涵與類型進行建構與瞭解。為進一步釐清在人生重要發展階段的大學生運用自身技術之現況，本研究乃運用研究者所編製之工具，針對大學生運用自身技術之現況進行探討。詳言之，本研究之目的如下：

- （一）探討大學生運用自身技術之現況。
- （二）比較不同背景變項大學生的自身技術之差異情形。

貳、文獻探討

一、自身與自身技術

Foucault 提出以四種技術來讓人類瞭解自己，早年的知識考古學，屬於生產技術和符號系統技術，權力系譜學是屬於權力技術，晚年的倫理學則屬於自身技術，從 Foucault 的思想進路來看，可發現他是逐漸擺脫權力與知識論的禁錮雕塑，轉向雕塑自身，求得自身的知識，以恢復主體自由自主的地位（鄭文勝，郭丁熒，2008, p. 41；Foucault, 1988a, p. 18）。

Foucault（1984/1988b, p. ix）曾言：「不要問我是誰，也不要要求我維持不變。」對於主體的看法，Foucault 在《主體詮釋學》一書中提到：「真實的知識形式在發揮作用時，不會總是相同的，這也意味著透過特定反身性形式所構成的主體，或是關注自身形式所構成的主體，是會被修改的、變動的、沒有普遍一致的意義」（Foucault, 2001/2006, p. 462）。此外，他也提到他在意的是自我轉化的問題，因為一個人的自我被其所知的知識所轉化，是相當接近美學的經驗（Foucault, 1984/1988b, p. 14）。可見 Foucault 對自身或主體的看法，反映出後結構所強調自我的流動性、社會情境性及建構一致性自我的時間取向（Warin, 2015, p. 690），凸顯主體能自我轉化的主體性。

而對於「一個人要如何生活？」，Foucault（1996, p. 451）認為服從於一種規範的倫理道德理念逐漸消失，取而代之的，是追尋一種生存美學。即由強迫的規範取向道德（code-oriented

¹ 原命名為「工作／家庭」。

² 原命名為「休閒／環境」。

moralties) 轉為強調自我與自我關係的倫理取向道德 (ethics-oriented moralities), 相當重視自身技術, 需透過認識自我、反思自我、分析自我及改變自我等方法 (黃瑞祺, 2013, p. 119)。如同現代規訓技術的權力運作是由下而上的「向上權力」(ascending of power), 而非由下而上的「向下權力」(descending of power); 「向上權力」是一種不再被支配者擁有和獨占的實質物體, 而是以身體為媒介, 透過自身的歷史、軌跡、技術、策略, 作用於整體社會關係中 (Foucault, 1975/1979, p. 26, 1980, p. 99)。簡言之, Foucault 的主體概念, 是透過「從屬」於某種特定的「自身技術」來建構其主體性, 透過自身技術的概念, 強調權力的正面與積極性, 表現在自我的關係上, 就是主體所「從屬」的技術機制, 是其自由選擇的結果, 目的是在於達到自己所意欲成為的存在狀態。

能自我主宰的人, 是他自己的國王, 要知道如何控制自己的激情, 故自我主宰蘊含著練習 (希臘文是 askesis, 即英文的 exercise), 沒有適切的磨練, 就幾乎得不到 (Merquior, 1985/1998, p. 166)。可見自身技術和中文的修養或修行的意義, 有相近之處 (黃瑞祺, 2003, p. 24)。且 Foucault 也指出: 「我們必須成為我們自己……自我不是被賦予……我們得把自己創造成一種藝術品」(引自 Dreyfus & Rabinow, 1983, p. 237)。所以, 自身技術不只強調個體的主體性、主動性, 更有一種美學的主體化過程。

綜合上述, 本研究將「自身技術」界定為「是對自我問題 (如自己身體、靈魂、思想、行為和生存方式等) 的思考與處理, 是一種生活技巧、生存技藝及生活風格, 有助引導自身走出現狀的困境、創造自身的幸福美好生活。且自身技術可藉由個人自己的方法或是別人的幫助來實施, 強調將自己當成藝術品來創造, 是美學的主體化」。

二、自身技術的發展與途徑

Foucault 所提出的自身技術是以不同的形式存在, 因自身技術是在不斷封閉的結構中逃逸, 並沒有一勞永逸的形式 (吳承澤, 2013, p. 178)。尤其自身技術關係到個人的實踐智慧, 需要透過極其個別性的經驗, 所以, 其實踐表現和具體型態在不同人之間是非常不同的 (高宣揚, 2004, p. 517)。Foucault (1988a, p. 19) 將自我詮釋學的發展, 分為古代 (希臘羅馬)、基督教、現代等時期, 何乏筆 (2003, p. 96) 據此把歐洲的修養史分成古代 (希臘羅馬)、基督教, 以及現代 (十八世紀以後) 三個階段, 從中可發現自身技術之發展及其在各階段的特殊性。

就古代言, 在希臘時期, 一個人如要創造自身的生活, 為自身所做的工作, 包括書寫、記憶、反省 (自我檢查)、沉思、沉默、傾聽他人、對話、說真話及飲食和娛樂方面的節制 (Foucault, 1988a, 2006, p. 242; Lotringer & Hochroth, 1997, p. 208)。就書寫言, 古代思想家之哲學著作、日記、雜技等著作, 主要是為了記錄、反思、間度、改變自己的行為、性格、自我或存在狀態 (黃瑞祺, 2013, p. 137)。另應如何掌握滿足快感的程度及其方式, 對希臘人來

說就是一種生活的藝術。滿則快感要恰如其分，恰到好處：不多不少、不快不慢、不早不晚，這也就是節制（高宣揚，2004, p. 517）。在羅馬時期自我修養的方法，則是透過鍛鍊、沉思、思想考驗、良心檢查及對表象的主控等（何乏筆，2003, p. 90）。可見古代希臘、羅馬的自身技術偏向以主控慾望和快感為主。

在基督教時期，因基督教要求服從某種法規的「普遍道德」，發展出追求慾望的滅絕，重視慾望詮釋學以及自我淨化的宗教功夫（何乏筆，2003, p. 97）。此相關的自身技術包含自我辨認、言語表達、告解（懺悔）、自責、對誘惑的鬥爭、自我的棄絕、心靈鬥爭等（何乏筆，2003, p. 89）。可見此階段的自身技術偏向苦行、禁慾。

就現代而言，透過啟蒙運動、解放運動及社會運動，發明了新的修養功夫或自身技術，從〈何謂啟蒙〉一文來看，Foucault 偏向一種後宗教、美學化的現代功夫論（包含現代美學對感官、身體、情感的肯定）（何乏筆，2003, p. 89）。這可藉由 Foucault 對 C. Baudelaire 之讚美來瞭解，尤其 Foucault 關注的不是詩人 Baudelaire，而是花花公子（the dandy）的 Baudelaire。因為 Baudelaire 最令人感到興趣的是他作為現代人物所表現出來的「花花公子主義美學」，他把他的身體、行為、感情和激情、他的人生都鑄鑄為一件藝術品（吳承澤，2013, p. 149）。Baudelaire 指出：花花公子主義源自靈性和斯多葛式（Stoicism）的禁慾主義（Baudelaire, 1964/1995, p. 28），花花公子主義，是一種超越法律的體制，它自身有一個嚴格的律法，是所有參與者都必須嚴格遵守的……。他沒有別的任務，只有在自己身上培養美的觀念，以滿足熱情、思考及感覺……。其中最迫切的就是為自己創造一個獨創性的人格（Baudelaire, 1964/1995, p. 27）。因此，Foucault（1984, p. 41）也提到：

就 Baudelaire 而言，現代性並非僅是和當下建立關係的一種形式，它也是和自我建立關係的形式，現代性的苦心經營態度，和不可或缺的禁慾主義有密切關聯。作為現代，就意味不接受自己是過去潮流中的一份子，並將自己視為一種複雜而困難的任務，這就是 Baudelaire 稱為花花公子主義的事物。……現代性並不在它的存有中解放他自己，而是迫使他自己去面對創作他們自己的任務。

誠如花花公子主義者在他表演中，同時掌握了政治性及一種隱含在時代當中最新的詩意，這種詩意抵制著一種隨波逐流或因循的社會風俗，反而是一種發明，一種衡量過整個時代的普遍性本質及各種易逝性愉悅之後的一種自我發明，一種藝術家般嘔心瀝血對自己表演形式的創造活動（吳承澤，2013, p. 161）。可見就現代階段而言，自身技術是以不斷地自我創造為核心。

綜合上述，從歐洲修養史三階段（詳表 1）來看，可發現自身技術之發展係從主控慾望和快感、到苦行禁慾、再到自我創造，而實施形式則包含書寫、記憶、反省（自我檢查）、沉思、沉默、傾聽、對話、說真話、節制、自我辨認、言語表達、告解（懺悔）、自責、對誘惑的鬥爭、自我的棄絕、心靈鬥爭（問題化）、鍛鍊及抵制因循的風俗（越界）等，相當多元。至於

表 1
不同修養史階段自身技術之比較

階段	自身技術	特徵
古代（希臘、羅馬）	書寫、記憶、反省（自我檢查）、沉思、沉默、傾聽他人、對話、說真話、節制	以主控慾望和快感為主
基督教	自我辨認、言語表達、告解（懺悔）、自責、對誘惑的鬥爭、自我的棄絕、心靈鬥爭（問題化）	偏向苦行、禁慾
現代（十八世紀以後）	鍛鍊、抵制因循的風俗（越界）	以不斷地自我創造為核心

各項自身技術之意涵及實踐方式，可詳郭丁熒（2015）〈大學生自身技術之研究：研究工具編製與類型建構〉一文。

三、自身技術的相關因素探討

本研究以“technology of self”搜尋 EBSCOhost、ProQuest、臺灣期刊論文索引，發現對 Foucault 自身技術之討論，以哲學的論述性分析較多，實證研究則為數較少（Birnbbaum, 2008; Britton & Baxter, 1999; Cahill, 2012; Hodges, 2004; Infinito, 2003; Slifkin, 2001）。其中大部分研究（Birnbbaum, 2008; Cahill, 2012; Hodges, 2004; Infinito, 2003; Slifkin, 2001）又以探討自身技術的實踐為主，肯定傳記書寫、敘說（Britton & Baxter, 1999）、透過戲劇使用越界、鍛鍊、對話、傾聽（Cahill, 2012）、自我反省、自我評估、自我調整（Hodges, 2004）、問題化、自我檢查（Infinito, 2003）、反省日誌（Slifkin, 2001）、在 Facebook 呈現自己（Birnbbaum, 2008）等自身技術的運用，然並未進行背景變項之差異分析。因此，根據上述研究結果，可知目前的實證研究大都只針對自身技術進行探討，涉及自身技術的相關因素之研究並不多見，只有 Britton 和 Baxter（1999）發現，自身技術因性別之不同而有差異。

就自身技術因性別不同而有差異言，根據 Britton 和 Baxter（1999, p. 190）的研究，以進入高等教育成人學生為對象，透過敘說分析及傳記等方式蒐集資料，研究結果指出，男女都可透過故事來敘說其生活經驗，但男女各有性別特定的形式，女生多是為了「爭取機會」及「證書主義」進大學接受教育，男生則是為了「自我轉化」，而「實現未實現的潛能」則男女皆有。顯示男女採用不同的論述來呈現其經驗及建構自我意識。此發現有助於說明男人與女人的範疇並非是種理所當然的分類，兩者是透過自身技術來建構自我意識的生產者，是社會脈絡的產物，是社會建構。彰顯 Foucault 所指出性別不單只透過意識形態，同時透過每天習以為常的時間、空間、活動來組織與管制（Bordo, 1989, p. 14）。

除性別因素外，階級可能是相關因素。因自我意識的建構與維持是資本的一種形式，可

稱為身分認同資本。在多重資本形式交互作用的關係中影響其他形式的資本，同時也被影響（Warin, 2015, p. 703）。由於資本不只是財富的同義詞，可以被標記上許多其他基於資源的概念，且是一個歷程，故身分認同資本是文化資本的一種（Warin, 2015, p. 691）。因為身分認同概念與文化資本有緊密關聯，可見「自我」是中產階級的概念，當 Foucault 強調：「將我們自己創造成一種藝術品」（Dreyfus & Rabinow, 1983, p. 237），就已說明中產階級是如何透過每天生活的美學化來創造自己（Skeggs, 2004, p. 136）。據此，可推論不同社經背景者，可能因文化資本之不同，其自身技術也有所差異。

除了性別、階級，環境因素與個人經驗也可能是相關因素，因為自身技術關係到個人的實踐智慧，需要透過極其個別性的經驗（高宣揚，2004, p. 517），所以隨著個體的環境背景及經驗之不同，其自身技術可能也會有所差異。據此，本研究推論大學生因其經驗之不同（如年級不同、宗教信仰不同、關懷自身事項不同）及所處的學習環境不同（如公私立大學、大學所在地及學院屬性），其運用自身技術的類型將有所不同。

綜合上述，本研究在大學生自身技術的相關因素之探討，將進行大學生性別、年級別、社經背景、有無宗教信仰、不同關懷自身事項及其就讀大學環境（公私立別、地區別、學院別）的差異比較。

參、研究設計與實施

一、研究對象

本研究以就讀於公、私立大學之日間部大學生為調查對象，不包含僑生、陸生、外籍生及夜間部、科技大學校院與專科的學生。經採分層叢集隨機抽樣，從臺灣北、中、南、東四區 70 所公、私立大學中（教育部，2014），抽取 24 所（34.29%），每所再隨機抽取 60 位大學生，共計發送 1,440 份問卷，回收有效問卷 1,361 份，回收率為 94.51%（詳表 2）。

二、研究工具

本研究工具之編製，研究者（郭丁熒，2015）係以文獻探討為基礎，經訪談 40 位大學生編製提出量表初稿共 66 題；並請四位不同領域之大學教授（心理學、社會學、教育行政、諮商輔導）進行專家效度審查後，增修完成 71 題之預試量表。再以 452 位大學生為樣本進行預試。根據探索性因素分析結果，保留 44 題。包含鍛鍊、告解坦白、問題化、自我檢查、對話辯證、說真話、越界體驗、節制、觀察等九因素。茲將「大學生自身技術量表」背景資料及自身技術各層面意涵說明如下：

（一）背景資料

1. 性別：包括男、女兩類。

表 2
研究樣本抽樣一覽

地區	學校			抽樣學校		抽樣樣本	
	公立	私立	總校數	抽樣校數	學校	寄出問卷	有效問卷
北	18	17	35	12	國立臺灣大學、國立臺灣師範大學、國立政治大學、國立中央大學、國立清華大學、國立新竹教育大學、淡江大學、輔仁大學、世新大學、中原大學、銘傳大學、實踐大學	720	684
中	6	8	14	5	國立中興大學、國立彰化師範大學、國立暨南大學、東海大學、亞洲大學	300	281
南	8	8	16	5	國立嘉義大學、國立高雄大學、高雄醫學大學、南華大學、長榮大學	300	273
東	3	2	5	2	國立宜蘭大學、慈濟大學	120	113
小計	35	35	70	24		1,440	1,361 (94.51%)

2.年級：包括大一、大二、大三、大四、大五以上，共五類。

3.社經背景：本研究以家庭年度可支配所得由小至大，分為五等（行政院主計總處，2013），包括 30 萬元以下、31-55 萬元、56-80 萬元、81-184 萬元、185 萬元以上五類。

4.宗教：由受試者自填，問卷回收後再編碼，分為無、有兩類。

5.最關心的事項：由受試者自填，本部分共有 29 題，受試者除針對每一題目勾選關心等級外，並於最後選擇一題為最關心事項，問卷回收後，再參考研究者（郭丁熒，2014）的分類架構，將大學生所填寫的最關心事項歸類為出路、學習、精神、身體、休閒五項，各層面之意涵分述如下：

(1)出路：指關心在意自己未來工作或生活的準備、目前或未來的工作機會、所學能否學以致用等。

(2)學習：指關心在意自己的課業、學習方法、學習表現、在升學上的準備等。

(3)精神：指關心在意自己的性格、價值觀、情緒、信念等。

(4)身體：指關心在意自己的運動量、健康、吃的食物、藥物使用安全等。

(5)休閒：指關心在意自己的校內外活動、社團活動、感情狀況、交友等。

6. 公私立學校別：分公立、私立兩類。
7. 學校所在地：分北、中、南、東四類。
8. 學院別：分人文社會藝術傳播、理工資訊、醫農生物科技、法商及民生學院五類。

(二) 自身技術

1. 鍛鍊 (exercise)

係指大學生能慎思選擇、實際地操作、投入並致力於專業技巧的精進與精熟，如「透過學習過程中所需要做的選擇（如選組、選課）」、「透過花時間投入學習或完成作業」，在大學生自身技術量表中，第 1 至 5 題屬該層面。

2. 告解坦白 (confession)

係指大學生能承認和坦白錯誤或弱點、針對學習或生活問題能尋求諮詢（或諮商），如「透過禱告、告解」、「透過諮商輔導」，在大學生自身技術量表中，第 6 至 11 題屬該層面。

3. 問題化 (problematization)

係指大學生能不斷地對其面對的學習，或是生活等提出質疑，如「透過對理論提出質疑」、「透過對生活中的各種道德規範提出質疑」，該層面以大學生自身技術量表中的第 12 至 16 題測量之。

4. 自我檢查 (self-examination)

係指大學生能省思、能和自我的理性對話，如「透過沉思，沉澱思緒」、「透過自我對話」，在大學生自身技術量表中，第 17 至 20 題屬該層面。

5. 對話辯證 (dialogue)

係指大學生透過與教師、同學、媒體、網路.....的對話討論。如「透過與經驗豐富長輩（父母、教師.....）的交談」、「透過網路、社群網站.....多問多打聽」，在大學生自身技術量表中，第 21 至 25 題屬該層面。

6. 說真話 (parrhesia)

係指大學生能以各種方式向他人表現自己真正的理念，如「透過在課堂中說出自己真正的想法」、「透過寫臉書、部落格等」，該層面以大學生自身技術量表中的第 26 至 30 題測量之。

7. 越界體驗 (transgressive experience)

係指大學生能不斷挑戰超越自我、冒險、創新、或異地而處以不斷開拓自由的新視野，如「透過實際生活的冒險（如自助旅行、單車環島、爬百岳.....）」、「透過轉換不同的生活環境」，在大學生自身技術量表中，第 31 至 35 題屬該層面。

8. 節制 (moderation)

係由以前的苦行禁慾理解而來，指大學生能「透過親身體驗（如理財不當、健康亮紅燈、成績下滑……）的自我節制」、「透過家人叮嚀（如不飆車、不熬夜……）的自我節制」，該層面以大學生自身技術量表中的第 36 至 40 題測量之。

9. 觀察 (observation)

係指大學生能透過觀察來反省或改變自己，如「看到家人的辛勞」、「看到周遭家人親友有好的成就」，在大學生自身技術量表中，第 41 至 44 題屬該層面。

有關該量表之信度與效度考驗。首先，在效度考驗方面，根據探索性因素分析顯示，「大學生自身技術量表」的 KMO 值為 .904，Bartlett 球形檢定值達顯著 ($p < .001$)，顯示取樣適合，故可進行因素分析，而本量表在鍛鍊、告解坦白、問題化、自我檢查、對話辯證、說真話、越界體驗、節制、觀察等九個因素之解釋變異量分別為 23.37%、8.35%、6.70%、5.16%、3.95%、3.41%、3.14%、3.04% 及 2.67，累積解釋量則為 59.79%。

其次，在信度考驗方面，根據內部一致性分析之結果，自身技術量表在鍛鍊、告解坦白、問題化、自我檢查、對話辯證、說真話、越界體驗、節制、觀察各分量表之 Cronbach's α 係數分別為 .81、.85、.81、.80、.70、.77、.81、.78、.76，均大於 .70，總量表之 Cronbach's α 則為 .92，根據 Nunnally (1978, p. 245) 之觀點，適當的信度係數應在 .70 以上，據此，可知本量表信度良好。

本研究再以正式樣本調查資料，採 SPSS Amos 22.0 版統計軟體最大概似法 (maximum likelihood method, ML) 進行二階驗證性因素分析，根據分析結果顯示，觀察變項之個別指標信度從 .16 到 .72，潛在變項的組合信度，鍛鍊、告解坦白、問題化、自我檢查、對話辯證、說真話、越界體驗、節制、觀察等九個因素依序為 .93、.86、.88、.88、.84、.83、.82、.83、.84，皆大於 .70，可見各潛在變項的組合信度良好。而一階因素的平均抽取變異量分別為 .71、.53、.60、.65、.51、.50、.49、.51、.57，除越界體驗 .49 稍低於 .50，其餘皆達 .50 以上；二階因素的平均抽取變異量為 .79，也大於 .50 (黃芳銘，2004, p. 188)，根據驗證性因素分析，也顯示本工具之成分信度、成分效度、組合效度為佳。而依據二階驗證性因素分析適配度評鑑的結果，二階模式與資料之適配度，雖受模式複雜度的影響，未臻理想，但整體而言，尚稱符合 (郭丁熒，2015)。

最後，本量表之填答與計分方式，乃請大學生思考「覺察自己的關心事項，我的途徑是……」，再針對自身技術各題項之內容，就常常如此、有時如此、很少如此、從未如此四個選項中，選出一個與自己知覺最相近的答案。並依程度給予四至一分。至於分數之解釋，由於本研究目的乃在瞭解大學生關懷自身技術的現況，而非進行大學生在團體內之相對位置比較，故採絕對分數區分方式，以各題中位數為基準，將大學生自身技術的程度，分為高、中高、中低及低 (詳表 3)。

表 3
大學生自身技術分數等級

層面（題數）	高	中高	中低	低
關懷自身技術（44）	176-143.01	143.00-110.01	110.00-77.01	77-44
鍛鍊（5）	20-16.26	16.25-12.51	12.50-8.76	8.75-5
告解坦白（6）	24-19.51	19.50-15.01	15.00-10.51	10.50-6
問題化（5）	20-16.26	16.25-12.51	12.50-8.76	8.75-5
自我檢查（4）	16-13.01	13.00-10.01	10.00-7.01	7.00-4
對話辯證（5）	20-16.26	16.25-12.51	12.50-8.76	8.75-5
說真話（5）	20-16.26	16.25-12.51	12.50-8.76	8.75-5
越界（5）	20-16.26	16.25-12.51	12.50-8.76	8.75-5
節制（5）	20-16.26	16.25-12.51	12.50-8.76	8.75-5
觀察（4）	16-13.01	13.00-10.01	10.00-7.01	7.00-4
各題得分間隔區分	4-3.26	3.25-2.51	2.50-1.76	1.75-1

三、資料處理與分析

為探討大學生運用自身技術之現況，並比較不同背景變項大學生的自身技術之差異情形。本研究正式樣本資料回收後，乃以 SPSS for Windows 21.0 版套裝軟體中次數分配程式加以檢核原始資料，並採用次數分配統計大學生在自身技術之人數、百分比、平均數、標準差、偏態及峰度；其次，採用單因子多變項分析來探討不同背景變項大學生在自身技術上有無顯著性差異，對達顯著水準者則進一步以薛費事後多重比較分析法考驗各組間之差異（王保進，2006）。

肆、結果分析與討論

一、大學生自身技術現況之分析與討論

（一）現況分析

根據描述性統計分析（詳表 4）顯示，大學生運用自身技術的情形，以鍛鍊為最普遍，之後依序為自我檢查、觀察、對話辯證、節制、問題化、越界體驗、說真話及告解坦白。除告解坦白外，在其他八個層面與總層面，大學生自身技術的運用情形，均為中高程度。

就偏態而言，鍛鍊、自我檢查、對話辯證、越界體驗、節制、觀察呈現左偏態，顯示大部分大學在這些層面的得分高於平均數；而問題化、說真話及告解坦白呈現右偏態，顯示大部分大學在這三層面的得分低於平均數。

就峰度而言，鍛鍊、告解坦白、對話辯證、越界體驗、節制、觀察各層面的曲線是高狹

表 4

大學生自身技術各層面及總量表之描述性統計

層面	題項	單題		層面						
		平均數	標準差	平均數	程度	標準差	偏態	峰度	平均數／題數 ^a	排序
鍛鍊	1. 透過學習過程中所需要做的選擇（如選組、選課）	3.11	.61							
	2. 透過生活中需要做的選擇（如選擇住校、住家、住校外.....）	3.13	.60							
	3. 透過花時間投入學習或完成作業	3.10	.62	15.68	中高	2.73	-.04	.47	3.14	1
	4. 透過與同學合作做報告	3.11	.62							
	5. 透過不斷練習的過程	3.23	.59							
告解 坦白	6. 透過問神拜拜、擲茭	1.83	.85							
	7. 透過算命（塔羅牌、紫薇斗數.....）	1.72	.81							
	8. 透過諮商輔導	2.01	.86	11.49	中低	3.77	.65	.36	1.92	9
	9. 透過就業的諮詢	1.98	.86							
	10. 透過禱告、告解	1.73	.89							
	11. 透過寫日記	2.22	.96							
問題 化	12. 透過對理論提出質疑	2.73	.70							
	13. 透過對生活中的各種價值提出質疑	3.09	.65							
	14. 透過對生活中的各種道德規範提出質疑	3.02	.67	14.28	中高	2.60	.10	-.06	2.86	6
	15. 透過對生活中的法律制度提出質疑	2.76	.75							
	16. 透過發現社會體制的問題所在（如賦稅制度）	2.69	.76							
自我 檢查	17. 透過沉思，沉澱思緒	3.29	.66							
	18. 透過自我反省	3.30	.63							
	19. 透過自我對話	3.20	.73	12.53	中高	2.20	-.31	-.17	3.13	2
	20. 透過悔悟、承認自己的錯誤或弱點	2.75	.82							

(續)

表 4
大學生自身技術各層面及總量表之描述性統計 (續)

層面	題項	單題		層面						
		平均數	標準差	平均數	程度	標準差	偏態	峰度	平均數 / 題數 ^a	排序
對話 辯證	21. 透過與同學同儕的聊天討論	3.30	.63							
	22. 透過與學長學姊的相互交流	2.70	.81							
	23. 透過與經驗豐富長輩 (父母、教師.....) 的交談	2.80	.77	15.24	中高	2.37	-.09	.13	3.05	4
	24. 透過網路、社群網站..... 多問多打聽	3.21	.69							
	25. 透過閱讀各種資訊 (時事、新聞、書籍、雜誌、媒體、電影.....)	3.23	.65							
說真 話	26. 透過在課堂中說出自己真正的想法	2.43	.78							
	27. 透過在社群網站中發表自己的真正想法	2.59	.83							
	28. 透過對新聞時事提出自己的看法	2.85	.75	12.63	中高	2.91	.22	-.14	2.53	8
	29. 透過各種「意見反應管道」 (連署、投書、填問卷、call in) 來發聲	2.22	.89							
	30. 透過寫臉書、部落格等	2.53	.90							
越界 體驗	31. 透過實際生活的冒險 (如自助旅行、單車環島、爬百岳.....)	2.72	.82							
	32. 透過從事思想的創造性活動	2.88	.75	14.15	中高	2.89	-.16	.32	2.83	7
	33. 透過轉換不同的生活環境	2.90	.74							
	34. 透過不斷地自我挑戰 (如考取各級證照.....)	2.79	.76							
	35. 透過打工或工讀經驗	2.86	.86							

(續)

表 4

大學生自身技術各層面及總量表之描述性統計（續）

層面	題項	單題		層面						
		平均數	標準差	平均數	程度	標準差	偏態	峰度	平均數／題數 ^a	排序
節制	36. 透過親身體驗（如理財不當、健康亮紅燈、成績下滑.....）的自我節制	3.11	.69							
	37. 透過家人叮嚀（如不飆車、不熬夜.....）的自我節制	3.02	.70							
	38. 透過師長的規勸或教誨的自我節制	2.87	.71	14.59	中高	2.49	-.46	1.43	2.92	5
	39. 透過學校規定的自我節制	2.66	.76							
	40. 透過社會規範（如法律、道德.....）的自我節制	2.93	.69							
觀察	41. 看到家人的辛勞	3.30	.68							
	42. 看到周遭家人親友的健康情形惡化	3.02	.78							
	43. 看到周遭家人親友有好的成就	3.07	.75	12.29	中高	2.29	-.29	.17	3.07	3
	44. 看到認識的人出現在榜單上	2.90	.82							
總量表				122.71	中高	14.91	.29	.63		

^a 平均數／題數：係各層面之平均數除以各層面之題數。

峰，兩極端之人數較多，尤其是節制一層面；而問題化、自我檢查、說真話三層面為低闊峰，其中問題化則接近常態分布。

就單題平均數來看（詳表 4），以第 18 題「透過自我反省」（ $M=3.30$ ）、21 題「透過與同學同儕的聊天討論」（ $M=3.30$ ）、41 題「看到家人的辛勞」（ $M=3.30$ ）的平均數最高，17 題「透過沉思，沉澱思緒」（ $M=3.29$ ）次之；在這四題，大學生自身技術的運用情形，均屬於高的程度。而第 7 題「透過算命（塔羅牌、紫薇斗數.....）」（ $M=1.72$ ）、第 10 題「透過禱告、告解」（ $M=1.73$ ）、第 6 題「透過問神拜拜、擲茭」（ $M=1.83$ ）、第 9 題「透過就業的諮詢」（ $M=1.98$ ）、第 8 題「透過諮商輔導」（ $M=2.01$ ）則是平均數最低，第 7、10 題的運用情形為低的程度，第 6、8、9 等題則為中低程度。

(二) 討論

1. 大學生在自身技術的知覺大部分為中高程度，可能與自陳量表有關，也顯示大學生透過自身技術來形塑自己的可能性

根據本研究發現，大學生對其自身技術之知覺，除告解坦白外，都在中高程度以上。分析其原因：一為本研究係請大學生根據其如何覺察自己最關心事項的自身技術來填答，因此，可能是大學生在自身技術運用上的較佳表現，以致本研究所發現之自身技術大部分在中上程度以上；二則顯示大學生透過自身技術來形塑自己的可能性，尤其隨著九年一貫課程實施，強調以學生為主體的教育理念漸普及（范信賢，1999），或是將臺灣社會民主化推向另一新階段的太陽花學運（蔡明璋，2014）等，都讓大學生主體意識抬頭，也使主體所從屬的自身技術機制（Foucault, 1975/1979, p. 26, 1980, p. 99），得以有展現的可能，而這從大學在「透過自我反省」、「透過沉思，沉澱思緒」等自身技術有高度的運用情形，也可窺之一、二。

2. 大學生最常運用「鍛鍊」，可能與大學生的學習角色有關

根據本研究發現，大學生的自身技術以鍛鍊層面的分數最高，可能與大學生的學習角色有關。因學習是大學生的顯著角色（role salience）（Super, 1980, p. 291），又根據本研究調查結果，也顯示全體樣本（1,214 人）對學習關心的平均數為 18.52，程度屬中高等級（詳表 5），而鍛鍊層面中所指的在學習中做選擇（如選組、選課）、在生活中做選擇（如選擇住校、住家、住校外……）、花時間投入學習或完成作業、與同學合作做報告、或不斷練習等，都與學習有關，是大學生每日須面對或處理的，因此，大學生經由鍛鍊來行使自身技術，是較為常見的。

表 5

大學生關心事項各層面平均數、標準差

關心事項的層面	層面題數	層面平均數	層面標準差	層面平均數／ 題數 ^a	程度等級
出路	7	23.26	3.09	3.32	高
學習	6	18.52	2.99	3.09	中高
精神	5	16.52	2.50	3.30	高
身體	5	15.04	2.76	3.01	中高
休閒	5	14.96	2.49	2.99	中高

^a層面平均數／題數：係各層面之平均數除以各層面之題數。

3. 大學生較不常運用「告解坦白」，可能與教育程度及文化差異有關

根據本研究發現，大學生的自身技術以告解坦白層面的分數最低，此層面中「透過算命（塔羅牌、紫薇斗數……）」、「透過禱告、告解」、「透過問神拜拜、擲茭」、「透過就業的諮詢」、「透過諮商輔導」等題項的單題平均數也是最低（詳表 4），可能與教育程度及文化差異有關。

就與教育程度有關而言，雖「透過算命（塔羅牌、紫微斗數……）」及「透過問神拜拜、擲茭」之途徑為臺灣民間信仰，然根據王震武、林文瑛與張郡雯（2011, p. 467）以小學生、中學生、大學生為對象的研究結果，顯示對命相、風水或鬼神議題的接受度，會隨著受教育年限的增長而趨於下降，簡言之，大學生因接受教育而將「透過算命（塔羅牌、紫微斗數……）」及「透過問神拜拜、擲茭」視為迷信，導致較少採用這些自身技術。

就與文化差異有關言，此發現也顯示大學生對如何覺察自身關懷事項，透過尋求諮商輔導的機制也是較少的，可能因心理學或輔導都源自西方（程小蘋，2009, p. 323），臺灣人不像歐美對於心理諮商或心理治療有那麼高的接受度。

二、大學生自身技術的相關因素分析與討論

此部分研究之結果，從表 6 可知：大學生自身技術會因性別、年級、社經背景、宗教、關心事項、公私立別、學校所在地及學院之不同而有差異。其中，社經地位經事後比較，發現各組兩兩間並無顯著差異。各變項在自身技術各層面的差異情形之分析討論說明如下：

（一）不同性別大學生自身技術之分析與討論

本研究發現，大學生自身技術因其性別不同而有差異（詳表 6）。在問題化和說真話上，男生顯著高於女生；在鍛鍊、告解坦白、自我檢查、節制等層面，是女生顯著高於男生。此發現說明男、女各有性別特定的形式或技術來建構自我，與 Britton 和 Baxter（1999）的研究有相符之處。其中，男生較女生常使用問題化和說真話等自身技術，可能是男生有較高的開放性與創造性（Karakitapoğlu-Aygün, 2004）。

至於女生在鍛鍊、告解坦白、自我檢查、節制等層面分數較高，究其原因，較常採鍛鍊，可能與女生較主動學習（劉若蘭，2009）有關；較常採告解坦白，則可能是女生不像男生有性別束縛而較能表達情緒（Pollack, 2006, p. 191）有關；而較常採自我檢查，則可能與 Mpfu（1994）的研究發現，女生有較高的道德性有關；至於，較常採節制，則可能是因女生較受社會影響（social influencability）（Karakitapoğlu-Aygün, 2004）而易有所節制。

（二）不同年級大學生自身技術之分析與討論

本研究發現，大學生自身技術因其年級不同而有差異（詳表 6）。經事後比較，發現主要是在節制與觀察兩個層面，都是大一學生顯著高於大二學生。由於大一為覺察關心事項的重要時刻（郭丁熒，2014），尤其大一是從高中轉換進到大學，加上大部分大一生都是第一次離家外宿的（邱珍琬，2011），在面對新環境及轉換的時刻，有可能讓大一生多觀察並節制。

（三）不同社經背景大學生自身技術之分析與討論

本研究發現，大學生自身技術因其社經背景不同而有差異（詳表 6）。惟經事後比較，發現各組兩兩之間並無顯著差異。雖然根據文獻探討，「自我」是中產階級的概念（Warin,

表 6
不同背景大學生自身技術之單因子多變項分析及事後比較

自變項 (N)	依變項	多變項 (λ)	單變項 (F)	事後比較	Eta ²
性別 (1,320)		.94***			.059
1. 男 (652)	鍛鍊		17.10***	2 > 1	
2. 女 (668)	告解坦白		4.08*	2 > 1	
	問題化		21.49***	1 > 2	
	自我檢查		7.17**	2 > 1	
	對話辯證		2.30	—	
	說真話		7.39**	1 > 2	
	越界體驗		0.00	—	
	節制		4.57*	2 > 1	
	觀察		0.25	—	
年級 (1,320)		.96*			.010
1. 一年級 (421)	鍛鍊		2.12	—	
2. 二年級 (280)	告解坦白		0.04	—	
3. 三年級 (434)	問題化		1.61	—	
4. 四年級 (172)	自我檢查		1.13	—	
5. 五年級以上 (13)	對話辯證		0.61	—	
	說真話		0.65	—	
	越界體驗		0.84	—	
	節制		4.58**	1 > 2	
	觀察		3.60**	1 > 2	
社經背景 (1,280)		.96*			.011
1. 低 (394)	鍛鍊		2.28	—	
2. 中低 (393)	告解坦白		1.59	—	
3. 中 (280)	問題化		2.18	—	
4. 中高 (185)	自我檢查		0.82	—	
5. 高 (28)	對話辯證		1.19	—	
	說真話		1.19	—	
	越界體驗		0.25	—	
	節制		2.13	—	
	觀察		0.38	—	
宗教 (1,238)		.97***			.035
1. 無 (711)	鍛鍊		35.71**	2 > 1	
2. 有 (527)	告解坦白		330.86***	2 > 1	

(續)

表 6

不同背景大學生自身技術之單因子多變項分析及事後比較 (續)

自變項 (<i>N</i>)	依變項	多變項 (λ)	單變項 (<i>F</i>)	事後比較	Eta ²
	問題化		2.40	—	
	自我檢查		17.31***	2 > 1	
	對話辯證		6.64*	2 > 1	
	說真話		10.54**	2 > 1	
	越界體驗		2.67	—	
	節制		21.46***	2 > 1	
	觀察		9.86**	2 > 1	
最關心事項 (1,214)		.91***			.023
1. 出路 (490)	鍛鍊		2.26	—	
2. 學習 (79)	告解坦白		2.05	—	
3. 精神 (311)	問題化		3.95**	2 > 4、3 > 4	
4. 身體 (143)	自我檢查		3.23*	—	
5. 休閒 (191)	對話辯證		0.33	—	
	說真話		4.02**	5 > 1、5 > 4	
	越界體驗		0.18	—	
	節制		5.56***	1 > 3、2 > 3、2 > 5	
	觀察		3.11*	1 > 3	
公私立別 (1,320)		.97***			.026
1. 公立 (689)	鍛鍊		0.28	—	
2. 私立 (631)	告解坦白		14.03***	2 > 1	
	問題化		0.34	—	
	自我檢查		4.86*	1 > 2	
	對話辯證		0.15	—	
	說真話		8.32**	2 > 1	
	越界體驗		6.29*	2 > 1	
	節制		0.42	—	
	觀察		3.48	—	
學校所在地 (1,320)		.96**			.014
1. 北部 (663)	鍛鍊		1.92	—	
2. 中部 (273)	告解坦白		1.03	—	
3. 南部 (278)	問題化		5.80**	1 > 3	
4. 東部 (106)	自我檢查		2.56	—	

(續)

表 6

不同背景大學生自身技術之單因子多變項分析及事後比較 (續)

自變項 (N)	依變項	多變項 (λ)	單變項 (F)	事後比較	Eta ²
	對話辯證		0.36	—	
	說真話		1.60	—	
	越界體驗		0.26	—	
	節制		0.68	—	
	觀察		2.42	—	
學院別 (1,318)		.92***			.019
1. 人文社會藝術傳播 (381)	鍛鍊		1.84	—	
2. 理工資訊 (292)	告解坦白		2.33	—	
3. 醫農生物科技 (270)	問題化		4.46**	—	
4. 法商 (315)	自我檢查		4.22**	1 > 5	
5. 民生 (60)	對話辯證		2.52*	—	
	說真話		3.04*	—	
	越界體驗		0.83	—	
	節制		0.85	—	
	觀察		4.30**	3 > 1、4 > 1	

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

2015)，推論自身技術可能因不同社經背景者文化資本之不同而有所差異。惟此推論並未獲證實，究其原因可能是本研究以家庭年度可支配所得（行政院主計總處，2013）來分析大學生的社經背景，無法瞭解文化資本之差異情形。

(四) 不同宗教信仰大學生自身技術之分析與討論

根據本研究統計分析，發現大學生自身技術因其有無宗教信仰而有差異（詳表 6）。經事後比較，發現在鍛鍊、告解坦白、自我檢查、對話辯證、說真話、節制和觀察等七個層面，都是有宗教信仰的大學生顯著高於無宗教信仰者。究其原因，可能如前所述，是因自身技術在發展過程中，受基督教影響，深植自我淨化的宗教功夫（何乏筆，2003, p. 97），尤其宗教已被研究發現是為人的內在資源力量，有助個體定位生命意義與目標（陳秉華、程玲玲、范嵐欣、莊雅婷，2013），因此，在大部分層面，有宗教信仰者在自身技術的運用上，較無宗教信仰者來得普遍。

(五) 不同關心事項大學生自身技術之分析與討論

本研究依研究者（郭丁熒，2014）的分類架構，將大學生所填寫的最關心的事項分為出

路、學習、精神、身體、休閒五大類，經統計分析後，發現大學生在問題化、自我檢查、說真話、節制、觀察等自身技術，因其最關心事項不同而有差異（詳表 6）。惟經事後比較，發現除自我檢查在各組間無顯著差異外，有以下發現：1.最關心學習和精神事項者採取問題化，顯著高於最關心身體事項者；2.最關心休閒事項者採取說真話，顯著高於最關心出路、身體事項者；3.最關心出路和學習事項者採取節制，顯著高於最關心精神事項者，最關心學習事項者採此技術，也顯著高於最關心休閒事項者；4.關心出路事項者採取觀察，顯著高於最關心精神事項者。簡言之，最關心出路事項者較常採用節制和觀察；最關心學習事項者較常採取問題化和節制；最關心休閒事項者較常採取說真話。

就最關心出路和學習事項者，較明顯採取節制言，Foucault 在《性史》中，指出古代的性活動和性快感等問題，都會歸結到節制的美德，因透過性節制，人才能成為性慾或性享樂的主體（黃瑞祺，2003, pp. 21, 23）。何乏筆（2003, p. 88）也指出就今日而言，自我節制仍有其意義，現今的一般活動，如健身、運動、減肥便是。據此，可知大學生若要有好的學習表現或工作機會，實需對其翹課、上網、打電動、熬夜等有所節制，可能使關心出路、學習的大學生，較明顯採用此技術。此外，關心出路者，因較留意工作機會或對家人的責任，有可能多採用觀察以留意周遭的人、事、物。而關心學習者，較常採問題化，則可能與關心學習者在學習上的追根究柢有關。

至於最關懷休閒者較常用說真話，究其原因，可能是因休閒涵蓋對校內外活動、社團活動、社群、交友等之關注，而在說真話中，人總是盡可能以直接的方式向他人表現自己真正的理念，人同時是發聲的主體和「被表達的內容」之主體（Foucault, 2001/2005, p. 49），故採用說真話，可讓最關懷休閒者得以表達真正理念。

其中自我檢查雖發現會因關心事項之不同而有差異，然經事後比較，則各組間無顯著差異，可能是對自己最關心事項之覺察，就是透過自我檢查，因此，不論最關心事項為何，在自我檢查的運用可能無明顯差異。

（六）公、私立大學的大學生自身技術之分析與討論

經統計分析，本研究發現大學生自身技術因其就讀公、私立大學之不同而有差異（詳表 6）。經事後比較，發現在問題化層面，公立大學學生顯著高於私立大學學生；在告解坦白、說真話、越界體驗等層面，則是私立大學學生顯著高於公立大學學生。

首先，公立大學學生在問題化的層面得分較高，可能是公立學校學生入學成績的分布較私立學校學生為高，學術傾向較高（楊朝祥，2002, p. 111），因此，採探究的問題化技術較為明顯。而私立大學學生在越界體驗層面得分高，可能與其學費負擔重，較多學生打工（胡蘭沁，2007, p. 106），以致有較多機會體驗不同於學校的生活有關；至於私立大學學生在告解坦白、說真話等層面得分高，則可能是因在家庭或學校資源較為劣勢（劉若蘭、林大森，2011），為解決問題或爭取資源，而較常尋求輔導或發聲有關。

（七）不同學校所在地大學生自身技術之分析與討論

本研究經統計分析後，發現大學生自身技術因其就讀大學所在地之不同而有差異（詳表 6）。經事後比較，發現在問題化層面，北部學生顯著高於南部學生，這可能是因北部較為國際化、城市性格強、每個人都有自己的自主性、消息來源較多元，相較之下，南部社區感較強，同樣的話會不斷被反駁，易形成想法一致性（南方朔，2004），以致面對學習、生活、社會各種現象，北部學生較為明顯採取問題化的質疑。

（八）不同學院大學生自身技術之分析與討論

經統計分析，本研究發現大學生在問題化、自我檢查、對話辯證、說真話、觀察等自身技術因其就讀學院之不同而有差異（詳表 6）。惟經事後比較，發現在自我檢查層面，人文社會藝術傳播學院的學生，顯著高於民生學院學生；在觀察層面，醫農生物科技學院和法商學院學生，都顯著高於人文社會藝術傳播學院學生。人文社會藝術傳播學院的學生，多採用自我檢查，試分析其原因，可能與人文社會藝術傳播等學科較強調省思有關；而醫農生物科技學院，可能因有較多實驗課需要觀察實驗變化、或至戶外採集與做觀察紀錄，致使學生在「觀察」的得分較高，惟這部分仍有待後續研究繼續探究。

至於在問題化、對話辯證、說真話等技術，雖發現因學院別不同而有差異，但經事後比較，不同學院學生在這三項自身技術都未達顯著差異，試分析其原因，可能是不同於傳統講述的提問教學或對話（Freire, 1970/1999）漸漸普遍，在各學院之採用情形並無差異，致使大學生在問題化、對話辯證、說真話的運用，不因其就讀學院之不同而有差異。

綜觀上述不同背景的大學生自身技術之差異比較，本研究發現，除了「社經背經」一變項無顯著差異外，在性別、年級、社經背景、宗教、關心事項、公私立別、學校所在地及學院等背景變項之事後比較，組別間存有顯著差異，並歸納如表 7 所示。

伍、結論與建議

一、結論

（一）大學生的自身技術包括鍛鍊、告解坦白、問題化、自我檢查、對話辯證、說真話、越界體驗、節制、觀察等九類，運用情形大都為中高程度

根據本研究發現，大學生會使用自身技術來對自己的問題進行思考與處理，主要類型包括鍛鍊、告解坦白、問題化、自我檢查、對話辯證、說真話、越界體驗、節制、觀察等九類。除告解坦白外，在其他八層面與總層面，大學生自身技術的運用情形均為中高程度，除了因本研究係大學生針對最關心事項的自身技術來填答外，也顯示大學生主體意識抬頭，透過自身技術來形塑自己的可能性。

表 7
不同背景大學生自身技術差異比較一覽

層面	背景變項							
	性別	年級	社經背景	宗教	關心事項	公、私立	學校所在地	學院別
鍛鍊	女>男	—	—	有>無	—	—	—	—
告解坦白	女>男	—	—	有>無	—	私立>公立	—	—
問題化	男>女	—	—	—	學習>身體 精神>身體	—	北部>南部	—
自我檢查	女>男	—	—	有>無	—	公立>私立	—	人文>民生
對話辯證	—	—	—	有>無	—	—	—	—
說真話	男>女	—	—	有>無	休閒>出路 休閒>身體	私立>公立	—	—
越界體驗	—	—	—	—	—	私立>公立	—	—
節制	女>男	一>二	—	有>無	出路>精神 學習>精神 學習>休閒	—	—	—
觀察	—	一>二	—	有>無	出路>精神	—	—	醫農生科> 人文 法商>人文

(二) 大學生最常採用的自身技術是鍛鍊，而最不常採用的是告解坦白

根據本研究發現，大學生的自身技術以鍛鍊層面的分數最高，可能與大學生的學習角色有關，因身為大學生，學習便是其顯著角色行為，大學生在日常生活中經由學習中的鍛鍊來行使自身技術較為容易。此外，大學生最不常採用告解坦白，可能與文化差異有關，一則因我國非以基督教立國，因此像告解、懺悔、坦白等自我淨化技術，在運用上便較不普遍；二則可能因心理學或輔導都源自西方，國人不像歐美對於心理諮商、或心理治療有那麼高的接受度。

(三) 大學生採用的自身技術因其背景之不同而呈現多樣性，其中以有宗教信仰者最為多元

根據本研究發現，大學生採用的自身技術因其背景之不同而呈現多樣性，如男生較常採

用問題化與說真話；女生較常採用鍛鍊、告解坦白、自我檢查、節制；大一學生、關注出路事項者，都較會採用節制與觀察；關注學習事項者較會採用問題化與觀察；關注精神事項者較會採取問題化；而最關注休閒事項者較常採取說真話；此外，公立學校大學生較常採取自我檢查，而私立學校學生則較常採用告解坦白、說真話、越界體驗；就學校所在地而言，在北部就讀大學的學生較會採用問題化；就學院別而言，則是人文社會傳播藝術學院學生較常採用自我檢查，醫農生物科技學院學生和法商學院學生比較常採用觀察。尤其有宗教信仰者採用的自身技術最為多元，在鍛鍊、告解坦白、自我檢查、對話辯證、說真話、節制和觀察等七個層面，都是顯著高於無宗教信仰的大學生。

二、建議

（一）大學生可透過自己擅長的自身技術，達到治理自我之可能

根據本研究發現，大學生會使用自身技術來對自己的問題進行思考與處理，九類自身技術中，除告解坦白外，在鍛鍊、問題化、自我檢查、對話辯證、說真話、越界體驗、節制、觀察等八層面與總層面，大學生自身技術的運用情形，均為中高程度，且大學生採用的自身技術因其背景之不同而呈現多樣性，顯示自身技術不是全有或全無，大學生能依自己的狀況，以不同程度運用自身技術來覺察自身關注事項。由於自身技術是對自我問題（如自己身體、靈魂、思想、行為和生存方式等）的思考與處理，是一種生活技巧、生存技藝及生活風格，有助引導自身走出現狀的困境、創造自身的幸福美好生活，是美學的主體化。因此，面對各界所提出知識份子弱化、失去靈魂的優秀、或透明的存在之批判，大學生依自己不同的背景狀況，透過強調主體性與主動性的自身技術，來發現自我、形塑自我、治理自我，是有其可行性。

（二）大學教育工作者可多結合鍛鍊、自我檢查、觀察等來設計課程，以協助大學生自身技術之精進

根據本研究發現，大學生運用自身技術的情形，以鍛鍊為最普遍，其次為自我檢查、觀察，且這三個層面呈現左偏態，顯示大部分大學在這些層面的得分高於平均數，是大學生較常採用的。因此，大學教育工作者若能多結合鍛鍊、自我檢查、觀察等來設計課程，以協助大學生在自身技術之精進，當有助益效果。例如，安排實作、設計有挑戰難度的作業、穿插合作學習等，可增進大學生的鍛鍊層面之自身技術；設計省思單、規劃學習檔案，有助大學生在自我檢查之精進；而安排觀摩課程、納入同儕評量則有助提升大學生的觀察。

（三）大學可致力思索賦予學生輔導中心新圖像

根據本研究發現，大學生最不常採用的自身技術為告解坦白，除了我國非以基督教立國，因此像告解、懺悔、坦白等自我淨化技術，在運用上便較不普遍；也可能因心理學或輔導都

源自西方，國人不像歐美對於心理諮商、或心理治療有那麼高的接受度。因此，雖然大學均已設置學生輔導中心，但對學生和一般社會大眾而言，普遍存在有問題或心理生病才需要到學生輔導中心之刻板印象，為打破以往學生輔導中心之刻板印象，包括在命名、目標定位、空間規劃.....都可以有所努力，如可以舉辦全校學生為輔導中心命名活動，大學賦予輔導中心新圖像，不但可拉近輔導中心與學生之距離，也可讓學生在告解坦白層面的運用上，有所提升。

（四）教育行政主管機關可多以對話溝通來面對大學生的發聲與訴求

根據本研究發現，大學生在說真話層面之得分，僅高於告解坦白，且說真話與告解坦白相同，均呈現右偏態，顯示大部分學生較少採用說真話。在說真話中，人總是以盡可能直接的方式向他人表現自己真正的理念，才能同時是發聲的主體和「被表達的內容」之主體（Foucault, 2001/2005, p. 49）。然由於說真話常考慮「誰能說真話？」、「跟什麼有關？」、「有哪些後果？」、「跟權力有什麼關係？」，可見說真話從來都不是說真話，它是一項社會行動（姚人多，2005, p. 9），為鼓勵大學生能成為發聲和被表達內容的主體，教育行政主管機關在面對大學生各項發聲或訴求時，宜以對話溝通來面對，才能一方面促進社會改進，一方面也培養大學生的主體性，達到雙贏。

（五）未來研究可採交叉驗證或效標關聯效度來驗證研究工具之效度，並進一步探討自身技術與教育學習變項之關聯性

本研究使用正式樣本，以二階驗證性因素分析來驗證大學生自身技術量表因素結構的適切性，因受到正式樣本數較大的影響，導致某些指標未盡理想，未來可嘗試將正式樣本隨機分成兩個樣本，以第一個樣本進行二階驗證性因素分析，而以第二個樣本來交叉驗證第一個樣本的分析結果，以證實量表的潛在因素結構。另也可與自身技術意涵有關之自我管理量表為參照，建立大學生自身技術量表之效標關聯效度，以強化本研究工具之效度。此外，由於本研究僅在瞭解大學生運用自身技術之現況，並比較不同背景變項大學生的自身技術之差異情形，因此，為增加自身技術在教育學習之推廣應用，未來研究可著重在大學生自身技術與教育學習變項（如學習成效、學習態度、學習適應.....）間關聯性之探討。

誌謝

本研究承蒙科技部經費補助（計畫編號：MOST-102-2410-H-024-016），兩位審查委員提供寶貴意見、《教育科學研究期刊》主編與編輯團隊之協助，特此致謝。

參考文獻

一、中文文獻

- 王保進 (2006)。中文視窗版 SPSS 與行為科學研究。臺北市：心理。
- 【Wang, B.-J. (2006). *Chinese windows version SPSS and behavioral science research*. Taipei, Taiwan: Psychology.】
- 王浩威 (2014)。是怎樣的一個社會，逼出鄭捷這樣的生命狀態？*天下雜誌*。取自 <http://www.cw.com.tw/article/article.action?id=5058359&idSubChannel=49>
- 【Wang, H.-W. (2014). What is a society to extract a life state of Zheng Jie? *Common Wealth*. Retrieved from <http://www.cw.com.tw/article/article.action?id=5058359&idSubChannel=49>】
- 王震武、林文瑛、張郡雯 (2011)。科學教育有助於消除迷信嗎？—從思考統整層面所做的觀察。*教育心理學報*，42 (3)，467-490。doi:10.6251/BEP.20091112
- 【Wang, J.-W., Lin, W.-Y., & Chang, Y.-W. (2011). The effect of science education on scientific thinking and superstitious thinking in terms of local coherence and global coherence. *Bulletin of Educational Psychology*, 42(3), 467-490. doi:10.6251/BEP.20091112】
- 行政院主計總處 (2013)。101 年家庭收支調查報告。臺北市：作者。
- 【Directorate-General of Budget, Accounting and Statistics, Executive Yuan. (2013). *Household income and expenditure survey, 2012*. Taipei, Taiwan: Author.】
- 何乏筆 (2003)。從性史到修養史—論傅柯《性史》第二卷中的四元架構。載於黃瑞琪 (主編)，*後學新論：後現代／後結構／後殖民* (pp. 75-103)。臺北市：左岸文化。
- 【Heubel, F. (2003). From the history of sexuality to the history of self-cultivation: The theoretical structure of Foucault's history of sexuality II. In R. R. C. Hwang (Ed.), *New essays on postism* (pp. 75-103). Taipei, Taiwan: Walkers Cultural.】
- 吳承澤 (2013)。時尚、啟蒙與表演：論傅柯筆下的花花公子主義作為一種自我技術。載於黃瑞祺 (主編)，*理論的饗宴* (pp. 147-184)。臺北市：碩亞。
- 【Wu, C.-T. (2013). Fashion, enlightenment, and performance: Foucault's dandysme as a technology of the self. In R. R.-C. Hwang (Ed.), *Symposia on theories* (pp. 147-184). Taipei, Taiwan: ASIAWORLD Digital Technology.】
- 邱珍琬 (2011)。首次離家大學女生對家的觀感—初探研究。*彰化師大教育學報*，19，31-58。
- 【Chiu, J.-W. (2011). First-time leave-home college freshmen's perception of home—A pilot study. *Journal of Education National Changhua University of Education*, 19, 31-58.】
- 南方朔 (2004)。將北部影響力擴大到南部。*遠見*，215，180。取自 http://www.gvm.com.tw/Boardcontent_9741.html
- 【Nan, F.-S. (2004). Expanding the influence in the north to the south. *Global Views Monthly*, 215, 180. Retrieved from http://www.gvm.com.tw/Boardcontent_9741.html】
- 姚人多 (2005)。說真話的問題化—《傅柯說真話》導讀。載於鄭義愷 (譯)，*傅柯說真話* (pp. 9-43)。臺北市：群學。
- 【Yao, J.-T. (2005). The problematization of parrhesia: Reviewing "Fearless Speech". In I.-K. Jeng (Trans.), *Fearless speech* (pp. 9-43). Taipei, Taiwan: Socio.】

胡蘭沁 (2007)。大學生之背景、生活型態及兼職工作對其消費決策型態及消費類型影響力之探討。 *人文研究學報*，41 (2)，99-124。

【Hwu, L.-C. (2007). A study of the influence of college students' background, life style and part-time job on their consumption decision style and types of consumption. *Journal of Humanistic Studies*, 41(2), 99-124.】

范信賢 (1999)。國民教育中的國家角色初探：「以學生為主體」的省視。 *研習資訊*，16 (2)，60-67。

【Fan, H.-H. (1999). The role of nation in national education: Call upon the subject of student. *Educator and Professional Development*, 16(2), 60-67.】

夏學理 (2014)。「震」垮蔣偉寧！夏學理：知識份子弱化成知識販子！ **NOWnews**。取自 <http://www.nownews.com/n/2014/07/16/1324049>

【Hsia, H.-L. (2014). Intellectuals weakened into knowledge traffickers. *NOWnews*. Retrieved from <http://www.nownews.com/n/2014/07/16/1324049>】

高宜揚 (2004)。 *傅柯的生存美學：西方思想的起點與終點*。臺北市：五南。

【Kao, S.-Y. (2004). *L'Esthetique de l'existence chez Foucault*. Taipei, Taiwan: Wu-Nan Book.】

教育部 (2014)。 **103 學年度大學網路博覽會**。取自 <http://univ.edu.tw/AreaView.asp>

【Ministry of Education. (2014). *University networking exposition, 2014*. Retrieved from <http://univ.edu.tw/AreaView.asp>】

教育部統計處 (2014)。 **教育統計查詢網**。取自 <https://stats.moe.gov.tw/>

【Department of Statistics, Ministry of Education. (2014). *Education statistics query network*. Retrieved from <https://stats.moe.gov.tw/>】

郭丁熒 (2013)。大學學系教育目標之分析及其對課程與教學的啟示。 *課程與教學季刊*，16 (2)，1-32。

【Guo, D.-Y. (2013). The educational goals of university-departments and their implications in curriculum and instruction. *Curriculum & Instruction Quarterly*, 16(2), 1-32.】

郭丁熒 (2014)。大學生關懷自身之探討：3W 的分析。 *教育心理學報*，46 (1)，1-26。doi:10.6251/BEP.20131113

【Guo, D.-Y. (2014). The care-for-self of undergraduates: An analysis via 3W. *Bulletin of Educational Psychology*, 46(1), 1-26. doi:10.6251/BEP.20131113】

郭丁熒 (2015)。大學生自身技術之研究：研究工具編製與類型建構。 *教育科學研究期刊*，60 (3)，27-62。doi:10.6209/JORIES.2015.60(3).02

【Guo, D.-Y. (2015). The study of undergraduates' technologies of self: Inventory and taxonomy. *Journal of Research in Education Science*, 60(3), 27-62. doi:10.6209/JORIES.2015.60(3).02】

陳一珊 (2010)。大學危機 1—高等教育退場朝啟動，我的大學不見了！ *天下雜誌*，444，72-77。

【Chen, Y.-S. (2010). Taiwanese higher education in crisis (I): My university has disappeared. *Common Wealth*, 444, 72-77.】

陳秉華、程玲玲、范嵐欣、莊雅婷 (2013)。融入基督信仰的靈性諮商課程暨成果評估。 *教育心理學報*，44 (4)，853-874。doi:10.6251/BEP.20120504

【Chen, P.-H., Cheng, L.-L., Fan, L.-H., & Juang, Y.-T. (2013). Teaching a course on integrating spirituality into counseling. *Bulletin of Educational Psychology*, 44(4), 853-874. doi:10.6251/BEP.20120504】

- 程小蘋 (2009)。教育的方法 (二) — 輔導、諮商。載於徐宗林、簡成熙、吳錦惠、董宜佩、陳惠萍、鄭世仁...吳俊憲等，**教育導論** (pp. 319-358)。臺北市：五南。
- 【Cheng, H.-P. (2009). Guidance and counselling. In Z.-L. Syu, C.-H. Chien, C.-H. Wu, I.-P. Tung, H.-P. Chen, S.-J. Cheng, ...C.-H. Wu (Eds.), *Introduction to education* (pp. 319-358). Taipei, Taiwan: Wu-Nan Book.】
- 黃芳銘 (2004)。結構方程模式：理論與應用。臺北市：五南。
- 【Huwang, F.-M. (2004). *Structural equation modeling: Theory and practice*. Taipei, Taiwan: Wu-Nan Book.】
- 黃瑞祺 (2003)。自我修養與自我創新：晚年傅柯的主體／自我觀。載於黃瑞祺 (主編)，**後學新論** (pp. 11-45)。臺北市：左岸文化。
- 【Hwang, R. R.-C. (2003). Self-cultivation as self-innovation: The concept of subject and self in late Foucault. In R. R.-C. Hwang (Ed.), *New essays on postism* (pp. 11-45). Taipei, Taiwan: Rive Gauche.】
- 黃瑞祺 (主編) (2013)。理論的饗宴。臺北市：碩亞。
- 【Hwang, R. R.-C. (Ed.). (2013). *Symposia on theories*. Taipei, Taiwan: ASIAWORLD.】
- 楊朝祥 (2002)。私校發展之困境與突破。**通識教育季刊**，9 (1)，111-120。
- 【Yang, C.-S. (2002). Development obstacles and strategies of private university in Taiwan. *Journal of General Education*, 9(1), 111-120.】
- 劉若蘭 (2009)。大學教育品質與學生學習發展之因果模式研究。**教育政策論壇**，12 (3)，99-124。
- 【Liu, R.-L. (2009). The causal model of quality for college education and outcomes of learning and development of students. *Educational Policy Forum*, 12(3), 99-124.】
- 劉若蘭、林大森 (2011)。影響大學生畢業流向因素之研究。**當代教育研究**，19 (1)，101-144。
doi:10.6151/CERQ.2011.1901.03
- 【Liu, R.-L., & Lin, D.-S. (2011). A study of impact factors on graduate destination. *Contemporary Educational Research Quarterly*, 19(1), 101-144. doi:10.6151/CERQ.2011.1901.03】
- 蔡明璋 (2014)。要市場社會，不要市場經濟：以台灣為主體的發展。取自 <http://pnn.pts.org.tw/main/2014/05/05/%e8%a6%81%e5%b8%82%e5%a0%b4%e7%a4%be%e6%9c%83%ef%bc%8c%e4%b8%8d%e8%a6%81%e5%b8%82%e5%a0%b4%e7%b6%93%e6%bf%9f%ef%bc%9a%e4%bb%a5%e5%8f%b0%e7%81%a3%e7%82%ba%e4%b8%bb%e9%ab%94%e7%9a%84%e7%99%bc%e5%b1%95/>
- 【Tsai, M.-C. (2014). *To market society, not a market economy: Taiwan as the subject of development*. Retrieved from <http://pnn.pts.org.tw/main/2014/05/05/%e8%a6%81%e5%b8%82%e5%a0%b4%e7%a4%be%e6%9c%83%ef%bc%8c%e4%b8%8d%e8%a6%81%e5%b8%82%e5%a0%b4%e7%b6%93%e6%bf%9f%ef%bc%9a%e4%bb%a5%e5%8f%b0%e7%81%a3%e7%82%ba%e4%b8%bb%e9%ab%94%e7%9a%84%e7%99%bc%e5%b1%95/>】
- 鄭文勝、郭丁癸 (2008)。傅科的思想進路與自我技術之探討。**教育學誌**，19，29-62。
- 【Cheng, W.-S., & Guo, D.-Y. (2008). The stages of Foucault's thoughts and the technologies of the self. *Journal of Education*, 19, 29-62.】
- 還孩子做自己的行動聯盟 (2014)。源起與聲明。取自 http://www.letchildrenbe.org/?page_id=487
- 【The Action Coalition of Children Do Their Own. (2014). *Origin and declaration*. Retrieved from http://www.letchildrenbe.org/?page_id=487】

- Foucault, M. (2005)。傅柯說真話 (鄭義愷, 譯)。臺北市：群學。(原著出版於 2001 年)
【Foucault, M. (2005). *Fearless speech* (I.-K. Jeng, Trans.). Taipei, Taiwan: Socio. (Original work published 2001)】
- Jay, M. (2014)。20 世代，你的人生是不是卡住了：你以為時間還很多，但有些決定不能拖 (胡琦君, 譯)。臺北市：天下文化。(原著出版於 2012 年)
【Jay, M. (2014). *The defining decade: Why your twenties matter and how to make the most of them now* (C.-J. Hu, Trans.). Taipei, Taiwan: CommonWealth. (Original work published 2012)】
- Lewis, H. R. (2007)。失去靈魂的優秀－哈佛如何忘卻其教育宗旨？(侯定凱, 譯)。臺北市：張老師文化。(原著出版於 2006 年)
【Lewis, H. R. (2007). *Excellent without a soul: How a great university forgot education* (D.-K. Hou, Trans.). Taipei, Taiwan: Living Psychology. (Original work published 2006)】
- Merquior, J. G. (1998)。傅柯 (陳瑞麟, 譯)。臺北市：桂冠。(原著出版於 1985 年)
【Merquior, J. G. (1998). *Foucault* (R.-L. Chen, Trans.). Taipei, Taiwan: Laureate. (Original work published 1985)】

二、外文文獻

- Baudelaire, C. (1995). *The painter of modern life and other essays* (2nd ed.) (J. Mayne, Trans.). London, UK: Phaidon Press. (Original work published 1964)
- Birnbaum, M. G. (2008). *Taking Goffman on a tour of Facebook: College students and the presentation of self in a mediated digital environment* (Unpublished doctoral dissertation). The University of Arizona, Tucson, AZ.
- Bordo, S. (1989). The body and the reproduction of femininity: A feminist approbation of Foucault. In A. M. Jaggar & S. Bordo (Eds.), *Gender/body/knowledge: Feminist reconstruction of being and knowing* (pp. 13-33). New Brunswick, Canada: Rutgers University Press.
- Britton, C., & Baxter, A. (1999). Becoming a mature student: Gendered narratives of the self. *Gender and Education, 11*(2), 179-193. doi:10.1080/09540259920681
- Cahill, H. (2012). Form and governance: Considering the drama as a 'technology of the self'. *Research in Drama Education: The Journal of Applied Theatre and Performance, 17*(3), 405-424. doi:10.1080/13569783.2012.701444
- Dreyfus, H. L., & Rabinow, P. (1983). *Michel Foucault: Beyond structuralism and hermeneutics* (2nd ed.). Chicago, IL: University of Chicago Press.
- Foucault, M. (1979). *Discipline and punish: The birth of the prison* (A. Sheridan, Trans.). New York, NY: Vintage Books. (Original work published 1975)
- Foucault, M. (1980). *Power/knowledge*. New York, NY: Pantheon Books.
- Foucault, M. (1984). What is enlightenment? In P. Rabinow (Ed.), *The Foucault reader* (pp. 32-50). New York, NY: Pantheon.
- Foucault, M. (1988a). Technologies of the self. In L. H. Martin, H. Gutman, & P. H. Hutton (Eds.),

- Technologies of the self: A seminar with Michel Foucault* (pp. 16-49). Amherst, MA: The University of Massachusetts Press.
- Foucault, M. (1988b). *Politics, philosophy, culture* (A. Sheridan & Others, Trans.). New York, NY: Routledge. (Original work published 1984)
- Foucault, M. (1996). *Foucault live (interviews, 1961-1984)*. New York, NY: Semiotext(e).
- Foucault, M. (2006). *The hermeneutics of the subject: Lectures at the Collège de France, 1981-1982* (G. Frédéric, Ed., G. Burchell, Trans.). New York, NY: Picador. (Original work published 2001)
- Freire, P. (1999). *Pedagogy of the oppressed* (New revised 20th-anniversary edition) (M. B. Ramos, Trans.). New York, NY: Continuum. (Original work published 1970)
- Hardy, I. (2015). Education as a ‘risky business’: Theorising student and teacher learning in complex times. *British Journal of Sociology of Education*, 36(3), 375-394. doi:10.1080/01425692.2013.829746
- Hodges, B. (2004). Medical student bodies and the pedagogy of self-reflection, self-assessment, and self-regulation. *Journal of Curriculum Theorizing*, 20(2), 41-52.
- Infito, J. (2003). Jane Elliot meets Foucault: The formation of ethical identities in the classroom. *Journal of Moral Education*, 32(1), 67-76. doi:10.1080/0305724022000073347
- Karakitapoğlu-Aygün, Z. (2004). Self, identity, and emotional well-being among Turkish university students. *The Journal of Psychology*, 138(5), 457-478. doi:10.3200/JRLP.138.5.457-480
- Lotringer, S., & Hochroth, L. (Eds.). (1997). *The politics of truth*. New York, NY: Semiotext(e).
- Mpofu, E. (1994). Exploring the self-concept in an African culture. *The Journal of Genetic Psychology*, 155(3), 341-354. doi:10.1080/00221325.1994.9914784
- Nunnally, J. C. (1978). *Psychometric theory*. New York, NY: McGraw-Hill.
- Pollack, W. S. (2006). The “war” for boys: Hearing “real boys” voices, healing their pain. *Professional Psychology: Research and Practice*, 37(2), 190-195. doi:10.1037/0735-7028.37.2.190
- Skeggs, B. (2004). *Class, self, culture*. London, UK: Routledge.
- Slifkin, J. M. (2001). Writing the care of the self: Variances in higher order thinking and narrative topics in high school students’ reflective journals. *English Leadership Quarterly*, 24(1), 5-9.
- Super, D. E. (1980). A life-span, life-space approach to career development. *Journal of Vocational Behavior*, 16(3), 282-298. doi:10.1016/0001-8791(80)90056-1
- Warin, J. (2015). Identity capital: An application from a longitudinal ethnographic study of self-construction during the years of school. *British Journal of Sociology of Education*, 36(5), 689-706. doi:10.1080/01425692.2013.849565

Journal of Research in Education Sciences

2016, 61(1), 169-199

doi:10.6209/JORIES.2016.61(1).07

How Do I Know What I Care About? —Analysis of Technologies-of-Self for Undergraduates With Different Backgrounds

Ding-Ying Guo

Department of Education,
National University of Tainan

Abstract

The purposes of this study were to survey the current status of undergraduates' technologies-of-self and to analyze the differences of technologies-of-self for undergraduates with different backgrounds. The subjects were 1,361 undergraduates who participated in the survey study by using "The Technologies-of-Self Inventory for Undergraduates" as an instrument. The protocol of this instrument was prepared according to a literature review and data obtained from interviewing 40 undergraduates, whereas the validity and reliability of the instrument were established using a subsequent pretest in which 452 undergraduates participated. The data obtained from the survey study were statistically analyzed through frequency distribution, MONOVA, and a Scheffé Post Hoc Test by using SPSS for Windows 21.0 as software. The findings of this study indicate that the undergraduates adopted nine types of technologies-of-self: exercise, confession, problematization, self-examination, dialogue, parrhesia, transgressive experience, moderation, and observation. Their use of technologies-of-self was determined to be medium-high. The exercise technology was most often adopted by the undergraduates, whereas the confession technology was the most seldom used. The frequent use of exercise technology may have occurred because learning is the salient role of undergraduates, whereas the infrequent use of confession technology may have resulted from educational or cultural differences between Taiwan and Western countries. Undergraduates with a specific religious belief adopted more technologies-of-self compared with those with no specific

Corresponding Author: Ding-Ying Guo, E-mail: ying@mail.nutn.edu.tw

Manuscript received: Jan. 2, 2015; Revised: May 28, 2015, Jun. 13, 2015; Accepted: Jul. 14, 2015.

religious beliefs. The results of this study imply that self-discovery and self-formation can be achieved by undergraduates through technologies-of-self.

Keywords: undergraduate, self, technologies-of-self