

# 國際交換學生海外適應與生活滿意度關係之研究：社會支持觀點<sup>1</sup>

## An Inquiry into The Relationship between Overseas Adjustments and Life Satisfaction of International Exchange Students: Social Support as an Antecedent Variable

黃英忠 *Ing-Chung Huang*

國立高雄大學

National Kao Hsiung University

鍾安宜 *Anyi Chung*

國立中山大學

National Sun Yet-Sen University

翁良杰 *Liang-Chieh Weng*

靜宜大學

Providence University

張文菁 *Wen-Ching Chang*

國立中山大學

National Sun Yet-Sen University

### 摘要

本研究在於探討，不同的社會支持來源對國際交換學生在不同的海外適應

---

<sup>1</sup> 投稿日期：2002年9月16日。一審回覆日期：2003年2月25日。二審回覆日期：2003年7月22日。三審接受日期：2003年8月20日。

層面上的影響，以及各層面的海外適應與生活滿意度的關係。國際交換學生在海外學習可能面臨的適應問題應該含括三個層面，第一，一般適應；第二，互動適應；第三，學習適應。許多研究指出，個人特質可以降低適應上的困難。本研究則試圖從組織的觀點著手，探討社會支持對適應的影響。交換學生的社會支持至少有三個來源：母校、交換學校以及家庭。因此，本研究假設是以社會支持作為海外適應的前因變項，探討海外適應與生活滿意度的關係。研究結果發現，在短期的交換學生計畫中，以交換學校所提供的社會支持對學生在海外適應上幫助最大，其中一般適應與互動適應的效果最為顯著。然而，母校與家庭所提供的社會支持卻造成學生在海外適應上的不良情形，以學習適應的效果最為顯著。可能的原因是，來自母校與家庭的社會支持非但無法造成適應上的幫助，更形成學生對母國種種的依賴，使學生在海外的適應上更加困難。另外，交換學生的一般適應是影響其海外學習期間生活滿意度的重要因素。最後，本文針對短期的交換學生計畫提出幾個方向的建議。

關鍵詞：國際交換學生、社會支持、海外適應、生活滿意度

## Abstract

This study aims to explore the impacts of various sources of social support on overseas adjustments, and the relationship between overseas adjustments and life satisfaction as well. The adjustment problems that international exchange students might encounter include general adjustment, interaction adjustment and study adjustment. Some studies find that personal traits could mitigate adjustment difficulties, but this study attempts an investigation of the impact of organizational factors, namely social support, on the relationship between adjustment and satisfaction. In the context of overseas study, social support is at least from three sources: exchange schools, parent schools, and families. In our theoretical framework, social support is treated as an antecedent variable of overseas adjustments, and assumed to be positively correlated with overseas adjustments and life satisfaction. The results indicate that, in the short-term exchange program, social support provided by exchange schools is effective in improving adjustments difficulties, in particular, those of general adjustment and interaction adjustment. Whereas, social support provided by parent schools and families result in negative effects on overseas adjustments, specifically, study adjustment. That is to say, students would not be able to rely on the support from their home countries to effectively solve overseas adjustment problems. The reason is probably that the high extent of home country support leads to a high level of students' dependence and then impedes their overseas adjustments. In addition, the results reveal a salient relationship between general adjustment and exchange student's life

satisfaction. Finally, we highlight some implications for the future practices and studies of short-term exchange programs.

**Keywords:** International Exchange Students, Social Support, Overseas Adjustment, Life Satisfaction

## 壹、緒論

國際交換學生計劃在台灣的大學裡已蔚為潮流，無論是文學院、管理學院，甚或工學院，皆提供學生到海外學習的機會。其目的在於增進學生的國際觀、外語能力，並養成獨立的個性，亦期望學生能在跨文化的情境中學習相關的知識與技能，以成為國際化潮流下所需的人才。然而，相較於國外學者對國際交換學生在海外適應的重視，例如 Sam (2001)、Tsang (2001)、以及 Ward & Kennedy (1993) 等的研究，國內學界卻甚少對這個議題投以相當的關注。

國際交換學生在陌生環境中所經歷的衝擊與壓力都可能影響其生活的適應與學習的成效。若此時學生可以獲得適度的支援與幫助，其海外適應與生活滿意度將獲致改善。國際交換學生海外適應的文獻，可說是依循 Church (1982) 的研究，以強調個人特質對海外適應的影響。至於社會支持與國際交換學生海外適應的關係，甚少在文獻豐富的派外人員研究中被述及 (Kraimer et al., 2001)。

國際交換學初到新的學校可能因為不同的語言、學習方法以及不確定感產生壓力。在派外人員的研究中，學者使用壓力管理降低不確定感的問題 (Black et al., 1991)。Feldman & Brett (1983) 以及 Pinder & Schroeder (1987) 等應用壓力管理指出，社會支持可以有效地降低派外人員在新環境下的不確定感。同樣地，交換學生的海外適應亦可運用社會支持以減少其海外適應的困難。

本研究除了探討社會支持對於國際交換學生在海外適應的問題之外，更希望補足目前尚稀缺的社會支持與海外適應的文獻。對於當前台灣各大學正在亟力推行的國際交換學生計劃，我們除了討論學校與交換學校在國際交換學生計劃上所扮演的角色與其成效之外，更希望提供具體的建議以作為未來繼續推行的參考。

此外，在現有國際交換學生的研究中，有關交換學生生活滿意度的論述亦不多見 (Sam, 2001)。由於本研究的對象滯留海外的期間均在六個月以下，所以對於其海外生活滿意度的衡量會比對其海外學習成效的衡量更為適切。故

此，本研究擬從社會支持的觀點出發，探討其對於國際交換學生海外適應的影響，以及海外適應與生活滿意度之間的關係。

## 貳、文獻探討與觀念性架構發展

### 一、海外適應

在適應的研究上出現過幾個用詞，例如國際適應（international adjustment）、旅居在外者的適應（sojourner adjustment）、跨文化適應（cross-cultural adjustment or intercultural adjustment）以及派外人員適應（expatriate adjustment）（Tsang, 2001; Kraimer et al., 2001），雖然用詞不同，但都描述了一個個體進入新的環境因面對不同的文化而感受到的心理舒適程度（degree of psychological comfort）。此外，研究亦指出個體可藉由學習新文化應有的合宜舉止而降低不確定性並增加心理舒適感（Black & Gregersen, 1991; Black, 1988; Nicholson, 1984）。

海外適應的研究可依受測對象的不同分成兩類：一是派外人員的適應；二是學生海外學習的適應（Tsang, 2001）。早期的派外人員適應的研究是以單一層面衡量海外適應（Obeg, 1960; Torbiorn, 1982）。Black（1988）、Black & Stephens（1989）首先將派外人員的適應區分為三個層面：（1）一般適應、（2）互動適應、（3）工作適應。一般適應是指個體在國外的一般生活以及風俗民情上的適應；互動適應是指個體與地主國人民的互動適應；工作適應則是派外人員對海外任務的適應。Parker & McEvoy（1993）是首先探討派外人員的適應與績效的學者，其後 Gregersen et al.（1996）進一步提出評估派外人員績效的方法。Kraimer et al.（2001）以 Black et al.（1991）適應的三個層面預測 Caliguiri（1997）的派外人員的績效。其研究的另一個重點在於提升派外人員的海外適應，故此置入了社會支持，包括來自公司、地主國、上司與下屬間交換關係，以及家庭來源的支持。研究結果顯示，地主國的支持以及上司與下屬的交換關係均對派外人員與其工作績效有顯著的影響。

就學生海外學習適應的研究而言，許多研究（Pruitt, 1978; Wong-Rieger, 1984; Ying & Liese, 1991, 1994）的焦點是外國學生在美國的學習及適應情形，晚近亦有研究討論在美國之外國家的學習及適應情形（e.g. Tsai, 1995; Ward & Kennedy, 1993; Ward et al., 1999）。Tsang（2001）運用 Black（1988, 1990）的

研究中適應的三層面，分別為一般適應、互動適應、以及工作適應，並將前二層面納入對國際交換學生的適應分析中，並認為適應與績效有關，的確拓展國際交換學生研究的視野。但有關國際交換學生的適應問題除了在海外生活可能遭遇的文化面問題之外，尚包括學生身份可能面臨的問題，例如學業壓力(Sam, 2001; Bochner et al., 1997)。因此，本研究探討的交換學生的適應應含括三個層面，分別為：(1) 一般適應、(2) 互動適應、(3) 學習適應，並以海外適應表示國際交換學生適應的概念。

## 二、社會支持

社會支持是指獲得協助關係的可能 (the availability of helping relationships) 並協助關係的品質 (Leavy, 1983)。當個體在新環境遭遇困難時，若能從他人獲得幫助，將有助其在新環境的適應 (Tsang, 2001)。Kahn & Quinn (1976) 指出，社會支持的型式有三：協助 (aid)、情感 (affect) 以及肯定 (affirmation)。其中，協助型式的社會支持在於提供相關資訊與急難中的幫助；情感型式的社會支持是基於支持提供者與支持尋求者之間的關係所提供的情感支持；肯定型式的社會支持則是支持提供者相信支持尋求者在壓力處理上的能力與信念並給予肯定 (Kraimer et al., 2001)。

Copland et al. (1975) 指出，個體獲得社會支持的來源，包括組織、同僚、上司、朋友等。其中，組織、上司以及家庭是派外人員最主要的社會支持提供者 (Kraimer et al., 2001)。Aycan (1997) 與 Payne (1980) 二人認為，組織支持是決定派外人員適應的重要因素。由於，國際交換學生海外適應的研究多半依循 Church (1982)，強調個人特質對海外適應的影響。故在沒有相關文獻可供參考的情形下，本研究藉助派外人員海外適應的文獻，探討社會支持對國際交換學生在海外適應上的影響。提供國際交換學生社會支持的來源至少有三：交換學生的母校、國外的交換學校以及交換學生的家庭。其中，家庭支持的提供者是泛指學生的父母、兄弟姐妹以及親戚朋友。

## 三、生活滿意度

生活滿意度是描述個人對自己及對生活環境的感受 (Young et al., 1995)。Oishi & Diener (2001) 以五個範圍 (教育、社會關係、休閒、自我以及學業能力) 測量大學生的生活滿意度，其中各個範圍內又包括幾個次範圍，例如社會關係中包括家人、朋友、愛情、室友等。雖然，滿意度的衡量有專家所定義的客觀量表，但受測者的內心早已存在屬於自己所建構的衡量標準 (Diener &

Syh, 1997; Fox & Kahneman, 1992)。

對於國際交換學生的研究而言，甚少有研究指出什麼因子會影響交換學生的生活滿意度 (Sam, 2001)，而現有的研究中，也是討論國際交換學生海外適應與績效間的關係 (Tsang, 2001)。本研究認為，除了相關研究對交換學生生活滿意度研究的欠缺外，對於在國外滯留時間並不長的國際交換學生而言，生活滿意度似乎較績效是更為應該關注的焦點，這也是本研究選取生活滿意度為指標的原因。

#### 四、本研究之觀念性架構

總結以上對國際交換學生海外適應的文獻探討，擬定了本研究的觀念性架構(如圖 2-1)。社會支持的來源有三：母校、交換學校以及家庭。海外適應的層面有三：一般適應、互動適應以及學習適應。本研究以母校、交換學校以及家庭所提供的社會支持作為影響交換學生的一般適應、互動適應以及學習適應的前置因素，探討交換學生在三個層面的海外適應與其生活滿意度的關係。

此外，為確實檢驗研究變數之間的真正關係，本研究控制了其他可能影響交換學生在海外適應與生活滿意度上的變數。控制變數包括：屬於個人特質的正面情緒、停留時間、英語的聽說讀寫能力、跨文化經驗以及經濟狀況等等。

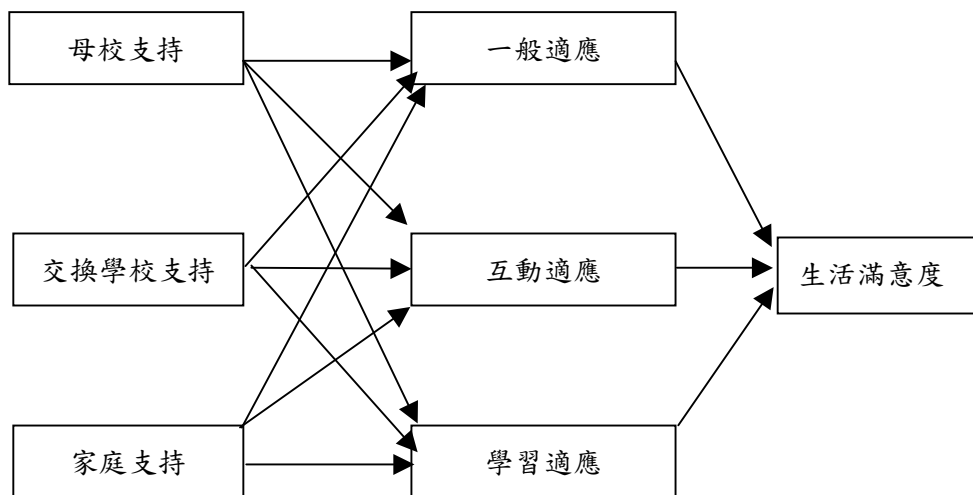


圖 2-1:本研究之觀念性架構圖

## 參、研究假設的建立與實証研究方法設計

### 一、研究假設

#### (一) 社會支持與海外適應

以上派外人員的文獻說明了，母國公司與地主國公司的支持是影響派外人員適應的重要因素（Feldman & Thomas, 1992; Harvey, 1997; Kraimer et al., 2001）。Black（1988）以及 Black & Stephens（1989）首度將派外人員的海外適應區分成三個層面，即工作適應、一般適應以及互動適應。之後，派外人員適應的文章亦採用此三個層面，並且驗證了其效度（Tsang, 2001）。此外，依據壓力管理的觀點，派外人員的滿意度與其工作適應、生活適應以及互動適應有關（Kraimer et al., 2001）。本研究的國際交換學生與企業派外人員的不同，除了交換學生滯留海外的時間比較短與海外任務是學習之外，交換學生與派外人員同樣會面臨到生活上與人際互動上的適應問題。簡言之，國際交換學生的海外適應應包括三個層面：一般適應、互動適應以及學習適應。

由前述相關文獻的探討，社會支持可分為三種形式，分別為協助、情感及肯定。對派外人員而言，社會支持可說主要來自於組織（Harvey, 1997; Shaffer et al. 1999）及配偶（Black & Stephens, 1989），而 Kraimer et al.,（2001）則認為組織、上司、以及家庭對派外人員而言是最主要的社會支持來源。若轉換為國際交換學生所處的情境而言，依前述文獻對社會支持的定義，本研究認為對交換學生的社會支持而言，主要來自於母校、海外交換校及家庭。

Tsang（2001）指出，社會支持會影響國際交換學生的一般適應與互動適。在派外人員的研究中，Florkowski & Fogel（1999）指出，公司對派外經理人的財務支持會影響其一般適應及工作適應；Aycan（1997）認為，組織支持可以降低派外人員的焦慮。相對地，國際交換學生亦可因母校所提供的支持提升其海外生活的品質與學習，故我們可建立以下假說。

H1：母校支持愈高，交換學生的一般適應、互動適應以及學習適應愈好

Kraimer et al.（1997）指出，派外人員海外駐在地公司所提供的支持有助於派外人員的海外適應。此外，Aycan（1997）與 Black et al.（1991）認為，派外人員海外駐在地公司所提供的資訊、福利、語言訓練以及社交機會均對派

外人員的海外適應亦有幫助。相同地，交換學校所提供的資訊、福利、語言訓練以及社交機會亦會促進國際交換學生的海外適應，故我們的研究假說為。

H2：交換學校支持愈高，交換學生的一般適應、互動適應以及學習適應愈好

派外人員的研究指出配偶的支持是派外人員海外適應的關鍵（Caliguiri et al., 1998; Harvey, 1998）。同樣地，Yang & Clum（1995）亦發現，家庭是交換學生重要的支持的之一。Brett（1980）更明確地指出，家庭可以提供有用的資訊與協助、情感的支持以及對人的肯定，均是協助個體渡過壓力期的要素。故我們可以有如下假設。

H3：家庭支持愈高，交換學生的一般適應、互動適應以及學習適應愈好

## （二）海外適應與生活滿意度

派外人員的研究主要在於探討海外人員的海外適應與績效之間的關係。Parker & McEvoy（1993）提出，派外人員的績效與其海外適應有關，其後Gregersen et al.（1996）更將派外人員的績效細分成硬性標準、軟性標準、情境標準以及多重標準。之後，派外人員的績效又分成技術績效、管理績效以及情境績效（Caliguiri, 1997; Borman & Motowidlo, 1993）。Tsang（2001）亦延續派外人員的研究，討論交換學生海外適應與績效間的關係，較少觸及其海外適應與生活滿意度之間的關係（Sam, 2001）。

依據壓力管理的觀點，派外人員的滿意度與其工作適應、一般適應以及互動適應有關（Kraimer et al., 2001）。也就是，派外人員因為要適應新的文化與風俗習慣而產生的壓力（Carter, 1989; Harris, 1989），可以藉由降低壓力，使適應上的困難獲得舒緩（Black et al., 1991），進而增加對海外生活的滿意度（Nicholson & Imaizumi, 1993）。即使，國際交換學生的文獻欠缺相關的研究，我們仍可預期，交換學生對生活、人際以及學習的適應，必定帶來更高的生活滿意度，故我們的研究假說為。



H4：交換學生的一般適應、互動適應以及學習適應與其海外生活滿意度呈正相關

### （三）控制變數

為了正確檢視社會支持對交換學生海外適應的影響以及海外適應與生活滿意度的關係，我們控制了數個變數。依 Black (1990)、Caligiuri (2000) 以及 Parker & McEvoy (1993)，屬於個人特質的正向情感 (positive affectivity) 可能是學習適應、一般適應以及互動適應的影響變數。依 Kraimer et al. (2001)、Tsang (2001)，居留時間可能影響學習適應、一般適應以及互動適應。根據 Black & Gregersen (1991)、Church (1982)、Tsai (1995) 的研究，我們控制外語的流利程度對互動適應的影響。另，依 Black (1998)、Black & Stephens (1989) 以及 Tsang (2001) 等人的研究，跨文化經驗可能影響學習適應、一般適應以及互動適應的變異。依 Parker & McEvoy (1993)、Shaffer et al. (1999)，文化衝擊也會影響一般適應與互動適應的變異。依 Kraimer et al. (2001)、Tsang (2001)，控制居留時間對學習適應、一般適應以及互動適應的影響。Sam (2001) 亦指出，交換學生的適應亦受到其經濟狀況的影響。此外，性別 (Marville, 1981)、出生年次 (Ying & Liese, 1994)、系所、在校身份以及出國時間等，亦可能影響交換學生海外適應的變異。

## 二、變數的操作性定義與測量

### （一）社會支持

本研究的社會支持有三個來源，包括母校支持、交換學校支持以及家庭支持，並以三種型式呈現：協助、情感以及肯定。此部分量表是參照 Eisenberger et al. (1986) 知覺組織支持量表 (perceived organizational support, POS) 的簡單版本並依據國際交換學生的實際情形發展而成。母校支持、交換學校支持以及家庭支持各有 9 個項目，問題採 Likert 七點計分法，數字 1 表非常不同意，數字 7 表非常同意，其中第 22 題為反向計分。母校支持的整體信度係數為.85、交換學校支持為.74 以及家庭支持為.62。

### （二）海外適應

海外適應分為三個層面：一般適應、互動適應以及學習適應。此部分量表是參照 Black & Stephen (1989)、Furnham & Bochner (1982) 量表修訂而成，

每個層面的適應各有 5 個項目，問題採 Likert 七點計分法，數字 1 表非常不同意，數字 7 表非常同意。一般適應的整體信度係數為.70、互動適應為.77 以及學習適應為.83。

### (三) 生活滿意度

採 Diener, Emmons, Larsen & Fiffin (1985) 5 個項目量表，問題採 Likert 七點計分法，數字 1 表非常同意，數字 7 表非常不同意，所有 5 題的總分代表生活滿意度。整體信度係數為.85。

### (四) 控制變數與基本資料

#### 1. 正向情緒

採 Watson, Clark, & Tellegen (1988) PANAS 量表中 10 個正向情緒項目，問題採 Likert 七點計分法，數字 1 表非常不同意，數字 7 表非常同意。所有 10 題的總分代表學生的個人特質在正向情緒的程度。整體信度係數為.86。

#### 2. 居留時間

受測者此次海外學習的時間，以月為計分單位。

#### 3. 語言能力

受測者所具備前往國家的語言能力與英語的能力，包括聽說與讀寫兩方面，數字 1 表一竅不通，數字 7 表非常流暢。

#### 4. 跨文化經驗

受測者在進行本次海外學習之前，所具備出國或跨文化的經驗，數字 1 表無，數字 7 表非常豐富。

#### 5. 文化衝擊

受測者到達當地，前一個禮拜所面對的文化衝擊，數字 1 表無，數字 7 表非常嚴重。

#### 6. 經濟狀況

受測者在海外學習期間的經濟狀況，數字 1 表非常拮据，數字 7 表非常寬裕。

#### 7. 其他

尚包括受測者的性別、出生年次、系所、在校身份以及出國時間。

### 三、研究對象

樣本對象為中山大學管理學院參與過國際交換學生計畫的學生，包括人管所歷屆所有參與過交換學生計畫者與企管所 2000 年後出國的交換學生。問卷發與放催收作業均以電子郵件的方式進行，共寄出問卷 120 份，回收有效問卷 46 份，回收率為 38.33%。

### 四、分析方法

採用描述性統計以了解樣本的分配狀況，進而以相關分析以及迴歸分析了解交換學生的個人特質、社會支持、海外適應以及生活滿意度的關係。

## 肆、實證結果

### 一、樣本特性

樣本中男女的人數相當（54.3%、45.7%）、出生年次從 1966 到 1978 年，主要系所為人管所與企管所（69.6、30.4%）的碩士生（95.7%），出國的時間從 1995 到 2001 年，其中 2001 年居多（39.1%），交換期間從 3 個月到 6 個月。

### 二、假設檢定

#### (一) 相關與描述性分析

生活滿意度與正面情緒、停留時間、英語聽說能力、一般適應、互動適應、學習適應以及交換學校支持呈正相關並達顯著水準（ $r = .535, p = .000$ ； $r = .401, p = .006$ ； $r = .311, p = .036$ ； $r = .614, p = .000$ ； $r = .522, p = .000$ ； $r = .327, p = .027$ ； $r = .381, p = .009$ ）。一般適應與正面情緒、停留時間以及交換學校支持呈正相關並達顯著水準（ $r = .542, p = .000$ ； $r = .388, p = .008$ ； $r = .345, p = .019$ ）。互動適應與正面情緒、停留時間以及交換學校支持呈正相關並達顯著水準（ $r = .499, p = .000$ ； $r = .370, p = .011$ ； $r = .313, p = .034$ ）。學習適應與正面情緒、出生年次、出國時間、英語聽說能力、英語讀寫能力以

及跨文化經驗呈正相關並達顯著水準 ( $r=.481, p=.001$ ;  $r=.468, p=.001$ ;  $r=.336, p=.022$ ;  $r=.437, p=.002$ ;  $r=.354, p=.017$ ;  $r=.322, p=.029$ ) 而與母校支持呈反相關並達顯著水準 ( $r=-.293, p=.048$ ) (參表 4-1)。

## (二) 迴歸分析

本研究以多元迴歸的分析方法，檢驗假設與理論架構。第一個迴歸式，在於檢驗社會支持對交換學生一般適應的影響。分析結果顯示，控制了其他影響交換學生一般適應的因素之後（包括正面情緒、停留時間、英語聽說、英語讀寫以及跨文化經驗），僅有交換學校的社會支持對交換學生的一般適應具有正向的影響力 ( $Beta=.272, p=.058$ )，而母校支持及家庭支持與交換學生的一般適應呈反向相關 ( $Beta=-.085, p=.590$ ;  $Beta=-.097, p=.476$ )。第二個迴歸式，檢驗社會支持對交換學生互動適應的影響。分析結果顯示，控制了其他影響交換學生互動適應的因素之後（包括正面情緒、停留時間、英語聽說、英語讀寫以及跨文化經驗），僅有交換學校的社會支持對交換學生的互動適應具有正向的顯著影響力 ( $Beta=.315, p=.026$ )，而母校支持與家庭支持與交換學生的互動適應呈反向相關 ( $Beta=-.204, p=.192$ ;  $Beta=-.220, p=.103$ )。第三個迴歸式，檢驗社會支持對交換學生學習適應的影響。分析結果顯示，控制了其他影響交換學生學習適應的因素之後（包括正面情緒、停留時間、英語聽說、英語讀寫以及跨文化經驗），母校所提供的社會支持對交換學生的學習適應具有反向的影響力 ( $Beta=-.352, p=.035$ )，而交換學校的支持呈現正相關，家庭支持呈現反向相關，但兩者對交換學生的學習適應均不具顯著影響力 ( $Beta=.145, p=.316$ ;  $Beta=-.078, p=.578$ ) (參表 4-2)。因此，假設一，母校支持與海外適應呈正相關，不成立；假設二，交換學校支持與海外適應呈正相關，成立；假設三，家庭支持與海外適應呈正相關，不成立。



表 4-2:控制變數及社會支持對海外適應的強迫進入迴歸分析

依變數→ 自變數↓	一般適應			互動適應			學習適應		
	B	Beta	p	B	Beta	p	B	Beta	p
常數項	5.739		.393	1.900		.789	6.161		.454
正面情緒	.255**	.449	.006	.279**	.452	.004	.327**	.481	.004
停留時間	1.366*	.277	.037	1.535*	.286	.028	8.024E-02	.014	.918
英語聽說	.667	.174	.297	.529	.127	.435	.670	.146	.392
英語讀寫	-.857	-.175	.284	-.580	-.109	.492	-.101	-.017	.918
跨文化經驗	8.164E-02	.037	.804	.277	.115	.431	.394	.149	.332
母校支持	-3.614E-02	-.085	.590	-9.390E-02	-.204	.192	-.179*	-.352	.035
交換學校 支持	.187	.272	.058	.236*	.315	.026	.119	.145	.316
家庭支持	-7.191E-02	-.097	.476	-.177	-.220	.103	-6.872E-02	-.078	.578
F		4.097			4.505			3.674	
P		.001			.001			.003	
R <sup>2</sup>		.477			.500			.449	
Adjusted R <sup>2</sup>		.360			.389			.327	

註：\*p<.05 \*\*p<.01

第四個迴歸式，檢驗海外適應對交換學生生活滿意度的影響。分析結果顯示，控制了其他影響交換學生生活滿意度的因素之後（包括正面情緒、停留時間、英語聽說以及經濟狀況），僅有一般適應對交換學生的生活滿意度具有正向的顯著影響力（Beta=.340，p=.016），且互動適應及學習適應與交換學生的生活滿意度同樣呈正向相關（Beta=.214，p=.105；Beta=.014，p=.912）（參表 4-3）。因此，假設四，海外適應與生活滿意度呈正相關，成立。

表 4-3:控制變數及海外適應對生活滿意度的強迫進入迴歸分析

依變數→ 自變數↓	B	Beta	p
常數項	-7.810		.153
正面情緒	7.317E-02	.093	.531
停留時間	.794	.116	.331
英語聽說	.834	.159	.186
經濟狀況	1.089**	.285	.014
一般適應	.465*	.340	.016
互動適應	.263	.214	.105
學習適應	1.684E-02	.014	.912
F		7.613	
P		.000	
R <sup>2</sup>		.584	
Adjusted R <sup>2</sup>		.507	

註：\* $p < .05$  \*\* $p < .01$

由於第一個迴歸式與第四個迴歸式檢驗出，交換學校支持對一般適應具有影響力；一般適應對生活滿意度具有解釋效果。因此，第五、六個迴歸式進一步檢驗理論架構。社會支持是海外適應影響交換學生生活滿意度的前置變項，此理論架構中的海外適應位於社會支持與生活滿意度的中間位置，因此將海外適應視為中介變項並檢驗其中介效果，即控制了海外適應對交換學生生活滿意度的影響力之後，社會支持對交換學生生活滿意度的影響會消失。首先，在第五個迴歸式中檢驗社會支持是否對交換學生的生活滿意度具有影響力。分析結果顯示，控制了其他影響交換學生生活滿意度的因素之後（包括正面情緒、停留時間、英語聽說以及經濟狀況），交換學校的支持對交換學生的生活滿意度具有正向的顯著影響力（Beta = .272， $p = .041$ ）（參表 4-4）。最後，在第六個迴歸式中檢驗海外適應的中介效果，即在解釋變項中放入影響生活滿意度的因素，包括交換學校支持與一般適應（其中交換學校支持是一般適應的影響因素）。分析結果顯示，同時放入了一般適應對交換學生生活滿意度的影響力之後，交換學校支持對交換學生生活滿意度的影響消失（Beta = .192， $p = .131$ ）；而一般適應對交換學生生活滿意度存在顯著的影

響力 (Beta = .548, p = .000) (參表 4-5)。因此，本理論架構獲得實證支持，即交換學校支持是一般適應的前置變數，一般適應與生活滿意度呈正相關，也就是交換學校支持有助於交換學生的一般適應，進而提昇其海外的生活滿意度。

表 4-4: 控制變數及社會支持對生活滿意度的強迫進入迴歸分析

依變數→	生活滿意度		
自變數↓	B	Beta	p
常數項	-9.397		.258
正面情緒	.252*	.319	.025
停留時間	1.521	.223	.068
英語聽說	.925	.177	.166
經濟狀況	1.192*	.312	.015
母校支持	-7.532E-02	-.129	.367
交換學校支持	.256*	.272	.041
家庭支持	-3.347E-02	-.032	.794
F		5.974	
P		.000	
R <sup>2</sup>		.524	
Adjusted R <sup>2</sup>		.436	

註：\*p < .05



表 4-5:社會支持及海外適應對生活滿意度的強迫進入迴歸分析

依變數→	生活滿意度		
自變數↓	B	Beta	p
常數項	-2.239		.708
交換校支持	.181	.192	.131
一般適應	.748***	.548	.000
F		14.925	
P		.000	
R <sup>2</sup>		.410	
Adjusted R <sup>2</sup>		.382	

註：\*p<.05 \*\*p<.01 \*\*\*p<.001

## 伍、結論與建議

### 一、研究結論

由本研究結果可知，社會支持對於交換學生的海外適應具有影響力，其中特別是交換學校支持，因為交換學校的社會支持對交換學生的適應及生活可以直接造成影響，故適當及完善的輔導措施可以減少文化衝擊、促進適應並增加生活的滿意度。這同時亦反應了，為何母校支持及家庭支持與交換學生的適應及生活滿意度呈現反相關的情形，因為母校對交換學生的支持效果並無法延續到交換學生的海外適應而家庭的支持則侷限在情感的舒解及經濟上的支持，對交換學生的海外適應並無法造成直接、立即且有效的幫助，反而形成交換學生對母國的情感依賴。

另外，本研究亦發現在短期的國際交換學生計劃中（期間不超過六個月），以交換學校的社會支持對交換學生的一般適應與互動適應最具影響力，而三個層面的海外適應僅剩下一般適應對交換學生的生活滿意度具影響力，亦即精簡的模式為，以交換學校支持作為一般適應的前置變數，交換學生的一般適應與生活滿意度呈正向相關（參圖 5-1）。簡而言之，交換學校的社會支持可增進國際交換學生的一般適應，其在海外學習期間的一般適應情況愈良好，生活的滿意度也愈高。

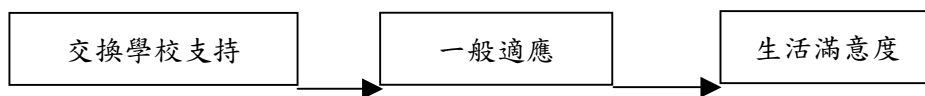


圖 5-1:精簡模式

## 二、研究建議

### (一)管理意涵

#### 1. 母國提供支持的型式

本研究發現，知覺母校支持及家庭支持程度愈高的學生，在海外學習期間遇到問題時，傾向於尋求母國的協助並形成情感的依賴。然而，自母國來的支持並無法提供立即且有效的幫助。雖然如此，但本研究並不建議，交換學生的母校與家庭必須停止提供社會支持，而是引導並鼓勵交換學生主動尋求當地的交換學校或其他管道以解決海外適應上各層面的問題並養成獨立自主的人格特質。另外，母校支持與交換學校支持呈現正向相關，因此，本研究建議交換學生的母校除了提供交換學生有關的資料之外，很重要的任務即在於與海外交換學校訂定契約之上，要求對方提出具體的協助方案，以確保交換學生在海外學習期間能夠獲得各層面適應上應有的協助。

#### 2. 海外學習的目的

海外學習的目的不外乎學習，但從歷年交換學生的資料顯示，影響海外

生活滿意度的重要因素是一般適應，正表示了，學生在短期的國際交換學習計畫期間僅進入跨文化的一般層面，也就是適應了當地的食衣住行育樂，至於與人建立關係並表達意見，進而到達學習適應是海外適應中更深層與更困難的。因此，本研究認為，短期交換計畫的重點應在於，擴展視野並發展個體等方面。至於學習的部分，交換學生的身份是學生當然必須學習，但是校方不應該以在本國的學習狀況對學生作同樣的要求，例如修習一樣的學分數。

### 3. 加強跨文化知識與提供經濟協助

影響交換學生的海外適應及生活滿意度的重要因素還包括正面情緒、英語的聽說讀寫能力、跨文化經驗以及經濟狀況。歷年資料顯示，交換學生的正面情緒、英語的聽說讀寫能力均超過平均水準（5.48、4.48、4.78），足以證實是一套甄選制度運作良好的結果。然而，交換學生的經濟狀況以及跨文化經驗僅處於平均或以下的水準（4.00、3.46）。因此，本研究建議，主辦單位應在交換學生前往海外學習之前，了解當年獲選為交換學生的跨文化經驗以及經濟狀況並試圖補足交換學生的缺乏，例如提供當地國與交換學校的介紹資料以及獎助學金的管道。此外，除跨文化訓練外，亦可再加強英語上課表達訓練，例如美國大學上課方式的訓練，包括討論技巧以及角色扮演（role play）等等。

### 4. 停留時間的長度

另一個影響交換學生的海外適應及生活滿意度的重要因素為停留的時間。歷年交換學生的資料顯示，平均的停留時間為四個月，其中少於4個月的人數佔了30.4%。因此，本研究建議，主辦單位與對方交換學訂定契約時，應留意停留時間與海外適應及生活滿意度的正向相關。

## (二) 未來研究方向

本研究樣本的選擇是以中山大學管理學院之人管所與企管所出國交換的學生為主要的樣本對象，原因在於此二所參與交換計畫的學生人數最多，但是也可能因為沒有包括管理學院其餘各所的交換學生，而產生偏誤情形。因此，後續研究可朝向全國各個有交換學生計畫（或者有維期一年）的學校施以問卷調查，比較同一時期橫斷面資料的研究結果與本研究結果的異同。此外，亦可針對到台灣交換的外國學生研究，以了解本研究的理論架構是否可以解釋本地學校的社會支持是學生交換期間適應的重要因素，並交換學生的一般適應、互動適應以及學習適應與生活滿意度的正相關性。

## 參考文獻

- Aycan, Z.1997.Acculturation of expatriate managers: A process model of adjustment and performance, In Saunders D. M., and Z. Aycan (Eds.) , New approaches to employee management,Vol.4:245-260.Greenwich, CT:JAI Press.
- Black, J.S. 1988. Work role transitions: A study of American expatriate managers in Japan. *Journal of International Business Studies*, 19: 277-294.
- Black, J. S. and Stephens, G. K. 1989. The Influence of the Spouse on American Expatriate Adjustment and Intent to Stay in Pacific Rim Overseas Assignments. *Journal of Management*, 15: 529-544.
- Black, J.S. 1990. The Relationship of Personal Characteristics with Adjustment of Japanese Expatriate Managers. *Management International Review*, 30:119-134.
- Black, J. S. and Gregersen, H. B. 1991. The Other Half of the Picture: Antecedents of Spouse Cross-cultural Adjustment. *Journal of International Business Studies*, 22: 461-477.
- Black, J. S., Mendenhall, M., and Oddou, G.1991. Toward a Comprehensive Model of International Adjustment: An Integration of Multiple Theoretical Perspectives, *Academy of Management Review*,16:291-317.
- Bochner, S., McLeod, B. M. and Lin, A. 1997. Friendship Patterns of Overseas Students. *Journal of Social Psychology*, 110: 265-272.
- Borman, W. C. and Motowidlo, S. J. 1993. Expanding the Criteria Domain to Include Elements of Contextual Performance, In Schmitt, N. Borman, W.C., and Associates (eds.) *Personnel Selection in Organizations*, 71-98. San Francisco: Jossey-Bass.
- Brett, J. M.1980. The effects of job transfer on employees and their families,” In Cooper, C. L. and R. Payne(Eds.), *Current Concerns in Occupational Stress*. Chichester, UK: Wiley.
- Caligiuri, P.M.1997. Assessing Expatriate Success: Beyond Just ”Being There.” In Saunders, D. M. and Aycan, Z. ( eds. ) *New Approaches to Employee Management*, Vol. 4: 117-140, Greenwich, C.T.:JAI Press.
- Caligiuri, P. M.2000. The Big Five Characteristics as Predictors of Expatriate’s Desire to Terminate the Assignment and Supervisor-Rated Performance, *Personnel Psychology*, 53:67-88.
- Caligiuri, P. M., M. M. Hyland, A. Joshi & A. S. Bross.1998. Testing a theoretical model for examining the relationship between family adjustment and expatriate’s work adjustment, *Journal of Applied Psychology*, Vol.83:598-614.
- Carter, N.J. 1989. Moving managers internationally: the need for flexibility, *Human Resource Planning*, Vol.12: 43-47.
- Church, A.T.1982. Sojourner Adjustment, *Psychological Bulletin*, 91:540-572.
- Copland, R. D., Cobb, S., French, J.R.P. Harrison, R.V., Pinneau, S. R. Jr.1975.*Job Demands and Worker Health*. Washington, D. C.: H.E.W. Publication No. NIOSH 75-160.
- Diener, E., Emmons, R., Larsen, R. and Fiffin, S. 1985. The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49: 71-75.
- Diener, E. and Syh, E. 1997. Measuring Quality of Life: Economic, Social, and Subjective Indicators. *Social Indicators Research*, 40: 189-216.
- Eisenberger, R., Huntington R., Hutchinson S. and Sowa D. 1986. Perceived Organizational Support. *Journal of Applied Psychology*, 71: 500-507.
- Florkowski, G. W. & D. S. Fogel.1999. Expatriate adjustment and commitment: the role of

- host-unit treatment, *International Journal of Human Resource Management*, Vol.10: 783-807.
- Fox, C. R., and Kahneman, D. 1992. Correlations, Causes and Heuristics in Surveys of Life Satisfaction. *Social Indicators Research*, 27: 221-234.
- Feldman, D. C. and Brett, J. M.1983. Coping with New Jobs: A Comparative Study of New Hires and Job Changes, *Academy of Management Journal*, 26:258-272.
- Feldman, D. & D. C. Thomas.1992. Career management issues facing expatriates, *Journal of International Business Studies*, Vol.23:271-293.
- Furnham, A., and Bochner, S. 1982. Social Difficulty in a Foreign Culture: An Empirical Analysis of Culture Shock. in S. Bochner( eds. ), *Cultures in Contact: Studies in Cross-cultural Interaction*, 161-198, Pergamon Press, Oxford, U.K.
- Gregersen, H. B., Hite, J. M., and Black, J. S.1996. Expatriate Performance Appraisal in U.S. Multinational Firms, *Journal of International Business Studies*, 27: 711-738.
- Harris, J. E. 1989. Moving managers internationally: the care and feeling of expatriates, *Human Resources Planning*, Vol.12:49-53
- Harvey, M.1997. Dual-career expatriates: expectations, adjustment and satisfaction with international relocation, *Journal of International Business Studies*, Vol.28: 627-658.
- Harvey, M. 1998. Dual-career couples during international relocation: The trailing spouse, *The International Journal of Human Resource Management*, Vol.9:309-311.
- Kahn, R.L. and Quinn, R. P.1976. Mental Health, Social Support and Metropolitan Problems, Unpublished Manuscript, Institute of Social Research, University of Michigan.
- Kraimer, M.L., Wayne, S. J. and Jaworski R. A. 2001. Sources of Support and Expatriate Performance: The Mediating Role of Expatriate Adjustment. *Personnel Psychology*, 54: 71-99.
- Leavy, R. L. 1983. Social Support and Psychological Disorder: A review. *Journal of Community Psychology*, Vol. 11: 3-21.
- Marville, A.1981. The Case of International Students: A Foreign Student Reports, *College Board Review*, 120:23-26.
- Nicholson, N. 1984. A Theory of Work Role Transitions. *Administrative Science Quarterly*, 29:293-298.
- Nicholson, N. & A. Imaizumi.1993. The adjustment of Japanese expatriates to living and working in Britain, *British Journal of Management*, Vol.4: 119-134.
- Obeg, K. 1960. Adjustment to new cultural environments, *Practical Anthropologist*, Vol.7, 177-182.
- Oishi, S., and Diener, E. 2001. Re-examining the General Positivity Model of Subjective Well-being: The Discrepancy between Specific and Global Domain Satisfaction. *Journal of Personality*, 69:641-666.
- Parker, B. and G. M. McEvoy.1993.Initial examinations of a model of intercultural adjustment, *International Journal of Intercultural Relations*, Vol.17,355-379.
- Payne, R.1980.Organizational Stress and Social Support. In Cooper C.L. and Payne, R. ( eds. ) *Current Concerns in Occupational Stress*, 269-298, Chichester, U.K.: Wiley.
- Pinder, C. C. and Schroeder, K. G.1987. Time to Proficiency Following Job Transfers, *Academy of Management Journal*, 30: 336-353.
- Pruitt, F. J. 1978. The Adaptation of African Students to American Society, *International Journal of Intercultural Relations*, 2:90-118.
- Sam, D. L. 2001. Satisfaction with Life among International Students: An Exploratory

- Study. *Social Indicators Research*, 53:315-337.
- Shaffer, M. A., D. A. Harrison, and K. M. Gilley. 1999. Dimensions, Determinants, and Differences in the expatriate adjustment process, *Journal of International Business Studies*, Vol.30:557-581.
- Torbiorn, I. 1982. *Living Abroad*, New York: Wiley.
- Tsai, H.-Y. 1995. Sojourner Adjustment, *Journal of Cross-Culture Psychology*, 26: 523-536.
- Tsang, E. W. K. 2001. Adjustment of Mainland Chinese Academics and Students to Singapore. *International Journal of Intercultural Relations*, 25:347-372.
- Ward, C. and Kennedy, A. 1993. Psychological and Sociocultural Adjustment during Cross-Cultural Transitions: A Comparison of Secondary Students at Home and Abroad, *International Journal of Psychology*, 28:129-147.
- Ward, C., Okura, Y., Kennedy, A. and Kojima, T. 1999. The U-Curve on Trail: A Longitudinal Study of Psychological and Sociocultural Adjustment During Cross-Culture Transition, *International Journal of Intercultural Relations*, 23: 659-677.
- Watson, D., Clark, L. A. and Tellegen, A. 1988. Development and Validation of Brief Measures of Positive and Negative Affect: The PANAS Scales. *Journal of Personality and Social Psychology* 54:1063-1070.
- Wong-Rieger, D. 1984. Testing a Model of Emotional and Coping Responses to Problems in Adaptation: Foreign Students at a Canadian University, *International Journal of Intercultural Relations*, 8:153-184.
- Yang, B. and Clum, G. A. 1995. Measures of Life Stress and Social Support Specific to an Asian Student Population, *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 17:51-67.
- Ying, Y.-W. and Liese, L. H. 1991. Emotional Well-Being of Taiwan Students in the U.S.: An Examination of Pre- to Post-Arrival Differential, *International Journal of Intercultural Relations*, 15:345-366.
- Ying, Y.-W. and Liese, L. H. 1994. Initial Adjustment of Taiwanese Students to the United States, *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 25:466-477.
- Young, M. H., Miller, B. C., Norton, M. C., and Hill, E. J. 1995. The Effect of Parental Supportive Behaviors on Life Satisfaction of Adolescent Offspring. *Journal of Marriage and the Family*, 57:813-822.

## 作者簡介

### 黃英忠

韓國漢城大學企管碩士、成均館大學企管博士。現為國立高雄大學校長。曾任中山大學教務長、總務長、創立人力資源管理所，以及管理學院院長。研究專長為組織理論、人事管理、管理學、勞資關係等。發表過學術期刊論文近四十篇、研討會論文九十餘篇，並有多篇著作，如產業訓練論、現代管理學、人力資源、企業人力發展的方法等。參與國科會計劃不計其數，如我國因應亞太營運中心人力資源規劃與發展研究、家庭因素對派外人員離職傾向影響之研究、邁向廿一世紀企業人力資源總評估－人際關係對組織的影響等。

### 鍾安宜

中山大學人力資源管理研究所碩士，現為中山大學人力資源管理研究所博士班研究生

### 翁良杰

中山大學企管博士。現為靜宜大學國際企業學系助理教授。

### 張文菁

中山大學人力資源管理研究所碩士，現為中山大學人力資源管理研究所博士班研究生