

成長主題、意義化與台灣成人心理成熟的關聯性初探

張總磁* 劉奕蘭

交通大學教育研究所

本研究依據 Bauer 和 McAdams (2004a, 2004b) 的觀點，將心理成熟定義為社會認知成熟及社會情緒幸福感等兩種人格發展類型，藉此探討台灣樣本的心理成熟特色，並檢視成長主題、意義化與心理成熟間的關聯性。研究樣本是透過滾雪球方式選取 102 位 18 ~ 57 歲的參與者，分別填寫 Loewinger 華盛頓造句測驗 (WUSCT)、心理幸福感量表 (PWB)、大五人格量表 (BFI) 及撰寫成長主題故事。研究將 WUSCT 所量測的自我發展階段視為社會認知成熟的指標，研究結果發現參與者的自我發展階段平均介於「自我意識」與「良心」之間，且年齡越大發展階段越高；至於心理幸福感所量測出的社會情緒幸福感程度，則反映出多數人認同日常生活中所帶來的正向情緒；但社會認知成熟與社會情緒幸福感間無關聯性。基本上，在高峰經驗中描述成就主題並能賦予事件意義化者，越能促進社會認知成熟度的提升；而描述學業挫折或工作表現不佳等低潮經驗，則會降低社會情緒幸福感的程度。此外，高峰經驗成就主題中的意義化能調節成長主題與社會認知成熟的關係。在輔導實務面上，建議啟發個體多元的自我價值及生命意義的建構，勿拘泥於學業及工作表現。

關鍵詞：心理成熟、成長主題、社會認知成熟、社會情緒幸福感、意義化。

壹、緒論

早期，心理學的「成熟」(Maturity) 概念多探討嬰幼兒及青少年的生理成熟，因兩發展階段為身體變化最快速的時期，可用來界定階段的成長與改變 (Shaffer, 2002)。到了 1950 ~ 1960 年代，心理學家開始關注「心理成熟」(Psychological Maturity) 在人類發展上的重要性 (Erikson, 1950; Loewinger, 1966)。Steinberg、Cauffman、Woolard、Graham 和 Banich (2009) 回顧一系列的文獻後提出，人類真正的成熟不僅是生理上的成熟，更重要的是心理成熟。Steinberg 等人 (2009) 發現 16 ~ 17 歲青少年的認知能力已接近成人水

* 通訊作者：張總磁，email: simple.ie98g@g2.nctu.edu.tw

平，但情緒及心理社會成熟度卻遠不及認知發展，導致青少年雖擁有成熟的認知能力，卻缺乏社會價值的判斷力，對於危險的知覺及情緒的控管也明顯不足，是最容易出現偏差行為的階段，他們也發現心理社會成熟要到 25 ~ 26 歲左右才能發展至與認知成熟相同的水平，因此認為真正的成熟是心理上的成熟。

目前心理成熟以人格心理學所界定的概念較常被使用，其定義源自於亞里斯多德 (Aristotle) 的「美好生活」(good life)，美好生活並非單純的享樂，更多時候需藉由情緒和認知能力去平衡情感和生命意義的建構關係 (Flanagan, 1991)。King 和他的同事 (King & Napa, 1998; King, Scollon, Ramsey, & Williams, 2000) 基於亞里斯多德的觀點，強調美好生活是一個人除了能豐富地思考心理社會情況，也能擁有令人滿意的生活，當兩者達到平衡時才是心理成熟的最佳狀態。Bauer 和 McAdams (2004a; 2005) 基於過去學者的觀點，歸納出美好生活是由認知及情緒發展所構成的，因而將心理成熟劃分為「社會認知成熟」(social-cognitive maturity) 及「社會情緒幸福感」(social-emotional well-being) 兩種人格發展類型。「社會認知成熟」是基於 Loewinger (1976) 的自我發展來描繪個體複雜的認知發展層次，階段特色來自於外在刺激促使自我改變與多元觀點的整合，並能在心理社會生活中去創造意義及道德的推理。「社會情緒幸福感」則是基於 Ryff (1995) 及 Ryff 和 Singer (1998) 的理論去建構個人的心理幸福感，關注個人及關係效能與整體生活滿意度的建構 (Diener, Emmons, Larsen, & Griffen, 1985)。Bauer 和 McAdams (2004a, 2004b) 認為個體的人格發展皆由這兩種類型所構成，並依循兩種發展途徑建構出自我生命歷程。

為瞭解心理成熟的特徵及影響因素，心理學者開始探討「成熟的人如何思考他們的生活？如何解釋過去的經驗並從中創造出意義，以及如何計劃未來？」(Bauer & McAdams, 2004a)。McAdams (1998)、Bauer 和 McAdams (2004a) 發現成熟者善於反思過去、計畫未來，並藉由過去事件建構出有意義的生命經驗。透過個體所描述的成長主題最能完整了解一個人的成熟過程，且藉由回憶重要事件也可反映出個人的成長特色及文化差異。目前心理成熟在發展心理學領域中為重要議題，西方文獻已梳理出一套脈絡，但在國內則未被深入探討。因此，本研究的主要目的是藉由人格心理學所界定的心理成熟概念，探討台灣樣本的心理成熟特色，以及藉由參與者回憶過去的成長經驗，檢視個體的心理成長是否依循成長主題來發展，並驗證成長主題與心理成熟間的關係。另外，由於個體在回憶成長經驗時，所賦予事件意義化的程度與個體心理成長有關聯性；雖然成長主題與心理成熟的關係在國外文獻中已被探討，但意義化在兩變項間的關係則尚未被證實，且不同文化脈絡下的心理成熟特徵可能有所差異，因此本研究也將探討事件意義化在成長主題與心理成熟間所扮演的角色。

一、文獻回顧

(一) 心理成熟

Bauer和McAdams(2004a, 2004b)將心理成熟區分為如何複雜地思考自我與他人的「社會認知成熟」, 以及如何良好地感覺自我在他人世界中的「社會情緒幸福感」。以下分別探討兩者的內涵及相關研究。

1. 社會認知成熟

「社會認知成熟」常藉由Loevinger(1976)的「自我發展」(ego development)來解釋, 強調社會認知結構是透過個體日趨複雜的認知思考模式, 去組織他們的生活世界, 以提升了解自我與他人的能力。其發展任務著重在於如何處理個體內與人際間的經驗, 以及如何主觀地詮釋生活經驗並產生認知整合的歷程, 其內容有四種範疇:(1) 品格發展(character development): 涉及衝動控制與道德發展, 為道德行為與道德關注的基礎;(2) 認知風格(cognitive style): 代表概念的複雜性與認知發展的層次;(3) 人際風格(interpersonal style): 係指對他人與人際間的態度、關係的瞭解及關係類型的偏好; 及(4) 意識關注(conscious preoccupation): 關注個人的思想與行為, 如對社會規範的服從、責任及獨立。Loevinger(1966, 1976)的自我發展是指在四個範疇中, 自我、社會與物理環境關係間不斷地重新定義或組織所產生的發展性變化, 每個自我發展階段皆包含這四個範疇的概念, 並隨著階段的提升而產生次序性的改變。

依據Loevinger(1966, 1976)的觀點, 自我發展是一種複雜的質性改變過程, 並以階層式、不可改變的順序來進行發展, 階段特色為(1) 前社會期或共生期(presocial & symbiotic): 個體專注在立即的滿足, 並依附他人, 特別是母親;(2) 自我保護階段(self-protective stage): 個體意識到規則的存在, 但遵守規則的目的是滿足個人利益或避免麻煩;(3) 遵奉階段(conformist stage): 個體滿足歸屬感需求, 遵守團體所認可的規則, 若行為未符合他人期望則會產生恥感;(4) 自我意識階段(self-aware stage): 個體知覺到每種情境都有多種的選擇及可能性, 並對自我與他人內在情感有初步的覺察;(5) 良心階段(conscientious stage): 個體形成自我的判斷標準, 對事物能做出合理的選擇;(6) 個人主義化階段(individualistic stage): 個體關注自我, 尊重人與人間的個別差異, 內在的認知及情感分化更複雜;(7) 自主階段(autonomous stage): 個體有能力統合矛盾與對立的想法, 對自我與他人的自主性更具容忍性;(8) 整合階段(integrated stage): 個體在人際間展現出同理心, 能調節內在衝突並整合矛盾。從Loevinger(1966, 1976)的發展階段內涵可發現, 社會認知成熟是指個體從低層次的個人關注轉變為高層次的他人或社會關

注過程，此現象可透過自我發展的四個範疇去解釋社會認知成熟的轉化，例如：「品格發展」是從低階段的衝動、害怕做錯事受到處罰及具報復性，發展到較高階段的自我調節與具備內在標準；「認知風格」由較低階段的簡單概念，發展到較高階段的複雜概念以及理解、欣賞不同觀點；「人際風格」則從較低階段的依賴、剝削他人到較高階段的尊重與相互依賴；「意識關注」則由較低階段的生理及保護需求，發展到較高階段的情感分化、自我認定與自我實現。

為了評估個體自我發展階段，Loevinger 發展了華盛頓造句測驗（Washington University Sentence Completion Test, WUSCT; Hy & Loevinger, 1996）作為階段的測量工具。心理成熟的系列研究也常將華盛頓造句測驗所得的自我發展階段，當作社會認知成熟的測量結果（King et al, 2000; Root, Moras, & Gordon, 1980）。自我發展階段反映社會認知的程度，當一個人的自我發展階段越高時，代表認知複雜度也越高，此時個體越能處理內在衝突，並能尊重他人及了解自我，更趨於社會化；反之，自我發展階段越低代表認知思考越趨於簡單，此時個體較關注個人的生理、心理需求，容易產生自我中心與依賴的行為反應，被視為未分化的自我（Bauer & McAdams, 2004a; Helson & Wink, 1987）。Bauer 和 McAdams（2004a, 2004b, 2005, 2010）也發現社會認知成熟受到年齡及生活經驗的影響，成人的自我發展多為階段六一「良心」，而大學生則多為階段五一「自我意識」，此結果反映年齡越大社會認知越高以外，也說明成人可能因具備豐富的生活經驗，而發展出較高水平的社會認知能力。相同的，劉奕蘭（2009）在探討大學生的自我發展時也有類似的發現，台灣大學生的自我發展均落在「自我意識」階段，但其中存在許多的個別差異，當大學生的生活經驗受到知識啟發越大時，自我發展階段也越高；發展階段跟年齡有關，但不一定跟年齡一致。Bursik（1991）也在離婚婦女的研究中發現，離婚後一年相較於剛離婚時有更高的適應力及自我發展，表示生活重大的負向經驗可能促使自我發展的提升。總之，社會認知成熟反映出不同層次的品格道德、關係圓融、自我意識及認知複雜度，而發展層次對自我了解及關係品質也有直接的影響性。

2. 社會情緒幸福感

Ryan 和 Deci（2001）將社會情緒幸福感區分為享樂幸福感（hedonic well-being）及真幸福感（eudaimonic well-being）。Bauer、MaAdams 及 Sakaeda（2005）認為心理成熟來自真幸福感，是由快樂（pleasure）及美德（virtue）所組成。亞里斯多德認為真幸福感為培養人格特質的方針，也是美好生活的指標之一。享樂幸福感較傾向於個人主義，關注快樂及個人主觀生活的良好感覺（Ryan & Deci, 2001; Ryff & Singer, 1998）。另外，

Maslow (1968) 強調人在日常生活中會傾向於追求成長或安全，雖然兩者皆能反映幸福感，但追求成長者更能有效地促進心理健康及幸福感。尤其人類在思索他們的生活特定價值觀時，必須透過抽象思考才能從中反映出意義化，進而獲得心理成長，像是公平性、自主性及同情等議題的思索能反映個體的心理健康及幸福感的水平 (Maslow, 1968; Rogers, 1961)。換言之，享樂幸福感與真幸福感皆牽涉到快樂，但真幸福感更強調意義化及心理成長，是更持久的幸福感特徵，且概念趨於人性化，除了單純的人際良善互動感覺外，也基於一個有意義的生活。

心理幸福感的測量工具相當多元，較適合測量社會情緒幸福感有兩種工具，為 Ryff 和 Keyes (1995) 的六個向度心理幸福感量表，目的為評估一個人生活的良好感覺，每個向度皆談論個人生活中的意義來源及發展，如：有意義的關係、生活目標及個人成長。Bauer 等人 (2005) 探討心理成熟的研究發現，以追求成就發展為目標者，心理幸福感中的自主、個人成長及生活目標的反應程度較高；若著重在人際關係經營者，會與整體心理幸福感有正向的關係，包含：自主、環境精熟、個人成長、正向關係、個人目標及自我接納，表示追求個人成就表現者較能提升個人層面的心理幸福感，而追求人際互動關係者能提升體整的心理幸福感。另外，Kasser 和 Ryan (1996) 根據自我決定理論 (self-determination theory; Deci & Ryan, 2000) 將內外目標作為判定心理幸福感類型的標準，內在目標是基於自我決定論的內在動機，強調個體追求目標的動機以自我成長、有意義的關係及社會貢獻為主，此概念與真幸福感有關；外在目標則基於自我決定論的外在動機，強調目標追求的動機以金錢、地位及外貌等物質享受為主，此概念與享樂幸福感有關 (Kasser & Ryan, 1996; Sheldon & Kasser, 2001)。Sheldon 和 Kasser (2001) 發現年齡越大越傾向於追求精神生活的內在目標，年齡越小越偏好物質享受的外在目標，且年齡能透過內在目標來提升真幸福感，表示追求精神生活的內在目標才是提升真幸福感唯一的管道，能持久地影響一個人的生活滿意度。

3. 社會認知成熟與社會情緒幸福感的關係

Bauer 及 McAdams (2004a, 2004b, 2010) 認為一個成熟的個體應具備追求個人成長的自我實現能力，及人際關係和諧的社交能力。但相關研究卻一致發現「社會認知成熟」及「社會情緒幸福感」間無關聯性 (Bauer & McAdams, 2004a; Helson & Roberts, 1994; Westenberg & Block, 1993)，表示人格發展的兩個面向似乎獨立運作，人們複雜地思考他們的生活，可能跟快樂及不快樂無關。但 Bauer 等人 (2005) 也認為良好的人際關係發展是基於一定程度的社會認知發展水平，要對自我與他人有所了解才能適應社會環境。因此自我

發展的認知複雜度越高不一定能帶來高層次的幸福感，高層次的幸福感仍然要視個體如何去解釋自我及他人的關係，因此自我發展是高層次幸福感的充分而非必要條件。

此外，心理成熟也與人格特質、成長主題及意義化有關。Bauer 等人（2005）發現神經質傾向越高時社會情緒幸福感越低，開放性與外向性特質越明顯者社會情緒幸福感越高；但社會認知成熟僅與外向性特質有邊緣性關連，卻與外向性及開放性特質無關係，表示社會認知成熟與社會情緒幸福感所對應的人格特質不同。再者，King 等人（2000）運用個人記憶描述的方式探討父母獲知小孩罹患唐氏症時的反應，其研究發現父母的認知處理會同化及調適新訊息，並反映在自我發展中，然而他們的記憶會強調快樂的結局，並關閉與幸福相對的訊息。Bauer 和 McAdams（2004b）探討成人生活轉變故事時也發現，成人敘說生涯及宗教的轉變，兩議題分別與「社會認知成熟」及「社會情緒幸福感」有關，但無論參與者描述內容為何，他們在「社會認知成熟」及「社會情緒幸福感」中所得的測量分數間仍然無關聯性。以上研究均顯示兩種人格的發展方向為獨立運作、不相互牽制。

綜合上述，人格心理學提出心理成熟是依循「社會認知成熟」及「社會情緒幸福感」兩種途徑發展。社會認知成熟基於 Loewinger 自我發展理論，強調階段越高個體的認知複雜度、人際互動品質、自我意識及品格道德層次也越高，但社會認知成熟又受到年齡及生活經驗的影響而產生個別差異。至於社會情緒幸福感則基於真幸福感的概念（Ryan & Deci, 2001），認為個體持內在動機追求精神生活目標的過程中，所帶來的自我成長、意義化及正向情緒才是真正幸福感的來源，而社會情緒幸福感除了受到年齡及生活經驗的影響外，動機與人格特質也會干擾幸福感的程度。目前相關研究一致發現兩變項間無相關性，證實了心理成熟具有兩種人格發展類型且彼此不互相干擾，但兩類型的發展程度可能受到個體所追求的生活方向而有所差異。

（二）成長主題與心理成熟

成長主題（growth themes）是指人們藉由自我的故事敘說，去解釋及建構個人的生命意義，描述內容隱含著人格發展與生活目的（Brandtstadter, Wentura, & Rothermund, 1999; Lerner & Walls, 1999）。這些描述時常反映出特殊的成長類型，代表一個人的意圖性自我發展及生命核心（Brandtstadter et al., 1999; Lerner & Walls, 1999），同時也反映出個人的生活態度、特殊價值觀及思想意識，而這些價值觀傳達出個人所關注的特殊議題，每種議題都被認為是一個人如何解釋他們的成熟轉變及生命意義（Cicirelli, 1997; Finken & Jacobs, 1996）。Bakan（1966）及 McAdams（1985）從人們自我敘說生命故事的資料中發現，成長主題時常圍繞著「自我成就」（agency）及「人際交流」（communion）議題。McAd-

ams (1985, 1993) 將「自我成就」定義為重視自我主體性的回憶，強調個人成長、個人地位或狀態的提升；也將「人際交流」界定為強調與他人互動關係的回憶，著重對人際關係的促進及良性互動。兩種成長主題的內涵迥異，代表成熟個體須有完善的自我發展及良好的關係維繫。

成長主題的資料蒐集多使用個人自傳記憶的描述 (autobiographical narratives) (Rubin, Wetzler, & Nebes, 1986)，此方法關注一個人生活中的特殊事件或場景的記憶，並能透過回憶去建構事件的印象及嘗試去思考及感覺回憶該事件時的感受 (Brewer, 1986)。不過，McAdams 等人 (2004) 發現個人記憶的描述會受到人格特質的影響：外向性特質越高者在地位／成功、人際交流、關懷／幫助、融合／和睦相處及故事描述上也越明顯；神經質傾向越高者在情緒風格、自我成就及融合 / 和睦相處上越負向；開放性特質越高者會有較少的害怕 / 焦慮及較複雜的思考。表示外向性及開放性的自傳記憶趨於正向，神經質傾向於負向記憶。

自傳記憶的分析是主要基於 McAdams (1993) 和 Woike (1993) 所建構的成長主題編碼標準，他們使用人生故事訪談綱要，要求人們回憶過去生活中的高峰經驗 (peak experience) 及低潮經驗 (nadir experience)。高峰經驗是一種達到個人知覺整合及與人類社會間產生協調性的狀態，個體會經歷正向積極的情緒，如喜悅、興奮或巨大的幸福感 (Maslow, 1987)；而低潮經驗則是反映出孤獨和脆弱性，個體會經歷極端的負向情緒，如失望、恐懼及內疚等 (Kumar, 2005)。透過這些經驗故事的敘說並基於內外動機理論，可彙整出四種「自我成就」主題的內涵 (McAdams, 1985, 1993; McAdams, Hoffman, Mansfield, & Day, 1996)：(1) 影響他人或環境；(2) 實踐個人價值；(3) 自我精熟；及 (4) 地位及聲望，其中地位及聲望主要關注於外在動機，其他三個為內在動機且被定義為自我成就的正向成長，此主題在描述中隱含著正向影響他人及環境、實踐個人追求的目標、或已經獲得一些自我精熟的層次；另外「人際交流」主題也有四種內涵，包括：(1) 友誼與愛；(2) 交談與分享；(3) 與團體、社會、人類、上帝或更高權力者的連結；及 (4) 幫助及照顧他人，這些成長主題往往反映一個人的成長傾向，議題描述的質量顯示一個人的生活目的，包括愛的實現、與人的交談、連結及照顧他人等心理成長。

McAdams (1996) 進行成長主題的研究時發現，大學生的自我成就主題重視地位、聲望及個人價值，而人際交流主題以描述意見交換、愛與友誼居多，整體上人際交流主題的敘述頻率較自我成就主題多。Abele 和 Wojciszke (2007) 也有類似的發現，他們研究大學生自我知覺、他人知覺與成長主題的關連，發現大學生描述自我成就主題的頻率低於人際交流主題，且自我成就特徵者反映出自我知覺勝過他人知覺的訊息，而人際交流特徵者

反映出他人知覺勝過自我知覺的訊息。在華人本土研究中，王秀槐（2014）發現華人傳統文化的生涯價值觀為「萬般皆下品，唯有讀書高」，社會與家庭積極推崇功名的追尋，華人父母對子女期待程度為中等偏高；若屬於望子成龍、望女成鳳型的父母親，會要求子女的課業、升學及未來就業時的職業聲望。這樣的現象也反映在黃光國（2004）所提出的儒家社會中的生活目標，父母及師長會要求個人追求縱向傑出的生活目標，希望子女出人頭地，賦予此類目標極高價值。即使子女在追求此類目標時面臨強烈的同儕競爭，但子女無權選擇，必須參與此種競爭。可見成長主題會受文化的影響，華人子女從小被教導以功成名就回饋家庭，所追求的是自我成就的展現；而西方國家雖然重視個體的自主性，但人們對於人際關係的重視程度反而高於成就取向。

無論是自我成就或是人際交流主題都涉及內在的心理成長，自我成就主題是透過自我理解和自我控制展現日趨成熟的自我；人際交流主題則是反映親密關係和共同分享的幸福感（Bauer & McAdams, 2000）。更值得關注的是，自我成就及人際交流主題也能反映特殊人格的發展，重視生涯轉換者在描述成長主題時會出現較多的自我成就主題，他們重視人與環境的適合度，例如：個人的能力、人格特質及工作興趣等（Holland, 1973; Oleski & Subich, 1996; Rhodes & Doering, 1993）；而注重宗教信仰轉換者則描繪較多的人際交流主題，他們所關注的是尋求個人有意義的思想，是一種意識形態的表現（Bauer & McAdams, 2004b）。Rambo（1993）進一步發現宗教信仰轉換者在成長主題中不僅著重人際交流主題的傳達，也會出現個人思想的倡導及改變，為兩種成長主題並存的概念。雖然自我成就主題相較於人際交流主題與心理幸福感的關聯性較低（Rambo, 1993），但 Bauer 和 McAdams（2010）證實自我成就主題與智能成長有高關聯性，能基於個人所擁有的知識基礎進行概念的探索和學習，進一步了解自我並建構自我概念，因此自我成就主題與社會認知成熟有關聯性，但人際交流主題則否。

從上述的成長主題與心理成熟的關聯性研究中發現，自我成就及人際交流主題的發展動機有所別，前者追求認知複雜度的提升，強調認知思考、個人興趣及能力表現對他們生活的正向影響，與社會認知成熟有關；後者著重關係品質的維繫，強調關係及助人經驗能促進高層次幸福感的發展。有趣的是西方國家人民對人際交流主題的談論多於自我成就主題，而華人社會重視子女成長過程中的成就表現，顯示西方人民在成長主題中人際交流、互惠與溝通仍然是重要課題，而華人社會受儒家文化影響推崇功成名就的教養理念，偏重追求自我成就。但我們也在宗教轉換者的族群中發現少部分的受試者能夠同時發展出兩種成長主題，且皆能促進社會情緒幸福感的提升，可能原因為宗教轉換者對生命的追求轉向於社會貢獻、助人或宗教的寄託，因而帶來高層次的心理幸福感。

(三) 成長主題、意義化與心理成熟

Singer (1995) 和 McAdams (1996) 認為意義化 (meaning making) 是指人們透過重要的成長經驗，去反思與重新建構回憶以增進人格發展，而記憶的建構常伴隨著個人重視或感到衝突的部分，在提取回憶的當下常引發鮮明的印象與強烈的情緒感受。McLean 和 Pratt (2004) 也指出，意義化是個體描述過去經驗時，對該記憶表達出收穫、學習和領悟的過程。McLean 和 Thorne (2001) 為了解個體賦予過去經驗意義化的程度，建構了意義化評分準則，分為三個層次：(1) 無意義 (no meaning)：指未表達出清楚的或隱微的意義，及未嘗試解釋事件對自我的意義；(2) 學到教訓 (lesson)：指從經驗中獲得一個特定的學習；(3) 獲得領悟 (insight)：指超越過去的特定行為或思想，且能更廣的應用到自己的生活中；隨後 McLean、Pratt 和 August (2004) 在學到教訓及獲得領悟間又增加「隱微意義」(vague meaning) 一類，意指表達出反思與成長，但卻未詳盡說明其內容，至此將意義化評分系統提升為四個層次。Thorne、McLean 和 Lawrence (2004) 運用 McLean 和 Thorne (2001) 的意義化評分準則探討事件類型與意義化的關係時發現，個體經歷較大壓力事件時需要經歷完整的反思過程才能獲得適應性，當個體的意義化程度被評估為「獲得領悟」時，其意義化的複雜度及完整性最高，若被評估為「學到教訓」則反思程度最低。研究同時也發現較年輕的受試者對事件的意義化程度傾向於被評估為「學到教訓」，反之較年長的受試者容易被評估為「獲得領悟」。

Blagov 和 Singer (2004) 也以認知複雜度來界定意義化程度，提出整合性意義 (integrative meaning) 來代表個體回溯自我定義記憶時，所反映出的高層次意義化或生活學習結果。研究指出整合性意義與自我控制 (self-restraint) 測驗有正向的關聯性，表示從事件中獲得越高層次意義化的受試者有越良好的適應性行為，如：較佳的衝動控制、抑制攻擊、考慮他人和負責任等表現。但是意義化程度又涉及個體所遭遇的事件型態，其中意義化較常出現在面對死亡威脅和人際關係的描述，尤其是人際挫折、個人成長和失落事件中所隱含的意義化程度較高，主要是個體遭遇重大事件時，必須透過意義化的認知調節功能來平衡自我與外在環境的衝擊 (McLean & Pratt, 2006)。但 McAdams、Reynolds、Lewis、Patten 和 Bowman (2001) 發現同樣面對重大事件時人們所使用的解釋歷程有所差別，以「負向化歷程」(contamination sequence) 描述回憶者，將原本正向或中性的事件解釋成糟的或負向的，容易增加個體的憂鬱症狀，也會降低生活滿意度、自尊和自我的一致性；使用「積極化歷程」(redemption sequence) 敘說過去經驗者，會從原本負向事件中獲得成長、學習、提升、為他人犧牲或是從傷痛中復原，易提高心理幸福感。而個體解釋歷程的風格又會受到人格特質的影響，神經質者較為敏感常使用負向化歷程去解釋經驗，開放性

及外向性喜愛接受新事物、包容性較強，易使用積極化歷程詮釋過去 (McAdams & Pals, 2006)，因此進行變項關聯性考驗時，須考量人格特質對解釋風格的影響。另外 Bauer 和 McAdams (2004b) 也發現賦予事件意義化的過程能反映出個體所追求的人生發展方向，若回憶時表達出對內在自我或外在環境有更深沉的瞭解與新的認識時，能提升個人的社會認知發展，稱為「整合性回憶」(integrative memories)；若個體關心的是人性本質的追求，著重自我成長、獲得有意義的關係以及對社會有所貢獻時，能促進心理幸福感及生活滿意度的提升，稱為「內發性回憶」(intrinsic memories)。

整體而言，意義化是指個體在提取過去事件的記憶時，表達出獲得學習和領悟的過程。但意義化也會有程度上的差異，以生命中發生重大事件對個體的意義化程度最高，個體必須藉由完整的意義化來調節個人情緒，是所有事件中意義化程度最深沉、最完整也最能促進心理成長的事件類型。當個體對事件的意義化程度越高時，所描述的成長主題記憶就越能促進心理成熟；反之，對事件意義化程度越低時，成長主題不利於心理成熟，可見事件的意義化程度在成長主題和心理成熟間扮演著調節角色。再者，意義化也會受到個體解釋歷程風格的影響而產生負向化及積極化的解釋歷程，當個體以負向化歷程解釋過去記憶時，所萃取出的事件意涵層次較低，不利於幸福感的提升；反之，以積極化歷程解釋過去經驗時，有助於藉由認知調節提升生活適應力，對幸福感的提升有幫助。過去研究發現解釋歷程風格受到人格特質的干擾，傾向於負向特質者，如神經質容易使用負向化歷程解釋過去記憶；正向特質者，如開放性及外向性對事件接受度高，易使用積極化歷程描述記憶。

(四) 研究目的與問題

本研究基於人格心理學所界定的心理成熟概念，探討台灣樣本的心理成熟特色，以及成長主題、意義化與心理成熟的關聯性。研究者從文獻中發現人格特質中的外向性、開放性及神經質對成長主題、意義化與心理成熟的影響最明顯 (McAdams & Pals, 2006)，在進行變項關聯性考驗時皆將人格特質當作控制變項。隨後研究以「社會認知成熟」及「社會情緒幸福感」作為心理成熟的測量指標，檢視台灣樣本的心理成熟類型、發展程度及兩種發展類型的關聯性，藉此了解西方的心理成熟概念是否能詮釋台灣樣本的發展特色。其次，為能完整反應人格發展的建構過程，將透過參與者所描述重要的成長主題內容，歸納出個體發展屬於「成就主題」或「人際主題」類型，並考驗兩種成長主題與心理成熟的關係。最後，為了解「意義化」在成長主題與心理成熟間所扮演的角色，研究將透過成長主題的敘述內容進行意義化編碼，除了解個體賦予過去事件意義化的層次，以及意義化與心理成熟的關係外，同時考驗「意義化」程度越高時，是否成長主題與心理成熟的關係會越強。

貳、研究方法

一、實施程序及研究對象

研究考量調查工具使用質量混合問卷（包含：華盛頓造句測驗、心理幸福感量表、人格特質量表及書寫 2 則成長故事），每位參與者需花費 2 ~ 6 小時進行答題，資料蒐集難度較高，因此採用滾雪球方式，透過熟識的參與者推薦可能參與的朋友做為研究邀請對象。本研究藉由電子信箱及電子通訊軟體（line）發出 1200 份邀請函，邀請函中簡要介紹研究目的、實施流程及研究對象。其中 273 位回覆同意參與，研究者進一步透過電話做實施程序的詳細說明。最後實際完成問卷填答者僅有 102 位 18 ~ 57 歲的成人樣本 ($M = 26.78$ 歲)，其中男生 44 位 (43.1%)、女生 58 位 (56.9%)；教育程度為高中職 19 位 (18.6%)、大學或技術學院 39 位 (38.2%) 及研究所 43 位 (42.2%)；就讀於高中職、大學及研究所有 57 位 (56%)，其餘 45 位 (44%) 為社會人士；婚姻狀況為未婚 89 位 (87.3%)、已婚 11 位 (10.8%) 及離婚 2 位 (2.0%)。

二、研究工具

(一) 華盛頓造句測驗

本研究使用劉奕蘭 (2009) 翻譯自 Hy 及 Loevinger (1996) 的華盛頓造句測驗 (Washington University Sentence Completion Test, WUSCT) 進行「自我發展階段」的衡量，以做為社會認知成熟的指標。題目如「當一個小孩不願參加團體活動時...」(When a child will not join in group activities...)、「男人的工作...」(A man's job...)、「我母親和我...」(My mother and I...) 等。在計分方面依據指導手冊的評分原則，WUSCT 主要有兩種計分系統，(1) 總項計分 (Total Protocol Rating, TPR)：將所有分項 (protocol) 的評第整理成一個項目評第的頻率分佈，藉此可瞭解參與者評第大多分佈在哪一個階段；(2) 項目總分 (Item Sum Score, ISS)：將每一項得分加總所得的總分。根據 Loevinger (1998) 的建議，「自我發展階段」(TPR-ISS) 的判定，最好參考參與者 TPR 所形成的頻度曲線及項目總分。

WUSCT 最常被使用的版本為 Form 81，然而 Loevinger (1985) 進行 WUSCT 效度建構時發現，即使將 Form 81 的造句測驗拆成 2 組題項 (第 1 ~ 18 題、第 19 ~ 36 題)，也可以具有相同的測量效度，因此認為「自我發展」測驗可使用簡短版 18 題進行測量。本研究為瞭解 18 題及 36 題的「自我發展量表」所測量的結果是否具有一致性，先從 465 位大學生的自我發展樣本中，隨機抽取 100 個樣本，進行 18 題和 36 題量表的 TPR 及 ISS 相

關檢定（劉奕蘭，2009）。經相關檢定後發現 18 題與 36 題兩種測量版本的 TPR 相關係數為 .84，ISS 為 .86，顯示兩種量表的測量一致性頗高，因此本研究以 18 題的「自我發展造句測驗」做為研究工具。正式施測的資料編碼邀請一位協同評分者與研究者進行評分，協同評分者為教育研究所碩二學生，於就讀期間修習教育心理學及研究方法等相關的專業課程。自我發展正式施測的評分者信度為 .91。

（二）心理幸福感量表

測量工具使用 Ryff 所發展的 54 題「心理幸福感量表」(Psychological well-being, PWB)(Ryff, 1989; Ryff & Keyes, 1995)，透過六個向度評估參與者心理適應力及成熟發展的程度，包括：(1) 自主 (autonomy)：培養自我決定或獨立的能力去對抗外在壓力，並根據個人內在標準去評估及引導行為的發生；(2) 環境精熟 (environmental mastery)：能管理日常事務、控制生活上複雜的活動、有效利用環境中的機會，去選擇或創造個人所需的社群能力；(3) 個人成長 (personal growth)：能持續的發展並體驗新事務以精進個人才能，找出發揮個人潛力的機會並加以實踐；(4) 與他人的正向關係 (positive relations with others)：能與他人培養良好的關係，並建立溫暖、信任及親密的互動，過程中能產生愉悅、提供協助及彼此分享而增進幸福感；(5) 生活目的 (purpose in life)：從日常生活中不斷地發現意義和生活方向，並且能組織過去、計劃未來，進而無牽掛的享受當下；以及 (6) 自我接納 (self-acceptance)：能覺察並接納自我的優缺點，對自己持正面態度，能坦然接受各面向的自我，包含不愉快的部分。題目如：「我做決定很少受他人行為的影響」、「我會擔心別人會如何看我」。量尺採用李克特 6 點量尺 1 到 6 分，得分越高表示心理幸福感越高。

預試階段抽取 122 位年齡為 18 ~ 45 歲的參與者進行施測，回收後的資料進行項目分析、驗證性因素分析 (CFA) 及信度考驗以檢證量表建構效度。項目分析採內部一致性的分析方式，將項目與構面相關係數低於 .4 的題目刪除，因此共刪除 23 個題項，剩餘 31 題，其中自主 5 題、環境精熟 5 題、個人成長 6 題、正向關係 5 題、生活目的 5 題及自我接納 5 題。每一題項與構面的相關係數落在 .40 ~ .75 之間。由於量表已有充分的理論基礎 (Ryff & Keyes, 1995)，可直接進行驗證性因素分析 (CFA)，以瞭解量表因素構面與實際資料間的契合性。在進入 CFA 分析前，必須檢視資料的態勢及峰度，資料分析顯示「態勢」介於 -.84 ~ 1.29 之間，「峰度」介於 -.93 ~ 2.08 之間，表示資料可使用最大概似法進行估計。CFA 的統計結果發現模式適配度為 $\chi^2(419, N = 122) = 711.63, p < .001$ ， $CFI = .84$ ， $SRMR = .08$ ， $RMSEA = .08$ ， CFI 係數適配度不理想，參考 MI 值建議，模式總共

進行 7 次修正後，模式適配度為 $\chi^2(412, N = 122) = 604.97, p < .001, CFI = .90, SRMR = .08, RMSEA = .06$ ；各構念的內部一致性 Cronbach α 係數介於 .61 ~ .85 之間，全量表的內部一致性 Cronbach α 係數為 .73。正式施測以預試刪題後的 31 題量表進行資料蒐集，研究對象為 102 位 18 ~ 57 歲成年人，CFA 的適配度考驗結果為 $\chi^2(419, N = 102) = 736.931, p < .001, CFI = .78, SRMR = .09, RMSEA = .09$ ，適配度不佳參考 MI 值建議，模式經 7 次修正後，適配度為 $\chi^2(412, N = 102) = 61.500, p < .001, CFI = .90, SRMR = .07, RMSEA = .07$ ；各構念的內部一致性 Cronbach α 係數介於 .63 ~ .85 之間，全量表的內部一致性 Cronbach α 係數為 .74。

(三) 成長主題

1. 問題綱要

成長主題為個體描述過去的重要事件，研究者透過事件描述尋找個人成長的特定主題，並將成長主題加以劃分為不同類型。此部分題目參考 McAdams (1993) 的「人生故事」綱要，要求參與者描述一個在成長過程中記憶最深刻的高峰經驗故事，高峰經驗是指在某個片刻或事件中，帶來極大的學習與正向情緒，如：喜悅、興奮、美妙的幸福感或令人振奮的情緒，題目如「在您成長的過程中有產生「高峰經驗」嗎？它可能是最特別、最有意義或最喜歡的事件，帶給您許多學習與轉變。請用 1 ~ 2 頁的篇幅，詳述說明發生什麼事、時間、地點、相關人物及發生的情景，還有您當時的想法及感受」。同時，參與者也需回答一則在成長過程中記憶最深刻的低潮經驗，低潮經驗是指遭遇最挫折、最糟糕的事件，並帶來許多的負向情緒，如：悲傷、氣憤、憂鬱或焦慮等，題目如「在您成長的過程中有遇到「低潮經驗」或最糟糕的時候嗎？請用 1 ~ 2 頁的篇幅，詳述說明發生什麼事、時間、地點、相關人物及發生的情景，還有您當時的想法及感受」。本研究共有 102 位參與者，每位參與者被要求撰寫 2 則故事，但少部分參與者因缺乏某些議題的生活經驗，因此無法每題皆作答，本研究共蒐集了 196 則故事，包含：高峰經驗 97 則及低潮經驗 99 則，平均每則故事有 652 個字。

2. 成長主題的編碼與計分

Stagg (2014) 發現過去運用 McAdams 人生故事綱要進行成長經驗回憶時有區分高峰經驗及低潮經驗，但在資料處理上並未區分，而是將所有的回憶經驗編碼為自我成就及人際交流兩種成長主題。Stagg (2014) 同時也發現處在高峰經驗與低潮經驗的體會有所不同，高峰經驗來自馬斯洛 (Maslow) 的理論，是一種喜悅、自我實現的人生經驗，類似於心流；

而低潮經驗則經常處於心理不平衡、在傷害中找尋自我的生命意義。研究者認為兩者的經驗內涵有所差異，在資料處理上應從不同生命記憶的角度了解兩者對心理成熟的影響，因而將高峰經驗與低潮經驗資料分開處理。

高峰經驗及低潮經驗的敘述內容若隱含成長特徵則稱為成長主題，此部份的資料處理採用 McAdams (1985, 1993, 2001) 的成長主題編碼系統，此系統依據 Bakan (1966) 所提出的「自我成就」及「人際交流」概念發展而來。Bakan (1966) 認為兩種發展類型皆存在於每個個體內，「自我成就」容易展露出自我保護 (self-protection)、自我主張 (self-assertion) 及自我拓展 (self-expansion) 等特徵，在人際關係中容易表現出分離狀態，產生孤立、疏離和孤獨等反應；而「人際交流」容易展露出與他人互動的滿足，在人際關係中易與他人產生交流接觸、開放性及和諧等現象。McAdams (1985, 2001) 透過實徵資料建構編碼系統，並歸納出兩種成長主題的特徵，評分者在編碼前需先判別故事內容的類型及是否有心理成長的意涵，並依據每個取向的特徵給予計分。以下分別說明兩種類型的內涵、編碼方式及實例（編號說明：英文字第一碼 M 為男生、W 為女生，阿拉伯數字為樣本編號，如 W23 為女生 23 號）。

「自我成就」主題的四項特徵，(1) 自我精熟：個體透過有效的行動、思想及經驗等強化個人內涵以完善自我，如：「假日參加藝術治療社團，將生活的感受或情緒透過蠟筆、水彩及剪紙拼貼表達，藝術創作變成我的精神糧食 (W23)」；(2) 地位 / 成功：透過同儕競爭獲得特殊表揚及榮譽，以達到地位及聲望的提高，如：「高中時期代表學校參加全國技藝競賽獲得優勝 (W16)」；(3) 成就 / 責任：從工作、重要任務或目標中實踐責任及獲得成就，如：「高中時擔任樂隊副社長，同時也擔任學生會副主席，過程中要學習調整自己的心態，思考事情要怎麼去安排及規劃 (M43)」；(4) 賦權：被賦予更大的權力去幫助或影響他人，如：「在學校教書期間，幫助學生學習及輔導行為偏差學生 (W37)」。

「人際交流」主題的四項特徵，(1) 愛與友誼：透過雙方的互動提高同儕間的愛和友誼，如：「在健身房運動時，我遇到了現任的男朋友，聊天的過程中我們感情逐漸升溫，和他在一起讓我感覺我是一個值得被愛的人 (W40)」；(2) 意見交換：藉由互惠性及非工具性的溝通形式，進行意見交流以提高彼此間的情感，如：「準備參加技藝競賽的過程中很艱辛，時而鬱悶、時而歡樂，所幸大家能聚在一起彼此交換經驗，讓彼此又能繼續走下去 (W16)」；(3) 關懷 / 幫助：提供照顧、協助、養成、幫助、助濟、支持或治療給他人，使受惠者獲得情緒慰藉或支持，如：「到飢餓 30 當志工，讓更多人認識地球上飽受飢餓的災民 (M36)」；(4) 融洽 / 和睦相處：和特定對象或團體相聚，使彼此間獲得正向情緒，如：「當了母親後發現自己非常有母愛，我與小孩的感情非常親密，小孩也很黏我，生活中大

部分的時間都是我陪伴他們 (W36)」。

編碼後的計分方式將高峰經驗及低潮經驗分開處理，再計算兩種成長主題中的自我成就及人際交流得分。參與者在高峰經驗及低潮經驗的描述內容中，若隱含自我成就的4項特徵及人際交流的4項特徵者，每一項特徵計1分，特徵越多得分越高。同一則經驗故事重複出現同一種特徵仍然計1分。因此，自我成就及人際交流等兩種成長主題的得分會分別在0~4分之間，每位參與者在成長主題的變項中有4個分數，分別為(1)高峰經驗成就主題：為高峰經驗的描述內容傾向於自我成就；(2)低潮經驗成就主題：為低潮經驗的描述內容傾向於自我成就；(3)高峰經驗人際主題：為高峰經驗的描述內容傾向於人際交流；(4)低潮經驗人際主題：為低潮經驗的描述內容傾向於人際交流。此變項的協同評分者同樣為教育所碩二學生，評分者信度為.89。

3. 意義化的編碼與計分

意義化的編碼仍然考量高峰經驗與低潮經驗的描述有其獨特性，且兩種經驗描述中的自我成就及人際交流主題特徵迥異，因此將其分開處理。編碼與計分方法是根據 McLean、Pratt 和 August (2004) 所發展的意義賦予評分系統 (Revision to Meaning-marking Scoring System)。「意義」係指參與者透過經驗的描述得到收穫、學習及瞭解，共有四個類別為：(1) 無意義：指未表達清楚或未嘗試解釋事件的意義性，如：「參加過幫助老人的志工、亞特盃的志工，我覺得這是一件很棒的事情 (EM09)」；(2) 學到教訓：指從事件中獲得特定的學習，通常和行為、互動規則或常規有關，如：「參加馬拉松時腳受傷還硬撐跑完全馬，以至於傷口太深包紮5個月還留下疤痕，以後再也不敢如此 (AM36)」；(3) 隱微意義：指描述中隱含著成長、反思、質問、理解或改變，但確沒有清楚表明是什麼樣的成長或改變，如：「學測考得不理想，就一頭栽入指考的衝刺，放榜後成績不錯，對過去痛苦的日子有一種自豪的 Fu，畢竟成功後就算很累，也都算是甜美的 (EM03)」；(4) 獲得領悟：指從事件中獲得的領悟是超越特定行為，且更廣的應用到生活中，內容經常會出現某種情緒、心理或關係上的轉變，如：「高中時參加籃球校隊徵選落榜，從此對自己失去信心，大學重拾對籃球的热情並且鍛鍊自己，終於如願徵選入校隊。我覺得如果你熱愛一件事情，不管是不是已經做到最好，做自己就對了，堅持才是對那件事的尊敬，才是對自己的負責！(EM26)」。評分者在進行意義化編碼時必須從參與者的角度出發，若參與者描述的是從他人經驗中學到某些真理則不能列入「學到教訓」而是要編碼為「無意義」。四個意義賦予類別中若編碼為「無意義」得0分、「學到教訓」得1分、「隱微的意義」得2分、及「獲得領悟」得3分，因此每位參與者的意義化同樣有4個分數：高峰經驗成就意義、

低潮經驗成就意義、高峰經驗人際意義、低潮經驗人際意義。意義化的協同評分者同樣為教育所碩二學生，評分者信度為 .82。

(四) 人格特質量表

人格特質使用 John 及 Srivastava (1999) 大五人格量表 (big-five inventory) 中文版，目的為測量一個人的情感、思想及行為等經常性的特徵。過去探討心理成熟議題時，較關心人格特質中的神經質、外向性及開放性與成長主題、意義化及心理成熟間的關係 (Bauer & McAdams, 2004a, 2004b; Bauer et al., 2005)，因此本研究選取上述三種人格特質，共 24 題做為量測工具。量表使用李克特式 5 點量尺，題目作答前會有閱讀提示，為：我看自己像是 (I see myself as someone who...)，隨後進行題目作答，題項如：「容易緊張 (can be tense)」、「外向、好交際 (is outgoing, sociable)」等。人格特質量表在國內外的相關研究中已建立穩定的信效度 (Wang, Chen, Hong, & Yore, 2015)。本研究正式施測時 CFA 模式適配度為 $\chi^2(261, N = 102) = 757, p < .001, CFI = .89, SRMR = .14, RMSEA = .07$ ，CFI 及 SRMR 適配度不佳，參考 MI 值建議，模式經 1 次修正後，適配度為 $\chi^2(260, N = 102) = 750, p < .001, CFI = .94, SRMR = .07, RMSEA = .10$ ，除 RMSEA 尚可接受外，其於適配度良好；各構念的內部一致性 Cronbach α 係數神經質 .78、外向性 .62、及開放性 .81。

參、研究結果

一、基本描述統計

表一的編碼結果及表二的變項平均數顯示，無論參與者所描述的是高峰經驗或低潮經驗，皆傾向於敘說「成就主題」而較缺乏描述「人際主題」；其中成就主題以描述自我精熟為主，人際主題以描述愛與友誼居多。進一步以重複量數檢測四種類型的次數差異，發現受試者在描述「高峰經驗成就主題」的頻率顯著高於其他三種類型 ($F = 27.75; p < .001$)，表示台灣樣本在其成長過程中較傾向於學業成就、工作表現等自我成就的發展，較少著重在人際關係的學習。至於四種意義化類型的平均得分依序為「高峰經驗成就意義」($M = 1.98$)、「高峰經驗人際意義」($M = 1.61$)、「低潮經驗人際意義」($M = 1.60$)及「低潮經驗成就意義」($M = 1.49$)，經重複量數檢測結果仍然發現「高峰經驗成就意義」的頻率顯著高於其他三種類型 ($F = 25.43; p < .001$)，表示台灣樣本最能從成功的自我成就中領悟

到事件所帶來的生命意義，但較少賦予失敗的成就經驗意義化。最後，心理成熟中代

表社會認知成熟的「自我發展」平均階段為 5.40，顯示大多數參與者的自我發展落在階段五「自我意識」及階段六「良心」之間；而「心理幸福感」的平均得分 $M = 4.24$ ，表示多數參與者對於日常生活的挑戰、生活事務的想法與感受皆感到滿意。

表一 成長主題的次數分配表

	高峰經驗		低潮經驗		小計		合計	
	次數	百分比	次數	百分比	次數	百分比	次數	百分比
成就主題								
1.自我精熟	67	48.55%	63	84.00%	130	61.03%		
2.地位/成功	37	26.81%	6	8.00%	43	20.19%	213	63.20%
3.成就/責任	33	23.91%	6	8.00%	39	18.31%		
4.賦權	1	0.72%	0	0.00%	1	0.47%		
人際主題								
1.愛與友誼	30	44.12%	28	50.00%	58	46.77%		
2.意見交換	11	16.18%	14	25.00%	25	20.16%	124	36.80%
3.關懷/幫助	23	33.82%	9	16.07%	32	25.81%		
4.融洽/和睦相處	4	5.88%	5	8.93%	9	7.26%		

表二的變項相關矩陣顯示，人格特質中的「外向性」、「開放性」與「神經質」呈負相關 ($r = -.40, r = -.22; p < .01$)，表示越喜好人際互動、接納及探索新事物者，越少經歷消極情緒狀態。成長主題中的「高峰經驗人際主題」與「外向性」呈正相關 ($r = .26; p < .01$)，表示越喜受人際互動者從互動經驗中獲得正向成長經驗越豐富。成長主題中的四個類別分與意義化中的四個類別呈正相關 ($r = .52, r = .60, r = .57, r = .68; p < .001$)，且「高峰經驗成就意義」又與「年齡」呈正相關 ($r = .30; p < .01$)，表示不同成長主題的成長特徵越明顯者，越能賦予過去經驗高層次的意義化，其中高峰經驗成就主題的意義化程度會隨著年齡增加而提高。心理成熟中的「自我發展」與「心理幸福感」間無相關 ($r = .16; p > .05$)，表示兩種心理成熟類型成平行發展、互不影響。但「自我發展」與「年齡」、「高峰經驗成就主題」、「低潮經驗人際主題」及「高峰經驗成就意義」等有顯著的正相關 ($r = .32, r = .32, r = .20, r = .34; p < .05$)，顯示年齡越大越能從成功的自我成就及人際痛苦中獲得心理成長。另外越能意義化自我成就經驗者，其自我發展的程度也越高。「心理幸福感」

則與「外向性」、「開放性」、「高峰經驗成就主題」及「高峰經驗成就意義」有顯著正相關($r = .49, r = .52, r = .25, r = .24; p < .05$)，但與「神經質」呈負相關($r = -.62; p < .001$)，顯示越傾向於外向性及開放性特質者，且經歷越多的正向自我成就經驗，並能賦予正向成就經驗越高層次的意義化者，其心理幸福感越高；反之神經質傾向者有較多負向情緒容易降低心理幸福感。

表二 各變項的相關矩陣

變項	<i>M</i>	<i>SD</i>	1	2	3	4	5	6
1.性別								
2.年齡	26.78	7.68	.25*					
人格特質								
3.外向性	2.99	.74	.10	-.12				
4.神經質	3.06	.53	.08	-.16	-.40***			
5.開放性	3.50	.67	-.09	.09	.27**	-.22*		
成長主題								
6.高峰經驗成就主題	1.46	.79	.03	.07	.06	-.18	.12	
7.低潮經驗成就主題	.79	.58	-.00	.16	-.00	-.07	-.06	.11
8.高峰經驗人際主題	.73	.71	.04	-.03	.26**	-.18	-.03	.08
9.低潮經驗人際主題	.58	.64	.02	.11	.15	-.08	.13	.03
意義化								
10.高峰經驗成就意義	1.98	1.11	.04	.30**	.03	-.16	.16	.52***
11.低潮經驗成就意義	1.49	1.10	-.09	.07	.04	-.11	-.10	.11
12.高峰經驗人際意義	1.61	1.17	-.07	-.06	.08	.06	-.12	-.17
13.低潮經驗人際意義	1.60	1.07	-.00	.10	.13	-.10	.20	.03
心理成熟								
14.自我發展	5.40	.89	.17	.32***	.01	-.16	.10	.32***
15.心理幸福感	4.24	.64	.04	.17	.49***	-.62***	.52***	.25*

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

表二 各變項的相關矩陣 (續)

變項	7	8	9	10	11	12	13	14
1.性別								
2.年齡								
人格特質								
3.外向性								
4.神經質								
5.開放性								
成長主題								
6.高峰經驗成就主題								
7.低潮經驗成就主題								
8.高峰經驗人際主題	.05							
9.低潮經驗人際主題	-.11	-.02						
意義化								
10.高峰經驗成就意義	.18	-.07	.18					
11.低潮經驗成就意義	.60***	.10	-.10	.15				
12.高峰經驗人際意義	-.06	.57***	-.06	-.15	.04			
13.低潮經驗人際意義	-.09	-.06	.68***	.16	-.07	-.03		
心理成熟								
14.自我發展	.16	.15	.20*	.34***	.09	.01	.17	
15.心理幸福感	-.09	.15	.16	.24*	-.02	.00	.16	.16

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

二、成長主題、意義化與心理成熟的關連性

在瞭解變項間的相關後，研究進一步檢驗成長主題及意義化分別對心理成熟的影響。在迴歸分析第一步驟中放入控制變項，包括性別、年齡及人格特質，第二步驟放入成長主題或意義化等變項，預測心理成熟。由於成長主題與意義化各變項間的相關係數達 .5 以上，在迴歸分析時須檢查共線性問題。本研究的迴歸分析結果容忍度介於 .88 ~ .96 之間，變異數膨脹因素 (VIF) 介於 1.04 ~ 1.14 之間，皆未違反 Hair 等人 (2010) 所提容忍度 (tolerance) 小於 .1 及變異數膨脹因素 (Variance inflation factor, VIF) 大於 10 可能有共線性存在。統計結果從表三中可發現，成長主題中的「高峰經驗成就主題」可正向預測「自我發展」($\beta = .27, p < .05$)，「低潮經驗成就主題」為負向預測「心理幸福感」($\beta = -.15, p < .05$)，表示從學業、工作或任務中所獲得的成功經驗越多時自我發展階段也越高，相對地

失敗經驗越多時心理幸福感會越低。意義化中的「高峰經驗成就意義」可正向預測「自我發展」($\beta = .25, p < .05$)，表示從成就主題中獲得越多意義化者，自我發展階段也會越高。另外，值得關注的是「人格特質」在控制了成長主題和意義化後，仍能顯著地預測「心理幸福感」($\beta = -.45 \sim .33, p < .05$)，顯示特質與心理成熟中的社會情緒幸福感存在著一定程度的關連性，但卻與社會認知成熟指標自我發展無關。

表三 成長主題及意義化對心理成熟的迴歸分析

變項	心理成熟		心理成熟	
	自我發展 (M1) β (B)	心理幸福感 (M2) β (B)	自我發展 (M3) β (B)	心理幸福感 (M4) β (B)
控制變項				
性別	.10(.18)	.09(.11)	.10(.18)	.09(.11)
年齡	.26(.03)*	.09(.01)	.26(.03)*	.09(.01)
外向性	-.02(-.02)	.23(.19)**	-.02(-.02)	.23(.19)**
神經質	-.10(-.17)	-.45(-.52)***	-.10(-.17)	-.45(-.52)***
開放性	.06(.08)	.33(.31)***	.06(.08)	.33(.31)***
ΔR^2	.06	.54	.06	.54
預測變項				
成長主題				
1.高峰經驗成就主題	.27(.30)**	.12(.09)		
2.低潮經驗成就主題	.10(.17)	-.15(-.18)*		
3.高峰經驗人際主題	.14(.18)	.04(.03)		
4.低潮經驗人際主題	.19(.27)	.03(.03)		
意義化				
1.高峰經驗成就意義			.25(.20)*	.10(.06)
2.低潮經驗成就意義			.04(.04)	-.06(-.03)
3.高峰經驗人際意義			.08(.06)	.08(.04)
4.低潮經驗人際意義			.10(.08)	-.03(-.02)
ΔR^2	.11	.02	.04	.00
合計 R^2	.17	.56	.10	.54
F值	3.10**	14.26***	2.18*	13.22***
自由度	95	95	95	95

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

三、意義化在成長主題及心理成熟間的調節效果

由上述的統計結果得知，成長主題及意義化與心理成熟間具有部分的關連性。基於此，本研究想進一步了解意義化是否能調節成長主題與心理成熟間的關係。在進入統計分析前先將成長主題的 4 個變項與意義化的 4 個變項標準化，兩兩相乘作為調節變項，並進行調節模式考驗。在迴歸分析第一步驟中放入控制變項，包括性別、年齡及人格特質，第二步驟依序放入「成長主題」的 4 個變項、「意義化」的 4 個變項及兩變項的交乘項一起預測心理成熟。本分析模式經由共線性診斷結果發現容忍度介於 .88 ~ .96 之間，變異數膨脹因素 (VIF) 介於 1.04 ~ 1.14 之間，表示各變項無共線存在。迴歸分析結果彙整如表四，結果發現八個預測模式中僅有模式 1 的調節變項可預測「自我發展」($\beta = .22, p < .05$)，表示「高峰經驗成就意義」能有效調節「高峰經驗成就主題」與「自我發展」的關係。進一步透過簡單斜率分析發現，意義化高低分組對高峰經驗成就主題的交互效果的斜率具有顯著差異 ($t = 21.61, p < .001$)。茲將「高峰經驗成就意義」區分為高 (+1 個標準差)、低 (-1 個標準差) 分組 (Aiken & West, 1991)，繪製成交互作用圖 (圖一) 可發現對意義化高分組而言，高峰經驗成就主題對自我發展的調節效果比意義化低分組還要強，表示意義化程度越高越能提升高峰經驗成就主題與自我發展間的關係。

表四 意義化的調節效果

變項	心理成熟		心理成熟	
	自我發展	心理幸福感	自我發展	心理幸福感
	(M1)	(M2)	(M3)	(M4)
	$\beta(B)$	$\beta(B)$	$\beta(B)$	$\beta(B)$
控制變項				
性別	.10(.20)	.09(.17)	.10(.20)	.09(.18)
年齡	.26(.04)*	.09(.01)	.25(.04)*	.09(.01)
外向性	-.02(-.02)	.23(.30)**	-.01(-.02)	.24(.32)**
神經質	-.10(-.19)	-.45(-.82)***	-.10(-.19)	-.44(-.81)***
開放性	.06(.09)	.33(.48)***	.07(.11)	.36(.52)***
ΔR^2	.06	.54	.06	.56
預測變項				
高峰經驗成就主題	.18(.18)	.09(.08)		
低潮經驗成就主題			.18(.19)	-.19(-.21)*
高峰經驗成就意義	.23(.23)	.04(.04)		
低潮經驗成就意義			-.05(-.05)	.08(.08)
調節變項				

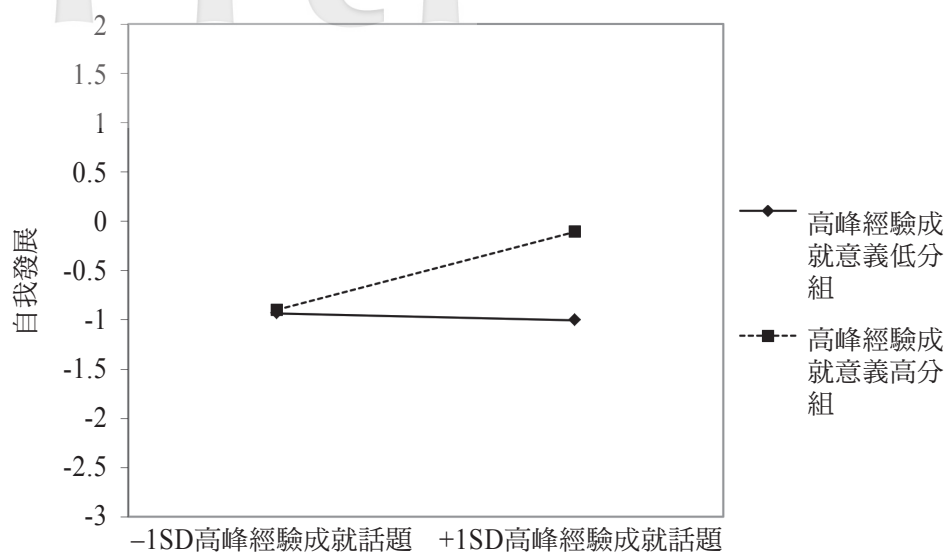
表四 意義化的調節效果 (續)

高峰經驗成就主題× 高峰經驗成就意義	.22(.22)*	.02(.02)		
低潮經驗成就主題× 低潮經驗成就意義			.11(.14)	-.03(-.04)
ΔR^2	.11	.00	-.01	.01
合計 R^2	.17	.54	.05	.57
F 值	3.45**	14.83***	1.73	17.17***
自由度	95	95	97	97

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

變項	心理成熟		心理成熟	
	自我發展	心理幸福感	自我發展	心理幸福感
	(M5)	(M6)	(M7)	(M8)
	$\beta(B)$	$\beta(B)$	$\beta(B)$	$\beta(B)$
控制變項				
性別	.10(.20)	.09(.17)	.10(.20)	.09(.18)
年齡	.26(.04)*	.09(.01)	.25(.04)*	.09(.01)
外向性	-.02(-.02)	.23(.30)**	-.01(-.02)	.24(.32)**
神經質	-.10(-.19)	-.45(-.82)***	-.10(-.19)	-.44(-.81)***
開放性	.06(.09)	.33(.49)***	.07(.11)	.36(.52)***
ΔR^2	.06	.54	.06	.56
預測變項				
高峰經驗人際主題	.19(.19)	-.00(-.00)		
低潮經驗人際主題			.20(.20)	.05(.05)
高峰經驗人際意義	-.05(-.05)	.05(.05)		
低潮經驗人際意義			.06(.06)	-.03(-.03)
調節變項				
高峰經驗人際主題× 高峰經驗人際意義	-.01(-.01)	.11(.13)		
低潮經驗人際主題× 低潮經驗人際意義			-.19(-.18)	.01(.01)
ΔR^2	.01	.00	.03	.01
合計 R^2	.07	.54	.09	.57
F 值	1.68	15.00***	2.21*	15.83***
自由度	95	95	97	97

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$



圖一 交互作用圖

肆、討論與建議

本研究以人格心理學所界定的心理成熟概念，檢視台灣樣本的心理成熟狀態，並探討成長主題、意義化及心理成熟的關聯性，以及意義化是否能調節成長主題與心理成熟間的關係。研究結果討論如下：

一、台灣成人的心理成熟特色

研究結果反映台灣樣本的心理成熟特色。102 位 18 ~ 57 歲參與者的「自我發展」階段平均為 5.41，約為 Loevinger (1966, 1976) 理論中的階段五「自我意識」到階段六「良心」之間，其中階段五自我意識占 43.1%、階段六良心占 35.3%，表示有四成左右的參與者已經意識到選擇性的存在，可將自己與團體區隔及不再盲從社會規範，取而代之的是自省、自我意識，並對一般規則限制有所覺察；另外有三成五的參與者會根據個人的情感與判斷去建構一套自我的評價基準，並能做出各種不同的自我評價，對於不良的行為結果會產生罪惡感，而對於自己會產生長期的目標與理想並為此而努力，研究結果相似於 Bauer 和 McAdams (2010) 的研究。至於「心理幸福感」部分，整體平均得分為 4.24，表示多數人認同日常生活中的挑戰、生活事務想法與感受所帶來的正向情緒 (Ryff & Keyes, 1995)，參與者從個人成長、正向關係及自我接納中獲得的正向情緒，反映出參與者注重個人內在

發展與人際互動品質，一方面能持續精進個人才能，找出發揮潛力的機會加以實踐，並接納自己的優缺點以完善個人內在；另一方面，自我能與他人培養良好的關係，並建立溫暖、信任及親密互動，也從中產生愉悅、提供協助及彼此分享以提升幸福感。

本研究同時也考驗社會認知成熟與社會情緒幸福感的關聯性，以回應心理成熟兩發展類型的關係。研究發現社會認知成熟的測量指標「自我發展」與社會情緒幸福感的測量指標「心理幸福感」無相關，表示認知與情緒的發展不相互牽制，各自循獨立的發展軌跡運行，研究結果與西方文獻一致（Bauer & McAdams, 2004a, 2004b, 2010; Helson & Roberts, 1994; Westenberg & Block, 1993）。說明了個體複雜地思考他們的生活，與快樂或不快樂無關，也反映出高層次的社會認知能力不一定能帶來高水平的社會情緒幸福感，或如 McGregor 及 Little（1998）所言，個體的人格發展可能傾向於兩發展類型中的任一個取向，如此一來，兩類型未能同時發展，自然也不會產生相關性。

二、成長主題、意義化與心理成熟的關係

在探討成長主題及意義化對於心理成熟的迴歸分析前，研究者從描述統計中發現，參與者的成長主題與意義化程度皆為成就主題高於人際主題，特別是高峰經驗的描述資料最為明顯，此結果與 Bauer 和 McAdams（2004a, 2004b, 2005）的系列研究結果相反。在西方樣本中成長主題皆為人際主題高於成就主題，說明了台灣成人樣本較西方國家樣本重視自我成就的追求。為釐清此研究結果，研究者透過參與者的描述資料發現，多數人的高峰經驗成長主題皆圍繞著課業、升學考試、求職經驗及職場奮鬥史，且部分參與者的描述中背負著父母及社會期望，反映出台灣樣本的成長過程中多數被賦予實踐個人成就的使命，若子女在學業及工作成就上有傑出的表現則可光耀門楣。此結果也呼應王秀槐（2014）與黃光國（2004）的發現，在華人文化中，父母親的教養觀以追求功成名就為導向，希望子女能出人頭地，因此賦予極高的縱向傑出目標，子女在成長過程中以追求學業成就及職業聲望為主。相同的情況也反映在參與者賦予高峰經驗成就主題最高層次的意義化結果，顯示多數台灣成人認為成功的自我成就經驗帶給個人的生命意義最深刻，從奮鬥的過程中可證實自我的價值、存在感及提升團體中的地位。

本研究也發現「高峰經驗成就主題」及「高峰經驗成就意義」可正向預測「自我發展」，此結果與過去研究發現較為一致的是，描述高峰經驗成就主題者偏好追求個人成就、自我認知、地位及權力，因而容易促進自我發展的提升（Bauer & McAdams, 2004a, 2005）；同時也反映出台灣成人重視自我成就的追求，在高峰經驗成就主題中的描述最能賦予過去事件意義化。雖然在本研究中，自我成就的意義化層次多為隱微的涵意，如：努力後的成果

是甜美的，參與者無法進一步說明努力及成果的內涵；不過賦予過去事件意義化已出現抽象概念，此結果仍然能提升自我發展的層次。另外「低潮經驗成就主題」可負向預測「心理幸福感」，研究者在參與者所描述的內容中發現，低潮經驗仍然以描述成就事件為主，內容主要圍繞在學業挫敗、大考落榜、求職失利及職場失落等議題為主，表達出失敗後所帶來的負向情緒、痛苦經驗及對未來的不知所措，因而容易降低心理幸福感的程度，研究結果部分符合成長主題與意義化對心理成熟有影響。

至於意義化在成長主題與心理成熟間的調節效果僅發現「高峰經驗成就意義」能調節「高峰經驗成就主題」與「自我發展」間的關係。當「高峰經驗成就意義」的層次越高時，「高峰經驗成就主題」與「自我發展」的關係就會越強烈，表示若賦予過去事件的意義化越抽象、解釋越清晰時意義化層次就越高，此時越能強化成長主題去提升自我發展程度。雖然過去的研究未曾探討意義化的調節效果，但從 McLean 和 Pratt (2006) 的研究中發現，當人們賦予生活中重大事件的意義化程度越深沉、也最完整時，越能提高個體所描述的成長主題與心理成熟間的關係。另外 McAdams 等人 (2001) 也認為個體描述過去記憶時，若能以積極化歷程解釋過去經驗，並從中獲得越高層次的意義化結果，就越能促進回憶的描述議題與心理成熟間的關係，證實了高層次的意義化在成長主題與心理成熟間扮演著促進因子。對台灣成人而言，在高峰經驗成就主題的事件描述中，最能知覺事件所帶來的生命意義，此時的意義化程度也最能增加高峰經驗成就主題與自我發展的關係。

三、研究限制、未來研究與應用

本研究使用不同年齡層的橫斷性研究設計進行主題探討，試圖釐清成長主題、意義化與心理成熟間的關聯性，雖無法如縱貫性研究可檢視一個人的成長變化，但西方文獻以橫斷研究進行心理成熟的評估已行之有年，透過參與者描述成長經驗較能完整地了解一個人的成長經歷，未來將可使用縱貫性研究來探討成熟人格的改變歷程。本研究使用滾雪球進行抽樣主要考量問卷長度及作答繁雜性，因此需透過熟識的朋友轉介有願意參與調查者來參加。但此方法潛藏著部分缺點，像是滾雪球抽樣容易轉介同質性的群體，且有意願參與者其人格特質可能具備熱心助人、願意分享等特徵，因此研究結果僅能反映特定團體的發展特徵，不能推論至所有群體。國外相關研究也存在著抽樣問題，多數利用單一學校的大學生和社區樣本進行比較，發現學生及成人樣本的人格發展特徵並沒有太大差異，特別是自我發展階段相近，懷疑是因樣本同質性過高的原因 (Bauer & McAdams, 2004a)。由於描述測驗的資料蒐集所需時間較長，目前尚未出現採用隨機抽樣的方法，建議後續研究可採小樣本的實驗設計，以克服非隨機樣本的同質性問題。

本研究的理論基礎是基於人格心理學所界定的心理成熟，研究發現西方理論運用在台灣樣本中有文化差異。西方探討成長主題時「人際交流」的頻率多於「自我成就」(Bauer & McAdams, 2010)，而台灣樣本則為「自我成就」多於「人際交流」，連同意義化也不例外。此結果可能為台灣子女在成長過程中，多數被期待發展成就目標及職業聲望，因此描述內容多圍繞著課業、升學及職業發展等議題。此研究結果也可能因參與者中有 56% 正就讀於高中職、大學及研究所，因此群體容易描述學業成就議題；且高峰經驗的問題綱要中提到「學習」字眼，可能間接引導參與者描述自我成就中的「自我精熟」，此部分為研究設計之限制。雖然台灣樣本偏好追求自我成就，但自我發展階段的評估卻與西方研究相似，表示成長主題與自我發展間可能有文化因素的干擾，有可能描述自我成就主題的參與者其成長經驗並非皆以追求成就為主，但受到家庭期待、升學主義或同儕競爭因素，而將學業成就、工作表現視為成長過程中的唯一目標，因而忽略人際關係的經營。

再者，研究結果也證實台灣樣本的心理成熟尋著「社會認知成熟」及「社會情緒幸福感」兩大軌跡而發展。但研究者認為兩種心理成熟類型僅是人格發展的廣泛層面，較嚴謹的說法為人格發展的兩大類型中包含許多維度，如：「社會認知成熟」包含認同發展及道德發展；「社會情緒幸福感」包含快樂、逃避焦慮及憂鬱等。當然，人格發展的起點仍然要視個體是否透過目標設定，有意圖地引導自我的人格發展，才能促使個體發展越趨於成熟。也就是說，心理成熟並非測量個體成長是否達到某個階段，而是關心個體的成熟傾向、生活認同過程、事件描述理由及培養個人興趣的過程 (Rogers, 1961)，因為全面性的成長和高層次的心理成熟應該涉及個體有意圖的發展，同時結合兩種類型的發展，以促使個體更能思考及感覺個人的生活。建議後續研究可延用描述測驗方法，並聚焦於特定成長議題的探討，如：生涯發展、道德發展、自我認同等，以驗證兩大人格發展類型中的不同成長向度對心理成熟的影響力。

在輔導意涵上，台灣樣本的成長主題以追求自我成就為主，不僅能影響社會認知成熟，也能促進社會情緒幸福感的提升。此現象有別於西方研究，成就取向影響社會認知發展，人際取向影響社會情緒幸福感 (Bauer & McAdams, 2004a)。可見自我成就在台灣樣本的成長過程中極為重要，特別是追求學業成就、工作表現或特殊榮耀。但研究也顯示，當參與者描述課業遭遇挫折或工作表現失落等低潮經驗時，會降低心理幸福感的程度，表示台灣樣本的情緒表現皆來自自我的成就表現，且易將成敗視為人生唯一的標準。因此，在輔導層面上應引導學生或個案尋找多元化的人生價值，勿僅以學業成就或工作表現來衡量自我，可透過人際互動、社會服務或藝術欣賞重新建構自我。另外，研究也發現賦予過去事件意義化不僅能從事件中學習成長，也可作為認知調節的策略，幫助一個人順利度過

人生低潮，以提升社會認知成熟度。但一般而言年紀越小社會認知成熟度及意義化能力越低，更須藉由輔導人員引導他們正向思考，及如何尋找生命意義的技巧，才有助於克服逆境以提升心理成長。

參考文獻

- 王秀槐 (2014)：從「以我為榮」到「證明自己」：華人文化脈絡下知覺不同父母期待之大學生的生涯因應組型初探研究。《輔導與諮商學報》，37(1)，79-97。[Wang, H. H. (2014). From “Taking pride in me” to “Proving my own worth” : An exploratory study of the impact of college students’ perceived parental expectations on their patterns of career choices. *The Archive of Guidance and Counseling*, 37(1), 79-97.]
- 黃光國 (2004)：儒家社會中的生活目標與角色義務。《本土心理學研究》，22，121-193。DOI: 10.6254/2004.22.121 [Hwang, K. K. (2004). Life goal and role obligation in a confucian society. *Journal of Indigenous Psychological Research*, 22, 121-193.]
- 劉奕蘭 (2009)：台灣大學生的認知發展、人格特質、生活經驗及自我發展的關係：華盛頓大學造句測驗的應用。《中華心理學刊》，51(1)，57-80。DOI: 10.6129/CJP.2009.5101.04 [Liu, Y. L. (2009). The relationships of college students’ ego development with their cognitive development, personality, and life experiences: The application of Washington University Sentence Completion. *Chinese Journal of Psychology*, 51(1), 57-80.]
- Abele, A. E., & Wojciszke, B. (2007). Agency and communion from the perspective of self versus others. *Journal of Personality and Social Psychology*, 93(5), 751-763. doi: 10.1037/0022-3514.93.5.751
- Aiken, L. S., & West, S. G. (1991). *Multiple regression: Testing and interpreting interactions*. Newberry Park, CA: Sage.
- Bakan, D. (1966). *The duality of human existence: Isolation and communion in Western man*. Boston: Beacon Press.
- Bauer, J. J., & McAdams, D. P. (2004a). Growth goals, maturity, and well-being. *Developmental Psychology*, 40(1), 114-127. doi: 10.1037/0012-1649.40.1.114
- Bauer, J. J., & McAdams, D. P. (2004b). Personal growth in adults’ stories of life transitions. *Journal of Personality*, 72(3), 573-602. doi: 10.1111/j.0022-3506.2004.00273.x
- Bauer, J. J., & McAdams, D. P. (2010). Eudaimonic growth: Narrative growth goals predict increases in

- ego development and subjective well-being 3 years later. *Developmental Psychology*, 46(4), 761-772. doi: 10.1037/a0019654
- Bauer, J. J., McAdams, D. P., & Sakaeda, A. R. (2005). Interpreting the good life: Growth memories in the lives of mature, happy people. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88(1), 203-217. doi: 10.1037/0022-3514.88.1.203
- Blagov, P. S., & Singer, J. A. (2004). Four dimensions of self-defining memories (specificity, meaning, content, and affect) and their relationships to self-restraint, distress, and repressive defensiveness. *Journal of Personality*, 72(3), 481-512. doi: 10.1111/j.0022-3506.2004.00270.x
- Brandtstadter, J., Wentura, D., & Rothermund, K. (1999). Intentional self-development through adulthood and later life: Tenacious pursuit and flexible adjustment of goals. In J. Brandtstadter & R. M. Lerner (Eds.), *Action and self-development: Theory and research through the life span* (pp. 373-400). Thousand Oaks, CA: Sage Press.
- Brewer, W. F. (1986). What is autobiographical memory? In D. C. Rubin (Ed.), *Autobiographical memory* (pp. 25-49). New York: Cambridge University Press.
- Bursik, K. (1991). Adaptation to divorce and ego development in adult women. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 300-306. doi: 10.1037/0022-3514.60.2.300
- Cicirelli, V. G. (1997). Relationship of psychosocial and background variables to older adults' end-of-life decisions. *Psychology and Aging*, 12, 72-83.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11, 227-268. doi: 10.1207/S15327965PLI1104_01
- Diener, E., Emmons, R. A., Larson, R. J., & Griffen, S. (1985). *The satisfaction with life scale*. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Emmons, R. A. (2003). Personal goals, life meaning, and virtue: Wellsprings of a positive life. In C.L.M. Keyes (Ed.), *Flourishing: The positive person and the good life* (pp. 105-128). Washington, DC: American Psychological Association.
- Erikson, E. H. (1950). *Childhood and society*. New York: Norton.
- Finken, L. L., & Jacobs, J. E. (1996). Consultant choice across decisions: Are abortion decisions different? *Journal of Adolescent Research*, 11, 235-260.
- Flanagan, O. (1991). *Varieties of moral personality: Ethics and psychological realism*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2010). *Multivariate data analysis: A global perspective (7th ed.)*. Upper Saddle River, NJ: Pearson Prentice Hall.
- Helson, R., & Roberts, B. W. (1994). Ego development and personality change in adulthood. *Journal of Personality and Social Psychology*, *66*, 911–920. doi: 10.1037/0022-3514.66.5.911
- Helson, R., & Wink, P. (1987). Two conceptions of maturity examined in the findings of a longitudinal study. *Journal of Personality and Social Psychology*, *53*, 531–541. doi: 10.1037//0022-3514.53.3.531
- Holland, J. L. (1973). *Making vocational choices: A theory of careers*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Hy, L. X., & Loevinger, J. (1996). *Measuring ego development (2nd ed.)*. Mahwah, NJ: Erlbaum Press.
- John, O. P., & Srivastava, S. (1999). The big five trait taxonomy: History, measurement, and theoretical perspectives. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research (2nd ed.)* (pp. 102–138). NY: Guilford Press.
- Kasser, T., & Ryan, R. M. (1996). Further examining the American dream: Differential correlates of intrinsic and extrinsic goals. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *22*, 80–87. doi: 10.1177/0146167296223006
- King, L. A., & Napa, C. K. (1998). What makes a life good? *Journal of Personality and Social Psychology*, *75*, 156–165. doi: 10.1037//0022-3514.75.1.156
- King, L. A., Scollon, C. K., Ramsey, C., & Williams, T. (2000). Stories of life transition: Subjective well-being and ego development in parents of children with Down syndrome. *Journal of Research in Personality*, *34*, 509–536. doi: 10.1006/jrpe.2000.2285
- Kumar, S. H. (2005). *Grieving mindfully: A compassionate and spiritual guide to coping with loss*. Oakland, CA: New Harbinger.
- Lerner, R. M., & Walls, T. (1999). *Revisiting Individuals as producers of their environment: From dynamic interactionalism to developmental systems*. In J. Brandtstadter & R. M. Lerner (Eds.), *Action and self-development: Theory and research through the life span* (pp. 3–36). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Loevinger, J. (1966). The meaning and measurement of ego-development. *American Psychologist*, *21*, 195–206. doi: 10.1037/h0023376
- Loevinger, J. (1976). *Ego development: Conceptions and theories*. San Francisco, CA: Jossey Bass Press.

- Loevinger, J. (1985). Revision of the sentence completion test for ego development. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48(2), 420-427. doi: 10.1037/0022-3514.48.2.420
- Loevinger, J. (1998). Technical foundations for measuring ego development: The Washington University Sentence Completion Test. In J. Loevinger (Ed.), *Revision of the SCT: Creating form 81* (pp. 11-18). Mahwah, N J: Lawrence Erlbaum Associates Press.
- Maslow, A. H. (1968). *Toward a psychology of being*. New York: Van Nostrand Reinhold Press.
- Maslow, A. H. (1987). *Motivation and personality (3rd ed.)*. New York, NY: Pearson Education.
- McAdams, D. P. (1985). *Power, intimacy, and the life story*. New York: Guilford Press.
- McAdams, D. P. (1993). *The stories we live by: Personal myths and the making of the self*. New York: William Morrow Press.
- McAdams, D. P. (1996). Personality, Modernity, and the Storied Self: A Contemporary Framework for Studying Persons. *Psychological Inquiry*, 7(4), 295-321. doi: 10.1207/s15327965pli0704_1
- McAdams, D. P. (2001). The psychology of life stories. *Review of General Psychology*, 5, 100-122. doi: 10.1037//1089-2680.5.2.100
- McAdams, D. P., Hoffman, B. J., Mansfield, E. D., & Day, R. (1996). Themes of agency and communion in significant autobiographical scenes. *Journal of Personality*, 64, 339-377.
- McAdams, D. P., & Pals, J. L. (2006). A New Big Five: Fundamental Principles for an Integrative Science of Personality. *The American Psychological Association*, 61(3), 204-217. doi: 10.1037/0003-066X.61.3.204
- McAdams, D. P., Reynolds, J., Lewis, M., Patten, A. H., & Bowman, P. J. (2001). When bad things turn good and good things turn bad: Sequences of redemption and contamination in life narrative and their relation to psychosocial adaptation in midlife adults and in students. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27(4), 474-485. doi: 10.1177/0146167201274008
- McGregor, I., & Little, B. R. (1998). Personal projects, happiness, and meaning: On doing well and being yourself. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 494-512. doi: 10.1037//0022-3514.74.2.494
- McLean, K. C., Pratt, M. W., & August, M. W. (2004). *Revesion to meaning-marking scoring system*. Unpublished manuscript, University of California, Santa Cruz.
- McLean, K. C., & Pratt, M. W. (2006). Life's little(and big) lessons: Identity statuses and meaning-making in the turning point narratives of emerging adulthood. *Developmental Psychology*, 42, 714-722. doi: 10.1037/0012-1649.42.4.714

- McLean, K. C., & Thorne, A. (2001). *Manual for coding meaning-marking in self-defining memories*. Unpublished manuscript, University of California, Santa Cruz.
- Oleski, D., & Subich, L. M. (1996). Congruence and career change in employed adults. *Journal of Vocational Behavior, 49*, 221-229.
- Rambo, L. R. (1993). *Understanding religious conversion*. New Haven, CT: Yale University.
- Rhodes, S. R., & Doering, M. M. (1993). Intention to change careers: Determinants and processes. *The Career Development Quarterly, 42*, 76-92.
- Rogers, C. R. (1961). *On becoming a person*. Boston: Houghton Mifflin.
- Root, M. D., Moras, K., & Gordon, R. (1980). Ego development and sociometrically evaluated maturity: An investigation of the validity of the Washington University Sentence Completion Test of ego development. *Journal of Personality Assessment, 44*(6), 613-619.
- Rubin, D. C., Wetzler, S. E., & Nebes, R. D. (1986). Autobiographical memory across the adult lifespan. In D. C. Rubin (Ed.), *Autobiographical memory* (pp. 202-221). Cambridge, England: Cambridge University Press.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). To be happy or to be self fulfilled: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. In S. Fiske(Ed.), *Annual Review of Psychology* (pp. 141-166). Palo Alto, CA: Annual Reviews Inc Press.
- Ryff, C. D. (1989). Beyond ponce de leon and life-satisfaction: New directions in quest of successful ageing. *International Journal of Behavioral Development, 12*, 35-55. doi: 10.1177/016502548901200102
- Ryff, C. D. (1995). Psychological well-being in adult life. *Current Direction in Psychological Science, 4*(4), 99-104. doi: 10.1111/1467-8721.ep10772395
- Ryff, C. D., & Keyes, C. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology, 69*, 719-727. doi: 10.1037//0022-3514.69.4.719
- Ryff, C. D., & Singer, B. (1998). The contours of positive human health. *Psychological Inquiry, 9*, 1-28. doi: 10.1207/s15327965pli0901_1
- Shaffer, D. R. (2002). *Developmental psychology: Childhood and adolescence*. Belmont, CA: Wadsworth/Thomson Learning.
- Sheldon, K. M., & Kasser, T. (2001). Getting older, getting better? Personal strivings and psychological maturity across the life span. *Developmental Psychology, 37*(4), 491-501. doi: 10.1037//0012-1649.37.4.491

- Singer, J. A. (1995). Seeing one's self: Locating narrative memory in a framework of personality. *Journal of Personality*, 63, 429-457. doi: 10.1111/j.1467-6494.1995.tb00502.x
- Stagg, R. (2014). The nadir experience: Crisis, transition, and growth. *The Journal of Transpersonal Psychology*, 46(1), 72-91.
- Steinberg, L., Cauffman, E., Woolard, J., Graham, S., & Banich, M. (2009). Are adolescents less mature than adults? Minors' access to abortion, the juvenile death penalty, and the alleged APA "Flip-flop". *American Psychologist*, 64(7), 583-594. doi: 10.1037/a0014763
- Thorne, A., McLean, K. C., & Lawrence, A. M. (2004). When remembering is not enough: Reflecting on self-defining memories in late adolescence. *Journal of Personality*, 72, 513-542. doi: 10.1111/j.0022-3506.2004.00271.x
- Wang, H. H., Chen, H. T., Hong, Z. R., & Yore, L. D., (2015). An investigation of Taiwanese college students' personality traits and self-worth. *Journal of Happiness Studies*, 16(6), 1593-1613.
- Westenberg, P. M., & Block, J. (1993). Ego development and individual differences in personality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 792-800. doi: 10.1037/0022-3514.65.4.792
- Woike, B. A. (1993). *The relationship of implicit and explicit and explicit motives to most memorable daily experiences*. Manuscript submitted for publication.

收件日期：104年11月06日

複審一日期：104年11月21日

複審二日期：105年01月12日

複審三日期：105年02月23日

通過日期：105年04月27日

A Study on the Relationship among Growth Themes, Meaningfulness, and Psychological Maturity of Taiwanese Adults

Hui-Tuz Chang*

Yih-Lan Liu

National Chiao Tung University

Based on concept of psychological maturity in personality psychology (Bauer & McAdams, 2004), this study defines two forms of personality development: social-cognitive maturity (SCM) and social-emotional well-being (SEWB). SCM deals with how complexly ones think about the self and others, and how their lives have organized in the world in increasingly complex ways. It is frequently measured by Loevinger's measure of ego development (Loevinger, 1976; Hy and Loevinger, 1996). SEWB, based on self-determination theory, deals with how good one feels about the self in a world of others (Ryan & Deci, 2001). SCM and SEWB were expected to relate differentially to two forms of growth themes: Agentic-growth themes and Communal-growth themes. Agentic-growth themes (e.g., emphasizing power) correlated primarily with SCM, and communal-growth themes (e.g., emphasizing intimacy) correlated primarily with SEWB (Bauer & McAdams, 2004b). Growth themes from personal memories are narratives of specific events in a person's life. They complete with a visual image of the event and attendant thoughts and feelings that the person remembers experiencing at the time of the event (Brewer, 1986). Growth themes often provide meaning or even contribute to a sense of meaning. A strong sense of meaning is associated with well-being (Emmons, 2003). How people construct their growth themes and make meaning of these themes greatly depend on personality. This study explores the characteristics of psychological maturity in Taiwanese adults and examines the relationships among personality, growth themes, meaningfulness, and psychological maturity. 102 participants were recruited through snowball sampling from Taiwan. The participants' ages ranged from 18-57 years old (average age = 26.78; male, N = 44; married = 11; student = 57). The participants completed the scales of Washington University Sentence Completion Test (WUSCT), Psychological Well-being (PWB), and Big- Five Inventory (BFI), and they were asked to write down their life stories (Growth Themes). The participants completed a booklet typically took 2-6 hours to complete. Regression model was used to examine the meaningfulness would moderate the relationship between growth themes and ego development. Results showed that the average

stage of ego development for participants was between Self-Aware stage and conscientious stage. Older participants displayed a higher level of ego development. Moreover, majority of people agreed with that life brings positive emotion in everyday. Consistent with previous findings, PWB and SCM were not significantly correlated. Furthermore, the results of regression analysis indicated that personality was positively correlated with social emotion well-being, but didn't correlate with meaningfulness. Extraversion personality was positively related to the growth themes derived from life stories. In the description of the peak experience in life stories, making meanings to achievement themes was positively correlated with SCM. On the other hand, when describing nadir experience, experiencing academic setback and poor job performance was negatively correlated with SWB. Finally, the meaningfulness moderated the relationship between growth themes and ego development for participants when describing achievement themes in peak experience. The overall findings are summarized in three parts. First, the non-significant relationship between SCM and SWB indicates that these two perspectives of maturity develop independently. Moreover, the two growth themes mapped differentially onto measures of SCM and SWB, suggesting that the different underlying reasons that people for their life experience relate to specific kinds of personality development. Second, Taiwanese adults describe the achievement themes more often than communion themes. When people describe more achievement themes in peak experiences, they tend to develop a higher level of ego development. Third, when people make more meaning of achievement themes in peak experiences, they tend to display a higher ego development.

Keywords: Psychological maturity, growth themes, social-cognitive maturity, social-emotional well-being, meaningfulness.

* Corresponding author: Hui-Tzu Chang, email: simple.ie98g@g2.nctu.edu.tw