

緣的特性及其對生涯發展的影響*

李迪琛

北京理工大學珠海學院
中美國際學院

金樹人

澳門大學
教育學院

本研究旨在探討「緣」的特性、「緣」在生涯發展中的功能及其對生涯發展的影響。根據立意取樣邀請六位研究參與者，採用訪談法搜集生涯緣分故事，運用敘事研究法中的「類別-內容」分析法對所得資料進行分析。結果顯示：「緣」的特性可分為「緣即變易」、「緣牽一線」、與「緣來如此」等三大類共十一項特性。「緣」在生涯發展中的功能有「以緣補缺」、「創造轉變」、「維持穩定」、「警醒提示」、「引導成長」、與「整合經驗」等六項。緣對生涯發展的影響主要在「緣分故事促進生涯發展」、「善應機緣陶鑄自我成長」兩類。

關鍵詞：生涯發展、敘事研究法、緣

* 本篇論文通訊作者：金樹人，通訊方式：jinshuhren@gmail.com。

「緣」是東方人獨特的認識事物或解釋關係的方式，它作為重要的本土性認知，長期存在於華人文化當中（徐欣萍、黃光國，2013）。在既往的研究中，「緣」常被認為是華人心目中的一種命定或前定的人際關係，帶有很強的宿命觀（楊國樞，1988；Goodwin & Tang, 1996）。它被廣泛的用於解釋一切關係的悲歡離合，親疏遠近。它有著豐富的文化內涵，被視為是長期存在於集體潛意識當中的隱喻（Ortner, 1973），為華人維持人際關係的和諧和處理各種矛盾衝突，提供了一個象徵性的解釋（Chang, 2002; Stern & Johnson, 1981; Schon, 1993）。

回顧既往研究，發現近代有關「緣」的學術研究主要集中在探究「緣」的特性、以及「緣」在人際關係中的功能與影響。在其特性方面，楊國樞（1982）根據傳奇、稗官野史及民間傳說將「緣」的來由歸為「下凡歷劫」、「妖魔鬼變」、「轉世輪迴」、「善惡報應」、「冥冥之中」等五類。張思嘉與周玉慧（2004）的研究則將其來源歸為「超自然力量」、「輪迴」、「機率巧合」、「人為力量」、「多種力量」等五種。這些來源，體現了「緣」不可控的特性。另外，「緣」具有個人主觀意義，常以巧合、機遇等形式體現，促成某種和諧的人際關係（楊國樞，1988；Heger, 2015）。它無法通過理性解釋，自然發生，無法強迫，但它是積極的，或最終會被視為積極的（Chang & Holt, 1991; Heger, 2015）。

在「緣」的功能與影響方面，楊國樞（1982）的研究發現，「緣」貫穿於人際關係互動的全程，能夠有效的維護人際關係的和諧。它在人際關係的發展當中具有催化劑的功能，會因歸因方向不同而瞬時促進或減弱關係的發展，「緣」的這種特殊功能允許關係的不連續性（楊國樞，1988）。這一功能，為「緣」作為補充解釋西方理論中難以用理性解釋的現象提供了可能性，比如「機遇」（happenstance）、「偶發事件」（serendipity）等。在夫妻關係中，關係發展的初期「緣」的作用最大，「有緣」的感覺會促進關係的發展，對婚前關係的穩定度有重要影響（張思嘉與周玉慧，2004）。另外，對有緣分信念的大學生進行調查，發現參與型緣分風格者比順應型緣分風格者更能從分手經驗中獲得更多益處（李昫真，2009）。在情緒方面，李新民、陳蜜桃（2006）研究發現，「緣」的感覺能夠帶給人積極的情緒體驗，「分」的感覺讓人傾向於承擔責任。

徐欣萍（2012）從文化心態與心理適應兩個層面進行分析，提出了「關係互動中的緣分運作與心理適應歷程模型」，該模型結合儒道佛三家思想，將「緣」視為關係互動的思維基礎，並通過「天命觀」進行運作。在「緣」的部分，主要受到佛家與道家「因果報償」、「順應自然」的信念的影響，容易引發人「認命」的心態，進而採取「忍耐」或「寬恕」的因應行動，反之則容易「生氣」或「憤恨」；在「分」的部分，主要受到儒家「反求諸己」與「義務觀」的影響，容易引發人「知命」的心態，進而採取「努力」或「感恩」的因應行動，反之則容易「後悔」或「埋怨」。即人在面臨關係困境時，會通過對「緣」的歸因產生各種積極應對行動或被動調適行為來達到心理適應的目的。徐欣萍、黃光國（2013）以 310 位台灣大學生作為被試，用聯想組合分析法研究大學生的緣觀構念，結果顯示「緣」的心理意義包括「關係」、「情感」、「機遇」、「自然」、「生命態度」、「宗教」、「其他」七個類別，可以分為「關係」、「天命觀」、「佛教」三方面，它們透過「文化認知基模」或「集體潛意識」持續影響現代人。更進一步，兩位學者 Hsu and Hwang（2016）提出緣分信念對人心理的調適模型，以 188 名大學生為取樣對象，統計其緣分信念和應對行為，利用典型相關分析進行數據分析，結果顯示緣分信念與應對行為顯著相關。當關係出現問題時，有「知命」想法越多的人越傾向於採取「努力」或「感恩」的應對方式；而有「認命」想法越多的人越傾向於採取「忍耐」作為應對方式。總的來說，「緣」具有調適華人心理的功能。

歸納以上研究，「緣」主要具有三種特性：1. 「緣」具有個人主觀意義；2. 「緣」給人以積極的情感體驗，人們對它的態度是積極的；3. 「緣」無法控制，自然而然發生，難以用理性解釋。在功能與影響方面，「緣」作為一種無法控制的外力，可以維護人際關係的和諧，促進人際關係的迅速發展；「緣」作為一種歸因方式，可以產生各種積極應對方式或被動調適行為，以達到心理適應的目的。

然而，「緣」在華人的生涯發展當中是否有相應的特性、功能與影響？它是否能夠在當前變動不居的生涯發展趨勢中，為以西方生涯理論為主調的本土生涯諮商專業添注新的東方元素？這是研究者有興趣想要探究的。

進入 20 世紀以後，傳統的理性生涯決策模式漸漸難以滿足多變的生涯環境，應對生涯發展之「變」成為生涯諮商的新挑戰。生涯之學，實為應變之學（金樹人，2007）。在這樣的背景下，「善

用機緣論」(planned happenstance theory) (Krumboltz, 1998; Mitchell, Levin, & Krumboltz, 1999), 榮格「同時性概念」(synchronicity) (Guindon & Hanna, 2002), 「生涯混沌理論」(the chaos theory of careers) (Pryor & Bright, 2003; Pryor & Bright, 2011), 金樹人(2010)的「生涯決定歷程的C-U-C模式」等應對生涯之變的理論或模式相應產生。黃素菲(2016)將生涯「變」與「不變」的理論進行整合, 提出當代的生涯幸福觀應以「不變/常」的生涯決策方式應對「變/無常」的社會局勢。在「不變」的部分, 可通過「建立生涯願景」、「從事生活設計」、「探索生命故事」、「提升生涯適應力」等等這四種生涯諮商方式穩定生涯決策的軸心。同時, 以識「變」之心對「積極的不確定性」、「計畫性機緣力量」、「共識性」、「生涯混沌理論」進行學習, 以迎接不可測的變局, 與生涯不確定性共處, 錨固生涯決策的穩定力量, 達到以「不變」應「萬變」的目的(黃素菲, 2016)。

西方的生涯理論為21世紀所面臨的社會變局提供了很大的啟示。善用機緣論關注「機遇」、「巧合」、「意外」等偶發事件對生涯發展的影響, 指出培養應變力的重要性(Krumboltz, 1998; Mitchell et al., 1999), 建議在生涯發展的過程中保持「好奇」、「堅持」、「彈性」、「樂觀」與「冒險」的心態, 要敢於面對生涯發展中的各種不確定性(Mitchell et al., 1999)。榮格的同時性概念強調「有意義的巧合」, 而華人常將這種找不到因果關係的有意義巧合稱為「機緣」或「緣分」(金樹人, 2007)。生涯混沌理論將生涯發展視為一個複雜多變的系統, 它是「複雜」、「動態」、「非線性」的, 包括「積極的不確定性」、「偶發事件」、「靈性」、「生涯敘事」等概念(Pryor & Bright, 2007)。這些新興理論或模式, 多強調對意外、巧合、機會、同時性事件等非線性情況的關注, 跳出了傳統生涯測量的理性決策模式, 關注事件的整體性、複雜性與動態性, 以一個更加靈活整體的態度來看待「變」對個體生涯發展的影響, 強調人在生涯發展過程中的開放性與靈活性。

華人對於「緣」的認知與理解, 似乎與這些生涯理論所提到的非線性概念具有相似性, 它是否有作為本土生涯諮商理論中擴展對於因應「生涯之變」的可能? 目前有關「緣」對生涯發展的影響的研究尚屬少見, 楊雅嵐(2009)研究偶發事件對流浪教師生涯決定的影響的研究, 文中36次提到了機緣對生涯發展的影響; 郭瓊灑(2010)研究生涯偶發事件中的同時性現象, 文中共47處提到了「緣」。在她們的研究中, 「緣」不是主要的研究主題, 卻是一種巧合、機會、運氣, 以偶發事件的形式出現在當事人的生命當中, 並對當事人造成影響。這與新興生涯理論中所提到的意外、巧合、機會、機遇、同時性事件的體驗相對應, 體現了「緣」可能對生涯發展產生深刻的影響。因之, 本研究希冀從華人的本土概念「緣」著手, 探究「緣」在生涯發展中的特性、功能與影響, 瞭解它是否具有因應生涯之變的可能。

根據既往研究, 可以發現「緣」不可控的特性與非線性事件的特性有相當程度的相似性。它同時又具有積極的意義, 華人特有的「緣」的認知基模能夠作為促進心理調適因應行動的一種有效工具(徐欣萍, 2016)。目前在生涯發展領域中, 有關「緣」的研究甚為稀少, 研究者希冀透過研究參與者的「緣」的故事, 深入瞭解緣的特性、緣在生涯發展中的功能及其對生涯發展的影響; 預期能豐富既有研究對「緣」的認識, 探索「緣」在生涯諮商中的應用。

針對研究目的, 本研究提出以下三項研究問題: 1. 「緣」的特性是什麼? 2. 「緣」在生涯發展中有什麼功能? 3. 「緣」對研究參與者的生涯發展產生了什麼樣的影響?

研究方法

本研究的研究過程, 主要分為研究預試和正式研究兩部分。在研究過程中, 通過半結構式的訪談提綱, 對研究參與者進行訪談, 搜集資料。繼之, 採用敘事分析法(Lieblich, Tuval-Mashiach, & Zilber, 1998)中的「類別-內容」分析法, 進行資料的分析。

一、研究工具

(一) 研究對象

本研究採取立意取樣 (purposive sampling)，設定研究對象應滿足以下條件：

1. 研究參與者對研究主題感興趣；
2. 全程參與並配合研究 (包括同意錄音，協助勘誤與補充訪談資料等)；
3. 有一定的生涯發展經驗與較強的自我表述能力。
4. 年齡和宗教不限。

最後符合條件的研究參與者有六名，背景介紹如下：

表 1 研究參與者資料表

研究參與者	性別	年齡	最高學歷	教育背景	宗教信仰
A	女	24 歲	研究生	法學	無
B	女	25 歲	大學生	應用心理學	佛教
C	女	24 歲	研究生	教育心理學	佛教
D	女	26 歲	研究生	教育學、學校輔導	無
E	女	25 歲	研究生	犯罪學	無
F	男	29 歲	大學生	資訊管理學	無

(二) 研究者

在本研究中，第一研究者是一個完全參與者，負責研究設計，資料搜集與分析等工作；第二研究者有數十年生涯諮商教學與研究經驗，在本研究中負責研究過程督導與論文指導。第一研究者畢業於廣州醫科大學應用心理系，之後短暫入職醫院擔任臨床心理工作。讀研期間在澳門大學學校輔導碩士專業接受進一步的諮商訓練，同時在教授的研究專案中擔任研究助理，進行訪談提綱的設計、參與訪談、進行逐字稿的錄入與分析等工作，對質性資料的分析有一定的實踐經驗。在正式進行本研究前，針對敘事的相關文獻進行大量閱讀，進一步豐富對敘事研究法的學習。

(三) 訪談提綱

本研究以開放性的問題進行詢問，希望通過研究參與者的生涯緣分故事瞭解「緣」對他們生涯發展的影響。因此，首先通過問題引起他們對「緣」的聯想，後由此轉移到自己的故事當中，通過敘說回憶他們生涯當中的緣分故事，瞭解自己的改變歷程。訪談問題如下：

1. 聽到「緣」的時候你能想到什麼？「緣」給你什麼感覺？你覺得「緣」有什麼特性？你能用一句話來形容一下你所認識的「緣」嗎？在你工作／學習的過程中有沒有「緣」的感覺？什麼事讓你有「緣」的感覺，請詳細描述它？什麼時候開始有「緣」的感覺？你是如何知道自己跟它有緣的？
2. 有「緣」的感覺在你工作／學習的過程中產生何種作用？你做了什麼事讓它得以發生？從這整個過程中，你能做一個歸納嗎？
3. 你認為這些經驗對你的過去、現在和未來的生涯發展會有什麼影響嗎？這些經驗讓你有什麼改變嗎？

(四) 訪談札記

訪談過後撰寫訪談札記，包括訪談過程中研究者的觀察、感想、反思及注意事項等，為下一次的訪談做準備。

(五) 知情同意書

知情同意書的目的是保護研究參與者的權益，知情同意書上將列明研究主題、研究目的、研究過程、研究參與者的權利、保密原則等事項。只有在研究參與者簽訂了知情同意書之後，才能開始訪談。

（六）研究檢核函

Lincoln (1995) 提出檢核質性研究有效程度的標準為值得信任度 (trust worthiness)。研究者搜集研究參與者所填寫的逐字稿效度檢核表，作為本研究的值得信任度指標。當研究者謄寫完逐字稿之後，請研究參與者協助檢核故事內容及其經驗符合程度，六位研究參與者的符合度依序分別為 93%，98%，95%，99%，98%，99%。

二、研究過程

本研究前期進行文獻與研究方法的學習，之後邀請一名來訪者對研究進行預試 (pilot study)，通過預試修正訪談提綱後進入正式研究。選取六名符合條件的研究參與者進行研究。研究分兩次訪談進行，訪談時間聚集在 2016 年 4 月至 2016 年 5 月，每次約兩小時，第一次訪談結束後研究者將逐字稿進行謄寫並寫出故事文本交予研究參與者進行核檢，並請其在重要的、有感覺的、有意義的地方進行畫線，若文本中出現不符部分，也請研究參與者指出並予以修改，第二次進行同樣的步驟。兩次訪談結束後將所蒐集到的材料進行分析。後於 2018 年 2 月補充訪談了兩名受訪者，將研究參與者人數增加到了六人，資料分析步驟同上。

三、資料處理

（一）訪談資料轉錄

將訪談的錄音轉錄為逐字稿，並進行編碼。如研究參與者 1 編碼為 A，第一次訪談編碼為 01，他說的第一句話編碼為 001，則 A01001 代表研究參與者 A 在第一次訪談中說的第一句話。S 表示研究參與者在訪談過程中有笑的行為。

（二）訪談資料分析

逐字稿主要採用敘事研究中的「類別－內容」分析法進行分析。

「類別－內容」分析法的分析步驟主要包括 1. 選擇子文本，2. 定義內容類別，3. 將資料歸入各類別，4. 做出結論等四步驟。具體如下：

1. 選擇子文本：將研究參與者的敘說進行編碼，反覆閱讀，形成對故事的整體印象與理解。例如：將六位研究參與者所敘說的每一句話進行編碼。「我覺得是另一種緣分，是另一種不確定的東西。」(A02031) 這表示研究參與者 A 在第二次訪談中所說的第 31 句話。反覆閱讀材料，就會形成對故事的整體印象與理解。

2. 定義內容類別：將句子逐一分析並概念化。例如：「我覺得一開始的時候，我也不知道怎麼就喜歡，就是有好感。」(B01040) 分析此文本的時候，研究者根據其內涵，將其概念化，標記為「吸引力」。而分析子文本「我覺得是另一種緣分，是另一種不確定的東西。」(A02031) 時，根據其內涵將其標記為「不確定性」。

3. 將資料歸入各類別：將內涵一致的句子匯集在一起，並進行概念化命名，定義類別。例如：「就是日本的一所學校，我覺得好被吸引啊，我覺得自己也好想開一個這樣的學校啊，然後就一直都有這個想法，然後一直保存到現在。」(D01075) 與「我覺得一開始的時候，我也不知道怎麼就喜歡，就是有好感。」(B01040) 這兩句分別是研究參與者 D 與 B 敘說的，在上一步驟中都被標記為「吸引力」，同理，將所有標記為「吸引」的子文本匯集在一起，且與其它不同概念的句子相區別，保證意義不重複。

4. 做出結論。以「吸引力」為例，在上一步驟中，已將內涵一致的句子都匯集在一起並進行概念化。接下來，進一步閱讀句子，將其放在研究參與者所描述的故事中，綜合分析其內涵，最後得出吸引力指「緣」可以引導人最終成長為如其所是的自己的結論。

四、研究倫理

(一) 知情同意的倫理議題：

準備知情同意書，充分告知研究參與者有關研究的目的、程序、研究資料的保密原則，研究參與者的權利等有關的倫理事項後，在研究者確認完全明白且無疑問的情況下簽署研究同意書，之後展開正式研究訪談。

(二) 逐字稿轉騰的倫理議題：

研究者在錄入逐字稿的過程中隱去能夠表現研究參與者及其他人士身份的相關信息以保護研究參與者隱私，錄音不得外傳，在研究結束後進行銷毀等。

(三) 研究報告撰寫的倫理議題：

研究報告的撰寫內容均採用匿名的方式，以保護研究參與者及相關人士的隱私，報告中呈現的內容在取得研究參與者的同意而後呈現。

研究結果

根據敘事研究法中的「類別－內容」分析法對研究參與者的緣分故事進行分析，回答研究問題，得出結論。以下分為「緣」的特性、「緣」在生涯發展中的功能、「緣」對生涯發展的影響等三部分呈現。

一、緣的特性

根據六位研究參與者的故事內容，將涉及描述緣的特性的故事歸類，利用「類別－內容法」進行分析，發現「緣」的特性可以分為三大類共十一項，如圖 1。第一類，「緣即變易」，表現緣的複雜多變的特質；第二類，「緣牽一線」，表現緣如線一般的牽引串連特質；第三類，「緣來如此」，一方面表現除了另外兩類之外緣的本來面貌，亦表達人自己應該盡到的力量。

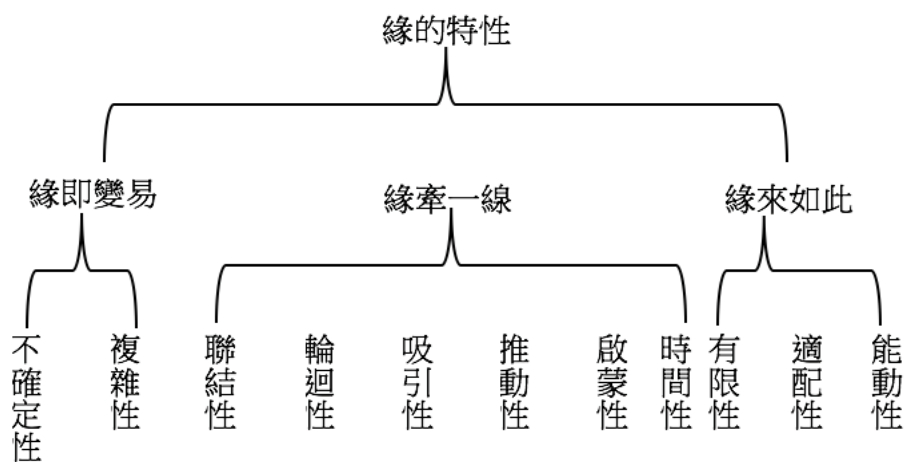


圖 1 緣的特性圖

(一) 緣即變易

「緣即變易」包含緣的「不確定性」與「複雜性」兩大類，一方面體現「緣」無法預知、無法控制的特性，另一方面體現「緣」的主觀性與特異性，每個人的「緣」都是獨特的。同時，也正因為緣的複雜多變性，隱含了人可以重新理解「變」、應對「變」的可能。這讓處於生涯發展中的個體重溫其中的變數，也給處於生涯困境中的人們帶來一線生機。

1. 不確定性：緣的來去無法解釋、無法預知、無法控制

六位研究參與者常將「緣」描述為神奇、莫名其妙、意料之外、沒有刻意計劃、很玄的性質，這體現了「緣」不確定性的特性；它常常給當事人帶來計劃之外的變化，讓人猝不及防。這些計劃之外的「變」加強了緣「先天命定」的意味，並給人帶來難以預知的影響。

「我覺得是另一種緣分，是另一種不確定的東西。」(A02031)

「都是發生在外界的一些事件吧。」(C02023)

「還有都是不可控制的。」(C02024)

「我更願意把它理解為一種很玄的東西，一種宿命的感覺吧。」(E01006)

2. 複雜性：緣的面具千變萬化，不可捉摸，只有當事者能夠賦予其緣的意義

「緣」的表現讓人無法捉摸，在六位研究參與者的故事中，它以人、關係、機會、巧合、物、鼓勵、肯定、支持、興趣、習慣、陪伴、引導、學習、相似性等各種形式展現，具有極強的主觀性，只有當事者可以賦予「緣」的意義。

「緣就是你遇到的每一件事，每一個人，然後你自己發生的任何變化，這些都是緣分。」(D01004)

「我覺得緣分，更多的時候是一種習慣。」(A01029)

「緣分，可能是一個時間、一個地點、一件巧合的事。」(A01001)

「緣分像是一種關係，一種後知後覺的 connection。」(B01002)

(二) 緣牽一線

「緣牽一線」包含「緣」的六個特性，它們落在生命的各個點，以緣為線，將人生的點滴串連。有時默默牽引，有時及時促進，它或許會意外的打開人的心門，展現更廣闊新奇的世界，可以一路向前。

1. 聯結性：「緣」如線一般將事件的因果串連，創造無序中的有序體驗

「緣」的聯結性體現在它如線一般的特質，它存在於無形中，意外的出現，默默的將生命串連，但只有當事者回看時才能體味其中滋味。

「我覺得我挺慶幸我能夠跟著這些千絲萬縷的緣在走的，我覺得這些緣給了很多方向或者是一些鏈接...說不清的...讓我成為我想要成為的那個樣子，那個人。」(B01069)

「緣分這個東西就是一條線，一條線穿著三個珠子，可是這條線在哪裡你也看不到，然後這條線會怎樣穿，你都不知道，但是我知道這個東西存在。」(D01100)

「就是緣分，可能就是指你跟某一件事某一個人的冥冥之中的一種聯繫，你看不到它，可是你感受的到它，會給你帶來結果。」(E01001)

2. 輪迴性：「緣」循環往復的出現在我們螺旋上升的人生當中，幫助個體適應環境的轉變，獲得穩定的發展

研究參與者 C 將反覆出現的「緣」的體驗稱為輪迴，它出現在她看似短暫的人生當中，維護她對生命穩定的體驗。這種輪迴的體驗，具體指她所體驗到的相似性與熟悉感，比如現有經歷的重新體驗，初見時前世有緣，今生再見的熟悉感，並伴隨著難以解釋的情緒體驗。研究參與者 E 和 F 的工作經驗也體現了「緣」的輪迴性，從 E 意外入住大學的書院起，到研究所申請擔任書院

的「輔導助教」(residential tutor)，再到之後的工作也因為曾經的書院生活經歷而獲聘，這一切，似乎與最初的書院經歷有關，在 E 看來也是「緣」的輪迴。而 F 也是如此，雖然不是教育學的專業，卻因為最初的短期支援教學經歷而至今仍教育業中兜兜轉轉。

「有可能就是你的成長歷程不是一條往前的線，它是一個圈。你感覺是一直在往前走，但是它有可能就是一個圈，你又回到了原來的那個地方，然後可能遇到的那些新的人就感覺和以前的人很相似。」(C01015)

「沒有了這個緣啊...那可能...會不會就不會按照那個規則...就不會那麼規則，有可能是很隨意的。」(C01031)

3. 吸引力：「緣」可以引導人最終成長為如其所是的自己

「緣」具有吸引力，能夠給人帶來好奇、吸引、想要去追尋等感覺。有五位研究參與者均有此體驗。比如 B 認為自己跟著千絲萬縷的「緣」在走，對於專業從小莫名的喜歡，讓她可以義無反顧的去追尋；D 則是從讀完了「窗邊的小豆豆」這一本書之後，就種下了書中「巴學園」的種子，從那之後就情不自禁的一直被吸引，想要去追尋與創造類似「巴學園」的學習環境。F 則是莫名的對粵語和香港感興趣，十分想要去探索，也在這個過程中收穫了令其滿足的體驗。這些故事與體驗，都反應了「緣」具有難以解釋的「吸引力」，冥冥之中引導當事人前行。

「就是日本的一所學校，我覺得好被吸引啊，我覺得自己也好想開一個這樣的學校啊，然後就一直都有這個想法，然後一直保存到現在。」(D01075)

「我覺得一開始的時候，我也不知道怎麼就喜歡，就是有好感。」(B01040)

4. 推動性：「緣」可以直接或間接的推動人的生涯發展

「緣」具有推動性，它直接或間接的推動了人的生涯發展，對研究參與者有正向的影響。六位研究參與者均有此體驗，在生涯發展中，善緣可以直接推動人的生涯發展，它會營造一個適合發展的環境，並在適當的時刻為當事人提供意料之外的幫助，如 C 考研究所失敗後的新方向、與好友的適時談話所帶來的啟發、優秀的成績、老師的鼓勵等推動事件。

而逆緣雖會暫時讓人有陷於苦中的感覺，但在過程中會引起人的警醒與反思，促發離苦的行動力，將人導向一個更加積極的方向。例如，B 和 D 是通過緣分事件的反思，進一步推動了自我對事件的認識，從而做出回應。

「我覺得它是個動力。是對我音樂的一種肯定。」(A01051)

「它可能就是類似於逆境緣吧，它給了你一個新的方向。然後你在這個新的方向上面反而發現了新的道路。」(C01035)

「她讓我很堅定的，我一定要去考研，而且我一定要遠離這個圈子。」(B02106)

「可能會指引着你，改變你一些人生軌跡。」(E01002)

5. 啟蒙性：「緣」可以在冥冥中幫助人開啟心智

「緣」可以開啟人的心智，展現一個更加廣闊的世界，為個體提供新的視角和方向，讓其更加深刻的理解和認識舊有的知識。如 A 的維也納音樂學習體驗，為她打開了與音樂交流的新大門，她稱為是一種昇華；而 D 在學習正念的過程中重新認識了自己，能夠以一個更加積極正念的態度對待自己與當下的環境；E 在申請過程中意外入住書院，並在書院的體驗中獲得了許多新鮮的體驗與改變，後來，又因為書院的經歷獲得了相關的工作機會等。同時，啟智的結果會循環影響人，讓其在成長的過程中遇到更多的可能性與新體驗。

「他帶著你，就像給你打開一扇窗戶跟我一起去從窗外看這個音樂，這個世界是多美好，音樂是非常美好的。」(A01056)

「但是那時候 C 老師就從我完全沒有想到的一個角度跟我講，像有一個轉化、一個轉機在那里，讓我看到，覺得哇，這樣子啊！就好像發現了一個新大陸那樣，覺得很開心。」(B01043)

「算是我開啟另一段人生軌跡的入口吧。」(E01009)

6. 時間性：「緣」出現在合適或特殊的時間點，由起而落，帶來獨特的影響

「緣」的時間性有兩層含義，第一，它出現在合適的時刻或特殊的時間點，當人回看時，絕不會忽視那個當下的意義，如 C 的三大推動性事件；第二，它是一個有起有滅的歷程，尤其在關係當中，緣具有階段性，隨著關係的發生、發展、結束而起滅。也有研究參與者提到，「緣」的起滅，與人心中的未解決事件有關，若當事人一直執著，「緣」將一直存在，等待被呼應的那一刻。

「我就覺得這些事情的發生，其實發生的那個點我覺得就是緣分的力量。」(C01042)

「就是它出現的時刻很奇妙。」(C01041)

「是有一個有起，然後有滅，還有如果這個事情你一直去執著它的話，沒有化解的話，那它一直就會留在你身上，直到有一天它被得到呼應啊，得到一個打開。」(B02071)

(三) 緣來如此

「緣來如此」包含緣的「有限性」、「適配性」、「能動性」三個特性，體現緣與人相伴隨行，發生在人身旁，緣與人相互選擇，當它來時，需要人主動呼應，在緣與人的互動中，自我終將長成。

1. 有限性：「緣」發生在我們身邊，並與我們相伴而行

根據六位研究參與者的描述，「緣」發生在我們身邊，只有與我們有關係的人或事有被我們稱為緣的可能，這就是「緣」的有限性的體現。在 A 看來，人與人之間交集越深則意味著緣越深，而交集是有限的；在她看來，這種有限性是「緣」看似不確定與無序中的確定性，它提供給我們認識「緣」的契機。

「感情上的價值觀的交集。就是你們倆有些想法很一致，而且你發現你們倆三觀都非常正，感覺你們倆有很多可以聊的，然後共同感興趣的東西比較多，然後正好你倆就碰到了，然後她正好在你的生活圈，你可以夠到的範圍內。」(A01076)

2. 適配性：「緣」與人相互匹配，相互選擇，給人帶來獨一無二的影響

「緣」與人相互匹配，「我選擇了它，它也選擇了我」，六位研究參與者均有此體驗。「緣」對人莫名的吸引，人對緣不自覺的追隨，創造了人與緣適配的神奇體驗，給當事人帶來獨一無二的影響。

「我覺得如果我不做這個事情，就會覺得沒有了人生意義這種感覺。……就是能夠 match 到，就會覺得是擅長。」(B01041)

「我選擇了它，它也選擇了我。」(D01109)

「其實就是我覺得這是一件好的事情，我覺得我要去做，所以我就來了，可能其它的想法不多，然後這幾年一直也是來來回回好像工作都跟教育、都跟老師產生了關係。」(F01067)

3. 能動性：隨緣盡分，盡分隨緣

「緣遇」或許簡單，但是「緣續」卻離不開人主觀能動的呼應與恰如其分的盡力，在生涯發展的道路上，「隨緣盡分，盡分隨緣」，二者相輔相成，缺一不可。如 A 受到來自外界的鼓勵與自

我的堅持；B 被莫名的吸引且追隨；C 在新方向上的努力；D 在「巴學園」之夢中偶遇的機會與堅持；E 被書院意外錄取後的豐富體驗與繼續傳承；F 在教學工作中的理想與反思等。

「你很盡力，你很盡力，你想要這個東西，你很盡力的做到這裡了，然後這時候你的心可以放下來，保持一種比較平靜的感覺，然後期待的是外界的力量去幫你達到後面的這個部分，然後去...就是得到了這個緣，可是如果你心一直很盡力，很想要很想要，太過了，已經過到了這個，就是用所有的力量，太多了太多了，這時候你就得不到這個緣，可能就換了一個方向了。」(D02061)

「一個事情的結果跟你自己肯定有一定的關係，剩下的另外一半就是緣，那些不可控的，玄乎其玄的東西。」(E01040)

二、緣在生涯發展中的功能

分析緣分故事，發現緣在生涯發展中的功能主要有「以緣補缺」、「創造轉變」、「維持穩定」、「警醒提示」、「引導成長」、「整合經驗」等共 6 項。

(一) 以緣補缺：有緣的相遇讓我們變得更加完整

相遇是「緣」，在六位研究參與者訴說的緣分故事中，不約而同的提到「緣」引導他們成長，成為更完整的自己。在當事人的生涯發展中，「緣」以單獨或有聯繫的方式出現，讓他們在當中學習、收穫，有更加完整的體驗。

「它幫助我成為更好的我。讓我更加完整...也不能說更加完整...就是更加的好，以一個好的心態去面對生活。」(A01112)

「無論是正向的緣分還是逆向的緣分，如果缺了它們都會有一種空缺感，因為二者都很重要，缺一不可...在一起才是完整的。」(E01016)

(二) 創造轉變：生涯迷茫與困頓中提供轉變的機遇

在研究參與者的生涯發展中，總會遇到迷茫與困頓的時刻，如 C 剛上研究所時的迷茫，B 所陷入的工作困局等。而這時候，「緣」以朋友的適時談話、被困的心情等方式出現，提供給人反思的機會，讓他們可以重新審視當下，做出新的選擇與改變。

「就是她雖然會給我一些限制，但是同時呢，可能就是讓我在這方面要有所警醒，哦，你這樣子，你繼續往這個方向不行哦，因為我可能通過這樣的方式去限制你不要再往這方面」(B02108)

(三) 維持穩定：在生涯過程中提供積極的情感體驗，穩定生涯發展

生涯發展是一個連續的過程，在此過程中會遇到各種人與事對目前的生涯狀況進行反饋並繼續前行。如 A 在音樂學習的過程中屢次獲得老師的讚賞、自己創作的快樂等，讓她可以更加穩定的在音樂中獲得發展；B 在專業學習中收穫的滿足與驚喜讓她可以一直走在專業發展的道路上；C 在課程當中受到的誇獎；D 快樂的教學體驗讓她可以持續的想要追求自己的夢想；E 在書院生活中收穫強烈的安全與歸屬感，並冥冥中想把它承繼下去；F 在困頓中收穫來自過去學生的問候，瞬間舒展心情等。這說明，「緣」提供了積極的情緒體驗，可以維持生涯的穩定發展。

「我覺得我在這方面會比較擅長，我在這裡面會得到很多的成就感，或者是覺得很有價值、很有意義，它能滿足我的一些需要。」(B01040)

「我之前在雲南的兩年也很辛苦，每天都辛苦，但是現在回憶起來那些辛苦就是你完全記不得有多辛苦，只是記得快樂很多啊。」(D02020)

(四) 警醒提示：「緣」的示現適時為個體提供反思的機會

在生涯發展中，難免遇到困境，「緣」如警鐘一般，引發其自我覺知，反省現況，重新釐清自我對職業的需求，綜合各方條件後作出新的選擇。這其中既包含機緣的促動也包含自我理性決策的過程，研究參與者在二者的綜合互動下「解放」被困的自我。如 A 的困頓時刻，B 遇到刁鑽的上司，C 的生涯方向的轉變，D 的刻薄老闆，E 的逆境反思等。

「就是她雖然會給我一些限制，但是同時呢，就是讓我在這方面要有所警醒，哦，你這樣子，你繼續往這個方向不行哦，因為我可能通過這樣的方式去限制你不要再往這方面，我們到另外一方面。」(B02108)

「但是雖然是孽緣吧，但是也能學到不少。」(D02051)

(五) 引導成長：冥冥中引導個體成長為如其所是的自己

分析緣分故事，發現回看往事時，總能看到「緣」對自己的影響，「緣」與人相伴而行，冥冥中引導人去到自己想去的地方。如研究參與者 B 的專業追求，研究參與者 D 大樹學校的夢想，研究參與者 E 成長為了鮮活的自己等。

「我覺得如果我不做這個事情，就會覺得沒有了人生意義這種感覺。」(A01041)

「我覺得好被吸引啊，我覺得自己也好想開一個這樣的學校啊，然後就一直都有這個想法，然後一直保存到現在。」(D01075)

(六) 整合經驗：創造無序當中的有序體驗，以「不變」應「萬變」

生涯發展的過程中，有變亦有不變。「緣」在其中，以變化萬千的形式出現，卻能如線一般將人的經驗串連，給人帶來不變的穩定體驗。如 B 提到的，跟著千絲萬縷的緣在走。

「我覺得我挺慶幸我能夠跟著這些千絲萬縷的緣在走的，我覺得這些緣給了很多方向或者是一些鏈接...說不清的...讓我成為我想要成為的那個樣子，那個人。」(B01069)

三、緣對生涯發展的影響

經由緣分故事的分析，本研究發現緣對研究參與者生涯發展的影響可以分為「緣分故事促進生涯發展」、「善應機緣陶鑄自我成長」兩大類，共 9 項。

(一) 緣分故事促進生涯發展

1. 迷惘中走出生涯困境

分析研究參與者的緣分故事，發現「緣」能幫助個體走出生涯困境。如 B 在與 R 老師的互動中解決疑惑，重新認識了自己，促進了新的實踐體驗，獲得了積極的生涯體驗。C 在生涯迷茫時期總能適時遇到推動她前行的人或事，打消她的疑慮，使她堅定的前行。

「我覺得他給了很多鼓勵、肯定給我，而且也給了一些指導.....能夠讓我在某一個階段很疑惑的一些問題得到解決。」(B01015)

「就是那個時間點，這幾件事情發生的時候，正好都是我猶豫不決的時候，然後正好這件事情就發生了，一發生就把我的猶豫不決給打消了，就很堅定了。」(C01043)

2. 契入適配的工作機會

有緣的生涯體驗與人的興趣、理想相互匹配，在合適的時機提供合適的機會，讓當事者可以順利的做自己想做的事。如 B 在沙盤學習中的豐富體驗，後來順利成為了心理醫生。D 在畢業時

意外獲得符合自己心願的工作機會。E 在畢業的時候由於曾經書院的經歷順利獲得相關工作。F 隨心而行，追求自己認為對的事業，後來也一直在其中行走等。

「就是在過程之中，就會不斷的讓我覺得，嗯，我的這個選擇是對的。就是在這裡面我覺得得到了我希望得到的一些東西，而且它也就是...對我的影響也很大，就是如果我當時沒有加入沙盤小組的話，我可能現在就不會做我現在的這個工作。」(B02009)

「比如說我想去美麗小學啊，結果就面試上啦，就是緣分吧」(D02005)

3. 機緣轉換生涯視角

「緣」能促發當事人通過學習不斷提升自己的能力，獲得生涯轉換與發展的機會。如 B 提到，工作的不順雖然讓她感到困苦，但另一方面也更加激發她去學習，去接觸新的人，決心要離開目前的工作，去圓滿下一個緣。F 以一個非教育專業的身份進入教育業，成為一名老師，自己也其中不斷的體驗、學習與反思，逐漸地轉換視角，改變觀念，這對於他而言，也是「緣」。

「其實我覺得如果不是她在這裡這樣的搞來搞去讓我無法安心工作，我或許不會那麼那麼強烈兒堅定的想要考研，她可能起了一定的推動作用(S)。她讓我很堅定的，我一定要去考研，而且我一定要遠離這個圈子。」(B02106)

「成長會覺得對教育的認識沒有那麼膚淺了。認識會更深刻一些。而且這個過程會影響你，包括認識的人。.....其實現在有一些的行為，是受支教的影響，你現在的行為，你看待東西的態度，你可能會多一分理解。」(F01100)

4. 逆境緣增強情緒調節

研究參與者 A、B、D、E、F，在生涯發展中都遇到了明顯的情緒問題，尤其是處於生涯困頓時期時消極情緒的表現更為明顯。在這個歷程當中，他們都學會了更好的處理自己的情緒，進入到一個更好的狀態，促進了生涯的轉換與發展。

「就是慢慢的想...就是慢慢的分析我當時為什麼會有這種感覺，那是從哪積攢到的？就慢慢的小細節，推回到我以前的一些習慣、行為、還有我生活的一些環境，我會想，哦，原來是這樣。」(A01104)

「就是不可能生活中是沒有煩惱的，不可能生活是一帆風順的，我知道這個事情，那就讓它焦慮好了，就讓我生氣好了，我生氣我一定會生氣的，不可能說壓制我的生氣，這樣我就開心了，那樣我可能更不開心，我生氣的時候就去生氣，就 OK 了，這樣事情就可以解決了，就不去壓抑它」(D02042)

5. 激發生涯的安身立命

有緣的生涯體驗能夠最大程度的激發我們的潛能，告訴我們這是對的，是合適的，給人以使命感，讓人不但有「安身」，亦有「立命」的體驗。

「我覺得如果我不做這個事情，就會覺得沒有了人生意義這種感覺。」(B01041)

6. 鋪墊積極的生涯體驗

獲得積極的工作體驗有兩層含義。第一，有緣的生涯體驗能夠在人初出茅廬，並不太瞭解工作實務的時候，能夠有機會接觸與自己相匹配的工作內容，並通過工作體驗豐富對工作實務的認識，進一步瞭解自我與工作的適配性，獲得積極體驗，進一步明確生涯目標。第二，有緣的生涯體驗令人感到喜悅與充實，即使忙碌、辛苦、勞累，但最終仍會收穫滿滿的喜悅與自我的成長。

「我也比較專注的在心理諮詢這方面，去沙盤小組，寒暑假去流浪中心、去醫院見習啊。像這些都對我成為今天這樣做了一個鋪墊。」(B01055)

「就是模擬上心理課。你就會看到她們很興奮啊，啊~原來這個~，你會覺得他們會有變化啊，這時候我就覺得很有用。」(D01091)

「我覺得它會讓我更加熱愛我現在所做的事情，會更加的確定。在這個過程裡面，你不斷的得到一些你期望中，或者是意料之外的驚喜，或者是得到一些成就感，或者是肯定啊，或者是很多有意思的東西啊，這些。」(B02009)

(二) 善應機緣陶鑄自我成長

1. 機緣巧合深化自我認識

「緣」可以為個體提供反思的機會，促進個體對自我的認識，瞭解自己的需求，認識自己的性格，去尋找更加適配的生涯方向。

「就是我在這個漁網之中，這個漁網呢是有時候我能感受到它，有時候我感受不到它的漁網，它有時候會限制我，它可能也會牽引我，帶領我到某一些方向去。」(B02102)

「就是當她說出這句話的時候，我覺得這個人好悲哀喲。……我可以看到她那樣是我不喜歡的，就是太追名逐利，忘掉自己要享受的一些幸福快樂的事情。」(D02056)

「我覺得成長的過程中一定要有痛，一定要有挫折，你才會知道你想要什麼路，該怎麼走。」(E01015)

2. 關注接納開放與彈性

分析緣分故事，發現研究參與者在「緣」的體驗當中能夠進一步增強自己的開放性，獲得深刻的精神體驗，最明顯的就是研究參與者 A 在維也納音樂學習的體驗。另外，研究者發現，個體的開放性的增強與其本身的人格特質具有相互影響的表現，本身越具有開放性的人在描述緣分事件時更容易提到開放性的重要性，而經歷過緣分事件後，又因其難以預測、不受控制的特性而引起人對開放性的關注與接納，進一步增強自己的開放性。

「而且比完整...有時候可能不說是完整...可能是把你昇華了，帶你去看你沒有看到的世界。」(A01035)

「如果不認識自己可能一直都會那樣，但是認識到了之後就會覺得...就是心放大一點.....」(D01069)

3. 緣分事件圓滿心願

緣分事件有時以願望實現的方式出現，給人帶來心滿意足的收穫與完整體驗。如 C 的荷花燈願望的實現，B 成為心理醫生，圓了照顧爺爺的願望，F 在支援教學的過程中獲得了較為寬裕的時間，讓他可以完成去麗江和香港的心願。這個「緣」，像一個圈一樣將人的心願完結，讓其可以更好的前行。

「所以我現在做的這個工作也算是了了我那時候的心願。但是我現在所處的這個...有點像困境這樣...我的解釋是...可能我在這裡的這一段可能已經差不多到頭了，然後我要離開這一段去找...去圓滿另外的一個緣。」(B01067)

「他們跟我說，如果放荷花燈能夠飄過下面那個小橋，而不被水淹沒的話，你許的願望就會實現。……當時我許的願望就是：希望自己進入新的環境後可以遇到比較好的朋友，當時很神奇的是，荷花燈當時有 7、8 個人放了，放完我們就跑去下游小橋上看荷花燈，只有我那一盞沒有被水打翻，後來九月份開學，就遇到了我現在的閨蜜，我們從初一到現在已經認識十多年了，關係特別好。神奇~(S)」(C01003)

「美好就是有一些非常好的回憶，尤其是在雲南那兩年幫我完成了去香港去麗江的願望，因為我會覺得如果我從事其它工作，我有沒有這樣的機會？」(F01094)

討論與建議

一、有關緣的特性的討論

在此部分，研究者對緣的特性按「緣即變易」、「緣牽一線」、「緣來如此」三部分進行討論。

(一) 緣即變易

緣即變易表現緣「不確定性」與「複雜性」的特性，一指它不可控制無法預測；二指它的表現形式複雜多樣，具有很強的主觀性。這種特性在前人研究中早有體現 (Chang & Holt, 1991; Goodwin & Findlay, 1997; Heger, 2015; Yang & Ho, 1988; 張思嘉與周玉慧, 2004; 楊國樞, 1988)。「緣」長久以來被當成是前定的或命定的人際關係 (楊國樞, 1988; Goodwin & Tang, 1996), 不受人主觀意志的控制。而其來源也多與神話、天命、輪迴等難以解釋的現象有關。人們根據其主觀感受對緣進行歸因, 常用於解釋重要他人或親密關係 (Chang & Holt, 1991; 楊國樞, 1988)。

在本研究中, 除了生命發展過程中的人際關係之外, 可能是巧合與機遇, 也可能是不可控制的逆境, 或是其它各種可以被個體主觀認為是緣的人或事。「變」的來臨不可知, 「變」的結果也無法預測, 但是卻最終都會給受訪者帶來積極的轉變。「緣」的變給人應對變, 重新理解變帶來了可能。未知容易讓人產生焦慮, 逆境容易讓人陷入困苦, 但是「緣」卻最終可以給人帶來積極的體驗與成長。「緣」的這種特性給本研究的受訪者重新理解未知與逆境帶來了可能, 提示其應保持開放的心態, 以積極的態度看待外界的影響, 不自我設限, 允許計劃之外的事情發生。同時, 在面對變時, 要運用其主觀能動的力量, 以積極正向的態度去認識我們的經歷, 做自己故事的主人。

(二) 緣牽一線

在本研究中, 緣牽一線表現出「緣」與人相伴的特性, 在不可預知的人生道路上, 以千絲萬縷的形式將人生的點滴串連, 給予研究參與者以無序中的有序體驗。生涯的發展是一個動態、複雜的系統 (Pryor & Bright, 2007)。這其中, 若有似無的機緣巧合, 透過不同的音聲, 隱映互彰 (金樹人, 2010)。本研究結果顯示, 研究參與者的「緣」的發展是一個歷程, 它由無數個時間點組成, 連成一線, 有起有落, 具有階段性, 卻從不斷連。這提醒當事人以一個整體觀來看待生涯發展的全程, 以一個更加積極的態度來看待當下無常。因為當下的意外在生涯發展的整體中或許有其因緣, 只有當我們回看時, 才能體味其中深意。

另外, 本研究結果發現, 在生涯發展的過程中, 「緣」可以反覆出現, 給研究參與者帶來莫名的吸引或意外的啟示, 維護生涯的穩定, 推動生涯的發展, 使其慢慢長成如其所是的自己。生涯混沌系統強調生涯發展中的複雜性、相互影響性、隨機性、創造性與其中改變的力量, 當中的吸引因子可以吸引當事人尋找最適合自己的職業 (Pryor & Bright, 2007)。這種在複雜系統中體現的吸引與「緣」的特性具有相似性, 相比之下, 「緣」並不僅僅引導當事人尋找合適自己的職業, 而能一路牽引, 引導當事人的成長; 即在「安身」之時追尋「立命」之果。這也體現研究參與者所表示的「願」的力量, 聽從自己內心最深處的渴望, 追尋心之所向, 到達最終想要到達的地方。

這其中, 涉及「緣」與研究參與者的相互作用, 就如「推動性」所提到的, 善緣需要人的識別與抓住, 逆緣需要當事人在苦中認識自己, 尋找離苦之法, 並將其轉化為生涯發展的動力。只有在「緣」與「人」的相互作用下, 個體才能恰如其分的獲取緣分的滋養, 長出茂密的生命花園。

(三) 緣來如此

緣來如此, 即「緣」就是這樣。它是有限適配的, 發生在我們身邊, 是能動的, 需要我們盡分隨緣。「緣」貫穿於人際關係發展的全程, 能夠有效的維護人際關係的和諧 (楊國樞, 1988)。本研究結果顯示, 「緣」的確貫穿於研究參與者人際關係發展的全程, 但它是有限的, 緣起時, 關係有發展的可能, 在關係發展的過程中, 需要當事人盡心盡力的對待、照顧與珍惜這段緣分, 它

才有長成為茂密花園的可能。但當緣盡時，關係的結束卻是當事人無法強求的，它會受到我們以外諸多因素的影響。因此，如研究參與者 D 所言，以「盡分隨緣」的心態面對關係的結束，亦如面對生涯當中的挫折，盡力做好當下的每一件事。

在生涯發展中，職業的「召喚感」(calling)能夠促進人的生涯適應性(Douglass & Duffy, 2015)。而「緣」則給予研究參與者相互匹配的體驗，促進了生涯的穩定發展，並在其中收穫許多意外的驚喜。這一方面，是「緣」的力量，另一方面，是「分」的體現，如 B 在生涯發展的過程中一方面是受到莫名的吸引，另一方面自己也堅持做了許多實踐與學習才能一直幸運的走在自己熱愛的道路上。同時，研究結果也顯示，受訪者將困苦的情境適度的歸於宿命影響並不完全具有消極意義，可以某程度上解釋不可控制的元素，減輕當事人的內在壓力，維護心理健康，進一步促進當事人對良緣的期待，增加自我的能動力，如 D 在面對工作困境時的解釋。

因此，研究者認為，在生涯發展的過程中，「隨緣盡分，盡分隨緣」，二者相輔相成，缺一不可。在「緣」與「分」相伴的過程中，研究參與者通過主觀能動力維護「緣」、促進「緣」的發展，保持一個積極正念的態度，承擔相應的責任，準備好自己；當「緣」來臨時能夠看到「緣」、抓住「緣」並與其相呼應，在「緣」發展的過程中恰如其分的盡力，為「緣」留下活動的空間。這樣，當我們遇到困難時，可以反思自己是否真的已經盡分，當我們走到盡頭時，也可以保有一份達觀，培養內心的平靜，期待緣分的力量。

二、有關緣在生涯發展中功能的討論

根據研究結果，研究者將分三點對「緣」在生涯發展中的功能進行討論。其一，創造積極體驗，維護穩定的生涯發展；其二，解除生涯困境，引導自我成長；其三，整合生涯體驗，以「不變」應「萬變」。

(一) 創造積極體驗，維護穩定的生涯發展

從 Holland (1997) 的觀點來看，人境適配 (person and environment fit) 是個人職業生涯順利發展的關鍵。如果人的內在特質能在適當的舞台上充分的得到擴展，能夠實現自我，則不但能安身，也更能立命 (金樹人, 2007)。本研究結果發現，「緣」的體驗可以讓研究參與者在生涯轉換中儘快適應，確立新方向，並在其中得以發展。又或在原本的生涯發展中持續獲得積極體驗，推動人的進步與完整感。

(二) 解除生涯困境，引導自我成長

吳稚暉先生曾說過：「人在走路時，轉彎最重要」，21 世紀是一個變動的世紀，而改變是生命中不變的事實 (王力行, 1997)。本研究結果發現，在生涯發展的困境中，「緣」如警鐘一般，引發研究參與者對現況的反省與追求改變的動力，解放被困的自我，在新的機遇下獲得進一步的成長。在這個過程中，個體從過去經驗中發現自己的興趣、能力與價值，並將其轉為自我概念，透過生涯選擇與決定的過程將其實現 (Super, 1990; Savickas, 1997)。這當中，涉及當事人對故事的解構與重構，瞭解緣分事件對他們的影響，從「緣」當中認識自我，獲得成長。

(三) 整合生涯體驗，以「不變」應「萬變」

21 世紀的生涯之學是應變之學，面對「無常」的社會局勢，需要學習「應變」的生涯理論，用以矛盾「不變」的穩定決策核心 (黃素菲, 2016)。本研究結果發現，「緣」可以整合研究參與者生涯發展中的「變」與「不變」，它變化無窮，卻能在變中建立各種穩定的聯繫，在一個繁雜無序的整體當中讓研究參與者找到自己的位置，給其帶來積極體驗。這是變化萬千的緣中不變的本質，也是「緣」維護人穩定生涯體驗的核心。

三、緣對生涯發展的影響

在本研究中，研究者將「緣」對個體生涯發展的影響歸為兩個類別，其一：「緣分故事促進生涯發展」，包括 1. 迷惘中走出生涯困境；2. 契入適配的工作機會；3. 機緣轉換生涯視角；4. 逆境緣增強情緒調節；5. 激發生涯的安身立命；6. 鋪墊積極的生涯體驗。其二：「善應機緣陶鑄自我成長」，包括 1. 機緣巧合深化自我認識；2. 關注接納開放與彈性；3. 緣分事件圓滿心願。由於既往在華人學術界並沒有針對「緣」在生涯發展領域的研究，所以本研究屬於新的發現。基於其與偶發事件、同時性事件的相似性，以下將一併進行討論。

Williams 等人（1998）研究認為偶發事件對生涯發展最突出的影響在於改變生涯路徑。相比之下，「緣」對研究參與者生涯發展的影響並不最突出在於改變生涯路徑，而是可以契入適配的工作機會，讓個體在工作之前、工作之中、工作之後的整個歷程中得以順應自我，獲得成長。

對比郭瓊艷（2010）的研究結果，「緣」與偶發事件一樣，具有改變生涯路徑，提供下個生涯發展階段的工作機會、機會訊息或助力的功能。尤有進者，「緣」能夠提供「適配的生涯機會」，讓研究參與者可以充分發揮與發展自我；亦即不僅提供讓人「安身」之地，亦有「立命」之感。另外，深化實務經驗、刺激發想未來的生涯安排、增進自我知識、學習自我調適與轉化也是共同一致的發現。探究人生終極目標的影響在本研究當中並沒有體現，在生涯緣分的影響下，研究參與者會更加的瞭解自己的生涯興趣與能力，樹立理想，對未來抱持開放，更好的處理當下的問題。在生涯阻礙方面，「緣」有不同的影響，相較於偶發事件會被歸因為有負性影響，而人們對緣分事件所帶來的生涯影響的態度總是積極的，或最終是積極的。

相較於龔蕾（2011）的研究結果，在增強開放性方面，「緣」的功能並不單止擴寬視野，開闊眼界，更指當事人自我認識的深化，更俱關注接納開放與彈性的意識，在精神與實務中均收穫積極體驗。同時，逆境緣雖然會在某種時間段內讓人有受困、受阻的感覺，但最終會驅動當事人轉換生涯視角，追尋更加合適匹配的生涯方向。

另外，生涯混沌理論的相關實證性研究發現，影響生涯發展的因素具有複雜性，如父母、朋友、地理位置、社會經濟條件、老師、媒體、之前的工作經驗等（Bright, Pryor, Wilkenfeld & Earl, 2005）。生涯發展中的意外事件對當事人的生涯決策和生涯發展有著諸多影響，在不確定性的影響下，人應對變化的靈活性、樂觀性、風險承擔能力、持久性、目標性、好奇心、自我效能、對機會的把握這些特質都可能影響當事人的生涯發展（Pryor & Bright, 2011）。這與本研究中的部分結果具有相似性，「緣」具有不確定的特性，以當事人的主觀認識為基準，可能以人、事、物、機會、相似性等各種方式體現，對研究參與者的生涯發展產生影響。在「緣」的影響過程中，研究參與者運用自己的主觀能動力，比如對自我的分析與把握、對機會的把握、應對突變的情況的心態和能力等，以應對外界的變。而除了當事人本身的能力與特質之外，「緣」所帶來的影響亦是不可忽視的。所以，在應對生涯發展中的不確定時，通常需要「緣」與「分」的共同作用，以變應變，以有序應對無序，從而走出生涯困境。

總的來說，本研究中的走出生涯困境；獲得適配的工作機會；激發天賦，完善工作實踐體驗；增進開放性，獲得深刻的精神體驗；圓滿心願五點發現與既往研究結果不盡相同，屬於新的發現。其差異在突出於「緣」的「積極」、「適配」、「推動」、「啟智」、「圓願」的特性，推動個體在生涯實務與個人心理上的雙重成長。

四、研究限制與建議

在此部分，研究者呈現研究限制、對生涯諮商實務的建議、以及對未來研究的建議。

(一) 研究限制

1. 研究對象的限制

研究參與者在未刻意揀選的情況下均為 20-30 歲之間的年輕人，其中有四位在受訪時仍在學校修讀學位，他們的背景相對而言較為單一，社會經驗較少，職業生涯體驗較短。未來的研究如果可以增加研究參與者性別的豐富性，甚或步入中年生涯的研究對象，相信可以從更廣更深的層面，對緣的特性及其對生涯發展的影響進行進一步的理解與探究。

2. 研究者對故事理解的限制

研究者是敘事研究中重要的研究工具，研究者的經驗、價值觀、對緣與文化的瞭解可能會限制研究者對緣分故事的理解與分析。雖然研究者在研究中盡量以一個開放、好奇的心態進行聆聽，並以客觀理性的方式去分析故事文本，但仍有可能忽視一些故事主題。

(二) 對生涯諮商實務的建議

1. 「緣」觀進入生涯諮商

「緣」是什麼？它如何對生涯諮商產生幫助？在諮商過程中，「緣」的特性與功能是諮商師首先需要認識與認同的，它所展現的積極、整體、開放、聯繫的特性需要我們積極的與來訪者進行互動。易言之，從一個整體的觀點來看待來訪者的生涯發展全過程，需要幫助來訪者認識生涯發展的整體性、連續性，打破其限於苦惱中的狹隘視野，以一個開放、盡分隨緣的心態來面對生涯挫折等。

2. 諮商師對「緣」的態度的審視

「緣」的內涵十分複雜，具有十分強的主觀性。因此，諮商師在從「緣」的角度進行諮商之前，要審視自己與來訪者對緣觀的認識，以當事人的角度展開諮商，關注緣對當事人的實際影響，從故事中發現積極的亮點，幫助當事人成長。

3. 對未知抱有開放性

未知通常給人帶來焦慮與迷茫，在面對突然而來的生涯轉變時，人們容易產生緊張、焦慮、適應不良等情緒反應。但是生涯的變化才是常態，對緣的理解與詮釋常會引起人們對變的認識，從而產生新的開放態度。因此，建議諮商師在諮商過程中利用緣的這一特性，引導當事人認識「變是常」的概念，對未來保持開放性，減輕心理壓力。

4. 以整體觀看待生涯發展的全程，尋找無序當中的有序

生涯的發展是一個歷程，一個整體。當事人常應遇到生涯困境、處於生涯迷茫狀態而沮喪，那是因為他們受限於當下的困局。諮商師可以幫助來訪者回溯生涯發展的全程，以一個整體的觀點來重新體驗生涯發展的過去與現在，從緣分事件中找到聯繫與亮點，激發當事人對未來的信心。

5. 盡分隨緣，隨緣盡分—內在理性規劃與外在力量的整合

盡人事，盡分隨緣；聽天命，隨緣盡分，相輔相成。在生涯發展的過程當中，離不開理性的規劃，需要人們在認識自己、瞭解自己的同時掌握一定的資訊與資源。在以自己的力量做到最好的同時也接納不可測緣分事件的產生，對結果抱持著美好的期許與心願。建議諮商師在諮商過程中讓當事人認識到生涯當中的可控性和不可控性，合理的認識與彈性規劃自己的生涯發展之路。

6. 每一個人都是獨特的個體，以開放心態去聆聽當事人的緣分故事

雖然緣分事件對當事人的生涯發展的影響具有一定的共性，但在真實的諮商環境中，諮商師應該以一種尊重、開放的心態去聆聽當事人的緣分故事，不預設該故事對其產生的作用與影響。每一個緣分對於當事人來說都是獨一無二的，即使是相似的故事也會產生不同的影響，持續作用在當事人身上。因此，認真聆聽當事人的故事，以其故事為基準進行諮商十分重要。

(三) 對未來研究的建議

1. 對逆緣進行研究

研究參與者在逆緣中的體驗、理解與應對，對於生涯諮商的實務將有很大借鑑。但目前尚無針對逆緣的生涯專題研究，將是一個未來值得努力探究的方向。

2. 研究積極的緣觀在諮商實務中的可操作性

研究發現研究參與者對緣基本持積極態度，無論過程是否順利均傾向於將好的結果歸因於緣。因此，提倡正向積極的緣觀，並將其運用到生涯諮商實務當中值得進一步的探索。

3. 擴大研究參與者的年齡範圍和背景類型

建議未來研究擴大研究參與者的年齡範圍和背景類型，增加對不同年齡層的緣觀認識，並瞭解緣對他們的不同功能與影響；邀請非典型職業生涯（atypical career），或者不同宗教背景的研究參與者，瞭解他們的緣觀與緣分故事，進一步豐富研究結果。

4. 相關的紮根研究與量化研究

未來進行後續研究，可以紮根研究的方式進行本土緣觀生涯理論的雛形建構，並在理論建構的基礎上進行相關量表編制的驗證性量化研究。

參考文獻

- 王力行 (1997): 走到轉彎處。遠見, 130。取自遠見雜誌網站: https://www.gvm.com.tw/Boardcontent_4071_1.html, 2016年12月3日。[Wang, L. X. (1997). Walking on the turning point. *Yuanjian Magazine*, 130. Received Dec 3, 2016, from http://www.gvm.com.tw/Boardcontent_4071_1.html.]
- 李昀真 (2009): 大學生樂觀, 緣分風格與正面向對分手之相關研究。國立臺北教育大學心理與諮商研究所碩士論文。doi: 10.6344/NTUE.2009.00548。[Lee, Y. C. (2009). *The study of relationships among undergraduate students' optimism, yuan-fen Style, and positive breakup-dealing* (master thesis). National Taipei University of Education, Taipei, Taiwan. doi: 10.6344/NTUE.2009.00548]
- 李新民、陳蜜桃 (2006): 實用智能, 緣分信念與心理健康, 工作表現之相關: 以幼兒教師為例。中華心理學刊, 48(2), 183-202, doi: 10.6129/CJP.2006.4802.05。[Lee, H. M., Chen, M. T. (2006). The relationship among practical intelligence, yuan-fen beliefs, mental health and job performance for the preschool teachers. *Chinese Journal of Psychology*, 48(2), 183-202. doi: 10.6129/CJP.2006.4802.05]
- 金樹人 (2007): 生涯諮詢與輔導。北京: 高等教育。[Jin, S. R. (2007). *Career counseling and guidance*. Beijing: Higher Education Books.]
- 金樹人 (2010): 生涯決定歷程的 C-U-C 模式: 東方與西方的融合。國立台灣師範大學主辦「2010 學習、教學、與評量: 生涯發展取向國際研討會」(台北)。[Jin, S. R. (2010). The C-U-C model of career decision making: In the east and western integration. *2010 International Conference on Career Development: Learning, Instruction and Assessment*. National Taiwan Normal University, Taipei, Taiwan.]
- 徐欣萍 (2012): 華人關係互動中的緣分運作及其心理適應歷程。本土心理學研究, 37, 57-97, doi: 10.6254/2012.37.57。[Hsu, H. P. (2012). The operation and coping process of yuanfen in Chinese guanxi interaction. *Indigenous Psychological Research in Chinese Societies*, 37, 57-97. doi: 10.6254/2012.37.57]

- 徐欣萍、黃光國 (2013)：大學生緣觀構念研究與對本土化諮商的啟示。 *教育心理學報*，**45** (2)，241-259，doi：10.6251/BEP.20130603。 [Hsu, H. P., Hwang, K. K. (2013). A preliminary study on the construct of yuan with college students and its implications for indigenous counseling. *Bulletin of Educational Psychology*, *45*(2), 241-259. doi: 10.6251/BEP.20130603]
- 徐欣萍 (2016)： *華人社會關係中的緣觀認知運作歷程：理論建構與實徵研究*。台北：索引數位股份有限公司。 [Hsu, H. P. (2016). *The operation processes of yuan in Chinese guanxi interaction: A theoretical construction and empirical research*. Taipei, Taiwan: Suoying digital company.]
- 郭瓏灑 (2010)： *生涯偶發事件及其同時性之詮釋研究*。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所博士論文。 [Kuo, L. Y. (2010). *The hermeneutical research of career serendipitous events and the phenomenon of synchronicity* (Doctoral thesis). National Taiwan Normal University, Taipei, Taiwan.]
- 張思嘉、周玉慧 (2004)：緣與婚前關係的發展。 *本土心理學研究*，**21**，85-123。doi：10.6254/2004.21.85。 [Chang, S. C., & Jou, Y. H. (2004). Yuan and the development of premarital relationships. *Indigenous Psychological Research in Chinese Societies*, *21*, 85-123. doi: 10.6254/2004.21.85]
- 黃素菲 (2016)：後現代的幸福生涯觀：變與不變的生涯理論與生涯諮商之整合模型。 *教育實踐與研究*，**29** (2)，137-172。 [Huang, S. F. (2016). Post-modern perspective of career happiness: An integrated model of career theory and career counseling for the changing world and steady core. *Journal of Education Practice and Research*, *29*(2), 137-172.]
- 楊國樞 (1982)：緣及其在現代生活中的作用。 *中華文化復興月刊*，**15**，51-67。 [Yang, G. S. (1982). Yuan and its role in modern life. *Chinese Cultural Renaissance Monthly*, *15*, 51-67.]
- 楊國樞 (1988)： *中國人的心理*。台北：桂冠圖書。 [Yang, G. S. (1988). *The psychology of Chinese*. Taipei, Taiwan: Guiguan Publication.]
- 楊雅嵐 (2009)： *偶發事件對流浪教師生涯決定影響之敘說研究*。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文。 [Yang, Y. L. (2009). *The effect of chance events on the career decision making of nomadic teacher: A narrative research* (Master thesis). National Taiwan Normal University, Taipei, Taiwan.]
- 龔蕾 (2011)： *偶發事件對在澳門升學之大陸研究生生涯發展的影響*。澳門大學教育學院學校輔導研究所碩士論文。 [Gong, L. (2011). *The influence of chance events on career development of mainland graduate students in Macao* (Master thesis). University of Macao, Macao, China.]
- Bright, J. E. H., Pryor, R. G. L., Wilkenfeld, S. & Earl, J. (2005). Influence of social context on career decision-making. *International Journal for Educational and Vocational Guidance*, *5*(1), 19-36.

- Chang, H. C., & Holt, G. R. (1991). The concept of yuan and Chinese interpersonal relationships. In S. Ting-Toomey & F. Korzenny(Eds.), *Cross-cultural interpersonal communication* (pp. 28-57). Thousand Oaks, CA, US: Sage.
- Chang, H. C. (2002). The concept of yuan and Chinese conflict resolution. In G. M. Chen & R. Ma(Eds.), *Chinese conflict management and resolution* (pp. 19-38). New York, US: Ablex Publishing.
- Douglass, R. P., & Duffy, R.D. (2015). Calling and career adaptability among undergraduates students. *Journal of Vocational Behavior, 86*, 58-65. doi: 10.1016/j.jvb.2014.11.003
- Goodwin, R., & Tang, C. S. K. (1996). Chinese personal relationships. In M. H. Bond(Ed), *The Handbook of chinese psychology* (pp. 295-308). Hong Kong: Oxford University Press.
- Goodwin, R., & Findlay, C. (1997). "We were just fated together"... Chinese love and the concept of yuan in England and Hong Kong. *Personal Relationships, 4*(1), 85-92. doi: 10.1111/j.1475-6811.1997.tb00132.x
- Guindon, M. H., & Hanna, F. J. (2002). Coincidence, happenstance, serendipity, fate, or the hand of God: Case studies in synchronicity. *The Career Development Quarterly, 50*(3), 195-208. doi: 10.1002/j.2161-0045.2002.tb00894.x
- Heger, I. (2015). The meaning and functions of the concept of yuanfen 缘分 in contemporary China: A qualitative study with students from East China Normal University. *Vienna Journal of East Asian Studies, 7*, 129-163.
- Holland, J. L. (1997). Making vocational choices: A theory of vocational personalities and work environments. *British Journal of Guidance & Counseling, 1*, 153-154.
- Hsu, H. P., & Hwang, K. K. (2016). Serendipity in relationship: A tentative theory of the cognitive process of yuanfen and its psychological constructs in Chinese cultural societies. *Frontiers in Psychology, 7*, 282. doi: 10.3389/fpsyg.2016.00282
- Krumboltz, J. D. (1998). Serendipity is not serendipitous. *Journal of Counseling Psychology, 45*(4), 390-392. doi: 10.1037//0022-0167.45.4.390
- Lincoln, Y. S. (1995). Emerging criteria for quality in qualitative and interpretive research. *Qualitative Inquiry, 1*(3), 275-289. doi: 10.1177/107780049500100301
- Lieblich, A., Tuval-Mashiach, R., & Zilber, T. (1998). *Narrative research: Reading, analysis, and interpretation*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Mitchell, K. E., Levin, S., & Krumboltz, J. D. (1999). Planned happenstance: Constructing unexpected career opportunities. *Journal of Counseling & Development, 77*(2), 115-124. doi: 10.1002/j.1556-6676.1999.tb02431.x

- Ortner, S. B. (1973). On key symbols. *American anthropologist*, 75(5), 1338-1346. doi 10.1525/aa.1973.75.5.02a00100
- Pryor, R. G., & Bright, J. E. (2003). Order and chaos: A twenty-first century formulation of careers. *Australian Journal of Psychology*, 55(2), 121-128. doi: 10.1080/00049530412331312984
- Pryor, R., & Bright, J. (2007). The chaos theory of careers: Development, application, and possibilities. *Career Planning and Adult Development Journal*, 23(2), 49.
- Pryor, R., & Bright, J. (2011). *The chaos theory of careers: a new perspective on working in the twenty-first century*. New York, NY: Routledge. doi: 10.4324/9780203871461
- Savickas, M. L. (1997). Career adaptability: An integrative construct for life-span, life-space theory. *The Career Development Quarterly*, 45(3), 247-259. doi: 10.1002/j.2161-0045.1997.tb00469.x
- Schön, D. A. (1993). Generative metaphor: A perspective on problem-setting in social policy. In A. Ortony(Ed.), *Metaphor and thought* (pp. 137-163). New York: Cambridge University Press.
- Stern, J., & Johnson, M. (1981). Philosophical perspectives on metaphor. *Journal of Aesthetics & Art Criticism*, 41(2), 231. doi: 10.2307/430279
- Super, D. E. (1990). A life-span, life-space approach to career development. *Journal of Vocational Behavior*, 16(3), 282-298. doi: 10.1016/0001-8791(80)90056-1
- Williams, E. N., Soeprapto, E., Like, K., Touradji, P., Hess, S., & Hill, C. E. (1998). Perceptions of serendipity: Career paths of prominent academic women in counseling psychology. *Journal of Counseling Psychology*, 45(4), 379. doi: 10.1037/0022-0167.45.4.379
- Yang, K. S., & Ho, D. Y. (1988). The role of yuan in Chinese social life: A conceptual and empirical analysis. In A. Paranjpe., D. Ho.,& R. W. Rieber(Eds.), *Asian contributions to psychology* (pp. 263-281). New York: Praeger.

收稿日期：2017年08月22日

一稿修訂日期：2017年09月07日

二稿修訂日期：2018年03月30日

三稿修訂日期：2018年05月28日

接受刊登日期：2018年06月25日

Bulletin of Educational Psychology, 2018, 50(2), 341-362

National Taiwan Normal University, Taipei, Taiwan, R.O.C.

The Nature of Yuan and Its Influence on Career Development

Di-Chen Li

Sino-U.S. College

Beijing Institute of technology, Zhuhai

Shuh-Ren Jin

Faculty of Education

University of Macau

The purpose of this study was to explore the characteristics of Yuan, the role of Yuan and its influence on career development. Yuan(緣) refers to a potential relationships between people and people, people and things, people and universe as well. Comparable to the thought of karma in Buddhism, it can be interpreted as destiny, coincidence as conditioned by one's past in the Chinese folk religion. According to purposive sampling method, six participants were invited to tell their Yuan-related stories. Their stories were then analyzed using a category-content analysis in narrative research method. The results were as follows. 1. There are eleven characteristics of Yuan and they can be classified into three main categories, which can be entitled as "Yuan as changing", "Yuan as connecting" and "Yuan as matching". "Yuan as changing" indicates two characteristics of Yuan. First, Yuan as uncertainty, it cannot be controlled or predicted; Second, Yuan is very complex in its' nature, it always has a personal meaning for the research participant. "Yuan as connecting" indicates six characteristics of Yuan. First, Yuan can make sense of the causal relationship between seemingly unrelated things in the participant's career path. Second, Yuan happens again and again, which helps the participant to adjust accordingly to the new environment and to stabilize their career development. Third, Yuan can guide participants via different events to become themselves. Fourth, Yuan can directly or indirectly promote the participant's career development. Fifth, Yuan can enlighten participants. Sixth, Yuan happens at the right time and always has a significant influence on the participant. "Yuan as matching" indicates three characteristics of Yuan. First, Yuan presences by our side unexpectedly with those who has close relationship with us previously. Second, Yuan matches us with people in terms of inexplicable attraction and it has a unique inspiration to the individual. Third, people must first try their best in career, and allow Yuan to do the rest. 2. There has six functions of Yuan in the process of career development. First, it can help us fulfill ourselves as a whole; Second, it can offer opportunities when people are struggling with career frustration; Third, it can stabilize career development by offering a positive emotional experience in working practice; Fourth, it can play a reflexivity role when career adversity is encountered; Fifth, it allows people to be themselves by connecting people and thing in diverse career positions; and sixth, it can integrate experience by enabling adaptation to career change. 3. The Yuan has two main influences on career development, namely, on practical work and on personal growth.

KEY WORDS: Career Development, Narrative Research, Yuan