

第二章 文獻探討

本章共分為三節，第一節先就生涯自我效能此一概念加以說明，再進一步介紹其相關研究及其測量。第二節則是探討家庭界限的理論及其相關研究。最後再整理與家庭有關的生涯研究，進一步分析家庭親子界限與生涯自我效能之間的關係。

第一節 生涯自我效能的內涵與相關研究

生涯自我效能這一詞最早出現在 Hackett 和 Betz (1981) 的研究中，是指個人對自己生涯能力的自我評估 (self-appraisal) (Lent & Hackett, 1987; Lent et al., 1984)，而個人之自我評估是經由自我效能的覺知 (perceived self-efficacy) 而得 (Bandura, 1986)。凡是運用自我效能於生涯領域的研究結果均統稱為生涯自我效能 (Betz & Hackett, 1986; Lent & Hackett, 1987)，其理論基礎仍是源於 Bandura (1977a) 的社會學習理論。

一、自我效能

Bandura (1977a) 發展的社會學習理論以研究個人、環境和行為之間的關係為主，提出交互決定論 (reciprocal determinism)，說明人的行為同時受到個體內在驅力與外在環境交互作用的影響，而在此過程中個人的認知因素對其行為有決定性的影響，而自我效能就是認知的核心因素。Bandura (1986) 認為「在有關自我 (self) 的知識中，個人效能 (personal efficacy) 對人類生活而言是最具影響力的」。而個人效能就是自我效能的核心觀念，自我效能指的是個人相信自己具有達成目標的行為表現能力 (Bandura, 1977a)，它是一種強烈的前瞻信念，導引個人有成功的行為表現，創造預期的行為結果 (Bandura, 1986)。自我效能的來源包括：成功的行為表現經驗 (performance accomplishment)、替代性經驗 (vicarious experience)、口語的說服 (verbal persuasion)、情緒的激發 (emotional arousal)。

自我效能與自我概念 (self-concept) 不同，「自我概念」是指個人對自己的看法，它是藉由個人的直接經驗和他與重要他人之互動而得 (Bandura, 1977a)。「自我效能」是個人與環境溝通的內在驅力，可以透過知識和技能的累積來處理遭遇的外在情境問題。Betz (1984) 提出幾個理由說明採用自我效能比自我概念更有助於生涯諮商的瞭解，包括：1. 自我效能較自我

概念具體，特別是在生涯方面，像是針對生涯相關的自我效能與生涯選擇、表現、行為等的關係；2.自我效能巧妙地將 Super 所強調的自我概念與學習理論結合起來，這正是 Super 所想要努力的方向。(Super [1990] has described his work as a "loosely unified set of theories...held together by self-concept and learning theory" [p. 199].)；3.自我效能理論是基於主觀的知覺而非客觀的測量，但是它核心信念卻也緊扣著不同行為領域的表現。因此自我效能理論包含了 Super 的自我概念理論與現象面；4.最後，因為自我效能是基於學習理論的基礎而來，所以較可以直接應用於諮商實務中，自我效能理論也可應用於理論的整合，所以可同時兼顧到理論與實務。

自我效能的形成是源自於個人生活經驗和楷模的影響，而兒時的家庭經驗則是個人自我效能形成的起始點 (Bandura, 1977b)。如圖 2-1-1 所示，「自我效能」是個人對自己從事某項工作或是表現某種行為所具的能力，以及對該工作或行為可能勝任程度的主觀評價，是個人估計完成某項工作所具有的能力信心 (Bandura, 1977b；Taylor & Betz, 1983)，是行為未發生前之自我認知與評估的運作，不同於個人對特定行為導致固定結果之評估的「結果預期」(Bandura, 1977b)。Bandura 比較強調前者的重要，因為一個人可能相信某項行為必然會產生某種結果，但是他卻沒有信心能夠完成那些需要的行為，一開始恐懼、逃避的心態會使得他根本不趕去接受挑戰，更遑論是否願意付出努力、是否能夠忍受挫折失敗、是否會繼續堅持等等。所以自我效能是行為動力的來源，有行動的採取才有成功的可能。

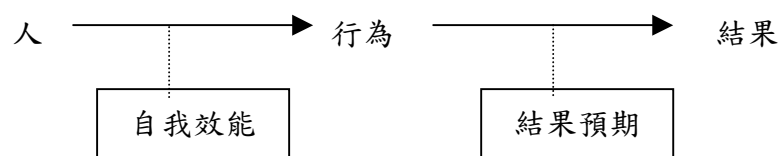


圖 2-1-1 自我效能與結果預期之區別圖示 (引自 Bandura, 1977, P.193)

Bandura(1977a)提出自我效能的三向度，難度(level)、強度(strength)、推論性(generality)。難度指的是個人對一項任務所感受到的困難度；強度指的是個人對於自己完成一項任務所具備的信心；推論性指的是個人對於某一情境或任務預期成功的信念是否能推論到其他情境或任務上。也就是說，個人在自我效能的難度等級及強度高低可決定一個人面對壓力的適應能力，包括適應行為如何開始，在面對阻礙或困難時投入多少努力，以及這樣的努力能持續多久等等，所以瞭解個體自我效能有助於預測其在面對困難時的適應狀況。

二、生涯自我效能

生涯自我效能是個人對自己生涯能力的自我評價 (self-appraisal) (Lent & Hackett, 1987; Lent et al., 1984)。Taylor 與 Betz (1983) 認為「生涯自我效能」係指一個人對自己能成功表現或完成在生涯決定過程所需行為與作業的信心程度。Betz (1992) 認為與個人生涯有關的自我以及環境覺察能力就是生涯自我效能，低自我效能可能會形成個人在做最佳的生涯選擇和生涯發展上的障礙，所以 Betz 使用生涯自我效能理論對低生涯自我效能的當事人進行諮商 (引自黃淑敏，民 88)。

個人對自我狀態的覺知能力才是促使自己成長並締造成功生涯的基礎動力。個人在生涯的表現是超越知識和技能層面的，因為個人對自己和環境的自我效能之覺察能力會影響個人潛能的發揮和生涯成就 (Bandura, 1986)。而 Hackett 和 Betz (1985) 以性別角色社會化影響認知歷程 (特別是個人自我效能預期) 的假設為基礎，認為生涯自我效能亦會影響個體之後的生涯決定和適應。

實徵研究的結果也發現生涯自我效能與個人職業行為有高相關存在 (Betz & Hackett, 1981)。Lent 和 Hackett (1987) 認為生涯自我效能是探討個體生涯決策與生涯選擇的重要研究變項。Hackett 和 Betz (1981) 研究發現生涯自我效能較低者缺乏信心，逃避某些工作或表現某些行為，在生涯發展與職業選擇上會形成不確定或猶豫。之後有不少研究以不同的樣本或測量方式探討，大致上均認為生涯自我效能概念是瞭解生涯發展的重要建構，包括生涯定向 (Mathieu, Sowa, & Niles, 1993; Niles, & Sowa, 1992; Taylor & Betz, 1983)、生涯探索 (Lent & Hackett, 1987)、制握信念 (Taylor & Popma, 1990) 生涯選擇和學業表現的關係 (Hackett & Betz, 1981; Blustein, 1990)、生涯適應 (Betz & Fitzgerald, 1993; Hackett, Betz & Doty, 1985)、學業成就與持久力 (Lent, Brown & Larkin, 1986) 等等。由此可知，將自我效能理論應用在生涯領域可提供個體生涯發展過程中更多的資訊，對於生涯諮商也會很有幫助。

三、生涯自我效能之相關研究

(一) 個人變項

1. 背景變項

(1) 性別變項

Hackett 與 Betz (1981) 首先運用 Bandura 的自我效能理論解釋生涯選擇和發展上的性別差異，其以 235 名大學生為研究對象，結果發現女性比男性的生涯自我效能低，尤其在傳統男性的職業領域中。Branch (1988) 研究大學生自我效能對生涯選擇歷程的影響，發現男性在傳統男性而非傳統職業上的自我效能並無顯著差異；而女性在傳統職業上的自我效能高於非傳統職業。Bonett (1994) 研究發現在傳統男性與傳統女性的職業上，男性的生涯自我效能均高於女性。Matsui (1994) 以日本大學生為研究對象發現，女性在傳統女性職業領域上的自我效能顯著高於男性，而在傳統男性職業領域的自我效能則顯著低於男性。Giles 和 Rea (1999) 的研究有兩點發現：男性比女性更不願去從事不符合其傳統性別角色期待的職業；自我效能理論提供一個有用的概念架構來看待男性與女性的職業偏好。Mau (2000) 以 540 位美國大學生和 1076 位台灣大學生為研究對象發現，文化背景與性別對於生涯自我效能有影響。Gianakos (2001) 以 209 位大學生為對象，研究結果顯示女生在資訊蒐集及生涯規劃的自我效能高於男生。但 Wilson (2000) 以 144 位大學生為研究對象，發現大學生之生涯自我效能並無性別差異。

國內黎麗貞 (民 86) 發現大學男女生在生涯自我效能方面的確有顯著差異存在，而且在「目標選擇及決定」、「自我瞭解與評估」、「收集職業資料」、「未來計畫擬訂」四種生涯自我效能上男生的得分均高過女生。許淑穗 (民 87) 研究發現，大學女生在女性化工作上的自我效能較高，而男生在男性化工作的自我效能與女性化工作的自我效能相差不大，但男女生在兩性化的自我效能上則並無差異。黃淑敏 (民 88) 以師院生為研究對象發現，師院男生的生涯自我效能顯著高於女生。陳淑琦 (民 88) 發現男女理工科系大學生之生涯自我效能有顯著差異存在。男生在「實用型生涯自我效能」及「企業型生涯自我效能」高於女生；而女生在「藝術型生涯自我效能」與「社會型生涯自我效能」高於男生。厲瑞珍 (民 90) 針對南部即將畢業之大學生所做的研究發現，整體生涯自我效能並不因為性別而有所不同，但是女生在「正確自我評價」的生涯自我效能高於男生。

綜合上述整體研究結果來說，性別在生涯自我效能的差異情形並沒有一致的結論，但單以國內的研究結果來看生涯自我效能大致上是有性別差異的，本研究亦將性別納入背景變項中探討。另外在上述研究中也發現，性別與職業領域之間有交互作用存在，如果僅看性別在生涯自我效能上的差異可能會有所誤解，所以本研究加入科系變項，企圖加以釐清。

(2) 年級、科系

生涯自我效能源自於個人的生活經驗，隨著個體年齡漸增，生活空間擴大，生活經驗累積應該都會改變個體的生涯自我效能。Luzzo 和 Taylor (1994) 以大學生為研究對象，結果發現年齡與生涯自我效能、生涯成熟間有顯著相關。Zhang 和 Zheng (2002) 以 507 位中國大陸的電機學系大學生為研究對象，結果顯示大一學生之生涯自我效能最高，而大二學生的生涯自我效能最低。但 Miranda (1998) 以拉丁裔美國人為研究對象發現，年齡與教育程度並不能預測生涯自我效能的差異，只有語言的使用以及文化調適狀況 (acculturation) 較能有效預測其生涯自我效能。

最早將自我效能應用於解釋生涯行為的 Hackett 與 Betz (1981)，他們的研究指出傳統性別角色社會化影響了女性生涯選擇與行為相關的自我評價，特別是在傳統男性職業的生涯自我效能。Perez 和 Kottke (1992) 以管理系和護理系的大學女生為研究對象，研究結果顯示不同科系的學生在性別角色取向和生涯自我效能上有顯著差異，管理系學生的性別角色呈兩性化，生涯自我效能較高；護理系學生的性別角色較傾向於女性化，其生涯自我效能較低 (引自黃淑敏，民 88)。Luzzo (1993) 與 Peterson (1993) 分別以大學生為對象做研究，結果均發現傳統職業科系與非傳統職業科系的生涯自我效能 (CDMSE) 有所不同。

國內黎麗貞 (民 86) 研究指出，人文學院的男大學生在「自我瞭解與評估」、「未來計畫之擬定」的生涯自我效能高於科技及社會學院的男大學生，而科技及社會學院的男大學生生涯自我效能的差距較小。但是不同科系的大學女生之生涯自我效能的差異則未達顯著。黃淑敏 (民 88) 的研究結果顯示，不同年級、科系的學生其生涯自我效能並無顯著差異。厲瑞珍 (民 90) 研究結果顯示，人文學院的學生之整體生涯自我效能高於社會學院與科技學院學生，特別是在「自我評估」、「資料蒐集」、「未來計畫」方面。李詠秋 (民 91) 以公私立大學的原住民與非原住民學生為研究對象，結果發現其生涯自我效能完全不因族群、性別或年級的差異而有明顯的不同。郭玟嫻 (民 91) 以科技大學學生為對象研究發現，就生涯自我效能整

體層面，以及自我瞭解與評估、蒐集職業資料、問題解決能力這三個生涯自我效能分層面而言，工程學院顯著高於管理學院。

綜合上述，研究者發現國外相關研究結果多半顯示，不同科系的大學生其生涯自我效能是有差異的，倒是國內相關研究並不多且結果也不一致，故本研究加入系級變項希望對於國內大學生之生涯自我效能有更清楚的瞭解。另外，前述的研究結果說明，科系反映在生涯自我效能的差異與性別有關，所以本研究除了要探討國內不同科系的大學生其生涯自我效能是否有差異存在，還希望進一步瞭解科系與性別在國內大學生的生涯自我效能上是否有交互作用存在。

(3) 工作經驗

由於生涯自我效能的理論基礎是根據 Bandura (1977a) 所提的社會學習理論而來，強調個人、環境和行為之間的交互關係，所以個體的生活經驗會對其自我效能有所影響。其中，生涯自我效能的部分則會與個體生活中相關的工作探索經驗有關係。Gianakos (2001) 研究便指出工作表現是生涯自我效能的顯著預測因子之一。國內厲瑞珍 (民 90) 研究結果發現，有工作經驗的大學生生涯自我效能優於沒有工作經驗者。郭玟嫻 (民 92) 以科技大學學生為對象研究也發現，不同工作經驗的大學生之生涯自我效能有顯著差異。本研究將大學生的打工經驗納進來作為背景變項，且進一步細分大學生不同的打工目的，以求釐清打工經驗對於國內大學生之生涯自我效能的影響。

2. 心理因素

(1) 自尊

自尊指的是個體對自己能力、重要性以及成敗的價值評估與態度。Lent 等人 (1986) 研究發現自我效能預期與自尊間並無顯著相關存在。但 Lent 和 Hackett (1987) 與 Robbins (1985) 的研究均發現生涯自我效能與對自我效能與自尊的整體知覺有強烈的關係存在。Roy 和 Fiona (1997) 進行女性生涯自我效能介入的實驗研究，結果顯示自尊、社會支持與職業自我效能和生涯自我效能有關。黃淑敏 (民 88) 的研究結果顯示，對師院男生而言，生涯自我效能不因自尊程度不同而有差異；對師院女生而言，高自尊的生涯自我效能高於中、低自尊組。師院男、女生的生涯自我效能在中、高自尊組並無顯著差異，在低自尊組則是男生高於女生。也就是說，師院生的性別與自尊對其生涯自我效能有顯著的交互作用。

(2) 制握信念

制握信念在大學生的生涯發展中似乎扮演著一個工具性的角色。Taylor 和 Popma(1990)研究大學生的生涯自我效能與制握信念間的關係，結果指出對於個人生活事件或結果的控制性較傾向外控者，其能成功完成生涯決定任務的信心較低。國內田秀蘭(民85)指出自我效能預期低者，傾向於將成功歸因於幸運而非個人的努力或能力；對於失敗的結果則容易歸因於自己的能力不夠。而許淑穗和張德榮(民88)對大學生的研究則顯示，內外制握信念與生涯自我效能之間有顯著關係。上述研究結果均顯示，制握信念與生涯自我效能之間有顯著關係存在。

(3) 心理分離

Blustein 等人(1991)研究心理分離變項與生涯自我效能以及生涯猶疑的關係，分析結果發現其關係並未獲得支持，倒是發現個體對家庭關係的知覺在生涯承諾的發展上較有影響。Blustein 等人(1991)認為這樣的結果顯示生涯變項與家庭相關變項之間的複雜關係，另外研究工具也是影響因素之一。不過，因為相關研究有限，所以對心理分離與生涯自我效能之間的關係仍無法清楚說明。

(4) 性別角色

Abadlla(1995)以阿拉伯的大學生為研究對象，結果發現兩性化(androgyne)與男性化(masculine)的受試在生涯自我效能的得分高於未分化(undifferentiated self-concepts)(引自黎麗貞,民86)。Zook(2001)研究以311位大學女生為研究對象，結果發現兩性平衡(sex-balanced)之大學女生之生涯自我效能最高，而男性化特質(male-dominated)之大學女生之生涯自我效能最低。國內謝宏惠(民79)研究大專生發現不同性別角色類型者在生涯自我效能程度上有所差異。黎麗貞(民86)的研究結果也顯示，不同性別角色的大學女生其生涯自我效能有顯著差異。無論是大學男生或女生在「目標選擇及決定」、「自我瞭解與評估」、「收集職業資料」、「未來計畫擬訂」四種生涯自我效能上，中性化人格特質者的生涯自我效能最高，其次則是未分化人格特質者。許淑穗與張德榮(民88)對大學生的研究則顯示，性別角色取向與生涯自我效能之間有顯著關係，而且以性別角色取向來預測生涯自我效能的預測力比內外控制握信念更好。根據上述研究結果可知，不同性別角色的生涯自我效能有差異存在。

綜上所述，有些心理變項與生涯自我效能的關係已經獲得相當多的研

究支持，卻仍有些不一致的結果未能獲得釐清。但礙於研究者時間與能力的考量，所以並未將這些變項納入本研究之中。

(二) 生涯變項

1.生涯決定狀態

Herr 和 Cramer (1984) 認為大學生正處於生涯發展的探索期與建立期之間，其主要的發展任務在於釐清未來生涯發展方向，以完成具體的生涯準備和計畫，因此生涯定向狀態是衡鑑其生涯成熟的重要指標之一（引自林清文，民 83）。由於生涯未定向反映在適應功能有較明顯的困擾所以一直是大家關注的焦點，相關研究不少，相對的生涯定向者往往被忽略了，直到 Marcia (1966, 1980) 依個人是否經歷危機以及是否已有選擇與定向而分為四種統整狀態 (identity status)：迷失方向、尋求方向、他主定向、自主定向。國內金樹人、林清山、田秀蘭 (民 78) 依據 Marcia (1980) 的統整理論及 Crite (1981) 之生計決定理論，將大專生的生涯發展定向情形分為，迷失方向、焦慮性未定向、探索性未定向、他主定向，以及自主定向五大類。

Taylor 和 Betz (1983) 編製 CDMSE (career decision-making self efficacy scale)，用以研究生涯自我效能與生涯決定狀態的關係，其研究結果發現生涯自我效能與生涯猶疑有著強烈的負向關係。Galinsk 和 Fast (1966) 指出個人出現生涯探索猶豫表現的主要原因，可能是因為害怕失敗的心理，或是低自我效能所導致（引自陳麗如，民 83）。Mau (2000) 以 540 位美國大學生和 1076 位台灣大學生為研究對象發現，不同文化背景對大學生之生涯決定狀態與其生涯自我效能間的關係有不同的影響力。

2.其他生涯變項

Hackett 和 Betz (1981) 最早將 Bandura (1977) 的自我效能理論應用在探討生涯議題的性別差異。此後，以生涯自我效能來探研究生涯相關變項的研究相繼出現，包括生涯定向 (Mathieu, Sowa, & Niles, 1993; Niles, & Sowa, 1992; Taylor & Betz, 1983)、生涯探索 (Lent & Hackett, 1987)、制握信念 (Taylor & Popma, 1990) 生涯選擇和學業表現的關係 (Hackett & Betz, 1981; Blustein, 1990)、生涯適應 (Betz & Fitzgerald, 1993; Hackett, Betz & Doty, 1985)、學業成就與持久力 (Lent, Brown & Larkin, 1986) 等等，這些研究結果均發現生涯自我效能分別與這些變項間存在著正向關係。此外，生涯自我效能也被發現與焦慮 (Robbins, 1985)、高認同分化 (higher levels

of identity differentiation and integration) (Neimeyer & Metzler, 1987)有關。Turner 和 Lapan (2002) 研究結果顯示，生涯自我效能與中學生的生涯興趣有顯著關聯。

國內許淑穗和張德榮 (民 88) 以大學生為研究對象發現，1.高生涯自我效能者較常考慮未來的生涯選擇，其生涯選擇範圍較為寬廣；2.生涯自我效能是決定女性生涯選擇的重要指標；3.生涯選擇模式呈現生涯自我效能是影響生涯選擇的中介變項，亦為重要的預測變項。

綜合上述可知，生涯自我效能在生涯發展與決定過程中扮演重要角色。其中，Mau (2000) 研究指出不同生涯決定狀態的大學生之生涯自我效能是有所不同的。本研究採用金樹人等人 (民 78) 生涯發展定向情形的分類架構，藉此探討不同生涯決定狀態之大學生其生涯自我效能的差異，再進一步瞭解家庭親子界限是否對此有不同的預測效果。

(三) 環境因素

Solon (1993) 以 67 位成年女性做事後回溯研究，發現來自一個組織與控制程度較高家庭的大學女生較少經驗到生涯猶疑，但是卻也沒有較高的生涯自我效能；而男性與女性其家庭較屬於智能文化取向的話，其使用職業訊息的自我效能較高 (Hargrove et al., 2002)。Whiston (1996) 使用多向度且具效度的自陳報告來測量家庭環境，用以瞭解大學生家庭互動型態與生涯猶疑和生涯自我效能的信念，研究結果支持生涯自我效能與個人成長向度 (例如，家庭支持強調文化與智性的追求這樣的目標) 之間的關係；可是生涯猶疑與關係向度 (像是，凝聚力、衝突與經驗開放的程度) 的連結，以及生涯自我效能與系統維持向度的連結關係都未獲支持。

Hargrove 等人 (2002) 的研究結果發現，不論是在職業認同還是生涯自我效能都與家庭變項中的衝突與成就取向的關係較為明顯。Turner 和 Lapan (2002) 以中學學生為研究對象發現，個體知覺到的父母支持與青少年前期的生涯興趣並無直接關係，但卻可以直接預測生涯自我效能。國內黃淑敏 (民 88) 以師範院校學生為對象，研究結果顯示師院生之生涯自我效能會因為父母支持度與重要他人影響力的不同而有顯著差異。

根據上述國外研究結果可知，家庭與生涯決定以及生涯自我效能之間有關係存在。反觀國內相關研究仍十分有限，所以本研究欲探討國內大學生之原生家庭與其生涯自我效能間的關係。

四、生涯自我效能的測量

雖然最初是 Hackett 和 Betz (1981)將 Bandura (1977a)的自我效能理論應用在生涯發展上，但 Taylor 和 Betz (1983)則是首先發展出自我效能的標準化測量，用以評估個人對於投入生涯決定的信心。Taylor 和 Betz (1983)採用 Crites (1961, 1965)生涯成熟模式中與生涯決定歷程有關的五項生涯選擇競爭力行為，包括正確的自我評價、蒐集職業相關資訊、目標選擇、規劃未來、問題解決。其設計是藉由測量個體成功完成五十項生涯決策任務，以及個體在生涯決策過程經歷困難時的自信程度。Taylor 和 Betz (1983)發展的 CDMSE (career decision-making self efficacy scale) 強調生涯選擇的歷程而非內容。它採用十點量表，9 分代表非常有信心，到 0 分代表完全沒信心，CDMSE 的總分計算則是把 50 題的評分加總起來，所得總分越高代表個體在面對生涯決策任務時的信心程度越高。

國內參考 Taylor 和 Betz (1983)發展的 CDMSE 所修訂的量表也不少，像是陳金定 (民 76) 以高中生為對象所編製的「生涯決策自我效能量表」；謝宏惠 (民 79) 以大專學生為研究對象所翻譯的「生涯決策自我效能量表」；林香君 (民 81) 參考 CDMSE 與陳金定 (民 76) 的「生涯決策自我效能量表」自編的「高職生涯決定自我效能預期量表」；黎麗貞 (民 86) 所編製的「生涯決策自我效能量表」，適用於大學生；陳貞夙 (民 87) 研究犯罪青少年的生涯輔導所採用的「青少年生涯自我效能預期量表」；以及許淑穗 (民 87) 所編製「生涯自我效能量表」，適用對象為大學生。

另外，國外自 1989 年 Lapan 等人將 Holland 之 R-I-A-S-E-C 六個向度與生涯自我效能的測量加以整合，之後研究發現大學男女生在實用型與研究型的自我效能有所不同，但是缺乏信度資料。而後，Gore (1995) 亦以 Holland 理論為架構，編製適用於大學生的生涯自我效能量表 (引自陳淑琦，民 88)。Betz, Borgen 和 Harmon 等人 (1996) 以 1147 位成人及 706 位大學生共 1853 人為研究對象，才正式發展出「生涯自我效能量表」(Skills Confidence Inventory, SCI)。國內陳淑琦 (民 88) 也同樣採用 Holland 理論為架構，編製生涯自我效能量表，用以研究大學理工科系學生之生涯自我效能。

綜合上述，由於本研究以大學生為研究對象，且考量到量表題目的適切性，所以決定採用謝宏惠 (民 79) 針對大專學生所翻譯編製的「生涯決策自我效能量表」，藉以瞭解大學生之生涯自我效能。

第二節 家庭界限的內涵與相關研究

一、家庭界限之理論

界限是劃分個人、次系統或系統與外在環境的隱形線，其有利於定義個別成員的自主性，幫忙區分各個次系統，同時也保障整個系統的完整性。所謂的次系統是指在整個系統中被指派於系統內部從事特殊功能或程序的部分。一個家庭中有許多共存的次系統，包括夫妻次系統、親子次系統、手足次系統。這些次系統雖然各自擔負重要的功能，卻也代表全部的動力關係彼此互相影響，其間的關係有利於界定家庭的結構。

「系統」與「界限」互為表裡，一個是面而一個是線的關係（陳惠雯，民 89）。而界限（boundaries）也是家庭系統觀裡頭最有用的概念之一，它適用於各種系統中的關係。每個次系統中的個別性與自主性（個人、兄弟姐妹、父母親、核心家庭）都是藉由該次系統與其上層系統之間的半滲透性界限所制定的。最清晰有用的界限概念見於 Bowen 和 Minuchin 所提的理論觀點。

Bowen 是第一位使用分化（differentiation）的概念來形容個體與家庭的疏離（黏著）程度，更進一步以「自我分化」（differentiation of self）來說明個體情感與理智的融合程度。Bowen 以自我分化為其家庭系統理論中的核心概念，用來說明家庭內自我與家庭的界限，包括：1.個體與家人之間的黏著程度：Bowen 認為個體具有傾向自主的「個別性」與對人依戀的「集體性」需求，過多的混淆易影響一個人個別化和自主性的發展（王行，民 82）；2.個體區別情緒與理性經驗的能力：如果個體情感和理智功能分化不良，易受外界環境影響而產生焦慮；3.個體自我成熟度：個體如果分化情形不好，沒有屬於自己的信念，擁有的只是一個虛假的自我（Pseudo self），其行為往往是外控的，容易成為家庭困境的犧牲者。Bowen 將家庭視為一個情緒單位（emotional unit），分化是自我內在心理與外在人際之間取得平衡的能力。內在心理層次的分化指的是個體具有情緒與理智獨立功能，可以彈性運用；外在人際關係層次的分化指的是個體能適切地體驗親密（intimacy）與自主（autonomy），不需靠過份黏著以獲得安全感（陳靜宜，民 90）。

而在探討家庭系統的理論中，許多不同觀點的學者都強調家庭成員該有怎樣的人我關係，調整出怎樣的人際距離，才能有良好的互動，也就是說自我得怎樣在家庭眾多關係中去定位、調適。像是結構學派以家庭界限(family boundary)為概念，說明個體所受到家庭系統的影響，Minuchin認為，家庭系統可以分成許多次系統，所謂的界限(boundary)指的是規定個體如何參與該次系統的規則，這規則也意味著個體知覺到彼此雙方如何互動的依據，在這些互動中，成員間彼此試探與學習，而「自主」與「親密」則是每個個體必須經歷的學習課題。

如圖 2-2-1 所示，Minuchin 提供一個較平衡的觀點認為，若家庭界限混淆不清，則會形成過度黏密(enmeshment)的關係，成員間的關係彼此糾結，成員間彼此過度關心、過度涉入彼此生活，致使個體無法培養自主能力；若界限太過僵化、缺乏彈性，則又會形成過度疏離(disengagement)的關係，成員間則顯得缺乏親密與連結，缺乏對家庭的忠誠度，彼此間心理距離過大，在需要時往往無法獲得家人的支援。Minuchin 解釋了界限的功能、界限的相互關係，還有如何利用界限的知識來規劃治療。界限保護個人和次系統免於被入侵，如此個人和次系統方能自主地運作。

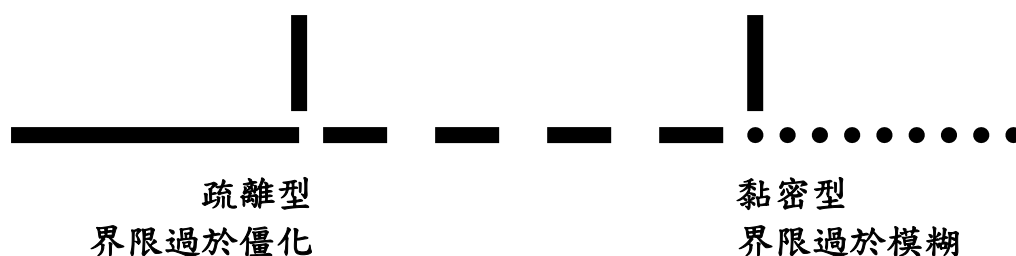


圖 2-2-1 Minuchin 的家庭界限概念圖

以系統取向而言，界限的描述純粹表現了家庭樣貌的多樣性，強調的是此時此刻的行為而非瞭解系統動力其潛在意義，例如黏密(enmesh)與疏離(disengaged)僅說明其現在的關係狀況，而非說明為何家庭呈現此種現象的動力原因(Johnson & Waldo, 1998)。而從家庭心理學的辭典也可發現對「界限」的描述定位在描述現象，其認為所謂的界限是指「一些存在於家庭成員之間以形成次系統之不可見的線，這些線可能是僵固的(rigid)、清楚的(clear)、或是混淆的(diffuse)」(Sauber, L'Abate, Weeks & Buchanan, 1993)。

Minuchin 對於界限的基本定義不僅說明其為成員間彼此的「線」，更將此線描述成「規定彼此參與次系統的規則」。當某個次系統呈現界限過度黏密或疏離時，我們可以給予此現象的詮釋是，這類家庭的樣貌是關係分化失功能的結果，若界限是清楚且功能良好的，則此關係分化也屬於功能良好。分化良好的家庭對於個別與親密的發展有較高的容忍度，其家庭互動能夠容許家庭成員經驗並表達個人的自主與個別性，同時成員與家庭也能保持親密聯繫（Sabatelli & Mazor, 1985；王大維，民 85）。而在這類的家庭環境下，家庭成員才得以全心地達成適合自己的年齡發展任務，包括，形成良好的自我概念、積極探索規劃其未來生涯方向等等。相反的，如果是分化不好的家庭，則其家庭界線呈現兩種極端：一種是過度強調成員間的親密而忽略其個別性的發展，這會抑制成員的自主性而失去自我；另一種則是家庭關係太過疏離冷漠，這或許會製造一個獨立個體的假象，但是其內涵卻是相當不成熟的。從以上的論述我們也發現，在說明一個家庭界限的同時，要呈現關係以及自我兩個面向才能較為完整表達。

Bowen 的家庭系統理論認為自我分化愈高代表個體愈獨立成熟，自我分化愈低代表個體與家庭間的情緒糾葛愈深，但這樣的概念在強調所謂「相依我」（interdependent self）的台灣社會情境脈絡下，一直有所爭議，在一些本土的相關研究也顯示出解釋量不高或是對於適應行為的預測仍有其他中介變項影響等等歧異現象（賈紅鶯，民 80；吳麗娟，民 87）；至於 Minuchin 結構學派理論強調家庭界限的重要性，對於個體在系統中同時追求與系統一致的「歸屬感」，以及必須活出自己、追求自我定位的「個別感」同樣重視，這樣的定義較為接近研究者欲瞭解在台灣這樣重視關係的社會脈絡下之家庭在大學生生涯自我效能上所扮演角色的目的。

二、家庭界限測量

根據 Minuchin 的理論概念，許多實證研究也提出不同的界限特性與定義，並發展出一系列相關測量家庭界限的量表。以下舉出三種定義及測量方式加以說明。

(一) Wood 的接近性與代間階層性

Wood (1983) 認為 Minuchin 所指的界限概念包含有二類，一用物理概念來定義領域，即「接近性(proximity)」的概念；而另一類是邏輯的觀點，以角色或「代間階層(generation hierarchy)」來說明家庭界限。

在「接近性」的概念中，是指家庭成員間在自己的領域上彼此共享與相互重疊的程度，包括 1.接觸時間：家人在一起的時間重疊性與分享程度，分數愈高即家庭系統分化程度愈低，邊界混淆情況愈接近糾纏型；2.個人空間：指個人可以擁有私密空間的程度，與其在家中所擁有的空間使用及身體本身感到的空間感有關；3.情緒空間：指家庭能夠允許個人在家庭中開放表達與傳遞自己情緒空間的程度；4.訊息空間：指家人彼此分享個人行為、想法、感受的程度，包括過去歷史事件與現在發生的事實；5.決定空間：指家庭內部不管是整體家庭、次系統或是某個家庭成員傳達決定權的程度高低。

而「代間階層」描述出家人地位的不同是用以區分家中角色最重要的指標。「代間階層」是指對某種行為的標準，而且與其他行為標準是不同的，如父母的行為類別即不同於孩子的行為類別，若孩子去照顧或控制父母時，此代間階層就是反向的了，相同的，若父母行為像是小孩的同儕，或與孩子同盟，或聯盟對抗其他父母角色，此代間階層可能形成瓦解的局面。

孫頌賢 (民 90) 依據 Wood (1985) 的家庭邊界量表中的五項接近性指標作為修訂其家庭測量量表的主要架構：接觸時間、個人空間、情緒空間、訊息空間、決定空間。而在實證研究的結果卻發現「情感共振」與「干涉侵權」兩大向度便可以涵蓋上述因素。因此也許需要更多的相關研究來驗證與修訂此概念。

(二) Green 與 Werner 的「加州家庭衡鑑量表」

如圖 2-2-2 所示，Green 與 Werner (1996) 認為黏密 (enmeshment) 與疏離 (disengagement) 並非是一條線的兩端。結構家庭學派學者所指的

「黏密」這概念應可區分為：1.缺乏自我與他人的分化（稱做侵犯），指的是關係界限上的模糊，它的相反面不應該是「疏離」，而應該是「關係中的個體化」；以及 2.高親密關懷的型態。而相對於 Minuchin 等人(1978)的觀點，Green 與 Werner (1996)提出疏離（情緒距離與缺乏關愛）在概念上應該落在連結（connectedness）較低的那一端，而較高的那一端應該是健康的親密關愛而非病態的黏密（Green & Werner et al., 2001）。Green 與 Werner 所描述反映人際支持以及家庭成員間的時空接近性這一向度與 Wood（1985）所提接觸時間、個人空間、對話空間等觀念一致。

		侵犯	
		低	高
親密照顧	高	I 高親密照顧低侵犯	III 高親密照顧高侵犯
	低	II 低親密照顧低侵犯	IV 低親密照顧高侵犯

圖 2-2-2 Green 和 Werner(1996)對分化內涵的觀點

Green 和 Werner 根據上述觀點發展出「加州家庭衡鑑量表」(California Inventory for Family Assessment, 簡稱 CIFA), 採用侵犯、親密照顧, 以及溝通開放度 (openness of communication) 三向度來瞭解家庭樣貌。其中「侵犯」向度包括分離焦慮 (separation anxiety)、佔有/嫉妒 (possessiveness/jealously)、情緒牽連 (emotional inter-reactivity)、主觀投射之迷思 (projective mystification)、憤怒/攻擊 (anger/aggression)、以及權威/攻擊; 「親密照顧」這向度則包括溫暖 (warmth)、相聚時間 (time together)、撫育 (nurturance)、肢體親密 (Physical intimacy)、一致性 (consistence) 等內涵; 「溝通開放度」則包括開放/自我揭露 (openness/self-disclosure) 及逃避衝突 (conflict avoidance)。

邱慕美 (民 91) 研究發現, 不同家庭界限類型的大學生在共依附特質上有顯著差異。另外, 不同性別的大學生對各次系統界限分化程度之知覺上也有所不同。但在 CIFA 的親密照顧與侵犯的因素結構驗證過程, 卻發現無法完全符合原本 Green 和 Werner 的定義, 而各題目因素分析後歸屬的內涵也有所變動。

其實，許多國外發展出來的家庭測量工具在台灣研究使用中普遍發現效度並不理想（羅國英，民 84；黃宗堅，民 88；陳惠雯，民 89），而可能的原因包括：第一，由於量表編製者企圖儘量涵蓋各種相關的系統現象，但在此同時卻無法做明確規範與界定，以致於測量中往往混合不同類型的內容；第二，因為文化差異使得原有題目無法充分反應台灣社會的家庭系統，舉例來說，重視個人主義的西方文化相較於重視關係主義的華人社會（黃光國，民 89），對於所謂「自主」的意涵與方式就可能有差異。

（三）家庭親子界限之關係—自我模式與家庭親子界限量表

修慧蘭與孫頌賢(民 91)採用半結構式問卷調查、以及焦點團體訪談等方式，試圖探討大學生如何看待親子關係中的親密與侵犯，而發展出家庭親子界限之關係—自我模式（R-S 模式）。此一模式將家庭親子次系統之互動以親密、侵犯、相安三類行為來說明，而在此三種互動行為中，亦可發現個體在親子互動關係中所感受到的自我經驗，所以將家庭親子界限分為「關係」及「自我」兩層面。

此模式擴大 Minuchin 與 Green 對界限的想法，以三個元素來描述家庭中親子次系統的互動樣貌，包括：親密、侵犯、相安。而每個元素又可分別從親子關係與自我兩個層面來看，其內涵如表 2-2-1 所示。

表 2-2-1 「家庭親子界限之關係—自我模式」的內涵

行為層面		親子關係層面			自我層面	
親密	直接親密	生活照顧	1.提供經濟 2.生活協助 3.生活照顧		認同感	
		伴隨	1.伴隨 2.共同活動			
		情感交流	1.主動分享	(1)分享生活瑣事		
	(2)分享情緒與情感					
	2.情感表達		(3)分享想法與意見			
		(4)分享秘密與生命故事				
(1)肢體親密						
(2)主動關愛						
同盟親密	聯盟與三角化			否定感		
	相似					
侵犯	侵犯 個人界域	隱私				
		侵佔自我空間				
		凡事要問				
	混淆 個人界域	責罰與生活指責				
情緒涉入						
相安	情緒勒索			壓抑感		
	淺薄溝通					
	維持秘密					
權讓						

修慧蘭、孫頌賢(民91)根據家庭親子界限之關係—自我模式的內涵，編製「家庭親子界限量表」，分為親子關係分量表與自我分量表，每一分量表分別又可再區分出三個內涵，詳見以下說明：

1.親子關係分量表

(1) 親密

A. 親密感，此一概念涵蓋三個層次：

層次一—生活照顧：當父母親給予生活中實質而生活化的照顧與關心時，會讓孩子感受到與父母親是親近的。其題目如「父親會在我回家時主動協助接送」。

層次二—伴隨：包括單純的陪伴在其身旁的「伴隨」，以及能夠明確的一起「共同活動」而產生親密感。其題目像是「我和父親一起散步聊天」。

層次三—情感交流：這意指在親子關係中，彼此能「主動分享」生活瑣事、情緒、想法、秘密與生命故事等行為，或是能做出肢體親密、主動關愛、讓孩子感受到被保護、支持鼓勵、傾聽與體諒、甚至與父母表現撒嬌等表現「情感表達」行為。題目像是「父親會主動問我過的好不好」。

B. 相似感：個體感受到與雙親的相似而產生的親密感，其題目像是「我和我母親個性很像」等。

(2) 侵犯

A. 侵犯隱私：諸如父母未經同意拆閱孩子的信件、偷翻孩子的書桌或收藏、偷看日記、偷聽電話、或沒通知就任意翻找孩子的房間等，讓孩子感到被侵犯與干擾。

B. 侵犯生活：當父母親對於自己的行蹤、生活中的大小瑣事、人際關係等，都採取「什麼都想知道」、或是「問東問西」的態度時，讓孩子感覺到被侵犯與干涉。

C. 混淆界域：對於家庭中的情緒互動狀態，孩子的感受是非常強烈的，若孩子與父母親間有情緒共振的現象，則讓孩子有被侵犯或干涉的感受。其題目像是「母親會用較情緒化的方式來要求我」。

(3) 相安

- A. 淺薄溝通與維持秘密：當家庭在溝通向度上發現話題或溝通內涵缺乏深度與廣度時，會讓親子關係感受到疏離。另外，有時家庭中若能維持表面和諧與秘密的保存，反而可以讓家庭感受到安全感。題目像是「我和父親之間會有意無意地盡量避免深談」、「有些事情我絕對不讓父親知道」等等。
- B. 權讓：當孩子感受到父母親需要權威與決定權，但自己也感受到己身需要自主權，而孩子選擇把決定權度讓給父母，讓父母也能參與己身的決定（尤其生涯規劃），可使親子關係獲得和諧。其題目如「有時我會假裝讓父親幫我做決定，但實際上卻照自己的意思去做」。

2. 自我分量表

(1) 認同感

個體在親子互動過程中知覺到被認同、擁有自主性、甚至與父母平等的自我感受，此部分的經驗統稱為「認同感」。一方面當父母親能夠主動表現出認同自己的行為時，並肯定其能力、甚至是孩子的交友發展等，會讓孩子感覺到父母親與自己是親近的，孩子亦會感覺較為獨立，較容易有自己的想法與決定權，而父母也不太給予干涉或操控。其題目如「在父子關係中，我感覺被認同。」。

(2) 否定感

當父母親否定自己的能力表現、外表、人際、甚至不給予情緒接納、表現出不信任的時候，會讓孩子經驗到不被接納、被賦予負向的評定、被質疑、甚至是否定自我價值。而當孩子的決定權（尤其是生涯規劃）被父母親所操作或干涉、父母堅持替他做決定、或是對孩子有所要求與期望，使孩子感覺到父母親的理念與自己不同，或以限制方式，直接規定或命令其所想做的事情，則會讓孩子感覺到被侵犯與干擾。其中題目像是「我覺得父親不信任我」。

(3) 壓抑感

當孩子感受到父母親很少給予鼓勵或正向回饋，反而較多責備與要求時，孩子容易感受到壓抑退縮的自我經驗。其中題目如「我和父親之間的感覺是疏遠的」。

三、家庭界限的相關研究

由於不同研究者採用不同向度來測量家庭界限，因此以下整理國內有關家庭界限之研究，包含多種測量向度與變項：

(一) 家庭親子界限與衝突

楊子萱（民 88）以國小高年級學童為研究對象，結果發現家庭或個人規則的僵化，實為影響親子間引爆衝突的重要關鍵。家庭中其他次系統之介入親子衝突乃在使其中一方有力量，如此反而致使親子衝突更加激烈。張虹雯（民 88）研究父母爭吵時的三角關係運作與兒童行為問題關係，結果發現代罪羔羊的程度愈高，發生行為問題的程度也愈高；親職化的程度愈高，發生行為問題的程度則愈低；而跨世代聯盟程度上的變化則與行為問題無關。

(二) 家庭界限、家庭系統分化與子女適應

1. 青少年前期

邱秀燕（民 89）以國二學生為研究對象，主要目的在探討青少年家庭系統分化、心理分離-個體化、自我發展及情緒適應之間的關係。研究結果發現家庭三個次系統分化能預測青少年的自我發展（15.9%）與情緒適應（19%），其中「父子次系統分化」對自我發展的預測力較高，而「母子次系統分化」對情緒適應的預測力較高；家庭系統分化會藉由直接影響心理分離一個體化而間接影響自我發展及情緒適應。吳佳霓（民 91）以國中生為對象探討青少年家庭系統分化、自我發展與生活適應之間的關係，研究結果顯示青少年所覺知之家庭系統中婚姻、父子、母子、親職等四次系統的分化情形，會與其自我關懷困擾、身心發展困擾、學校生活困擾、人際關係困擾、家庭生活困擾、及整體行為困擾之適應狀態，存在著顯著的正相關，而且系統分化水準對青少年在各種生活情境中行為困擾適應的顯著影響效應，會因自我發展人格特質因素的加入，而致使原先所存在的顯著影響力逐漸消弱。

陳惠雯（民 89）主要以 Minuchin 結構學派家庭治療理論為基礎，採用 Wood 的家庭分化量表來探討婚姻衝突、家庭界限、青少年子女適應三者之間的關係，以國中一至三年級學生為研究對象，結果發現：第一，就家庭界限與子女的適應情形來說，父母過度投入親職次系統，父母過度控制與撫育子女時，子女愈易有內化性問題行為傾向，像是焦慮、自卑與憂

鬱等等。第二，如果以婚姻衝突、家庭界限與子女適應之關係來說，在父母婚姻衝突愈獲得解決、原因愈不穩定，且家人愈能分享彼此的決定空間，父母次系統愈是聯盟與友伴的關係，則子女適應上，愈是親群，並愈少有攻擊傾向。

2. 青少年後期

栗珍鳳（民 88）以 795 名台灣的大學生為對象研究大學生自我分化和心理社會發展之間的關係，研究結果就性別來看，大學男生與母個體化、與同輩個體化、去三角關係越佳，與父親密、與母親密越低；則自主發展的傾向越好，其中以與父親密的負相關最為明顯；大學女生與同輩個體化、去三角關係越佳，與同輩親密、與母親密越低；則自主的發展越佳，友愛親密的發展卻有越不好的傾向。就年級來說，低年級大學生與父個體化、與母個體化、與同輩個體化、去三角關係越佳；則自主、信任、統合、自發的發展傾向越好；低年級大學生與父親密、與母親密越佳，與同輩親密、去三角關係越低；則勤奮、統合發展的傾向越好。

綜合上述研究結果發現，家庭界限、家庭系統分化與家中衝突的發生以及子女的適應情形有關。不同性別的青少年其家庭系統分化程度有所不同。而根據以上論述，本研究希望瞭解大學生家庭親子界限與其生涯決定適應狀況之間的關係。

第三節 家庭與生涯的相關研究

家庭對於生涯發展的影響，要追溯到 Roe (1957) 從人格角度提出早年家庭經驗對日後職業選擇的重要性，而後 Bronfenbrenner (1986) 提倡從生態學角度，把家庭脈絡納入人生發展的論點，陸續有不少學者把家庭系統與個人生涯發展擺在一起探討。包括 Super (1957)、Hottfredson (1981)、Holland (1997) 與 Adler (Watkins, 1984) 都提到原生家庭因素對於個體生涯行為的影響。儘管有這些理論假設與一些生涯諮商的實證經驗，可是家庭脈絡因素影響或是相關於生涯發展歷程與結果的實證研究都僅獲得有限的支持 (Larson & Wilson, 1998; Whiston, 1996)。

Hargrove 等人 (2002) 將相關家庭脈絡因素的實證研究分為三類：1. 採用阿得勒理論強調出生序與家庭結構 (Leong, Hartung, Goh & Gaylor, 2001; Watkins, 1984; Watkins & Savickas, 1990; Watts & Engels, 1995); 2. 將家庭依附理論應用到生涯發展 (Blustein, Walbridge, Friedlander & Palladino, 1991; Blustein, Prezioso & Schultheiss, 1995; Ryan, Solberg, & Brown, 1996); 3. 以家庭系統取向來研究生涯發展 (Brachter, 1982; Zingaro, 1983; Lopez & Andrews, 1987; Eigen, Hartman & Hartman, 1987; Larson & Wilson, 1998; Guerra & Braungart, 1999)。

近年來以系統觀來探究家庭與生涯發展關係的研究越來越多，像是 Schulenberg, Vondracek 與 Crouter (1984)、Blustein 等人 (1991)，以及 Johnson, Buboltz 和 Nichols (1999)。家庭系統觀應用到生涯發展的研究多半指出成年早期具有做出適當地職業選擇之能力有可能是直接受到家庭互動關係品質、家庭界限與情緒的互賴所影響，而非純粹取決於個人 (Brachter, 1982)。茲將以系統觀來探討家庭與個人生涯發展的研究整理如下：

一、家庭與生涯決定

(一) 心理分離—個體化、依附理論與生涯決定

Zingaro (1983) 認為個人的生涯決定問題和與生涯路徑相關的父母期望之分化程度低有關係。Lopez 和 Andrews (1987) 進一步提出，個體面對生涯決定時，認為其決定象徵著自原生家庭獨立出來，這是違反家庭連結關係之規則的；但心裡又有追求自主的動力，兩股力量拉扯使得個體陷入兩難的衝突之中，而其生涯決定的困難就是透露此一矛盾的重要訊息。

另外還有以個人做承諾和做生涯決定的狀況來檢驗其與家庭互動型態之間關係的實證研究。Blustein 等人 (1991) 研究獨立衝突

(conflictual-independence) (包括：父母親依附、心理分離) 與歷程取向的生涯發展 (職業探索、生涯承諾等等) 之間的關係，結果發現父母依附與獨立衝突對於大學生的生涯承諾歷程有些共同的影響，但與生涯猶疑以及生涯自我效能之間的關係則未獲支持。

國內相關生涯決定與家庭之研究並不多，且結果並不一致。劉姿君 (民 83) 研究大學生自我認定狀態與其生涯決定程度及自我分化水準之關係，結果發現他主定向者的生涯決定程度最高，且其與父母關係的親密程度、親子關係中個別化程度，顯著高於其他三類自我認定狀態者。江捷如 (民 87) 研究二專學生的心理分離、依附關係與其生涯定向之關係，發現互動衝突獨立差、功能越依賴父母、與父母無安全依附關係的二專男生，對其生涯目標越不滿意，有較多生涯不確定問題。王行 (民 82) 研究發現「同儕混淆」(個別化) 及「同儕混淆」(安全感) 與生涯成熟態度達顯著相關，但此一現象並未反映在與父母的關係上，研究者解釋其可能受到研究工具的限制或是受試者的防衛心態，亦有可能因為青少年對於父母的依附減弱而移轉至同儕中。而陳欣怡 (民 89) 以大三、大四學生為研究對象，探討依附關係與生涯探索、生涯不確定源、生涯定向狀態之相關，發現三者之間具有某種穩定的正向關係存在。

(二) 家庭互動與生涯決定

Eigen, Hartman 和 Hartman (1987) 使用婚姻與家庭系統的環複模式 (採用適應力與凝聚力兩向度) 以 197 名中學生為研究對象，欲瞭解不同家庭互動型態是否對個人的生涯決定產生影響，結果發現家庭適應力、凝聚力與生涯猶疑問並無顯著關係，雖然研究者認為有研究方法上的限制，但是此一研究結果與 Kinnier, Brigman, Nobel (1990) 的研究結果一致。不過研究結果也指出，青少年在兩種不同的家庭系統可能發展出生涯決定的能力，一種是結構彈性且有強烈的情緒依附，另一種則是權力結構伴隨著允許較多個人自由的情緒連結型態，這結果所陳述的家庭互動型態接近家庭親子界限量表中「親密」的內涵，也就是說青少年在家庭互動中有愈多親密自主的經驗，愈容易發展出生涯決定的能力，但如果過渡黏密則會干擾個體的生涯決定。而 Kinnier 等人 (1990) 發現生涯決定較沒困難的大學生個體化程度較高，而也較少出現三角化的家庭關係。他們也進一步指出生涯猶疑的人多半也傾向知覺到自己的家庭是屬於較高凝聚力或是黏密的

(enmeshed)，也就是說家庭互動關係太疏離的家庭，缺乏情感支持，會限制個體的自我認識，使其無法進行有效的生涯定向。國內沈彩梅(民83)以高二學生為研究對象，結果發現學生所知覺到的家庭關係、系統維持、家庭價值，會影響個體的生涯計畫、生涯探索、生涯決定，以及對工作世界的認識。

(三) 焦慮、家庭界限與生涯決定

Larson 和 Wilson (1998) 研究結果發現 Bowen 的理論假設部分獲得支持，也就是說個人的焦慮調節原生家庭脅迫與混淆對於成年前期子女生涯決定的影響。這在界限混淆的家庭會出現像是情緒依賴、缺乏自主、使用雙綁訊息造成孩子焦慮等等的現象。而這樣的焦慮限制了獨立思考與行動的發展，孩子被壓的喘不過氣，也感覺到做其他的選擇都比反過來接受或是對抗他們來的困難 (Bowen, 1978)。

Guerra 和 Braungart (1999) 以 169 位大一到大四的學生為對象，研究發現生涯猶疑的預測因子包括：認同的成熟與混淆程度 (identity moratorium and diffusion)、較少的母親接受、年級越低。本研究結果顯示的是母親而非是父母親鼓勵獨立與生涯猶疑有所連結，也就是說母親越鼓勵孩子獨立，孩子猶疑的程度便會降低，這也說明個體對父母親的知覺分別會有不同的影響。雖然受試都認為父親比母親還要鼓勵他們獨立，但是母親在影響孩子做決定的歷程中扮演重要角色。

(四) 小結

根據上述研究可以發現起飛期家庭的親子關係中，「親密」與「自主」平衡運用之能力對其生涯決定發展的影響。起飛期家庭似乎更需要學會如何拿捏親子界限中「黏」與「疏」的平衡，以協助家中的孩子可以順利地走出屬於自己的人生。父母要如何對孩子表示關愛，但又不至於讓孩子感覺到被侵犯，仍是許多家庭互動過程尚待努力摸索的重要課題。本研究希望探討國內大學生家庭界限對其生涯自我效能的影響，以對兩者的關係有所瞭解，進一步可以針對此一課題提出具體建議。另外，上述研究結果也發現不同次系統之互動型態對於孩子的生涯決定有不同影響。本研究所採用的家庭親子界限量表可分為父子(女)與母子(女)兩部分，有助於釐清父母兩個不同次系統對子女的影響。

至於獨立衝突 (conflictual-independence，包括依附關係與心理分離等變項) 與生涯猶疑以及生涯自我效能等生涯變項間的關係未獲支持

(Blustein, 1991)、或是解釋量有限(陳欣怡, 民 89), 其中的可能原因是個人生涯定向發展還是得從個人層面來看, 而無法單從關係層面來說明。所以本研究則加入家庭親子界限中自我感受之測量, 希望除了能完整呈現出親子次系統脈絡下的互動狀態, 更能進一步去探究此互動下所呈現出來的自我評估, 也就是說瞭解不同個體之家庭親子界限所呈現的互動關係與自我感受及其生涯自我效能之間的關係。

二、家庭與職業認同

(一) 家庭衝突與職業認同

Lopez (1989) 檢驗一個用來預測大學生職業認同的模式, 他使用了特質焦慮、學業適應、家庭變項(包括婚姻衝突、獨立衝突---學生自陳報告免於對與父母的關係有過度罪咎感、怨恨、生氣的程度、情緒獨立----免於過度需求父母的讚賞、親密與情緒支持)。研究結果指出免於與自己不同性別的雙親衝突所代表的獨立的程度比特質焦慮和學業適應還要能夠預測男女大學生職業認同得分, 而這也更進一步支持親子衝突在成年早期生涯的重要性 (Brachter, 1982; Lopez & Andrews, 1987; Zingaro, 1983)。

(二) 家庭互動與職業認同

Penick 和 Jepsen (1992) 以高中生為對象研究家庭關係的角色與系統維持因素以及學業成就、性別、社經地位等對於青少年職業認同與生涯規劃得分上的預測力。其中家庭關係因素包含凝聚力、表達、衝突、社交性、理想化與疏離六個分量表; 而家庭系統維持因素包括組織、制握力、民主或是權威的家庭型態、黏密等。研究結果發現家庭系統維持變項(民主或是權威的家庭型態、疏離與黏密的家庭互動關係)以及某個程度上表達(正)與衝突(負)對於職業認同的預測達顯著。

而 Johnson 等人 (1999) 研究衝突程度、凝聚力、表達性與父母婚姻狀態與大學生職業認同之間的關係。雖然 Johnson 等人 (1999) 研究結果指出, 職業認同與凝聚力和表達微小但直接的關係, 以及與衝突之間的反向關係, 但只有表達可以說明職業認同得分。

(三) 小結

以上研究結果顯示, 家庭互動中的衝突程度對於個體的職業認同有所影響。在本研究中, 雖然並未直接將衝突變項納進來, 但是卻以更細緻的方式取代。因為衝突是可能是行為結果, 也可能是因應策略之一, 但是並

不足以做為家庭互動的歷程變項。而本研究採用家庭親子界限關係分量表中的「侵犯」內涵，或者是自我分量表中的「否定感」部分，反倒是更可以清楚的描繪出家庭互動中衝突產生的樣貌。換句話說，本研究將探討家庭界限混淆對於個體生涯決定之影響。

三、家庭與生涯自我效能

雖然有許多研究顯示生涯自我效能對於生涯發展的重要性，但僅有少數研究去檢驗效能此一概念所涉及的理論因素。當主要照顧者提供許多不同的精熟經驗與探索的自由，人們對他們有能力可以在某些行為上有成功表現的信念便由此發展。在這樣的脈絡之下，父母對於孩子未來的評價透露在孩子所知覺到的自我效能，這又再進一步影響他們相信自己可以從事的職業類型（Bandura, 1977b）。雖然之前的研究分別指陳對父母的依賴（Orndorff & Herr, 1996; Young, 1994）與偏好的工作任務（Blustein, 1990; Gianakos & Subich, 1996）對於生涯發展有重要的影響，但是他們對於生涯自我效能的貢獻仍是未知。

（一）Whiston 的研究

Whiston（1996）使用多向度且具效度的自陳報告來測量家庭環境，用以瞭解大學生家庭互動型態與生涯猶疑和生涯自我效能的信念，研究結果顯示生涯自我效能與家庭中的個人成長向度（例如，家庭對於成員可以自己做決定的肯定程度、家庭中以學校或是工作活動作為成就指標的程度）之間具有顯著關係。可是生涯自我效能與系統維持向度（家庭對於組織結構清楚的要求程度、家庭對於其成員遵守家庭規則的要求程度）的關係則未獲得支持。

而此一研究也發現兩個未預期的結果：1.生涯猶疑與系統維持向度呈現反向關係，但這樣的結果只出現在女性受試身上，也就是說，女性受試的家庭結構及規則愈是清楚，其反映出來的生涯猶疑程度愈低；2.個人成長變項中有兩項（獨立與成就取向）與蒐集職業訊息的自我效能之間成反向關係，也就是說，家庭互動中愈強調個人的獨立與成就取向，個體在職業訊息蒐集方面的生涯自我效能反而愈低。

上述研究整體結果雖然支持家庭向度與生涯猶疑以及生涯自我效能間的有關係存在，但仍需其他研究來澄清部分不一致的結果。而上述結論也讓我們看到性別的差異，例如：大學男女生在生涯猶疑與系統維持向度之間關係的不一致。此一結果也提醒研究者，不同性別大學生所知覺的家庭

親子界限可能會有所不同，這也可能造成分別對於生涯自我效能有不同的影響，值得進一步釐清。

（二）Hargrove 的研究

Hargrove 等人（2002）的研究也採多元回歸的分析方式，探討大學生家庭中個人成長向度、家庭關係向度、系統維持向度，與生涯自我效能之間的關係。結果顯示個人成長向度在生涯決定自我效能的預測上扮演重要角色，包括：1.原生家庭的成就取向是唯一可以預測五種生涯決定自我效能內涵的；2.個體蒐集職業訊息的生涯自我效能與家庭智能文化取向之間存在正向關係，這與先前的研究結果一致（Whiston, 1996）。這也說明原生家庭扮演一個刺激家庭成員去探索各種有助於職業訊息獲得、建立正確自我評價等等生涯發展學習活動的角色。

本研究發現家庭關係向度中衝突與表達是生涯自我效能的重要預測因子，包括：1.孩子知覺到越多的家人間的衝突，他們在投入自己的生涯規劃或是生涯決定時就越不可能表現出自信；2.孩子知覺到與家庭強調公開表達與溝通的訊息越多，對於他們在尋找與蒐集工作世界的訊息以及目標確定方面越有幫助。個人成長部分以及家庭關係品質對生涯自我效能的解釋力可達 18%至 20%。

另外，研究結果顯示「系統維持向度」中沒有一項因素可以預測職業認同或是生涯決定自我效能，這與先前研究結果並不一致（Penick & Jepsen, 1992）。簡而言之，個體對於家庭互動的衝突以及溝通的經驗與其生涯自我效能有關，但其所知覺到的家庭組織與控制程度在生涯自我效能中並未扮演重要角色。

（三）小結

經由文獻敘述可知，家庭界限可分成三類，各類變項與生涯自我效能的關係如下：

- 1.「個人成長向度」----反映出原生家庭的目標取向與原生家庭鼓勵或是抑制個人成長的方法

Whiston（1996）與 Hargrove 等人（2002）的研究結果均支持家庭中個人成長向度與生涯自我效能之間的關係。但是個體所知覺到家庭關係中的獨立、成就取向與蒐集職業訊息的自我效能之間卻呈現反向關係，即個體知覺越多家中要求獨立或是強調成就的訊息，則他（她）對於自己蒐集

工作職業訊息的信心程度就越低。事實上，個體所知覺到獨立與成就的程度象徵著家庭對於個體自主的要求，但是在要求自主的背後是否提供足夠的親密關愛作為其後盾。在個體面對資訊蒐集的困難時，父母是否可以適時地與之討論，提供必要的協助與支援，還是就硬生生地要他自立自強。根據家庭親子界限的說法，家庭對於獨立與成就的重視有可能是藉由界限混淆的侵犯關係呈現，在此家庭界限之下個體的生涯自我效能當然偏低。

Sandifer (1993) 研究也指出大學生知覺的代間親密能有效地預測生涯計畫、生涯探索、認識工作世界，而代間威脅則與認識工作世界有負相關（引自沈彩梅，民 83），也就是說家庭到底是採取「親密關愛」還是「侵犯自主」的互動型態，或者說個體之家庭親子界限是清楚還是混淆，這才是真正影響他（她）是否能主動積極蒐集生涯相關訊息、認識工作世界的關鍵因素。由此可見，本研究所採用的「家庭親子界限量表」更能適切地提供研究者所需的家庭互動型態之描述，以釐清過去研究不一致的結果。

2. 「家庭關係向度」----測量家庭成員知覺到彼此涉入的程度以及他們對於正向與負向感覺表達的開放度

Whiston (1996) 的研究並未探討家庭關係向度與生涯自我效能之間的關係。而 Hargrove 等人 (2002) 的研究結果支持家庭中表達與衝突程度與生涯自我效能間的關係，而這與 Lopez (1989)、Penick 和 Jepsen (1992)、Johnson 等人 (1999) 針對家庭與職業認同間的關係所做的研究之結果有些類似的結果，也就是說這些結果均顯示家庭中表達向度與家庭成員的生涯發展間有顯著關係，而衝突向度部分則有些不一致的結果，至於家庭凝聚力與生涯發展的關係則是未獲支持。

以上乃是國外的研究結果，然而中國家庭特色與西方並不相同，在中國家庭中對於表達的重視程度可能不如西方家庭，對於衝突的允許程度可能也較西方家庭來的低，而中國家庭的成員在面對不一致的情況時，可能會出現一種維持表面和諧的相安互動。本研究所採用的家庭親子界限量表，設計出更有助於描繪出台灣家庭互動樣貌的相安分量表，希望可以釐清文化所可能造成的差異。

3. 「系統維持程度」----反映出個體所知覺到家庭重視組織、控制、結構、規則與程序的程度

Whiston (1996) 與 Hargrove 等人 (2002) 的研究結果均不支持家庭中系統維持向度與生涯自我效能之間的關係。然而國內沈彩梅 (民 83) 以高中職二年級學生為受試，修訂 Bloom 的家庭功能量表 (FFS)，研究結果

發現受試者所知覺到的家庭關係、系統維持越好者，其自我概念的具體化程度也越好。個體所知覺到的系統維持程度，可能以親密關愛的方式呈現，但亦有可能出現在具侵犯性的家庭互動行為中，更有可能是採取一種淺薄溝通的相安形式，所以重點不是個體對於家庭系統維持程度的知覺如何，而要去釐清此一狀態下實際家庭互動的樣貌為何。

四、結論

根據以上的研究結果可知，家庭親子界限與生涯猶疑、生涯自我效能之間的關係獲得部分支持，但仍需要其他的研​​究來澄清其間不一致的結果。根據上述文獻探討的結果，以下提出本研究之特點：

(一) 兼顧關係與個人層次的評估

家庭變項與生涯決定之間的關係是相當複雜的，舉例來說心理分離有困難的狀況會造成個體生涯猶疑，但卻也有人可能因此倉促草率地做出決定，所以個人變項是需要加以注意的。的確，過去研究多半直接去測量家庭與生涯兩者之間的關係，孫頌賢（民 91）研究指出，雖然瞭解系統運作的整體性或次系統脈絡是關係的焦點，但如果忽略了「個人因素」的影響，反而失去了瞭解真正系統特性的機會。再者，吳佳霓（民 91）研究也發現系統分化水準對青少年在各種生活情境中行為困擾適應的顯著影響效應，會因自我發展人格特質因素的加入，而致使原先所存在的顯著影響力逐漸消弱。

在黃宗堅（民 91）的研究中也看到家庭成員施與受之間的落差。有不少父母都認為他們對子女十分關愛，但卻換來子女的疏離拒斥。我們相信大部分的台灣父母親都是愛自己小孩的，但是往往以管、唸、嘮叨或批評指責的方式，以致於小孩常感受不到父母內在那顆關愛的心；而在父母這邊也深深感受到為誰辛苦為誰忙的無奈與委屈。所以重點並不見得是父母真正做了什麼，更重要的是孩子他們感受到什麼，他們如何解讀親子間的互動關係。Cooper（1988）研究發現，在親密而信任的關係中，衝突可以是不具威脅的、有益的；相反的，如果知覺到衝突是一種敵意的反擊，那麼負向的結果會持續發生。所以本研究加入家庭親子界限中自我感的測量，除了能完整呈現出親子次系統脈絡下的互動狀態，更希望透過探究此互動下自我的感受與詮釋，進一步瞭解其與個體對自我生涯信心評估之間的關係，也就是企圖去探討不同個體之家庭親子界限所呈現的互動關係與自我感受及其生涯自我效能間的關係。

(二) 採用國內自編量表減少文化差異

Fobair (1995) 指出家庭功能的測量與瞭解會受到文化差異的影響，所以家庭研究中所採用的測量工具扮演一重要角色。而有鑑於許多國外發展出來的家庭測量工具在台灣研究使用中普遍發現效度並不理想（羅國英，民 84；黃宗堅，民 88；陳惠雯，民 89）。因此，本研究採用國內修慧蘭與孫頌賢（民 91）所編製的「家庭親子界限量表」。

家庭親子界限量表乃依據 Minuchin 的觀點，認為大學生在追求「關愛(affiliation)」與「自主(autonomy)」的平衡，一方面不希望放棄與父母間的親情關愛與支持，另一方面又必須學習自主獨立、不受父母的侵犯，可見本量表適用於瞭解大學生在疏與黏之間尋求平衡的家庭互動樣貌（孫頌賢、修慧蘭，民 93），更重要的是其針對台灣社會強調關係和諧的特點，提出相安的關係內涵。所謂的相安關係是指個體知覺關係屬於較為疏離的「相安無事」狀態，溝通雖有但卻感無味、彼此有秘密卻隱而不宣等，個體在此關係中其實感受到缺乏互動與回饋，所以其情感是壓抑與退縮的（孫頌賢、修慧蘭，民 93），且這是國內自編量表所以可減少文化差異所可能產生的問題。

再者，它將家庭親子界限分別以關係與自我兩層面來自陳報告，除了可以看到家庭的互動樣貌，還可以瞭解其中個體的自我感受，正切合本研究欲納入個人變項的需要。也就是說，本研究在探討大學生家庭親子界限與其生涯自我效能之關係的同時，希望能從親子關係與自我感兩個分量表分別測量個體所知覺到的家庭界限，以期進一步釐清家庭親子界限與大學生生涯自我效能間的關係。最後，由於國內至今尚無探討家庭親子界限與生涯自我效能之關係的研究，所以本研究以此為主題，企圖充分瞭解大學生的生涯自我效能，進一步能對相關實務工作者提出具體有用的建議。除了上述有關家庭親子界限之研究外，經由前述文獻探討亦發現不同性別、年級、科系及工作經驗的大學生之生涯自我效能有所差異，所以本研究也將這些背景變項納入探討。