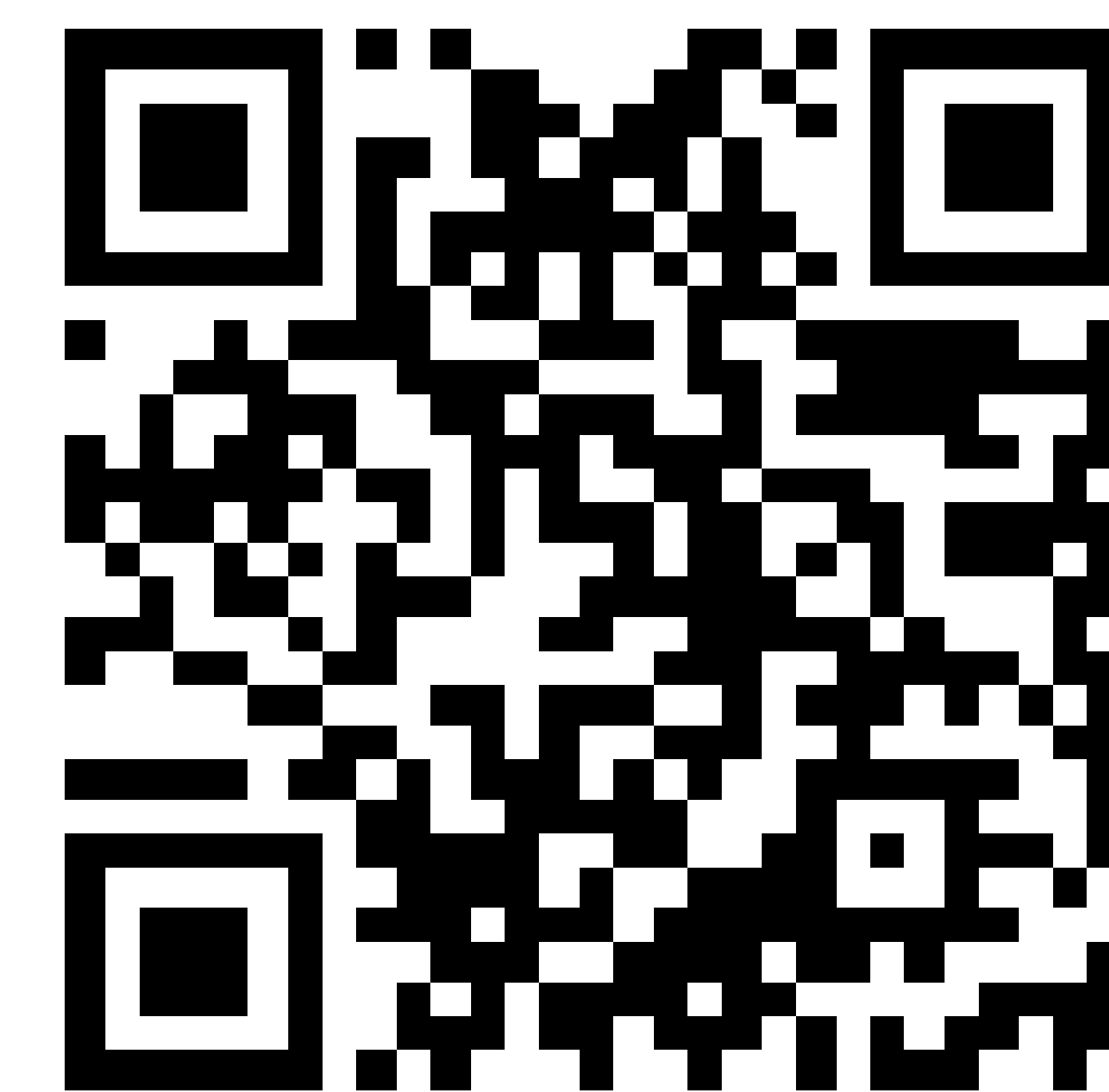




佛教情緒狀態量表之編製研究

張永霖 黃國彰 王鎧毅

佛光大學心理學系



※量表連結QR-code，敬請掃描觀看。

研究背景與目的

人生在世就是「苦」，而苦的來源依聖嚴法師(2000)所述，其根本為貪嗔癡加上慢、疑共五毒。

西方學者時常以「憂鬱」及「焦慮」描述一個人內心受苦的狀態(suffering) (Freud, 1926)。

Brenner(1982)認為憂鬱與焦慮與苦是有關連的。

綜觀東方學者與西方學者各以其概念對受苦一議題所做出的解釋，鑒於過去並未有研究以佛教苦的概念形成量化的測量工具，本研究欲以東方佛教的苦概念為理論基礎，結合西方心理計量，編製成「佛教情緒狀態量表」，以建構本土之佛教情緒狀態量表，同時為東西方受苦之概念連結。

研究方法

一、研究程序與研究樣本：

本研究分兩階段：

[階段一]

- 1.邀請6位擁心理學、佛學及哲學專業背景的專家學者，進行120分鐘焦點訪談，整合成預試量表題項初稿。
- 2.隨後，邀請4位具有心理學及佛學專家學者，針對量表初稿進行專家內容效度檢核。
- 3.再者，邀請303名大專生(有效樣本296名)進行量表預試，並透由項目分析及因素分析等過程，編製「佛教情緒狀態量表」。

[階段二]

- 1.邀請349名(有效樣本341名)大專生進行正式施測，以不同時段在不同地點邀請不同大專生，區隔預試樣本及正式樣本。

二、研究工具：

(一)佛教情緒狀態量表：題目共18題，有五個分量表，分別為「貪」(共3題)、「瞋」(共3題)、「癡」(共3題)、「慢」(共5題)及「疑」(共4題)。採用Likert五點量表，1代表「從不如此」，5代表「總是如此」。

(1)貪分量表：指的是貪心。例題：「我會因為別人的成就比我好而感到沮喪。」

(2)瞋分量表：指的是生氣焦躁。例題：「當自己重複犯同樣的錯時，，我會感到憤怒。」

(3)癡分量表：指的是愚癡無明。例題：「當事情有錯時，我不認為問題出在我身上。」

(4)慢分量表：指的是驕慢自大。例題：「我常常覺得自己比他人優秀。」

(5)疑分量表：指的是狐疑猜忌。例題：「相信別人對我而言，是很困難的。」

(二)憂鬱焦慮與壓力量表(DASS-21-C)：考驗研究者自編量表之效標關聯效度。

DASS-21-C由陳昱潔與陳淑惠(2019)翻譯而成，題目共21題，有三個分量表，分別為「憂鬱」、「焦慮」及「壓力」，分量表各有7題。採用Likert四點量表。總 $\alpha = .95$ 。

研究結果與結論

一、預試分析結果

(一)項目分析結果

據邱皓政(2011)及涂金堂(2012)一書，若三項不良指標中有兩項不良指標時，則確定建議予以刪除該題項。原預試施測59題中，共8題達刪題標準，餘計51題。在進行探索性因素分析前，需觀察每題與該面向之題項在Pearson相關上是否有低於.30，篩選後共有4題低於 .30，最後計47題進入探索性因素分析。

(二)探索性因素分析結果

本量表KMO值為 .898，顯示KMO判斷標準為「不錯」程度。以「平行分析法」協助決定應抽取因素個數較為合適，真實資料特徵值須比EZ-parallel模擬特徵值還要大，可保留因素，最終得知本量表共有5個因素。

本研究利用「最大變異法」直交轉軸模式，針對本量表中的五個分量表題項進行探索性因素分析。經數次轉軸，共刪除27題因素負荷量皆低於 .40，屬不良題目。最後，剩餘題項合計18題，作為正式施測量表題項。各因素命名及負荷量如表1所示。

表 1 因素分析摘要表							
正式題號	內容	因素一 慢	因素二 疑	因素三 貪	因素四 瞋	因素五 癡	共同性
1	總覺得生活中有著我該擁有，卻沒有得到的東西。	.176	.129	.573	.208	.110	.431
2	別人的生活看起來總是比我的生活有趣。	.032	.217	.649	.195	.148	.530
3	我會因為別人成就比我好而感到沮喪。	.141	.134	.596	.291	.131	.494
4	當我沒把該做的事情做好時，我會厭惡自己。	.061	.128	.291	.594	.032	.458
5	當自己重複犯同樣的錯時，我會感到憤怒。	.128	.174	.145	.677	.140	.545
6	當他人誤會我時，我會感到暴躁。	.165	.161	.239	.507	.130	.385
7	我覺得他人講的常常是錯的，只有我自己的想法才是對的。	.264	.096	.227	.188	.434	.354
8	當事情有錯時，我不認為問題出在我身上。	.235	.061	.142	.087	.761	.666
9	我的失敗常是因為別人造成的。	.197	.244	.083	.091	.471	.335
10	我覺得我表現比他人好是理所當然的。	.772	.182	.128	.151	.083	.675
11	我常常覺得自己比他人優秀。	.712	-.033	-.046	.079	.207	.559
12	當我參加比賽時，比別人優秀是應該的。	.651	.065	.191	.217	.080	.518
13	跟我同齡層的人們，成就都不及於我。	.572	.178	.209	-.010	.207	.446
14	別人的成就不如我，是因為他們不夠努力。	.502	.135	.035	.039	.148	.295
15	我覺得這個世界上沒有真心的朋友。	.112	.658	.181	.112	.071	.496
16	相信別人對我而言，是很困難的。	.048	.725	.020	.126	.080	.550
17	我覺得別人對我好常常是另有所圖。	.111	.730	.171	.156	.084	.606
18	別人在我失敗後給予安慰，我認為這是在看我笑話。	.266	.556	.231	.127	.222	.499
特徵值		2.468	2.115	1.562	1.432	1.266	
解釋變異量%		13.71	11.75	8.68	7.96	7.04	
累積的解釋變異量%		13.71	25.46	34.14	42.10	49.14	
抽樣適當性檢定值（KMO）		.860					
Bartlett 球型檢定		近似 χ^2 值為 1787.407					



二、正式施測分析結果

(一)信度分析

正式結果中五個分量表貪、瞋、癡、慢、疑的 α 依序為 .65、.76、.65、.81、.81；全量表的 α 為 .83，良好的內部一致性。

(二)效度效度

1.建構效度

(1)初步適配效標的評判情形

本量表18道題歸屬於五個因素下，進行第一階驗證性因素分析模式之初步適配情形，無任何負值變異數，亦無高過1的積差相關係數，顯示初步適配情形良好。

(2)整體適配效標的評判情形

由表2可知，除了卡方統計量（ $\chi^2 = 322.980, df = 125, p < .001$ ）及RMSEA屬不良適配情形之外，其他皆屬良好適配情形，故就整體適配情形而言，屬良好適配情形，顯示良好建構效度。

表 2 佛教情緒狀態量表之整體適配指標摘要表

模式	χ^2	χ^2/ df	CFI	RMSEA	TLI	GFI
第一階五個相關因素模式	322.980	2.584	.902	.068	.879	.902

二、[續]正式施測分析結果

2.聚斂效度與區辨效度

本量表大部分題目信度高於 .40，組合信度介於 .34 ~ .61間，平均變異數抽取量介於0.15 ~ 0.32之間，顯示本量表聚斂效度尚可。

各分量表之平均變異數抽取量為0.17、0.32、0.15、0.23、0.29。如下表3所示，呈現兩兩分量表間積差相關係數平方，其中大部分各分量表之積差係數小於平均數抽取量，具有良好區辨效度。

3.效標關聯效度

本量表與DASS-21-C兩個量表整體呈顯著中相關（ $r = .49$ ），各分量表呈顯著中相關（ $r = .40 \sim .50$ ），顯示本量表與DASS-21-C之同時效標關聯效度尚可。

表 3 佛教情緒狀態量表區辨效度的評判指標					
	貪	瞋	癡	慢	疑
貪	0.17				
瞋	0.62	0.32			
癡	0.19	0.08	0.15		
慢	0.03	0.04	0.34	0.23	
疑	0.14	0.09	0.30	0.02	0.29

註：主對角線呈現每個因素的平均變異數抽取量；矩陣下三角形則呈現各個因素間的積差相關係數平方。

三、結論

本研究編製「佛教情緒狀態量表」具有良好信效度。期待拋磚引玉，提供後續研究者利用東方佛學概念結合西方心理學建構更多本土心理學之測量工具。提供實務領域可以佛學為基礎之有效評估情緒狀態之測量工具。

感謝您的聆聽。

張永霖、黃國彰、王鎧毅

致謝：本研究案經費由佛研中心計劃提供。感謝協助本研究的所有師生。