

大學生感恩學習介入方案成效分析： 拓延建構理論假設的考驗

李新民* 陳蜜桃**

本研究以拓延建構理論假設為基礎，旨在探討大學生感恩學習介入方案對真實問題解決、焦慮情緒、幸福感的影響效果。研究者首先透過 396 名幼保系大學生問卷調查的交叉延宕分析來釐清大學生感恩和真實問題解決、焦慮情緒、幸福感之間的潛在關聯，然後再透過 50 名幼保系大學生的實驗研究來分析感恩學習介入方案對真實問題解決、焦慮情緒、幸福感的潛在關聯與影響效果。間隔八週蒐集的問卷調查實證資料，透過結構方程模式分析，發現感恩和真實問題解決、幸福感有顯著正向關聯，感恩和焦慮情緒有顯著負向關聯。而 50 名學生實驗研究統計分析發現，感恩學習介入方案有助於真實問題解決的拓延、焦慮情緒的消除以及幸福感的建構。根據這些主要研究發現，研究者對相關議題與未來研究提出可行建議。

關鍵字：拓延建構理論、感恩、真實問題解決、焦慮、幸福感

* 作者現職：樹德科技大學幼兒保育系副教授

**作者現職：國立高雄師範大學教育系教授