

# 第一章 緒論

本章將說明本研究的研究動機、研究目的、研究問題、研究假設，以及在本研究中重要名詞的解釋。

## 第一節 研究動機與目的

人人追求幸福，沒有人抗拒得了幸福的魅力，但每個人心中的幸福樣貌不一定一樣，有人的幸福是親情，有人的幸福是愛情；有人三餐溫飽即幸福，有人需要山珍海味才幸福。不可否認的是，如果有幸福的因子，一定是人人亟欲獲得的。因此，1950年代後期開始，許多學者開始研究幸福感(well-being)，將幸福感作為探討生活品質的指標，並以此檢視社會變遷與改善社會政策(Keyes, Shmotkin, & Ryff, 2002)。近年來，人們也開始注意到，光是找出憂鬱、焦慮等心理疾病的負面因子或許不夠，如果能找出幸福的因子，提昇人們的幸福感，便能提昇個人生活品質，也為整個社會帶來福祉。楊國樞（1980）便認為，由於幸福感可以評估出個人目前生活的滿意度，因此成為個體生活品質的重要指標。

欲探究幸福感，首先想到，什麼身份的人最幸福？常有人說，學生最幸福，因為不用工作賺錢、煩惱家計、帶小孩……等等，殊不知，由於國內現在仍然是升學主義及文憑主義掛帥，國、高中的孩子被讀不完的書、考不完的試所壓榨，很難感受到孩子們是「幸福」的在準備升學考試的。也由於父母常說「等你大學就可以……」，因此，孩子們常把追求夢想、追求屬於自己心目中幸福的日期延後至大學，認為上了大學就可以做自己想做的事，就可以勇於追求自己心目中不論是哪一方面的幸福。但孩子們上了大學，就真正幸福了嗎？看似進入了可以盡情揮灑青春的年紀，看似個個光鮮亮麗快樂幸福的大學生，實則不然。根據董氏基金會 2008 年利用其專為大專學生編製的「董氏憂鬱量表—大專生版」所進行之「大學生主觀壓力源與憂鬱情緒之相關性調查」，結果顯示，22.2%的大學生有明顯憂鬱情緒，幾乎每四人就有一人有憂鬱情緒

困擾，需專業協助（董氏基金會，2008）。雖然約四分之三的學生沒有明顯的憂鬱情緒，但並不表示這些學生都有高程度幸福的感受。顏映馨（1999）針對大學生幸福感進行研究，結果顯示，目前大學生之整體幸福感尚佳，但其身心健康狀況卻欠佳；巫雅菁（2001）的研究結果則顯示大學生的幸福感雖有正向的傾向，但程度並不強，且大學生的整體幸福感比 20 歲以上民眾的整體幸福感低。然而賴建志（2005）針對大學生所作的幸福感調查，卻顯示國內大學生幸福感屬於中上的程度。由此看來，上述關於國內大學生幸福感的研究結果似乎不一致，因此，瞭解大學生幸福感的概況，為本研究的首要動機。

關於大學生幸福感，顏映馨（1999）的研究發現，一年級大學生整體幸福感較低，林彥伶（2006）同樣指出不同年級大學生之幸福感有顯著差異；而國外 Evenbeck(1996) 以大學生為研究對象進行大學生之幸福感現況調查，也發現大學一年級新生的幸福感顯著低於其他年級大學生。讓人感興趣的那些大一新生剛脫離升學考試的束縛，進入大學之門，獲得更多自由、更多時間、更多空間，為何幸福感卻較其他年級之大學生低落？是否因為這些學生剛從高中畢業，進入大學後馬上要面臨許多的轉變，而造成壓力與適應上的問題，因而幸福感會相對的低落。因此，選擇以大一新生的幸福感作為本研究的主軸。

對某些大學生而言，大學與國高中明顯不同的，就是班級組織型態。在國內，國高中班級組織型態可分為男女合校與男女分校，男女分校即所謂純男校或純女校。因此，大學生依其性別及畢業之國高中班級組織型態，可分為八類：一、國高中皆就讀純女校之女生；二、國高中皆就讀純男校之男生；三、國中就讀純女校，高中就讀男女合校之女生；四、國中就讀純男校，高中就讀男女合校之男生；五、國中就讀男女合校，高中就讀純女校之女生；六、國中就讀男女合校，高中就讀純男校之男生；七、國高中皆就讀男女合校之女生；八、國高中皆就讀男女合校之男生。畢業自這八類不同國高中班級組織型態的學生，進入大學後

面對一樣的壓力及轉變，這些轉變可能是必須離家求學獨立生活、適應大學多元的課程與教學方式以及面臨新的人際互動型態等。尤其人際互動方面的轉變，似乎是大部分大學生都會面臨的。比起國高中時期，大學少了課程時間的限制、課外交流活動的增加、以及父母在孩子上大學後，通常會減少對孩子交友方面的規範，因此大學生有較多與人交際、互動的時間及空間，但相對的，大學生也會因此有較多人際方面的困擾與問題要處理。對那些畢業自純男校或純女校的學生，也許有長達六年或三年的青春沒有與異性同儕互動，面臨與以往不同的兩性共存之班級組織型態，勢必要重新學習如何與異性相處，也許就為此而感受到較大的壓力。劉真好（2003）對高中生作的調查即指出，超過八成的女學生們認為在男女合校的環境下，比較能了解男女性別的差異，也比較能夠培養正常的社交關係。因此，比起畢業自男女合校的學生，畢業自純女校或純男校的大學生進入大學後，也許會面臨較多人際方面的困擾。另外，國外 Winchel, Fenner 與 Shaver (1974) 的研究也發現，在男女合校環境中，有較多數的女生害怕成功（引自林淑美，1993），即會對成功感到恐懼。因此，畢業自純女校的學生，進入男女合校的大學環境，也許會因為環境的變遷而出現成功恐懼，因此在大學的表現會較不如國高中時期；或者正好相反，那些來自純女校的學生會由於過去沒有成功恐懼的經驗，上了大學後也不會受到影響，因此會比男女合校畢業之女生有更突出的表現。上述與國高中班級組織型態相關的議題，皆著重探討社交或學業成就方面，但單論社交或學業成就，似乎不夠完整，以幸福感為指標似乎較具代表性。然而到目前為止，國內尚未見針對國高中班級組織型態與幸福感之相關研究，且針對國高中班級組織型態進行之研究，多以國中生或高中生為研究對象，尚無以大學生為主的。因此，探討畢業自不同國高中班級組織型態與大學生幸福感，則成為本研究的第二項動機。

面對進入大學後的各種生活變遷也許會令人感到困擾，但若擁有正向積極的人格特質，則會因對事情的認知、思考、感受、行為不同，而

有不同的反應或調適。施建彬（2006）的研究就發現，自尊是預測個人幸福感的重要因子，那些自尊程度高者，其幸福感也會愈高。後續其他研究中，也都獲得證實，自尊與幸福感之間確實存在顯著的相關（Glenn, 2006；徐嫚淳，2007）。

那些具有較高自尊的個體，常會表現出較正向的生活型態與行為；相反的，那些自尊較低者較易產生負向的行為，此會影響正常生活的表現（蔡青青、劉雪娥，1996）。因此，對進入與以往不同的新環境，自尊高低到底會帶來什麼不同的影響？畢業自不同班級組織型態之大一新生，當面臨同樣的新環境壓力時，自尊高低的不同是否會對其幸福感帶來不同影響？則為筆者深感興趣之處。

除了自尊以外，尚有其他人格特質也會對幸福感帶來影響。陸洛（1998）發現，控制信念也是影響幸福感的重要因素。吳曉瑜（2006）、林崇逸（2007）及黃惠玲（2007）均在研究中獲得證實。簡晉龍（2003）指出，在個體的人際關係中，如果個體獨立自主的特性與相容和諧的特質能夠相互調和，就能夠讓個體從中獲得幸福感。一個人的內外控傾向會對其身心發展帶來很大的影響，較偏向內控者較積極、正向、抗壓性較高、知道自己對自己是有控制權的、適應力也較高、比較不會怨天尤人；相對的，偏向外控者常常認為事情不受自己的控制，都受運氣或他人所控制，認為自己會失敗，比較容易有負向情緒，且常常感到消極、挫折，抗壓性較低，適應力也較差。因此，內外控人格特質會對個人的幸福感帶來影響。但值得注意的一點是，楊瑞珠、楊國樞（1976）認為，個體的內外控信念，有時亦可能會因某時間或短期內的事件，如親人死亡、天災人禍、社會國家重大事件，而有短暫的改變。因此，個體也可能因為突然遭遇變故，內外控信念隨之改變，換言之，原本較內控者變為較外控。對高中生來說，變成大學生，也許不一定是很大的轉變，但環境的改變，應該多少會對其身心帶來影響，對畢業自純男校、純女校的學生而言，或許更是如此。因此，對畢業自不同國高中班級組織型態

之大學生，其內外控特質不同，是否會對幸福感產生不同的影響？讓人覺得有深入探討的必要。

因此，人格特質（自尊、內外控）的不同確實會對幸福感產生影響，但針對畢業自不同國高中班級組織型態的大學生，其人格特質（自尊、內外控）與幸福感是否有顯著相關，目前國內尚無針對此方面的研究，此即本研究第三項動機。

如同前述，對於某些離家念大學的學生，進入大學後，課業、友情、愛情、親情與金錢等等都可能造成壓力，但壓力不見得對人產生不好的影響，端看遇到壓力的個體如何因應。許多研究指出，壓力的因應與身心健康或適應有關，Folkman, Lazarus, Dunkel-Schetter, DeLongis 與 Gruen(1986) 即指出，若有好的因應方式，適度的壓力也許是好的。因此，一樣的壓力，不一樣的因應方式卻可能造成不一樣的後果，因此探討壓力因應方式似乎比探討壓力來得有價值。Bolger(1990) 即認為，人們在相同的壓力之下會展現出不同的因應方式，即可說明個別差異對因應的影響。

何家齊（1998）研究指出，個人使用某些壓力因應方式會比使用其他壓力因應方式顯示出較佳的心理健康的適應情形。也有些壓力因應反而會增加情緒困擾的程度。也有其他學者認為，有效的壓力因應方式是有助於心理健康的，因此找出較佳的壓力因應方式，對個體是有幫助的。在汪惠芬（1997）的研究中發現，積極因應與身心症狀呈現負相關，消極因應與身心症狀呈正相關；楊雅惠（2004）的研究也顯示，正向壓力因應（問題取向積極因應和情緒取向積極因應）會使個體較為快樂且不憂鬱，負向壓力因應（問題取向消極因應和情緒取向消極因應）會使個體較不快樂且較憂鬱。因此，欲探討幸福感，先瞭解壓力因應方式是重要的。國內針對大學生之壓力因應方式已有一些相關研究，但針對壓力因應方式與大學生幸福感之相關研究，目前尚未發現。而畢業自不同

國高中班級組織型態之大學生，在進入大學後雖面臨相同的壓力環境與事件，但也許其中某一類型的學生在面臨壓力時，會選擇較適當的因應方式，因此能降低壓力感受，而有較好適應及身心狀況，幸福感也會隨之提昇。對畢業自不同國高中班級組織型態的大學生，其採用壓力因應方式程度不同與其幸福感是否存在顯著相關，國內目前未見對此方面的研究，則成為本篇研究的第四項動機。

綜上所述，人格特質（自尊、內外控）會影響幸福感，壓力因應方式亦然。而畢業自不同國高中班級組織型態的大學生，進入大學後也許也會因過去經驗不同，採用不同的壓力因應策略，而有不同的幸福感。究竟畢業自不同國高中班級組織型態之大學生其人格特質（自尊、內外控）與壓力因應方式是否能有效預測幸福感，彼此的預測力差異為何，國內尚未見此方面的探討。因此，瞭解畢業自不同國高中班級組織型態、人格特質、壓力因應方式對幸福感的預測力，以及期間預測力的差異性，成為本篇研究的第五項動機。

根據上述之研究動機，本研究欲探討之具體目的如下：

- 一、瞭解畢業自不同國高中班級組織型態之大學生幸福感的概況。
- 二、瞭解畢業自不同國高中班級組織型態之大學生幸福感的差異。
- 三、瞭解畢業自不同國高中班級組織型態之大學生其人格特質（自尊、內外控）與大學生幸福感之關係。
- 四、瞭解畢業自不同國高中班級組織型態之大學生其壓力因應方式（問題取向積極因應、問題取向消極因應、情緒取向積極因應、情緒取向消極因應）與大學生幸福感之關係。
- 五、瞭解畢業自不同國高中班級組織型態之大學生其人格特質、壓力因應方式與大學生幸福感之關係。

## 第二節 研究問題與假設

### 壹、研究問題

根據前述的各項研究目的，本研究所要探討的問題如下：

- 一、畢業自不同國高中班級組織型態之大學生幸福感的概況為何？
- 二、畢業自不同國高中班級組織型態之大學生幸福感是否有差異？
- 三、畢業自不同國高中班級組織型態之大學生其人格特質（自尊、內外控）與大學生幸福感是否有顯著相關存在？
- 四、畢業自不同國高中班級組織型態之大學生其壓力因應方式（問題取向積極因應、問題取向消極因應、情緒取向積極因應、情緒取向消極因應）與大學生幸福感是否有顯著相關存在？
- 五、畢業自不同國高中班級組織型態之大學生其人格特質（自尊、內外控）、及壓力因應方式（問題取向積極因應、問題取向消極因應、情緒取向積極因應、情緒取向消極因應）是否能有效預測大學生幸福感？

## 貳、研究假設

根據上述研究問題，本研究提出以下的研究假設。

**假設一：畢業自不同國高中班級組織型態之大學生幸福感有差異。**

- 1-1 畢業自不同國高中班級組織型態之大學生其整體幸福感有顯著差異。
- 1-2 畢業自不同國高中班級組織型態之大學生其自我肯定有顯著差異。
- 1-3 畢業自不同國高中班級組織型態之大學生其人際關係有顯著差異。
- 1-4 畢業自不同國高中班級組織型態之大學生其身心健康有顯著差異。
- 1-5 畢業自不同國高中班級組織型態之大學生其生活滿意度有顯著差異。

**假設二：畢業自不同國高中班級組織型態之大學生其人格特質（自尊、內外控）與大學生幸福感有顯著相關存在。**

**2-1 畢業自「男合合」國高中班級組織型態之大學生其人格特質與大學生幸福感有顯著相關存在。**

- 2-1-1 畢業自「男合合」國高中班級組織型態之大學生其人格特質與整體幸福感有顯著相關存在。
- 2-1-2 畢業自「男合合」國高中班級組織型態之大學生其人格特質與自我肯定有顯著相關存在。
- 2-1-3 畢業自「男合合」國高中班級組織型態之大學生其人格特質與人際關係有顯著相關存在。
- 2-1-4 畢業自「男合合」國高中班級組織型態之大學生其人格特質與身心健康有顯著相關存在。
- 2-1-5 畢業自「男合合」國高中班級組織型態之大學生其人格特質與生活滿意度有顯著相關存在。



**2-2 畢業自「男合分」國高中班級組織型態之大學生其人格特質與大學生幸福感有顯著相關存在。**

2-2-1 畢業自「男合分」國高中班級組織型態之大學生其人格特質與整體幸福感有顯著相關存在。

2-2-2 畢業自「男合分」國高中班級組織型態之大學生其人格特質與自我肯定有顯著相關存在。

2-2-3 畢業自「男合分」國高中班級組織型態之大學生其人格特質與人際關係有顯著相關存在。

2-2-4 畢業自「男合分」國高中班級組織型態之大學生其人格特質與身心健康有顯著相關存在。

2-2-5 畢業自「男合分」國高中班級組織型態之大學生其人格特質與生活滿意度有顯著相關存在。

**2-3 畢業自「女合合」國高中班級組織型態之大學生其人格特質與大學生幸福感有顯著相關存在。**

2-3-1 畢業自「女合合」國高中班級組織型態之大學生其人格特質與整體幸福感有顯著相關存在。

2-3-2 畢業自「女合合」國高中班級組織型態之大學生其人格特質與自我肯定有顯著相關存在。

2-3-3 畢業自「女合合」國高中班級組織型態之大學生其人格特質與人際關係有顯著相關存在。

2-3-4 畢業自「女合合」國高中班級組織型態之大學生其人格特質與身心健康有顯著相關存在。

2-3-5 畢業自「女合合」國高中班級組織型態之大學生其人格特質與生活滿意度有顯著相關存在。

**2-4 畢業自「女合分」國高中班級組織型態之大學生其人格特質與大學生幸福感有顯著相關存在。**

2-4-1 畢業自「女合分」國高中班級組織型態之大學生其人格特質與整體幸福感有顯著相關存在。

2-4-2 畢業自「女合分」國高中班級組織型態之大學生其人格特質與自我肯定有顯著相關存在。

2-4-3 畢業自「女合分」國高中班級組織型態之大學生其人格特質與人際關係有顯著相關存在。

2-4-4 畢業自「女合分」國高中班級組織型態之大學生其人格特質與身心健康有顯著相關存在。

2-4-5 畢業自「女合分」國高中班級組織型態之大學生其人格特質與生活滿意度有顯著相關存在。

**2-5 畢業自「女分分」國高中班級組織型態之大學生其人格特質與大學生幸福感有顯著相關存在。**

2-5-1 畢業自「女分分」國高中班級組織型態之大學生其人格特質與整體幸福感有顯著相關存在。

2-5-2 畢業自「女分分」國高中班級組織型態之大學生其人格特質與自我肯定有顯著相關存在。

2-5-3 畢業自「女分分」國高中班級組織型態之大學生其人格特質與人際關係有顯著相關存在。

2-5-4 畢業自「女分分」國高中班級組織型態之大學生其人格特質與身心健康有顯著相關存在。

2-5-5 畢業自「女分分」國高中班級組織型態之大學生其人格特質與生活滿意度有顯著相關存在。

**假設三：畢業自不同國高中班級組織型態之大學生其壓力因應方式（問題取向積極因應、問題取向消極因應、情緒取向積極因應、情緒取向消極因應）與大學生幸福感有顯著相關存在。**

**3-1 畢業自「男合合」國高中班級組織型態之大學生其壓力因應方式與大學生幸福感有顯著相關存在。**

3-1-1 畢業自「男合合」國高中班級組織型態之大學生其壓力因應方式與整體幸福感有顯著相關存在。

3-1-2 畢業自「男合合」國高中班級組織型態之大學生其壓力因應方式與自我肯定有顯著相關存在。

3-1-3 畢業自「男合合」國高中班級組織型態之大學生其壓力因應方式與人際關係有顯著相關存在。

3-1-4 畢業自「男合合」國高中班級組織型態之大學生其壓力因應方式與身心健康有顯著相關存在。

3-1-5 畢業自「男合合」國高中班級組織型態之大學生其壓力因應方式與生活滿意度有顯著相關存在。

**3-2 畢業自「男合分」國高中班級組織型態之大學生其壓力因應方式與大學生幸福感有顯著相關存在。**

3-2-1 畢業自「男合分」國高中班級組織型態之大學生其壓力因應方式與整體幸福感有顯著相關存在。

3-2-2 畢業自「男合分」國高中班級組織型態之大學生其壓力因應方式與自我肯定有顯著相關存在。

3-2-3 畢業自「男合分」國高中班級組織型態之大學生其壓力因應方式與人際關係有顯著相關存在。

3-2-4 畢業自「男合分」國高中班級組織型態之大學生其壓力因應方式與身心健康有顯著相關存在。

3-2-5 畢業自「男合分」國高中班級組織型態之大學生其壓力因應方式與生活滿意度有顯著相關存在。

**3-3 畢業自「女合合」國高中班級組織型態之大學生其壓力因應方式與大學生幸福感有顯著相關存在。**

3-3-1 畢業自「女合合」國高中班級組織型態之大學生其壓力因應方式與整體幸福感有顯著相關存在。

3-3-2 畢業自「女合合」國高中班級組織型態之大學生其壓力因應

應方式與自我肯定有顯著相關存在。

3-3-3 畢業自「女合合」國高中班級組織型態之大學生其壓力因應方式與人際關係有顯著相關存在。

3-3-4 畢業自「女合合」國高中班級組織型態之大學生其壓力因應方式與身心健康有顯著相關存在。

3-3-5 畢業自「女合合」國高中班級組織型態之大學生其壓力因應方式與生活滿意度有顯著相關存在。

**3-4 畢業自「女合分」國高中班級組織型態之大學生其壓力因應方式與大學生幸福感有顯著相關存在。**

3-4-1 畢業自「女合分」國高中班級組織型態之大學生其壓力因應方式與整體幸福感有顯著相關存在。

3-4-2 畢業自「女合分」國高中班級組織型態之大學生其壓力因應方式與自我肯定有顯著相關存在。

3-4-3 畢業自「女合分」國高中班級組織型態之大學生其壓力因應方式與人際關係有顯著相關存在。

3-4-4 畢業自「女合分」國高中班級組織型態之大學生其壓力因應方式與身心健康有顯著相關存在。

3-2-5 畢業自「女合分」國高中班級組織型態之大學生其壓力因應方式與生活滿意度有顯著相關存在。

**3-5 畢業自「女分分」國高中班級組織型態之大學生其壓力因應方式與大學生幸福感有顯著相關存在。**

3-5-1 畢業自「女分分」國高中班級組織型態之大學生其壓力因應方式與整體幸福感有顯著相關存在。

3-5-2 畢業自「女分分」國高中班級組織型態之大學生其壓力因應方式與自我肯定有顯著相關存在。

3-5-3 畢業自「女分分」國高中班級組織型態之大學生其壓力因應方式與人際關係有顯著相關存在。

3-5-4 畢業自「女分分」國高中班級組織型態之大學生其壓力因應方式與身心健康有顯著相關存在。

3-5-5 畢業自「女分分」國高中班級組織型態之大學生其壓力因應方式與生活滿意度有顯著相關存在。

**假設四：畢業自不同國高中班級組織型態之大學生其人格特質（自尊、內外控）及壓力因應方式（問題取向積極因應、問題取向消極因應、情緒取向積極因應、情緒取向消極因應）能有效預測大學生幸福感。**

**4-1 畢業自「男合合」國高中班級組織型態之大學生其人格特質及力因應方式能有效預測大學生之整體幸福感。**

4-1-1 畢業自「男合合」國高中班級組織型態之大學生其人格特質及壓力因應方式能有效預測大學生之整體幸福感。

4-1-2 畢業自「男合合」國高中班級組織型態之大學生其人格特質及壓力因應方式能有效預測大學生之自我肯定。

4-1-3 畢業自「男合合」國高中班級組織型態之大學生其人格特質及壓力因應方式能有效預測大學生之人際關係。

4-1-4 畢業自「男合合」國高中班級組織型態之大學生其人格特質及壓力因應方式能有效預測大學生之身心健康。

4-1-5 畢業自「男合合」國高中班級組織型態之大學生其人格特質及壓力因應方式能有效預測大學生之生活滿意度。

**4-2 畢業自「男合分」國高中班級組織型態之大學生其人格特質及力因應方式能有效預測大學生之整體幸福感。**

4-1-1 畢業自「男合分」國高中班級組織型態之大學生其人格特質及壓力因應方式能有效預測大學生之整體幸福感。

4-1-2 畢業自「男合分」國高中班級組織型態之大學生其人格特質及壓力因應方式能有效預測大學生之自我肯定。

4-1-3 畢業自「男合分」國高中班級組織型態之大學生其人格特質

及壓力因應方式能有效預測大學生之人際關係。

4-1-4 畢業自「男合分」國高中班級組織型態之大學生其人格特質  
及壓力因應方式能有效預測大學生之身心健康。

4-1-5 畢業自「男合分」國高中班級組織型態之大學生其人格特質  
及壓力因應方式能有效預測大學生之生活滿意度。

**4-3 畢業自「女合合」國高中班級組織型態之大學生其人格特質及力  
因應方式能有效預測大學生之整體幸福感。**

4-3-1 畢業自「女合合」國高中班級組織型態之大學生其人格特質  
及壓力因應方式能有效預測大學生之整體幸福感。

4-3-2 畢業自「女合合」國高中班級組織型態之大學生其人格特質  
及壓力因應方式能有效預測大學生之自我肯定。

4-3-3 畢業自「女合合」國高中班級組織型態之大學生其人格特質  
及壓力因應方式能有效預測大學生之人際關係。

4-3-4 畢業自「女合合」國高中班級組織型態之大學生其人格特質  
及壓力因應方式能有效預測大學生之身心健康。

4-3-5 畢業自「女合合」國高中班級組織型態之大學生其人格特質  
及壓力因應方式能有效預測大學生之生活滿意度。

**4-4 畢業自「女合分」國高中班級組織型態之大學生其人格特質及壓  
力因應方式能有效預測大學生之整體幸福感。**

4-3-1 畢業自「女合分」國高中班級組織型態之大學生其人格特質  
及壓力因應方式能有效預測大學生之整體幸福感。

4-3-2 畢業自「女合分」國高中班級組織型態之大學生其人格特質  
及壓力因應方式能有效預測大學生之自我肯定。

4-3-3 畢業自「女合分」國高中班級組織型態之大學生其人格特質  
及壓力因應方式能有效預測大學生之人際關係。

4-3-4 畢業自「女合分」國高中班級組織型態之大學生其人格特質  
及壓力因應方式能有效預測大學生之身心健康。

4-3-5 畢業自「女合分」國高中班級組織型態之大學生其人格特質及壓力因應方式能有效預測大學生之生活滿意度。

**4-5 畢業自「女分分」國高中班級組織型態之大學生其人格特質及壓力因應方式能有效預測大學生之整體幸福感。**

4-5-1 畢業自「女分分」國高中班級組織型態之大學生其人格特質及壓力因應方式能有效預測大學生之整體幸福感。

4-5-2 畢業自「女分分」國高中班級組織型態之大學生其人格特質及壓力因應方式能有效預測大學生之自我肯定。

4-5-3 畢業自「女分分」國高中班級組織型態之大學生其人格特質及壓力因應方式能有效預測大學生之人際關係。

4-5-4 畢業自「女分分」國高中班級組織型態之大學生其人格特質及壓力因應方式能有效預測大學生之身心健康。

4-5-5 畢業自「女分分」國高中班級組織型態之大學生其人格特質及壓力因應方式能有效預測大學生之生活滿意度。

### 第三節 名詞解釋

#### 壹、大學生幸福感

本研究的幸福感指的是 Andrew 與 Withey(1976) 所提出的，幸福感為一種主觀的個人經驗，並有生活滿意、正向情感、負向情感三個成分，以認知及情感兩向度對生活整體的滿意度進行評估所得之結果(Andrew & Withey, 1976; Argyle, 1987; Diener, 1984)。除了整體幸福感外，並且採郭俊豪(2007)之定義，將幸福感分成四個層面：「自我肯定」、「人際關係」、「身心健康」、「生活滿意度」。由於研究對象為大學生，因此將此特別定義為大學生幸福感。

本研究是以顏映馨(1999)編製的「幸福感量表」上的得分作為操作型定義，總量表分數愈高，表示大學生整體幸福感程度愈高。四個分量表「自我肯定」、「人際關係」、「身心健康」、「生活滿意度」，也是依其分數，分數愈高，表示程度愈高。

#### 貳、國高中班級組織型態

本研究所稱之國高中班級組織型態，為國中及高中依其班級性別組成方式，分為男女合校、純女校、純男校。若學校中僅有特殊班級(音樂班、美術班、資優班)為男女合班者，其餘皆為單一性別班級之學校，定義為純男校或純女校。若就讀男女合校中之男女分班之班級，則定義為男女合校。

大學生依其性別及畢業之國高中班級組織型態，可分為八類：一、國高中皆就讀純女校；二、國高中皆就讀純男校；三、國中就讀純女校，高中就讀男女合校；四、國中就讀純男校，高中就讀男女合校；五、國中就讀男女合校，高中就讀純女校；六、國中就讀男女合校，高中就讀純男校；七、國高中皆就讀男女合校之女生；八、國高中皆就讀男女合校之男生。



## 參、自尊

本研究的自尊係指個人對自己各方面能力、特質、價值或整體評價後的感受(Reasoner & Dusa, 1991)。

本研究是以王鍾和(1992)修訂莊耀嘉(1980)所發展之自尊量表的得分為操作型定義，分數愈高表示個人的自尊心愈高；反之，則表示自尊心愈低。

## 肆、內外控

本研究之內外控係指個人對發生在自己身上的事情之歸因方式。

本研究是以吳靜吉、吳子輝於1975年根據洛氏內外控量表(Rotter's Internal-External Control Scale)所編制之中譯本量表的得分為操作型定義，分數愈高，表示受試者愈傾向於外控取向，分數愈低則表示愈趨於內控取向。

## 伍、壓力因應方式

本研究之壓力因應方式為個人面臨超出其能力範圍之壓力時，為了重建其生理與心理平衡所採取的處理或解決方法。本研究採楊雅惠(2004)、呂岳霖(2005)、王千逸(2007)之定義，將壓力因應方式分為四類：問題取向積極因應、問題取向消極因應、情緒取向積極因應、情緒取向消極因應。茲分述如下：

一、問題取向積極因應：包括理性思考、憑藉以往經驗、自我反省、蒐集相關資訊、向他人請教、擬定計畫、簡化問題等壓力因應策略。

二、問題取向消極因應：包括能緩則緩、降低標準、維持現狀、走一步算一步、敷衍了事、暫時擱置、將問題丟給別

人等壓力因應策略。

三、情緒取向積極因應：包括自我激勵、建立自信、視為挑戰、想一些開心的事、找人傾訴、從事休閒活動、接受事實、自我安慰等壓力因應策略。

四、情緒取向消極因應：包括逃避事實、不去想它、怪罪運氣、抽菸酗酒或嗑藥、大哭大鬧、大睡一覺、亂發脾氣、自暴自棄、封閉自己等壓力因應策略。

本研究以呂岳霖（2005）參考宋禮彰（2002）、李金治（2003）、邱義烜（2002）、張淑雲（2002）等人之研究修改編製之壓力因應方式量表的得分為操作型定義，四個分量表之得分愈高代表個人愈常採用該種壓力因應方式；反之，得分愈低則愈少採用該種壓力因應方式。