

壹、緒論

一項跨文化的研究指出，臺灣大學生達憂鬱徵狀的盛行率在研究調查的23個國家中居冠；而國家的貧富差距愈大，以及個人家庭社經背景愈低，是影響大學生憂鬱徵狀的重要因素（Stephoe, Tsuda, Tanaka, & Wardle, 2007）。出生於貧窮家庭的孩子意味著在許多方面都居於劣勢，當各項不利條件累積起來，對其身心與情緒發展會有很大的衝擊作用。因此，幫助經濟弱勢大學生發展復原力，使其在財力有限的困境中仍能正向適應大學生活，是一個值得探討的課題。

復原力意指個體即使經歷了重大逆境，卻能夠維持正向適應（Luthar, 2006）。根據復原力觀點，經濟困難或許使人呈現心理疾患的盛行率較高，但貧窮並不必然導致負向結果，當個人擁有發展資產，或家庭、學校及社會環境能提供豐富的支持與機會，即使身處逆境的個體仍有可能展現復原力。無論如何，過去復原力研究大多採生態學取向，強調個體、家庭及外在環境的系統關係，所界定的保護因子仍難以充分詮釋人們多元的復原經驗（Ungar, 2004）。但隨著敘事研究的應用擴及心理學領域，逆境中的人們具有完善發展生命故事的能力逐漸被視為與復原力有關的因素（Hauser, Golden, & Allen,

2006），進而也擴展心理學研究對復原力的理解。

敘事是個體透過敘述而建構一個連貫的生命故事。愈來愈多的心理學家認為人們可以透過敘事創造其生活意義與目的（Singer, 2004），且基於敘事可將個人的生活經歷建構為一個有意義的整體，除了透過時間順序呈現自我經歷的連續性外，亦體現自我與他人的關係，反映自我對世界的看法，因此敘事還可建構個人認同（Linde, 1993）。McAdams（1985）結合認同發展概念與敘事研究觀點，提出一個認同的生命故事模式，強調人們從青少年後期與前成人期起，即開始理解到自己的生命為演進中的故事，而會統整過去、現在及未來，尋求個人生命能夠達到同一性與目的感。這種由個體所建構出來與時俱進的生命故事，可為自我在當代複雜社會生態中做出定位，Singer（2004）稱為敘事認同（narrative identity）。敘事取向的人格心理學家認為，統整個人生命經驗所表達的敘事認同，不僅是人們發展認同的一種方式，更是心理幸福感的重要來源（Bauer, McAdams, & Pals, 2008）；有意義地整合生活境況與個人經驗可能有助於正向的心理適應。

無論如何，有關敘事認同與復原力之間的關聯，實徵性的研究並不多見，且過去探討逆境中適應良好與適應不佳者有何差異，相關研究也較為缺

乏。因此，本研究的主要目的即在於了解經濟弱勢大學生高復原力者與低復原力者的敘事認同有何不同，除了探討經濟弱勢大學生透過生命故事建構自我的意義外，並採群組比較的方法來考驗復原力與敘事認同的關聯。

一、人格與生命故事

McAdams (1994, 2001) 曾針對人格特質能否改變的問題，提出一個人格三層次理論。McAdams認為，人格的最底層次為基本特質 (dispositional traits)，此基本特質是心理學家通常用來分析人格問題的檢驗標準，例如：神經質、外向性、對新事物的開放程度、親和性及認真勤勉等五大人格。其次，人格的第二個層次為個別性調適 (characteristic adaptations)，這是人們為了扮演好某些角色及維持某種地位而發展的人格特質，例如：防衛機制、因應型態等。個別性調適通常會受到基本特質的影響，比方說神經質的人，其防衛機制會特別強，而外向性者，則特別重視人際關係。人格的第三個層次則是自我建構的「生命故事」，這是自我為了詮釋人生意義，並觀察世界對自己的看法後，有意識地透過編織自己的生命故事所體現的人格特質。這種人格特質呈現個人與人際世界、所處社會及歷史文化進行多方自我的努力調和，包括調和個人內心想像中的我，與身處學校、

家庭、社區及族群等社會背景中，曾經、現存及可能的我，其不僅是認識自己與被別人認識的一種基本方式，同時亦反映個人從各個生活領域所學到的文化意象與背景情節的融合程度。

人類天生就是說故事者，對具有意識與動機的人類主體而言，故事也被視為是傳達人類如何動心起念及努力追求目標的最好載體，因此，許多心理學家同意「自我即是傳說故事」的概念。McAdams (2008) 援用 William James 的「主／客」二元對立之說，認為自我 (self) 包含一個主體的說故事之我 (I)，以及說故事之我用客觀態度分析個人經驗而將之變成傳說之我 (me)。自我既是說故事者，亦是被說出來的故事，這種自我的覺察可做為認同感的基礎，因為透過生命故事的整合功能，人們可將自我賦予的傾向、角色、目標及記憶中的事件，統整為一個表達個人型態與歷經時間長河的匯集，以提供個人確認生命意義與目的。因此，透過故事主題情節等敘事的結構與內容，往往可以體現人們在認同上的個別差異，反映出所謂的敘事認同。

敘事或生命故事是當代心理學提供概念化自我的一種方式，可對人類存在揭示時間與發展的面向。更重要的是，基於故事的存在不能沒有社會文化背景，因此生命故事能夠反映文化；生活在不同社會文化的人們會用不同觀點