

壹、緒論

近年來正向心理學受到國內教育界的重視，許多心理學家不再以負面角度來研究心理健康的議題，反而是強調樂觀、幸福、幽默、復原力、寬恕、希望等等正向心理特質的探索（黃俊傑，2008）；其中「希望」就時間觀點而言，是一種對未來抱持期待而產生的正向情緒，很適合運用在教學與心理輔導的情境裡。而自「希望理論」提出後（Snyder, Harris, Anderson, Holleran, Sigmon, Yoshinobu, Langelle, & Harney, 1991），許多研究也證實其對於學生的課業、體育、創作和心理健康提升皆能有相當助益（Peterson, Gerhardt, & Rode, 2006）；例如 Steen（2004）針對憂鬱疾患病人實施希望理論治療方案，結果證實能有效減低病人的無望感；陳怡蕓（2007）運用融入希望理論的生涯輔導方案，亦發現該方案能顯著提升學生生涯探索的興趣。

Shorey、Little、Snyder、Kluck 與 Robitschek（2007）針對教導希望信念帶來的功效，說明高希望感之所以讓人在各方面表現較卓越，是因為他們相對低希望者具備：明確追求的目標、能發現各種達到目標的方法、能在碰到阻礙時，思考其它路徑的可能性、以及追求目標過程中較少會感受焦慮並且在失敗時仍能保持正向心情；正是因為這些特質，讓他們在追求人生目標時不僅更有信心，也願意接受挑戰，遇到困境時更能展現突圍的方法和毅力（Snyder, Cheavens, & Michael, 1999; Snyder, Lapointe, Crowson, & Early, 1998）。因此，就當前國內大學生對「未來生涯發展」茫然、無望所產生平均每四人就一人罹患不同程度憂鬱的調查發現（葉雅馨，2008），如何瞭解並提升希望感不失促進當事人獲得良好生活品質與正向情緒的一個有效途徑。

然而針對希望感的測量，一方面國內多翻譯引用 Snyder 與其同僚（1991）編製的「成人傾向希望量表」（The Adult Dispositional Hope Scale, DHS）以及 Snyder、Hoza、Pelham、Rapoff、Ware、Danovsky 與 Stahl（1997）編製的「兒童希望量表」（The Children's Hope Scale, CHS）；但另一方面亦有學者從 Snyder 等人提出的希望理論內涵為出發點修訂 DHS 量表或 CHS 量表的二因素測量架構，例如鄭曉楓（2010）編製的「青少年生活希望量表」即從希望理論本身提出的回餽互動機制加以延伸修訂 Snyder 等人編製的希望二因素量表；亦有省思架構在西方文化的理論建構是否契合本土文化的議題，由此產生融入華人文化而編製的「雙元盼望四因素量表」（駱月娟、黃曬莉、林以正、黃光國，2010）。

由上述可知，應用希望理論於本土心理測量仍有待持續驗證和不斷修訂發展相關測量工具之必要。因此本研究目的乃在根據 Snyder 等人提出的希望感內涵，試圖針對大學生生涯發展議題編製一份契合本土應用的大學生生涯希望量表，藉此瞭解大學生對於生涯目標的希望信念，並利後續教育輔導與相關研究之用。其次，鑑於我國高等教育仍係屬一般教育、技職教育之雙軌制；其中，技職教育強調所學與職場所需能力接軌，一般教育則是偏重基礎學科和知識性工作知能。按推論科技大學體系學生或許因職業導向的教育經驗而可能擁有較正向的生涯規劃能力，然為往後量表的應用價值，該兩者對於本研究所編製之量表是否具有相同態度？亦即此測量恆等性議題將在研究中探討。除此之外，過去對於大學生整體生涯規劃能力的性別差異問題一直存在不同研究結果，例如有研究發現大學生對於解決未來生涯相關議題的信心程度並不受「性

別」影響，亦有研究發現性別對於大學生生涯決策自我效能具有顯著差異（郭玟嫻，2003；Betz & Vuyten, 1997），學者探討這些歧異可能肇因於量表工具不同所致（蔡銘津，2007），但亦提醒本研究應重視可能存在的性別反應心向問題，故性別的恆等性考驗一併在研究中加以檢視。

貳、文獻探討

本研究旨在應用希望理論探討大學生的生涯目標定向和希望追求程度，並藉此發展相關量表，文獻探討主要分為三個部分；首先，針對希望理論之相關內涵介紹，接續分析希望理論對於大學生涯發展之意涵，最後探討和生涯目標之希望追求相關聯的個人背景因素。茲分述如下。

一、希望理論內涵

根據希望理論，「希望」係反應個人對三種能力的覺察，包括：能清楚界定目標、能發展達到目標的方法（路徑思考）以及能充滿動機運用這些方法來追求目標的熱忱（意志力思考）（Snyder, Lopez, Shorey, Rand, & Feldman, 2003）；這三者間，目標乃是扮演引導個人心智活動的標的，在此之下，路徑思考、意志力思考兩者是達到目標缺一不可的重要元素（Snyder, 2002; Snyder et al., 2003）。由此可見，目標乃是希望思考歷程活動之前設定的一套標準，以藉此引導路徑思考與意志力思考，賴英娟、陸偉明和董旭英（2011）進一步指出希望即存在個人對目標達成的認知思考歷程中，而由Snyder等人編製的DHS量表（Snyder et al., 1991）或CHS量表（Snyder et al., 1997）亦主要測量路徑思考和意志力思考兩種成分。茲將二者進一步說明如下：

1. 路徑思考

所謂路徑思考係反應個人心智能力的一種運作，意指當個人確定目標後不僅能發展出多個有效達到目標的策略，並且遇到阻礙時能跳脫情境限制，用更開闊的思緒檢視和排除各種目標障礙從而達成目標（Lopez, Snyder, & Pedrotti, 2003; Snyder, 1994）。因此路徑思考能力高的人在碰到困難時，會認為自己可以找到許多替代策略，從而增加解決問題的信心（Snyder, 2002）。

2. 意志力思考

意志力則係個人依照路徑而循序漸進達到目標的一種動機成份；從個體追求目標之初，它便如同扮演堅定目標的一種心理能量蓄水池，當遭遇困難時，充滿意志力的思維將促使個人解決困難和尋求更好的替代方案（Snyder, 2002; Shorey et al, 2007）；相反的，缺乏意志力能量的人在遭遇挫折勢必陷入「我將放棄」的思考模式中。

3. 希望理論模式

圖1呈現完整的希望理論模式；根據該理論模式，「希望感」可以追溯過去學習成敗的經驗歷史（learning history），這些經驗史會對於個體現在的目標追求產生某種正向或負向情緒，進而影響目標追求的「結果價值」（outcome value）評估。而在追求目標過程中的順利與否又會產生正、負向情緒而回饋個人既有的目標追求信念，如此