

研究生的自我認識結果分析

李 蘭 國立台灣大學公衛系
白恩惠 國立台灣大學公衛系
晏涵文 國立台灣師範大學衛教研究所

摘 要

一個以兩所國立大學修讀「衛生教育」課程之研究生為對象，利用「感覺和偏好」量表測出人格特質的二十個層面的活動。結果顯示少數人格特質確有因學校、性別、和年齡之不同而有差異。學生方面，可用自我認識的結果瞭解人類行為的複雜性；教師方面，因對學生有更多的瞭解可有助於教學。（中華衛誌 1987；6(3)：83-90）

關鍵詞：自我認識 人格特質

一、前 言

衛生教育的理論基礎，有極大的比例是取自心理學和社會學的領域。這些包括於行為科學的哲學基礎（主要在對人類行為和學習過程的瞭解和應用）使衛生教育達到其促成人們自願地採取健康行為的目的（Rubinson and Alles, 1984）⁽¹⁾。因此，衛生教育課程中需要加強行為科學的訓練。

每一個體的行爲表現不盡相同，例如同坐一部車，有人自動繫上安全帶，有人是被要求後繫上安全帶，也有人根本不予理會。究竟是什麼原因造成這些個體行為上的差異呢？爲了瞭解，我們需要研究引導個體行為的內在和外在大力量⁽²⁾。許多健康習慣，包括三餐的定時定量，規則地做運動、充足的睡眠和休息、不抽煙、不喝

酒、以及保持正常的體重等，已由許多研究證實與心臟血管疾病（或癌症）的發生有關，若能於日常生活中實踐上述衛生習慣則可以預防⁽³⁾。事實上，在美國仍有60%的成人體重過重；33%的人口抽煙；只有33%的人規則運動⁽⁴⁾，說明了多重力量激勵著人們決定行為的發生或不發生。

以嚴謹的研究設計求證結果，態度可用以預測行為⁽⁴⁻⁶⁾。此外，如人格特質^(7,8)、社會規範⁽⁹⁾和習慣⁽¹⁰⁾等均可預測行為。「人格」可決定一個人特有的行為和思想，尤其以「自我結構」對衛生教育來說特別重要，因爲它提供了一個影響個人改變的理論基礎。一個具有強烈自我意識並瞭解自己能力的人，比其他人有更大的機會去實現自我。所以，根據人格理論的說法，個體愈能實行適合於自我實現的

習慣，那麼，他們就愈可能想要去追求保有健康的目標。

總而言之，瞭解人性是從事衛生教育工作者的必要條件，人性雖然錯綜複雜，仍有脈絡可尋。作者乃從「自我認識和自我分析」開始，幫助學生於正式修讀衛生教育課程之前先瞭解自己，以作為日後研讀行為科學與衛生教育的基礎，甚至在未來研擬衛生教育計畫時，也可以此結果作為分析人性的參考。

二、材料與方法

一份「感覺和偏好」量表由美國 M.M. Kostick 公司於 1980 年所設計，曾被許多單位運用於瞭解工作人員的性向和人格特質⁽¹¹⁾。問卷中包括九十組敘述，請受試者由每組的兩個敘述中圈選出最能形容或最能表達他（她）的感受的敘述（以二十個字母分別代表不同的特質）。係以強迫選擇方式（forced choice），完成全部題目。最後計算各字母的個數（0 至 9），做為分析人格特質強度的根據。這些特質分別為：(1)個人精力輸出的程度（完成一件事情的需求、勤奮工作的程度、成就需求的程度）；(2)領導能力（領導慾望、控制他人的需求、決策時的安定自在強度）；(3)生活拍子（好動的程度、精力旺盛的程度）；(4)社交傾向（受人注意的需求、社交擴張的程度、歸屬團體的需求、親密與相愛的需求）；(5)工作調節的程度（注重理論的傾向、對細節工作有興趣的程度、組織能力）；(6)情緒性質（變化的

需求、克制情緒的程度、防衛性的激進程度）；(7)服從領導的程度（支持權威的需求、接受規範和輔導的需求）。該量表的折半信度為 0.81；90% 以上同學於自我介紹時認為此量表能確實測出各人的人格特質。

此項分析係以七十五學年度上學期修讀衛生教育課程的兩所國立大學研究生為對象（分別以“T”大和“N”大代表二校），其中“T”大有學生 15 人；“N”大有學生 12 人。九月中旬於兩校分別完成資料收集。開課第一天，筆者對課程目的和內容做扼要的介紹之後，發下「感覺和偏好」量表。學生按照指導語，填答問卷並計算自己的各項得分。然後依序將自認為是優點的人格特質，向同學做自我介紹。該活動不僅幫助學生們對自己有更多的認識，同時也對其他同學的個性多一分瞭解。取得資料另以電腦進行統計分析，做校別、性別和年齡別之比較外，也進一步探討這些特質之間的關係。

三、結果與討論

27 位全體受試者的平均年齡為 25.77 歲（標準差為 3.11），其中“T”大學生平均年齡 24.40 歲（標準差為 1.59）；“N”大學生平均年齡 27.50 歲。兩校學生的平均年齡有差異（ $t = 2.92, P < 0.01$ ），即“N”大學生年齡比“T”大學生高，性別分佈情形為：“T”大有男生 7 人，女生 8 人；而“N”大有男生 2 人，女生 10 人。

各項人格特質依學校別、性別和年齡別之分佈列於表一。特質強度由“0”至“9”的十個等級，分數愈接近9，表示該特質的程度甚強，反之則否。全體受試者的各項得分平均在“5”或以上的有：勤奮工作的程度（5.96），成就需求的程度（5.18），受人注意的需求（5.00），社交擴張的程度（5.37），親密與相愛的需求（5.96），注重理論的傾向（5.51），和變化的需求（5.51）。由於兩校學生均為研究生，上述程度較強的這些特質，說明了積極進取者的某些個性，如努力工作、希望有成就、希望受人矚目、容易和別人交朋友、與某些人建立親密和相愛的關係、講求理論、和求新求變等。

在做學校別的比較時，“T”大和“N”大兩校學生的特質差異達顯著水準的包括：精力旺盛的程度（3.73比2.25），受人注意的需求（5.53比4.33），和防衛性的激進程度（3.86比5.66）。一般說來，“T”大學生比“N”大學生顯得有精力，而且希望受人注意的意願也較強；但在防衛性上所表現的激進程度則正好相反。根據兩校一向在培育學生的目標和方法上來看，“T”大係以公共衛生專業人員訓練為主，教學體制上較多鼓勵學生獨立自主和自由創造；而“N”大是師資培訓場所，對學生多設有禮儀規範。由於校風的不同，學生特質亦有不同。

以性別比較的結果，僅精力旺盛一項顯出男女之間的差異，即男學生的精力（4.33）普遍較女學生（2.44）來得旺盛。

其他特質並沒有因性別不同而不同。

年齡別的比較是用“25歲或以下”和“25歲以上”兩組做對照，其差異達顯著水準的為：社交擴張的程度（6.00比4.45）和注重理論的傾向（6.18比4.54）。換句話說，年紀輕的學生比年紀長的學生有較廣的社交面，而且也比較注重理論。學生於課堂上的表現，似有不謀而合之處，比如說，剛自大學畢業不久又沒有工作經驗的學生，比畢業一段時日且已有工作經驗的學生顯得活潑開朗、喜交朋友，和鑽研理論。相反的，有了工作經驗的學生多給人穩重而且講求實際的印象。

所有特質依照其屬性歸類成七大項之後（表一）發現，男女兩性在「生活拍子」上並不一致，即男學生的生活步調比女學生快（9.55比7.22）。同時，T大學生的社交傾向程度比“N”大學生強（22.13比18.75）。

這七大類特質之間的相關關係（表二），僅「領導能力」和「服從領導程度」之間的負相關（ $r = -0.47$ ）達到顯著水準。這也顯示出，通常具有領導和控制他人慾望愈強烈的人，對於支持權威以及接受規範和輔導的意願愈低。並且這些人對事情的決策較為果斷，不易受外物影響而更改決策。

將年齡和性別二因素做為預測變項，用來分析對「領導能力」的影響程度時，結果顯示上述兩項因素對於「領導能力」變異量的解釋力僅有4%。是否其他因素，如父母的教育程度、家庭社經地位、父

表一 人格特質以校別、性別、和年齡別比較

人格特質	校 別			性 別		年 齡 別	
	全 體	T 大	N 大	男	女	≤25歲	>25歲
	平均(標準差)	平均(標準差)	平均(標準差)	平均(標準差)	平均(標準差)	平均(標準差)	平均(標準差)
1. 個人精力輸出：	15.11(3.16)	14.93(3.36)	15.33(3.02)	15.22(3.76)	15.05(2.94)	14.75(3.54)	15.63(2.57)
a. 完成一件事情的需求	4.03(2.26)	3.73(2.57)	4.41(1.83)	4.22(2.27)	3.83(2.30)	4.00(2.58)	3.90(1.81)
b. 勤奮工作的程度	5.96(1.45)	6.20(1.42)	5.66(1.49)	6.11(1.16)	5.88(1.60)	5.68(1.44)	6.36(1.43)
c. 成就需求的程度	5.18(1.81)	5.00(1.51)	5.41(2.19)	4.88(1.53)	5.33(1.97)	5.06(1.48)	5.36(2.29)
2. 領導能力	9.85(4.14)	10.40(4.56)	9.16(3.63)	10.77(3.59)	9.38(4.42)	10.06(3.94)	9.54(4.61)
a. 領導慾望	3.22(2.37)	3.06(2.31)	3.41(2.53)	3.66(1.93)	3.00(2.58)	3.12(2.24)	3.36(2.65)
b. 控制他人的需求	2.85(2.05)	3.13(2.35)	2.50(1.62)	3.55(2.12)	2.50(1.97)	2.75(1.84)	3.00(2.40)
c. 決策時的安定自在程度	3.74(2.15)	4.20(2.09)	3.16(2.20)	3.55(2.00)	3.83(2.28)	4.18(1.90)	3.09(2.42)
3. 生活拍子：	8.00(2.67)	8.66(3.06)	7.16(1.89)	9.55(2.65)*	7.22(2.39)	7.75(2.46)	8.36(3.04)
a. 好動的程度	4.66(2.05)	4.73(2.31)	4.33(1.72)	5.22(1.85)	4.38(2.14)	4.56(2.12)	4.81(2.04)
b. 精力旺盛的程度	3.07(1.56)	3.73(1.62)*	2.25(1.05)	4.33(1.41)*	2.44(1.24)	3.18(1.27)	2.90(1.97)
4. 社交傾向	20.62(3.84)	22.13(3.81)*	18.75(3.07)	20.22(4.89)	20.83(3.34)	21.56(3.91)	19.27(3.46)
a. 受人注意的需求	5.00(1.54)	5.53(1.59)*	4.33(1.23)	5.44(1.01)	4.83(1.68)	5.12(1.78)	4.90(1.04)
b. 社交擴張的程度	5.37(2.02)	5.80(1.93)	4.83(2.08)	4.77(2.77)	5.66(1.53)	6.00(1.93)*	4.45(1.86)
c. 隸屬團體的需求	4.25(1.70)	4.66(1.91)	3.75(1.28)	3.66(2.06)	4.55(1.46)	4.31(1.81)	4.18(1.60)
d. 親密與相愛的需求	5.96(1.65)	6.13(1.76)	5.75(1.54)	6.33(2.34)	5.77(1.21)	6.12(1.89)	5.72(1.27)
5. 工作調整的程度：	13.44(4.40)	13.40(4.27)	13.50(4.75)	13.55(4.92)	13.38(4.27)	14.68(3.57)	11.63(5.02)
a. 注重理論的傾向	5.51(1.80)	5.73(1.90)	5.25(1.71)	6.00(1.73)	5.27(1.84)	6.18(1.51)*	4.54(1.80)
b. 對細節工作有興趣的程度	3.59(2.13)	3.26(1.94)	4.00(2.37)	3.11(1.83)	3.83(2.28)	3.75(1.74)	3.36(2.46)
c. 組織能力	4.33(2.41)	4.40(2.47)	4.25(2.45)	4.44(2.69)	4.27(2.34)	4.75(2.04)	3.72(2.86)
6. 情緒性質：	11.18(3.50)	11.73(3.17)	10.50(3.91)	10.77(2.99)	11.38(3.80)	11.62(3.24)	10.54(3.93)
a. 變化的需求	5.51(2.06)	5.66(1.95)	5.33(2.06)	3.00(1.87)	3.72(2.16)	5.43(2.15)	5.54(2.01)
b. 克制情緒的程度	3.29(2.31)	3.26(2.40)	3.33(2.30)	3.22(2.16)	3.33(2.44)	3.43(2.55)	3.09(2.02)
c. 防衛性的激進程度	4.66(1.86)	3.86(1.88)*	5.66(1.30)	4.22(2.04)	4.55(1.50)	3.72(2.19)	4.75(1.52)
7. 服從領導的程度：	6.74(2.29)	6.80(2.51)	6.66(2.10)	5.88(2.47)	7.16(2.14)	6.93(2.43)	6.45(2.16)
a. 支持權威的需求	3.62(2.90)	3.46(1.84)	3.83(2.03)	2.77(1.98)	4.05(1.76)	3.31(1.92)	4.09(1.86)
b. 接受規範和輔導的需求	3.11(1.33)	3.33(1.49)	2.83(1.11)	3.11(1.26)	3.11(1.40)	3.62(1.25)	2.36(1.12)

* : $P < 0.05$

母教養方式、出生別…等對一個人的領導能力有影響，需要做進一步的探討。

表二 各人格特質間的相關矩陣

	個人精力 輸出	領導能力	生活拍子	社交傾向	工作調整 的程度	情緒性質	服從領導 的程度
個人精力輸出	1.00						
領導能力	-0.33	1.00					
生活拍子	0.21	-0.03	1.00				
社交傾向	-0.32	0.02	-0.18	1.00			
工作調整的程度	0.22	-0.35	-0.05	-0.27	1.00		
情緒性質	0.11	0.14	0.00	0.24	-0.19	1.00	
服從領導的程度	-0.05	-0.47*	-0.12	0.17	0.32	0.13	1.00

四、結論與建議

經「自我認識與自我分析」活動之進行，參與者多表示此次能對自己做一具體的瞭解是項難得的機會。每個人由過去待人處事的經驗中，或多或少對自己有些粗淺的瞭解，但並不完整。以一位從事公共衛生或衛生教育工作者而言，「人」是其工作的主要對象，若不能「知己知彼」，豈能期望有「百戰百勝」的成果。唯有認清自己，才能有效地發揮個人的長處，掌握民衆的心態，幫助他們達成自願養成健康行為的目標。

兩所國立大學研究生在人格特質上大致相同，其中以積極進取而又樂於與人相處的個性較為顯著，同時也有注重理論和講求變化的傾向。兩校學生有顯著差異的特質為精力旺盛程度、受人注意的需求、和防衛性的激進程度。就性別之比較，男

學生確實比女學生顯得有精力。至於年齡之比較，25歲或以下的學生比25歲以上的學生在社交擴張的程度和注重理論的傾向上，強度較高。綜合而論，“T”大學生比“N”大學生有較高的社交傾向；而男學生較女學生的生活拍子快些。各種特質之間相關關係達顯著水準者為：領導能力強的人其服從領導的程度相對減低。

根據此次比較分析的結果，就學生而言，因著對自我有了更深一層的認識，在選擇個人興趣及未來專業方向上，是為有利的參考，同時可將自我認識作為瞭解人類行為的基礎；就教師而言，可以按學生性向上的差異給予適宜的教導與指引。限於經費和時間，本次報告只做初步之探討。對今後類似的活動，提出以下數項建議以供參考：

1. 一般說來，各校研究生人數本來就不多，所以個案數較少，可以考慮以大學部

學生為對象。

2. 自我認識和自我分析的結果，若與個人有關健康的行為做進一步的分析，可以幫助受試者瞭解自己某些健康行為無法培養或維持的原因，也可以發掘某些有利於行為養成的人格特質，嚐試行為改變的可行性並評估其效果。
3. 除了本研究所使用的測量工具外，認識自我的途徑有許多，例如寶庫格道⁽¹²⁾是從分析自己所認識的好朋友中，客觀地找出那些概念是自己在擇友交友的過程中佔著重要的份量；周哈里窗戶⁽¹³⁾是透過自我坦誠和他人的迴饋中，發現自己知道別人也知道、自己不知道別人知道、自己知道而別人不知道、以及自己和別人都不知道的優缺點。這些由心理學家發展出來的測量工具和方法值得廣泛應用於行為科學的教學和研究中。
4. 於校園中從事輔導或教學的人員，常運用測驗做為晤談、建立關係，或推廣心理衛生教育之用⁽¹⁴⁾。在量表的選擇和施測的方式上，需要慎重考慮，以免發生濫用或侵犯個人隱私權的弊端

參考文獻

1. Rubinson L and Alles WF:
The nature and meaning of health education, Health Education: Foundations for the Future. Times Mirror/Mosby, pp.34-61, 1984.
2. Ross H and Mico RR: Problems in individual health behavior, Theory and Practice in Health Education, Mayfiled, pp.26-33, 1980.
3. Belloc NB and Breslow L:
Relationship of Physical health status and health practices, Preventive Medicine 1(3): 415-421, 1972.
4. Ajzen I and Fishbein M:
Attitude-behavior relations: A theoretical analysis and review of empirical research. Psychological Bulletin 84: 888-918, 1977.
5. Ajzen I and Fishbein M:
Understanding attitudes and predicting social behavior, Englewood Cliffs, N.J.: Prentice-Hall, 1980.
6. Davidson AR and Jaccard J:
Variables that moderate the attitude-behavior relation: Results of a longitudinal survey. Journal of Personality and Social Psychology 37:1364-1376, 1979.
7. Snyder M: Self-monitoring. In L Berkowitz (Ed.), Advances in Social Psychology (Vol.12).

- New York: Academic Press,
1979.
8. Zanna MP, Olson JM, and Fazio
RH: Attitude-behavior consis-
tency: An individual difference
perspective. Journal of person-
ality and Social Psychology
38: 432-440, 1980.
9. Fishbein M and Ajzen I: Belief,
attitude, intention, and
behavior: An introduction to
theory and research, Reading,
Mass: Addison-Wesley, 1975.
10. Triandis HC: Values, attitudes,
and interpersonal behavior.
In H. Howe and M. Page (Eds.),
Nebraska Symposium on Motiva-
tion (Vol.27), Lincoln:Univer-
sity of Nebraska Press, 1980.
11. 徐木蘭：行爲科學與管理，三民書局
，民國七十二年。
12. Monaghan RR: The repertory
grid: Application to ascer-
taining viewer heeds Educational
Broascasting Review 6(1): 38-
47, Spring 1972.
13. 吳靜吉：組織中的人際關係，遠流出
版社，民國七十年，pp.80-84。
14. 李憶薇：心理測驗在大專校園的應用
，中國心理衛生協會“心理衛生與精

神醫療”學術研討會會議手冊，民國七
十五年，p.21-23。

An Analysis of the Results of Participating
in Self-Recognition Activity among
Graduate Students

Lee-Lan Yen*

En-Huei Pai*

Han-Wen Yen**

* Department of Public Health, National
Taiwan University

** Institute of Health Education, National
Taiwan Normal University

Using a "Perception and Preference" Scale to measure 20 levels of personality, an activity for enhancing students' self-recognition and self-analysis was conducted. The graduate students who took the course of "Health Education" were selected as target population. Results indicate that few personality characteristics are different between schools, and between sexes/ages. On the part of students, results concerning self-recognition are bases for understanding the complexity of human behaviors. On the part of instructors, more understanding toward students facilitates teaching. (*Natl J Public Health(ROC)* 1987; 6(3): 83-90)

Key word: Self-recognition; personality