

高中生心理彈性、社會支持與生涯自我效能之相關研究

研究生：薛靜儀

指導教授：陳志賢 博士

國立臺南大學諮商與輔導學系碩士在職專班

摘要

本研究之研究目的旨在探討高中生心理彈性、社會支持與生涯自我效能的現況、彼此之間的關聯性、不同背景變項間的高中生在心理彈性、社會支持及生涯自我效能間的差異性，以及心理彈性與社會支持對生涯自我效能的預測情形。研究對象為臺灣 113 學年度上學期南部三個縣市的高中一年級至三年級學生，有效樣本數為 438 人。

在研究方法上，以「心理彈性量表」、「社會支持量表」及「高中生生涯自我效能量表」為研究工具，並以問卷施測的方式進行資料蒐集後，進行資料分析及撰寫統計分析結果。資料統計分析方法包含：描述性統計、獨立樣本 t 檢定、單因子變異數分析、Pearson 積差相關、多元逐步迴歸分析等，其研究結果如下：

- 一、高中生在心理彈性及生涯自我效能皆為中上程度，而社會支持程度屬於中等。
- 二、不同性別的高中生在心理彈性及社會支持有差異存在；在心理彈性上，男生心理彈性比女生高，但在社會支持層面，女生的社會支持則比男生高；然而在生涯自我效能並無差異。
- 三、不同年級的高中生在心理彈性、社會支持及生涯自我效能皆無顯著差異。
- 四、高中生心理彈性與社會支持有顯著正相關。
- 五、高中生心理彈性與生涯自我效能有顯著正相關。
- 六、高中生社會支持與生涯自我效能有顯著正相關。
- 七、高中生心理彈性、社會支持對生涯自我效能具有顯著之預測力。

研究者根據上述研究結果，提出相關建議以供學校教師、諮商輔導工作者、父母及未來研究者參考。

關鍵字：心理彈性、社會支持、生涯自我效能