科技部補助專題研究計畫成果報告
期末報告

在職進修女學生之人際依附、自我效能與生活滿意度之關係
—社會支持的調節效果

計 畫 類 別 ： 個別型計畫
計 畫 編 號 ： MOST 104-2629-S-265-001-
執 行 期 間 ： 104年08月01日至105年09月30日
執 行 單 位 ： 環球學校財團法人環球科技大學企業管理系

計畫主持人： 陳婉瑜
共同主持人： 王美玲
計畫參與人員： 碩士班研究生-兼任助理人員：陳惠美
大專生-兼任助理人員：林彥妤
大專生-兼任助理人員：吳宗翰
大專生-兼任助理人員：李佩珊

報 告 附 件 ： 出席國際學術會議心得報告

中 華 民 國 105 年 11 月 25 日

中 文 摘 要 ： 近年來伴隨著女性意識的抬頭，女性在各領域的工作表現受到肯定，為了圓自己的夢想，女性投入在職進修活動的比例也大幅提升。然在父權主義的社會下，女性進修仍會受到個人、家庭和社會的種種限制。尤其在家中又要同時扮演母親、妻子、媳婦和女兒等多重角色，以身兼母職的職業婦女想在職進修所要面臨的角色衝突程度最高。本研究旨在探討人際依附、自我效能、生活滿意度和社會支持之間的關係。以國內在職進修女學生為對象，得到如下結論：1.安全依附與排除依附會透過自我效能而間接影響生活滿意度；2.焦慮依附會透過自我效能完全影響生活滿意度。3.社會支持會對自我效能和生活滿意度產生調節效果，有了家人支持，會強化了自我效能和生活滿意度的關係。因此，內在機制的自我效能對於在職進修女學生之依附關係和生活滿意度之間扮演很重要的中介角色。而外在的社會支持也會調節自我效能和生活滿意度之間的關係。

中 文 關 鍵 詞 ： 在職進修、依附關係、自我效能、生活滿意度、社會支持

英 文 摘 要 ： The main purpose of this research was to explore the mediating influence of self-efficacy in the relationship between attachment style and life satisfaction. The participants of the study were female student enrolled in-service education in Taiwan. The main results were as follows: (a) secure attachment and dismissing attachment indirectly affect life satisfaction through self-efficacy; (b) preoccupied attachment completely affects life satisfaction through social self-efficacy. (c)Family Support would moderate the relation between self-efficacy and life satisfaction.

英 文 關 鍵 詞 ： In-Service Education, Attachment Style, Self-Efficacy, Life Satisfaction, Social Support

在職進修女學生之人際依附、自我效能與生活滿意度之關係
－社會支持的調節效果

The Study of the Relationship between Attachment Style, Self-Efficacy and Life Satisfaction of female students enrolled In-Service Education -- The moderating effect of Social Support

陳婉瑜*

環球科技大學企業管理系

640 雲林縣斗六市嘉東里鎮南路 1221 號

E-mail: wychen@twu.edu.tw

摘要

近年來伴隨著女性意識的抬頭，女性在各領域的工作表現受到肯定，為了圓自己的夢想，女性投入在職進修活動的比例也大幅提升。然在父權主義的社會下，女性進修仍會受到個人、家庭和社會的種種限制。尤其在家中又要同時扮演母親、妻子、媳婦和女兒等多重角色，以身兼母職的職業婦女想在職進修所要面臨的角色衝突程度最高。本研究旨在探討人際依附、自我效能、生活滿意度和社會支持之間的關係。以國內在職進修女學生為對象，得到如下結論：1.安全依附與排除依附會透過自我效能而間接影響生活滿意度；2.焦慮依附會透過自我效能完全影響生活滿意度。3.社會支持會對自我效能和生活滿意度產生調節效果，有了家人支持，會強化了自我效能和生活滿意度的關係。因此，內在機制的自我效能對於在職進修女學生之依附關係和生活滿意度之間扮演很重要的中介角色。而外在的社會支持也會調節自我效能和生活滿意度之間的關係。

關鍵字：在職進修、依附關係、自我效能、生活滿意度、社會支持

ABSTRACT

The main purpose of this research was to explore the mediating influence of self-efficacy in the relationship between attachment style and life satisfaction. The participants of the study were female student enrolled in-service education in Taiwan. The main results were as follows: (a) secure attachment and dismissing attachment indirectly affect life satisfaction through self-efficacy; (b) preoccupied attachment completely affects life satisfaction through social self-efficacy. (c)Family Support would moderate the relation between self-efficacy and life satisfaction.

***Keywords*:** In-Service Education, Attachment Style, Self-Efficacy, Life Satisfaction, Social Support.

壹、緒論

近幾年台灣地區就業者之教育程度逐年提昇，再加上工業技術不斷進步，台灣在職進修與第二專長再教育的需求迫切，因此高等教育大量擴增，並朝向更普遍化與多元化的終身學習發展。伴隨著女性意識的抬頭，女性在各領域的工作表現受到肯定，為了圓自己的夢想，女性投入在職進修活動的比例也大幅提升。中國女性自五千多年以來處於「男尊女卑」的父權社會，造成女性長期被限制與阻礙其發展，女性要走出家庭參與社會活動，獲得一定的社會地位和經濟獨立的同時，也飽受了多重角色的衝突。Greenhaus & Beutell (1985)針對美國已婚職業婦女的研究中指出：現代婦女的主要扮演的角色有四個，即妻子、母親、主婦（Homemaker）以及工作者。然而在精力和時間有限下，各個角色間往往無法兼顧，過度負荷的結果，常陷入『蠟燭兩頭燒』的困境。就業已婚女性中，以身兼母職的職業婦女想在職進修所要面臨的角色衝突程度最高(Mareck ＆ Ballou, 1981；林秋慧，2005；許潔萍，2009)。有些在職進修女學生過去可能因為照顧孩子而犧牲自我實現的夢想，等待孩子長大再回校園重拾課本，適應現在學校的教師和教學方式等，因此，在職進修女學生必須不斷激勵自己去克服種種困難和干擾，以意志力及學習策略來完成學業。儘管在職進修女學生擁有三頭六臂，在家中要當個千手千眼觀世音菩薩，但面臨多重角色的壓力源，心中一定渴望有個肩膀可以依附。

人的一生在人際關係互動中，不斷的與他人建立與維持依附的關係，以維持身心的健康。依附理論由嬰兒的依附行為拓展到成人的探討。許多學者也發現依附關係對於個人的發展與適應有極顯著的影響；安全依附者比不安全依附者更能表現出正面的人際關係互動。Bowlby(1988)認為人際間的依附關係品質是影響一個人心理健康的最大因素。依附不僅在個人人格與生活品質影響深遠，對於自我生命歷程和行為之發生及認知、感受和情緒等生命元素也都扮演重要的關鍵角色。目前已有許多研究發現依附關係與個人發展及適應的關係密切，個體的自尊、自我概念、以及人際、社會等各方面的適應都會受到個體依附關係的影響（Cassidy，1988；Cooper, Shaver & Collins，1998； McCormic & Kennedy，1994）。安全依附者，其在人際或社會關係中會較有自信、對世界持有正向看法，其社會適應較佳（Bartholomew& Horowitz，1991）。焦慮依附傾向較高者因為害怕被拒絕與遺棄，對自我會產生負向運作模式，與人互動時較沒有安全感與自信，因而社交自我效能可能會較低。而高度逃避依附的個人則較會害怕親密與依賴，對他人採用負向運作模式（Pietromonaco & Barrett, 2000；李靜如、林邦傑&修慧蘭，2011)。

Bandura(1977)主張個體的心理運作受到個人認知的影響，此種認知機制就是自我效能，個體的工作動機強弱，取決於個體對自己自我效能的評估；因此，自我效能就是個體能否成功的信念。當自我效能信念越強者，越能激勵其內在動機並增強個體對於活動的投入、堅持和努力，進而產生好的行為。Bandura(1982)指出具有高自我效能者，其行為成功機率也比較高，而成功的經驗也能促進生活的滿意度(糠明珊，2012)。

根據依附理論，當個體處在非安全依附關係下，安全感較低，可能懷疑自我效能和他人，因此也可能對於生活滿意度造成影響。過去以依附為主題的國內外研究很多，然大多數研究都以幼兒依附到青少年為探討的重點，對於成年依附的探討在國內外較不多見。此外，也少有文獻探討依附關係，自我效能與生活滿意度三者之間的關係。引發本研究想藉由在職進修女學生的角度探討依附關係與自我效能的關聯性，並檢視自我效能在依附關係與生活滿意度之間的中介效果為何？

另一方面，當個體面臨壓力時，個人內在調整機制的自我效能若無法發揮效益時，此時，外在機制的社會支持力量的介入，將可能幫助個人回到原有的平衡的狀態。透過訊息的傳遞、個體可以知覺到被愛、被關懷、受尊重和屬於受恩惠的社會網路，因此，社會支持可以用來緩衝壓力，保護人們被壓力傷害和預防負向行為的產生，有助於解決問題(Chery &Haney, 2005；黃露萩，2009）。對於在職進修女學生而言，工作和生活密不可分，彼此之間互相影響，除了要面臨工作上的壓力之外，還要面臨婚姻、家庭、經濟等諸多壓力。因此，當扮演多重角色的職業婦女想參與繼續學習時，當其自我效能不高時，此時，家裡的人支持與否或是重要他人的支持與配合將會是雙生涯家庭女性後顧無憂的保障（劉宏鈺，2002；許潔萍，2009)。因此，本研究也要進一步探究對社會支持的力量對於在職進修女學生是否扮演自我效能和家庭滿意度之間的調節功能。

貳、文獻探討

一、依附關係(attachment style)

依附是一種原始的驅力，也是一種相互關係，最早由Bowlby（1969）所提出。個體會利用依附行為與他人接觸（特別是照顧自己的人），藉此維持親密關係以獲得安全感（Sroufe & Waters，1977）。當依附對象給予善意的回應，將會促進兩者的關係更為密切。許多研究證實了依附關係會有延續性，在環境沒有重大事件的影響下，個體的依附風格會來自幼年的依附經驗延續下去。早期的依附關係會持續影響往後的認知發展、人際關係和對自我的看法(Steele, Steele, &Fonagy,1996)。Ainsworth等(1978）和Hazan & Shaver(1987）都提出三類型依附風格，將人際依附風格分為安全依附、逃避依附與焦慮/矛盾依附三種類型，研究結果顯示，三種依附風格中在成人中的比例以安全依附最高佔56%，其次是逃避依附(25%)，最後為焦慮和矛盾依附(19%)，和嬰兒依附類型的調查比例相當接近。然而，Bartholomew 和 Horowitz（1991）認為依附風格的三種類型不夠周延，於是根據Bowlby (1982）所提出的二向度內在運作模式（自我-他人）為基礎，以「內在自我意象」與「內在他人意象」兩個知覺向度的正負向做為衡量標準，發展出四種不同的人際依附型態，四種依附風格分別為：安全依附型態（secure attachment）、焦慮依附型態（preoccupied attachment）、逃避依附型態（fearful attachment）和排除依附型態（dismissing attachment）。

Bowlby（1980）發現安全依附者在人際交往和應對技巧上都比不安全依附者好。許多研究發現，安全依附與各種社交能力有關，包括安全依附者能展現較佳的人際親密能力（Mayseless & Scharf, 2007）、社會適應與社交自我效能較佳（Rice, Cunningham, & Young, 1997）。不同個體的生長背景會形塑出不同的依附類型，由於安全性依附者在人際關係中可保有與他人親密又可自我獨處兩個特性；且具有較佳的社會適應能力。在職進修女學生必須同時忙於家庭、事業和課業上，因此大多數在職進修女學生的依附關係類型應以安全依附型居多。

二、自我效能(self -efficacy)

依據Bandura的自我效能理論，自我效能是指個人對於自己完成任務的一種能力判斷，也是影響行為最重要的自我管理機制(self-regulatory)之一(Bandura,1995)。高自我效能者通常具有正向自我概念和自我評價、期望成功。若個體抱持自我懷疑將預期自我行為表現較差，將導致負面結果。Sharf(2006）指出個體對其能否成功執行某些任務的信念(belief)，對實際的表現具有關鍵性的影響力，而其中的核心概念之一就是自我

效能(self-efficacy) (Bandura,2001；Pintrich & Schunk,2002)，決定於個體如何看待他們自己的能力，以採取行動達到他們所要的目標(施宇峰、譚子文，2011)。

三、生活滿意度

生活滿意度是用來測量生活品質的一個指標，也是一種個人主觀幸福感的判斷。生活滿意是指個體如何在個人、家庭和社會環境中得到主觀情緒的滿足，也是大家努力追尋的目標。生活滿意包含了生活是否符合期望、是否已得到生命中重要事務、是否想要改變生活等，是對整體生活滿意度的認知評價(Diener, Emmons, Larsen,& Griffin,1985) 。個體生活的兩大部分就是工作與家庭，兩者之間是相輔相成的，當工作滿意度越高時，對家庭的滿意度也會較高，生活品質就會比較好。但當在職進修女學生同時扮演多重角色，而產生角色衝突，這樣對於工作和家庭角色產生混亂，則會造成生活滿意度較低(鄭忍嬌、陳皎眉，1994)。

四、社會支持

所謂「社會支持（social support）」是指在工作或非工作環境中，透過與自己相關他人的各種協助，緩和其生活壓力與滿足其個人需求的一種支持行為(Thoits, 1986; Beehr et al., 1995)，亦即指個人察覺到、感受到甚至於實際接受到周遭他人對其生活提供關心與協助的程度(Reber, 1995)。支持不但具有緩衝工作壓力的效果，也可以預防負向行為的發生及解決問題能力的效用(Cheryl & Haney, 2005)。

五、依附關係、自我效能、生活滿意度和社會支持之關係

Shaver & Mikulincer(2005）指出個體與依附對象的互動會深烙在記憶中，形成對依附對象（他人運作模式）與自我效能及價值（自我運作模式）的心理表徵，此種模式可使個體預測未來與伴侶的互動。安全依附型的個體有著較高的自我概念，而且有較高安全依附經驗比不安全依附經驗的人，有著較高的自尊。逃避依附或焦慮依附傾向強者，其社交自我效能都較低(李靜如、林邦傑、修慧蘭，2011)。因此，大多數研究支持良好的依附關係會促進個人自我認知和自我效能。

安全依附者通常有較高的自尊、自我效能、且較能接納別人，擁有較多的支持網絡系統，在面對生活事件時，較能自我控制，能順利的排除生活事件所造成的壓力，因此在幸福感、生活滿意度上明顯高於不安全依附者，且較不會感到沮喪和焦慮。安全依附型若遭遇壓力時，會適當表達自己的情緒以尋求他人的支援，並發展出建設性的因應策略，以處理外在的壓力和情緒困擾(劉敏珍，2000)。因此，安全依附有助於生活滿意度。過去研究指出，一般自我效能高者，其生活滿意較高，對就業女生來說，高自我效能可以預測高生活滿意(糠明珊，2012)。Atchley(1988)指出，愈積極進取之人，其生活滿意度愈高，所以，擁有高自我效能者，其生活滿意度也會越高。因此，安全的依附風格可以促進自我效能提升，生活滿意度也會比較高。而不安全的依附關係，會造成壓力和負面情緒，但個人自我調整機制的自我效能若能將壓力轉為動力，也可能獲得生活滿意。但當自我效能失效時，則可能引發身心疾病和生活不滿意。因此本研究推論，個人內在的自我調整機制-自我效能在個體依附關係和生活滿意度間扮演很重要的中介角色。

本研究推論在職進修女學生在執行家務、事業和課業之間時，在心力匱乏時可能遇到自我效能不足的狀況，此時若有社會支持（不論是工作層面或非工作層面）出現，均應有助生活滿意度的提升。另一方面的思維，即便是個體自我效能很高時，但若社會支持力量不足時，對於生活滿意度可能會有減弱的效果，其中可能會存在干擾效果。因此本研究推論，社會支持對自我效能和生活滿意度具有干擾效果。

參、研究方法

一、研究對象

綜觀過去在職進修的研究，主要為探討幼教教師或是國小、國中女教師在職進修為主。然而我國目前在職進修學生人數最多的是四技、二專、二技的學生，相較於在職進修女教師而言，一般職業婦女沒有所謂的寒暑假可言，所擁有的自由時間相較於教師者可能較少，因此本研究將重心轉至非擔任教職的一般在職進修的上班族女學生。而在職進修女學生，在有限的時間與精力下，要兼顧工作與家庭的多重角色，往往心力交瘁，如何藉由內在自我調整機制，協助在職進修女學生解決多重角色的壓力困境，達到生活滿意正是本研究的重點。

二、研究工具

1. 依附關係

本研究採用王慶福、林幸台、張德榮(1997) 根據Bartholomew 和Horowitz (1991)的四種人際風格理論架構所編製的「人際依附風格量表」，共24題。「人際依附風格量表」包含「安全依附(6題)」、「焦慮依附(6題)」、「逃避依附(6題)」及「排除依附(6題)」等四構面，其內部一致性α係數分別為0.79、0.83、0.81、0.71，表示信度良好。安全型表示對自己和他人都傾向正向的看法；排除/拒斥型表示對自己有正向想法，但對他人不信任；焦慮型為對自己負向看法，對他人較為正向看法；逃避型式對自己負向看法，對他人也不信任。

2.自我效能

自我效能有8題項構成，採用Chen, Gully和Eden(2001)發展的新一般性自我效能量表(New General Self-efficacy Scale) (Scherbaum, Cohen- Charash , &Kern, 2006)，該量表內在一致性介於.85-.90之間，再測相關為.67具穩定性，具高內容效度，建構效度也是呈現單一構面(Chen, Gully和Eden，2001)。該量表也被譯成中文，在Liao, Liu和Loi(2010)的中國施測結果內在一致性也高達.90到.96之間（糠明珊，2012）。因此本研究擬採用Chen, Gully和Eden（2001）的自我效能量表作為衡量。

3.生活滿意度

本研究生活滿意度採用Diener等人（1985）發展的生活滿意量表（satisfaction with life,簡稱為SWLS）作為測量工具，該量表是測量生活滿意度最常被使用的量表，以測量研究對象的整體生活滿意度，判斷取決於個人將外在生活狀況和自身期待進行比較，包含生活情形是否符合期望、是否已得到生命中重要的事物、是否想改變生活和對生活狀況及生活滿意度的評價等（Diener, Emmons, Larsen& Friffin,1985; Pavot& Diener, 1993）。此量表具有良好信效度，加上只有五題的題項，適用於各年齡層（Pavot, Diener, Colvin & Sandvik, 1991；糠明珊，2012）。

4.社會支持

本研究將採用Wang與Tasi(2014)引用Wadsworth(2003)所發展的「社會支持量表」，共22題。Wadsworth(2003)將社會支持分為「工作社會支持(11題)」、「非工作社會支持(11題)」等兩個構面，前者來自上司及同事間的支持，後者則來自家人及朋友的支持。另外，Wang與Tasi(2014)曾以護理人員為研究對象，其兩個構面Cronbach's α值介於0.88至0.94，表示信度良好。

肆、研究結果

一、 基本資料分析

本研究共發出 800 份問卷，扣除無效樣本，共計回收 644 份有效問卷，有效回收率為 81%。受訪者年齡以 21 至 25 歲居多，有 325 位，佔 50.47%；婚姻以未婚居多，有 440 位，佔 69.07%；全職工作者有 451 位，佔 70.03%；職業以服務業居多，有 178 位，佔 28.53%，其次為醫護人員，有 175 位，佔 28.04%；月收入以 20,001 至 30,000 元居多，有 265 位，佔 42.00%；總工作年資以 2 年至 5 年居多，有 174 位，佔 27.32%，3 個月至 2 年有 155 位，佔 24.33%。

二、 各研究變項之信度分析

由表 1 發現，所有變項各構面信度皆高於 0.7，為高可信度，顯示各量表具有良好信度。

表 1 各研究變項之整體信度分析

研究變項	構面	題數	Cronbach's α
人際依附	安全依附	5	0.841
	焦慮依附	6	0.912
	逃避依附	6	0.901
	排附依附	5	0.846
社會支持	上司支持	5	0.902
	同事支持	5	0.908
	家人支持	5	0.918
	朋友支持	5	0.925
自我效能	自我效能	8	0.934
生活滿意	生活滿意	5	0.873

三、 各變項之相關及效度分析

表 2 為各變項之平均數、標準差、相關分析及區別效度。在人際依附與生活滿意間的相關性上，人際依附之「安全依附」(r=0.436, p<0.001)、「排除依附」(r=0.240, p<0.001)與生活滿意呈顯著正相關；人際依附之「焦慮依附」(r= -0.148, p<0.001)與生活滿意呈顯著負相關；人際依附之「逃避依附」(r= -0.039, p>0.05)與生活滿意則無顯著相關。在自我效能與生活滿意間的相關性上，「自我效能」(r= 0.438, p<0.001)與生活滿意呈顯著正相關。

在社會支持與生活滿意間的相關性上，社會支持之「上司支持」(r=0.276, p<0.001)、「同事支持」(r=0.223, p<0.001)、「家人支持」(r=0.473, p<0.001)、「朋友支持」(r=0.284, p<0.001)與「生活滿意」皆呈顯著正相關。

表 2 各研究變項之平均數、標準差、相關分析及區別效度

構面	平均數	標準差	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.安全依附	3.613	0.622	0.722								
2.焦慮依附	3.027	0.783	-0.265***	0.802							
3.逃避依附	2.638	0.760	-0.308***	0.350***	0.778						
4.排附依附	3.222	0.753	0.173***	-0.207***	0.265***	0.727					
5.上司支持	3.403	0.756	0.311***	-0.102**	-0.162***	0.117**	0.807				
6.同事支持	3.627	0.663	0.329***	-0.068	-0.210***	0.014	0.607***	0.818			
7.家人支持	3.815	0.741	0.443***	-0.152***	-0.253***	0.070	0.360***	0.395***	0.834		
8.朋友支持	3.918	0.653	0.401***	-0.146***	-0.275***	0.081*	0.372***	0.441***	0.651***	0.845	
9.生活滿意	3.159	0.712	0.436***	-0.148***	-0.039	0.240***	0.276***	0.223***	0.473***	0.284***	0.773

張偉豪(2011)建議組成信度(Composite Reliability, CR)在 0.7 以上，平均變異數抽取量(Average Variance Extracted, AVE)應大於 0.5，表示該模式的品質良好。本研究各構面之收斂效度其 CR 及 AVE 皆分別大於 0.7 及 0.5 以上，表示表示各構面之收斂效度良好。

四、 自我效能對人際依附與生活滿意間之中介效果分析

1. 安全依附

本研究以階層迴歸分析來檢驗在職女學生的「自我效能」對人際依附之「安全依附」與「生活滿意」關係間的中介效果，結果如表 3 所示。根據 Baron 與 Kenny(1986)建議，以迴歸模式驗證中介效果時，中介效果成立需有幾項條件，包括：(1)自變項與中介變項間存在顯著關係。由表 3 模型 1 顯示人際依附之「安全依附」對「自我效能」具有顯著正向影響($\beta=0.512$, $p<0.001$)；(2)自變項與中介變項分別均與依變項間存在顯著關係。模型 2 顯示人際依附之「安全依附」對「生活滿意」具有顯著正向影響($\beta=0.416$, $p<0.001$)，另外，由模型 3 可看出「自我效能」對「生活滿意」具有顯著正向影響($\beta=0.416$, $p<0.001$)；(3)置入中介變項後，會降低自變項對依變項之關係，自變項對依變項的關係會因為中介變項的存在而減弱，為部份中介效果；若變得不顯著時，則為完全中介效果。模型 2 在未加入中介變項「自我效能」前，人際依附之「安全依附」對「生活滿意」具有顯著正向影響($\beta=0.416$, $p<0.001$)，但模型 4 加入中介變項「自我效能」後，人際依附之「安全依附」對「生活滿意」的影響減弱(β 值由 0.416 降到 0.276)。綜合上述結果可知，在職女學生的「自我效能」在人際依附之「安全依附」與「生活滿意」間為部份

中介效果。

表 3 自我效能在安全依附與生活滿意間之階層迴歸分析

	自我效能	生活滿意	生活滿意	生活滿意
	M1	M2	M3	M4
控制變項				
月收入	0.072*	0.128***	0.122**	0.108**
自變項				
安全依附	0.512***	0.416***		0.276***
中介變項				
自我效能			0.416***	0.275***
R^2	0.276	0.202	0.202	0.254
Adjusted R^2	0.273	0.200	0.199	0.250
F	119.552***	79.622***	79.298***	72.449***

註一：*p<0.05，**p<0.01，***p<0.001。註二：Beta 值是標準化迴歸係數。

2. 焦慮依附

本研究以階層迴歸來檢驗在職女學生的「自我效能」對人際依附之「焦慮依附」與「生活滿意」關係間的中介效果，結果如表 4 所示。根據 Baron 與 Kenny(1986)建議，以迴歸模式驗證中介效果時，中介效果成立需有幾項條件，包括：(1)自變項與中介變項間存在顯著關係。由表 4-26 模型 1 顯示人際依附之「焦慮依附」對「自我效能」具有顯著負向影響(β= -0.212, p<0.001)；(2)自變項與中介變項分別均與依變項間存在顯著關係。由模型 2 顯示人際依附之「焦慮依附」對「生活滿意」具有顯著負向影響(β= -0.123, p<0.01)，另外，由模型 3 可看出「自我效能」對「生活滿意」具有顯著正向影響(β=0.416, p<0.001)；(3)置入中介變項後，會降低自變項對依變項之關係，自變項對依變項的關係會因為中介變項的存在而減弱，為部份中介效果；若變得不顯著時，則為完全中介效果。由模型 2 在未加入中介變項「自我效能」前，人際依附之「焦慮依附」對「生活滿意」具有顯著負向影響(β= -0.123, p<0.01)，當模型 4 加入中介變項「自我效能」後，人際依附之「焦慮依附」對「生活滿意」的影響減弱(β 值由-0.123 降到-0.036，且 p<0.05 變為 p>0.05)。綜合上述結果可知，在職女學生「自我效能」在人際依附之「焦慮依附」與生活滿意間為完全中介效果。

表 4 自我效能在焦慮依附與生活滿意間之階層迴歸分析

	自我效能	生活滿意	生活滿意	生活滿意
	M1	M2	M3	M4
控制變項				
月收入	0.095*	0.155***	0.122**	0.117**
自變項				
焦慮依附	-0.212***	-0.123**		-0.036
中介變項				
自我效能			0.416***	0.409***
R^2	0.061	0.046	0.202	0.203
Adjusted R^2	0.058	0.043	0.199	0.199
F	20.443***	15.096***	79.298***	15.096***

註一：*p<0.05，**p<0.01，***p<0.001。註二：Beta 值是標準化迴歸係數。

3. 排除依附

本研究以迴歸分析來檢驗在職女學生的「自我效能」對人際依附之「排除依附」與「生活滿意」關係間的中介效果，結果如表 5 所示。根據 Baron 與 Kenny(1986)建議，以迴歸模式驗證中介效果時，中介效果成立需有幾項條件，包括：(1)自變項與中介變項間存在顯著關係。由模型 1 顯示人際依附之「排除依附」對「自我效能」具有顯著正向影響(β= 0.207, p<0.001)；(2)自變項與中介變項分別均與依變項間存在顯著關係。由模型 2 顯示人際依附之「排除依附」對「生活滿意」具有顯著正向影響(β= 0.218, p<0.001)，另外，由模型 3 可看出「自我效能」對「生活滿意」具有顯著正向影響(β=0.416, p<0.001)；(3)置入中介變項後，會降低自變項對依變項之關係，自變項對依變項的關係會因為中介變項的存在而減弱，為部份中介效果；若變得不顯著時，則為完全中介效果。由模型 2 未加入中介變項「自我效能」前，人際依附之「排除依附」對「生活滿意」具有顯著正向影響(β= 0.218, p<0.001)，當模型 4 加入中介變項「自我效能」後，人際依附之「排除依附」對「生活滿意」的影響減弱(β 值由 0.218 降到 0.138)。綜合上述結果可知，在職女學生的「自我效能」在人際依附之「排除依附」與「生活滿意」間為部份中介效果。

表 5 自我效能在排除依附與生活滿意間之階層迴歸分析

	自我效能	生活滿意	生活滿意	生活滿意
	M1	M2	M3	M4
控制變項				
月收入	0.110**	0.154***	0.122**	0.111**
自變項				
排除依附	0.207***	0.218***		0.138***
中介變項				
自我效能			0.416***	0.388***
R^2	0.060	0.078	0.202	0.220
Adjusted R^2	0.057	0.076	0.199	0.216
F	19.986***	26.738***	79.298***	58.844***

註一：*p<0.05，**p<0.01，***p<0.001。註二：Beta 值是標準化迴歸係數。

4. 逃避依附

表 6 以階層迴歸分析來檢驗在職女學生的「逃避依附」與「生活滿意」的關係，從模型 2 顯示人際依附之「逃避依附」對「生活滿意」未達顯著影響(β=-0.032, p>0.05)。根據 Baron 與 Kenny(1986)建議，以迴歸模式驗證中介效果時，中介效果成立需有幾項條件，包括：自變項與中介變項分別均與依變項間存在顯著關係，因此自我效能在逃避依附和生活滿意度間的中介效果驗證未達顯著。

表 6 逃避依附與生活滿意間之階層迴歸分析

依變項 / 預測變項	生活滿意 M1	生活滿意 M2
控制變項		
月收入	0.177***	0.176***
自變項		
逃避依附		-0.032
R^2	0.031	0.032
Adjusted R^2	0.030	0.029
F	20.343***	10.502***

註：*p<0.05，**p<0.01，***p<0.001

五、 社會支持對自我效能與生活滿意間之調節效果分析

本研究以階層迴歸分析來檢定主要研究假設，除了檢驗在職女學生的自我效能對生活滿意的影響外，也探討社會支持(上司支持、同事支持、家人支持及朋友支持)在這兩者間之干擾效果。本研究將階層迴歸分析結果如表 7 所示。Model 1 為控制變數(年齡)對生活滿意之影響；Model 2 置入自我效能；Model 3 則是驗證社會支持之干擾效果。另外，在迴歸分析中也一併檢視 VIF<10、允差<0.001，並未發現資料有共線性問題。在表 7 的 Model 4 中可發現「自我效能 X 家人支持」(β=0.143, p<0.01)對於生活滿意具有顯著正向影響。因此，在職女學生的「家人支持」會強化「自我效能」對於生活滿意之正向影響。

表 7 社會支持對於自我效能與生活滿意間之階層迴歸分析表

依變項 / 自變項	生活滿意 M1	M2	M3	M4
步驟 1：控制變項				
年齡	0.228***	0.107**	0.099**	0.096**
步驟 2：自變項				
自我效能		0.406***	0.251***	0.263***
步驟 3：干擾變項				
上司支持			0.103*	0.110*
同事支持			-0.041	-0.040
家人支持			0.393***	0.423***
朋友支持			-0.142**	-0.157**
步驟 4：交互作用項				
自我效能 X 上司支持				0.018
自我效能 X 同事支持				-0.041
自我效能 X 家人支持				0.143**
自我效能 X 朋友支持				-0.010
R^2	0.052	0.202	0.298	0.315
ΔR^2	0.052	0.150	0.095	0.017
調整後 R^2	0.050	0.200	0.291	0.304
F	35.155***	81.315***	45.017***	29.081***

註：+p<0.1，*p<0.05，**p<0.01，***p<0.001

伍、結論

一、本研究以扮演多重角色的在職進修女性為研究對象，由實證研究來探究依附關係、自我效能和生活滿意度之間的關係。研究發現良好的依附關係(安全性依附者)有助於自我效能的提升和生活滿意度。此外，自我效能高者，生活滿意度也較高；而自我效能是依附關係和生活滿意度的中介角色。

二、在職女學生的「自我效能」在人際依附之「安全依附」、「排除依附」與「生活滿意」間為部份中介效果。當在職女學生人際依附為安全依附和排除依附時，會透過自我效能的部分中介效果影響了生活滿意度。安全依附和排除依附對自己抱持較為正面的看法，會對自我效能產生正向效果，而間接影響了生活滿意度。

三、在職女學生的「自我效能」在人際依附之「焦慮依附」與生活滿意間為完全中介效果。也就是在職女學生的焦慮依附會透過自我效能的完全中介效果而影響生活滿意度。焦慮依附者對自己容易形成負向看法，因此會對自我效能產生懷疑，而影響了生活滿意度。就實務面來說，可藉由本研究的實證結果了解，在職女學生個人本身的自我效能扮演很重要的角色，當在職女學生其自我效能越高，可以藉由自我調整機制可以促進工作滿意度。也可以做為依附關係和生活滿意度之重要中介因素，本研究發現可以提供個人、學校的教育如何提升在職進修女學生自我效能改善的切入點。

本研究提出以下幾點建議：一、學校在在職進修生入學前的新生說明會，儘可能提供有關於修業期間課程以及訓練要求之各項資訊，讓在職進修女學生能夠充分掌握求學階段的要求和自我安排工作和家庭間的協調。二、提供其他的成功經驗，請在職進修的學長姊分享求學的成功經驗，讓新生能產生替代經驗，加強自信心。三、求學過程可提供充分的資源，讓在職女學生有能力克服學習困境。

四、本研究發現社會支持會對自我效能和生活滿意度造成干擾效果。也就是當有了外在的支持，尤其當有了家人支持時，更會強化自我效能和生活滿意之間的關係。因此在職進修女學生即使再忙、再累，有了家庭的支持力量將可以促進其自我效能和生活滿意度。

五、本研究驗證了自我效能為依附關係和生活滿意度之重要中介因素；另一方面也驗證了家人的支持會強化自我效能和生活滿意度之間的關係。藉由本研究使大家更關心在職進修女學生所面臨家庭和工作各項壓力的困境應要如何化解，並如何提升在職進修女學生的自我效能，希望研究結果能提供家庭、社會和學校做為參考。然影響在職進修女學生生活滿意度的因素很多，礙於研究的有限性，本研究主要探討藉由自力的自我效能如何改善依附關係和生活滿意度的關係，也提出外力的社會支持之重要。未來研究可以進一步探究其他變項的可能性，例如內在的人格特質和外在的組織的政策與文化等影響力。

誌謝

本文感謝科技部提供研究經費贊助，計畫編號：MOST 104-2629-S-265-001，謹此誌謝。

陸、參考文獻

一、 中文部份

1. 王慶福、林幸台、張德榮（1997），人際依附風格、性別腳色取向與人際親密能力之衡量。中國測驗學會測驗年刊，44，63-78。
2. 李靜如、林邦傑、修慧蘭(2011)，成人依附、社交自我效能、困擾的自我揭露、寂寞與憂鬱的關係：以有戀愛經驗的大學生為例，教育心理學報， 43(1)，155-174。
3. 林秋慧(2005)，女性教職員角色衝突、休閒阻礙對休閒活動參與之影響－中壢地區技職院校為例，南亞學報，25，331-346。
4. 施宇峰、譚子文(2011)，依附關係和自我概念之關聯性研究，臺中教育大學學報：教育類，25(1)，1-27。
5. 張偉豪(2011)，SEM 論文寫作不求人，鼎茂圖書出版股份有限公司。
6. 許潔萍(2009)，女性教師在職進修的困境，網路社會學通訊，77，2009/3/15，http://www.nhu.edu.tw/~society/e-j/77/77-18.htm。
7. 劉敏珍（2000）。老年人之人際親密、依附風格與幸福感之關係研究。國立高雄師範大學成人教育研究所碩士論文。
8. 鄭忍嬌、陳皎眉（1994），已婚職業婦女的生活壓力與自我狀態對身心健康之影響。婦女與兩性學刊，5，47-67。
9. 糠明珊(2012)，家有學齡前子女之已婚就業女性其家務工作、支薪工作與自我效能對生活滿意之影響：自我效能的中介效果，國立臺灣師範大學人類發展與家庭學系博士論文。

二、 英文部分

1. Atchley, R. C. (1988). Social force and aging. California: Wadsworth.
2. Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. Psychological Review,84, 191-215.
3. Bandura, A. (1995). On rectifying conceptual ecumenism. In J. E. Maddux (Ed.), Self-efficacy, adaptation, and adjustment: Theory, research and application (pp. 347-375). New York: Plenum.
4. Bandura, A. (2001). Social cognitive theory: An agentic perspective. Annual Review of Psychology, 52(1), 1-26.
5. Bandura, A.(1982). Self-efficacy mechanism in human agency. American Psychologist, 37(2), 122-147.

6. Baron, Reuben M.& Kenny, David A. (1986).The Moderator-Mediator Variable Distinction in Social Psychological Research: Conceptual, Strategic, and Statistical Considerations, Journal of Personality and Social Psychology, 51(6), 1173-1182.
7. Bartholomew K.,& Horowitz L. M. (1991). Attachment Styles Among Young Adults：A Test of a Four-Category Model. Journal of Personality and Social Psychology, 61(2), 226-244.
8. Bowlby, J. (1969, 1980). Attachment and Loss (Vol.1 Attachment; Vol. 2. Separation: anxiety and anger; Vol 3: Loss: sadness and depression). New York:Basic Books.
9. Bowlby, J.（1988）. A secure base: Clinical applications of attachment theory. London: Routledge.
10. Cassidy, J. (1988). Child-mother attachment and the self in six-year-olds. Child-Development, 59, 121-134.
11. Chen, G., Gully, S. M., & Eden, D. (2001). Validation of a new General Self-Efficacy Scale. Organizational Research Methods, 4, 62-83.
12. Cooper, M. L., Shaver, P. R., & Collins, N. L. (1998). Attachment styles, emotion regulation, and adjustment in adolescene. Journal of Personality and Social Psychology, 74(5), 1380-1397.
13. Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. Journal of Personality Assessment, 49, 71-75.
14. Greenhaus, J. H., & Beutell, N. J. (1985). Sources of conflict between work and family roles. Academy of Management Review, 10, 76-88.
15. Hazan, C. & Shaver, P.（1987）. Romantic love conceptualized as an attachment process. Journal of Personality and Social Psychology, 52, 511-524.
16. Liao, H., Liu, D., & Loi, R. (2010). Looking at both sides of the social exchange coin: A social cognitive perspective on the joint effects of relationship quality and differentiation on creativity. Academy of Management Journal, 53(5), 1090–1109.
17. Mareck, J. & Ballou, D. J., (1981). Family Role and Women's mental Health. Professional Psychology,12, 39-46.
18. McCormick, B., & Kennedy, H. (1994). Parent-child attachment working models and self-esteem in adolescence. Journal of Youth and Adolescence, 23(1), 1-17.
19. Pavot, W. G., Diener, E., Colvin, C. R., & Sandvik, E. (1991). Further validation of the Satisfaction with Life Scale: Evidence for the cross-method convergence of well-being measures. Journal of Personality Assessment, 57, 149-161.
20. Pavot, W., & Diener, E. (1993). Review of the Satisfaction with Life Scale. Psychological Assessment, 5, 164-172.
21. Pietromonaco, P. R., & Barrett, L. F. (2000). The internal working models concept: What do we really know about the self in relation to others? Review of General Psychology, 4, 155-157.
22. Pintrich, P. R., & Schunk, D. H. (2002). Motivation in education: Theory, research, and applications. (2nd ed.). New Jersey: Prentice Hall.
23. Rice, K. G., Cunningham, T. J., & Young, B. (1997). Attachment to parents, social competence,

and emotional well-being: A comparison of Black and White adolescents. Journal of Counseling Psychology, 44, 89-101.

24. Sharf, R. S. (2006). Applying career development theory to counseling. Thomson: Brooks/Cole.
25. Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2005). Attachment theory and research: Resurrection of the psychodynamic approach to personality. Journal of Research in Personality, 39, 22-45.
26. Sroufe, L. A., & Water, E. （1977）. Attachment as an Organizational perspective. Child Development, 48 , 184-199.
27. Steele, H., Steele, M., & Fonagy, P.(1996). Associations among attachment classifications of mothers, fathers, and their infants. Child Development, 67, 541-555.

科技部補助專題研究計畫出席國際學術會議心得報告

日期：105 年 9 月 7 日

計畫編號	MOST 104-2629-S-265-001-		
計畫名稱	在職進修女學生之人際依附、自我效能與生活滿意度之關係－社會支持的調節效果		
出國人員姓名	陳婉瑜	服務機構及職稱	環球科技大學 企管系助理教授
會議時間	105 年 8 月 5 日至 105 年 8 月 7 日	會議地點	日本福岡 Kurume, Fukuoka, Japan
會議名稱	(中文) 2016 創新和工業工程管理國際研討會 (英文) 2016 International Conference on Innovation, Management and Industrial Engineering		
發表題目	(中文)台灣大專院校就業學程實施成效之探究 (英文) A Study of the Effect of the Implementation of Employment Curriculum in Universities and Colleges in Taiwan		

IMIE2016 國際研討會 報告心得：

一、 參加會議經過

2016 International Conference on Innovation, Management and Industrial Engineering 是由International Business Academics Consortium和日本中村學園大學(Nakamura Gakuen University)共同舉辦。今年會議於日本福岡久留米市舉行(Kurume, Fukuoka, Japan)，揭開研討會序幕的是由早稻田大學(Waseda University)的Tomohiro Murata教授演說“Perspectives of Network Driven Industrial Informatics Applications”。

研討會共分為18個session進行論文分享，每個session有3-4篇報告。本人此次發表的文章被安排在Session A6，報告時間為8/7上午11:00-12:15，同一時段另有來自他國的作者三篇文章一起報告；透過口頭報告，可以就近與參與者和主席一同討論文章內容。與會人員中，分別有一位印度的女性學者和泰國的男性學者提出問題交流。本次在同場次中剛好遇到成大前校長高強教授，親睹前輩的學者風範。非報告時段則參加其他的session，以了解目前學者研究的趨向，並蒐集研究資料。

二、 與會心得

相較於前幾年參與由美國舉辦的PICMET研討會，本次參與由日本主辦的國際研討會，見到亞洲地區的學者比例較高。可能的原因是日本時差問題小，米食文化也較為相近。參與國際研討會一方面可以再次練習英文

的表達能力，透由與其他讀者的相互交流，如此可使原本文章沒有考慮到的點，經過討論可使文章的主軸與思考範圍更加周詳。一方面透過參與不同國家的國際研討會讓本人有機會體驗到不同國家的文化、提升見聞與視野。這次參與會議也遇到幾位台灣學者，彼此交換名並期許彼此在學術上更精進。本次大會安排的用餐地點，與大會報告的地點相隔一段距離，因此一方面要透由地圖導引，一方面幸虧與其他學者互相討論才順利抵達用餐地，也可以說是本次大會的一大挑戰。

Session: A6 11:00-12:30 | Sunday, August 07, 2016

Measuring the efficiencies of in-house manufacturing and outsourcing: A garment manufacturing firm

Chiang Kao, National Cheng Kung University

A Study of the Effect of the Implementation of Employment Curriculum in Universities and Colleges in Taiwan

Wan-Yu Chen, TransWorld University

Calvin S. Weng, Takming University of Science Technology

Ching-Li Lin, Chaoyang University of Technology

Design of Experiments for Increasing the Pulling Force of the Speed Change Lever of the Power Tiller

Nantachai Kantanantha, Kasetsart University

Tapanont Teerasart, Kasetsart University

三、　發表論文全文或摘要

A Study of the Effect of the Implementation of Employment Curriculum in Universities and Colleges in Taiwan

Chen, Wan-Yu *;Weng, Calvin S., Lin, Ching-Li
*Corresponding Author: g9222802@yuntech.edu.tw

ABSTRACT
In recent ten years, Taiwan government has been subsidizing universities and colleges in Taiwan to offer employment curriculum in order to improve the job knowledge, skills, and attitude of junior college students. The government encourages college students to enroll in selective courses taught by teachers who have work experience in enterprises one or two years before they graduate, for these courses can help college students to improve their ability to make career planning, increase their competitiveness in job market, and smoothly find a job. By taking career development courses, college students can hone their professional skills, have more opportunities to contact with lines of work, and gain practical experience or vocational certificates. This study analyzed the implementation of employment curriculum in universities and colleges in Taiwan in 2014, and especially explored the effect of the implementation of employment in case school for future school runners' reference.

Keyword: Employment Curriculum; Industry-Academy Cooperation; Vocational and Technical Colleges.

四、　建議

能夠參加國際研討會個人感覺非常榮幸，對個人最大的幫助應是認識一些期刊的Editor對個人爾後投稿文章應會所有助益。由於近幾年任教學校鼓勵教師參與國際研討會須優先尋求科技部的補助，因此也是激勵自己努力在撰寫科技部計畫時，也將國際研討會規劃在內，砥礪自己要將研究成果進行分享。個人期待科技部持續多給予國內學者經費補助去參與國際性的大型研討會，一方面可以增廣見聞、一方面可以磨練個人的英文發表能力及認識一些國際有名學者、專家，對個人爾後學術研究生涯有很大助益。

六、其他

五、攜回資料名稱及內容

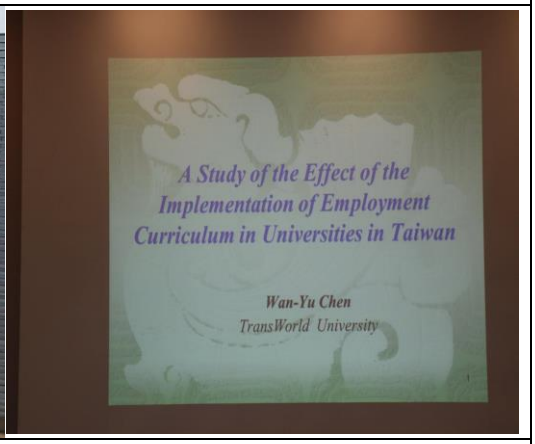
1.論文集 CD-ROM。

2.大會手冊一本(內容包含議程、論文摘要)。

六、其他

未來有機會期待前往英語系國家參與會議，能接觸到國際期刊的編輯者機會更多。

與參與研討會的亞洲學者合影



報告題目

與 session 主持人合影

科技部補助計畫衍生研發成果推廣資料表

日期:2016/11/25

科技部補助計畫	計畫名稱: 在職進修女學生之人際依附、自我效能與生活滿意度之關係－社會支持的調節效果
	計畫主持人: 陳婉瑜
	計畫編號: 104-2629-S-265-001- 學門領域: 性別與科技研究

無研發成果推廣資料

104年度專題研究計畫成果彙整表

計畫主持人：陳婉瑜	計畫編號：104-2629-S-265-001-
計畫名稱：在職進修女學生之人際依附、自我效能與生活滿意度之關係－社會支持的調節效果	

成果項目					量化	單位	質化（說明：各成果項目請附佐證資料或細項說明，如期刊名稱、年份、卷期、起訖頁數、證號...等）
國內	學術性論文	期刊論文			1	篇	投稿中(商管科技季刊)
		研討會論文			1		2016第十一屆中華商管科技學會年會暨學術研討會
		專書			0	本	
		專書論文			0	章	
		技術報告			0	篇	
		其他			0	篇	
	智慧財產權及成果	專利權	發明專利	申請中	0	件	
				已獲得	0		
			新型/設計專利		0		
		商標權			0		
		營業秘密			0		
		積體電路電路布局權			0		
		著作權			0		
		品種權			0		
		其他			0		
	技術移轉	件數			0	件	
		收入			0	千元	
國外	學術性論文	期刊論文			0	篇	
		研討會論文			1		2016 International Conference on the Asia Regional Economy and Local Industry Development (ICAL2016) -- The Innovation and Sustainability of the Livelihood Industry
		專書			0	本	
		專書論文			0	章	
		技術報告			0	篇	
		其他			0	篇	
	智慧財產權及成果	專利權	發明專利	申請中	0	件	
				已獲得	0		
			新型/設計專利		0		
		商標權			0		

		營業秘密	0		
		積體電路電路布局權	0		
		著作權	0		
		品種權	0		
		其他	0		
	技術移轉	件數	0	件	
		收入	0	千元	
參與計畫人力	本國籍	大專生	3	人次	
		碩士生	1		
		博士生	0		
		博士後研究員	0		
		專任助理	0		
	非本國籍	大專生	0		
		碩士生	0		
		博士生	0		
		博士後研究員	0		
		專任助理	0		
其他成果 （無法以量化表達之成果如辦理學術活動、獲得獎項、重要國際合作、研究成果國際影響力及其他協助產業技術發展之具體效益事項等，請以文字敘述填列。）					

	成果項目	量化	名稱或內容性質簡述
科教國合司計畫加填項目	測驗工具（含質性與量性）	0	
	課程/模組	0	
	電腦及網路系統或工具	0	
	教材	0	
	舉辦之活動/競賽	9	針對弘光科技大學、雲林科技大學、長庚科技大學、崑山科技大學、台中科技大學、環球科技大學、虎尾科技大學、朝陽科技大學、德明科技大學等九所學校的問卷說明會
	研討會/工作坊	0	
	電子報、網站	0	
	計畫成果推廣之參與（閱聽）人數	150	成果公開發表兩次學術研討會

科技部補助專題研究計畫成果自評表

請就研究內容與原計畫相符程度、達成預期目標情況、研究成果之學術或應用價值（簡要敘述成果所代表之意義、價值、影響或進一步發展之可能性）、是否適合在學術期刊發表或申請專利、主要發現（簡要敘述成果是否具有政策應用參考價值及具影響公共利益之重大發現）或其他有關價值等，作一綜合評估。

1. 請就研究內容與原計畫相符程度、達成預期目標情況作一綜合評估
■達成目標
□未達成目標（請說明，以100字為限）
　　□實驗失敗
　　□因故實驗中斷
　　□其他原因
說明：

2. 研究成果在學術期刊發表或申請專利等情形（請於其他欄註明專利及技轉之證號、合約、申請及洽談等詳細資訊）
論文：■已發表　□未發表之文稿　□撰寫中　□無
專利：□已獲得　□申請中　■無
技轉：□已技轉　□洽談中　■無
其他：（以200字為限）
研究成果已分別發表
1.2016亞洲區域經濟與地方產業發展國際研討會
2.2016第十一屆中華商管科技學會年會暨學術研討會。
接續努力修改修期刊論文。

3. 請依學術成就、技術創新、社會影響等方面，評估研究成果之學術或應用價值（簡要敘述成果所代表之意義、價值、影響或進一步發展之可能性，以500字為限）
本研究主要探究在職女學生的依附關係、自我效能、社會支持和生活滿意度之間的關係。有兩個研究發現可以提供個人、學校的教育如何提升在職進修女學生自我效能改善的切入點。
1.個人本身的自我效能扮演很重要的角色，當在職女學生其自我效能越高，可以藉由自我調整機制可以促進工作滿意度；也可以做為依附關係和生活滿意度之重要中介因素。因此學校單位應該規劃提升在職女學生自我效能的相關配套，以降低其工作和家庭與學業間的衝突，這屬於內在機制。
2.另一方面，本研究發現社會支持會對自我效能和生活滿意度造成干擾效果。也就是當有了外在的支持，尤其當有了家人支持時，將會強化自我效能和生活滿意之間的關係。

4. 主要發現
本研究具有政策應用參考價值：□否　■是，建議提供機關各級大專院校在職專班
（勾選「是」者，請列舉建議可提供施政參考之業務主管機關）

本研究具影響公共利益之重大發現：□否　■是

說明：（以150字為限）

本研究有兩個研究發現可以提供個人、學校和家庭參考。

1.內在機制的自我效能扮演促進在職進修女學生依附關係和生活滿意度的重要中介的角色。

2.當有了外在的社會支持，尤其當有了家人支持時，將會強化自我效能和生活滿意之間的關係。